



شاد کامی

سلمان قاسمی



سرشناسه: قاسمی، سلمان، ۱۳۵۷ - | عنوان و نام پدیدآور: شادکامی/ سلمان قاسمی. | مشخصات نشر: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین، ۱۳۹۶. | مشخصات ظاهری: ۲۴ ص: مصور (رنگی): ۱۶/۵*۹/۵ س م | شابک: ۲۰۰۰۰ ریال ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۶۷-۱ | همچنین وضعیت فهرست نویسی: فیپا | یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۳-۲۴؛ همچنین به صورت زیرنویس. | موضوع: خوشبختی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام | موضوع: Happiness -- Religious -- Islam | رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ش ۲۱۶ق BF۲۵۸ | رده بندی دیویی: ۲۹۷/۷۲ | شماره کتابشناسی ملی: ۴۷۴۰۳۲۲

نام کتاب: شادکامی

مؤلف: سلمان قاسمی

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

طراح جلد: سعید فلاحتی

صفحه آرا: فاطمه رحمن زاده قمی

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۶

چاپ و صحافی: زیتون

شمارگان: ۲۰۰۰

قیمت: ۲۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۶۷-۱



اما بخش حقیقی {سبک زندگی}، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است که عرض کردیم. این، بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسأله خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسأله خط، مسأله زبان، مسأله کسب و کار، رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزندان، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مرئوس، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ این‌ها آن بخش‌های اصلی تمدن است، که متن زندگی انسان است.

(بیانات ۱۳۹۱/۰۷/۲۳)

فهرست مطالب

مقدمه.....	۷
۱) مفهوم‌شناسی.....	۸
یک) سعادت و شادکامی در لغت.....	۸
دو) سعادت و شادکامی در آیات و روایات.....	۸
۲) سعادت و شادکامی در آموزه‌های اسلامی.....	۹
۳) برخی از مهم‌ترین عوامل و الگوهای مؤثر در تحصیل شادکامی.....	۱۲
یک) تقدیرپذیری به‌جای تقدیرستیزی.....	۱۲
دو) خیرگرایی و عاقبت‌سنجی در زندگی.....	۱۴
سه) تعادل بین انتظارات شخصی و واقعیت‌های زندگی.....	۱۵
چهار) مدیریت سختی‌ها.....	۱۶
پنج) اعتماد به خدا و احساس کنترل بر زندگی.....	۱۶
شش) روزی کفاف.....	۱۷
هفت) کار.....	۱۸
هشت) هنر تدبیر زندگی.....	۱۹
نُه) امنیت.....	۱۹
ده) شوخ‌طبعی.....	۱۹
یازده) روابط اجتماعی.....	۲۰
نتیجه‌گیری.....	۲۱
کتابنامه.....	۲۳

مقدمه

...گفت: دو تن همیشه از شادکامی بی‌نصیب باشند: عاقلی که به صحبت جاهلان مبتلا گردد و بدخویی که از اخلاق ناپسندیده خود، بی‌هیچ تأویل خلاص نیابد.^۱

دستیابی به سعادت و شادکامی از گذشته‌های دور تاکنون، یکی از اولویت‌های زندگی بشری بوده و هست. جالب اینکه، در فرهنگ‌های گوناگون، به تناسب اصول و مبانی هر یک، مصادیقی متفاوت و گاه متناقض از خوشبختی ارائه داده‌اند. امروزه، از سعادت و شادکامی به عنوان یکی از عوامل مؤثر و کلیدی در جهت ارتقای کیفیت زندگی، نام برده می‌شود.

۱. منشی، کلیله و دمنه، ص ۳۶۷.