

هنر رضایت از زندگی

تألیف عباس پسندیده

انتشارات دفتر نشر معارف

خالق جهان و انسان، خداوند متعال است که برای خلقت خویش هدفی را اراده کرده است. جالب است که آفرینش انسان به تصریح قرآن کریم، خود هدف برخی از خلقت‌های دیگر است. حال این سؤال مطرح است که هدف از به وجود آمدن خود ما چیست؟

پاسخ، تکامل و به خدا رسیدن است و بی‌شک برای این هدف باید از گذرگاه دنیا به خوبی عبور کرد و راه و روش درست زیستن را آموخت و آن را به خوبی به کار بست، این جاست که بحث رضایتمندی از زندگی مطرح می‌گردد. کسی که راه و روش زندگی کردن را آموخته باشد، مسلماً به موفقیت خواهد رسید و از زندگی خویش راضی خواهد بود، گرچه آن زندگی دارای فراز و نشیب‌ها و حتی مصائب و مشکلاتی باشد.

رضایتمندی از زندگی، از جمله دغدغه‌هایی است که انسانها در کل زندگی با آن درگیر هستند. صاحب‌نظران علوم انسانی و اندیشمندان، غالباً فرمولهایی برای رضایتمندی انسان از زندگی ارائه کرده‌اند اما امتیاز آنچه که تحت عنوان «هنر رضایت از زندگی» منتشر شده است این است که مسئله را از دیدگاه آیات و احادیث، بررسی نموده است. به جهت جایگاه مهمی که مهارت «رضایتمندی از زندگی» در رسیدگی به تکامل معنوی دارد، قرآن، اولیای دین و معصومین (علیهم‌السلام) آموزه‌های فراوانی در این زمینه به پیروان خود آموخته‌اند که مؤلف در این کتاب سعی کرده آنها را به گونه‌ای جذاب، تنظیم و دسته‌بندی کند. این کتاب در اصل خلاصه کتاب «رضایت از زندگی» واحد حدیث و علوم روانشناختی و پژوهشکده علوم و معارف حدیث است که در سال ۱۳۸۴ منتشر شد و طی مدت ۳ سال، به چاپ ششم رسید.