

شادی مسری است

تنها بیماری‌ها نیستند که قابلیت انتقال به دیگران دارند بلکه روحیات و خصوصیات خوب هم در این بین می‌تواند به دیگران سرایت کند...



تنها بیماری‌ها نیستند که قابلیت انتقال به دیگران دارند بلکه روحیات و خصوصیات خوب هم در این بین می‌تواند به دیگران سرایت کند.

مطالعات جدید نشان می‌دهد، شادی ممکن است توسط افراد به یکدیگر سرایت کند و انتقال یا دریافت آن تنها به وسیله قرار گرفتن در نزدیکی افراد دیگر صورت می‌گیرد. محققان بیکار ننشسته‌اند و تنها در مورد مسری بودن بیماری‌ها مطالعه نکرده‌اند بلکه آنها در مورد اثرات شادی افراد بر یکدیگر نیز تحقیق کرده‌اند و نتایج نشان داده است که شادی و خوشحالی هم قابل سرایت است. در این رابطه آنها اعلام کردند که احاطه شدن افراد توسط دوستان و همسایگان و اقوام شاد می‌تواند، شروعی برای شاد شدن باشد. این در حالی است که مطالعه جدید نشان می‌دهد، کسانی که دارای دوستان شاد هستند نیز احتمال شادی و خنده‌رو شدن آنها افزایش می‌یابد.

شادی به‌طور قطع سرایت می‌کند اما آنچه که در این رابطه قابل بررسی است این است که آیا انتقال این شادمانی به وسیله قرارگیری در نزدیکی خویشاوندان شاد اتفاق می‌افتد یا این حالت به وسیله انتقال ژنی به افراد منتقل می‌شود. به هر صورت محققان دریافتند که این انتقال هم از طریق ژن و هم معاشرت با افراد شاد به‌خصوص دوستان و همسایگان انتقال می‌یابد. حتی اگر شادی توسط ژن انتقال پیدا نکند این مساله که قرار گرفتن در کنار دیگران می‌تواند باعث انتقال شادی آنها به خود شد، نتایج خوبی برای شادابی روح و نشاط زندگی ما خواهد داشت.

دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند که شادی باعث انعکاس امواج مثبت به دیگران می‌شود و به همین خاطر تاثیرات مضاعفی روی افرادی دارد که در اطراف ما هستند. شادی تنها باعث افزایش نشاط ما نخواهد شد بلکه با شاد بودن می‌توانید دیگران را نیز در این شادابی شریک کنید. لبخند زدن هم می‌تواند در داشتن روحیه‌ای شاد به شما کمک کند زیرا اگر عادت کنید که همیشه لبخند به لب داشته باشید می‌توانید شادی را به صورت آگاهانه به زندگی خود وارد کنید.

روزنامه تهران امروز