

بررسی فقهی، اجتماعی و روانشناختی تأثیر حج و زیارت بر ارتقای تقوای خانواده

نرگس دهقان^۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۷/۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۷/۱۴

چکیده

حج و زیارت در دین مبین اسلام و آموزه‌های اسلامی نه تنها مناسکی عبادی محسوب می‌شوند، بلکه به مثابه مدارس تربیتی، اجتماعی و رویدادهای تحول‌آفرین عمیق در زندگی افراد عمل می‌کنند که مهم‌ترین دستاورد آنها ارتقای تقوای خانواده است. این پژوهش با اتخاذ رویکردی میان رشته‌ای می‌کوشد تا ابعاد مختلف این حقیقت را واکاوی نماید. در این پژوهش از منظر فقهی، تقوا به عنوان غایت شرعی اعمال عبادی حج و زیارت، در پرتو آیات و روایات و احکام فقهی؛ در بُعد اجتماعی، کارکردهای تقوا در تحکیم همبستگی امت اسلامی، تقویت عدالت اجتماعی و ایجاد مسئولیت‌پذیری جمعی و همچنین از منظر روان‌شناسی، آثار فردی این مناسک در ایجاد خودمهاری، کاهش اضطراب، افزایش امید و تعالی معنوی خانواده و جامعه ارزیابی شده است. این پژوهش با روش توصیفی-تحلیلی و مطالعه کتابخانه‌ای، سازوکارهای تولید تقوا در حج و زیارت را در ابعاد فقهی، اجتماعی و روانشناسی دینی مورد بررسی قرار داده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که تقوا به عنوان ثمره اصلی حج و زیارت، حلقه اتصال میان بعد فردی و جمعی انسان در عرصه خانواده بوده و زمینه‌ساز رشد معنوی، تعادل روانی و انسجام اجتماعی می‌شود. در نتیجه، می‌توان گفت حج و زیارت با ایجاد و تقویت تقوا، بستری برای تحقق خانواده معنوی‌تر و متعاقباً جامعه‌ای سالم‌تر و متعادل‌تر فراهم می‌سازد و همچنین مناسک و آداب این اعمال، آگاهی الهی را در فرد و جامعه تقویت کرده و به رشد فضایل اخلاقی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی منجر می‌شود. تحلیل حاضر، تأثیر جامع و در هم تنیده این ابعاد را در شکل‌گیری تقوای فردی و جمعی برجسته ساخته و نشان می‌دهد تبعیت از الگوهای تربیتی در نهادهای دینی باعث افزایش تقوا در خانواده می‌گردد.

واژگان کلیدی: انسجام اجتماعی، تربیت دینی، تقوای خانواده، حج، زیارت.

۱. دانشجوی دکتری، گروه حقوق خصوصی، دانشکده حقوق، دانشگاه علوم اسلامی رضوی، شهید، ایران



مقدمه

حج و زیارت به عنوان دو رکن اساسی عبادی-اجتماعی اسلام، همواره جایگاهی ممتاز در حیات دینی مسلمانان داشته‌اند. این مناسک نه تنها به منزله اعمالی عبادی و فردی قلمداد می‌شوند، بلکه به مثابه عرصه‌ای جامع برای تربیت اخلاقی، ارتقای معنوی، انسجام اجتماعی و شکوفایی ظرفیت‌های روانی انسان نیز عمل می‌کنند. قرآن کریم در توصیف فلسفه حج، تقوا را به عنوان برجسته‌ترین ثمره و نتیجه آن معرفی می‌نماید: «...وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى...» (بقره، ۱۹۷). برای این اساس، می‌توان گفت جوهره حج و زیارت در واقع تقویت تقوا و پرهیزگاری در زندگی فردی و اجتماعی انسان است. این اعمال در قرآن کریم با غایت تقوا پیوند خورده‌اند: «لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ... وَلَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ» (حج: ۲۸) (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۴ ص ۵۱۵). زیارت با ایجاد "حافظه هیجانی جمعی (حافظه اجتماعی - خودسرانه بودن کامل)" (Connerton, 1989:11) و حج از طریق "وحدت‌گرایی جمعی" (Turner, 1969, p. 165) مکمل‌های راهبردی در تربیت مبنی بر تقوا هستند. حج و زیارت با مناسک دقیق و ضوابط خاص خود، بستر تحقق این غایت را فراهم می‌سازند. این پژوهش الگویی برای سیاست‌گذاری تربیتی در نهادهای دینی ارائه می‌دهد که یافته‌های حاصل می‌تواند مبنای طراحی آداب تربیت دینی در حوزه‌های علمیه و مراکز زیارتی قرار گیرد.

از آنجا که زیارت عملی عبادی است که با هدف جستجوی معنویت در یک مکان مقدس صورت می‌گیرد (نجفی، ۱۴۰۱)، حج نیز به عنوان یکی از دستورات اسلام جایگاه بسیار مهمی در قرآن و روایات اهل بیت دارد و پژوهش‌های انجام‌گرفته در باب حج، نقش آن را به جایی بسیار فراتر از جنبه عبادی آن می‌برد (حیدری، ۱۴۰۰). همچنین در بیان مقایسه، یافته‌ها نشان می‌دهد در روایات ما، برخی زیارات جایگاه بالاتری از حج و معادل صدها حج است لکن این تقوی است که میزان تاثیر و تاثر هر کدام را ملاک سنجش قرار می‌دهد. (آوینی، ۱۴۰۴)

مطالعات نشان می‌دهد تاکنون تحقیق جامعی با رویکردی میان‌رشته‌ای، به تحلیل تأثیر اعمال حج و زیارت در ارتقای تقوای خانواده نپرداخته و آن را از سه منظر فقهی، اجتماعی و

روان‌شناختی مورد واکاوی قرار نداده است. احسان رضایی (۱۴۰۱) در تحقیقی به عنوان «اثر بخشی معنویت درمانی اسلامی بر شادکامی دختران نوجوان خانواده‌های از هم گسیخته» به بررسی اثر بخشی معنویت درمانی اسلامی بر شادکامی دختران نوجوان خانواده‌های از هم گسیخته پرداخت. نتایج نشان داد معنویت درمانی اسلامی به طور معناداری موجب افزایش شادکامی، رضایت از زندگی، بهزیستی فاعلی، حرمت خود و خلق مثبت دختران نوجوان شد؛ حافظ نجفی (۱۴۰۱) در تحقیقی به عنوان «نقش زیارت در توانمندی زائران برای مقابله با مشکلات زندگی خانوادگی» به بررسی نقش زیارت در آرامش روح و روان انسان و رفع کدورت های خانوادگی پرداخته است؛ محمد ثناگوویی زاده (۱۴۰۲) در تحقیقی به عنوان «اثر بخشی خانواده درمانی مذهبی با رویکرد اسلامی بر کارآمدی خانواده، رضایت زناشویی و شاخص های غنی سازی ارتباط والدین دارای فرزند نوجوان» با هدف تدوین و ارزیابی اثر بخشی خانواده درمانی مذهبی بر کارآمدی خانواده، رضایت زناشویی و کیفیت ارتباط والدین دارای فرزند نوجوان انجام شد. نتایج نشان داد این رویکرد مذهبی می تواند با مهارت هایی چون معنابخشی الهی به روابط و اصلاح ادراک از خداوند به بهبود تعاملات و روابط خانوادگی کمک کند. لذا اهمیت این پژوهش در آن است تاکنون این تحقیقات تک بعدی بوده و بر جنبه های فردی و معنوی حج و زیارت تمرکز داشته اند، حال آنکه بررسی توأمان ابعاد فقهی، اجتماعی و روان شناسی می تواند تصویری کامل تر و کارآمدتر از کارکرد این دو مناسک عظیم اسلامی ارائه نماید. بدین منظور تحقیق حاضر به سه پرسش محوری پاسخ می دهد: ساز و کار های فقهی تولید تقوا کدامند؟ چگونه تعاملات اجتماعی در حج و زیارت به تقوای جمعی منجر می شوند؟ فرآیندهای روان شناختی مؤثر بر تقویت تقوای فردی چیست؟ تبیین علمی این سازوکارها می تواند مبنای طراحی الگوهای تربیتی نوین در نهادهای دینی قرار گیرد. حج و زیارت در قرآن کریم با محوریت تقوا معرفی شده اند: «لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ هُمْ... وَلَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ» (حج: ۲۸) با این حال، پژوهش های پیشین کمتر توانسته اند سازوکارهای بین رشته ای این فرآیند را تبیین کنند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۴ ص ۵۱۵). در بعد فقهی، پرسش اصلی آن است که چگونه عمل به مناسک حج و زیارت، بر اساس موازین فقهی، موجب پیدایش و تحکیم ملکه تقوا می گردد. از

بعد اجتماعی، حج و زیارت فراتر از تجربه‌ای فردی، به تجربه‌ای جمعی بدل می‌شوند که در آن میلیون‌ها مسلمان از نقاط مختلف جهان گرد هم می‌آیند. این هم‌گرایی و اشتراک در شعائر دینی، تقوا را از سطح فردی به سطح اجتماعی ارتقا داده و به عاملی برای تحکیم پیوندهای امت اسلامی، گسترش عدالت، مقابله با تبعیض و رشد احساس مسئولیت جمعی تبدیل می‌سازد (سبحانی، ۱۳۹۹: ۶۳). در واقع، تقوا در این بعد به معنای مراقبت اجتماعی و پایبندی به ارزش‌های مشترک امت اسلامی تبلور می‌یابد. از منظر روان‌شناسی نیز حج و زیارت تأثیرات عمیقی بر روان و شخصیت افراد بر جای می‌گذارد. تجربه حضور در اماکن مقدس، انجام مناسک عبادی، فاصله گرفتن از زندگی روزمره و غرق شدن در معنویت، موجب آرامش روانی، کاهش اضطراب، تقویت خودکنترلی، امید و تعالی درونی می‌شود. (Koenig, 2020: 211) این تغییرات روانی نه تنها جنبه فردی دارند، بلکه آثار اجتماعی پایداری نیز ایجاد می‌کنند. در نتیجه، می‌توان گفت تقوا به عنوان حاصل روان‌شناختی حج و زیارت، در قالب خودمهارى و رشد شخصیت فردی نمایان می‌شود. این تحقیق با ترکیب سه رویکرد فقهی، اجتماعی و روان‌شناسی دینی، این خلأ را پر می‌کند. در این پژوهش ابتدا از منظر فقهی: احرام به عنوان "تَجَرِيدٌ مِنَ الدُّنْيَا" (نجفی، ۱۴۰۴ق، ج ۱۸، ص ۱۱۵) و "تستحب زیارة" (حلی، ۱۴۱۱ق، ج ۸، ص ۴۵۴)، سپس از منظر اجتماعی: تبیین نقش و "جنبه عقلانی مهم دین" (Turner, 1969: 3) و افزایش عوامل همگرایی و اتحاد مسلمین در حج ابراهیمی (نادری و آذرشب، ۱۴۰۳، ص ۱۵۷) و در پایان نیز از منظر روان‌شناختی: واکاوی فرآیند "قداست و اهمیت معنوی"^۱ در واکنش اجتماعی و سیاسی مبتنی بر دین (Pargament, 2001: 32-33) و افزایش "اخلاق انسانی" (Bandura, 1991: 2) که چه از نظر فردی و چه از نظر جمعی، مسئله‌ای بسیار مهم است به بررسی این موضوع پرداخته می‌شود.

این پژوهش به تحلیل ساز و کارهای دعوت به تقوا و افزایش آن در مناسک حج و زیارت با

1 the sacred and significance

رویکردی بین‌رشته‌ای می‌پردازد. با روش تحلیل اسنادی و مطالعه تطبیقی، سه بُعد اصلی بررسی می‌شود و تحقیقات نشان می‌دهد این مناسک با ایجاد مثلثی با هدف افزایش تقوی، کارگاه تربیت اخلاقی جامعی تشکیل می‌دهند. ۱. هم پوشانی فقه و روان‌شناسی: فقه دانشی است که رسالت آن، تبیین و ارائه احکام شرعی مربوط به انسان و رفتارهای وی است و از سوی دیگر روانشناسی شاخه‌ای از علوم انسانی تجربی است که موضوع آن رفتار انسان است (همت بناری، ۱۳۸۵)؛ ۲. تعامل اجتماعی-دینی: خصلت‌های وحدت‌آفرین مانند وحدت‌آفرینی حج (الهامی نیا، ۱۳۸۵، ج ۱، ص ۲۹)، "سرمایه اجتماعی دین" را حتی در بین امت‌های اسلامی افزایش می‌دهد؛ ۳. نقش محوری نیت به این صورت که نیت باید شامل: اخلاص در عمل و آگاهی فقهی توجه به ابعاد اجتماعی مناسک، باشد. «إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶۷، ص ۱۱۱) به عنوان متغیر کلیدی، کیفیت بالا بردن تقوی را تعیین می‌کند. یافته‌های پژوهش می‌تواند هم در حوزه نظریه‌پردازی علوم اسلامی و هم در حوزه‌های کاربردی مرتبط با تربیت دینی، جامعه‌پذیری اسلامی و روان‌شناسی دین، مورد استفاده قرار گیرد. این نوشتار در سه بخش ارائه شده است. در بخش اول به تبیین علمی مفاهیم مربوط به تقوی پرداخته شده، در بخش دوم، تقوی از منظر فقهی را مورد تحلیل قرار داده و در نهایت در بخش سوم تقوی از منظر اجتماعی و روانشناختی بررسی می‌گردد.

۱- مفهوم شناسی تقوا

واژه «تقوا» یکی از مفاهیم کلیدی در قرآن کریم و معارف اسلامی است که بار معنایی گسترده‌ای دارد و در حوزه‌های مختلف عبادی، اخلاقی و اجتماعی کاربرد دارد. در قرآن، واژه تقوا و مشتقات آن قریب به ۲۴۰ بار تکرار شده است، که نشان‌دهنده اهمیت بنیادین آن در نظام فکری اسلام است. قرآن کریم تقوا را ملاک کرامت و برتری انسان‌ها نزد خدا می‌داند: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ» (حجرات، ۱۳). قرآن کریم در آیاتی متعدد، تقوا را به عنوان هدف نهایی عبادات معرفی می‌کند. در مورد روزه می‌فرماید: «لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» (بقره، ۱۸۳) و در خصوص حج نیز می‌فرماید: «وَتَزُودُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى» (بقره، ۱۹۷). «تقوا» از ریشه «وقی» به معنای حفظ و

صیانت است. در آیه ۱۹۷ سوره بقره آمده است:

«الْحَجَّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ... وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى». علامه طباطبایی در تفسیر این آیه بیان می‌کند که زاد، اشاره به توشه معنوی است و نه صرفاً مادی. وی می‌نویسد: آن مزیتی که مزیت حقیقی است و آدمی را بالا می‌برد، و به سعادت حقیقی که همان زندگی طیبه و ابدی در جوار رحمت پروردگار است می‌رساند، عبارت است از تقوی و پروای از خدا. آری، تنها و تنها وسیله برای رسیدن به سعادت آخرت همان تقوی است که به طفیل سعادت آخرت سعادت دنیا را هم تامین می‌کند، و لذا خداوند متعال فرموده: تُرِيدُونَ عَرَضَ الدُّنْيَا وَاللَّهُ يُرِيدُ الْآخِرَةَ انفال، آیه ۶۷ و نیز فرموده: «وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى» و وقتی یگانه مزیت تقوی باشد، قهراً گرمی‌ترین مردم نزد خدا با تقوی‌ترین ایشان است، هم چنان که در آیه مورد بحث هم همین را فرموده و این آرزو و این هدفی که خدای تعالی به علم خود آن را هدف زندگی انسانها قرار داده، هدفی است که بر سر به دست آوردن آن دیگر پنجه به رخ یکدیگر کشیدن پیش نمی‌آید، بخلاف هدفهای موهوم مذکور که برای به دست آوردن آن مزاحمتها، جنگها و خونریزیها پیش می‌آید. (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۱۸، ص ۴۹۰).

در اصطلاح دینی، تقوا به معنای پرهیز از گناه، التزام به واجبات، و مراقبت دائم در برابر معصیت خداوند است. علامه طباطبایی می‌نویسد: حقیقت تقوی و احتراز و اجتناب از غضب خدای تعالی و تورع از محارم او، امری است معنوی که قائم است به دلها. و منظور از قلب، دل و نفوس است. پس تقوی، قائم به اعمال - که عبارت است از حرکات و سکنات بدنی - نیست، چون حرکات و سکنات در اطاعت و معصیت مشترک است، (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۱۸، ص ۵۲۸).

۱-۱. تقوا در متون اسلامی

- تعریف فقهی: «تقوا» از ریشه «وقی» به معنای حفظ و صیانت است. راغب اصفهانی در مفردات می‌نویسد: «التقوى حفظ النفس عما يؤثم» یعنی نگه داشتن نفس از آنچه موجب گناه می‌شود و این کار با ترک محرمات حاصل می‌گردد. و کمال آن در ترک برخی از امور مباح است.

(اصفهانی، ۱۴۱۲ق: ج ۱ ص ۸۸۱). «تقوی» از «وقایه» به معنی «نگاهداری» است. و در عرف و لسان اخبار، عبارت است از حفظ نفس از مخالفت اوامر و نواهی حق و متابعت رضای او. و کثیرا استعمال شود در حفظ بلیغ و نگاهداری کامل نفس از وقوع در محظورات به ترک مشتهیات (خمینی، ۱۳۸۰، ج ۱/ ص ۲۰۶). تقوا مقدمه عمل و شرط قبول عمل است، و هر عملی انسان را آماده میکند برای تقوای بعد از عمل و تقوای بالاتر. «یا ایها الذین امنوا اتقوا الله حقَّ تُقَاتِهِ» (آل عمران، ۱۰۲) تقوای الهی داشته باشید آن تقوایی که شایسته خداست (مطهری، ۱۳۸۹، ج ۶، ص ۱۸۰).

همچنین ملا احمد نراقی در معراج السعاده می نویسد: واما ورع و تقوی به معنی اعم، ضد معصیت است. و به هر حال شبهه نیست در اینکه ورع و تقوی، اعظم بواعث نجات، و عمده چیزی است که آدمی را به سعادات می‌رساند. (نراقی، ۱۳۹۸، ج ۱/ ص ۴۴۵) همان گونه که آیه شریفه «ذَالِكَ وَمَنْ يُعْظِمُ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ» (حج: ۳۲) بیان می‌کند، تقوی به عنوان یک فرآیند، جلوه‌ای از بزرگداشت شعائر الهی است که ریشه در تقوای قلبی و درونی دارد و انسان را به مراتب بالاتر معرفت و بندگی سوق می‌دهد. با این تعاریف تقوا شامل سه سطح می‌باشد:

الف- فردی: از نظر مقررات موضوعه اسلامی که مربوط به رفتار اجتماعی افراد بشر است، هرگاه کسی شهادتین بر زبان بیاورد مسلمان شناخته میشود و از مزایای ظاهری اسلام استفاده میکند، ولی از نظر مقررات اخروی و حساب جهان دیگر، از نظر خداوند متعال، "فمن تبعنی فأنه منی" (ابراهیم / ۳۶)، و نیز "ان اكرمکم عند الله اتقیکم" (حجرات / ۱۳) حکومت میکند.

پرهیز از محرمات و انجام واجبات حج و زیارت، هر دو فرآیندهایی‌اند که فرد را درگیر نوعی مراقبت و محاسبه نفس می‌کنند. پرهیز از جدال، فحش، دروغ، و لغو در ایام حج، به روشنی از مصادیق تقوای فردی‌اند.

ب- اجتماعی: پیغمبر اکرم فرمود: النَّاسُ كَأَسْنَانِ الْمُشِيطِ مردم مثل دندانهای شانه هستند و همه با هم برابرند، یا فرمود: اِنَّ رَبَّکُمْ وَاحِدٌ وَاَنَّ اَبَاکُمْ وَاحِدٌ، کُلُّکُمْ مِنْ اَدَمَ وَاَدَمُ مِنْ تُرَابٍ یعنی هیچ ملاحظه شخصی و تبعیض و تفاوت و تقدیمی بر غیر مبنای فضیلت و تقوا و عمل و



لیاقت نباید در کار باشد. اما تقدمیهایی مبنی بر فضیلت و بر تقوا و بر عمل باید باشد (مطهری، ۱۳۹۰، ج ۲۵ ص ۲۵۳).

حج، محفل جهانی مسلمانان است. در چنین فضایی، رعایت حقوق دیگران، تحمل تفاوت‌ها و همکاری در امور، نمود عینی تقوای اجتماعی است. قرآن می‌فرماید: «فَلَا رَفَتْ وَلَا فُسُوقٌ وَلَا جِدَالٌ فِي الْحُجَّ» (بقره، ۱۹۷).

ب- **وجودی**: به معنای مراقبت و محافظت از تمام ابعاد وجودی انسان، از جمله باورها، احساسات، خواسته‌ها، کردار و گفتار است. همه‌ی درجات تقوا و پرهیزگاری، مطلوب و موجب خشنودی خداوند است؛ اما منتهای خشنودی خداوند مرتبه‌ای است که انسان خود را از زنجیر همه‌ی تعلقات و وابستگی‌های دنیوی برهاند و دلش متوجه باری تعالی باشد و وجودش فارغ از این توجه نباشد: «وَأَوْصَاكُمْ بِالتَّقْوَىٰ وَجَعَلَهَا مُمْتَهِی رِضَاً وَحَاجَةً مِنْ خَلْقِهِ» (نهج البلاغه، خطبه ۱۸۳)

این مفهوم به معنای ایجاد یک محافظت داخلی و بیرونی، برای محافظت از انسان در مقابل گناه و انحراف، و همچنین برای هدایت او به سوی کمالات و قرب الهی است. (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۲/ص ۲۱)

۱-۲. تقوا در مبانی علمی

تقوا در اصطلاح علوم اسلامی عبارت است از: «جعل النفس فی وقایة مما یخاف»؛ یعنی نگاه داشتن نفس در حصاری از آنچه از آن بیم می‌رود. این معنا به صورت مصطلح در شریعت به پرهیز از گناه تعبیر می‌شود و شامل ترک محرمات و گاه حتی برخی مباحات برای حفظ نفس از گناه است. (اصفهانی، ۱۴۱۲ق: ج ۱ ص ۵۳۰).

روان‌شناسی دین: روان‌شناسی در مفهوم کلی آن علم مطالعه رفتار موجودات زنده و در مفهوم محدود آن علم مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی آدمی است. اگر تعریف دوم روان‌شناسی را بپذیریم میتوان گفت که وقتی دین در رفتار انسان تجلی پیدا نکند نمی‌توان از روان‌شناسی دین سخن گفت. پس اگر آنچه تحت عنوان دین نامیده می‌شود در رفتار آدمی نقش

پیدا کند موضوع مطالعه علم روان شناسی خواهد بود و این شاخه از روان شناسی را می توان روان شناسی دین نامید. منظور از روان شناسی دین شاخه ای از روان شناسی است که رفتار آدمی را از این حیث که تحت تأثیر آموزه های مختلف دینی است مورد بررسی قرار می دهد مانند روان شناسی بالینی که رفتار آدمی را از جنبه مرضی یا روان شناسی تحولی که رفتار انسان را از جنبه تحولی مورد بررسی قرار می دهند. (ترخان و دیگران: ۱۴۰۲، ص ۷)

- جامعه شناسی دین: دین به عنوان یکی از فراگیرترین ویژگی های زندگی انسانی، با نهادها و نیروهای سازنده جامعه، ارتباطی متقابل داشته است. مطالعات مربوط به دین، از جمله پدیده هایی است که عمری به بلندای حیات انسانی دارد. با این حال، قرن ۱۹ میلادی شاهد تحولات چشمگیری در زمینه دین پژوهی و مطالعات حوزه دین بوده است. دین پژوهی نوین بر این بنیاد استوار است که دین، همانند سایر موضوعات دیگری که در طی حیات انسانی در جوامع بشری و زندگانی اجتماعی و فردی نوع بشر همواره وجود داشته، می تواند مورد تحقیق و بررسی علمی و نقد و تحلیل همه جانبه قرار بگیرد. ریشه های تحولات دین پژوهی در قرن ۱۹ میلادی را باید در سده های پیشین و عمدتاً در قرن هجدهم یا عصر روشنگری جست و جو کرد. این دگرگونی ها به پدید آمدن چند رشته جدید در عرصه دین شناسی منجر گردید که هر یک از بُعدی خاص به مطالعه دین روی آوردند. جامعه شناسی دین از جمله این رشته هاست. (ایزدی و دیگران، ۱۳۹۲: ۴)

نظریه "وحدت آیینی" دورکهم (Durkheim, 1912, p.47) نیز بر نقش مناسک جمعی در ایجاد انسجام اجتماعی تأکید دارد. نظریه وحدت آیینی یا "وحدت متعالی ادیان" یک دیدگاه سنت گراست که به مسئله تکثر ادیان نگاهی واحد و جامع دارد. این نظریه بیان می کند که اگرچه ادیان مختلف با فرهنگ ها، زبان ها و رسوم گوناگون هستند، اما همه آن ها در یک حقیقت واحد ریشه دارند و به یک هدف متعالی اشاره می کنند، یعنی نجات بشر.



۲. تحلیل فقهی

۲-۱. حج: میثاق عملی تقوا

• حج: "انه افضل العبادات الاشتماله علی المال و البدن... یجمع معانی العبادات کلها" (شربینی، ۲۰۰۰م، ج ۲، ص ۲۰۵) حج برترین عبادت هاست، چراکه هم مال و هم بدن در آن مشارکت دارند... حج تمامی معانی و ابعاد عبادات را در خود جمع کرده است. «واحرام به عنوان تمرین تقوای عملی. تجرد از لباس دنیوی و ورود به حالت احرام، نماد گذر از تعینات مادی و آغاز مسیر عبودیت است. در این حالت، انسان خود را موظف به پرهیز از مجموعه‌ای از محرمات می‌بیند که تمرینی جدی برای تقواست. احرام به عنوان سنگ بنای تربیت تقوایی، در منابع فقهی چند لایه تربیتی دارد:

الف- لایه ظاهری: ترک محرمات مادی مانند پوشیدن لباس زیر، بنا نیست در حج افراد نسبت به لباس خود رقابت و فخر فروشی کنند بلکه همه لباسی شبیه لباس آخرت و کفن برتن کرده و در برابر پروردگار خود شبیه به هم ظاهر می‌شوند (برهانی، ۱۳۸۷، ص ۲۷۸).

ب- لایه باطنی: تجرید نفس از تعلقات دنیوی، به مثابه تمرین عملی زهد؛ وان الله تعالی قد شرف البیت الحرام وأضافه إلی نفسه، واصطفاه لقدسه، وجعله قیاما للعباد... خداوند، خانه کعبه را بزرگ داشت و آن را به خود منسوب کرد؛ آن را برای قداست خویش برگزید و مایه پایداری بندگان و مقصدی برای آهنگ سازان از سراسر سرزمین‌ها قرار داد (نجفی، ۱۳۶۲ش، ج ۱۷، ص ۲۱۸).

پ- لایه اجتماعی: همسان سازی ثروتمند و فقیر در پوشش واحد.

• طواف و سعی: طواف گرد کعبه، نماد چرخش وجود حول محور توحید است و سعی بین صفا و مروه تمرینی برای تلاش در مسیر بندگی است.

سلیمان بن جعفر گوید: از امام رضا علیه السلام درباره فلسفه احکام حج پرسیدم. فرمود: ... سعی میان صفا و مروه به این جهت قرار داده شده که شیطان در وادی حج در نظر ابراهیم علیه السلام آشکار شد. پس ابراهیم در آن جا که منازل شیاطین است سعی نمود. و محل سعی از آن جهت محبوبترین سرزمینها نزد خداوند گشته که در آنجا هر جباری ذلیل و سرکوب

میشود. (مطهری ۱۳۹۱، ج ۱، ص ۹۱)

- وقوف در عرفات: اوج فرآیند افزایش تقوا است: «هُوَ مَوْقِفُ التَّجَلِّي الرَّبَّانِيِّ» (خمینی، ۱۳۹۰، ج ۱، ص ۳۰۵) وقوف در عرفات، فرصت تاملی عمیق در خود و بازنگری در مسیر زندگی است. در مشعر، شب را با ذکر و دعا می‌گذرانند و این حالت، تعمیق حضور قلبی در محضر الهی است. این مناسک با ایجاد حالت آستانه ای^۱ انسان را از هویت عادی جدا ساخته، زمینه بازسازی اخلاقی را فراهم می‌کند. (Turner, 1966, p.94). قرآن کریم این فرآیند را در آیه ۱۹۷ بقره ترسیم می‌کند: «وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى» مستند قرآنی: «مُمْ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ... وَاتَّقُوا» (بقره: ۱۹۹).

همه با هم در یک صحرا وقوف کردن و یک نوع عمل کردن و با هم حرکت کردن، رمز حرکت در مسیر واحد و ثبات بر مبنا و اصل و مبدأ واحد است. جامعه باید اصول و مبادی ثابتی داشته باشد و در حدود آن اصول و مبادی حرکت کند. جامعه آنگاه در مسیر واحد حرکت می‌کند که هدف واحد داشته باشد و راه وصول به هدف را یک جور تشخیص داده باشد و بعلاوه عادت به نظم و انضباط و اطاعت از امر و فرمانده داشته باشد، و دیگر عدم سوءظن و وجود حسن تفاهم میان افراد است. (مطهری ۱۳۹۱، ج ۱، ص ۶۸)

- رمی جمرات: رمی نمادهای شیطان، در واقع اعلام براءت از گناه و پیروی از هوای نفس است و یکی از مصادیق عملی تقواست. رمی جمرات رمز اظهار تنفر است (مطهری ۱۳۹۱، ج ۱، ص ۷۱)

۲-۲. زیارت: تعهد اخلاقی

در فقه امامیه، زیارت سه کارکرد در جهت افزایش تقوا دارد:

الف) احیای معنویت: در زیارت، مؤمن با تدبیر در زندگی و شهادت اولیای الهی، عبرت می‌گیرد، به یاد مرگ می‌افتد و برای اصلاح خویش تصمیم می‌گیرد. زیارت نوعی احیای

1 Liminality



ارزش‌های توحیدی و تمرین عبودیت است.

آمدن جابر به زیارت تربت مقدس اباعبدالله و همچنین سنت زیارت کردن اباعبدالله از دور و نزدیک با زیارات مأثورهای که وارد شده است، همه به منظور پیوند با شهیدان است. (مطهری، ۱۳۹۰، ج ۲۵: ص ۴۱۶). امور معنوی و روحانی، روح بشر را قانع میکند و به او رضایت خاطر و اطمینان میدهد. (مطهری: ۱۳۹۰، ج ۲۲، ص ۹۸)

ب) الگوبرداری: "سبل التقوی" خدایا، بر محمد، بنده و فرستاده‌ات، درود فرست، کسی که به وسیله‌ی او ما را از گمراهی هدایت کردی، از جهل آموختی، از کوری روشنمان ساختی، در راه عالی و راه‌های تقوا قرارمان دادی (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۹۱، ص ۱۷)

پ) تعهد عملی: این تعهد ناشی از نگرش تقلیل‌گرایانه به تقواست. زیارت قبور پیامبر(ص) و ائمه اطهار(ع) در سنت شیعی و اهل سنت، نه صرفاً یک مراسم، بلکه بازسازی رابطه انسان با معنویت و آخرت است. امام صادق(ع) فرمود: «زیارت حسین(ع) موجب پاکی گناهان است، همانند روزی که مادر، نوزاد را زاییده است» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۴: ص ۵۸۸).

۳. تحلیل اجتماعی و روانشناختی

۳-۱. کارکردهای اجتماعی وحدت‌بخش

همسان‌سازی طبقاتی در مناسک حج، مهم‌ترین سازوکار تقوای اجتماعی است:
الف) انحلال تمایزات: زدودن نشانه‌های طبقاتی و انحلال تمایزات در لباس احرام (Turner, 1969, p.96)

ب) بازتعریف هویت: جایگزینی "هویت ایمانی" به جای هویت‌های قومی و ملی. این فرآیند در قرآن کریم به روشنی ترسیم شده است: «لِكَيْلَا تَكُونَ عَلَى النَّاسِ حُجَّةٌ» (نساء: ۱۶۵)
پ) انسجام امتی: تجلی "أمة واحدة" در مراسم حج (گیدنز، ۱۳۹۵، ص ۲۱۴)

در ایران زیارت‌گاه‌ها به کانون‌های سرمایه اجتماعی دینی تبدیل شده‌اند. در عراق زیارت کربلا با ایجاد جمعیت عظیم شیعی بویژه در مناسبت‌هایی مانند اربعین، انسجام اجتماعی را تقویت می‌کند. در عربستان حج به عنوان نماد امت واحد و کاهش تبعیض نژادی پس از حج

در کاهش تعصبات نژادی مؤثر است. یکی از نکات منفی و قابل بررسی موضوع تجاری شدن مناسک می باشد که یکی از مهم ترین آفات اجتماعی است. زیرا در برخی موارد، شاهد تبدیل فضاهای عبادی به مراکز تجاری هستیم که سبب تضعیف روح تعبدی با انگیزه های مادی می شود. تهدید جنبه عرفانی و تضعیف روحیه تعبدی، گرایشات فرقه ای و خدشه در وحدت آفرینی زیارات، ریاکاری در عبادات و کاهش تأثیرات تربیتی و "خطر ریاکاری در مجالس دینی" (قرائتی، ۱۳۶۶، ج ۱، ۱۸۹۶)؛ ایجاد وسواس زیارت و ایجاد اضطراب از مهم ترین چالش ها و آسیب های اجتماعی موجود در مقوله حج و زیارت هستند.

۳-۲. کاربرد روان شناختی

یکی از سؤالات اساسی حوزه روان شناسی دین این است که، تفاوت دینداری افراد از چه چیزی ناشی می شود. تعیین این موضوع، که دینداری چگونه با ابعاد اصلی شخصیت انسان ارتباط می یابد، نقطه شروع مهمی در شکوفایی پیوند میان روان شناسی شخصیت و بررسی علمی دین بوده است. (جهانگیرزاده و قربانی، ۱۳۸۸، ص ۴۱-۷۰) روان شناسی با افکار و سایر محتویات ذهن کار دارد (یونگ، ۱۹۳۷، ص ۳) و یکی از حیطه های پژوهشی، که هم ماهیت بین رشته ای دارد و هم بستری برای تولید علم می باشد، مناسبات دین و روان شناسی است که عبارت است از نوع روابط و خدمات متقابل دین و روان شناسی. این مناسبات را می توان در چهار محور بررسی کرد: روان شناسی دین، روان شناسی دینی، خدمات دین به روان شناسی و کاربردهای روان شناسی در نهادهای دینی. در دو محور اول، به مباحث نظری و دو محور بعد، به مباحث عملی و کاربردی تر می پردازند. روان شناسی دین، شاخه ای از روان شناسی است که به بررسی رفتارها، نگرش ها، تجربه های دینی و فرایندهای ذهنی مربوط به آن می پردازد. (فاضلی و دیگران، ۱۳۹۲)

با توجه به اینکه درجه تقوا نسبت به ایمان بالاتر است کسانی که اهل تقوا هستند نه تنها به آسیب های روانی مبتلا نمی شود بلکه نسبت به آسیب ها مصونیت دارد. خداوند متعال در سوره مبارکه طلاق در آیات ۴، ۲ و ۵ نسبت به آن اشاره دارد: در سایه تقوی کارها آسان می



گردد؛ تقوا راه نجات است و معمولاً کسی که احساس می کند در بن بست زندگی گرفتار است دچار اضطراب می گردد. اما کسی که دریابد که خداوند برای وی راه نجاتی قرار داده است احساس آرامش می کند؛ تقوا مانع از بروز انحراف می گردد. یکی دیگر از دلایل که تقوی سبب آرامش روانی است، این است که تقوی موجب بازداري از بدی ها و رسیدن به پاداش های نیک می گردد (باقرالعلوم، ۱۳۹۳). به راستی کسی که به کمک ملکه ی تقوا، نزدیک ترین و دشمن ترین دشمنانش (نفس اماره) را مهار و کنترل کرده، معلوم است که فردی قدرتمند و قوی است. چنین فرد در برابر دشمنان خارجی و تهدیدات بیرونی هرگز ترس، ضعف و سستی ندارد. و به فرمایش پیامبر (ص): «با نیرومندی و قدرت زندگی می کند...». امیر مؤمنان نیز در اینباره فرموده: «القوی من قمع لذته. کسی که لذات و شهواتش را کنترل و مهار کرده، قوی است.» (مطهری شهرستانی، ۱۳۹۲)

نتیجه گیری

یافته ها نشان می دهد که تأثیر اخلاقی زیارت، به زمان حضور در مکان مقدس محدود نمی شود، بلکه به عنوان یک سرمایه معنوی و اخلاقی در زندگی فردی و اجتماعی زائر باقی می ماند. به این ترتیب، تأثیر اخلاقی حج و زیارت، صرفاً به مدت زمان سفر محدود نمی شود، بلکه به زندگی پس از آن نیز گسترش می یابد. معیار نهایی تقوای پرورش یافته از طریق حج و زیارت، در تحول اخلاقی پایدار و پایبندی به رفتار اخلاقی در تعاملات روزمره نهفته است که ثمره ماندگار این سفرهای مقدس را به نمایش می گذارد. تحلیل جامع ابعاد فقهی، اجتماعی و روانشناختی نشان می دهد که حج و زیارت، نه تنها اعمال عبادی صرف، بلکه سازوکارهای پیچیده و عمیقی برای پرورش تقوا در فرد، خانواده و جامعه اسلامی هستند. تقوا، به عنوان یک «خودآگاهی الهی» پویا و چندبعدی، از صرفاً پرهیز از گناه فراتر رفته و شامل تعهد فعال به خودسازی و جامعه سازی می شود. نتایج این پژوهش را می توان در چند محور اساسی خلاصه کرد:

۱. از منظر فقهی، تقوا غایت نهایی عبادات و از جمله حج و زیارت است. احکام دقیق فقهی

این مناسک، نه صرفاً جنبه تشریفاتی دارند بلکه هدفشان تربیت انسان متقی و خداجوست. التزام به این مناسک موجب پرورش ملکه تقوا و تقویت خودکنترلی در عمل به فرامین الهی می‌شود. شرایط حج مبرور و احکام دقیق مناسک (مانند احرام، عرفات، رمی و قربانی)، صرفاً قواعد ظاهری نیستند؛ بلکه به طور هدفمند، فضایل اخلاقی مانند اخلاص، صبر، فروتنی، خودداری و رعایت حقوق دیگران را در حاجی پرورش می‌دهند. تأکید بر مال حلال و پرهیز از گناهان در طول سفر، پیوند ناگسستنی میان اخلاق مالی و معنویت را نشان می‌دهد. آداب فقهی زیارت نیز، با تأکید بر طهارت، فروتنی و احترام به دیگران، به طور مستقیم به تقویت تقوای درونی و بیرونی زائر کمک می‌کنند.

۲. از منظر اجتماعی، حج و زیارت با ایجاد فضایی برای همبستگی و تجدید بیعت با اولیای الهی، بستر همگرایی امت اسلامی، رفع مرزهای قومی و جغرافیایی و تحقق عدالت اجتماعی‌اند. تقوا در این بعد به معنای مراقبت جمعی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و پاسداشت ارزش‌های مشترک امت اسلامی است. مناسک جمعی حج، تقوا را از سطح فردی به سطح نهادی و اجتماعی ارتقا می‌دهد. حج به عنوان بزرگترین گردهمایی مسلمانان، عوامل تاثیرگذار بی‌نظیری برای وحدت و برادری در امت اسلامی است. یکنواختی در احرام و مناسک جمعی، تمایزات اجتماعی را از بین برده و حس عمیقی از برابری و همبستگی را القا می‌کند. حج و زیارت به تقویت هویت جمعی و کاهش اختلافات فرقه‌ای کمک می‌کند.

۳. از منظر روان‌شناختی، تجربه حضور در اماکن مقدس و مشارکت در مناسک عبادی حج و زیارت، آثار عمیقی بر روان فردی دارد. کاهش اضطراب، افزایش امید، تقویت خودمهاری، آرامش درونی و تعالی معنوی از جمله مهم‌ترین نتایج روان‌شناختی این مناسک‌اند که در نهایت به شکل‌گیری و تحکیم تقوا در شخصیت فرد منتهی می‌شود. حج یک سفر تحول‌آفرین است که به خوداندیشی عمیق، تزکیه نفس و رشد عاطفی منجر می‌شود. چالش‌های جسمی و روانی سفر، صبر و تاب‌آوری را تقویت کرده و ممنوعیت‌های احرام، خودکنترلی را آموزش می‌دهند. زیارت نیز با فراهم آوردن فرصت‌هایی برای تأمل و ارتباط با شخصیت‌های معنوی، به شفای روان‌شناختی و افزایش تاب‌آوری معنوی کمک می‌کند. در پرورش فضایل کلیدی مانند



صبر، فروتنی، سخاوت، راستگویی، عدالت و امانت داری تجلی می یابد. حج و زیارت، به مثابه مدارسی عمل می کنند که اصول اخلاقی را از تئوری به عمل تبدیل کرده و به تحول اخلاقی پایدار در زندگی پس از سفر منجر می شوند.

۴. در پیوند سه بعد یادشده، تقوا به عنوان حلقه اتصال بین فرد و جامعه عمل می کند. این مفهوم نه تنها موجب ارتقای معنوی فرد می شود، بلکه ساختارهای اجتماعی را نیز بر پایه عدالت، همبستگی و مسئولیت پذیری تقویت می نماید. در مجموع، حج و زیارت، سازوکارهایی جامع و در هم تنیده برای پرورش تقوا در معنای پویا و چندبعدی آن هستند. تقوا به عنوان ثمره نهایی این سفرها، نه تنها در پرهیزگاری فردی، بلکه در مسئولیت پذیری اجتماعی، رفتار اخلاقی و تاب آوری معنوی افزایش یافته، تجلی می یابد. این زیارت ها، برای رشد جامع فرد مسلمان و تحکیم بنیان های امت اسلامی، ضروری و بی بدیل هستند.

بنابراین می توان انتظار داشت که با تعمیق آموزش ها و معارف حج و زیارت در جوامع اسلامی، تقوا به عنوان سرمایه ای معنوی و اجتماعی نقش پررنگ تری در حل بحران های اخلاقی، روانی و اجتماعی ایفا نماید. بنابراین، سیاست گذاران فرهنگی و دینی می توانند با تکیه بر این کارکردها، از حج و زیارت به عنوان بستری مؤثر برای تقویت اخلاق دینی، انسجام اجتماعی و سلامت روانی جامعه بهره مند شوند.

این پژوهش با ارائه الگوی مثلث افزایش تقوا ثابت می کند مناسک حج و زیارت، در قالب کارگاه های انسان سازی، با فعال سازی "مثلث افزایش تقوا" که سه ضلع فقهی (نهادینه کردن تقوای عملی)، اجتماعی (ایجاد تقوای ساختاری) و روان شناختی (ایجاد تقوای وجودی) دارد، زمینه ساز رشد و تعالی روحی انسان می شوند. ضلع فقهی با تمرکز بر احکام و مناسک شرعی، به نهادینه سازی تقوای عملی می پردازد و رفتار انسان مؤمن را در چارچوب عبودیت الهی سامان می دهد. ضلع اجتماعی، از رهگذر همبستگی مسلمانان، مرزهای نژادی، قومی و زبانی را در هم می شکند و تقوای ساختاری را از طریق تقویت وحدت و هویت جمعی رقم می زند. در نهایت، ضلع روان شناختی با بازسازی معنا و ایجاد تحول در نگرش درونی فرد نسبت به خود، خدا و هستی، به تعمیق تقوای وجودی کمک می کند.

منابع

الف) فارسی

۱. قرآن کریم، ترجمه آیت الله مکارم شیرازی.
۲. ابن تیمیه، تقی الدین (۱۴۱۵ق). اقتضاء الصراط المستقیم، دار عالم الکتب، ج ۱، ص ۳۶۷.
۳. ابن قدامه، موفق الدین (۱۴۰۵ق). المغنی، دار الکتب العلمیه، ج ۳، ص ۵۵۶.
۴. ابن عربی، محیی الدین (۱۴۲۲ق). فصوص الحکم، دار الکتب العلمیه، ص ۲۱۶.
۵. ایزدی، فائزه؛ حیدری، حسین؛ روحانی رصاف، جواد (۱۳۹۲). بررسی روند تحولات شبه پارادایم های جامعه شناسی دین، نشریه معرفت: موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، ش ۲۳، ج ۱۹۸.
۶. الهامی نیا، علی اصغر (۱۳۸۵). اخلاق سیاسی جلد: ۱ صفحه ۲۹، تهران: زمزم هدایت.
۷. آوینی، سیدمرتضی (۱۴۰۴). متفرقه / شبهه ۱۹۶، موسسه فرهنگی هنری اندیشه شهید آوینی، دسترسی در: <https://old.aviny.com/shobhe/motafaraghe/196.aspx>
۸. برهانی، مجتبی (۱۳۸۷). فاطمه علیها السلام: تجلیگاه انوار آفرینش. ج ۱۵، قم: انتشارات بیت الاحزان.
۹. پژوهشکده باقرالعلوم (۱۳۹۳). آرامش روانی در پرتو ایمان، تقوا و عبادت، دسترسی در: <http://pajoohe.ir>
۱۰. ثناگویی زاده، محمد (۱۴۰۲). اثربخشی خانواده درمانی مذهبی با رویکرد اسلامی بر کارآمدی خانواده، رضایت زناشویی و شاخص های غنی سازی ارتباط والدین دارای فرزند نوجوان. روان شناسی فرهنگی، ۷(۱)، ۲۰۸-۲۳۵. doi: 10.30487/jcp.2023.354251.1459
۱۱. جهانگیرزاده، محمدرضا؛ نیما، قربانی (۱۳۸۸). «رابطه عوامل شخصیت و خودشیفتگی بیمارگون با جهت گیری دینی»، فصلنامه روان شناسی و دین، شماره ۲ (پیاپی ۶)، ص ۴۱-۷۰.
۱۲. حلی، حسن بن یوسف (۱۴۱۱ق). تذکره الفقهاء، مؤسسه آل البيت، ج ۸، ص ۴۵۴.
۱۳. حیدری. مجتبی (۱۴۰۰). «نقش حج در حفظ و تقویت نظام اجتماعی مسلمانان»،

- میقات حج، شماره ۱۱۸.
۱۴. خمینی، روح‌الله (۱۳۸۰). شرح چهل حدیث (اربعین حدیث)، قم: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س)، ج ۱، ص ۲۰۶.
۱۵. راغب اصفهانی، حسین (۱۴۱۲ق). المفردات فی غریب القرآن. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی. ج ۱.
۱۶. راغب اصفهانی، حسین (۱۴۰۴ق). «المفردات فی غریب القرآن»، دفتر نشر کتاب ۱۴ ق، ج ۱ ص ۵۳۰.
۱۷. رضایی، احسان (۱۴۰۱). اثربخشی معنویت درمانی اسلامی بر شادکامی دختران نوجوان خانواده‌های از هم گسیخته. مطالعات راهبردی بسیج، ۲۵ (۹۵)، ۱۲۳-۱۵۱.
۱۸. شربینی، محمد الخطیب (۲۰۰۰م). مغنی المحتاج إلى معرفة معانی الفاظ المنهاج، دار الکتب العلمیة، بیروت- لبنان، ج ۲، ص ۲۰۵.
۱۹. طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۷۴). المیزان فی تفسیر القرآن، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ج ۵، ۱۴، ص ۵۱۵.
۲۰. طباطبایی، سید محمد حسین (۱۴۱۷ق). تفسیر المیزان، ج ۲. قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۲۱. فاضلی مهرآبادی، علیرضا؛ مهدی زاده، حمید؛ تبیک، محمد تقی (۱۳۹۲). نیازسنجی پژوهشی در گستره مناسبات دین و روان‌شناسی، نشریه روانشناسی و دین، سال ششم، شماره اول، بهار ۱۳۹۲، ص ۱۸۰.
۲۲. قرائتی، محسن (۱۳۶۶). درس‌هایی از قرآن، تهران، مؤسسه در راه حق، ج ۱.
۲۳. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). الکافی، ج ۴. تهران: دارالکتب الإسلامیة.
۲۴. مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). بحار الأنوار، مؤسسة الوفاء، ج ۶۷، ص ۱۱۱؛ ج ۹۹، ص ۱۲۶؛ ج ۹۱/۱۷.
۲۵. مرتضی ترخان، منصور بیرامی، حسن شمس، حسن عبدالله زاده، محمدعلی گودرزی مقدمه ای بر روان‌شناسی دین، چاپ ۲ تهران، انتشارات ارجمند ۱۴۰۲.



۲۶. مطهری، مرتضی (۱۳۸۹)، آشنایی با قرآن، تهران: صدرا، جلد: ۶.
۲۷. مطهری، مرتضی (۱۳۹۱)، حج، تهران: صدرا، جلد: ۱.
۲۸. مطهری، مرتضی (۱۳۹۰)، مجموعه آثار، ج ۱ و ج ۲۵ و ج ۲۲، تهران: انتشارات صدرا.
۲۹. مطهری شهرستانی (۱۳۹۲). نقش تقوا در سلامت جسم و روان، دسترسی در: <https://amaniyat.blogsky.com/>
۳۰. نادری، مهدی و آذرشب، محمد. (۱۴۰۳). حج و هویت جمعی امت اسلامی. پژوهشنامه حج و زیارت، ۹(۱)، ۱۵۷-۱۸۵.
۳۱. نراقی، ملا احمد (۱۳۹۸). معراج السعادة، انتشارات هجرت، ص ۴۴۵.
۳۲. نجفی، حافظ (۱۴۰۱). نقش زیارت در توانمندی زائران برای مقابله با مشکلات زندگی خانوادگی. فصلنامه فرهنگ زیارت، ۱۳(۵۰)، ۱۱۳-۱۳۸.
۳۳. نجفی، حافظ (۱۴۰۱). مقاله پژوهشنامه کلام تطبیقی شیعه، "زیارت در ادیان و نقش معنوی و تمدنی آن"، نجفی، حافظ، ۱۴۰۱، دوره ۳، شماره ۴.
۳۴. نجفی، محمدحسن (۱۴۰۴ق). جواهر الکلام فی شرح شرائع الاسلام، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ج ۷، ص ۲۱۸.
۳۵. یونگ، کارل گوستاو (۱۹۳۷) روانشناسی و دین، ترجمه فواد روحانی (۱۳۹۰)، ج ۷، تهران: علمی فرهنگی.

ب) لاتین

36. American Psychiatric Association (2022). DSM-5-TR، American Psychiatric Pub, p.235.
37. Bandura, Albert. (1991). Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of moral thought and action. Handbook of moral behavior and development (Vol. 1, pp. 45-103). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
38. Durkheim, Émile. (1912). Elementary Forms of religious life، New York: Free Press, p.47.

39. Giddens, A. (1991). Modernity and Self-Identity. UK: Polity Press, p.214.
40. Koenig, Harold G. 2018. Religion and Mental Health: Research and Clinical Applications. London ; San Diego ; Cambridge, MA ; Kidlington, Oxford : Elsevier : Academic Press.
41. Pargament, Kenneth.I. (2001). Psychology of Religion and coping New York: Guilford Press, pp.32.
42. Putnam, R.D. (2000). Bowling Alone .Simon & Schuster, p.66.
43. Qardawi, Y. (1994). Lawful and Prohibited... .American Trust Pub, p.87.
44. Turner, V. (1966). The Ritual Process .Aldine The University of Rochester, Rochester, New York.
45. Zimbardo, P.G. (2007). The Lucifer Effect .Random House, p.194.

