



سال نهم • بهار و تابستان ۱۴۰۲ • شماره ۱۸

Biannual Journal of Islamic Psychology

Vol. 9, No. 18, Spring & Summer 2023

## سبک‌های یاری‌طلبی از خدا: تدوین مدل مفهومی روان‌شناختی بر اساس منابع اسلامی

مهدی عباسی\*

صدیقه اکبری پویانی\*\*

### چکیده

توجه به عوامل معنوی و مذهب، نقش بنیادینی در سلامت روانی و حتی جسمی افراد دارد. یاری‌طلبی از خداوند که در منابع اسلامی از آن با تعبیر «استعانت از خدا» یاد می‌شود از جمله این عوامل است که همواره درباره آن بررسی‌هایی انجام شده است. پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل مفهومی سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند بر اساس منابع اسلامی (قرآن و حدیث) انجام شد. به منظور استخراج مؤلفه‌های مفهومی سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند در متون اسلامی از روش تحلیل محتوای کیفی استفاده شد. بدین منظور متون اسلامی مرتبط با موضوع پژوهش در آیات و روایات طبقه‌بندی شده در کتاب نهج الدعاء انتخاب شد. برای تعیین مؤلفه‌های مفهومی از مقوله‌بندی کدها و مرکزی‌سازی مفاهیم استفاده شد. مؤلفه‌های استخراج‌شده به همراه مستنداتش به متخصصان در علوم دینی و روان‌شناسی ارائه شد و از این طریق روایی محتوایش تأیید شد. یافته‌های پژوهش نشان داد سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند بر اساس متون اسلامی بر پنج شیوه اصلی شامل مناسکی، ابراز بدنی، موقعیتی، مقابله‌ای و جبران‌کننده متمرکز است. مجموع ویژگی‌های افراد در این پنج شیوه، سبک یاری‌طلبی از خداوند را در آنها نشان می‌دهد.

**کلیدواژه‌ها:** یاری‌طلبی از خداوند، دعا، سبک یاری‌طلبی، مدل مفهومی.

\* استادیار گروه روان‌شناسی اسلامی، پژوهشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران (نویسنده مسئول) [ym.abbasi@gmail.com](mailto:ym.abbasi@gmail.com)

\*\* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۸/۰۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۰/۰۴

## مقدمه

در همه افراد، نوعی احساس مشترک وجود دارد که کسی هست و از انسان نگه‌داری می‌کند (راسل، ۱۳۵۱). از سویی تاکنون هیچ حکومتی در دنیا نتوانسته است امنیت و رفاه کامل انسان را تأمین کند و امنیت کامل صرفاً در سایه مذهب و راه‌حل یاری خدا امکان‌پذیر است<sup>۱</sup> (نور: ۵۵). برای اینکه خداوند نیاز به ایمنی جویی معنوی را در انسان‌ها بیدار کند و به آنان توجه دهد که به خدا نیازمندند، انسان‌ها را در موقعیت‌های طاقت‌فرسا قرار می‌دهد<sup>۲</sup> (انعام: ۴۲؛ اعراف: ۹۴). بیشتر افراد در ایام دشوار زندگی از امر قدسی حمایت می‌طلبند. این حمایت ممکن است از ادراک نوعی مواجهه معنوی مستقیم به دست آید؛ ملاقاتی معنوی که مواجهه با سختی و مصیبت‌ها را بی‌اثر می‌کند. همچنین، حمایت معنوی ممکن است از درون دیگر منابع سر بر آورد: دعا و مراقبه، ارتباط با روحانیان و اعضای اجتماعات مذهبی، مراسم آیینی مشارکت در امور عبادی، باورها، مطالعه متون مقدس و ... (پارگامنت، ترویون، ماهونی، سیلبرمن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷).

پژوهش‌های تجربی نیز از چندین دهه گذشته تاکنون نشان داده است که توجه به عوامل معنوی و مذهب، به‌ویژه، نقش بنیادینی در سلامت روانی و حتی جسمی افراد دارد (جان‌بزرگی، ۱۳۷۸، ۱۳۸۷؛ پارگامنت و همکاران، ۲۰۰۷). طبق یافته‌های بولمن و ورتمن<sup>۴</sup> (۱۹۷۷)، کانوی<sup>۵</sup> (۱۹۸۵)، پارگامنت (۱۹۹۷)، تیپر، راجرز، کُمن و مالونی<sup>۶</sup> (۲۰۰۱)، ریچاردز و هاردمن و برت<sup>۷</sup> (۲۰۰۷) کاملاً روشن است که بسیاری از مردم وقتی با مشکلات جدی روبه‌رو می‌شوند به معنویت متوسل

۱. وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا يَعْبُدُونَنِي لَا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئًا وَمَنْ كَفَرَ بَعْدَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ.  
 ۲. وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُمْ بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ (انعام: ۴۲)؛ وَمَا أَرْسَلْنَا فِي قَرْيَةٍ مِنْ نَبِيٍّ إِلَّا أَخَذْنَا أَهْلَهَا بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَضُرَّعُونَ (اعراف: ۹۴)

3. Pargament, K. I.; Trevion, K.; Mahoney, A; Silberman, I

4. Bulman, R. J.; Wortman, C. B

5. Conway, K

6. Tepper, L.; Rogers, S. A.; Coleman, E. M.; Malony, H. N

7. Richards, P. S.; Hardman, R. K.; Berrett, M. E

می‌شوند و یاری‌طلبی می‌کنند.

جست‌وجوی حمایت معنوی برای بیشتر افراد در ابتدا و بیش از هر چیزی در حفظ رابطه‌شان با امر قدسی است. از نظر اشخاص معتقد به خداوند، حفظ نوعی رابطه مستمر شخصی با خدا در میانه بحران‌ها ارزش فوق‌العاده‌ای دارد. حمایت معنوی برای بهبود کارکردهای مهم جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی که فی‌نفسه معانی معنوی دارند، مفید واقع می‌شود (پارگامنت، ۱۳۹۹). دعا یکی از رفتارهای مذهبی است که جنبه‌های قدسی زندگی را حفظ می‌کند و با بهداشت روان و تندرستی ارتباط دارد. از این رو، میان منابع مذهبی، دعا بیشترین منبعی است که استفاده می‌شود. نیایش را غالباً هسته ایمان دانسته‌اند (هایلر<sup>۱</sup>، ۱۹۳۲). در بسیاری از آیات قرآن به موضوع دعا و یاری‌طلبی از خداوند اشاره شده است، از جمله: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾ (غافر: ۶۰). در این آیه، اول امر به دعا شده، سپس وعده اجابت داده شده، و در ادامه دعا را عبادت شمرده و ترک دعا را از تکبر خوانده، و بر ترک آن وعده دخول در جهنم داده است. «عبادت» در این آیه همان دعا، و دعا همان عبادت است.

به طور کلی، در ادبیات و فرهنگ اسلامی برای یاری‌طلبیدن از خداوند با «استعانت» یاد می‌شود. دعا، انابه و استغاثه از جمله این مفاهیم و اصطلاحات است. در آیه ﴿إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ﴾ (حمد: ۵)، «نستعین» به معنای یاری‌طلبی از خداوند است و در آیه ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ...﴾ (بقره: ۴۵) نیز «استعانت» به معنای یاری‌طلبی از صبر و نماز است. طبق آیه ۱۸ سوره یوسف، ﴿فَصَبِّرْ جَمِيلًا وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ﴾ تنها کسی که شایسته یاری‌طلبی است، خداوند تبارک و تعالی است؛ و دعا یگانه راه ارتباط بندگان با مبدأ است و تنها وسیله‌ای است که خداوند متعال برای ارتباط با خود مقرر فرموده است.

«دعا» در اصطلاح عبارت است از خدا را «خواندن» و به سوی او میل و رغبت پیدا کردن و با او «رابطه برقرار کردن»؛ خواه این رابطه در قالب «اقرار» باشد یا ستایش، تمجید، تسبیح، درخواست یا طلب آمرزش و استغفار (ابن‌منظور، ۱۴۲۶). در تفسیر المیزان در تعریف «دعا» آمده است: «دعا آن است که از طلب برخیزد و زبان فطرت آن را طلب کند، نه اینکه زبان هر طور خواست حرکت کند» (طباطبایی، ۱۴۱۷). ویژگی مهم این تعریف آن است که شامل دعای تکوینی هم می‌شود.



بنابراین، «دعا» به معنای خواندن و صدازدن خداوند و ارتباط با او است. از این‌رو به هیچ وجه محدود به «حاجت‌خواهی» نیست، بلکه مطلق خواندن و سخن‌گفتن با خدا است.

مجموعه دعا‌های مأثوره و نقل شده از معصومان علیهم‌السلام رابطه‌ای میان خلق و خالق برقرار می‌کند که اگر این ارتباط و توجه به مبدأ نباشد، خدای منان عنایت خاصش را قطع خواهد کرد و در این صورت، بندگان استعداد پذیرش این عنایت را از دست می‌دهند و مقتضای رحمت الاهی از کف می‌رود (ممدوحی کرمانشاهی، ۱۳۹۶). محمدحسین طباطبایی برای ترسیم منظومه دعا ابتدا جایگاه این مسئله را مشخص کرده و محدوده‌اش را به تصویر کشیده است. طبق نظر وی: ۱. دعاکردن به معنای در نظر نیاوردن علل و اسباب طبیعی نیست؛ ۲. دعاکردن فارغ از مقام تشریح و قانون‌گذاری است و مرتبه‌ای متعالی‌تر را شامل می‌شود؛ ۳. دعا بر اساس نظام فطری است و در فطرت آدمی می‌توان از آن سراغ گرفت و با عالم تخیل فرسنگ‌ها فاصله دارد؛ ۴. دعاکردن به معنای در نظر نیاوردن قدرت مطلقه خداوند و نیز قطعی بودن وقایع از پیش تعیین شده نیست، آن‌گونه که قوم یهود و قدریه به آن باور دارند (خادمی و طباطبایی، ۱۳۹۴). دعا و نیایش، عالی‌ترین جلوه پرستش و نشان‌دهنده روح فرمان‌برداری از آفریدگار هستی است؛ و نیایشگر حقیقی، پرستنده واقعی خدا و کارش عبادت است. در نتیجه، دعا و نیایش، مفهومی بلند و سازنده دارد، خواه خواسته انسان برآورده شود یا نشود (طبرسی، ۱۳۷۰).

ضرورت امر از این جهت است که انسان در اصل وجود به خداوند متعال نیازمند است. در ادامه و بقای آن به فیض الاهی محتاج است و اگر لحظه‌ای رابطه وجود انسان با خدا قطع شود انسان می‌میرد. در جهان‌بینی الاهی نیازهای زیستی انسان هم در ارتباط با خدا معنا پیدا می‌کند<sup>۱</sup> (فرقان: ۴۷). اینشتین (۱۳۴۲) از جمله کسانی است که درباره نیاز به حمایت معنوی می‌گوید: «انسان به نیرویی معنوی و ماورای بشری احساس نیاز می‌کند که در غلبه بر مشکلات او را یاری رساند و همواره از او پشتیبانی کند». حمایت معنوی می‌تواند مجموعه‌ای از اهداف روان‌شناختی و جسمانی را نیز برآورده کند (سیگل و اسکریم‌شاو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). بر اساس یافته‌های پژوهشی، تجربه حمایت معنوی می‌تواند به کاهش ناراحتی‌های جسمانی هم بینجامد (هایلینگمن، لی و کرامر<sup>۳</sup>،

۱. وَ هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِيَسَأَلَ وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَ جَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا.

2. Siegel, K.; Scrimshaw, E

3. Heilingman, R. M.; Lee, L. R.; Kramer, D

۱۹۸۳). از این رو هر گاه فرد از مسیر سیستم خودنظم‌جویی خداسو، خودمراقبت‌گری و خودتقویت‌گری خارج شود زمینه برای آسیب روانی معنوی فراهم می‌شود. بر این اساس، آسیب روانی معنوی، غیرارادی و ناهشیارانه نیست (جان‌بزرگی، ۱۳۹۸).

گروهی از محققان در قلمرو روان‌شناسی دینی، سبک‌های عبادت را بررسی کرده‌اند و از این مسیر بررسی تغییرات در این سبک‌ها را در میان افراد آسان کردند. مثلاً، وب<sup>۱</sup> (۱۹۶۲) به عبادات پرستشی، اعترافی، شفاعت‌آمیز و ترکیبی اشاره کرد. در حالی که هینسون<sup>۲</sup> (۱۹۷۹) مفاهیم «ستایش»، «شکرگزاری»، «اعتراف به گناهان»، «عبادات ترکیبی و شفاعت‌آمیز» را برای توصیف همان موضوعات انتخاب کرد. چارچوب‌بندی اطلاعات و جزئیات این موضوع را فاستر<sup>۳</sup> (۱۹۹۲) انجام داد. او ۲۱ نوع عبادت را در سه دسته اصلی گروه‌بندی کرد. طرح او تقریباً قابل درک بوده و بیشتر به ساختار ارزشمندش توجه می‌شود. در همین زمان، بسیاری از انواع عبادتی که او در این دسته‌بندی‌ها قرار داده بود منحصر به فرد بود و به‌ندرت در جای دیگری از نوشته‌های این دوران یافت می‌شد (اسپیلکا<sup>۴</sup> و لد،<sup>۵</sup> ۲۰۱۳).

هایلر (۱۹۳۲) و فاستر (۱۹۹۲) سهم بسزایی در مطالعه انواع نیایش دارند. سنخ‌های نُه‌گانه هایلر و ۲۱ نوع نیایش فاستر، علاوه بر اینکه جامعیت و شمول چشمگیری دارند، مبنای کار بسیاری از پژوهشگران نیز قرار گرفته‌اند (میری، ۱۳۹۷). با توجه به اینکه حمایت معنوی برای منزوی‌ترین و تهی‌ترین افراد می‌تواند منبع بسیار مهمی از آرامش قدرت و تشویق باشد، کول<sup>۶</sup> (۱۹۹۹) به عنوان بخشی از مداخله‌ای گروهی برای زنان مبتلا به سرطان تمرین تصویرپردازی نفس خداوند را ابداع کرد و پژوهش‌هایی برای اثربخشی منابع معنوی در زمینه مراقبه صورت گرفت (اکسلین و مارتین<sup>۷</sup>، ۲۰۰۵).

اطلاعات موجود در پژوهش‌های مربوط به سنجش نگرش‌ها و اعتقادهای دینی اغلب در زمینه دین مسیحیت بوده و تعمیم آن به جامعه اسلامی ما امکان‌پذیر نیست. به‌علاوه، تحقیقات انجام‌شده نقائصی همچون فقدان جامعیت، کمبود دقت و صحت در موضوع دارد. از این رو این

1. Web, L

2. Hinson, E. G

3. Foster, R. J

4. Spilka, B

5. Ladd, K. L

6. Cole, B. S

7. Exlin, J. J. & Martin, A

عرصه همچنان از پژوهش‌های میدانی غنی نیست و با توجه به جامعیت و دقت و صحت در موضوع ضرورت پژوهش حاضر مشخص می‌شود.

ویژگی‌های پژوهش حاضر متمرکز بر مشخص کردن سبک یاری‌خواستن از خدا است و اینکه افراد چه نوع واکنش‌ها، چه موقعیت‌ها، چه شیوه‌ها و چه دعا‌هایی را برای صدا کردن خداوند ترجیح می‌دهند. یاری‌طلبی از خداوند می‌تواند در سطح میل، انگیزه و رفتار مطرح شود، به این معنا که می‌تواند نوعی سبک قلمداد گردد. از این‌رو، می‌توان این فرضیه را مطرح کرد که مدل مفهومی سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند در متون اسلامی (قرآن و حدیث) قابل استخراج است. این مدل شامل مؤلفه‌هایی است که هر یک شیوه نسبتاً ثابتی را برای درخواست یاری از خداوند نشان می‌دهد. برای اثبات این فرضیه، به این پرسش پاسخ داده خواهد شد که: مؤلفه‌های مفهومی روان‌شناختی که شیوه نسبتاً ثابت افراد را در یاری‌طلبی از خداوند مشخص می‌کند بر اساس منابع اسلامی کدام‌اند؟

### روش پژوهش

به منظور استخراج مؤلفه‌های سبک یاری‌طلبی از خداوند موجود در متون اسلامی (قرآن و حدیث) از روش تحلیل محتوای کیفی استفاده شد. مؤلفه‌های مفهومی به عنوان معنای اصلی پیام موجود در جملات کتب لغت و اصطلاح و متون اسلامی در نظر گرفته شد (نک: سرمد و همکاران، ۱۳۸۰). مؤلفه‌های استخراج‌شده به همراه مستندات آن به متخصصان در علوم دینی و روان‌شناسی ارائه شد و بدین واسطه روایی محتوایش را بررسی کردیم.

جامعه و نمونه اسناد: جملات توصیفی تبیینی موجود در متون اسلامی قرآن کریم و روایات در کتاب نهج الدعاء (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۹) جامعه اسناد این پژوهش بوده است. این اسناد شامل جملات توصیفی، تبیینی و تجویزی موجود در متون اسلامی بود که در این پژوهش واحدهای تحلیل محسوب می‌شوند. نمونه‌گیری در میان متون اسلامی به روش هدفمند انجام شد، به این صورت که جملات انتخاب‌شده در قرآن کریم و روایات (نمونه اسناد) دارای ملاک ارتباط با موضوع یاری‌طلبی از خداوند و دعا بودند (نک: سرمد و همکاران، ۱۳۸۰). نحوه این ارتباط را وجود واژه‌ها و مفاهیم حوزه معنایی یاری‌طلبی از خداوند در آیات و روایات تعیین کرد. بدین ترتیب هر گزاره از متون دینی که برای توصیف و تبیین مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند مناسب

بود، مجال قرارگرفتن در نمونه اسناد را داشته است.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها: در پژوهش حاضر محتوای آشکار و پنهان متون اسلامی (قرآن و حدیث) تجزیه و تحلیل شد. از این‌رو، تحلیل محتوا از نوع کیفی و با رویکرد تفسیری بود. این کار نه با روش شمارش داده‌ها، بلکه با رویکرد تحلیل کیفی داده‌ها انجام شد (نک: بایی، ۲۰۱۱<sup>۱</sup>؛ دریسکو و ماشی، ۲۰۱۵<sup>۲</sup>). برای تحلیل کیفی داده‌ها از شیوه مقوله‌بندی (بایی، ۲۰۱۱) استفاده شد. این کار طبق نظر سرمد و همکاران (۱۳۸۰) به واسطه سه فعالیت انجام شد: الف. تلخیص داده‌ها؛ ب. عرضه داده‌ها؛ ج. نتیجه‌گیری. در بخش روایی سنجی محتوای مؤلفه‌های مفهومی داده‌های به‌دست‌آمده از نظر کارشناسان به واسطه محاسبه شاخص روایی محتوا<sup>۳</sup> (CVI) تحلیل شد. طبق پیشنهاد لین<sup>۴</sup> (۱۹۸۶، به نقل از: پولیت و بک، ۲۰۰۶<sup>۵</sup>) میزان CVI برای تک‌تک مؤلفه‌ها نباید کمتر از ۰/۷۸ باشد که در غیر این صورت، مؤلفه مد نظر روایی لازم را ندارد.

**شیوه اجرا:** استخراج مؤلفه‌ها و تبیین ساختار مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند در پژوهش حاضر به ترتیب در چهار اقدام انجام شد: ۱. انتخاب گزاره‌های قرآنی و حدیثی مرتبط با شیوه‌های نیایش، دعا و یاری‌طلبی از خداوند در کتاب نهج الدعاء (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۹) که نمونه اسناد پژوهش را تشکیل داد. این اقدام با رعایت ملاک ارتباط مفاد هر گزاره با موضوع پژوهش انجام شد. ۲. کدگذاری باز متون مرتبط با یاری‌طلبی از خداوند در منابع اسلامی (قرآن و حدیث)؛ اینکه هر کدام از متون اسلامی یافت‌شده، در مجموعه جملات توصیفی، تبیینی و تجویزی سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند قرار بگیرد یا نه، مبتنی بر فهم متن و فهم مقصود از متون (مسعودی، ۱۳۸۹) و سپس فهم روان‌شناختی (پسندیده، ۱۳۸۶) از آنها بود. ۳. مقوله‌بندی و مفهوم‌سازی: مقوله‌بندی متون دینی با هدف استخراج ویژگی‌های مؤثر در مفهوم سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند انجام شد. بدین منظور سه اقدام انجام گرفت: ۱. تلخیص و مرکزی‌سازی مضمون جملات آیات قرآن و روایات به منظور استخراج مضمون اصلی مرتبط با مفهوم سبک یاری‌طلبی از خداوند؛ ۲. عرضه مضمون‌های استخراج‌شده در گروه‌های متمایز بر اساس اشتراک موضوعی؛ ۳. نتیجه‌گیری و



۲۵

سبک‌های یاری‌طلبی از خدا: تدوین مدل مفهومی روان‌شناختی...

1. Babbie, E

2. Drisko, J. W. & Maschi, T

3. Content Validity Index (CVI)

4. Lynn, M. R

5. Polit, D. F. & Beck, C. T

مشخص کردن مؤلفه‌ها به واسطه نام‌گذاری آنها. ۴. بررسی روایی محتوای مؤلفه‌ها: برای جمع‌آوری دیدگاه‌های کارشناسان از فرم مشخصات استفاده شد که طبق نظر سیف (۱۳۹۰) در آن محتوای موضوع و ابعاد مختلفش به خوبی منعکس می‌شود. در این فرم، نظر کارشناسان درباره میزان مطابقت هر یک از مؤلفه‌ها با مستندات و میزان ضرورت وجود هر یک از مؤلفه‌ها در مدل مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند پرسیده شد. جدول زیر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و حرفه‌ای نمونه کارشناسان را نشان می‌دهد.

جدول ۱: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و حرفه‌ای کارشناسان

در بررسی روایی محتوای مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند (n=۱۰)

ویژگی	تعداد	درصد
سطح تحصیلات حوزوی	۱۰	۱۰۰
سطح تحصیلات دانشگاهی	۱۰	۱۰۰
دانشجوی دکتری	۰	۰
بدون تحصیل دانشگاهی	۰	۰
رشته تحصیلی	۶	۶۰
روان‌شناسی	۶	۶۰
رتبه علمی	۴	۴۰
علوم تربیتی	۴	۴۰
دانشیار	۱	۱۰
استادیار	۹	۹۰
مربی	۰	۰

همان‌گونه که در جدول ۱ آمده، تمامی کارشناسان دارای تحصیلات حوزوی بودند و با روش استنباط در منابع اسلامی آشنا هستند.

### یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش نشان داد سبک‌های یاری‌طلبی از خداوند بر اساس متون اسلامی پنج شیوه اصلی است: ۱. مناسکی؛ ۲. ابراز بدنی؛ ۳. موقعیتی؛ ۴. مقابله‌ای؛ ۵. جبران‌کننده. این پنج شیوه، بر اساس پنج مؤلفه مربوط به مدل مذکور نام گرفته است. مجموع ویژگی‌های افراد در این پنج شیوه، سبک یاری‌طلبی از خداوند را در آنها نشان می‌دهد. آنچه در ادامه می‌آید، شیوه‌های سبک یاری‌طلبی از خداوند است.



## ۱. شیوه مناسکی

در منابع اسلامی توجه ویژه‌ای به انجام دادن مناسک دینی شده است. بر این اساس، دین برای عبادت و دعا کردن مانند دیگر جنبه‌های زندگی دستور عملی خاصی ذکر کرده است. شیوه «مناسکی» بیان‌کننده این است که یاری طلبی نیایشگر از خداوند غالباً بعد از عبادت یا عمل خاصی مانند استقبال قبله، وضو، نماز واجب، نماز حاجت یا ذکر خاصی انجام می‌شود و اولیای دین بر این شیوه تأکید کرده‌اند. جدول ۲ ویژگی‌های مربوط به شیوه «مناسکی» را در سبک یاری طلبی از خداوند، به همراه مهم‌ترین متون اسلامی مربوط به آن نشان می‌دهد.

جدول ۲: ویژگی‌های شیوه «مناسکی» در سبک یاری طلبی از خداوند

ویژگی	حدیث	سند
همراه با اعمال عبادی	۱. پیامبر خدا، با عده‌ای آمد تا آنکه بالای قرن، نرسیده به مُرِطَاء تَوَقَّف کرد و رو به قبله، دستانش را بلند کرد و به دعا پرداخت. ۲. پیامبر خدا ﷺ: «هر کس وضو بگیرد و درست هم وضو بگیرد و سپس، دو رکعت نماز بگزارد و آنگاه، به درگاه پروردگارش دعا کند، دعایش، دیر یا زود، مستجاب می‌شود».	طبرانی، ۱۴۱۵، ج ۸، ص ۳۷۶ متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۲، ص ۱۰۹
	۳. امام صادق علیه السلام به مَسْمَع: «ای مَسْمَع! چرا هر گاه غمی از غم‌های دنیا به سراغ یکی از شما می‌آید، وضو نمی‌گیرد تا به مسجد برود و دو رکعت نماز بگزارد و در آن، دو رکعت به درگاه خدا دعا کند؟ مگر نشنیده‌ای که خداوند می‌فرماید: از صبر و نماز، کمک بجوید؟»	دیلمی، ۱۴۱۲، ص ۶۰ و ۹۴
همراه با ذکر خاص	۱. امام صادق علیه السلام درباره مردی که اندوهی به او می‌رسد یا حاجتی دارد: «دو رکعت نماز می‌گزارد و در یکی از آن دو، هزار مرتبه و در دیگری یک مرتبه «قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ» را می‌خواند. سپس، حاجتش را تقاضا می‌کند». ۲. امام علی علیه السلام: «درخواست، پس از ستایش است. پس خداوند ﷻ را بستاید و آنگاه، حاجت‌ها را از او بخواهید. پیش از درخواست حاجت‌ها، ستایش و مدح خداوند عز و جل را به جا آورید».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۴۷۷ ح ۲: صلوق، ۱۴۱۳، ج ۱، ص ۵۶۲، ح ۱۵۴۹ صندوق، ۱۳۶۲، ص ۶۳۵ ح ۱۰؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۳، ص ۳۰۸، ح ۷

بر اساس جدول ۲، دو ویژگی استخراج شده شامل (۱) همراه با اعمال عبادی و (۲) همراه با ذکر خاص در مؤلفه‌ای با عنوان «شیوه مناسکی» مرکزی‌سازی شده‌اند که توضیحشان چنین است:

الف. یاری طلبی همراه با اعمال عبادی: بر اساس این ویژگی، یاری خواستن از خداوند بعد از انجام دادن عملی که به تنهایی خود نوعی از عبادت است، مانند باوضو بودن و رو به قبله ایستادن

انجام می‌شود.

ب. یاری‌طلبی همراه با ذکر خاص: این ویژگی نشان‌دهنده این است که گاه سفارش شده است قبل از دعا کردن ابتدا ذکر خاصی مانند «الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» بیان شود. رسول گرامی ﷺ در مکارم اخلاق فرمودند: «هر دعایی که پیش از آن تمجیدی نباشد [درخواستی] ناقص است. نخست تمجید [خداوند] و سپس دعا» (مجلسی، ۱۴۰۳). امام علی علیه السلام نیز به این موضوع توجه ویژه‌ای داشتند و فرمودند: «درخواست، پس از ستایش است» (حمیری، ۱۴۱۳).

## ۲. شیوه ابراز بدنی

آنچه به بخش ارتباطات غیرکلامی می‌تواند مرتبط باشد، بحث دعا به عنوان عمل است. زبان بدن بیان‌کننده حالات روانی انسان است. در منابع دین به این موضوع هم پرداخته شده و به نیایشگر سفارش شده است که با تمام اعضا و جوارح در درخواست و یاری‌خواستن از پروردگار کمک گیرد. شیوه ابراز بدنی، شامل ویژگی‌هایی مربوط به واکنش‌های بدنی همراه با یاری‌طلبی از خداوند است، مانند بالاگرفتن دست‌ها یا اشک‌ریختن، خشوع و فروتنی در سطح بدن. جدول ۳ ویژگی‌های شیوه «ابراز بدنی» را در سبک یاری‌طلبی از خداوند، به همراه مهم‌ترین متون اسلامی مربوط به آن نشان می‌دهد.

جدول ۳: ویژگی‌های شیوه «ابراز بدنی» در سبک یاری‌طلبی از خداوند

ویژگی	حدیث	سند
ابراز وضعیت خاص بدنی	۱. تفسیر القمی، درباره این سخن خداوند متعال: «و به درگاه او بتبذل کن»؛ [امام <small>علیه السلام</small> ] فرمود: «به این صورت که دست‌ها را بلند کنی و دو انگشت نشانه را تکان دهی».	قمی، ۱۴۰۴، ج ۲، ص ۳۹۲؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۳، ص ۳۳۷، ح ۱
	۲. امام علی <small>علیه السلام</small> : «هر گاه از خدا درخواست کردی، با کف دستانت از او درخواست کن و هر گاه پناه بگیری، با پشت دستانت پناه بپر و هر گاه دعا کردی، با دو انگشت دعا کن».	حمیری، ۱۴۱۳، ص ۱۴۵، ح ۵۲۱؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۳، ص ۳۳۷، ح ۲
ابراز تواضع بدنی	۱. «و در دل خویش، پروردگارت را بامدادان و شامگاهان، با زاری و ترس، بی صدای بلند، یاد کن و از غافلان مباش»	السجده: ۱۶ و ۱۷
	۲. امام صادق <small>علیه السلام</small> : «خداوند <small>تعالی</small> به موسی بن عمران <small>علیه السلام</small> وحی فرمود که: هر گاه در پیشگاه من ایستادی، چونان شخص ذلیل و نیازمند بایست».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۶۱۵، ح ۶
	۳. امام علی <small>علیه السلام</small> : «بر شما باد درخواست کردن [از خداوند] با حالت خوری و افتادگی و چابلوسی و خاکساری و توبه و ترک گناه».	مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۷، ص ۳۴۱، ح ۲۸

بر اساس جدول ۳ دو ویژگی استخراج شده شامل (۱) ابراز وضعیت خاص بدنی و (۲) ابراز تواضع بدنی در مؤلفه‌ای با عنوان «شیوه ابراز بدنی» مرکزی سازی شده‌اند که توضیحشان چنین است:

**الف. ابراز وضعیت خاص بدنی:** در این ویژگی، یاری طلبی از خداوند در وضعیت بدنی خاصی مانند بالاگرفتن دست‌ها انجام می‌شود. در این بخش به روایاتی اشاره شده که بر وضعیت دست‌های نیایشگر تأکید دارد. مقصود از قراردادن پشت دو کف دست به سمت آسمان در حال رهبت این است که با زبان ذلت و حقارت به دانای آشکار و نهان بگوید. همان‌گونه که در روایات اشاره شد به حالت دست‌ها در هنگام دعا توجه شده است و نیایشگر با توجه به وضعیت قراردادن دست‌هایش می‌تواند در به اجابت رسیدن خواسته‌اش مؤثر واقع شود.

**ب. ابراز تواضع بدنی:** یاری طلبی از خداوند در این ویژگی، همراه با تواضع در بدن یا بعد از اشک ریختن انجام می‌شود. البته، می‌دانیم که عالی‌ترین حالت تواضع بدنی در عبادت سجده کردن است. امام علی علیه السلام فرمودند: «بر شما باد درخواست کردن [از خداوند] با حالت خواری و افتادگی و چابپلوسی و خاکساری و توبه و ترک گناه». می‌توان گفت این حالت افتادگی بدنی، همان حالت سجده است.

### ۳. شیوه موقعیتی

در شیوه موقعیتی یاری طلبی از خداوند در یک زمان یا مکان خاص، یا در زمان و مکانی مقدس انجام می‌شود. در منابع اسلامی توجه ویژه‌ای به زمان و مکان‌های مقدس و نسبت آن با دعا و نیایش شده است. جدول ۴ ویژگی‌های شیوه «موقعیتی» را در سبک یاری طلبی از خداوند، به همراه مهم‌ترین متون اسلامی مربوط به آن نشان می‌دهد.

جدول ۴: ویژگی‌های شیوه «موقعیتی» در سبک یاری طلبی از خداوند

ویژگی	حدیث	سند
مقید به مکان مشخص	۱. امام صادق <small>علیه السلام</small> درباره دعا کردن در محل رکن یمانی: «هیچ مؤمنی نیست که در آنجا دعایی بکند، مگر آنکه دعایش بالا رود تا به عرش بچسبد، به طوری که میان آن و خداوند، هیچ مانعی نیست».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۴۰۹؛ طوسی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۱۰۶
	۲. امام باقر <small>علیه السلام</small> : «هیچ کس برتر از مردی نیست که خانواده‌اش را بر مرکب می‌نشاند و در حالی که مردم از چپ و راست در عرفات وقوف کرده‌اند، آنها را به حج می‌آورد و با آنها از خداوند متعال مسئلت می‌کند».	صلوق، ۱۳۸۵، ص ۱؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۹، ص ۱۹



ویژگی	حدیث	سند
	۳. امام صادق <small>علیه السلام</small> : «اگر حاجتی داشتی، پشت به قبر پیامبر <small>صلی الله علیه و آله</small> و رو به قبله بایست و دو دست را به آسمان بردار و حاجت را بخواه، که در این صورت، سزاوتری تا به خواست خدا، حاجت برآورده گردد».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۵۵۱؛ صدوق، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۵۶۷
	۴. امام هادی <small>علیه السلام</small> : «اماکنی هست که خدا دوست دارد در آنها به درگاهش دعا شود تا اجابت کند و جانر حسین <small>علیه السلام</small> یکی از این اماکن است».	مفید، ۱۴۱۳، ب، ص ۲۰۹؛ ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۸۲
	۵. امام رضا <small>علیه السلام</small> : «بار سفر به سوی هیچ قبری نباید بست، جز برای زیارت قبور ما. بدانید که من با زهر ستم کشته خواهم شد و در خاک غربت دفن خواهم شد. پس، هر که برای زیارت من بار سفر برنهد، دعایش مستجاب و گناهانش آمرزیده می‌شود».	صدوق، ۱۳۶۲، ص ۱۴۴؛ لیشی واسطی، ۱۳۷۶، ج ۲، ص ۲۵۵
	۶. امام صادق <small>علیه السلام</small> : در فضیلت مسجد <u>سَهْلَه</u> : «هیچ غم‌زده‌ای به این مسجد نرفت و بین نماز مغرب و عشا در آن نماز نخواند و دعا نکرد، مگر آنکه خداوند غمش را از بین بُرد».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۴۹۵؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۶، ص ۱۸۲
مقید به زمان مشخص	۱. امام علی <small>علیه السلام</small> می‌فرمود: «در روز جمعه، فراوان درخواست و دعا کنید؛ زیرا در این روز، ساعات و لحظاتی است که در آنها دعا و درخواست مستجاب می‌شود، به شرط آنکه برای قطع صله رجم یا معصیت یا نافرمانی و آزردن والدین دعا نکنید. بدانید که در روز جمعه، خوبی و بدی، دوچندان به شمار می‌آید».	برقی، ۱۳۷۱، ج ۱، ص ۱۳۱؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۸۹، ص ۳۴۹
	۲. امام علی <small>علیه السلام</small> : «اگر توانستی شب عید فطر و شب عید قربان و شب اول محرم و شب عاشورا و شب اول ماه رجب و شب نیمه شعبان را پاس (احیا) بداری، چنین کن و در این شب‌ها دعا و نماز و تلاوت قرآن، فراوان به جای آور».	طوسی، ۱۴۱۱، ص ۸۵۲؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۱، ص ۱۲۳
	۳. پیامبر خدا <small>صلی الله علیه و آله</small> : «برترین دعا، دعا در روز عرفة است».	مقیس هنسلی، ۱۳۹۷، ج ۵، ص ۶۶ و ص ۶۷
	۴. پیامبر خدا <small>صلی الله علیه و آله</small> : «خداوند تبارک و تعالی در هر شب ماه رمضان، سه بار می‌فرماید: آیا درخواست‌کننده‌ای هست تا درخواستش را برآورم؟ آیا توبه‌کننده‌ای هست تا توبه‌اش را بپذیرم؟ آیا آمرزش‌خواهی هست تا او را ببامرزم؟».	مفید، ۱۴۱۳، الف، ص ۲۳۰؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۶، ص ۳۳۸

بر اساس جدول ۴ دو ویژگی استخراج شده شامل (۱) مقید به مکان مقدس و (۲) مقید به زمان خاص، در مؤلفه‌ای با عنوان «شیوه موقعیتی» مرکزی‌سازی شده که توضیحشان چنین است:

الف. مقید به مکان مقدس: این ویژگی نشان می‌دهد که یاری‌طلبی از خداوند در مکان مقدس انجام شود. بسیاری از روایات به دعاکردن در مکان‌های مقدس اشاره دارند. قید مقدس و قداست

بیان شده برای مکان مادی به واسطه حضور اولیای خدا است، مانند روایاتی که به دعا در حرم امام حسین علیه السلام اشاره دارد، یا به بیان حاجت در نزدیکی قبر حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله نظر دارد که در جدول ۴ با ذکر سند بیان شده است.

ب. مقید به زمان مشخص: این ویژگی بیان کننده زمان های خاص برای دعا و یاری طلبی از خداوند است. بدیهی است زمان نیز چون مکان، خود به تنهایی از قداست برخوردار نیست. زمانی در تقویم دینی مقدس شناخته می شود که بیانگر وقوع آیین یا اتفاقی مذهبی در آن هنگام باشد، مانند احادیثی که به دعا کردن قبل و بعد از نمازهای واجب و شب و روز نیمه شعبان، روز عید فطر و قربان و شب و روز جمعه و هنگام غروب و طلوع خورشید اشاره دارد. احادیث مربوط به سبک موقعیت محور از فراوانی بالایی برخوردار است و نیایشگران نیز بنا بر تجربه با این زمان ها و مکان ها آشنایی دارند.

#### ۴. شیوه مقابله ای

در شیوه مقابله ای، یاری طلبی از خداوند مبتنی بر عملی مانند توسل به اهل بیت علیهم السلام و قرآن کریم یا بعد از شکایت فرد از گرفتاری ها، با حالت اصرار و امید به اجابت و توکل انجام می شود. اشکال این شیوه مربوط به موقعیت یا حالتی است که افراد در موقعیت های سخت و دشوار قرار دارند و به منظور آرام بخشی به خود مسیرهای تأکید شده برای دریافت حمایت و یاری از خداوند را پیگیری می کنند. به این دلیل، ویژگی های این شیوه با عنوان «مقابله ای» نام گرفته است. «مقابله»<sup>۱</sup> به معنای حل مشکلاتی است که رویاروی ما انسان ها قرار دارد. یکی از روش های مقابله در سختی ها تغییر دادن خود است که در این روش ضمناً می کوشیم در گرفتاری احساس خوبی داشته باشیم (اسپیلکا و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۶۶۴). جدول ۵ ویژگی های شیوه «مقابله ای» را در سبک یاری طلبی از خداوند، به همراه مهم ترین متون اسلامی مربوط به آن نشان می دهد.

جدول ۵: ویژگی های شیوه «مقابله ای» را در سبک یاری طلبی از خداوند

ویژگی	حدیث	سند
توسل جویانه	۱. امام صادق <small>علیه السلام</small> : «هر گاه خواستی دعا کنی، نخست خداوند <small>تعالی</small> را ستایش کن، یعنی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۴۸۵، ح ۵؛	کن و به پاکی و یگانگی اش بستای و ثنای او بگو و بر محمد پیامبر و خاندان طبرسی، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۱۶



ویژگی	حدیث	سند
	او درود فرست. سپس، درخواست کن تا به تو عطا شود».	
	۲. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! تقوای الاهی پیشه کنید و به درگاه او وسیله بجوید و در راه او جهاد کنید، باشد که رستگار شوید».	مانده: ۳۵
	۳. پیامبر خدا ﷺ: «درودفرستادن شما بر من، پروانه عبور دعای شما و موجب خشنودی پروردگارتان و زکات بدن‌های شما است».	طوسی، ۱۴۱۴، ص ۲۱۵؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۴، ص ۶۸
	۴. الکافی، به نقل از داود رقی: «بارها از امام صادق ﷺ می‌شنیدم که در هنگام دعا، خدا را به حق پنج تن، یعنی پیامبر خدا، امیر مؤمنان، فاطمه، حسن و حسین که درودهای خدا بر آنان باد بسیار سوگند می‌داد».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۵۸۰
شکوه‌گرانه	امام حسن ﷺ می‌فرمود: «ای پسر آدم! کیست چون تو؟ پروردگارت فاصله میان خود و تو را برداشته است تا هر گاه خواستی به حضورش برسی، وضو سازی و در برابرش ایستی بی‌آنکه میان تو و خود، هیچ حاجب و دربانی قرار دهد و از گرفتاری‌ها و نیازت به او شکوه کنی و نیازهایت را از او بخواهی و در کارهایت از او کمک بجویی».	دیلمی، ۱۴۱۲، ص ۷۷
مصرانه	۱. پیامبر خدا ﷺ: «خداوند، درخواست‌کننده مُصِر را دوست دارد». ۲. امام باقر ﷺ: «پدرم در دعا کردن، پای می‌فشرد و چندان «پروردگارا، پروردگارا!» می‌گفت که نفس قطع می‌شد و باز از سر می‌گرفت و مرتب تکرار می‌کرد».	مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۳، ص ۳۷۴ لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۵۶
منتظر	۱. پیامبر خدا ﷺ: «خداوند ﷻ می‌فرماید: بنده‌ام در نزد من، آن گونه است که به من گمان می‌برد، و من با او هستم، هر گاه مرا بخواند». ۷. امام صادق ﷺ: «خداوند عز و جل دعایی را که از دل غافل باشد اجابت نمی‌کند. پس هر گاه دعا کردی با توجه قلب باشد، یقین داشته باش که اجابت می‌شود».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۴۷۵ ح ۳؛ طبرسی، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۱۳ کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۴۷۳؛ طبرسی، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۱۱
پناه‌جویانه	پیامبر خدا ﷺ از دعای ایشان در حجة الوداع: «من بینوای درویش یاری خواه پناه‌جوی ترسانِ بیمناک معترف به گناه، از تو بیچاره‌وار درخواست می‌کنم و همچون گنهکارِ خوار، به تو التماس می‌کنم و به‌سان ترسانِ نابینا، تو را می‌خوانم».	متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۲، ص ۱۷۵؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۴، ص ۲۲۵

بر اساس جدول ۵، پنج ویژگی استخراج شده شامل (۱) توسل جویانه، (۲) شکوه‌گرانه، (۳) اصرارگرانه، (۴) منتظر و (۵) پناه‌جویانه در مؤلفه‌ای با عنوان «شیوه مقابله‌ای» مرکزی‌سازی شده‌اند که توضیحشان چنین است:

الف. توسل جویانه: یکی از ویژگی‌های شیوه مقابله‌ای این است که یاری‌طلبی از خداوند بعد از

مدح و توسل به اهل بیت علیهم السلام و قرآن کریم انجام می‌شود. توسل به اهل بیت علیهم السلام یکی از بحث‌برانگیزترین مسائل میان مسلمانان در قرن اخیر است. با وجود احادیث فراوان با اسناد مقبول و معتبر شیعه و سنی، به دلیل فعالیت بالای وهابیت این مطلب در معرض تردید واقع شده است. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «درودفرستادن شما بر من، پروانه عبور دعای شما و موجب خشنودی پروردگارتان و زکات بدن‌های شما است». توسل گاه به اهل بیت علیهم السلام است و گاه بنا بر سفارش خود اهل بیت علیهم السلام مؤمنان به قرآن تمسک می‌جویند تا حاجت خویش را طلب کنند.

**ب. شگوه‌گرانه:** یاری طلبی از خداوند بعد از گلاویه و شکوه از گرفتاری‌ها انجام می‌شود. بیان گلاویه و شکوه کردن به خدا قبل از دعا شیوه دیگری در سبک مقابله است، گرچه این شیوه فراوانی بالایی ندارد ولی هستند نیایشگرانی که زبان گلاویه از سختی و گاه از نفس خویش را، قبل از درخواست از حضرت حق، در استجاب دعا و آرامش روانی خویش مؤثر می‌دانند.

**ج. مصرانه:** یاری طلبی از خداوند همراه با اصرار نیایشگر انجام می‌شود. پافشاری در درخواست در بسیاری احادیث سفارش شده است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «هر که پیوسته دری را بکوبد و پای بفشارد، وارد می‌شود». در این سبک از یاری طلبی نیایشگر بارها حاجتش را می‌طلبد.

**د. منتظر:** یاری طلبی از خداوند همراه با امید به برآورده شدن حاجت‌ها از جانب خداوند انجام می‌شود. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «هر گاه دعا کردی، با دلت رو کن و حاجتت را بر درِ خانه (حاضر و آماده) بپندار» (ابن فهد حلی، ۱۴۰۷). در این شیوه نیایشگر با امید وافر که به اجابت دارد با حالتی شبیه به یقین برای برآورده شدن حاجتش به لطف خداوند دعا می‌کند.

**ه. پناه‌جویانه:** یاری طلبی از خداوند همراه با حالت پناه‌جویی انجام می‌شود. پناه‌جویی و به روایتی توکل به خداوند از جمله اموری است که در زندگی بسیار با آن روبه‌رو هستیم. تکیه بر خداوند قادر در حالی که به ضعف خویش واقفیم بسیار در یاری خواستن می‌تواند راه‌گشا باشد.

#### ۵. شیوه جبران‌کننده

در این شیوه از یاری طلبی، نیایشگر به دوروش امیدش را برای دریافت حمایت و یاری از خداوند تقویت می‌کند: یکی اینکه با اعتراف به اشتباهاتش مسیر جبران را برای گذشته فراهم کرده، از این طریق نظر رحمت خداوند را جلب می‌کند؛ دیگر اینکه اقدام به شکرگزاری در برابر نعمت خداوند می‌کند. هر دو مسیر جلب توجه و یاری، «جبران» محسوب می‌شود. جدول ۶ ویژگی‌های شیوه



«جبران‌کننده» را در سبک یاری‌طلبی از خداوند، به همراه مهم‌ترین متون اسلامی مربوط به آن نشان می‌دهد.

جدول ۶: ویژگی‌های شیوه «جبران‌کننده» در سبک یاری‌طلبی از خداوند

ویژگی	حدیث	سند
شکرگزارانه	امام صادق <small>علیه السلام</small> : «هر گاه حاجتی داشتی، وضو بگیر و دو رکعت نماز بخوان، سپس حمد و ثنای خدا را به جای آور و نعمت‌هایش را یاد کن، آنگاه، دعا کن، دعایت اجابت می‌شود».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۴۷۹
معترفانه	۱. از جمله دعای پیامبر <small>صلی الله علیه و آله</small> در حجة الوداع: «من بینوای درویش یاری‌خواه پناه‌جوی ترسان بیمناک معترف به گناه، از تو بیچاره‌وار درخواست می‌کنم و همچون گنهکار خوار به تو التماس می‌کنم و به‌سان ترسان ناپینا تو را می‌خوانم».	متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۲، ص ۱۷۵؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۴، ص ۲۲۵
	۲. امام صادق <small>علیه السلام</small> در زیارت‌خانه خدا در عید قربان: «از تو، همچون شخص علی‌ل خوار معترف به گناه، درخواست می‌کنم که گناهانم را بیامری».	کلینی، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۵۱۱؛ طوسی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۲۵۲؛ صدوق، ۱۴۱۳، ج ۲، ص ۵۵۱

بر اساس جدول ۶، دو ویژگی استخراج‌شده شامل (۱) شکرگزارانه و (۲) معترفانه در مؤلفه‌ای با عنوان «شیوه جبران‌کننده» مرکزی‌سازی شده‌اند که توضیح‌حشان چنین است:

الف. شکرگزارانه: این ویژگی بیان‌کننده یاری‌طلبی از خداوند همراه با شکرگزاری از او در برابر نعمت‌ها است. طبق متون اسلامی ذکرشده در جدول فوق، قدردانی از خداوند و یادکردن از نعمت‌هایی که ارزانی داشته قبل از دعا در اجابت مؤثر است.  
ب. معترفانه: در این شکل از یاری‌طلبی از خداوند، درخواست پس از اعتراف به اشتباهات و گناهان به هدف جبران انجام می‌شود. گرچه بر گناه‌نکردن سفارش فراوان شده ولی روایات فراوان بیان می‌دارند که در صورت خطا باز گردید و بعد از توبه از خداوند حاجت بخواهید، چراکه گناهان مانع استجابات‌اند.

### روایی محتوای مؤلفه‌های مدل مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند

در این بخش، یافته‌های پژوهش درباره روایی محتوای مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند بر اساس نظر کارشناسان و محاسبه شاخص روایی محتوا<sup>۱</sup> (CVI) برای هر یک از

1. Content Validity Index (CVI)



مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری طلبی از خداوند ذکر شده است. این یافته‌ها در جدول ۷ آمده است.

جدول ۷: نظر کارشناسان درباره میزان مطابقت هر یک از مؤلفه‌ها با مستندات

ردیف	شیوه	درجه‌بندی مؤلفه‌ها به همت کارشناسان										
		CVI	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	شیوه مناسکی	۳	۴	۳	۴	۴	۳	۳	۴	۳	۴	۳
الف	ویژگی همراه با اعمال عبادی	۴	۴	۴	۴	۴	۳	۴	۲	۴	۰/۸	۴
ب	ویژگی همراه با ذکر خاص	۲	۴	۳	۴	۲	۳	۴	۳	۴	۰/۸	۴
۲	شیوه ابراز بدنی	۴	۴	۴	۴	۳	۳	۴	۴	۴	۱	۴
الف	ویژگی ابراز وضعیت خاص بدنی	۳	۴	۴	۴	۳	۳	۴	۴	۴	۱	۳
ب	ویژگی ابراز تواضع بدنی	۳	۴	۴	۴	۲	۴	۴	۴	۴	۰/۹	۴
۳	شیوه موقعیتی	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۱	۴
الف	ویژگی مقید به مکان مقدس	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۱	۴
ب	ویژگی مقید به زمان مشخص	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۱	۴
۴	شیوه مقابله‌ای	۲	۴	۴	۳	۲	۳	۴	۴	۴	۰/۸	۳
الف	ویژگی توسل جویانه	۴	۴	۴	۴	۳	۴	۴	۴	۴	۰/۹	۴
ب	ویژگی شکوه‌گرانه	۴	۴	۴	۳	۳	۴	۴	۴	۴	۰/۸	۴
ج	ویژگی مصرانه	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۱	۴
د	ویژگی منتظر	۲	۴	۴	۴	۱	۴	۴	۴	۴	۰/۸	۳
ه	ویژگی پناه جویانه	۳	۴	۴	۴	۳	۳	۴	۴	۴	۱	۴
۵	شیوه جبران‌کننده	۴	۴	۴	۴	۱	۴	۴	۴	۴	۰/۹	۴
الف	ویژگی شکرگزارانه	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۲	۴	۰/۹	۴
ب	ویژگی معترفانه	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۱	۴

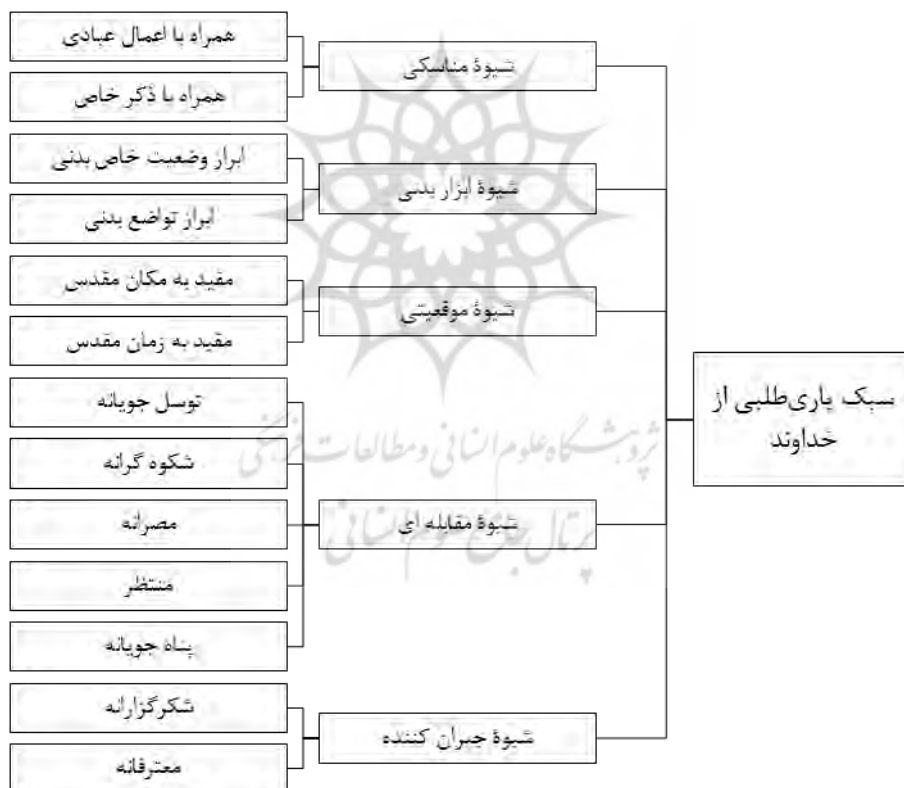
همان‌گونه که در جدول ۷ نشان داده شده، CVI برای تمامی مؤلفه‌ها بالاتر از ۰/۸۰ است. این میزان شاخص روایی محتوا برای تمامی مؤلفه‌ها بالاتر از ۰/۷۸ است که بر اساس پیشنهاد لین (۱۹۸۶، به نقل از: پولیت و بک، ۲۰۰۶) نشان می‌دهد استخراج و استنباط مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری طلبی از خداوند از منابع اسلامی بر اساس داوری کارشناسان این موضوع معتبر است. به عبارت دیگر، این مؤلفه‌ها برای مدل مفهومی ذکرشده از روایی محتوایی برخوردار است. میانگین شاخص‌های مؤلفه‌ها نیز ۰/۹۳ و بالاتر از ۰/۷۸ است. این میزان برای شاخص روایی



محتوا نشان می‌دهد کل مؤلفه‌ها نسبت به مفهوم سبک یاری‌طلبی از خداوند از روایی محتوا برخوردار است. ضمناً دو ویژگی تخلیه هیجانی و مبتنی بر تجربه، بر اساس نظر کارشناسان از مقولات حذف شد.

### بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس منابع اسلامی، سبک یاری‌طلبی از خداوند با شیوه‌های پنج‌گانه (۱) مناسکی، (۲) ابراز بدنی، (۳) موقعیتی، (۴) مقابله‌ای و (۵) جبران‌کننده تعریف‌پذیر است. شکل ۱، مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند را بر اساس شیوه‌های پنج‌گانه به همراه ویژگی‌های هر کدام نشان می‌دهد.



شکل ۱: مؤلفه‌های مفهومی سبک یاری‌طلبی از خداوند بر اساس منابع اسلامی

همان‌طور که در شکل ۱ نشان داده شده است، سبک یاری‌طلبی از خداوند بر اساس متون اسلامی را می‌توان مبتنی بر مجموعه شیوه‌های پنج‌گانه صورت‌بندی کرد. به این صورت که کیفیت و میزان ویژگی‌های مربوط به هر شیوه مجموعه عناصر سبک یاری‌طلبی از خداوند را در افراد نشان می‌دهد. در هر کدام از این پنج شیوه، مؤلفه‌های مفهومی برآمده از مقولات مختلف در منابع اسلامی به دست آمده که تفسیرش در ادامه می‌آید:

۱. مناسک عبادی: «نَسِيكَة» به معنای قربانی و جمع آن «نُسُك» و «نَسَائِك» به معنای آنچه شریعت بدان امر کرده است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَ اِرنَا مَنَاسِكِنَا؛ و آداب عبادت‌مان را به ما بنمای» (بقره: ۱۲۸) (ابن‌منظور، ۱۴۲۶). عبادت اسلامی، هم در کلیت خود و هم در جزئیات مراحل، از نظم و ساختار ویژه‌ای برخوردار است. مثلاً نمازهای روزانه، روزه واجب، اعمال حج و ... هر کدام باید در محدوده زمانی معینی صورت پذیرد و عدول عمدی از این میقات‌الاهی، مقبولیت آنها را با مشکل مواجه می‌کند. اصطلاح «مناسک» به کنش‌های نمادین، مراسم عبادی و شکل‌های تعیین‌شده مراسم عبادی اشاره دارد که بیانگر معناها، باورها و ارزش‌های جمعی است. مناسک دینی مخصوص دین اسلام نیست و بسیاری از ادیان و مذاهب بر آن تأکید دارند. به نظر دورکیم، پدیده‌های دینی عمدتاً به دو مقوله باورها و مناسک تقسیم می‌شوند. دورکیم کیش عبادی یا مناسک دینی را صرفاً مجموعه‌ای از اعمال تکراری که ایمان از راه آنها ترجمان بیرونی پیدا می‌کند نمی‌داند، بلکه مجموعه وسایلی می‌داند که ایمان و احساس دینی از طریق آنها ایجاد، و دوره به دوره تکرار می‌شود (مروتی و یعقوبی، ۱۳۹۲). منظور از «مناسک اسلامی» عبادت‌ها و آیین‌هایی است که دین اسلام مؤمنان را به انجام‌دادنشان فرا خوانده و مسیری را برای ارتباط با خداوند، دعا و نیاش در برابر او معرفی کرده است.

۲. ابراز بدنی: نیایش ممکن است شامل حالت‌ها و جهت‌گیری‌های بدنی خاص با نگرش‌ها و نیت‌های مشخص باشد. وقتی دعا همچون عمل در نظر گرفته می‌شود، گستره کاملی از ویژگی‌های تأثیرگذار و کارکردهای دینی را می‌توان مشاهده کرد که در سبک همراه با ابراز بدنی یاری‌طلبی از خداوند در وضعیت بدنی خاص مانند بالاگرفتن دست‌ها یا اشک‌ریختن و خشوع و فروتنی انجام می‌شود. آنچه به بخش ارتباطات غیرکلامی می‌تواند مرتبط باشد، بحث دعا به عنوان عمل است. دعا روش ارتباط با موجودی است متعالی، و از این‌رو عمیقاً بازتابنده شیوه ارتباطات رایج در جوامع انسانی و کنش‌های متقابل اجتماعی، به‌ویژه هنگام رویارویی با اعیان است.



انسان‌ها در برابر خداوند همان قدر و با همان معیارها شرم حضور دارند که آموخته‌اند برای محفل بزرگان ادب نگه دارند. یاری‌طلبی از خداوند همراه با تواضع در بدن یا بعد از اشک‌ریختن انجام می‌شود. ریشه «تواضع»، «وضع» است و در اصل به معنای فرونهادن، خویش را کوچک‌شمردن، و فروتنی کردن. خداوند عبادتی را نمی‌پذیرد و از آن خشنود نمی‌شود مگر آنکه از مسیر تواضع گذشته باشد (نبوی، ۱۳۹۰). روایات متعددی وجود دارد که به بکاء و اشک‌ریختن قبل از یاری‌طلبی اشاره دارد. گریه‌کردن از جمله احوال انسانی است که ظاهری و باطنی دارد. ظاهرش امری فیزیولوژیکی است و باطنش همان عوامل درونی و عاطفی مربوط به روح آدمی است. این حالات بدنی را از جمله عوامل مؤثر در استجابات دعا دانسته‌اند.

۳. زمان و مکان دعا: در شیوه موقعیتی یاری‌طلبی از خداوند، در موقعیت زمانی و مکانی خاص یا در زمان و مکان مقدس انجام می‌شود. کلمه «مقدس» در زبان عربی از ریشه «مقدس» و «قداسه» مشتق شده و به معنای پاکی و منزهبودن از عیب و نقص و ناپاکی و ماده است و به معنای برکت و مبارک نیز آمده است. به تعبیری می‌توان گفت در زبان عربی هم قدسی بودن به معنای مینوی، آسمانی و غیرمادی بودن در مقابل دنیوی و مادی بودن است. اصطلاح «مقدس» و «قدسی» معمولاً در تعریف «دین» به معنای جوهر و درون‌مایه اصلی دین آورده می‌شود. بدین سان، هر بست، حرم، کلیسا، مسجد یا کنیسه، تجسم عینی و مادی از جدایی امر دینی (قدسی) از امور دیگر است. «قدسی» یا «مقدس» کنایه از جهان خارج یا زمانه حاضر و رسوم و تعلقات آن است. این جداسازی عمیق و سراسری بارها در فرهنگ اسلامی نهاده شده است، چنان‌که شعائر مقدس، روزهای مقدس، حریم و حرم‌های مقدس، شیوه خاص زندگی، پوشاک دینی و ... را در این فرهنگ می‌بینیم. برخی از الاهی‌دانان معتقدند مفهوم «مقدس» و «نامقدس» اصلی‌ترین مفهوم در دین است، به گونه‌ای که حتی از مفهوم کلیدی «اعتقاد به خدا» هم فراتر است (الیاده، ۱۳۷۴). ادیان ابراهیمی، یعنی سه دین یهود، مسیحیت و اسلام، هم از این قاعده مستثنا نیستند و کتاب مقدس و قرآن کریم به فراخور رسالت و اصالت خویش، برخی مکان‌ها و زمان‌ها را «مقدس» توصیف کرده است (طه: ۱۲؛ نازعات: ۱۶؛ مائده: ۲۱). اماکن و زمان‌های مقدس را از دو راه توصیفی و هنجاری می‌توان شناخت (صالح، ۱۳۹۷). در منابع اسلامی توجه ویژه‌ای به زمان و مکان‌های مقدس در بحث یاری‌طلبی شده است.

۴. تلاش برای مقابله و سازواری: در این شیوه یاری طلبی از خداوند مبتنی بر عملی انجام می‌شود، مانند توسل به اهل بیت علیهم‌السلام و قرآن کریم یا بعد از شکایت فرد از گرفتاری‌ها، با حالت اصرار و امید به اجابت و انتظار برای تحقق خواسته انجام می‌شود. از زمان انتشار کتاب پارگامنت (۱۹۹۷) با عنوان روان‌شناسی دین و مقابله، موضوع مقابله مذهبی به نحو چشمگیری در کانون توجه محققان مختلف بوده است (داودوندی و شگری، ۱۳۹۴). وقتی افراد برای حل مسائل شخصی به خداوند روی می‌آورند، از ارتباط سبک‌های مقابله معنوی مختلفی استفاده می‌کنند. سبک مقابله‌ای به این معنا است که شخص چگونه خداوند را در فعالیت‌های مقابله‌ای خود دخیل می‌داند (پارگامنت، ۱۳۹۶). در حقیقت، مقابله مذهبی بیانگر تلاش‌هایی است برای استفاده از آموزه‌های دینی، با هدف درک و رویارویی با تجارب تنیدگی‌زای زندگی (پارگامنت و ماهونی، ۲۰۰۵).<sup>۱</sup> بین راهبردهای مقابله مذهبی (مانند توکل به خداوند، دعاخواندن و قرآن‌خواندن) و تنظیم حالت هیجانی ارتباط مستقیم وجود دارد. افراد برخوردار از باورهای مذهبی، بیشتر از روش‌های مقابله مذهبی استفاده می‌کنند و به جای سرزنش کردن خود و دیگران یا نگرانی و نشخوار فکری یا فاجعه‌دیدن مشکلات، از منابعی مانند دعا، نیایش، توکل و توسل به خداوند برای مقابله استفاده می‌کنند (شهبازی و همکاران، ۱۳۹۵). مثلاً یکی از روش‌های ارتباط با خداوند که در قرون اخیر بین مسلمانان بحث‌های مختلفی را به میان آورده توسل و ارتباط آن با توحید عبادی است. این موضوع در قرون گذشته بین مسلمانان کمتر محل بحث بوده است. زیرا تمام مسلمانان و عالمان مذاهب مختلف به گونه‌ای توسل را پذیرفته‌اند، اما در قرون اخیر با گسترش وهابیت توسل را شرک دانسته‌اند (حیدری، ۱۳۹۲). توسل به اولیای الهی نوعی تمسک به وسیله است که در قرآن به آن دعوت شده است و قرآن کریم پیوسته به جامعه باایمان و با تقوا دستور می‌دهد که به دنبال وسیله بروند، چنان‌که می‌فرماید: «ای افراد باایمان! تقوای الهی پیشه کنید و برای رسیدن به او وسیله‌ای فراهم آورید (توسل بجوئید) و در راهش جهاد کنید. باشد که رستگار شوید» (مانده: ۳۵) (سبحانی، ۱۳۹۴). پس به وسیله هر چیزی که در نزد خداوند جایگاهی داشته باشد می‌توان توسل جست (ماهرورزاده، ۱۳۹۴). در مقام توسل به انبیا و اولیا فرقی بین زنده و مرده آنها نیست، زیرا کسی که به آنها توسل می‌جوید، جاه، منزلت و مقامی را که آنها در پیشگاه خدا دارند، وسیله قرار می‌دهد و این جاه و منزلت همواره برایشان ثابت است



(جعفری، ۱۳۹۵). یکی از راه‌های توسل این است که انسان قرآن بخواند و به وسیله آن از خدا حاجت بطلبد. در حقیقت، این نوع توسل، توسل به فعل است. زیرا قرآن کریم کلام خدا است که بر قلب رسول اکرم نازل شده است (سیحانی، ۱۳۹۴).

۵. جبران: بر اساس ویژگی‌های جبران، ضمن اینکه نیایشگر به درگاه خدا اعتراف به اشتباه می‌کند یا نعمت‌های او را شکر می‌کند از او طلب یاری و حمایت می‌کند. در فرهنگ غربی، اعتراف معنوی رایج‌ترین روش تزکیه است. در ایالات متحده آداب اعتراف را بسیاری از گروه‌های دینی تمرین می‌کنند و جزء برنامه‌های ۱۲ مرحله‌ای گروه‌های حمایتی و مشاوره است. اعترافات معنوی می‌تواند خصوصی یا عمومی باشد، اما هر اعترافی دو جزء مهم دارد: اقرار به اینکه فرد مرتکب گناه شده است و نیز طلب آمرزش. اعتراف معنوی یا توبه با این حس فرد انجام می‌شود که خداوند به نحو منحصر به فردی نزدیک می‌شود و مشتاق به بخشودن حتی بزرگ‌ترین اشتباهات است. توبه و جبران گناه بخشی از اعترافات معنوی است که در بسیاری از سنت‌ها نیز هست (پارگمنت، ۱۳۹۶). شکرگزاری شکل دیگری از برقراری ارتباط با خدا به منظور دریافت حمایت است. «شکر» در لغت به معنای شناخت احسان و نیکوکاری و انتشار آن است و در اصطلاح عبارت است از یادآوردن و شناخت نعمت‌های خدا و اظهار قلبی و زبانی و عملی آنها. شکر و سپاس‌گزاری در برابر حضرت حق، که انواع نعمت‌های مادی و معنوی را برای رشد جسمی و روحی در اختیار انسان قرار داده، واجب و لازم، و ترک آن خلاف انصاف و مروّت و دور از شأن انسانیت است. طبق نظر محمدتقی جعفری (۱۳۹۷)، شکر و سپاس، از عالی‌ترین عوامل سازنده روح انسانی است. آغاز چنین معرفت و عملی، آغاز تکامل انسانی و برقراری نوعی ارتباط معقول میان او و جهان هستی و ممنوعانش است. در راه وصول به چنین مقام والایی، نخستین معرفتی که نصیب انسان می‌شود این است که می‌فهمد به هیچ وجه از خلاق هستی و فیض بخش کائنات، طلبکار نیست. نتیجه بسیار مهمی که از این درک حاصل می‌شود طراوت و انبساط و سرور درونی است که با غوطه‌ورشدن در مصائب و ناگواری‌های حیات طبیعی هرگز مختل نمی‌گردد. هر نعمتی شایسته شکری است که برای برآمدن از عهده حق آن نعمت باید آن را به جا آورد و خود این توجه و آگاهی تدریجاً می‌تواند اراده شکرگزاری را تحریک کرده، این کمال را نصیب انسان کند.

محمد حسین طباطبایی (۱۴۱۷) در توضیح آیه «سَيَجْزِي اللَّهُ الشَّاكِرِينَ» می‌گوید: «و حقیقت

شکر اظهار نعمت است. چنان‌که حقیقت کفری که مقابل آن است اخفاء نعمت می‌باشد و اظهار نعمت عبارت از استعمال آن در محلی است. پس شکر خدا به این است که انسان نعمت را در محل خودش به کار برده و در موقع استفاده از آن نیز متذکر خدا بوده باشد».

### فهرست منابع

#### قرآن کریم.

۱. ابن بابویه قمی (صدوق)، محمد بن علی (۱۳۶۲). الخصال، قم: جامعه مدرسین، چاپ اول.
۲. ابن بابویه قمی (صدوق)، محمد بن علی (۱۳۸۵). علل الشرائع، قم: کتابفروشی داوری، چاپ اول.
۳. ابن بابویه قمی (صدوق)، محمد بن علی (۱۴۱۳). من لا یحضره الفقیه، محقق/ مصحح: علی اکبر غفاری، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۴. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۶۳). تحف العقول، قم: جامعه مدرسین، چاپ دوم.
۵. ابن فهد حلّی، احمد بن محمد (۱۴۰۷). عدة الداعی و نجاح الساعی، تحقیق و تصحیح: احمد موحدی قمی، قم: دار الکتب الاسلامیة.
۶. ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۴۲۶). لسان العرب، بیروت: مؤسسة اعلمی للمطبوعات، ج ۱.
۷. اسپیلکا، برنارد؛ هود، رالف دبلیو؛ هونسبرگر، بروس؛ گرساچ، ریچارد (۱۳۹۰). روان‌شناسی دین بر اساس رویکرد تجربی، ترجمه: محمد دهقانی، تهران: رشد.
۸. اینشتین، آلبرت (۱۳۴۲). دنیایی که من می‌بینم، ترجمه: فریدون مالکی، تهران: پیروز.
۹. برقی، احمد بن محمد بن خالد (۱۳۷۱). المحاسن، قم: دار الکتب الإسلامیة، الطبعة الثانية.
۱۰. پارگامنت، کنث آی (۱۳۹۶). روان‌درمانی آمیخته با معنویت، ترجمه: سید محمد کلانتر، سید محمد حسینی، سجاد مطهری، تهران: آوای نور.
۱۱. پارگامنت، کنث آی (۱۳۹۹). روان‌درمانگری یکپارچه معنوی: درک و بیان امر قدسی، ترجمه: علی‌رضا ظهیرالدین، مسعود جان‌بزرگی و رضا کریم‌زاده نعیم، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۲. پسندیده، عباس (۱۳۸۶). «درآمدی بر روش‌شناسی فهم معارف روان‌شناختی از احادیث»، در: علوم حدیث، ش ۴۵ - ۴۶، ص ۸۸ - ۱۰۹.
۱۳. جان‌بزرگی. مسعود (۱۳۸۷). «دین در خلال تحول و شیوه‌های درمانگری مبتنی بر مذهب»، در: روان‌شناسی: عرصه‌ها و دیدگاه‌ها، مجموعه مقالات نکوداشت استاد دکتر پریخ دادستان، تهران: سمت.



۱۴. جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۷۸). اثربخشی درمان‌گری کوتاه‌مدت با و بدون جهت‌گیری مذهبی بر عوامل اضطرابی شخصیت، پایان‌نامه دکتری، تهران: دانشگاه تربیت مدرس.
۱۵. جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۹۸). درمان چندبُعدی معنوی: یک رویکرد خداسو برای مشاوره و روان‌درمانگری، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۶. جعفری، محمدتقی (۱۳۹۷). انسان در افق قرآن، تهران: علامه جعفری.
۱۷. جعفری، یعقوب (۱۳۹۵). «توسل به اولیای خدا»، در: درس‌هایی از مکتب اسلام، ش ۶۷۰، ص ۲۰ - ۲۷.
۱۸. حمیری، عبد الله بن جعفر (۱۴۱۳). قرب الإسناد، تحقیق/ تصحیح: مؤسسة آل البيت علیهم‌السلام، قم: مؤسسة آل البيت علیهم‌السلام.
۱۹. حیدری آذر، مجید (۱۳۹۲). «توسل در سیره اهل بیت علیهم‌السلام»، در: سراج منیر، ش ۹، ص ۳۵ - ۶۶.
۲۰. خادمی، حمیدرضا؛ طباطبایی، هادی (۱۳۹۴). «بررسی تفسیر ابعاد دعا در المیزان»، در: اندیشه علامه طباطبایی، ش ۳، ص ۱۲۱ - ۱۳۸.
۲۱. داوودوندی، فرزانه؛ شکری، امید (۱۳۹۴). «راهبردهای مقابله مذهبی مثبت و منفی»، در: روان‌شناسی دین، ش ۲۹، ص ۴۱ - ۶۸.
۲۲. دیلمی، حسن بن محمد (۱۴۱۲). إرشاد القلوب إلى الصواب، قم: الشریف الرضی.
۲۳. راسل، برتراند (۱۳۵۱). چرا مسیحی نیستیم؟ ترجمه: عبدالعلی دست‌غیب، تهران: فرهنگ.
۲۴. سبجانی، جعفر (۱۳۹۴). «توسل به اولیای الاهی»، در: درس‌هایی از مکتب اسلام، ش ۶۴۷، ص ۵۰ - ۵۹.
۲۵. سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس؛ حجازی، الاهی (۱۳۸۰). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری، تهران: آگاه.
۲۶. سیف، علی‌اکبر (۱۳۹۰). ساختن ابزارهای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهشی در روان‌شناسی و علوم تربیتی، تهران: دیدار.
۲۷. شهابی، مه‌رسا؛ امین‌یزدی، سید امیر؛ مشهدی، علی؛ حسنی، جعفر (۱۳۹۵). «نگرش مذهبی و اضطراب: نقش میانجی دشواری در نظم‌جویی هیجانی»، در: پژوهش‌نامه روان‌شناسی اسلامی، س ۲، ش ۴، ص ۷۰ - ۹۴.



۲۸. صالح، سید محمدحسن (۱۳۹۷). «بررسی تطبیقی مکان‌ها و زمان‌های مقدس در قرآن و کتاب مقدس»، در: معرفت، ش ۲۴۷، ص ۷۷ - ۸۹.
۲۹. طباطبایی، محمدحسین (۱۴۱۷). المیزان فی تفسیر القرآن، قم: جامعه مدرسین، ج ۲.
۳۰. الطَّبْرانی، سلیمان بن أحمد (۱۴۱۵). المعجم الأوسط، تحقیق: طارق بن عوض الله و عبد الحسن بن إبراهيم الحسینی، قاهره: دار الحرمین، الطبعة الاولى.
۳۱. طبرسی، حسن بن فضل (۱۳۷۰). مکارم الأخلاق، قم: الشریف الرضی، چاپ چهارم.
۳۲. طوسی، محمد بن الحسن (۱۴۰۷). تهذیب الأحکام، تحقیق: خراسان، تهران: دار الکتب الإسلامیه، چاپ چهارم.
۳۳. طوسی، محمد بن الحسن (۱۴۱۱). مصباح المتهدّد و سلاح المتعبّد، بیروت: مؤسسة فقه الشیعة، الطبعة الاولى.
۳۴. طوسی، محمد بن الحسن (۱۴۱۴). الأمالی، تحقیق و تصحیح: مؤسسة البعثة، قم: دار الثقافة.
۳۵. قمی، علی بن ابراهیم (۱۴۰۴). تفسیر القمی، تحقیق/ تصحیح: طیب موسوی جزائری، قم: دار الکتب.
۳۶. کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق (۱۴۰۷). الکافی، تهران: دار الکتب الإسلامیه، الطبعة الرابعة.
۳۷. لیثی واسطی، علی بن محمد (۱۳۷۶). عیون الحکم والمواعظ، قم: دارالحديث، چاپ اول.
۳۸. ماهرزاده، طاهره (۱۳۹۴). «رابطه توکل و توسل به اسباب»، در: نامه جامعه، ش ۱۱۵، ص ۶۱ - ۸۶.
۳۹. المتقی الهندی، علی بن حسام الدین (۱۳۹۷). کنز العمّال فی سنن الأقوال والأفعال، بیروت: مکتبة التراث الاسلامی، الطبعة الاولى.
۴۰. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی (۱۴۰۳). بحار الأنوار، بیروت: دار إحياء التراث العربی، الطبعة الثانية.
۴۱. محمدی ری شهری، محمد (۱۳۸۹). نهج الدعاء (با ترجمه فارسی)، قم: دارالحديث، چاپ سوم.
۴۲. مروتی، سهراب؛ یعقوبی، مینا (۱۳۹۲). «بررسی تأثیر مناسک بر فرآیند معنویت‌یابی دینی»، در: معرفت ادیان، ش ۱۶، ص ۷ - ۲۰.



۴۳. مسعودی، عبدالهادی (۱۳۸۹). «روش فهم حدیث»، در: مدرسان دانشکده علوم حدیث (مؤلف)، دانش حدیث: پژوهش‌های کاربردی در شناخت دانش‌های حدیثی، قم: جمال، ص ۱۵۵ - ۲۰۹.
۴۴. مفید، محمد بن محمد (۱۴۱۳ الف). الأمالی، محقق/ مصحح: حسین استادولی، علی‌اکبر غفاری، قم: کنگره شیخ مفید.
۴۵. مفید، محمد بن محمد (۱۴۱۳ ب). المزار: مناسک المزار، قم: کنگره جهانی هزاره شیخ مفید، چاپ اول.
۴۶. ممدوحی کرمانشاهی، حسن (۱۳۹۶). نیایش از دیدگاه عقل و نقل، قم: بوستان کتاب.
۴۷. میری، زهرا سادات (۱۳۹۷). ساخت، اعتباریابی و رواسازی پرسش‌نامه سبک روان‌شناختی دعا بر اساس ادعیه اسلامی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، قم: دانشگاه قرآن و حدیث.
۴۸. نبوی، محمدحسن (۱۳۹۰). «تواضع و فروتنی»، در: مبلغان، ش ۱۴۵، ص ۴ - ۱۳.
۴۹. الیاده، میرچا (۱۳۷۴). فرهنگ و دین، ترجمه زیر نظر: بهاء‌الدین خرمشاهی، تهران: طرح نو.
50. Babbie, E. (2011). *The Basic of Social Research*. USA: Wadsworth, Cengage Learning.
51. Bulman, R. J.; Wortman, C. B. (1977). "Attributions of Blame and Coping in the Real World: Severe Victims React to Their Lot", in: *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 35, No. 5, pp. 351 - 363.
52. Cole, B. S. (1999). *The Integration of Spirituality and Psychotherapy for People Who Have Confronted Cancer*. Unpublished Doctoral Dissertation, Bowling Green State University, Bowling Green, OH.
53. Conway, K. (1985). "Coping with the Stress of Medical Problems among Black and White Elderly", in: *International Journal of Aging and Human Development*, Vol. 21, No. 1, pp. 39 - 48.
54. Drisko, J. W.; Maschi, T. (2015). *Content analysis, Pocket Guides to Social Work Research Methods*, Oxford University Press.
55. Exlin, J. J.; Martin, A. (2005). "Anger toward God: A New Frontier in Forgiveness Research", In: E. L. Worthington (Ed.), *Handbook of Forgiveness*, pp. 73 - 88, New York: Routledge.

56. Foster, R. J. (1992). *Prayer: Finding the Heart's True Home*, San Francisco: Harper.
57. Heiler, F. (1932). *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion*, Translated by S. McComb, New York: Oxford University Press. (Abridged translation of the 5th edition of Heiler, 1918)
58. Heilingman, R. M.; Lee, L. R.; Kramer, D. (1983). "Pain Relief Associated with a Religious Visitation: A Case Report", in: *Journal of Family Practice*, Vol. 16, No. 2, pp. 299 - 302.
59. Hinson, E. G. (1979). *The Reaffirmation of Prayer*, Nashville, TN: Broadman Press.
60. Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, New York: Guilford Press.
61. Pargament, K. I.; Mahoney, A. (2005). "Sacred Matters: Sanctification as a Vital Topic for the Psychology of Religion", in: *International Journal for the Psychology of Religion*, Vol. 15, No. 3, pp. 179 - 198.
62. Pargament, K. I.; Trevion, K.; Mahoney, A.; Silberman, I. (2007). "They Killed Our Lord: The Perception of Jews as Desecrators of Christianity as a Predictor of antisemitism", in: *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 46, No. 2, pp. 143 - 158.
63. Polit, D. F.; Beck, C. T. (2006). "The Content Validity Index: Are You Sure You Know What's Being Reported? Critique and Recommendations", in: *Research in Nursing & Health*, vol. 29, No. 5, pp. 489-497.
64. Richards, P. S.; Hardman, R. K.; Berrett, M. E. (2007). *Spiritual Approaches in the Treatment of Women with Eating Disorders*, Washington, DC: American Psychological Association.
65. Sigel, K.; Schrimshaw, E. W. (2002). "The Perceived Benefits of Religious and Spiritual Coping among Older Adults Living with HIV/AIDS", in: *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol 41, No. 1, pp. 91 - 102.



66. Spilka, B.; Ladd, K. L. (2013). *The Psychology of Prayer*, New York: Guilford.
67. Tepper, L.; Rogers, S. A.; Coleman, E. M.; Malony, H. N. (2001). "The Prevalence of Religious Coping among Person with Persistent Mental Illness", in: *Psychiatric Services*, Vol. 52, No. 5, pp. 660 - 665.
68. Webb, L. (1962). *The Art of Personal Prayer*, New York: Abingdon.

