

بررسی روش های تربیتی پیاده روی  
زائرین اربعین حسینی و تأثیرات روان  
شناختی آن

د. مرضیه فتحیان دستگردی

د. قاسم نوروزی

## چکیده

توجه به مسئله پیاده روی اربعین حسینی، توجه به بزرگترین حماسه ی تاریخی است که نقش زائر در این میان بسیار بارز است. زائر از آن جهت که انسان است و دارای دو بُعد روحانی و جسمانی است؛ نیاز دارد تا به جسم و روانی سالم دست یابد. سلامت روان در سایه ی وجود مبانی و اصول تربیتی است که از دل آنها روشهای تربیتی صحیح استخراج می شود. این پژوهش به بیان مبانی و اصول و روش های تربیتی امام حسین (علیه السلام) در طول واقعه ی کربلا می پردازد و امام حسین (علیه السلام) را که سمبل یک انسان کامل است به عنوان مربی متربیان (زائرین) قرار می دهد و به نحوه ی کاربرد نظریه ها و روش های تربیتی در بین زائران می پردازد و در هر بخش به غنی سازی معرفتی و اتخاذ روش های نوین علمی - تربیتی، به عنوان راهکارهای حل مسائل روان شناختی زائرین می پردازد. این مقاله با بهره گرفتن از تکنیک های روش تحقیق کیفی (مصاحبه ی نیمه ساختار یافته و نمونه گیری تارسیدن به حد اشباع و مشاهده ی همراه با مشارکت) و مصاحبه با ۲۰ نفر از زائرین پیاده روی اربعین در سال ۱۴۰۱ (ه ش)، پس از گذشت ده ماه از سفر اربعین ایشان، تلاش می کند به روش های تربیتی پیاده روی اربعین زائرین ایرانی دست یابد و سعی در ایجاد روش های تربیتی صحیح به کاربرده شده از سوی زائرین اربعین دارد. یافته ها حاکی از آن است که سلامت روان در سایه ی وجود روش های تربیتی صحیح شکل می گیرد؛ پس محقق روش های تربیتی و اثرات روان شناختی پیاده روی اربعین را بر روی زائرین بررسی نمود و به بررسی جوانب مختلف آن پرداخت. پس از تحلیل داده های کیفی دوازده اصل از اصول و مبانی تربیتی شناسایی شد که عبارتند از: تغییر ظاهر، تحول باطن، مداومت و محافظت بر عمل، اصلاح شرایط، مسئولیت، آراستگی و فضل، عدل، عزت، تعقل، تذکر، مسامحت، ابراز یا منع محبت. از بین روش های تربیتی که زائر در پیاده روی اربعین به کار می گیرد، جذبه ی حسن و احسان کمترین فراوانی و درصد

را به خود اختصاص می دهد و مبنای تربیتی تحول باطن بیشترین فراوانی و درصد را به خود اختصاص می دهد؛ که نشان دهنده ی تأثیر روش تربیتی بر بعد درونی و روانی انسان است. پیاده روی اربعین بر بالا بردن سطح تربیتی و سلامت روان انسان تأثیر بسیار دارد.

**کلیدواژهها:** پیاده روی اربعین، اصول روان شناختی، روش تربیتی، زائرین

## Investigating the educational methods of pilgrims' walking of Arbaeen Hosseini Event and its psychological effects

Marzieh Fathian Dastgerdi

Ghasem Norouzi

### Abstract

Paying attention to the issue of Hosseini's Arbaeen walk is paying attention to the biggest historical epic in which the role of the pilgrim is very clear. Pilgrim because he is human and has two spiritual and physical dimensions. Pilgrim needs to achieve a healthy body and mind. Mental health is in the shadow of educational foundations and principles from which correct educational methods are extracted. This research deals with the principles and educational methods of Imam Hussain (AS) during the incident of Karbala and places Imam Hussain (AS) who is a symbol of a perfect human being as a trainer of the students (pilgrims) and how to use It deals with educational

theories and methods among pilgrims, and in each section, it deals with knowledge enrichment and the adoption of new scientific-educational methods, as solutions to the psychological problems of pilgrims. The method of this research was qualitative with using multiple tools such as, semi-structured interview and observation of participation. 20 pilgrims were interviewed on the Arbaeen Pilgrimage in 1401 (AH). After ten months of participants' Arbaeen journey, he tries to learn the educational methods of Arbaeen walking for Iranian pilgrims and tries to create correct educational methods used by Arbaeen pilgrims. The findings indicate that mental health is formed in the shadow of the existence of correct educational methods; So the researcher investigated the educational methods and psychological effects of the Arbaeen walk on the pilgrims and investigated its various aspects. After analyzing the qualitative data, twelve principles of educational principles and foundations were identified, which are: change of appearance, inner transformation, persistence and protection of action, correction of conditions, responsibility, beauty and grace, justice, dignity, wisdom, warning, forgiveness, Expressing or withholding affection. Among the educational methods used by pilgrims during the Arbaeen pilgrimage, the attraction of goodness and benevolence is the least abundant and percentage, and the educational basis of inner transformation is the highest frequency and percentage; which shows the influence of the educational method on the inner and psychological dimension of the human being. Arbaeen walking has a great effect on raising the level of education and mental health of a person.

**Keywords:** Arbaeen walk, Psychological principles, Educational method, Pilgrims

## التحقيق في الأساليب التربوية لمشاية زوارالأربعين الحسيني وآثارها النفسية

الدكتور مرضية فتحيان دستجردى  
الدكتور قاسم نوروزى

### ملخص البحث

إن الاهتمام بقضية مسيرة الأربعين الحسيني ، هو الاهتمام بأعظم ملحمة تاريخية يظهر فيها دور الزائر بوضوح شديد. الزائر من حيث انه انسان وله بعدان روحاني وجسدي ؛ يحتاج الوصول الى الصحة النفسية والجسمية. الصحة النفسية في ظل الأسس والمبادئ التربوية التي تستخرج منها الأساليب التربوية الصحيحة. يصف هذا البحث المبادئ والأساليب التربوية للإمام الحسين (ع) خلال حادثة كربلاء. ويجعل الإمام الحسين (ع) ،الذى هو رمز للانسان الكامل ، معلماً للزائرين ويتناول تطبيق النظريات والأساليب التربوية بين الزائرين.

ويتناول في كل قسم إثراء المعرفة واتخاذ أساليب علمية تربوية جديدة بعنوان انها احد الطرق الاساسية لحل مشاكل الزائرين النفسية، تستخدم هذه المقالة بالاستفادة من تقنيات أسلوب البحث النوعي (المقابلة وأخذ العينات حتى يتم الوصول إلى حد التشبع والمشاركة مع المشاركة). والمقابلة مع (٢٠) زائر في مسيرة عام ١٤٠١ هجرى ،وبعد مضي عشرة اشهر من سفرهم، تحاول تحقيق اساليب مسيرة الاربعين

التربوية للزوار الإيرانيين وتسعى لابتكار طرق تعليمية صحيحة استخدمها زوّار الأربعين. تشير النتائج إلى أن الصحة النفسية تتشكل في ظل وجود الأساليب التربوية الصحيحة؛ لذلك قامت الباحثة بتقصي الأساليب التربوية والآثار النفسية لمسيرة الأربعين على الزوّار واستقصت جوانبها المختلفة. بعد تحليل البيانات النوعية تم تحديد اثني عشر مبدأ تربويا وهي: تغيير المظهر، التحول الباطني (الداخلي)، الحفظ والدوام على العمل، تعديل الشروط، المسؤولية، الوقار، العدل، الكرامة، الحكمة، الإنذار، الصفح، التعبير عن المودة أو حبها.

ومن الأساليب التربوية التي استخدمها الزائر في المسيرة الأربعة الأربعة، هو أن يخصصه لنفسه جاذبية الخير والإحسان التي لها أقل وفرة ونسبة مئوية، والأساس التربوي للتحول الداخلي الذي هو أعلى وفرة ونسبة؛ مما يدل على تأثير الأسلوب التربوي على البعد الداخلي والنفسي للإنسان. للمشي في الأربعين أثر كبير في رفع مستوى التعليم والصحة النفسية للإنسان.

**الكلمات المفتاحية:** مسيرة الأربعين، مبادئ نفسية، طريقة تربوية، زوّار

## مقدمه

تربیت در زندگی بشر مهم ترین و اساسی ترین جنبه زندگی است به گونه ای که هر گونه انحراف در آن باعث انحراف در همه امور زندگی می شود. توانایی های انسان در زندگی بروز و ظهور پیدا می کند و انسانیت انسان تحقق می یابد. در اسلام به این موضوع مهم توجه بسیار شده است و قواعد مناسبی برای رشد انسان تعیین گردیده است. تربیت اسلامی به ایجاد وضعیت مناسبی اطلاق می شود که زمینه را برای بروز و ظهور استعداد های فطری آدمی فراهم می کند و او را بالنده تر و کمال یافته تر می سازد.

تربیت واژه ای عربی است. معادل فارسی آن پرورش است. این واژه در زبان فارسی به معانی گوناگونی چون پروردن، آداب و اخلاق را به کسی "آموختن" به کار رفته است.

تربیت عبارت است از فعالیتی هدفمند و دو سویه میان آموزش دهنده و آموزش گیرنده، به منظور کمک به آموزش گیرنده در راستای تحقق بخشیدن به قابلیت های وی و پرورش شخصیت او در جنبه های گوناگون فردی، اجتماعی، جسمی، عاطفی، اخلاقی، علاقه ای و غیره

هدف تربیت شکوفا نمودن و پرورش قابلیت های آموزش گیرنده در همه ی ابعاد است و تمرکز بر بُعد خاصی از ابعاد آموزش گیرنده به نوعی عدول از تربیت مطلوب است.

تربیت شامل ایجاد یا فعلیت بخشیدن هر نوع کمالی در انسان می شود که مطلوبیت و ارزش داشته باشد. این کمال گاهی جنبه ی شناختی دارد که به دانش، شناخت و آگاهی انسان مربوط می شود. گاهی نیز جنبه کنشی یا حرکتی دارد که به رفتار و اعمال عینی انسان که اغلب دارای جنبه ی آشکار هستند؛ مربوط می گردد و بالاخره گاهی جنبه ی گرایش ی عاطفی دارد که با نگرش، اعتقاد و ایمان، علایق و احساسات انسان مرتبط است.

تربیت اسلامی به ایجاد وضعیت مناسبی اطلاق می شود که زمینه را برای بروز و

ظهور استعدادهای فطری آدمی فراهم می کند و او را بالنده تر و کمال یافته تر می سازد. هدف غایی تربیت اسلامی، پرورش انسان مقرب الهی است که شاکله دینی در وجود او به طور کامل شکل بگیرد و رفتارهای دینی ریشه دار از او سر بزند.

انسانها در تربیت دینی و اسلامی خود نیاز به یک الگوی کامل و جامع دارند تا بتوانند مسیر تربیت خود را آسان تر طی کنند. با توجه به آیه ی قران که می فرماید: "ولکم فی رسول الله اُسوةٌ حَسَنَةٌ" قطعاً برای شما در (اقتدا به) رسول خدا سرمشقی نیکوست و آیه ی "قد کانت لکم اُسوةٌ حَسَنَةٌ فی ابراهیم و الذّین مَعَه" در می یابیم که الگو می تواند خوب یا بد باشد. از طرفی الگو فقط یک فرد نمی تواند باشد (والذّین مَعَه) بلکه افرادی که از طرف الگو تصدیق شده اند نیز می توانند باشند. آیه قران صراحتاً بیان کرده که رسول خدا الگوی نیکویی است چرا که در تربیت دینی خود، همواره هماهنگی بین گفتار و کردار را رعایت می کرد.

می دانیم که نسل امامان معصوم ما از حضرت زهرا(س) و به حضرت محمد(ص) و نسل حضرت رسول به حضرت ابراهیم علیه السلام بر می گردد و می توان چنین استنباط کرد که چهارده معصوم ما الگویی حسنه اند و همه ی ائمه ی ما الگویی واحد هستند. از میان ائمه بزرگوار ما شیعیان، امام حسین علیه السلام نقش نافذتری در الگو دهی دارند و می توان تمام اصول و مبانی تربیتی را از راه و روش حضرت اتخاذ کرد؛ به گونه ای که متربی در این مسیر به الگوی خود، امام حسین علیه السلام، که مربی تمام بشریت است اقتدا می کند. امام حسین علیه السلام یک الگوی نمادی و زنده است به گونه ای که تربیت شونده با مشاهده و تجسم واقعه ی کربلا به تقلید از رفتار الگو می پردازد. یکی از مسیرهایی که انسان می تواند الگو پذیری صحیح داشته باشد، پیاده روی اربعین حسینی است. همه انسانها فقط برای رسیدن به یک هدف حاضر می شوند و حرکت می کنند. شعار زائرین اربعین حسینی، حُبُّ الحسینِ یَجْمَعُنَا، می باشد.

یکی از ویژگی های منحصر به فرد پیاده روی اربعین، تأثیرات روان شناختی پیاده روی اربعین در پرتو به کارگیری روش های تربیتی آن می باشد. انسانها در این مسیر گاهی به اصلاح رفتار خویش و گاهی به ایجاد یک رفتار نیک در خویش می پردازند.

حال باید کنکاش کرد که " حب الحسین یجمعنا " چیست که بشریت را برای رسیدن به این هدف واحد گرد هم آورده است؟

زمانی یک انسان محبوب می شود که ویژگی های برجسته ای داشته باشد. قطعاً امام حسین علیه السلام در این مسیر تمام ویژگی های برجسته و کمال یافته را داشته است که همه را مشتاق خویش نموده است.

تحقیق حاضر در پی پاسخ به این پرسش اصلی است که پیاده روی اربعین چه اثرات روان شناختی در پرتو به کارگیری روش های تربیتی برای زائرین اربعین دارد؟ هدف پژوهش حاضر به کارگیری روشهای تربیتی از سوی زائر در پرتو تأثیرات مثبت روانی، برای رسیدن به معرفت واقعی نسبت به محبوب (امام حسین علیه السلام) و کسب فیض از محضر ایشان است.

در اسلام توجه به ابعاد تربیتی و روان شناختی یک مسئله یعنی ارزش قائل شدن برای انسان، از آن جهت که اشرف مخلوقات است و انسان برای رسیدن به کمال نیاز دارد که خود را بشناسد. این شناخت در دو جنبه ی شناخت نیازهای فیزیولوژیکی و شناخت نیازهای روان تحقق پیدا می کند. پس از شناخت، انسان پی به استعداد های خود می برد و در صدد شکوفا ساختن استعدادهای خود با امکانات موجود است. شکوفا ساختن آنچه برای انسان درونی شده است، عامل تقویت و ارتقاء او است و رشد همه جانبه صورت می گیرد. در این راه نیاز است تا یک الگوی شایسته انسان را همراهی کند و او را به هدف رهنون سازد. انسانهایی هستند که در یافتن الگویی شایسته سفر می کنند؛ یکی از این سفرها، سفر به کشور عراق و حضور در اجتماع بزرگ اربعین حسینی برای الگوگیری همه

جانبه از قول و فعل و تقریر امام است.

توجه به ابعاد تربیتی و روان شناختی زائر اربعین، در بر طرف کردن نیازهای فیزیولوژیکی و روانی زائر، برای آسان کردن این راه دشوار، امری لازم است.

دلایلی که پژوهشگران، موضوع مورد نظر را برگزیده اند آن است که الگو در این سفر معرفی شود و مبانی و اصول بیان شود و روش های تربیتی و تأثیرات روانی پیاده روی اربعین بر روی زائر بررسی شود و در صدد ارائه ی تأثیرات روانی و تربیتی پیاده روی اربعین، به ارائه ی راهکارهای عملی و تئوری برآمده و در نتیجه زائر به هدف خود که کمال مطلوب است؛ برسد. در این قسمت به برخی از پژوهشهای انجام شده توسط سایر پژوهشگران اشاره می شود.

تاج بخش (۱۳۹۸) در مقاله خود با عنوان "مطالعه کیفی الگوی ابراز هویت ایرانیان عراقی ها در آیین پیاده روی اربعین، بیان می دارد؛ زیارت پیاده ی اربعین یکی از اشکال نوظهور سفر زیارتی است که ایرانیان قبلاً به آن توجه نداشته اند و آیین پیاده روی اربعین یک تجربه ی دینی و زیارتی متفاوت است که در آن ملت ها و فرهنگ های مختلف در یک تعامل و ارتباطات بین فرهنگی قرار می گیرند که در بر دارنده ی شناختی از نحوه ی ابراز هویت ایرانی و عراقی در بستر این مشارکت دینی خاص در ایام اربعین خواهد بود. ایشان در پژوهش خود رویکرد کیفی داشته و از طریق تحلیل مضمون، تجربه ی زیسته ی زائرین ایرانی و عراقی را مورد بررسی قرار دهد که پس از تحلیل داده های کیفی سه مضمون اصلی ۱- هویت ملی ۲- هویت شیعی ۳- هویت اربعینی شناسایی شد.

تاج بخش (۱۳۹۹) در مقاله خود با عنوان "پیاده روی اربعین و ابعاد تربیتی آن" بیان می دارد که پیاده روی اربعین در عراق به عنوان سمبل یک آیین دینی تأثیرات تربیتی شگرفی دارد. محقق با توجه به مشاهدات میدانی در این رویداد بزرگ در صدد آثار تربیتی این رویداد بی نظیر را بر فرد، خانواده و جامعه مد نظر قرار دهد. ایشان گام مفید و

مؤثری در شناخت تأثیرات تربیتی پیاده روی اربعین برداشته است و در سیاست گذاری ها و برنامه ریزی های فرهنگی و اجتماعی نیز تأثیرگذار بوده است. ایشان پس از تحلیل داده های کیفی سه مضمون اصلی را شناسایی کرده است که عبارتند از: ۱- ابعاد تربیتی فردی ۲- ابعاد تربیتی خانوادگی ۳- ابعاد تربیتی اجتماعی. نتایج کلی این پژوهش بیانگر آن است که پیاده روی اربعین نقش اساسی در تربیت اسلامی افراد، خانواده ها و جامعه دارد. فتح آبادی (۱۴۰۰) در پژوهش خود با عنوان "واکاوی اثرهای مناسک دینی در زیست خانوادگی مورد مطالعه آیین پیاده روی زیارت اربعین" خانواده را از مهم ترین نهادهای اجتماعی محسوب می کند که برای حفظ بنیان خانواده استمداد جستن از الگوهای زیست دین مدارانه یکی از مؤثرترین گزینه ها می باشد. یکی از الگوهای زیست خانوادگی مؤمنانه در جریان زیارت شکل می گیرد. یافته های این پژوهش به تأثیرات پنجگانه ۱- عقلانیت تمدن ساز ۲- ظرفیت کارآمدی در عرصه های اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی ۳- ایجاد پویایی و حیات مبتنی بر محبت ۴- تقویت هویت الهی می پردازد.

طاهرخانی (۱۳۹۹) در پژوهش خود با عنوان "راهپیمایی اربعین نماد از شکل گیری هویت جمعی مسلمانان" به بیان هویت ملی، قومی، فردی و اجتماعی متفاوت و در عین حال منسجم و هماهنگ زائرین می پردازد که تحت لوای یک پرچم جمع می شوند. ایشان معتقد است که ابعاد مختلف پیاده روی اربعین موجب شکل گیری هویت جمعی در بین راهپیمایان می شود. یافته های ایشان به روشنی حاکی است که راهپیمایی اربعین به عنوان یک پدیده برآمده از مذهب شیعه، در عین تجلی دینی، دارای کارکرد سیاسی نیز هست. ایشان قائل به رابطه معنادار بین بُعد سیاسی و بین المللی راهپیمایی اربعین و شکل گیری هویت جمعی بین راهپیمایان است. عدم تفاوت فقیر و غنی و نژاد و ملیت، همبستگی، وحدت و بیداری اسلامی تحت لوای نژاد و ملیت، همبستگی، وحدت و بیداری اسلامی تحت لوای حسینی بودن، برخی از ویژگیهای این هویت جمعی است.

اکوانی (۱۳۹۹) در پژوهش خود با عنوان "بررسی تأثیر راهپیمایی اربعین حسینی در ترویج فرهنگ حسینی و تمدن شیعی" بیان می‌دارد که راهپیمایی اربعین حسینی بر ترویج فرهنگ حسینی و فرهنگ تمدن شیعی اسلامی تأثیرگذار است. این راهپیمایی عظیم علاوه بر ترویج فرهنگ حسینی که شامل فرهنگ، وحدت، فرهنگ مبارزه با ظلم و ظالم، فرهنگ طاغوت ستیزی، فرهنگ ایستادگی و صبر و بردباری در مقابل تمام دشمنان تشیع و اسلام را یادآور می‌شود.

رضوی زاده (۱۳۹۳) در مقاله خود با عنوان "ادراک و تجربه زیسته زائران پیاده ی ایرانی در عراق" به بیان زیارت پیاده اربعین به عنوان یکی از اشکال نوظهور سفر زیارتی می‌پردازد؛ که پیش از این ایرانیان توجه زیادی به آن نداشته‌اند. ایشان پس از تحلیل داده‌های کیفی به سه مضمون ۱- تجربه ی تعلیق امر مادی ۲- رنج مقدس به مثابه مولد معنا ۳- برانگیزانندگی عاطفی مناسک جمعی زیارت؛ دست می‌یابد.

فلاحی (۱۳۹۸) در مقاله خود با عنوان "نشانه شناسی پیاده روی اربعین و شباهت های آن با حکومت مهدوی" به بیان پیاده روی اربعین به عنوان یک نماد کوچک شده از جامعه مهدوی می‌پردازد و در ادامه بیان می‌دارد که در پیاده روی اربعین مردم در تمام ابعاد، سعادت و کمال را در سایه ی رهبری معصوم (عج) حس می‌کنند. یافته های مقاله نشان می‌دهد که موبک های پذیرایی، جمعیت زائرین و شمایل، رنگ ها و نمادهای مذهبی نشانه ها و نمادهای ظاهری پیاده روی اربعین و حکومت مهدوی هستند و عبودیت محض، عدالت، استحکام ارزشهای انسانی و پیوندهای اجتماعی، صلح و امنیت سامان دهی اقتصادی و امت گرایی و وحدت نشانه های مفهومی و معناگرایانه این دو اجتماع بزرگ هستند.

دغاغله (۱۴۰۰) در مقاله خود با عنوان "بخش بندی و تعیین نیم رخ روان شناختی - جمعیت شناختی و رفتاری زائرین کربلا در آیین سالانه اربعین" به بیان محبوبیت و افزایش

سفرهای زیارتی در دهه ی اخیر می پردازد. ایشان هدف از انجام این پژوهش را بخش بندی و تعیین نیمرخ روان شناختی - جمعیت شناختی و رفتاری زائرین کربلا در آیین سالانه اربعین می داند. یافته های پژوهش به سه دسته ی متفاوت از ۱- زائرین با انگیزه های مختلف سفر را نشان می دهد این سه دسته از گردشگری به نام های ۱- گردشگر زائر ۲- زائر گردشگر ۳- زائر نام گذاری شدند. نتایج این پژوهش نشان داد که گردشگران هر بخش دارای ویژگی های روان شناختی، جمعیت شناختی و رفتاری خاص خود می باشند که راهبردهای بازاریابی برای توسعه ی فعالیت های گردشگری متناسب با هر بخش متفاوت می باشد.

افتخاری (۱۳۹۸) در مقاله خود با عنوان " نقش پیاده روی اربعین در تحقق تمدن اسلامی " چنین بیان می کند که پیاده روی اربعین هر ساله بخشی از جامعه آرمانی و تمدن نوین اسلامی را به تصویر کشیده و کارآمدی آموزه های دینی و وحیانی را اثبات می کند. لذا این مقاله بر آن است تا ضمن بر شمردن ویژگی های تمدن اسلامی و نحوه ی دستیابی به آن، با بهره مندی از سخنان مقام معظم رهبری این مورد را با ویژگی ها و ظرفیت های پیاده روی اربعین حسینی (ع) انطباق دهد و این پدیده را به عنوان دروازه و مدخلی برای تمدن نوین اسلامی بررسی کند.

در تحقیقات انجام شده توسط سایر پژوهشگران، از زاویه های محدود به مسئله ی تربیتی زائر اربعین پرداخته شده است و اصول و مبانی روان شناختی و روشهای تربیتی زائر کمتر بیان شده است. در پژوهش حاضر این شکاف محدود شده است و محققین با رویکرد اسلامی به بررسی روش های تربیتی و تأثیرات روان شناختی این روش ها بر روی زائرین اربعین پرداخته اند. بنابر این، ضرورتی که پژوهشگران را برانگیخت تا به بررسی این موضوع بپردازند؛ وجود مشکلات و نیازهای فیزیولوژیکی و روانی زائرین اربعین و هموار کردن راه در رسیدن به هدف بود.

## روش تحقیق

پژوهش حاضر با روش کیفی است. روش نمونه گیری در پژوهش حاضر؛ نمونه گیری هدفمند و در دسترس است در تحقیقات کیفی، مصاحبه از نظر شکل و ساختار کاملاً منسجم و سازمان یافته نیست. روش جمع آوری داده ها در پژوهش حاضر مصاحبه ی پیمایشی یا زمینه یابی است که از نوع مصاحبه ی تأییدی که یکی از انواع مصاحبه های سازماندهی شده می باشد. این نوع مصاحبه، شواهدی برای تأیید یافته هایی که قبلاً به دست آمده است فراهم می سازد. نوع مصاحبه در پژوهش حاضر؛ ترسیم وضعیت مشارکت کنندگان است. این نوع مصاحبه به این منظور استفاده می شود تا دانسته شود که چگونه مصاحبه شوندگان دنیای اجتماعی و فیزیکی خودشان را سازماندهی می نمایند. نتایج این مصاحبه ها به دست آوردن یک سیستم طبقه بندی است که به وسیله ی مصاحبه شوندگان استفاده می شود. مشاهده ی همراه با مشارکت یکی دیگر از روش های جمع آوری داده ها در پژوهش حاضر است. در پژوهش حاضر نمونه گیری از زائران ایرانی با طیف های مختلف سنی و جنسی تا رسیدن به حد اشباع نظری ادامه یافت. بر همین اساس با استفاده از نمونه گیری هدفمند از مرد و زن، نوجوان و جوان و میان سال و سالمند مسیر پیاده روی اربعین، پس از گذشت ده ماه از سفر کربلا، مصاحبه گرفته شد (گال و والتر بورگ، ۱۳۹۱: ص ۵۲۷-۵۲۹). پژوهشگران، رویکرد قیاسی را در تجزیه و تحلیل داده هایش برگزیده اند. رویکرد قیاسی بر اساس ساختاری است که توسط محققین از پیش تعیین شده است و از سوالات به عنوان راهنمای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده کرده اند.

جدول ۱-۱ مشخصات مصاحبه شونده‌گان و تعداد حضور در پیاده روی اربعین

ردیف	کد	تخصیلات	سن	پایه روی	حضور در	تعداد	جنس	کننده	مشارکت
۱	T1	لیسانس	۴۵	دو مرتبه	دو مرتبه	۴۵	زن	I1	
۲	T2	لیسانس	۳۶	اولین مرتبه	اولین مرتبه	۳۶	زن	I2	
۳	T3	متوسطه اول	۱۴	دو مرتبه	دو مرتبه	۱۴	زن	I3	
۴	T4	ابتدایی	۱۰	دو مرتبه	دو مرتبه	۱۰	زن	I4	
۵	T5	لیسانس	۳۹	چهار مرتبه	چهار مرتبه	۳۹	زن	I5	
۶	T6	ندارد	۵	اولین مرتبه	اولین مرتبه	۵	مرد	I6	
۷	T7	لیسانس	۴۲	چهار مرتبه	چهار مرتبه	۴۲	زن	I7	
۸	T8	ابتدایی	۷۵	چهار مرتبه	چهار مرتبه	۷۵	مرد	I8	
۹	T9	لیسانس	۴۴	دو مرتبه	دو مرتبه	۴۴	زن	I9	
۱۰	T10	دیپلم	۴۲	چهار مرتبه	چهار مرتبه	۴۲	مرد	I10	
۱۱	T11	دیپلم	۴۲	چندین مرتبه	چندین مرتبه	۴۲	مرد	I11	
۱۲	T12	سیکل	۵۰	اولین مرتبه	اولین مرتبه	۵۰	مرد	I12	
۱۳	T13	متوسطه اول	۱۳	دو مرتبه	دو مرتبه	۱۳	زن	I13	
۱۴	T14	لیسانس	۲۳	اولین مرتبه	اولین مرتبه	۲۳	زن	I14	
۱۵	T15	لیسانس	۴۴	اولین مرتبه	اولین مرتبه	۴۴	زن	I15	
۱۶	T16	دیپلم	۳۲	دومین مرتبه	دومین مرتبه	۳۲	مرد	I16	

۱۷	T۱۷	متوسطه	۳۳	سومین مرتبه	مرد	I۱۷
۱۸	T۱۸	ندارد	۵	اولین مرتبه	مرد	I۱۸
۱۹	T۱۹	دیپلم	۴۴	اولین مرتبه	مرد	I۱۹
۲۰	T۲۰	دیپلم	۳۹	اولین مرتبه	مرد	I۲۰

## نتایج پژوهش

نتایج این پژوهش در قالب ۱۲ مبنای تربیتی در ذیل بیان شده است که به تفصیل به شرح آن پرداخته شده است.

## مبانی و اصول تربیتی زائر:

### مبنای اول

تأثیر ظاهر بر باطن است. منظور از ظاهر، همه ی امور مشهودی است که از انسان سر می زند و مظهر آنها بدن است و مراد از باطن، شئونی است که قابل مشاهده نیست همچون فکر و نیت. پس ظاهر انسان دست اندرکار نقش زنی بر باطن او است. بر این اساس یکی از اصول و قواعد عامه ای که باید در تربیت انسان به کار بست، ظاهرسازی است. ظاهرسازی زمانی مذموم است که متوجه به مردم و مایه ی خودنمایی باشد. در غیر این صورت، ظاهرسازی، متوجه درون و مایه ی تحول باطن خواهد بود.

روش تربیتی که زائر در تأثیر ظاهر بر باطن بر می دارد آن است که با کمک تلقین مثبت به نفس خود از طریق به زبان آوردن قول معینی و عمل به آن تأثیر مضاعفی بر وجود خود می گذارد (باقری، ۱۳۸۵: ص ۹۳).

روش امام حسین علیه السلام در واقعه کربلا بر پا داشتن نماز به عنوان یک امر ظاهری و به زبان آوردن اذکار نماز می باشد و در مرحله عمل هنگامی است که در برابر خدا می ایستد و می گوید خدایا تنها تو را می پرستم و تنها از تو یاری می جویم " تسلیم امر خداوند می شود و از غیر خدا یعنی یزیدیان آزاد است. به گونه ای که ظهر عاشورا وقتی ابو ثمامه به امام حسین (ع) گفت: "...من علاقه مندم در حالی که این نمازم را که وقت آن فرا رسیده است با شما به جای آورم و خدای را ملاقات کنم. آنگاه امام سر به آسمان بلند کرد و فرمود: شما نماز را یادآوری کردی، خداوند تو را از نمازگزاران و اهل ذکر قرار دهد. آری اکنون اول وقت برای نماز است. پس از آن امام فرمود: از آنها بخواهید که دست از جنگ با ما بردارند تا نماز را به جای آوریم" (آقائهرانی، ۱۳۸۵: ص ۱۹۰).

درس بزرگی که زائر از این واقعه می گیرد آن است که وقت شناسی در انجام نماز آثار و برکاتی چون؛ مورد عنایت و دعای امام قرار گرفتن و از ذاکرین شدن، دارد.

زائری که در مسیر اربعین قدم گذاشته است بر خود لازم می داند برای رسیدن به هدف، ظاهر خود را آراسته گرداند. با خشیت و فروتنی قدم بردارد، غسل نماید، اذکاری را قرائت کند و نماز خود را به عنوان فریضه به جا آورد. وقتی زائر از عملی نیکو کراهت داشته باشد و باطن و اعضا و جوارح خود را وادار کند تا آن عمل نیک را انجام دهد؛ باطن رمیمده و بی رغبت او به بند کشیده می شود و رام و راغب می شود. در این زمان شرح صدر نصیب او می گردد.

اذکار و اعمالی که در زیارت اربعین در کتاب مفاتیح الجنان شیخ عباس قمی آمده است نمونه بارز تأثیر ظاهر بر باطن است.

محقق در طی مصاحبه های بی که از زائرین داشت؛ به این سوال که: " زائر در ظاهر خود چه تغییری می دهد؟" به پاسخهای متعددی دست یافت از جمله اینکه: مصاحبه شونده ۱۲ چنین بیان کرد که: « قبل از زیارت امام حسین (ع) هر کاری که لازم است را باید انجام

داد تا قلب و دل آرام بشود و آن حجم بزرگی و عظمت را حتی شده به اندازه قطره ای درک کند. به نظرم خواندن زیارت عاشورا، ادعیه مناسب، فکر کردن به واقعه عاشورا، خواندن کتاب های حماسه حسینی می تواند کمک کند که قلب و دل و جان آدم آماده باشد. «همه مصاحبه شونده ها بر ظاهر تمیز و پاکیزه و غسل و خواندن زیارت عاشورا و ادعیه مرتبط هم نظر بودند. هر چند که پذیرش زائر از سوی امام حسین (ع) با ظاهر خاک آلود نیز در روایات نقل شده است و بعضی از مصاحبه شونده ها نیز به آن اذعان می کردند.

## مبنای دوم

تأثیر باطن بر ظاهر است. اگر تغییری در باطن آدمی رخ دهد، بر ظاهر نمودار خواهد شد. هر گاه رفتاری مطلوب در ظاهر کسی پدیدار نشد، می توان آن را ناشی از وضعیتی درونی دانست. اصل تحول باطن بیانگر آن است که در تربیت باید به فکر تحول درونی بود. هم ظاهر و هم باطن هر دو باید در کار باشند. نه تغییر ظاهر و نه تحول باطن، هیچ یک به تنهایی راه به جایی نخواهند برد؛ چون هر دو دامنه یک کوهند که ظاهراً از هم فاصله دارند اما در نقطه ی نهایی به هم می رسند (باقری، ۱۳۸۵: ص ۱۰۳).

امام حسین علیه السلام با نیت اصلاح دین امت جدشان و امر به معروف و نهی از منکر وارد عرصه ی قیام شدند. " مَا خَرَجْتُ أَشْرًا وَلَا بَطْرًا وَلَا مُفْسِدًا وَلَا ظَالِمًا، وَإِنَّمَا خَرَجْتُ لِطَلَبِ الْإِصْلَاحِ فِي أُمَّةٍ جَدِي، أُرِيدُ عَنِ أَمْرِ بِالْمَعْرُوفِ وَ أَنْهِي عَنِ الْمُنْكَرِ " (مطهری، ۱۳۶۴: ص ۱۳۳). این خطبه ی امام حسین علیه السلام نمونه ی بارز تأثیر باطن بر ظاهر است. امام حسین (ع) امت خود و امت های آینده را به ایمان واقعی دعوت می نماید. در زمان خویش، به اصحاب خود بینشی واقعی عطا می نماید به گونه ای که شب عاشورا در پاسخ به حضرت زینب (علیها السلام) در مورد پشت کردن یاران در زمان مواجهه با دشمن از وفای یارانش سخن می گوید.

روش تربیتی که زائر در پیش می گیرد روش اعطای بینش و روش دعوت به ایمان است. وقتی زائر در مورد نظام هستی و وجود مبداء هستی، به عنوان یک نظام شاهد و مشهودی بیندیشد؛ وقتی او خود را در نظام دنیا در جایگاه محاط بدانند و مبداء هستی را محیط بر خویش بدانند؛ وقتی دنیا را محل فیض بدانند؛ وقتی زائر در مورد حقیقت وجودی خود به بینش برسد؛ وقتی زائر به بینش صحیح در مورد حقیقت مرگ و پس از مرگ برسد؛ به حالات و اعمال و رفتارهای مطلوب دست می یابد و زمینه مناسبی برای ظهور اعمال شایسته پیدا می کند. به عبارت دیگر ایمان به خدا، رعایت ارزش های اخلاقی و التزام عملی به احکام الهی یکی از مهمترین شاخصه های سلامت روان است؛ زیرا ایمان آثاری دارد که میزان و سطح سلامت روان را افزایش می دهد. بعضی از این آثار شامل نشاط روحی، امیدواری و مسئولیت پذیری است (بشیری، ۱۳۹۰: ص ۲۲). به عنوان مثال مصاحبه شونده ۴۷ در این باره می گوید: « امام حسین (ع) در ظاهر شکست خورد ولی پیاده روی چند میلیونی پیاده روی اربعین این بینش را به زائر عطا می کند که پیروز واقعی میدان امام حسین (ع) بوده است.»

## روشهای شناختی در روان درمانی - تغییر بینش فرد

برای رسیدن به رفتار مطلوب یا همان تعدیل شخصیت زائر، ضرورت دارد که ابتدا درباره تعدیل یا تغییر افکار و گرایشهای فکری ایشان اقدام شود؛ چرا که رفتار انسان به مقدار زیادی تحت تأثیر افکار و گرایشهای او قرار دارد. به همین دلیل هدف اساسی روان درمانی زائر، تغییر نوع تفکرات ایشان درباره خودشان و زائرین دیگر و مشکلاتی است که قبلاً از مقابله با آنها در سفر اربعین عاجز بودند و همین موجب اضطرابشان می شده است. اما زائر بیمار، با تغییر افکاری که در اثر درمان حاصل می کند، مشکلاتی که در گذشته سبب اضطراب و بیماری اش می شدند، به آن اندازه ای که او تصور می کرد حائز اهمیت نبوده و در واقع دلیل موجهی برای اضطراب شدیدش به خاطر آنها وجود نداشته است.

اساساً یادگیری عملی است که در جریان آن افکار، گرایشها، عادت‌ها و رفتارهای انسان تعدیل می‌شود و تغییر می‌یابد. کار روان‌درمانی در اصل، تصحیح یادگیری‌های نادرست گذشته است که بیمار در جریان آن با افکاری اشتباه، یا اوهامی درباره خود و دیگران و زندگی و مشکلات اضطراب‌انگیزی مواجه بوده است. بیمار روشهای مشخصی از رفتار دفاعی را که به واسطه آنها از روبرو شدن با مشکلات فرار می‌کرده است می‌آموزد و از شدت اضطرابش کم می‌کند.

روان‌درمانگر می‌کوشد افکار بیمار را تصحیح کند و او را وادارد که به خود و مردم و مشکلات خویش با دیدی واقع‌بینانه و درست بنگرد و به جای فرار از مشکلات با آنها مقابله کند و همچنین، به جای ادامه دادن حالت درگیری روانی - که ناشی از عجز در حل مشکلات است - در جهت حل آنها بکوشد. این تغییر نگرش، نسبت به خود و مردم و زندگی بیمار را در مقابله با مشکلات و حل آنها توانا می‌سازد و به این ترتیب از درگیری روانی و اضطراب، رهایی می‌بخشد و این موضوع معمولاً باعث نشاط و طراوت زندگی بیمار و آغاز فعالیت نوینی در زندگی اش می‌شود، به طوری که انسان لذت زندگی، رضایت روحی، آسودگی خاطر و خوشبختی را احساس می‌کند (عباس نژاد، ۱۳۸۴: ص ۲۱۵).  
 إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ. خداوند سرنوشت هیچ قوم و ملتی را تغییر نمی‌دهد مگر آن که خود را تغییر دهند... (رعد/۱۱).

## بینش فرد نسبت به وقوع سختیها:

هنگامی که فرد در زندگی با مشکلات مواجه می‌شود، نوع نگرش وی در سازگاری با آنها موثر است. اگر او به دنبال یک زندگی آرام به دور از رنج و سختی باشد، تحمل فشارها و سازگاری با آنها برای وی بسیار مشکل‌تر است؛ زیرا انتظار وقوع آنها را ندارد؛ ولی اگر وقوع سختی‌ها را اجتناب‌ناپذیر بداند، خود را برای مقابله با آنها آماده می‌کند. در تعالیم اسلامی بر نگرش دوم تأکید شده است. طبیعت زندگی، آمیخته با سختیهاست. همه

انسانها در تلاش و کوشش اند و بین افراد برای کسب منافع مختلف، رقابتی شاد وجود دارد. در این مسیر، موفقیت یک فرد همراه با شکست فرد دیگر است. بنابراین مواجهه با مشکلات در زندگی امری اجتناب ناپذیر است. بر اساس متون اسلامی، مردم در زندگی دنیا در پی آسایش کامل هستند؛ اما این امر در آخرت حاصل خواهد شد؛ نه در زندگی دنیا؛ چرا که انسان در کانونی از سختی و رنج آفریده شده است. در دنیا به دنبال هر لذتی، درد و رنج و ناملایماتی نیز پدید می آید. فرد دچار ترس، تنگنای اقتصادی و فقدان عزیزان و... می شود. کسی که چنین نگرشی دارد، خود را آماده برخورد با مشکلات کرده، مواجهه مؤثرتری با آنها خواهد داشت.

علاوه بر این، اگر فرد به حکمت وقوع سختیها توجه داشته باشد و بداند که وجود فشارها برای تکامل فردی و اجتماعی بشر ضرورت دارد؛ بهتر با آنها مقابله می کند. به جرأت می توان گفت که منشأ همه پیشرفت های علمی و صنعتی بشر، وجود موانع و سختی هایی است که در سر راه زندگی بشر نهفته است؛ در زندگی فردی نیز، رشد توانایی های فکری و عملی آدمی، منوط به وقوع مشکلات است (عباس نژاد، ۱۳۸۴: ص ۳۹۹). قرآن نیز می فرماید: "چه بسا امری را خوش نمی دارید؛ اما خداوند در قرآن مصلحت فراوان در آن قرار داده است."

## مبنای سوم

ظهور تدریجی شاکله است. اعمال و رفتارها (ظاهر) و افکار و نیت ها (باطن) در تأثیر و تأثر خود حاصلی به بار می آورند که به تدریج در اعماق درون نشست می کند و رفته رفته، با رسوب بیش تر سخت و دیرپا می شود و بدین گونه، لایه ای زیرین در باطن انسان شکل می گیرد. با ظهور این سختی، شکل و طرحی در ضمیر انسان پدیدار می شود که در فرهنگ قرآن شاکله نام دارد (علمای اخلاق آن را "ملکه" و روان شناسان آن را "منش" یا "شخصیت" می نامند. نکته ی قابل توجه آن است که شاکله در عین حال که شکل است، مشگل نیز

هست یعنی به ظاهر و لایه ی رویین باطن شکل می دهد و به عبارت دیگر رفتار، ادراک و احساس آدمی را قالب می زند و آن ها را به سبک و سیاق خود می آفریند و به تعبیر قران احاطه ای بر انسان می یابد این احاطه هم در شاکله های مطلوب و هم نامطلوب هر دو صادق است.

از آنجا که در جریان تربیت، در پی آن هستیم که شاکله مطلوب در درون فرد پدیدار و پایدار شود یا به عنوان مقدمه می خواهیم نظام شاکله ی نامطلوبی را که به ظهور رسیده در هم بریزیم، نیازمند قاعده عامی هستیم که همان اصل مداومت و محافظت بر عمل است. محافظت بدون مداومت اصلاً سازنده نیست. مداومت و محافظت، اصل اصیل است که در همه شؤون تربیتی باید مورد توجه باشد (باقری، ۱۳۸۵: تلخیص ص ۱۲۲-۱۲۸).

نمونه بارز انسان دارای شاکله مطلوب، حضرت ابوالفضل العباس (ع) است. عواملی سه گانه در شخصیت فردی وجود مبارک حضرت عباس (ع) یعنی؛ وراثت، محیط، تربیت و پرورش، پر واضح است که آن حضرت دارای عالی ترین نسب، مناسب ترین و معنوی ترین محیط رشد و نمو، و بالاخره دارای کاملترین و زیباترین نوع برخورداری از تربیت و پرورش بوده است و لذا جمیع عوامل فوق منجر شده است که حضرت عباس (ع) در صلابت ایمان و فضل و علم و یقین و شرافت آداب و اخلاق، بعد از حسین (علیهما السلام) اول شخص باشد و پس از معصومین (ع) در جمیع صفات کمالیه انسانی کسی با او همتراز نباشد (دشتی، ۱۳۸۲: ص ۲۳).

زائر در جریان اربعین شاکله های مطلوب خود را محافظت می کند و به نشر این شاکله در قالب رفتارهای پسندیده می پردازد. از طرفی جریان اربعین، عرصه بر هم ریختن شاکله های نامطلوب انسان است و زائر با امداد از امام حسین علیه السلام، به حذف رفتارهای نامطلوب خویش می پردازد و با امام خویش عهدی می بندد که پیرامون رفتار ناپسند حتی فکر هم نکند. به همین جهت دائم به محاسبه ی نفس خویش می پردازد و خود را ملزم به انجام واجب و ترک حرام می گرداند.

نتایج مصاحبه ها نشان می دهد که تحول درونی که بعد از زیارت اربعین نصیب زائر می گردد شامل؛ احساس سبکی، انبساط خاطر، انقلاب درونی، زیاد شدن عشق به ائمه علیهم السلام، تغییر دیدگاه فرد به دنیا و زندگی، بالا رفتن شناخت و رسیدن به مقام قرب، ایجاد زمینه شناخت امام زمان (عج) در وجود و آمادگی برای ظهور ایشان، مزین شدن وجود به اخلاق و رفتار حسنه می باشد.

### مبنای چهارم

تأثیر شرایط بر انسان است. انسان به دلیل اتحاد نفس و بدن در وضعیت های مختلف محیطی، در معرض حالات و احساسات و افکار معینی قرار می گیرد. این امر در مورد شرایط زمانی و مکانی و شرایط اجتماعی است، که منشا آثار متفاوتی بر انسان است. طبق این ویژگی، ریشه ی برخی از افکار، نیت و رفتارهای آدمی را باید در شرایط محیطی او جست و جو کرد (باقری، ۱۳۸۵: ص ۱۳۲)

برای زدودن پاره ای از حالات و رفتارهای نامطلوب و نیز برای ایجاد حالات و رفتار مطلوب در زائر باید به دستکاری شرایط محیطی او پرداخت. وقتی زائر در شرایط زمانی و مکانی و اجتماعی اربعین قرار می گیرد و روابط انسانها و زائرین را می بیند؛ این روابط خاص، مبدأ تغییر بسیاری از حالات و رفتارهای او می شود. ایجاد تغییر در موقعیت فرد یا موقعیت جمع، آثار تغییر رفتار و افکار و ارزش ها را به تدریج آشکار می سازد.

یکی از راه های شناخت افراد دارای اختلال روانی، رفتارهای نابهنجاری است که انجام می دهند. افراد نابهنچار ویژگی هایی دارند که عبارت اند از: پریشانی شخصی، غیر منطقی بودن رفتار، تخطی از هنجارها، مغایر بودن با اهداف، خطرناک بودن و نداشتن درک و فهم صحیح است (بشیری، ۱۳۹۰: ۱۸).

برای اصلاح رفتارهای نامطلوب زائر، لازم است ملت میزبان عراق شرایط لازم را

فراهم نماید و به زمینه سازی شرایط اولیه ، که احتمال بروز رفتارها و حالات مطلوب را بالا می برد، پردازد و آن شرایط اولیه که احتمال بروز رفتارها و حالات نامطلوب در زائر اربعین را افزایش می دهد، حذف نماید. پس لازم است امکانات بالقوه ی بلند دامنه را در شرایط مختلف برای زائر ایجاد کرد.

در نظام تربیتی اسلام روش تغییر موقعیت مورد توجه قرار گرفته است اگر زائر برهه ی خاص زمانی را در سفر اربعین برای خویش لحاظ کند، مقدمه ایجاد حالات ویژه ای در ایشان است.

طبق مصاحبه ها و مشاهدات انجام شده، تعدادی از زائرین به دلیل گرمی هوا، به پیاده روی در طی شب اقدام می کنند. این تغییر موقعیت در حذف رفتارها و حالات نامطلوب زائرین اثرات بسیار دارد.

در شرایط اجتماعی اربعین بسیار مناسب است که زائر اُسوه ای نیک را برای خود برگزیند تا حالتی به نام اِسوه دراو پدید آید. اُسوه سازی به طور اساسی در شرایط واقعی اجتماعی مورد نظر است. پس زائر در شرایط واقعی اجتماع اربعین می تواند از شخصیت های تاریخی (مانند امام حسین علیه السلام و یارانش) الگوی عملی دریافت کند. طبق مشاهدات انجام گرفته توسط محقق، شبیه خوانی و تعزیت خوانی و هنرهای نمایشی که در مسیر پیاده روی اربعین در بعضی از موکب ها انجام می شود؛ بیانگر القای الگوی عملی به زائرین، بخصوص قشر کودک و نوجوان می باشد.

طی مصاحبه ای که با دو کودک ده و سیزده ساله (۱۳؛ ۱۴) انجام شد؛ دادن هدیه هایی مثل اسباب بازی به زائرین کودک، توجه به نیازهای اولیه و ثانویه کودکان زائر و معطوف کردن توجه ایشان به برنامه های جذاب کودکانه موکب ها، بر شور و نشاط کودکان زائر می افزاید و باعث تداعی خاطره های شیرین از این سفر زیارتی می گردد.

## مبنای پنجم

مقاومت زائر و تأثیرگذاری بر شرایط است. تأثیرپذیری انسان از شرایط به معنای اضطراب او در برابر آن نیست؛ بلکه این امکان نیز در وی هست که در قبال فشار ایستادگی کند و رنگ نپذیرد و در حدی فراتر بر شرایط اجتماعی نیز اثر بگذارد. مقاومت در وجه برتر خود، به تأثیرگذاری بر شرایط منجر می شود و آدمی دست به تغییر آفرینی در موقعیت می برد. در این دیدگاه، انسان موجودی خلاق، مُبدع و مبتکر است که مظهر تغییر و دگرگونی در محیط خود است (همان، ص ۱۴۷). نمونه بارز این تغییر، قیام حضرت اباعبدالله علیه السلام است. مقاومت حضرت به تأثیرگذاری بر شرایط و سپس تغییر در بازخورد قیام حضرت نزد یزیدیان و نتیجه عکس این قیام برای یزیدیان و تزلزل و فروپاشی نظام بنی امیه را در پی داشت.

امام حسین علیه السلام به جای پیروی از فشارهای بیرونی، از الزام های درونی و الهی تبعیت می کند. این الزام های درونی را احساس مسئولیت یا احساس تکلیف می نامیم. حضرت با نیمه تمام گذاشتن سفر حج و به ثمر رساندن قیام احساس مسئولیت می نماید؛ خود را تحت تأثیر «بایدی» از درون می بیند که هم الزام آور است و هم حضرت نسبت به آن احساس یگانگی و خودی دارد. به همین دلیل است که وقتی خبر شهادت مسلم و بی وفایی کوفیان در میانه راه به حضرت می رسد ایشان از ادامه مسیر باز نمی ماند و رو به اصحاب خویش می نماید و می فرماید: «خبر فاجعه آمیز کشته شدن مسلم بن عقیل و هانی بن عروه و عبدالله بن یقطر، به ما رسیده است. البته شیعیان ما، ما را ذلیل و خوار کرده اند. پس از شما هر که قصد بازگشت دارد برگردد که هیچ منعی بر او نیست و برگردن او چیزی نیست» (آقاتهرانی، ۱۳۸۵: ص ۹۱).

روش تربیتی که زائر برمی گزیند مواجهه ی خویش با نتایج اعمالش است. هنگامی که زائر ببیند پیامد عملش به زیان خودش است یا آنکه به سود خود اوست، زمینه مناسب

برای یافتن انگیزه‌ی درونی نسبت به ترک یا انجام عمل را یافته است. چشاندن نتیجه عمل به عامل، یک روش تربیتی است؛ زیرا موجب آن می‌شود که انسان، امکان بازگشت از خطا رایباید.

در روش دیگر زائر از طریق تحریک ایمان خویش (روش امام حسین علیه السلام در جذب بعضی از یاران قیام) به برپایی الزام درونی اقدام می‌کند و احساس تکلیف می‌نماید. احساس تکلیف نه تنها مؤمن را قادر به انجام تکالیف دشوار می‌سازد؛ بلکه او را حتی بر مهار زدن به امواج خفیف درونی توانا می‌گرداند.

راه دیگر؛ ابتلا و آزمودن است. خداوند در مقام تربیت انسان او را به بلا دچار می‌سازد. خداوند انسانها را دو گونه دچار بلا می‌گرداند: با فقر و غنا. انسان در تنگدستی به صبر آزموده می‌شود و در غنا به شکر. حضرت زینب سلام الله علیها مظهر انسانی است که در تنگدستی فقر و فقدان آزموده می‌شود به گونه‌ای که در شب عاشورا یکی دو نوبت حتی نمی‌تواند جلوی گریه اش را بگیرد و امام حسین علیه السلام با صحبت های خود زینب را آرام می‌کند (دلشاد حسینی، ۱۳۷۹: ۱۴۸). و می‌فرماید: «لَا يُدْهِبَنَّ حِلْمَكَ الشَّيْطَانُ» خواهر عزیزم، مبدا و ساوس شیطانی بر تو مسلط بشود و حلم را از تو برباید، صبر و تحمل را از تو برباید (مجلسی، ۱۳۷۰: ج ۴۵، ص ۲)

نتایج مصاحبه با زائرین اربعین نشان می‌دهد کم کردن تجملات، تعاون و همکاری دو جانبه، رسیدن به آرامش درونی و سیقل دادن روح، حل شدن مشکلات و کنار آمدن با سختی‌ها، زیاد شدن صبردر برابر مشکلات، زیاد شدن بخشندگی و سخاوت و سبک شدن بار گناهان از روشهای تربیتی است که زائرین برای تغییر دادن و تأثیر بر شرایط به کار می‌گیرند

تأثیر روان‌شناختی که در این اصل و روش تربیتی از سوی زائر ایجاد می‌شود آن است که زائر را به عنوان یک انسان قادر می‌سازد تا از سرمایه‌ی روان‌شناختی خود علاوه بر

مقابله ی بهتر در برابر موقعیت استرس زا، کمتر دچار تنش شده، در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار شود و به دیدگاه روشنی در مورد خود برسد و کمتر تحت تأثیر وقایع روزانه قرار بگیرد؛ لذا این گونه

افراد دارای سلامت روان شناختی بالاتری نیز هستند (روینز و همکاران، ۱۹۸۸).

جدول ۱-۲

کد	درصد	فروانی	دریافتهای مصاحبه شونده (زائر)	روش های تربیتی	مبانی و اصول تربیتی
T۲	۸۴	۱۰	قرائت ادعیه و اذکار	- تلقین به نفس - تحمیل به نفس	تأثیر ظاهر بر باطن (تغییر ظاهر)
		۴	خواندن کتاب های مرتبط		
		۱۰	غسل		
		۱۰	حجاب		
		۶	کمک به زائر		

TV	۸۸	۰۰	بیهوده نبودن خلقت	اعطای بینش -دعوت به ایمان	تأثیر باطن بر ظاهر (تحول باطن )
		۰۱	ایجاد ارتباط معنوی با پیامبر اکرم وامامان معصوم		
		۰۲	توجه لازم به اقشار ضعیف جامعه		
		۰۳	باز شدن روحیه و انبساط خاطر		
		۰۴	درک زمان ظهور امام زمان		
T۱۱	۸۶/۶	۰۵	توجه به اذکار	فریضه سازی محاسبه ی نفس	ظهور تدریجی شاکله-مداومت ومحافظت بر عمل
		۰۶	ادعیه و واجبات		
		۰۷	مراقبت بر اعمال		

T;T۴ ۱۳	۸۰	۱۰۰	ایجاد فضا توسط میزبان فراتر از وسع تغییر در رفتار زائر به جهت عملکرد مثبت خادمین	زمینه سازی تغییر موقعیت اسوه سازی	تأثیر شرایط بر انسان (اصلاح شرایط)
		۹۰	الگوگیری کامل از امام بالا رفتن سطح تعاملات		
		۸۰	آشنایی با آداب و رسوم اقوام		

T۱۴	۷۱/۴۲	اَ	کم کردن تجملات	مواجهه بانتایج اعمال تحریک ایمان ابتلا	تأثیرگذاری بر شرایط (مسئولیت)
		کَ	تعاون و همکاری دو جانبه		
		حَ	رسیدن به آرامش درونی و سیقل دادن روح		
		اَ	حل شدن مشکلات و کنار آمدن با سختی‌ها		
		کَ	زیاد شدن صبر در برابر مشکلات		
		حَ	زیاد شدن بخشندگی و سخاوت		
		اَ	سبک شدن بار گناهان		

### مبنای ششم

جذبه ی حُسن واحسان است. آنچه زائر اربعین را در دفعات مکرر به سمت زیارت اربعین هر ساله می کشاند و در او رغبت و سرور ایجاد می نماید؛ زیبایی‌ها (ظاهری و باطنی) و خوبی‌هایی است که در طی این مسیر از طریق حس، درک و دریافت می کند. احسانی که از سوی مردم این سرزمین به سمت زائرین سرازیر می شود تأثیرگذارترین تراژدی است که در وی قدرشناسی و تواضع را برمی انگیزد، چنانکه امام علی (ع) فرموده اند: العدلُ الانصافُ، و الإحسانُ التَّفَضُّلُ (حکمت ۲۳۱) و «الانسان عبید الاحسان انسان بنده احسان است.» (غرر الحکم: ۲۶۳)

یکی از حُسن‌هایی که در سفر اربعین به زائرین عطا می‌شود؛ حسن خلق از طرف میزبانان و مهمانان است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: خوش خلقی برای فراوانی نعمتها کافی است (دشتی، ۱۳۷۹: حکمت ۲۲۹).

آقا میری (۱۴۰۱) چنین گزارش می‌دهد: «هر آنچه می‌بینیم زیبایی و احسان است. موکب حضرت ابوالفضل ساوه مشغول توزیع غذای آخر به یک خواهر ایرانی بودم که دیدم ایشان غذای خود را به یک خانواده عراقی داد. گذشت و فداکاری در بین زائرین در روح و جسم بسیار تأثیرگذار است».

پژوهشگر در مشاهدات خویش دریافت که حسن خلق و احسان حاکم در اجتماع اربعین از عوامل اساسی جذب زائر می‌باشد. حُسن کلام جزئی از حُسن خلق است اطفال عراقی که بر روی بلندی ایستاده و نغمه لیبیک یا حسین و خدمة الزائر شَرَفَتْ لَنَا، حُبُّ الْحُسَيْنِ هُوَ يَتْنَا، سر می‌دهند کلامشان گویای تعبیری است که به تنهایی به وزن یک کتاب سخن دارد و اثرش بر زائر پایدار و بادوام است.

تأثیر روان‌شناختی که بر روی اطفال در این زمینه هست بر کسی پوشیده نیست. زمانی که کودکان مسئولیت‌پذیر می‌شوند احساس خودکارآمدی در آنها تقویت می‌شود و سپس اعتماد به نفس آنها در مشارکت‌های جمعی بالا می‌رود (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷).

با عنایت به اصل فضل؛ روش تربیتی که برای انسان در نظر گرفته می‌شود آن است که قبل از اینکه زائر خاطی عذرخواهی کند طرف مقابل اقدام به عفو کند و خطاها و لغزشهای او را نادیده بگیرد. خداوند در عفو بلند دامنه و فراگیر چنین می‌فرماید: «... يَدْعُوكُمْ لِيَغْفِرَ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيُوَخِّرْكُمْ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى...»... خدا شما را به مغفرت و آمرزش از گناهانتان فرا می‌خواند و می‌خواهد از تعجیل در عقاب در گذرد و شما را به عجل معین بمیراند. (ابراهیم/۱۰)

یکی دیگر از روش‌های تربیتی برای زائر، روش توبه واقعی است؛ یعنی بازگشت

از گناه با پشیمانی قلبی صورت بگیرد به گونه ای که دیگر انسان طرف خطا نرود. یکی دیگر از روشهای تربیتی آن است که در مسیر پیاده روی اربعین، به زائر بشارت داده شود به عطایایی که پس از به دوش گرفتن تکالیف به فرد ارزانی خواهد شد و با کشش این امید، او را آماده قبول زحمت می گرداند. روش تربیتی دیگر مبالغه در پاداش است. بر اساس این روش، برای پاداش دادن به فردی که تن به کوشش و تلاش داده و سعی خود را ابراز کرده است، باید بر اساس فضل رفتار کرد و بهترین اعمال او را معیار قضاوت و پاداش قرار داد و ضعف ها و کمبودهای جانبی را نادیده گرفت. پاداش به چنین فردی، می تواند از مرز عدالت در گذرد و بیش از حد استحقاقش او را مورد لطف قرار داد (باقری، ۱۳۸۵: ص ۱۷۲).

پژوهشگران در مشاهدات خویش دریافتند؛ که دادن هدایا به کودکان و نوجوانان زائر در طول پیاده روی در مقابل تحمل سختی راه، نوعی پاداش محسوب می شود که نشاط را برای ایشان به ارمغان می آورد و رغبت و انگیزه شان را بیشتر می گرداند.

لوتانز می گوید تأثیر روان شناختی که از دادن هدایا به کودکان حاصل می شود آن است که احساس امیدواری در کودکان برای انجام مضاعف آن عمل نیک، افزون می گردد و خودکارآمدی کودک بالا می رود. به قول سوییتمن (۲۰۱۰) کودک به ارزش خود پی می برد و احساس کفایت و کارایی به او دست می دهد.

## مبنای هفتم

وسع ها و طاقت های مختلفی است که فهم و عمل انسانها را از یکدیگر متفاوت می گرداند. هر یک از زائرین سفر اربعین دارای وسع و طاقتهای متفاوتی از یکدیگرند. به عنوان مثال طاقت هر انسانی در برابر حرارت شدید آفتاب کربلا و تحمل عطش متفاوت است. کودک، نوجوان، جوان، میانسال و سالمند، هر یک بنا به وسع خود، طاقت و تحمل

دارند که در روانشناسی به آستانه‌ی تحمل افراد یاد شده است. اگر فرد در موقعیتی قرار گیرد که از آستانه تحملش فراتر رود، فهم و عمل انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. پس باید از زائر اربعین به قدر وسع و طاقتش از او تکلیف خواست.

کودکی که زائر اربعین هست باید در این مسیر کودکی خود را داشته باشد. از ۲ تا ۷ سالگی نباید انتظار داشت که کودک تکلیف پذیر باشد؛ بلکه بازی و ویژگی اساسی این مرحله را مشخص می‌سازد. با توجه به مشاهدات پژوهشگراز وجود کودکان در مسیر اربعین؛ دادن نقش و مسئولیت به کودکان باعث نشاط و و بالا رفتن اعتماد به نفس و مسئولیت پذیری ایشان می‌گردد. از طرفی از عوامل آسیب‌زا مثل ایجاد احساس حقارت و حسادت در کودک جلوگیری می‌کند.

طی مصاحبه انجام شده با کودک پنج‌ساله (T6))، مصاحبه‌گر دریافت که کودک در پیاده روی اربعین از شدت گرما و عطش کلافه و ناراحت شده و توان ادامه مسیر را نداشته است. لازم است در این موارد والدین به طاقت فرزند خود بیندیشند و از ادامه پیاده روی در طول روز خودداری کنند و قسمت عمده پیاده روی را به شب موکول کنند.

یکی از اصول تربیتی که در زیر مجموعه‌ی مبنای تربیتی تطور وسع آدمی قرار می‌گیرد؛ عدل است. عدل، اصلی اصیل در تربیت اسلامی است. امام علی (ع) در تعریف عدل می‌فرماید: «العدل الإنصاف. عدل همان انصاف است. حکمت/۲۳۱» ایشان می‌فرماید: «عدالت هر چیزی را سر جای خود می‌نهد، در حالی که بخشش آن را از جای خود خارج می‌سازد. عدالت تدبیر عمومی مردم است در حالی که بخشش گروه خاصی را شامل است، پس عدالت شریف‌تر و برتر است. حکمت/۴۳۷» عدول از عدل، ظلم است که در نگرش اسلامی یکی از کریه‌ترین ضد ارزش‌ها محسوب می‌شود. خداوند متعال در ارتباط با انسانها چنان عدل می‌ورزد که کمترین میزان ظلم را نیز از خود نفی میکند. «وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ

خَرَدَلِ آتینا بها. و ما میزان های عدل را برای قیامت خواهیم نهاد و ستمی به هیچ کس نخواهد شد و اگر عملی به قدر دانه ی خردلی باشد، تحت نظر ما خواهد بود ( انبیاء/۴۷) (باقری، ۱۳۸۵: ص ۱۸۳).

یکی از علل قیام امام حسین (ع)، پر شدن جامعه از ظلم و خارج شدن جامعه از مسیر عدل است. به گونه ای که اسلام وارونه جلوه داده شد و ارکان آن توسط حاکمان ظالم نشانه رفته بود. با قیام امام حسین (ع) دین پیامبر (ص) احیا شد یعنی جامعه در مسیر حق و عدل قرار گرفت و افکار انحرافی به کنار رفت.

بعد از شهادت امام حسین (ع) یک رونقی در اسلام پیدا شد. این اثر در اجتماع از آن جهت بود که امام حسین (ع) با حرکت قهرمانانه خود، روح مردم را زنده کرد، احساس بردگی و اسارتی را که از اواخر زمان عثمان و تمام دوره معاویه بر روح جامعه اسلامی حکمفرما بود، تضعیف کرد و ترس را ریخت، احساس عبودیت را زایل کرد. به عبارت دیگر به اجتماع اسلامی شخصیت داد (مطهری، ۱۳۷۴: ج ۱، ص ۱۶۳). آنچه که در اجتماع بزرگ اربعین لازم است همیشه لحاظ شود؛ شخصیت دادن به این اجتماع بزرگ است. باید روح زائرین اربعین را با اعمال تدابیر سرنوشت ساز، زنده کرد به گونه ای که وقتی به وطن خویش باز می گردد در خود رونقی دوباره ببیند.

طی مصاحبه انجام شده در مورد واژه عدالت؛ مصاحبه شونده (T12) بیان می کند که «مسیر پیاده روی اربعین باید تبدیل شود به تجمع بزرگ عدالت خواهان جهان. باید در خیمه های مختلفی جوان های کشورهای دور هم جمع شوند و از عدالت صحبت کنند و اینکه چه کار کنیم دنیای بهتری داشته باشیم؟»

## مبنای هشتم

کرامت است. کرامت بزرگواری است و بزرگواری حاصل بهره‌وری معین یک موجود است بی آنکه پای مقایسه با غیر در آن گشوده شود. خداوند آدمی را از بهره‌های درونی ویژه‌ای چون عقل برخوردار ساخته و به سبب همین بهره‌وری، کریم و بزرگواری داشته است. همه به گوهر انسانی مکرم اند، سیاه باشند یا سرخ یا زرد یا سفید (باقری، ۸۱۳۸۵: ص ۱۹۱). در این مبنا باید انسان مکرم را عزیز داشت و مایه‌های عزت نفس او را فراهم آورد.

مشاهدات پژوهشگر در پیاده روی اربعین نشان داد افرادی که برای زیارت اربعین به سرزمین عراق سفر کرده بودند از هر قوم و نژادی در سراسر جهان بودند. هدف مشترک زائرین، وجود مقدس امام حسین (ع) بود که ایشان را به گونه‌ای مسالمت آمیز در کنار هم و عجین با یکدیگر قرار داده بود؛ زیرا فرهنگ حسینی کرامت انسانها را در تقوی می‌داند نه در رنگ و نژاد. همچنان که قرآن کریم می‌فرماید: **إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقَاكُمْ (حجرات/۱۳)**.

با توجه به اصل عزت نفس زائر، روش‌های تربیتی زائر، روش ابراز توانایی‌ها و روش تغافل می‌باشد. در جریان پیاده روی اربعین، زائر با توانایی‌های بالقوه خود آشنا می‌شود و سعی در بالفعل نمودن توانایی‌های خود دارد. وقتی ببیند کاری از دست او بر می‌آید، احساس سربلندی و عزت خواهد کرد و هرگاه خویشتن را ناامید بیابد و ببیند که کاری از او ساخته نیست، احساس سرافکنندگی و ذلت خواهد داشت. برای اینکه احساس عزت ناشی از بروز توانایی‌ها در مسیر عزت قرار گیرد؛ زائر باید بهره‌ای از تقوا داشته باشد تا دچار خودبینی نشود و از حرکت در مسیر الهی باز نماند. زائر برای رهایی از دام عجب باید توانایی‌های خود را نوعی عطیه الهی بداند. او باید ظهور توانایی‌هایش را نعمتی از جانب خدا بداند و با استفاده از توانایی‌های مستقر در مسیر درست و حق، به شکر این نعمت پردازد.

تأثیر روان شناختی عزت نفس زائر به گونه ای است که ایشان هدف های بالایی را برای خود تعیین می کند و وظایف دشواری را برای رسیدن به آن اهداف بر عهده می گیرد. او به استقبال چالش ها می رود و برای رویارویی با چالش ها سخت تلاش می کند، انگیزه ی فردی در ایشان به شدت بالاست و برای دستیابی به اهداف خود از هیچ تلاشی مضایقه نمی کند. او در رویارویی با موانع، ثابت قدم است (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷).

زمانی که فرد به امری که خارج از توانایی اوست مبادرت ورزد، خود را به تکلف انداخته است که حاصل آن خروج از عزت است. در نتیجه تقوای انسان دچار تزلزل می شود. پژوهشگر در جریان مشاهدات خویش به زائرینی برخورد کرد که خود و خانواده را به تکلف انداخته بودند بدون اینکه به آستانه تحمل افراد دیگر خانواده یا دوستان یا همراهان توجه کنند، زمینه ناتوانی و ذلت را در خویش و دیگران ایجاد کرده اند و در نتیجه خاطره ناخوشایندی از سفر اربعین را در ذهن خود و دیگران ایجاد کرده اند.

تغافل یکی دیگر از روشهای تربیتی است که تعدادی از مصاحبه شونده ها در تجربه پیاده روی اربعین به کار برده اند. تغافل به این معناست که ما از امری به واقع مطلع شویم و تظاهر به غفلت کنیم. هرگاه عمل و رفتاری را از یک انسان در این مسیر شاهد بودیم که تأمل برانگیز بود، باید به نحو مطلوبی توجیه کنیم، مگر اینکه شواهد به حدی برسد که راه هر گونه توجیه موجهی بسته شود. خطرناک ترین لحظه در امر تربیت، لحظه ای است که فرد خود را از فروپوشیدن خطای خویش بی نیاز ببیند و از برملا کردن آن ابایی نداشته باشد. تغافل تدبیری برای پیشگیری از وقوع چنین لحظه ای است. به کار بردن این شیوه، مانع از آن است که احساس عزت فرد، کاملاً از بین برود و آنچه فرد را به پرهیز از خطا موفق می سازد، همین احساس عزت است. وقتی کسی خود را در مقابل عمل دیگری به تغافل می زند نشانه بلاهت و سادگی او نیست بلکه مایه بزرگواری اوست.

## مبنای نهم

که بسیار تأثیرگذار است، اندیشه ورزی است. اندیشه ورزی همان فکر و تلاش و پویایی است که به هنگام مواجه انسان با معماها در وی جریان می گیرد. با توجه به گستردگی عرصه های فکر می توان گفت که آدمیان همه درگیر اندیشه ورزی اند. یکی از جاهایی که قرآن کریم انسان را به اندیشه ورزی وادار می دارد، سیر و سفر در زمین و دیدن احوال مردم آن و تفکر کردن در عاقبت آنها است. سفر معنوی اربعین این زمینه را ایجاد می کند تا مسافر بتواند به شناخت عمیق تاریخ، فرهنگ، شریعت و آداب و رسوم اجتماعی مردم این سرزمین پردازد و اندیشه کند. حصول علم در این مسیر باعث تعقل ورزی است و این تعقل مانع از افتادن در لغزش گاهها می شود تا نیل به مقصد یعنی کسب معرفت میسر شود. در مسیر اربعین لازم است انسان هم از حس و هم از عقل خود در کنار یکدیگر بهره برد؛ زیرا هرگونه مطلق گرایی در این دوار، آفت عقل محسوب می شود و مانع از ترکیه زائر می شود و در نتیجه در پایان سفر توشه حکمتش خالی است.

در مصاحبه انجام شده با مصاحبه شونده شماره هفت (TV)، ایشان بر این عقیده است که «تعقل فوق العاده کاربرد دارد. در این مسیر اگر انسانها از عقول خود استفاده کنند این مسیر سانت به سانتش برایت داستان دارد. دم به دم آزمایش و امتحان. با تعقل، رشد فوق العاده می تواند داشته باشد. استفاده صحیح از قوه تعقل، رسیدن به جایگاه خوب معنوی، سازندگی، احترام و شناخت و معرفت نسبت به وجود امام در این مسیر است».

اسنایدر (۱۹۹۵) در تأثیر روان شناختی به کارگیری قوه ی تعقل، به تفکر امیدوارانه اشاره دارد با این اعتقاد که فرد می تواند راهکارهای مناسبی را برای رسیدن به اهداف مطلوب خود پیدا کند. زائر نیز هنگام مواجهه با اهداف، با یک احساس مثبت گرایانه و موفقیت آمیز روبرو می شود و با به کارگیری قوه تعقل به اهداف والای خویش می رسد. برای داشتن تفکر امیدوارانه، باید یاد بگیریم که چگونه با موانع برخورد کنیم. به طور کلی،

افراد دارای امید بالا، هنگام برخورد با موانع به دلیل ایجاد راههای جانشین و جدید برای رسیدن به هدف یا استفاده از اهداف جانشین پاسخ های سازگارتری ارائه می دهند.

## مبنای دهم

آشنایی با خداوند و عدم بیگانگی با خداوند در این سفر معنوی است. انسان در ضمیر خود دل به ربوبیت بسته است؛ اما گاهی غفلت کرده و جایی دیگر را دستاویز قرار می دهد. حال لازم است برای پیدا کردن مسیر درست و رسیدن به معرفت ربوبی به او یادآوری و تذکر داده شود. یکی از مسیرهایی که انسان را ترغیب به ذکر می کند حرم های الهی است. یکی از این حرم های الهی مشاهد مشرفه و بارگاه ملکوتی معصومین علیهم السلام می باشد. بزرگترین حرم الهی قلب انسان است. اگر قلب با ذکر مأنوس شود دیگر غفلت در آن راه ندارد. در مسیر پیاده روی اربعین که هم دل حاضر است و هم مشاهد مشرفه؛ غفلت رنگ می بازد و ذکر با قلب انس می گیرد. فقط لازم است توجه خود را به سمت او کنی.

در مصاحبه های انجام شده مصاحبه شونده یاد خدا را مهم ترین ابزار برای رسیدن به هدف یعنی شناخت امام می داند. در این راه موعظه های نیکو، یادآوری نعمت ها و عبرت گرفتن از احوال دیگران باعث کسب شناخت می شود. وقتی شناخت ایجاد شد، محبت رخنه می کند. محبت اطاعت، می آورد و اطاعت، عمل نیکو.

کودکان در مسیر اربعین نیز نباید بی بهره بمانند. زمانی که برای فرزندانمان برنامه داشته باشیم این اجازه را به دیگران نخواهیم داد که به هر نحو برنامه ای متناسب با میل خود برای فرزندانمان داشته باشند. یکی از برنامه های پیشنهادی، ایجاد موبک های قصه خوانی به همراه نمایش است. زیرا نمایش تأثیر شگرفی در به یادسپاری داده های ذهنی دارد. ضمیر کودک، لوح سفیدی است که هر چه بر روی آن نوشته شود ثبت می گردد و

یا کشتزار آماده ای است که هر بذری در آن پاشی؛ همان محصول را می دهد. پس بذر وجودی فرزندانمان را در پیاده روی اربعین خریداری کنیم تا محصول خوب برداشت کنیم و در نهایت به تربیتی صحیح دست یابیم. با فرزندانمان دوست بوده و پندهای نیکو به او هدیه دهیم. نوجوان به دلیل شرایط سنی ممکن است قدرت پذیرش پند را نداشته باشند. وقتی او با الگوی عملی یک کردار خوب مواجه شود دیگر نیاز به پند و نصیحت نیست.

در مصاحبه انجام شده با مصاحبه شونده (T۱۹) در مورد اثر تعزیت بر روی خویش چنین می گوید: « چندسال پیش تعزیه ای دیدم اصلاً عجیب و قریب. بالای پل ورودی به کربلا. خیلی خرابم کرد. یکی نقش امام سجاد علیه السلام را بازی می کرد. سوار یک شتر. آقا مریض احوال بود. خیلی خراب شدم. با اینکه خیلی روضه خوانش بودم نمی فهمیدم. بعضی وقت ها انسان باید یک چیزهایی رادرک کند. چند سال است که هی به فکر همان تعزیه ام».

## مبنای یازدهم

ضعف است. مقصود از ضعف به عنوان یک ویژگی عمومی انسان، بیشتر ضعف نفس است. انسان می تواند از قوت بدنی و عقلی برخوردار باشد و هم دچار ضعف نفس باشد و فرد به رویارویی با تکالیف برخاسته و در برابر قبول مسئولیت ها قرار گرفته است. پس آدمی ضعیف خلق شده است، "خُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا" نساء/۲۸ و حاصل ضعف نفس او آن است که در برابر تکفل مسئولیت ها و تکالیف از پای می نشیند. هنگامی که نفس قوت می گیرد، انسان قادر خواهد بود تکالیف را به دوش گیرد و به لغزش ها تن ندهد و وسوسه ها را تاب آورد (باقری، ۱۳۸۵: ص ۲۲۱ و ۲۲۰).

گاهی انسان در برابر به دوش گرفتن تکالیف دشوار فرو میشکند و تاب نمی آورد. در اینجا لازم است به سبب اساس بودن سهولت در تکالیف بنا را بر مسامحت گذارد.

مسامحت همان قرار دادن تکالیف بر مبنای سهولت و قابلیت نیل است. زائر اربعین در مسیر پیاده روی با تکالیف و مسئولیت‌هایی مواجه است که ممکن است او را به سختی و تکلف بیندازد. زائر ممکن است در این مسیر تاب نیاورد؛ پس لازم است به مرحله‌ای کردن تکالیف و حتی تجدید نظر کردن در تکالیف بپردازد.

ستاد برگزاری اربعین نیز باید تمام نیازهای زائر را برطرف کند؛ تا زائر بتواند با آرامش خاطر به ادامه این سفر بپردازد. نیازهای زائر شامل نیازهای فیزیولوژیکی (گرسنگی، تشنگی، خواب، مسکن و جمسی) و نیازهای مربوط به ایمنی و سلامت است. نیازهای اجتماعی زائر نیز از طرف ستاد برگزاری اربعین باید در اولویت قرار گیرد با توجه به نظریه مازلو در مورد هرم نیازها، نیازهای اجتماعی شامل احساس تعلق و عشق می‌باشد (عبدالملکی، ۱۳۹۴: ص ۲۳۲). در مورد زائری که می‌خواهد به امام حسین علیه السلام ابراز عشق و تعلق کند باید از طرف ستاد اربعین امکان فراهم آوردن این زمینه، باشد.

طی مصاحبه با مصاحبه‌شونده (T17) ایشان در مورد احساس تعلق و عشق به اهل بیت چنین اذعان کرد که: «من فکر می‌کنم ما نباید شرمنده محبتمان نسبت به اهل‌البیت باشیم. این چیزی است که خود پیامبر از ما اینجور خواسته. ایشان گفته من از شما چیز دیگری نمی‌خواهم؛ تنها خواسته است که اهل‌بیتش را دوست بداریم».

## مبنای دوازدهم

دل‌بستگی، آزمندی و شتاب است. یکی از ویژگی‌های شگفت‌آور و برجسته‌ی آدمی، دل‌بستگی است. در قرآن به حُبّ و در روان‌شناسی به عشق یاد شده است. این پدیده چون در انسان شوری عظیم بر می‌انگیزد و مبداء تحمل، قدرت و جسارتی خیره‌کننده می‌شود و انسان را برای خطرپذیری مهیا می‌کند؛ شگفتی و برجستگی خاصی دارد. هرگاه

کسی دل بسته ی چیزی شد می توان با این دل بستگی هر گونه تغییری در او ایجاد کرد. از لوازم دل بستگی، آزمندی است و از لوازم آزمندی، شتاب است. آز و حرص به معنای رغبت شدید به چیزی همراه با فعالیت و عمل است. از این رو بذل تمام همت از لوازم حرص است. شتاب در عمل ممدوح است اما شتاب پیش از موقع و موعده مذموم است (باقری، ۱۳۸۵: ص ۲۲۶).

زائر در جریان اربعین با این هدف مسیر را طی می کند که به محبوب، معشوق و دل بسته ی خود امام حسین علیه السلام برسد. زائر و هر انسانی که در مسیر اربعین قرار می گیرد از عشق و دل بستگی به ابا عبدالله صحبت می کند. شوری عظیم در او ایجاد می شود که قدرت تحمل انسان را در سختی های راه بالا می برد. به انسان قدرت و جسارتی بزرگ می دهد تا نتواند به تمنیات نفس پاسخ دهد و زائر را خطر پذیر می کند به گونه ای که شهامت تغییر در خود را پیدا می کند و متحول می گردد. اینجاست که تربیت صحیح یک انسان به آسانی صورت می گیرد و رذائل جای خود را به فضائل می دهد.

در جریان تربیت، خواه در برانگیختن بر انجام پاره ای از اعمال یا بر ترک پاره ای از آنها باید از قدرت ناشی از پیوند محبت آمیز بهره جست. یکی با بذل محبت و دیگری با منع محبت. تغییر و تحولی که در نتیجه ی پیروی از این اصل در انسان به وجود می آید بسیار ژرف و بنیادی است؛ زیرا در این اصل، رابطه ی میان محب و محبوب مورد توجه است؛ در حالی که در اصولی که ناظر به پاداش و مجازات است، در درجه اول رابطه ی میان فرد و شیء مطرح است و در مقایسه، طعم رضای محبوب از طعم پاداش او شیرین تر و درد فراق او از عذابش تلخ تر است (همان، ص ۲۲۹).

طی مصاحبه انجام شده با زائر مصاحبه شونده (T۱۸)، ایشان در مورد شدت محبت چنین اذعان می نماید که: « نمی دانیم چه اتفاقی می افتد توی اربعین که از این رو به آن رو می شویم. انگار نوری همه را دگرگون می کند. رفتار همه ی مردم یک رفتار محبت

آمیز است. من اسمش را می گذارم رفتار فاطمی. انگار جنس این رفتار از جنس حضرت زهرا(س) است. همه آرام اند. کسی با کس دیگر اختلاف ندارند؛ یعنی اختلاف هست ولی اینجا همه اختلافهایشان را کنار می گذارند. چون یک محبت قوی تر و یک کشش قوی تر هست.»

عشق و محبت بیشترین تأثیر را در فرایند روان شناختی انسان دارد که در تغییر رفتار ایشان بسیار دخیل است و انسان را متحول می گرداند. خودگویی های مثبت در انسان بالا می رود و با ترس و اضطراب می تواند مقابله کند؛ زیرا آنچه برای محب دارای اهمیت فراوان است رضایت محبوب می باشد.

جدول ۲-۲ دریافت های مصاحبه شوندگان

کد	درصد	فراوانی	دریافتهای مصاحبه شونده	روش های تربیتی	مبانی و اصول تربیتی
T20	۶۲	۶۰	پرهیز از کلام لغو و بیهوده	آراستن ظاهر و کلام عفو، توبه، بشارت	جذبه حسن و احسان (آراستگی)
		۱۰۰	پوشش مناسب و مورد پسند شرع		
		۱۰	رعایت نظافت محیط		
		۸۰	نکر در طول مسیر		
		۶۰	بازگشت از گناه		

T12 T6	۷۳/۳	۶۰	رعایت حقوق انسانها خصوصاً زائرین	تکلیف به قدر وسع انذار و مجازات به قدر خطا	تصور وسع انسان (عدل)
		۱۰۰	انجام اعمال واجب و عدم ضرورت انجام مستحبات		
		۶۰	رعایت جوانب صحیح امریه معروف و نهی از منکر		
T1	۸۰	۱۰۰	به کار گیری و شکوفایی تمام توان و استعداد انسانها برای خدمت به یکدیگر	ایرازنوایی ها تغافل	کرامت(عزت)
		۶۰	چشم پوشی کردن از خطای یکدیگر جهت حفظ شأنیت انسانها		
T7	۷۰	۷۰	برنامه ریزی جهت تصفیه ی درون از بدی ها	ترکیه تعلیم حکمت	اندیشه ورزی(تعقل)
		۷۰	جایگزین کردن خوبی ها		
		۶۰	تلاش برای رسیدن به عمل مقبول		
		۸۰	پیاده روی اربعین، سرتاسر، تعلیم و تعلم است		
T19	۸۰/۵۳	۶۰	نیکو سخن گفتن، ارشاد و راهنمایی مطابق با اصول عبرت از واقعه ی تاریخی عاشورا و حرکت اربعین	موعظه حسنه، یادآوری نعمت، عبرت آموزی	تکر
		۸۰	درس گرفتن از خادمین اباعبدالله(ع)		
T16	۸۰	۸۰	انجام واجبات و فرائض دینی با برنامه ریزی دقیق در طول ساعات شبانه روز سفر اربعین	مرحله ای کردن تکلیف تجدیدنظر در تکلیف	ضعف(مسامحت)

T18	۸۰	۱۰۰	محبت امام حسین به همه مردم ونبودن قهرزجاناب حضرت	بیان مهر و قهر عطا و حرمان تکلیف در عایت و سع	دلبستگی، آزمندی و شتاب (ابراز با منع محبت سبقت)
		۸۰	عطای بی دریغ به زائر از طرف خادمین حضرت بدون چشم داشت		
		۶۰	سبقت گرفتن هر انسان در انجام افعال مورد پسند معصومین		

## نتیجه گیری

تحقیق حاضر به دنبال بررسی روش های تربیتی و روان شناختی پیاده روی زائرین اربعین بوده و در این راستا به نتایج قابل تأمل رسید. از آن جهت که اربعین حسینی بزرگترین رویداد تاریخی جهان اسلام است؛ زائر نقش به سزایی در ایجاد، دوام و بقای آن دارد. زائر اهدافی را در زیارت اربعین دارد که در رأس آن شناخت حقیقی انسانی کامل به نام حضرت اباعبدالله (ع) است. زائر برای دور کردن آلودگی از خود و سبقت دادن روح خود نیاز دارد که به الگویی کامل تکیه کند و در سایه محبتی که در ایشان از الگوی کامل ایجاد شده است، به سلامت روان برسد. سلامت روان در سایه ی وجود روش های تربیتی صحیح شکل می گیرد پس محقق اثرات تربیتی و روان شناختی پیاده روی اربعین را بر روی زائرین بررسی نموده و به بررسی جوانب مختلف آن پرداخت.

نتایج تحلیل مضمون حاصل از مصاحبه ها و مشاهدات عمیق نشانگر آن است که مهم ترین مضامین شناسایی شده در حیطه روش های تربیتی به کار برده شده از سوی زائرین، مضمون هایی با عناوین ذیل می باشد.

یافته های تحقیق حاضر نشان می دهد که هدف اصلی از پیاده روی اربعین در بین زائرین رسیدن به شناخت حقیقی از وجود ابا عبدالله (ع) است که همه انسانهایی که در مسیر پیاده روی اربعین قرار گرفتند (چه زائر و چه میزبان)؛ به نحو مؤثری به این هدف دست یافته اند. ایشان اهدافی را در رسیدن به هدف اصلی دنبال می کنند، از جمله در ظاهر خود تغییراتی دادند. خود را ملزم به خواندن ادعیه، بیان ذکرالهی در این مسیر، خواندن کتاب، غسل کردن، ایجاد پوشش مناسب کردند.

زمانی که ایشان ظاهر خود را تغییر دادند، باطنشان نیز صفا گرفته و تغییراتی در آن ایجاد شد و به بینش صحیح و ایمان به مبداء هستی، بینش به وجود خود، بینش به حقیقت مرگ دست یافته و اعمال و رفتار ایشان شایسته گردید و ایشان از پوچی و پوچگرایی دور گردیدند.

محقق به این نتیجه رسید که وقوع سختی ها در مسیر پیاده روی اربعین انسان ساز است و باعث رشد توانایی فکری و عملی انسان می شود. وجود فشارهای حاکم در مسیر پیاده روی اربعین نه تنها برای زائرین مخرب نیست بلکه برای تکامل فردی و اجتماعی آنان ضرورت دارد.

وقتی رفتار مطلوب در زائر شکل گرفت لازم است تا از آن رفتار محافظت و مراقبت کند تا جزئی از شخصیت و منش انسان بعد از زیارت گردد. با توجه به نتایج حاصل، برای ایجاد حالات و رفتار مطلوب در زائر باید به دستکاری شرایط محیطی پرداخت. ایجاد تغییر در موقعیت فرد یا جمع، آثار تغییر در رفتار و افکار و ارزش ها را آشکار می کند.

برای اصلاح رفتار نامطلوب زائر، باید شرایطی فراهم شود که احتمال بروز رفتار مطلوب را بالا ببرد و احتمال بروز رفتار نامطلوب را کاهش و حذف نماید. نمونه ی آن پیاده روی در شب به دلیل گرمای هوا برای جلوگیری از گرمزدگی و پرخاشگری ناشی از فشار جوی است.

محقق به این نتیجه رسید که زائرین الگو و اُسوه ی خود را امام حسین (ع) معرفی می کنند و در همه ی مراحل زندگی به ایشان اقتدا می نمایند؛ حتی برای فرزندان خود هم شرایطی مهیا می کنند تا بتوانند به درونی کردن این الگو به نحو شایسته و خوش آیند، پردازند. زائر پس از آنکه به اصلاح و تعیین الگوی حسنه ی خود پرداخت بر شرایط تأثیرگذار می شود و به تغییر در موقعیت می پردازد.

محقق دریافت آن احسان و حُسنی که از سوی میزبانان اربعین به سمت زائرین سرازیر می گردد، اثرش بادوام و پایدار است و در ایجاد و تداوم رفتار مطلوب از سوی زائر بسیار تأثیرگذار است. رفتارهای شایسته ی میزبانان اربعین باعث الگوگیری زائر و تغییر در رفتار ناشایست بعضی از زائرین می گردد و باب بازگشت از رفتار ناشایست در ایشان باز می شود.

محقق در زمینه ی عدالت چنین دریافت که عدل، اصلی اصیل در تربیت اسلامی است. عدالت تدبیر عمومی مردم است. عدول از عدل، ظلم است که در نگرش اسلامی یکی از کریه ترین ضد ارزش ها محسوب می شود. یکی از علل قیام امام حسین (ع)، پر شدن جامعه از ظلم و خارج شدن جامعه از مسیر عدل است. بعد از قیام بسیاری از مردم دریافتند که جامعه آنها از مسیر عدالت خارج شده است و با وجود امام بر حق است که عدالت ریشه می کند و جوانه می زند. زائر معتقد است مسیر پیاده روی اربعین باید به تجمع بزرگ عدالت خواهان جهان تبدیل شود و همه جانبه به این رکن پایبند بود. رعایت عدالت در پیاده روی اربعین یکی از بهترین روش های جذب زائرین و مجاورین در مباحث تربیتی است.

محقق در زمینه ی روش تربیتی کرامت و بزرگواری دریافت که؛ با توجه به اصل عزت نفس به این نتیجه می رسیم که ابراز توانایی ها (خودباوری و خودشکوفایی) و تغافل یکی از روش های تربیتی است که زائر در مسیر پیاده روی در ارتباط با اجتماع خود برای حفظ

عزت نفس خود و دیگران می تواند لحاظ کند.

دلبستگی یکی از ویژگی های برجسته ی آدمی است که در روان شناسی به عشق معروف است. دلبستگی فرد باعث ایجاد تغییر در انسان می گردد؛ زیرا از محبوب خود اطاعت می کند. شوری عظیم در او ایجاد می شود که قدرت تحمل انسان را در سختی های راه بالا می برد. دلبستگی و عشق حسینی است که معلول جسمانی و بیمار را به عرصه ی پیاده روی می کشاند و به انسان قدرت و جسارتی بزرگ می دهد تا نتواند به تمنیات نفس پاسخ دهد و زائر را خطرپذیر می کند به گونه ای که شهادت تغییر در خود را پیدا می کند و متحول می گردد. اینجاست که تربیت صحیح یک انسان به آسانی صورت می گیرد و رذائل جای خود را به فضائل می دهد.

در جریان تربیت، خواه در برانگیختن بر انجام پاره ای از اعمال یا بر ترک پاره ای از آنها باید از قدرت ناشی از پیوند محبت آمیز بهره جست. یکی با بذل محبت و دیگری با منع محبت. تغییر و تحولی که در نتیجه ی پیروی از این اصل در انسان به وجود می آید بسیار ژرف و بنیادی است؛ زیرا در این اصل، رابطه ی میان محب و محبوب مورد توجه است؛ در حالی که در اصولی که ناظر به پاداش و مجازات است، در درجه اول رابطه ی میان فرد و شیء مطرح است و در مقایسه، طعم رضای محبوب از طعم پاداش او شیرین تر و درد فراق او از عذابش تلخ تر است.

با توجه به اینکه پیاده روی اربعین، حرکتی جهانی شده است و با استقبال انسانهایی با فرهنگ ها و آداب و منش و ادیان مختلف مواجه شده است؛ همچنین آثار تربیتی و روانی ویژه ای را برای انسانهایی که در این مسیر قرار گرفته اند، رقم می زند؛ ضروری می نماید که مسئولین و دست اندرکاران این حوزه تسهیلات لازم را برای زائرین در این سفر معنوی فراهم سازند.

از جمله پیشنهادات آن است که نیروهای خبره و کارشناسان تربیتی و روان شناسان

زبده را در درمانگاهها و موبک های سلامت بگذارند تا به زائرین علاوه بر حیظه سلامت جسم در حیظه سلامت روان نیز ارائه ی خدمت گردد.

ایجاد بستر مناسب برای زائرین کودک و نوجوان در طول مسیر پیاده روی اربعین جهت شناساندن ارزشهای انسانی و تربیتی در اذهان کودکان با روش کودکانه. مانند برگزاری موبک تخصصی کودک که خود کودکان نیز موبک دار باشند و در آنجا قصه خوانی، شعرخوانی، اجرای نمایش هایی از حماسه امام حسین و یاران ایشان انجام شود. اهداف فرعی در این نوع موبک ها ایفای نقش مسئولیت و بالا بردن سطح اعتماد به نفس کودکان و لذت یابی کودکانه و تشویق و ترغیب کودکان در مسیر پیاده روی اربعین است. آگاه سازی دقیق زائرین از سوی ستاد اربعین و بقیه ی دستگاههای اجرایی مراسم اربعین برای ارائه ی بهترین خدمات تربیتی و روان شناسی و اطلاع رسانی و آگاه سازی زائرین در این زمینه از طریق فضای مجازی، رسانه ها، پوسترها، بروشورها و نیروهای خبره ی در مسیر.

تسهیل روند پیاده روی اربعین از طریق ارائه ی خدمات مددکاری اجتماعی به زائرین معلول جسمی و ذهنی و زائرین سالمند.

## منابع و مآخذ

- کتاب ها
- قران کریم
- نهج البلاغه
- آقاهرانی، مرتضی (۱۳۸۵). یاران شیدای حسین ابن علی (ع). قم: نشر باقیات.
- باقری، خسرو (۱۳۹۹). نگاهی دوباره به تربیت اسلامی. ج اول. تهران: انتشارات مدرسه.

- بختیاری، رعنا (۱۳۸۸). اصول و مبانی روان شناسی و آداب معاشرت. تهران: انتشارات مبنای خرد.
- بشیری، ابوالقاسم (۱۳۹۰). اختلالات رفتاری. قم: نشر معارف.
- بنت الشاطی، دکترة (۱۳۷۴). شیر زن کربلا یا زینب دختر علی (ع). ترجمه سید جعفر شهیدی. تهران: نشر مشعر.
- جوادی آملی، عبدالله (۱۳۷۷). حماسه و عرفان. قم: نشر اسراء.
- سیلوا، خوزه (۱۴۰۰). روش کنترل ذهن (تکنیک های شفابخشی خود و دیگران). ترجمه علی اصغر شجاعی. تهران: انتشارات نقش و نگار.
- دانشگر، بهزاد. محمد علی جعفری (۱۳۹۷). پادشاهان پیاده. ترجمه سعید دژفر. تهران: نشر عهد مانا.
- دشتی، رضا (۱۳۸۲). زندگانی حضرت ابوالفضل العباس (ع). تهران: نشر مؤسسه فرهنگی پازینه.
- دشتی، محمد (۱۳۷۹). ترجمه نهج البلاغه. قم: نشر پرهیزکار.
- دلشادتهرانی، مصطفی (۱۳۸۶). مدرسه حسینی. تهران: نشر دریا.
- زارع، حسین (۱۳۹۵). اکبر رضایی و علی مصطفائی. روان شناسی تربیتی. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.
- شجاعی، تقی (۱۳۹۶). سید من حسینی. قم: نشر مواسات.
- صدری افشار، غلامحسین و همکاران (۱۳۸۸). فرهنگنامه فارسی. ج دوم. تهران: انتشارات فرهنگ معاصر.
- طاهرزاده، اصغر (۱۳۸۸). کربلا مبارزه با پوچی ها. اصفهان: نشر لب میزان.
- طباطبایی میرجهانی اصفهانی، سید محمد حسین (۱۳۸۹). البكاء للحسین. قم: نشر احقاف.

- عباس نژاد، محسن (۱۳۸۴) و همکاران. قران، روانشناسی و علوم تربیتی. مشهد: نشر بنیاد پژوهش های قرانی حوزه و دانشگاه.
- عبدالملکی، سعید (۱۳۹۴). مبانی روان شناسی. تهران: نشر علم.
- عمید، حسن (۱۳۶۵). فرهنگ عمید. ج اول. تهران: انتشارات امیرکبیر.
- قاعدان، اصغر (۱۳۸۸). عتبات عالیات عراق. تهران: نشر مشعر.
- قمی، عباس (۱۳۸۵). نفس المهموم. ترجمه ابوالحسن شعرانی. تهران: نشر وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- گال، مردیت، بورگ، والتر، گال و جویس (۱۳۹۱). روش های تحقیق کمی و کیفی در علوم تربیتی و روان شناسی. ترجمه احدرضا نصر و همکاران. تهران: سمت.
- لوتانز، فرد (۲۰۱۰) و سوییتمن. سرمایه روان شناختی. ترجمه بهروز رضایی منش و همکاران. تهران: انتشارات علمی.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۶۲ق). بحار الانوار. ج ۱. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- محمدی اصل، عباس (۱۳۸۶). مبانی روان شناسی اجتماعی. تهران: نشر علم.
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۴). حماسه ی حسینی. ج اول. تهران: نشر صدرا.
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۴). حماسه ی حسینی. ج دوم. تهران: نشر علامه طباطبایی.
- نیلی پور، مهدی (۱۳۹۳). ۸۰۰۰ متر عشق. اصفهان: نشر مرغ سلیمان.

## مقاله ها

- افتخاری، لاله (۱۳۹۸). نقش پیاده روی اربعین در تحقق تمدن نوین اسلامی با تأکید بر فرمایشات مقام معظم رهبری. فصلنامه علمی تخصصی رهیافت

فرهنگ دینی. سال ۲. شماره ۸. ۲۹-۵۷.

- اکوانی، عباس (۱۳۹۹). بررسی تأثیر راهپیمایی اربعین حسینی در ترویج فرهنگ حسینی و تمدن شیعی. مجله نخبگان علوم و مهندسی. جلد ۵. شماره ۵.

- تاج بخش، غلامرضا (۱۳۹۹). پیاده روی اربعین و ابعاد تربیتی آن. بصیرت و تربیت اسلامی. سال ۱۷. شماره ۵۲. ۴۱-۶۲.

- تاج بخش، غلامرضا و محمدرضا حسینی و انتصار موسوی (۱۳۹۸). مطالعه کیفی الگوی ابراز هویت ایرانیان و عراقی ها در آیین پیاده روی اربعین. فصلنامه نظریه های اجتماعی متفکران مسلمان. سال ۹. شماره ۲: ۹-۳۶.

- دغاغله، یعقوب و مریم درویشی (۱۴۰۰). بخش بندی و تعیین نیمرخ روانشناختی - جمعیت شناختی و رفتاری زائرین کربلا در آیین سالانه اربعین. فصلنامه مطالعات اجتماعی گردشگری. سال ۱۰. شماره ۱۹. ۲۲۱-۲۵۰.

- رضوی زاده، ندا (۱۳۹۶). ادراک تجربه زیسته زائران پیاده ایرانی در عراق. مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران. دوره ۶ شماره ۴: ۵۹۵-۶۳۱.

- رمضان‌ی تیمجانی، صدیقه (۱۳۹۹). بررسی ابعاد و اجزای ذهنی مشارکت جمعی در پیاده روی اربعین. فصلنامه دین و ارتباطات. سال بیست و هفتم. شماره اول. ۳۵۷-۳۸۴.

- صدیق اورعی، غلامرضا و مهدی باقری و شهیده صدیق اورعی (۱۴۰۰). چالش های تصمیم گیری زائر ایرانی برای زیارت پیاده اربعین. فصلنامه مطالعات اجتماعی گردشگری. سال ۹. شماره ۱۷. ۱۰۷-۱۳۶.

- طاهرخانی، عبدالله و پروین سوادیان و منصور شریفی (۱۳۹۹). راهپیمایی اربعین نمادی از شکل‌گیری هویت جمعی مسلمانان. فصلنامه علمی جامعه‌شناسی سیاسی جهان اسلام. دوره ۹. شماره ۱. ۱۳۹۰-۱۶۲.
- فرخی، میثم و زینب انگوتی (۱۳۹۸). دلایل حضور و مشارکت زنان ایرانی در پیاده روی اربعین. فصلنامه مطالعات راهبردی بسیج. سال ۲۲. شماره ۸۵. ۲۹-۵۸.
- فروغی، یاسر (۱۳۹۹). مطالعه کیفی انگیزه‌های زائران ایرانی شرکت‌کننده در آیین پیاده روی زیارت اربعین. فصلنامه دین و ارتباطات. دوره ۲۶. شماره ۲. ۴۱۹-۴۵۰.
- فلاحی، سارا و مهدی شاه ولی (۱۳۹۹). نشانه‌شناسی پیاده روی اربعین و شباهت‌های آن با حکومت مهدوی. فصلنامه جامعه‌شناسی سیاسی جهان اسلام. دوره ۸. شماره ۱. ۲۸۵-۳۱۰.
- مریجی، شمس‌الله (۱۴۰۱). تبیین جامعه‌شناختی زیارت اربعین و کارکردهای اجتماعی آن. فصلنامه علمی پژوهشی اسلام و مطالعات اجتماعی. سال ۱۰. شماره ۲. ۸-۳۲.
- مقیمی، سید محمد (۱۳۹۷). آموزه‌های مدیریتی از رویداد اربعین حسینی. فصلنامه علمی - پژوهشی مدیریت اسلامی. سال ۲۶. شماره ۲.

منابع دیجیتال

- نرم افزار جامع الاحادیث

- نرم افزار قران نور

## منابع رسانه ای

- خبرگزاری جام جم، (۱۴۰۱). سفرنامه پیاده روی اربعین از نجف تا کربلا. ۱ مهر، ساعت ۱۸:۲۲. هیئت باران سرزمین گیلوگاه. موکب تخصصی کودکان.
- خبرگزاری روضه نیوز، (۱۴۰۱). سفرنامه نوجوان آمریکایی از پیاده روی در زیارت اربعین نجف تا کربلا. حماسه اربعین.
- خبرگزاری جام جم ۱، (۱۴۰۱). موکب رسانه ای طریق الحسین. گزارش از اسحاق آقامیری. پیاده روی اربعین ۱۴۴۴، ۲۳ شهریور ۱۴۰۱، ساعت ۱۰:۴۹. عمود ۱۲۲۲ مسیر نجف تا کربلا. برنامه ی پیاده آمده ایم.
- خبرگزاری جام جم (۱۳۹۴). حاج اقا اکبری، موکب امام رضا(ع) اردبیل. سامرا. دیوانیه، مرقد سید محمد. ۲۳ شهریور ساعت ۱۴:۱۵.
- حضور بیماران و معلولان در پیاده روی اربعین (۱۳۹۸)، شبکه جهانی بیت العباس(ع).
- خبرگزاری تبیین، (۱ آذر ۱۳۹۵). پیاده روی دختر خردسال معلول با دست در اربعین حسینی.
- خبرگزاری جام جم، (۱۳۹۵). پیاده روی حیدر-معلول جسمی از ناحیه پا. للإنسان. للمشي في الأربعين أثر كبير في رفع مستوى التعليم والصحة النفسية للإنسان.

المفردات الأساسية: مسيرة الأربعين ، مبادئ نفسية ، طريقة تربوية ، زوار