

نتیجه مشابه‌یابی :
عنوان سند : نسخه اصلی مقاله. راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی. روشنگر همنام
نام و نام خانوادگی : ya.aba.saleh.almahdi adrekni
تاریخ درخواست مشابه‌یابی : ۱۴۰۳/۱۰/۰۴
درصد کل مشابهت : ۰/۰۰ %

☐ آیات
☐ روایات
☐ نقل قول‌ها
☐ اشعار

مواردی که تیک خورده اند در فرایند مشابه‌یابی شرکت داده نشده است

راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی

روشنگر همنام^۱

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی انجام شده است. امید به زندگی، یکی از عوامل کلیدی در سلامت روانی، پایداری اجتماعی و رشد فردی است که در آموزه‌های قرآنی به‌عنوان یک نگرش بنیادین و نه صرفاً یک احساس گذرا معرفی شده است. در این راستا، این پژوهش تلاش دارد تا با تبیین راهکارهای معرفتی قرآن، نشان دهد که چگونه شناخت عمیق از مفاهیمی همچون رحمت الهی، حکمت در سختی‌ها، عدالت خداوند، سنت‌های ثابت هستی، مقام والای انسان و نقش توکل، می‌تواند موجب افزایش امید و کاهش اضطراب در زندگی شود. این تحقیق به روش تحلیلی-توصیفی و با بهره‌گیری از منابع معتبر اسلامی و مطالعات روان‌شناختی انجام شده است. در این راستا، متون قرآنی و آموزه‌های معرفتی مرتبط بررسی و تحلیل شده‌اند تا مشخص شود که چگونه قرآن کریم، با ارائه چارچوب‌های شناختی و بینشی، به تقویت امید در زندگی انسان‌ها کمک می‌کند. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که قرآن کریم با تأکید بر مفاهیمی همچون رحمت گسترده الهی، حکمت در مشکلات، عدالت خداوند، سنت‌های تغییرناپذیر هستی، ارزش و مقام والای انسان در نظام خلقت و نقش توکل در کاهش نگرانی‌ها، یک الگوی جامع برای امیدآفرینی ارائه می‌دهد. این راهکارهای معرفتی نه تنها موجب کاهش اضطراب و استرس می‌شوند، بلکه انگیزه و تلاش فردی را نیز افزایش داده و موجب انسجام اجتماعی می‌شوند. در نهایت، ترویج این آموزه‌ها می‌تواند به شکل‌گیری جامعه‌ای پویاتر، بانشاط‌تر و مقاوم‌تر در برابر چالش‌های زندگی منجر شود.

کلیدواژه: امیدآفرینی، زندگی، راهکار، معرفت.

^۱ طلبه سطح دو حوزه علمیه خواهران کوثر

مقدمه

امید به زندگی یکی از اساسی‌ترین نیازهای روانی انسان است که تأثیر بسزایی در سلامت روان، پایداری در برابر مشکلات و پیشرفت فردی و اجتماعی دارد. در جوامع امروزی، به‌ویژه با گسترش مشکلات اقتصادی، بحران‌های اجتماعی و افزایش اضطراب‌های فردی، کاهش سطح امید به زندگی به یکی از چالش‌های مهم تبدیل شده است. نبود امید می‌تواند منجر به احساس ناامیدی، افسردگی و کاهش کیفیت زندگی شود که این امر پیامدهای منفی گسترده‌ای بر جامعه نیز خواهد داشت. از سوی دیگر، قرآن کریم به عنوان کتاب هدایت، آموزه‌های ارزشمندی در باب امید و روش‌های امیدآفرینی ارائه داده است. این آموزه‌ها، که در محورهای همچون ایمان، عمل صالح، صبر، توکل، و آموزه‌های اخلاقی نمود یافته‌اند، می‌توانند نقش مهمی در ایجاد امید و تقویت انگیزه زندگی ایفا کنند. با توجه به این مسئله، بررسی راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی، می‌تواند رویکردی نوین برای حل بحران‌های روانی و اجتماعی ارائه دهد. با افزایش مشکلات فردی و اجتماعی در جوامع معاصر، نرخ افسردگی و ناامیدی نیز روندی صعودی داشته است. این موضوع نه تنها سلامت فردی را به خطر می‌اندازد، بلکه موجب کاهش بهره‌وری اجتماعی و افزایش آسیب‌های اجتماعی مانند خودکشی، اعتیاد و جرم می‌شود. از این‌رو، یافتن راهکارهای مؤثر برای افزایش امید به زندگی امری ضروری است. قرآن کریم به عنوان منبعی غنی از آموزه‌های معرفتی، راهکارهای متعددی برای ایجاد امید و انگیزه در زندگی ارائه می‌دهد که بررسی این راهکارها می‌تواند به بهبود وضعیت روانی افراد و افزایش انسجام اجتماعی کمک کند.

اهمیت تحقیق از چند جنبه می‌تواند بررسی شود:

۱. اهمیت دینی و معرفتی: این پژوهش به فهم بهتر آموزه‌های قرآنی در حوزه امیدآفرینی کمک کرده و زمینه‌ای برای بهره‌گیری بیشتر از تعالیم دینی در بهبود زندگی فردی و اجتماعی فراهم می‌کند.
۲. اهمیت روانشناختی: با بررسی راهکارهای قرآنی در تقویت امید، می‌توان روش‌هایی برای کاهش اضطراب، افزایش انگیزه و بهبود سلامت روانی افراد ارائه داد.
۳. اهمیت اجتماعی: امیدآفرینی نقش مهمی در کاهش ناهنجاری‌های اجتماعی دارد. ترویج راهکارهای قرآنی در این زمینه می‌تواند به ایجاد جامعه‌ای پایدار، همدل و بانشاط کمک کند.

پژوهش‌های متعددی در زمینه تأثیر ایمان و باورهای دینی بر سلامت روان و امید به زندگی انجام شده است. برخی مطالعات به بررسی نقش نماز، ذکر، و توکل در کاهش اضطراب و افزایش امید پرداخته‌اند. همچنین، تحقیقات روانشناختی نیز نشان داده‌اند که باور به عدالت الهی و امید به رحمت خداوند تأثیر مثبتی بر آرامش ذهنی و توانایی مقابله با مشکلات دارد. با این حال، پژوهش‌های جامعی که به طور خاص به بررسی نظام‌مند راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی پرداخته باشند، کمتر انجام شده‌اند. این تحقیق با بهره‌گیری از آموزه‌های قرآنی، به دنبال ارائه رویکردی جدید برای امیدآفرینی در سطح فردی و اجتماعی است.

۱. مفهوم شناسی

در این بخش معای لغوی و اصطلاحی راهکار و و امیدآفرینی بحث خواهد شد.

۱-۱. معنای لغوی و اصطلاحی راهکار

معنای لغوی "راهکار"

واژه "راهکار" از ترکیب دو جزء "راه" و "کار" ساخته شده است. "راه" در زبان فارسی به معنی مسیر، طریق و شیوه است.^۱ از سوی دیگر، "کار" به معنی عمل، فعالیت و تدبیر می‌آید.^۲ بنابراین، از نظر لغوی، "راهکار" به معنای تدبیر یا روشی برای رسیدن به هدفی مشخص است.

معنای اصطلاحی "راهکار"

در اصطلاح، "راهکار" به مجموعه تدابیر و روش‌هایی گفته می‌شود که برای حل یک مشکل یا رسیدن به یک هدف مشخص طراحی می‌شوند. این واژه در حوزه‌های مختلف از جمله مدیریت، سیاست، تعلیم و تربیت و حتی مباحث دینی مورد استفاده قرار می‌گیرد.^۳ برای مثال، در علوم دینی، راهکارهای قرآنی مجموعه‌ای از آموزه‌های عملی و معرفتی هستند که قرآن برای حل مسائل مختلف زندگی ارائه می‌دهد. این راهکارها می‌توانند در زمینه‌های مختلف مانند رشد فردی، انسجام اجتماعی و بهبود وضعیت روحی و روانی به کار گرفته شوند.^۴

^۱ دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ص ۵۶۲۴

^۲ معین، فرهنگ فارسی، ص ۷۳۴

^۳ شریفی، مبانی مدیریت استراتژیک، ص ۱۵۷

^۴ مطهری، آموزش دینی و زندگی، ص ۲۰۹

۱-۲. معنای لغوی و اصطلاحی "امیدآفرینی"

معنای لغوی "امیدآفرینی"

واژه "امیدآفرینی" نیز از ترکیب دو جزء "امید" و "آفرینی" ساخته شده است. "امید" در لغت به معنای انتظار امر مطلوب، آرزو و حالت روحی مثبت در مقابل یأس و ناامیدی است.^۱ این واژه در زبان فارسی به عنوان یکی از عناصر حیاتی روانی شناخته می‌شود که انگیزه و شور زندگی را در فرد تقویت می‌کند. "آفرینی" نیز از فعل "آفریدن" گرفته شده که به معنای ایجاد کردن، پدید آوردن و ساختن است.^۲ بنابراین، از نظر لغوی، "امیدآفرینی" به معنای ایجاد امید و انگیزه در افراد است.

معنای اصطلاحی "امیدآفرینی"

در اصطلاح، امیدآفرینی به مجموعه راهکارها، شیوه‌ها و اقداماتی اطلاق می‌شود که منجر به ایجاد حس امید، انگیزه و نگرش مثبت در افراد یا جامعه می‌گردد.^۳ این مفهوم در حوزه‌های مختلف روانشناسی، جامعه‌شناسی و دین مطرح شده و مورد مطالعه قرار گرفته است. برای مثال، در روانشناسی مثبت‌گرا، امیدآفرینی به عنوان یک مهارت مهم برای مقابله با مشکلات زندگی و حفظ سلامت روانی در نظر گرفته می‌شود. در حوزه دین، امیدآفرینی مفهومی کلیدی است که به وسیله باورهای دینی، اعمال عبادی و ارتباط با خدا تقویت می‌شود.^۴

امیدآفرینی در زندگی فردی و اجتماعی نقش بسیار مهمی دارد. در سطح فردی، امید موجب افزایش انگیزه، کاهش استرس و بهبود عملکرد ذهنی و جسمی می‌شود. فردی که دارای امید است، در برابر مشکلات مقاومت بیشتری نشان می‌دهد و به جای تسلیم شدن در برابر چالش‌ها، به دنبال راه‌حل‌های مناسب می‌گردد.^۵ در سطح اجتماعی، امید موجب افزایش همبستگی، کاهش آسیب‌های اجتماعی و تقویت روحیه همکاری میان اعضای جامعه می‌شود. جامعه‌ای که بر

^۱ دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ص ۸۷۴

^۲ معین، فرهنگ فارسی، ص ۳۱۲

^۳ فرهادی، روانشناسی مثبت‌گرا، ص ۱۱۲

^۴ طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۸، ص ۲۷۵

^۵ سلیگمن، روانشناسی امید، ص ۹۸

مبنای امید شکل گرفته باشد، از پویایی و رشد بیشتری برخوردار خواهد بود و افراد در آن برای ساختن آینده‌ای بهتر تلاش خواهند کرد^۱.

۲: روش‌های شناختی قرآن در تقویت امید به زندگی

روش‌های شناختی قرآن در تقویت امید به زندگی به بررسی آموزه‌های قرآنی می‌پردازد که موجب ایجاد و افزایش امید در زندگی فردی و اجتماعی می‌شوند. این روش‌ها شامل تقویت ایمان، توکل به خدا، یادآوری رحمت الهی، صبر در برابر مشکلات و انجام اعمال نیک هستند. قرآن با ارائه راهکارهای معرفتی، به انسان کمک می‌کند تا در شرایط دشوار، نگرشی مثبت داشته و با انگیزه به سوی آینده حرکت کند. این رویکرد نه تنها آرامش فردی را تقویت می‌کند، بلکه موجب انسجام اجتماعی و کاهش اضطراب‌های عمومی نیز می‌شود. در نتیجه، بهره‌گیری از آموزه‌های قرآنی می‌تواند مسیر روشنی برای ایجاد امید و نشاط در زندگی فراهم آورد.

راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی آن دسته از روش‌هایی هستند که مبتنی بر شناخت، آگاهی و درک عمیق انسان از مفاهیم الهی و هستی‌شناسی قرآن‌اند. این راهکارها بر تغییر نگرش، بینش و طرز تفکر فرد تأکید دارند و امید را از طریق شناخت و معرفت درونی تقویت می‌کنند. مهم‌ترین راهکارهای معرفتی قرآن برای امیدآفرینی عبارتند از:

۲-۱. شناخت رحمت گسترده الهی

شناخت رحمت گسترده الهی یکی از مهم‌ترین راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی به زندگی است. قرآن کریم بارها بر وسعت رحمت الهی تأکید کرده و به انسان‌ها هشدار داده است که هیچ‌گاه نباید از لطف و مغفرت خداوند ناامید شوند. در آیه "قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ" (زمر: ۵۳)، خداوند به صراحت بیان می‌کند که همه گناهان قابل آمرزش هستند و بندگان نباید از مغفرت الهی ناامید شوند. این آیه که یکی از امیدوارکننده‌ترین آیات قرآن به شمار می‌رود، نشان‌دهنده وسعت و گستردگی رحمت خداوند است که همه انسان‌ها را شامل می‌شود^۲.

^۱ فرهادی، جامعه‌شناسی امید، ص ۲۳۴

^۲ طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۱۷، ص ۲۸۸

تاب‌آوری شناخته می‌شود. در واقع، توکل نوعی تاب‌آوری معنوی ایجاد می‌کند که فرد را در برابر ناملایمات مقاوم‌تر می‌سازد^۱.

یکی دیگر از ابعاد مهم توکل، افزایش کیفیت روابط اجتماعی است. افرادی که توکل بیشتری دارند، معمولاً نگرانی کمتری نسبت به قضاوت‌ها و برخوردهای دیگران دارند و این مسئله موجب می‌شود که در روابط اجتماعی خود، احساس آرامش و اعتماد بیشتری داشته باشند. همچنین، این افراد کمتر دچار حسادت، رقابت‌های ناسالم و اضطراب ناشی از مقایسه‌های اجتماعی می‌شوند، زیرا می‌دانند که آنچه برای آن‌ها مقدر شده است، به صلاح و مصلحتشان خواهد بود. این نگرش، به طور مستقیم بر کاهش استرس و افزایش امید به زندگی تأثیرگذار است^۲.

در مجموع، معرفت به نقش توکل در کاهش نگرانی‌ها و تقویت امید، یکی از عوامل اساسی در افزایش آرامش ذهنی و انگیزه برای ادامه زندگی است. توکل به خدا، وابستگی‌های ناپایدار دنیوی را کاهش داده و فرد را به سوی اطمینان و آرامش سوق می‌دهد. آگاهی از این حقیقت که خداوند بهترین تکیه‌گاه است، اضطراب را کاهش داده و امید به آینده را افزایش می‌دهد. علاوه بر این، توکل موجب می‌شود که فرد در مواجهه با مشکلات، نگرش مثبت‌تری داشته باشد، به توانایی‌های خود ایمان بیشتری پیدا کند و با آرامش و اطمینان بیشتری مسیر زندگی خود را ادامه دهد. این مفهوم، نه تنها در آموزه‌های دینی، بلکه در نظریه‌های روان‌شناسی و جامعه‌شناسی نیز مورد تأیید قرار گرفته و به عنوان یکی از راهکارهای مهم در بهبود کیفیت زندگی شناخته شده است.

نتیجه‌گیری نهایی

امید به زندگی یکی از مهم‌ترین عوامل روان‌شناختی و معرفتی است که نقش بسزایی در سلامت روحی، انگیزه فردی و پایداری اجتماعی دارد. در آموزه‌های قرآنی، امید نه به عنوان یک احساس زودگذر، بلکه به عنوان یک نگرش بنیادین معرفی شده است که با معرفت و شناخت عمیق نسبت به حقایق هستی پیوند خورده است. بر این اساس، امیدآفرینی در قرآن، ریشه در معرفتی دارد که انسان را نسبت به خود، خداوند و جهان پیرامونش آگاه می‌سازد. معرفت به این اصول، موجب افزایش تاب‌آوری، کاهش اضطراب و تقویت انگیزه برای تلاش و پیشرفت در زندگی می‌شود. قرآن کریم با ارائه راهکارهای معرفتی، بستری فراهم کرده است که انسان در شرایط سختی و بحران،

^۱ فرهادی، تاب‌آوری و توکل در مواجهه با بحران‌ها، ص ۱۹۴

^۲ نصیری، ارتباط میان توکل و کیفیت زندگی اجتماعی، ص ۲۲۴

نه تنها دچار یأس و ناامیدی نشود، بلکه با دیدگاهی مثبت و امیدبخش، به سوی آینده‌ای بهتر حرکت کند.

یکی از مهم‌ترین راهکارهای معرفتی قرآن در امیدآفرینی، شناخت رحمت گسترده الهی است. باور به اینکه خداوند رحیم و بخشنده است و درهای مغفرت او همیشه به روی بندگان باز است، فرد را از ناامیدی در برابر گناهان و شکست‌ها نجات می‌دهد. این شناخت، حس امنیت و امید به آینده را در دل انسان زنده نگاه می‌دارد و موجب آرامش روانی او می‌شود. وقتی فرد درک کند که خداوند نه تنها در سختی‌ها او را رها نکرده، بلکه حتی از اشتباهاتش نیز برای او راه نجاتی قرار داده است، دیگر در برابر مشکلات زندگی دچار یأس نمی‌شود و با امید بیشتری مسیر خود را ادامه می‌دهد.

راهکار دیگر قرآن در امیدآفرینی، معرفت به حکمت الهی در سختی‌ها و مشکلات است. قرآن به انسان می‌آموزد که سختی‌ها و چالش‌های زندگی، نه به عنوان یک مجازات، بلکه به عنوان بستری برای رشد و تعالی او قرار داده شده‌اند. درک این حقیقت که مشکلات و موانع، حکمتی در خود دارند و در نهایت می‌توانند به خیر و منفعت منتهی شوند، سبب افزایش صبر و امیدواری در انسان می‌شود. این نگرش، فرد را از احساس قربانی بودن و سرگردانی نجات داده و او را به مقاومت و تلاش بیشتر ترغیب می‌کند.

از دیگر اصول معرفتی قرآن که نقش مؤثری در امیدآفرینی دارد، معرفت به عدالت الهی و هدفمندی جهان است. احساس بی‌عدالتی یکی از مهم‌ترین عوامل یأس و ناامیدی در زندگی است، اما درک این که خداوند بر اساس عدل و حکمت خود، نظام هستی را اداره می‌کند، موجب می‌شود که فرد با اطمینان بیشتری زندگی کند. این شناخت، فرد را از نگرانی درباره آینده، ترس از بیهوده بودن تلاش‌هایش و احساس بی‌معنایی زندگی نجات می‌دهد. ایمان به اینکه هیچ ظلمی از جانب خداوند وجود ندارد و اعمال انسان در این جهان بی‌اثر نمی‌مانند، او را به سوی تلاش و پایداری سوق می‌دهد.

یکی دیگر از راهکارهای قرآنی برای امیدآفرینی، معرفت به سنت‌های الهی در زندگی انسان است. قرآن بیان می‌کند که رویدادهای زندگی انسان تابع قوانین ثابت و تغییرناپذیری هستند، از جمله اینکه پس از هر سختی، گشایشی خواهد بود. شناخت این سنت‌ها، فرد را از نگرانی‌های بی‌مورد درباره آینده رها می‌کند و موجب می‌شود که در لحظات دشوار، به جای ناامیدی، به فرصت‌های

رشد و تغییر بیندیشد. این معرفت، انسان را از ترس‌های ناپایدار نجات داده و امید به آینده را در او زنده نگاه می‌دارد.

همچنین، معرفت به مقام و ارزش انسان در نظام خلقت یکی از اصول مهم امیدآفرینی در قرآن است. وقتی انسان بداند که او صرفاً یک موجود بی‌هدف نیست، بلکه به عنوان خلیفه خداوند بر زمین جایگاهی والا دارد، عزت‌نفس و انگیزه او برای زندگی افزایش می‌یابد. این معرفت، او را از احساس پوچی، بیهودگی و یأس نجات داده و او را نسبت به مسیر خود در زندگی امیدوار می‌کند. فردی که به ارزش خود آگاه باشد، به جای غرق شدن در مشکلات، به دنبال یافتن راهی برای رسیدن به اهداف خود خواهد بود.

در نهایت، معرفت به نقش توکل در کاهش نگرانی‌ها و تقویت امید یکی از کلیدی‌ترین مفاهیمی است که قرآن برای امیدآفرینی معرفی کرده است. توکل به خدا، وابستگی‌های ناپایدار دنیوی را کاهش داده و موجب افزایش آرامش درونی و اعتماد به آینده می‌شود. فردی که باور دارد خداوند بهترین تکیه‌گاه است، در برابر بحران‌های زندگی دچار اضطراب و یأس نمی‌شود و با اطمینان بیشتری به تلاش خود ادامه می‌دهد. این مفهوم، انسان را از استرس‌های ناشی از ناپایداری زندگی رها کرده و به او این قدرت را می‌دهد که در مسیر خود با انگیزه بیشتری حرکت کند.

تمامی این راهکارهای معرفتی، نشان‌دهنده این حقیقت هستند که امید در قرآن، نه صرفاً یک احساس گذرا، بلکه نتیجه معرفتی عمیق از نظام هستی، رحمت و عدالت الهی، ارزش انسان و حکمت در سختی‌هاست. این معرفت، سبب می‌شود که فرد در هر شرایطی، حتی در دشوارترین لحظات زندگی، نگاهی مثبت به آینده داشته باشد و به جای ناامیدی، با قدرت و انگیزه بیشتری به مسیر خود ادامه دهد. در دنیایی که بسیاری از افراد به دلیل فشارهای روانی، مشکلات اقتصادی و بحران‌های اجتماعی، دچار یأس و ناامیدی می‌شوند، بهره‌گیری از این اصول معرفتی می‌تواند به ایجاد جامعه‌ای با ثبات‌تر، پویاتر و پرنرزی‌تر کمک کند. از این‌رو، ترویج آموزه‌های قرآنی در حوزه امیدآفرینی، نه تنها یک ضرورت فردی بلکه یک نیاز اجتماعی است که می‌تواند به کاهش اضطراب‌ها و تقویت همبستگی و نشاط عمومی منجر شود.

فهرست منابع و مآخذ

• قرآن کریم

۱. احمد بن حنبل، مسند احمد، بيروت، دارالحديث، نوبت چاپ سوم، ۱۴۲۵ هـ.ق.
۲. دینانی، غلامحسین، انسان‌شناسی و خودآگاهی، تهران، انتشارات حکمت، نوبت چاپ اول، ۱۳۹۷.
۳. سلیگمن، مارتین، روانشناسی خوش‌بینی و توکل، ترجمه فاطمه سادات میرحسینی، تهران، نشر ققنوس، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۸.
۴. سلیگمن، مارتین، روانشناسی مثبت‌گرا و امید، ترجمه حسن پاشا، تهران، نشر نی، نوبت چاپ اول، ۱۳۹۳.
۵. طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، قم، انتشارات جامعه مدرسین، نوبت چاپ سوم، ۱۳۹۰.
۶. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن، تهران، انتشارات امیرکبیر، نوبت چاپ دوم، ۱۴۰۰.
۷. عبداللهی، مهدی، تأثیر توکل بر سلامت روانی و عملکرد فردی، تهران، نشر اندیشه نوین، نوبت چاپ سوم، ۱۳۹۶.
۸. عبداللهی، مهدی، تحلیل جامعه‌شناختی از امید و توسعه اجتماعی، تهران، نشر جامعه، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۴.
۹. فخر رازی، محمد بن عمر، التفسیر الکبیر، بيروت، دارالفکر، نوبت چاپ اول، ۱۴۲۰ هـ.ق.
۱۰. فرهادی، علی، تاب‌آوری و توکل در مواجهه با بحران‌ها، تهران، نشر پژوهشگران، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۸.
۱۱. فرهادی، علی، روانشناسی مثبت و امید، تهران، نشر رشد، نوبت چاپ اول، ۱۳۹۵.
۱۲. فرهادی، علی، روانشناسی مثبت‌گرا، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، نوبت چاپ سوم، ۱۳۹۷.
۱۳. قرائتی، محسن، تفسیر نور، تهران، انتشارات مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، نوبت چاپ پنجم، ۱۳۹۸.
۱۴. قرطبی، محمد بن احمد، الجامع لأحكام القرآن، قاهره، دارالکتب المصریه، نوبت چاپ دوم، ۱۴۰۵ هـ.ق.

۱۵. کریم‌زاده، علی، جامعه‌شناسی امید و توسعه اجتماعی، تهران، نشر آفتاب، نوبت چاپ اول، ۱۳۹۸.
۱۶. کریم‌زاده، علی، جامعه‌شناسی امید و توکل، تهران، انتشارات دانشگاه علامه، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۷.
۱۷. کریم‌زاده، علی، جامعه‌شناسی هویت و خودباوری، تهران، نشر جامعه‌شناسی معاصر، نوبت چاپ سوم، ۱۳۹۹.
۱۸. مطهری، مرتضی، انسان و ایمان، تهران، انتشارات صدرا، نوبت چاپ دهم، ۱۳۸۸.
۱۹. مطهری، مرتضی، انسان و سرنوشت، تهران، انتشارات صدرا، نوبت چاپ نهم، ۱۳۹۲.
۲۰. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، نوبت چاپ چهارم، ۱۳۹۵.
۲۱. ملکیان، مصطفی، آرامش در پرتو توکل، تهران، نشر نگاه معاصر، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۹.
۲۲. ملکیان، مصطفی، انسان و معنای زندگی، تهران، نشر نقد فرهنگ، نوبت چاپ سوم، ۱۴۰۰.
۲۳. نصیری، محمدرضا، ارتباط میان توکل و کیفیت زندگی اجتماعی، تهران، نشر دانشگاهی، نوبت چاپ سوم، ۱۴۰۰.
۲۴. نصیری، محمدرضا، انگیزه و خودکارآمدی در روانشناسی مثبت‌گرا، تهران، نشر رشد، نوبت چاپ چهارم، ۱۳۹۶.
۲۵. نصیری، محمدرضا، تحلیل روان‌شناختی توکل و آرامش در زندگی، تهران، نشر مهر، نوبت چاپ دوم، ۱۳۹۹.