

نقش مسافرت در زندگی انسان از نظر اسلام

مهدیه فرحی^۱

چکیده

انسان نیاز به فضاهای جدید و شرایط متفاوت دارد که سفر می‌تواند این امر را فراهم کند. مسافرت نقش مثبتی در جسم و روح و خلیات انسان دارد و در ارتباط انسان‌ها با یکدیگر کمک می‌کند و باعث رشد نعمت‌های مادی و معنوی زندگی انسان می‌شود و همچنین موجب شادی و حالات مثبت روحی انسان می‌گردد. سفر نباید به انگیزه گناه باشد بلکه باید به نیت الهی آغاز شود تا نتیجه همچون برکت در زندگی و حال خوب را به همراه داشته باشد. این مقاله به بررسی آثار مثبت سیر و سفر در زندگی پرداخته است و اثرات نامطلوبی در آن ذکر نشده است. این پژوهش از نوع کاربردی است و با هدف بررسی چگونه مسافرت کردن و به چه نوع مسافرت‌هایی پرداختن و همچنین آثار مثبت روحی و جسمی انجام شده است و از آنجایی که مشکلات روحی و روانی از جمله افسردگی بسیار زیاد شده است انسان باید توجه زیادی به این امر داشته باشد و همین مهم ضرورت نوشتن این تحقیق را ایجاد می‌کند. این تحقیق به روش توصیفی-تحلیلی و درصدد پاسخ به این پرسش است که مسافرت چه نقشی می‌تواند در زندگی انسان داشته باشد؟

واژگان کلیدی: ارزش، افسردگی، جسم و روح، شادی، مسافرت.

^۱ - طلبه سطح ۲ مدرسه علمیه کوثر تویسرکان

مقدمه

از ضروریات دین اسلام برای زندگی انسان سیر و سفر است که باعث بالا رفتن سطح اطلاعات و رشد شخصیت و فهم انسان می شود. با سفر کردن روح به کمال و درک می رسد و بر روی اخلاق تاثیر می گذارد و در نتیجه سفر، اندوه را از دل انسان دور می کند و امیدواری را در زندگی انسان پررنگ می کند که باعث می شود از موقعیت و وضعیت خود اظهار رضایت کند و قدر نعمت هایی که دارد را بداند و از ناآرامی های روحی اش کاسته شود. از آنجا که انسان تنوع طلب است اگر مدت طولانی در محیطی یکنواخت باشد خیلی زود خسته می شود و چه بسیار امراض ناراحتی های جسمی و بیماری های روانی که منشا آن خستگی روح است. در عصر ماشینی هزاران مشکلات در جامعه وجود دارد برای دوری از همه مشکلات و آرامش دادن به روح باید مدتی اقامتگاه دائمی را ترک کرد و به شهرهای دیگر رفت، نباید سخت گرفت و اگر از نظر معیشتی نیز مشکلی وجود داشته باشد باید سفر کرد. اگر به این مسئله پرداخته شود بسیاری از مشکلات روحی و روانی و افکارهای منفی و نشخوارهای فکری درمان می شود و باعث یک زندگی پویا که موجب شادی و امید و روح در زندگی انسان هاست می شود و بی توجهی به آن آدمی را دچار انواع بیماری های روحی و روانی می کند. مسافرت کردن یکی از ابعاد مهم شاد بودن زندگی بشر است چون باعث پختگی و کسب تجربه فراوان می شود و این که چه عواملی باعث می شود انسان احساس کند به مسافرت نیاز دارد و چرا بعضی افراد مسافرت را امری مهم نمی دانند؟ هدف از نوشتن این تحقیق بررسی چگونه مسافرت کردن و آثار مطلوب بر روح و جسم انسان ها می باشد. هرچند کتاب ها و مقالات بسیاری در این باره نوشته شده است اما به دلیل اهمیتی که این موضوع بر روح و روان انسان دارد نیاز است که این موضوع بیشتر مورد بررسی قرار گیرد. این تحقیق به صورت توصیفی -تحلیلی درصددتبیین آثار سفر در زندگی بشر است.

مفهوم مسافرت :

مسافرت به معنای از شهری به شهر دیگر رفتن و سفر کردن است. (فرهنگ فارسی عمید)

فرهنگ نامه ها از سفر تعریف های مشابهی ارائه داده اند . در فرهنگ معین آمده است: سفر در لغت به معنای بیرون آمدن از شهر خود و به محل دیگر رفتن است ، نیز به معنای قطع مسافت و راهی که از مکانی به مکان دور طی می کند ، آمده است. (معین ،فرهنگ معین،ج۲)

البته سفر به معنای کتاب آمده است که جمع آن ، اسفار است. از تعریف های لغوی و فرهنگ نامه ای که بگذریم: آنچه ما را به مقصود نزدیک تر می کند، ماهیت سفر در منظر عالمان اخلاق و تربیت است. مرحوم فیض کاشانی از بزرگترین دانشمندان شیعی و آگاهان علم و اخلاق است، در اثر مهم خود المحجة البيضاء را این گونه می ستاید: «از رهگذر سفر، آدمی از آنچه می هراسد رهایی می یابد و به آنچه میل دارد نایل می شود.» (فیض کاشانی، المحجة البيضاء، ج۴، ص۳۹)

فواید سفر

اینکه انسان از خانه و وطن خود بیرون رود، آثار و فواید بسیاری دارد که اگر انگیزه‌های معنوی و مثبتی به همراه داشته باشد، همه فواید آن صد چندان خواهد شد. اسلام تاکید فراوانی بر سیر و سیاحت دارد که آن هم به دلیل فواید و آثار گوناگونی است که در سفر نهفته و انسان در طی مسافت به آنها می‌رسد. از جمله فواید سیر و سیاحت که در آیات و روایات متعدد به آنها اشاره شده، می‌توان به مطالعه آثار تاریخی، عبرت‌گیری از گذشتگان، رشد نیروی تعقل انسان، تفکر در اسرار آفرینش، دانش اندوزی، کسب تجربه، تحصیل منافع اقتصادی، سلامت جسم و روح و دفع اندوه‌ها و ناراحتی‌ها اشاره کرد. (عموتین و همکاران، مجله مطالعات و کار آفرینی، ص ۱۴)

پس با توجه به فوایدی که از سفر ذکر شد می‌توان دریافت که اگر مسافرت توأم با معنویت و صلاح دید باشد چقدر می‌تواند در پیشرفت و سلامت روح انسان اثرگذار باشد. دقت به نشانه‌های الهی و تدبر و تفکر در عاقبت اقوام و ملت‌های گوناگون از جمله برکاتی است که به فرموده قرآن، بر سیر و سفر مترتب می‌شود. سه نمونه از این آیات ذکر می‌شود:

«بگو در زمین سیر کنید؛ سپس بنگرید عاقبت کسانی که (آیات ما را) تکذیب کردند.» (انعام / ۱۱)

« بگو زمین را بپیمایید سپس بنگرید فرجام کسانی را که بزهکار بودند.» (نمل / ۷۹)

«آیا آنان در زمین سیر نکردند، تا بنگرند عاقبت و پایان کار پیشینیان را.» (یوسف / ۱۰۹)

پس باید با دقت در عاقبت کار گذشتگان از آنها پند گرفت تا آدمی دچار خسران و زیان نگردد.

غیر از آنچه قرآن از فواید سفر برشمرده است در روایات و سنت اسلامی و شیعی نیز فواید و ثمراتی به سفر نسبت داده شده است که به چند نمونه از آنها اشاره می‌شود:

۱) شادابی تن و روح

تجربه و آموزه‌های علمی ثابت کرده‌اند که سفر، نقش مثبتی در تندرستی و بهداشت روانی انسان دارد. شاید این اثر جسمی و روانی از آن رو باشد که با تغییر آب و هوا و پا نهادن به دنیا‌های جدید، روح آدمی به وجد و سرور می‌آید و همین فرحناکی در سلامت جسم نیز اثر می‌گذارد. به هر رو، پیامبر عظیم الشان اسلام به صراحت فرموده‌اند: «سفر کنید تا صحت یابید.» (مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۶، ص ۲۲۱)

۲) رشد عقلانی

از فواید غیر قابل انکار سفر، رشد و بالندگی عقل انسان است. این بدان علت است که مسافران در طی سفر با شگفتی‌های طبیعت، اندیشه‌های گوناگون و برجستگی‌ها و کاسته‌های ملت‌های مختلف آشنا می‌شوند. این

آشنایی، بیش از مطالعه و از نظر گذراندن اوراق کتاب های قطور، انسان را در رشد و بلوغ فکری کمک می‌رساند. رسول گرامی اسلام(ص) به زیبایی تمام، این رهاورد مهم سفر را باز گفته‌اند: «سفر کنید، همانا اگر در سفر، مالی به چنگ نیاورید، به حتم، اندیشه شما قرونی خواهد گرفت.» (طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۴۰)

(۳) شناسایی بهتر اطرافیان

روشن است که دوستی انسان‌ها با یکدیگر، جز در هنگام سختی و عسرت، محک نمی‌خورد. سفر این فرصت را در اختیار می‌گذارد که مردم یکدیگر را بیازمایند و از پایداری و میزان وفاداری دوستان خود آگاه شوند. از همین رو است که امیر مومنان، علی(ع) فرموده‌اند: «السفر میزان الاخلاق». (ابن ابی الحدید، شرح بر نهج البلاغه، ج ۲، ص ۲۶۹).

(۴) بهره‌مندی و برخورداری

شکی نیست که سفر در کنار همه آثار و مواهب معنوی آن، گاه بسیار سودبخش و نعمت افزا است. نمی‌توان در خانه نشست و انتظار داشت که نعمت‌های مادی و معنوی خداوند، به سوی ما سرازیر شود. امام صادق (ع) از پدران بزرگوار خود آنان از رسول گرامی اسلام(ص) نقل کرده‌اند که: «سفر کنید تا سلامتی یابید و روزی بگیرید.» (الهندي، كنز العمال، ج ۶، ص ۷۰۱)

(۵) مسافرت و شادی

حضور در یک مکان محدود، انجام کارهای تکراری در هر روز و یکنواختی و یکسانی دیدارها و گفتگوها در زندگی، باعث خستگی جسمی، فرسودگی روحی و از دست رفتن نشاط و شادی می‌شود، به گونه ای که گاه فشار حوادث روزمره، تاب و توان از آدمی ربوده، زندگی شیرین دیروزی را تلخ و غیر قابل تحمل می‌نماید! سیر و سفر، دور شدن از مشکلات روزمره و رهسپار شدن به دیاری دور از غوغای هر روز، تغییر آب و هوا و تنوع در زندگی، زمینه ساز تجدید قوا، کسب توان و آمادگی روانی در رویارویی با مشکلات شده، همه ما را نشاطی دوباره و سلامتی روحی و جسمی می‌بخشد. اگرچه این تنوع جابجایی یک روزه باشد. (لقمانی، خوشبختی و آرامش در زندگی، ص ۱۲۰-۱۱۹).

بنابراین آدمی با توجه ویژه به مسافرت حتی برای زمانی اندک خود را از هیاهو و مشکلات زندگی دور کرده و نشاط و آرامش را به خود هدیه می‌دهد.

در گذشته یکی از راه‌های درمان بیماری‌های سخت، تجویز سفر بوده و امروزه نیز پیشنهاد مسافرت از برنامه های ضروری پزشکان با تجربه محسوب می‌شود. به ویژه آنکه در جابجایی انسان، تحرک، راهپیمایی، گردش و فعالیت بدنی وجود داشته باشد زیرا در پرتو تلاش جسمی جریان خون بهتر انجام شده، ترشحات غدد داخلی روان تر گشته و تمامی اعضای بدن وظایف خود را بهتر انجام می‌دهند و با دفع سموم بدن، خرمی و نشاط چشم گیری به انسان رو می‌کند، اعصاب تسکین یافته، خواب بهتر گشته و هیچ نیازی به داروی مسکن و

خواب آور نخواهیم داشت. از این رو دانشمندان معتقدند یک مسافرت مطلوب، از صدها قرص و شیشه شربت مسکن، ویتامین ها و آمپول های مقوی تاثیر بیشتری خواهد داشت. (گروه نویسندگان، مجله تندرست، ص ۲۲)

با توجه به مطالب گفته شده سیرو سفر موجب تنظیم امورات زندگی، خواب و ... می شود. سفر علاوه بر کسب نشاط و شادی باعث آموختن بسیاری از موارد می شود:

بی شک آشنایی ما با آداب و رسوم دیگر شهرها و کشورها، گفت و گوهای دانش افزون و دیدار های گوناگون با شخصیت های علمی - معنوی و امکان تاریخی - مذهبی، تاثیر سفر را افزون بر کسب نشاط و شادی به رشد اندیشه و خرد انسان و آموختن تجربه های فراوان گسترش می دهد. همانگونه که امام علی (ع) با اشاره بدان فرمود: «برای دستیابی به تکامل و ترقی از وطن های خود دور شوید و مسافرت کنید که در سفر پنج فایده نهفته است: تفریح و انبساط روحی، تحصیل درآمد زندگی، آموختن دانش و تجربه، یادگیری آداب زندگی و آشنایی با بزرگان و صاحبان فضیلت». (نوری طبرسی، مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۱۱۵)

در نتیجه مسافرت باعث آموختن تجربه های فراوان می شود و طراوت روح انسان و شادابی او را نیز در پی دارد.

مشابه چنین کلماتی در میان سخنان پیامبر عظیم الشأن (ص) و دیگر پیشوایان معصوم اسلام بسیار است. پس با توجه به موارد گفته شده سفر می تواند تاثیر بسیار مثبتی بر روح و روان انسان داشته باشد.

شایسته است در همین جا به برخی از روایاتی که کمک و یاری رساندن به مسافران اسلام را سفارش کرده اند اشاره شود:

پیامبر اسلام (ص) می فرمایند: «خداوند با مسافران مهربان است» و جملاتی دیگر که همه از مهر خدا به مسافر سخن می گوید، مشخص می شود که سفر و سیاحت اگر به انگیزه های شرعی و سالم صورت گیرد، نزد پیشوایان دینی، گرامی و ارجمند است. رسول گرامی اسلام فرمودند: «اگر مردم از رحمت خدا به مسافر خبر می داشتند همگی بار سفر می بستند. همانا خداوند با مسافران بسی مهربان است». (ورام، مجموعه ورام، ج ۲، ص ۳۳).

همچنین بسیار سفارش شده است که مسافران در اثنای سفر، به یکدیگر مهربانی کنند و در برآوردن نیازهای مسافران خود، از هیچ کمکی دریغ نورزند. این سفارش ویژه نیز جایگاه سفر را در اسلام آشکارتر می سازد. سخن ارزنده پیامبر (ص) در این باره، بدین شرح است: «دوکس با یکدیگر همسفر نمی شوند، مگر آنکه مهربان ترین آن دو نزد خداوند اجر بیشتری دارد و خداوند وی را دوست تر می دارد.» (حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۹۲).

از این روایات می توان دریافت که سفر در اسلام از چه منزلت و قداستی برخوردار است.

چه بسیار اتفاق می‌افتد طلبه‌ای به منظور کشف یکی از معماهای علمی، هزاران فرسنگ مسافت را می‌پیمود تا به مقصود خود می‌رسید و چه بسیار اتفاق می‌افتد که در چین سفر و در مقصد، اشخاص مسافر با افراد و اقوام مختلف آشنا می‌شوند و این آشنایی علاوه بر اینکه موجب تغییر قضاوت‌های در مورد آن قوم و ملت می‌گردد، اساس و شالوده دوستی و صلح و صفا و صمیمیت بین مسافران و ساکنین مقصد مسافرت گذارد می‌شود. چه بسیار آشنایی‌ها و مراودات در سفرها بین افراد حاصل شده منجر به همبستگی‌های فAMILI می‌گردد. (مجلات، جهانگردی و اثرات مثبت فرهنگی و اجتماعی آن، ص ۵۶) امیدواریم که هیچ سفری در سرزمین‌های اسلامی، خالی از این فایده مهم و بزرگ نباشد و مسافران اسلام، دست پر به وطن خود بازگردند.

(۷) سفر آخرت

در فرهنگ اسلامی، گاه از مرگ و حضور در قیامت، به سفر تعبیر شده است. این سفر را سفر آخرت می‌نامند زیرا هم آخرین سفر روحانی انسان است و هم مقصد آن، عالمی است که از آن با نام‌های آخرت یاد می‌کنند. از خصوصیات مهم این سفر، اجتناب ناپذیری بودن آن است و کسی را از آن گریزی نیست، خواه مومن و خواه کافر، مرد یا زن و پیر یا جوان. کسانی در این سفر آسوده اند که در عالم دنیا، دست از پا خطا نکرده و تن به آلودگی نداده‌اند. (ناظم‌زاده، قمی آیین سفر، ص ۹۸) از حضرت علی (ع) نقل است که فرمود: «آه از اندکی توشه، درازی راه، دوری سفر، و بزرگی مقصد». (مجلسی، بحارالانوار، ج ۴۰، ص ۳۴۵). لقمان فرزند خود را این گونه نصیحت می‌کند: «فرزندم! من هفت هزار حکمت آموختم، از آن همه، چهار حکمت را از من بیاموز تا با من در بهشت باشی: کشتی خود را محکم دار، که دریا عمیق است! بر خود بار گران منه، که در راه، گردنه‌هایی است سخت، توشه بسیار بردار که راه دراز است و عمل خود را پاکیزه گردان که بیننده (خدا) نگاهی نافذ و شکافنده دارد». (مجلسی، بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۴۳۱). در هر صورت آخرت نه پایان سفر بلکه آخرین سفر است، سفری که تا همیشه ادامه دارد.

گردشگری مذهبی

گردشگری مذهبی یکی از قدیمی‌ترین گردشگری‌های گذشته و حال حاضر در سراسر جهان است. گردشگری مذهبی یکی از اشکال توریسم می‌باشد که با توجه به شرایط ایران و وجود اماکن مذهبی زیاد لازم است برنامه‌ریزی دقیق در مورد آن صورت پذیرد. (کریمی و هاشمی، ۱۳۸۹). توریسم مذهبی فعالیتی است که افراد گردشگر طی آن از اماکن مذهبی نظیر زیارتگاه‌ها، مقابر، امامزادگان و... بازدید می‌کنند. توریسم مذهبی متشکل از دو دسته گردشگر است. دسته اول کسانی هستند که از اماکن مقدس در دین خود بازدید می‌کنند و فعالیت‌های این دسته اعمال خاص مذهبی را نیز علاوه بر سایر ادیان دیدن می‌نمایند. (بمانیان، محمودی نژاد، مبنای برنامه‌ریزی و توسعه گردشگری روستایی، ص ۱۵). بنابراین اماکن مذهبی، توریسم مختص خود را دارد و مورد توجه بسیاری از افراد است. گردشگری مذهبی می‌تواند یکی از انگیزه‌های انسان برای مسافرت باشد. انسان از ابتدای تاریخ، مکان‌هایی را مقدس می‌دانسته است و به منظور تامین نیازها و خواسته‌های روحی و روانی و از ترس

بلایای طبیعی و غیر طبیعی، که زندگی او را تهدید می‌کرد، به زیارت مکان‌های مقدس می‌رفته است که از آن جمله می‌توان به کعبه اشاره نمود، که قبل از اسلام به عنوان بتخانه اعراب تلقی می‌گردید و با پیدایش اسلام زیارتگاه میلیون‌ها مسلمان گردیده است. بودائی‌ان، مسیحیان و قوم یهود نیز مانند دیگران برای زیارت به مکان‌های مقدس خویش سفر می‌کنند. (محلّاتی، جهانگردی و اثرات مثبت فرهنگی و اجتماعی آن، ص ۲۵)

بر اساس برآوردهای صورت گرفته، ۲۶ درصد از کل جریان‌های گردشگری به گردشگری مذهبی اختصاص داده شده است. (مومنی و همکاران، ۱۳۸۷) نتایج نشان می‌دهد افراد برای تمدد اعصاب و رفع نیازهای روحی و روانی از قدیم الایام به مکان‌های مقدس پناه می‌برند.

زیارت

یکی از سفرهای عبادی در فرهنگ اسلامی زیارت است. زیارت در لغت به معنای میل و قصد چیزی یا کسی را کردن است و در اصطلاح، زیارت کسی، عبارت است از نزد او به قصد تکریم و تعظیم و انس گرفتن با وی. (دارالشکوه، مجمع البحرین، ج ۲، ص ۳۰۵)

اقسام زیارت

از اقسام زیارت می‌توان به سفر حج، سفر عمره، سفر عتبات عالیات و سفر مشهد مقدس و زیارت معصومین اشاره کرد که آداب خاصی دارد از جمله آداب آن:

- ۱_ وصیت کردن (النجفی، جواهر الکلام، ج ۶، ص ۵۰۸)
 - ۲_ انجام غسل سفر (طباطبایی یزدی، عروه الوثقی، ص ۱۴۸)
 - ۳_ پرداخت صدقه (حر عاملی، وسائل الشیعه، ص ۲۴)
 - ۴_ خواندن دعا (النجفی، جواهر الکلام، ج ۶، ص ۵۰۹)
 - ۵_ دعا به هنگام سوار شدن بر مرکب (النجفی، جواهر الکلام، ج ۶، ص ۵۱۳)
 - ۶_ همراه داشتن مقداری از تربت امام حسین (ع) (النجفی، جواهر الکلام، ج ۶، ص ۵۲۱)
 - ۷_ به همراه داشتن انگشتر عقیق و فیروزه (حر عاملی، وسائل الشیعه، ص ۵۵)
 - ۸_ دست و دل باز بودن (النجفی، جواهر الکلام، ج ۶، ص ۵۲۵)
 - ۹_ حل مشکلات همسفران (ملکوتی فر، آداب سفر در دایره المعارف فقه شیعه، ص ۷۵)
- بهتر است افراد برای سفرهای زیارتی خود آداب آن را رعایت کنند تا زیارت با کیفیت تری داشته باشند.

پاداش زیارت

زیارت قبور مطهر و پاک پیشوایان دین، علاوه بر آنکه سبب تقویت و تکامل روح زائر می شود، الگو و اسوه های معصوم را پیش روی وی قرار می دهد و او را با پاداش و اجر اخروی نوید می بخشد. پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمودند: «هر کس که قبر مرا دیدار کند، شفاعت من بر او نازل شود. کسی که مرا پس از مرگ زیارت کند، گویا مرا در حال حیات زیارت کرده است.» (مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۹، ص ۳۳۴). روایت در این باره به قدری فراوان است که حتی اشاره به برخی از آنها از توان این نوشتار خارج است. کسانی که در این باره می خواهند جستجویی انجام دهند، می توانند به جلد چهارم کتاب المحجۃ البیضاء مراجعه کنند. (فیض کاشانی، المحجۃ البیضاء، ج ۴، ص ۴۷).

نتیجه گیری

از واجبات جدا نشدنی زندگی هر فردی مسافرت است. امروزه اکثر افراد با انواع بیماری های روحی و روانی دست و پنجه نرم می کنند که ممکن است به سفر روی آورند. همانطور که انسان به غذا و نوشیدنی و خواب و استراحت و نظافت نیاز دارد در مقابل نیز به تفریحات سالم و انواع مسافرت نیز نیازمند است. حتی حیوانات هم همانند انسان ها به تفریح و سرگرمی نیازمندند و ساعاتی از شبانه روز را مشغول تفریح و بازی اند. سفر فواید بسیاری دارد همانند: شادی تن و روح، شناخت بهتر همسفران، رشد عقلانی و... سفر نباید به انگیزه گناه صورت گیرد چون خیر و برکتی در آن نیست. انسان نیازمند سفر سیاحتی نیز هست تا شرایط و فضای جدیدی را تجربه کند و باعث نشاط و سلامتی روح انسان شود. از جمله سفرهایی که در اسلام، مقدس شمرده شده است، سفرهای تجاری - اقتصادی است که برای رفاه خانواده و اطرافیان انجام می پذیرد. یکی دیگر از سفرها، عبادی و زیارتی است که به نیت تقرب به خداوند صورت می گیرد. اگر انسان در مکان و محیطی زندگی کند شرایط مناسبی ندارد به فرموده قرآن باید هجرت کند تا به بلوغ فکری ایمانی خود برسد و باعث پیشرفت خود شود. انسان می تواند به کشورهای مختلف برای کسب علم نیز سفر کند، که به این نوع سفر، سفر علمی گفته می شود. انسان برای کمک به خود و ارزش قائل شدن برای خود باید به اغنا شدن روح خود نیز کمک کند که مسافرت یکی از همین نیازهای بشر است.

منابع و مآخذ

*قرآن کریم

* نهج البلاغه

کتب فارسی

- ۱_ حر عاملی، محمد بن حسن، «و سائل الشیعه»، قم: موسسه آل البيت (ع)، لاهیات التراث، ۱۳۷۰ ش.
- ۲_ دورانت، ویلیام جیمز، «تاریخ تمدن»، چاپ سوم، تهران: ۱۳۷۰ ش.
- ۳_ عموتین، زین العابدین، یوسف، دانشگاه آزاد، رشت: ۱۳۹۰ ش.
- ۴_ عمید، حسن، «فرهنگ فارسی عمید»، امیرکبیر، ۱۳۸۱ ش.
- ۵_ فیض کاشانی، محمد، «المحجۀ البیضاء»، بی نا، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۷۳_۱۳۷۹ ش.
- ۶_ قزوینی، محمد، «دیوان حافظ» غزل ۲۹۱، چاپ سینا، تهران، ۱۳۲۰ ش.
- ۷_ لقمانی، احمد، «خوشبختی و آرامش در زندگی» قم: بهشت بینش، ۱۳۴۲ ش.
- ۸_ محمدزاده، راضیه، «پرورش فرزندی شاد»، تهران: مرکز فرهنگی انتشاراتی منیر، چاپ دوم، ۱۳۹۰ ش.
- ۹_ معین، محمد، «فرهنگ فارسی معین»، تهران: موسسه انتشاراتی امیرکبیر، چاپ نوزدهم، ۱۳۵۱ ش.
- ۱۰_ مکارم شیرازی، ناصر، «تفسیر نمونه»، بی نا، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۵۳ ش.
- ۱۱_ ناظم زاده قمی، سید اصغر، «آیین سفر»، بی نا، قم: انتشارات بوستان کتاب، چاپ چهارم، ۱۳۷۷ ش.
- ۱۲_ نوری طبرسی، میرزا حسین، «مستدرک الوسائل»، بی نا، قم: موسسه آل البيت (ع) الاحیاء التراث، ۱۴ ق.
- ۱۳_ ورام، مسعود بن عیسی، «مجموعه ورام»، بی جا، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی، چاپ سوم، ۱۳۸۵ ش.

کتب عربی

- ۱۴_ النجفی، محمد حسن، «جواهرالکلام»، بیروت، دار الحیاء التراث العربی، بی نا، ۱۴ ق.
- ۱۵_ الهندی، علی المتقی، «کنز العمال»، المکتبه العربیه، بی تا، بی جا.
- ۱۶_ حسین بن فضل، طبرسی، «مکارم الاخلاق»، محمود بن صالح بروجردی، قم: الشریف الرفعی، چاپ چهارم، ۱۳۷۰ ش.

- ۱۷_ دارا شکوه، محمد، «مجمع البحرين»، بی جا، بی نا، ۱۶۵۵م.
- ۱۸_ شمس الدین ذهبی، محمد، «تذکره الحفاظ»، بیروت، دارالکتب العربی، قم: چاپ دوم، ش ۱۴۱۳، ۲۱ق.
- ۱۹_ طباطبایی یزدی، محمد کاظم، «عروه الوثقی»، بی جا، بی نا، ۱۳۶۸ش.
- ۲۰_ مجلسی، محمد باقر، «بحارالانوار»، بیروت: دارالحیا، ۱۳۶۰ش.
- ۲۱_ معتزلی، ابن ابی الحدید، «شرح بر نهج البلاغه»، آیت الله العظمی المرعشی النجفی، بی تا، بی جا
- مقالات
- ۲۲_ بمانیان، محمدرضا، محمودی نژاد، هادی، «مبانی نامه‌ریزی و توسعه گردشگری روستایی»، انتشارات هله، چاپ دوم، ۱۳۸۹ش.
- ۲۳_ چاهیان، علی اصغر، «مجله تاریخ و فرهنگ»، بهار و تابستان ۱۳۹۲ش.
- ۲۴_ گروه نویسندگان، «مجله تندرست»، نشریه ندای تندرستی، ش ۱۳۹۹، ۶ش.
- ۲۵_ محلاتی، صلاح الدین، «جهانگردی و اثرات مثبت فرهنگی و اجتماعی آن»، ش ۱۳۶۵، ۵ش.
- ۲۶_ ملکوتی فر، ولی الله، «آداب سفر در دایره المعارف فقه شیعه»، بی نا، بی جا، مجله میقات حج، ۷۵ش، بهار ۱۳۹۰.