

نقش استغفار در امیدآفرینی از منظر آیات و روایات

سمیه نعمتی^۱

چکیده

استغفار به عنوان مهم ترین عامل امیدآفرین در پاک سازی گناهان و دستیابی به زندگی متعالی در آموزه های دینی مورد تأکید قرار گرفته است. استغفار ثمرات مادی، معنوی، فردی و اجتماعی فراوانی به همراه دارد که هر یک در ایجاد امید در انسان نقش مهمی را ایفا می کنند. پژوهش حاضر با روش توصیفی-تحلیلی و با بهره گیری از منابع کتابخانه ای به کاوش نقش استغفار در امیدآفرینی در ابعاد مادی، معنوی، فردی و اجتماعی، بر پایه آیات قرآن و روایات می پردازد و اثرات استغفار را در ارتباط با خدا، استغفار برای دیگران و استغفار در سطح اجتماع مورد بررسی قرار می دهد. یافته ها نشان می دهند که استغفار، بر اساس آیاتی مانند سوره نوح و روایات معصومین (ع)، انسان را از هوس ها و وسوسه های شیطانی حفظ می کند، حجاب قلب و اثرات گناه را برطرف می سازد، نعمت ها و رحمت های عام و خاص الهی را جلب می نماید، سلامت روانی را ارتقاء می دهد، افسردگی، قساوت قلب و نگرانی از آینده را از بین می برد، و جامعه را از عواقب گناهان پاک کرده و از هلاکت نجات می دهد. استغفار به عنوان راهکار قرآنی-روایی، امید را در عرصه های فردی و اجتماعی احیا می کند و عامل مؤثری در غلبه بر چالش های معاصر به شمار می رود.

کلیدواژه: استغفار، آمرزش خواهی، امید، امیدآفرینی، گناه

مقدمه

امیدآفرینی نقشی محوری در پویایی حیات انسانی و ارتقاء روحیه تلاش گر و متعهد ایفا می کند. امید نه تنها در تقویت انگیزه و تلاش در ابعاد مادی مؤثر است، بلکه زمینه ساز کسب معنویت و نزدیکی به خداوند شده و به بهبود کیفیت زندگی و رسیدن به آرامش کمک می کند. از دیدگاه آموزه های دینی، گناه و غفلت از یاد خدا، از عوامل اصلی کاهش امید و ایجاد چالش های روانی همچون افسردگی و نگرانی نسبت به آینده به شمار می رود. گناهکار در اثر سرزنش نفس دچار تعارض درونی شده و به دلیل کاهش ارزش نزد خداوند، از بسیاری از نعمت ها محروم می شود که در نهایت به یأس و ناامیدی منجر می گردد. در این راستا، اسلام استغفار را به عنوان راهکاری معنوی، مؤثر برای رهایی از پیامدهای گناه مطرح می کند. استغفار که به معنای درخواست آمرزش از خداوند و بازگشت به معنویت و اطاعت الهی بر پایه ایمان و معرفت است، انسان را به مبدأ فیض الهی پیوند زده و او را از آثار زیان بار گناه می رهاند. همچنین

۱. سطح ۲، حوزه علمیه خواهران شهید مطهری (ره)، البر sn.eng ۱۹۸۳@gmail.com

از منظر الهی، اعمال انسان نه تنها متأثر از جهان آفرینش است، بلکه بر آن تأثیر می‌گذارد؛ ایمان و کفر در بارش باران، فراوانی نعمت‌ها و حفظ عالم نقش دارند. استغفار با اثر تکوینی خود جهان را از نابودی نجات می‌دهد و ارتباط انسان با خداوند را تقویت می‌کند. اهمیت این موضوع تا آنجا است که حتی حاملان عرش برای مؤمنان استغفار می‌کنند. امروزه با وجود پیشرفت‌های گسترده مادی، افزایش اضطراب و مشکلات نشان می‌دهد که روش‌های مادی به تنهایی نمی‌توانند امید و آرامش را تأمین کنند و غفلت از معنویت و استغفار انسان را به بی‌تفاوتی و خرافه‌پرستی می‌کشاند؛ بنابراین، بازگشت به سازوکارهای معنوی مانند استغفار، برای زدودن آثار گناه و خلق امید و بهبود وضعیت روانی و معنوی انسان ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است. بررسی پیشینه پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تحقیقات قبلی عمدتاً به‌طور کلی به استغفار و آثار معنوی آن پرداخته‌اند و کمتر به نقش مستقیم استغفار در افزایش روحیه امید برای زندگی مطلوب توجه شده است. اینجاست که انسان در پی آن است که چگونه می‌تواند برای رهایی از آثار زیان‌بار گناه از استغفار راهی به‌سوی آفرینش امید در درون خود بیابد.

بررسی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تحقیقات قبلی عمدتاً به‌طور کلی به استغفار و آثار مادی و معنوی آن پرداخته‌اند و کمتر به نقش مستقیم استغفار در افزایش روحیه امید برای زندگی مطلوب توجه شده است. از جمله پژوهش‌های انجام شده پیرامون استغفار عبارت است از: کتاب «آمزش از منظر قرآن کریم» نوشته فریبا حکمت در سال ۱۴۰۳ به چاپ رسیده است. این کتاب شرایط، زمینه‌های آمزش و موانع قبولی استغفار را به انسان یادآوری می‌کند و با آشنایی با اسباب آمزش الهی راه استغفار را برای او هموارتر می‌گرداند و پیامدهای گناه و انگیزه ترک گناه و آثار و برکات را بررسی می‌کند و با ظاهر آیات نشان می‌دهد که هیچ‌کس از توبه و استغفار و آمزش مستثنی نشده است. البته به جز استغفار موارد دیگری را به‌عنوان آمزش بیان می‌کند. کتاب «استغفار و سلامت معنوی» نوشته اعظم حسینی دستگردی در سال ۱۴۰۲ به چاپ رسیده است. در این کتاب که بر اساس یک پایان‌نامه آن نامه نوشته شده است، با توجه به ابعاد فردی و اخلاقی به نقش استغفار در سلامت معنوی و ارتباط آن با خدا، ارتباط با خود و ارتباط با دیگران بررسی می‌کند و اثرات آن را در ایجاد آرامش، رفع احساس گناه و نگرانی از آینده، تقویت تاب‌آوری در سختی‌ها، خودسازی موفق، بالابردن عزت‌نفس، درمان رذایل اخلاقی مثل حسادت و خشم روشن می‌کند و قرار می‌دهد. پایان‌نامه «کیفیت استغفار و آثار آن» نوشته سیده وجیهه امیرپور در سال ۱۳۹۴ به چاپ رسیده است. در این پژوهش بر مبنای قرآن و روایات به اهمیت و فضیلت استغفار و آثار مادی و معنوی می‌پردازد و همچنین دلایل استغفار انبیا را بیان می‌کند. زمان، مکان و شرایطی استغفار را که سبب بهره‌مندی فرد از آثار مادی و معنوی می‌شود بررسی می‌کند. مقاله واکاوی اهمیت و ارزش آمزش‌خواهی از دیدگاه قرآن کریم نوشته مرضیه پیلهور و زهره شعاعی، در سال ۱۴۰۱

به چاپ رسیده است. در این پژوهش، ارزش و اهمیت آمرزش‌خواهی و لزوم آن را بررسی می‌کند و در ادامه به آمرزش‌خواهی پیامبران و فرشتگان، آمرزش‌خواهی برای مشرکان، زمان و مکان استغفار و آثار آن به‌طور کلی می‌پردازد. وجه تمایز این مقاله با سایر پژوهش‌ها در این است که به طور جامع‌تری اثرات استغفار و نقش برجسته آن را در ابعاد مادی و معنوی مورد بررسی قرار می‌دهد. این مطالعه به تأثیر استغفار در معرفت به خداوند، جنبه‌های فردی و کاهش فشارهای روانی مانند اضطراب و افسردگی که ناشی از مشکلات و نگرانی‌های مرتبط با عواقب گناه است، می‌پردازد. همچنین نقش استغفار انبیا، ملائکه و استغفار در سطح اجتماع را در رفع گناه و بلاها تحلیل کرده و جایگاه استغفار را در فرایند امیدآفرینی در زندگی انسان‌ها تبیین می‌کند.

پژوهش پیشرو در نظر دارد که با رویکرد توصیفی - تحلیلی و روش کتابخانه‌ای در پی شناسایی نقش استغفار در ایجاد امید باتکیه بر منابع نقلی و وحیانی است و ضمن بررسی ارتباط استغفار با خداوند و جلب رحمت عام و خاص او، به استغفار برای دیگران و در بستر اجتماع می‌پردازد، و درک عمیق‌تری را از ابعاد مادی و معنوی استغفار در امیدآفرینی نشان می‌دهد.

۱- مفهوم شناسی

۱-۱- استغفار در لغت و اصطلاح

استغفار از ریشه کلمه غفر به معنای پوشاندن، ستر و پنهان کردن است.^۱ و به معنای پوشاندن چیزی است که آن را از آلودگی حفظ می‌کند، استغفار در باب استفعال، درخواست بخشش است،^۲ در معنای لغوی استغفار می‌گویند غَفَرَ اللَّهُ ذُنُوبَهُ أَي سَتَرَهَا؛ یعنی خداوند گناهانش را آمرزید، یعنی آنها را پوشاند. بخشش و آمرزش: پوشاندن گناهان و گذشت از آنها، و هر کس گناهش را ببخشد، آن را به طور کامل و نیکو می‌بخشد.^۳

استغفار در اصطلاح، طلب بخشش، هم با کلام و هم با عمل است.^۴ فرد استغفارکننده با دعا، التماس، مغفرت الهی را می‌طلبد که استغفار زبانی نامیده می‌شود؛ اما توبه در معنای رجوع و بازگشت با پشیمانی و تصمیم بر دوری از گناه محقق می‌شود و معادل استغفار عملی است.^۵ در نهایت استغفار حالت نفس در هنگام شناختن پروردگار و قدرت و بزرگی او و احساس گناه مقرون به خواستاری اصلاح آن و حفظ

۱. لسان العرب، ج ۵، ص، ۲۵.

۲. راغب، المفردات فی غریب القرآن، ج ۱، ص ۳۶۲.

۳. لسان العرب، ج ۵، ص ۲۶.

۴. راغب، المفردات فی غریب القرآن، جلد: ۱ ص: ۳۶۲

۵. رفیعی، بررسی معناشناختی توصیفی واژه استغفار در قرآن، صص ۵ و ۶.

از عذاب با زبان و عمل است. امام علی (ع) در حکمت ۱۴۷ نهج البلاغه می‌فرماید: استغفار شش معنی دارد: پشیمانی از گناه گذشته، تصمیم بر ترک گناه برای همیشه، پرداخت حقوق مردم، تصمیم بر آب کردن گوشتی که از حرام روییده و چشیدن رنج عبادت است. پس آن‌گاه می‌گویی: استغفرالله. اینجا ۱ بر شرایط استغفار اشاره می‌کند که مجموع آنها حقیقت استغفار گفته می‌شود. ۲ استغفار ضد غرور است. ۳

۲-۱- امید و امید آفرینی

امید در لغت به معنای آرزو، اعتقاد، توقع، اعتماد و انتظار همراه با خوش‌بینی برای تحقق حاجت و مقصودی است. ۴ در زبان عربی، از واژه‌های «رجاء» و «أمل» استفاده می‌شود که به معنای انتظار چیزی مطلوب و امیدواری است. ۵ امیدآفرین معادل امیدبخش بیان شده است. ۶ امیدبخشی به معنی کسی یا چیزی است که امیدوار می‌کند. ۷

در معنای اصطلاحی، در علم اخلاق امید به معنی نشاط و شادی قلبی در پی انتظار از حادثه‌ای خوشایند که بیشتر اسباب آن فراهم شده است. ۸ ملا احمد نراقی در کتاب خود می‌گوید: «امیدواری به خداوند، ضد یأس از رحمت الهی است و به انبساط و سرور در دل به دلیل انتظار محبوب، رجاء و امیدواری می‌گویند» ۹ در اصطلاح روان‌شناسی، امید همان اشتیاق و میل است که با جذب افکار مثبت و طراحی راهکارها، انسان را به سوی هدف مطلوب پیش می‌برد. ۱۰

۲-۲ ارتباط با خدا؛ گشایش و جلب رحمت الهی

۱. معرفت‌زایی

استغفار، مفهومی دارای مراتب بسیار است که بخشی از تفاوت مراتب آن به عمق شناخت فرد از خداوند و صفات الهی بازمی‌گردد؛ به این معنا که هرچه این شناخت عمیق‌تر باشد، انسان بهتر درمی‌یابد که در برابر چه ذات مقدسی قرار گرفته است و خطا در برابر او چه تبعات سنگینی به همراه دارد که این امر بر انگیزه ُ جبران، بازگشت و حتی کنترل رفتار انسان تأثیرگذار خواهد بود.

۱. علایی رحمانی، جایگاه‌شناسی توبه و استغفار بر اساس آموزه‌های اخلاقی نهج البلاغه، ص ۵

۲. بحرانی ترجمه شرح نهج البلاغه ج ۵ ص ۷۵۲.

۳. کلینی، ۱۳۶۳، ج ۱، ص ۲۲.

۴. دهخدا، علی‌اکبر، ج ۱، ص ۲۳۶.

۵. ابن منظور، ج ۱۴، ص ۳۱۰.

۶. حسن و همکاران، فرهنگ بزرگ سخن، ص ۵۷۴.

۷. دهخدا، علی‌اکبر، ج ۱، ص ۲۳۶.

۸. یوسفی، معجزه امید، ص ۱۵.

۹. ملا احمد نراقی، معراج السعاده، ص ۲۱۲.

۱۰. یوسفی، معجزه امید، ص ۱۶.

استغفار از نظر معنوی به خشیت الهی و تقوا بسیار نزدیک است و هر سه، محصول شناخت خداوند متعال به شمار می‌روند؛ به گونه‌ای که تقوای الهی، خشیت و آمرزش‌خواهی بنده، عامل مهمی برای دریافت‌های دقیق‌تر عقل عملی محسوب می‌شود، در حالی که گناهان قدرت شناخت حقیقت را از قلب می‌گیرند و به تدریج این قدرت را از انسان سلب می‌کنند. در نتیجه، سعادت و شادکامی او را تحت تأثیر قرار می‌دهند.^۱ علاوه بر جنبه^۲ معرفت‌زایی تکوینی استغفار، مناجات‌هایی که در قالب استغفار بیان شده‌اند نیز در ایجاد معرفت در مؤمن نقش دارند. ^۳در سیره^۴ پیامبر (ص) آمده است که ایشان هر روز هفتاد بار استغفار می‌کردند^۵ و آن را برطرف‌کننده حجاب‌های قلب معرفی می‌کردند.^۶

در نهایت با استغفار، تقوا و خشیت الهی فرد می‌تواند خداوند را برای خود حفظ کند و خویشتن را در دایره^۷ ولایت الهی قرار دهد، و گام‌نهادن در این مسیر سبب شادکامی همیشگی فرد خواهد شد؛ شادکامی‌ای که دنیا و آخرت را در برمی‌گیرد و این شادی برگرفته از امیدی است که از نهان انسان مؤمن سرچشمه می‌گیرد.^۸

۱-۲- رحمت عام؛ آثار و برکات مادی و معنوی

استغفار، تأثیرات گسترده‌ای بر زندگی مادی و معنوی افراد دارد. استغفار می‌تواند موانع ناشی از گناه را بر طرف کند و نعمت‌های فراوانی برای انسان فراهم می‌شود^۹ و این برگرفته از ارتباط متقابل رفتار انسان با جهان غیب است.^{۱۰} در قرآن، نمونه‌های متعددی از بازگشت نعمت بر بندگان بیان شده است؛ مانند سخنان حضرت هود (ع) به قوم خود که استغفار را عاملی برای نزول باران و فزونی نیرو می‌داند. همچنین حضرت نوح (ع) بیان می‌کند^{۱۱} که استغفار موجب فرستادن باران و افزایش مال و فرزندان است. بر اساس آیات قرآن رحمت الهی و پاداش خداوند بر استغفارکنندگان، علاوه بر غفران الهی، شامل نعمت‌های مادی مانند نزول باران، افزایش ثروت و عمر و نعمت‌های معنوی مانند تجدید ایمان، سلامت

۱. عبدی، سعادت و شادکامی ۷۷.

۲. سلمانی، آثار و برکات استغفار در قرآن، ص ۷۵.

۳. کلینی، جلد ۲، ص ۴۳۸.

۴. منهج النجاح فی ترجمه مفتاح الفلاح نویسنده: شیخ بهایی، ج ۱، ص ۱۹۲.

۵. عبدی، سعادت و شادکامی ۷۷.

۶. موسوی، معجزه امید، ص ۶۳.

۷. سبحانی، منشور جاوید، ج ۳، ص ۳۹۲.

۸. نوح، آیات ۱۰-۱۲.

اجتماعی پدید می‌آید، استغفار واقعی به معنی توبه و اصلاح است؛^۱ همان‌گونه که قرآن می‌فرماید: «إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا».^۲

نتیجه

استغفار، عامل مؤثری در اصلاح افکار و رفتار و تحول زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها است. رفتارهای انسان، بر سرنوشت و زندگی آن اثر می‌گذارد. چه‌بسا رفتار و اعمال ناشایست فرد، او را درخور عذاب دنیوی و اخروی می‌کند؛ نه‌تنها باعث از بین رفتن امید و انگیزه در فرد می‌شوند، بلکه او را از رحمت و غفران الهی مأیوس کرده و در نهایت سلامت روحی و روند زندگی او را دگرگون می‌کند.

بر اساس آنچه که در این پژوهش مطرح شده است: استغفار با تجدید ایمان و ارتباط دوباره با خداوند، موجب بیداری روح امید در انسان و گشودن درهای رحمت الهی می‌شود این آمرزش‌خواهی از خداوند سبب نزول نعمت‌های الهی همچون افزایش رزق و روزی، بارش باران، رفع قحطی، افزایش نسل و طول عمر می‌شود. همچنین، می‌توان به از بین رفتن اضطراب و افسردگی، کاهش قساوت قلب اشاره کرد.

استغفار فراتر از یک عمل عبادی فردی عمل می‌کند؛ آن به‌عنوان بهترین شیوه توسل و شفاعت شافعان به همراه استغفار انبیا و ملائکه برای اهل زمین و مؤمنین، عذاب‌های ناشی از گناهان را خنثی می‌کند. در سطح روان‌شناختی، این عمل با ایجاد حس پشیمانی سازنده، سبب ایجاد تعادل روحی در انسان می‌شود. شواهد قرآنی، و روایات فراوان از امامان معصوم (ع) حاکی از تأثیر استغفار در رفع بلاها و مصائب اجتماعی و بحران‌های فردی است. به‌طور کلی در شرایط بحرانی عصر حاضر، استغفار با ایجاد امید و شوق حقیقی کمک شایانی به بهبود وضعیت فردی و اجتماعی انسان می‌کند.

بنابراین برای بهره‌برداری حداکثری از اثرات استغفار، ضروری است که پژوهش‌ها و برنامه‌های آموزشی در ابعاد مختلف معنوی، روان‌شناختی و اجتماعی گسترش یابد. توصیه می‌شود که در راستای این هدف، پژوهش‌های میدانی در خصوص آگاهی اقشار مختلف جامعه، از اثرات استغفار انجام گیرد. همچنین، مفاهیم مرتبط با استغفار و رحمت الهی باید در قالب آموزش‌های متناسب با زبان و نیاز مخاطبان، منتشر و تبیین شود. از آنجا که این پژوهش تنها به بخشی از ابعاد استغفار پرداخته است، پیشنهاد می‌شود که در آینده پژوهش‌های جامع‌تری در خصوص اثرات استغفار بر ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی انجام گیرد. به‌ویژه، بررسی اثرات استغفار در متعالی‌ترین نوع امید و انتظار، یعنی انتظار فرج، می‌تواند موضوعی مهم و قابل تأمل باشد. در نهایت، باتوجه‌به پیامدهای مثبت استغفار در

۱. بیانات در دیدار مسئولان نظام، ۱۴۰۳/۰۱/۱۵.

۲. بقره: ۱۶۰.

زندگی فردی و اجتماعی، لازم است که این موضوع به عنوان یک ابزار مؤثر در تربیت معنوی و اجتماعی در سطح جامعه گسترش یابد تا انسان ها از غوطه ور شدن در گناه و بی تفاوتی رهایی یابند و مسیر زندگی بهتر و متعالی تری را در پیش گیرند.

منابع

• قرآن کریم

• نهج البلاغه، مترجم: عبدالمحمد آیتی

۱. اسکافی، محمد بن همام، **تکامل و طهارت روح**، ترجمه: کتاب شریف التمحیص، ترجمه و تحقیق: عبدالله صالحی نجف آبادی، قم: نور السجاد، چاپ اول، ۱۳۸۸ هـ.ش.

۲. امینی، مهدی، **بیم و امید (خوف و رجاء) از منظر امام خمینی رحمه الله**، قم: مسجد مقدس جمکران، ۱۳۸۸ هـ.ش.

۳. بحرانی، سیدهاشم، **ترجمه تفسیر روایی البرهان**، ترجمه: رضا ناظمیان، علی گنجیان و صادق خورشپاداشا. تهران: کتاب صبح، نهاد کتابخانه های عمومی کشور، ۱۳۸۹ هـ.ش.

۴. پاینده، ابوالقاسم، **نهج الفصاحه**، مجموعه کلمات قصار حضرت رسول (ص) با ترجمه فارسی بانضمام فهرست موضوعی در آخر کتاب و مقدمه ای جامع از زندگانی محمد (ص)، تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲ هـ.ش.

۳. پورفلاحی، محمدرضا، **اخلاق زندگی (۳): مجموعه متن های برنامه ای برای گروه های خانواده و اجتماعی**، قم: مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما، ۱۳۸۸ هـ.ش.

۴. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، **غرر الحکم و درر الکلم**، محقق/مصحح: رجائی، سید مهدی. قم: دار الکتاب اسلامی، ۱۴۱۰ هـ.ق.

۵. جعفری، یعقوب، **تفسیر کوثر**، قم: هجرت قم، ۱۳۹۸ هـ.ش.

۶. -----، **سیری در علوم قرآن**، تهران: سازمان اوقاف و امور خیریه، انتشارات اسوه، ۱۳۷۳ هـ.ش.

۷. جعفری، مهدی، **از اضطراب تا آرامش نگرش دینی به عوامل و راهکارهای درمان اضطراب**، قم: خلق موسسه فرهنگی دارالهدی خدا، ۱۳۹۵ هـ.ش.

۸. جمعی از علماء و محققان عالیقدر قم و اصفهان، **مادر باران - شرح حال و شخصیت حضرت نرجس علیها السلام**، قم: محبّ العتره الطاهره علیهم السلام، چاپ پنجم، ۱۴۰۲ هـ.ش.

۹. حسینی، سید عیسی، «توبه و استغفار در علم کلام»، پایان‌نامه سطح سوم علوم حوزوی قم، ۱۳۸۱-۱۳۸۲ هـ.ش.
۱۰. حسینی میلانی، علی، با پیشوایان هدایت‌گر: نگرشی نو به شرح زیارت جامعه کبیره، قم: مرکز تحقیق اسلامی، ۱۳۸۸ هـ.ش
۱۱. خامنه‌ای، علی، انتخاب صالحان، تهران: انتشارات انقلاب اسلامی، ۱۳۹۸ هـ.ش.
۱۲. -----، بیانات در دیدار مسئولان نظام، ۱۴۰۳ هـ.ش.
۱۳. دلیری، کاظم، رحمت الهی و استغفار، قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما، ۱۳۸۸ هـ.ش.
۱۴. دهخدا، علی‌اکبر، فرهنگ متوسط دهخدا؛ زیر نظر جعفر شهیدی، چاپ دوم، تهران: موسسه انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۸۹ هـ.ش.
۱۵. رضوانی، علی اصغر، وهابیت و شفاعت، تهران: مشعر، ۱۳۹۱ هـ.ش.
۱۶. رفیعی، علی، «بررسی معناشناختی توصیفی واژه ی استغفار در قرآن»، دومین کنفرانس بین‌المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی، سال ۱۳۹۴ هـ.ش.
۱۷. زنجیری، محمدحسین، سنت‌های الهی در پاداش و کیفر، قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما، چاپ اول، ۱۳۸۴ هـ.ش.
۱۸. سبحانی، جعفر، منشور جاوید، قم: موسسه امام صادق (ع)، جلد ۳، ۱۳۸۳ هـ.ش.
۱۹. سلمانی، محمد رضا، «آثار و برکات استغفار در قرآن»، پایان‌نامه سطح سوم علوم حوزوی قم، ۱۳۹۵ هـ.ش.
۲۰. شیخ صدوق، ابی جعفر محمد بن بابویه قمی، الامالی، تحقیق: قسم الدراسات الاسلامیه - مؤسسه البعثة، قم: بعثت، ۱۴۱۷ هـ.ق
۲۴. شیخ بهایی، محمد بن حسین، منهاج النجاح فی ترجمه مفتاح الفلاح، مترجم: بسطامی، علی بن طیفور، تهران: حکمت، چاپ ششم، ۱۳۸۴ هـ.ش.
۲۵. شیعی سبزواری، حسن بن حسین، مصباح القلوب، به کوشش محمد سپهری. تهران: مرکز پژوهشی میراث مکتوب، ۱۳۸۳ هـ.ش.
۲۶. طباطبائی، سید محمد حسین المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۱۰، بی‌جا: منشورات اسماعیلیان، .
۲۷. طباطبایی، محمد حسین، ترجمه تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی (وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم)، چاپ پنجم، ۱۳۷۴ هـ.ش.

۲۸. طاهرزاده، اصغر، جایگاه رزق انسان در هستی، اصفهان: لب المیزان، ۱۳۸۵ هـ.ش.
۲۹. طوسی، محمد بن الحسن، **الأمالی**، محقق/مصحح: مؤسسه البعثه، قم: دار الثقافه، چاپ اول، ۱۴۱۴ هـ.ق.
۳۰. عبدی، حمزه، سعادت و شادکامی: درآمدی بر سعادت‌مندی از دیدگاه اسلام با رویکرد روانشناسی مثبت‌گرا، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۹۱ هـ.ش.
۳۱. عطاء الله، محسن، روش های توان افزایی در سختی هاش قم: مؤسسه علمی فرهنگی دار الحديث، ۱۳۹۲ هـ.ش
۳۲. فرمانیان، مهدی، مجموعه مقالات کنگره جهانی جریانات افراطی و تکفیری از دیدگاه علمای اسلام، قم: دارالإعلام لمدرسة اهل البيت (ع)، ۱۳۹۳ هـ.ش.
۳۳. فرحزاد، حبیب‌الله، استغفار راه رهایی از تنگناها، تدوین و ویرایش: اکبر اسدی، قم: طوبای محبت، ۱۳۹۶ هـ.ش.
۳۴. فقیه امامی طیب، سید احمد، شبهات انتظار، تحقیق: حامد حسن نواب اصفهانی، قم: روزه العباس چاپ اول، ۱۳۸۸ هـ.ش.
۳۵. قرشی، علی اکبر، **قاموس قرآن**، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱ هـ.ش.
۳۶. کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق، **الکافی**، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ هـ.ش.
۳۷. همام، حسن بن احمد بن حسن، فضیلت استغفار و درمان مشکلات و بیماری‌ها با آن، مترجم: پدram اندیش، بی‌تا، بی‌جا
۳۸. مجلسی، شیخ محمد باقر بن محمد تقی، **بحار الانوار**، قم: ط دارالاحیاء التراث، ۱۴۰۳ هـ.ق
۳۹. محمدی ری‌شهری، محمد، **نهج الذکر: فارسی-عربی**، با همکاری رسول افقی، ترجمه: حمیدرضا شیخی، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۸۷ هـ.ش.
۴۰. -----، **میزان الحکمه**، ترجمه حمیدرضا شیخی، تصحیح علی حچیمی و دیگران، ویراستار فارسی سعیدرضا علی عسکری، محمد باقری زاده اشعری، قاسم شیرجعفری، ویراستار عربی کمال کاتب و دیگران، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۸۶ هـ - ش.
۴۱. مکارم شیرازی، ناصر، **تفسیر نمونه**، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ سی و دوم، ۱۳۷۴ هـ.ش.
۴۲. موسوی، سیده زهرا، **معجزه امید**، قم: جامعه الزهرا علیها السلام، ۱۳۹۴ هـ.ش.
۴۳. نراقی، احمد بن محمد مهدی، **معراج السعاده**، قم: انتشارات هجرت، ۱۳۹۸ هـ.ش.

۴۴. نسفی، عمر بن محمد، وصیة النبی (ص) لعلی بن أبی طالب (ع)، تحقیق: سید احمد رضا حسینی، قم: دارالحدیث، هـ.ش.
۴۵. نوری طبرسی، میرزا حسین، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، تحقیق: موسسه آل البيت عليهم سلم لاحیاء التراث. قم: موسسه آل البيت (ع)، ۱۴ هـ - ق.
۴۶. نیک اقبال، مصطفی، تفسیر معنوی قرآن کریم، جلد ۱۱، تهران: نسیم جانان، ۱۴۰۰ هـ.ش.
۴۷. یوسفی مصری، زهرا، بیماری های روحی اضطراب و سواس افسردگی هراس و راههای درمان آنها، قم: میراث ماندگار، ۱۳۹۴ هـ.ش.