



ISSN: 2423 - 7655



Pajoheshha- e Mahdavi

A Research Quarterly in Mahdaviyyat
Thirteenth year, No 50, summer 2024

The role of Mahdism and expectation in young people's mental health

Seyyed Mahdi Hosseini ¹

Abstract

This study seeks to explain the role of Mahdism and expectation in the mental health of young people. The mental health of a person (and consequently of young people) has characteristics that can be used to claim that a person has a healthy mind. Just as the purpose of physical health is to protect it from debilitating diseases and to actualize physical abilities, mental health is also achieved when the mind is immune to damage and the mental abilities are actualized. Mental health is a concept that is directly related to many characteristics of young people, such as independence, identity, self-esteem, role models, spirituality, emotionality, and outbursts of emotion and feelings. Since today's young people evaluate religious teachings, including Mahdism, in terms of their effectiveness and connection to their lives and needs. Explaining the functions and effectiveness of the progressive thought of Mahdism and expectation increases the motivation of young people to accept and develop the correct culture of Mahdism. According to the findings of this study, mental health has the following characteristics: 1. Feeling of worth (self-esteem); 2. Loving; 3. Feeling of responsibility; 4. Spiritual experiences; 5. Self-fulfillment; 6. Personality stability; 7. Purposefulness; 8. Giving meaning to life (as opposed to nihilism); 9. Peace of mind and the ability to fight anxiety; 10. Self-control. The idea of Mahdism and expectation directly affect these characteristics, and with these characteristics, mental health and well-being are achieved

Keywords: Mahdism, expectation, mental health, youth, functions of Mahdism

1. Level Four of Mahdism, the Promised Specialized Center of the Qom Seminary

نقش مهدویت و انتظار در سلامت روان جوان

سید مهدی حسینی^۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۶/۹

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۴/۲۸

چکیده

این پژوهش درصدد بیان نقش مهدویت و انتظار در سلامت روان جوان می‌باشد. سلامت روان انسان (و به تبع جوان) دارای شاخصه‌هایی می‌باشد که با وجود آنها می‌توان ادعا نمود شخص، دارای روان سلامتی می‌باشد، همان‌گونه که منظور از بهداشت بدن، حفظ آن از بیماری‌های ناتوان‌کننده و فعلیت بخشیدن به توانایی‌های جسمانی است، بهداشت روان نیز وقتی به دست می‌آید که مصونیت روان از آسیب‌ها و به فعلیت رسیدن توانایی‌های روانی حاصل شود. سلامت روان مفهومی است که با بسیاری از ویژگی‌های جوان نظیر استقلال‌طلبی، هویت‌یابی، عزت نفس، الگوخواهی، معنویت‌گرایی، هیجانی بودن و فوران عاطفه و احساسات، ارتباط مستقیم دارد. از آن جایی که جوان امروز آموزه‌های دینی از جمله مهدویت را از حیث کارآیی و ارتباط آن با زندگی و نیازهای ارزیابی می‌کند. تبیین کارکردها و کارآمدی اندیشه مترقی مهدویت و انتظار، انگیزه جوانان را در پذیرش و گسترش فرهنگ صحیح مهدویت افزون می‌سازد. طبق یافته‌های این پژوهش، سلامت روان دارای شاخصه‌های: ۱. احساس ارزشمندی (عزت نفس)؛ ۲. عشق‌ورزی؛ ۳. احساس مسئولیت؛ ۴. تجربه‌های معنوی؛ ۵. خودشکوفایی؛ ۶. ثبات شخصیت؛ ۷. هدفمندی؛ ۸. معنی‌بخشی به زندگی (در مقابل پوچ‌گرایی)؛ ۹. آرامش روان و توانایی مبارزه با اضطراب‌ها؛ ۱۰. خودمهارگری می‌باشد که اندیشه مهدویت و انتظار در این شاخصه‌ها به صورت مستقیم تأثیرگذار می‌باشد که با وجود این شاخصه‌ها بهداشت و سلامت روان محقق می‌گردد.

واژگان کلیدی

مهدویت، انتظار، سلامت روان، جوان، کارکردهای مهدویت.

مقدمه

در شرایطی که فرهنگ غرب تمام تلاش خود را برای مهدی‌ستیزی و تصویر نادرست از

۱. سطح چهار مهدویت مرکز تخصصی موعود حوزه علمی قم (hos97676@gmail.com).

فرهنگ مهدویت در اذهان مردم به کار گرفته و اندیشه مهدویت را موهوم دانسته است و یا برای آن کارکرد منفی قائل است، مؤثرترین راه برای مقابله با این فکر باطل، نشان دادن ابعاد نتیجه‌گرایانه اندیشه مهدویت و انتظار و تبیین ظرفیت‌های بالقوه و آثار فردی و اجتماعی آن بر زندگی بشر است. زیرا جوان امروز آموزه‌های دینی از جمله مهدویت را از حیث کارآیی و ارتباط آن با زندگی و نیازهای ارزشیابی می‌کند. تبیین کارکردها و پی‌آمدها و کارآمدی اندیشه مترقی مهدویت، انگیزه جوانان را در پذیرش و گسترش فرهنگ صحیح مهدویت افزون می‌سازد. یکی از دغدغه‌های مهم هر جوانی سلامت روانی در کنار سلامت جسمانی می‌باشد. در عصر حاضر که فشار روانی، بیماری تمدن جدید نامیده شده و روز به روز بیماری‌های روانی در دنیا و به تبع کشور ما گسترش یافته، موجب گردیده که توجه بشر به مقوله سلامت روان دوچندان گردد.

آنچه که در این پژوهش حائز اهمیت است بررسی این است که نقش اندیشه مهدویت و انتظار در سلامت روان نسل جوان چیست؟

پیشینه پژوهش

۱. کتاب *مهدویت و آرامش روان* تألیف محمد سبحانی نیا؛ ۲. کتاب *نقش انتظار در تعالی خانواده* تألیف محمود ملکی راد؛ ۳. کتاب *راهبرد اخلاق انتظار* تألیف بهروز محمدی منفرد؛ ۴. کتاب *کارکردهای اجتماعی اعتقاد به مهدویت* تألیف محمود ملکی راد.
۱. مقاله «کارکرد مهدویت در اصلاح و تغییر رفتارهای فردی و اجتماعی» تألیف محمود ملکی راد؛ ۲. مقاله «کارکرد اجتماعی اعتقاد به مهدویت» تألیف محمود ملکی راد و مجتبی گودرزی؛ ۳. مقاله «واکاوی مفهوم انتظار و فضیلت آن در روایات» تألیف سیده فاطمه موسوی، مرضیه سادات حسینی؛ ۴. مقاله «مفهوم انتظار و اهمیت آن» تألیف اشتهاردی؛ ۵. مقاله «جوانی: نیازها و انتظارات و جنبه‌های آسیب‌شناختی آن» تألیف فرهنگ ارشاد.
- مزیت مقاله پیش رو در این است که به صورت خاص، شاخصه‌های سلامت روان را تبیین و سپس نقش اندیشه مهدویت و انتظار را در شاخصه‌های سلامت روان بررسی می‌نماید.

مفاهیم کلیدی

۱. مفهوم مهدویت

الف) مهدویت از نظر لغوی

مهدویت از لحاظ لغوی، مصدر جعلی یا ساختگی است که پس از افزودن تائیت به اسمی که یاء نسبت به آن اضافه شده است، ساخته می‌شود. اسم اصلی که می‌تواند اسم فاعل، اسم مفعول یا هر اسم دیگری باشد (سلیمان، ۱۳۸۸ ش: ۴۳۴).

ب) مهدویت از نظر اصطلاحی

مهدویت در اصطلاح یعنی روش، رفتار، فکر و عقیده‌ای که به مهدی انتساب داشته باشد؛ پس مهدویت یعنی معتقد بودن به وجود حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف و طریقه یا رفتاری که به اعتقاد و باور به حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف منتسب باشد (ملکی راد، ۱۳۹۷ ش: ۳۸).

۲. مفهوم انتظار

الف) معنای لغوی انتظار

صاحب کتاب *العین* انتظار را به معنای توقع داشتن کسی که منتظرش هستیم تعریف می‌کند (فراهدی، ۱۴۰۹ ق: ج ۸، ۱۵۶). ابن اثیر در *نهایه و لسان العرب* به تبع او، انتظار را به معنای چشم داشتن حضور کسی بیان می‌کنند (ابن اثیر جزری، ۱۳۶۷ ش: ج ۵، ۷۸؛ ابن منظور، ۱۴۱۴ ق: ج ۵، ۲۱۹) فروق اللغه فرق میان انتظار و ترجی را در این می‌داند که ترجی در جایی است که تنها انتظار خیر هست و در حالت شک می‌باشد به خلاف انتظار که طلب امری است که مقدور است که واقع شود (عسکری، ۱۴۰۰ ق: ۶۷) صاحب کتاب *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، انتظار را به معنای انتخاب و اختیار کردن نگاه دانسته و در مفهوم ترقب عامل بودن را نیز شرط می‌داند (مصطفوی، ۱۳۶۸ ش: ج ۱۲، ۱۸۷).

با توجه به معانی ذکر شده در کتب لغت به نظر می‌رسد که انتظار بدین معناست که شخص، انتخاب و اختیار کند که متوقع حضور چیزی باشد.

ب) معنای اصطلاحی انتظار

انتظار در اصطلاح مهدویت به معنای چشم به راه بودن ظهور واپسین ذخیره الهی و آماده شدن برای یاری او در برپایی حکومت عدل و قسط در سراسر گیتی است (سلیمان، ۱۳۸۸ ش:

(۷۶).

ج) انتظار از منظر روایات

در روایات متعددی به فضیلت و اهمیت انتظار اشاره شده است:

رسول اکرم ﷺ پس از آن که انتظار فرج را در زمره عبادت‌های خداوند دانسته است آن را یکی از برترین عبادت‌ها بر شمرده‌اند (ابن بابویه، ۱۳۹۵ق: ج ۱، ۲۸۸). آنچه که با مراجعه به روایات مستفاد می‌گردد این است که انتظار صرفاً امری درونی نیست بلکه لازم است اثرش در عمل شخص ظاهر گردد.

در روایت دیگری امام صادق علیه السلام انتظار را ملازم با عمل به ورع و محاسن اخلاق دانسته‌اند (ابن ابی زینب، ۱۳۹۷ق: ۲۰۱).

در روایتی نورانی امام جواد علیه السلام انتظار را افضل اعمال شیعیان ذکر نموده‌اند (ابن بابویه، ۱۳۹۵ق: ج ۲، ۳۷۸) درباره اهمیت انتظار فرج افزون بر آنچه اشاره شد، به روایاتی بر می‌خوریم که انتظار را نه فقط جهاد بلکه برترین جهاد دانسته است (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ج ۷۴، ۱۴۱). به نحوی که در روایتی شیعیان را امر کرده‌اند به این که برای ظهور حضرت اسباب جنگی مهیا کنند (ابن ابی زینب، ۱۳۹۷ق: ۳۲۰).

۳. مفهوم سلامت روان

درباره بهداشت روان تاکنون از سوی پژوهشگران و روان‌شناسان، تعاریف گوناگونی ارائه شده است از جمله:

۱. نبود بیماری روانی؛
 ۲. قدرت تأمل درباره خود؛
 ۳. رشد و شکوفایی؛
 ۴. یکپارچگی همه صفات فرد؛
 ۵. توانایی کنار آمدن با فشارهای روانی؛
 ۶. خودفرمایی و خودفرمانبری؛
 ۷. دیدن جهان چنان که در واقع هست (سبحانی‌نیا، ۱۴۰۰ش: ۲۳)؛
 ۸. تسلط بر محیط و قدرت بر انطباق و سازگاری (ساجدی، ۱۳۸۷ش: ۵۶).
- در سال‌های اخیر انجمن کانادایی بهداشت روانی، سلامت روانی را در سه بخش تعریف

کرده است:

۱. نگرش‌های ناظر بر خود مانند، تسلط بر هیجان‌ها؛

۲. نگرش‌های ناظر بر دیگران مانند: احساس مسئولیت در مقابل محیط انسانی و مادی؛

۳. نگرش‌های ناظر بر زندگی مانند: پذیرش مسئولیت‌ها (گنجی، ۱۳۹۱ش: ۱۳).

همان‌گونه که منظور از بهداشت بدن، حفظ آن از بیماری‌های ناتوان‌کننده و فعلیت بخشیدن به توانایی‌های جسمانی است، بهداشت روان نیز وقتی به دست می‌آید که مصونیت روان از آسیب‌ها و به فعلیت رسیدن توانایی‌های روانی حاصل شود. بر این اساس باید انسان و روان او را بشناسیم و ضعف و قوت، سلامتی و بیماری و کمال و نقص او را دریابیم تا بتوانیم درباره بهداشت و سلامتی‌اش به درستی حکم دهیم.

۴. مفهوم جوان

الف) معنای لغوی جوان

جوان در زبان فارسی به معنای برنا، تازه، نو و چیزی است که از عمر آن چندان نگذشته باشد (لغت‌نامه دهخدا) اما در فرهنگ عربی دو تعبیر رایج در مورد جوان وجود دارد؛ یکی «فتی» و دیگری «شاب» (ری شهری، ۱۳۸۹ش: ۱۳). ریشه لغوی این تعبیر می‌تواند گویای حالات و مواضع آنان باشد. شاب به معنی برافروختگی و زبانه کشیدن است: «شب النار: یعنی آتش برافروخت» (فرهنگ الرائد).

ب) معنای اصطلاحی جوان

دست‌یابی به تعریف یگانه برای جوان و جوانی و به ویژه بیان دقیق دوره سنی آن در منابع اسلامی و روان‌شناسی و تربیتی، بسیار دشوار است و جمع کردن میان آنها دشوارتر. با همه تلاش‌هایی که روان‌شناسان برای پرده برداشتن از اسرار این مرحله به عمل آورده‌اند، باید اعتراف کرد که هنوز نقاط مبهم و ناشناخته بسیاری در این زمینه وجود دارد که بدون شناخت آنها اظهار نظر صریحی را درباره آنان نمی‌توان داشت با این حال، با در نظر گرفتن آنچه از تفسیر آیات و روایات مربوط به جوانی و نظریه‌های روان‌شناسی به دست می‌آید، جوان را می‌توان این‌گونه تعریف کرد:

جوانی، مرحله‌ای بی‌بدیل از عمر انسان است و فرصتی است که در آن عقیده و اخلاق ریشه دار شده و فضائل و ملکات انسانی در او تثبیت می‌گردد.

جوان در شرایط و امکاناتی است که می‌تواند حلال مشکلات باشد و نارسایی‌ها و کاستی‌های جامعه را از میان بردارد. قدرت عمل دارد و این قدرت خود عامل سازندگی و رشد و پیشرفت او و جامعه است. او در طریق وصول به هدف، قادر است موانع را درهم بشکند و مقاصد خود و جامعه‌اش را محفوظ دارد. نیروی جسمانی او در کمال اوج است و استعداد و ذهن و توجه او در نهایت رشد، همت او عالی است.

اگرچه در بیان عامه اصطلاح جوانی افرادی تا سن ۴۰ سالگی را هم در برمی‌گیرد اما مراد ما از جوانی در این نوشتار بین ۱۶ تا ۲۹ سال است، یعنی همان تعریفی که سازمان ملی جوانان و از جوانی ارائه کرده است.

ج) ویژگی‌های جوان

شخصیت انسان و به تبع جوان دارای سه بعد بینشی، گرایشی و کنشی می‌باشد. جوان در هر یک از این سه بعد دارای خصائص و ویژگی‌هایی می‌باشد که در ادامه به آنها اشاره می‌نمائیم.

الف) ویژگی‌های بینشی

۱. استقلال طلبی و هویت‌یابی؛ ۲. بلندپروازی و آرمان‌گرایی؛ ۳. خیال‌پردازی و آرزومندی؛
۴. باریک‌بینی و تیزفهمی؛ ۵. پرسش‌گری (پویایی فکری)؛ ۶. داشتن روحیه انتقادی؛ ۷. حقیقت‌جوئی.

ب) ویژگی‌های گرایشی

۱. میل به زیبایی و خودنمایی؛ ۲. هیجانی بودن و فوران عاطفه و احساسات؛ ۳. نوگرایی و تنوع‌طلبی (سنت‌شکنی)؛ ۴. پاک دلی و رقت‌قلب؛ ۵. شور و نشاط جوانی؛ ۶. استقلال طلبی؛ ۷. معنویت‌گرایی؛ ۸. الگوخواهی؛ ۹. میل به جنس مخالف؛ ۱۰. نقش‌پذیری؛ ۱۱. عزت‌نفس؛ ۱۲. میل به قدرشناسی؛ ۱۳. شجاعت و بی‌باکی (خطرپذیری).

ج) ویژگی‌های کنشی

۱. فعال و پر تحرکی؛ ۲. رفیق‌بازی؛ ۳. نیرومندی جسمانی.

ارتباط جوان با سلامت روان

سلامت روان مفهومی است که با بسیاری از ویژگی‌های جوان نظیر استقلال طلبی،

هویت‌یابی، عزت‌نفس، الگوخواهی، معنویت‌گرایی، هیجانی‌بودن و فوران عاطفه و احساسات، ارتباط مستقیم دارد. یکی از دغدغه‌های مهم هر جوانی سلامت روانی در کنار سلامت جسمانی می‌باشد. در عصر حاضر که فشار روانی، بیماری تمدن جدید نامیده شده و روز به روز بیماری‌های روانی در دنیا و به تبع کشور ما گسترش یافته، موجب گردیده که توجه بشر به مقوله بهداشت روان دوچندان گردد.

جوامع بشری در طول تاریخ خود همواره دنبال آرامش روحی بوده‌اند، امروزه اضطراب و تشویش ذهنی و عوارض ناشی از آن، در زندگی فردی و اجتماعی گریبان‌گیر بشر، خصوصاً جوانان شده و نگرانی جدی برای جوامع فراهم ساخته است. اتفاقاً در کشورهای به اصطلاح توسعه‌یافته، میزان این اضطراب‌ها، استرس‌ها و مشکلات روانی بیش از دیگر کشورهاست. آمار روزافزون بیماران روانی بستری در بیمارستان‌های غرب مؤید این حقیقت است. بی‌گمان دست‌نیاز بشریت فراتر و فریاد احتیاج و نیازمندی‌اش به تعالیم حیات‌بخش الهی بلندتر از هر زمان دیگری است.

با توجه به مبنای علم‌گرایی، علوم جدید و از جمله روان‌شناسی در نشان دادن هدف زندگی انسان و راه انسانیت ناتوان‌اند و نمی‌توانند معنی و مفهوم درست و ارزشمندی برای زندگی ارائه کنند. جوان معاصر خود را میان انبوهی از بحران‌ها و مصیبت‌های عصر مدرن تنها یافته، از تنهایی‌های روحی، ادراکی، معاشرتی و... رنج می‌برد و دنبال پناهگاهی برای برون‌رفت از این همه تنهایی است. او در این امر هر آنچه را به محک و سنجه تجربه زده است مؤثر واقع نشده است جز این‌که باید به دین و باورهای دینی روی آورد تا با حضور خدا و باورهای دینی در زندگی، حصاری در مقابل هجوم‌های عصر مدرن پدید آورد و دیگر خود را تنها نبیند.

بررسی و تبیین نقش مهدویت و انتظار در سلامت روان جوان

در شرایطی که استعمار نوین، در عصر رسانه‌ها همه تلاش خود را برای مهدی‌ستیزی و تصویر نادرست از فرهنگ مهدویت در اذهان مردم به کار گرفته و اندیشه مهدویت را موهوم دانسته است و یا برای آن کارکرد منفی قائل است، مؤثرترین راه برای مقابله با این فکر باطل، نشان دادن ابعاد نتیجه‌گرایانه اندیشه مهدویت و انتظار و تبیین ظرفیت‌های بالقوه و آثار فردی و اجتماعی آن بر زندگی بشر است. زیرا جوان امروز آموزه‌های دینی از جمله مهدویت را از حیث کارایی و ارتباط آن با زندگی و نیازهای ارزیابی می‌کند. تبیین کارکردها و پی‌آمدها و

کارآمدی اندیشه مترقی مهدویت، انگیزه جوانان را در پذیرش و گسترش فرهنگ صحیح مهدویت افزون می‌سازد. یکی از حوزه‌هایی که اندیشه مهدویت و انتظار به طور مستقیم در آن اثر می‌گذارد، حوزه سلامت روان است. انتظار در ابعاد عاطفی آن، یعنی اشتیاق، محبت و چشم به راه بودن که همگی مستلزم نوعی توسل و رابطه قلبی با حضرت است، بر سلامت روان به معنای پیشگیری اولیه، ممانعت از بیماری‌ها و ارتقای توانمندی‌ها در مقابله با استرس‌ها و اضطراب‌ها نقش مؤثری دارد. اعتقاد به مهدویت تنها یک تئوری و باوری اسلامی با رنگ دینی نیست، بلکه ریشه در یکی از ویژگی‌های ذاتی و فطری انسان، یعنی امید دارد و دارای رویکردهای معرفتی، اجتماعی، اخلاقی و عاطفی است.

با ورود اندیشه مهدویت به عرصه روان‌شناسی، به بعد معنوی انسان و در نتیجه رشد روحانی او توجه می‌شود و زندگی معنی پیدا می‌کند، چون فرد و جامعه‌ای که به آینده‌ای روشن و عصری متفاوت از وضع موجود و به دور از نقص‌ها ایمان دارد، الگویی از وضع مطلوب دارد و همواره موقعیت و منزلت خود را با آن می‌سنجد. سلامت روان، وقتی به دست می‌آید که اولاً روان از آسیب‌ها مصون گردد و ثانیاً توانایی‌های روانی به فعلیت برسند.

شاخصه‌های سلامت روان

از منظر روان‌شناسان، سلامت روان انسان (و به تبع جوان) دارای شاخصه‌های زیرمی‌باشد:

۱. احساس ارزشمندی (عزت نفس)؛ ۲. عشق‌ورزی؛ ۳. احساس مسئولیت؛ ۴. تجربه‌های معنوی؛ ۵. خودشکوفایی؛ ۶. ثبات شخصیت؛ ۷. هدفمندی؛ ۸. معنی‌بخشی به زندگی (در مقابل پوچ‌گرایی)؛ ۹. آرامش روان و توانایی مبارزه با اضطراب‌ها؛ ۱۰. خودمهارگری (سبحانی‌نیا، ۱۴۰۰ش: ۴۷) که با وجود مجموع اینهاست که می‌توان ادعا نمود شخص، دارای روان سلامتی می‌باشد. ما در ادامه نقش اندیشه مهدویت و انتظار را در هر کدام از شاخصه‌های فوق تبیین خواهیم نمود.

۱. مهدویت و احساس ارزشمندی

یکی از ملاک‌های انسان سالم، داشتن عزت نفس و احترام به خود است. احساس ارزشمندی (عزت نفس) یعنی مقدار ارزشی که انسان برای خود قائل است یا دیگران برای شخصیت او قائل‌اند. یکی از واژه‌های مترادف با عزت نفس، کرامت نفس است که در روایات معصومین علیهم‌السلام بر آن تأکید شده است. اگر کسی نفس شریف و بزرگواری داشته باشد، آن را با

معصیت خوار و ذلیل نمی‌کند (لیثی واسطی، ۱۳۷۶ش: ۴۳۹). انسان کریم از خواهش‌های ذلت‌آور دوری می‌کند و شهوت و هوای نفسانی در نظر او بی‌ارزش است.

عزت نفس پائین در افراد محصول احساس ناتوانی، احساس پوچی و بی‌معنا دانستن زندگی، درماندگی در برابر موقعیت‌های استرس‌زا و بحران‌های زندگی و ترس از شکست است و اعتقاد به خداوند متعال، آدمی را در برابر حوادث و رویدادهای تلخ مقاوم می‌سازد. شخص مؤمن در مصیبت‌ها و گرفتاری‌ها به امداد غیبی پرودگار دلگرم است. شخص معتقد به مهدویت در تنگناها و گرفتاری‌ها امید به فرج و گشایش امور دارد و معتقد است که امام در پس پردهٔ غیبت متولی امور بوده و رفع گره‌ها به دست اوست...

فردی که با امام خود انس دارد در درون خویش احساس نیرومندی می‌کند و مطمئن است که در ناملایمات امام از او دستگیری می‌نماید. چنین شخصی احساس ارزشمندی، کارآمدی و توانمندی می‌کند.

شخص معتقد به امام زمان عجله و منتظر ایشان طبق روایت امام سجاد عجله برترین شخص در طول تمام زمان‌ها می‌باشد و این امر موجب می‌شود که فرد منتظر احساس ارزشمندی و عزت نفس بکند و در نتیجه در برابر مشکلات و ناملایمات سر فرود نیاورد:

... یا أبا خالد إن أهل زمان غیبه القائلین یامتمه و المنتظرین لظهوره أفضل من أهل کل زمان لأن الله تبارک و تعالی أعطاهم من العقول و الأفهام و المعرفة ما صارت به الغیبه عندهم بمنزلة المشاهدة و جعلهم فی ذلك الزمان بمنزلة المجاهدین بین یدی رسول الله ص بالسيف أولئك المخلصون حقا و شیعتنا صدقا و الدعاة إلى دین الله عزوجل سرا و جهرا و قال علی بن الحسین عجله انتظار الفرج من أعظم الفرج (ابن بابویه، ۱۳۹۵ق: ج ۱، ۳۲۰)؛

ای ابو خالد مردم زمان غیبت او که معتقد به امامت او هستند و منتظر ظهورش می‌باشند از مردم هر زمانی برترند، زیرا خدای تبارک و تعالی عقل و فهم و معرفتی به آنها عطا کرده است که غیبت نزد آنها چون مشاهده است و آنها را در این زمان بمانند مجاهد در رکاب رسول خدای ص با شمشیر قرار داده است آنان به حق مخلصان و به درستی شیعیان ما و داعیان بدین خدای عزوجل در پنهان و آشکار می‌باشند و فرمود انتظار فرج از بهترین اعمال است.

۲. مهدویت و عشق‌ورزی

یکی از شاخصه‌های بهداشت روانی، توانایی هم‌جوشی، دوستی و عشق‌ورزی به دیگران در

روابط بین فردی است. باورداشت مهدویت در تحقق این مؤلفه تأثیر به سزایی دارد، زیرا از یک سو آتش عشق و عواطف درونی را شعله‌ور می‌سازد و از سوی دیگر بخشی از آن را به سمت عشق به دیگران به ویژه مؤمنان هدایت می‌کند.

عنصر صفا، محبت و همدلی را می‌توان در اندیشه مهدویت و انتظار به وضوح مشاهده کرد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

اصحاب قائم به گونه‌ای با هم معاشرت می‌کنند که گویی از یک پدر و مادر هستند (بحرانی، ۱۳۷۴ ش: ج ۲، ۲۳-۲۴).

امام رضا علیه السلام در وصف امام مهدی عجل الله تعالی فرجه می‌فرماید:

از پدران و مادران شان بر ایشان دلسوزتر است (مجلسی، ۱۴۰۳ ق: ج ۲۵، ۱۱۶).

تربیت شده مکتب مهدوی با الگوگیری از امام خود، به انسان‌ها عشق می‌ورزد. از این رو کسی که منتظر حضرت است در دعای عهد دیگران را نیز در اظهار علاقه خود شریک می‌سازد:

اللهم بلغ مولانا الامام الهادی المهدی القائم بامرک صلوات الله علیه و علی آبائه الطاهیرین عن جمیع المومنین و المومنات... (قی، ۱۳۹۴ ش: ۸۸۰).

۳. مهدویت و احساس مسولیت

به نظر بسیاری از روان‌شناسان، یکی از شاخصه‌های سلامت روانی، پذیرش مسولیت است (گنجی، ۱۳۹۱ ش: ۱۳) کسی که از سلامت روانی بی‌بهره باشد، در زندگی فردی و اجتماعی به دیگران تکیه دارد و به کمک آنها چشم دوخته است.

مهدویت یعنی داشتن احساس مسولیت جهانی برای انسان امروز و فردا و دغدغه اصلاح بشریت، رنج بشریت را احساس کردن و از قالب «من» در آمدن و به «ما» اندیشیدن. در دوران انتظار منتظران مسولیت‌های عظیمی بر دوش دارند که آنها را می‌توان در دو بعد فردی و اجتماعی بر شمرد:

الف) مسولیت‌های اجتماعی: نظیر امر به معروف و نهی از منکر زیرا طبق روایات «المهدی و اصحابه... یامرون بالمعروف و ینهون عن المنکر» (بحرانی، ۱۳۷۴ ش: ج ۳، ۸۹۳).

مسولیت اجتماعی دیگر عبارت است از یاری‌گری مظلومان و محرومان.

ب) مسولیت‌های فردی نظیر: تهذیب نفس، دقت در گفتار و رفتار، تقویت دینداری، صبر و استقامت.

۴. مهدویت و تجربه‌های معنوی

وجه مشترک بسیاری از روان‌شناسان در مراد از تجربه‌های معنوی عبارتست از نوعی توجه به موضوعات روحانی و شهودی ورای دنیای محسوس به حس ظاهری. اندیشه مهدویت برای پیروان مذهب شیعه، بستر مناسبی را جهت کسب تجربه‌های معنوی فراهم کرده است. زیرا ارتباط عمیق عاطفی با امامی که او را حاضر غائب می‌دانند وجود دارد. امام سجاد علیه السلام به ابو خالد کابلی فرمودند:

مردم زمان غیبت حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف که معتقد به امامت او هستند و منتظر ظهورش نشسته‌اند، بافضیلت‌ترین مردم دنیا می‌باشند، زیرا خداوند عقل و فهمی به آنان عطا کرده است که غیبت نزدشان به منزله ظهور و مشاهده است (صافی گلپایگانی، ۱۳۸۰ش: ۲۴۴).

شیعیان در زمان غیبت از راه‌های مختلف با امام زمان خود ارتباط معنوی و عاطفی برقرار می‌کنند از جمله:

- الف) توجه و ابراز علاقه در جشن‌های نیمه شعبان، روز ولادت با سعادت آن حضرت؛
- ب) خواندن دعای ندبه، زیارت آل یاسین، دعای عهد، دعای فرج و نماز امام زمان علیه السلام؛
- ج) رفتن به مسجد جمکران و مسجد سهله و دعای برای فرج آن حضرت؛
- د) استمداد، توسل و توجه به حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف برای رفع مشکلات.

۵. مهدویت و خود شکوفایی

یکی از مؤلفه‌های بهداشت روانی رشد و شکوفایی است. این مؤلفه چنان جایگاهی دارد که کارل راجرز و مزلوکه دو روان‌شناس معروف آمریکایی‌اند، بهداشت روانی را به خود شکوفایی تعریف می‌کنند (مزلو، ۱۳۷۶ش: ۲۱۱ و ۲۴۹).

شکوفایی در اصطلاح به معنای رشد همه جانبه روح، جسم و روان به صورت هماهنگ می‌باشد. خود شکوفایی به معنای آن است که شخص از همه ظرفیت‌ها و توانمندی‌های خویش بهره گیرد.

فرهنگ انتظار با برخورداری از عناصری چون امید، شوق و یاد می‌تواند این نیاز روانی انسان را با ساز و کارهایی تامین کند، مانند:

ایجاد انگیزه

جوان برای تداوم زندگی و تحمل دشواری‌های آن نیازمند انگیزه‌ای نیرومند است که در پدیده امید به آینده تجلی می‌یابد. آینده‌ای که به مراتب زیباتر و بهتر از امروز باشد. این مسئله به ویژه برای جوانان اهمیت بیشتری دارد، زیرا آنان در پرتو «امید به فردایی بهتر» می‌توانند به نیروی فراوان خود و شور و نشاط بی‌پایان‌شان جهت و معنی بخشند. وقتی منتظر باور دارد که موعود می‌آید، به آمدنش هم اشتیاق دارد و دائم به یاد اوست، ناگزیر خود را برای آمدنش آماده می‌کند و سعی دارد وقتی او می‌آید، در آمادگی کامل باشد. وقتی فرد باور داشته باشد که امامی هست و می‌تواند به او متوسل شود، وی را ناظر بر اعمال خویش می‌داند و در افعال خویش از او کمک می‌خواهد. چون منتظر به آمدن منجی اشتیاق دارد اعمالی انجام می‌دهد که آمدنش را سرعت بخشد، او همواره در رشد و تعالی خویش و جامعه تلاش می‌کند و هر آنچه را با آمدن موعود نافات دارد از سر راه برمی‌دارد. آموزه‌های دینی از جمله مهدویت، توان تولید و ایجاد نیروی انگیزه دارد که در سایه محبت الهی و عشق به امام حی و حاضر به دست می‌آید.

اعتقاد به این که ما در برابر امام مسئول هستیم، انگیزه آدمی را تقویت می‌کند. احساس تکلیف در واقع، تعهد و التزام به انجام وظایف را به دنبال دارد.

خودشناسی

اعتماد به نفس و خود شکوفایی تا حد زیادی متوقف بر شناخت جنبه‌های مثبت شخصیتی و آگاهی از استعدادها و توانایی‌ها و قابلیت‌هاست. عدم اعتماد به نفس غالب افراد به خاطر فقدان امکانات نیست، بلکه به دلیل عدم شناسایی خویشتن است (سبحانی‌نیا، ۱۴۰۰: ۸۰). دین با نگاه جامعی که به ابعاد شخصیت انسان دارد موجب می‌شود که شخص نسبت به توانایی‌ها و استعدادهای بالقوه خود آگاهی پیدا کند.

۶. مهدویت و ثبات شخصیت

ثبات شخصیت به معنای نبود دگرگونی‌های هیجانی افراطی است. افراد فاقد این صفت، دم‌دمی مزاج و بسیار احساساتی هستند. افراد مبتلا به آن از تغییرات دائمی حالات، رفتارها و افکار رنج می‌برند. به نحوی که هر لحظه به رنگی در می‌آیند و از کمترین سازگاری و انطباق در خانه، مدرسه، محل کار یا حتی در امر ازدواج برخوردارند. یکی از ریشه‌های این مشکل نبود

الگوی ثابت، کامل مطمئن و محبوب است. در چنین شرایطی فرد هر روز از کسی الگو می‌گیرد و پیرو الگوهای متفاوت، دچار تزلزل شخصیت می‌شود. آدمی به ویژه نوجوان و جوان زندگی خویش را با الگوگیری از شخصیت‌هایی که از نظر او برتر اند آغاز می‌کند و ناخود آگاه از الگوها اثر می‌پذیرند که اگر آنها را در آب‌های زلال نیابد در منجلاب‌های آلوده پیدا می‌کند و تا رفع این نیاز هرگز آرامش ندارد.

اندیشه مهدویت با عرضه الگوی کامل، مطمئن و محبوب، شخصیت‌پایداری را در فرد بنا می‌نهد و به روش‌های گوناگون راه را بر اثرپذیری از الگوهای سست می‌بندد. در این نظام تربیتی سخن از الگویی است که تکمیل‌کننده رسالت تربیتی تمام انبیاء و ائمه علیهم‌السلام است. کسی که زنده‌کننده تمام آثار ظاهری و باطنی انبیاء و اولیاء و به تجلی رساننده جمیع ویژگی‌های اخلاقی و معنوی ایشان است. اسوه و الگویی که جامع زیبایی‌های تمام زیبا سیرت‌ان عالم و خوبی تمام خوبان عالم می‌باشد و آنها را به ارث برده است:

المنتهی الیه موارث الانبیاء و لدیه موجود آثار الاصفیاء (ابن طاووس، ۱۴۱۷ق: اعمال سرداب مقدس، زیارت چهارم).

یکی از وظائف منتظران در عصر غیبت، الگوپذیری است. از منتظران مصلح جز این توقع نیست که از امام الگوپذیری کرده و خود نیز صالح باشند. در روایتی از پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم نقل شده است که:

خوشا به حال کسی که قائم خاندان مرا درک کند، در حالی که پیش از دوران قیام، به او و امامان قبل از او اقتدا کرده و از دشمنان وی اعلام بی‌زاری کرده باشد. آنان دوستان و همراهان من و گرامی‌ترین امت در نزد من هستند (ابن بابویه، ۱۳۹۵ق: ج ۱، باب ۲۵، ح ۳، ۵۳۵).

۷. مهدویت و هدفمندی

روان‌شناسان معتقد اند که اشخاص برخوردار از سلامت روان، فعالانه در پی هدف‌ها، امیدها و رؤیاهای خویش‌اند. هدفمندی ویژگی‌ای است که انسان را از حیوان و شخصیت سالم را از بیمار متمایز می‌سازد.

در اندیشه مهدویت، مؤلفه «هدفمندی» وجود دارد، زیرا منتظر به جامعه‌ای می‌اندیشد که تمامی وعده‌های انبیاء و اولیاء در آن به وقوع خواهد پیوست و از این رو تلاش می‌کند تا به میزان توانایی و مسئولیت خویش، در ساختن چنین جامعه‌ای سهیم باشد. چنین شخصی

تمام فعالیت‌ها و تلاش‌هایش در سایه هدفی والا به نام «انتظار ظهور» می‌باشد.
امام صادق علیه السلام در روایتی نورانی می‌فرماید:

... من سره أن يكون من أصحاب القائم فلينتظر وليعمل بالورع و محاسن الأخلاق و هو منتظر... (ابن ابی زینب، ۱۳۹۷ق: ۲۰۰).

تکرار انتظار در این روایت بیانگر این مطلب است که انتظار مثل چتری است که همه اعمال شخص را پوشش می‌دهد. شخص همه اعمالش را با نگاه و حالت انتظار انجام می‌دهد.

۸. مهدویت و معنی بخشی به زندگی (در مقابل پوچ‌گرایی)

وجود معنی در زندگی عاملی اساسی برای ادامه زندگی و فراهم کردن زندگی‌ای شاد و همراه با خرسندی می‌دانند. تقریباً همه انسان‌ها در زندگی خود چیزی دارند که حاضر اند به خاطر آن زندگی کنند یا حتی بمیرند. معنای زندگی یعنی این که من چرا زنده‌ام؟ و زنده بودنم چه فایده‌ای می‌تواند داشته باشد؟ معنای زندگی یعنی آن چیزی که انسان به خاطرش زندگی می‌کند و به خاطر آن سختی‌ها را تحمل می‌کند.

یکی از بیماری‌های فردی و اجتماعی عصر جدید، احساس پوچی در زندگی و بی‌معنا بودن آن است. بالا رفتن آمار خودکشی‌ها ناشی از این احساس منفی می‌باشد. پدیده‌های فراوانی نظیر روی آوردن به الکل، اعتیاد، بزهکاری، بی‌هویتی جوانان، وابسته به این تهی شدن زندگی از معنی است.

انسان فطرتاً موجودی کمال‌جو است که تنها در صورتی می‌تواند به زندگی خود معنا ببخشد که در زندگی اهداف الهی را برگزیند.

انتظار و ظهور حضرت مهدی عجله الله تعالی فرجه الشريف، معنای حیات برای جامعه شیعه در دوران غیبت است. شیعه به خاطر «ظهور» زندگی و به سمت ظهور حرکت می‌کند و این جاست که مفهوم انتظار شکل می‌گیرد. شیعه به خاطر مهدی عجله الله تعالی فرجه الشريف، زنده است، به خاطر مهدی عجله الله تعالی فرجه الشريف زندگی می‌کند، به خاطر مهدی عجله الله تعالی فرجه الشريف تلاش کرده و همه ناملایمات را تحمل می‌کند.

انسان منتظر در برابر حوادث سر فرود نمی‌آورد و به اصلاح خویش و جامعه می‌پردازد. انسان منتظر تماشاچی نیست بلکه ایفاگر وظیفه‌ای است که بر دوشش نهاده‌اند. فرد منتظر به جامعه‌ای می‌اندیشد که تمامی وعده‌های انبیاء و اولیاء در آن به وقوع خواهد پیوست و از

این رو تلاش می‌کند تا به میزان توانایی خویش در ساختن چنین جامعه‌ای سهیم باشد.

۹. آرامش روان و توانایی مبارزه با اضطراب‌ها

باور به مهدویت از چند طریق بر آرامش روحی و روانی اثر می‌گذارد:

الف) از دیدگاه دین تنها چیزی که نیاز به آرامش و امنیت روانی را برآورده می‌کند، یاد خداست: «...ألا بذكر الله تطمئن القلوب» (رعد: ۲۸) همان طوری که یاد خدا آرامش بخش است و زندگی را آسان می‌کند، دوری از یاد خدا موجب دشواری زندگی می‌شود: «ومن أعرض عن ذكري فإن له معيشة ضنكا...» (طه: ۱۲۴).

طبق روایات یکی از مصادیق ذکر الهی، ائمه معصومین عليهم السلام هستند (کلینی، ۱۴۰۷ق: ج ۲، ۵۹۸). در اندیشه مهدویت که از حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشريف یاد می‌شود در حقیقت از خداوند یاد می‌شود. توجه به حضرت حجت عليه السلام، توجه به خداوند کریم است و کسی که قصد تقرب به خداوند بزرگ نماید، به ایشان روی آورد. همان طور که در زیارت جامعه کبیره می‌خوانیم: «من قصده توجه بکم».

یکی از عوامل افسردگی، اضطراب و نگرانی در آدمی، بدبینی و ترس از آینده خویش، می‌باشد. عده‌ای به آینده بشر نگاه مایوسانه و بدبینانه دارند اما رویکرد مهدویت به آینده بشر بسیار مثبت و درخشان است. و از این رو در ایجاد آرامش نقش پر رنگی دارد. قرآن کریم آینده بشریت را بسیار روشن می‌بیند، آیاتی نظیر:

«ولقد كتبنا في الزبور من بعد الذكر أن الأرض يرثها عبادي الصالحون» (انبیاء: ۱۰۵).

یا آیه ۵ سوره قصص که می‌فرماید:

«ونريد أن نمن على الذين استضعفوا في الأرض ونجعلهم أئمةً ونجعلهم الوارثين».

یکی از راه‌های مقابله با فشار روانی و تخلیه هیجان، دعا و نیایش است. دعا چون بارقه امید است که در کانون دل انسان می‌درخشد و ابرهای یاس و اضطراب را از آسمان آن کنار می‌زند. یکی از وظایف منتظران در عصر غیبت دعا برای وجود مقدس امام زمان عليه السلام می‌باشد. در کتاب *مکیال المکارم* بیش از ۱۰۰ فضیلت و اثر برای دعا جهت تعجیل فرج امام عصر عجل الله تعالی فرجه الشريف بیان شده است. دعا برای حضرت نوعی ارتباط معنوی با ایشان است که قطعاً در سلامت روان ما مؤثر خواهد بود. در حدیث است که «اکثروا الدعا بتعجیل الفرج فان ذلک فرجکم» وقتی کسی برای حضرت دعا کند، ایشان هم برای مشکلات شخص دعاکننده، دعا

می‌کنند با این تفاوت که دعای معصوم مستجاب است.

یکی دیگر از عناصری که در ایجاد آرامش و دفع اضطراب مؤثر است، گریه برای حضرت می‌باشد. این گریه نه تنها موجب افسردگی نمی‌شود بلکه نقش درمانی دارد، کسانی که برای فراق امام می‌گیرند به آرامشی می‌رسند که در کمتر مجلسی حاصل می‌شود. در دعای ندبه می‌گوئیم:

هل من معین فاطیل معه البكاء؟

آیا یاری‌کننده‌ای است تا با او ناله و گریه را طول دهم؟

دوران غیبت دوران غربت امام است. دوران مظلومیت و دل‌شکستگی و گریه‌های طولانی است، شخص منتظر هنگامی که می‌بیند امامش در غربت و حبس است نمی‌تواند بی تفاوت باشد و همدردی خود را با اشک بر فراق حضرت اظهار می‌کند.

۱۰. مهدویت و خودمهارگری

خودمهارگری به معنای توانایی فرد در کنترل ارادی فرآیندهای درونی و برون دادهای رفتاری است. خودکنترلی با واژه‌های زیادی نظیر خویشتن‌داری، تسلط بر نفس، مدیریت خود و کف نفس، مترادف می‌باشد.

انتظار فرج یکی از مهم‌ترین ابزارهای خودکنترلی است، چون مؤمنان براساس آن همواره خود را در محضر ولی عصر عجل الله تعالی فرجه می‌بینند و تردید ندارند که امام شاهد و ناظر ایشان است. حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه می‌فرمایند:

بر اخبار و احوال‌تان آگاهیم و هیچ چیزی از اوضاع شما بر ما پوشیده نیست (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ج ۵۳، ۱۷۵).

شیعه معتقد است امام زمان عجل الله تعالی فرجه از کارهای امت آگاه است. در کتب روایی ما، بابی به نام عرض الاعمال وجود دارد (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ج ۶، ۱۷۲). طبق برخی از روایات تمام کارهای ما صبح و شام بر امام عرضه می‌گردد (کلینی، ۱۴۰۷ق: ج ۱، ۲۱۹).

نتیجه‌گیری

مفهوم مهدویت و انتظار در شاخصه‌های سلامت روان تأثیر مستقیم دارد. فردی که با امام خود انس دارد در درون خویش احساس نیرومندی می‌کند و مطمئن است که در ناملایمات

امام از او دستگیری می‌نماید. چنین شخصی احساس ارزشمندی، کارآمدی و توانمندی می‌کند. تربیت شدهٔ مکتب مهدوی با الگوگیری از امام خود، به انسان‌ها عشق می‌ورزد. مهدویت یعنی داشتن احساس مسئولیت جهانی برای انسان امروز و فردا و دغدغهٔ اصلاح بشریت، رنج بشریت را احساس کردن و از قالب «من» در آمدن و به «ما» اندیشیدن. شیعیان در زمان غیبت از راه‌های مختلف با امام زمان خود ارتباط معنوی و عاطفی برقرار می‌کنند. فرهنگ انتظار با برخورداری از عناصری چون امید، شوق و یاد می‌تواند نیاز روانی انسان به خودشکوفایی را تأمین نماید. اندیشهٔ مهدویت با عرضهٔ الگوی کامل، مطمئن و محبوب، شخصیت‌پایداری را در فرد بنا می‌نهد. در اندیشهٔ مهدویت، مؤلفهٔ «هدفمندی» وجود دارد، زیرا منتظر به جامعه‌ای می‌اندیشد که تمامی وعده‌های انبیاء و اولیاء در آن به وقوع خواهد پیوست و از این رو تلاش می‌کند تا به میزان توانایی و مسئولیت خویش، در ساختن چنین جامعه‌ای سهمی باشد. چنین شخصی تمام فعالیت‌ها و تلاش‌هایش در سایهٔ هدفی والا به نام «انتظار ظهور» می‌باشد. شیعه به خاطر مهدی علیه السلام، زنده است، به خاطر مهدی علیه السلام زندگی می‌کند، به خاطر مهدی علیه السلام تلاش کرده و همه ناملازمات را تحمل می‌کند. یکی از مصادیق ذکر الهی، ائمهٔ معصومین علیهم السلام هستند. در اندیشهٔ مهدویت که از حضرت مهدی علیه السلام یاد می‌شود در حقیقت از خداوند یاد می‌شود و یاد خداوند نیز موجب آرامش دل‌ها می‌باشد. انتظار فرج یکی از مهم‌ترین ابزارهای خودکنترلی است، چون مؤمنان براساس آن همواره خود را در محضر ولی عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف می‌بینند و تردید ندارند که امام شاهد و ناظر ایشان است.

منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

۱۷. ابن ابی زینب، محمد بن ابراهیم (۱۳۹۷ق)، *الغیبه*، تهران: نشر صدوق، اول.
۱۸. ابن اثیر جزری، مبارک بن محمد (۱۳۶۷ش)، *النهاية فی غریب الحدیث والأثر*، قم: موسسه مطبوعاتی اسماعیلیان، چهارم.
۱۹. ابن بابویه، محمد بن علی (۱۳۹۵ق)، *کمال الدین و تمام النعمه*، تهران: اسلامیه، دوم.
۲۰. ابن طاووس، علی بن موسی (۱۴۱۷ق)، *مصباح الزائر*، قم: مؤسسه آل البيت لاحیاء التراث.
۲۱. ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۴۱۴ق)، *لسان العرب*، بیروت: دار الفکر، سوم.
۲۲. احمد پناهی، علی (۱۳۸۸ش)، *جوانی فصل شکفتن*، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
۲۳. ارشاد، فرهنگ (۱۳۹۰ش)، «جوانی: نیازها و انتظارات و جنبه‌های آسیب‌شناختی آن»، *پژوهش‌نامه جامعه‌شناسی جوانان*، شماره ۲.
۲۴. اشتهازدی، محمد مهدی (۱۳۷۵ش)، «مفهوم انتظار و اهمیت آن»، *پاسدار اسلام*، شماره ۱۸۱.
۲۵. بحرانی، سیدهاشم بن سلیمان (۱۳۷۴ش)، *البرهان فی تفسیر القرآن*، قم: موسسه بعثه، اول.
۲۶. دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۳ش)، *فرهنگ لغت*، تهران: نشر روزنه.
۲۷. ساجدی، ابولفضل (۱۳۸۷ش)، «دین و بهداشت روان»، *فصل‌نامه روان‌شناسی و دین*، شماره ۲.
۲۸. سبحانی‌نیا، محمد (۱۴۰۰ش)، *مهدویت و آرامش روان*، قم: نشر جمکران، سوم.
۲۹. سلیمان، خدامراد (۱۳۸۸ش)، *فرهنگ‌نامه مهدویت*، تهران: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود علیه السلام.
۳۰. صافی گلپایگانی، لطف‌الله (۱۳۸۰ش)، *منتخب الأثر فی الإمام الثانی عشر*، قم: مکتبه آیه الله العظمی الصافی گلپایگانی، اول.
۳۱. عسکری، حسن بن عبدالله (۱۴۰۰ق)، *الفروق فی اللغة*، بیروت: دار الآفاق الجدیده، اول.
۳۲. فراهیدی، خلیل بن أحمد (۱۴۰۹ق)، *کتاب العین*، قم: نشر هجرت، دوم.
۳۳. قمی، شیخ عباس (۱۳۹۴ش)، *مفاتیح الجنان*، قم: دانش برنا.
۳۴. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق)، *الکافی*، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چهارم.
۳۵. گنجی، حمزه (۱۳۹۱ش)، *بهداشت روانی*، بی‌جا: روان.
۳۶. لیثی واسطی، علی بن محمد (۱۳۷۶ش)، *عیون الحکم و المواعظ*، قم: دار الحدیث، اول.
۳۷. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی (۱۴۰۳ق)، *بحار الأنوار*، بیروت: دار الاحیاء التراث العربی، دوم.
۳۸. محمدی ری‌شهری، محمد (۱۳۸۹ش)، *حکمت‌نامه جوان*، قم: دارالحدیث.

۳۹. محمدی منفرد، بهروز (۱۳۹۶ش)، *راهبرد اخلاق انتظار*، قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، اول.
۴۰. مزلو، ابراهام اچ (۱۳۷۶ش)، *انگیزش و شخصیت*، ترجمه: احمد رضوانی، مشهد: بنیاد پژوهش‌های آستان قدس رضوی.
۴۱. مصطفوی، حسن (۱۳۶۸ش)، *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، اول.
۴۲. ملکی راد، محمود (۱۳۷۵ش)، «کارکرد مهدویت در اصلاح و تغییر رفتارهای فردی و اجتماعی»، *فصل‌نامه مشرق موعود*، شماره ۴۵/۲.
۴۳. ملکی راد، محمود (۱۳۹۷ش)، *کارکردهای اجتماعی اعتقاد به مهدویت*، قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، اول.
۴۴. ملکی راد، محمود (۱۳۹۸ش)، *نقش انتظار در تعالی خانواده*، قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، اول.
۴۵. ملکی راد، محمود؛ گودرزی، مجتبی (۱۳۹۶ش)، «کارکرد اجتماعی اعتقاد به مهدویت»، *اسلام و مطالعات اجتماعی*، سال پنجم، شماره ۲.
۴۶. موسوی، سیده فاطمه؛ حسینی، مرضیه سادات (۱۳۹۸ش)، «واکاوی مفهوم انتظار و فضیلت آن در روایات»، *موعودپژوهی*، سال اول، شماره ۲.