



Analytical examination of the methods and achievements of contemporary research in the field of the spiritual experiences of pilgrimage

Mohsen Sharfaei^{1✉} | Sayyed Mohammadsadegh Qabouli Dorafshan²

1. Corresponding Author, Assistant Professor, Department of Wisdom and Spirituality, Islamic Research Foundation, Mashhad, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Law, Institute of Higher Education Kheradgarayane Motahhar, Mashhad, Iran.

Corresponding author's email: sharfa3700@yahoo.com

Article Information

Research Paper

Vol: 1
No: 3
P: 57-70
Received: 2026-02-16
Revised: 2026-05-07
Accepted: 2026-05-08
Published: 2026-05-10

Cite this Article:

Sharfaei, Mohsen & Mohammadsadegh Qabouli Dorafshan (2026). Analytical examination of the methods and achievements of contemporary research in the field of the spiritual experiences of pilgrimage. *Journal of Theology and Spiritual Health* 1(3): 57-70.

Publisher: Hakim Sabzevari University

The Author(s) retain
the copyright and full
publishing rights



10.22034/jtsh.2026.576202.1027

Abstract

This article analyzes contemporary research on the spiritual experiences of pilgrimage, focusing on their methodological diversity and empirical findings. As pilgrimage in the modern world has transcended traditional frameworks—becoming increasingly intertwined with motivations such as self-discovery, identity formation, escapism from daily life, and psychological peace—this study employs a descriptive-analytical approach and library research to address the existing gap in the categorization of such studies. To this end, five landmark studies are examined: a mixed-methods survey of pilgrims at the shrine of Imam Reza (the eighth Shia Imam), a factor analysis of experiences in Christian sites, the innovative image-based Zaltman Metaphor Elicitation Technique (ZMET) among South Korean Protestants, the transcendent experiences of pilgrims at Lourdes (the Shrine of the Virgin Mary), and a qualitative analysis of Exceptional Human Experiences (EHEs) on the Camino de Santiago. Findings indicate that the pilgrimage experience is a multi-layered phenomenon encompassing dimensions such as psychological tranquility, identity reconstruction, and existential transformation. Finally, the article emphasizes the necessity of adopting a multi-methodological approach to decode both the conscious and unconscious layers of pilgrims' spiritual health.

Keywords: Spiritual Experience, Pilgrimage Studies, Spiritual Health, Qualitative Methodology, Exceptional Human Experiences (EHEs).

Extended Abstract

1. Problem Statement

In recent decades, pilgrimage has re-emerged as a significant and expanding subject in the fields of religious studies, spirituality, and the psychology of religion. Both international and domestic studies indicate that in the modern world pilgrimage has moved beyond its traditional framework and is now associated with a wide range of motivations and outcomes, including the search for meaning, the pursuit of inner peace, the experience of extraordinary or transcendent states, social interaction, self-reflection, and the reconstruction of personal identity. Despite the growing body of research in this field, the Persian literature—and even parts of the global scholarly discourse—still lacks a coherent picture of the methodological approaches employed in these studies, the various dimensions of spiritual experience involved in pilgrimage, and the common or distinctive patterns in its psychological and existential outcomes.

The central problem of this article, therefore, is to examine how contemporary studies have approached the investigation of pilgrims' spiritual experiences, what methodological strategies they have employed, and what insights they have generated regarding the psychological and spiritual dimensions of pilgrimage. In addressing this issue, the article seeks to clarify how different research traditions conceptualize and analyze the lived experience of pilgrims, to what extent diverse methodological approaches—quantitative, qualitative, image-based, and narrative—are capable of revealing the deeper layers of pilgrimage experience, and how the findings of these studies contribute to a better understanding of the role of pilgrimage in spiritual well-being, emotional relief, and existential transformation.

2. Method

This study is conducted through a library-based research method using a descriptive–analytical approach. The selected materials consist of contemporary empirical studies on pilgrimage drawn from different religious contexts and methodological traditions. Five representative studies were chosen in order to reflect a diverse range of research strategies and pilgrimage settings. These include a large-scale survey of pilgrims at the holy shrine of Imam Reza(P.B.U.H), a factor-analytic study of pilgrimage experiences at Christian sacred sites, an image-based investigation employing the Zaltman Metaphor Elicitation Technique (ZMET) among Korean Protestants, a qualitative study of pilgrims' transcendent experiences in Lourdes, and a narrative analysis of travel accounts from the Camino de Santiago. By comparatively examining these studies in terms of their data collection methods, analytical frameworks, and types of experiences reported, the article evaluates both the strengths and the limitations of different methodological approaches in capturing the complex and multilayered nature of spiritual pilgrimage experiences.

3. Findings and Results

The comparative analysis of the five studies demonstrates that pilgrimage experience is a multidimensional phenomenon encompassing emotional, cognitive, social, bodily, and symbolic dimensions. Large-scale quantitative surveys, such as the study of pilgrims at the holy shrine of Imam Reza, are effective in identifying dominant emotional patterns—such as feelings of peace, relief, hope, and spiritual satisfaction—among a broad population of pilgrims. However, such approaches often remain limited in their ability to capture the deeper layers of meaning embedded in individual spiritual experiences. Factor-analytic studies of Christian pilgrimage sites reveal that pilgrimage cannot be understood as a single or uniform experience; rather, it involves several interconnected dimensions, including spiritual connection, discovery of new meanings, cognitive engagement, interpersonal interaction, and inner calm.

Qualitative and image-based methods, on the other hand, allow researchers to explore more subtle and often hidden aspects of pilgrimage experience. The ZMET-based study among Korean Protestants uncovers metaphorical and unconscious dimensions of the relationship between pilgrims and the sacred, highlighting themes such as the perceived presence of God, renewal of faith, emotional purification, and rediscovery of

life's meaning. Similarly, qualitative research on pilgrims in Lourdes emphasizes deeply personal experiences of connection with the divine or with sacred figures such as the Virgin Mary, as well as reports of healing, profound serenity, and moments interpreted as transcendent or miraculous. The narrative analysis of pilgrims' travel accounts from the Camino de Santiago further demonstrates that pilgrimage journeys can generate a range of exceptional experiences—such as heightened awareness of the present moment, insight, trust, spiritual reflection, and feelings of existential renewal—which may lead to lasting personal transformation.

Taken together, these findings suggest that pilgrimage should be understood not merely as a set of ritual practices but as a complex process of spiritual reorientation and psychological self-regulation. Through emotional release, reflection, symbolic encounters with the sacred, and participation in shared religious spaces, pilgrimage can facilitate experiences of meaning-making, spiritual growth, and existential renewal. At the same time, the comparison of these studies indicates that no single methodological approach is sufficient to capture the full complexity of pilgrimage experience. A comprehensive understanding of this phenomenon requires a multi-method perspective that integrates quantitative patterns with qualitative depth and symbolic interpretation.

4. Acknowledgement & Funding

The manuscript did not receive a grant from any organization.

5. Conflict of Interest

The authors declare no conflict of interest.

6. Author contribution

All authors share equal responsibility for the content of this paper.

Mohsen Sharfaei; Email: sharfa3700@yahoo.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0004-6311-5259>

Seyyed Mohammadsadegh Ghabouli Dorafshan; Email: m.ghabooli@motahar.ac.ir; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9014-3026X>



بررسی تحلیلی روش‌ها و دستاوردهای پژوهش‌های معاصر در حوزه تجربه‌های معنوی زیارت

محسن شرفایی^۱✉، سید محمدصادق قبولی درافشان^۲

۱- نویسنده مسئول، استادیار، گروه حکمت و معنویت، بنیاد پژوهش‌های اسلامی، مشهد، ایران.

۲- استادیار، گروه حقوق، موسسه عالی خردگرایان مطهر، مشهد، ایران.

نویسنده مسئول: sharfa3700@yahoo.com

چکیده

این مقاله به بررسی و تحلیل پژوهش‌های معاصر در حوزه تجربه‌های معنوی زیارت با تمرکز بر تنوع روش‌شناختی و دستاوردهای تجربی آن‌ها می‌پردازد. این در حالی است که زیارت در دنیای مدرن از قالب‌های سنتی خود فراتر رفته و با انگیزه‌های متفاوتی از جمله خودشناسی، هویت‌یابی، گسست از زندگی روزمره و آرامش پیوند خورده است. از این‌رو، نوشتار حاضر در تلاش است تا با روش کتابخانه‌ای و رویکرد توصیفی-تحلیلی، خلأ موجود در دسته‌بندی این مطالعات را شناسایی کند. در این راستا، پنج پژوهش شاخص از جمله پیمایش کمی-کیفی زائران امام هشتم شیعیان (امام رضا علیه السلام)، تحلیل عاملی تجارب در اماکن مسیحی، روش نوآورانه تصویر محور زالتمن (ZMET) در میان پروتستان‌های کره جنوبی، تجربه‌های متعالی زائران لورد (زیارتگاه حضرت مریم) و تحلیل کیفی تجربه‌های استثنایی در کامینو د سانتیگو واکاوی شده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهد که تجربه زیارتی پدیده‌ای چند لایه است که ابعادی همانند آرامش روانی، هویت‌یابی، دگرگونی وجودی را دربرمی‌گیرد. در نهایت این مقاله بر ضرورت در پیش گرفتن رویکرد چندروشی برای درک لایه‌های آگاهانه و ناخودآگاه سلامت معنوی زائران تأکید می‌کند.

کلیدواژه‌ها: تجربه معنوی، زیارت پژوهی، سلامت معنوی، روش‌شناسی کیفی، تجربه‌های استثنایی انسانی.

اطلاعات مقاله

مقاله پژوهشی

شماره:	۱
دوره:	۳
صفحه:	۵۷-۷۰
تاریخ دریافت:	۱۴۰۴/۱۱/۲۷
تاریخ ویرایش:	۱۴۰۵/۰۲/۱۷
تاریخ پذیرش:	۱۴۰۵/۰۲/۱۸
تاریخ انتشار:	۱۴۰۵/۰۲/۲۰

نحوه ارجاع به این مقاله:

شرفایی، محسن و قبولی درافشان، سید محمد صادق. (۱۴۰۴). بررسی تحلیلی روش‌ها و دستاوردهای پژوهش‌های معاصر در حوزه تجربه‌های معنوی زیارت. *الهیات و سلامت معنوی*، (۳): ۵۷-۷۰.

ناشر: دانشگاه حکیم سبزواری



نویسنده(گان) حق نشر و حقوق کامل انتشار را حفظ می‌کنند.

۱- مقدمه

زیارت در دهه‌های اخیر بار دیگر به یکی از موضوعات زنده در مطالعات دین و معنویت تبدیل شده است؛ آن هم نه صرفاً در جوامع مذهبی سنتی؛ بلکه به ویژه در اروپا و در میان طیفی که خود را ملّتزم به به دین نهادی خاصی نمی‌دانند. مطالعات نشان داده است که زیارت در دوره مدرن از قالب‌های سنتی (توبه، شفاعت‌طلبی، طلب شفا و مانند آن) فراتر رفته و با طیف متنوعی از انگیزه‌ها و انتظارات همراه شده است؛ از خودشناسی و جست‌وجوی معنا گرفته تا میل به گسست موقت از زندگی روزمره، تجربه‌های استثنایی و حتی نوعی بازآفرینی هویت. بر همین اساس، زیارت‌پژوهانی همانند کولمن و اید (۲۰۰۴) استدلال کرده‌اند که مطالعه زیارت باید فراتر از تجزیه و تحلیل آن به عنوان یک سفر مذهبی گسترش یابد. در همین راستا، برخی محققان تأکید بیشتری بر حرکت به عنوان عنصر مرکزی زیارت دارند و معتقدند که مطالعه تجربه‌های زائران و اثرات تحول‌آفرین آن‌ها ضروری است (Brumec et al., 2021). از این منظر، زیارت صرفاً رسیدن به مکان مقدس نیست؛ بلکه فرایندی است که در آن زائر در طول حرکت، در مواجهه با خود، دیگری، طبیعت، مکان‌ها، روایت‌ها و آیین‌ها دچار نوعی بازتنظیم معنوی و روانی می‌شود.

بر این اساس، ویژگی چند بعدی زیارت سبب شده است تا زیارت‌پژوهان بنا به ضرورت آن را از منظرهای مختلف و با روش‌های مختلف بررسی کنند. از این رو، مسأله اصلی این نوشتار بررسی روش‌های متنوع و یافته‌های آن‌ها در حوزه تجربه‌های معنوی زیارت است. ابتدا تلاش می‌شود برخی از این پژوهش‌ها را که در دوره معاصر بر روی زیارت انجام شده‌اند بررسی کرده و یافته‌های آن‌ها را پیش روی خوانندگان محترم قرار دهیم. اصلی‌ترین پرسش این نوشتار این است که پژوهش‌های معاصر از چه روش‌هایی برای بررسی تجربه‌های معنوی زیارت بهره برده‌اند و این روش‌ها چگونه ارزیابی می‌شوند؟ همچنین چه یافته‌هایی از این پژوهش‌ها تاکنون حاصل شده است؟

۲- پیشینه تحقیق

شایان ذکر است که در سال‌های اخیر، مجموعه‌ای از پژوهش‌های تجربی، کیفی و میان‌رشته‌ای درباره تجربه‌های معنوی زائران در سنت‌های مختلف انجام گرفته که عمده‌تاً خاستگاهشان کشورهای غربی است. این مطالعات غالباً بر تحول روان‌شناختی، تجربه‌های استثنایی انسانی، خودشناسی و تجربه‌های عرفانی متمرکز بوده‌اند. در کشور ما به ویژه در سال‌های اخیر پژوهش‌های جامعه‌شناختی در حوزه زیارت و پیاده‌روی اربعین انجام شده و به نوعی جامعه‌شناسان پیشگامان چنین مطالعاتی بوده‌اند. از میان کتاب‌ها، می‌توان به *روایت پیاده‌روی اربعین* (محمدرضا جوادی یگانه و محمد روزخوش ۱۳۹۶)، *پیاده‌روی اربعین* (محسن حسام مظاهری ۱۳۹۷)، *پیاده‌روی و زیارت اربعین* (آیت‌الله مدرسی ۱۴۰۳)، و از بین مقاله‌ها می‌توان به «تأثیر پیاده‌روی اربعین بر خودسازی زائران» (حیدری، فرهنگ زیارت، ۱۳۹۶)، «پیاده‌روی اربعین حسینی؛ جایگاه و رویکردها» (عربی، معرفت، ۱۳۹۸)، «رضایت‌مندی و زیارت: مورد مطالعه: زائران ایرانی شرکت‌کننده در پیاده‌روی اربعین عراق در سال ۱۳۹۸» (تاج‌بخش، پژوهشنامه حج و زیارت، ۱۳۹۸)، «تبیین رابطه سلامت معنوی با سلامت اجتماعی در پیاده‌روی اربعین» (احمدی بیغش، فرهنگ زیارت، ۱۴۰۲) و بسیاری آثار دیگر اشاره کرد. با این همه، هنوز یک خلأ مهم در ادبیات فارسی و حتی در بخشی از ادبیات جهانی مربوط به زیارت قابل مشاهده است: انباشت پژوهش‌ها از یک سو رو به افزایش است؛ اما از سوی دیگر تصویر روشنی از گونه‌شناسی روش‌ها، تنوع صورت‌های تجربه معنوی، الگوهای مشترک یا متفاوت پیامدها وجود ندارد. از این رو، ضرورت دارد تا طی یک مرور تحلیلی روشمند نشان دهیم که پژوهش‌های معاصر درباره تجربه معنوی زیارت چه مسیرهایی را پیموده‌اند، از چه ابزارهایی بهره گرفته و به چه نتایجی رسیده‌اند.

۳- روش

نوشتار حاضر با روش کتابخانه‌ای و رویکرد توصیفی-تحلیلی سامان یافته و به منزله نوعی فرایپژوهش، می‌کوشد برخی از مهم‌ترین مطالعات معاصر درباره تجربه‌های معنوی زیارت را با تأکید بر گوناگونی روش‌ها و نتایج، پیش روی پژوهشگران

و علاقه‌مندان حوزه زیارت و سلامت معنوی قرار دهد. بدیهی است نمونه‌های منتخب در این نوشته مشتق نمونه از خروارند و ادبیات این حوزه بسیار وسیع‌تر از آن است که در یک مقاله به تمامی پوشش داده شود؛ با این حال، انتخاب نمونه‌ها به گونه‌ای انجام شده که طیف روش‌ها و طیف تجربه‌ها تا حد ممکن نمایان شود.

۴- یافته‌ها

۴-۱- زیارت از مناسک تا معناسازی: بازتعریف معنویت در تجربه‌های زیارتی

آن گونه که در ابتدا یادآور شدیم، در دهه‌های اخیر، زیارت از یک عمل صرفاً دینی فراتر رفته و به عرصه‌ای برای مطالعه روان‌شناختی و اجتماعی تبدیل شده است. پژوهش‌های گوناگون نشان داده‌اند که نگاه نظام‌مند به زیارت، چه به مثابه سفری آیینی و چه به عنوان آیینی مستقل، می‌تواند دریچه‌ای به سوی درک عمیق‌تر از تجربه‌های انسانی بگشاید. آیین‌ها و مناسک در این میان نقش پررنگی ایفا می‌کنند؛ آن‌ها احساسات را جهت داده، ما را به وضعیت روانی متعادل نزدیک و پیوندهای اجتماعی را تقویت می‌سازند. نورتون و جینو (۲۰۱۴) در پژوهش خود نشان دادند که حتی مناسک سوگواری پس از فقدان یک عزیز، حس کنترل فرد را بازیابی می‌کند و این امر نقش آرام‌بخش مناسک را برجسته می‌سازد. نمونه‌ای دیگر، مطالعه درباره جشنواره دیوالی^۱ در هندوئیسم (۲۰۱۳) است که ارتباط میان صرف زمان در مناسک، گسترش روابط اجتماعی، ابراز احساسات و بهبود سلامت روانی را آشکار می‌کند (Warfield, 2023).

برخی پژوهشگران، بر دشواری تمایز رفتار آیینی از رفتار روزمره تأکید کرده‌اند؛ رفتاری که برای یک فرد آیین است، ممکن است برای دیگری حرکتی عادی به نظر برسد. یادن (۲۰۲۰) معتقد است که مناسک زمانی اهمیت می‌یابند که به فرآیند معناسازی یاری رسانند. در همین راستا، کول و همکارانش (۲۰۱۷) نشان داده‌اند که مناسک دینی با ایجاد آرامش درونی و تقویت کنترل نفس، هماهنگی بین فرآیندهای آگاهانه و ناآگاه را بهبود می‌بخشد و به ابزاری سازگار برای خودسامان‌گری بدل می‌شوند. این شواهد همگی بیانگر آن است که مناسک و آیین‌ها و به ویژه زیارت، فراتر از کارکردهای دینی صرف بوده و در فرآیندهای روان‌شناختی و اجتماعی نقش کلیدی از تنظیم هیجانات و کاهش اضطراب گرفته تا بازگرداندن حس کنترل و تقویت روابط اجتماعی ایفا می‌کنند (Warfield, 2023).

در پژوهش‌های معاصر روان‌شناسی دین، تمایز میان مفاهیم «دین‌داری^۲» و «معنویت^۳» موضوعی مهم و بحث‌برانگیز است (برای اطلاع بیشتر از پژوهش‌های انجام گرفته بنگرید به: Zinnbauer, et al., 2005. pp. 21-42; Shafranske, 1996; Zinnbauer et al., 1997, pp. 549-564). زینباوئر، پارگامنت^۴ و همکاران (۲۰۰۵) با هدف شفاف‌سازی مفهومی میان این دو، مطالعاتی توصیفی و همبستگی‌محور انجام داده‌اند که به ویژه کوشیدند تا به تعبیر اسپیکلا، مفهوم معنویت را از ابهام درآورند. آن‌ها در پژوهشی گسترده با مشارکت ۳۶۴ نفر نشان دادند که بیشتر افراد خود را هم معنوی و هم دینی معرفی کرده‌اند (۹۳٪ معنوی، ۷۸٪ دینی) و تنها اقلیتی کوچک این دو را کاملاً یکسان یا کاملاً جدا از هم انگاشته‌اند. چنان که حدود ۲.۶٪ دین و معنویت را کاملاً یکسان و ۶.۷٪ آن‌ها را کاملاً جدا از هم برشمردند. جالب آن که فقط ۴٪ خود را دینی اما نه معنوی و ۳٪ نه دینی و نه معنوی دانسته‌اند و عملاً گروهی با هویت «دینی ولی نه معنوی» بسیار اندک بوده است.

تحلیل پاسخ‌ها نشان داد که معنویت بیش از هر چیز با تجربه‌های درونی و شخصی پیوند دارد، در حالی که دین‌داری بیشتر با باورها و ساختارهای نهادی همراه است. این تمایز در گروه‌های ضدنهادی و جریان‌های معنوی نوظهور آشکارتر است؛ همان‌طور که دی^۵ (۱۹۹۴) و دیگر پژوهش‌های کیفی نشان داده‌اند، برخی حتی معنویت را جایگزینی برای دین

^۱. یکی از مهم‌ترین جشن‌های هندی است که به مدت پنج روز برگزار می‌شود. این جشن به عنوان آیین نور و نماد پیروزی روشنایی بر تاریکی، خیر بر شر و دانایی بر جهل محسوب می‌شود.

^۲. Religiousness

^۳. Spirituality

^۴. Zinnbauer & Pargament

^۵. Day

یا ابزاری برای نقد آن دانسته‌اند. با این حال، همپوشانی گسترده‌ای میان این دو وجود دارد: معنویت، تجربه شخصی معنا و تعالی است و دین، چهارچوبی اجتماعی برای همان تجربه‌ها را فراهم می‌کند (Hood et al., 2009).

مطالعه‌ای که هیدر ای. وارفیلد^۱ با مرور مقالات پایگاه سایکنت^۲ انجام داد، نشان می‌دهد که بیش‌تر پژوهش‌های مرتبط با روان‌شناسی زیارت، بر سلامت، بهروزی و پیامدهای تحول‌آفرین سفر زیارتی متمرکز بوده‌اند^۳. او تأکید می‌کند که این پژوهش‌ها اغلب در حوزه‌هایی غیر از روان‌شناسی (مانند جامعه‌شناسی یا مشاوره) طبقه‌بندی شده‌اند؛ نکته‌ای که با توجه به تنوع فرهنگی زیارت‌ها و نقش معنویت در بهروزی قابل درک است. پیدمانت نیز در جمع‌بندی تاریخچه انجمن روان‌شناسی دین و معنویت بر این باور است که معنویت مؤلفه‌ای اساسی در مدل‌های جامع عملکرد انسانی است و باید به آن توجه شود. او پیشنهاد می‌کند که حتی با کاهش آیین‌های سنتی، زیارت می‌تواند نشان‌دهنده ظهور معنویت تازه باشد؛ معنویت که انگیزه‌ها، ارزش‌ها، سلامت، روابط و هویت را در هم می‌آمیزد و از درون فرد سرچشمه می‌گیرد (Warfield, 2023).

به این ترتیب، زیارت در تقاطع روان‌شناسی، دین‌داری و معنویت جایگاهی ویژه دارد. این تجربه‌ها نه تنها راهی برای خودسامان‌گری و آرامش روانی‌اند؛ بلکه بستری برای بازتعریف معنویت در جهان معاصر فراهم می‌آورند و نشان می‌دهند که حتی در زمانه دگرگونی‌های فرهنگی و دینی، نیاز به جست‌وجوی معنا همچنان یکی از بنیادی‌ترین وجوه زندگی انسانی را دربردارد.

۴-۲- پژوهش میدانی زائران حرم امام رضا (ع)

در یک پژوهش میدانی گسترده که به منظور شناخت دقیق‌تر وضعیت و ویژگی‌های زائران بارگاه امام رضا (ع) طراحی و اجرا شد، ویژگی‌های زیارتی، فرهنگی و جمعیتی زائران حرم مطهر رضوی مورد بررسی کمی و کیفی قرار گرفت. این تحقیق در دو موج اجرا شد: موج اول بین سال‌های ۱۳۹۳ و ۱۳۹۴ با جامعه آماری حدود ۱۰۵۹۷ نفر و موج دوم در سال‌های ۱۳۹۶-۱۳۹۵ با جمعیتی به اندازه ۱۸۲۳۸ نفر پاسخ‌گو. روش گردآوری اطلاعات پرسش‌نامه‌ای بود و داده‌ها به صورت کمی تحلیل شده‌اند. هدف اصلی این پژوهش، ارائه تصویری جامع از ویژگی‌های فردی، خانوادگی، فرهنگی، اقتصادی، زیارتی و حتی احساسی زائران بوده است. در این تحقیق، ابعاد مختلفی همچون سن، تحصیلات، وضعیت تأهل، دفعات سفر زیارتی، نوع اقامت، انگیزه‌های زیارت و تجربه‌های معنوی زائران بررسی شده‌اند.

بر مبنای بخشی از این مطالعه که به بررسی احساسات زائران پس از انجام زیارت می‌پردازد، تصویری روشن از تجربه روانی و معنوی زائران به دست آمده است. بنا بر نتایج ارائه شده، بیش از ۷۰ درصد از پاسخ‌گویان اظهار کرده‌اند که پس از زیارت، احساس «آرامش معنوی» داشته‌اند؛ حسی که نشان می‌دهد زیارت نه تنها آیینی عبادی، بلکه تجربه‌ای درونی، روانی و عاطفی نیز است. این رقم بالا به روشنی گویای نقش عمیق زیارت در ایجاد احساسات مثبت و تثبیت ارتباطی درونی با حرم و امام رضا (ع) است.

در جزئیات یافته‌ها، ۴۳٪ از زائران احساس «سبک شدن» داشته‌اند که نشان‌دهنده نوعی رهایی روانی، کاهش اضطراب یا تخلیه‌ی عاطفی است. ۲۷٪ احساس «آرامش» را به طور مستقیم تجربه کرده‌اند که می‌تواند هم آرامش ذهنی و هم جسمی را دربر بگیرد. همچنین ۱۷٪ زائران «خشنودی» را ذکر کرده‌اند؛ احساسی که احتمالاً ناشی از تحقق یک نذر، برآورده شدن خواسته یا حس تکمیل مناسک دینی بوده است. نزدیک به ۴/۶ درصد احساس معنویت و متبرک شدن، ۳ درصد امیدواری و ۱/۶ درصد حس آمرزش گناهان را بیان کرده‌اند. در کنار این‌ها، ۱۷٪ تجربه‌ای خارج از دسته‌بندی‌های

^۱. Heather A. Warfield

^۲. PsycNet

^۳. از این میان به پنج مجله سالنامه تحقیقات گردشگری (Annals of Tourism Research)، گردشگری: مجله‌ای میان رشته‌ای بین‌المللی (Tourism: An International Interdisciplinary Journal)، مجله دین و سلامت (Journal of Religion & Health)، مدیریت گردشگری (Tourism Management)، مجله بین‌المللی تحقیقات گردشگری (International Journal of Tourism Research) می‌توان اشاره کرد.

مشخص داشته‌اند (تحت عنوان «احساسات دیگر») و ۷٪ نیز هیچ احساسی ابراز نکرده‌اند (جمعی از محققان، ۱۳۹۵-۱۳۹۶).

۳-۴ تحلیل عاملی و تجربه های زیارت

محقق به نام بوند و همکارانش (۲۰۱۵) با انجام پژوهشی با روش تحلیل عاملی^۱، تجربه‌های زائران را در اماکن مذهبی مسیحی بررسی کردند که حاصل آن به شرح زیر است: ۱. ارتباط معنوی و عاطفی که بر معانی عاطفی و شخصی تمرکز دارد. ۲. کشف چیزهای جدید در رابطه با تجربه‌های چیزهای جدید و جالب، ۳. درگیری ذهنی زائران که منعکس‌کننده تجربه شناختی یا یادگیری است، ۴. تعامل و تعلق که به چگونگی رخ دادن تجارب بازدیدکنندگان از تعامل اجتماعی و ایجاد رابطه اشاره دارد، ۵. آرامش و تجدید قوا (Baek et al., 2022).

شایان ذکر است که طی پژوهشی که در کشور کره جنوبی انجام شد و در آن داده‌ها از طریق آنلاین و با استفاده از فرم‌های گوگل گردآوری شد، با شرکت‌کنندگانی که در دو یا سه سال گذشته سفرهایی را تجربه کرده بودند از طریق یک آژانس مسافرتی و برنامه رادیویی تماس گرفته می‌شد. آژانس مسافرتی، شرکتی مسیحی و کره‌ای است که سفرهای زیادی را برای مسافران به جاهای مختلف از جمله فلسطین اشغالی، یونان، اردن، ترکیه و مصر تدارک می‌دید. شبکه رادیویی هم برنامه‌های مختلف مسیحی را در سراسر کشور کره جنوبی پخش می‌کرد. در مجموع ۲۹۳ پاسخنامه در تاریخ‌های ۱۸ تا ۲۳ اکتبر ۲۰۱۸ جمع‌آوری شد و پس از حذف پاسخنامه‌های ناقص و احیاناً پاسخنامه‌هایی که جواب‌های نادرست به سؤال داده بودند، نمونه نهایی ۲۵۷ پاسخنامه (یعنی ۸۷٫۷ درصد) مورد بررسی قرار گرفت (Beak et al., 2022).

جدول ۱. نتایج تجربه‌ها

تجربه ها	موارد
ارتباط معنوی و عاطفی	این دیدار واکنشی معنوی در من ایجاد کرد
	نسبت به برخی چیزهایی که دیدم، حس ارتباط معنوی داشتم
	احساس تعجب یا هیبت داشتم
	احساس کردم به من الهام شده است
	حس نزدیک بودن به خدا را تجربه کردم
	توانستم هاله روح دیگر زمان ها و مکان‌ها را احساس کنم
	نسبت به برخی چیزهایی که دیدم احساس ارتباط عاطفی داشتم
درگیری ذهنی	احساس کردم خوش شانسیم که بتوانم چیزهایی را ببینم که فقط درمورد آنها خوانده بودم
	یادگیری و کشف چیزهای جدید هیجان انگیز بود
	توانستم چیزهایی غیر از تجربه قبلی‌ام را تصور کنم
	از دیدن چیزهای غیرعادی لذت بردم
	توانستم با چیزهایی که دیدم و شنیدم عمیقاً ارتباط برقرار کنم
کشف چیزهای جدید	اطلاعات جالبی به دست آوردم
	جذب چیزهایی که دیدم و شنیدم یا خواندم شدم
	این دیدار باعث شد که به یاد زمان‌ها و مکان های دیگر بیفتم
	چیزهایی که دیدم برایم با معنا بود

^۱ تحلیل عاملی (Factor Analysis)، یک روش آماری پیشرفته است که برای شناسایی الگوهای پنهان در میان انبوهی از متغیرها به کار می‌رود. به زبان ساده، این روش به ما کمک می‌کند تا بفهمیم کدام متغیرها با هم همبستگی دارند و چطور می‌توان آن‌ها را در گروه‌های کوچکتری به نام عامل دسته‌بندی کرد.

تجربه‌ها	موارد
استراحت و آرامش	احساس کردم از نظر ذهنی تحریک شده‌ام
	احساس می‌کردم می‌توانم آرام شوم
	احساس کردم که از استرس‌های زندگی روزمره دور شده‌ام
	تعجب کردم که زمان چقدر زود گذشت
تعامل و تعلق	احساس تعلق یا ارتباط با افراد دیگر داشتم
	احساس می‌کردم که چیزی معنادار را با همراهم به اشتراک می‌گذارم
	برای تعامل با سایر بازدیدکنندگان آماده بودم
	از بودن افراد دیگر در اطرافم لذت می‌بردم

۴-۴ پژوهش درباره زائران پروتستان به روش زالتمن

پژوهش‌های پیشین عمدتاً مبتنی بر متن و مصاحبه بودند و از نظر روشی محدودیت‌هایی داشتند؛ زیرا نمی‌توانستند لایه‌های زیرین و ناخودآگاه تجربه زیارت را آشکار کنند. در مطالعه‌ای که سال ۲۰۱۹ به وسیله گروهی از محققان کره‌ای انجام شد، از روش نوآورانه ZMET استفاده شد؛ روشی که جرالند زالتمن آن را بنیان گذاشت. زالتمن (۱۹۹۷) استدلال می‌کرد که رفتار انسان بیانی از تفکر نهفته و ناخودآگاه است و توانایی بیان تصاویر و مرتب کردن آن‌ها امری ضروری برای فرآیندهای شناختی است. تصاویر به بازنمایی‌های عصبی اشاره دارند که از نظر توپوگرافی سازماندهی شده‌اند، آن‌ها که در قشر حسی اولیه ایجاد و از این بازنمایی‌ها است که افکار پدیدار می‌شوند. هنگامی که نوروها به اندازه کافی فعال شوند، تصاویر به عنوان افکار آگاهانه تجربه می‌شوند. زندگی در عصر تصویر^۱ که نزدیک به ۸۰ درصد از تمام ارتباطات انسانی غیرکلامی است منجر به برانگیختن افکاری می‌شود که همراه با تصاویرند.

به طور کلی، تکنیک‌های مصاحبه استخراج عکس، عکس‌ها را برای هدایت مصاحبه‌ها متمرکز و مصاحبه‌شوندگان را برای بحث در مورد تجربیات خود تحریک می‌کنند؛ زیرا عکس‌ها امکان پیوند تجربه خارجی را با ایده‌های عمیق‌تر فراهم می‌کنند. در مقایسه با سایر تکنیک‌های استخراج عکس، روش زالتمن با استفاده از تصاویر منتخب شرکت‌کنندگان در یک مصاحبه برای کشف تفکر مردم در مورد یک موضوع با استفاده از استعاره‌ها و تصاویر، درک عمیق و بنیادی تجربیات انسانی را بهتر می‌سازد؛ بنابراین آشکارسازی ناخودآگاه را تسهیل می‌کند، ادراکی که سایر رویکردها ممکن است آن را آشکار نکنند. طبق گفته واردن و چن (۲۰۰۹)، استعاره‌هایی که به طبقه‌بندی زمینه‌های مختلف دنیای واقعی کمک می‌کنند، از شکل‌دهی فعال و ایجاد اندیشه انسانی پشتیبانی و در نتیجه امکان درک جامع از محیط‌ها را فراهم می‌نمایند. روش زالتمن تکنیکی است که عکس‌های جمع‌آوری‌شده توسط پاسخ‌دهنده را با یک مکالمه دقیق و هدایت‌شده ترکیب می‌کند؛ از یک روش ترکیبی مبتنی بر رشته‌های مختلف مانند ارتباطات کلامی و غیرکلامی، انسان‌شناسی بصری و جامعه‌شناسی، نقد ادبی، نشانه‌شناسی، تصویرسازی ذهنی، علوم عصب شناختی. در نتیجه نتایجی را ارائه می‌دهد که نسبت به نتایج به دست آمده از مصاحبه‌های ساختاریافته سنتی مرتبط‌تر و قابل اعتمادترند.

این مطالعه، در چهار مرحله انجام شد: پیش از شروع، روند تنظیم موضوع مشخص شد و محققان پاسخ‌دهندگان مصاحبه را به طور دقیق راهنمایی کردند تا بتوانند تصاویری را که برای هدف مطالعه به بهترین وجه مناسب است، آماده کنند. دوم، در مرحله مصاحبه، افکار و احساسات پنهان پاسخ‌دهندگان از تصاویر تهیه شده از منابع مختلف توسط خود پاسخ‌دهندگان استخراج شد. در مرحله سوم، کلمات، عبارات و جملاتی که محتوای مصاحبه‌ها را تشکیل می‌داد کدگذاری شدند و ساختارهای شناختی تک تک پاسخ‌دهندگان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در نهایت، در مرحله چهارم، کار یافتن مفاهیم از محتوای تحلیل شده با توجه به مصاحبه‌ها و تصاویر ارائه شده توسط پاسخ‌دهندگان انجام گرفت.

¹. Visual age

شرکت کنندگان در مطالعه بر اساس معیارهای زیر برگزیده شدند: (۱) انجام یک سفر زیارتی در دو سال گذشته، (۲) اقامت در کره جنوبی، (۳) بزرگسال بالای ۱۹، (۴) پنج سال یا بیشتر جزء فرقه پروتستان باشد (۵) تمایل به شرکت در مصاحبه داشته باشند. در این مطالعه، زائران کشورهای زیارتی مورد توجه مانند فلسطین اشغالی، اردن، مصر، ترکیه و یونان به عنوان دامنه تحقیق انتخاب شدند؛ زیرا این کشورها نه تنها پر بازدیدترین مقاصد زیارتی در میان پروتستان‌های کره‌ای، بلکه نماینده محبوب‌ترین مکان‌های مقدس پروتستانی نیز بودند (Yoo & et al., 2022).

جالب آن که پس از این‌که تصاویر بنا بر توصیف‌های مصاحبه‌شوندگان مرتب شد از آن‌ها خواسته شد تا داستان مربوط به تصاویر بازسازی شده را شرح دهند. پاسخ‌دهندگان عبارات زیر را به کار بردند: از زیارت، احساس کامیابی، احساس آرامش فکری و ذهنی و تجدید ایمان به من دست داد. اکنون می‌توانم با دریافت تجربیات دینی و احساس این‌که خدا حضور دارد و با من است، منتظر الهام گرفتن از ایمان باشم. شرکت در زیارت فرصتی بود تا ایمانم را از چشم هموطنان ببینم. انتظار داشتم ایمانم را تقویت کنم. توانستم حس شجاعت، قدرت و جسارت به دست بیاورم. از این پس در برابر مشکلات ناامید نخواهم شد. من عظمت خدا را احساس می‌کنم. زیارت به دلیل لذتی که با هم داشتیم باید معنای بیشتری داشته باشد. این خاطرات منبع انرژی مثبت در زندگی من خواهند بود. من مشتاقانه منتظر دیدار خود بهیود یافته، و در حال بهبودم هستم (Yoo & et al., 2022).

سرانجام در تحلیل یافته‌های این پژوهش، کلی ارزش‌هایی که زائران بیان کرده بودند در ذیل چهار ارزش اصلی قرار گرفت: ۱. معنویت، ۲. تجربه کتاب مقدسی، ۳. وحدت عاطفی، ۴. تازگی طلبی^۱. در این میان، معنویت و دستیابی به تجربه کتاب مقدسی^۲ مهم‌ترین ارزش برای زائران بود.

غالب‌ترین موضوع شناسایی شده معنویت بود که شامل ۹ مؤلفه بود: فیض و عاطفه، عشق به صلیب، رشد ایمان، حضور خدا، کمک به حفظ ایمان، الهام از ایمان، بازگرداندن ایمان، احساس حضور عیسی و ویا دولوروسا^۳ (یا راه اندوه). در میان پاسخ‌دهندگان اجماع کامل وجود داشت که آن‌ها در طول زیارت به دنبال معنویت بودند. موضوع معنویت نشان داد که زیارت با بازسازی رابطه آن‌ها با عیسی، تأثیر شگرفی بر رشد ایمان پاسخ‌دهندگان داشت. پاسخ‌دهندگان بیان کردند که تجربه زیارتی در مکان‌های مربوط به عیسی عمیقاً آن‌ها را تحت تأثیر قرار داد و به وجد آورد و بدین ترتیب ایمان آن‌ها را تعالی بخشید، آن‌ها به دنبال نزدیکی به عیسی، جستجوی اشراق معنوی، تعمیق باور دینی و تقویت هویت دینی و خودشناسی‌اند. در برخی مکان‌های خاص، مانند ویا دولوروسا و دریای جلیل، پاسخ‌دهندگان تجربه رستگاری خود را (عمدتاً با احساسات متعالی) بیان می‌کردند؛ این‌که جوهر ایمان خود را با حمل صلیب و سوار شدن بر قایق، همان‌طور که عیسی در کتاب مقدس انجام داد، به دست آوردند. در آن لحظه، به نظر می‌رسید که اوج شادی و غم را احساس کرده‌اند و ارزش‌نهایی را که از زیارت می‌جستند، به فعلیت رسانده‌اند. برای بیشتر پاسخ‌دهندگان، زیارت زمانی از زندگی است که زائران از زندگی روزمره جدا می‌شوند تا با خدا همراه باشند: «در آن لحظه احساس کردم خدا با من بود. این تجربه‌های مذهبی واقعاً به رشد ایمان من کمک کرده است» (پاسخگوی الف). این احساس حضور خدا توسط دیگری منعکس می‌شود که تجربه حسی چندگانه خود را به اشتراک می‌گذاشت: «هنگامی که در مسیر عیسی راه می‌رفتم، فکر می‌کردم که با خداوند قدم می‌زنم. من نفس خداوند را در وزش باد احساس کردم و خداوند را در باد شدید دریای جلیل احساس کردم».

^۱ Novelty seeking

^۲ منظور از «تجربه‌های کتاب مقدسی»، جنبه‌های معنوی، عاطفی و شناختی تجربه زائران است که در ارتباط با اماکن مقدس شکل می‌گیرد. این مکان‌ها اغلب با رویدادها و شخصیت‌های کتاب مقدس پیوند دارند و زائران به امید تجربه مستقیم آن مفاهیم یا ارتباط نزدیک‌تر با خداوند به این اماکن سفر می‌کنند.

^۳ ویا دولوروسا (Via Dolorosa) نام خیابانی در بخش باستانی شهر اورشلیم است. بر طبق باور مسیحیان، مسیر این خیابان، همان راهی است که عیسی مسیح در روز مصلوب شدنش، در حالی که صلیب بر دوش داشت، پیمود و در طی این راه دچار مصائب و رنج‌های فراوانی شد.

همچنین تجربه زیارت نیز تا حدودی به مصاحبه‌شوندگان کمک کرد تا پاسخ معنای زندگی و رؤیایها و برنامه خداوند برای زندگی آن‌ها آشکار شود. ایمان پاسخ‌دهندگان از طریق دگرگونی موقت یا دائمی در نگرش زندگی آن‌ها از طریق ارتباط و اتحاد با خداوند احیا شد. برخی از پاسخ‌دهندگان از تصاویر عشق صلیب برای نشان دادن یک تجربه زیارتی به عنوان یک الهام مداوم برای به اشتراک گذاشتن معنای شخصی معنویت استفاده کردند و متعاقباً معنای خود و نقشه خدا را پیدا کردند. فراتر از استعاره به طور گسترده شناخته شده از صلیب عیسی مسیح، پاسخ‌دهندگان نه تنها تحمل سختی‌ها را به خاطر دیگران؛ بلکه فیض، محبت و برنامه خدا برای نجات بشریت را نیز درک کردند. چنان که یکی از مصاحبه‌شوندگان می‌گوید: «... تجربه ویا دولوروسا را به شدت به یاد دارم. راهی که عیسی در راه مصلوب شدن خود طی کرد. در راهی که خداوند رفت، صلیب کوچک و سبکی به دوش کشیدم که با صلیبی که خداوند حمل می‌کرد مقایسه شدنی نبود، اما ایمان قلبی‌ام چنان شدید شد که بایستی تا آخر عمر با وفاداری صلیب خود را حمل کنم»^۱ (Yoo et al., 2022).

۴-۵ تجربه‌های استثنایی در کامینو د سانتیاگو

در پژوهشی که در سال ۲۰۲۱ در مجله روان‌شناسی دین و معنویت^۲ منتشر شد، داده‌هایی از ۳۲ سفرنامه منتشر شده بین سال‌های ۲۰۰۴ تا ۲۰۱۸ گردآوری شد. موضوع اصلی پژوهش، بررسی تجربه‌های استثنایی انسانی (EHES) در میان زائران مسیر کامینو د سانتیاگو^۳ بود. این تجربه‌ها شامل ترکیبی از رویدادهای غیرمعمول در طول زیارت و اثرات تحول‌آفرین پس از آن بود. هدف پژوهش، شناسایی یک گونه‌شناسی تجربی از این تجربه‌ها و تحلیل ارتباط آن‌ها با خودشکوفایی و ارزش‌های وجودی مازلو بود. این سفرنامه‌ها شامل موارد زیر بودند:

۲۳ سفرنامه اسلوونیایی، ۶ سفرنامه ترجمه شده از زبان‌های دیگر (فرانسوی، انگلیسی، کرواتی، و ایرلندی)، ۱ سفرنامه توسط یکی از نویسندگان پژوهش اسنژانا برومتس^۴ که خود تجربه زیارت داشته است. در آخر تحلیل محتوای کیفی و کمی با نرم‌افزار QDA Miner انجام گرفت.

نتیجه این مقاله شناسایی ۹ نوع تجربه استثنایی مانند تجربه اتصال، تجربه مذهبی، و تجربه اعتماد و غیره ...، شناسایی ۸ نوع اثر تحول‌آفرین مانند وحدت و عشق، روابط قوی‌تر و کاهش وابستگی به مادیات و همسویی نتایج با نظریه خودشکوفایی مازلو و تأکید بر تقویت ارزش‌های وجودی (مانند سادگی، نوع دوستی، و خودانگیختگی) بود (Lavrič et al., 2021).

در مرحله دوم همین پژوهش، کدگذاری متن‌ها در نرم‌افزار ذکر شده انجام گردید. این مطالعه ۹ نوع تجربه استثنایی را میان زائران کامینو د سانتیاگو شناسایی کرد:

۱. تجربه اینجا و اکنون: تجربه «بودن محض» بدون حضور افکار کنترل‌گر یا درک زمان و مکان: «مدت‌ها آنجا نشستم، فقط بودم. این زمان خداست، زمان کاپروس (زمانی خارج از زمان خطی که در آن اتفاقات فوق‌العاده رخ می‌دهد). این تجربه زندگی در عشق بی‌قید خدا، عمیقاً تسلی‌بخش و رضایت‌آمیز بود».
۲. تجربه آرامش عمیق و آشتی: احساس صلح درونی پس از فرآیند خودکاوی و مواجهه با خود در طبیعت و سکوت: «در هوا ارتعاش کردم و آرامشی را احساس می‌کردم که تا آن زمان بی‌سابقه بود».
۳. تجربه اعتماد: احساس اطمینان به خدا، مسیر، یا زندگی بر اساس وقایعی که در طول زیارت رخ می‌دهد: «روح‌القدس بی‌تردید مستقیماً با من صحبت می‌کرد. پیام این بود: «دست از تلاش بردار و به خدا، جهان و راه او اعتماد

¹ Yoo, Jaeho, Yunseon Choe & Gyehee Leea, "Exploring pilgrimage value by ZMET: The mind of Christian pilgrims", Annals of Tourism Research, p. 9-11.

² Psychology of Religion and Spirituality

^۳ زیارتگاه یعقوب پسر زبیدی از حواریون عیسی مسیح است.

⁴ Snežana Brumec

- کن تا آنچه نیاز داری را برایت فراهم کند.» شایان ذکر است که در اینجا دست از تلاش برداشتن به معنای توقف کامل فعالیت نیست، بلکه تغییر نگرش و رها کردن بار روانی ناشی از نگرانی و کنترل کردن افراطی امور است.
۴. تجربه اتصال: احساس یکپارچگی با کل کیهان، همراه با درک یک نیروی وحدتبخش جهانی که شادی را برمی‌انگیزد: «اتصال واقعی‌ای با دیگران، خودم و جهان وجود داشت. زندگی در کامینو هم ملموس و هم متعالی بود».
۵. تجربه همزمانی معنادار: روبه‌رو شدن تصادفی با افراد یا رویدادهایی که وضعیت درونی زائر را بازتاب می‌دهند: «احساس می‌کردم ما یک نفریم... عادات، افکار و تجربه‌هایمان در مسیر به طرز باورنکردنی مشابه بود».
۶. تجربه پالایشی (تخلیه روانی)^۱: رهایی عاطفی شدید، اغلب با گریه‌های غیرمنتظره که به پاکسازی روحی و جسمی منجر می‌شود: «وقتی گروه گر در کلیسا سرود «نزدیک‌تر، خدای من، به تو را خواند، بدنم از شادی غرق شد و نتوانستم اشک‌هایم را کنترل کنم».
۷. تجربه بینش: آگاهی ناگهانی از ماهیت یک مسئله مهم بدون تفکر آگاهانه: «کل سفر کامینو آماده‌سازی من برای این لحظه بود: رها کردن خودخواهی و گشودن درها به روی تقدیر».
۸. تجربه مذهبی: ارتباط مستقیم با خدا یا یک موجود ماورایی، همراه با احساس لذت و شکرگزاری: «احساس کردم در هوا ارتعاش می‌کنم، آرامشی چنان ژرف را تجربه می‌کردم که تا آن لحظه در زندگی‌ام بی‌سابقه بود».
۹. تجربه رویای شهودی: درک رویدادهای گذشته یا آینده از طریق رویا یا شهود، بدون استفاده از حواس فیزیکی: «در رویا، خودم را در قرن هشتم دیدم... گویی در زمان به عقب و جلو سفر می‌کردم» (Lavrič et al., 2021).

۴-۶ تجربه‌های متعالی زائران لورد به روش کیفی

در سال ۲۰۲۱ مقاله‌ای با عنوان «تجربه‌های متعالی در میان زائران لورد: یک پژوهش کیفی» در مجله دین و سلامت^۲ منتشر شد که هدف آن بررسی تجربه‌های متعالی زائران در لورد فرانسه بود. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته، مصاحبه‌های جفتی (۶ نفر) و ۵ گروه کانونی (۲۵ نفر) با مشارکت ۶۷ زائر جمع‌آوری شد. شرکت‌کنندگان شامل بیماران تحت حمایت، داوطلبان جوان، کادر پزشکی، روحانیون و همراهان بیماران بودند. پژوهش در ژوئن ۲۰۱۷ به مدت ۸ روز در شهر لورد انجام شد و مصاحبه‌ها در مکان‌های مختلفی مانند نیمکت‌های کنار رودخانه، هتل‌ها، تخت‌های بیمارستانی و دفتر پزشکی لورد انجام گرفت.

نمونه‌گیری‌ها به صورت هدفمند و با هماهنگی قبلی با سه گروه بزرگ زائران انگلیسی زبان (از لندن، یک فرقه کاتولیک بریتانیایی و یک گروه کوچک اروپایی) انجام گرفت. برخی مصاحبه‌ها نیز به صورت فرصت محور با زائران حاضر در مراسم یا خدمات پزشکی جمع‌آوری شدند. سؤالات مصاحبه حول محور انگیزه‌های سفر، تجربه‌های خاص، تغییرات فردی و ویژگی‌های منحصربه‌فرد لورد طراحی شده بودند.

داده‌ها با نرم‌افزار اطلس تی.آی.^۳ و روش تحلیل تماتیک بررسی شدند. ابتدا کدهای استقرایی از طریق مطالعه مکرر مصاحبه‌ها استخراج، سپس کدهای پیش‌بینی بر اساس سؤالات تحقیق اضافه گردید. پس از اصلاح چارچوب کدگذاری در تیم تحقیق، تمام داده‌ها با این چارچوب نهایی کدگذاری شد. سرانجام، دو درون‌مایه اصلی شناسایی شد: ارتباط با مریم مقدس/ خدا و تجربه‌های ماورایی غیرقابل توصیف (Rahtz et al., 2021). این مطالعه نشان داد که زیارت لورد محل تجربه‌هایی مانند ارتباط الوهی، شفا، تجربه‌های ماورایی، آرامش، معنویت تجسیدی شده و لحظه‌ای است.

۴-۷ ارزیابی پژوهش‌ها

بررسی پنج پژوهش منتخب نشان می‌دهد که مطالعات معاصر درباره تجربه‌های معنوی زیارت، از حیث روش‌شناسی و سطح تحلیل و بررسی، تنوع قابل توجهی دارند؛ اما، هر کدام از این پژوهش‌ها در کنار دستاوردهای مهم، با محدودیت‌هایی

¹. Cathartic experience

². Journal of Religion and Health

³. Atlas.ti

نیز روبه‌رواند که توجه به آن‌ها برای پیشبرد پژوهش‌های آینده ضروری است. ارزیابی این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که حوزه زیارت‌پژوهی در حال گذار از توصیف‌های کلی و هنجاری به سمت تحلیل‌های تجربی، چندروشی و میان‌رشته‌ای است.

پژوهش میدانی در زائران حرم امام رضا (ع) از حیث وسعت نمونه و تکیه آن به داده‌های کمی گسترده اهمیت ویژه‌ای دارد. حجم بالای پاسخ‌دهندگان، امکان تعمیم نسبی یافته‌ها را فراهم کرده و نشان داده است که تجربه زیارت برای بخش مهمی از زائران با احساس آرامش، سبک‌شدن، خشنودی و امید همراه است. محدودیت اصلی این پژوهش آن است که تجربه معنوی را عمدتاً در قالب پاسخ‌های از پیش تعریف شده و قابل سنجش بازنمایی کرده و بنابراین، لایه‌های عمیق‌تر، روایت‌مند و تفسیری تجربه زیارت کمتر در آن آشکار شده است؛ بنابراین، گرچه این پژوهش برای ترسیم الگوهای عمومی بسیار مفید است، اما برای فهم معنای زیارت در سطح درونی و تجربه زیسته زائران، به روش‌های کیفی نیاز دارد.

پژوهش مبتنی بر تحلیل عاملی در اماکن مسیحی نیز از آن جهت اهمیت دارد که تلاش کرده است تا تجربه زیارت را از حالت توصیف‌های پراکنده خارج کرده و به صورت ابعاد یا عامل‌های ساختاری صورت‌بندی کند. شناسایی ویژگی‌هایی چون ارتباط معنوی، کشف امور جدید، درگیری شناختی، تعامل اجتماعی و آرامش، نشان می‌دهد که تجربه زیارت پدیده‌ای تک بعدی نیست. با وجود این، اتکای این پژوهش به ابزارهای پرسشنامه‌ای و آماری موجب می‌شود که بخشی از پیچیدگی تجربه زیارت، به ویژه جنبه‌های نمادین، عاطفی و زمینه‌مند آن، در حاشیه قرار گیرد. به بیان دیگر، این پژوهش برای مدل‌سازی ابعاد تجربه مفید است، اما برای فهم عمق معنایی تجربه زیارت کافی نیست.

در پژوهش زالتمن در بین پروتستان‌های کره جنوبی، مهم‌ترین دستاورد در آشکارسازی لایه‌های ناخودآگاه و استعاری تجربه زیارت است. این روش نسبت به شیوه‌های سنتی مصاحبه، ظرفیت بیشتری برای دسترسی به معناهای پنهان و غیرمستقیم دارد و نشان می‌دهد که زیارت می‌تواند با مفاهیمی چون فیض، حضور خدا، عشق به صلیب و بازسازی ایمان پیوند داشته باشد. مزیت مهم این پژوهش، توجه به ابعاد ناخودآگاه و غیرزبانی تجربه است؛ با وجود این، پیچیدگی روش، محدودیت در حجم نمونه و دشواری تعمیم نتایج، از نقاط ضعف آن محسوب می‌شود. افزون بر این، تفسیر داده‌های تصویری تا حد زیادی به مهارت پژوهشگر وابسته است و این امر امکان مداخله تفسیری را افزایش خواهد داد.

پژوهش درباره زائران لورد با بهره‌گیری از مصاحبه و تحلیل تماتیک (درون مایه‌ای)، از نظر عمق‌یابی در تجربه‌های زیسته و معنادار قابل توجه است. این پژوهش توانسته است تا مفاهیمی مانند ارتباط با مریم مقدس یا خدا، تجربه‌های ماورایی، شفا و آرامش را با دقت بیشتری شکل دهد. ارزش اصلی این مطالعه در آن است که به جای تقلیل تجربه زیارتی به شاخص‌های کمی، باید به روایت‌های شخصی و تجربه زیسته توجه کرد. با وجود این، حجم محدود نمونه و وابستگی تحلیل به چارچوب کدگذاری پژوهشگران، امکان تعمیم‌پذیری را کاهش داده و در برخی موارد نیز خطر برجسته‌سازی برخی تفسیرها را به همراه دارد.

پژوهش تحلیلی درباره کامینو د سانتیاگو نیز از نگاه بهره‌گیری از سفرنامه‌ها و روایت‌های طبیعی زیارتی بسیار ارزشمند است؛ زیرا به جای تولید داده در موقعیت میدانی یا پرسش‌نامه‌ای، به متونی مراجعه کرده که خود حامل تجربه زیسته‌اند. این ویژگی، اصالت و غنای معنایی داده‌ها را افزایش داده است. با وجود این، تکیه کامل بر سفرنامه‌های منتشرشده، خطر سوگیری را به دنبال دارد؛ زیرا تنها روایت‌هایی در دسترس‌اند که نوشته و منتشر شده‌اند، نه لزوماً همه تجربه‌های واقعی زائران. افزون بر این، سفرنامه‌ها معمولاً بازنمایی گزینشی و ادبی از تجربه‌هایند و نمی‌توان آن‌ها را عین تجربه زیسته زائران دانست.

۵- نتیجه‌گیری

با نگاهی به پژوهش‌های انجام شده می‌توان گفت که زیارت در دوره مدرن از یک عمل مناسکی صرف به یک فراینده پیچیده معناسازی تبدیل شده است. تحلیل سنت‌های مختلف زیارتی، از حرم امام رضا (ع) در مشهد تا مسیرهای طولانی

کامینو دِ سانتیاگو و مکان‌های شفاعت‌بخش لورد، حکایت از آن دارد که تجربه زیارتی پدیده‌ای چندساحتی است که نمی‌توان آن را تنها با یک ابزار پژوهشی واحد مورد بررسی قرار داد.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که به‌رغم تفاوت در جغرافیا و سنت‌های دینی، الگوهای مشترکی در پیامدهای زیارت وجود دارد. احساس «آرامش معنوی» که در بیش از ۷۰ درصد زائران حرم رضوی مشاهده شد، با تجربه آرامش عمیق و آشتی در زائران سانتیاگو و ارتباط الوهی در لورد همسویی کامل دارد. این اشتراک نشان‌دهنده آن است که زیارت، فارغ از تعلقات مذهبی، به عنوان یک مکانیسم خودسامان‌گری عمل می‌کند که از طریق آن، فرد موفق به بازتنظیم هیجان‌ها، کاهش اضطراب و بازیابی حس کنترل بر زندگی می‌شود.

از سوی دیگر، بررسی تجربه‌های معنوی زیارت بایستی چندروشی باشد؛ زیرا تجربه زیارتی پدیده‌ای چندلایه، درهم‌تنیده از عناصر عاطفی، جسمانی، روایی و حتی ناخودآگاه است. پژوهش‌هایی همچون تحلیل سفرنامه‌ها در کامینو دِ سانتیاگو با اتکا بر روش‌های کیفی-کمی و کدگذاری متون، مصاحبه‌ها و تحلیل تماتیک تجربه‌های زائران لورد، پیمایش‌های بزرگ‌مقیاس درباره زائران امام رضا (ع)، و نیز رویکردهای نوآورانه‌ای چون روش زالتمن در میان پروتستان‌های کره‌ای، حکایت‌گر آن است که هر روش تنها بخشی از واقعیت این تجربه‌ها را آشکار می‌کند: روش‌های متنی و مصاحبه‌ای عمق معنوی و روایت‌محور زیارت را برجسته می‌کنند، روش‌های کمی امکان تعمیم و ترسیم الگوهای آماری را فراهم می‌سازند و روش‌های تصویرمحور مانند زالتمن لایه‌های ناخودآگاه و استعاره‌ی تجربه را آشکار می‌کنند؛ در کنار این‌ها، مدل‌های نظری مانند طبقه‌بندی نیز چارچوب‌های تحلیلی برای سامان‌دادن به این داده‌های گوناگون را فراهم می‌سازند.

در آخر، با توجه به خلأهای موجود در ادبیات پژوهشی داخلی، پیشنهاد می‌شود محققان حوزه سلامت معنوی در ایران، با بهره‌گیری از روش‌های نوآورانه (مانند زالتمن یا تحلیل پدیدارشناختی سفرنامه‌ها)، به واکاوی تجربه‌های عمیق در مناسکی همچون پیاده‌روی اربعین یا آیین زیارت بپردازند. همچنین درک لایه‌های ناگفته و تصویری تجربه معنوی می‌تواند به طراحی مداخلات روان‌شناختی معنویت‌محور و بهبود کیفیت خدمات در اماکن زیارتی یاری رساند.

۶- منابع

جمعی از پژوهشگران، (۱۳۹۵-۱۳۹۶). طرح پژوهشی ویژگی‌های زیارتی، فرهنگی و اجتماعی زائران حرم مطهر رضوی. مشهد: معاونت تبلیغات آستان قدس رضوی.

- A Group of Researchers. (2016–2017). Research Project on the Pilgrimage, Cultural, and Social Characteristics of the Pilgrims of the Holy Shrine of Imam Reza. Mashhad: Mo'avenat-e Tablighat-e Āstān-e Qods-e Razavī. {In Persian}
- Baek, K., & et al. (2022). The effects of pilgrimage on the meaning in life and life satisfaction as moderated by the tourist's faith maturity. *Sustainability*, 14(2891), 1–20. Doi: 10.3390/su14052891
- Hood, R. W., Jr., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). *The psychology of religion: An empirical approach* (4th ed.). Guilford Press.
- Lavrič, M., Brumec S. & Naterer, A. (2021). Exceptional human experiences among pilgrims on the Camino de Santiago: A study of self-reported experiences and transformative aftereffects. *International Journal of Transpersonal Studies*, 40(2), 1–13. Doi:10.24972/ijts.2021.40.2.75
- Rahitz, E., Warber, S. L., Goldingay, S., & Dieppe, P. (2021). Transcendent experiences among pilgrims to Lourdes: A qualitative investigation. *Journal of Religion and Health*, 60(6), 3789–3808. Doi:10.1007/s10943-021-01306-6
- Shafraanske, E. P. (1996). *Religion and the clinical practice of psychology*. American Psychological Association.
- Warfield, H. A. (2023). Psychology perspectives on pilgrimage. In *Multidisciplinary perspectives on pilgrimage*. Peter Lang Group AG.
- Yoo, Jaeho & Yunseon Choe & Gyehee Leea. (2022). "Exploring pilgrimage value by ZMET: The mind of Christian pilgrims", *Annals of Tourism Research*. Vol.96. Doi:10.1016/j.annals.2022.103466
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. Guilford Press.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., & Kadar, J. L. (1997). Religion and spirituality: Unfuzzifying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(4), 549–564.