

نقش معنویت بر سلامت خانواده با تاکید بر نقش زن

فاطمه عبد خدایی

خدیدجه ازمل

الهه مصطفوی آرام

چکیده:

تاثیر معنویت بر روی سلامت روان خانواده یکی از مهم ترین موضوعات تربیتی و دینی در اسلام است. مطالعه منابع اسلامی نشان می دهد که برای داشتن خانواده ای سعادتمند و رستگار، راهکار های ارزشمندی ارائه شده است. از جمله می توان به تقویت عزت نفس، صداقت، پرهیزگاری و... اشاره کرد که با پرورش معنویت و روحیه ی دینی امکان پذیر است. مطالعه پیش رو با هدف تبیین کارکردهای تاثیر معنویت بر نظام خانواده از منظر قرآن و روایات صورت گرفته است. بررسی هانشان می دهد اسلام راهبردهای بیشماری ترسیم کرده است، که خانواده می تواند با استفاده از آنها به سلامت روان و معنویت برسند. زن به لحاظ داشتن سلامت رأی و درستی نگاه و کیفیت پای بندی درونی اش به عقاید اسلامی و التزام خارجی اش در شکل عمل و تحمل رنج ها و مشقت ها و سختی های زندگی و هم چنین داشتن روحیه صبر و بردباری و قدرت بر رویایی با مشکلات بزرگ قدرت و توانایی لازم را در جهت هدایت خانواده و حفظ و تربیت پایه های معنوی خانواده را داراست؛ لذا هدف از این پژوهش تبیین نقش معنویت بر سلامت خانواده و ارائه راه کارهای عملی برای ارتقاء معنویت افراد خانواده می باشد. روش تحقیق توصیفی - تحلیلی و در سه محور ارائه گردیده است. محور شامل انسان و معنویت و محور دوم با عنوان زن و معنویت به بررسی عناصر ویژگی های شخصیتی زن از جمله داشتن روحیه کمال طلبی و تقوا، سرمایه های بالقوه زن در رسیدن به مقامات معنوی و محور سوم به بررسی نقش مادر در زندگی کودک می پردازد.

کلمات کلیدی: معنویت، خانواده، سلامت، شخصیت، زن، متعالی

مقدمه:

یکی از نیازهای اساسی خانواده در کنار نیازهای مادی، نیازهای معنوی است که باید به شکلی صحیح و آگاهانه تأمین گردد. چون زن رکن اساسی در تربیت و هدایت خانواده است و کلید رموز عاطفه و محبت و از خود گذشتگی به دست او سپرده شده، بنابراین در تأمین نیازهای معنوی خانواده و ارتقاء سطح معنویت آنها نقش اساسی داد. زن به لحاظ داشتن سلامت رأی و درستی نگاه و کیفیت پای بندی درونی اش به عقاید اسلامی و التزام خارجی اش در شکل عمل و تحمل رنج ها و مشقت ها و سختی های زندگی و هم چنین داشتن روحیه صبر و بردباری و قدرت بر رویایی با مشکلات بزرگ، قدرت و توانایی لازم را در جهت هدایت خانواده حفظ و تقویت پایه های معنوی خانواده را داراست بنابراین زن در این عرصه نقش اساسی ایفاء می کند. لذا بررسی نقش زن در این عرصه ضروری است.

در زمینه تهیه پیشینه تحقیق به کتابخانه های مختلفی مراجعه گردید در اکثر این منابع نقش های مختلف زن در عرصه سیاست، اقتصاد، اخلاق، تربیت و نقش های اجتماعی و فرهنگی او در اجتماع و خانواده مورد ارزیابی قرار گرفته اما در این پژوهش سعی شده بیشتر شخصیت معنوی زن و نقش هدایتی و معنوی او در خانواده بررسی گردد و راهکارهای عملی که یک زن به عنوان یک مادر و همسر مسلمان و مسئول برای ارتقاء معنویت همسر و فرزندش انجام می دهد بیان گردد.

کتاب:

کتاب زن در آئینه جلال و جمال آیت الله جوادی آملی:

این کتاب ارزشمند در پنج بخش تقسیم شده که به شناسایی و معرفی زن در کتاب الهی قرآن مجید اشاره دارد و با استناد به دلایل قرآنی و تفسیر آیات همه مسائل را روشن ساخته و پیرامون این مسئله که زن و مرد در شخصیت متفاوت نیستند، چنین استدلال می کند که براساس آموزش های دینی، اصالت با روح آدمی است نه با بدن تمام حقیقت انسان روح اوست؛ اگر چه بدن نیز ضرورت دارد، روح مجرد است و مذکر و مونث ندارد.

پایان نامه

۱. نقش تربیتی زن از دیدگاه پیامبر اسلام (ص)، اکرم محسنی:

در این تحقیق نقش زن از دیدگاه پیامبر اسلام (ص) مورد بررسی قرار گرفته است این تحقیق در پنج فصل ارائه گردیده، فصل اول: کلیات، فصل دوم: پیشینه، فصل سوم: تربیت و خلقت انسان که به انواع تربیت، تربیت از دیدگاه های مختلف و از نظر جامعه شناسان و روان شناسان و اسلام و هم چنین به مبحث تربیت پذیری انسان پرداخته، فصل

چهارم: زن در مسیر تاریخ را مورد بررسی قرار داده زن در ادیان الهی و در جوامع گذشته و در میان اعراب و جاهلیت و در فصل پنجم، زن در دیدگاه پیامبر اسلام را مورد بررسی قرار داده این که پیامبر چه ارزشی برای زن قائل است و با همسران خود چگونه برخورد می کرد.

۲. بررسی عوامل رشد در قرآن و حدیث، سید جلال دهقانی:

در این پایان نامه به مفهوم شد در قرآن پرداخته شده در این رساله بیان شده است که براساس آیات و روایات معصومین (ع) عوامل و موانعی وجود دارند که هر کدام از آنها می توانند در میدان رشد معنوی انسان تأثیر گذاری باشند، قرآن کریم به عواملی چون علم، ایمان و عمل صالح اشاره می کند و خود پرستی، حب دنیا، و غفلت را از موانع رشد می داند.

اسلام دین جامع و کاملی است که برای حمایت بشر برنامه هایی را ارائه داده است که مهمترین آن برنامه ها در قالب خانواده اجراء میشود. از این رو این نوشتار با هدف تبیین نقش معنویت بر نظام سلامت خانواده از نظر اسلام و به روش کتابخانه ای و توصیفی نوشته شده است و اهمیت سلامت خانواده از منظر اسلام در آن نشان داده شده است.

براساس آموزه های دینی، نهاد خانواده به عنوان مهمترین نهاد و سازمان اجتماعی به شمار میرود به طوریکه هیچ جامعه ای سالم نخواهد ماند؛ مگر اینکه دارای خانواده های سالم باشد این بنای بسیار مقدس همواره منشا فرهنگ ها، تمدن ها و تاریخ بشر بوده است و نقش اساسی در تعالی یا افول جوامع داشته و دارد.

پیامبر اسلام صلی الله علیه وآله میفرماید: «در اسلام هیچ نهادی محبوب تر و عزیز تر از تشکیل خانواده در نزد خداوند بنا نشده است.» اسلام بیشترین تاکید را به تکریم و تعالی خانواده دارد و این بنای مقدس را مهد مودت و رحمت می شمرد. خداوند در قرآن کریم می فرماید: «وَمِنْ آيَاتِهِ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوْا اِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً.» (روم ۲۱/۱) یکی از روشن ترین جلوه گاه های مودت و رحمت، جامعه کوچک خانواده است؛ چون زن و شوهر در محبت و مودت ملازم یکدیگرند و این دو باهم مخصوصاً زن فرزندان کوچک تر را رحم میکنند

انسان و معنویت

معنای لغوی معنویت

«معنویت مصدر جعلی است به معنای معنوی بودن، معنوی منسوب به معنی و مقابل لفظ می باشد، باطنی و روحانی مقابل مادی و مقابل صوری و ظاهری است، معنایی که فقط به وسیله قلب شناخته می شود».^۱

صاح در معنای معنوی می گوید: «امور غیر مادی که با قوای روحانی و فکر و اندیشه انسان سرو کار دارد را معنوی می گویند. المعنوی، ما يتصل بالذهن و التفكير كفكره الحق او الواجب يقابل المادی».^۲

پس مفهوم و مضمون لفظ را از این جهت معنی می گویند که با فکر و اندیشه سر و کار دارد و درک می شود.

معنای اصطلاحی معنویت

«معنوی منسوب به معنی است و آن چه را که لفظ و زبان در آن بهره و حظی ندارد و به وسیله قلب شناخته می شود را معنی می گویند و لذا به تعبیر و تأویل که در مقابل لفظ است معنی گفته می شود. آن چه که با حواس ظاهر قابل درک نیست را معنی گویند و لذا به اوصاف پسندیده انسان مثل علم و تقوی و اخلاق نیکو و کرم معانی اطلاق می شود».^۳

استاد شهید مطهری معنویات را چیزهایی دانسته است که «ما فوق حد حیوانیت»^۴ «و یکی از تفاوت های انسان و حیوان به معنای ارزش های انسانی»^۵ یا «گرایش های مقدس و گرایش هایی به حقایق عام، شامل، ماورای مادی و فوق حیوانی است».^۶

«در باب معنای معنویت توجه به این نکته اساسی ضروری است، معنویت یک مفهوم اعتباری است و مفاهیم اعتباری، دارای تعریف منطقی جامع و مانع نخواهد بود؛ چرا که این مفاهیم دارای ماهیت نیستند تا بتوان از آن ها تعریفی حقیقی ارائه کرد. به عبارت دیگر، مفاهیمی از قبیل معنویت که به امور غیر مادی، غیر محسوس، یا امور معقول تعلق

^۱. علی اکبر دهخدا، همان، ج ۳، ص ۳۷۹۶

^۲. اسماعیل بنی حماد جوهری، همان، ص ۱۷۱

^۳. یعقوب برزگر شانی، بحران معنویت و راه کارهای هدایتی قرآن، مشهد: ضریح آفتاب، ۱۳۸۶، ص ۲۵

^۴. مرتضی مطهری، انسان کامل، چ ۱۰، تهران: صدرا، ۱۳۷۳، ص ۴۸

^۵. همان، تعلیم و تربیت در اسلام، چ ۴۶، تهران: صدرا، ۱۳۸۵، ص ۲۳۱

^۶. همان، مجموعه آثار، ج ۳، چ ۵، تهران: صدرا، ۱۳۷۵، ص ۴۹۱

دارد، تعریف منطقی ندارد و معمولاً با ذکر مصادیق و مثال‌ها آن مفهوم توضیح داده می‌شود.^۱

لیکن به ناچار باید تعریفی و لو نسبی از آن ارائه کرد تا بتوان مفهوم آن را تا حد ممکن روشن نمود.

«معنویت یکی از ارزش‌های غیر مادی است که در عالم طبیعت اختصاص به انسان دارد و شخصیت اصلی انسان

در گرو همین ارزش‌های غیر مادی است».^۲

«آن چه انسان را از سایر موجودات متمایز می‌کند، همین ارزش‌های غیر مادی و حالات درونی روحی و نفسانی اوست. صورت و عامل اصلی شاکله شخصیت انسانی معنا و معنویت است. تلاش و کوشش همه انبیاء و اندیشمندان الهی در طول تاریخ ترسیم خطوط معنویت و ارائه صراط مستقیم برای رسیدن به سر سلسله معنویت الله بوده است؛ اما در این میان عواملی چند هم چون غفلت، جهل، نادانی، مادیت، دنیا گرایی مانع از قرار گرفتن در مسیر معنویت و رسیدن به قرب الهی می‌باشد. لذا با وجود این عوامل و تعارض ظاهری که بین مادیت و معنویت انسان وجود دارد لازم می‌باشد دستور العمل‌هایی ارائه گردد تا غفلت و نادانی انسان و تعارض بین مادیت و معنویت را حل کند و نوعی ارتباط منطقی بین مادیت و معنویت او ایجاد نماید».^۳

«چنین دستورالعمل‌هایی تنها از ناحیه خداوند و معصومین (علیهم السلام) برای حل مشکل بین مادیت و معنویت کارساز خواهد بود. آن چه از قرآن و احادیث به دست می‌آید این است که معنویت انسان شامل آن دسته از ارزش‌های واقعی است که تنها مربوط به حوزه اعمالی و رفتاری او می‌باشد».^۴

«معنویت برآیند مجموعه‌ای اعمال و رفتار و عبادات با منشأ اعتقاد به خدا و توکل و توسل بر او اطاعت از اوامر و پرهیز از نواهی حق تعالی است. معنویت احساس عمیق، شورانگیز، عاشقانه و برانگیزاننده است که فداکاری، ایثار و تلاش و مجاهدت در راه خدا و سعادت بشریت، ره آورده‌ای با ارزش آن می‌باشد».^۵

انسان هم در زندگی فردی و هم در زندگی اجتماعی محتاج معنویت است که برآیند مجموعه اعمال و عبادات او می‌باشد و هم چنین محتاج ارزش‌های معنی چون زهد، تقوا، صداقت، کرامت، انسانیت و ... سایر فضایل انسانی می‌باشد.

^۱ محمد علی بزرگونی، معنویت نیاز پایای انسان و رمز ماندگاری جوامع انسانی (مجموعه مقالات معنویت در مکتب امیرمومنان(ع))، بی‌جا، بلاغ، ۱۳۸۱، ص ۷۹

^۲ بهزاد مرتضایی، زهد علی سرچشمه اصلی معنویت علی (ع)، (مجموعه مقالات معنویت در مکتب امیرمومنان(ع))، بی‌جا، بلاغ، ۱۳۸۱، ص ۱۷۳

^۳ علی ابوالفضل، اهمیت خط مشی فرهنگی برای حفظ و گسترش معنویت در زندگی عصر صنعتی، (مجموعه مقالات معنویت در مکتب امیرمومنان(ع))، بی‌جا، بلاغ، ۱۳۸۱، ص ۳۳

^۴ بهزاد مرتضایی، همان، ۱۷۳

^۵ معاونت فرهنگی اداره فرهنگ سازمانی، همان، ص ۷

حرام و ناشایست، چه کم و چه زیاد قرار ندهی، در خوردنی های حلال هم میانه روی را رعایت کنی و از اندازه ای که برای تقویت جسمی لازم است به حد اسارت و پستی و خواری و سستی نکشانی و کاری نکنی که باعث از دست دادن متانت، مردانگی تو شود.^۱»

«لذا ثمره حرام خواری نزدیک شدن به گناه و غلطیدن در ورطه آن می باشد. گفته اند هر که چهل روز غذای شبهه ناک خورد، دل وی تاریک شود و زنگار گیرد و هم چنین گفته شده است هر که حرام خورد هفت اندام وی در معصیت افتد، به ناچار چه بخواد چه نخواهد و هر که حلال خورد همه اندام وی به طاعت و عبادت بود، چه بخواد چه نخواهد و توفیق خیر بر او پیوسته خواهد بود.^۲»

از این روی، به دلیل آثار روحی و روانی غذای حرام و شبهه ناک و هم چنین به جهت اهمیتی که اسلام و دانشمندان اسلامی برای آثار تربیتی و اخلاقی تغذیه انسان قائلند. تعالیم اسلامی به دوران جنینی و شیر خواری توجه داشته و مراعات برخی نکات را از ناحیه مادری در زمینه تغذیه کودک در راه تربیت مناسب طفل ضروری دانسته اند که رعایت اصول و آداب تغذیه از ناحیه مادر بر پرورش شخصیت انسانی و معنوی کودک بسیار حائز اهمیت است.

«بر اساس تحقیقات علمی دانشمندان جنین شناس و روان شناس کودک، نقش زن در تولید و پرورش انسان قابل مقایسه با نقش مرد نیست؛ زیرا اگر چه انعقاد نطفه کودک با ترکیب آب مرد و زن آغاز می شود اما پس از تکوین نطفه، پرورش آن برعهده زن است، چرا که در دوران حمل سلول تخم و جنین که از راه بند ناف به مادر مرتبط است از یک سو از شیر جان مادر تغذیه می شود و از سوی دیگر تحت تأثیر حالات مثبت یا منفی روحی، عاطفی، اخلاقی، رفتاری مادر قرار می گیرد. کودک عضو رسمی بدن مادر نیست، اما به هر حال از خون مادر و غذای او تغذیه می کند و پرورش می یابد.^۳»

«کودک به وسیله لوله ای به نام ناف با مادر مرتبط است و از خون او به طور مستقیم تغذیه می کند.^۴»

بنابراین تغذیه یک زن باردار باید به گونه ای غنی و کامل و حلال و پاک باشد که از یک طرف احتیاجات روحی و جسمی بدن خودش را تأمین کند. و از طرف دیگر مواد غذایی و مصالح ساختمانی جسم روح و روان کودک را که بسیار پیچیده و متنوع است در اختیارش قرار بدهد. تا آن کودک معصوم بتواند به خوبی هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی پرورش یابد و نیروهای درونی اش را آشکار سازد.

^۱ زین العابدین دست داده، همان، ص ۳۷

^۲ همان، همان جا

^۳ ابراهیم امینی، همان، ص ۳۶

^۴ علی قائمی، همان، ص ۶۲

«بنابراین هر گاه غذای مادر، ناپاک، غیر حلال و فاسد باشد، نمی توان انتظار داشت که از وی نطفه ای پاکیزه و شایسته به وجود آید، به همین سبب کودک آینده نیز ناپاک و ناشایست خواهد بود. حضرت سید الشهداء (علیه السلام) در روز عاشورا لشکریان دشمن را هفده بار قسم دادند و مطالبی فرمودند ولی در پایان آنان گفتند: ما آن چه تو گفتی شنیدیم، ولی هم چنان مصمم هستیم که تو را بکشیم. امام خطاب به آنان فرمود: شما چنین سنگ دل و گریخته از دین نشوید مگر بعد از آن که شکم هایتان از غذای حرام پرده شده»^۱

«آری آن گاه که شکم از حرام پر شود، روح و فطرت او هرگز تسلیم امرخیر نخواهد شد و طبیعی است که از نطفه چنین کسانی جز افراد شرور متولد نمی گردند»^۲

لذا دین مبین اسلام برای دوران جنینی و شیرخوارگی و حتی دوران بعد از شیرخوارگی به مادران در تناول و تهیه خوراکی های حلال و پاک تشویق می نماید: زیرا غذای حرام حتی اگر به اندازه کمی هم باشد بر دوری کودک اثر منفی خواهد گذاشت. فرزندی که گوشت و پوست و استخوانش از مال حرام ساخته شده است کمتر می تواند با خوبی ها گرایش پیدا کند. و همواره به دنبال بذرها و پستی ها خواهد بود.

«بر عکس کودکی که در رحم مادر از غذای حلال تناول کرده و بعد از تولید نیز از خوردن حرام باز داشته شده باشد بیشتر به خوبی ها گرایش خواهد داشت و همین مسئله عامل رشد و تقویت روح الهی و پاک کودک نکته بسیار حساس در زمینه تغذیه صحیح کودک، توجه اساسی ماد به معنویات است که رعایت نکاتی چند در رابطه با تغذیه کودک توسط مادر عامل رشد و ارتقای روح الهی و معنوی کودک می باشد از جمله مادر باید در دوران شیر دهی از غذای حرام پرهیزد، از گناه دوری نماید با سینه نجس به فرزند شیر ندهند، به هنگام شیر دادن به فرزندش با وضو باشد و با ذکر (بسم الله الرحمن الرحیم) و توجه قلبی به خداوند، به پرورش معنوی نوزاد خود کمک کند بیشتر مادر در خلق و خوی فرزند آثاری غیر قابل انکار می گذارد

^۱. زین العابدین دست داده، همان، ص ۲۱

^۲. همان، همان جا

بر اساس آموزه های دینی، نهاد خانواده به عنوان مهمترین نهاد و سازمان اجتماعی به شمار میرود. بنابر این سلامت خانواده تضمین کننده سلامت جامعه است. اسلام بر سلامت خانواده تاکید فراوان میکند و به وجود آمدن آن را منوط بر ایمان بر خدا میداند. ایمان بر خداوند و انجام اعمال صالح سلامت روانی خانواده رو موجب میشود. اساس سلامت نیز همان سلامت معنوی و سلامت روان انسان است که سلامت جسم را نیز به ارمغان میآورد. بهترین مکان برای کسب این سلامت چارچوب خانواده است. زن جلوه ای از جمال، محبت، خلاقیت، و ربوبیت الهی و رکن اساسی در تربیت و هدایت است، در آیین حق و در منطق و حی زن موجودی والا، منبعی از مایه های معنوی و جهانی از استعداد و نیروی الهی است. زن انسان ساز است و از دامن اوست که مرد به معراج می رود، وجود او محل رشد موجودی است که در آخرین مرحله رشد روح الهی در او دمیده می شود لذا تربیت و هدایت انسان ها به دست او سپرده شده و نقش او در خانواده به موجب مقام والای مادری و همسری قابل اهمیت زیادی است.

زن به دلیل ویژگی های طبیعی و شخصیتی خود می تواند سبب رشد و ارتقاء معنویت در همسرش باشد، عواطف سرشاری که خداوند در روان زن نهاده است به آسانی زمینه آرامش خاطر مرد را فراهم می آورد، هر نگاه و سخن و رفتار مهربانانه ای از سوی زن بستر ساز پیشرفت اجتماعی و خانوادگی و تقویت بعد معنا گرایی مردان خواهد گشت. همچنین زن به عنوان مادر به سبب ارتباط نزدیک و پیوسته عاطفی اش با فرزند می تواند بذر معنویت و خدا جویی را در دل کودک پیورود، کردار و حالات معنوی مادر، تغذیه و نوع تربیت او کودک را به خدا نزدیک و مانوس می گرداند. لذا اگر زنان قدر خود را بشناسند و از سرمایه هایی که به طور بلقوه در نهاد آنها گذاشته شده به موقع از این سرمایه ها استفاده نمایند چه بسا هم خود به فضایل و کمالات الهی دست یابد و هم می توانند عامل محرک و هدایتگر خانواده و در نهایت جامعه به سوی معنویات باشند

فهرست منابع

- ✱قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی قمشه ای، چ ۱۰، تهران: چاپخانه بزرگ قرآن کریم، ۱۳۸۶
- (۱) امین زاده، محمد رضا، جایگاه اخص و ممتاز زن، چ ۲، تهران: امیر کبیر، ۱۳۷۹
 - (۲) امینی، ابراهیم، آیین تربیت، چ ۱۱، تهران: اسلامی، ۱۳۶۸
 - (۳) انصاریان، حسین، زیباییهای اخلاق، قم: دارالعرفان، ۱۳۸۲
 - (۴) آیت الهی، زهرا، زن و خانواده، بی جا، روابط عمومی شورای فرهنگی اجتماعی زنان، ۱۳۸۱
 - (۵) باهنر، محمد، انسان و خودسازی، چ ۴، بی جا، فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۳
 - (۶) بزرگر شانی، یعقوب، بحران معنویت و راه کارهای هدایتی قرآن، مشهد: ضریح آفتاب، ۱۳۸۶
 - (۷) بنی حماد جوهری، اسماعیل، صحاح اللغة، تهران: بی نا، ۱۳۷۰
 - (۸) جعفری، محمد تقی، ترجمه و تفسیر نهج البلاغه، چ ۱۲، تهران: فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۶
 - (۹) جمعی از خواهران طلبه حوزه های علمیه، زن از دیدگاه ادیان و مکاتب، قم: نصایح، ۱۳۷۹
 - (۱۰) جمعی از نویسندگان، معنویت در مکتب امیر مومنان(ع)، بی جا، بلاغ، ۱۳۸۱
 - (۱۱) جمعیت زنان جمهوری اسلامی، نگرشی گذرا به مقام زن در جهان آفرینش، بی جا، هاد، ۱۳۶۸
 - (۱۲) جوادی آملی، عبدالله، زن در آئینه جمال و جلال، چ ۱۶، قم: اسراء، ۱۳۸۳
 - (۱۳) حر عاملی، محمد حسین، تفضیل وسائل الشیعه، قم: موسسه آل بیت (ع) لاحیاء التراث، ۱۴۱۴.ه.ق
 - (۱۴) حسینی، داود، روابط سالم در خانواده، قم: تبلیغات حوزه علمیه قم، ۱۳۸۶
 - (۱۵) دست داده، زین العابدین، پرورش جسمی و روحی کودک، بی جا، امیر کبیر، ۱۳۷۹
 - (۱۶) دهخدا، علی اکبر، فرهنگ متوسط دهخدا، تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۸۵
 - (۱۷) رشاد، علی اکبر، دانشنامه امام علی(ع)، اخلاق و سلوک، چ ۲، تهران: فرهنگ و اندیشه اسلامی، ۱۳۸۲
 - (۱۸) سویزی، مهری، خانواده کارآمد و متعالی، بی جا، نیستان، ۱۳۸۷
 - (۱۹) شریف، سید رضی، نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، چ ۷، پیام عدالت، ۱۳۸۶
 - (۲۰) طاهری، حبیب الله، سیری در مسائل خانواده، چ ۲، تهران: امیر کبیر، ۱۳۸۴
 - (۲۱) طبرسی، ابی نصر الحسن بن فضل، مکارم اخلاق، تهران: نشر حبیب، ۱۴۲۰.ه.ق
 - (۲۲) عمید، حسن، فرهنگ لغت عمید، چ ۴، تهران: امیر کبیر، ۱۳۷۴
 - (۲۳) غفاری، ابراهیم، آیین نیایش، چ ۳، مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۳۷۹

- (۲۴) فروهی، ناصر، نهاد خانواده از منظر دین، بی جا، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری، دانشگاه تبریز، ۱۳۸۴
- (۲۵) فضل الله، محمد حسین، اسلام و جستاری تازه، مجید مرادی، چ ۲، قم: بوستان کتاب، ۱۳۸۴
- (۲۶) فیاضی، علی، مبانی تربیت و اخلاق اسلامی، تهران: مسعی، ۱۳۷۷
- (۲۷) قائمی، علی، پرورش مذهبی و اخلاقی کودکان، بی جا، امیری، بی تا
- (۲۸) قرشی، علی اکبر، قاموس قرآن، چ ۸، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۸
- (۲۹) کوهی، محمد رضا، آسیب شناسی شخصیت و محبوبیت زن، چ ۲، قم: اتقان، ۱۳۸۴
- (۳۰) مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، بی جا، فقه، ۱۴۲۷ ه.ق
- (۳۱) مروی، محمد صادق، چهل حدیث تغذیه ای از پیامبر اعظم (ص)، تهران: حکایتی دیگر، ۱۳۸۶
- (۳۲) مصباح یزدی، محمد تقی، پندهای امام صادق (ع) به ره جویان صادق، قم: موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۲
- (۳۳) مطهری، مرتضی، انسان کامل، چ ۱۰، تهران: صدرا، ۱۳۷۳
- (۳۴) ----، تعلیم و تربیت در اسلام، تهران: صدرا، ۱۳۸۵
- (۳۵) ----، نظام حیات خانواده در اسلام، چ ۵، تهران: انجمن اولیاء مربیان، ۱۳۷۳
- (۳۶) ----، نقش مادر در تربیت کودک، چ ۴، تهران: طلوع آزادی، ۱۳۶۶
- (۳۷) مظاهری، حسین، تربیت فرزند از نظر اسلامی، چ ۴، قم: ام ابیها، ۱۳۷۸
- (۳۸) الهی، بهرام، طلب الروح، ج ۲: مبانی معنویت فطری، ترجمه فرزاد یمینی، تهران: جیحون، ۱۳۷۷