

"عوامل مؤثر در آرامش خانواده از منظر آموزه های اسلامی"

حانیه بهدار^۱

سبا پاپی^۲

سهیلا باغبان^۳

چکیده

آرامش یکی از نیازهای مهم روحی و روانی همه انسان‌هاست. مسئله بی‌قراری و اضطراب در سال‌های اخیر در خانواده‌ها شکل جدی‌تری به خود گرفته و باعث نگرانی جدی آحاد جامعه و مسئولان شده است. در دین اسلام نیز آرامش به شکلی ویژه مورد توجه قرار گرفته و بخش وسیعی از آموزه‌های اسلام به آن اختصاص یافته است. آرامش پدیده‌ای است که از سوی فرشتگان بر دل‌های مؤمنان فرود می‌آید و زمینه‌ساز تقویت ایمانشان است؛ همان‌گونه که اضطراب و نگرانی از جانب شیطان بر دل‌های آلوده به گناه چنگ می‌اندازد و زمینه‌ساز فسق و کفر می‌شود. مقاله حاضر با عنوان "عوامل مؤثر در آرامش خانواده از منظر آموزه های اسلامی" به روش توصیفی به بیان عوامل آرامش از منظر اسلام پرداخته است و نتایج حاصل از آن عبارتند از: عوامل آرامش خانواده در سه دسته بینشی و گرایشی و رفتاری تقسیم میشوند و برخی از آنها عبارتند از: ۱. یاد و ذکر خدا. ۲. تقویت ایمان. ۳. الگوگیری از سیره معصومین. ۴. ابراز محبت. ۵. حسن خلق. ۶. احترام به یکدیگر و

واژگان کلیدی: آرامش در خانواده، آرامش، خانواده، عوامل آرامش.

۱. طلبه و پژوهشگر سطح دو، مدرسه علمیه ام ابیها (س)، دزفول، haniyeh.bh81@gmail.com.

۲. طلبه و پژوهشگر سطح دو، مدرسه علمیه ام ابیها (س)، دزفول، p249846@gmail.com.

۳. طلبه و پژوهشگر سطح دو، مدرسه علمیه ام ابیها (س)، دزفول، m.iran.mi13@gmail.com.

مقدمه

نهاد خانواده اصلی ترین رکن جامعه و زمینه ساز سعادت یا شقاوت انسان و مناسب ترین نظام برای تأمین نیازهای مادی و معنوی بشر می باشد. از منظر قرآن خانواده خشت بنای اجتماع است. در روایات متعددی هم بر این مسئله تأکید شده است که هیچ بنایی در اسلام مستحکم تر و گرمی تر از بنای خانواده نیست. چرا که خانواده نقش بسیار مهمی در تربیت فرزندان صالح و ساختن جامعه ای سالم و ایجاد آرامش به جامعه را به عهده دارد. اما امروزه با توجه به هجمه های مخرب تبلیغاتی، استکباری این بنای مستحکم و اثربخش از زوایایی مختلف مورد تهدید قرار گرفته است.

یکی از مسائل مهمی که طی سال های اخیر درباره خانواده ها مطرح بوده و به عنوان دل نگرانی جدی بین متولیان و سیاست گزاران فرهنگی کشور بیان می شود، شکل گیری و شیوع مصادیقی از تزلزل بنیان خانوادگی و در معرض خطر واقع شدن بنیان خانواده هاست، بدین معنا که خانواده ها تحت تأثیر عوامل نوظهوری همچون تغییر سبک زندگی و دوری از آموزه های دین و فهم نادرست دین و... بسیار آسیب دیده و باعث از بین رفتن آرامش خانواده و در مواردی به ناپایداری و طلاق منجر شده است. بنابراین تنها راه حفظ بنیان خانواده های دینی و جامعه اسلامی در این است که به راهکار های ارائه شده در متون و آموزه های دینی عمل کرده تا خانواده ها از خطر فروپاشی و طلاق درامان باشند. از اینرو در این پژوهش محقق کوشیده است تا عواملی که در تحکیم و آرامش خانواده مؤثر است، ذکر و بررسی نماید.

بحث در مورد مسائل خانواد، پیشینه دیرینه دارد که تعداد قابل توجهی از دانشمندان و محققان به آن توجه داشته اند و راهکارهایی برای تحکیم و پایداری خانواده ها و بیرون رفت از نابسامانی ها و مشکلات خانواده ارائه کرده اند. در بررسی کتاب ها و مقالاتی که به موضوع این تحقیق پرداخته اند می توان به موارد ذیل اشاره نمود :

۱. کتاب "آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات" که توسط زهرا محمودآبادی به رشته تحریر درآمده، در این کتاب اهمیت خانواده و توجه به آرامش در محیط خانواده از دیدگاه قرآن و ائمه تبیین شده است. ۲. کتاب "سر دلبران: عوامل آرامش بخش و نشاط آفرین در خانواده" که به نویسندگی امیرحسین بانکی پور فرد می باشد. ۳. مقاله ای با عنوان "عوامل مؤثر در آرامش خانواده در سبک زندگی امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س)" که توسط مجید معارف و احمد قماشچی به نگارش در آمده است.

از آنجایی که خانواده نقش مهم و اساسی در ابعاد مختلف جامعه ایفا می کند و با نبود استحکام و آرامش خانواده، جامعه نمی تواند به پایداری و توسعه و رشد برسد. و به خاطر توجه بسیاری از والدین و افراد جامعه فقط به بعد رفاه و سلامت جسمانی و غفلت نسبت به آرامش روحی و روانی، بحث و پژوهش درباره علل و عوامل مؤثر در ایجاد آرامش خانواده از ضروری ترین بحث ها می باشد که باید به آن اهتمام ویژه ای مبذول داشت. در این مقاله سعی شده است که مهم ترین عوامل مؤثر در آرامش خانواده بررسی و تحلیل شود.

حال سؤال اساسی که در اینجا مطرح می شود این است که : از نظر اسلام چه عواملی در ایجاد آرامش موثر است؟

مفهوم شناسی

مفاهیم محوری بررسی شده در این نوشتار اصطلاح های "آرامش" و "خانواده" است.

"آرامش" اسم مصدر از آرمیدن است و در لغت به معنی حالتی نفسانی همراه با آسودگی و ثبات و نیز به معنای سکون، بی حرکتی، بی جنبشی بی صدایی، آسودگی، امنیت سنگینی وقار و طمأنینه است.^۱ این مفهوم در برابر اضطراب و دلهره به کار میرود و در اصطلاح به حالت و صفت روانی و قلبی خاصی یعنی احساس رضایت از گذشته احساس شادی نسبت به حال و امید به آینده گفته می شود که همراه با آسودگی و ثبات است.^۲

"خانواده" در لغت به معنای خاندان، دودمان، اهل خانه، زن و فرزند و فامیل معنا شده است^۳ و این مفهوم در اصطلاح به معنای نهادی است که بر پایه ازدواج مرد و زن شکل می گیرد و با تولیدمثل، توسعه می یابد. این نهاد، اساس سازندگی شخصیت انسان و مهم ترین عامل تکامل جامعه بشر است و از این رو، اسلام، که برنامه ی تکامل انسان است برای تأسیس و تحکیم این نهاد سرنوشت ساز و پیشگیری از فروپاشی آن، رهنمودهای بسیار مهمی ارائه کرده است.^۴

۱. دهخدا، لغت نامه دهخدا، ج ۱، ص ۹۸.

۲. مرکز فرهنگ و معارف قرآن کریم، دائرة المعارف قرآن کریم، ج ۱، ص ۱۵۳.

۳. عمید، فرهنگ عمید، ص ۴۲۳.

۴. محمدی ری شهری، تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث، ص ۱۱.

عوامل مؤثر در آرامش خانواده

آرامش و اطمینان از دغدغه های بنیادی و جدی انسان و جامعه است و آدمی برای رسیدن به آرامش به هر وسیله توسل جسته تا به آرامش رسیده و در پناه آن به آسایش برسند زیرا در سایه آرامش روحی روانی است که زندگی معنا یافته و لذت بخش می گردد.^۱ یکی از عوامل مؤثر در ایجاد آرامش روحی-روانی انسان ها از منظر اسلام، تشکیل خانواده می باشد و همچنین آرامش نقش به سزایی در استحکام و سلامت خانواده دارد، بنابراین با توجه به اهمیت آرامش در خانواده در این پژوهش سعی شده به برخی از عوامل ایجاد آرامش در خانواده پرداخته شود که مهم ترین آنها عبارتند از:

۱. عوامل بینشی-اعتقادی

منظور از بینش، جهان بینی است که به دو گونه الهی و مادی تقسیم می شود. بینش الهی بر ایمان به خدا استوار است؛ برخلاف بینش مادی که خداوند را باور ندارد. داشتن جهان بینی الهی یکی از مهم ترین ارکان آرامش حقیقی و واقعی است. در بینش الهی، انسان خدامحور است و همه هستی را در پیوند با آفریدگار می بیند.^۲ اساسی ترین عوامل بینشی مؤثر در آرامش خانواده عبارتند از:

۱-۱. یاد و ذکر خدا

انسان علاوه بر نیازهای زیستی و روانی از نیازهای معنوی نیز برخوردار است آرامش معنوی از تأمین نیازهای انسان به خالق هستی و ایمان به خدا سرچشمه می گیرد. از آنجا که انسان نیازمند آفریده شده است. فقر وجودی انسان منشأ اصلی نا آرامی او به شمار میرود. براین اساس انسان زمانی به آرامش میرسد که خود را در سایه امن و پناهگاه قدرت الهی یافته و ارتباط عمیق بین خود و خداوند برقرار نماید. زیرا موجود نیازمند و بی قرار زمانی به آرامش میرسد که پیوند استواری با موجود بی نیاز و قدرت مطلق برقرار نماید و با تکیه و اعتماد با خداوند لایزال است که انسان در تلاطم و نابسامانی های روزگار، احساس تنهایی و ناامنی نمی کند و خود را در حمایت قدرتی میداند که همه قدرتها و حوادث در اختیار قبضه قدرت او است.^۳

۱. مسلمی، عوامل مؤثر در آرامش خانواده از دیدگاه اسلام، ص ۶.

۲. پژوهشکده تحقیقات اسلامی، فرهنگ شیعه، ص ۱۶۸.

۳. مسلمی، عوامل مؤثر در آرامش خانواده از دیدگاه اسلام، ص ۱۹.

بنابراین جز با ایمان، اتکا و یاد او «خداوند انسان به آرامش حقیقی نمیرسد که «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»^۱؛ همان کسانی که ایمان آورده اند، و دل هایشان به یاد خدا مطمئن و (آرام) است؛ آگاه باشید تنها با یاد خدا دلها آرام می گیرد. کسی که همواره به یاد خدا باشد و او را سرچشمه همه صفات کمال و منزّه از هرگونه نقصان بداند، قلبش به یاد او آرام می گیرد. در مقابل، کسانی که از یاد خدا روی می گردانند، در زندگی همواره در حال نگرانی و اضطراب به سر می برند،^۲ که قرآن کریم به آن اشاره شده: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى»^۳؛ و هر کس از یاد من روی گرداند، پس همانا برای او زندگی تنگ و سختی خواهد بود.

به گفته یکی از بزرگان: همیشه اضطراب و نگرانی یکی از بزرگترین بلاهای زندگی آنها بوده و هست و عوارض ناشی از آن در زندگی فردی و اجتماعی کاملاً محسوس است. همیشه آرامش یکی از گمشده های مهم بشر بوده و به هر دری میزند تا آن را پیدا کند.^۴ غافل از اینکه آرامش حقیقی جز با یاد و ذکر خدا محقق نمی شود. که «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ»^۵؛ او کسی است که آرامش را در دلهای مومنان نازل کرد تا ایمانی بر ایمانشان بیفزایند. «سکینه» در اصل از ماده «سکون» به معنی آرامش و اطمینان خاطری است که هر گونه تردید و وحشت را از انسان زایل میکند و او را در طوفان حوادث ثابت قدم می دارد.^۶

۲-۱. تقویت ایمان

عامل ایمان بعنوان یک عامل زمینه ساز آرامش خانواده بصورت مستقیم بر حفظ و مدیریت مرزهای خانواده مدیریت اقتصادی سلامت روانی و رشد عقلی و اجتماعی و لباس بودن همسران برای یکدیگر تاثیر گذار است و این با مستندات قرآنی و روایی تطبیق دارد. چرا که هر قدر ایمان بالاتر باشد حدود و مرزهای عفت غیرت حریم خصوصی همسران و محرم و نامحرم تمایز یافتگی حفظ اسرار همسر و بیشتر رعایت می شود. همچنین بر اساس مبانی دینی کسی که ایمان

۱. رعد: ۲۸.

۲. محمدی، عوامل آرامش خانواده در سبک زندگی حضرت زهرا(س)، ص ۵۹.

۳. طه: ۱۲۴.

۴. مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۰، ص ۲۱۰.

۵. فتح: ۴.

۶. مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۲، ص ۳۸.

روانی برخوردار باشند؛ آرامش روانی در صورتی در جامعه بشری پدید می آید که زیربنای جامعه (خانواده) به آرامش و سلامت روانی دست یافته باشند در چنین جامعه است که استعدادهای مادی و معنوی انسان ها رشد یافته و در مسیر کامیابی به کار گرفته می شود و زمینه پیشرفت و تعالی بشری مهیا میگردد افراد جامعه به امینت و آرامش روانی دست می یابد.^۱

از امام علی (ع) نیز روایت شده است که رفع نیازهای جنسی همسران تعادل روانی آرامش روحی و جسمی را بدنبال دارد. قال علی (ع): «اذا كان باحدكم أوجاع فى جسده وقد غلبته الحرارة فعليه بالفراش. قيل للباقر: يابن رسول الله ما معنى الفراش؟ قال: غشيان النساء فانه يسكنه ويطفئه؛ هرگاه یکی از شما در بدنش احساس بیماری کرده و حرارتش بالا رفت به بستر پناه ببرید. از امام باقر(ع) سوال شد: ای پسر رسول خدا مقصود از بستر چیست؟ فرمود: بستر زن (همسر) و ارتباط جنسی با اوست که سبب سکون و آرامش می شود.»^۲

۲-۳. احترام به یکدیگر

یکی از مهم ترین عوامل آرامش در خانواده، احترام همسران به هم و اطاعت از یکدیگر است. اطاعت نباید کورکورانه و بدون آگاهی باشد یا منجر به زورگویی یکی از همسران به دیگری شود. برای نمونه پیروی حضرت فاطمه (س) از حضرت علی(ع) از روی آگاهی و اعتقاد بود.^۳

انسان ها از نظر فطری، پذیرای محبت و تکریم دیگران و از قهر و تنبیه و توبیخ گریزان اند. زن و شوهر در محیط خانواده، با خوش رویی، صدا زدن به احترام، گوش دادن به سخنان همدیگر، خودداری از سرزنش، استقبال و بدرقه کردن، تشویق و حق شناسی و سپاس گزاری مایه های بزرگداشت یکدیگر و در نتیجه آرامش خانواده را فراهم خواهند آورد. احترام زن به شوهر افزون بر تأثیری که در افزایش روحیه و اقتدار و تأمین آرامش وی دارد، باعث تقویت نقش رهبری او در خانواده شده، به رشد تحکیم مبانی خانواده منجر خواهد شد.^۴

زنی که همسرش را تکریم کند و با رعایت احترام او به رفع دلتنگی هایش بپردازد، از نگاه پیامبر اکرم (ص) در حکم کارگزار فرمان خداست. مردی خدمت رسول خدا (ص) آمد و عرض کرد: «همسری دارم که هرگاه وارد خانه می شوم به استقبال می آید، و چون از خانه بیرون می روم

۱. مسلمی، عوامل مؤثر در آرامش خانواده از دیدگاه اسلام، ص ۱۱ و ۱۵.

۲. مجلسی، بحار انوار، ج ۳، ص ۲۹۱.

۳. محمدی، عوامل آرامش خانواده در سبک زندگی فاطمی(س)، ص ۶۱.

۴. معارف، قماشچی، عوامل آرامش خانواده در سبک زندگی امام علی(ع) و حضرت فاطمه (س)، ص ۲۱.

بدرقه ام می کند و زمانی که مرا اندوهگین می بیند می گوید: اگر برای رزق و روزی (و مخارج زندگی) غصه می خوری، بدان که خداوند آن را به عهده گرفته است و اگر برای آخرت خود غصه می خوری، خدا اندوهت را زیاد کند [و بیشتر به فکر آخرت باشی]. رسول خدا (ص) فرمودند: «برای خدا کارگزارانی [در روی زمین] است و این زن یکی از کارگزاران خداست که پاداش او برابر با نیمی از پاداش شهید است.»^۱

۳-۳. حلم و بردباری

در قرآن به دفعات صبر و بالا بردن سطح مقاومت بارها سفارش شده است: «وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ... از صبر و نماز یاری جویید.»^۲ بر اساس این آیه، قرآن به صبر و شکیبایی فراخوانده است. آموزه و توصیه اسلام و قرآن در عرصه های زندگی پر غوغا و پر آشوب، کسب صفات ایمان در برابر کفر و بی دینی عمل و کار نیک در برابر بی عملی و بی تقوایی پیروی از حق و حقیقت در برابر باطل و ناحق و صبر و مقاومت در برابر مشکلات و مصایب است: «و الْعَصْرُ * إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي حَسْرٍ * إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ: سوگند به عصر * که انسان ها همه در زباند و مگر کسانی که ایمان آورده اند و اعمال صالح انجام داده اند و یکدیگر را به حق سفارش میکنند و یکدیگر را به شکیبایی و استقامت توصیه می نمایند.»^۳

بی درتابی و بی طاقتی مصیبت و مشکلات انسان را افزون می کند. امام کاظم (ع) فرمودند: «الْمُصِيبَةُ لِلصَّابِرِ وَاحِدَةٌ وَلِلْجَازِعِ اثْنَتَانِ؛ مصیبت برای شخص بردبار یکی است و برای شخص بی قرار دو تا»^۴ این از آن روست که برای فرد شکیبا تنها آسیب ناشی از مصیبت باقی می ماند که آن هم اثر صبر از هم فرو می پاشد. چنان که امام علی (ع) فرمودند: «الصَّبْرُ يُمَحِّصُ الرِّزْيَةَ؛ شکیبایی مصیبت را از هم می پاشد»^۵ اما برای فرد بی قرار و بی تاب هم آسیب ناشی از مصیبت می ماند و هم آسیب های ناشی از بی تابي ها، لذا اگر بی تابي بر کسی چیره شود روی آسایش را نخواهد دید.^۶

۱. حرعاملی، وسائل الشیعة، ج ۱۴، ص ۱۷.

۲. بقره: ۴۵.

۳. عصر: ۱-۳.

۴. حرانی، تحف العقول، ص ۴۱۴.

۵. آمدی، غرر الحکم، ص ۶۵۴.

۶. حسن زاده، عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی، ص ۱۶.

جمع بندی و نتیجه گیری

امروزه، یکی از آسیب های جدی فرا روی جامعه ناپایداری و تزلزل در خانواده ها و فقدان آرامش و روابط مستحکم است که در صورت غفلت، ضربه های جبران ناپذیری بر پیکره جامعه اسلامی وارد خواهد کرد. بنابراین باید به عوامل مؤثر آرامش خانواده که از منابع اسلامی جمع آوری شده، توجه ویژه داشت و آنها را در زندگی به عرصه عمل رساند تا از بخش عمده ای از آسیب های خانواده و جامعه اسلامی جلوگیری کرد. از اینرو مقاله حاضر با عنوان "عوامل مؤثر در آرامش خانواده از منظر آموزه های اسلامی" به این موضوع پرداخته است؛ و به نتایج زیر دست یافته است:

عوامل تقویت آرامش خانواده را می توان به سه دسته بینشی، گرایشی و رفتاری تقسیم کرد:

۱. یاد و ذکر خدا، تقویت ایمان و الگو گیری از سیره بزرگان و معصومین، مهم ترین عوامل بینشی اعتقادی آرامش خانواده هستند.
۲. ابراز محبت، حسن خلق، روحیه عفو و از خود گذشتگی، مهم ترین عوامل گرایشی عاطفی تقویت آرامش در خانواده اند.
۳. تأمین نیاز های جنسی همسر، احترام به یکدیگر و حلم و بردباری، مهم ترین عوامل رفتاری تقویت آرامش خانواده محسوب می شوند.

فهرست منابع:

*قرآن کریم

۱. پژوهشکده تحقیقات اسلامی، فرهنگ شیعه، قم: زمزم هدایت، چاپ دوم، ۱۳۸۶ هـ.ش.
۲. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غُرَرُ الْحِکْمِ وَ دُرَرُ الْکَلِمِ، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶ هـ.ش.
۳. جرجانی، علی بن محمد، التعریفات، تهران: ناصر خسرو، چاپ چهارم، ۱۳۷۰ هـ.ش.
۴. جوادی آملی، عبدالله، زن در آینه جلال و جمال، قم: نشر اسراء، چاپ اول، ۱۳۷۵ هـ.ش.
۵. حر عاملی، محمد، وسائل الشیعه، قم: الالبیت لاحیا التراث، چاپ اول، ۱۴۱۲.
۶. حرّانی، حسن بن علی، تحف العقول، قم: جامعه مدرسین، چاپ دوم، ۱۳۶۳ هـ.ش.
۷. حسن زاده، صالح، "عوامل تحکیم خانواده در فرهنگ اسلامی"، پژوهشنامه معارف قرآنی، شماره ۱۵، ۱۳۹۲ هـ.ش.
۸. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، تهران: انتشارات دانشگاه، چاپ دوم، ۱۳۷۳ هـ.ش.
۹. دیلمی، حسن ابن ابی الحسن، ارشادالقلوب، قم: انتشارات شریف رضی، ۱۴۱۲.
۱۰. سالاری فر، محمدرضا و همکاران، بهداشت روانی بانگش به منابع اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چاپ دوم، ۱۳۹۰ هـ.ش.
۱۱. سیوطی، عبد الرحمن بن ابی بکر، الدر المنثور، قم: مکتبه آیت الله المرعشی النجفی، چاپ اول، ۱۴۰۴ هـ.ق.
۱۲. شعیری، محمد بن محمد، جامع الاخبار، قم: انتشارات شریف رضی، ۱۳۶۳.
۱۳. عمید، حسن، فرهنگ فارسی عمید، تهران: امیر کبیر، چاپ ششم، ۱۳۶۴ هـ.ش.

۱۴. غزالی، محمد، **کیمیای سعادت**، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۷۱ هـ.ش.

۱۵. قرائتی، محسن، **تفسیر نور**، تهران: مرکز نشر درس‌هایی از قرآن، ۱۳۸۵.

۱۶. کلینی، محمد بن یعقوب، **الکافی**، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷.

۱۷. محمدی ری شهری، محمد، **تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث**، ترجمه: حمیدرضا شیخی، قم: دارالحدیث، ۱۳۸۹ هـ.ش.

۱۸. محمدی، محمد علی، **"عوامل آرامش خانواده در سبک زندگی فاطمی(س)"**، پاسدار اسلام، شماره ۴۵۵ و ۴۵۶، ۱۳۹۸ هـ.ش.

۱۹. مرکز فرهنگ و معارف قرآن، **دائرة المعارف قرآن کریم**، بی جا، بی تا.

۲۰. مسلمی، محمد الله، **"عوامل مؤثر در آرامش خانواده از دیدگاه اسلام"**، گفتمان فقه تربیتی، شماره ۱۹، ۱۳۹۹ هـ.ش.

۲۱. معارف، مجید، قماشچی، احمد، **"عوامل آرامش خانواده در سبک زندگی امام علی(ع) و حضرت فاطمه(س)"**، مطالعات راهبردی زنان، شماره ۷۴، ۱۳۹۵ هـ.ش.

۲۲. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، **تفسیر نمونه**، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ اول، ۱۳۷۴ هـ.ش.

۲۳. مهدوی کنی، محمد رضا، **نقطه های آغاز در اخلاق عملی**، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۱ هـ.ش.

۲۴. موسوی خمینی، روح الله، **جایگاه زن در اندیشه امام خمینی**، تهران: مؤسسه نشر آثار امام خمینی (ره)، چاپ پانزدهم، ۱۳۹۳ هـ.ش.

۲۵. نعمتی، سلمان، جان بزرگی، مسعود؛ صفورائی پاریزی، محمد مهدی، **"تبیین عوامل آرامش زنا و آرامش زنا در خانواده در قرآن"**، قرآن و علم، شماره ۲۹، ۱۴۰۰ هـ.ش.