

مولفه های اعتدال گرایی در سبک زندگی اسلامی در قرآن

ناهید عزیزی-زینب نصیریها^۱

چکیده

اعتدال گرایی به عنوان یکی از اصول محوری و بنیادین در سبک زندگی اسلامی، در آیات متعدد قرآن کریم تجلی یافته است. این اصل به معنای میانه روی و ایجاد توازن در همه ابعاد زندگی، از جمله عبادت، رفتارهای اجتماعی، تعاملات اقتصادی و حتی مسائل شخصی مانند تغذیه و پوشاک است. در این پژوهش که از روش توصیفی-تحلیلی استفاده شده است و هدف آن بررسی مولفه های اعتدال گرایی در سبک زندگی اسلامی در قرآن می باشد و در نتیجه، دین و زندگی در سبک زندگی اسلامی همانند مجموعه ای از تار و پود در هم تنیده و واقعیت های لاینفک و جدا نشدنی از یکدیگرند که ارتباط مستقیم با هم دارند. در سبک زندگی متعادل اسلامی یکی از مولفه ها، اعتدال در عقیده است. چنانکه نه امور زندگی انسان تماماً به خداوند نسبت داده شود و انسان بی اختیار در سرنوشت خویش رها شود، نه اینکه خداوند را به عنوان خالق، کنار گذارده و تمامی شئون زندگی را به خویش نسبت دهد. بلکه حد اعتدال واقعیتی است بین این دو و متشکل از هر دو، یعنی هم اراده الهی و هم اختیار انسان.

واژه های کلیدی: مولفه ها، اعتدال گرایی، سبک زندگی، اسلامی، قرآن

^۱ طلبه سطح ۲ حوزه علمیه فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)، اسلام آباد غرب

۱- مقدمه:

اعتدال‌گرایی به‌عنوان یکی از اصول محوری و بنیادین در سبک زندگی اسلامی، در آیات متعدد قرآن کریم تجلی یافته است. این اصل به معنای میانه‌روی و ایجاد توازن در همه ابعاد زندگی، از جمله عبادت، رفتارهای اجتماعی، تعاملات اقتصادی و حتی مسائل شخصی مانند تغذیه و پوشاک است. قرآن کریم با تأکید بر اینکه امت اسلامی به‌عنوان "امت وسط" شناخته می‌شود، جایگاه ویژه‌ای برای اعتدال در تمامی امور قائل است. این مفهوم، راهی برای ایجاد تعادل در زندگی فردی و اجتماعی ارائه می‌دهد که انسان‌ها را از افتادن در دام افراط یا تفریط باز می‌دارد.

مولفه‌های اعتدال‌گرایی در سبک زندگی اسلامی، شامل حوزه‌های گسترده‌ای از جمله مسائل اخلاقی، اجتماعی، اقتصادی و زیست‌محیطی است. قرآن کریم تأکید دارد که مسلمانان باید در امور روزمره خود به میانه‌روی پایبند باشند؛ از جمله در عبادات، که نباید منجر به خستگی یا زیاده‌روی شود، در مصرف و اقتصاد، که باید از اسراف و تبذیر پرهیز کنند، و در روابط اجتماعی، که رعایت عدالت، احترام و برابری ضروری است. به‌عنوان مثال، آیه‌ای که می‌فرماید: "وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ"^۱ به صراحت بر میانه‌روی در خوردن و آشامیدن تأکید می‌کند.

سبک زندگی اعتدالی، نه تنها به سلامت و سعادت فردی منجر می‌شود، بلکه نقش مهمی در ایجاد تعادل در جامعه دارد. افراط و تفریط در هر زمینه‌ای، چه در مسائل دینی و چه در امور مادی، می‌تواند منجر به آسیب‌های جبران‌ناپذیری شود. قرآن با طرح اصل اعتدال، تلاش می‌کند زندگی متوازن و پایداری را در میان مسلمانان ترویج دهد. این سبک زندگی بر این باور استوار است که دنیا و آخرت باید به‌صورت هماهنگ و متعادل مدیریت شوند، به گونه‌ای که انسان هم به نیازهای جسمی و مادی خود توجه کند و هم به نیازهای روحی و معنوی.

در جهانی که امروزه با چالش‌هایی مانند مصرف‌گرایی افراطی، بی‌عدالتی اجتماعی، و تضادهای شدید فرهنگی روبه‌رو است، آموزه‌های قرآنی در خصوص اعتدال‌گرایی می‌توانند الگویی کارآمد برای زندگی فردی و اجتماعی ارائه دهند. این اصول نشان می‌دهند که سبک زندگی اسلامی تنها به مسائل عبادی محدود نیست، بلکه به تمامی جنبه‌های زندگی توجه داشته و به‌دنبال ایجاد یک نظام متعادل و هماهنگ برای تأمین سعادت انسان‌ها است. به همین دلیل، بررسی مولفه‌های اعتدال‌گرایی در قرآن، نه تنها به تعمیق فهم ما از آموزه‌های الهی کمک می‌کند، بلکه می‌تواند در دنیای امروز به‌عنوان یک راهنمای عملی برای دستیابی به زندگی بهتر مورد استفاده قرار گیرد.

گفتار اول کلیات

الف: تبیین موضوع (بیان مسئله):

اعتدال به معنای دوری از افراط و تفریط است که در تمامی منابع اسلامی و تعالیم دینی مورد پذیرش و قابل قبول است

اعتدالگرایی درسبک زندگی اسلامی: به معنای میانه‌روی در جهت بعد فردی و اعتدال در بعد اجتماعی در تمامی مؤلفه‌های زندگی است. در تعالیم و آموزه‌های اسلامی، گرایش به اعتدال در باور و عمل ارزشمند بوده و افراط و تفریط در این امور نکوهیده و ناپسند شمرده شده است. آداب و قوانین دین اسلام به گونه‌ای است که انسان میانه رو باشد و جانب اعتدال نگه دارد چرا که اعتدال از اساسی‌ترین احکام عقلی و مفاهیم دینی در اسلام است که مورد توجه و تاکید فراوان ائمه اطهار علیهم السلام قرار گرفته و پایبندی به آن در تمام ساحات زندگی بشر لازم و ضروری است شده است. آداب و قوانین دین اسلام به گونه‌ای است که انسان میانه رو باشد و جانب اعتدال نگه دارد چرا که اعتدال از اساسی‌ترین احکام عقلی و مفاهیم دینی در اسلام است اهمیت و ضرورت تحقیق: خالی شدن سبک زندگی از مؤلفه‌های اعتدالی و قرار گرفتن شاخص‌ها و معیارهای فرهنگ بیگانه و ناهماهنگ با ارزش‌های دینی و آسیب‌هایی که به خانواده‌ها به سبب همین ناهماهنگی‌ها به جامعه وارد می‌شود خانواده‌ها را به عنوان یکی از مهم‌ترین و اساسی‌ترین مراکز پرورش نسل آینده با بحران مواجه می‌سازد و همین امر اهمیت پژوهش حاضر را در این باره روشن می‌سازد برای ترویج مؤلفه‌های متعادل سبک زندگی لازم از سبک زندگی اسلامی را با توجه به دیدگاه قرآن و روایات مورد بررسی قرار داد بیانات مقام معظم رهبری حضرت آیت الله خامنه‌ای مدزله العالی درباره سبک زندگی اسلامی و اخطارهای ایشان در صورت اهمال کردن و عمل نکردن به آن اهمیت تحقیق در این زمینه را به وجود می‌آورد و کمبودهای پژوهشی را در مورد الگوهای اعتدال گرایی در سبک زندگی اسلامی برطرف خواهد کرد که مورد توجه و تاکید فراوان ائمه اطهار علیهم السلام قرار گرفته و پایبندی به آن در تمام ساحات زندگی بشر لازم و ضروری است.

ب) اهمیت و ضرورت تحقیق:

خالی شدن سبک زندگی از مؤلفه‌های اعتدالی و قرار گرفتن شاخص‌ها و معیارهای فرهنگ بیگانه و ناهماهنگ با ارزش‌های دینی و آسیب‌هایی که به خانواده‌ها به سبب همین ناهماهنگی‌ها به جامعه وارد می‌شود خانواده‌ها را به عنوان یکی از مهم‌ترین و اساسی‌ترین مراکز پرورش نسل آینده با بحران مواجه می‌سازد و همین امر اهمیت پژوهش حاضر را در این باره روشن می‌سازد برای ترویج مؤلفه‌های متعادل

سبک زندگی لازم است سبک زندگی اسلامی را با توجه به دیدگاه قرآن و روایات مورد بررسی قرار داد بیانات مقام معظم رهبری حضرت آیت الله خامنه‌ای (مد ضله العالی) درباره سبک زندگی اسلامی و اختراهای ایشان در صورت اهمال کردن و عمل نکردن به آن اهمیت تحقیق در این زمینه را به وجود می‌آورد و کمبودهای پژوهشی را در مورد الگوهای اعتدال گرایی در سبک زندگی اسلامی برطرف خواهد کرد.

ج) پیشینه تحقیق

بحث از آیین روش زندگی در ادیان الهی یا بشری با مفهوم کلی گسترده و عام از گذشته مطرح شده اما موضوع سبک زندگی به عنوان یک اصطلاح در گذشته به صورت کاملاً مستقل مطرح نبوده و قسمت‌هایی از محتوای آن در خلال مسائل دیگر همچون آداب و آیین زندگی برنامه زندگی و عنوان شده است کتاب‌ها و مقالاتی که در این زمینه نوشته شده‌اند ضمن ذکر این نوشته‌ها ، تفاوت آنها را با این تحقیق بیان می‌کنیم

۱) سبک زندگی بانوان، داوود عارفی، اردبیل، جامعه القرآن، ۱۳۹۴ ش

۲) سبک زندگی زنان شهیده، محبوبه زارع، تهران، امینان، ۱۳۹۴ ش

۳) میانه روی مسیری برای تعادل سبک زندگی، مجید کافی وسیده مرضیه خمایی، (مقاله پژوهشی)

۴) آثار اعتدال‌گرایی، اکبر خالقی، (مقاله پژوهشی)

۵) سبک زندگی، امیرحسین بانکی پورفرد، تهران، راه عشق، ۱۳۹۵ ش

در این کتب و مقالات در رابطه با شاخصهای سبک زندگی بحث شده اما در رابطه با موضوع ماک مؤلفه‌های اعتدال گرایی در سبک زندگی اسلامی در قرآن است چیزی مورد بحث قرار نگرفته است.

ه) فرضیه‌ها

الف) قرآن و روایات ویژگی شاخص سبک زندگی اسلامی را عبد بودن معرفی می‌کند

ب) قرآن کریم و روایات سبک زندگی اسلامی را در خانواده در تعامل شایسته با همسر و پدر و مادر و فرزندان می‌داند.

و) روش تحقیق:

این پژوهش با روش توصیفی- تحلیلی و استناد به منابع کتابخانه ای سعی بر آن دارد تا گامی در جهت معرفی و تبیین مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی متعادل بردارد.

گفتار دوم: مفهوم شناسی

الف) اعتدال در لغت و اصطلاح:

اعتدال مصدر است از باب "افتعال" و از ریشه "ع د ل" و در لغت به معنای حد میانه و حد وسط بین دو وضعیت است به گونه‌ای که تناسبی بین دو وضعیت برقرار شود که لازمه‌اش برقراری مساوات بین جهت‌های مختلف باشد نقطه مقابل اعتدال، افراط و تفریط گفته می‌شود که مفهوم هردو (افراط و تفریط) فساد خروج از حالت اعتدال است در واقع اعتدال به معنای دوری از افراط و تفریط و میانه روی است. "اعتدال" در فرهنگ اسلامی اصطلاحاً در معانی متفاوتی به کار رفته که همه آنها قرابت معنایی با معنای لغوی آن دارد و در احادیث اسلامی با عنوان واژه "قصد" از "اقتصاد" مورد سفارش قرار گرفته و معادل مفهوم حق به کار رفته که هرگونه خروج از اعتدال ظلم شمرده می‌شود.

ب) اعتدال‌گرایی در لغت و اصطلاح:

اعتدال‌گرایی به معنای میانه‌روی و پرهیز از کندروی و تندروی بر اساس گرایش عقلی است و در اصطلاح هرگونه تعادل در رفتار و منش که منشا و مبنای آن عقل‌گرایی است اعتدال‌گرایی نامیده می‌شود چرا که عقل عامل متعادل‌کننده تفکر و عمل آدمی در زندگی فردی و اجتماعی و عنصر تعادل بخش هر حرکتی است.

ج) سبک زندگی

مکانیزم و سیستم خاص زندگی کردن است که به فرد یا خانواده یا جمع خاصی، هویتی خاص می‌دهد و آنها را متمایز می‌سازد به عبارت دیگر سبک زندگی مجموعه‌ای انسجام یافته از رفتارها و عملکردهای عادی یک فرد است که نه تنها نیازهای مورد توجه او را فراهم می‌سازد بلکه روش خاصی را که فرد در جهت هویت شخصی خود انتخاب می‌کند نسبت به دیگران تجسم می‌بخشد.

د) اعتدال‌گرایی در سبک زندگی

به معنای میانه‌روی در جهت بعد فردی و اعتدال در بعد اجتماعی در تمامی مؤلفه‌های زندگی است امروزه شیوه‌های زندگی به سه صورت یا به شکل افراطی یا میانه و یا تفریطی طبقه‌بندی می‌شود اعتدال در واقع عبارت است از حد وسط و میانه به معنای دوری از افراط و تفریط که در تمامی تعالیم و منابع دینی پسندیده و مورد قبول است. سبک زندگی از دو جهت قابل بررسی است اول از بعد فردی و سپس از بعد اجتماعی، اعتدال در بعد فردی را سبک زندگی فردی و میانه‌روی در بعد اجتماعی را اعتدال در سبک

د) میانه روی و اعتدال در اقتصاد:

در امور اقتصادی مربوط به زندگی هم نه تجمل گرایی و دنیا دوستی و دنیا زدگی پسندیده است و نه محرومیت و ترک دنیا کردن توصیه شده است چرا که خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا^۱ سهم خود را از دنیا فراموش مکن انسان مومن وظیفه دارد تمام توان و نیرو و انرژی خود را در جهت گرداندن چرخ اقتصادی جامعه به کار گیرد و علاوه بر تامین نیازهای معیشتی خود در رونق اقتصاد و سازندگی میهن اسلامی نقش داشته باشد در دین مقدس اسلام راه‌های صحیح کسب روزی حلال و همچنین راه‌های ممنوع و حرام به درستی مشخص شده‌اند هر کس درآمد مشروع و حلالی به دست آورد مالک آن درآمد محسوب می‌شود و اجازه دارد طبق قانون شرع و عقل از آن استفاده کند. همین‌طور افراط و تفریط در دخل و خرج یا هزینه و مصرف امری نکوهیده و نامعقول به شمار می‌رود قرآن کریم در رابطه با دوری از افراط و تفریط می‌فرماید: هَرَّكَزْ دَسْتْ رَا بَر گَرْدَنْت زَنْجِیر مَکْن (ترک انفاق مکن) و بیش از حد (نیز) دست خود را مگشای تا مورد سرزنش قرارگیری و از کار فرومانی.^۲

رویه و رویکرد زندگی مسلمانان چه در بعد فردی و چه در بعد اجتماعی باید بر مبنای این آیه تنظیم شود و در هر شرایطی از تنگ نظری و خساست از یک سو و از اسراف و زیاده‌روی از سوی دیگر باید پرهیز کنند و با رویه و برنامه‌ای دقیق و منظم جانب میانه و اعتدال را نگه دارند که بدون شک با چنین برنامه موفق‌تر خواهند بود.

گفتار پنجم: آثار و نتایج اعتدال و میانه روی:

الف) دوری از شرک نسبت به خداوند:

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: قَالَ أَوْسَطُهُمْ أَلَمْ أَقُلْ لَّكُمْ لَوْلَا تُسَبِّحُونَ^۳ یکی از آنها که از همه عاقل‌تر بود گفت آیا به شما نگفتم چرا تسبیح خدا نمی‌گید در این آیه منظور از اوسط کسی است که به لحاظ دانش و خرد و به لحاظ عقل در حد اعتدال باشد و از عبارت (لولا تسبحون) در این آیه چنین تعبیر شده است که ریشه و بنیان همه کارهای حسنه و اعمال نیک انسان ایمان و معرفت به خداوند یکتا و تسبیح و منزه دانستن اوست.

^۱ قصص، آیه ۷۷

^۲ اسراء، آیه ۲۹

^۳ قلم، آیه ۲۸

ب) دوری از انحراف از حق و تمایل به سمت باطل:

آیات بسیاری در قرآن در این رابطه ذکر شده است در سوره نسا آیه ۱۲۵ خداوند می‌فرماید: وَمَنْ أَحْسَنُ دِينًا مِمَّنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَاتَّخَذَ اللَّهُ إِبْرَاهِيمَ خَلِيلًا.^۱

چه کسی بهتر از دین کسی است که به اخلاص روی به جانب خدا کرد و نیکوکار بود و از دین ابراهیم حنیف پیروی کرد و خدا ابراهیم را به دوستی برگزید.

در این آیه خداوند حضرت ابراهیم (علیه السلام) را یک انسان متعادل و مبرا از هرگونه انحراف معرفی می‌کند. این آیه افضل‌ترین دین و آیین را پیروی از آیین ابراهیم که دینی متعادل بود معرفی می‌کند و ابراهیم علیه السلام را بهترین الگوی یک انسان معتدل می‌داند چرا که ابراهیم از باطل رویگردان بود و تمایل به حق داشت از این رو خداوند او را به مقام خلیل الهی نائل گردانید.

ج) رسیدن به مقام حکمت و دانش از جانب خداوند:

یکی از ثمرات مهم میانه‌روی و دوری از افراط و تفریط این است که خداوند به انسان کامل و رشد یافته مقام حکمت و دانش عطا می‌فرماید. خداوند در قرآن در مورد حضرت موسی پس از اینکه ایشان به رشد و کمال رسید به او حکمت و دانش عطا کرد می‌فرماید: وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَى آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ^۲ چون به رشد رسید و و کامل شد حکمت و دانش به او دادیم و اینگونه نیکوکاران را پاداش می‌دهیم.

در این آیه کلمه (استوی) به معنای کمال خلقت و اعتدال معرفی شده است موسی وقتی که به کمال اعتدال و خلقت رسید خداوند به او فهم درست و قدرت بر داوری صحیح و آگاهی و اطلاعات عنایت فرمود.^۳

گفتار ششم: زمینه های خارج شدن از اعتدال:

قرآن کریم به موارد بسیاری اشاره می‌کند که سبب خروج انسان‌ها از حالت اعتدال می‌شود در اینجا به اختصار نمونه‌هایی را ذکر می‌کنیم

الف) قرآن کریم افراطیون را تابع هوای نفس خویش معرفی می‌کند و می‌فرماید:

وَلَا تُطِيعْ مَنْ أَغْفَلَ قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا^۴ همچنین است در آیه دیگر عامل اصلی انحرافات جنسی را پیروی از هوای نفس معرفی می‌کند

^۱ نسا، آیه ۱۲۵

^۲ قصص، آیه ۱۴

^۳ محسن قرائتی، تفسیر نور، ج ۹، ص ۲۸

^۴ کهف، آیه ۲۸

وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا^۱ سرچشمه و منشا زیاده‌روی و خروج از حالت اعتدال، پیروی از هوا و هوس گمراهان است.

ب) جهل و غفلت از یاد خدا:

در آیه ۵۵ سوره نمل، پیامبر قوم لوط، علت خروج قوم خود را از مسیر اعتدال و گرایش و همجنس‌بازی، جهالت و نادانی آنان معرفی می‌کند.

أَنتُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ تَجْهَلُونَ^۲

همچنین طبق آیه ۲۸ سوره کهف افراط‌گرایان از یاد خداوند غفلت می‌کنند و از حد اعتدال خارج می‌شوند.

ج) کفر و ناسپاسی:

یکی از موارد خروج از حد اعتدال طبق کلام خداوند کفر ورزیدن بر شمرده شده است (.....کسی که کفر را به جای ایمان بپذیرد از راه مستقیم گمراه شده است)^۳ بر اساس این آیه کسانی که کفر را به جای ایمان برمی‌گزینند همانا از مسیر مستقیم و عدالت منحرف می‌شوند.

از این آیات چنین استنباط می‌شود که انسان بر اثر سیر و سلوک در اخلاق می‌تواند به حد اعتدال و میانه‌روی در امور زندگی نزدیک‌تر شود هرچند کاملاً با آن دست پیدا نکند.

^۱ نسا، آیه ۲۷

^۲ نمل، آیه ۵۵

^۳ بقره، آیه ۱۰۸

نتیجه گیری

با توجه به مطالب عنوان شده می‌توان چنین استفاده کرد که دین و زندگی در سبک زندگی اسلامی همانند مجموعه‌ای از تار و پود در هم تنیده و واقعیت‌های لاینفک و جدا نشدنی از یکدیگرند که ارتباط مستقیم با هم دارند. در سبک زندگی متعادل اسلامی یکی از مولفه‌ها، اعتدال در عقیده است. چنانکه نه امور زندگی انسان تماماً به خداوند نسبت داده شود و انسان بی‌اختیار در سرنوشت خویش رها شود، نه اینکه خداوند را به عنوان خالق، کنار گذارده و تمامی شئون زندگی را به خویش نسبت دهد. بلکه حد اعتدال واقعی است بین این دو و متشکل از هر دو، یعنی هم اراده الهی و هم اختیار انسان.

اسلام در بعد اخلاق و اعتدال در امور اخلاقی نیز انسان را سفارش می‌کند به حسن اخلاق، به گونه‌ای که نه یله و رها رفتار کند که به بلهوسی گرایش پیدا کند و نه چنان خشک و خشن که به انزوا کشانده شود. در بعد عبادی و اقتصادی هم به میانه روی سفارش اکید داشته است چرا که در اقتصاد و مدیریت دخل و خرج و هزینه‌های زندگی، اعتدال در گردش چرخ زندگی مانع از فلج شدن آن توسط افراط و تفریط می‌شود. از آثار میانه روی در سبک زندگی اسلامی این است که انسان از نسبت دادن شرک به پروردگار یکتا دور می‌ماند و از انحراف از مسیر حق و گرایش به باطل مصون خواهد ماند. با وجود اعتدال و اعتقاد به نظام متعادل اسلامی است که دریچه‌های حکمت و دانش به روی آدمی گشوده می‌شود و زمینه‌های خروج از اعتدال چیزی جز گرفتار آمدن در دام تمایلات نفسانی و جهل و غفلت و کفران و ناسپاسی نخواهد بود.

منابع

- [۱] قرآن
 - [۲] ابن منظور، لسان العرب، بیروت، دار احیا التراث العربی، ۱۴۰۸هـ-ق
 - [۳] برقی، احمد بن خالد، المحاسن، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۶ش
 - [۴] خمینی، روح الله، شرح چهل حدیث، قم، موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)، ۱۳۹۵ش
 - [۵] دامغانی، حسین بن محمد، الوجود والنظائر لالفاظ الكتاب العزیز، مصر، احیا تراث اسلامی، ۱۴۱۶هـ-ق
 - [۶] راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات الفاظ قرآن، بیروت، دارالقلم، ۱۴۱۲هـ-ق
 - [۷] شریفی، احمد حسین، همیشه بهار، قم، نشر معارف، ۱۳۹۱ش
 - [۸] طریحی، فخرالدین، مجمع البحرین، محقق احمد الحسینی، قونیه، مکتب نشر الثقافه الاسلامیه، ۱۴۰۸هـ-ق
 - [۹] طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۸۰ش
 - [۱۰] فرشی، علی اکبر، قاموس القرآن، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱ش
 - [۱۱] قرائتی، محسن، تفسیر نور، تهران، مرکز فرهنگی درسهای از قرآن، ۱۳۸۸ش
 - [۱۲] کلینی، محمد یعقوب، اصول کافی، ترجمه و شرح سید هاشمی رسولی، تهران، نشر فرهنگ اهل البیت، ۱۴۰۰هـ-ق
 - [۱۳] مکارم شیرازی، ناصرالدین، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۲ش
 - [۱۴] مطهری، مرتضی، مجموعه آثار (فلسفه تاریخ) تهران، صدرا، ۱۳۹۰ش
 - [۱۵] مودودی، سید ابوالاعلی، مبادئ الاسلام، بیروت، دارالفکر، ۱۴۱۲هـ-ق
 - [۱۶] سایت ها: farsi-khamenei.ir
- متن سخنرانی آیه الله خامنه‌ای در جمع کارگزاران نظام، عیدمبعث، ۱۳۸۲ش سایت دانشگاه علم وصنعت، محمدعالم زاده نوری، آداب و سبک زندگی