

کارکرد عزت در تحکیم خانواده متعالی

راضیه سلطان عباسی ندوشن، آسیه گلستانی^۱

سلیمه سالاری پور، نجمه روانتاب^۲

چکیده

عزت نفس، به عنوان یک ارزیابی کلی از ارزش و شایستگی فردی، نقشی محوری در سلامت و پویایی خانواده ایفا می‌کند. خانواده متعالی، که در آن اعضا روابطی سالم، حمایتی و رضایت‌بخش دارند، به طور قابل توجهی تحت تأثیر سطح عزت نفس افراد قرار می‌گیرد. افرادی که از عزت نفس بالایی برخوردارند، بهتر می‌توانند احساسات و نیازهای خود را به طور واضح و محترمانه بیان کنند. آنها همچنین توانایی بیشتری در گوش دادن فعال و همدلی با دیگران دارند که منجر به ارتباطات باز، صادقانه و موثر در خانواده می‌شود. عزت نفس به افراد کمک می‌کند تا در مواجهه با تعارضات، به جای واکنش‌های هیجانی و مخرب، به طور منطقی و سازنده عمل کنند. آنها توانایی بیشتری در پذیرش مسئولیت اشتباهات خود و حل مسائل به صورت دوجانبه دارند. به طور کلی، عزت نفس به عنوان یک زیربنای اساسی برای ایجاد یک خانواده متعالی عمل می‌کند. خانواده‌ای که در آن اعضا از عزت نفس بالایی برخوردارند، روابطی قوی، صمیمی و پایدار را تجربه می‌کنند و به طور مداوم در مسیر رشد و شکوفایی حرکت می‌کنند. ارتقای عزت نفس در بین اعضای خانواده، سرمایه‌گذاری ارزشمندی در جهت ایجاد یک محیط خانوادگی سالم و شاد است.

کلیدواژه: کارکرد عزت، خانواده متعالی، تحکیم خانواده

^۱ اساتید راهنما، مدرسه علمیه تخصصی الزهراء (سلام الله علیها) بندرعباس، ۰۹۱۷۹۵۴۲۶۳۰

^۲ طلبه و دانش‌آموخته مدرسه علمیه تخصصی الزهراء (سلام الله علیها) بندرعباس، ۰۹۱۷۹۵۷۵۹۰۰

مقدمه

خانواده، به عنوان بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی، نقش حیاتی در شکل‌گیری شخصیت و هویت افراد ایفا می‌کند. سلامت و پویایی خانواده، به طور مستقیم بر سلامت و سعادت اعضای آن و در نهایت، بر سلامت جامعه تأثیرگذار است. در این میان، عزت نفس، به عنوان یک مفهوم روانشناختی بنیادین، جایگاهی ویژه در تحکیم و ارتقای کیفیت روابط خانوادگی دارد. عزت نفس، که به معنای احساس ارزشمندی و شایستگی فردی است، نه تنها بر نگرش و رفتار فرد در قبال خود، بلکه بر تعاملات او با دیگران نیز تأثیر می‌گذارد. در خانواده‌ای که اعضای آن از عزت نفس بالایی برخوردارند، روابطی سالم، صمیمی و حمایتی شکل می‌گیرد. افراد با اعتماد به نفس، توانایی بیشتری در برقراری ارتباط موثر، حل تعارضات سازنده، و ارائه حمایت عاطفی به یکدیگر دارند. این ویژگی‌ها، در نهایت، به ایجاد یک خانواده متعالی، یعنی خانواده‌ای که در مسیر رشد و شکوفایی گام برمی‌دارد، کمک می‌کند. برعکس، خانواده‌هایی که در آنها عزت نفس افراد پایین است، اغلب با مشکلاتی نظیر ارتباطات ناسالم، تعارضات مکرر، عدم همدلی و سوء استفاده‌های عاطفی مواجه می‌شوند. این مسائل، به نوبه خود، منجر به کاهش کیفیت زندگی خانوادگی و در مواردی، از هم گسیختگی خانواده می‌شود. بنابراین، پرداختن به نقش عزت نفس در تحکیم خانواده متعالی، نه تنها یک ضرورت روانشناختی، بلکه یک اولویت اجتماعی است. در این راستا، ضروری است تا با شناخت ابعاد مختلف عزت نفس و تأثیر آن بر روابط خانوادگی، راهکارهایی برای ارتقای عزت نفس در بین اعضای خانواده ارائه شود. این امر، می‌تواند گامی مؤثر در جهت ایجاد خانواده‌هایی سالم‌تر، شادتر و متعالی‌تر باشد.

الف: مفهوم شناسی

در این بخش از مقاله به مفاهیم عزت و خانواده متعالی پرداخته می شود:

۱- عزت

عزت که همواره با صلابت و شکست ناپذیری مقارن است، عبارت است از حالتی که به انسان استواری می بخشد تا مغلوب دیگری نگردد. علامه جوادی آملی در باره عزت نفس می نویسد: عزت نفس مفهومی است که برای هر آنچه ستودنی، ارزشمند و مورد رضایت است به کار می رود؛ همچنین در نگاه قرآن، عزت علاوه بر صفت ایجابی یعنی آراسته شدن به ارزشها و اعتلاء به بلندی، وصف سلبی نیز دارد و آن دوری از رذائل و هر آنچه موجب حقارت و پستی انسانیت است.^۱

بنابراین باعزت نفس، انسان به اطاعت و بندگی خدا نائل می شود و حالتی است که انسان با دارا بودن آن در برابر دیگران شکست ناپذیر است و به عبارتی: احساس عزتمندی حقیقی در آدمی بوجود می آید. امام خمینی (ره) نیز در توضیح مفهوم عزت نفس می فرماید: «مبدأ عزت نفس، خداوند و اعتماد بر حق تعالی است و غایت آن نیز خدا است، در حالی که ثمره آن، ترک غیر است». عزت نفس در فرهنگ معین نیز به معنای مناعت و شرافت ذکر شده است.^۳

راغب اصفهانی «عزت نفس» را به معنای اعتلاء و حفظ نفس از رذائل و موجبات فساد نفس می داند «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا»^۲ به راستی رستگار شد، آن کس که نفس خود را تزکیه کرد و آن کس که نفس خویش را با معصیت و گناه آلوده ساخته، نومید و محروم گشته است! «قُلْ إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ...» و «مَا أُبْرِيءُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ...»^۵ که موجب نفوذ ناپذیری نفس و روح انسان در برابر ناملایمات و عوامل ذلت است، لذا نفس و روح انسان همواره آراسته به صفات نیکو می شود و خود را از خواری به دور می دارد بنابراین ملکه مقاومت در برابر رذائل، و آراسته شدن به فضائل به دست می آید.^۶

۱. جوادی آملی، عبدالله، تفسیر موضوعی قرآن، صورتج ۱۴، بی تا، ص ۳۲۷.

۲. خمینی، روح الله، شرح حدیث «جنود عقل و جهل»، ص ۳۳۷.

۳. محمد معین، فرهنگ فارسی معین، تهران: بهزاد، سال ۱۳۸۹.

۴. شمس (۹۱)، آیه ۱۰.

۵. سوره یوسف (۱۲)، آیه ۱۵.

۶. حسین بن محمد راغب اصفهانی، مفردات ألفاظ القرآن، ص ۳۳۳.

۲- خانواده متعالی

خانواده در لغت، خانواده به گروهی از افراد گفته می‌شود که با پیوندهای خویشاوندی، ازدواج یا فرزندخواندگی با یکدیگر مرتبط هستند و معمولاً در یک مکان مشترک زندگی می‌کنند. این پیوندها می‌توانند شامل روابط پدر و مادر، فرزندان، خواهر و برادر، پدربزرگ و مادربزرگ و سایر بستگان باشد. واژه متعالی در لغت به معنای برتر، والا، بلندمرتبه و فراتر از حد معمول است. این کلمه نشان دهنده نوعی پیشرفت، کمال و ارتقاء به سطحی بالاتر است.

بنابراین، از نظر لغوی، خانواده متعالی به خانواده‌ای اشاره دارد که در جایگاهی برتر و والاتر از یک خانواده معمولی قرار دارد؛ خانواده‌ای که در جنبه‌های مختلف زندگی، از جمله روابط، اخلاق، رشد و پیشرفت، به سطح بالاتری دست یافته است.

در اصطلاح، تعریف خانواده متعالی فراتر از یک تعریف لغوی ساده است و به ویژگی‌ها و کارکردهای خاصی اشاره دارد. اگرچه دیدگاه‌های مختلفی در مورد خانواده متعالی وجود دارد، اما در یک تعریف جامع می‌توان گفت: خانواده متعالی یک واحد اجتماعی پویا و رو به رشد است که در آن اعضا با تکیه بر ارزش‌های انسانی، اخلاقی و معنوی، روابطی سالم، صمیمی و حمایتی با یکدیگر برقرار می‌کنند. این خانواده به طور مستمر در جهت ارتقای سطح کیفی زندگی فردی و جمعی خود تلاش می‌کند و در مسیر تعالی و شکوفایی گام برمی‌دارد. به طور خلاصه، خانواده متعالی یک الگوی آرمانی از خانواده است که در آن اعضا نه تنها با هم زندگی می‌کنند، بلکه به طور فعال در جهت رشد و کمال یکدیگر و خانواده تلاش می‌کنند. این خانواده بر اساس ارزش‌های انسانی و اخلاقی بنا شده و در جهت تعالی و شکوفایی قدم برمی‌دارد.

ب: کارکرد عزت در تحکیم خانواده متعالی

عزت کارکردهای اساسی و بنیادی در تحکیم خانواده دارد که از مهمترین کارکردهای آن التزام و پیمان درونی و کاربردی بر پایه ی قانون یا اخلاق یا علاقه است که برپایه آن، انسان ملزم می شود کاری در جهت چیزی و یا کسی انجام دهد. در این بخش به مهمترین التزامات و کارکردهای عزت در جهت تحکیم خانواده متعالی پرداخته می شود:

۱- التزام به خداباوری

خداباوری را می توان باور به خدای یکتا، کامل، عالم مطلق و قادر مطلق دانست. خداباوری درسه مرتبه نمود دارد که نخستین مرتبه ی آن یاد و باور خدا در قلب، همراه با انجام واجبات و ترک محرمات است. امام محمد باقر(علیه السلام) می فرماید: «منظور از این که همیشه به یاد خدا باشی، این نیست که مرتب سبحان الله بگویی، بلکه منظور این است که واجبات و محرماتی را که به مراتب تعیین شده، رعایت کنی و مراقب باشی در این مورد کوتاهی نکنی».^۱ در مرتبه ی دوم، خدا باوری یعنی انسان پیوسته به یاد داشته باشد که در حضور خداست و او شاهد اعمالش است و بداند اگر او خدا را نمی بیند، خداوند او را می بیند، قرآن کریم می فرماید: «لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ* وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ»^۲؛ چشم ها او را نمی بینند، ولی او همه ی چشم ها را می بیند و او لطیف و آگاه است.»

خدا در همه حال شاهد و ناظر اوست. قرآن کریم می فرماید: «وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ»^۳؛ «و هر کجا باشید، او با شماست و خدا به هر چه می کنید، بیناست».^۴

از جمله مواردی که در خداباوری اهمیت دارد توجه به نشانه های الهی است که انسان با دقت در آفرینش و نظم موجودها، خداوند را در اعماق وجود خویش می یابد؛ چرا که جهان جلوه ای از جمال الهی است. انسان زمانی که دریابد خداوند از همه چیز آگاه است حتی هر چه در قلب ها و دل ها می گذرد، این دانستن به او کمک می کند که همواره به یاد او باشد و به یاد خدا بودن، وی را از حرکت به سمت گناه باز می دارد. از این رو، آدمی که می داند خداوند نسبت به وی نظارت دارد، از اینکه گناهی از او سر بزند، شرم

۱. کلینی، همان، ج ۲، ص ۸۰.

۲. سوره انعام (۶)، آیه ۱۰۲.

۳. سوره حدید (۵۷)، آیه ۴.

حکیم به فرزندش فرمود: «ای پسر! کسی که رضای الهی را می‌خواهد، بر نفس خویش بسیار خشمگین می‌شود و همیشه خود را مقصر می‌داند و کسی که از خود گله مند نباشد خداوند از او راضی نمی‌شود».^۱

در روایات اسلامی در مورد رضای الهی چنین آمده است: «عَبْدِي الْمُؤْمِنَ لَا أَصْرِفُهُ فِي شَيْءٍ إِلَّا جَعَلْتُهُ خَيْرًا لَهُ، فَلْيَرْضَ بِقَضَائِي وَ لْيَصْبِرْ عَلَى بَلَائِي وَ لْيَشْكُرْ نِعْمَائِي أَكْتُبُهُ، يَا مُحَمَّدُ، مِنَ الصَّادِقِينَ عِنْدِي؛ بنده مؤمنم را به کاری نمی‌گیرم مگر آنکه آنرا برای او خیر قرار می‌دهم، پس او باید به قضای من راضی باشد و برای بلای من صبر کند و نعمتهای مرا شکر گوید. ای مُحَمَّد او را نزد خود از صدیقین خواهم نوشت».^۲

کسی که حرکات و سکناتش بروفق رضای الهی انجام شود گناه نمی‌کند و دامنش به پلیدی معصیت آلوده نمی‌شود؛ چرا که در جهت رضای الهی است. چنین انسانی از عذاب الهی در امان و از رحمت واسعه او برخوردار خواهد بود. امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه می‌فرماید: «أَمْرُهُ قَضَاءٌ وَ حِكْمَةٌ وَ رِضَاهُ أَمَانٌ وَ رَحْمَةٌ؛ فرمان حق، حکم لازم و حکمت است و خشنودیش امان و رحمت است».^۳

با توجه به مطالب مطرح شده فوق می‌توان نتیجه گرفت که رضای الهی و تسلیم بودن در برابر قضای الهی، ارزش و منزلت نفس فرد را تا بدانجا بالا می‌برد که خداوند وی را از صدیقین و راستگویان قرار می‌دهد. چنین مقامی، مقام امن و امان الهی است و باعث می‌شود که فرد راضی، روح و جان خود را از جمیع پلیدیها و ناراستی‌ها دور نگهدارد و به عفت و پاکدامنی دست یابد. این مقام رضا که از عزت نفس نشأت می‌گیرد در رشد فضیلت اخلاقی تأثیر بسزائی دارد بویژه رفتار عفیفانه که بسیاری از صفات ارزشمند از آن حاصل می‌شود.

^۱. محمد باقر، مجلسی، همان، ج ۶۷، ص ۷۸.

^۲. محمد بن یعقوب، کلینی، «کتاب الایمان و الکفر»، «باب الرضا بالقضاء»، ج ۲، ص ۶۱، ح ۶.

^۳. محمد، دشتی، همان، خطبه ۱۶۰، ص ۲۱۱.

نتیجه

در این مقاله، به بررسی نقش محوری عزت نفس در تحکیم و ارتقای خانواده متعالی پرداختیم. دریافتیم که عزت نفس، به عنوان یک احساس ارزشمندی و شایستگی درونی، نه تنها بر سلامت روان فردی، بلکه بر کیفیت روابط خانوادگی نیز تأثیرگذار است. خانواده‌هایی که اعضای آن از عزت نفس بالایی برخوردارند، عموماً دارای ارتباطات سالم‌تر، تعاملات سازنده‌تر، و محیطی امن و حمایتی هستند که به رشد و شکوفایی فردی و جمعی کمک می‌کند. از سوی دیگر، در خانواده‌هایی که عزت نفس اعضا پایین است، شاهد مشکلاتی همچون ارتباطات ناکارآمد، تعارضات مداوم، عدم همدلی و درک متقابل، و سوء استفاده‌های عاطفی هستیم. این مسائل، به نوبه خود، منجر به کاهش رضایت از زندگی خانوادگی و حتی فروپاشی ساختار خانواده می‌شود. بر اساس یافته‌های این مقاله، می‌توان نتیجه گرفت که ارتقای عزت نفس در بین اعضای خانواده، یک سرمایه‌گذاری ارزشمند در جهت ایجاد خانواده‌های متعالی و سالم‌تر است. این امر، نه تنها به بهبود روابط خانوادگی کمک می‌کند، بلکه به ایجاد جامعه‌ای سالم‌تر و پایدارتر نیز منجر می‌شود.

پیشنهادهای برای ارتقای عزت نفس در خانواده

برای دستیابی به این هدف، پیشنهادات زیر قابل توجه است: تقویت ارتباطات مثبت: ایجاد فضایی باز و صمیمی برای گفتگو و ابراز احساسات، گوش دادن فعال به صحبت‌های یکدیگر، و احترام گذاشتن به نظرات مختلف. حمایت عاطفی: ارائه حمایت عاطفی بی‌قید و شرط به یکدیگر، تشویق و تحسین دستاوردها، و همدلی با ناکامی‌ها. تشویق به استقلال و خودباوری: فراهم کردن فرصت‌هایی برای تصمیم‌گیری، پذیرش مسئولیت، و تجربه موفقیت‌ها. آموزش مهارت‌های حل مسئله و تعارض: کمک به اعضای خانواده برای یادگیری روش‌های سازنده برای حل مسائل و اختلافات. الگوبرداری مثبت: والدین با رفتار و گفتار خود، به فرزندان خود آموزش دهند که چگونه خود را دوست داشته باشند و به توانایی‌های خود اعتماد کنند. پذیرش تفاوت‌ها: احترام گذاشتن به فردیت و تفاوت‌های یکدیگر و پرهیز از مقایسه کردن. مراجعه به متخصص: در صورت وجود مشکلات جدی در زمینه عزت نفس، مراجعه به متخصصان روانشناسی و مشاوره خانواده می‌تواند کمک کننده باشد.

در نهایت، خانواده متعالی، خانواده‌ای است که در آن اعضا نه تنها با یکدیگر زندگی می‌کنند، بلکه به طور فعال در جهت رشد و شکوفایی فردی و جمعی گام برمی‌دارند. عزت نفس، به عنوان یک ستون اساسی در بنای این خانواده، باید مورد توجه ویژه قرار گیرد. با تلاش آگاهانه برای ارتقای عزت نفس در بین اعضای خانواده، می‌توانیم شاهد ایجاد خانواده‌هایی سالم‌تر، شادتر و متعالی‌تر باشیم که نه تنها برای افراد، بلکه برای کل جامعه، منشأ خیر و برکت هستند.

فهرست منابع

* قرآن کریم

* نهج البلاغه

- منابع فارسی

۱. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت، دار صادر، چاپ سوم، ۱۴۱۴ق.
۲. امانی، رضا، زهرا عبادی و صدیقه رضایی، ۱۳۹۵، مطالعه حوزه‌های معنایی «صبر» در آیات قرآن، نخستین همایش ملی واژه پژوهی در علوم اسلامی، یاسوج، دانشگاه یاسوج، https://www.civilica.com/Paper-FNCLIS۰۱-FNCLIS۰۱_۰۳۰.html
۳. بیانات در دیدار اقشار مختلف مردم به مناسبت عید غدیر در مورخ ۹۵/۶/۳۰، قابل دسترس در پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری (مد ظله العالی)، به آدرس: www.khamenei.ir.
۴. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران: نشر جاویدان، ۱۳۵۴.
۵. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، مصحح: رجایی، مهدی، دار الکتاب الاسلامی، قم.
۶. جعفر جلالی، فاطمه، جباری، طاهره، احمدی خدابخش، شفیع آبادی عبدالله، تأثیر آموزش صبر و حیا از دیدگاه آموزه‌های اسلامی بر بهبود مهارت‌های ارتباطی در دانش آموزان پایه اول متوسطه شهرستان گرگان، مقاله‌های همایش‌های ایران. کنگره بین المللی فرهنگ و اندیشه دینی. مرکز راهبری مهندسی فرهنگی شورای فرهنگ عمومی استان بوشهر ۱۳۹۳.
۷. حسینی زبیدی، محمد مرتضی، تاج العروس من جواهر القاموس، بیروت، دارالفکر، ۱۴۱۴ق.
۸. دشتی، محمد، نهج البلاغه، ترجمه: چاپ نهم، قم: مؤسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمؤمنین (علیه السلام)، ۱۳۸۲.
۹. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، چاپ دوم، ۱۳۲۲.
۱۰. راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق سید غلامرضا خسروی، انتشارات مرتضوی، چاپ اول، ۱۳۶۹، تهران.
۱۱. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات فی غریب القرآن، ذیل «خشع»، چاپ محمد سیدکیلانی، تهران (۱۳۳۲ش).

۱۲. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، خسروی حسینی، سید غلامرضا، تهران، انتشارات مرتضوی، ۱۳۷۵ ش، چاپ دوم.
۱۳. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، مترجم: سید غلامرضا خسروی حسینی، انتشارات مرتضوی، چاپ چهارم، ۱۳۸۸.
۱۴. رضایی، مجید، دانشنامه امام علی علیه السلام، مؤسسه فرهنگ و اندیشه اسلامی، ۱۳۸۰.
۱۵. زحیلی، وهب بن مصطفى؛ تفسیر الوسیط (زحیلی)، دمشق، دارالفکر، ۱۴۲۲ق، چاپ اول.
۱۶. صادقی تهرانی، محمد، الفرقان فی تفسیر القرآن بالقرآن، قم، فرهنگ اسلامی، ۱۳۶۵ش، چاپ دوم.
۱۷. طباطبائی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۴۱۷ق، چاپ پنجم.
۱۸. طباطبائی، سید محمد حسین، ترجمه المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه، موسوی همدانی، محمد باقر، قم، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ پنجم، ۱۳۷۴ش.
۱۹. طبرسی، فضل بن حسن، ترجمه مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تحقیق: رضا ستوده، انتشارات فراهانی، چاپ اول، تهران، ۱۳۶۰ش.
۲۰. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تهران، ناصر خسرو، ۱۳۷۲ش، چاپ سوم.
۲۱. طبرسی، فضل بن حسن، تفسیر جوامع الجامع، تهران، انتشارات دانشگاه تهران و مدیریت حوزه علمیه قم، ۱۳۷۷ش، چاپ اول.
۲۲. طریحی، فخر الدین، مجمع البحرین، تهران، انتشارات مرتضوی، ۱۳۷۵، چاپ دوم.
۲۳. طوسی، محمد بن حسن، الأمالی، مترجم: حسن زاده، صادق، قم، اندیشه هادی، ۱۳۸۸.
۲۴. طوسی، محمد بن حسن، التبیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دار الاحیاء التراث العربی، بی تا.
۲۵. طیب، سید عبد الحسین، اطبیب البیان فی تفسیر القرآن، تهران، انتشارات اسلام، ۱۳۷۸ش، دوم.
۲۶. عاملی، ابراهیم، تفسیر عاملی، محقق، غفاری، علی اکبر، تهران، صدوق، ۱۳۶۰ش.
۲۷. عبد الله جوادی آملی، تسنیم (تفسیر قرآن کریم)، تنظیم و ویرایش: علی اسلامی، قم، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸.
۲۸. عمید، حسن، سرپرست تألیف و ویرایش: فرهاد قربانزاده، ناشر، آشجع، چاپ نخست، ۱۳۸۹.

۲۹. غباری بناب، باقر، نصرتی، فاطمه؛ بزرگی، محمد رضا، بررسی رابطه دلبستگی به خدا، صبر و عزت نفس در دانشجویان دانشگاه تهران، مجموعه مقالات کنگره بین المللی علوم انسانی اسلامی، پاییز ۱۳۹۶، دوره سوم، شماره ۲.

۳۰. فراهیدی، خلیل بن احمد، کتاب العین، قم، هجرت، چاپ دوم، ۱۴۱۰ق.
۳۱. فراهیدی، خلیل بن احمد، کتاب العین، چاپ مهدی مخزومی و ابراهیم سامرائی، قم ۱۴۰۹.
۳۲. فلسفی، محمدتقی، عزت و ذلت از دیدگاه نهج البلاغه، بنیاد نهج البلاغه، تهران، ۱۳۷۹.
۳۳. قرائتی محسن، تفسیر نور، چاپ یازدهم، تهران: مرکز فرهنگی درس-هایی از قرآن، ۱۳۸۳.
۳۴. قرشی، سید علی اکبر، (۱۳۷۱)، قاموس قرآن، تهران، انتشارات دار الکتب الإسلامیه، نوبت ششم.
۳۵. قمی، حاج شیخ عباس، کلیات مفاتیح الجنان، انتشارات عصر ظهور، چاپ اول، زمستان ۱۳۷۸،
۳۶. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، الوفاء، بیروت، ۱۴۰۴ق.
۳۷. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بیروت، دار إحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق.
۳۸. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، بی تا.
۳۹. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه (همراه با ترجمه فارسی)، چاپ پنجم، قم: دارالحديث، ۱۳۸۴.

۴۰. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه (با ترجمه فارسی)، مترجم: شیخی، حمیدرضا، موسسه علمی فرهنگی دار الحديث، سازمان چاپ و نشر، قم، ۱۳۸۹.
۴۱. مرتضی مطهری، ده گفتار، قم، انتشارات صدرا، بی تا.
۴۲. مطهری مرتضی، مجموعه آثار شهید، صدرا، ۱۳۹۰.
۴۳. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، چاپ اول، تهران: دار الکتب الإسلامیه، ۱۳۷۴.