

بی اعتمادی و بدگمانی شوهر به همسر

مریم حیدری^۱

چکیده

بدگمانی و سوء ظن به عنوان یک مفهوم مهم در دین اسلام همواره مورد توجه بوده است. بی اعتمادی می‌تواند باعث ایجاد مشکلاتی همچون افزایش تنش و بی‌ثباتی در خانواده شود. ضرورت پرداختن به این مساله در این است که بدگمانی و بی‌اعتمادی شوهر نسبت به همسر خویش می‌تواند به طور جدی به روابط خانوادگی آسیب بزند و به دلیل اهمیت حفظ سلامت روابط خانوادگی، نیاز به راهکارهای کاهش آسیب‌های احتمالی است. پژوهش حاضر با استفاده از روش تحلیل مطالعاتی و بررسی متون دینی، آثار تاریخی و مطالعات اجتماعی، آسیب‌های ناشی از بی‌اعتمادی شوهر نسبت به همسر در تاریخ و فرهنگ اسلام بررسی شده و مفاهیم و اصول مربوط به راهکاری برای کاهش آسیب‌های ناشی از این معضل در خانواده به تحلیل و بررسی می‌پردازد. نتایج این پژوهش نشان داده است که استفاده از روش‌های تقویت ایمان و باور دینی فرد، آموزش و ... می‌تواند در کاهش بی‌اعتمادی و بدگمانی شوهر به همسر خود موثر باشد و لذا این راهکارها می‌توانند بهبود محیط خانواده و روابط فردی را تسهیل کرده و به مقابله با آسیب‌های ناشی از این پیامد کمک کنند.

کلید واژه ها: بی اعتمادی، بد گمانی، شوهر، همسر

^۱ مدرسه علمیه حضرت زینب(سلام علیها)، استان خوزستان، شهرستان ایذه
maryam87@gmail.com

مقدمه

در طول تاریخ تمدن، در خانواده به عنوان کوچک‌ترین اجتماع بشری همواره اهمیتی خاصی داشته در محیط خانواده روابط گوناگونی پدید می‌آید. مهم‌ترین آنها روابط متقابل میان پدر و مادر با فرزندان و روابط میان زن و شوهر است. اسلام آموزه‌های فراوانی را برای زیباسازی این روابط توصیه می‌کند و الگوهایی را نیز به همگان نشان می‌دهد. اسلام خانواده را از مهمترین و اساسی‌ترین واحدهای اجتماعی میدانند که بنای آن بر الفت و همدلی و همدمی استوار و این بنا محبوبترین بناها در پیشگاه خداوند است روابط آن بر مودت و رحمت پایه گذاری شده و گرمی کانون خانواده مورد توجه عمیق اسلام است تعالیم اسلامی شخصیت واقعی انسان را در مدنظر دارد و نیکبختی و سعادت زوجین را در سایه عقد و پیمان ازدواج با در نظر داشتن معیارهای انتخاب همسر تضمین میکند در عین خواستاری لذت و خوشی برای زن و مرد روابط آنها را بر مبنای ضابطه اندیشیده ای قرار میدهد. اسلام زندگی خانوادگی را بر مبنای حقوق و مسؤولیت قرار میدهد و در آن وظیفه هر یک از اعضاء معلوم و مشخص است در عین آنکه گذشت و فداکاری زوجین برای گرمی کانون و استواری آن اصلی است اسلام قائل است اصلاحات از خانواده‌ها باید شروع شوند و زن و شوهر مسلمان باید بهای حیات اجتماعی را در خانواده پی ریزی نمایند. خانواده نظامی دارد که از سوی خالق، بشر همان کس که به همه ریزه کاریها و ظرافت و لطافت حیات او آگاه است و برای بشریت سعادت و نیکبختی می‌خواهد و در کارش اشتباهی و لغزشی نیست تهیه و تدوین شده است در نتیجه برای انسان بدبختی و تأسف و تأثیری نخواهد بود و موجبات سکون و آرامش واقعی زوجین از هر سو فراهم است.^۱

امروزه بیش از هر عصری ضروری است درباره خانواده ها بحثها و ارشادهائی صورت گیرد نخست از آن بابت که در هیچ عصر و دوره ای بشریت تا این اندازه در رابطه با خانواده دچار سقوط وانحطاط نشده بود. ثانیاً بدین اندازه انسانها از دست پخت فکری و فلسفی خود دچار سرخوردگی هیچگاه بدین نشده بودند و ثالثاً در هیچ عصری آوای تعالیم جانبخش اسلامی و معرفی اسلام بعنوان یک تز حیاتبخش و انقلاب آفرین جا نیفتاده بود. بشریت امروز چشم به سوی اسلام دارد و می‌خواهد ببیند اسلام در این رابطه چه می‌گوید و برای نجات انسان از بدبختیها و بیچارگی های موجود چه تزی را ارائه میدهد دنیای امروز بر اساس تحقیقات و بررسیهای صاحب نظران به جایی رسیده است که نیکو در می یابد که اگر خانواده ها سالم و استوار باشند بسیاری از مسائل مربوط به حیات اجتماعی سروسامان مییابند و اگر خانواده را که

^۱ قائمی، علی، *نظام حیات خانواده در اسلام*، ص ۱۵، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۸۸ ه.ش.

خشت بنای اولیه اجتماعی است از عوامل لغزش دور سازیم جامعه تا حدود زیادی سر و سامان پیدا خواهد کرد.^۱

بی‌اعتمادی بین زن و شوهر پیامدهای ناگواری را به دنبال دارد. در محیطی که بی‌اعتمادی بر آن حکمفرما است، افراد حجم بالایی از اضطراب، عدم اعتماد به نفس شدید و خودناباوری را تجربه می‌کنند.^۲

مفهوم شناسی

بی‌اعتمادی

بی‌اعتمادی موجب برانگیختن دو احساس اضطراب و اِمنی در افراد شده و باعث می‌شود افراد به طور مداوم برای فهم و بازبینی رفتارها و انگیزه‌های احتمالی دیرپران انرژی صرف کنند.

کاهش اعتماد در روابط نزدیک و خصوصاً در خانواده، علاوه بر اینکه تداوم رابطه همسران را دچار تزلزل می‌کند پف صمیمیت را کاهش می‌دهد، زمینه را برای خیانت و روابط فرازنشویی در افراد مهیا می‌کند. نگرانی و تنش روحی ایجاد می‌کند، احساس امنیت نسبت به همسر را خدشه دار می‌کند و پیامدهای مخربی نیز برای فرزندان، اطرافیان و حتی جامعه دارد.^۳ سوءظن موجب تفرقه و کینه و دشمنی می‌شود و وحدت جامعه و روابط دوستانه میان انسان‌ها را مختل می‌کند.^۴

بدگمانی و بی‌اعتمادی از گناهان قلبی و بیماری‌های روانی به شمار می‌رود که سبب بسیاری از گناهان نیز می‌باشند. اغلب افراد به این دلیل که سوءظن را گناه نمی‌بینند از آن پشیمان نمی‌شوند و آن را ترک نمی‌کنند و چون بر آن اصرار ورزند اگر بر فرض، صغیره بوده کبیره می‌شود و اگر مشمول ادله عفو می‌شد به واسطه اصرار و سبک گرفتن آن نابخشودنی می‌شود. بر هر مسلمانی واجب است حرمت بدگمانی را بداند و خود را به آن آلوده نسازد و یا اگر آلوده شد فوراً از آن توبه کند، زیرا توبه، واجب فوری است.^۵

^۱ قائمی، علی، *نظام حیات خانواده در اسلام*، ص ۱۴، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۸۸ ه. ش.

^۲ سایت: همیار عشق، تاریخ آخرین بروزرسانی: شهریور ۹، ۱۳۹۸ ه. ش.

^۳ طلایی نژاد نعیمه، مظاهری محمدعلی، چراغی مونا، حیدی محمود، *موقعیت‌های برانگیزان اعتماد و بی‌اعتمادی به همسر در زنان و مردان متأهل ایرانی*، فصلنامه سال هجدهم، شماره ۷۰، صص: ۲۴۶-۲۲۹، تابستان ۱۴۰۱ ه. ش.

^۴ کریمی، مرزبان، *بهداشت روانی در نگاه اسلام*، ص ۲۰۹، تهران: سازمان اوقاف و امور خیریه، انتشارات اسوه، ۱۴۰۰ ه. ش.

^۵ آزر می معصومه بیگم، *قاتل پنهان (سوءظن، بدبینی، بدگمانی)*، تهران: چهارده معصوم (علیه السلام) ص ۵، چاپ: ۱۳۸۷ ه. ش.

از بیماریهای خطرناک، روانی بدبینی و بدگمانی است هرکس بدان گرفتار شود، ناراحتیها رنجها، خودخوریها و دردهای دشواری در انتظار اوست. این بیماری گاه چنان شدت می یابد که شخص مبتلا به هر چه می نگرد و یا درباره ی هر چه فکر میکند؛ می کوشد نقص و عیبی در آن بجوید و نیکوییهای آن را از نظر دور سازد و فراموش فراموش کند: اگر ساختمانی، شگفت کتابی مفید و ارزنده، گفتار و نوشتاری پراح و یا انسانی با ارزش میبیند؛ به جای اینکه خوبیهای آنها را بستاید وقت و دقت خود را در این میگذراند که شاید عیب و نقصی بجوید و آنها را پست و کوچک به شمار آورد.^۱

بدگمانی

معنای لغوی گمان و بدگمانی

ظن بنا بر نظر اهل لغت هم به معنای شک استعمال شده است و هم به معنای یقین برای نمونه خلیل فراهیدی در مورد لغت ظن اینگونه میگوید والظن یكون بمعنى الشك و بمعنى اليقين و ظن به معنای شک و یقین است راغب در «مفردات میگوید «ظن به معنای اعتقادی است که از دلیل و قرینه حاصل می شود این اعتقاد گاه قوی میشود و به مرحله یقین میرسد و گاه ضعیف است و از حد گمان تجاوز نمیکند.^۲ یکی از صفات رذیله و ناپسندی که در انسان ها وجود دارد «سوءظن» است. سوءظن یعنی این که انسان نسبت به دیگران گونه ای بدگمانی و بدبینی داشته باشد و به تعبیری به همه چیز با عینک بدبینی بنگرد، بطوری که گفتار و کردار دیگران را در اکثر موارد حمل بر جهت منفی کند، مثلاً اگر کسی به او ابراز محبت کند، او با خود می گوید حتماً این شخص در صدد سودجویی و سوءاستفاده از من است؛ و بدگمانی ها و بدبینی هایی از این قبیل. سوءظن مفساد زیادی به دنبال دارد که قرآن مجید و ائمه معصومین علیهم السلام از آن نهی کرده اند.^۳

^۱ همان

^۲ میرزایی احمد، ریاحی فاطمه، *ظن و گمان در قرآن و روایات اسلامی و بررسی آن در خطابات قرآنی مربوط به وقایع صدر اسلام*، فصلنامه مطالعات قرآنی، سال یازدهم، شماره ۴۴، صص ۱۶۹-۱۸۹، زمستان ۱۳۹۹ ه. ش.

^۳ سایت : دانشنامه اسلامی، گروهی از پژوهشگران، سوء ظن، سایت داندلود بوک، بخش با معصومین، بازیابی: ۲ بهمن ۱۳۹۱.

معنای اصطلاحی بدگمانی

مفهوم سوء ظن آن است که هرگاه کاری از کسی سر زند که قابل تفسیر صحیح و نادرست باشد آن را به صورت نادرستی تفسیر کنیم مثلاً هنگامی که مردی را با زن ناشناسی ببیند فکر کند آن زن نامحرم است و نیت آنها ارتکاب اعمال خلاف می‌باشد.^۱

شوهر

همسر زن، شوی، شو، مردی که با زنی ازدواج کند، مرد زن‌دار.

همسر

همسر جنس مخالفی است که انسان به صورت عقد دائم یا عقد موقت (صیغه) به همسری می‌گیرد.^۲

بدگمانی در قرآن

خداوند متعال در قرآن مجید می‌فرماید:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَ لَا تَجَسَّسُوا وَ لَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيَحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ»

ای کسانی که ایمان دارید، از بسیاری گمانها بپرهیزید که بعضی گمانها گناه است و نیز هرگز (از حال درونی هم) تجسس نکنید و غیبت یکدیگر نکنید آیا کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده خود را بخورد البته از خوردن آن نفرت و کراهت دارید (پس بدانید که صورت واقعی غیبت مؤمن چنین است) و از خدا پروا داشته باشید که خدا توبه پذیر و مهربان است.^۳

قرآن کریم با این که تنها بعضی از ظنون را گناه می‌داند ولی می‌فرماید: «اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ» از بسیاری از ظنون اجتناب کنید مبدا گرفتار سوءظن حرام شوید.^۴

و نیز فرموده است: «وَذَلِكُمْ ظَنُّكُمُ الَّذِي ظَنَنْتُمْ بِرَبِّكُمْ أَرْدَاكُمْ»؛ این گمان شما که به خدای خود بردید شما را هلاک کرد.^۵

^۱ همان

^۲ سایت واژه یاب ساعت ورود ۲۱:۳۰ تاریخ ۱۴۰۳/۳/۹ ه. ش.

^۳ حجرات: ۱۲

^۴ همان

^۵ سوره: ۲۳

اندازه است؟ فرمود: چهار انگشت. آن گاه امیرمؤمنان دست خود را بر گوش و دو چشم خویش گذاشت و فرمود: آن چه چشمهایت ببیند حق است و آن چه گوشت شنیده بیشترش نادرست و باطل است.

تقویت ایمان

همه صفات زشت، ریشه در ضعف ایمان ما دارند. سوءظن هم یکی از این صفات است پس اگر می‌خواهیم سوءظن ما درمان شود، ایمان خود را تقویت کنیم.

تفکر

تفکر، یکی از اصلی‌ترین عوامل مبارزه با صفات زشت است. با اندکی تفکر به آثار دنیایی و آخرتی سوءظن _ که اندکی از آن گفته شد _ می‌توان انگیزه پرهیز از بدگمانی و عادت به خوش‌گمانی را در خود ایجاد کرد. اگر بدانیم:

- گمان، اثبات‌کننده‌ی چیزی نیست.
- سوءظن به همسر، سوءظن به خداست.
- بدگمانی به همسری که تا به حال از او خیانت ندیده‌ایم، نشانه پستی است.
- بدگمان، از بدترین مردمان است.

و اگر بدانیم که خداوند، پرهیز از سوءظن را در کنار دوری جستن از تعرض به جان و مال مسلمان، واجب کرده است، آیا باز هم مانند گذشته با بدگمانی به همسرمان می‌نگریم؟

پرهیز از تجسس

معمولاً وقتی انسان به همسرش بدگمان می‌شود، تلاش می‌کند با تجسس، به درست یا اشتباه بودن گمانش پی ببرد. او فکر می‌کند بهترین راه برای درمان سوءظن، همین کار است، غافل از اینکه سوءظن، یک بیماری روانی است که هر اندازه به آن اهمیت داده شود، میدان بیشتری برای فعالیت می‌یابد.

تجسس، ارزش قائل شدن برای بافته‌های ذهنی است. وقتی شما به توهمات خود اهمیت می‌دهید، در تجسستان هم حالت روانی سوءظن، دخالت می‌کند و تحلیل شما را از یافته‌هایتان، واژگونه می‌کند. از همین‌روست که تجسس، نه تنها سوءظن شما را برطرف نمی‌کند؛ بلکه آتش آن را شعله‌ورتر هم می‌کند.

پرهیز از تحقق سوءظن

مقصود از تحقق سوءظن، آن است که انسان، حالت قلبی خود را نسبت به همسرش با توجه به سوءظن، تغییر دهد و در عمل هم با او متناسب با همان گمان بدش عمل کند.

انسان بدگمان باید از تحقق سوءظن پرهیزد تا بتواند از بدگمانی خلاصی یابد.

همان‌طور برخورد کنیم که دوست داریم با ما برخورد کنند

این اقدام، در بسیاری از گلوگاه‌های حسّاس زندگی به کمکمان می‌آید. واقعاً ما دوست داریم که همسرمان درباره کارهای ما چگونه بیندیشد؟ آیا دوست داریم که کارهای ما را به بدترین وجه ممکن آن، حمل کند؟ اگر کمی با انصاف قضاوت کنیم، خواهیم دید که بدترین برخورد ممکن با همسر، آن است که کارهای او را به صورت بد آن تفسیر کنیم.

عبرت گرفتن

کسانی که به همسرشان بدگمان هستند، بارها و بارها به اشتباه بودن گمان‌های خود پی برده‌اند. عبرت گرفتن می‌تواند عامل مهمّی برای زدودن گمان‌های بد باشد.

مشاوره

گاهی سوءظن، از حد خارج می‌شود و به صورت یک عادت روانی و یا به تعبیر بهتر به صورت یک بیماری روانی در می‌آید. در این صورت، بهترین توصیه برای درمان این بیماری، مشاوره با یک مشاور متعهد و متخصص است.

پرهیز از ایجاد سوءظن

همان‌طور که در آیات و روایات به ما توصیه شده از سوءظن پرهیزیم، ما را از انجام دادن کارهایی که تولید سوءظن می‌کند نیز منع کرده‌اند. اگر همسرمان به دیر آمدن و زود رفتن حسّاس است، سرِ وقت برویم و بموقع بیاییم. اگر به تلفن‌های مخفیانه ما حسّاس است، در مقابل او تلفن کنیم و پاسخ دهیم. اگر به رفت و آمدها حسّاس است، رفت و آمدها را با هماهنگی او انجام دهیم و...

پرهیز از ایجاد زمینه بدبینی برای فرد شکاک

بهترین رفتار ما در مقابل فرد شکاک، آن است که زمینه شکاکیت را تولید نکنیم. برخی بدون اینکه بخواهند خودشان گامی برای اصلاح بدگمانی همسرشان بردارند، فقط اصرار دارند همسرشان بدبین نباشد. یکی از کارهایی که زمینه شکاکیت را فراهم می‌کند، مخفی کاری است.

در جریان گذاشتن همسر

توضیح و تعریف کارهایی که در غیاب همسر انجام گرفته نیز در کم کردن حساسیت‌های او مؤثر است. اصرار داشتن بر اینکه نباید آنچه را در بیرون گذشته، برای شما تعریف کنم، باز هم حس بدبینی همسر را تقویت می‌کند. البته نباید اتفاقی را که موجب دامن زدن به بدگمانی او می‌شود، بازگو کرد.^۱

نتیجه گیری

یکی از پیامدهای بدگمانی، بی اعتمادی است. انسان بدبین نسبت به دیگران اعتماد ندارد و نداشتن حس بی اعتمادی در زندگی مشترک عوارض بسیار سنگینی را به وجود می‌آورد.

از بین رفتن همکاری و تعاون و دیگر فعالیت های خانوادگی که نیاز به مشارکت و همدلی دارد، در سایه بدگمانی از بین می‌روند.

انسان بدبین در پی سوءظنی که دارد گرفتار گناهان دیگری نیز همچون؛ تهمت، تجسس در امور دیگران، غیبت، دشمنی و ... می‌شود.

از بین رفتن آرامش خود فرد شکاک و افراد محیطش

از دست دادن دوستان و نزدیکان و ترد شدن از سوی دیگران را موجب می‌شود.

بدگمانی و بدبینی شوهر به همسر یک مفسده اخلاقی، اجتماعی، عبادی و همه جانبه است از طریق مخاطرات فکری انسان را در معرض خطر قرار می‌دهد و عواقب بسیاری به دنبال خواهد داشت

عوامل مختلفی ممکن است باعث بروز بدبینی در انسان شود و یا حتی باعث تشدید آن شود. از جمله:

ضعف ایمان و آلودگی باطن

محیط اجتماعی و خانوادگی ناسالم

تکبر و حسادت، باعث می‌شود تا فرد خوبی دیگران را نبیند و فقط گمان کند دیگران کار اشتباه انجام می‌دهند.

عقده حقارت

عدم اعتماد به افراد می‌تواند به عوامل متعددی مرتبط باشد از جمله:

تجربیات اولیه دوران کودکی،

تجربیات اجتماعی،

روابط بزرگسالان،

عوامل شخصیت

^۱ سایت : کیهان، تاریخ انتشار : ۰۴ خرداد ۱۴۰۳ - ۱۹:۵۹، کد خبر: ۲۸۸۷۴۴

و اما همان گونه که برای درمان هر مفسده اخلاقی راه حل هایی برای درمان وجود دارد
 برای پیشگیری و درمان بدگمانی نیز راه کارهایی وجود دارد. از قبیل:
 تقویت ایمان و توجه و تأمل در آیات و روایاتی که در مذمت سوءظن وارد شده است و
 در مقابل توجه به صفت حسن ظن نسبت به دیگران و خداوند.
 - بی اعتنائی به شک و ظن های بدی که در ذهن نسبت به دیگری به وجود می آید.
 - توجه به خصلت های خوب طرف مقابل و پر رنگ کردن آن ها، افزایش احترام و محبت و
 دعا کردن در حق او.
 - زمانی که فردی خطایی را مرتکب شود بهتر است در خلوت او را نصیحت نمود، نه این
 که به دنبال بدگمانی و غیبت از او بود.
 - برداشت مثبت از اعمال و رفتار دیگران به جای زدن عینک بدبینی با خوش بینی
 برخورد کردن.

فهرست منابع

۱. قرآن کریم
۲. نهج البلاغه
۳. آزر می معصومه بیگم، *قاتل پنهان (سوء ظن، بدبینی، بدگمانی)*، تهران: چهارده معصوم (علیه السلام) ص ۵، چاپ: ۱۳۸۷ ه ش.
۴. اسکندری محمد حسین، *اخلاق در قرآن (معارف قرآن ۷)*، ج سوم، چاپ اول ۱۳۸۴، چاپ هشتم ۱۳۹۴، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (رحمه الله) در بهار ۱۳۷۶ ه ش.
۵. اکبری، محمود؛ *خوش بینی و بد بینی*، ص: ۷۴، قم: انتشارات فقیان، ۱۳۹۰ ه ش.
۶. حسینی نیشابوری، سید علی اکبر، *سلسله سخنرانی های استاد رفیعی*، ج ۳، قم: دار المبلغین. ۱۳۹۷ ه ش.
۷. حسینی مرتضی، *حسن ظن و سوء ظن*، ناشر دیجیتال: مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان ۱۳۹۹ ه ش.
۸. دشتی محمد، *نهج البلاغه*، حکمت ۳۸۴، قم: انتشارات مسجد مقدس جمکران، چ اول، ۱۳۸۲ ه ش.
۹. دشتی محمد، *نهج البلاغه*، حکمت ۳۶۰، قم: انتشارات مسجد مقدس جمکران، چ اول، ۱۳۸۲ ه ش.
۱۰. قائمی، علی، *نظام حیات خانواده در اسلام*، ص ۱۴، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، ۱۳۸۸ ه ش.
۱۱. کریمی، مرزبان، *بهداشت روانی در نگاه اسلام*، ص ۲۰۹، تهران: سازمان اوقاف و امور خیریه، انتشارات اسوه، ۱۴۰۰ ه ش.
۱۲. محدثی. جواد، *درس هایی از نهج البلاغه*، مشهد: بنیاد پژوهش های اسلامی، ص: ۱۳۳، ۱۳۸۵ ه ش.
۱۳. محمدی ری شهری، محمد، *حکمت نامه حضرت عبدالعظیم (ع)*، صص: ۱۳۴-۱۳۵، قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحديث، سازمان چاپ و نشر، ۱۳۹۰ ه ش.
۱۴. مجلسی محمدباقر بن محمدتقی، *بحار الانوار*، ج ۷۵، ص ۲۵۲، بیروت: دار احیاء التراث العربی، چاپ دیجیتالی، ۱۴۰۴ ه ق.

۱۵. نراقی ملا احمد، *معراج السعاده*، ص ۳۲۵، قم: نشر جمال، ۱۳۸۸ ه. ش.
۱۶. طلایی نژاد نعیمه، مظاهری محمدعلی، چراغی مونا، حیدی محمود، *موقعیت‌های برانگیزان اعتماد و بی‌اعتمادی به همسر در زنان و مردان متاهل ایرانی*، فصلنامه سال هجدهم، شماره ۷۰، صص: ۲۴۶-۲۲۹، تابستان ۱۴۰۱ ه. ش.
۱۷. میرزایی احمد، ریاحی فاطمه، *ظن و گمان در قرآن و روایات اسلامی و بررسی آن در خطابات قرآنی مربوط به وقایع صدر اسلام*، فصلنامه مطالعات قرآنی، سال یازدهم، شماره ۴۴، صص ۱۶۹-۱۸۹، زمستان ۱۳۹۹ ه. ش.
۱۸. پایگاه اطلاع رسانی دفتر نشر و فرهنگ و معارف اسلامی مسجد هدایت، کد مطلب ۳۴، تاریخ انتشار: ۱۶ اردیبهشت ۱۳۹۴ - ۱۹:۳۰
۱۹. سایت واژه یاب ساعت ورود ۲۱:۳۰ تاریخ ۱۴۰۳/۳/۹ ه. ش.
۲۰. سایت: دانشنامه اسلامی، گروهی از پژوهشگران، سوء ظن، سایت داندلود بوک، بخش با معصومین، بازیابی: ۲ بهمن ۱۳۹۱.
۲۱. سایت: همیار عشق، تاریخ آخرین بروزرسانی: شهریور ۹، ۱۳۹۸ ه. ش.^۱
۲۲. سایت: مرکز مشاوره ستاره ایرانیان
۲۳. سایت: کیهان، تاریخ انتشار: ۰۴ خرداد ۱۴۰۳ - ۱۹:۵۹، کد خبر: ۲۸۸۷۴۴
۲۴. سایت: دانشنامه اسلامی، گروهی از پژوهشگران، سوء ظن، سایت داندلود بوک، بخش با معصومین، بازیابی: ۲ بهمن ۱۳۹۱.
۲۵. سایت «آلاتو» مجله لایف استایل توسط: اکبری در تاریخ: ۱۶/۰۱/۱۳۹۹
۲۶. سایت: دانشنامه اسلامی، گروهی از پژوهشگران، سوء ظن، سایت داندلود بوک، بخش با معصومین، بازیابی: ۲ بهمن ۱۳۹۱.