

خودسازی در آیات و روایات

طاهره توسلی زاده^۱

چکیده

خودسازی یعنی به فعلیت درآوردن همه استعدادها و ظرفیت های درونی و تخلق به صفات الهی. ایجاد تعادل بین قوای سه گانه نفسانی و تلاش برای تسلط قوه عقلیه بر قوای شهویه و غضبیه، خودسازی فرآیندی است که در آن انسان تلاش می کند با استفاده از آموزه های قرآنی و الهی نفس خویش را از ویژگی های منفی و گناه پاک سازد. فضائل نیکو و اخلاق محموده را در خود تقویت کند. این روند شامل مراقبت مداوم از افکار گفتار و کردار در جهت رضایت خداوند پیروی از سیره پیامبران و ائمه معصومین (علیه السلام) است. خودسازی فرد را به سمت تعهد اجتماعی و مسئولیت پذیری سوق می دهد. افرادی که در مسیر خودسازی گام برمی دارند بیشتر مایل به همکاری و همدردی و کمک به دیگران هستند. انسان عاقل می داند که اعمال و رفتارش در سعادت و شقاوت دنیا و آخرت او بی تأثیر نیست، از این رو لازم است برای رشد و تکامل و دوری از غرایز سرکش حیوانی خودسازی کند و به اصطلاح جهاد اکبر انجام دهد، زیرا تزکیه و تهذیب نفس، انسان را به خودش آشنا می کند و گردوغبار غفلت را از چشم او برمی دارد. از نتایج به دست آمده در پژوهش: به خودسازی در قرآن پرداخته شده است که شامل راههای خودسازی، موانع خودسازی، فوائد خودسازی، عواقب نداشتن خودسازی و پیامدهای نداشتن خودسازی در قرآن و... می باشد، در روایات نیز به روایات ائمه در مورد خودسازی پرداخته شده است. این مقاله به روش توصیفی و ابزار کتابخانه ای درصدد می باشد تا به روشهای خودسازی در قرآن و روایات بپردازد.

کلیدواژه‌ها: آیات، تزکیه نفس، تقوا، خودسازی، روایات،

^۱ طلبه سطح دو حوزه علمیه فاطمیه (س)، نجف آباد

مقدمه

هرگاه خداوند عنایت فرماید و شخص بتواند خودسازی و تزکیه نفس را به مرحله ای برساند که جزو زهاد شود راه سعادت را پیموده و به سرمنزله مقصود رسیده است. خوشا به حال چنین بنده ای که لطف پروردگار شامل حالش شده و توفیق بندگی و اطاعت پیدا کرده است.

خودسازی به معنای تکمیل و پرورش نفس و استفاده از تمایلات و خواست های نفسانی به صورت هم آهنگ و در جای مخصوص خود می باشد. خودسازی به عنوان جهاد اکبر از وظایف مهمی است که هر فرد باید در حد وسع و توان خویش بکوشد تا عزت خود و خانواده و اجتماعی را که در آن زندگی می کند اعتلا بخشد. خودسازی می تواند در ابعاد روحی، جسمی، فکری، اخلاقی، ایمانی، و اعتقادی صورت پذیرد برای وصول به مرحله خودسازی لازم است فرد ابتدا خود را در تمامی ابعاد وجودی بشناسد که ثمره آن معرفت الله است بدون تردید رسیدن به وضعیت مطلوب و ایده ال بدون شناخت انسان به عنوان موضوع تربیت امکان پذیر نیست. در این مورد کتابها و مقالات بسیاری نگاشته شده است از جمله: ۱- کتاب رساله لب اللباب در سیر و سلوک اولی الالباب آیت الله حسینی تهرانی آن را به نگارش در آورده است. این کتاب مجموعه دروس اخلاقی و عرفانی است که توسط علامه طباطبایی بیان شده و آیت الله تهرانی آن ها را به نگارش در آورده اند. این کتاب مجموعه ای خلاصه ولی بسیار متقن در رابطه با مسائل خودسازی و مراحل سیر و سلوک است ۲- کتاب وسائل الشیعه کتاب حدیثی شیعه است که توسط شیخ حر عاملی تالیف شده است. جهاد با نفس بخشی از این کتاب است که به ذکر احادیثی در رابطه با خودسازی و جهاد با نفس پرداخته شده است. ۳- حدیث جنود عقل و جهل، نوشته امام خمینی نام حدیثی مفصل است که از امام صادق (علیه السلام) نقل شده است و امام صادق برای هر کدام از عقل و جهل ۷۵ لشکر معرفی میکنند که مطالعه و دانستن این جنود می تواند در خودسازی انسان تاثیر خوبی داشته باشد. ولی در مقاله حاضر قصد شده که هم از منظر آیات هم از منظر روایات خودسازی به صورت اجمالی بررسی شود.

۱- مفهوم شناسی

۱-۱- تزکیه نفس: تزکیه در لغت به معنای پاک گردانیدن و به صلاح آمدن و رشد یافتن نفس و مال و کشت و زرع و همچنین به معنای ستودن نفس و خودستایی و به ناز زیستن در

فراوانی است.^۱ در قرآن کریم واژه تزکیه به کار نرفته، اما واژگان هم ریشه آن بیش از پنجاه بار آمده است. صورت های گوناگون تزکیه در قرآن ناظر بر معنایی عام است و آن دور ساختن غیرحق از حق و ناپاکی از پاکی است که شامل پالودن نفس از گناه و خوی های ناپسند و پالایش مال از چیزهای حرام و فاسد است؛ بنابراین، تزکیه هم در مورد نفس هم در مورد مال به کار می رود. به گفته راغب اصفهانی^۲ تزکیه نفس دو معنای متفاوت دارد: از راه کردار بدین معنا که نفس خود را با انجام اعمال صالح از گناه پاک سازد، و این همان حقیقت تزکیه است^۳ و در قرآن^۴ نیز به کسی که خود را تزکیه کند، وعده رستگاری داده شده است؛ از راه گفتار که ناپسند، و مدح نفس و خودستایی است و در قرآن نیز از آن نهی شده است.^۵

۱-۲- خودسازی: مفهوم خودسازی لغت شناسان، خودسازی را (به تهذیب اخلاق خود کوشیدن و ظاهر خود آراستن) معنا کرده اند، اما در اصطلاح، خودسازی به معنای تکمیل و پرورش نفس و استفاده از تمایلات و خواست های نفسانی به صورت هم آهنگ و در جای مخصوص خود می باشد. واژه خودسازی در زبان فارسی، ترجمان و معادل تزکیه در ادبیات عرب است؛ بنابراین با بررسی معنای تزکیه نیز می توان به مفهوم خودسازی دست یافت. تزکیه از ماده «ز ک و» در لغت به معنای استوار ساختن و دور کردن شیئی از عیب و کاستی؛ و ایجاد رشد، برکت و طهارت در آن و در اصطلاح علم اخلاق عبارت از پاک کردن و پیراستن نفس از نقایص و صفات رذیله و آراستن آن به صفات پسندیده و کمالات نفسانیه است.^۶ تعریف خودسازیدر کتاب «آموزه های بنیادین علم اخلاق» آمده: خودسازی به معنای شناخت معارف، ایجاد ملکات و انجام افعالی است که کمال شناخته شده برای «خود» را پدید می آورند. در کتاب «به سوی خودسازی» نیز گفته شده: منظور از خودسازی و به طور کلی پرداختن به خویش، شکل دادن و جهت بخشیدن به فعالیت های

^۱ عبدالواحد بن محمد آمدی، تصنیف غررالحکم و دررالکلم، ص ۳۶۹؛ حیدر بن علی آملی، تفسیر المحيط الاعظم و البحر الخضم فی تأویل کتاب الله العزیز المحکم، ص ۳۴۵؛ ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، ص ۷۳۸؛ ابن بابویه، عیون اخبارالرضا، ص ۲۸۶

^۲ بهرام پور، ابوالفضل، «تزکیه مقدم است یا تعلیم؟»، بیانات، سال ۴، شماره ۴، ۱۳۷۶، ص ۱۳

^۳ احمد بن علی بیهقی، تاج المصادر، ص ۳۲۴

^۴ حسین بن محمد دامغانی، الوجوه و النظائر لالفاظ کتاب الله العزیز، ج ۱، ص ۱۴۵، حسین بن محمد راغب

اصفهان، المفردات فی غریب القرآن، ص ۲۳۴

^۵ زمخشری، الکشاف، ص ۲۸۹

^۶ دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، ج ۶، ص ۲۲۸؛ فراهیدی، العین، ص ۳۴۸، زکو؛ ابن منظور، لسان العرب، ج ۶، ص

۶۴، زکا؛ نراقی، جامع السعادات، ج ۱، ص ۴۰۰

حیاتی و تصحیح انگیزه‌ها و در نظر گرفتن مقصد نهایی و سوگیری فعالیت‌ها برای خداوند است؛ امام خمینی (ره) در مورد خودسازی و معنای آن می‌فرماید: پس جهاد نفس که جهاد بزرگ است، عبارت است از غلبه کردن انسان بر قوای ظاهره خود و آن‌ها را تحت فرمان خالق درآوردن و مملکت را از لوٹ وجود قوای شیطانی و جنود آن خالص نمودن.^۱ اما به نظر می‌رسد که خودسازی در یک تعریف منطقی دقیق، عبارت است از روش صحیح زندگی کردن و تکاپو و تلاش و مجاهده مستمر برای تغییر وضعیت موجود، به وضعیت مطلوب؛ این تعریف، کلی و ساده، ولی در عین حال رسا و جامع است.^۲

۱-۳- تقوا: تقوا حالتی در فرد است که به او مصونیت روحی و اخلاقی می‌دهد و باعث می‌شود وقتی در محیط گناه قرار می‌گیرد گناه نکند.^۳ واژه «تقوا» از ماده «وَقَى» به معنای «حفظ و صیانت»، گرفته شده و در لغت، به معنای خودنگهداری و حفظ نفس است.^۴ در قرآن، روایات پیامبر (صلی الله علیه و آله) و امامان معصوم (علیهم السلام) و سخنان عالمان دین بر اهمیت تقوا تأکید شده و آثاری برای آن در زندگی دنیوی و آخرت بیان شده است. آمرزیده شدن گناهان، قبولی اعمال نزد خداوند، رسیدن به رستگاری، دارا شدن قوه تشخیص حق از باطل، رزق و روزی حلال، نجات از سختی‌ها را برخی از آثار تقوا برشمرده‌اند.

۲- خودسازی در قرآن

خودسازی در قرآن همچون نوری است که راه را به سوی تعالی و کمال روشن می‌نماید. و انسان را در مسیری قرار می‌دهد که هر قدم در آن به معنای یک گام نزدیک تر به خدا و تحقق بخشیدن به آرمانهای عالی انسانی است.

۲-۱- تزکیه نفس: تزکیه نفس نه تنها به عنوان یک نوعیه اخلاقی بلکه به عنوان یک الزام روحی و معنوی مطرح شده است. این فرایند عبارتند از یک مسیر پیوسته و هدفمند برای رسیدن به پاکیزگی نفس و کمال اخلاقی که انسان را در مسیر قرب الهی قرار می‌دهد. تزکیه نفس در قرآن با مفاهیمی چون تقوا، و اصلاح درونی عمیقاً پیوند خورده است. انجام اعمال عبادی مانند خواندن

^۱ امام خمینی، روح الله، شرح حدیث جنود عقل و جهل، ص ۱۸۹

^۲ خواجه نصیرالدین طوسی، اخلاق ناصری، ص ۳۴۵

^۳ مطهری، ده گفتار، ص ۲۰-۲۱.

^۴ راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ذیل واژه «وقی».

نماز یکی از راههای خودسازی است. قرآن با بیان آیاتی چون « قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّيْهَا »^۱؛ که می فرماید: به راستی که رستگار شد آن که نفس خود را پاک ساخت. تاکید می کند که پاکسازی و تهذیب نفس کلید رستگاری و موفقیت انسان در آخرت و دنیا است. این آیات دلالت بر اهمیت اساسی خودسازی در اسلام دارند و انسان را به سوی اندیشه ورزی و خودآگاهی سوق می دهند. خودسازی در قرآن فقط به منظور تزکیه اخلاقی و رفتاری انسان نیست بلکه به عنوان یک وسیله برای نیل به قرب الهی و تحقق بخشیدن به هدف آفرینش انسان مطرح شده است در واقع قرآن با توجه به خودسازی انسان را به خودشناسی و درک مقصود الهی از آفرینش دعوت می کند.^۲ آدمی در جهت نیل به کمال لازم است به تزکیه نفس و خودسازی روی آورد. خودسازی از دیدگاه علمای اخلاق و عرفان یعنی شناخت نفس بطوری که انسان در این شناخت بتواند خود را از حیوانیت و صفات و ملکات آن رها نموده و به عالم نور و انسانیت داخل کند و شامل دو مرحله می شود: اولاً دفع رذائل و صفات زشت اخلاقی که تعبیر به تخلیه می شود.^۳

۲-۲- آراسته شدن به صفات نیک اخلاقی و فضائل پسندیده انسانی: از این تعبیر به تخلیه می شود. نکته بسیار مهم دیگری که قرآن درباره خودسازی و تزکیه به آن اشاره دارد این است که تزکیه و خودسازی تنها زیر سایه فضل و رحمت خداوند است که ممکن می شود و اگر این فضل و رحمت نباشد، تزکیه ای اتفاق نخواهد افتاد. قرآن در آیه ۲۱ سوره نور میفرماید: «وَلَوْ لَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ»؛ و اگر فضل و رحمت خدا شامل شما نبود احدی از شما تزکیه نخواهید شد، لیکن خدا هر کس را می خواهد تزکیه میکند و خدا شنوا و داناست.^۴

همانطور که در این آیه شریفه می بینید، تنها فضل و رحمت خداست که عامل تزکیه انسان است و اگر لحظه ای این فضل و رحمت از انسان برداشته شود، بدون شک دچار ناپاکی و خطا خواهد شد. یک نکته دقیق دیگری که در این آیه است، اشاره به سمیع و علیم بودن خداست که توجه به شنونده و بیننده بودن خدا میتواند در راه خودسازی و تزکیه کمک زیادی به انسان ها بکند چرا

^۱ شمس، آیه ۱۰

^۲ مصباح یزدی، خودشناسی برای خودسازی، ص ۱۷۶

^۳ حسن قدوسی زاده، گام های سلوک (چهل گام در خودسازی)، ص ۶۷

^۴ محمدحسن، رحیمیان، آیین تزکیه، ص ۹۸

فَلْيَبْدَأْ بِتَعْلِيمِ نَفْسِهِ نَفْسِهِ وَ مُؤَدِّبَهَا أَحَقُّ بِالْإِجْلَالِ مِنْ مُعَلِّمِ النَّاسِ وَ مُؤَدِّبِهِمْ»^۱؛ کسی که خود را پیشوای مردم قرار داده، پیش از تعلیم دیگران، باید به ادب کردن خویش بپردازد و پیش از آنکه به گفتار، تعلیم دهد، به کردار ادب کند، و کسی که خود را تعلیم دهد و ادب اندوزد، برای تکریم و بزرگداشت شایسته تر است نسبت به کسی که دیگری را تعلیم دهد و ادب آموزد. امیرالمؤمنین (علیه السلام) در این سخن، ضمن تصریح به اولویت خودسازی، بر تأثیرگذاری عملی تأکید کرده اند؛ چرا که زبان عمل و رفتار، گویاتر و نافذتر از زبان گفتار است. آن حضرت همچنین انسان را به تعلیم و تربیت خود سفارش و بر آن تأکید کرده اند؛ همچنان که در بیان دیگری نیز به اهمیت این امر اشاره نموده اند: «... فَمَنْ شَغَلَ نَفْسَهُ بِغَيْرِ نَفْسِهِ تَحَيَّرَ فِي الظُّلُمَاتِ وَ ارْتَبَكَ فِي الْهَلَكَاتِ وَ مَدَّتْ بِهِ شَيَاطِينُهُ فِي طُغْيَانِهِ وَ زَيَّنَتْ لَهُ سَيِّئَ أَعْمَالِهِ»^۲؛ هر کس به جای اینکه به خود مشغول باشد اولویت دیگری برگزیند و مشغول امور دیگر شود و نفس خود را به غیر نفس خود مشغول دارد، در تاریکی ها و ظلمات سرگردان گردد و در مهلکه آشفته مشوش شود و شیاطین مسلط بر او، او را در طغیانگری ها بکشند یاری نمایند و زشتی اعمال او را برای او بیارایند.

یا در بیان دیگری می فرمایند: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ طُوبَى لِمَنْ شَغَلَهُ عَيْبُهُ عَنْ عُيُوبِ النَّاسِ وَ ... فَكَانَ مِنْ نَفْسِهِ فِي شُغْلٍ»^۳؛ ای مردم؛ خوشا به حال کسی که پرداختن به عیوب و رذائل اخلاقی خود، او را از پرداختن به عیوب و رذائل مردم باز دارد و خوشا به حال کسی که همواره به خویش مشغول باشد

از همین روست که می بینیم حضرت، حتی در مقام توصیه و تنبیه به کارپردازان و نمایندگان خود در ممالک اسلامی که اساساً مأمور به اصلاح جامعه و دیگر سازی اند، پیش و بیش از دستور به مراعات انصاف و عدالت اجتماعی، بر خودسازی و مخالفت هوای نفس و خویشتن داری تأکید می کنند: در نامه ۲۶ که به یکی از مأموران مالیات در سال ۳۶ ق برای فرماندار اصفهان (مخنف بن سلیم) فرستاده شد می خوانیم: او را به ترس از خدا در اسرار پنهانی و اعمال مخفی سفارش می کنم؛ آنجا که هیچ گواهی غیر از او و نماینده ای جز خدا نیست و سفارش می کنم که مبدا در

^۱ للصبحی صالح ، نهج البلاغه، ص ۴۸۰، حکمت ۷۳.

^۲ همان، ص ۲۲۱، خطبه ۱۵۷

^۳ همان، ص ۲۵۵، خطبه ۱۷۶

ظاهر، خدا را اطاعت و در خلوت، نافرمانی کند و اینکه آشکار و پنهانش، و گفتار و کردارش در تضاد نباشد. امانت الهی را پرداخته، عبادت را خالصانه انجام دهد.^۱

همچنین در نامه ۲۷ که حضرت در سال ۳۷ق به فرماندار مصر، محمد بن ابی بکر فرستادند، چنین آمده است: «ای محمد بن ابی بکر! بدان که من تو را سرپرست بزرگ ترین لشکر یعنی لشکر مصر، قرار دادم. بر تو سزاوار است که با خواسته های دل مخالفت کرده و از دین خود دفاع کنی؛ هر چند ساعتی از عمر تو باقی نمانده باشد. خدا را در راضی نگهداشتن مردم به خشم نیاور؛ زیرا خشنودی خدا جایگزین هر چیزی است؛ اما هیچ چیز جایگزین خشنودی خدا نمی شود. نماز را در وقت خودش به جای آر؛ نه اینکه در بیکاری زودتر بخوانی و به هنگام درگیری و کار آن را تأخیر بیندازی. بدان که تمام کردار خوبت، در گرو نماز است.»^۲ حضرت علی (علیه السلام) ضمن تأکید بر ضرورت تربیت اخلاقی، بر ضرورت اولویت خودسازی بر دیگرسازی تصریح کرده اند.

نتیجه گیری

مسئله خودسازی و تزکیه نفس بارها و بارها در قرآن و روایات ذکر شده و این مسئله نشان دهنده اهمیت بالای این موضوع است. بنابراین مهم است که انسان برای خودسازی خودش برنامه ای در زندگی داشته باشد و این مسئله را در زندگانش جاری بسازد تا به موفقیت های دنیوی و اخروی دست پیدا کند. از نتایج به دست آمده در مقاله به خودسازی در قرآن پرداخته شده که شامل راههای خودسازی، موانع خودسازی، فوائد خودسازی، عواقب و پیامد نداشتن خودسازی و... و در روایات نیز به روایات ائمه (علیهم السلام) و همچنین ادعیه امام سجاد (علیه السلام) در مورد خودسازی و توصیه های امیرالمومنین (علیه السلام) در نهج البلاغه در مورد خودسازی پرداخته است. همانطور که در قرآن ذکر شد خودسازی و تزکیه بدون رحمت و فضل الهی ممکن نخواهد بود بنابراین از خداوند کمک بخواهید که در این مسئله مهم به ما یاری برساند و ما را برای رسیدن خودسازی معنوی و مادی کمک رساند.

فهرست منابع

*قرآن، الهی قمشه‌ای، مهدی

^۱ همان، ص ۵۰۷

^۲ همان، ص ۵۱۱

❖ نهج البلاغه ، للصبحی، صالح

منابع فارسی

۱. امینی، ابراهیم، خودسازی (تزکیه و تهذیب نفس)، تهران: شفق، ۱۳۹۱
۲. اشتهااردی، محمد محمدی، آموزه های اخلاقی، رفتاری امامان شیعه، تهران: موسسه بوستان کتاب، چاپ نهم، ۱۳۹۱
۳. محمد مهدی، بحر العلوم، سیر و سلوک، شارح محمد حسین حسینی طهرانی، مشهد: علامه طباطبائی، ۱۳۹۲
۴. حسینی، خلیل، بهشت اخلاق: درسنامه تزکیه و خودسازی، قم: انتشارات جمکران، ۱۳۸۹
۵. خمینی، روح الله، شرح حدیث جنود عقل و جهل، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س)، ۱۳۸۸
۶. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات، تهران: اسراء، ۱۳۹۵
۷. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران: موسسه چاپ و انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷۷
۸. رحیمیان، محمد حسن، آیین تزکیه، تهران: موسسه بوستان کتاب، ۱۳۸۰
۹. ربوبی، جواد، مقام آدمیت (خودسازی، خودشناسی، سیروسلوک به سوی خدا)، تهران: اقبال، ۱۳۸۸
۱۰. شریف عسکری، حسین، خودشناسی و خودسازی در پرتو دعاهاى امام سجاد (علیه السلام)، تهران: دانشکده اصول دین، ۱۳۸۹
۱۱. قدوسی زاده، حسن، گام های سلوک (چهل گام در خودسازی)، تهران: دفتر نشر معارف (وابسته به نهاد نمایندگی مقام رهبری در دانشگاه)، ۱۳۹۶
۱۲. مطهری، ده گفتار، تهران: موسسه انتشارات صدرا، ۱۳۹۷
۱۳. مصباح یزدی، محمد تقی، خودشناسی برای خودسازی، قم: مؤسسه در راه حق، ۱۳۹۶

منابع عربی

۱۴. آمدی، عبدالواحد بن محمد، تصنیف غررالحکم و دررالکلم، قم: دار الکتاب الإسلامی، ۱۴۱۰ق
۱۵. ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، قم: چاپ محمدابوالفضل ابراهیم، ۱۴۰۴ق
۱۶. ابن بابویه، عیون اخبار الرضا، تهران: چاپ مهدی لاجوردی، ۱۳۷۸.

۱۷. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، قم: جامعه مدرسين، ۱۴۰۴ق
۱۸. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، مصر: المطبعة الميريه، ۱۳۰۰ق
۱۹. آملی، حيدر بن علی، تفسير المحيط الاعظم و البحر الخضم في تأويل كتاب الله العزيز المحکم، تهران: چاپ محسن موسوی تبریزی، ۱۴۱۶ق
۲۰. بيهقي، احمد بن علی، تاج المصادر، تهران: چاپ هادی عالم زاده، ۱۳۶۶
۲۱. دامغانی، حسين بن محمد، الوجوه و النظائر لالفاظ كتاب الله العزيز، بيروت: دار إحياء التراث العربی، ۱۴۱۲ق
۲۲. زمخشری، محمود بن عمر، الکشاف، بيروت: دار الكتاب العربی، ۱۴۰۷ق
۲۳. طوسی، خواجه نصیرالدین، اخلاق ناصری، تهران: خوارزمی، ۱۳۹۹
۲۴. فراهیدی، خليل بن احمد، العین، تهران: مؤسسه دار الهجرة، ۱۴۰۹ق
۲۵. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، تهران: دار الکتب الإسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ق
۲۶. مجلسی، محمد باقر، بحار الأنوار، بيروت: دار إحياء التراث العربی، ۱۴۰۳ق
۲۷. نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، تهران: اسماعیلیان، ۱۳۸۶
۲۸. هاشمی خویی، حبیب الله، حسن زاده آملی، حسن، منهاج البراعه، تهران: مکتبه الإسلامیه، چاپ چهارم، ۱۴۰۰ق

مقالات

۲۹. افتخارزاده، شمسی، انسان سالم از دیدگاه قرآن و حدیث، سال پنجم، شماره ۱۷، ۱۳۸۶
۳۰. بهرام پور، ابوالفضل، «تزکیه مقدم است یا تعلیم؟»، بینات، سال ۴، ش ۴ (زمستان ۱۳۷۶).
۳۱. روحانی نژاد، حسین، گام هایی در مسیر خودسازی، ماهنامه تربیتی اخلاقی خلق، شماره ۱۸، ۱۳۸۹
۳۲. دریایی، امیرحسین، فوائد خودسازی، موسسه فرهنگی تبلیغی وارث، ۱۳۹۹

