

جایگاه ذکر و شکر در سلوک معنوی انسان

خدیجه جعفری علی کندی^۱

چکیده

نوشتار حاضر با عنوان «جایگاه ذکر و شکر در سلوک معنوی انسان» به بررسی تاثیرات عمیق ذکر و شکر در مسیر تعالی روحی و اخلاقی انسان می‌پردازد. هدف از این تحقیق، تبیین نقش این دو عملی عبادی در تقویت ارتباط با خداوند، تزکیه نفس، پرورش صفات مثبت اخلاقی و ایجاد آرامش و رضایت درونی است. ضرورت این پژوهش از آنجا ناشی می‌شود که ذکر و شکر به عنوان دو رکن اساسی در آموزه‌های دینی و عرفانی مسیری موثر برای دوری از غفلت، پاکسازی روح از صفات منفی و تقویت ارزش‌های اخلاقی را فراهم می‌آورد. روش گردآوری اطلاعات در این تحقیق به صورت کتابخانه‌ای و با استفاده از متون دینی تفاسیر قرآن کریم و منابع عرفانی صورت گرفته است. پردازش اطلاعات به شیوه توصیفی-تحلیلی و بر اساس تحلیل محتوای متون و استنتاج مفاهیم کلیدی انجام شده است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که ذکر از طریق تقویت یاد خداوند باعث ایجاد آرامش قلبی پاکسازی روح از تعلقات دنیوی و تقویت توکل و صبر می‌شود در حالی که شکر زمینه ساز رضایت از زندگی پرورش صفات اخلاقی مانند قناعت و تواضع و تقویت حس همدلی و مسئولیت پذیری است. این دو عمل عبادی در کنار یکدیگر ابزاری موثر برای دستیابی به کمال انسانی و نزدیکی به خداوند فراهم می‌کنند.

واژگان کلیدی: ذکر، شکر، سلوک معنوی، تزکیه نفس، ارزش‌های اخلاقی.

مقدمه

در مسیر سلوک معنوی و کمال انسانی، ذکر و شکر به عنوان دو مفهوم کلیدی جایگاه ویژه‌ای دارند. ذکر، به معنای یاد خداوند و تکرار اسامی و صفات الهی، ابزاری برای تقویت ارتباط معنوی و تمرکز بر حقیقت مطلق است. شکر نیز، که قدردانی و سپاس از نعمت‌های الهی را دربرمی‌گیرد، وسیله‌ای برای پرورش حس توکل، رضایت درونی و افزایش آگاهی از رحمت خداوند محسوب می‌شود.

۱. طلبه سطح ۲ حوزه علمیه زینب کبری سلام الله علیها ارومیه.

با این حال، در زندگی روزمره بسیاری از انسان‌ها به دلیل پیچیدگی‌ها و فشارهای دنیای مادی، نقش ذکر و شکر کمرنگ شده و این امر منجر به دوری از معنویت، احساس نارضایتی درونی و بی‌ثباتی روانی شده است. در این شرایط، درک عمیق جایگاه ذکر و شکر و تأثیر آن‌ها بر رشد معنوی انسان، ضرورتی اجتناب‌ناپذیر به نظر می‌رسد.

علاوه بر این، آموزه‌های دینی و متون عرفانی از اهمیت این دو عنصر در تقویت ایمان، آرامش روانی و تعالی معنوی سخن گفته‌اند. اما درک دقیق سازوکار ذکر و شکر در فرآیند سلوک معنوی و چگونگی تأثیر آن‌ها بر سبک زندگی، نگرش به مشکلات و افزایش آگاهی معنوی، نیازمند بررسی بیشتر است. این پژوهش در پی پاسخ به این پرسش است که جایگاه ذکر و شکر در سلوک معنوی انسان چیست؟

با توجه به نقش بنیادین ذکر و شکر در آموزه‌های دینی و عرفانی و تأثیر آن‌ها بر رشد معنوی و روانی انسان، بررسی این مفاهیم به‌عنوان ابزارهایی برای تقویت ایمان، آرامش درونی و سلوک معنوی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در عصری که بسیاری از افراد به دلیل فشارهای زندگی مدرن از آرامش معنوی دور شده‌اند، پرداختن به جایگاه ذکر و شکر می‌تواند راهکاری عملی برای کاهش استرس، افزایش رضایت درونی و تقویت ارتباط با خداوند ارائه دهد. این تحقیق همچنین می‌تواند با روشن‌سازی تأثیر ذکر و شکر بر سبک زندگی، مسیری برای ترویج ارزش‌های معنوی و بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی فراهم سازد.

مفهوم ذکر و شکر در متون دینی، عرفانی و روان‌شناسی مثبت‌گرا به‌طور گسترده مورد توجه قرار گرفته است. در قرآن کریم و احادیث اسلامی، ذکر به‌عنوان یکی از مهم‌ترین راه‌های تقرب به خداوند و آرامش قلبی معرفی شده و شکر به‌عنوان ابزار افزایش نعمت‌ها و تقویت ایمان مطرح شده است. همچنین، در آثار بزرگان عرفان مانند مولانا و ابن‌عربی، این مفاهیم با رویکردی عمیق‌تر تحلیل شده‌اند و بر نقش آن‌ها در تزکیه نفس و سلوک معنوی تأکید شده است. در روان‌شناسی نیز پژوهش‌هایی انجام شده که تأثیر شکرگزاری بر سلامت روان، کاهش استرس و افزایش رضایت از زندگی را تأیید می‌کنند. در این زمینه تحقیقاتی نیز انجام شده است:

کتاب «دانش ذکر» اثر محمدرضا نکونام، پژوهشی جامع درباره مفهوم و اهمیت ذکر در سلوک معنوی است که در سال ۱۳۹۶ در دو جلد توسط انتشارات صبح فردا منتشر شده است. این اثر به بررسی آموزه‌های قرآنی، عرفانی، و فلسفی درباره ذکر و تأثیرات آن بر تزکیه نفس و تقویت ارتباط با خداوند می‌پردازد.

کتاب «سلوک معنوی» شرحی بر حدیث عنوان بصری، اثری از حضرت آیت‌الله ضیایی است که در یک جلد به زیور طبع آراسته شده است. این کتاب به تبیین مبانی سلوک عرفانی و معنوی بر اساس این حدیث پرداخته و راهنمایی برای تعالی روحی انسان ارائه می‌دهد.

مقاله «تأثیر تکامل‌بخش ذکر در سلوک الی الله» اثری از طاهره خوشحال و مرضیه کاظمی است که در سال ۱۳۹۰ در شماره ۴ دوفصلنامه علمی- پژوهشی ادبیات عرفانی دانشگاه الزهرا منتشر شده است. این مقاله به بررسی نقش ذکر در تکامل روحی و معنوی انسان و سلوک عرفانی می‌پردازد.

مقاله «شیوه‌های سلوک در عرفان شیعی» اثر الیاس عارف‌زاده، در شماره یازدهم دوفصلنامه پژوهشنامه عرفان منتشر شده است. این مقاله به تحلیل روش‌های سلوک عرفانی در چارچوب تعالیم شیعی و تأثیر آن بر رشد معنوی انسان می‌پردازد.

مقاله «تأثیر ذکر در تکامل انسان» اثر سردار بافکر، در سال ۱۳۹۷ در شماره ۳۴ پژوهشنامه معارف قرآنی به چاپ رسیده است. این جستار به نقد و بررسی نقش انواع ذکر در آرامش، سلامتی جسمی و روحی، و تکامل معنوی انسان پرداخته است.

پایان‌نامه «بازخوانی سلوک معنوی از دیدگاه علی صفایی حائری» اثر محمدحسین شیخ شاعی، در سال ۱۴۰۱ در دانشگاه ادیان و مذاهب، دانشکده عرفان، دفاع شده است. این پژوهش به بررسی مبانی و روش‌های سلوک معنوی بر اساس دیدگاه‌های علی صفایی حائری می‌پردازد.

با وجود مطالعات گسترده در حوزه ذکر و شکر، بررسی تلفیقی و نظام‌مند این دو مفهوم با تمرکز بر جایگاه آن‌ها در سلوک معنوی و تأثیرشان بر رشد انسان کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این تحقیق با رویکردی میان‌رشته‌ای به تحلیل جایگاه ذکر و شکر در تقویت ارتباط معنوی، آرامش درونی و رشد اخلاقی می‌پردازد. نوآوری این پژوهش در ارائه راهکارهای عملی برای بهره‌گیری از ذکر و شکر در زندگی روزمره و ایجاد ارتباط بین مفاهیم سنتی دینی و نیازهای روان‌شناختی معاصر است که می‌تواند کاربردهای جدیدی در زمینه ارتقای معنویت و بهبود کیفیت زندگی ارائه دهد.

الف. ذکر

ذکر، یعنی یاد کردن، خواه با زبان باشد، یا با قلب یا با هر دو، بعد از نسیان باشد، یا بعد از ادامه ذکر.^۱ به گفته راغب در مفردات، ذکر دو معنی دارد گاه به معنی حضور چیزی در ذهن (یادآوری) و گاه به معنی حفظ و نگاهداری معارف و اعتقادات حق در درون جان است.^۲

ذکر در لغت به معنای این است که انسان چیزی را در خاطر خویش نگاه دارد و پیوسته به یاد آورد. این کلمه به معنای حفظ کردن نیز آمده است. در لغت نامه دهخدا ذکر به معنای یادکردن، گفتن، بیان کردن، به زبان جاری کردن که مقابل صمت (سکوت) است.^۳

معنای اصطلاحی ذکر، یاد کردن زبانی و قلبی خداوند به تکبیر، تسبیح، تحمید، تهلیل و حوقله است. ذکر از اصطلاحات اسلامی است که بیش‌تر در مباحث اخلاقی مطرح است و پژوهش‌گران علوم دینی در دو عرصه اخلاق و عرفان بیش‌تر بدان پرداخته‌اند. ذکر اخلاقی، بر تهذیب نفس مبتنی است و ذکر عرفانی بر قرب خدا.^۴

براین اساس، حقیقت ذکر یادآوری نعمت است چنانچه خداوند قرآن کریم می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ؛ ای مردم! نعمتی را که خدا به شما داده است، متذکر شوید.»^۵ و «وَادْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ؛ و به یاد آرید نعمت‌های خدا را بر خود.»^۶ و «وَادْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءَ فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ؛ و نعمت خدا را بر خود به یاد آورید که شما با هم دشمن بودید، پس خدا در دل‌های شما الفت و مهربانی انداخت.»^۷

۱. علی‌اکبر قریشی، قاموس قرآن، ج ۳، ص ۱۵.

۲. حسین بن محمد راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ص ۱۷۹.

۳. علی‌اکبر دهخدا، لغت‌نامه، ج ۷، ص ۱۰۱۲۲.

۴. محمد مهدی نراقی، جامع السعادات، ج ۳، ص ۳۶۵.

۵. فاطر، آیه ۳.

۶. بقره، آیه ۲۳۱.

۷. آل عمران، آیه ۱۰۳.

«فَاذْكُرُوا آلَاءَ اللَّهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»؛ پس نعمت‌های خدا را به یاد آرید، شاید که رستگار شوید.^۱ و «فَاذْكُرُوا آلَاءَ اللَّهِ وَلَا تَعْتَوْا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ»؛ پس نعمت‌های خدا را یاد کنید و در زمین به فساد و تبه‌کاری برنخیزید.^۲

ب. شکر

شکر در لغت به معنای شناخت نعمت و سپاسگزاری از منعم است.^۳ جوهری شکر و ثنای الهی را انجام دادن اعمال نیک در برابر منعم دانسته است.^۴ راغب لفظ شکر را مقلوب «کشر» به معنای «کشف» دانسته و گفته شکر تصور نعمت در ذهن و اظهار آن در گفتار و کردار است.^۵

شکر در اصطلاح به معنای قدردانی از نعمتهای خداوند با قلب و زبان و عمل است.^۶ به بیان دقیق‌تر، شکر یک حالت نفسانی در وجود انسان است که آثار این حالت نفسانی به سه صورت در انسان جلوه گر می‌شود. ظهور آن در قلب به صورت خضوع، خشوع، محبت، خشیت و مانند آن است و در زبان به شکل ثنا، مدح و حمد و در افعال و اعمال ظاهری به شکل اطاعت و به کارگیری جوارح در راه رضای خداوند است.^۷

شکرگزاری با قلب، زبان و عمل، در روایات اسلامی نیز به همین معنی آمده است و امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ أُنْعِمَ اللَّهُ عَلَيْهِ بِنِعْمَةٍ فَعَرَفَهَا بِقَلْبِهِ فَقَدْ أَدَّى شُكْرَهَا؛ هر کس نعمت خدا داده را با دل بشناسد، شکرش را ادا کرده است.»^۸ و نیز می‌فرماید: «شُكْرُ النِّعْمَةِ اجْتِنَابُ الْمَحَارِمِ وَ تَمَامُ الشُّكْرِ قَوْلُ الرَّجُلِ: الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ شُكْرُ الْعَالَمِينَ؛ شکر نعمت، دوری از کارهای حرام است و شکر کامل، گفتن «الحمد لله رب العالمین» است.»^۹ علامه طباطبائی می‌فرماید: و حقیقت شکر اظهار نعمت است. چنانکه حقیقت کفری که مقابل آن است اخفاء

۱. اعراف، آیه ۶۹.

۲. اعراف، آیه ۷۴.

۳. خلیل بن احمد فراهیدی، العین، ج ۵، ص ۲۹۲، ابن منظور، لسان العرب، ج ۴، ص ۴۲۳.

۴. اسماعیل بن حماد جوهری، الصحاح، ج ۲، ص ۷۰۲.

۵. حسین بن محمد راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ص ۲۶۵، واژه شکر.

۶. ناصر مکارم شیرازی، اخلاق در قرآن، ج ۳، ص ۷۹.

۷. روح الله خمینی، چهل حدیث، ص ۳۴۳.

۸. محمد بن یعقوب کلینی، کافی، ج ۲، ص ۹۶.

۹. محمد بن یعقوب کلینی، کافی، ج ۲، ص ۹۵.

خوشبختی را در قلبش زنده می‌کند: «فَاذْكُرُوا آلَاءَ اللَّهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ» پس نعمتهای خدا را به یاد آورید، باشد که رستگار شوید.^۱

شکرگزاری کمک می‌کند فرد به یاد آورد که حتی در سخت‌ترین شرایط نیز نعمتهایی برای قدردانی وجود دارند. تکرار ذکرهای شکر مانند «الحمد لله» یا «شکراً لله» نه تنها روحیه سپاسگزاری را تقویت می‌کند، بلکه حس اطمینان و آرامش نسبت به حکمت الهی را در فرد افزایش می‌دهد. این نگرش، زمینه‌ساز رضایت درونی و کاهش استرس و نگرانی‌های بیهوده است. علاوه بر این، شکرگزاری باعث می‌شود فرد، لحظات زندگی را ارزشمندتر ببیند و از آنها بهره‌برداری کند. انسان شاکر، به جای غرق شدن در اندوه گذشته یا اضطراب آینده، در لحظه حال زندگی می‌کند و به شادی و آرامش دست می‌یابد.^۲

در آموزه‌های دینی و عرفانی، شکرگزاری به عنوان یکی از راه‌های دست یافتن به رضایت از تقدیر الهی و پذیرش اراده او معرفی شده است. به این ترتیب، شکر، انسان را از ناراضیتی و شکایت دور کرده و قلب او را برای پذیرش نعمت‌های بیشتر آماده می‌کند. بنابراین، شکرگزاری، کلیدی برای دستیابی به رضایت و شادی پایدار در زندگی معنوی و دنیوی انسان است.^۳

د. تقویت ارزش‌های انسانی

شکرگزاری، به عنوان یکی از فضایل اخلاقی در سلوک معنوی، تأثیر عمیقی در تقویت ارزش‌های انسانی دارد. زمانی که انسان به شکرگزاری روی می‌آورد، او نه تنها از نعمت‌های خداوند قدردانی می‌کند، بلکه در مسیر پرورش صفات انسانی مثبت و اخلاقی نیز گام برمی‌دارد. این عمل قلب انسان را از خودمحوری و غرور پاک کرده و به او کمک می‌کند تا در زندگی خود به اخلاق و ارزش‌های انسانی توجه بیشتری داشته باشد. اصولاً دستیابی انسان‌ها به مقامات عالی نیازمند کسب بصیرت نسبت به حقایق هستی و ملکوت آیات الهی است که این خود تابع شکرگزاری انسان نسبت به خدا و به نعمت‌های گوناگون است.^۴

۱. اعراف، آیه ۶۹.

۲. نیلا علمی منش، اثرات قدردانی و شکرگذاری از خداوند در زندگی، ص ۸۸.

۳. زهرا نساجی زواره، شکرگزاری در قرآن، ص ۲۸۱.

۴. اعراف، آیه ۵۸؛ فضل بن حسن طبرسی، مجمع البیان، ج ۳، ص ۵۳۶؛ محمدبن جریر طبری، جامع البیان، ج ۸، ص ۱۵۰.

شکرگزاری، به انسان یادآوری می‌کند که همگان از نعمت‌های خداوند برخوردارند و این نعمت‌ها می‌تواند به صورت‌های مختلف در زندگی دیگران تجلی یابد. این نگرش باعث تقویت همدلی و محبت به دیگران می‌شود، زیرا انسان شاکر، بیشتر از مشکلات دیگران آگاه شده و در نتیجه بیشتر تمایل به کمک و همراهی با آنان دارد.

شکرگزاری باعث می‌شود انسان مسئولیت‌های خود را در قبال نعمت‌های دریافتی به‌طور جدی‌تری بپذیرد. خدا به‌صراحت می‌فرماید: «ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ»؛ سپس در همان روز قیامت است که از نعمت در دنیا پرسیده خواهید شد.^۱ کسی که به شکرگزاری می‌پردازد، همواره می‌داند که نعمت‌ها و فرصت‌های الهی به او سپرده شده است و باید از آنها به بهترین نحو استفاده کند. این احساس مسئولیت به‌طور طبیعی او را به سمت بهره‌برداری صحیح از منابع، مراقبت از محیط‌زیست و خدمت به دیگران هدایت می‌کند.^۲

شکرگزاری، انسان را از طمع‌ورزی و نارضایتی از کمبودها دور کرده و به او توانایی می‌دهد تا در مواجهه با کمبودها و محدودیت‌ها، با دیدی مثبت و پذیرش آنها برخورد کند. این نگرش، باعث تقویت ارزش‌هایی مانند قناعت، رضایت و شکرگزاری از هر آنچه که در زندگی دارد، می‌شود. بنابراین، شکرگزاری در سلوک معنوی نه‌تنها باعث تقویت ارتباط انسان با خداوند می‌شود، بلکه به‌طور مستقیم بر تقویت ارزش‌های انسانی مانند تواضع، همدلی، مسئولیت‌پذیری و قناعت تأثیر می‌گذارد و مسیر رشد و کمال انسانی را هموار می‌سازد.^۳

نتیجه‌گیری

ذکر و شکر به‌عنوان دو عنصر کلیدی در سلوک معنوی انسان، نقشی بنیادین در تقویت ارتباط با خداوند، تزکیه نفس، و ایجاد آرامش درونی دارند. ذکر، با تمرکز بر یاد خداوند و تکرار اسامی و صفات الهی، ابزاری است که انسان را از تعلقات دنیوی رها کرده و به حقیقت مطلق نزدیک‌تر می‌سازد. از سوی دیگر، شکر، با قدردانی از نعمت‌های الهی، نگرشی مثبت و سازنده در زندگی فرد ایجاد می‌کند و زمینه‌ای برای افزایش رضایت، تقویت ایمان، و رشد اخلاقی فراهم می‌آورد.

تحلیل آموزه‌های دینی و عرفانی نشان می‌دهد که ذکر، در کنار حضور قلب، مسیری برای تقرب به خداوند و آرامش قلبی است و شکر نیز به‌عنوان ابراز بندگی و شناخت نعمت‌ها، موجب افزایش نعمت و تقویت انسجام

۱. تکاثر، آیه ۸.

۲. فرشته محیطی، مسئولیت انسان در برابر نعمت، ص ۲۰.

۳. محمدتقی مصباح یزدی، ضرورت شکرگذاری از نعمت‌های معنوی، ص ۹.

معنوی می‌شود. ذکر و شکر با ایجاد تعادل روحی، انسان را در برابر مشکلات مقاوم‌تر کرده و به او بینشی عمیق‌تر برای درک معنای زندگی می‌بخشند.

در زندگی معاصر، با توجه به مشغله‌های روزافزون و فاصله‌گیری از ارزش‌های معنوی، اهمیت توجه به ذکر و شکر بیش از پیش احساس می‌شود. این دو عنصر، نه تنها به عنوان ابزارهایی برای تزکیه فردی، بلکه به عنوان سبک زندگی می‌توانند به بهبود روابط اجتماعی، تقویت اخلاق‌مداری، و ترویج آرامش و همدلی در جامعه کمک کنند.

در نهایت، ترویج فرهنگ ذکر و شکر در سطح فردی و اجتماعی می‌تواند به عنوان راهکاری عملی برای تقویت معنویت، کاهش استرس، و افزایش کیفیت زندگی مطرح شود. پژوهش و آموزش مستمر در این زمینه، گامی مهم در مسیر رشد معنوی و تعالی انسان است.

فهرست منابع

قرآن کریم؛ ترجمه استاد فولادوند

کتب فارسی

۱. جعفری، محمدتقی، ترجمه و تفسیر نهج البلاغه، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۹۸.
۲. جمع نویسندگان؛ دائرة المعارف تشیع، تهران، انتشارات شهید سعید محبی، ۱۳۷۳.
۳. جوادی آملی، عبدالله، رازهای نماز، قم: اسراء، ۱۳۹۵ ش.
۴. خمینی، روح الله، چهل حدیث، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س)، ۱۳۹۲ ش.
۵. خمینی، روح الله، شرح حدیث جنود عقل و جهل، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۹۲ ش.
۶. دهخدا، علی‌اکبر، لغت‌نامه، تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۳ ش.
۷. سادات، محمدعلی؛ اخلاق اسلامی؛ تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۸۴.
۸. سراج طوسی، ابونصر، اللمع فی التصوف، ترجمه مهدی محبتی، تهران: اساطیر، ۱۳۸۲ ش.
۹. طباطبایی نجفی، مهدی، رساله منسوب به بحر العلوم، تهران: حکمت، ۱۳۷۰ ش.
۱۰. عزیزی، عباس، پندهای حکیمانه در آثار علامه آیه الله حسن زاده آملی، قم: صلاه، ۱۳۸۱ ش.
۱۱. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، قم: مدرسه الامام علی بن ابی طالب علیه السلام، ۱۳۸۴ ش.
۱۲. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، قم: دفتر مطالعات و تاریخ و معارف اسلامی، ۱۳۷۳ ش.
۱۳. همدانی، عبدالصمد، بحرال معارف، ترجمه حسین استادولی، تهران: حکمت، ۱۳۹۴ ش.

۱۴. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت: دارصادر، ۱۴۱۴ق.
۱۵. انصاری، خواجه عبدالله، منازل السائرین، تهران: انتشارات مولی، ۱۳۶۱ش.
۱۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، قم: دارالحديث، ۱۳۸۳.
۱۷. جوهری، اسماعیل بن حماد، الصحاح، بیروت: دارالعلم للملایین، ۱۴۰۴ق.
۱۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات فی غریب القرآن، بیروت: دارالمعرفه، ۱۴۲۲ق.
۱۹. طباطبائی، محمدحسین، المیزان فی التفسیر القرآن، بیروت: موسسه الاعلمی للمطبوعات، ۱۳۹۰ق.
۲۰. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان، تهران: ناصر خسرو، ۱۳۷۲ش.
۲۱. طبری، محمد بن جریر بن یزید، جامع البیان، بیروت: دارالمعرفه، ۱۴۱۲ق.
۲۲. عبادي، مظفر بن اردشیر، مناقب الصوفیه، تهران: مولی، ۱۳۶۳ش.
۲۳. علاءالدوله سمنانی، احمد بن محمد، العروه لأهل الخلوه و الجلوه، تهران: مولی، ۱۳۶۲ش.
۲۴. فراهیدی، خلیل بن احمد، العين، قم: هجرت، بی تا.
۲۵. فناری، محمد بن حمزه، مصباح الانس، تهران: انتشارات مولی، ۱۴۱۶ق.
۲۶. قریشی، علی اکبر، قاموس قرآن، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۷.
۲۷. کاشانی، عبدالرزاق، شرح منازل السائرین، تهران: الزهرا (س)، ۱۳۷۹ش.
۲۸. کاشانی، عبدالرزاق، لطائف الأعلام فی إشارات اهل الالهام، قاهره: مکتبه الثقافه الدینیة، ۱۴۲۶ق.
۲۹. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق.
۳۰. نسقی، عزیزین محمد، الانسان الكامل، تهران: کتابخانه طهوری، ۱۳۷۱ش.
۳۱. نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، قم: قائم آل محمد (عج)، ۱۳۸۸ش.

مقالات و پایان نامه‌ها

۳۲. الهی، عباس، کارکردهای تربیتی شکر از منظر قرآن و صحیفه سجادیه، پژوهشنامه علوم حدیث، شماره ۱۶، ۱۴۰۱.
۳۳. بافکر، سردار، تاثیر ذکر در تکامل انسان، پژوهشنامه معارف قرآنی، سال نهم، شماره ۳۴، ۱۳۹۷.
۳۴. رضاداد نام، فاطمه؛ مبانی و راهکارهای تربیت اخلاقی در قرآن کریم؛ پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده الهیات دانشگاه فردوسی، ۱۳۹۰.
۳۵. زهرا نساجی زواره، شکرگزاری در قرآن، نشریه پاسدار اسلام، شماره ۲۷۴، ۱۳۸۳.
۳۶. شاهنده، آمنده، نقش تربیتی ذکر خدا برای دستیابی انسان به آرامش و آسایش در قرآن و حدیث، دوفصلنامه علمی-پژوهشی آموزه های تربیتی در قرآن و حدیث، دوره ۷، شماره ۲، ۱۴۰۰.

۳۷. علمی منش، نیلا، اثرات قدردانی و شکرگذاری از خداوند در زندگی، دهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، ۱۳۹۶.
۳۸. فرشته محیطی، مسئولیت انسان در برابر نعمت، سرویس کیهان، ۱۴۰۱.
۳۹. مصباح یزدی، محمدتقی، ضرورت شکرگذاری از نعمت های معنوی، معرفت، سال بیستم، شماره ۱۶۸، ۱۳۹۰.
۴۰. نجفی، حسن، مبانی انسان‌شناختی تربیت اخلاقی از دیدگاه ملا مهدی نراقی، پژوهش نامه تربیت تبلیغی، سال ششم، شماره ۱۷، ۱۳۹۶.
۴۱. نساجی زواره، اسماعیل، آثار ذکر در سازندگی روحی و اخلاقی، ماهنامه مکتب اسلام، شماره ۱، ۱۳۸۲.