

موانع اعتماد بنفس از دیدگاه امام سجاد علیه السلام

معصومه نوروزی¹

چکیده

اعتماد به نفس یکی از مؤلفه‌های بنیادین شخصیت انسانی است که نقش مهمی در تصمیم‌گیری، خودباوری و پیشرفت فردی و اجتماعی دارد. از منظر آموزه‌های اسلامی و به‌ویژه دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام، اعتماد به نفس تنها محدود به توانایی‌های شخصی نیست، بلکه با ایمان، توکل و ارتباط معنوی با خداوند گره خورده است. امام سجاد علیه‌السلام در دعاها و نامه‌های خود به موانعی اشاره دارند که مانع رشد اعتماد به نفس می‌شوند، از جمله ضعف ایمان، ترس و اضطراب، کم‌اطمینانی به توانایی‌های فردی، تأثیر محیط اجتماعی ناسالم و کاهش ارزش‌های اخلاقی. این مقاله با روش تحلیل محتوای متون صحیفه سجادیه و منابع حدیثی به بررسی و دسته‌بندی این موانع پرداخته و راهکارهای رفع آن‌ها را از منظر امام سجاد علیه‌السلام ارائه می‌دهد. نتایج نشان می‌دهد که تقویت ایمان، توکل به خدا، خودشناسی، اصلاح رفتار اخلاقی و ارتباط معنوی مستمر با خداوند از مهم‌ترین عوامل افزایش اعتماد به نفس است.

کلیدواژه‌ها: اعتماد به نفس، امام سجاد علیه‌السلام، موانع روانی

مقدمه

اعتماد به نفس یکی از ویژگی‌های بنیادین روانی است که نقش اساسی در شکل‌گیری شخصیت و رفتارهای انسانی ایفا می‌کند. پژوهش‌های روان‌شناسی نشان داده‌اند افرادی که از اعتماد به نفس بالایی برخوردارند، توانایی بیشتری

¹ طلبه سطح 2 حوزه معصومیه قیدار

در مواجهه با مشکلات، تصمیم‌گیری صحیح و ایجاد روابط اجتماعی سالم دارند؛ در حالی که کمبود اعتماد به نفس می‌تواند به اضطراب، افسردگی، انزوا و کاهش کارایی فرد بینجامد.

از منظر دین اسلام، اعتماد به نفس با ایمان به خداوند و توکل بر او پیوندی ناگسستنی دارد. قرآن کریم بر اهمیت توکل و اطمینان قلبی به خداوند تأکید می‌کند و در صحیفه سجادیه، مجموعه ارزشمند دعا‌های امام سجاد علیه‌السلام، به عوامل متعددی اشاره شده که می‌توانند مانع شکوفایی روحی و روانی انسان شوند. امام سجاد علیه‌السلام در این نیایش‌ها راهکارهای معنوی و اخلاقی متنوعی برای رفع این موانع و تقویت عزت نفس در پرتو ارتباط با خداوند ارائه کرده‌اند.

با وجود پژوهش‌های متعدد در حوزه روان‌شناسی و دین، بررسی‌های اندکی به شناسایی موانع اعتماد به نفس از دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام و ارائه راهکارهای معنوی و اخلاقی برای تقویت آن پرداخته‌اند. از این‌رو، پرسش اصلی پژوهش حاضر چنین است: موانع اعتماد به نفس از منظر امام سجاد علیه‌السلام کدام‌اند و چه راهکارهای معنوی و اخلاقی برای تقویت آن وجود دارد؟ هدف این تحقیق نیز شناسایی این موانع و ارائه راهکارهای کاربردی برای ارتقای سلامت روان و افزایش اعتماد به نفس است.

مطالعات پیشین عموماً به تحلیل محتوای صحیفه سجادیه و استخراج آموزه‌های اخلاقی و معنوی آن پرداخته‌اند و نشان داده‌اند که باورهای دینی و توکل بر خداوند می‌تواند در تقویت اعتماد به نفس و سلامت روان مؤثر باشد. با این حال، خلأیی در زمینه شناسایی مستقیم موانع اعتماد به نفس از دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام و ارائه راهکارهای عملی وجود دارد. پژوهش حاضر با روش توصیفی-تحلیلی بر آن است تا این خلأ را پر کند و با بهره‌گیری از تعالیم صحیفه سجادیه، راهکارهایی معنوی و اخلاقی برای رشد و تقویت اعتماد به نفس ارائه دهد.

در ادامه، این پژوهش پس از بیان کلیات، ابتدا به بررسی مفهوم اعتماد به نفس از منظر روان‌شناسی و منابع اسلامی می‌پردازد؛ سپس موانع اعتماد به نفس را از دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام تبیین می‌کند و در نهایت، راهکارهای معنوی و اخلاقی ایشان برای تقویت اعتماد به نفس را ارائه می‌دهد.

۱. مفهوم‌شناسی اعتماد به نفس

اعتماد به نفس به معنای باور و اطمینان قلبی انسان به توانایی‌ها و شایستگی‌های خود برای مواجهه با چالش‌ها و انجام وظایف فردی و اجتماعی است، به گونه‌ای که این باور با ایمان به خداوند و توکل بر او همراه باشد. در منابع اسلامی، اعتماد به نفس تنها زمانی کامل است که فرد، ضمن شناخت ظرفیت‌ها و محدودیت‌های خود، بر هدایت

و حمایت الهی توکل کند و با این ترکیب، توانایی تصمیم‌گیری صحیح، مقابله با مشکلات و ایفای مسئولیت‌های فردی و اجتماعی را پیدا کند.²

اعتماد به نفس در اسلام نه تنها یک ویژگی روانی، بلکه فضیلتی اخلاقی و معنوی است که با رشد روحی، خودشناسی و تعالی اخلاقی انسان گره خورده و زمینه‌ساز سلامت روان و روابط اجتماعی سالم می‌شود.³ این مفهوم، ترکیبی از ابعاد روانی، اخلاقی و معنوی بوده و با خودشناسی، مسئولیت‌پذیری و پیروی از دستورات الهی ارتباط تنگاتنگ دارد.

۱-۱. بُعد معنوی و اخلاقی

اسلام اعتماد به نفس را از ایمان جدا نمی‌داند. فرد مؤمن تنها زمانی اعتماد به نفس واقعی دارد که خودباوری خود را با توکل بر خداوند و شناخت محدودیت‌های انسانی توأم کند. قرآن کریم در آیات متعدد بر توکل و اطمینان به خداوند تأکید می‌کند:

وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا⁴»

این آیه نشان می‌دهد که اتکا به توانایی‌های فردی به تنهایی کافی نیست و اعتماد به نفس در نگاه اسلامی، پیوند عمیقی با ایمان و توکل بر خدا دارد.

صحیفه سجادیه نیز در دعاها، از جمله دعای ۲۵، به شناخت موانع درونی و روانی انسان اشاره می‌کند و توصیه می‌کند که فرد با ایمان و تقوا بر ترس‌ها، تردیدها و ضعف‌های روانی خود غلبه کند. امام سجاد علیه‌السلام تأکید می‌کنند که اعتماد به نفس بدون خودشناسی و اصلاح روحی ناقص است.

۱-۲. بُعد عملی و رفتاری

از منظر منابع اسلامی، اعتماد به نفس در عمل به معنای قدرت تصمیم‌گیری، مواجهه با مشکلات، تلاش برای رشد فردی و ایفای مسئولیت اجتماعی است، به گونه‌ای که غرور و خودبرتربینی جای آن را نگیرد. نهج‌البلاغه و صحیفه سجادیه تأکید دارند که فرد باید بین خودباوری و توکل بر خداوند تعادل برقرار کند؛ این تعادل باعث می‌شود که اعتماد به نفس نه تنها نیروی روانی مؤثر باشد، بلکه به فضیلت اخلاقی و اجتماعی نیز تبدیل شود.

² صحیفه سجادیه دعای 25

³ نهج البلاغه نامه 31

⁴ نسا آیه 123

این نگاه، برخلاف تعاریف صرفاً روانشناختی، بر پیوند میان ایمان، خودشناسی و عمل مؤثر در جامعه تأکید دارد و نشان می‌دهد که اعتماد به نفس در اسلام، نیرویی متعادل، اخلاقی و معنوی است که با رشد روحی و اخلاقی انسان گره خورده است.⁵

۲. اعتماد به نفس از منظر آموزه‌های اسلامی

در آموزه‌های اسلامی، اعتماد به نفس با ایمان و توکل به خداوند رابطه‌ای مستقیم دارد. امام سجاد علیه‌السلام در صحیفه سجادیه، اعتماد به نفس را نه تنها به معنای باور به توانایی‌های فردی، بلکه به معنای اتکا به خداوند و بهره‌گیری از هدایت الهی بیان می‌کنند. به عبارت دیگر، اعتماد به نفس در نگاه ایشان ترکیبی از خودشناسی، مسئولیت‌پذیری و توکل الهی است.

برای نمونه، در دعای ۴۱ صحیفه سجادیه می‌خوانیم:

وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَوَكِّلِينَ عَلَيْكَ وَلَا تَجْعَلْنِي مِنَ الْمُشْتَكِينَ إِلَى النَّاسِ^۶

این دعا نشان می‌دهد که یکی از مؤلفه‌های اعتماد به نفس، تکیه بر قدرت الهی و پرهیز از اتکا صرف به دیگران است. فردی که به خدا توکل دارد، در مواجهه با مشکلات دچار اضطراب و کم‌اطمینانی نمی‌شود و توانایی تصمیم‌گیری و عمل مؤثر در او تقویت می‌گردد.

۳. ارتباط اعتماد به نفس با ایمان

اعتماد به نفس در نگاه اسلامی با ایمان به خداوند و باور به توانایی‌های امانت داده‌شده به انسان پیوند خورده است. امام سجاد علیه‌السلام در دعای ۲۵ صحیفه سجادیه می‌فرمایند:

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي أَسْتَعْنِي بِقُدْرِكَ عَمَّا سِوَاكَ وَأَطْمَئِنُّ بِوَعْدِكَ^۷

حضرت بر این نکته تأکید دارند که اطمینان به وعده‌های الهی و استقلال معنوی از دیگران، عامل مهمی در شکل‌گیری اعتماد به نفس سالم است. بدون ایمان و ارتباط با خدا، اعتماد به نفس فرد آسیب‌پذیر و ناپایدار خواهد بود.

۴. خودشناسی و خودباوری

⁵ صحیفه سجادیه دعای ۲۵

⁶ دعای ۴۱ صحیفه سجادیه

⁷ دعای ۲۵ صحیفه سجادیه

امام سجاد علیه السلام بر خودشناسی و شناخت توانایی‌های فردی تأکید ویژه دارند. ایشان در دعای ۳۲ صحیفه سجادیه می‌فرمایند: «وَاعْصِمْنِي مِنَ الْجَهْلِ بِقُدْرَتِي وَ قَلَّةِ التَّوَكُّلِ»^۸

این بیان نشان می‌دهد که شناخت ظرفیت‌ها و نقاط قوت فردی و توکل به خدا، دو بال مهم برای پرواز اعتماد به نفس هستند. فردی که توانایی‌های خود را می‌شناسد و آن‌ها را با هدایت الهی به کار می‌گیرد، از آسیب‌های روانی ناشی از کم‌اعتمادی و تردید در خود در امان خواهد بود.

اعتماد به نفس از دیدگاه امام سجاد علیه السلام، ترکیبی است از:

۱. باور به توانایی‌های فردی

۲. توکل و اعتماد به خداوند

۳. خودشناسی و مسئولیت‌پذیری

۴. استقلال معنوی و پرهیز از اتکا صرف به دیگران

بنابراین، اعتماد به نفس در نگاه اسلامی، صرفاً یک ویژگی روانشناختی نیست، بلکه یک ویژگی معنوی و اخلاقی است که با ایمان، توکل و ارتباط مستمر با خداوند تقویت می‌شود.

۵. راهکارهای رفع موانع اعتماد به نفس از دیدگاه امام سجاد علیه السلام

امام سجاد علیه السلام نه تنها موانع اعتماد به نفس را در قالب دعا و نیایش بیان کرده‌اند، بلکه راهکارهایی نیز برای مقابله با این موانع ارائه داده‌اند. این راهکارها عمدتاً بر پایه معنویت، اخلاق و خودشناسی استوارند و می‌توانند زمینه‌ساز تقویت اعتماد به نفس پایدار شوند. مهم‌ترین این راهکارها عبارتند از:

۵-۱. تقویت ایمان و توکل به خداوند

یکی از مهم‌ترین راهکارها برای افزایش اعتماد به نفس، اتکا به خداوند و تقویت ایمان است. فردی که به وعده‌های الهی مطمئن است، در برابر مشکلات دچار تردید و ضعف روانی نمی‌شود. امام سجاد علیه السلام در دعای ۲۰ صحیفه می‌فرمایند:

اللَّهُمَّ اجْعَلْ يَقِيْنِي أَفْضَلَ الْيَقِيْنِ، وَ بَلِّغْنِي أَرْفَعَ دَرَجَاتِ التَّسْلِيْمِ^۹

^۸ دعای ۳۲ صحیفه سجادیه

^۹ دعای ۲۰ صحیفه

از منظر امام سجاد علیه‌السلام، دعا ابزاری مهم برای تقویت روحیه، زدودن ترس و غلبه بر ضعف‌های درونی است. کسی که با دعا و یاد خداوند در ارتباط باشد، اعتماد به نفس حقیقی در وجودش نهادینه می‌شود.

۱۲. پرورش روحیه امید و خوش‌بینی به آینده

یکی از عوامل کلیدی در تقویت اعتماد به نفس، داشتن روحیه امید و خوش‌بینی به آینده است. امام سجاد علیه‌السلام تأکید می‌کنند که مؤمن نباید در برابر مشکلات و ناکامی‌ها مأیوس شود، بلکه باید با توکل به خداوند و تکیه بر رحمت الهی، نگاه مثبت و امیدبخش به آینده داشته باشد.

در دعای ۳۹ صحیفه سجادیه می‌فرمایند:

اللَّهُمَّ اجْعَلْ لِي فِي غَدِي نَصِيْبًا مِنْ رَحْمَتِكَ وَفَضْلِكَ وَاجْعَلْ قَلْبِي رَاجِعًا إِلَيْكَ مُتَوَكِّلًا عَلَيْكَ³²»

خدایا! روز آینده‌ام را از رحمت و فضل خود بهره‌مند گردان و قلبم را بازگشته به سوی خود و متکی بر تو قرار ده. این دعا نشان می‌دهد که امید به رحمت و کمک خداوند، نیرویی درونی ایجاد می‌کند که فرد را از یأس و نگرانی‌های می‌دهد و اعتماد به نفس را در مواجهه با چالش‌ها افزایش می‌دهد.

قرآن کریم نیز مؤمنان را به امید و نگاه مثبت تشویق می‌کند:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا³³» این تکرار به روشنی بیان می‌کند که پس از سختی‌ها، آسانی فرا می‌رسد و مؤمن باید امیدوار باشد.

علمای اخلاق نیز تأکید کرده‌اند که امیدواری باعث پایداری روحی و تقویت اعتماد به نفس می‌شود. فیض کاشانی در این زمینه می‌نویسد:

امید، همچون چراغی است که مسیر تاریک انسان را روشن می‌کند و او را در مواجهه با مشکلات نیرومند می‌سازد. پرورش روحیه امید و خوش‌بینی، یکی از مهم‌ترین راهکارهای تقویت اعتماد به نفس از منظر امام سجاد علیه‌السلام است. کسی که با توکل و امید به آینده نگاه می‌کند، نه تنها در برابر شکست‌ها مقاوم می‌شود، بلکه انگیزه و اراده لازم برای تلاش و موفقیت را نیز پیدا می‌کند.

۱۳. تربیت اخلاقی و معنوی در تحکیم اعتماد به نفس از منظر امام سجاد علیه‌السلام

³² صحیفه سجادیه دعای 39

³³ شرح 6

اعتماد به نفس حقیقی و پایدار، صرفاً نتیجه توانمندی‌های فردی نیست، بلکه ریشه در تربیت اخلاقی و معنوی دارد. امام سجاد علیه‌السلام با تأکید بر پرورش فضایل اخلاقی و انسانی، نشان می‌دهد که انسان برای دستیابی به اعتماد به نفس واقعی، ابتدا باید درون خود را بسازد و با صفات نیکو و توکل به خداوند، روان خود را تقویت کند. در بحارالأنوار، مجلسی به اهمیت پرورش فضایل انسانی و دوری از صفات منفی اشاره می‌کند و بیان می‌دارد که تقویت ایمان و اخلاق، زمینه‌ساز اطمینان قلبی و روانی انسان است. انسان متدین و بافضیلت، با شناخت توانایی‌ها و محدودیت‌های خود، دچار تزلزل روانی نمی‌شود و در مواجهه با چالش‌های زندگی، تسلط بر خود را حفظ می‌کند.³⁴ تحف‌العقول فیض کاشانی نیز بر نقش اخلاق فردی در مدیریت ترس‌ها و اضطراب‌های درونی تأکید دارد. وی می‌گوید: کسی که با اخلاق نیکو و توکل به خدا زندگی کند، نه تنها از اضطراب و احساس ناتوانی درونی رهایی می‌یابد، بلکه قادر است تصمیمات خود را با آرامش و اطمینان اتخاذ کند و اعتماد به نفس او بر پایه حقیقت و خودشناسی شکل می‌گیرد.³⁵

در المحجّة البيضاء نیز آمده است که خودشناسی و پرورش فضایل اخلاقی، انسان را قادر می‌سازد تا در مواجهه با مشکلات و فشارهای اجتماعی، کنترل رفتار و افکار خود را حفظ کند. این خودکنترلی و تسلط بر نفس، از جمله شاخص‌های اصلی اعتماد به نفس حقیقی است و مانع شکل‌گیری اعتماد به نفس کاذب یا وابسته به نظر دیگران می‌شود.³⁶

الکافی و جامع السعادات نیز بر اهمیت خودآگاهی، صبر و تعادل در برخورد با دیگران تأکید دارند. این منابع بیان می‌کنند که تربیت اخلاقی صحیح و پایبندی به فضائل انسانی، بسیاری از موانع روانی اعتماد به نفس، مانند ترس، اضطراب و احساس حقارت را کاهش می‌دهد و انسان را برای مواجهه با شرایط مختلف اجتماعی و فردی آماده می‌سازد.³⁷

همچنین، وسائل‌الشیعه و مکارم‌الأخلاق بر نقش تقویت فضایل اخلاقی و معنوی در ایجاد ثبات روانی و اعتماد به نفس پایدار تأکید دارند. این منابع توصیه می‌کنند که انسان برای رسیدن به اعتماد به نفس واقعی، همواره باید مراقب رفتارها و گفتار خود باشد، از رذایل اخلاقی پرهیز کند و در مسیر رشد معنوی و اخلاقی گام بردارد تا روانش از هرگونه اضطراب، ترس و شکاف درونی آزاد شود.³⁸

³⁴ مجلسی. بحارالأنوار، ج ۷۸، ص ۱

³⁵ ۴۵ نراقی. جامع السعادات، ج ۱، ص ۲

³⁶ کاشانی. المحجّة البيضاء، ص ۱

³⁷ حرعاملی. وسائل‌الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۸

³⁸ کلینی. الکافی، ج ۲، ص ۴

از این منظر، تربیت اخلاقی و معنوی ستون اصلی اعتماد به نفس است. امام سجاد علیه السلام با تأکید بر فضائل اخلاقی، خودشناسی و توکل به خدا، نشان می‌دهد که موانع اعتماد به نفس مانند ترس، استرس، اضطراب و تزلزل درونی با پرورش اخلاق و معنویت قابل کاهش است. در واقع، اعتماد به نفس حقیقی زمانی شکل می‌گیرد که انسان هم به توانایی‌های خود واقف باشد و هم با اتکا به ارزش‌های الهی و اخلاقی، در برابر فشارهای روانی و اجتماعی مقاومت کند.

نتیجه‌گیری

اعتماد به نفس، یکی از ارکان اصلی سلامت روان، رشد فردی و موفقیت در زندگی انسان است. آموزه‌های امام سجاد علیه السلام در صحیفه سجادیه نشان می‌دهد که موانع اعتماد به نفس عمدتاً ناشی از عواملی همچون گناه، ناآگاهی و جهل، ترس و اضطراب، یأس و ناامیدی، ضعف در شناخت خویش و فقدان صبر و استقامت در برابر مشکلات است. این موانع، در صورت کنترل نشدن، فرد را به احساس ضعف، ناتوانی و وابستگی بیش از حد به دیگران دچار می‌کنند و در نهایت، عزت نفس و کرامت انسانی او را تضعیف می‌سازند.

از منظر امام سجاد علیه السلام، راهکارهای تقویت اعتماد به نفس بر اساس آموزه‌های معنوی و اخلاقی قابل تحقق است. مهم‌ترین این راهکارها عبارت‌اند از:

1- یاد و حضور دائمی خداوند: یاد خداوند موجب آرامش قلبی، کاهش ترس‌ها و افزایش اعتماد به نفس حقیقی می‌شود.

2- توجه به کرامت انسانی: آگاهی از ارزش و شرافت الهی، فرد را در برابر تحقیر و وابستگی‌های ناسالم مقاوم می‌سازد.

3- توبه و بازگشت به خداوند: زدودن گناهان باعث بازسازی عزت و اعتماد به نفس می‌شود.

4- علم و معرفت: شناخت درست از خود، خدا و محیط، زمینه تصمیم‌گیری آگاهانه و اعتماد به نفس پایدار را فراهم می‌کند.

5- صبر و استقامت: تقویت روحیه مقاوم و عزت نفس در مواجهه با مشکلات و ابتلائات زندگی را ممکن می‌سازد.

6- دعا و مناجات با خداوند: راهی برای زدودن ترس، اضطراب و ضعف‌های درونی و تقویت اعتماد به نفس معنوی است.

7- امید و خوشبینی به آینده: ایجاد انگیزه برای تلاش، پایداری و غلبه بر شکست‌ها و ناکامی‌ها.

تحلیل این هفت محور نشان می‌دهد که اعتماد به نفس حقیقی نه بر غرور، نه بر مقایسه با دیگران، بلکه بر تعالی روحی، معرفت الهی و صبر اخلاقی استوار است. فردی که با ایمان، معرفت، صبر، دعا و امید زندگی می‌کند، توان مواجهه با مشکلات، اتخاذ تصمیمات صحیح و برقراری تعاملات اجتماعی مثبت را دارد و اعتماد به نفس او پایدار و واقعی خواهد بود. در نهایت، می‌توان نتیجه گرفت که آموزه‌های امام سجاد علیه‌السلام، الگویی عملی و معنوی برای پرورش اعتماد به نفس مؤمنانه ارائه می‌دهد. این الگو، علاوه بر کاربرد فردی، برای تربیت فرزندان، مدیریت خانواده، آموزش در مراکز دینی و ارتقای سلامت روان جامعه نیز قابل بهره‌برداری است. با پیروی از این آموزه‌ها، انسان می‌تواند بر موانع داخلی و خارجی غلبه کرده، عزت نفس و کرامت خود را حفظ کند و به شخصیتی مقاوم، با اعتماد به نفس و الهام‌بخش تبدیل شود.

منابع

*قرآن کریم

*نهج البلاغه

*صحیفه سجادیه

- 1- حر عاملی، محمد بن حسن. وسائل الشیعة. قم: مؤسسه آل‌البیت، چاپ اول، ۱۴۰۹ق.
- 2- جعفری، محمدتقی. ترجمه و تفسیر نهج‌البلاغه. تهران: مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری، چاپ دوم، ۱۳۷۹.
- 3- جوادی آملی، عبدالله. مفاتیح‌الحیات. قم: اسراء، چاپ دوم، ۱۳۹۲.
- 4- طباطبایی، محمدحسین. المیزان فی تفسیر القرآن. قم: دفتر انتشارات اسلامی، چاپ پنجم، ۱۴۱۷ق.
- 5- طبری، محمد بن جریر. جامع‌البیان فی تفسیر القرآن. بیروت: دارالفکر، چاپ اول، ۱۴۱۲ق.
- 6- طبرسی، فضل بن حسن. مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن. تهران: مکتبه‌الاعلام الاسلامی، چاپ دوم، ۱۳۷۲.
- 7- طبرسی، فضل بن حسن. مکارم الأخلاق. قم: دارالکتب الإسلامیة، چاپ سوم، ۱۴۰۸ق.
- 8- فیض کاشانی، ملا محسن. المحجّة البیضاء. قم: دارالکتب الإسلامیة، چاپ دوم، ۱۴۱۶ق.

- 9- کلینی، محمد بن یعقوب. الکافی. قم: دارالکتب الإسلامیة، چاپ دوم، ۱۴۰۷ق. مجلسی، محمدباقر. بحارالأنوار. بیروت: دار إحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق.
- 10- مصباح یزدی، محمدتقی. اخلاق در قرآن. قم: مؤسسه آموزشی امام خمینی، چاپ پنجم، ۱۳۸۹.
- 11- مطهری، مرتضی. تعلیم و تربیت در اسلام. تهران: صدرا، چاپ هشتم، ۱۳۸۶.
- 12- مجلسی، محمدباقر، بحارالأنوار، مترجم ندارد، بیروت: دار إحياء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق.
- 13- نراقی، ملا احمد. معراج السعادة. قم: انتشارات هجرت، چاپ چهارم، ۱۳۷۴.