

سبک زندگی فردی با تاسی از اخلاق نبوی

زهره وهابی میبیدی^۱

چکیده:

سبک زندگی مجموعه‌هایی از طرز حالت‌ها سلیقه‌ها و شیوه‌ها در هر چیزی است و در اصطلاح به معنای شیوه زندگی خاص یک فرد گروه یا جامعه است. خداوند در قرآن انسان را اشرف مخلوقات و خلیفه‌ی خود بر روی زمین معرفی می‌کند. برای رسیدن به این مقام الهی باید به حیات طیبه و نور الهی دست یابد، سبک زندگی پسندیده است که با آن بتوان به سعادت کامل دست یافت و جز با تبعیت از اسوه حسنه به این کمال نمی‌توان دست یافت. اولین شخصیتی که خداوند در قرآن او را اسوه حسنه می‌نامد حضرت محمد صلی الله علیه و اله است پس با پیروی از این شخصیت والا مقام میتوان زندگی شخصی و اجتماعی خود را همانند ایشان به پیش برد تا شایسته رحمت خداوند شد. پس لازم است که سبک زندگی آن حضرت معرفی شود تا با تاسی از آن به رشد و تعالی رسید سبک زندگی آن حضرت شامل به سه بعد است. زندگی فردی و خانوادگی و اجتماعی که سبک زندگی فردی آن حضرت از جمله عبادت نماز روزه حج صدقه دعا نیازهای جسمی خوردن و آشامیدن خواب و بیداری، رفت و آمد جلسات پیامبر صلی الله علیه و اله و... و نیازهای روحی روانی که شامل مباحث عبادی و اخلاقی، توکل، زهد، صبر (....) است.

کلید واژه: اخلاق، اخلاق فردی، سبک زندگی

مقدمه

اسلام برای هدایت انسانها به سرمنزل مقصود و سیراز عالم ملک تا ملکوت در قالب کلمات به صورت «قرآن ظهور یافته و در قالب اعمال به صورت «اسوه حسنه» در وجود پیامبر گرامی اسلام تجلی یافته است. چنانچه انسان اسوه حسنه را نشناسد و او را مقتدای خویش در همه زمینه‌ها نداند حتما نمونه‌های منفی را مقتدای خویش قرار می‌دهد؛ زیرا نمیتواند بدون اسوه زندگی کرد و راه به جایی نمی‌برد.

سیره انبیا سیره تربیت عملی انسان است. آنان با عمل خود و با ارائه الگویی تمام اعیار دلها را از تنگنای زمین به بلندای آسمان پربگشایند.

از آنجا که انسان آفریده خدا است، بی تردید بهترین برنامه برای کمال جسم و روح او برنامه‌ای است که از سوی خدا تنظیم یافته باشد و این برنامه در آداب و رسوم پیامبران بزرگ خدا و اوصیای گرامی ایشان متجلی است و کامل‌ترین آنها، همان راه و

روش پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله است از این رو هر انسانی مشتاق است که از رفتار پیامبر خویش آگاه باشد .

طبق آیه ۲۱ سوره احزاب بهترین الگو و سرمشق زندگی برای هر کسی که به خدا و روز قیامت ایمان دارد پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله است بنابراین هر انسانی میخواهد بداند ، آداب رفتاری و اخلاق نبوی چگونه بوده است. تا او نیز در زندگی خویش پیاده کند باید با سبک ایشان در زندگی فردی و عبادی و زندگی اجتماعی ایشان آشنا شود تا در عمل اجرا کند. زندگی حضرت در ابعاد ، تاریخی فردی ، سیاسی اجتماعی و.... قابل بررسی است اما در این تحقیق بر آنیم تا شیوه زندگی حضرت را با توجه به اخلاق فردی مورد بررسی قرار دهیم تا همه با این الگو آشنا شوند و این مسائل را در زندگی خود به کار ببرند. چون رفتار ایشان نمونه کامل از دین خدا و اسوه حسنه است که آشنا شدن و عمل به آن باعث میشود ، تا انسان به سعادت و کمال ابدی برسد.

در هیاهوی زندگی صنعتی ، دین و استفاده از روشهای الگوهای دینی در سبک زندگی روبه ضعف نهاده است و عده ای از انسانها با بهره وری از زندگی دنیوی آرامش را از خود گرفته و اضطراب و بیماریها را در زندگی به ظاهر مرفه و با امکانات راه داده اند پس ضرورت دارد تا تحقیقی پیرامون سبک زندگی پیامبر صورت گیرد تا با اصول و روش های ایشان در آداب عبادی و شخصی آشنا شوند و از طرفی قرآن کریم پیامبر عظیم الشان را اسوه حسنه نامیده است. پس لازم شده که این اسوه حسنه را معرفی کرد تا ببینیم چه ویژگیهایی داشته که به این نام نامیده است .

در این مقاله از کتاب هایی چون ، سنن النبی نوشته محمد حسین طباطبایی و هم چنین کتاب سیمای پیامبر نوشته عباس محدث قمی استفاده شده است که به نظر می رسد مطالب جدید تری در دسترس می باشد که کتابی در مورد آن نگاشته نشده است.

روشی که در این تحقیق به کار رفته توصیفی - تحلیلی و جمع آوری مطالب به روش کتابخانه ای است.

۱- مفاهیم

سبک در لغت به معنای فلز ذوب شده را در قالب ریختن ، روش، شیوه^۱ می باشد که در این تعریف نکات ذیل قابل توجه است: ۱_ روش نوعی زندگی فرد ، گروه یا فرهنگ روش خاصی از زندگی یا شخصی گروه است ۲_ شیوه زندگی یا سبک زیستن که بازتابنده گرایشها با ارزشهای یک فرد یا گروه است ، عاداتها ، نگرشها سلیقه ها معیارهای اخلاقی و.... که با هم طرز زندگی کردن فرد یا گروهی را میسازد.

چنان که پیدا است معنای اول بیشتر توضیح واژه به واژه از ترکیب «سبک زندگی» است و معنای دوم بیان معنای اصطلاحی است که امروزه در ادبیات علوم انسانی و اجتماعی رواج یافته است.

واژه «اخلاق» عربی و جمع خلق به معنی خویها سرشت و.... آمده است. اخلاق در اصطلاح علمای اخلاق، عبارت است از «ملکات نفسانی». ملکات نفسانی یا از فضایل است، مانند: شجاعت، سخاوت، عفت صداقت و امانت و یا از رذایل است، مانند: دروغ، ترس، بخل، کینه، حسد. موضوع اخلاق «روح انسان» است. چنان که زشتی و زیبایی خلق از ویژگیهای «بدن» است، زشتی و زیبایی خلق، از ویژگیهای «روح» است. مراد از روح همان «نفس ناطقه» است که ممیز انسان از دیگر حیوانات است.

نیازهای فردی به دو دسته تقسیم می شوند که در ذیل به توضیح آن خواهیم پرداخت.

2_ نیازهای روحی و روانی و جایگاه آن

نیازهای روحی و روانی در زندگی ما نقش بسیار مهمی دارد که در ادامه در مورد آن مفصل صحبت خواهیم کرد.

1_2. نیازهای عبادی:

یکی از نیازهای روحی هر انسانی و زیباترین لحظات و حالات آدمی هنگامی است که به عبادت و پرستش مشغول باشد، و عبادت منحصر به نماز نیست، بلکه جلوه های دیگری مانند دعا، حج، روزه و... دارد که ما در ادامه به هر کدام می پردازیم.

۱_۱_2 نماز:

پیامبر بزرگوار اسلام صلی الله علیه و آله برای نماز اهمیت فروان قائل بود. اگر چه شخصیت مخلصی هم چون آن حضرت همه کارهایش را در راه خدا انجام میداد و هر کاری که از او سر میزد نوعی عبادت به حساب می آمد، ولی به نماز عشق و علاقه خاصی داشت؛ ایشان روشنی چشم خود را در نماز میدانست^۱ و همواره دو برابر نمازهای واجب، نمازهای مستحبی میخواند^۲ و همان طوری که تصریح فرموده اند هر چه قدر که نماز میخواند باز هم روح تشنه اش از نماز سیراب نمیشد^۳. هرگاه ماه مبارک رمضان فرا میرسید، رسول خدا صلی الله علیه و آله بر نماز خود می افزود^۴.

۱-ورام، تنبیه الخواطر، ص ۵۴

۲-کلینی، اصول کافی، ج ۳، ص ۴۴۳

۱_ همان

۲_ طباطبایی، سنن النبی، ص ۲۴۳

شدت عشق و علاقه آن حضرت به نماز را از روایت‌هایی که نقل شده است به آسانی میتوان دریافت. نماز آن قدر در نظرش عزیز بود که گویی برای رسیدن وقت آن لحظه شماری میکرد و هر گاه وقت نماز فرا میرسید به بلال فرمود: «ای بلال! اذان بگو و ما را با اذان گفتن خوشحال کن»^۱.

۲_۱_۲ روزه:

روزه از آن جهت که موجب ترک برخی امور در مدت زمان معینی می‌گردد، آثار و فایده‌های ویژه‌ای دارد و در واقع از نظر نوع تأثیر گذاری اش بر روح انسان، با عبادات دیگر فرق دارد به همین سبب در اسلام، تنها به نماز اکتفا نشده، بلکه دیگر جلوه‌های عبادی هم مورد تأکید قرار گرفته است^۲.

روزه تنها خودداری انسان از خوردن و آشامیدن نیست، بلکه انسان باید افزون بر دوری کردن از خوردن و آشامیدن و... به انجام فرمان‌ها و ترک نواهی الهی توجه داشته باشد. در غیر این صورت، جز گرسنگی و تشنگی چیزی نصیب او نخواهد شد. رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله در این باره چنین فرمود: «شخص روزه دار در عبادت است اگر چه در رختخواب خود باشد؛ به شرط آن که از مسلمانی غیبت نکند»^۳.

۳_۱_۲ تلاوت قرآن:

قرآن، یکی از بزرگترین و با ارزش ترین کتاب مسلمانان است که باید به بهترین شیوه قرائت شود. در این قسمت به نحوه ی قرائت پیامبر صلی الله علیه و آله به عنوان الگوی برتر مسلمانان اشاره میکنیم.

ام سلمه گفته است: «پیامبر صلی الله علیه و آله قرائت خود را قطع میکرد و متصل به هم نمی‌خواند». می‌گفت: «الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» و توقف می‌کرد سپس می‌گفت: «الرحمن الرحیم» و توقف می‌کرد؛ و «مالک یوم الدین» قرائت میکرد. (نه ملک یوم الدین)^۴.

بنابراین با الگو گرفتن از این شخصیت والا و با تلاوت قرآن و تأمل در آیاتش نگذاریم این هدیه آسمانی غریب بماند، چنان چه عده‌ای از آن جهت زیبایی بر سر سفره عقد یا طاقچه اتاق گذاشته یا صرفاً جهت تلاوت در قبرستان‌ها یا مجالس افتتاحیه از آن استفاده می‌کنند. پس با توجه به جایگاه والای قرآن، باید ضمن تلاوت مداوم آن،

۳_ همان، ص ۲۶۸

۴_ حسن اللهی، نگاهی به سیره پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله، ص ۳

۵_ قمی (شیخ صدوق)، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۱۱۸

۱_ محدث قمی، سیمای پیامبر اسلام، ص ۱۳۸

دستورات زندگی بخش آن را به کار گیریم و در همه ی مراحل زندگی از قرآن استمداد بجوییم.

۴_۱_2 حج:

حج یکی از بزرگ ترین شرایع دین و وجوب آن نیز از واضحات برای تمام مسلمین است. سرانجام این که در کتاب «شریف وسائل» روایت نقل گردید: «کسی که مستطیع باشد و حج نکند تا آن که بمیرد در روز قیامت کور محشور شود». برای الگو گیری از رفتار پیامبر صلی الله علیه و آله نحوه ی به جا آوردن حج آن حضرت را بیان می کنیم.

ابان از حضرت صادق علیه السلام پرسید: «آیا رسول خدا صلی الله علیه و آله شبانه روز تعداد معینی طواف انجام می داد؟ فرمود: «رسول خدا شبانه روز ده مرتبه و هر مرتبه هفت بار دور خانه خدا طواف نمود، سه مرتبه اول شب، سه مرتبه آخر شب، دو مرتبه صبح و دو مرتبه بعد از ظهر و در فاصله ی آنها استراحت میکرد».

۵_۱_2 صدقه:

صدقه و انفاق از دست آوردهای مهم پیامبر صلی الله علیه و آله است که مشکل فقر را در جامعه اسلامی درمان می کند. علاوه بر آن شکاف اجتماعی و طبقاتی و فاصله ای که میان تهیدستان و برخورداران جامعه وجود دارد و یکی از دردهای مزمن جوامع بشری در طول تاریخ بوده است به وسیله صدقات و انفاقات برطرف و عدالت اجتماعی برقرار می گردد. جوامع بشری در طول تاریخ، خاطرات تلخ و رنج آوری از بی عدالتی های اجتماعی دارند طبقات فقیر همواره در آتش نداری می سوختند و دریغ از داد رسی که بتواند آلام آنان را التیام بخشد، در حالی که ثروتمندان از مواهب طبیعی برخوردار بوده با فخر فروشی منابع رفاهی را با شیوه های مختلف حیف و میل می کردند و با پوزخندهای زهر آلودشان ضعیفان جامعه را با انگ اراذل و اوباش به بیگاری می گرفتند و در عوض تمسخر شرم آور حاکی از بی دردی و بی مسئولیتی تحویل آنان می دادند که به پاره ای از آن دست آوردهای پیامبر در مورد صدقه و انفاق می پردازیم:

در وصیت رسول خدا صلی الله علیه و آله به علی علیه السلام آمده: «... ششم آن که در نماز و روزه و صدقه از سنت من پیروی کنی ، ... اما راجع به صدقه، به قدری در آن کوشا باشی که گمان کنی که در صرف مالی برای صدقه اسراف کرده ای».

به فرموده امام صادق علیه السلام : «رسول خدا صلی الله علیه و آله هیچ گاه سائلی را از خود نراند، اگر چیزی داشت به او می داد، و اگر نداشت می فرمود: «خدا پرساند». و همچنین ضمن حدیثی فرمود: «ما اهل بیت هر چه در راه خدا داده ایم پس نمیگیریم». طبق حدیثی از رسول اکرم صلی الله علیه و آله که فرمود: «من چند چیز

۳-۶ سفر:

از سفارشات قرآن « فسیرو فی الارض...^۱ » است. سفر با همه دشواری ها و سختی هایی که دارد، شیرین ولذت بخش است و فواید و آثار فراوانی دارد. کسی که به شهرها و کشورهای مختلف به منظور کارهای گوناگون سفر می کند، به جهت ارتباط با افراد آن شهرها و کشورها و آشنایی با آداب و رسوم و فرهنگ و تمدن آنان تجربیات زیادی کسب می کند و این تجربیات او را در مسیر زندگی و تلاش و کوشش هایش موفق می گرداند. بدیهی است که شخص مسافر به جهت دوری از خانه و کاشانه و نیز خویشاوندان و نزدیکانش و احیاناً به جهت پیمودن مسافت های طولانی دچار مشقت و مرارت های فراوانی می شود و خطرهای و صدمات احتمالی نیز هر آن او را تهدید می کند، ولی اموری که انسان را به سفر و او می دارد و گاهی آن چنان اهمیت دارد که ارزش تحمل دشواری های سفر را دارد پس از گذشتن سختی ها به مراد خود می رسد و دیگر مسافرت ها نیز همین گونه است.^۲

آداب مسافرت از منظر پیامبر اسلام:

- داشتن همسفر
- داشتن وسایل
- خوش خلقی در سفر
- رعایت حقوق همسفران
- هدیه و سوغات

۳-۷ لباس و پوشش:

لباس، برای پوشاندن بدن و حفظ آن از سرما و گرما و آلودگی و مایه آبرو و آراستگی انسان است. تبدیل آن بوسیله تفاخر و تجمل و ارزش را در کیفیت و قیمت جامعه دانستن، نوعی انحراف از فلسفه وجودی لباس است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله با ساده زیستی و رهایی از تعلقات مادی به زندگی و دنیا می نگریست و این گونه می زیست و هرگز ارزش را در لباس نمی دید.^۳

گرچه لباس پوشیدن، کاری ساده و روزمره و عادی است، ولی روش و سیره اولیای دین در این زمینه ها هم برای ما مهم است. پیامبر اکرم هرگاه لباس و پیراهن می

۲- آل عمران، ۱۳۷

۳- محدث قمی، سفینه البحار، ج ۱، ص ۶۷۴

۱- محدثی، سیره اخلاقی و رفتاری پیامبر صلی الله علیه و آله، ص ۷۹

پوشید، ابتدا سمت راست را بر تن میک رد و هرگاه جامه از تن در می آورد از سمت چپ شروع می کرد.^۱

گاهی بی آن که جامه دیگری بر تن کند رو پوشی را بر اندام خود می افکند و دو طرف آن را بین دو شانه خود گره می زد و چه در خانه یا بیرون یا هنگام نماز بر جنازه ها با همان حالت نماز می گزارد. گاهی در یک لباس گشاد نماز می خواند. دو عدد برد بافته شده داشت که آن ها را تنها در حال نماز می پوشید.^۲

امام صادق علیه السلام از پدران خویش روایت کرده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله نهی می کرد که مردان، در لباس پوشیدن خود را شبیه زنان سازند، و نهی می کرد که زنان در لباس پوشیدن شبیه مردان شوند.^۳

آن حضرت وقتی لباس می خرید اگر آستین آن بیش از اندازه بود، مقدار اضافه را می برید. ایشان در انجام دادن کارها با دست راست، و شروع از سمت راست را در همه کارهایش دوست داشت، در پوشیدن جامه و کفش، در شانه کردن موی.^۴

ویژگی های لباس از نظر پیامبر:

- جنس و رنگ لباس (لباس پنبه ای و پشمی - رنگ سبز و سفید و زرد)
- اندازه و کیفیت لباس (اندازه ی لباس ها تا قوزک پا نمی رسید)
- ساده پوشی
- لباس های ویژه (کلاه ، عمامه ، عرقچین)

۳-۸ مسکن:

رسول خدا صلی الله علیه و آله از دنیا رفت در حالی که خشتی بر روی خشتی نهاد و فرمودند: «مسجدها مجالس پیامبران است». امام صادق علیه السلام فرمودند: «پیامبر صلی الله علیه و آله هرگاه میخواست در گرمای تابستان از خانه بیرون رود روز پنج شنبه می رفت و هرگاه میخواست در سرمای زمستان به خانه باز گردد روز جمعه به خانه باز می گشت».^۵

آن حضرت کراحت داشت که بدون چراغ وارد خانه تاریک شود و همچنین از این که سقف خانه ها را با عکس حیوانات و صورت جانداران نقاشی کنند کراحت داشت و از

۲- مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۱۲۳

۳- طباطبائی، سنن النبی، ص ۲۷۸

۱- طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۱۱۸

۲- مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۲۳۷ و ۲۷۸

۳- طباطبائی، سنن النبی، ص ۷۶ و ۷۷

خروس سفید در خانه نگه داشتن خوشحال می شد چون ایشان فرمودند: «خروس سفید دوست من است و دشمن آن دشمن خدا است، این حیوان صاحبش و تا هفت خانه از همسایگان را پاسبانی می کند».^۱

۳-۹ معالجه و درمان:

طبابت و درمان بیماری های انسان جزء کهن ترین علمی است که بشر از بدو پیدایش، همواره در صدد تحصیل و تکمیل آن بوده است. همان طوری که به فراخور رشد جوامع بشری دانش نیز گسترش یافته، علم پزشکی نیز روز به روز گسترده تر و پیشرفته تر در خدمت انسان حاضر، در این قسمت به نمونه ای از سیره پیامبر در مورد معالجه و درمان میپردازیم.^۲

حضرت امام صادق علیه السلام فرموده اند: رسول خدا صلی الله علیه و آله برای معالجه هر درد و بیماری حجامت می کرد.^۳

خود پیامبر صلی الله علیه و آله نیز فرمود: «برترین معالجات شما حجامت کردن است» و همچنین فرمودند: «بیماران را درمان کنید که خداوند هر بیماری را که فرستاده، درمانش را نیز فرستاده، جز مرگ». و انس گفته است: «رسول خدا صلی الله علیه و آله در رگهای دو طرف گردن و در کتف حجامت می کرد و در روزهای هفدهم و نوزدهم و بیست و یکم ماه حجامت می فرمود».^۴

نتیجه گیری:

در این مقاله در مورد سبک زندگی فردی با تاسی از اخلاق نبوی صحبت شد که از آن متوجه شدیم باید در زندگی فردی خود که شامل نیازهای عبادی، اخلاقی و جسمی است باید نکاتی را رعایت کنیم که هر کدام آداب خاص خود را دارد که نیازهای عبادی شامل (نماز، روزه، حج، صدقه و....)، نیازهای اخلاقی شامل (توکل، تواضع و فروتنی، زهد، صبر و استقلال و...) و نیازهای جسمی شامل (خوردن، آشامیدن، خواب و بیداری، سفر، مسکن و....) می باشد که بهتر است آداب مخصوص آن را که آداب پیامبر و سیره اوست رعایت کنیم.

۱- طباطبایی، سنن النبی، ص ۷۶

۲- موسوی گرمارودی، سیمای آفتاب، ص ۳۱۲

۳- مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۷، ص ۳۳

۴- مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۲، ص ۷۳

فهرست منابع

❖ قرآن کریم

- ۱- ابراهیمی، حسین، سیره نبی اعظم، چاپ ۱، قم، ثقلین، ۱۳۸۶
- ۲- ابن کثیر، اسماعیل، سیره النبویه، ج ۲، بیروت، دارالمعرفه، ۱۳۹۳
- ۳- حر عاملی، محمد، الوسائل الشیعه، ج ۳، بی جا، بی تا
- ۴- حسن اللهی، منوچهر، نگاهی به سیره پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله، چاپ ۱، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۶
- ۵- شیخ صدوق، محمد، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ترجمه: علی اکبر غفاری، تهران، کتابخانه صدوق، بی تا
- ۶- طباطبایی، محمد حسین، سنن النبی، ترجمه: محمد هادی فقهی، چاپ ۵، تهران، انتشارات اسلامی، ۱۳۷۰
- ۷- طبرسی، حسن، مکارم الاخلاق، تعلیق: محمد حسین اعلمی، چاپ ۶، بیروت، انتشارات الاعلمی للمطبوعات، ۱۳۹۲
- ۸- عبد اللهی، عباس، اسرار خواب و رویا، چاپ ۱، قم، انتشارات شفق، ۱۳۸۵
- ۹- فیض کاشانی، محسن، محجه البیضاء، ج ۱، قم، حوزه علمیه، ۱۳۶۱
- ۱۰- کلینی، محمد، اصول کافی، ترجمه: جواد مصطفوی، ج ۲ و ۳، تهران، انتشارات علمیه اسلامی، بی تا
- ۱۱- مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، بیروت، دار احیاء، ۱۴۰۳ ق
- ۱۲- محدث قمی، عباس، سفینه البحار، ج ۱، بی جا، بی تا
- ۱۳- _____، عباس، سیمای پیامبر اسلام، ترجمه: مختصر الشمایل المحمدیه، چاپ اول، بی جا، ۱۳۸۵
- ۱۴- محدثی، جواد، سیره اخلاقی و رفتاری پیامبر صلی الله علیه و آله، چاپ ۲، قم، ام ابیها، ۱۳۸۵
- ۱۵- محمودی الیگودرزی، امیر ملک، سیره پیامبر اعظم، قم، موسسه شهاب الدین، چاپ ۱، ۱۳۸۵
- ۱۶- معین، محمد، فرهنگ فارسی، ج ۱، تهران، سرویس، ۱۳۳۹
- ۱۷- موسوی گرما رودی، ابوالفضل، سیمای آفتاب، قم، نشر الهادی، ۱۳۷۷
- ۱۸- نراقی، احمد، معراج السعاده، تهران، انتشارات رشیدی، ۱۳۶۳
- ۱۹- ورام، مسعود، تنبیه الخواطر، تهران، رایحه، ۱۳۷۸
- ۲۰- هرندی، علی، سیره و سخن پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله، قم، دارالفکر، چاپ ۱، ۱۳۸۵

