

بسم الله الرحمن الرحيم

تأثیر قناعت در زندگی انسان از منظر اسلام

سیده فاطمه رضایی^۱

چکیده

این تحقیق به نقش قناعت در زندگی انسان می پردازد. مباحثی از جمله: معنای قناعت و آثار آن در زندگی انسان از منظر اسلام و فن های دست یابی به قناعت در حیات اجتماعی است. هدف این تحقیق؛ یافتن راهکار مناسب برای دوری حرص و طمع، آرامش و نشاط جامعه اسلامی، اصلاح نفس و دست یابی به عزت و سربلندی است. یکی از صفاتی که تضمین کننده ی آرامش و سازگاری در زندگی اجتماعی است و فقدان آن آرامش را از زندگی می رباید، قناعت در افراد خانواده است. بعضی از افراد کم طاقت با دیدن وضع زندگی دیگران زود برانگیخته می شوند و چشم وچشمی می کنند. در مقابل افرادی هستند که برانگیختگی آنها پایین است و قانع هستند به آنچه دارند و همیشه بی نیاز هستند. قناعت صفتی است که قابل تعریف نیست. قناعت نه به داشتن است و نه به نداشتن. قناعت حالتی است مخالف حرص، که بسیار پسندیده است و ما به عزت و آزادی نفس است و صفتی است والا که از بزرگترین راه های رسیدن به سعادت ابدی است. قناعت روان انسان را آرامش می بخشد. شخص قانع از فکری آزاد برخوردار است و خیلی آزادانه به امور دینی مشغول می گردد و به آسانی راه آخرت را در پیش می گیرد. قانع نه طمع دارد، نه حسد، نه غم واندوه. هرگز احساس نارضایتی نمی کند و راضی به داده های خداوند است. هرکس قناعت داشته باشد، عزیز است و هرکس قناعت نداشته باشد، اگر چه همه چیز را داشته باشد، حاضر است خود را ذلیلانه به هر آب و آتشی بزند. قناعت پیشگی یکی از فضائل ارزشمند است که در فرهنگ اسلامی از منزلت والایی برخوردار است و می توان گفت یکی از مکارم اخلاق و از ویژگیهای پیامبران و اولیای الهی است که در نهج البلاغه به حیات طیبیه تفسیر شده است. قناعت در زندگی انسان اثراتی دارد، از جمله : ۱- عزت و سربلندی ۲- اصلاح نفس ۳- حسابرسی سبک و آسان ۴- سلامت دین ۵- راحتی و آرامش نمونه های آن است.

کلید واژه ها: آرامش، حرص و طمع، حیات طیبیه، راضی، قانع، قناعت، مکارم اخلاق.

^۱ . طلبه پایه پنجم مدرسه علمیه فاطمه الزهرا سلام الله علیها آمل.

قناعت از ماده (قنع) گرفته شده است. در لغت نامه دهخدا قناعت به معنای خرسندی، رضا به قسمت، بسنده کاری و راضی شدن به اندک چیز آمده است. این موضوع را می توان از منظر تفسیری، اقتصادی، سیاسی و اجتماعی بررسی کرد؛ اما نگارنده در نظر دارد آن را از لحاظ اجتماعی و اخلاقی بررسی می کند و به این سؤال پاسخ می دهد که تأثیر قناعت در زندگی انسان از منظر اسلام چیست؟

قناعت از مکارم اخلاق و از خصایص پیامبر اکرم(ص) است. ما نیز به پیروی از آن بزرگوار که اسوه و الگوی ما است، باید خود را متصف به این صفت کنیم. در خصوص قناعت منابع مختلفی تألیف و مکتوب شده از جمله؛ ناصر رفیعی محمدی در کتاب گفتار رفیع، به آثار قناعت در زندگی اشاره کرده و درمان کم قناعتی را هم ذکر کرده است. آیت الله محمد رضا مهدوی کنی در کتاب نقطه های آغاز در اخلاق عملی، بحثی در مورد حیات طیبیه در ذیل حدیثی از امام علی(ع) فرمودند. رسول سعادت‌مند در کتاب درس‌هایی از امام(ره) (قناعت و ساده زیستی) درباره‌ی ساده زیستی در انواع مختلف چیزهایی را بیان فرمودند: دکتر محمد کاویانی در کتاب سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، به وظیفه اقتصادی که انگیزه فعالیت های اقتصادی یکی از انگیزه های مهم و اساسی در کار اقتصادی؛ مثل دوستی خدا و کسب رضایت او است، اشاره کرد و نیازهای شخصی و خانوادگی را برطرف می کند که در حد ضرورت باشد. همچنین مقالاتی درباره‌ی قناعت بحث کردند، که به سه تا از آنها اشاره می کنیم:

۱- علی حسین زاده در مقاله (نقش قناعت در بهره مندی از زندگی) به نقش قناعت در زندگی می پردازد. به مباحثی از جمله: معنای قناعت، عوامل ایجاد و تقویت و آثار آن در زندگی و فنون دست یابی به قناعت در زندگی اجتماعی است.

۲- شهربانو مهینی در مقاله (قناعت و ساده زیستی میان قرآن و نهج البلاغه) فرق میان قانع و معتر را بیان می کند و به قناعت در کلام امام علی(ع) و به آثار قناعت هم اشاره کرده است.

۳- مهدی آشناور و مریم طادی بنی در مقاله (قناعت به سود معقول در احادیث و سیره ی رضوی) سعی شده با بررسی سیره ی امام رضا(ع) به سؤالات: قناعت به چه معناست؟ در تعالیم دینی دارای چه جایگاهی است؟ و... آنها را مورد بررسی قرار می دهد و نگارنده در نظر دارد تا بر اساس منابعی در این موضوع آن را بررسی کند. قناعت یکی از بهترین و پرمفعت ترین صفات برای آدمی است. چون نور قناعت در چراغ هستی انسان تجلی کند، انسان تبدیل به قدرتی برای حفظ حقوق دیگران و ایستادن بر چارچوب حقوق می شود. قناعت در نفس انسان نتیجه تقوا و پیراستگی نفس، از رذائل و آراستگی جان به محامد اخلاقی است. بنابراین عالم، سفره ی گسترده ای است

که خداوند مهربان در کنار این سفره میلیاردها مهمان دارد و هر مهمانی نسبت به مقدار نیازش در این سفره حقی دارد، دیگری نباید دست حرص و طمع به چیزی که حق دیگری است و هیچ ارتباطی به او ندارد، دراز کند. آیا این دست درازی باعث نفاق، اختلاف، کینه، حسد، طمع، جنگ و قتل غارت و... نمی گردد؟! براساس این محاسبه باید گفت: (انسان قانع چه انسان پاک و چه موجود نمونه ای است.) بنابراین ضرورت دارد (تأثیر قناعت در زندگی انسان از منظر اسلام چیست؟) را مورد بررسی قرار دهیم.

هدف نگارنده از انجام این تحقیق آن است که با تبیین معنای قناعت، تأثیر قناعت در زندگی انسان از منظر اسلام دارد، این روش پسندیده نسبت به قناعت و صرفه جویی و بهینه سازی در جامعه را هرچه بیشتر در وجود خود ایجاد نموده و دیگران نیز از این مسئله آگاهی یابند.

مفهوم شناسی

قناعت مایه‌ی عزت و آزادگی نفس است. صفتی است والا که از بزرگترین راههای رسیدن به سعادت ابدی است. در این بخش از نوشتار معنای لغوی و اصطلاحی قناعت را بیان می کنیم:

معنای لغوی قناعت

قناعت از ماده ((ق ن ع)) گرفته شده است. به معنای اکتفا کردن به اندک از آنچه مورد نیاز انسان است.^۱ به معنای زیاد دیگری هم آمده: راضی شدن به اندازه نیاز بسنده کردن و صرف کردن، زیاده طلبی نداشتن در خرج و صرف مال و هر چیزی اندازه نگه داشتن و... و همچنین به معنای؛ صرفه جویی، حرص و طمع نداشتن و ضد اسراف کاری می باشد. ابن منظور قناعت را به معنای رضا به قسمت می داند.^۲ در لغت نامه دهخدا هم قناعت به معنای؛ خرسندی، رضا به قسمت، بسنده کردن، بسنده کاری و راضی شدن به اندک چیز آمده است.^۳

معنای اصطلاحی قناعت

قناعت در اصطلاح؛ حالتی است برای نفس، که باعث اکتفا کردن آدمی به قدر حاجت و ضرورت است.^۴ قناعت در اصطلاح؛ عبارت از این است که انسان بیش از هر چیز به خداوند متعال متکی بوده و به هرچه در اختیار دارد

^۱ مفردات راغب، کتاب قاف، ص ۴۱۳.

^۲ لسان العرب، ابن منظور، ۸/۳۹۸.

^۳ دهخدا، لغت نامه دهخدا، ذیل واژه قناعت، ج ۱۱، ص ۱۷۷۶۵.

^۴ نراقی، احمد، معراج السعاده، ص ۳۹۷.

خشنود و سازگار باشد و با عزت نفس و آبرومندی به سر برده و هیچ گاه چشم داشتی به دیگران نداشته و از نداشتن امور مادی و کمبودها اندوهگین و حسرت زده نباشد.^۱ به بیان دیگری می توان گفت: (قناعت، رضایت به کم و حسن تدبیر معاش است؛ بدون دوست داشتن زیاده از حد زندگانی و اعتدال و میانه روی نیز می باشد).

آثار قناعت در زندگی انسان

مال و ثروت یکی از ارکان اساسی در حفظ نظام اجتماعی است. مال و ثروت باید در خدمت بشر و دینداری درآید و زمینه رشد و ترقی را فراهم کند، البته همراه قناعت باشد. خانواده و جامعه ای که روحیه قناعت بر آن حاکم باشد، وابستگی و در ماندگی ندارد. و قناعت ریشه در اعتقاد به خدا و باورمندی کیفر و پاداش و بی وفایی دنیا دارد. روحیه قناعت آثاری به دنبال دارد و برخی از آن آثار عبارتند از:

عزت و سر بلندی

عزت به معنای شکست نا پذیر بودن و سر افرازی است. انسان قانع، آبروی خود را در معرض مردم قرار نمی دهد، با اکتفا به داشته های خود، چشم طمع به مال مردم نمی دوزد و خود را خوار و کوچک نمی کند. حدیثی از امام علی (ع) است که می فرماید: «عزت و سر بلندی نتیجه ی قناعت است.»^۲

پس میوه ی قناعت عزّت و آبرو برای انسان است. باز ایشان فرمودند: «اقنع بما اوتيته حفّ عليك الحساب.»^۳ به آنچه داده شدی قناعت ورز تا روز حساب، روز قیامت بر تو سبک و آسان گردد. فردی که به آنچه دارد قانع نیست، همواره در صدد آن است که کمبودهای مادی خود را برطرف سازد. می دانیم که این کمبودها بی انتهاست. از طرف دیگر تأمین این نیازها در موارد زیادی، درخواست از دیگران را در پی دارد؛ از این رو دست یافتن به آنچه که فرد در اختیار ندارد، مستلزم ابزار نیاز مداوم به دیگران است و این همان چیزی است که عزّت و نفوذناپذیری فرد را به شدت به خطر می اندازد. حضرت علی (ع) خبّاب بن ارت را می ستاید و یکی از اوصاف او را قناعت و راضی بودن به زندگی ذکر می کند، آنجا که می فرماید: «خداوند خبّاب بن ارت را رحمت کند که از روی میل و رغبت

^۱ رحیمی اصفهانی، غلامحسین، اخلاق اسلامی، ج ۲، ص ۱۵۱.

^۲ محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۸، ح ۱۶۸۶۰.

^۳ همان، ص ۲۸۲، ۲۸۳.

اسلام آورد و مطیعانه هجرت کرد و به زندگی ساده و حد کفایت قناعت کرد و از خدا راضی بود و در تمام عمر با جهاد زندگی کرد.^۱

اصلاح نفس

از قناعت به عنوان بیشترین یاری دهنده فرد در جهت اصلاح نفس یاد کرده اند: «اعون شیء علی صلاح النفس القناعه»^۲ کمک کارترین عامل بر اصلاح نفس قناعت است». مسلّم است فردی که توفیق خودسازی پیدا کرده و از نفس صالحی برخوردار شده است، می تواند در خانواده آرامش ایجاد کند و تنش ها و ناسازگاری ها را به حداقل برساند. دقت در آثار ارزشمند فردی و اجتماعی که برای قناعت بر شمرده شد، ما را به این نتیجه رهنمون می سازد که برای برخورداری از زندگی راحت، طیب، زیبا، همراه با عزّت و صلاح نفس، باید هم خود قناعت پیشه کنیم و هم فرد قانعی را به همسری بر گزینیم. این ایده آل ترین شرایطی است که طبق آن می توان اهداف فوق را دنبال کرد و به آن دست یافت. تهذیب و تأدیب نفس از امور مهم و اساسی است، اگر کسی نفشش را اصلاح نکرد از عقل و خرد خود بهره نمی برد. مالکیت نفس، در پرتو اصلاح آن و هلاک آن، در گرو اعمال و رهاکردن آن است. امام علی(ع) می فرماید: «من أصلح نفسه ملکها و من أهمل نفسه أهلکها»^۳

هر کس نفشش را اصلاح کند مالک آن می شود و هر کس کوتاهی کند در مقابل نفشش هلاک آن می شود.» توجه به نفس، منشأ تقویت و کمال انسان است، نفس انگیزه ها و کشش هایی دارد که همواره انسان را به ارضاء مطلق خود دعوت می کند، اگر مدیریت نفس از دست عقل خارج شود، خطرات زیادی بوجود می آورد. یکی از عواملی که ما را در اصلاح نفس کمک می کند، حس قناعت، انسان قانع راه را بر طغیان نفس می بندد، قنوع موجب میشود سطح در خواست های نفس تعدیل شود. انسانی که دل در گرو دنیا ندارد، ابزار امیری و صدارت نفس را از آن سلب می کند. نفس قدرت طلب و لذت خواه است. لذت های والاتر و بالاتر اخروی را نادیده گرفته و نظر به لذت های پست و زود گذر دنیوی می اندازد، صفت قناعت این تمایل نفسانی را سرکوب می کند، به همین جهت قناعت یکی از بهترین اسباب اصلاح نفس شمرده شده است.

^۱ دشتی، نهج البلاغه، حکمت ۴۳، ص ۶۳۴.

^۲ عبدالواحد آمدی، غررالحکم، ص ۳۹۱.

^۳ همان، شماره ۷۷۸۲.

مشکلات زندگی را با سرپنجه‌ی فعالیت و بردباری، از پیش پای بر دارد. پس همه‌ی فراز و نشیب‌های زندگی و همه‌سوی آن راهی برای تکامل است و باید از گذرگاه تنگ یا فراخ آن قدمی در راه خویش برداریم. در کتاب ره آورد سفر حج، توصیه‌هایی به مدیران کاروان‌های حج شده است. در تابلوی اعلانات توسط مدیران صورت می‌گیرد، که یکی از آنها (قناعت و صبر و بردباری در طول سفر و رعایت حال).

احادیثی از امام صادق (ع) آمده است، که برخی از آنها را بیان می‌کنیم. ایشان فرمودند: «ما دوست داریم کسی که خردمند و بافهم و بردبار مدارا کن و شکیبیا و راستگو، باوفا باشد؛ زیرا خداوند عزوجل پیغمبران را به مکارم اخلاق مخصوص کرد (یعنی اخلاق بد را از آنها زدود) هر که را مکارم اخلاق باشد، خداوند عزوجل را بر آن سپاس گوید، و هر که را در او نباشد به خدای عزوجل زاری کند و آنها را بخواهد. راوی می‌گوید: «گفتم: «قربانت، آنها چیستند؟» فرمود: «آنها ورع باشند و قناعت و صبر و شکر و حلم و حیاء و سخاوت و شجاعت و غیرت و خوش رفتاری و راستگویی و ادای امانت.¹

و نیز فرمودند: «بین بندگان کمتر از پنج خصلت تقسیم نشده؛ یقین و قناعت و صبر و شکر، و کامل کننده‌ی همه‌ی اینها عقل است.»²

پس در این مطالبی که بیان کردیم همیشه صبر همراه با قناعت آمده، حتی هم در احادیث.

نتیجه گیری

قناعت از ماده ((قَنَعَ)) گرفته شده است. در لغت‌نامه دهخدا، قناعت به معنای خرسندی، رضایت به قسمت، بسنده کاری و راضی شدن به اندک چیز آمده است. قناعت در اصطلاح؛ حالتی است برای نفس، که باعث اکتفا کردن آدمی به قدر حاجت و ضرورت است. و عبارت از این است که انسان بیش از هر چیز به خداوند متعال متکی بوده و به هرچه در اختیار دارد خشنود و سازگار باشد و با عزت نفس و آبرومندی به سر برده و هیچگاه چشم داشتی به دیگران نداشته و از نداشتن امور مادی و کمبودها اندوهگین و حسرت زده نباشد. قناعت در اصطلاح شرعی صفتی است، که با تکرار و تمرین در انسان به صورت ملکه‌ای در می‌آید که باعث خشنودی و راضی شدن به چیز کم و نگه داشتن نفس از زیاده خواهی می‌شود. قناعت از مکارم اخلاق و از خصایص پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) است. ما نیز به پیروی از آن بزرگوار که اسوه و الگوی ماست، باید خود را متصف به این صفت کنیم. قناعت در زندگی انسان آثاری دارد؛ عبارتند از: ۱- عزت و سربلندی، ۲- اصلاح نفس، ۳- ثروت و بی‌نیازی، ۴-

¹ کلینی، کافی، ج ۲، ص ۵۶، ح ۳.

² مشکات الانوار فی غرر الاخبار، ج ۱، ص ۵۲۷.

راحتی و آرامش، ۵- سلامت دین، ۶- حسابرسی سبک و آسان، امام علی (علیه السلام) بخل را زمینه ساز انواع ضعف‌های اخلاقی و عملی دانسته و در این باره فرموده‌اند: «بخل دربردارنده همه عیب‌ها هست و افساری است که انسان را به سوی هر بدی می کشاند.» از آنجایی که قناعت ضد اسراف است، سوال اینجاست که: «بخل، از موارد اسراف است یا تبذیر؟ امام باقر (علیه السلام) در پاسخ به این پرسش فرمود: «بخل مبذر است.» در تفاوت قناعت و بخل گفتنی هست که: (۱- قناعت بیشتر در اخلاق فردی مطرح است و مربوط به استفاده بهینه امکانات زندگی و اجتناب از زیاده‌روی در هزینه‌ها و مصارف و رضایت به نعمت‌های الهی است، اگرچه اندک باشد؛ در حالی که بخل مربوط به اخلاق اجتماعی است، زمانی که انسان باید به یاری افراد نیازمند استفاده نماید، بخل بورزد و هزینه نکند. ۲- قناعت، نمود مناعت طبع و بزرگواری و زهد و تحمل آدمی است؛ در حالی که بخل، صفت رذیله و ناشی از حقارت نفس و نمود خودخواهی انسان است. ۳- دستاورد قناعت، عزت و سربلندی است؛ در حالی که دستاورد بخل، ذلت است. ۴- بخل با حرص شباهت دارد؛ اما قناعت در مقابل حرص است و با قناعت فرق دارد. ۵- قناعت، مایه آرامش است؛ اما بخل ناآرامی را می‌آورد. ۶- قناعت، ثروتمندی می‌آورد؛ اما بخل، فقر زودرس می‌آورد....)) در زندگی عالمان دینی، به خصوص امام خمینی (ره) سادگی و زهد و پرهیز از زرق و برق و تجملات بود. می‌توان گفت یکی از عوامل مهم جذب مردم به این دین مقدس، بی‌پیرایگی پیامبران و امامان معصوم (علیهم السلام) و سپس عالمان دینی بوده و هست. مثلاً به زندگی رهبر معظم انقلاب امام خامنه‌ای (مدظله) گر نگاه کنیم سادگی و ساده زیستی او را مشاهده می‌کنیم. نمونه‌هایی از قناعت و ساده زیستی امام خمینی (ره) را اشاره کردیم، که عبارتند از: (۱- قناعت و ساده زیستی در مسکن. ۲- در پوشاک و لوازم زندگی. ۳- مواد غذایی. ۴- آب. ۵- برق. ۶- کاغذ.) در رابطه بین صبر و قناعت، گفتیم که روح انسان‌ها، در پذیرش زیورهای اخلاقی و در تکامل یافتن حالت ویژه‌ای دارد. به تدریج آرام و آهسته، در اثر برخورد با مشکلات و قرار گرفتن در راحتی‌ها و چشیدن تلخ و شیرینی‌های زندگی تکامل می‌یابد. در همین چم و خم‌هاست، که شکیبایی می‌آموزد... گاهی در فراز نعمت می‌نشیند و گاه به نشیب مسکنت افکنده می‌شود. یک کارشناس علوم قرآنی گفت: «ما همواره باید از حضرت فاطمه سلام الله علیها الگوبرداری کنیم.» ایشان الگوی بزرگ صبر و قناعت بودند، این موضوعی است که امروزه باید آن را همواره مد نظر داشت. حدیثی از امام صادق (علیه السلام) است که می‌فرماید: «بین بندگان کمتر از پنج خصلت تقسیم نشده؛ یقین و قناعت و صبر و شکر و کامل کننده همه این‌ها عقل است.» اگر کسی در زندگی صبور نباشد، به رضایت خداوند دست پیدا نمی‌کند، و قانع نمی‌شود. از قناعت به عنوان یکی دیگر از عوامل کسب رضایت خداوند نام برده شده است.

فهرست منابع

*قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی.

*نهج البلاغه، محمد دشتی.

- (۱) ابن منظور، محمد بن مکرم، **لسان العرب**، جلد ۸، بیروت دارالصار، چاپ سوم، ۱۴۱۴ ق.
- (۲) آشناور مهدی، و طادی بنی مریم، **قناعت به سود معقول در احادیث و سیره رضوی**، منبع: حسنا، تابستان ۱۳۹۴، سال هفتم، شماره ۲۵.
- (۳) اکبری محمد، **زیبایی‌های اخلاق**، قم، انتشارات دانش حوزه، چاپ اول، ۱۳۸۲ ش.
- (۴) ترمذی، محمد بن عیسی، **سنن الترمذی**، مترجم: محمدرضا رخشانی، تهران، موسسه انتشاراتی حسینی اصل، چاپ اول، ۱۳۹۷ ش.
- (۵) تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، **غررالحکم**، محقق: درایتی، قم، انتشارات تبلیغات اسلامی، چاپ اول، ۱۳۶۶ ش.
- (۶) حسین‌زاده علی، **نقش قناعت در بهره‌مندی از زندگی**، منبع: معرفت اخلاقی، پاییز ۱۳۸۹، سال اول، شماره ۴.
- (۷) حسین‌زاده، علی، **همسران سازگار (راهکارهای سازگاری)**، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) چاپ نگارش، چاپ یازدهم، پاییز ۱۳۹۰ ش.
- (۸) دهخدا، علی اکبر، **لغت‌نامه دهخدا**، تهران، امیرکبیر، چاپ چهارم، ۱۳۶۰ ش.
- (۹) راغب اصفهانی، حسین بن محمد، **المفردات فی غریب القرآن**، تحقیق صفوان عدنان داوودی، بیروت، دارالعلم، چاپ اول، ۱۴۱۲ ق.
- (۱۰) رجایی، غلامعلی، **برداشت‌هایی از سیره امام خمینی (ره)**، جلد ۲، تهران، ناشر: موسسه و نشر آثار امام خمینی (ره)، چاپ هشتم، ۱۳۹۲ ش.
- (۱۱) رحیمی اصفهانی، غلامحسین، **اخلاق اسلامی جلد ۲**، تهران، ناشر: عسگریه، چاپ چهارم، ۱۳۷۷ ش.
- (۱۲) رفیعی محمدی، ناصر، **گفتار رفیع**، قم، چاپ نگارش، تابستان ۱۳۸۸ ش.
- (۱۳) سعادت‌مند، رسول، **درس‌هایی از قناعت و ساده زیستی امام (ره)**، قم، انتشارات تسنیم، چاپ سوم، ۱۳۹۰ ش.

- ۱۴) سلطانی، غلامرضا، **تکامل در پرتو اخلاق**، قم، نشر: دفتر انتشارات اسلامی، چاپ بیست و سوم، تابستان ۱۳۸۹ ش.
- ۱۵) طباطبایی، محمد حسین، **تفسیر المیزان**، مترجم: محمدباقر موسوی همدانی، قم، انتشارات اسلامی، چاپ ۲۴، ۱۳۸۸ ش.
- ۱۶) طبرسی، علی بن حسن، **مشکات الانوار فی غرر الاخبار**، مترجمان: مهدی هوشمند و عبدالله محمدی، تهران، دارالثقلین، چاپ اول، ۱۳۹۲ ش.
- ۱۷) طبرسی، فضل بن حسن، **مجمع البیان فی تفسیر القرآن** جلد ۵، ترجمه: حسین نوری و شهید مفتاح، چاپ دوم، بیروت-لبنان، دارالمعرضه، ۱۴۰۸ ق.
- ۱۸) طیب، مهدی، **مصباح الهدی (در نگرش و روش عرفانی اهل بیت اهل محبت و محبت و ولایت دفتر اول)**، تهران، سفینه، چاپ یازدهم، بهار ۱۳۸۸ ش.
- ۱۹) غزالی، محمد، **کیمیای سعادت**، تهران، گلبام، چاپ پنجم، ۱۳۸۹ ش.
- ۲۰) قمی، عباس، **سفینه البحار جلد ۱**، مترجم: هادی صلواتی، مشهد، آستان قدس رضوی بنیاد پژوهش‌های اسلامی، چاپ سوم، ۱۳۸۸ ش - ۱۴۳۰ ق.
- ۲۱) کاویانی، محمد، **سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن**، قم، جعفری اداره چاپ و انتشارات پژوهشگاه، چاپ سوم، پاییز ۱۳۹۲ ش.
- ۲۲) کلانتری، علی، **الگوی مصرف**، قم، موسسه بوستان کتاب، چاپ سوم، ۱۳۸۸ ش.
- ۲۳) کلینی، محمد بن یعقوب، **اصول کافی جلد ۲**، مترجم: حسین استاد ولی، تهران، دارالثقلین، چاپ اول، ۱۳۹۰ ش.
- ۲۴) کلینی، مؤلفان: رحیمیان محمد حسین و کلینی محمد بن یعقوب، **فروع کافی جلد ۴**، قم، قدس، چاپ اول، ۱۳۹۰ ش.
- ۲۵) مجلسی، محمد باقر، **بحار الانوار جلد ۶**، بیروت دارالحیاء التراث العربی، چاپ دوم، ۱۴۰۳ ق.
- ۲۶) محمدی ری شهری، محمد، **میزان الحکمه جلد ۸**، قم، دارالحدیث، چاپ اول، ۱۳۸۴ ش.
- ۲۷) مختاری، رضا، **سیمای فرزندگان جلد ۳**، تهران، مرکز انتشارات تبلیغات اسلامی، چاپ اول، بهار ۱۳۶۶ ش.
- ۲۸) مطهری، مرتضی، **گفتارهای معنوی**، تهران، صدرا، چاپ ۱۸، ۱۳۷۷ ش.

- ۲۹) مفید، محمد بن محمد، آمالی شیخ مفید، مترجم: طاهّا طرزی، تهران، آدینه سبز، چاپ دوم، ۱۳۹۴ ش.
- ۳۰) مهدوی کنی، محمدرضا، قطعه‌های آغاز در اخلاق عملی، قم، چاپخانه دفتر نشر فرهنگ اسلامی، چاپ هشتم، ۱۳۸۷ ش.
- ۳۱) مهینی، شهربانو، قناعت و ساده زیستی میان قرآن و نهج البلاغه، منبع: مطالعات قرآنی (فدک سبزواران)، بهار ۱۳۹۰، سال دوم، شماره ۵.
- ۳۲) نراقی، احمد، معراج السعاده، قم، انتشارات کامکار، چاپ اول، ۱۳۸۴ ش.
- ۳۳) هیئت محمد الامین، اخلاق اسلامی، ترجمه: سید صادق شفاپی زاده، قم، دارالانصار چاپ باقری، چاپ اول، ۱۳۸۵ ش.