

بسم تعالی

## نقش همسران بر نشاط معنوی یکدیگر از دیدگاه آیات و روایات

هانیه آزاد بخت<sup>۱</sup>

چکیده

خانواده شایسته ترین نهادی است که تامین نیازهای مادی و معنوی انسان را بر عهده دارد. از این رو اسلام رشد معنوی و مادی افراد و جامعه انسانی را در گرو سلامت نهاد خانواده می داند. سازگاری در خانواده، که از جمله عوامل اصلی خوشبختی و شادکامی افراد به شمار می آید، در چارچوب تفاهم ایمانی- اعتقادی، فرهنگی و اخلاقی اعضای خانواده به ویژه زن و شوهر شکل می گیرد. در واقع شادکامی و نشاط یک حالت عاطفی است که با احساس رضایت و رضایتمندی مشخص می شود. لذا هم شأنی و کفویت همسران در امور مختلف زندگی موجب احساس مثبت و رضایت آنان از زندگی خواهد شد. هدف این نوشتار معرفی عوامل موثر در ایجاد نشاط معنوی زوجین است که در آن از روش تبیین و تحلیل با تکیه بر متون دینی استفاده شده است. اجمالاً، یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که عوامل اعتقادی چون؛ کفویت و هم شأنی زن و شوهر در ایمان و اصول اخلاقی، عوامل عاطفی در گفتار و رفتار و درک تفاوت های جنسیتی و برخورد صحیح در مقابل این تفاوت ها و توجه به آنها موجب نشاط معنوی همسران و افزایش میزان رضایت آنان از زندگی می گردد.

کلید واژه: رابطه همسران، شادکامی و رضایت، کفویت، نشاط معنوی

---

<sup>۱</sup> . طلبه سطح دو- حوزه فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)، شهرستان کوهدشت

یکی از عواملی که در سوق یابی به ازدواج، نقشی تعیین کننده دارد، مقدس دانستن ازدواج است. در نظام اعتقادی اسلام، هدف، تعالی و قرب به خداست و در نگرش مومنانه این باور عمیق وجود دارد که زندگی براساس معیارهای دینی ضامن سعادت دنیا و آخرت است. بنابراین زندگی مشترک آثار زیادی در زندگی همسران دارد به طوری که خوب و بد هر یک از همسران در همدیگر تأثیری مستقیم می گذارد.

از نظر روانشناسان اسلامی زندگی مشترک، وقتی برپایه اعتقادات و باورهای دینی طرفین و عمل به آنها پیریزی شود تأثیر آن در تمامی ابعاد نمود پیدا می کند، از جمله این ابعاد، ارتقای معنوی هر یک از زوجین می باشد و به دنبال آن نشاط و سرزندگی ایجاد می گردد. با توجه به تعریف نشاط در رویکرد دینی، چنین فردی در زندگی خود احساس رضایت و سعادت‌مندی داشته و از سلامت روانی برخوردار است. در واقع نشاط معنوی در سایه ایمان و اعتقاد صحیح به اصول و فروع دین حاصل می شود. اگر همسران همکفو یکدیگر باشند جای بحثی نمی ماند چرا که همسران با بینش صحیح، به راحتی زمینه نشاط معنوی همدیگر را فراهم می آورند، ولی اگر یکی از زوجها با دیگری همکفو نباشد و لاقلاً در برخی از مسائل با هم اختلاف داشته باشند در اینصورت باید همسری که اعتقاد و باورهای عمیق‌تری دارد در ایجاد نشاط معنوی دیگری تلاش مضاعف داشته و به جای تأثیرپذیری، بر همسر خویش تأثیرگذار باشد. لذا ضروری است در پاسخ به این سوال که همسران چگونه می توانند بر یکدیگر تأثیر رضایت‌مندی و شادکامی داشته باشند به بررسی عوامل نشاط معنوی در زوجین براساس آیات و روایات پرداخته شود. در این زمینه پژوهش های زیادی انجام شده که از جمله آنها می توان به کتاب «رازهای معنوی برای شاد زیستن» اثر حسین رهیاب از انتشارات نسل نواندیش و کتاب «راز شادزیستن و نشاط کامل در زندگی زن‌اشویی» اثر مارابل مورگان، انتشارات چاف نام برد. همچنین مقالاتی چون «عوامل نشاط و شادکامی در همسران از منظر دین و روان شناسی» از علی احمد پناهی، نشریه معرفت در سال ۱۳۸۸ و مقاله «شادی از منظر مکتب اسلام و روانشناسی» از طاهره مازوچی و همکاران، نشریه وزارت بهداشت در سال ۱۳۹۱ اشاره داشت.

در مقاله حاضر عوامل ایجاد نشاط معنوی زوجین با نگاهی نو و متفاوت از منابع مذکور در راستای عوامل اعتقادی)

باورهای دینی)، عوامل عاطفی (مودت و رحمت بین زوجین) و عوامل رفتاری (توجه به تفاوتها در رفتار با همسر) از دیدگاه آیات و روایات مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

## ۱- مفهوم نشاط و شادی

### الف) نشاط

واژه نشاط در لغت فارسی به معانی سرزندگی، زنده دلی، خوشدلی، سبکی و چالاکي یافتن برای اجرای امور، خوشی، شادمانی، خرمی، سرور، شادی، طرب، خرسندی و در مقابل کسل آمده است. در لغتنامه دهخدا، در ادامه لغت شادی چنین آمده است: «حالت مثبتی که در انسان به وجود می‌آید و در مقابل غم و اندوه قرار دارد». دهخدا در همین کتاب، شادی را به شادمانی، خوشحالی، مسرت، نشاط و طرب تعریف کرده و توضیح می‌دهد که شادی حالتی است در مقابل سوگ و معمولاً منجر به رفتاری می‌شود که به آن حالت، شادی‌کنان گفته می‌شود؛ یعنی فرد در حال شادی کردن است. (دهخدا، ۱۳۷۷: ۱۳ / ۱۹۷۱۳)

### ب) شادی

شادی، رفتاری است که باعث انبساط خاطر فرد می‌شود و از نیازی حیاتی که سلامتی عاطفی او را به دنبال دارد، حکایت می‌کند. در اسلام، شادی حالت ابتهاج و نشاطی است که تحت تأثیر عوامل مختلف بر انسان عارض می‌شود که در آن حالت، روح انسان به درجه رضایت و گشایش می‌رسد. از نظر اسلام، شادی، آدمی را از تنبلی رها کرده و سرزنده و سرحال می‌سازد. (خبازی، ۱۳۹۰: ۱۵)

شادی و نشاط ارتباط تنگاتنگی با یکدیگر دارند، به گونه‌ای که شادی را می‌توان یکی از عوامل نشاط دانست. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «السُّرُورُ يَبْسُطُ النَّفْسَ وَ يُثِيرُ النَّشَاطَ؛ شادی باعث انبساط خاطر و سبب نشاط انسان می‌شود». (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۱ / ۱۰۷) در بیشتر اوقات، این دو واژه را به یک مفهوم در نظر می‌گیرند، ولی میان این دو حالت روانی انسان، تفاوت وجود دارد. شادی که معادل عربی آن، فرح و سرور است، به معنای خوشحالی و خشنودی است که نمود آن بیشتر در خنده و تبسم است، ولی نشاط و شادابی به معنای سرحال بودن و سرزندگی و میل و رغبت به کار داشتن است که

در فعالیت و تکاپو آشکار می‌شود. از این‌رو، می‌توان گفت گاهی نشاط و شادی، هر دو با هم جمعند و آن زمانی است که فرد هم شاد است و هم سرحال و بانشاط و زمانی از هم جدایند؛ یعنی گاهی فردی بانشاط و سرحال است، ولی شاد نیست. به عبارتی، او کارهای خود را با میل و رغبت انجام می‌دهد، ولی خندان نیست، مانند پیامبران که از گمراهی دیگران ناراحتند و با این حال، با نشاط به ارشاد آنان می‌پردازند و چون به وظیفه خویش عمل کرده‌اند، لذت می‌برند. در مقابل، گاهی فردی شاد و خندان است، ولی نشاط لازم برای انجام امور خود را ندارد، مانند فرد افسرده‌ای که بر اثر عوامل خارجی برای چند لحظه خندان است. ( خبازی، ۱۳۹۰: ۶۷)

## ۲- نشاط معنوی در نگاه اسلام

دستورات فردی و اجتماعی اسلام همگی براساس رضایت، شادی، نشاط و تحرك است. دقت در این احکام، جدا از عنصر رضایت که شادمانی همیشگی را تضمین می‌کند، نشان‌دهنده رفتارها و اعمال شادی بخش و نشاط‌آور است. اعیاد اسلامی مانند عید فطر، عید قربان، عید غدیر، رفتارها و اندیشه‌های شادمانه زیستن را القاء می‌کنند. با صحنه‌گذاشتن اسلام بر عید نوروز و تأیید و تکمیل آن، نیز تأکید بر رفتارها و لحظه‌های شادی کردن برای انسان‌ها است. دستورات فردی و اجتماعی اسلام برای خدمت به خانواده و جامعه، جدا از فلسفه بندگی و اطاعت خدا که موجب گسترش دوستی‌ها، محبت‌ها، و همدلی بین انسان‌ها می‌شود، به پایداری روابط همسران و خانواده منجر می‌گردد. زیرا وقتی افراد یک خانواده به ویژه زن و شوهر به یکدیگر خدمت می‌کنند، جو محبت و رضایت و شادمانگی در خانواده حاکم گشته و افراد آن از لحظه لحظه زندگی خود لذت می‌برند.

در متون دینی علاوه بر توصیه به شادی‌های مطلوب و به دور از گناه، به شاد کردن مومنان نیز سفارش شده است لذا اگر زمانی که با همسر و فرزندان مشغول خندیدن هستید و خوشحالشان می‌کنید برای رضای خدا باشد عبادت محسوب می‌شود. چنانچه امام باقر(ع) می‌فرماید: نزد خداوند عبادتی محبوب تر از شاد کردن مومنان نیست. (حرعاملی، ۱۴۱۴: ۱۶/ ۳۴۹) در حدیث دیگری از امام علی(ع) درباره اهمیت شادی در زندگی آمده است: این دل‌ها و روان‌ها همچون بدن‌ها خسته و بی‌نشاط می‌شوند و نیاز به استراحت دارند، پس برای

آنها نکته های زیبا و نشاط انگیز فراهم کنید. ( نهج البلاغه / ۱۱۷۶) در نتیجه باید گفت اسلام نه تنها مخالف شادی و نشاط نیست، بلکه حامی و پشتیبان آن نیز می باشد. به عبارتی اصل شاد زیستن در اسلام مورد پذیرش بلکه تاکید است. چنانچه امام علی (ع) در کلامی فرموده: کسی که شادیش کم باشد، آسایش او در مردن است. ( محمدی ری شهری، ۱۳۶۷: ۶ / ۲۴۴)

### ۳- نشاط معنوی در روانشناسی

به اعتقاد روانشناسان، نشاط دارای ۳ قسم هیجان مثبت، رضایت از زندگی و نبود هیجانات منفی نظیر افسردگی و اضطراب است ( علیپور، ۱۳۷۹: ۲۲۱) و آنچه نشاط انسان را در زندگی از وی سلب کرده و باعث اضطراب، افسردگی و انواع اختلالات روانی در فرد می شود. افتادن در دام غرایز، احساس پوچی و بی معنایی و درماندگی در برابر حوادث و بحرانهای زندگی است. (میرنسب و غباری بناب، ۱۳۷۹: ۳۸)

از دید روانشناسی مهم ترین عاملی که می تواند عوامل بحران زای زندگی را کنترل کند و زمینه نشاط و احساس عزت نفس را در انسان به وجود آورد چیزی جز مذهب و اعمال و رفتار مذهبی نیست. پس باید برای کسب نشاط بیشتر و مصونیت از اضطراب و افسردگی به سوی دین و مذهب روی آوریم و با یاد خدا و انجام اعمال و رفتار مذهبی به احساس نشاط بیشتر دست یابیم. مطالعات روانشناسی نشان می دهد که اگر مردم، عوامل شادی بخش همچون همسر همکفو، دوست خوب، شغل مناسب، برنامه تفریحی، معنوی و... را تجربه کنند، رضایتمندی آنان در زندگی افزایش می یابد. (آرگایل، ۱۳۸۲: ۵۸)

### ۴- عوامل ایجاد نشاط معنوی زوجین

کانون خانواده منبع صفا، محبت و امید بوده و مایه تکامل روحی و اخلاقی انسانها می باشد. بدون وجود خانواده، شیرازه جوامع بشری گسسته شده و تعادل حیات انسانی از بین خواهد رفت. توجه فراوان آیات و روایات به حفظ و گسترش این پیوند و ایجاد روابطی رضایتمند و شادی بخش بین زوجین، بیانگر اهمیت ذاتی و حیاتی این نهاد مقدس است.<sup>۱</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۰۰ / ۲۲۲) لذا باید اذعان نمود که در ایجاد نشاط و شادی همسران و خانواده، عوامل زیادی موثر است که اگر

---

<sup>۱</sup> . پیامبر اکرم (ص): «در اسلام هیچ بنیانی پیش خداوند محبوبتر و ارزشمندتر از بنیان تشکیل خانواده و بنیان ازدواج نیست».

## ۱. توجه به تفاوت های زن و مرد

وجود تفاوت بین زن و مرد و آگاهی از این تفاوتها و احترام به آنها موجب رونق هر چه بیشتر زندگی و زمینه ساز حرکت جامعه به سمت کمال و تعالی است. همچنین وجود این تفاوت سبب جذب شدن زن و مرد به یکدیگر و طلب یکدیگر و اظهار عشق و علاقه می شود. الکسیس کارل درباره این تفاوت ها می گوید: به راستی اگر زن دارای ویژگی های جسمی و روانی و اخلاقی مردانه بود هرگز هنر ایجاد شیفتگی برای وصال در مرد را نمی توانست داشته باشد و اگر مردها همانند زنان بودند ممکن نبود عالی ترین هنر خود که صید و شکار و تسخیر قلب زن است را جلوه دهند. (معین الاسلام، ۱۳۸۰: ۱۵۲) بنابراین تفاوت بین زن و مرد موجب ایجاد نشاط در زندگی و زمینه ساز بروز استعداد های بالقوه در هر دو جنس شده و آنها را به طرف تکامل رهنمون می گردد.

## ۲. نیاز های زنانه و مردانه

توجه و آگاهی از گرایش ها و نیازها، عامل تعیین کننده ای در رفتار انسان ها هستند، به عبارتی شناخت نیاز طبیعی و فطری مرد یا زن و همینطور علایق شخصی به معنای درک مهم ترین ویژگی افراد است. در روابط همسران نیز بعد از تبیین تفاوت های زن و مرد، تامین نیازهای فطری و علایق اصولی یکدیگر، موجب رضایت خاطر و شادکامی زندگی می گردد، همچون نیاز مردان به اعتماد، پذیرش و قدردانی از طرف همسرشان و نیاز زنان به مراقبت، ادراک و احترام از سوی مرد. این نیازها در زنان و مردان از هر قوم و فرهنگی که باشند مشترک است. با توجه به این ویژگی ها در زن و مرد، هر چه مردان بیشتر به مراقبت زنان بپردازند اعتماد بیشتری را از ناحیه آنان کسب می کنند. در واقع، با ارضای نیاز طبیعی زن که مراقبت و توجه است، نیاز طبیعی مرد که اعتماد از سوی همسر است ارضا می شود. (پناهی، ۱۳۸۷: ۷۹)

از سوی دیگر، اگر زنان به مردها اعتماد کرده و آنها را قهرمان زندگی خود بدانند، مردان انرژی گرفته و بیش از پیش به مراقبت از همسر و رفع نیازهای او می پردازند. خانم مارژوری هلمر در این باره می نویسد: کمتر مردی وجود دارد که تعریف و تمجید زن، او را به وجد و شوق نیاورد. وقتی به مردی گفته شود: «تو نظیر نداری، تو مرد ممتازی هستی»، همین تعریف مختصر روحیه مردانگی او را تقویت کرده

و موجب حفظ اقتدار و بالتبع افزایش کارآمدی و رضایت خاطر او از زندگی می شود. (دوروتی، ۱۹۵۳: ۵۵)

همچنین اگر مردان درک بیشتری نسبت به نیازها و احساسات همسران خود نشان دهند، زنان احساس می کنند که بیشتر درک شده و به همان اندازه بیشتر می توانند پذیرای مردان باشند و از آنها قدردانی کنند. از جمله نیازهای اساسی زنان میتوان به محبت کلامی از سوی همسرانشان نام برد، این امر چنان حائز اهمیت است که رسول خدا (ص) درباره آن می فرماید: گفتار مرد به همسرش که من تو را دوست دارم، هرگز از دل او محو نمی گردد. (حر عاملی، ۷: ۱۴۱۴ / ۱۰) همچنین غیرت در مردان و احساس نیاز آن در زنان یکی دیگر از مواردی است که باید بدان توجه داشت چرا که هر زنی بالفطره دوست دارد تا همسرش نسبت به او غیور بوده زیرا که آن را نشانه علاقه و دوست داشتن او نسبت به خود می داند البته نباید از حد اعتدال فراتر رود زیرا غیرت بی جا، به جای اینکه مایه شادکامی و آرامش گردد زمینه سار برخی آسیب های اخلاقی و اجتماعی می شود. امام علی (ع) در این باره می فرماید: از غیرت بی مورد و افراطی بپرهیزید؛ چرا که این کار باعث انحراف زنان صالح می شود. (کلینی، بی تا: ۵ / ۵۳۷)

بنابراین زمانی که وجود اینگونه تعاملات و روابط در طول زندگی ادامه دار شود، علاوه بر اینکه موجب باصفا شدن و پویا بودن زندگی می گردد بلکه موجب بروز استعدادهای عاطفی زن و شوهر و شادکامی نیز خواهد بود.

### نتیجه گیری

بنابر آنچه بیان گردید، شادی و شادکامی در اسلام حالت ابتهاج و نشاطی است که تحت تأثیر عوامل مختلف بر انسان عارض می شود که در آن احساس رضایت و رضایتمندی در زندگی است. در نشاط و شادی همسران نیز می توان عواملی چون باورهای اعتقادی، عاطفی و رفتاری را موثر دانست که اگر زوجین بدان ملتزم شوند، فضای خانه مملو از نشاط و شادکامی خواهد شد.

در عامل اعتقادی موثر بر رضایت و نشاط زوجین، کفویت در ایمان، اصول اخلاقی، پاکی و پاکدامنی، ساده زیستی و دوری از تجمل در شادی دوطرفه همسران حائز اهمیت است، همچنین

وجود ایمان در یکی از همسران و رعایت اصول اخلاقی از سوی او مانند صبر، قناعت، وفاداری و... می تواند مایه نشاط معنوی در همسر بی ایمان و زندگی خانواده و تاثیر گذاری بر او گردد. در عوامل عاطفی نیز می توان به ابراز محبت کلامی و رفتاری، دوری از خشونت و آزار و اذیت در روابط زوجین و احترام متقابل نام برد. از سویی توجه به تفاوت های جنسیتی زن و مرد و نیازهای فطری آنان موجب باصفا شدن و پویا بودن زندگی و بروز استعدادهای عاطفی زن و شوهر و شادکامی نیز خواهد گشت.

## منابع و مأخذ

➤ قرآن کریم

➤ نهج البلاغه

۱. ابراهیمی پور، قاسم و همکاران، شاخص های خانواده مطلوب از دیدگاه اسلام. قم: موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۵.
۲. افروز، غلامعلی، روانشناسی ازدواج و شکوه همسری، تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۹۳.
۳. امینی، ابراهیم، اسلام و تعلیم و تربیت، تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، چاپ هفتم، ۱۳۹۶.
۴. ایزدی فرد، علی اکبر، معیار کفایت در نکاح، مقالات و بررسی ها، دانشگاه تهران، دفتر ۷۴، ۱۳۸۲.
۵. آذربایجانی، مسعود و همکاران، روان شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی، قم: پژوهشکده حوزه و دانشگاه، چاپ چهارم، ۱۳۹۰.
۶. آرگایل، مایکل، روان شناسی شادی، ترجمه: مسعود گوهری انارکی و همکاران، اصفهان: جهاد دانشگاهی، واحد اصفهان، چاپ دوم، ۱۳۸۲.
۷. تمیمی آمدی، عبد الواحدبن محمد، غررالحکم و دررالكلم، محقق: سید مهدی رجایی، قم: دارالکتاب الاسلامی، چاپ دوم، ۱۴۱۰ق.
۸. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران: دنیای دانش، چاپ چهارم، ۱۳۸۲.
۹. پناهی، علی احمد، خانواده از منظر دین و روانشناسی، نشریه معرفت، شماره ۱۳۵، ۱۳۸۷.
۱۰. حر عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه، قم: مؤسسه آل البيت عليهم السلام لإحياء التراث، ۱۴۱۴ق.



۱۱. خبازی، مجید، شادی و رسانه، قم: مرکز پژوهشهای اسلامی، ۱۳۹۰.
۱۲. خوانساری، جلال الدین محمد، شرح غررالحکم، قم: موسسه فرهنگی تبیان، ۱۳۸۷.
۱۳. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران: انتشارات دانشگاه، ۱۳۷۷.
۱۴. دوروتی، کارنگی، آیین همسر داری، ترجمه: مهستی شهلایی، نشر نیک فرجام، ۱۹۵۳.
۱۵. رستمی، مریم، شادی در اسلام، مجله گنجینه مهر، شماره ۵۴، ۱۳۸۴.
۱۶. زارعی، محمد مهدی و عبداللهی، عبدالکریم، جایگاه همسانی اخلاقی زوجین در تشکیل خانواده در فقه و حقوق موضوعه، فقه و اصول، شماره ۸۱، سال چهارم، ۱۳۸۷.
۱۷. زحیلی، مصطفی، التفسیر المنیر فی العقیده و النشریه و المنهج. چاپ پنجم. بیروت: انتشارات دار الفکر المعاصر، ۱۹۹۱م.
۱۸. سالاری فر، محمدرضا، خانواده در نگرش اسلام و روانشناسی، قم: انتشارات سمت، ۱۳۸۵.
۱۹. سبحانی تبریزی، جعفر، فروغ ولایت، قم: موسسه امام صادق (ع)، ۱۳۸۰.
۲۰. سجادی، جعفر، فرهنگ معارف اسلامی، تهران: کومش، چاپ چهارم، ۱۳۸۰.
۲۱. سیوطی، جلال الدین، الدر المنثور، قم: نشر مکتبه آیه الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۴ق.
۲۲. شعیری، محمد بن محمد، جامع الاخبار، نجف: مطبعه حیدریه، چاپ اول، بی تا.
۲۳. علیپور، احمد و همکاران، شادکامی و عملکرد ایمنی بدن، روانشناسی، شماره ۱۵، ۱۳۷۹.
۲۴. فاخری، علیرضا و منتظری، محمدحسین، اخلاق در خانواده، تهران: سپاه پاسداران، ۱۳۷۸.
۲۵. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تهران: انتشارات مجد چهارده معصوم، بی تا.
۲۶. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، بیروت: موسسه الوفاء، ۱۴۰۳ق.
۲۷. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم: دفتر تبلیغات، چاپ دوم، ۱۳۶۷.

۲۸. مطهری، مرتضی، حق و باطل، قم: انتشارات صدرا، چاپ چهارم، ۱۳۶۴.
۲۹. -----، عدل الهی، تهران: انتشارات صدرا، چاپ یازدهم، ۱۳۷۳.
۳۰. معین‌الاسلام، مریم، روان‌شناسی زن در نهج‌البلاغه، قم: انتشارات عطر سعادت، چاپ اول، ۱۳۸۰.
۳۱. میرنسب، محمود و غباری بناب، باقر، بررسی رابطه توکل به خدا... با اضطراب و افسردگی، استعدادهای درخشان، شماره ۳۵، ۱۳۷۹.
۳۲. نوری، حسین بن محمد، مستدرک الوسائل، بیروت: موسسه آل البيت عليهم السلام لاحیاء التراث، چاپ اول، ۱۴۰۸ق.
۳۳. ویرجینیا، ستیر، آدم سازی در روان شناسی خانواده، ترجمه: بهروز بیرشک، تهران: انتشارات رشد، ۱۹۸۸م.