

توحید و تاثیر آن بر انتخاب سبک زندگی پایدار

زهرا صاحبی^۱

چکیده

این پژوهش با هدف تبیین نقش توحید در شکل‌گیری سبک زندگی زناشویی پایدار، و ارائه‌ی الگویی اسلامی، مبتنی بر آموزه‌های توحیدی (افعالی، عبادی، ربوبی) برای مقابله با بحران کاهش ازدواج و افزایش آمار طلاق انجام شد. مطالعه حاضر با بهره‌گیری از روش توصیفی-تحلیلی و با تحلیل متون دینی، به طراحی مدل نظری سه‌سطحی پرداخت. یافته‌ها نشان داد باور به توحید و شاخه‌های سه‌گانه آن (افعالی، عبادی، ربوبی) به‌عنوان الگوی رفتاری منسجم، تأثیر مستقیمی بر پایداری زندگی مشترک دارد. توحید افعالی با تقویت توکل و مدیریت اضطراب مالی، تاب‌آوری اقتصادی را افزایش می‌دهد. توحید عبادی با ایجاد مراقبت معنوی و کنترل تمایلات نفسانی، وفاداری عاطفی را نهادینه می‌سازد. توحید ربوبی نیز با قداست‌بخشی به پیمان زناشویی و مسئولیت‌پذیری الهی، استحکام نهادی خانواده را تضمین می‌کند. این پژوهش الگویی عملیاتی برای تبدیل آموزه‌های توحیدی به مهارت‌های ملموس در سه سطح فردی، زوجین و خانوادگی ارائه داده و با تدوین الگوی حل تعارض بر اساس عدالت و رحمت، راهکارهای کاربردی برای مشاوره زناشویی و بازسازی فرهنگی نهاد خانواده پیشنهاد می‌کند.

کلمات کلیدی: توحید، سبک زندگی، سبک زندگی پایدار

۱. صاحبی، زهرا، طلبه سطح دوم حوزه علمیه فاطمه بنت اسد(س) بسطام، ۰۹۱۹۱۷۳۰۹۴۳

مقدمه

نهاد خانواده، سنگ بنای جوامع انسانی، در عصر حاضر با چالش‌هایی بی‌سابقه در ثبات و تداوم مواجه شده است. آمارهای نگران‌کننده در ایران گواه این مدعاست. براساس آمار رسمی منتشرشده در اسفند ۱۴۰۳، با وجود کاهش تعداد ازدواج‌ها از ۴۶۳'۵۲۰ مورد در سال ۱۴۰۱ به ۴۲۸'۰۸۱ مورد در سال ۱۴۰۲، تعداد طلاق‌ها تقریباً ثابت مانده و تنها کاهش جزئی داشته است. این روند نشان می‌دهد که نسبت طلاق به ازدواج در حال افزایش است، که می‌تواند نشانه‌ای افزایش شکنندگی نهاد خانواده و کاهش پایداری روابط زوجین باشد.^۱

ضرورت پرداختن به این پژوهش به این دلیل دوچندان می‌شود که در سال‌های اخیر، کاهش ازدواج و افزایش طلاق به یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های اجتماعی تبدیل شده است. این بحران نشان می‌دهد که سبک زندگی زناشویی نیازمند بازنگری جدی و عمیق است. بسیاری از الگوهای موجود، با فرهنگ و باورهای دینی جامعه هماهنگ نیستند و نمی‌توانند پاسخ‌گوی نیازهای واقعی خانواده‌ها باشند. در این میان، توحید به‌عنوان اصلی‌ترین باور در دین اسلام، ظرفیت بالایی برای معنا دادن به زندگی مشترک، تقویت مسئولیت‌پذیری، و ایجاد آرامش و وفاداری دارد. با این حال، این ظرفیت کمتر در برنامه‌ریزی‌های خانواده‌محور مورد توجه قرار گرفته است. این پژوهش تلاش می‌کند تا با بررسی آموزه‌های توحیدی و تبدیل آن‌ها به رفتارهای قابل اجرا در زندگی زناشویی، الگویی اسلامی و بومی برای داشتن یک سبک زندگی پایدار ارائه دهد؛ الگویی که بتواند به کاهش طلاق، افزایش ازدواج، و تحکیم بنیان خانواده کمک کند. این پژوهش در سه مرحله پیش خواهد رفت ابتدا با تحلیل متون دینی به استخراج مفاهیم توحیدی پرداخته می‌شود؛ سپس با ایجاد پیوند مفهومی میان شاخه‌های توحید و شاخص‌های پایداری زناشویی، مدل نظری طراحی می‌شود؛ و نهایتاً الگوی سبک زندگی توحیدمدار در سه سطح فردی، زوجین و خانواده توسعه خواهد یافت. در جمع‌بندی، این پژوهش با عبور از سطحی‌نگری رایج، به ژرف‌ترین لایه معرفتی اسلام یعنی توحید رجوع می‌کند تا پاسخی بنیادین به بحران خانواده ارائه دهد. تمرکز بر پایداری زناشویی به عنوان نماد سبک زندگی اسلامی، این مطالعه را به گامی نوآورانه و پیشرو در بازسازی فرهنگی نهاد خانواده تبدیل کرده است. سوال اصلی پژوهش عبارت است از این که باور به توحید و شاخه‌های آن (افعالی، عبادی، ربوبی) چگونه بر انتخاب و تداوم سبک زندگی زناشویی پایدار در جامعه ایرانی تأثیر

۱. مرکز آمار ایران، ازدواج و طلاق ثبت شده در نقاط شهری، زمان آماری: سال های ۱۳۵۸ تا ۱۴۰۲، دوره ی انتشار: سالانه، درگاه ملی آمار، زمان انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۲۰.

می‌گذارد. و سوالات فرعی پژوهش عبارت‌اند از اینکه باور به توحید افعالی (توکل) چگونه از طریق کاهش اضطراب مالی و افزایش تاب‌آوری، به پایداری سبک زندگی زناشویی در مواجهه با بحران‌های اقتصادی کمک می‌کند و باور به توحید عبادی چگونه با کنترل تمایلات نفسانی و تقویت وفاداری، مانع خیانت و فروپاشی عاطفی (طلاق عاطفی) در سبک زندگی زناشویی می‌شود و همچنین باور به توحید ربوبی چگونه با نهادینه‌سازی قداست پیمان زناشویی و تقویت مسئولیت‌پذیری الهی در قبال خانواده، به استحکام و تداوم سبک زندگی زناشویی پایدار می‌انجامد. در مطالعات پیشین، سالاری‌فر در کتاب «مهارت‌های زناشویی با نگرش به منابع اسلامی» با تلفیق آموزه‌های دینی و روان‌شناسی خانواده، چهارده مهارت کلیدی را برای زندگی مشترک معرفی می‌کند؛ از جمله سازگاری با تفاوت‌ها، ارتباط سالم، مدیریت مالی، روابط جنسی رضایت‌بخش، حل تعارض، و فرزندپروری. این مهارت‌ها بر پایه مفاهیم قرآنی مانند مودت، رحمت و حسن‌عشره طراحی شده‌اند و هدف آن‌ها ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی در چارچوب فرهنگ اسلامی است.^۱ خطیب در کتاب مهارت‌های زندگی با تکیه بر آموزه‌های دینی کوشید تا مفاهیم دینی را به توانمندی‌های رفتاری قابل آموزش تبدیل کند. او مهارت‌های زندگی را ابزار تبدیل دانش، نگرش و ارزش‌ها به رفتار سالم دانست و با تأکید بر منابع اسلامی، الگویی کاربردی برای مواجهه مؤثر با چالش‌های روزمره ارائه داد؛ الگویی که مخاطبان آن، افراد دغدغه‌مند تغییر بودند.^۲ همچنین سالاری‌فر در مطالعه‌ای دیگر با عنوان زوج‌درمانی با روی‌آورد اسلامی الگویی درمانی مبتنی بر معنویت خدامحور ارائه داده است که بر آموزه‌هایی چون توحید، توکل، دعا و نظارت الهی استوار است.^۳

چهارچوب مفهومی

توحید

۱. توحید در لغت

واژه «توحید» مصدر باب «تفعیل» از ریشه «وحد» است که به معنای «یگانه دانستن» یا «یکی کردن» می‌باشد. در منابع لغوی، این واژه چنین تعریف شده است:

۱. سالاری‌فر، محمدرضا، مهارت‌های زناشویی با نگرش به منابع اسلامی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۴۰۲، چاپ سوم.

۲. خطیب، سیدمهدی، مهارت‌های زندگی، قم، دارالحدیث، ۱۴۰۰، چاپ ششم.

۳. سالاری‌فر، محمدرضا، زوج‌درمانی با روی‌آورد اسلامی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۸.

«توحید، یگانه گردانیدن و یکی دانستن خداوند است»^۱.

«علم به اینکه خداوند یکتاست و اقرار به وحدانیت او»^۲.

«یکی گفتن و یکی دانستن و یکی در دل اعتقاد کردن»^۳.

از نظر لغوی، توحید به معنای نفی کثرت و اثبات وحدت در ذات الهی است؛ یعنی خداوند را از هر گونه شریک، همتا، و مشابه منزله دانستن.

۲. توحید در اصطلاح

در اصطلاح علم کلام و عقاید اسلامی، «توحید» به معنای اعتقاد به یگانگی خداوند در ذات، صفات، ربوبیت، افعال و عبادت است. با توجه به پژوهش حاضر توحید در سه محور اخیر قابل بررسی است:

الف) توحید افعالی

نفی تأثیر استقلالی غیر خداوند، در جهان هستی است.^۴

ب) توحید عبادی

خداوند یکتا، تنها معبود شایسته برای عبادت است.^۵

ج) توحید ربوبی

تدبیر امور انسانها، از سوی پروردگار یگانه است.^۶

۱. بیهقی، احمد بن علی، تاج المصادر، ج ۲، ص ۵۹۲، چاپ هادی عالمزاده، تهران، ۱۳۶۶-۱۳۷۵ ش.

۲. جرجانی، علی بن محمد، التعریفات، ماده «توحید»، چاپ دارالکتب العلمیه، بیروت.

۳. دهخدا، علی اکبر، لغت‌نامه دهخدا، ماده «توحید»، به نقل از منابع متعدد لغوی مانند منتهی‌الارب، ناظم‌الاطباء، اقرب‌الموارد.

۴. هاشمی رفسنجانی، اکبر، فرهنگ قرآن، موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، قم - ایران، ۱۳۸۳ ه.ش. چاپ دوم، ج ۹، ص ۱۲۳.

۵. هاشمی رفسنجانی، اکبر، فرهنگ قرآن، موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، قم - ایران، ۱۳۸۳ ه.ش. چاپ دوم، ج ۹، ص ۱۶۵.

۶. هاشمی رفسنجانی، اکبر، فرهنگ قرآن، موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، قم - ایران، ۱۳۸۳ ه.ش. چاپ دوم، ج ۹، ص ۱۳۵.

سبک زندگی

۱- تعریف لغوی

واژه «سبک زندگی» (Lifestyle) «ترکیبی است از «سبک» به معنای شیوه، روش یا الگو، و «زندگی» به معنای زیستن، بودن و کنش‌های روزمره. در زبان فارسی، این اصطلاح به شیوه خاصی از زیستن اشاره دارد که شامل رفتارها، نگرش‌ها، ارزش‌ها، و انتخاب‌های فردی و اجتماعی است.^۱

۲- تعریف اصطلاحی

در علوم اجتماعی، «سبک زندگی» به مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری، نگرشی و مصرفی اطلاق می‌شود که افراد یا گروه‌ها در زندگی روزمره خود اتخاذ می‌کنند و از طریق آن هویت اجتماعی خود را شکل می‌دهند. آنتونی گیدنز: سبک زندگی مجموعه‌ای نسبتاً منسجم از عملکردهاست که فرد آن‌ها را به کار می‌گیرد تا نه تنها نیازهای جاری خود را برآورده کند، بلکه روایت خاصی از هویت شخصی خود را نیز در برابر دیگران به نمایش بگذارد.^۲

توحید و زندگی زناشویی

توحید افعالی در زندگی

توحید افعالی به معنای اعتقاد به اینکه تمام افعال جهان مستقیماً تحت اراده الهی است، پایه‌ای قرآنی در آیه «وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ وَمَا تَعْمَلُونَ»^۳ دارد. بنابر این آیه شریفه آسمان و زمین همه مخلوق اویند و زمان و مکان همه از او است.^۴ این باور با تقویت توکل، اضطراب‌های مالی زوجین را به رفتارهای مسئولانه تبدیل می‌کند.^۵ توحید افعالی، با تأکید بر اینکه هیچ فعلی خارج از اراده و مشیت الهی تحقق نمی‌یابد، نوعی آرامش بنیادین در دل

۱. احمدی، یعقوب، گنجی، محمد، محمدی، محمد سعید. (۱۳۹۸). فراتحلیل مطالعات سبک زندگی در پژوهشهای ایرانی. جامعه شناسی سبک زندگی، ۵(۱۴)، ۳۷-۱.

۲. گیدنز، آنتونی، جامعه‌شناسی، ترجمه منوچهر صبوری، تهران: نشر نی، ۱۳۸۵، ص ۱۲۰.

۳. صافات: ۹۶

۴. مکارم شیرازی، ناصر، و همکاران، تفسیر نمونه، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴، ج ۱۹، ص ۱۰۰.

۵. حسینی مجرد حسین آبادی، فاطمه سادات؛ فلاح، نفیسه؛ کریمی، سارا؛ موقر حسینی، رکسانا، ۱۴۰۳، تحلیل روانشناختی اثر توکل بر خداوند در کاهش اضطراب‌ها و نگرانی‌های روزمره، ششمین کنفرانس بین المللی و نهمین همایش ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری، تهران.

مانند عذرخواهی، پذیرش خطا، و ابراز حسن نیت می‌توانند زمینه‌ساز بازگشت روابط به حالت طبیعی باشند. نمونه تاریخی صلح امام حسن علیه‌السلام با معاویه، با وجود پیچیدگی‌های سیاسی و اجتماعی، نشانگر نگاه کلان‌نگر و اخلاق‌محور ایشان است. ایشان با ترجیح مصلحت حفظ جان شیعیان و جلوگیری از جنگ داخلی، نشان دادند که گاه آشتی و مدارا، از انتقام و تقابل، ثمرات بیشتری برای امت اسلامی دارد. این رویکرد، تلفیقی از عقلانیت سیاسی، رحمت ایمانی، و مسئولیت اجتماعی است.

در نهایت، ترمیم رابطه نه تنها به سود طرفین اختلاف، بلکه به سود کل جامعه است. زیرا جامعه‌ای که بتواند پس از اختلاف، به آشتی و همدلی برسد، ظرفیت بالاتری برای رشد، انسجام، و تحقق عدالت پایدار خواهد داشت.

نیت الهی: نیت اصلی در تمام مراحل باید رضای خدا و حل تعارض برای حفظ دین و اخوت باشد، نه پیروزی شخصی یا تحقیر طرف مقابل.

حفظ آبرو: حتی در هنگام اجرای عدالت، باید آبروی افراد حفظ شود. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: مَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ هر کس مسلمانی را [عیبش را] بپوشاند، خداوند در دنیا و آخرت او را می‌پوشاند.

توجه به توبه و اصلاح: اگر طرف خطاکار پشیمان شد و نشانه‌های توبه و اصلاح از او ظاهر گشت، باید باب رحمت و پذیرش او گشوده شود. قرآن می‌فرماید: «إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَبَيَّنَّا فَاُولَئِكَ أَتُوبُ عَلَيْهِمْ».^۱

عدالت در رحمت: حتی رحمت و عفو باید عادلانه باشد. عفو نباید به معنای نادیده گرفتن کامل حقوق دیگران (حق الناس) یا تشویق به تکرار ظلم باشد. رحمت به مظلوم، گاهی مستلزم اجرای عدالت بر ظالم است.

بنابراین، الگوی حل تعارض در اسلام، حرکتی متعادل بر روی پل عدالت و رحمت است. عدالت، چارچوب و مرزها را مشخص می‌کند تا حق‌ها پایمال نشود و ظلمی تداوم نیابد. رحمت، روح بخش و روان‌ساز این چارچوب است تا کینه‌ها جای خود را به بخشش دهد، روابط قطع شده ترمیم شود و امکان بازگشت و اصلاح برای خطاکار

۱. العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعة، تفسیر نور الثقلین، رسولي محلاتی، سید هاشم، اسماعیلیان، قم، ۱۴۱۵ ق، ج ۵، ص ۸۸.

۲. بقره: ۱۶۰.

فراهم آید. این تلفیق، بازتابی از اسماء الهی «العدل» و «الرحمن الرحیم» در مناسبات انسانی است و جامعه‌ای را می‌سازد که هم از ظلم در امان است و هم از قساوت قلب. همان‌گونه که خداوند با بندگان چنان رفتاری دارد: «كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ»^۱ «پروردگارتان رحمت را بر خود واجب گردانیده است...» و در عین حال، نظام آفرینش بر عدل استوار است. پیروی از این الگو، کلید حل اختلافات فردی، خانوادگی و اجتماعی و نیل به صلحی پایدار در سایه رضوان الهی است.

۸. نتیجه‌گیری

این پژوهش این پژوهش با هدف تبیین نقش توحید در شکل‌گیری سبک زندگی زناشویی پایدار، و ارائه‌ی الگویی اسلامی، مبتنی بر آموزه‌های توحیدی (افعالی، عبادی، ربوبی) برای مقابله با بحران کاهش ازدواج و افزایش آمار طلاق انجام شد. برای مواجهه با بحران کاهش ازدواج و تثبیت آمار نگران‌کننده طلاق در ایران انجام شد. یافته‌های این تحقیق به وضوح نشان می‌دهد که باور به توحید و شاخه‌های سه‌گانه آن (افعالی، عبادی و ربوبی) نه به عنوان یک امر اعتقادی انتزاعی، بلکه به مثابه یک سامانه عملیاتی منسجم، تأثیر مستقیم و تعیین‌کننده‌ای در انتخاب و تداوم یک سبک زندگی زناشویی پایدار دارد. در پاسخ به سؤال اصلی پژوهش، باید اذعان داشت که توحید از طریق مکانیسم‌های روان‌شناختی، رفتاری و نهادی، هم در انتخاب و هم در تداوم زندگی مشترک پایدار اثر می‌گذارد. در مرحله انتخاب، جهان‌بینی توحیدی، معیارهای گزینش همسر را از معیارهای مادی و ظاهری به سمت معیارهای معنوی و اخلاقی مانند تقوا، صداقت و مسئولیت‌پذیری الهی سوق می‌دهد. در پاسخ به اولین سؤال فرعی، یافته‌ها حاکی از آن است که باور به توحید افعالی (توکل) با ارائه یک سیستم مدیریت اضطراب مالی، به پایداری زندگی کمک شایانی می‌کند. این باور، از یک سو با تقویت فضیلت قناعت و تفکیک نیازهای واقعی از خواسته‌های کاذب، مصرف را منطقی می‌سازد. از سوی دیگر، با تقویت توکل فعال (و نه انفعالی)، ذهن زوجین را از اضطراب ناشی از آینده‌ای نامعلوم رها می‌سازد و این اطمینان را ایجاد می‌کند که روزی‌رسانی مستقیماً تحت اراده خداوند است. در پاسخ به دومین سؤال فرعی، پژوهش حاضر به این نتیجه رسید که باور به توحید عبادی، با ایجاد یک سپر اخلاقی و معنوی، کارآمدترین عامل در کنترل تمایلات نفسانی و پیشگیری از خیانت و طلاق عاطفی است. زمانی که عبادات فردی و مشترک (مانند نماز، روزه و دعا) با نیت اخلاص و به عنوان ابزاری برای تقرب انجام شوند، به تدریج «مراقبت دائمی از خدا» (تقوا)

۱. انعام: ۵۴.

را در فرد نهاده می‌کنند. در پاسخ به سومین سؤال فرعی، نتایج پژوهش نشان داد که باور به توحید ربوبی، با نهاده‌سازی مسئولیت‌پذیری الهی، استحکام و تداوم زندگی زناشویی را تضمین می‌کند. بنابراین، در سطح فردی، توحید افعالی با تقویت توکل فعال، قناعت و مدیریت اضطراب مالی، آرامش روانی و تعامل سالم را فراهم می‌سازد. در سطح زوجین، توحید عبادی با نهاده‌سازی تقوا از طریق عبادات فردی و مشترک، قدرت کنترل غرایز و وفاداری را افزایش می‌دهد. تمریناتی مانند قدردانی پنهان، نگاه چشمی و سفرهای دونفره در چارچوب «مودت» و «رحمت»، سرمایه عاطفی رابطه را ارتقا داده و از خیانت و طلاق عاطفی پیشگیری می‌کنند. در سطح خانواده، توحید ربوبی با قداست‌بخشی به پیمان ازدواج و ارتقای مسئولیت‌پذیری به سطح الهی، خانواده را به نهادی پایدار و تاب‌آور تبدیل می‌کند. حل تعارض بر اساس تلفیق عدالت و رحمت، حفظ کرامت طرفین و جلب رضایت الهی را هدف قرار می‌دهد.

منابع:

کتاب‌ها

● قرآن کریم

۱. ابن بابویه، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، قم، ۱۴۱۳ ق.
۲. بیهقی، احمد بن علی، تاج المصادر، چاپ هادی عالم‌زاده، تهران، ۱۳۶۶-۱۳۷۵ ش.
۳. الترمذی، محمد بن عیسی بن سورۀ، سنن الترمذی، بیروت، دارالحديث، ۱۴۱۸.
۴. جرجانی، علی بن محمد، التعریفات، چاپ دارالکتب العلمیه، بیروت.
۵. جمال الدین، مرتضی، موسوعه أهل البيت علیهم السلام القرآنیة، العتبه الحسینیة المقدسة. دار القرآن الکریم. مرکز البحوث و الدراسات
۶. حلوانی، حسین بن محمد بن حسن بن نصر، نزهة الناظر و تنبيه الخاطر، مدرسه الإمام المهدي عجل الله تعالی فرجه الشریف، قم، سال چاپ: ۱۴۰۸ ق.
۷. دهخدا، علی اکبر، لغت‌نامه دهخدا، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۹۹.
۸. رضایی اصفهانی، محمدعلی، تفسیر قرآن مهر، قم، پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن، ۱۳۸۷ ه.ش، چاپ اول.

۹. سالاری فر، محمدرضا، مهارت‌های زناشویی با نگرش به منابع اسلامی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۴۰۲، چاپ سوم.
۱۰. طباطبائی، سیدمحمدحسین، ترجمه تفسیر المیزان، چاپ، قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۷۴.
۱۱. طبرسی، فضل بن حسن. (۱۳۷۲ش). مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن. تهران ناصر خسرو.
۱۲. العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعه، تفسیر نور الثقلین، رسولی محلاتی، سید هاشم، اسماعیلیان، قم، ۱۴۱۵ ق.
۱۳. فیض کاشانی، محمد محسن بن شاه مرتضی، الوافی، کتابخانه امام امیر المؤمنین علی علیه السلام، اصفهان، ۱۴۰۶ ق.
۱۴. گیدنز، آنتونی، جامعه‌شناسی ترجمه منوچهر صبوری، نشر نی، ۱۳۸۵.
۱۵. مغنیه، محمدجواد، تفسیر کاشف، قم، موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، ۱۳۸۶ ه.ش، چاپ دوم.
۱۶. مکارم شیرازی، ناصر، و همکاران، تفسیرنمونه، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
۱۷. هاشمی رفسنجانی، اکبر، فرهنگ قرآن، موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم)، قم - ایران، ۱۳۸۳ ه.ش. چاپ دوم.

مقالات

۱۸. احمدی، یعقوب، گنجی، محمد، محمدی، محمد سعید . (۱۳۹۸). فراتحلیل مطالعات سبک زندگی در پژوهشهای ایرانی. جامعه‌شناسی سبک زندگی، ۵(۱۴)، ۱-۳۷.
۱۹. حسینی مجرد حسین آبادی، فاطمه سادات؛ فلاح، نفیسه؛ کریمی، سارا؛ موقر حسینی، رکسانا، ۱۴۰۳، تحلیل روانشناختی اثر توکل بر خداوند در کاهش اضطراب ها و نگرانی های روزمره، ششمین کنفرانس بین المللی و نهمین همایش ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری، تهران.
۲۰. شهریار پور، رضا؛ نجفی، سمیرا؛ امین بیدختی، علی اکبر؛ رئوفی، مصطفی؛ مرادی، فرشاد، ۱۳۹۶، نقش دینداری و مسئولیت پذیری در پیش بینی تعهد زناشویی دانشجویان.
۲۱. شیرری کرمجوان، هاجر، ۱۴۰۲، نقش ارتباط سالم در رشد اخلاقی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان، دومین کنفرانس ملی تازه های روانشناسی تکاملی و تربیتی، بندرعباس.

۲۲. صدیقی، حسین کارکردهای باور توحید عبادی در زندگی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی تخصصی محفل، شماره یازدهم.
۲۳. مرکز آمار ایران، ازدواج و طلاق ثبت شده در نقاط شهری، زمان آماری: سال های ۱۳۵۸ تا ۱۴۰۲، دوره ی انتشار: سالانه، درگاه ملی آمار، زمان انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۲۰. <https://amar.org.ir>
۲۴. مسعودی همت آبادی، زینب، سیدرضا، ملیحه سادات و باقری، فریبرز. (۱۴۰۳). بررسی تطبیقی راهکارهای شناختی کنترل نفس در آموزه‌های دینی و نظریه‌های روان‌شناسی. نوآوری های تفسیری، ۱۳۸-۱۶۲، (۱)۲.
۲۵. معارف، مجید؛ فائز، قاسم؛ مدرسی، حمید. (۱۳۹۷). نظام توحید افعالی در آیات و روایات. پژوهش های قرآن و حدیث، ۵۱(۱)، ۱۳۱-۱۴۵.