

موضوع: بررسی نقش زنان در استحکام خانواده از منظر آیات و روایات

لیلا پرون^۱

چکیده

با توجه به اینکه زن دارای عواطفی رقیق، قلبی مهربان و دارای غریزه پرستاری و مهرورزی است و به طور طبیعی یک زن سالم بدور از پرخاش، جنگ و خصومت است. پس وجود با نشاط زن موجب شادی و بالا رفتن حس اعتماد به نفس در خانواده می شود، فقدان وجود زن اضطراب، استرس، دلهره و ناامیدی در زندگی را به همراه خواهد داشت. از این رو وجود زن می تواند تعدیل کننده روان خانواده باشد. چرا که جایگاه همسری و مادری در خانواده به عهده زن است به عبارتی مدیریت داخلی خانواده را بیشتر زن به عهده دارد. لذا در دنیای امروز که پر از رسانه های جمعی، میدان جنگ های فرهنگی و اقتصادی همراه با اضطراب و دلهره است لازم و ضروری است زن خانواده بیشتر به سلامت روان خانواده و پایداری آن توجه داشته باشد. یک زن می تواند با الگو گرفتن از نکات قرآنی و روایی مانند ایمان، نماز، محبت، سخن نیکو، امید، صبر و بردباری و از همه مهم تر حفظ عفاف و حجاب با برنامه ریزی بهتری در سلامت و پایداری روان خانواده نقش داشته باشد و زمینه پایداری روانی خانواده را فراهم سازد.

کلید واژه: زن، خانواده، استحکام، آیات، روایات

^۱- سطح سه حوزوی، ایران، لرستان، حوزه علمیه الزهرا (سلام الله علیها)، شهرستان پلدختر، 09167473423 aliperon123gmail.com

خانواده، یک نهاد مقدس در دین اسلام است. آنچه در رشد و تکامل این خانواده مهم و ضروری است سلامت روان خانواده است. در جهان امروز سلامت و پایداری روانی خانواده کم رنگ شده است. زیرا ما در عصری زندگی می کنیم که به موازات پیشرفت های فناورانه، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، نابسامانی ها روانی روز به روز در حال گسترش است و بسیاری از افراد از ناراحتی های روانی به شدت رنج می برند و نه تنها خود در عذاب هستند بلکه خانواده و جامعه را نیز دچار مشکل می کنند. لذا امروزه خانواده با مشکلات بسیاری دست و پنجه نرم می کند که این مشکلات می تواند اثرات مخربی بر روی روان خانواده داشته باشند. از طرفی سلامت روانی یکی از مهم ترین عوامل در سعادت و به کمال رسیدن افراد خانواده محسوب می شود که والدین باید آن را در خانواده تامین کنند. از این رو پرداختن به نقش والدین در تامین سلامت روانی خانواده ضروری و مهم است و مهم تر از آن، نقش زن در پایداری روانی در خانواده است. چون که زن به خاطر ویژگی های طبیعی عاطفه ای که دارد مدیریت داخلی خانواده را بیشتر به عهده دارد. البته تحقیقات فراوانی در زمینه روان و عوامل آرامش روانی و بهداشت روان وجود دارد مانند آرامش روانی از منظر قرآن نوشته حسن عسگری در دی 1396 می باشد که در آن به نقش زن اشاره نشده فقط عوامل آرامش روانی را از منظر قرآن بیان کرده است. و مقاله عوامل موثر بر سلامت روان در فصلنامه تخصصی روانشناختی شماره 35 در سال 1398 است که از نظر علمی و اجتماعی به عواملی که سلامت روان را از بین می برد و یا به خطر می اندازد پرداخته است. لذا در این تحقیق سعی شده به روش کتابخانه ای به نقش زن در پایداری روانی خانواده از منظر آیات و روایات اسلامی پرداخته شود. و هدف این است که خانواده ها بیشتر با نقش مهم زن در سلامت روانی خانواده از منظر منابع اسلامی آگاه شوند و از طرفی با افزایش معرفت خانواده، قدمی برای بهبود و افزایش سلامت روانی خانواده ها برداریم.

از این رو در این مقاله، ابتدا به مفهوم شناسی روان پرداخته شده است و در ادامه به عوامل آرامش روانی از منظر قرآن و روایات و همچنین به چگونگی نقش زن با رعایت این عوامل و فراهم کردن پایداری روانی در خانواده پرداخته شد.

مفهوم روان

در لغت نامه دهخدا، روان به معنی جان، ارواح، مونث جان، نفس، آنچه مایه زندگی نفس ها آمده است. (دهخدا، لغت نامه دهخدا، ذیل حرف را، ص 32) و دکتر معین واژه روان را در لغت به: رونده، جاری، در حال رفتن؛ روح، نفس ناطق تعریف می کند. (معین، فرهنگ معین، ذیل حرف الف، ص 14)

و در اصطلاح روان آن بخش غیر مادی و بعد اصیل و اساسی وجود انسان است که همه انگیزه ها، هیجانات و عواطف را درک می کند و غم و شادی، شناخت و آگاهی، محبت و علاقه، خشم و غضب، ترس و شجاعت، و... حتی آنچه قابل مشاهده و اندازه گیری کمی در آزمایشگاه زیست تجربی نیست، همه ادراکات و هیجانات و آگاهی ها به وسیله او صورت می پذیرد و به اعتبار مختلف به آن نفس، روح، روان، عقل و قلب اطلاق می شود. (اکبری، رابطه دنیاگرایی و سلامت روان، ص 88)

خداوند انسان را مذکر و مونث خلق کرد تا با توجه به ویژگی های فطری خود تشکیل خانواده دهند. آیت الله مصباح به تفاوت های روحی و روانی زن و مرد متناسب با جایگاه و ارزش آنها در خانواده به زیبایی بیان می کند که، تفاوت ارزش مرد و زن، در تأمین اهداف خانواده، به تفاوت ویژگی های روحی و جسمی آنان مربوط می شود و در یک سنجش کلی می توان گفت که زن از نظر احساسات و عواطف، معمولاً قوی تر است و مرد از نظر تدبیر و تعقل و از آن جا که محیط خانواده، هم به تدبیر نیاز دارد و هم به پرورش و تربیت، این تقسیم کار به شکل طبیعی به وجود می آید که مرد به اداره خانواده و تأمین نیازهای اقتصادی آن پردازد و زن که از عشق و احساس به فرزندان خود لبریز است و بیش تر می تواند آن ها را تحمل کند، پرورش فرزندان را بر عهده گیرد. (مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، ج 3، ص 72). بنابراین زن در خانواده سهم بیشتری در تأمین روانی خانواده و پایداری آن ایفا می کند. لذا زن نقش خطیری در خانواده دارد و می تواند با الگو گرفتن از بهترین منابع اسلامی به عبارتی از کلام نورانی خداوند در قرآن و روایات اهل بیت (علیم السلام) به بهتر شکل پایداری روانی خانواده را تأمین نماید. از این رو سعی شده به مهمترین موضوعاتی قرآنی و روایی که زن به وسیله آنها می تواند پایداری روان را در خانواده به وجود آورد اشاره کنیم اولین و مهمترین موضوع در این رابطه از منظر منابع اسلامی ایمان است.

ایمان

ایمان عبارت است از باور و تصدیق قلب به خدا و رسولش، آن‌چنان باور و تصدیقی که هیچ‌گونه شک و تردیدی بر آن وارد نشود. تصدیق مطمئن و ثابت و یقینی که دچار لرزش و پریشانی نشود و خیالات و وسوسه‌ها در آن تاثیر نگذارد و قلب و احساس در رابطه با آن گرفتار تردید نباشد.

خداوند در سوره فتح آیه 4 به این مطلب اشاره کرده است: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ..»؛ او کسی است که آرامش را در دل‌های مؤمنان نازل کرد تا ایمانی به ایمان‌شان بیافزایند....».

سکینه به معنای سکون و آرامش است و خداوند این حالت را به هر کس عنایت کند، نتایج بسیاری را برای او در پی دارد، از جمله: از ملامت‌ها نمی‌هراسد، توکل دارد، اگر چیزی را از دست بدهد غمناک نمی‌شود و اگر چیزی را به دست آورد طغیان و نافرمانی نمی‌کند.. آرامش روحی (و روانی) تنها در سایه الطاف الهی است و هیچ فرد یا چیز دیگری نمی‌تواند به انسان آرامش دهد. «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ» (قرائتی، تفسیر نور، ج 9، ص 116)

با توجه به آیه، بدون ایمان، آرامش روحی و روانی در انسان وجود ندارد. یا حداقل این‌گونه می‌توان گفت که یکی از عوامل ایجاد آرامش روح و روان دارا بودن ایمان به خدا می‌باشد. و می‌توان این مطلب را در دیگر آیاتی که درباره ایمان آمده متوجه شد خداوند متعال در آیات 62-64 سوره یونس می‌فرماید: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ...»؛ آگاه باشید که قطعاً بر اولیای خدا، نه ترسی است و نه اندوهگین می‌شوند. همانا که ایمان آوردند و (از مخالفت فرمان خدا) پرهیز می‌کردند در زندگی دنیا و آخرت، شاد(و مسرور)ند.

که در این آیه اهل ایمان را بشارت داده است که برای آنها در دنیا و آخرت ترس و ناراحتی وجود ندارد و آنها در امنیت و آرامش به سر می‌برند. در مجمع البیان آمده است که: خوف از نظر معنی با فرع و جزع نظیر یکدیگرند و آن اضطراب دل از وقوع امری ناگوار است. و مقابل آن امنیت و آرامش است. و حزن، سختی اندوه است و مقابل آن سرور و خوشحالی است. (طبرسی، مجمع البیان فی تفسیر قرآن، ج 11، ص 321)

حزن و خوف از احوال طبیعی و عارضی است که در طبیعت همه انسانها وجود دارد لکن چون کسی که ایمان به خدا سراسر وجودش را فرا گرفته است، خوف و اندوه و حبّ و بغض را از خدا می داند و لکن از هیچ چیزی نه در دنیا و نه در آخرت نمی ترسند و اندوهناک نمی شوند و تنها ترسی که دارند از خدای سبحان است. آری کسانی که ایمان را داشته باشند چنان آرامش را در درون جان خود احساس می کنند که هیچ یک از طوفان های زندگی آنها را تکان نمی دهد. بلکه به مضمون روایت؛ الْمُؤْمِنُ كَالْجَبَلِ الرَّاسِخِ لَا تُحَرِّكُهُ الْعَوَاصِفُ: همچون کوه در برابر تند باد حوادث استقامت به خرج می دهند. (مجلسی، بحارالانوار، ج 39، ص 351)

پس با توجه به آیات و روایات می توان گفت که انسان با داشتن ایمان می تواند باعث پایداری آرامش روح و روان شود از این رو که زنان نیمی از جامعه انسان هستند باید سعی کنند ایمان را در خود و خانواده رشد دهند. آری زنانی که ایمان را داشته باشند چنان آرامش را در درون جان خود احساس می کنند که هیچ یک از طوفانهای زندگی آنها را تکان نمی دهد. و از آنجا که مدیر داخلی خانه است به عنوان همسر و مادر خانواده باید یکی از برنامه های او آماده کردن زمینه های رشد ایمان در بین اعضای خانواده باشد. و با تدبیر صحیح این فطرت نهفته ایمان را در وجود اعضای خانواده تقویت کند تا به این طریق، آرامش و روانی پایدار را در خانواده به وجود آورد.

نماز

نماز به عنوان اعمال معنوی و دینی دارای تأثیرات قابل توجهی بر روح و روان دارد. واژه نماز در فارسی از لفظ پهلوی «نماک» گرفته شده و آن هم به نوبه خود از ریشه باستانی «نم»؛ به معنی «خم شدن و تعظیم کردن» مأخوذ است که به تدریج بر معنی «صلاة» یعنی عبادت ویژه ما مسلمانان اطلاق گردیده است. (خزائلی، احکام قرآن، ص 338)

بر اساس بعضی از کتب تاریخی، برخی از ایرانیان تازه مسلمان در سالهای حکومت اعراب بر ایرانیان به جای کلمه «صلاة» از کلمه «نماک» استفاده می کرده اند. و هنگام فراخواندن مردم به سوی نماز به جای «الصلوة» کلمه «النّماک» و به جای «حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ» جمله «بشتابید به سوی نماک» را به کار می برده اند. (راشدی، نمازشناسی، ج 1، ص 65)

مطمئن ترین کشتی نجات و کلید هر خیر و خوبی از جمله آرامش روحی و روانی صبر است. آیات زیادی در قرآن در این باره آمده است. در سوره بقره آیات 153 و 155 می فرماید: « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ »؛ پس با کمک صبر و بردباری و خواندن نماز که بهترین راه یاد خداست، آرامش را به زندگی خود هدیه کنیم.

« وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَ بَشِيرِ الصَّابِرِينَ »؛ و قطعاً شما را با چیزی از ترس، گرسنگی، زیان مالی و جانی و کمبود محصولات، آزمایش می کنیم و صابران (در این حوادث و بلاها را) بشارت بده.

طبق این آیات افراد صبور تغییرات زندگی را چالش برای رشد و ترقی می دانند و در مقایسه با کسانی که تغییرات را تهدید تلقی می کنند از سلامت روانی بهتری برخوردارند.

خداوند در این آیه به اهل صبر مژده می دهد حال با این عنایت خاصی که خداوند نسبت به صابران دارد می توان اهل صبر را در امنیت و آرامش دانست. چرا که « إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ » خداوند با صابران است کسی که خداوند پشتیبان او باشد یقیناً آرامش روحی و روانی هم برای او فراهم می شود از طرفی صبر، امکان شکست روحی را از بین برده و موجب بالارفتن و محکم شدن روح و روان آدمی می شود. هر چقدر روح محکم تر شود انسان در مقابل مشکلات و ناراحتی ها، با آرامش بیشتری برخورد می کند و در نتیجه در مقابل آنها از پای در نمی آید و مشکلات و ناراحتی ها را به راحتی حل می کند. لذا قرآن همه انسان ها را در مواقع رویارویی با خطرات و مشکلات و ناراحتی ها و... به صبر دعوت می کند.

امام خمینی (ره) نیز صبر را کلید ابواب سعادت و منشا نجات از مهلکه ها می داند و معتقد است صبر بر مصائب، انسان را آزموده می سازد تا از عبودیت نفس خارج گشته، این صفت در او ملکه گردد، همچنین مقام صبر در ناگواری ها سبب رضا به قضای الهی و صبر در معاصی سبب تقوای نفس می شود. به اعتقاد ایشان، صبر در دنیا مشکلات را بر انسان آسان و عزم و اراده انسان را تقویت می کند. در مقابل بی صبری و ناشکیبایی، عاملی است که انسان را در دنیا، سست عنصر و بی ثبات، اراده را ضعیف و عقل را سست و در آخرت نزد ملائکه و درگاه الهی بی ارزش می سازد، بلکه اضطراب های درونی و شکایت های زبانی، در صورت ملکه شدن، سبب ایجاد

حالت دشمنی با ذات مقدس الهی، شقاوت ابدی و گرفتار شدن در عذاب الهی می‌گردد. ایشان، برای نتایج و تحصیل صبر دو راه ارائه می‌دهد یکی راه ریاضت و تربیت نفس به گونه‌ای که اگر انسان در سختی‌ها، ناگواری‌ها و نیز مشقت عبادت و تلخی ترک لذت‌های نفسانی به واسطه فرمان محبوب، صبر کند، ملکه‌ای نوری درون او ایجاد شده، به مقام صبر می‌رسد. (خمینی، شرح چهل حدیث، ص 263-261)

و دیگری باید به نفس خود بفهماند شکایت از قضای الهی نزد مخلوق ضعیف، مفید نیست و چه‌بسا نزد مردم، فردی سست‌عنصر و کم ثبات معرفی شود و در درگاه الهی نیز از ارزش بیفتد. (خمینی، دانشنامه امام خمینی، ج 6، ص 616)

پس ایجاد روحیه شکست ناپذیری نخستین تأثیر مثبت و سازنده صبر است که مادر با دلداری و تشویق خانواده به آن می‌تواند تأثیر روحی و روانی قوی را در آنها به بار آورد. زنی که در هر حادثه‌ای صبر را همچون سلاح برنده‌ای مورد استفاده قرار داده و خانواده را به آن توصیه کند در اصل توان و قدرت مبارزه با مشکلات زندگی را آموزش داده است و همین باعث روحیه‌ای شکست ناپذیر و مقاوم می‌گردد که این روحیه روان مقاوم و پایدار مطلوب را به ارمغان می‌آورد همان گونه که خداوند در آیات سوره بقره مومنان را به صبر در مقابل مشکلات دعوت نمود.

بنابراین با توضیحاتی که درباره صبر داده شد زن یا مادر باید سعی کند صبر را ملکه نفس خود کند تا بدین وسیله بتواند در مقابل سختی‌ها روحیه قوی و شکست ناپذیری داشته باشد همین روحیه باعث پایداری روان خود او می‌شود چرا که مادر یکی از بنیان‌های مستحکم خانواده است هر چه قدر مادر صبور باشد دیگر افراد خانواده دچار ضعف و سستی نمی‌شوند و با صبر خود باعث تقویت روحی و روانی دیگر اعضای خانواده می‌شود چون که والدین مخصوصاً مادر محل امن و پناهگاه هر خانه می‌باشد. و یک مادر و یا زن موفق از طریق صبوری می‌تواند خانه را محل امن و باعث پایداری روح و روان همه شود.

نتیجه گیری

بر اساس منابع دینی، زن به خاطر ویژگی عاطفی روح و روانی که خداوند در فطرت آنها قرار داده است و جایگاه همسری و مادری که در نهادشان به وجود آورد، سلامت روانی خانواده را بیشتر از مرد تامین نماید. و امروزه که با فناوری جدید، دلهره و اضطراب را همراه دارد زن می تواند با استفاده از دستور العمل های قرآنی و روایی مانند رشد نعمتی مثل ایمان پایداری روانی را در خانواده مستحکم کند چرا که فرد مومن نسبت به تغییرات امروزی حزن و اندوه کمتری را حس می کند و به تکیه گاه الهی مانند خداوند امید دارد و ترس و اندوهی از آینده ندارد. و از طرفی مادری دارد که خداوند محبت و عاطفه را در وجودش گذاشته او را امیدوار می کند با الهام از کلام نورانی سعی می کند با سخن نیکو که بارها خداوند در قرآن سفارش کرده آرامش و پایداری روان را در خانواده تامین کند و همچنین زن به عنوان مادر خانواده می تواند با عمل به نکات قرآنی نظیر نماز، حلم و صبر در برابر مشکلات امروزی به عنوان الگو برای خانواده باشد و به وسیله این نکات الهی باعث روحیه مقاوم و در نتیجه، آرامش و سلامت روان را در خانواده پدیدار کند. و با توجه به نکته بسیار مهم قرآنی در خصوص زن یعنی حفظ عفاف و حجاب زمینه اعتدال حفظ غریزه جنسی خانواده را داشته باشد و به همین طریق رشد و پایداری روان خانواده را فراهم کند. بنابراین زن می تواند با الگو گرفتن از قرآن و روایات به بهترین شکل، پایداری روان را در خانواده تامین نماید.

منابع:

- 1- ابن حنبل، احمد بن حنبل، 1419، مسند احمد بن حنبل، بيروت - لبنان، عالم الكتب.
- 2- ابن منظور، محمد بن مكرم، 1414ق، لسان العرب، بيروت، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
- 3- اكبرى، الله رضا، 1382، رابطه دنياگرایی و سلامت روان، قم، موسسه امام خمینی ره.
- 4- بیهقی، احمد بن علی، 1375، تاج المصادر، تهران، چاپ هادی عالمزاده.
- 5- تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، 1410ق، غرر الحکم و درر الکلم، قم، دارالکتاب الإسلامی.
- 6- جوهری، اسماعیل بن حماد، 1407ه، الصحاح تاج اللغة و صحاح العربیه، بيروت، دارالعلم للملایین.
- 7- خزائلی، محمد، 1348، احکام القرآن، تهران، انتشارات بدرقه جاویدان.
- 8- خمینی، روح الله، 1378، چهل حدیث، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
- 9- خمینی، روح الله، 1401، دانشنامه امام خمینی، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
- 10- دهخدا، علی اکبر، 1352، لغت نامه دهخدا، تهران، سازمان لغت نامه دهخدا.
- 11- راشدی، حسن، 1387، نماز شناسی، ج 1، تهران، ستاد اقامه نماز.
- 12- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، 1373، کتاب الذریعة الی مکارم الشریعة، قاهره، چاپ افست قم.
- 13- راغب أصفهانی، حسین بن محمد، 1412ق، مفردات ألفاظ القرآن، بيروت - دمشق، دار القلم - الدار الشامیة.
- 14- سیدرضی، محمد بن حسین، 1379، نهج البلاغه، قم، انتشارات نبوی.
- 15- شیخ مفید، محمد بن محمد، 1413ق، الأمالی، قم، کنگره شیخ مفید.
- 16- طباطبایی، سید محمد حسین، 1402، قم، دفتر انتشارات وابسته به جامعه مدرسین.
- 17- طبرسی، فضل بن حسن، 1372، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چاپ سوم، تهران، ناصر خسرو.
- 18- طریحی، فخر الدین بن محمد، 1375، مجمع البحرین، تهران، مرتضوی.
- 19- عسکری حسن بن عبدالله، 1412، معجم الفروق اللغویة، قم، الحاوی لکتاب ابی هلال العسکری و جزء آمن کتاب السید نورالدین الجزائری.
- 20- عمید، حسن، 1390، فرهنگ عمید، چاپ سی و هشتم، تهران، انتشارات امیر کبیر.

- 21- فراهیدی، خلیل بن احمد، 1409، العین، قم، مؤسسه دارالهجره.
- 22- قرائتی، محسن، 1383، تفسیر نور، تهران، مرکز فرهنگی درسهای از قرآن.
- 23- قرشی، سید علی اکبر، 1387، قاموس قرآن، قم، وسسه فرهنگی تبیان.
- 24- قمی، شیخ عباس، 1394، کلیات مفاتیح الجنان، تهران، پیام مقدس.
- 25- کاشانی، محسن، 1379، محجه البيضاء فی تذهیب الاحیاء، مشهد، بنیاد پژوهش های اسلامی.
- 26- الکلینی، ابو جعفر محمد بن یعقوب، 1363، الاصول من الکافی، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- 27- گنجی، حمزه، 1380، بهداشت روانی، تهران، ارسباران.
- 28- مجلسی، محمدباقر، 1374، بحارالانوار، قم، مکتب الائمہ.
- 29- مروجی طبسی، محمدجواد، 1398، حقوق فرزندان در مکتب اهل بیت، قم، نشر بوستان.
- 30- مسکویه، احمد بن محمد، 1410، تهذیب الاخلاق و تطهیر الاعراق، بیروت، چاپ افست قم.
- 31- مصباح یزدی، محمد تقی، 1391، اخلاق در قرآن، قم، انتشارات مؤسسه امام خمینی.
- 32- معین، محمد، 1388، فرهنگ معین، تهران، انتشارات امیر کبیر.
- 33- مهدی زاده، حسین، 1388، پرسمان حجاب (پژوهشی در باب پوشش از دیدگاه قرآن)، قم، انتشارات صهبای یقین.
- 34- نراقی، محمد مهدی، بی تا، جامع السعادات، نجف، چاپ افست بیروت.

مقالات:

- 1- لشکری، محمد 1381، بهداشت روانی در اسلام. مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین، شماره 24.
- 2- نوروزی، محمد، جهانی جوانمردی، فاطمه، 1397، فصلنامه بصیرت و تربیت اسلامی، شماره 44.