

سلامت قلب از منظر صحیفه سجادیه

مریم پورحسینی *

فائقه فروتن **

چکیده

پژوهش سلامت قلب از دیدگاه صحیفه سجادیه با هدف رسیدن به قلبی سلیم به استناد تحلیل متن ادعیه این کتاب شریف و با استمداد از آیات قرآن کریم و روایات معصومین علیهم السلام تدوین شده است. به نظر می‌رسد ادعیه صحیفه سجادیه به دنبال بیان راه‌هایی برای رسیدن به سلامت قلب است. امام علیه السلام با ذکر عظمت الهی، با راهکارهایی هم چون پالایش قلب از رذائل اخلاقی، زدودن زنگار معاصی و خالی کردن دل از محبت دنیا و مشغولیت به اغیار، راه رسیدن به محبت خدا و سلامت قلب را بیان می‌کند.

قلب شریف‌ترین عضو وجودی انسان و مترادف روح و نفس است. سلامت قلب نیز قرار داشتن دل در مسیر مستقیم و دور بودن آن از آفات ظاهری و باطنی است. بر اساس ادعیه صحیفه سجادیه مواردی چون محبت دنیا، مشغولیت به ذکر اغیار، سیطره شیطان بر قلب و رذایل اخلاقی، مواردی هستند که موجب ریزش و تباهی قلب می‌گردند. از سوی دیگر نفرت از گناهان، تقوای دل، طهارت قلب به وسیله قرآن، فراغت دل برای محبت یار و سلامت دل با ذکر خداوند، عوامل رویش و پویایی قلب هستند. ذکر خداوند که هدف عبادات است دل‌ها را صفا می‌بخشد و آماده دریافت تجلیات حق می‌نماید. از طرفی یاد او ابزار تکامل و رمز خودسازی است؛ شاید بدین جهت باشد که امام علیه السلام سلامت قلب را در کنار ذکر عظمت الهی از خداوند متعال می‌خواهند.

واژگان کلیدی: صحیفه سجادیه، دعا، قلب، سلامت قلب.

*. مدرس و عضو هیئت علمی مکتب نرجس علیها السلام.

** . طلبه سطح دو مؤسسه علمی تحقیقی مکتب نرجس علیها السلام.

مقدمه

قلب لطیفه‌ای است که در وجود آدمی به ودیعه گذاشته شده است؛ دل انسان حاکم وجود اوست و بقیه اعضا و جوارح خدمت‌گزاران قلب‌اند. از دیدگاه علامه طباطبایی سلامتی قلب و صحت آن عبارت است از اینکه قلب در مستقری قرار گیرد که خلقتش در همان مستقر بوده و یا به عبارت دیگر عبارت است از اینکه قلب راه میانه را از دست ندهد و برگشت این حالت به خلوص قلب در توحید خدای سبحان و اعتماد کردن به جناب او و بریدن از هر چیز دیگری است که هوای نفس به سوی آن کشش دارد، این نکته از آیه زیر به چشم می‌خورد که می‌فرماید: «يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۶۲۰).

از این رو سلامت قلب نقش حیاتی و اساسی در سلامت سایر اعضا و به عبارتی بهتر در سلامت فرد دارد. بدیهی است که هر فرد برای رسیدن به سعادت و کمال باید سلامت باشد و با توجه به جایگاه ویژه قلب در وجود انسان سعادت هر فرد در گروی سلامت دل اوست.

اهمیت قلب و جایگاه آن در کمال انسان مشخص است. در قرآن کریم به سلامت قلب و سودمند بودن آن در آخرت اشاره شده است اما به این که سلامت قلب در چیست تصریح نشده؛ از این رو چگونگی رسیدن به سلامت قلب را در کلام معصومین علیهم‌السلام که مفسران حقیقی قرآن هستند جستجو باید کرد. صحیفه سجاده اثر ارزشمند رسیده از امام زین العابدین علیه‌السلام که دربردارنده دعاهایی اخلاقی و با مضامین عالی است، می‌تواند منبعی برای شناخت این مسأله باشد. با رجوع به ادعیه صحیفه سجاده می‌توان راه رسیدن به سلامت دل را از کلام معصوم علیه‌السلام استخراج نمود. فصل نخست، موانع رسیدن به سلامت قلب با عنوان ریزش و تباهی قلب مطرح می‌شود که این موانع عبارتند از: محبت دنیا، مشغولیت به ذکر اغیار، سیطره شیطان بر قلب و رذائل اخلاقی.

در فصل دوم نیز عوامل دست‌یابی به سلامت دل، تحت عنوان رویش و پویایی قلب بیان می‌گردد. نفرت از گناهان، تقوای دل، طهارت دل با قرآن، فراغت دل برای محبت یار و سلامت دل با ذکر و یاد خداوند، عناوین این فصل می‌باشند.

فصل اول: ریزش و تباهی قلب

قلب لطیفه‌ای ربانی و حاکم وجود آدمی است. عواملی که پیرامون قلب هستند و آن را احاطه کرده‌اند، می‌توانند در مسیر کمال آن اثرگذار باشند؛ برخی از این عوامل موجب سقوط و تباهی قلب می‌شوند و او را از طی مسیر مستقیم خویش باز می‌دارند. در این فصل به بیان این مطلب با توجه به فرازهای ادعیه صحیفه سجاده می‌پردازیم.

الف. محبت دنیا

زندگی انسان از هنگام ولادت تا ساعت مرگ و آثار و لوازم و اعتبارات و هرچه مربوط به آن است، همه را دنیا می‌گویند (دستغیب، قلب سلیم، ۱۳۸۹، ص ۷۱۷).
امام سجاد علیه‌السلام در دعایی می‌فرماید:

«وَأَنْزِعْ مِنْ قَلْبِي حُبَّ دُنْيَا دُنْيَا تَنْهَى عَمَّا عِنْدَكَ، وَتَصُدُّ عَنِ ابْتِغَاءِ الْوَسِيلَةِ إِلَيْكَ، وَتُذْهِلُ عَنِ التَّقَرُّبِ مِنْكَ» (صحیفه سجاده، دعای ۴۷)؛ دوستی دنیای پست را که از آن چه نزد توست منع می نماید و از طلبیدن وسیله و دست آویز به سوی تو بازمی دارد و از تقرب و نزدیک شدن به تو غافل و بی خبر می گرداند از دلم بر کن».

امام علیه السلام درخواست می کند که: پرورگار محبت دنیا را از قلبم ریشه کن کن، یعنی محبت دنیای حرام را برکن؛ بدین خاطر امام علیه السلام صفاتی را برای دنیا می شمرد و دنیای دنی پست را که از آن چه رضای خدا در آن است و برای مردم خیر است نهی می کند و مانع می شود. دین و دنیای خیر یک امر واحد است و هر یک از آن دو وسیله ای برای مصلحت انسان و رسیدن به رضایت الهی است (مغنیه، ۱۳۸۶، ص ۵۹۱).

یکی از جلوه های دنیا مال است. حضرت زین العابدین علیه السلام در دعا برای مرزداران می فرماید:

«وَأَمَحُ عَنْ قُلُوبِهِمْ خَطَرَاتِ الْمَالِ الْفُتُونِ» (صحیفه سجاده، دعای ۲۷)؛ اندیشه های مال فتنه انگیز را از دل هاشان محو کن.. ویژگی فتون به معنای فتنه انگیز، که امام علیه السلام بیان فرموده اند نیز به همین محبت ذاتی افراد به مال که یکی از جلوه های دنیاست اشاره دارد. دلیل این دعای حضرت نیز واضح است؛ فرد دنیاپرست و کسی که بنده مال و منال است هرگز نمی تواند برای اسلام پاسدار و برای وطن اسلامی مرزدار باشد (انصاریان، ۱۳۸۹، ج ۱۰، ص ۲۰).

محبت به دنیا و دل بستگی شدید به آن عامل اساسی در غفلت از یاد خدا و خارج شدن قلب از مسیر مستقیم فطری و الهی خود است. پس با توجه به اهمیت این بحث و سرآمد بودن حب دنیا در همه خطایا، اولین مورد از مواردی که موجب انحراف قلب از مسیر هدایت الهی اش و به تعبیری ریزش قلب می شود را محبت دنیا عنوان کردیم.

ب. مشغول شدن دل به غیر خدا

یکی دیگر از مواردی که در کلام امام سجاده علیه السلام به آن می رسیم مشغول شدن دل به غیر خداست. در مسیر رسیدن به سلامت قلب مشغولیت دل به اغیار موجب ریزش و تباهی دل می گردد.

امام سجاده علیه السلام در دعایی می فرماید: «وَأَشْغَلْ قُلُوبَنَا بِذِكْرِكَ عَنْ كُلِّ ذِكْرٍ» (صحیفه سجاده، دعای ۱۱)؛ خداوند! قلب های ما را با ذکر و توجه خودت از هرگونه فکر و یادی تهی فرما. شغل آن چیزی که مقابل فراغ باشد و مطلق عمل را گویند (مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۶، ص ۸۱). کل نیز افاده عموم می کند، یعنی هر ذکری و چون قبل از آن ذکر خدا را بیان نموده، مقصود هر ذکری غیر از ذکر خداوند است که ما در عنوان بحث تعبیر مشغولیت به اغیار را آورده ایم.

آنچه قلب انسان را از صورت اصلی آن می اندازد، اسارت های در دست اغیار یا حجاب های ظلمانی است و هر اندازه که با این حجاب ها پوشیده باشد، به همان میزان از مرتبه اصلی خود دور می شود و فاقد کمالات اولیه خواهد بود، به عکس هر اندازه که از حجاب های ظلمانی خارج شود به همان میزان از اسارت اغیار رها می شود و صورت اصلی خود را باز می یابد (شجاعی، ۱۳۸۱، ص ۱۰۶). تا دل انسان به دیگران مشغول است نمی تواند پرواز کند، چون پایش بسته است؛ اما وقتی با لطف خداوند دل از محبت غیر پاک گشت، پرواز کردن برای او آسان می شود (مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ص ۲۳۲).

امام صادق علیه السلام در حدیثی می فرماید: «خَفَضُ الْقَلْبِ فِي الْأَشْتِغَالِ بِغَيْرِ اللَّهِ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶۷، ص ۵۵)؛ پستی قلب در مشغولیت دل به غیر خداست. حضرت پستی دل را در اشتغال به غیر خدا می داند. علت این خفض و پستی را

دوری از توجه به حق، بریده بودن دل از طاعت و عبادت و صرف تمام عمر در به دست آوردن متاع دنیا و تحصیل لذت‌های فانی آن، به حساب می‌آورد. غیر خدا هر چه هست، چون فانی و گذراست وقتی در ترازوی عقل و وجدان سنجیده شود، معلوم می‌شود که در برابر خدا، به کلی فاقد ارزش و اعتبار است. اعتبار و ارزش اغیار و ماسوی الله فقط در این است که آن‌ها ابزار و وسیله‌ای برای رسیدن به مقام قرب حضرت حق تعالی باشند (انصاریان، ۱۳۶۸، ج ۲، ص ۴۳).

دل آدمی هم‌چون آینه‌ای مایل به سوی حق است و هر علاقه‌ای به غیر خدا، غباری بر این آینه است. دل غبار آلوده و گرد گرفته به حریم حق راهی ندارد و برای راه جستن به حریم حق و تابیدن نور خداوند در آینه دل می‌بایست آن را غبارروبی کرد. خداوند برای قلب کعبه‌ای قرار داده که دل فطرتاً متوجه او است و تعلق به غیر خدا، جلوی دید قلب را می‌گیرد (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۱۷۸-۱۷۹). در حقیقت اصلاً نباید به غیر خدا مشغول شد چرا که مشغول شدن به اغیار ما را از خدا و محبت او دور می‌سازد. محب تنها مشغول خداوند و مشغول اطاعت اوست (برازش، ۱۳۹۰، ص ۱۳۷).

این‌گونه مشغولیت به اغیار موجب ریزش قلب از مسیر مستقیم الهی می‌شود و تنها راه نجات قلب فراغت او از اغیار و یاد آن‌هاست.

ج. سیطره شیطان بر قلب

شیطان به موجود سرکش و متمرّد اطلاق می‌شود، اعم از انس و جن و یا جنبندگان دیگر و به معنی روح شریر هم آمده است که در حقیقت همه این‌ها به یک قدر مشترک باز می‌گردد (بیستونی، ۱۳۸۲، ص ۱۲). حضرت زین العابدین (ع) در دعایی می‌فرماید: «اللَّهُمَّ لَا تَجْعَلْ لَهُ فِي قُلُوبِنَا مَدْخَلًا وَلَا تُؤْتِنَنَّ لَهُ فِيمَا لَدَيْنَا مَنْزِلًا» (صحیفه سجاده، دعای ۱۷)؛ خدایا برای او (شیطان) در قلوب ما راهی قرار مده و برای وی در شئون زندگی ما منزلی فراهم نیاور. درخواست امام (ع) این است که شیطان راهی برای ورود به دل‌های ما پیدا نکند و در آن‌جا منزل نگزیند.

دل آدمی همواره در معرض خواطر و واردات قلبی است که به چهار قسم تقسیم می‌شوند: واردات ربانی، ملکی، نفسانی و شیطانی (مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ص ۱۷۳). امام سجاده (ع) در دعایی به برخی از این خطورات اشاره می‌کند و می‌فرماید: «اللَّهُمَّ وَ إِنِّي أَتُوبُ إِلَيْكَ مِنْ كُلِّ مَا خَالَفَ إِرَادَتَكَ، أَوْ زَالَ عَنْ مَحَبَّتِكَ مِنْ خَطَرَاتِ قَلْبِي» (صحیفه سجاده، دعای ۳۱)؛ خداوند! از هر چه مخالف خواست تو بوده یا مرا از گردونه محبت تو بیرون می‌برد از خاطراتی که در قلبم گذشته... توبه می‌کنم.

به طور کلی تصرفات و کارهای شیطان را به دو دسته می‌توان تقسیم نمود:

۱. تصرف و دخالت در شناخت و باورهای انسان از طریق القائات و وسوسه‌های خود.
 ۲. تصرفات شیطان در رفتار انسان که با آراستن و زیبا نشان دادن رفتار به تعبیری با تزئین عمل زشت و تخویف عمل نیک، فرد را به انجام گناه وامی‌دارد و از انجام کار نیک بر حذر می‌دارد (ر.ک: مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ص ۱۶۹).
- شیطان همواره منتظر است به نحوی در قلب ما نفوذ کند و در کار خود بسیار ماهر است چون تمام زوایای روح ما را می‌شناسد؛ از هر دری که او را بیرون کنیم از روزن دیگری به درون ما نفوذ می‌کند مراقبت بسیار نیاز است تا

کسی بتواند راه نفوذ شیطان به درونش را مسدود کند. باید توجه داشت که افکار دنیوی از راه‌های ورود شیطان به قلب است و نباید در آن غفلت کرد (طاهرزاده، ۱۳۹۲، ص ۶۶).

امام سجاده علیه السلام در جای دیگر می‌فرماید: «اللَّهُمَّ وَ أَشْرِبْ قُلُوبَنَا إِنْكَارَ عَمَلِهِ، وَ الطُّفْ لَنَا فِي تَقْضِ حِيلِهِ» (صحیفه سجاده، دعای ۱۷)؛ خداوند! جان ما را از بیزاری جستن از کردار او سیراب گردان و به لطف خود ما را موفق کن که حیل‌های او را باطل کنیم و نقشه‌های او را بر باد دهیم.

امام علیه السلام انکار عمل شیطان را درخواست می‌کند، یعنی وسوسه‌ها و شبهه‌افکنی‌های او را در دل انکار کند و اسیر دام شیطانی نگردد (انصاریان، ۱۳۸۹، ج ۸، ص ۴۹).

بنابراین انسان باید شیطان، این دشمن قسم خورده خویش را بشناسد و به ابزار و کارهایش آگاهی پیدا کند تا اسیر دام‌های او نشود. سر سپردن به ولایت این دشمن سرسخت آدمی را به درّه نیستی و تباهی می‌کشد و قلبی که جولانگاه شیاطین یا منزلی برای جوجه‌های شیطان شود رنگ الهی خود را از دست می‌دهد و سراسر سیاهی و تباهی می‌گردد.

د. رذایل اخلاقی

یکی دیگر از موانع قلب در راه سلامت و تعالی آن رذایل اخلاقی است. با توجه به اهمیت این بحث یکی از دعا‌های صحیفه سجاده به طور اختصاصی استعاذه و پناه بردن از اخلاق ناپسند و کارهای ناشایست است (نک: صحیفه سجاده، دعای ۸).

علاوه بر این دعا، امام سجاده علیه السلام در فرازهای مختلف و دعا‌های گوناگون صحیفه سجاده برای پالایش از رذایل اخلاقی و آراستن دل به فضایل، درخواست‌هایی از پیشگاه خداوند متعال دارد، از جمله در دعایی می‌فرماید: «وَأَرْزُقْنِي سَلَامَةَ الصَّدْرِ مِنَ الْحَسَدِ» (صحیفه سجاده، دعای ۲۲)؛ و سینه‌ام را از بیماری حسد سلامت ده.

حسد زوال نعمت است از حاسد به محسود. به گفته برخی علما زمانی که خداوند نعمتی به برادرت عطا کند، اگر زوال آن را بخواهی حرام است که در قرآن کریم نیز این نوع حسد مذموم شمرده شده است: «أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ» (نساء/۵۴)؛ یا این که نسبت به مردم به آن چه خدا از فضلش به آنان بخشیده حسد می‌ورزند؟ و اگر مانند آن را برای خود بخواهی، این غبطه و منافسه است و حرام نیست: «وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ» (مطففین/۲۶)؛ مشتاقان باید برای این (نعمت‌های بهشتی) بر یکدیگر پیشی گیرند (حسینی مدنی، ۱۴۲۷، ج ۳، ص ۵۲۴-۵۲۵).

در دعا‌های دیگری نیز امام سجاده علیه السلام درباره حسد تقاضاهایی از خداوند دارند، مانند: «وَاخْلَصْنِي مِنَ الْحَسَدِ» (صحیفه سجاده، دعای ۲۲)؛ مرا از حسد برهان و «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَيْجَانِ الْحِرْصِ، وَ سَوْرَةِ الْغَضَبِ، وَ غَلْبَةِ الْحَسَدِ» (همان، دعای ۸)؛ بار خدایا! به تو پناه می‌آورم از طغیان آز و تندی خشم و چیرگی حسد.

پوشیده نیست که حسد اشدّ امراض نفسانی و بدترین رذایل و خبیث‌ترین آن‌هاست که صاحب خود را به عذاب دنیا و عقاب آخرت گرفتار می‌سازد زیرا حسود لحظه‌ای از حزن و اندوه رهایی ندارد؛ چرا که با دیدن هر نعمتی در

کسی، محزون می‌شود و چون نعمت‌های خداوند بر بندگان بی‌شمار است حسود بیچاره پیوسته در غم و غصه است (نراقی، ۱۳۸۶، ص ۳۶۲).

امام سجاده علیه السلام در دعا‌های صحیفه سجادیه به رذایل اخلاقی دیگری چون حرص، غضب، عجب، بدخلقی، منت گذاشتن، کمی قناعت، کمی صبر، ستم کردن و... اشاره کرده‌اند (نک: صحیفه سجادیه، دعا‌های ۸، ۱۴، ۲۰؛ چرا که رذایل اخلاقی در حقیقت آتش‌اند و آتش از خودسوزی شروع می‌کند و بعد دیگران را می‌سوزاند. قوه غضبی که رذایلی مانند حسد از شعبه‌های فرعی آن است هم چون ماده منفجره بی‌خاصیت است، اصل قوه غضبیه را به منظور حمایت از دین و دفاع در برابر بیگانگان باید حفظ نمود، ولی نباید آن را درون دل جای داد (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۱۴۵).

بنابراین رذایل اخلاقی، آلودگی‌ها و پلیدی‌های باطنی هستند که قلب انسان را از سیر در مسیر مستقیم فطرت الهی و رسیدن به کمال مطلوبش مانع می‌شوند.

فصل دوم: رویش و پویایی قلب

پس از پرداختن به مواردی که موجب ریزش و تباهی قلب می‌شوند در این فصل عوامل پویایی و رویش قلب را مطرح می‌کنیم. عوامل بسیاری موجب افزایش نورانیت دل می‌شوند که در این مبحث مواردی از آن‌ها را که در کلام امام سجاده علیه السلام عنوان شده است استخراج کرده‌ایم و پیرامون آن سخن می‌گوییم.

الف. نفرت از گناهان

اولین گام برای تزکیه بی‌تردید شناسایی ماهیت گناه و معصیت الهی است به گونه‌ای که در فرض شناسایی آن، بدون این که نیاز به هشدار دیگران باشد خود به خود از گناه گریزان شود (کاویانی، ۱۳۸۹، ص ۴۸). اگر کسی فهمید گناه، پلیدی، چرک و آلودگی است به راحتی از آن اجتناب می‌ورزد. گناه تا زمانی که شیرینی کاذب دارد برای فرد جذبه و کشش دارد. اگر طعم اصلی آن در ذائقه فرد احیا شود، خود به خود از آن فرار می‌کند (همان، ص ۵۲).

حضرت سید الساجدین علیه السلام می‌فرمایند: «وَأَشْعِرُ قَلْبِي الْإِزْدَجَارَ عَنْ قَبَائِحِ السَّيِّئَاتِ، وَفَوَاضِحِ الْحَوَاتِ» (صحیفه سجادیه، دعای ۴۷)؛ پروردگارا! نفرت از زشتی گناه و رسوایی معصیت را در قلبم جای ده.

امام علیه السلام از درگاه الهی درخواست می‌کند که از اعمال زشت قلباً متنفر باشد و بیزاری از کردارهای نکوهیده را در خود ببیند، یعنی علاوه بر آن که مرتکب عمل ناهنجار نشود، تنفر از آن نیز در خاطر او پدیدار باشد تا به طور مطلق از حریم آلودگی‌ها خارج شود و هرگز به فساد مبتلا نگردد (ممدوحی کرمانشاهی، ۱۳۸۶، ج ۴، ص ۱۶۷).

انسان موجود پیچیده‌ای است که اعمال درونی و بیرونی‌اش با هم کمال ارتباط را دارند و تمام اعمال و رفتارهای ظاهری او بر قلبش تأثیر دارد. بنابراین اگر آدمی مرتکب اعمال حسنه شود و فطرت اولیه قلبش را نیز قبلاً خراب نکرده باشد، این اعمال صالح انوار ذاتی قلبش را تشدید می‌کند. اما اگر به گناه آلوده شود، گناهان نور ذاتی قلبش را کدر می‌کنند و منجر به خاموشی آن می‌گردند (تهرانی، ۱۳۹۱، ج ۱، ص ۱۲۲).

بنابراین همان‌گونه که گناهان و رذایل اخلاقی موجب تباهی و ریزش قلب می‌شود و مانع سیر قلب در طریق رسیدن به معبودش می‌گردد، نفرت از گناهان و معاصی نیز موجب رویش قلب و پویایی او در طی مسیر الهی‌اش می‌شود.

ب. تقوای قلب

تقوا مراتب و درجاتی دارد. برترین مرحله تقوا، تقوای دل و خضوع آن در پیشگاه خداوند است که از خضوع دل در برابر اوامر و نواهی الهی آغاز می‌شود و به خضوع دل در پیشگاه خداوند ختم می‌گردد. تقوای دل مرحله‌ای از تقواست که فرد اوامر و نواهی الهی را چون فرمان خداست گرامی می‌دارد نه از آن جهت که ضامن نجاتش از دوزخ و مایه رسیدن به بهشت است. انسان باید شعایر الهی را از آن جهت که دستور خداست بزرگ شمارد گر چه پاداش می‌گیرد ولی احترام امر خدا و تکریم نهی او مهم است (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۲۱۱-۲۱۲).

امام زین العابدین علیه السلام در دعایی می‌فرماید: «وَأَشْعِرْ قَلْبِي تَقْوَاكَ» (صحیفه سجاده، دعای ۲۱)؛ شعار دلم را پرهیزگاری از خود قرار ده (دعای و ترس از خود را روش من گردان).

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوْآتِكُمْ وَ رِيشًا وَ لِبَاسُ التَّقْوَى ذَٰلِكَ خَيْرٌ» (اعراف/۲۶)؛ ای فرزندان آدم، لباسی برای شما آفریدم که اندام شما را می‌پوشاند و مایه زینت شماست اما جامه پرهیزگاری بهتر است. در این آیه خداوند از ذکر لباس ظاهر و پوشاندن عورت ظاهری به ذکر لباس باطن و چیزی که سیئات باطنی را می‌پوشاند و آدمی را از شرک و گناه که موجب رسوایی اوست باز می‌دارد، منتقل شده است (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۸۶).

لباس تقوا مانند هاله‌ای از نور انسان را می‌پوشاند و رذایل اخلاقی و عصیان و تمرد و عواقب گناه و عقوبت را پوشیده و محو می‌کند. از لباس ظاهری بهتر است چرا که موجب سعادت دو جهان می‌گردد (قرشی، ۱۳۷۷، ج ۳، ص ۳۵۱).

انسان با تقوا به راحتی گناه را پس می‌زند و امکان گزینش بهترین راه را به دست می‌آورد. وقتی انسان متوجه باشد که باطن او از طریق تقوا با ملکوت مرتبط می‌شود و قلبش با حضرت حق مأنوس می‌گردد و می‌فهمد که برای انس با خدا چه راه آسانی پیشنهاد شده است (طاهرزاده، ۱۳۹۲، ص ۵۵).

گر چه رسیدن به تقوا (به معنای حقیقی‌اش) با وجود دشمنانی چون شیطان و نفس اماره دشوار می‌نماید، اما در مقابل آثار و برکات عظیم آن و آن چه انسان با داشتن پرهیزکاری به دست می‌آورد، راه آسانی است. پس تقوای دل و پرهیزکاری را شعار خویش در زندگانی قرار دادن یکی از موارد رویش قلب است که موجب می‌گردد سیر قلب در مسیر تکامل و رسیدن به قرب الهی شتاب بیش‌تری بگیرد و بر نورانیت آن بیفزاید.

ج. طهارت دل با قرآن

قلب انسان، این لطیفه ربانی که شریف‌ترین عضو وجودی اوست، همانند آینه‌ای است که انوار الهی را در خود منعکس می‌کند و وظیفه اصلی‌اش خداجویی و خداخواهی، گام برداشتن در مسیر تکامل و رسیدن به حق است؛ به همین دلیل این موجود ارزشمند و این عنصر ذاتاً مطهر، می‌بایست همیشه پاک و سلامت باشد تا بتواند وظیفه خود را به خوبی انجام دهد.

امام سجاده علیه السلام در صحیفه سجاده می‌فرماید: «وَ اغْسِلْ بِهِ دَرَنَ قُلُوبِنَا» (صحیفه سجاده، دعای ۴۲)؛ خدایا آلودگی دل‌هایمان را به قرآن بشوی. فعل "اغسل" از "غسل" به معنای تطهیر و تنظیف شیء با آب از ناپاکی و چرکی که در آن است (مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۷، ص ۲۷۲)؛ درن نیز به معنای چرک و ناپاکی (وسخ) است (ابن منظور، ۱۴۱۴، ج ۴، ص ۳۳۹).

قرآن نور هدایت‌گری است که ظلمت ابهام و شک و دو دلی را از دیدگان دل می‌زداید. تلاوت قرآن -البته تلاوت همراه با فهم و تدبیر در آیات- زنگارهای دل را از بین می‌برد و دل را به حالت شفاف درمی‌آورد (آمدی، ۱۳۶۶، ص ۵۰۱).

از آنجایی که آلودگی‌ها و ناپاکی دل‌ها ناشی از زنگار گناهان و رذایل اخلاقی است که موجب بیماری دل می‌شوند و سلامت آن را مورد تهدید قرار می‌دهند به نظر می‌رسد این درخواست طهارت قلب به وسیله قرآن تعبیری دیگر از شفابخشی قرآن باشد.

خداوند متعال قرآن را شفای آن‌چه در دل‌ها و افکار است بیان می‌کند: «قَدْ جَاءَ تَكُم مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ» (یونس/۵۷)؛ اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده است و درمانی برای آن‌چه در سینه‌هاست. قرآن در ذات خود شفاست و هیچ بیماری در آن راه نمی‌یابد و اگر کسی به قرآن مراجعه کند بدون شفا و درمان بازمی‌گردد. بیمار برای درمان به شفا نیازمند است و دارو، شفای مریض نیست؛ چرا که بسیاری بیماری‌ها با مصرف دارو بهبود نمی‌یابند. خداوند قرآن را دارو معرفی نمی‌کند، بلکه آن را شفا می‌خواند. هر کس به محضر قرآن بیاید، آن را بفهمد و بپذیرد و به آن عمل کند، بیماری‌های درونی‌اش از بین می‌رود مگر این که بیمار خود به قرآن مراجعه نکند یا پس از مراجعه به نسخه آن عمل نکند و یا عملش نادرست باشد (جوادی آملی، ۱۳۹۱، ص ۳۸).

پس همان‌گونه که وجود صفات اخلاقی ناپسند و آثار سوء گناهان بر قلب موجب تباهی و ریزش قلب هستند، پاک کردن دل و طهارت آن از این آلودگی‌ها موجب رویش دل و اوج گرفتن آن می‌شود. در بحث‌های اخلاقی نیز کمال قوه عملی تخلیه و پاک‌سازی آن از رذایل و صفات پست و آراستن به اخلاق پسندیده است که بعد از آن باید به سوی تطهیر و تزکیه درون و باطن رفت (نراقی، ۱۳۸۱، ص ۵۹).

د. فراغت دل برای محبت یار

خلقت موجودات عالم و قوام و بقای آن‌ها وابسته به محبت است. انتظام رشته مخلوقات و گردش نظام کائنات رابطه خلل‌ناپذیری با دوستی و محبت دارد (اسماعیلی یزدی، ۱۳۸۲، ص ۲۰۷). محبت به هر چیز عبارت است از حال میل و التذاذ به آن چیز، وجود این حال نسبت به هر چیز، فرع شناخت آن می‌باشد. شناخت هر امری نیز از دو طریق می‌تواند صورت بگیرد، گاه از طریق حواس ظاهری محقق می‌شود و گاه به وسیله قلب و حواس باطنی، هر چه شناخت قوی‌تر و عمیق‌تر باشد، محبت عمیق‌تر خواهد بود (شبر، ۱۳۷۸، ص ۴۰۵). مسلم است شناختی که از طریق قلب و باطن صورت بگیرد عمق بیشتری خواهد داشت.

حضرت زین العابدین علیه السلام در صحیفه سجاده می‌فرماید: «فَرَّغَ قَلْبِي لِمَحَبَّتِكَ» (صحیفه سجاده، دعای ۲۱)؛ دلم را برای محبت و دوستی خویش؛ (از محبت هر چه جز دوست) خالی ساز. فراغ، خالی شدن از اشتغال و دست از کار کشیدن است اعم از این که فی نفسه فرد مشغول کاری نباشد و به امری اشتغال نداشته باشد یا پس از انجام کار فراغت حاصل کرده باشد (مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۹، ص ۶۸).

قلب، فرمانده و حاکم وجود است و هر چه بر او استیلا داشته باشد، سایر جوارح از او پیروی می‌کنند و هر محبتی که بر آن غالب گردد، سایر اعضا و جوارح آن محبت را به وسیله حرکاتشان به خرج می‌گذارند (انصاریان، ۱۳۶۸، ج ۳، ص ۴۲).

قلب انسان همانند یک ظرف است؛ روشن است که هر ظرفی تنها گنجایش یک مظلوف را دارد و نمی‌توان دو مظلوف را به تمامی در آن جای داد. از سوی دیگر، هر چه از یکی از آن دو مظلوف در ظرف بریزیم، به همان مقدار جا برای مظلوف دیگر کم می‌شود. دل انسان نیز هرگز ظرفیت محبت حق تعالی و محبت غیر او را ندارد؛ به هر مقدار که غیر خداوند دل را تصرف کرده باشد، از میزان محبت الهی در دل کاسته می‌شود و به مقداری که قلب به غیر یاد خدا اشتغال داشته باشد، از ذکر او خالی می‌شود (عبداللهی، ۱۳۸۹، ص ۱۰۸).

به عبارتی دل محبین خدا، از محبت غیر او خالی است، چرا که انسان یک قلب بیشتر ندارد. هم‌چنان که خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «مَا جَعَلَ اللَّهُ لِرَجُلٍ مِنْ قَلْبَيْنِ فِيْ جَوْفِهِ» (احزاب/۴)؛ خداوند برای هیچ کس دو دل در درونش نیافریده است هر کس خدا را حقیقتاً دوست داشته باشد، خانه دل را از محبت غیر او خالی می‌کند و تنها به او عشق می‌ورزد.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «الْقَلْبُ حَرَمُ اللَّهِ فَلَا تُسَكِّنُ حَرَمَ اللَّهِ غَيْرُ اللَّهِ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۲۷، ص ۲۵)؛ قلب حرم خداست، پس غیر خدا را در آن جای مده. با توجه به ارزش و جایگاه قلب انسان، حقیقت آدمی را همان چیزی تشکیل می‌دهد که قلب او را به تصرف خود درآورده است (ممدوحی کرمانشاهی، ۱۳۸۶، ج ۲، ص ۳۱۵). از این روی امام سجاد علیه السلام درخواست فراغت قلب برای محبت خداوند را دارد، از خداوند می‌خواهد که قلبش را از هر چه محبت غیر اوست فارغ سازد تا محبت حقیقی به خدا را در خانه قلب خود جای دهد.

قرآن مهم‌ترین راه پاکی روح را سلامت دل از محبت غیر خدا می‌داند و می‌فرماید: «يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ * إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (شعراء/۸۸-۸۹)؛ در آن روز که مال و فرزندان را سودی نمی‌بخشد مگر کسی که با قلب سلیم به پیشگاه خدا آید. تنها کسانی در قیامت از گزند عذاب آن روز مصون و در امان‌اند که با قلب سالم وارد صحنه قیامت شوند. در آن روز معلوم می‌گردد که نه تنها مال و فرزند به درد او نمی‌خورد، بلکه غیر از قلب سلیم و مطهر از غبار ما سوا هیچ چیزی نافع نیست. درباره ابراهیم خلیل علیه السلام نیز می‌فرماید: «إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (صافات/۸۴)؛ (به خاطر آور) هنگامی را که با قلب سلیم به پیشگاه پروردگارش آمد. قلب سلیم قلبی است که به تعبیر برخی روایات محبت احدی غیر از خدا در آن نباشد. پس معیار سلامت قلب تنها محبت خداست (جوادی آملی، ۱۳۷۸، ص ۱۱۷).

۵. سلامت دل در ذکر و یاد خدا

«ذکر» نقطه مقابل نسیان و فراموشی است که برای آن مراتبی را بیان کرده‌اند:

الف. ذکر زبانی؛ یعنی فرد با حرکت زبان تسبیح و تمجید کند و زبان ذاکر پیوسته مترنم به الفاظی باشد که در دستورهای الهی مواظبت بر آن‌ها سفارش شده است.

ب. ذکر عملی؛ یعنی فرد ذاکر در تمام حرکات و سکانات به مراقبت از خود و ارزیابی امور با حساسیت تمام بپردازد و از هر چیزی که موجب خشم خداوند متعال است، پرهیز کند و در اطاعت از فرمان حضرت حق هیچ‌گونه درنگ را جایز نداند.

ج. ذکر قلبی؛ یعنی ذاکر هیچ‌گاه از تفکر در آیات و نشانه‌های صنع پروردگار در دستگاه عظیم آفرینش بازنايست؛ به گونه‌ای که حجاب عادت را کنار زده و درباره هر آنچه همگان با دید عادی به آن‌ها می‌نگرند، با نظر عبرت‌بنگردد و از این ژرف‌نگری بهره فراوان ببرد (ممدوحی کرمانشاهی، ۱۳۸۶، ج ۱، ص ۴۸۷-۴۸۸).

ریشه همه آثار معنوی اخلاقی و اجتماعی که در عبادت است، در یک امر نهفته و آن به یاد حق بودن و غیر او را از یاد بردن است. ذکر و یاد خداوند که هدف عبادت است، دل را جلا می‌دهد و صفا می‌بخشد و آن را برای تجلیات حق آماده می‌سازد (انصاریان، ۱۳۶۸، ص ۱۱۳-۱۱۴).

امام زین العابدین (علیه السلام) در دعایی می‌فرماید: «وَاجْعَلْ سَلَامَةً قُلُوبِنَا فِي ذِكْرِ عَظَمَتِكَ» (صحیفه سجادیه، دعای ۵)؛ سلامتی دل‌های ما را در یاد عظمت و بزرگی خود قرار ده. «فی» در این عبارت یا برای ظرفیت مجازی است یا برای سببیت. «فی» برای ظرفیت مجازی مانند: «لَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَاةٌ»، یعنی سلامت قلب را درون ذکر عظمت باری تعالی قرار دهد، پس ذکر عظمت الهی ظرفی برای سلامتی قلب خواهد بود چرا که مظلوف هنگامی که در ظرف قرار گیرد نه چیزی می‌تواند آن را از هم جدا کند و نه خود می‌تواند جدا و متلاشی شود، پس ذکر عظمت الهی قلب را حمایت می‌کند و سلامتی‌اش را از آفات حفظ می‌نماید.

نیز اگر «فی» برای سببیت باشد، یعنی سلامت قلب ما را به سبب ذکر عظمت خودت قرار بده تا به واسطه ذکر عظمت تو از هر آفتی مبری شود، تا این که ذکر عظمت تو حجتی به نفع او باشد نه علیه او (حسینی مدنی، ۱۴۲۷، ج ۲، ص ۱۶۶).

مفهوم ذکر از اعظم مفاهیم و حقیقت آن از اصول واقعیت‌ها و نتیجه ذکر بالاترین نتیجه‌هاست. بعثت انبیاء، امامان، نزول کتاب‌های آسمانی، واجبات و محرمات و برنامه اخلاقی همه و همه بدین خاطر است که یاد محبوب به طور دائم بر قلب حاکم باشد و از قلب به صورت اذکار به زبان جاری و اثر آن در اعضا و جوارح آشکار گردد (انصاریان، ۱۳۸۹، ج ۶، ص ۳۲۳).

یاد خدا یعنی این که حضرت حق، آفریننده تمام هستی است و پیوسته مراقب و نگاهبان همه موجودات، حرکات و سکنت آنان است. اگر آدمی به یاد خداوند باشد و به او توجه نماید، از پاسخ دادن به دعوت شیطان‌ها و اجابت خواسته‌های بی‌مهار نفس اجتناب می‌کند (انصاریان، ۱۳۸۵، ص ۱۰۳)؛ از این رو برای کسانی که مبتلا به گناه هستند و در انجام وظایف الهی کوتاهی می‌کنند یکی از بهترین راه‌ها تمرین یاد خداست.

از طرفی یاد خدا ابزار تکامل انسان است. آدمی برای تکامل آفریده شده است و تکامل او در ارتباط کامل با خدا است. راه ارتباط با خداوند هم قلب و دل انسان است؛ پس ابزار تکامل انسان چیزی جز یاد خدا نیست. روح انسان اگر بخواهد بزرگ شود و تکامل پیدا کند باید با یاد و ذکر خداوند، تجلی نور ذات اقدس حق بر وجود خود را بیشتر و بیشتر نماید (مصباح یزدی، ۱۳۸۵، ج ۱، ص ۸۷).

در منابع دینی اسلام نقش یاد خدا در سازندگی انسان به تفصیل مورد توجه قرار گرفته است که به عنوان نمونه به سه دسته از آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱. دسته اول منابعی هستند که یاد خدا را به عنوان آفت‌زدای و سالم‌سازنده قلب معرفی کرده‌اند. مانند این روایت از امیرالمؤمنین (علیه السلام): «ذَكَرُ اللَّهِ مَطْرَدَةُ الشَّيْطَانِ» (آمدی، ۱۳۶۶، ص ۱۸۸)؛ یاد خدا بیرون‌کننده شیطان است. «ذَكَرُ اللَّهِ دَوَاءٌ إِيْلَالِ النَّفْسِ» (همان)؛ ذکر خداوند درمان بیماری‌های جان‌هاست.

۲. دسته دوم بیان کننده نقش یاد خدا در آرامش دل و شرح صدر و رشد و تکامل معنوی می باشد. مانند آیه شریفه: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد/۲۸)؛ آگاه باش که به یاد خدا دل ها استوار می گردد. و احادیثی از امیرالمؤمنین (علیه السلام): «الذِّكْرُ يُشْرَحُ الصَّدْرُ» (آمدی، ۱۳۶۶، ص ۱۸۹)؛ یاد خدا دل را گشایش می دهد. «دَوَامُ الذِّكْرِ يُبَيِّرُ الْقَلْبَ وَ الْفِكَرَ» (همان)؛ یاد مداوم خدا، دل و اندیشه را درخشان می کند. «مُدَاوَمَةُ الذِّكْرِ قُوَّةُ الْأَرْوَاحِ وَ مِفْتَاحُ الصَّلَاحِ» (همان)؛ تداوم یاد خدا نیروی جان ها و کلید نیکوکار شدن (رستگاری) است.

۳. دسته سوم انس با خدا، هم نشینی با او و عشق و محبت او را ثمره یاد خدا می دانند، مانند روایتی که پیش تر ذکر کردیم: «أَنَا جَلِيسُ مَنْ ذَكَرَنِي» (حرعاملی، ۱۳۸۰، ص ۱۳۴)؛ من هم نشین کسی هستم که مرا یاد کند. یا امیرالمؤمنین (علیه السلام) می فرمایند: «الذِّكْرُ مِفْتَاحُ الْأَنْسِ» (آمدی، همان)؛ یاد خدا کلید انس است.

بر اساس این متون یاد خدا در نخستین گام سلوک به سوی او، آینه دل را از زنگار اخلاق و اعمال ناشایسته پاک می کند و در گام دوم آمادگی آن را برای انعکاس معارف شهودی تقویت می نماید و در آخرین گام، کیمیای عشق و محبت خداوند یگانه را به سالک، عطا می کند. با توجه به این آثار و برکات عظیم و نقش کلیدی یاد خدا در سازندگی انسان و جامعه توحیدی است که بر کثرت ذکر و تداوم آن تأکید شده است (ر.ک: محمدی ری شهری، ۱۳۸۲، ص ۴۴۲-۴۴۴).

اهمیت دیگر ذکر و یاد خداوند این است که ذکر و یاد محبوب، محبت آفرین است. انسان هر چه بیشتر دوستش را یاد کند محبت او در اعماق دلش راسخ تر و پایدارتر می شود. اگر مشغولیت به ذکر خداوند در گستره زندگی فراگیر شود، محبت او نیز در قلوب ریشه می کند و این دوستی و محبت مانع انجام کارهایی که خشم محبوب را به دنبال دارد، می گردد. از این رو آن چه موجب حیات دل انسان و موجب بقای او می شود و به تعبیری غذای جان و دل آدمی است یاد و ذکر خداوند عزّ و جلّ است (مصباح یزدی، ۱۳۸۲، ص ۵۰-۵۱).

نتیجه

قرآن کتاب آسمانی مسلمانان و معجزه جاویدان رسول گرامی اسلام است؛ هر آن چه که برای سعادت و کمال آدمی نیاز است، ولو به صورت مجمل در قرآن آمده است. معجزه بودن قرآن و تحریف ناپذیری آن قالب خاصی به قرآن داده است که تمام جزئیات در آن بیان نشده و در کنار آن، در کلام ائمه معصومین (علیهم السلام)، بیان گردیده است. قرآن به قلب سلیم اشاره نموده است و این که در قیامت تنها چیزی که سود می بخشد قلب سلامت و سلیم است اما این که چگونه می توان به سلامت قلب رسید در قرآن اشاره نشده است و باید به سراغ مفسران حقیقی قرآن ائمه معصومین (علیهم السلام) رفت. امام سجاد (علیه السلام) در دعایی از خداوند این گونه درخواست می نماید: «وَ اجْعَلْ سَلَامَةً قُلُوبِنَا فِي ذِكْرِ عَظَمَتِكَ» (صحیفه سجاده، دعای ۵)؛ سلامت قلب های مان را در ذکر عظمت خودت قرار بده. گویی حضرت اراده کرده اند که سلامت قلب در بیان یاد و ذکر عظمت الهی پروردگار باشد؛ یعنی آن چه که قلب را به سلامت می رساند و سالم نگه می دارد ذکر و یاد عظمت الهی است.

ذکر و یاد خداوند جامع جمیع صفات حسنه و اخلاق نیک است چرا که دلی که با یاد خدا آباد گردیده است و خدا را در همه حال در نظر دارد اسیر دام های شیطانی و هوای نفس نمی گردد. دلی که پیوسته در یاد محبوب حقیقی

خویش است و به ذکر او مشغول است از محبت‌های مجازی و غیرحقیقی دنیا خالی است. یاد خدا سپر محکمی در مقابل گناهان می‌سازد. یاد حقیقی و ذکر واقعی ذکر قلبی است و این که خداوند در قلب فرد حاضر باشد، این چنین فردی از ارتکاب گناه و معاصی بیم دارد چرا که خود را در محضر خالق و محبوبش می‌بیند. چنین فردی به فنای دنیا و بقای آخرت آگاه است پس بی‌تفکر دست به عمل نمی‌زند و تحت تأثیر خطورات نفسانی یا شیطانی قرار نمی‌گیرد. شاید حتی این فرد به مقامی برسد که الهامات ربانی به او صورت گیرد. در یک کلام، آن کس که خود را تحت ولایت رحمان قرار دهد و از ولایت شیطان بگریزد به حصن حصین الهی وارد شده است که هیچ خوف و غمی بر او نیست. این فرد با حرکت در مسیر مستقیم آفرینش که همان مسیر فطرت الهی است گام بر می‌دارد و تمام فکر و ذهنش، تمام هم و غمّش معبود و محبوب خویش، خداوند رب العالمین است.



منابع

* قرآن مجید

** صحیفه سجادیه

۱. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ لسان العرب، بیروت، دارصار، ۱۴۱۴ق.
۲. اسماعیلی یزدی، عباس؛ فرهنگ اخلاق، قم، انتشارات مسجد مقدس جمکران، ۱۳۸۲.
۳. انصاریان، حسین؛ ترجمه و شرح صحیفه سجادیه (دیار عاشقان)، ج ۲ و ۳، قم، دارالعرفان، ۱۳۸۹.
۴.؛ عرفان اسلامی (شرح جامع مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه، تهران، پیام آزادی، ۱۳۶۸).
۵.؛ فرهنگ مهرورزی، قم، دارالعرفان، ۱۳۸۵.
۶. برازش، علی رضا؛ عاشق شو، تهران، امیرکبیر، ۱۳۹۰.
۷. بیستونی، محمد؛ شیطان شناسی از دیدگاه قرآن کریم، تهران، بیان جوان، ۱۳۸۲.
۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد؛ تصنیف غررالحکم و دررالکلم، قم، دفتر تبلیغات، ۱۳۶۶.
۹. تهرانی، مجتبی؛ رسائل بندگی دفتر اول (رساله دل)، تهران، مؤسسه پژوهشی فرهنگی مصابیح الهدی، ۱۳۹۱.
۱۰. جوادی آملی، عبدالله؛ مراحل اخلاق در قرآن، قم، اسراء، ۱۳۸۵.
۱۱.؛ همتایی قرآن با اهل بیت (علیهم السلام)، قم، اسراء، ۱۳۹۱.
۱۲. حر عاملی، محمد بن حسن؛ الجواهر السنیه (کلیات حدیث قدسی)، ترجمه زین العابدین کاظمی خلخالی، تهران، دهقان، ۱۳۸۰.
۱۳. حسینی مدنی، علیخان؛ ریاض الساکین فی شرح صحیفه سید الساجدین، تحقیق: محسن حسینی امینی، قم، مؤسسه نشر اسلامی، ۱۴۲۷ق.
۱۴. دستغیب، عبدالحسین؛ قلب سلیم، مشهد، هاتف، ۱۳۸۹.
۱۵. شبر، عبدالله؛ اخلاق، محمد رضا جباران، قم، هجرت، ۱۳۷۸.
۱۶. شجاعی، محمد؛ مقالات، تهران، سروش، ۱۳۸۱.
۱۷. طاهرزاده، محمدحسین؛ فرزندم این چنین باید بود، اصفهان، لب المیزان، ۱۳۹۲.
۱۸. طباطبایی، محمدحسین؛ ترجمه تفسیر المیزان، مترجم: محمدباقر موسوی همدانی، قم، ۱۳۷۴.
۱۹. عبداللهی، مهدی؛ مقاله عوامل تحصیل کمال از منظر صدر المتألهین، معرفت اخلاقی، ش ۲، تابستان ۱۳۸۹.
۲۰. قرشی، علی اکبر؛ تفسیر احسن الحدیث، تهران، بنیاد بعثت، ۱۳۷۷.
۲۱. کاویانی، محمود؛ از ذره تا ذروه نگاهی نوبه بایسته های اخلاقی در مقدمات سلوکی، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۹.
۲۲. مجلسی، محمدباقر؛ بحار الانوار، ج ۶۷، بیروت، دارالاحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ق.
۲۳. محمدی ری شهری، محمد؛ دوستی در قرآن و حدیث، ترجمه حسن اسلامی، قم، دارالحدیث، ۱۳۸۶.
۲۴. مصباح یزدی، محمد تقی؛ اخلاق در قرآن، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۱.
۲۵.؛ آیین پرواز، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۵.
۲۶.؛ راهیان کوی دوست، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۱.
۲۷.؛ سجاده های سلوک، قم، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۱.
۲۸. مصطفوی، حسن؛ التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۶۰.
۲۹. مغنیه، محمدجواد؛ فی ظلال الصحیفه السجادیه، قم، مؤسسه دارالکتاب اسلامی، ۱۳۸۶.

۳۰. ممدوحی کرمانشاهی، حسن؛ شهود و شناخت، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۶.

۳۱. نراقی، ملا احمد؛ معراج السعادة، تهران، گلی، ۱۳۸۶.

۳۲. نراقی، مهدی؛ کتاب اخلاق اسلامی (ترجمه جامع السعادات)، ترجمه جلال الدین مجتبیوی، قم، حکمت، ۱۳۸۱.

