

جان، تن، روان

بررس تا بدانی، بشناس تا برهی

ناصر خسرو

از آن جا که آشنایی به معنی جان، تن، روان، نزدیک شدن به راز نوشته های کتابهای دینی و دریافتن معنی داستانهای رمزی تورات، انجیل، قرآن کریم و کتابهای عرفانی است؛ بر آنیم در این نوشتار به واژه های جان، تن، روان و معنی آنها بپردازیم و برابر به کار برده شده این واژه ها را در ادب فارسی بیابیم.

پیش در آمد

در گات ها، سرودهای اهورایی زردشت، از کهن ترین سندهای فرهنگی ایرانیان آمده است که آدمی دارای تن (تنو) و روان (اوروان) است.^۱

در ادب فارسی سخن از جان و تن و روان می رود. شیخ فخرالدین همدانی (عراقی) می فرماید:

بنواز به لطف، جانم آن دم کز کالبدم، روان بر آید
دیوان عراقی، ص ۱۹۷، به کوشش سعید نفیسی
هجوبری در کشف المحجوب^۲ می نویسد: «انسان از سه معنی باشد: یکی روح و دیگر نفس و سه دیگر جسد».

سلمان ساوجی می گوید:

هر چیز تنی دارد و جانی و روانی توجان و تن ملکی و حکم تو روان است
سنایی غزنوی فرماید:
بی روانی شریف و جانی پاک چه بود جسم، جز که مشتکی خاک

در گزیده های زادسپرم نیز آمده است که آدمی از سه مایه ساخته شده است: «تنی، جانی، روانی»^۳

تن و جان و عقل و روان آفرید زمین، اختر و آسمان آفرید^۴

۱- تن

در گات ها آمده است که «تتو» از سه پاره فراهم شده است. برای کالبد «کرپا» و برای استخوان «آژدی» و برای بخش سوم «گتا» آورده است.^۵ تن پس از مرگ به خاک سپرده می شود. سرانجام می فرساید و به خاک بر می گردد. در زبان تازی جسد، جسم، هیکل یا بدن نام دارد. در زبان باطنیان آن را کثیف در برابر لطیف «جان» نیز گفته اند تن از پاره های به هم تنیده است که پس از مرگ از هم می پاشد و از میان می رود.^۶

گرامی ست تن، تا بود جان پاک چو جان شد، کشان افکنندش به خاک
گرشاسپ نامه

آدمی در دید قرآنی (سوره ۵۵ آیه ۱۳) در برون (ظاهر)، سفالین زودشکن، (خلق الانسان من صلصال کالفخار) کالبد مادی ناپایدار است. در جای دیگر (۲۳: ۱۲-۱۴) فرمود «ولقد خلقنا الانسان من سلاله من طین. ثم جعلناه...» ما مردم را از گلی که سنگینی از او جدا گشته بود آفریدیم. در درون (باطن) این تن، تهی جای (جوف) است که در برگیرنده نفس (جان) است که با خون و زندگی پیوند دارد، و دریافته (سپس ها) و کار اندامها از آن است.

برخی از فرزندان یونانی و بیشتر متکلمین دینی بر آن هستند که تن، کالبدی بی جان است که پس از مرگ خاک می گردد و خداوند با پیوستن آن ذره های پراکنده و گرد هم کردن آنها، از نو بدن جان می بخشد.

در قرآن می فرماید (۲۳: ۱۵-۱۶) «ثم انکم بعد ذلک لمیتون. ثم انکم یوم القیامة تبعثون» می گوید از پس آنک شما مردگان باشید روز رستاخیز برانگیخته شوید.

امامیه آدمی را دستگاهی ساختگی از پوسته (غلاقیهای) مادی و هم مرکز می دانند که جنبشی ندارد و با دهش خداوندی (فیض) به جنبش در می آید، و واژه های زیر را برای آن به کار می برند: جسم، صنم، هیکل، برزخ، کثیف و نور ظلمانی.

در پوسته بیرونی، تن، نوری رنگ پریده و تاریک است.

در پوسته دوم آن «جان» (نفس)، «من» جای دارد.

در پوسته سوم آن روان و خرد و دل جای دارد.

۲ - جان (زندگی) اهر

جان بنیادی ست که زندگی از آن است و گوهر زندگی ست. به گفته اوستا انسان فراهم گشته از پنج نیروی معنوی ست که برخی ناپایدار و برخی جاودانه هستند. جان یکی از آن پنج نیروست.

معتزله می گویند تن بی جان، از سوی خدا در درونش اجسام لطیفی دریافت می کند که همان جان و روان و خرد است.

انوری گوید:

بنمائی چو جان همی با کس کز لطافت به جان همی مانی
تن پس از بیجان شدن مرده است و خاک می شود؛ این لطیفه ها پس از مرگ زنده و پایدار هستند و در روز رستاخیز دوباره به تن می پیوندند.
فردوسی فرماید:

بدین آلت رای و جان و زبان ستود آفریننده را کی توان
که تن، ابزار خرد و جان است
سعدی فرماید:

هر که بینی، به جسم و جان زنده است (غزل ۴۱۶)
همچنین سعدی چون پورسینا و غزالی جان را گوهر می داند:
گر جوهری به از جان ممکن بود، تو آنی (غزل ۶۱۳)
ناصر خسرو قبادیانی در کتاب گشایش و رهایش نفس (جان) را گوهر می داند.
نظامی نیز «جان» را گوهر می داند و می فرماید:

جان که جوهر است و در تن ماست کس نداند که جای او به کجاست؟
این گوهر با تن هستی می پذیرد و با مرگ ناپدید می شود. برابر عربی آن را گاهی «نفس» و گاهی «روح» نوشته اند. جان یا نفس جوهر است و به گفته ناصر خسرو در بند ۵۸ کتاب گشایش و رهایش ایزد سبحانه گوهر نیست که از جوهر و عرض برتر است.
جلال الدین محمد بلخی نیز از نیاز جان به تن برای کار سخن می گوید:

روح بی قالب، نداند کار کرد قالب بی جان، فسرده بود و سرد
(مثنوی، دفتر ۵-۳۴۲۵)

گاهی یک سراینده، یا حکیم، جان را درد و معنای، جان به معنی زندگی و روان کار برده است.

از آن جا که روح به گفته قرآن کریم امری خداوندی ست؛ «قل الروح من امر ربی»،

نمی توان آن را برابر آن رویه جان (نفس) که به گفته ارباب طریقت، بخاری لطیف و دشمنی دوست روی و دشمن ترین دشمنان است گذاشت. جان از سوی خداوند آفریده می شود، و روح یا روان چیزی خدایی ست و به امانت به آدمی سپرده می شود.

به نام خداوند جان آفرین حکیم سخن در زبان آفرین
(شاهنامه فردوسی)

نجم الدین رازی در مرصادالعباد باب چهارم فصل چهارم، به روشنی، جان را برای زندگی به کار برده است:

سیر آمده ای ز خوشتن می باید برخاسته ای ز جان و تن می باید
در هر گامی هزار بند افزون است زین گرمروی بند شکن می باید
همچنین: «پروانه را با جان چه کار است؟ باز صیادی ست که صید از او جان نبرد، پروانه عاشقی ست که تحفه معشوق جز جان نبرد. (باب چهارم، فصل سوم، ص ۳۸۱)....»

امام محمد غزالی (۴۵۰-۵۰۵ ه. ق.) در کیمیای سعادت، واژه جان را برای نفس به کار برده و می فرماید: «اگر خواهی که خود را بشناسی، بدان که تورا از دو چیز آفریده اند: یکی این کالبد ظاهر است که آن را تن گویند و وی را به چشم ظاهر بتوان دید و دیگر، یعنی باطن که آن را نفس گویند و جان گویند و دل گویند و آن را به بصیرت باطن بتوان شناخت و به چشم ظاهر نتوان شناخت».^۷

جلال الدین محمد بلخی جان را در پیوند با زندگی می داند:

باز نان را زیر دندان کوفتند گشت عقل و جان و فهم هوشمند
زندگانی زاییده تن دیده شدنی و جان پنهانی ست.
قسالت پیدا و آن جانان نهان راست شد زین دو اسباب جهان
(دفتر ۵ - ۳۴۲۶)

نزد جلال الدین محمد، خاستگاه جان، جهان برین است:

این که جان ما ز روحت یافته ست پیش پیش از خاک، آن می تافته ست
(دفتر ۱ - ۲۶۷۷)

ما به واژه های نفس و جان دوباره باز خواهیم گشت.

۳ - روان

از آغاز آدمی می پنداشت که نیرویی بر رفتار و کردار او فرمان می راند و همان نیرو است که سرچشمه اندیشه اوست و چون از تن بیرون شود زندگی پایان می گیرد. و چون در

خواب، مردگان را می دیدند، بر این باور شدند که روان جاودانه است. نخست، روان را مادی می دانستند و در گورها برای مردگان خوراکی می نهادند. سپس بر سر سفرهٔ مردگان و یادبود آنان، شیرینی و میوه می گذاشتند. در آن روزگاران مردمان از خود می پرسیدند که روان پس از مرگ به کجا می رود؟ گروهی می پنداشتند به تن دیگری یا جانوری یا گیاهی در می آید و این همان است که در ادب میانهٔ ایرانی، در متنهای مانوی «زاد مرد» خوانده می شود که به تازی تناسخ است.

برخی گمان می کردند که روان پس از مرگ به زیرزمین می رود. این باور در داستانهای کهن و افسانه های یونانی دیده می شود. در داستان ارفه گفته می شود: روان از شرق به یونان رفته است. همسر او پس از مرگ به جهان تاریک زیر زمینی می رود و ارفه در پی او به آن سرزمین پا می گذارد. این باور، اندیشهٔ دوزخ را می نمایاند. برخی دیگر بر آن باور بودند که روان به فراسوی دریاها می رود و در بلندیها جای می گزیند. یا به گمانی دیگر از جهان زمینی فراتر می رود و بر فراز آسمانها و آن سوی کهکشان زیست می کند. از این اندیشه، بهشت زاییده می شود.

در گمان گروهی، روان درگذشتگان، آنان را که دوست دارد، یاری می کند و از دشمنان خود کین می جوید. در گذشته های دور، مردمان می پنداشتند که بیماریها، زاییده آن است که روان پلید دشمن به تن درآمده است. و با نیایش و قربانی و جادو می کوشیدند آن روان پلید را از تن دور کنند. مردمانی که به گونه ای زندگی آنها به زمین وابسته است و در زمین خود مردگان را به خاک می سپارند، ایمان به این دارند که روان پدران آنان در هوا به سر می برد.

از سوی دیگر گفته می شود، انسان تنها زیستمندی است که بر مرگ آگاهی دارد. نشانه هایی در دست است که انسانهای نخستینه (نئاندرتال) بر مردگان خود سوگواری می کردند و بر سر گور آنها گل می نهادند. این شناخت از مرگ و بیم ارنابودی، یکی دیگر از ریشه های نیاز انسان به روان و جاودانی آن است. در نوشته های اوستایی روان را بدین گونه معنی می کردند:

روان «دم ایزدی» رازی نهانی، نهاده در نزد آدمی ست. جاوید است و از جهان برین به امانت به آدمی سپرده شده است.

این گوهر، هرگز به دیدار نمی آید و با خاک پیوندی ندارد و در زبان عرب آن را «روح» می نامند و به زبان فرانسه *âme* و *esprit* گویند.^۱ در گاتها «اوروان» و در پهلوی «روان» است. در اوستا «روان» از نیروهای پنجگانهٔ آدمی ست و پاسخگوی کردار

اوست.

در اوستا، یسنا-های بیست و شش بند چهار و شش و در یشت سیزدهم، نیروهای پنجگانه آدمی چنین اند:

الف- اهوها در سانسکریت، و اوستا، اخودز پهلوی، اسو «دم» که همان جان است.^۱

ب- دئنا (Daena) در پارسی دری، دین از مصدر «دا» به معنی اندیشیدن و شناختن است.^۲

ج- بوذوها (Baodha)، بوذ (Budh) بود، بوی «حس ها» دریافت، بوییدن، آگاه شدن و پی بردن است.^۳

د- اوروان یا روان.

ه- فروشی یا فروهر.^۴

الف- اهوی یا جان که کار و خویشکاری آن، نگاهداری و سامان بخشی تن است. این نیرو با تن هستی می پذیرد و با مرگ از میان برمی خیزد و در زبان پهلوی آن را «اخو» (AXW) گویند که بدن و روان را با هم پیوند می دهد. و یدن گرن برای «ahu» واژه زندگی به کار برده است.^۵

ب- دائنا، دریافت، اندیشیدن و شناختن از ریشه «دا» در اوستاست.

نیبرگ می نویسد: خواندن این واژه به این صورت با توجه به گاهان درست نیست؛ با آن گونه که وزن شعر نشان می دهد باید همه جا سه هجایی داینا (Dayana) خوانده شود. این واژه را، بارتلمه دو واژه جداگانه می داند:

۱- به معنای من، با درونی ترین معنای یک انسان، وجود آسمانی در انسانها.

۲- به معنای دین.

نیبرگ این بخش بندی را نمی پذیرد. او این واژه را از ماده دای (day) به معنای دیدن می داند؛ که به معنای نگاه کردن و نگریستن است، نه به معنی دیدن با چشم. تنها برای نگرش دینی ست و اندامی که آدمی حقیقت خدایی را با آن درمی یابد؛ یعنی یک «حس بینایی»، «یک چشم درونی» یک پرتوروشنایی که از درون، سر برزده است؛ و خود دارای سرشت خدایی ست و با روشنایی جهان خدایی یکی شده است.

نیبرگ می افزاید: «این نگریستن یک مفهوم بنیادین دین گاهانی ست. از راه نگریستن پیوند با حقیقت خدایی به دست می آید. چکیده، آن که این واژه به معنی کیش و گاه به معنی یکی از نیروهای پنجگانه آدمی ست که از آن به وجدان یا نیروی بینش (ب ادا)، بازشناسی نیک از بد تعبیر کرده اند.

سنایی از این چشم درونی سخن می گوید:

چشم سرنقش آب و گل بیند آنچه سر است چشم دل بیند
جلال الدین محمد در دیوان شمس در این برداشت می فرماید:

چنانک از رنگ رنجوران، طیب از علت آگه شد ز رنگ و روی تو، به دینت پی برد بینا
بیند حال دین تو، بداند مهر و کین تو ز رنگت، لیک پوشاند، نگرداند تورا رسوا
(دیوان شمس، ۵۴)

این نیرو پایدار و نامیرا از نهاده اهور مزدا در تن آدمی ست. در یشت ها آمده است که دائنای، در سر پل چینوت، چشم به راه روان است. هرکسی در زندگانی آزادی دارد که نیکی یا بدی را بگزیند. دائنای مرد نیکوکار، او را نیکبخت می کند. به گفته دکتر محمد مقدم برابر آن در زبان تازی «وجدان» است. همچنین دکتر علی اکبر جعفری در «ستوت یسن» در برابر «دائنا»، «وجدان» آورده است:

«اشاد دئنا و فرو خشیاه» وجدانم را از روی آیین راستی آگاه گردان.»^{۱۴}

نیبرگ می نویسد: «دین زردشتی تنها یک برخورد با روان یا دئنای آسمانی پس از مرگ نمی شناسد. همچنین شرح می دهد که چگونه روان، «پس از آن که، او با همراهی دائنا از پل چینوت، گذشت، هنگام در آمدن به جهان آسمانی از سوی وهومنه پذیره می شود.» (وهومنه از تخت زرین خود بر می خیزد، وهومنه به سخن می آید و می گوید: ... پس از این روان می تواند تا پیشگاه اهور مزدا در آید و در خانه او برود)».

ج- بوذ و بود، بوی (boy)، دریافت، بوییدن، آگاه شدن و پی بردن است. بینش درونی ست. این نیرو با تن هرکس بدید می آید و پس از مرگ بر جای می ماند و به روان می پیوندد. در دینکرد آمده است: همان گونه که خورشید، جهان را روشنی می بخشد، بشدا هم درون را روشنی می بخشد.^{۱۵} گاهی برابر آن را «هوش»، حافظه نیروی شناخت بد و نیک گفته اند.

د- روان، اوروان پهلوی (ravan/ urvan) گزینش خوب و بد در زندگی به دوش اوست و پس از مرگ، در جهان پسین پاداش بهشت یا پادافراه دوزخ را دریافت می کند.

ه- فروشی یا فروهر (fravahre) که پیش از آفرینش گیتیانه و هستی تن وجود دارد و پس از مرگ نیز پایدار می ماند. گوهری از پیشگاه سالار هستی ست که خوب بوده و خوب است و خوب خواهد ماند. پیش از آفرینش گیتیانه و هستی تن وجود دارد و پس از آن نیز جاوید است. فروشی یعنی خستوشدن؛ فروشی پیوسته خوب و پاک می ماند. فروشی بدکاران از آنان جدا می شود و به فروشی ها می پیوندد.

در اوستا سخنی از فروشی مردم بد کردار نیست و تنها مردمان پرهیزکار و دلاوران دارای فروشی هستند.

دوشن گیمن این واژه را هم بسته با معنای «ایستادگی، پدافند، گرد» به معنی دلیر یا «دلاور برجسته» می داند. که با اهریمن در نبرد هستند و از خویشاوندان و نزدیکان دفاع می کنند.

به گفته نیبرگ در کتاب دینهای ایران باستان: «مقصود از فروشی ها روان گذشتگان و نیاکان است». فروشی ها در یشت ۱۳ معنای فراگیر جهانی پیدا می کنند: «از شکوه و فر آنهاست که آسمان را که درخشان و روشن در بلندی ست و زمین را این جا از همه سو مانند یک خانه فرا گرفته است نگاه می دارم... از شکوه و فر آنهاست که آنها به تندی در چشمه های پایان ناپذیر روانند، از شکوه و فر آنهاست که گیاهان از زمین در کنار چشمه های پایان ناپذیر می رویند... از شکوه و فر آنان است که زنان به فرزندان بارور می شوند».

فروهر نیرویی ست برای پشتیبانی و نگاهداشت آفرینش نیک که از سوی اهورمزدا می آید. تنها از آن آدمی نیست، در همه آفرینش خداوند از آن نهاده شده است. از سنگ بی جان، گیاه و جانداران تا ستارگان آسمانها، همه از آن بهره گرفته اند. چون زمان هر چیزی از آفرینش اهورایی به پایان رسد، آن فروهر به خاستگاهش باز می گردد. به گفته دیگر خداوند در هر چیزی که آفریده است از این نیروی شگفت انگیز برای نگاهداری آن گذاشته است.

این همه عکس می و نقش نگارین که نمود یک فروغ رخ ساقی ست که در جام افتاد (حافظ)

در نوشته های پهلوی زمین، آسمان، گیاهان، جانداران پاک دارای مینو هستند و تنها انسان فروهر دارد.

از آن جا که در اندیشه های باستانی ایرانیان، مرگ زائیده کار و کوشش اهریمن است، تن به خاک باز می گردد، جان به باد می رود، سومی به سوی خورشید فرا می شود، و روان هرگاه از آن پارسایان و نیکوکاران باشد با فروهر به جهان مینوی باز می گردد و هرگاه از آن مردی بزه کار و ناپاک باشد، چندی در جهان برزخ ماندگار می شود و پس از پالایش رهسپار جهان مینوی می شود.

از آنچه در این یشت آمده است، چنین می نماید که آنچه از بی جان و گیاه و جاندار، در جهان مادی پدید آمده است در جهان معنوی (بالا) هستی دارد. به گفته ابوالقاسم

میرفندرسکی:

چرخ با این اختران نغز و خوش زیباستی صورتی در زیر دارد آنچه در بالاستی پس هر چیزی در جهان زیرین، مادی، فروهری از سوی دادار، به امانت به او سپرده شده است. بر پایه نوشته مینو خرد، فصل ۴۹ بند ۲۲-۲۳: ستارگان پیشمار که در پهنه آسمان پراکنده اند، فروهرهای آفریده های خداوندی می باشند و هر ستاره ای نشان یک فروهر است. فروهر همه چیزها و همه کسان، چه به دنیای مادی آمده باشند یا هنوز نیامده اند. از این رو ایرانیان هر ستاره را وابسته به روان یک انسان زنده می دانند. چون ستاره (شهاب) در آسمان فرو می افتاد، می گفتند: هم اکنون کسی مرد.

در گات ها نامی از فروشی نیست. ولی در یشت ها فراوان آمده است.

در نوشته های پهلوی، سخن از فروشی بد کردار نیست و از میان مردم، تنها پرهیزگاران زن و مرد و دلاوران دارای فروشی هستند. این واژه را به گونه های گوناگون معنی کرده اند. در بنیاد به معنای پایداری و ایستادگی ست و با واژه های ایرانی میانه و ایرانی نو «گرد» به معنای قهرمان و دلیر خویشاوند است و فروشی معنای «دلاور برجسته» می دهد.

در فروردین یشت اوستایی از آغاز سال و رویدادهای پیش از آن، از فروشی در گذشتگان و وظیفه بازماندگان به آنان، سخن می رود. اورمزد به زردشت می گوید که از فروغ فروشی ها توانمندی او پا برجاست. و اگر چنین نبود، دروغ نیرو می گرفت و فرمانروایی می کرد و جهان استومند از آن دروغ می شد (بندهای ۱ تا ۱۲).

اینک برگردان فروردین یشت، یشت ۱۳: ^{۱۶}

اینک «جان» و «دین» و «بو» و «فروهر» نخستین آموزگاران و نخستین گرایندگان به آیین

راستین، مردان و زنان پاکی را که انگیزه پیروزی راستی بوده اند می ستاییم.

اینک «جان» و «دین» و «روان» و «فروهر» پیام آوران دین [نیاگان]؛ مردان و زنان پاکی را که

انگیزه پیروزی راستی بوده اند، می ستاییم.

جان نیستی پذیر است و به باد می رود، و چهار دیگر جاودانه و پایدار هستند.

ویدن گرن در کتاب دینهای ایران می نویسد: ^{۱۷}

در گاتها، چندین واژه برای روان به کار برده شده است. «اهو» (زندگی)، (hu)،

«دئنا» (moi) من، «اوروان» (utvdn) (روان) «منه (اندیشه)» (manah)، «خرد»

(xratu)، واژه روان برای روان یله، آزاده به کار می رود. ^{۱۷}

چکیده:

چکیده آن که: همجور لغت «حی» عربی، واژه «جان» است. جان یعنی زندگی که در

روی یا روی «ماده» نا زندگی ست که این دو ناساز هم هستند. واژه روان برابر لغت «روح» تازی ست. روان و تن هم، دویی ناساز یکدیگرند؛ یکی جاودانه و دیگری از میان رفته است. با به کار بردن واژه تازی «نفس» در ادب فارسی سردرگمی پدید آمده است زیرا نفس را هم، برابر «روان فرا رفته» و «جان پاک»، و هم برابر «تن»، «خواستهای تن» و خویشتن گذاشته اند.

روان زندگی را «جان» و روان آزاد را تنها «روان» گفته اند. گاهی این دو واژه را به جای هم به کار برده اند، زیرا که به گفته ملا صدرا، بخشی از ماده، «جان»، در گرایش به سوی نیک و «جنبش گوهری» «روان» می گردد: «روح جسمانیة الحدوث و روحانیة البقاء است. حاج سبزواری می گوید:

... النفس فی الحدوث جسمانیة و فی البقاء تکون روحانیة (منظومه سبزواری، ص

(۲۹۸)

یعنی «جان» در آغاز پیدا شدن جسمانی ست و سرانجام جاودانه و «روان» می گردد. در ادب و فرهنگ ایران واژه «جان» چندین هزاره، از دوره اوستایی تا کنون، پیوسته معنی زندگانی و زندگی را داشته و دارد. واژه ای ست که بزرگان شعر ایران بیش از هر واژه ای به کار برده اند؛ چون خوش آوا و دلنشین است. صدها واژه از ترکیبهای آن ساخته اند. در زبان عارفان به ویژه عارفان خراسان بزرگ، چون سنایی، عطار، ناصر خسرو، جلال الدین محمد بلخی و دیگران بر بار آن افزوده شده و رمزین گشته و در چند معنی به ویژه «روان» به کار رفته است. برای رهایی از این سردرگمی و پیچیدگی پدید آمده میان معنای جان و روان با گفته دکتر محمود هومن، از زبان کانت، این نوشته را به پایان می بریم:

جان نمودگاه روان در حال فهمیدن است و روان که در کار فهمیدن است جان است.

پانزدهم بهمن ماه ۱۳۷۷

میشگان

زیرنویسها:

* گشایش و رهایش، از ناصر خسرو، چاپ انستیتوی اسماعیلیه.

Gushayish wa Rahayish. Tauris Publishers, London. New York.

۱- فلسفه زرتشت، فرهنگ مهر، ص ۵.

۲- کشف المحجوب، از روی متن تصحیح شده والتین ژوکوفسکی، چاپ امیرکبیر ۱۳۳۶.

۳- گزیده های زادسیرم، ترجمه محمد تقی محصل، و از کتاب پژوهشی در اساطیر ایران، پاره نخست. مهرداد

بهار، از انتشارات توس ۱۳۶۲ ص ۴۴.

- ۴- از یوسف وزلیخا. منسوب به فردوسی.
- ۵- گات ها، سرودهای زرتشت. برگردان از پروفیسور عباس شوشتری (مهرین)، و اوستا نامه مینوی آیین زرتشت نگارش جلیل دوستخواه.
- ۶- فلسفه زرتشت، فرهنگ مهر، ص ۵۰.
- ۷- کیمیای سعادت، امام محمد غزالی، به کوشش حسین خدیو جم، انتشارات علمی و فرهنگی، چاپ سوم، تهران ۱۳۶۴، ص ۱۵.
- ۸- دارمستتر، زند و اوستا، جلد دوم، یشت ۱۳، فروردین یشت، صفحه ۵۰۱ و ۵۰۲.
- Le Zend-Avesta, par James Darmesteter, Paris, Librairie D' Amerique et D'Orient 1960.*
- ۹- ویدن گرن، دینهای ایران، ص ۱۰۳ و ۱۰۴.
- G. Widengren. Les Religions de l'Iran, Payot, Paris.*
- و اوستا کهن ترین سرودها و متنهای ایرانی. گزارش و پژوهش جلیل دوستخواه، جلد یک و دو. انتشارات مروارید.
- ۱۰- همان کتاب، جلد دوم، ص ۹۸۶.
- ۱۱- اوستا، جلیل دوستخواه.
- ۱۲- اوستا، کهنترین سرودها و متنهای ایرانی. جلیل دوستخواه، جلد دوم، انتشارات مروارید. ص ۱۰۲۴. همچنین به ویدن گرن بنگرید.
- ۱۳- ویدن گرن، ص ۱۰۴.
- ۱۴- ستوت یسن، گانهای اشوزرتشت اسپنتمان و سرودهای وابسته به آن، از علی اکبر جعفری، سازمان انتشارات فروهر، ص ۸۲.
- ۱۵- دینکرد، جلد ششم ص ۱۳۵۴ دکتر خالقی مطلق می نویسد: در زردشت نامه آمده است که: به جاماسب بوی می دهد و جاماسب همه دانشها را در می یابد. از کتاب گل رنج های کهن، ص ۲۸۳، گرفته شد.
- ۱۶- اوستا، نگارش جلیل دوستخواه، فروردین یشت، کرده سی و یکم، جلد اول، ص ۱۴۸، ص ۲۶۴.
- ۱۷- ویدن گرن، دینهای ایران ص ۱۰۳ و ۱۰۴.