النفس البشرية في ضوء الكتاب والسنة

د. محمود فتوح محمد سعدات

النفس البشرية في ضوء الكتاب والسنة

د. محمود فتوح محمد سعدات

الكتاب: النفس البشرية في ضوء الكتاب والسنة

عدد الصفحات: ١٨٢

سنة الطبع: ١٤٣٦ هـ

نوع التجليد: كرتونية

دار النشر: الهدى للطباعة

رقم الطبعة: الثانية

لون الطباعة: اسود

القياس (سم):٢٤ x١٧

الوزن (كغم): ٠.٧٢٠

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة:

الحمد لله العلي القدير السميع البصير الذي أحاط بكل شيء علما وهو اللطيف الخبير، علم ما كان وما يكون، وخلق الموت والحياة ليبلوكم أيكم أحسن عملا وهو العزيز الغفور، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له؛ شهادة نرجو بها النجاة في يوم النشور، وأشهد أن محمدا عبده ورسوله البشير النذير والسراج المنير، صلى الله عليه وعلى آله وأصحابه ومن على طريقتهم يسير وسلم تسليما. أما بعد:

إن إصلاح النفوس والسعي إلى تزكيتها بالإيمان والعمل الصالح وتنقيتها من أدران الشرك والمعاصي والارتقاء بها في مدارج الكمال الإيماني وسلم السمو الأخلاقي والسلوكي من أهم ما ينبغي أن يسعى إلى تحقيقه المربون، وينتبه إلى أهميته المصلحون، إذ أن القيام بهذه المهمة عنوان الفلاح ومفتاح النصر والسبيل نحو العزة والريادة والسؤدد.

وقد اشتمل الكتاب الحالي على ثمانية فصول تناول الفصل الأول موضوع ماهية النفس في ضوء الكتاب والسنة من حيث استعراض تعريفِ النفس في اللغة والاصطلاح، ومعاني النفس في الكتاب والسنة النبوية الشريفة، في حين تناول الفصل الثاني موضوع المنهج الربانيّ لمعرفة النفس الإنسانية من حيث استعراض النفس البشرية وصفاتها والمنهج الربانيّ لمعرفة بناء النفس الإنسانية، وقد تناول الفصل الثالث موضوع آفات النفس من حيث استعراض كل من آفة النسيان وآفة الخطأ وآفة واثارها على النفس. وتناول الفصل الرابع موضوع أخطاء النفس وسائل ضبطها وانضباطها من حيث استعراض بعض أخطاء النفس وأبرز سائل ضبطها، في حين تناول الفصل الخامس موضوع مجاهدة النفس وفضله من حيث استعراض فضل مجاهدة النفس، نماذج على جهاد النفس عند السلف الصالح، وتناول الفصل السادس موضوع اصلاح النفس من حيث

استعراض فتور النفس عن الطاعة وكيفية علاجها، وقد تناول الفصل السابع موضوع محاسبة النفس من حيث استعراض فوائد محاسبة النفس وعرض نماذج من محاسبة السلف الصالح لأنفسهم، واخيرا تناول الفصل الثامن موضوع تزكية النفس من حيث استعراض أسس تزكية النفس ووسائله وعرض نماذج للسلف الصالح على تزكية النفس.

والله أسأل أن ينفع بها، وأن يجعل العمل لوجهه خالصًا، وأسأله الاستقامة والثبات على الإسلام، وأن يحقق ما نصبو إليه من أهداف في تربية النشء على أسس إسلامية تعمق في نفسه الخوف من الله والسعي لتزكيتها، ونسأله سبحانه أن لا يزيغ قلوبنا بعد إذ هدانا وأن يهب لنا من لدنه رحمة إنه هو الوهاب، والحمد لله رب العالمين، وصلى الله وسلم على محمد وآله وصحبه.

د. محمود فتوح سعدات

فهرس الموضوعات

الباب	الفصل	الصفحة
	مقدمة	٤
مقدمة الكتاب	فهرس الموضوعات	٦
الفصل الاول: ماهية النفس في ضوء الكتاب والسنة	المبحث الاول: تعريفِ النفس في اللغة والاصطلاح	٩
	المبحث الثاني: النفس في القرآن الكريم	١٢
	المبحث الثالث: معاني النفس في السنة النبوية الشريفة	٢١
	المبحث الرابع: النفس والقلب	٢٣
الفصل الثاني: المنهج الربانيّ لمعرفة النفس الإنسانية	المبحث الاول: النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه	٢٨
	المبحث الثاني: النفس البشرية وصفاتها	٣٠
	المبحث الثالث: المنهج الرباني في بناء النفس الإنسانية	٣٤
الفصل الثالث: آفات النفس	المبحث الاول: آفة النسيان	٣٩
	المبحث الثاني: آفة الخطأ	٤٠
	المبحث الثالث: آفة الهوى	٤١
الفصل الرابع: أخطاء النفس وسائل ضبطها وانضباطها	المبحث الاول: أخطاء النفس	٥٠
	المبحث الثاني: ضبط النفس وانضباطها	٥٦

فهرس الموضوعات

الباب	الفصل	الصفحة
الفصل الخامس: مجاهدة النفس وفضله	المبحث الاول: مجاهدة النفس	٦٩
	المبحث الثاني: فضل مجاهدة النفس	٧٧
	المبحث الثالث: نماذج على جهاد النفس	٨٢
الفصل السادس: اصلاح النفس	المبحث الاول: إصلاح النفس	٨٦
	المبحث الثاني: فتور النفس عن الطاعة	٩١
الفصل السابع: محاسبة النفس	المبحث الاول: ماهية محاسبة النفس	١٠١
	المبحث الثاني: فوائد محاسبة النفس	١٠٤
	المبحث الثالث: كيفية محاسبة النفس	١٠٩
	المبحث الرابع: نماذج من محاسبة السلف الصالح لأنفسهم	١١٤
	المبحث الخامس: تطبيقات عملية على محاسبة النفس	١٢٣
الفصل الثامن: تزكية النفس	المبحث الاول: ماهية تزكية النفس	١٣١
	المبحث الثاني: أهمية تزكية النفس	١٣٣
	المبحث الثالث: وسائل تزكية النفس	١٤٢
	المبحث الرابع: أسس تزكية النفس	١٥٤
	المبحث الخامس: السلف الصالح وتزكية النفس	١٦٠
الخاتمة	الخاتمة	١٦٧
	المراجع	١٧٤

الفصل الاول: ماهية النفس في ضوء الكتاب والسنة

المبحث الاول: تعريفِ النفس في اللغة والاصطلاح

المبحث الثاني: النفس في القرآن الكريم

المبحث الثالث: معاني النفس في السنة النبوية الشريفة

المبحث الرابع: النفس والقلب

الفصل الاول: ماهية النفس في ضوء الكتاب والسنة

تمهيد:

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونعوذ بالله من شرور أنفسنا وسيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادى له وأشهد ألا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبده ورسوله صلى اللهم وسلم وبارك عليه وعلى آله وصحبه وكل من اهتدى بهديه واقتفى أثره واستن بسنته إلى يوم الدين. اما بعد:

أقسم الله سبحانه وتعالى بالنفس الإنسانية لأنها أعظم ما خلق وأبدع، وجعل قَسَمَه بها سابع قسم شمل خلق السموات والأرض. قال تعالى: ﴿ وَالشَّمْسِ وَضُحاها (١) وَالْقَمَرِ إِذا تَلاها (٢) وَالنَّهارِ إِذا جَلاَّها (3) وَاللَّيْلِ إِذا يَغْشاها (٤) وَالسَّماءِ وَما بَناها (٥) وَالْأَرْضِ وَما طَحاها (٦) وَنَفْسٍ وَما سَوَّاها(٦) ﴾ ثم بيّن الله تعالى أنّه ألهم نفوسنا دوافع الخير ونوازع الشر:﴿ فَأَلْهَمَها فُجُورَها وَتَقْواها﴾ [الشمس: ٨]، ولكنّ هذا الخير وهذا الشر ليسا قدراً مسيطراً على شخصية الإنسان لا مندوحة عنه، بل بإمكان الإنسان أن يزكو بنفسه ويرقى بها، وبإمكانه أن ينحطّ بها ويتدهور بشأنها: ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاها (٩) وَقَدْ خابَ مَنْ دَسَّاها﴾ [الشمس: ٩-١٠]. لذا كان النبي صلى الله عليه وسلّم يُكثر من هذا الدعاء :(اللهم آت نفسي تقواها وزكّها أنت خير من زكّاها، أنت وليّها ومولاه)[1]

وقد حثّ القُرآن الإنسان على التفكّر في نفسه، وإلى معرفة أسرارها؛ كقوله -تعالى: ﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُوقِنِينَ * وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ [سورة الذاريات، آية: ٢٠-٢١] وجاء في

[1] في ظلال القرآن، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). القاهرة: دار الشروق،٢٠٠٣.

بعض الآثار أنّ من عرف نفسه عرف ربّه، وهذه المعرفة تُساعد الإنسان على ضبط أهوائه وإبعاد نفسه عن الانحراف، وتوجيهها إلى الإيمان والعمل الصالح، وقد ذكر الله –تعالى– في بعض الآيات أحوال النفس، وأسباب مرضها وبُعدها عن خالقها، وطُرق علاجها.[٢]

النفس هي نفس واحدة، ولكن صفاتها تتعدد، فتكتسي اسمها بناءًا على صفتها الحالية، فإن كانت مطمئنة إلى الله، عابدة ومحبة له، ومنيبة إليه، ومتوكلة عليه، راضية به فهي نفس مطمئنة، وإن كانت كثيرة التردد والتلوم والتلقب ولا تثبت على حال، تارة تذكر وأخرى تغفل، وتارة تقبل، ثم تعرض، ثم تنيب وتجفوا، فهي بذلك نفسٌ لوامة، تبغض وتحب، وتفرح وترضى، ثم تحزن وتغضب، وأما حين تأمره بالسوء والشر، وهو من طبيعتها، فهي نفس مذمومة، تسمى بالنفس اللوامة، تتفاوت النفس بين صفاتها الثلاث، وذلك من كمالها وصلاحها[٣]

المبحث الاول: تعريفِ النفس في اللغة والاصطلاح

تعريفِ النفس في اللغة والاصطلاح

تعريفِ النفس في اللغة:

يعد جمع النفس: أنفُس ونفوس، أما النَّفَس، فهو خروج الهواء ودخوله من الأنف والفم، وجمعه أنفاس، وهو كالغِذاء للنَّفْس؛ لأن بانقطاعه بطلانَها. وقد تعدَّدت تعريفات النفس في اللغة وذلك على النحو التالي:

---

[٢] منهج التأصيل الإسلامي لعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، مجلة المسلم المعاصر،١٤١١هـ، ع٥٧، ص٢١ – ٤٥.

[٣] مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣-٣٩٦.

- **النفس بمعنى الروح:** يقال: خرجت نَفْس فلان؛ أي: روحه[٤]، ومنه قولهم: فاضَتْ نَفْسه؛ أي: خرجت روحه.
- **النفس بمعنى "حقيقة الشيء وجملته:** يقال: قتل فلانٌ نَفْسه؛ أي: ذاته وجملته، وأهلك نَفْسه؛ أي: أَوقَع الإهلاك بذاته كلِّها[٥]، ومنه قول صاحب الصحاح "والتكبر: هو أن يرى المرء نَفْسه أكبر من غيره"؛ أي: ذاته[٦].
- **النَّفْس بمعنى "الحسد، والعين:** يقال: أصابته نَفْسٌ؛ أي: عَيْن[٧] والنافس العائن.
- **النَّفْس بمعنى الأخ:** ورد النَّفْس بمعنى الأخ[٨]وشاهده قول الله تعالى: ﴿فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً﴾ [النور: ٦١].
- **النفس بمعنى الدم:** ورد تعريف النفس بمعنى الدم وذلك أنه إذا فُقِد الدم من الإنسان فَقَد نَفْسه؛ أو لأن النَّفْس تخرج بخروجه، يقال :سالت نفسه، وفي الحديث: ((ما ليس له نفس سائلة لا يُنجِّس الماء إذا مات فيه))[٩]
- **النفس ما يكون به التمييز:** ونجد العرب قد تجعل النفس التي يكون بها التمييز نفسين؛ وذلك أن النَّفْس قد تأمره بالشيء وتنهَى عنه، وذلك عند الإقدام على أمر مكروه، فجعلوا التي تأمره نَفْسًا، وجعلوا التي تنهاه كأنها نفس أخرى[١٠]

---

[٤] لسان العرب المؤلف: محمد بن مكرم بن على، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعى الإفريقى (المتوفى: ٧١١هـ) ، دار صادر – بيروت، الطبعة: الثالثة – ١٤١٤هـ.

[٥] لسان العرب، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين، ابن منظور الأنصاري، الرويفعي، الإفريقي، مرجع سبق ذكره.

[٦] الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية للمؤلف: أبو نصر إسماعيل بن حماد الجوهري الفارابي، مرجع سبق ذكره.

[٧]بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز المؤلف: مجد الدين أبو طاهر محمد بن يعقوب الفيروزآبادى (المتوفى: ٨١٧هـ) المحقق: محمد علي النجار الناشر: المجلس الأعلى للشئون الإسلامية – لجنة إحياء التراث الإسلامي، القاهرة، ١٤١٦ هـ.

[٨] لسان العرب للمؤلف: محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين، ابن منظور الأنصاري، الرويفعي، الإفريقي، مرجع سبق ذكره.

[٩] لسان العرب للمؤلف: محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين، ابن منظور الأنصاري، الرويفعي، الإفريقي، مرجع سبق ذكره.

تعريفِ النفس في الاصطلاح:

قال علي بن محمد بن علي الزين الشريف الجرجاني صاحب كتاب التعريفات: "النَّفْس هي الجوهر البخاريُّ اللطيف، الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية، وسماها الحكيم: الروح الحيوانية، فهو جوهرٌ مشرق للبدن، فعند الموت ينقطع ضوؤه عن ظاهر البدن وباطنه، وأما في وقت النوم، فينقطع عن ظاهر البدن دون باطنه.[١١]

وذكر العلماء المعاصرون للنفس عدةَ تعريفات؛ منها: أن النفس "هي جوهر الإنسان، ومحرك أوجه نشاطه المختلفة؛ إدراكيةً، أو حركية، أو فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ سواء أكان ذلك على مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم، والنفس هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلهما وتبادلهما التأثير المستمر والتأثر، مكونين معًا وحدةً متميزة نطلق عليها لفظ (شخصية) تُميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته.[١٢]

المبحث الثاني: النفس في القرآن الكريم

معاني النفس في القرآن الكريم:

وردت معاني النفس في القرآن الكريم في مواضع عديدة، وتعدَّدت معانيها وذلك على النحو التالي:

---

[١٠] لسان العرب للمؤلف: محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين، ابن منظور الأنصاري، الرويفعي، الإفريقي، مرجع سبق ذكره.

[١١] التعريفات، علي بن محمد بن علي الجرجاني، دار الكتب العلمية، بيروت، ١٤٠٨هـ – ١٩٨٨م.

[١٢] الموسوعة الإسلامية العامة، إشراف الدكتور محمود حمدي زقزوق.

- **الموضع الأول: النفس بمعنى الرُّوح:** جاءت النفس بمعنى الرُّوح، في القرآن الكريم في مواضع عديدة، منها قوله تعالى: ﴿ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ﴾ [البقرة: ٤٤]؛ أي: تتركون، ويقال: خرجت نَفْسه، خرجت رُوحه، والدليل على أن النفس هي الروح، وقوله تعالى: ﴿ اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا ﴾ [الزمر: ٤٢]؛ يريد الأرواح.[١٣] ومنه قوله تعالى: ﴿ أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ ﴾ [الأنعام: ٩٣]، وذلك أن الكافر إذا احتُضِر بشَّرتْه الملائكة بالعذاب والنكال، والأغلالِ والسلاسل، والجحيم والحميمِ، وغضب الرحمن الرحِيمِ، فتتفرَّق رُوحه في جسده، وتعصى وتأبَى الخروج، فتَضْرِبهم الملائكة حتى تخرج أرواحهم من أجسادهم، قائلين لهم: ﴿ أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ الْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ بِمَا كُنْتُمْ تَقُولُونَ عَلَى اللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ وَكُنْتُمْ عَنْ آيَاتِهِ تَسْتَكْبِرُونَ ﴾ [الأنعام: ٩٣]؛ أي: اليوم تُهانون غاية الإهانة، كما كنتم تكذِبون على الله، وتستكبرون عنِ اتِّبَاعِ آياته، والانقياد لرسله.[١٤]

- **الموضع الثاني: النفس بمعنى قُوى الخير والشر في الإنسان:** جاءت النفس في القرآن الكريم بمعنى قُوى الخير والشر في الإنسان، ولها صفات وخصائص كثيرة؛ منها: القدرة على إدراك الخير والشر، والتمييز بينهما، والاستعداد لهما؛ فقد قال تعالى: ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴾ [الشمس: ٧، ٨]، وقال سبحانه: ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ [البلد: ١٠]؛ أي: بيَّنا له الطريقين، طريق الخير وطريق الشر، وهناك إلى جانب الاستعدادات الفطرية الكامنة قوةٌ واعية مدركة موجهة في ذات الإنسان، فمن استخدم

---

[١٣] مستفاد من كتاب جامع البيان في تفسير القرآن للطبري، أبو جعفر، محمد بن جرير بن يزيد بن كثير الطبري (٢٢٤ – ٣١٠ هـ).

[١٤] تفسير القرآن العظيم (ابن كثير) المؤلف: أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (المتوفى: ٧٧٤ هـ).

هذه القوة في الخير وغلَّبها على الشر، فقد أفلح، ومَن أظلم هذه القوة وجناها وأضعفها، فقد خاب[١٥]؛ قال تعالى: ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ٩، ١٠].

- **الموضع الثالث: النفس بمعنى الإنسان:** جاءت النفس في القرآن الكريم بمعنى الإنسان؛ أي: الشخصية البشرية بكامل هيئتِها، وهي الإنسان بكامل دمه ولحمه وشخصيته، وهذا كثير وغالب في القرآن الكريم، فمِن ذلك قال الله تعالى مخاطبًا الناس عامة وبني إسرائيل خاصة، بأن يحذروا يوم الحساب ويعملوا صالحًا، وأن الإنسان يأتي ربه في ذلك اليوم فردًا ولا تنفعه شفاعة الشافعين: ﴿ وَاتَّقُوا يَوْمًا لَا تَجْزِي نَفْسٌ عَنْ نَفْسٍ شَيْئًا وَلَا يُقْبَلُ مِنْهَا شَفَاعَةٌ وَلَا يُؤْخَذُ مِنْهَا عَدْلٌ وَلَا هُمْ يُنْصَرُونَ ﴾ [البقرة: ٤٨]، وقوله تعالى: ﴿ وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِتَابًا مُؤَجَّلًا ﴾ [آل عمران: ١٤٥].

وقد شاع استعمالُ النَّفْس في الإنسان خاصة؛ حيث تطلق ويراد بها هذا المركَّب والجملة المشتملة على الجسم والروح[١٦]، ويظهر هذا في غيرِ ما سَبَق، في قوله تعالى أيضًا: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا فَأَخَافُ أَنْ يَقْتُلُونِ ﴾ [القصص: ٣٣]، والمقصود هنا الرجلُ الذي قتله موسى عليه السلام في أرض مصر؛ يعني الرجل القبطي.

- **الموضع الرابع: النفس بمعنى القوى المفكرة في الإنسان (العقل):** جاءت النفس في القرآن الكريم بمعنى القوى المفكرة في الإنسان (العقل) فقد قال تعالى: ﴿تَعْلَمُ مَا فِي

[١٥] في ظلال القرآن، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). القاهرة: دار الشروق،٢٠٠٣.

[١٦] آفات النفس؛ نعيمة عبدالله البرش، تحقيق: رياض محمود قاسم، ، مرجع سبق ذكره.

نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ ﴾ [المائدة: ١١٦]. ويقول الطاهر بن عاشور في تفسيره: "والنَّفْس تُطلَق على العقل وعلى ما به الإنسان إنسان، وهي الروح الإنساني، وتطلق على الذات، والمعنى هنا: تعلم ما أعتقده؛ أي :تعلم ما أعلمه؛ لأن النفس مقرُّ العلوم في المتعارف، وإضافة النفس إلى اسمِ الجلالة هنا بمعنى العلم الذي لم يطَّلِع عليه غيره؛ أي: ولا أعلم ما تعلمه؛ أي: مما انفردت بعمله، وقد حسَّنه هنا المشاكلة كما أشار إليه في الكشاف.[١٧]

يتضح لنا مما سبق أن معاني النفس في القرآن الكريم وردت في مواضع عديدة، وتعدَّدت معانيها بحسب سياق الآيات الكريمة الواردة فيها، ومن هذه المعاني: النفس بمعنى القوى المفكرة في الإنسان (العقل)، والنفس بمعنى الإنسان، والنفس بمعنى قُوى الخير والشر في الإنسان، والنفس بمعنى الرُّوح، وبالنظر في التعريفات السابقة نرى القرآن الكريم يُحدِّث عن النفس، على أنها كائنٌ له وجود ذاتي مستقلٌ، وبمعنى آخر فإن القرآن يخاطب الإنسان في ذات نفسِه، باعتبار أن النفس هي القوة العاقلة المدركة فيه، ويتضح ذلك في الآيات:

- قوله تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ [الشمس: ٧، ٨].
- ويقول جل شأنه: ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً * فَادْخُلِي فِي عِبَادِي * وَادْخُلِي جَنَّتِي﴾ [الفجر: ٢٧ – ٣٠].
- ويقول سبحانه: ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي﴾ [يوسف: ٥٣].
- ويقول: ﴿قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ﴾ [يوسف: ١٨].

[١٧] التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد، محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى : ١٣٩٣هـ) الناشر : الدار التونسية للنشر – تونس ، ١٩٨٤.

- ويقول سبحانه: ﴿وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ﴾ [الطلاق: ١].
- ويقول سبحانه: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا﴾ [التحريم: ٦].

أوجه إعجاز القرآن في الحديث عن النفس الإنسانية:

تتعدد أوجه إعجاز القرآن في الحديث عن النفس الإنسانية، فمنها:

١-تعرّض القرآن الكريم إلى ما يتعلق بالخواطر والوساوس والهواجس والأحاسيس :من فرح وحزن وائتناس؛ وانقباض وانبساط؛ وارتجاف واطمئنان؛ وقلق واضطراب.

٢-أرشدنا إلى أمراض وعلل النفس وألوان قصورها وأوجه قوتها ونشاطها وكمالاتها وأنماط علاجها وصحتها وعافيتها.

٣-يذكر لنا القرآن الكريم الآفات النفسية، مثل: الرياء، الحقد، الحسد، الغيرة، الغرور، الغضب، الغفلة، الطمع...الخ، والمعالجة الإسلامية لها[١٨]

٤- تحدث القرآن الكريم عن صفات النفس الإنسانية التي ترتكز في :

- **الضعف** :قال تعالى: ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ﴾ [الروم: ٥٤] وقوله أيضًا: ﴿وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا﴾ [النساء: ٢٨].
- **البخل** :قال تعالى: ﴿وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخَلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَهُمْ﴾ [آل عمران: ١٨٠].

[١٨] دراسات في النفس الإنسانية، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). بيروت: دار الشروق،١٣٩٤هـ.

- **الشهوة** :قال تعالى: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ﴾ [آل عمران: ١٤].
- **الجهل** :قال تعالى: ﴿وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا﴾ [الأحزاب: ٧٢].

٥-تحدث القرآن الكريم، أيضًا عن أوصاف النفس الإنسانية، فكما أن لها صفات فطرية تعتبر من تركيبتها الأولى ومن جبلتها، فإن لها أوصافًا تعرف بها، وأشكالًا ظاهرة تتشكل بها، وأماني شيطانية تمضي إليها، ومظاهر لا تستطيع منها خلاصًا إلا بالمشيئة الإلهية[١٩]، **وهذه الأوصاف المذمومة تتركز فيما يلي :**

- **ادعاء الربوبية؛** قال تعالى: ﴿قَالَ فِرْعَوْنُ آَمَنْتُمْ بِهِ قَبْلَ أَنْ آَذَنَ لَكُمْ﴾ [الأعراف: ١٢٣] {إِنْ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرٌ مَا هُمْ بِبَالِغِيهِ﴾ [غافر: ٥٦].
- **حب المديح؛** قال تعالى: ﴿وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللهِ الغَرُورُ﴾ [لقمان: ٢٣] {وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [الحديد: ٢٠].
- **أخلاق الشياطين**؛ قال تعالى: ﴿وَإِنْ يَدْعُونَ إِلَّا شَيْطَانًا مَرِيدًا﴾ [النساء: ١١٧].
- **البهيمية**؛ قال وتعالى: ﴿أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ﴾ [الأعراف: ١٧٩].

٦- قد أرشدنا القرآن الكريم، إلى سمات النفس الإنسانية، فكما للنفس الإنسانية صفات وأوصاف توصف بها، وهي ما فطر عليه الإنسان، فإن تربية النفس وتهذيبها يؤدي إلى ترقي النفس من درجة إلى درجة، ومن منزلة إلى منزلة، ومن مقام إلى مقام، وفي كل مرحلة من هذه المراحل

[١٩] مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣-٣٩٦.

توصف النفس بسمة معينة تُعرف بها، وهذه السمات هي ما يجب أن يسعى إليها الإنسان حتى يحظى برضا الله ومحبته، وهذا لا يأتي إلا بعمل الإنسان وبسعيه ومجاهدته[٢٠].

خصائص النفس الإنسانية في القرآن الكريم:

تذكر النفس الإنسانية في القرآن الكريم قرينة لآفاق الكون في أكثر من موضع، فلقد احتوى القرآن الكريم على كنوز وذخائر لإصلاح البشرية، وكأن هدفه الرئيس إنقاذ الناس وإخراجها من الظلمات إلى النور، ولذلك فلا غرابة أن نجد القرآن الكريم يتوسع في تناوله لفظة النفس ويعكس مدى إعجازه الذي يكمن في أسلوب تناوله وطرحه وعرضه للموضوع من حيث ألفاظه ودلالاته وأساليب تركيبه، فلا نجد في القرآن الكريم ما نجده في مؤلفات البشر من التنسيق والتبويب حسب الموضوعات، وتصنيف البحوث مستقلة، وإنما نجد عامة موضوعاته لاحقًا بعضها بعضًا دون فاصل، وقد نجدها متمازجة متداخلة في كثير من السور والآيات، والذي أنزله هو خالق النفس وبارئها[٢١].

وتدل لفظة النفس في القرآن الكريم بصورها المتعددة أكثر ما تدل على الإنسان ككائن حي، ذي أصل واحد، يتكاثر ويكسب ويغضب ويشتهي، ثم يجازى عن عمله أخيرًا، ولقد وردت ومشتقاتها في القرآن الكريم في مائتين وخمس وتسعين آية موزعة على اثنتين وستين سورة، حيث جاءت على صور متعددة من الإفراد والجمع والتشبيه والإضافة في الآيات الكريمة، **وقد ورد للنفس الإنسانية في القرآن الكريم جملة من الخصائص نذكر منها :**

---

[٢٠] القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ط٦. بيروت: دار الشروق،١٤١٧هـ.

[٢١] آفات النفس؛ نعيمة عبد الله البرش، تحقيق: رياض محمود قاسم، الجامعة الإسلامية بغزة، ٢٠٠٨.

١. **أنها مركز الحاجات والدوافع** :قال تعالى: ﴿إِلَّا حَاجَةً فِي نَفْسِ يَعْقُوبَ قَضَاهَا﴾ [يوسف: ٦٨].

٢. **أنها قادرة على إخفاء أسرارها** :قال تعالى: ﴿يُخْفُونَ فِي أَنْفُسِهِمْ مَا لَا يُبْدُونَ لَكَ﴾ [آل عمران: ١٥٤].

٣. **أنها مكلفة شرعًا** :قال تعالى: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ [البقرة: ٢٨٦].

٤. **أنها هي التي تتعلم** :قال تعالى: ﴿فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَا أُخْفِيَ لَهُمْ مِنْ قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [السجدة: ١٧].

٥. **أنها هي التي تقول وتتكلم** :قال تعالى: ﴿أَوْ تَقُولَ لَوْ أَنَّ اللَّهَ هَدَانِي لَكُنْتُ مِنَ الْمُتَّقِينَ﴾ [: ٥٧].

٦. **أنها تشعر وتحس وتتألم** :قال تعالى: ﴿كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ﴾ [آل عمران: ١٨٥].

٧. **أنها تموت** :قال تعالى: ﴿وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ﴾ [المنافقون: ١١].

٨. **أنها هي التي تحاسَب وتعاقَب** :قال تعالى: ﴿إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ وَأَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ [الشورى: ٤٥].

أهمية معرفة النفس:

تحظى معرفة النفس وتشخيص قدراتها ومواهبها بأهمية خاصّة من وجهة نظر القرآن الكريم؛ لأنَّها:

أولاً: تساعد الإنسان على اختيار الطريق الأصح ليصل إلى السعادة :تساعد الإنسان في مسيرة حياته على أن يختار الطريق الأصح والمنسجم مع تركيبته الفطرية ليصل إلى السعادة. فمن

منطلق هداية البشر إلى السبيل التربوي الأمثل حَثَّ القرآن الكريم الناس كافة، مؤمنين وكفّاراً، على التدبّر ومعرفة ذواتهم، فقال:﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلا تُبْصِرُونَ ﴾ [الذاريات: ٢١]، ومما يستدل به في اهتمام القرآن الكريم بمعرفة النفس هو أن يدأب الإنسان في تربية نفسه وصلاح أمره، ولا يردعه في هذا الطريق ضلال الآخرين وانحرافهم، وهذا ما صرّحت به الآية الكريمة: ﴿عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ﴾ [المائدة: ١٠٥]

ثانياً :تساعد على معرفة الله تعالى: إنّ معرفة النفس تفضي إلى معرفة الله تعالى، وهي ركن أساس في التعليم والتربية. لقد جاء في القرآن وكثير من الأحاديث والروايات أنَّ الطريق إلى معرفة الله هو معرفة النفس. منها الآية الثالثة والخمسون من سورة فصلت التي اعتبرت أنَّ معرفة النفس إلى جانب إدراك آيات الله في الوجود في إحقاق ربوبية الله تعالى: ﴿سَنُرِيهِمْ آياتِنا فِي الْآفاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾ وعلى الرغم من كون معرفة آيات الله في الآفاق والأنفس تؤدّي في خاتمة المطاف إلى معرفة الله ومعرفة أسمائه وصفاته، ومن ثَمَّ ستهدينا إلى التمسك بدين الحق، وتشخيص التعليم الأمثل والتربية الصحيحة، وكذلك إصلاح النفس والاتصاف بالفضائل الأخلاقية، إلاّ أنَّ معرفة النفس ومعرفة سعادتها وشقائها، وبيان حالات قواها الجسمية والروحانية المتمثلة بمعرفة ملكات النفس الفاضلة وملكات النفس المنحطّة، لا تتمّ بمنأى من تشخيص أمراضها والعمل على معالجتها. بهذه المعرفة يستطيع الإنسان أن يهتدي بشكل طبيعي ومباشر إلى التعليم القويم والتربية الصحيحة، فينشغل بإصلاح نفسه ليصل إلى السعادة الحقيقية[٢٢].

[٢٢] دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس، صالح بن إبراهيم الصنيع، الرياض: دار عالم الكتب،١٤١٦هـ.

ثالثاً :تحثّ الإنسان على الالتزام بتحقق السعادة الخالدة والحياة السرمدية في الآخرة: إنّ معرفة النفس والاطّلاع على أبعادها الوجودية، كتحرّي الكمال اللامتناهي مثلاً، تحثّ الإنسان على الالتزام بتحقق السعادة الخالدة والحياة السرمدية في الآخرة هذه المعرفة المدعّمة بحقّ الاختيار، واختيار السعادة والكمال تبعث على الحاجة إلى هداية الأنبياء، والإيمان بالنبوّة وإمامة الأمّة وقيادتها. ولا بد أن نشير هنا، إلى أنّ التربية العامّة والهداية المطلقة تبقى رهن الاعتقادات السليمة والنظام الفكري السليم. ولهذا السبب يُعدّ التوحيد والمعاد والنبوّة ركيزة أساسية في هداية الأنبياء. من هنا فإنّ لمعرفة النفس القائمة على التركيبة الصحيحة، لشخصية الإنسان الفكرية والاعتقادية دوراً فاعلاً وشمولياً في مجال التعليم والتربية الصحيحة، وبما أنّ القرآن الكريم قد صّرح بأنّ الهدف من إرسال الرُّسل ونزول القرآن هو التربية والتعليم، فإنّ معظم إرشادات الأنبياء وتعليماتهم، وكذلك أكثر الآيات القرآنية قد اختصّت بتبيين العقائد السليمة، ومكافحة الأفكار السقيمة وهذا خير دليل على أهمية الإيمان ودوره المفصلي في التعليم والتربية، وأهمية معرفة النفس بكونها عاملاً مساعداً في هذا الشأن[٢٣].

المبحث الثالث: معاني النفس في السنة النبوية الشريفة

معاني النفس في السنة النبوية الشريفة

ورد في السنة النبوية الشريفة لفظة النفس بمعان كثيرة[٢٤] كما هو الحال في القرآن الكريم، وهذا إن دل على شيء إنما يدل على مدى أهمية النفس الإنسانية وعظم أمرها عند الله تعالى

[٢٣] مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣-٣٩٦.

[٢٤] علم النفس في الحديث الشريف، سعد رياض، مؤسسة أقرأ، ٢٠٠٤م . ص ص:٢٩-٣٦.

وعند رسوله، وفيما يلي بعض المعاني للفظة النفس في الحديث النبوي الشريف، وذلك على سبيل المثال لا الحصر:

- **النفس بمعنى الوجدان أو السلوك أو الشعور أو الإحساس:** جاءت النفس بمعنى الوجدان أو السلوك أو الشعور أو الإحساس، وهو ما يجيش بخاطر الفرد ويشعر به وينفعل، كما أشار ذلك أبو هريرة رضي الله عنه، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:﴿يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد، يضرب على ما كان كل عقدة عليك ليل طويل فارقد، فإن استيقظ فذكر الله انحلت عقدة، فإن توضأ انحلت عقدة، فإن صلى انحلت عقدة، فأصبح نشيطا طيب النفس، وإلا أصبح خبيث النفس كسلانٌ)[٢٥].
- **النفس بمعنى الذات الإنسانية:** جاءت النفس بمعنى الذات الإنسانية أي ذاته التي بها يحكم الأمور وهو المسئول عنها، فعن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال: قال لي النبي صلى الله عليه وسلم :(إنك لتصوم الدهر وتقوم الليل، فقلت:نعم، قال: "إنك إذا فعلت ذلك هجمن له العين ونفهت له النفس، لا صام من صام الدهر ، صوم ثلاثة أيام صوم الدهر كله"، قلت:فإني أطيق أكثر من ذلك، قال: "فصم صوم داود عليه السلام:كان يصوم يوما ويفطر يوما ولا يفر إذا لاقى)[٢٦]
- **النفس بمعنى الروح والإنسان:** جاءت لفظة النفس بمعنى الروح والإنسان فلا يجب أن تقتل أو تهان، عن أنس رضي الله عنه قال: ذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم الكبائر

[٢٥] أخرجه البخاري في صحيحه ، ج١، كتاب التهجد- باب :عقد الشيطان على قافية الرأس إذا لم يصل الليل، ص.223:

[٢٦] أخرجه البخاري في صحيحه ، ج١، كتاب الصوم- باب: صوم داود عليه السلام-ص .383

–أو سئل عن الكبائر–فقال: (الشرك بالله وقتل النفس وعقوق الوالدين، فقال: ألا أنبئكم بأكبر الكبائر؟ قال: قول الزور أو شهادة الزور)[٢٧]

المبحث الرابع: النفس والقلب

أولاً: النفس:

(أ) تعريف النفس: نفس الشيء في اللغة تأتي بمعنى ذاته، وعينه، وحقيقته، كما يقال: رأيت زيدًا نفسَه وعينَه، وقد يراد بلفظ النفس الدم الذي يكون في الحيوان، كقول الفقهاء: "ما له نفس سائلة، وما ليس له نفس سائلة"، وتأتي أيضًا بمعنى الروح[٢٨].

وتأتى النفس في الاصطلاح بمعنى جوهر مشرق للبدن، ينقطع ضوءُه عند الموت من ظاهر البدن وباطنه، وفي النوم ينقطع عن ظاهر البدن دون باطنه.

(ب) الفرق بين النفس والروح: روي عن ابن عباس رضي الله عنهما أنه قال: "لكل إنسان نفسان: إحداهما: نفس العقل الذي يكون به التمييز، والأخرى: نفس الروح الذي به الحياة"، وقال بعض اللغويين: هما واحد، وقال آخرون: هما متغايران؛ إذ النفس مناط العقل، والروح مناط

---

[٢٧] أخرجه البخاري في صحيحه ،ج٤، كتاب الآداب–باب:عقوق الوالدين من الكبائر–ص 1204.

[٢٨] الصحاح في اللغة، للجوهري، ٣/ ٩٨٤. وانظر: لسان العرب، ١١/ ٢٦٩ و٦/ ٢٣٢.

الحياة، وسميت النفس نفسًا؛ لتولد النفس منها، واتصاله بها، كما سمَّوُا الروح روحًا؛ لأن الروح موجودة بها[٢٩].

ثانيًا: القلب:

(أ) تعريف القلب:

يعرف القلب عند أهل اللغة بانه تحويل الشيء عن موضعه، يقال: قَلَبه يَقْلِبُه قَلْبًا، وقلَّبه؛ أي: حوَّله ظهرًا لبطن، وتقلب الشيء ظهرًا لبطن، قال الشاعر:

مَا سُمِّيَ القَلْبُ إلاَّ مِنْ تَقَلُّبِهِ وَالرَّأْيُ يَصْرِفُ بِالإِنْسَانِ أَطْوَارَا

وقال آخر:

مَا سُمِّيَ القَلْبُ إلاَّ مِنْ تَقَلُّبِهِ فَاحْذَرْ عَلَى القَلْبِ مِنْ قَلْبٍ وَتَحْوِيلِ

ويعرف القلب اصطلاحا صنفان من الناس، وكل صنف يعرِّفُه بطريقته:

❖ **الصنف الأول** :الأطباء: يقولون: إنه عضو عضلي أجوف، يقع في منتصف التجويف الصدري تقريبًا، أو هو المضخة التي تضخ الدم من بداية تشكل الجنين، وحتى وفاة الإنسان، دون توقف من ليل أو نهار (٧٢٠٠ لتر يوميًّا).

[٢٩] مجموع فتاوى شيخ الإسلام ابن تيمية، ٩/ ٢٩٢ – ٢٩٣.

❖ **الصنف الثاني** :العلماء والفقهاء والزهاد :قالوا: هو لطيفة ربانية روحانية، لها تعلُّق بالقلب الذي عرَّفْناه آنفًا، وعمومًا هو من الأسرار التي لم تفصح عنه النصوص الشرعية[٣٠].

(ب) أنواع القلب:

تتمثل أنواع القلب في التالي:

- **القلب السليم:** وهو الذي أخلص عبوديته لله تعالى إرادة ومحبة، وتوكلاً وإنابة، وإخباتًا وخشية ورجاءً، فإنْ أحبَّ أحبَّ في الله، وإن أبغض أبغض في الله، وإن أعطى أعطى لله، وإن منع منع لله، ولا ينقاد ولا يحتكم إلا لله ورسوله صلى الله عليه وسلم[٣١].
- **القلب المريض:** وهو الذي فيه محبة الله، والإيمان به، والإخلاص له، والتوكل عليه، كما فيه محبة الشهوات وإيثارها، والحرص على تحصيلها، وفيه الحسد والعجب، وحب العلو والفساد في الأرض، فهو إما إلى السلامة أقرب، أو إلى الهلاك والموت أقرب.[٣٢]
- **القلب الميت:** هو ذلك القلب الذي لا حياة له؛ همُّه الفوز بالشهوات وتحصيلها، ولو كان فيها سخط ربه وغضبه، فإن أحبَّ أحبَّ لهواه، وإن أبغض أبغض لهواه، وإن أعطى أو

---

[٣٠] مدارج السالكين، ابن قيم الجوزية؛ محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد الزرعي الدمشقي، أبو عبد الله، شمس الدين، المحقق: محمد المعتصم بالله البغدادي، دار الكتاب العربي، ٢٠٠٣.

[٣١] تزكية النفوس ، أحمد فريد الناشر: دار العقيدة للتراث – الإسكندرية ، ١٤١٣ هـ، ٢٤ – ٢٥ و٧٠ – ٧٤.

[٣٢] مدارج السالكين، لابن القيم، ج١، مرجع سبق ذكره.

منع فلهواه؛ فهو متعبد لغير الله حبًّا، وخوفًا، ورجاء، وسخطًا، وتعظيمًا، وذلاًّ، مخالطةُ صاحب هذا القلب سقم، ومعاشرته سم، ومجالسته هلاك[٣٣].

(ج) مسيرة القلب من السلامة إلى الموت:

تمر مسيرة القلب من السلامة إلى الموت بعدد من المراحل وهي:

- **مرحلة السلامة** :تتميز هذه المرحلة بتوحيد الله تبارك وتعالى وعدم الإشراك به، وطاعته في السر والعلن، والصبر على ذلك، واتِّباع هدي نبيه صلى الله عليه وسلم وعدم الابتداع في دين الله، والاستسلام التام لأوامر الله، والاستبشار بأحكامه، وملازمة ذكر الله.
- **مرحلة القسوة والمرض:** إذ تتلقَّفه الشهوات، وتنهكه الشبهات في هذه المرحلة؛ فيضعف أمامها، ويتساهل في تناول المحرمات؛ تتبعًا للرخص، وتهاونًا بالسنن، فلا خشوع ولا تدبر، وينسى العلم، وينهمك في الذنوب.
- **مرحلة الموت:** تعد هذه المرحلة أخطر المراحل فلا حياة للفرد بعيدًا عن ربه ومولاه، ومجانبًا لسبيل المؤمنين المتقين، فلا أمل في حياته إلا بالتوبة النصوح، وتقوى الله، وكثرة الذِّكر والاستغفار، وملازمة الطاعات والأعمال الصالحة بأنواعها، وعدم الانهماك في ملذات الدنيا وشهواتها؛ بل الاعتدال والتوسط فيها، ومجاهدة مستمرة لا تفتر؛ حتى تعود له الحياة، نسأل الله السلامة والعافية[٣٤].

---

[٣٣] تزكية النفوس، لأحمد فريد، مرجع سبق ذكره، ٢٤ – ٢٥ و ٧٠ – ٧٤.

[٣٤] التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (المتوفى: ١٠٣١هـ)، عالم الكتب ،القاهرة، ط١،1410 هـ، ص ٣٢٨.

الفصل الثاني: المنهج الربانيّ لمعرفة النفس الإنسانية

المبحث الاول: النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه

المبحث الثاني: النفس البشرية وصفاتها

المبحث الثالث: المنهج الرباني في بناء النفس الإنسانية

المبحث الاول: النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه

تكريم الإسلام للنفس

نظر الإسلام للنفس نظرة مكرمّة معظمة، وذلك بالإطلاق، ولا يوجد استثناء مبني على جنس أو لون أو دين، يشكل المسلمين وغير المسلمين، فيرزق الله جميع البشر، وقد تفضّل عليهم جميعًا، ويظهر ذلك على تعامل النبي عليه الصلاة والسلام مع المنكرين عليه والمخالفين له، فلا يجوز إهانة النفوس البشرية، أو وظلمها، أو التقليل من شأنها، أو التعدي عليه بظلم، كما أن النفس لن تظلم يوم القيامة، مؤمنة كانت أم كافرة.[٣٥]

النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه:

تعد النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه، سرها غامض. وقد نبَّه القرآن الكريم على البحث والتنقيب عن أسرارها قدر المستطاع؛ كما جاء في قوله تعالى: ﴿ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴾ [الذاريات: ٢١]، وذلك أمر في باب التبصر بالقلب لا مجرد النظر بالعين، تدبرٌ يُدرَك بالبصيرة النافذة إلى عمق النية لتزكيتها وإصلاح فسادها، فهذا هو الفلاح والنجاح الدائم الذي يورث رضا الله المولى؛ قال الله تعالى :﴿ فَإِذَا جَاءَتِ الطَّامَّةُ الْكُبْرَى * يَوْمَ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ مَا سَعَى * وَبُرِّزَتِ الْجَحِيمُ لِمَنْ يَرَى * فَأَمَّا مَنْ طَغَى * وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا * فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى * وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى * فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى ﴾ [النازعات: ٣٤ – ٤١]، وأقسم الله تعالى أقسامًا متتاليةً على فلاح من أنصفها بالتزكية، وعلى خيبة من تركها لهواها؛ فقال الله تعالى: ﴿ وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا * وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا * وَالنَّهَارِ إِذَا

[٣٥] تزكية النفوس، أحمد فريد، دار العقيدة للتراث ـ الإسكندرية ، ١٤١٣ هـ.

جَلَّاهَا * وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا * وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا * وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا * وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ١ – ١٠]، والنفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى، وهي لا تثبت على حال، ولا يقر لها قرار، متنقلة الأطوار بين معارجَ ومدارجَ بين الطاعات والمعاصي، والمرء لا يعرف على اليقين أين تكون نفسه؛ أفي مدرج علوي كالنفس المطمئنة أم في تسفل وانحطاط كالأمارة بالسوء.

تعتبر النفس البشرية عالم غريب، وسر عجيب، حيث تتفاوت النفوس تفاوتاً عجيباً وتختلف اختلافاً كبيراً، منها ما هو في الثرى، ومنها ما هو في الثريا، فهناك نفوس زاكية مطمئنة، بينما هناك نفوس أمارة مضمحلة، ولله در ابن القيم حيث قال: "سبحان الله، في النفس: كِبْر إبليس، وحسد قابيل، وعتو عاد، وطغيان ثمود، وجرأة نمرود، واستطالة فرعون، وبغي قارون، وقحة هامان، وهوى بلعام، وحيل أصحاب السبت، وتمرد الوليد، وجهل أبي جهل، كما أن النفس البشرية فيها من أخلاق البهائم: حرص الغراب، وشره الكلب، ورعونة الطاووس، ودناءة الجُعْل، وعقوق الضب، وحقد الجمل، ووثوب الفهد، وصولة الأسد، وفسق الفارة، وخبث الحية، وعبث القرد، وجمع النملة، ومكر الثعلب، وخفة الفراش، ونوم الضبع، غير أن الرياضة والمجاهدة تُذْهب ذلك، فمن استرسل مع طبعه فهو من هذا الجند ولا تصلح سلعته لعقد لأن الله اشترى من المؤمنين أنفسهم."[٣٦]

ويتضح لنا مما سبق أن النفس عبارة عن جهازٌ خفيٌّ عامل في الإنسان، فهي الإنسان المعنوي، ولهذا كانت موضعَ الخطاب من الله تعالى، كما أنها كانت موضع الحساب والثواب

[٣٦] في ظلال القرآن، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). القاهرة: دار الشروق،٢٠٠٣.

والعقاب، كما أن النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه، سرها غامض. وقد نبَّه القرآن الكريم على البحث والتنقيب عن أسرارها قدر المستطاع.

المبحث الثاني: النفس البشرية وصفاتها

النفس البشرية:

إن النفس البشرية واحدة كما يقول المفسرون والفقهاء إلا أن كثيرًا من أهل التصوف يقولون: إن للعبد ثلاث أنفس، والحقيقة أنه لا نزاع بين الفريقين، فإنها واحدة باعتبار ذاتها، وثلاث باعتبار صفاتها، كما جاء في قوله تعالى: ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ﴾ [الفجر: ٢٧]

وقوله تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة: ٢]

وقوله تعالى: ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ﴾ [يوسف: ٥٣]

صفات النفس البشرية:

يمكن بذلك القول بان النفس واحدة، ولكن لها صفات متعددة فتسمى باعتبار كل صفة كالتالي:

أولاً: النفس المطمئنة :

هي تلك النفس المطمئنة إلى ربها بعبوديته ومحبته والإنابة إليه والتوكل عليه والرضا به والسكون إليه، فيستغني بمحبته عن حب ما سواه، وبذكره عن ذكر ما سواه، وبالشوق إليه وإلى

لقائه عن الشوق إلى ما سواه، ولا يمكن حصول الطمأنينة الحقيقية إلا بذكر الله، كما جاء فى قوله تعالى: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]، لذا فإن طمأنينة القلب بسكونه واستقراره، وبزوال القلق والانزعاج والاضطراب عنه، والملل من هذه الحياة وما يترتب على ذلك من أمور[٣٧].

وتعد النفس المطمئنة هي نفس راضية استسلمت لخالقها برضىً وقناعة، لا تفعل إلا ما تيقَّن لها صلاحه، نفس تحقق لها الورع والإخلاص، وسمت عن الدنيا وشهواتها، واشتغلت عنها بعمارة عالم الآخرة الباقية الخالدة المحدَّدة في قوله تعالى: ﴿ فَلا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ﴾ [السجدة: ١٧] ، وهى نفس استحقت الذكر والتمجيد في قوله تعالى: ﴿يَأَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً * فَادْخُلِي فِي عِبَادِي * وَادْخُلِي جَنَّتِي﴾ [الفجر: ٢٧ – ٣٠].

ثانيا: النفس اللَّوامة:

هي تلك النفس التي لا تثبت على حال واحدة، فهي كثيرة التردد والتقلب والتلون، وهي من أعظم آيات الله. وهي مخلوق من مخلوقاته تتقلب وتتلون في الساعة الواحدة، فما بالك كيف تكون في اليوم والأسبوع والشهر والعام والعمر كله، نجد ألوانًا كثيرة وحالات متعددة ومتغايرة، فنجدها تذكر وتغفل، وتُقبل وتُعرض، وتلطف وتكشف، وتثيب وتجفو، وتحب وتبغض، وتفرح

[٣٧] في ظلال القرآن، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). القاهرة: دار الشروق،٢٠٠٣.

وتحزن، وترضى وتغضب، وتطيع وتعصى وتتقي وتفجر، إلى أضعافِ أضعاف ذلك من حالاتها وتلونها[٣٨].

وهي تلك النفس التي أقسم بها الله تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة: ٢] فاللوامة نفس متيقّظة تقيّة خائفة متوجّسة، تندم بعد ارتكاب المعاصي والذنوب فتلوم نفسها. تبرز فيها قوة الضمير فتحاسب نفسها أولاً بأوّل، وهذه كريمة على الله، لذلك أقسم بها في القرآن.

ويقول الحسن البصري رحمه الله: هي نفس المؤمن، إن المؤمن لا تراه إلا يلوم نفسه دائمًا على الفعل: لِمَ فعلت هذا، وما أَردت بهذا؟ ونحو ذلك «ولكن غيره يقول: هي نفس المؤمن توقعه في الذنوب والمعاصي ثم تلومه، وهذا اللوم من الإيمان، بخلاف الشقي، فإن نفسه لا تلومه على ذنب، بل يلومها وتلومه على فواته دون فعله.

وهناك آخرون يقولون: إن هذا اللوم للسعيد والشقي أيضًا، فالأول يلومها على ارتكاب معصية الله وترك طاعته، والثاني لا يلومها إلا على فوات حظها وهواها.

وقد فسرت طائفة أخرى أن هذا اللوم يكون يوم القيامة، فإن كان مسيئًا لام نفسه على إساءته، محسنًا لام نفسه على التقصير في طاعة الله. وحقيقة هذه الأقوال المذكورة أعلاه كلها اجتهادات المفسرين وهي كلها حق ولا تتنافى فيما بينها، فإن النفس موصوفة بهذا كله، وباعتبارها سميت اللوامة وهي نوعان:

[٣٨] مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣-٣٩٦.

- **النوع الاول: اللوامة الملومة** :وهي تلك النفس الجاهلة الظالمة التي يلومها الله وملائكته.
- **النوع الثاني: لوامة غير ملومة** :وهي التي لا تزال تلوم صاحبها على تقصيره في طاعة الله، مع بذل جهده (غير ملومة) وأشرف النفوس من لامت نفسها في طاعة الله، واحتملت لوم اللوام في مرضاته، فلا تأخذها في الله لوم لائم، أما من رضيت بأعمالها ولم تلم نفسها ولم تحتمل في الله لوم اللوام فهي تلك التي يلومها الله تبارك وتعالى.

ثالثًا: النفس الأمارة:

هي تلك التي يغلب عليها اتباع هواها بفعل الذنوب والمعاصي. وهي مذمومة نظرًا؛ لأنها تأمر بكل سوء، وهذا من طبيعتها إلا ما وفقها الله وثبتها وأعانها، قال تعالى في كتابه حاكيًا عن امرأة العزيز: ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّيَ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ [يوسف: ٥٣]

وهي تأمر صاحبها بفعل كل رذيلة، تسيطر عليها الدوافع الغريزية، وتتمثل فيها الصفات الحيوانية، وتبرز فيها الدوافع الشريرة، فهي توجّه صاحبها بما تهواه من شهوات. وأخبر سبحانه وتعالى عن تلك النفس أنها أمّارة – بصيغة المبالغة – وليست آمرة لكثرة ما تأمر بالسوء، ولأنّ ميلها للشهوات والمطامع صار عادة فيها إلاّ إنْ رحمها الله عز وجل وهداها رشدها .

وتميل النفس الأمَّارة بالسوء إلى السوء وحب العصيان، والغفلة عن الطاعة والعبادة، فهي نفسٌ استحوذ عليها الشيطان وسيطر على سلوكها وذوقها، وقتل فيها الحياء والعفَّة. هذه النفس تعلِّل فجورها واستمرارها في المعصية بنسبة كل ما يفعله الإنسان إلى البيئة والآباء أو المجتمع،

كما جاء في قوله تعالى: ﴿وَإِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً قَالُوا وَجَدْنَا عَلَيْهَا آبَاءَنَا} [الأعراف: ٢٨]، فتستكبر وتقع في الظلم لتقع في الخسران الأبدي. قال تعالى: {إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنفُسَهُمْ وَأَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ [الشورى: ٤٥]، وسبب ذلك حدَّده الشارع في قوله تعالى: ﴿لَقَدِ اسْتَكْبَرُوا فِي أَنفُسِهِمْ وَعَتَوْا عُتُوًّا كَبِيراً﴾ [الفرقان: ٢١].

المبحث الثالث: المنهج الرباني في بناء النفس الإنسانية

العقيدة:

تعد العقيدة هي الضابط الأمين الذي يحكم التصرفات، ويوجِّه السلوك، ويتوقف على مدى انضباطها وإحكامها كل ما يصدر عن النفس من كلمات أو حركات، بل حتى الخلجات التى تساور القلب والمشاعر التي تعمل في جَنَبات النفس، والهواجس التي تمر في الخيال، هذه كلها تتوقف على هذا الجهاز الحساس، وبذلك يمكن القول بان العقيدة هي دماغ التصرفات، فإذا تعطل جزء منها أحدث فسادًا كبيرًا في التصرفات، وانفراجًا هائلًا عن سَوِيّ الصراط.[٣٩]

القرآن الكريم العقيدة:

عَنِي القرآن الكريم ببناء العقيدة، فلا تكاد تخلو أية سورة –مكية كانت أو مدنية– من شد الإنسان بكُلِّيته إلى ربه، وربط كل تصرف بهذه العقيدة التي تمثل القاعدة الأساسية لهذا الدين الذي لا يقوم بدونها، وبخاصة السور المكية التي أُفردت لبناء هذه العقيدة، فلقد كانت العقيدة هي

[٣٩] مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣–٣٩٦.

الموضوع الوحيد الذي عالجته السور المكية .وعلى هذا؛ فإن كل الانحرافات التي نعانيها في سلوكنا –أفرادًا أو جماعات –راجعة بكُلِّيتها إلى الانحراف في التصوُّر العَقَدي، فالناس في هذه الأيام بحاجة إلى بناء العقيدة من جديد، وإلى تصحيح التصوُّر الاعتقادي، فلابد من إفراد الله سبحانه بالألوهية، ولابد من أن تستقر عظمة الله عز وجل في الأعماق، وأن يَعمُر النفوسَ حبُّه، ولا مناصَ من أن تحيا القلوب وهي تستشعر هيبته وجلاله .

ويقوم هذا الدين على أمور ثلاثة لابد من استقرارها في النفوس، وهي:

- ❖ حقيقة الألوهية
- ❖ حقيقة العبودية .
- ❖ الصلة بين العبد وربه

وتعد هذه الأمور الثلاثة من الامور الهامة التي لابد من استقرارها في النفوس والتي تتمثل في معرفة الله وقَدْره، ومعرفة العبد وحده، والصلة بين الخالق والمخلوق، وعلى هذا فإنه من العبث تتبُّع فروع الشرع وطلبها من شخص لا ترسخ في قلبه حقيقة هذا الدين، ولا تستقر في كيانه عظمة الله التي تهيمن على كل سكنة ونأمة وحركة في هذا الكون .[٤٠]

المنهج الربانيّ هو المنهج الصحيح لمعرفة النفس:

يُعدّ المنهج الربانيّ هو المنهج الصحيح لمعرفة النفس؛ لأنّها من صنع الله –تعالى– وهو أعلم بما يُصلحها وبما يُفسدها، وهو أعلم بما فيها من طاقات وأسرار؛ لقوله –تعالى: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [سورة الملك، آية: ١٤] ، فالطريقة الوحيدة لمعرفة النفس هي

[٤٠] القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ط٦. بيروت: دار الشروق،١٤١٧هـ.

القُرآن الكريم والسنّة النبويّة[٤١]، ومن الأمور التي بيّنها الله –تعالى– في القُرآن عن النفس والإنسان، ما يأتي:

- **تكوين الإنسان من مادّة وروح:** اشار القُرآن الكريم الى تكوين الإنسان من مادّة وروح؛ لقوله –تعالى: ﴿ إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ * فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ﴾ [سورة ص، آية: ٧١–٧٢] فالنفس البشريّة تجمع بين صفات الحيوان والملائكة، من حيث حاجاته ودوافعه الفطريّة والغريزيّة، وكذلك الحاجات الروحيّة، وهذا التكوّن يؤدّي بالإنسان إلى رفض المفاهيم والمُعتقدات الباطلة؛ كرفضه للنظريّات التي تُفسّر السلوك البشريّ على أنّه سلوك ميكانيكيّ فقط بعيداً عن الجانب الروحيّ .
- **تكوين الإنسان على الخير بطبيعته:** تكوين الإنسان على الخير بطبيعته من خلال التمييز بين الخير والشر والحقّ والباطل؛ فيميل إلى الخير ويرتاح له بفطرته، ويبتعد عن الشرّ ولا يرضاه بفطرته؛ لقول النبي –عليه الصلاة والسلام–: ((استفتِ قلبكَ: البرُّ ما اطمأنتْ إليهِ النفسُ، واطمأنَ إليهِ القلبُ، والإثمُ ما حاكَ في النفسِ وترددَ في الصدرِ، وإن أفتاكَ الناسُ وأفتوكَ)).[٤٢]
- **حرّية الإنسان في الاختيار والإرادة:** تتضح حرّية الإنسان في الاختيار والإرادة، وذلك من خلال العقل الذي وهبه الله –تعالى– إياه؛ لقوله –تعالى: ﴿وقُلِ الحَقُّ مِن رَبِّكُم فَمَن

---

[٤١] محمد عثمان نجاتي (٢٠٠١)، مدخل إلى علم النفس الإسلامي (الطبعة الأولى)، القاهرة: دار الشروق، صفحة ١٠٣–١٠٨. بتصرّف ↑ .سورة ص، آية: ٧١–٧٢.

[٤٢] رواه النووي، في الأربعين النووية، عن وابصة بن معبد الأسدي، الصفحة ٢٧، حسن

شاءَ فَليُؤمِن وَمَن شاءَ فَليَكفُر﴾ [سورة الكهف، آية: ٢٩] وبيان موقفه من المصائب ونوازع الإثم التي تعترضه في حياته .

❖ **مصدريّة القُرآن الكريم للمعلومات الأساسيّة عن النفس:** يمثل القُرآن الكريم مصدريّة للمعلومات الأساسيّة عن النفس؛ فهو كتابٌ مُنزل لهداية البشر، وهو يبيّن أحوال النفس وطُرق تهذيبها.

منهاج القرآن في تزكية الأنفس:

إن تزكية النفس تكون بتهذيبها، وصقلها، وكفها عن محارم الله، وزجرها عن حماه، وقمعها، وردعها، وتوبيخها في جنب الله، وحملها على طاعته، وخضوعها لجلاله، وخشوعها لهيبته، وتَضَعُّفها أمام قوته، وتواضعها لقدرته، ورضاها بقضائه وقدره، وصبرها على بلائه، وخوفها من بطشه، ورجائها في عفوه، وشوقها للقائه، ورقتها لخلقه، وذلتها على المؤمنين، وعزتها على الكافرين، وعدائها للشياطين وإخوان الشياطين؛ كل أولئك مظاهرُ لتزكيتها التزكية المحمودة المندوب إليها كما في قوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى (١٤) وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى (١٥) ﴾ [الأعلى: ١٤– ١٥].

إن المعلم المربي المتصدي للتزكية ينبغي له أن يعي أن أول ما بدأ به المربي المتلقي الوحي أن شد عليه ثيابه ليقوم الليل مصليًا قارئًا ذاكرًا مستغفرًا متبتلًا عابدًا. وقد قال تعالى: ﴿يَأَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ (١) قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا (٢) نِصْفَهُ أَوِ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا (٣) أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا (٤)﴾ [المزمل: ١ – ٤]. وقام صلى الله عليه وسلم قيام الليل بالنوافل والتلاوة والدعاء والخشوع، وقام أصحابه السنوات الطويلة، لذا يعد قيام الليل بالنوافل والتلاوة والدعاء والخشوع مدخلًا ضروريًا إلى عالم التزكي والتطهر.

الفصل الثالث: آفات النفس

المبحث الاول: آفة النسيان

المبحث الثاني: آفة الخطأ

المبحث الثالث: آفة الهوى

المبحث الاول: آفة النسيان

تمهيد:

تطرأ آفات النفس عليها النفس بسبب تقصير الإنسان في حق الله من جانب، أو غفلة، أو اتِّباع الأهواء وحب النفس من جانب آخر. وقد يكون سبب وجود هذه الآفات البيئة التي نشأ وتربَّى فيها الإنسان بين صدور تحمل الأحقاد ولا ترضى بما قسمه بينهم ربُّ العباد، أو ما يطرأ بعد حادث، وتتفاوت درجاتها بين الأشخاص؛ فمنهم من تجتمع فيه آفات كثيرة، ومنهم من يصاب ببعضها.

وقد عرف أهل اللغة الآفة بأنها العاهة، وفي المحكم: عَرَضٌ مفسد لما أصاب من شيء، ويُقال: آفةُ الظرف الصَّلَفُ، وآفةُ العلم النِّسيانُ، وطعامٌ مَؤُوفٌ: أَصابته آفةٌ، والآفات :جمع آفة[٤٣]

آفة النسيان:

يتطلب تحقيق الضبط والانضباط لنفس الإنسان التعرف على آفات النفس البشرية، فالنفس معرَّضة للإصابة بها وقد ذكرها القرآن . وبمعرفتها يُستعان على تحقيق الضبط والانضباط لنفس الإنسان ومن هذه الآفات الخطأ والنسيان، وهما مستمدَّان من آية يعلِّمنا فيها الخالق أن ندعوه ونسأله عدم المؤاخذة فيهما في قوله تعالى :﴿لا تُؤَاخِذْنَا إن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا﴾ [البقرة: ٢٨٦].

[٤٣] لسان العرب للمؤلف: محمد بن مكرم بن علي، أبي الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي الإفريقي (المتوفى: ٧١١هـ)، مرجع سبق ذكره.

إن أول معصية وقعت في الكون من قتل الإنسان كانت بسبب النسيان، لقوله تعالى : ﴿وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَى آدَمَ مِن قَبْلُ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْماً﴾ [طه: ١١٥]، وسبب ذلك وسوسة الشيطان كما قال تعالى: {فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لاَّ يَبْلَى﴾ [طه: ١٢٠].

ووساوس الشيطان لا تنتهي، كيف وقد أقسم الشيطان بعزَّة الرحمن أن يغرّر بالإنسان ويوقعه في جملة من المعاصي والآثام؛ حيث ذكر القرآن على لسانه :﴿قَالَ فَبِمَا أَغْوَيْتَنِي لأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ * ثُمَّ لآتِيَنَّهُم مِّنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَن شَمَائِلِهِمْ وَلا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ﴾ [الأعراف: ١٦ – ١٧]، وقوله :﴿وَقَالَ لأَتَّخِذَنَّ مِنْ عِبَادِكَ نَصِيباً مَّفْرُوضاً * وَلأُضِلَّنَّهُمْ وَلأُمَنِّيَنَّهُمْ وَلآمُرَنَّهُمْ فَلَيُبَتِّكُنَّ آذَانَ الأَنْعَامِ وَلآمُرَنَّهُمْ فَلَيُغَيِّرُنَّ خَلْقَ اللَّهِ وَمَن يَتَّخِذِ الشَّيْطَانَ وَلِيًّا مِّن دُونِ اللَّهِ فَقَدْ خَسِرَ خُسْرَاناً مُّبِيناً﴾ [النساء: ١١٨ – ١١٩]، والهدف هو أن يقع الإنسان في نسيان ذكر الله، كما قال تعالى :﴿اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ﴾ [المجادلة: ١٩].

المبحث الثاني: آفة الخطأ

من الطبعي أن تقع النفس البشرية في الخطأ؛ لقوله –صلى الله عليه وسلم –: «كل بني آدم خطَّاء، وخير الخطَّائين التوَّابون»[٤٤] ؛ بل لو لم تخطئ لغيَّرها الله بغيرها من أجل التوبة والمغفرة، لقوله –صلى الله عليه وسلم –: «لو لم تذنبوا لخلق الله خلقاً يذنبون فيغفر لهم».[٤٥] والخطأ يصدر عن النفس بدلائل من القرآن، منها:

---

[٤٤] سنن الترمذي: ٢٤٩٩/٦٥٩/٤، وحسنه الألباني، وسنن ابن ماجه: ٤٢٥١/١٤٢٠/٢، ومسند أحمد: ١٣٠٧٢/١٩٨/٣.

[٤٥] صحيح مسلم: ٢٧٤٨/٢١٠٥/٤، وسنن الترمذي: ٣٥٣٩/٥٤٨/٥، ومسند أحمد: ٢٣٥٦٢/٤١٣/٥.

قوله تعالى :﴿أَوَ لَمَّا أَصَابَتْكُم مُّصِيبَةٌ قَدْ أَصَبْتُم مِّثْلَيْهَا قُلْتُمْ أَنَّى هَذَا قُلْ هُوَ مِنْ عِندِ أَنفُسِكُمْ﴾ [آل عمران: ١٦٥]، وقوله . تعالى . :﴿وَمَا أَصَابَكَ مِن سَيِّئَةٍ فَمِن نَّفْسِكَ﴾ [النساء: ٧٩]، وما ورد على لسان الأبوين آدم وحوَّاء . عليهما السلام .: {قَالا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [الأعراف: ٢٣]، وقوله على لسان ملكة سبأ :﴿قَالَتْ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي وَأَسْلَمْتُ مَعَ سُلَيْمَانَ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [النمل: ٤٤]، وقوله على لسان موسى كليم الرحمن :﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي فَغَفَرَ لَهُ﴾ [القصص: ١٦]، وقوله على لسان امرأة العزيز : {وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّي﴾ [يوسف: ٥٣].

وقوله تعالى حكاية لقول الشيطان حين القضاء بين العباد :﴿وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدتُّكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِيَ عَلَيْكُم مِّن سُلْطَانٍ إِلاَّ أَن دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلا تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنفُسَكُم مَّا أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا أَنتُم بِمُصْرِخِيَّ إِنِّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِي مِن قَبْلُ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾ [إبراهيم: ٢٢].

المبحث الثالث: آفة الهوى

تعريف الهوى:

(أ) تعريف الهوى في اللغة :هو ميلان النفس إلى ما تستلذُّه من الشهوات من غير داعية الشرع[٤٦]، ويقال هوى النفس :إرادتها، والجمع الأهواء، وقال اللُّغويون: محبة الإنسان الشيء وغلبته على قلبه، والهوى إذا أطلق انصرف إلى ما كان شرًّا أو إلى ما كان مذمومًا، فإذا أريد به

[٤٦] انظر : التعريفات؛ للجرجاني، مرجع سبق ذكره.

ما كان خيرًا أو ما كان محمودًا فلا بد من تقييد ذلك بوصف أو نحوه كأن يقال: هوى حسن، وهوى موافق للصواب[٤٧]

(ب) تعريف الهوى اصطلاحًا: عرف العلماء الهوى بأنه شعور في النفس يميل بها إلى ما تحب من مطالب وحاجات، أو متع ولذات وشهوات، أو عواطف وانفعالات، ويقول الإمام بن الجوزي: "الهوى: ميل الطبع إلى ما يلائمه[٤٨]"

اتباع الهوى:

أن الهوى ميل الطبع إلى ما يلائمه، وهذا الميل قد خلق في الإنسان لضرورة بقائه؛ فإنه لولا ميله إلى المطعم ما أكل، وإلى المشرب ما شرب، وإلى المنكح ما نكح، وكذلك كل ما يشتهيه، فالهوى مستجلب له ما يفيد، كما أن الغضب دافع عنه ما يؤذي، فلا يصلح ذمُّ الهوى على الإطلاق؛ وإنما يُذمُّ المفرط من ذلك؛ وهو ما يزيد على جلب المصالح ودفع المضار.[٤٩]

وقد يكون ما تهواه النفس شرًّا لها أو أذًى أو ضررًا؛ قال الله تعالى :﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى ﴾ [النازعات: ٤٠]؛ أي: ما تهواه وترغب فيه قوى النفس الشهوية والغضبية ممَّا يخالف الحق والنفع الكامل، وشاع الهوى في المرغوب الذميم، وقال تعالى في معرض الكلام عن المشركين :﴿ إِنْ هِيَ إِلَّا أَسْمَاءٌ سَمَّيْتُمُوهَا أَنْتُمْ وَآبَاؤُكُمْ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ بِهَا مِنْ

---

[٤٧] لسان العرب للمؤلف: محمد بن مكرم بن علي، أبي الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي الإفريقي (المتوفى: ٧١١هـ)، مرجع سبق ذكره.

[٤٨] ذم الهوى، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (المتوفى: ٥٩٧هـ) المحقق: مصطفى عبد الواحد مراجعة: محمد الغزالي، (د.ت).

[٤٩] انظر: كتاب ذم الهوى للمؤلف؛ جمال الدين أبو الفرج عبدالرحمن بن علي بن محمد الجوزي (المتوفى: ٥٩٧هـ)، مرجع سبق ذكره.

سُلْطَانٍ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الْأَنْفُسُ وَلَقَدْ جَاءَهُمْ مِنْ رَبِّهِمُ الْهُدَى ﴾ [النجم: ٢٣]، وخاطب اليهود بقوله تعالى :﴿ وَلَقَدْ آتَيْنَا مُوسَى الْكِتَابَ وَقَفَّيْنَا مِنْ بَعْدِهِ بِالرُّسُلِ وَآتَيْنَا عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ الْبَيِّنَاتِ وَأَيَّدْنَاهُ بِرُوحِ الْقُدُسِ أَفَكُلَّمَا جَاءَكُمْ رَسُولٌ بِمَا لَا تَهْوَى أَنْفُسُكُمُ اسْتَكْبَرْتُمْ فَفَرِيقًا كَذَّبْتُمْ وَفَرِيقًا تَقْتُلُونَ ﴾ [البقرة: ٨٧]؛ أي: بما تميل إليه أنفسهم من الانخلاع عن القيود الشرعية، والانغماس في أنواع اللذات، والتصميم على العقائد الضالة.

ويتضح مما سبق أن المراد باتباع الهوى هو السير وراء ما تهوى النفس وتشتهي، أو النزول على حكم العاطفة من غير تحكيم العقل، أو رجوع إلى شرع، أو تقدير لعاقبه، والهوى عن الخير صاد، وللعقل مضاد، لأنه ينتج من الأخلاق قبائحها، ويظهر من الأفعال فضائحها، ويجعل ستر المروءة مهتوكاً، ومدخل الشر مسلوكاً. وقال عبدالله بن عباس –رضي الله عنهما–: "الهوى إله يعبد من دون الله، ثم تلا قوله تعالى :﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ﴾ [الجاثية: ٢٣]

وتتعدد أسباب اتِّباع الهوى كثيرة؛ ولكنها كلها تجتمع في مسائل قليلة؛ وهي حب الدنيا، ونسيان الآخرة، وعدم معرفة الله – جل قدره وتعالى شأنه – حق المعرفة، ونسيان الرقيب، وعدم النظر إلى قبح أثر المعصية وشدة ضررها، وطول الأمل، وعدم الرضا، فمن اتَّصف بهذا اتَّبع ما تمليه عليه نفسه.

أثر الهوى في النفس:

قال علي بن أبي طالب رضي الله عنه: "أخاف عليكم اثنتين: اتباع الهوى، وطول الأمل؛ فإن اتباع الهوى يصد عن الحق، وطول الأمل ينسي الآخرة"، وقال الشعبي: "إنما سمي الهوى هوى؛ لأنه يهوي بصاحبه[٥٠]"

وقال الإمام ابن الجوزي: "اعلم أن مطلق الهوى يدعو إلى اللذة الحاضرة من غير فكر في عاقبة، ويحث على نيل الشهوات عاجلًا وإن كانت سببًا للألم والأذى في العاجل، ومنع لذات في الآجل، فأمَّا العاقل، فإنه ينهى نفسه عن لذة تعقب ألَمًا، وشهوة تُورث ندمًا، وكفى بهذا القدر مدحًا للعقل وذمًّا للهوى، ألا ترى أن الطفل يؤثر ما يهوى وإن أداه إلى التلف، فيفضل العاقل عليه بمنع نفسه من ذلك، وقد يقع التساوي بينهما في الميل بالهوى، وبهذا القدر فضل الآدمي على البهائمِ- أعني: ملكة الإرادة – لأن البهائم واقفة مع طباعها، لا نظر لها إلى عاقبة، ولا فكر في مآل، فهي تتناول ما يدعوها إليه الطبع من الغذاء إذا حضر، وتفعل ما تحتاج إليه من الروث والبول أي وقت اتفق، والآدمي يمتنع عن ذلك بقهر عقله لطبعه، وإذا عرف العاقل أن الهوى يصير غالِبًا، وجب عليه أن يرفع كل حادثة إلى حاكم العقل، فإنه سيشير عليه بالنظر في المصالح الآجلة، ويأمره عند وقوع الشبهة باستعمالِ الأحوط في كفِّ الهوى، إلى أن يتيقَّن السلامة من الشر في العاقبة، وينبغي للعاقل أن يتمرَّن على دفع الهوى المأمون العواقب؛ ليستمر بذلك على ترك ما تؤذي غايته"

---

[٥٠] أدب الدنيا والدين، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (المتوفى: ٤٥٠هـ) ، دار مكتبة الحياة الطبعة: بدون طبعة ، ١٩٨٦م.

وإذا أتبع الإنسان نفسه هواها، فهو يسير في طريق لا يسلم معه من الآفات، ولا ينجو في نهايته من الهلاك، ولا بد من آثار ضارة لهذا الاتباع، وعواقب مهلكة، منها:

- **الإعراض عن مصدر الهداية:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه فانه يعرض عن مصدر الهداية، وذلك أن صاحب الهوى بعبوديته لشهوته وميوله، قد أعرض عن مصدر الهداية، فمن أين يأتيه التوفيق قال تعالى :﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ﴾ [الجاثية: ٢٣]، اتخذ هواه إلهًا له، لا يخالف له أمرًا.
- **تمكن الهوى من النفس:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه، فلن يبتغي رضا الله أو يخشى سخطه، فقد تمكَّن من النفس هواها، فصدَّها عن سبل الرشاد، فهو كما يقول صاحب كتاب أدب الدنيا والدين: "عن الخير صادٌّ، وللعقل مضادٌّ؛ لأنه ينتج من الأخلاق قبائحها، ويظهر من الأفعال فضائحها، ويجعل ستر المروءة مهتوكًا، ومدخلَ الشرِّ مسلوكًا".

وقد قال أبو الدرداء رضي الله عنه: "إذا أصبح الرجل، اجتمع هواه وعمله، فإن كان عمله تابع لهواه؛ فيومه يوم سوء، وإن كان هواه تبعًا لعمله؛ فيومه يوم صالح"، وقال ابن عطاء: "من غلب هواه عقله، وجزعه صبره افتضح."

- **الابتداع في دين الله تعالى:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه اتجه الى الابتداع في دين الله تعالى، فصاحب الهوى يميل إلى إثبات ذاته ووجوده، وهو لا يرضى بمنهج الله تعالى، فيبتدع منهاجًا يُوافق هواه وشهواته، أو يرفض الانقطاع عن بدعة ورثها يرى فيها لذته، وإن خالفت شرع الملك تبارك وتعالى، والابتداع ضلال، وكل ضلال في النار،

وقد أخبر النبي صلى الله عليه وسلم عن ذلك بقوله: ((أما بعد، فإن خير الحديث كتاب الله، وخير الهدي هدي محمد، وكل بدعة ضلالة))[٥١]

❖ **الوقوع في الهاوية:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه يكون مصيره الوقوع فى الهويه، وعواقب الهوى وخيمة؛ قال تعالى :﴿فَأَمَّا مَنْ طَغَى *وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا *فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى﴾ [النازعات: ٣٧ – ٣٩]؛ أي: إن من تجرَّأ على الله تعالى وعصاه، وآثر الحياة الدنيا على الآخرة، فصار سعيه لها مستغرقًا في حظوظها وشهواتها، ونسي الآخرة والعمل لها، فمأواه ومسكنه جهنم.

❖ **قسوة القلوب والاستهانة بالذنوب:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه يقسو قلبه، وذلك أن المتَّبِع لهواه يقسو قلبه ويموت، ويوم تقسو القلوب وتموت تكون الاستهانة، فلا يفكر في عاقبة أمره ويدرك ثقل الذنب، وقد أشار النبي صلى الله عليه وسلم إلى ذلك بقوله: ((إن المؤمن يرى ذنوبه كأنه قاعد تحت جبل يخاف أن يقع عليه، وإن الفاجر يري ذنوبه كذباب مرَّ على أنفه، فقال به هكذا))[٥٢]

❖ **يلقي بصاحبه إلى الضلال:** إذا اتبع الإنسان هواه، وعمل ما يرضيه سار في طريق الضلال، وإذا تأملنا في أحوال أصحاب الضلالات، رأينا الدافع فيها اتباع الهوى، وما تشتهيه النفس من حرام أو حلال حصل عليه بطريق مشروع أو محرم بمكر وخديعة أو بحسن سؤال، فلا يهمه إلا أن يحصل على المراد، وما يكون ذلك إلا ممن اتبع هواه؛ لأن المتبع لهواه صار عبدًا لشهواته؛ قال تعالى :﴿ فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ

---

[٥١] رواه الإمام مسلم.

[٥٢] رواه الإمام البخاري.

الظَّالِمِينَ ﴾ [القصص: ٥٠]، فاتباع الهوى مع إلغاء إعمال النظر ومراجعته في النجاة، يلقي بصاحبه إلى كثير من أحوال الضُّرِّ بدون تحديد، ولا انحصار فلا جرم أن يكون هذا الاتباع المفارق لجنس الهدى أشد الضلال، فصاحبه أشد الضالين ضلالًا [٥٣]

كيفية الخلاص من هوى النفس:

يجب ان نفرق هنا بين نوعين من الهوى وهما:

النوع الاول: الهوى المذموم:

إذا كان هوى النفس المذموم يقودها إلى المهالك، فلا بد له من خلاص، ولا بد من معرفة كيفية التغلب عليه، وقد بيَّن هذا أبو الحسن الماوردي بقوله: "وحسم ذلك أن يستعين بالعقل على النفس النفورة، فيشعرها ما في عواقب الهوى من شدة الضرر، وقبح الأثر، وكثرة الإجرام، وتراكم الآثام؛ فقد قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((حُفَّت الجنة بالمكارِه، وحُفَّت النار بالشهوات))، أخبر أن الطريق إلى الجنة احتمال المكارِه، والطريق إلى النار اتباع الشهوات.

وقال علي بن أبي طالب رضي الله عنه" :إياكم وتحكيم الشهوات على أنفسكم، فإن عاجلها ذميم، وآجلها وخيم، فإن لم ترها تنقاد بالتحذير والإرهاب، فسوِّقْها بالتأميلِ والإرغاب؛ فإن الرغبة والرهبة إذا اجتمعا على النفس ذلت لهما وانقادت"، وقد قال ابن السمَّاك" :كن لهواك مسوِّقًا،

---

[٥٣] انظر: التحرير والتنوير؛ محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى: ١٣٩٣هـ).

ولعقلك مسعفًا، وانظر إلى ما تسوء عاقبته، فوطِّن نفسك على مجانبته، فإن ترك النفس وما تهوى داؤها، وترك ما تهوى دواؤها، فاصبِر على الدواء، كما تخاف من الداء."

وإذا انقادت النفس للعقل بما قد أشعرت من عواقب الهوى، لم يلبث الهوى أن يصير بالعقل مدحورًا، وبالنفس مقهورًا، ثم له الحظُّ الأوفى في ثواب الخالق وثناء المخلوقين؛ كما جاء فى قوله تعالى :﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى * فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى ﴾ [النازعات: ٤٠، ٤١].

النوع الثاني: الهوى المحمود:

يكون الهوى محمودًا إذا كان موافقًا لما أمر الله به، فإن السعادة والراحة والطمأنينة والفوز إنما يكون في اتباع ما أمر الله باتباعه في كتابه العزيز، واجتناب ما نهى الله عنه، وتحكيم شرع الله تعالى والسنة الشريفة، لا في اتِّباع هوى النفس وما تمليه عليه، وهذا هو الهوى المحمود الموافق لشرع الله تعالى ورسوله، وبيَّن الله ذلك في كتابه، فقال تعالى :﴿ فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ ﴾ [القصص: ٥٠]، فبيَّن سبحانه أن الهوى يكون محمودًا إذا كان هوى المرء عن هدى، وصدق الله تعالى إذ يقول :﴿ قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى ﴾ [طه: ١٢٣]؛ أي: فمن اتبع ما أمر الله به، واجتنب ما نهى عنه، فإنه لا يضل في الدنيا ولا في الآخرة، وله السعادة والأمن في الآخرة[٥٤]

[٥٤] آفات النفس؛ نعيمة عبدالله البرش، تحقيق: رياض محمود قاسم، الجامعة الإسلامية بغزة، ٢٠٠٨.

الفصل الرابع: أخطاء النفس وسائل ضبطها وانضباطها

المبحث الاول: أخطاء النفس

المبحث الثاني: ضبط النفس وانضباطها

المبحث الاول: أخطاء النفس

أخطاء النفس:

تتعدد أخطاء النفس، ومن اهمها:

١ . الشهوة:

يقول الله تعالى: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ﴾ [آل عمران: ١٤].

وتكمن خطورة الشهوة في كونها طريقها يؤدي إلى النار حيث يقول صلى الله عليه وسلم: «حُفَّتِ الجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ».[٥٥]

– وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لما خلق الله الجنة قال لجبريل: اذهب فانظر إليها، فذهب فنظر إليها ثم جاء فقال: أي ربِّ وعزَّتك لا يسمع بها أحد إلا دخلها، ثم حفَّها بالمكاره، ثم قال: يا جبريل اذهب فانظر إليها، فنظر فيها ثم جاء فقال: أي ربِّ وعزَّتك لقد خشيت ألّا يدخلها أحد، قال: فلما خلق النار قال: يا جبريل اذهب فانظر إليها، فنظر إليها ثم جاء فقال: أي ربِّ وعزَّتك لا يسمع بها أحد فيدخلها، فحفَّها بالشهوات ثم قال: يا جبريل اذهب إليها فانظر إليها، فذهب فنظر إليها ثم جاء فقال: أي ربِّ وعزَّتك لقد خشيت ألّا يبقى أحد إلا دخلها».[٥٦]

---

[٥٥] صحيح مسلم، رقم: ٧٣٠٨.

[٥٦] المستدرك للحاكم: ٧٢/٧٢/٧٩/١، وسنن أبي داود: ٤٧٤٤/٢٣٦/٤، وصحيح ابن حبان: ٧٣٩٣/٤٠٦/١٦، ومسند أحمد: ٨٦٧٤/٣٥٤/٢.

تعد الشهوة هي ما تشتهيه النفس وتتمنَّاه وترغب في تحقيقه مهما كان المقابل خطيراً، وقد جُبلت النفس على حب الشهوات التي لن تتجاوز ما ذكر في القرآن.

ويمكن ايجاز أصول الشهوات التي يتفرع عنها غيرها في الآتي:

- **النساء:** تعتبر النساء أصل الشهوات كما أكَّد على ذلك الرسول –صلى الله عليه وسلم – في قوله: «ما تركت بعدي فتنة في الناس أضرَّ على الرجال من النساء»[٥٧] ، وقد يحصل الشذوذ والانحراف فتنقلب الشهوة إلى نمط آخر، كما قال تعالى :﴿إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّن دُونِ النِّسَاءِ﴾ [الأعراف: ٨١ . والنمل: ٥٥].
- **البنون:** ويعد البنون أحد أصول الشهوات؛ لقول الرسول صلى الله عليه وسلم: «إن الولد مبخلة مجبنة محزنة».[٥٨]
- **القناطير المقنطرة:** تعد القناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسوَّمة والأنعام والحرث أحد أصول الشهوات؛ لقول النبي صلى الله عليه وسلم: «إن لكل أمة فتنة وفتنة أمتي المال» [٥٩]
- **مُضلاَّت الهوى:** قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن ممَّا أخشى عليكم شهوات الغي في بطونكم وفروجكم ومُضلاَّت الفتن» وفي رواية «ومُضلاَّت الهوى» [٦٠]

وقد ذكر القرآن الكريم ووسيلة ضبط الشهوات بعد سردها كلها فقال سبحانه :﴿ قُلْ أَؤُنَبِّئُكُم بِخَيْرٍ مِّن ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِندَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ

---

[٥٧] صحيح مسلم، ٢٠٦٧.

[٥٨] المستدرك للحاكم، رقم: ٤٧٧١، وسنن ابن ماجه: /٣٧٣٣/٢٩٧٢/٢١٥، وصححه الألباني.

[٥٩] سنن الترمذي، رقم: ٢٣٤٢، والمستدرك: ٥٣/٧٨٩٦/٣٥٤/٤.

[٦٠] مجمع الزوائد: ١٨٨/١/ و ٣٠١/٧، والبزار: ٢٩٢/٩/ و ٣٠٨/ رقم: ٣٨٤٤، ومسند أحمد /4/420 :ورقم: ١٩٨٧٢، والترغيب والترهيب: ١٨٤/٢، والمعجم الصغير: ٣/١، وصححه الهيثمي.

وَرِضْوَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ * الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا إِنَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ * الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالأَسْحَارِ﴾ [آل عمران: ١٥ – ١٧]، وهذا يدل على الاعتقاد الجازم بقضاء الله، وأن محل تحقيق شهوات النفس . دون الوقوع فيما يغضب الله . الَجنانُ؛ حيث يقول تعالى: ﴿ وَهُمْ فِي مَا اشْتَهَتْ أَنفُسُهُمْ خَالِدُونَ﴾ [الأنبياء: ١٠٢]، وقال تعالى :﴿ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ﴾ [فصلت: ٣١]، وقال تعالى : ﴿وَفِيهَا مَا تَشْتَهِيهِ الأَنفُسُ وَتَلَذُّ الأَعْيُنُ﴾ [الزخرف: ٧١].

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «سَأَلَ مُوسَى رَبَّهُ: مَا أَدْنَى أَهْلِ الْجَنَّةِ مَنْزِلَةً؟ قَالَ: هُوَ رَجُلٌ يجيءُ بَعْدَمَا أُدْخِلَ أَهْلُ الْجَنَّةِ الْجَنَّةَ، فَيُقَالُ لَهُ: ادْخُلِ الْجَنَّةَ! فَيَقُولُ: أَيْ رَبِّ! كَيْفَ وَقَدْ نَزَلَ النَّاسُ مَنَازِلَهُمْ وَأَخَذُوا أَخَذَاتِهِمْ؟ فَيُقَالُ لَهُ: أَتَرْضَى أَنْ يَكُونَ لَكَ مِثْلُ مُلْكِ مَلِكٍ مِنْ مُلُوكِ الدُّنْيَا؟ فَيَقُولُ: رَضِيتُ رَبِّ! فَيَقُولُ: لَكَ ذَلِكَ وَمِثْلُهُ وَمِثْلُهُ وَمِثْلُهُ وَمِثْلُهُ. فَقَالَ في الخَامِسَةِ: رَضِيتُ رَبِّ! فَيَقُولُ: هَذَا لَكَ وَعَشَرَةُ أَمْثَالِهِ، وَلَكَ مَا اشْتَهَتْ نَفْسُكَ وَلَذَّتْ عَيْنُكَ. فَيَقُولُ: رَضِيتُ رَبِّ! قالَ: رَبِّ! فَأَعْلاَهُمْ مَنْزِلَةً؟ قَالَ: أُولَئِكَ الَّذِينَ أَرَدْتُ، غَرَسْتُ كَرَامَتَهُمْ بِيَدِي وَخَتَمْتُ عَلَيْهَا فَلَمْ تَرَ عَيْنٌ وَلَمْ تَسْمَعْ أُذُنٌ وَلَمْ يَخْطُرْ عَلَى قَلْبِ بَشَرٍ»، قَالَ وَمِصْدَاقُهُ فِي كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ: ﴿فَلا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [السجدة: ١٧] [٦١]

٢ . الغفلة:

تعد الغفلة من أخطاء النفس ووسيلة ضبطها اليقظة والتذكر. وتعني اليقظة طرد الغفلة والتفريط الذي يحصل للنفس البشرية، وقد حذَّر الشارع الحكيم من الوقوع في ذلك فقال :﴿وَاتَّبِعُوا

[٦١] صحيح مسلم: ٤٨٥.

أَحْسَنَ مَا أُنزِلَ إِلَيْكُم مِّن رَّبِّكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ بَغْتَةً وَأَنتُمْ لا تَشْعُرُونَ * أَن تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتَى عَلَى مَا فَرَّطتُ فِي جَنبِ اللَّهِ وَإِن كُنتُ لَمِنَ السَّاخِرِينَ﴾ [الزمر: ٥٥ – ٥٦].

ويعني التفريط التقصير والتضييع كما في اللِّسان، فرط في الأمر أي: قصر فيه وضيعه[٦٢] ، وهو لا يحصل إلا بالغفلة والنسيان، أو التكاسل والإهمال، ونجد مسلموا اليوم قد غالى الكثير منهم في الكثير من أمور دينهم، وضيَّعوا الكثير من أمور دينهم، وابتعدوا عن منهج حبيبهم محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم، وقد يرجع ذلك الى اسباب، منها:

- الانشغال التامُّ بالدنيا.
- الاقتصار على بعض مظاهر التدين.
- عدم إدراك قيمة النِّعم وقدر المنعم.
- التسويف.

٣ . الحسد:

تعد نفس الإنسان هي مصدر الحسد؛ لقوله تعالى: ﴿وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّاراً حَسَداً مِّنْ عِندِ أَنفُسِهِم مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ﴾ [البقرة: ١٠٩].

ويعتبر الحسد هو ثاني المعاصي التي وقعت في الكون، وتمثَّلت في قتل الإنسان لأخيه الإنسان، وسببه النفس الغضبية أو السبعية، أي: عدم كظم غيظ النفس والاستسلام لظلمها وسببه الحسد الذي هو خلق في الإنسان ويحتاج إلى محاربته في نفسه وإلا أوقعه في النيران.

[٦٢] لسان العرب، مادة: فرط.

وقد ذكر القران الكريم بعض امثلة للحسد وقعت في الكون منها:

- **حسد قابيل أخاه هابيل:** قد حسد قابيل أخاه هابيل لما قُبل قربانه ولم يتقبل منه، فقتله وفي ذلك يقول الله . تعالى :﴿ وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَاناً فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الآخَرِ قَالَ لأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ * لَئِن بَسَطتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا بِبَاسِطٍ يَدِيَ إِلَيْكَ لأَقْتُلَكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ * إِنِّي أُرِيدُ أَن تَبُوءَ بِإِثْمِي وَإِثْمِكَ فَتَكُونَ مِنْ أَصْحَابِ النَّارِ وَذَلِكَ جَزَاءُ الظَّالِمِينَ * فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [المائدة: ٢٧ –٣٠].
- **حسد إخوة يوسف أخاهم:** وقد حسد إخوة يوسف أخاهم وسعوا إلى قتله حيث يقول الله تعالى حاكياً قولَهم :﴿اقْتُلُوا يُوسُفَ أَوِ اطْرَحُوهُ أَرْضاً يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِنْ بَعْدِهِ قَوْماً صَالِحِينَ﴾ [يوسف: ٩].

ويمكن ضبط دَّاء الحسد عن طريق ما يلي:

- ❖ **الاستعانة بالله أولاً، ثم الصبر وتقوى الله:** يجب على الفرد إذا وجد في نفسه حسداً لغيره فليستعمل معه الصبر والتقوى فيكره ذلك في نفسه.
- ❖ **القيام بحقوق المحسود:** يجب على الفرد إذا وجد في نفسه حسداً القيام بحقوق المحسود.

❖ **عدم البغض:** يجب على الفرد إذا وجد في نفسه حسداً عدم البغض عملا بالحديث: «ثلاثٌ لا ينجو منهن أحد: الحسد، والظن، والطِّيَرَة. وسأحدثكم بما يخرج من ذلك: إذا حسدت فلا تبغض، وإذا ظننت فلا تحقّق، وإذا تطيّرت فامض» [٦٣]

❖ **العلم بأن الحسد ضرر على الحاسد في الدين والدنيا:** يجب على الفرد العلم بأن الحسد ضرر على الحاسد في الدين والدنيا، ومنفعته للمحسود في الدين والدنيا.

❖ **الثناء على المحسود وبرّه:** يجب على الفرد الثناء على المحسود وبرّه: فقد قال تعالى : ﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت: ٣٤].

❖ **القناعة بعطاء الله:** قال بعض الحكماء: «من رضي بقضاء الله . تعالى . لم يسخطه أحد، ومن قنع بعطائه لم يدخله حسد، فيكون راضياً عن ربه ممتلئ القلب به، ويتيقن بأن الحرمان أحياناً للإنسان خير من العطاء، وأن المصيبة قد تكون له نعمة، وأن الإنسان أحياناً يحب ما هو شر له ويكره ما هو خير له».[٦٤]

❖ **قمع أسباب الحسد:** يعد الدواء المفصَّل للحسد هو تتبُّع أسباب الحسد من الكِبْر وغيره وعزَّة النفس وشدة الحرص على ما لا يغني، فهي مواد المرض ولا يقمع المرض إلا بقمع المادة.

وتوجد بالإضافة إلى هذه الآفات، ذكر القرآن مجموعة من الأمراض تسيطر على النفس وتقودها إلى العصيان والخذلان، منها:

---

[٦٣] رواه ابن ابي الدنيا، من حديث أبي هريرة.

[٦٤] المستطرف: ٥٩/١.

-**الكِبْر**: يعد الكِبْر من الأمراض تسيطر على النفس وتقودها إلى العصيان والخذلان، لقوله تعالى: ﴿أَفَكُلَّمَا جَاءَكُمْ رَسُولٌ بِمَا لا تَهْوَى أَنفُسُكُمُ اسْتَكْبَرْتُمْ فَفَرِيقاً كَذَّبْتُمْ وَفَرِيقاً تَقْتُلُونَ﴾ [البقرة: ٨٧].

-**الشُّح**: يعد الشُّح من الأمراض تسيطر على النفس، لقوله تعالى: ﴿ وَأُحْضِرَتِ الأَنفُسُ الشُّحَّ﴾ [النساء: ١٢٨].

-**الاغترار بالرأي الشخصي واتباع الظن**: يعد الاغترار بالرأي الشخصي واتباع الظن من الأمراض تسيطر على النفس ، لقوله تعالى: ﴿ إِن يَتَّبِعُونَ إِلاَّ الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الأَنفُسُ﴾ [النجم: ٢٣].

المبحث الثاني: ضبط النفس وانضباطها

مفهوم الضبط والانضباط:

يقصد بالضبط هو لزوم الشيء وحبسه، والضابط هو الذي يلازم ما يضبطه، ويصبر نفسه معه حفظاً وحزماً، والأضبط الذي يعمل بيديه جميعاً، و«ضبط» فعل يتعدَّى بنفسه، بمعنى أنّ له فاعلاً ومفعولاً، فالفاعل هو الضابط والمفعول هو المضبوط، أي الموضوع والمجال الذي يقع فيه أو به أو عليه الفعل والعملية الضبطية؛ فإذا انصرف المعنى إلى ضبط النفس وانضباطها دلَّ على حبس النفس عن الشر وإلزامها بالخير مع الصبر عليها والحزم معها. وهو ما أطلق عليه علماء التربية بتزكية النفس في مقابل تدسيتها.

وقد أقسم الخالق . سبحانه . أقساماً سبعة في مطلع سورة الشمس على أن المفلح من زكَّى نفسه والخاسر من دسَّاها، فقال :﴿وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا * وَالْقَمَرِ إِذَا تَلاهَا * وَالنَّهَارِ إِذَا جَلاَّهَا * وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا * وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا * وَالأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا * وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾ [الشمس: ١ – ١٠].

والمقصود بالتزكية هنا: طهارة النفس أو تطهيرها وتنظيفها، مخالفاً للدسّ الذي هو كناية عن الإغراق في الوسخ والأوحال. ولا يعني ذلك أبداً التزكية مطلقاً لما تعترضها من سلبيات، مثل: الاستعلاء والتكبر والترفع الذي نهى الله . تعالى . عنه، كما في قوله :﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُزَكُّونَ أَنفُسَهُمْ بَلِ اللَّهُ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ﴾ [النساء: ٤٩].

ويعد القرآن طبُّ النفوس باعتباره روح الروح ونور البصيرة، وبه يتحقق الضبط والانضباط، كما قال تعالى :﴿وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحاً مِّنْ أَمْرِنَا مَا كُنتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلا الإِيمَانُ وَلَكِن جَعَلْنَاهُ نُوراً نَّهْدِي بِهِ مَن نَّشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا﴾ [الشورى: ٥٢]. والنور يضيء ويبين الأمراض، ويهدي إلى طريق الصواب، ولا يتم ذلك إلا بتحديد أمراض النفس المهلكة التي سطَّرها القرآن، من أجل تقديم الدواء الناجع لها من آياته وسُوره العِظَام

وسائل ضبط النفس وانضباطها:

ضبط النفس ليس بالأمر الهيّن؛ إذ الصراع داخليٌّ مائة بالمائة، ولكن آثاره وبوادره داخلية وخارجية، ولكن لحسن السير، وتحقيق السعادة في الدنيا والآخرة، لا مفرَّ من بذل مجهود مضاعف يُستطاع به ضبط أمراض النفس، ولن يتم ذلك إلا بأمور، منها:

١ – **الاعتراف بعيوب النفس والتعرف عليها:** يتم ذلك باتِّباع توجيهات القرآن التي سمَّاها بالبصائر في قوله تعالى: ﴿قَدْ جَاءَكُم بَصَائِرُ مِن رَّبِّكُمْ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ﴾ [الأنعام: ١٠٤]، فإذا أراد الله بعبده خيراً بصَّره بعيوب نفسه، ومن كملت له بصيرته لم تخفَ عليه عيوبه، وإذا عرف عيوبه أمكنه علاجها.

ويلاحظ الإنسان كثيراً على غيره، ولكنه لا يجرؤ على النظر في عيوبه، أو يبحث عنها، الكل يرى القَذَى في عين أخيه، ولكنه لا يرى ما في عينيه؛ ما يحصل للإنسان هو نفسه ما يحصل للجمل الذي يرى ما على ظهر أخيه من تقوس واعوجاج، ولكنه لا يعلم أن الاعوجاج عامٌّ في بني جنسه.

ولتحقيق هذا الاستبصار وجب سلوك سبيلين:

أ – أن يطلب ذلك بالجدِّ والاجتهاد والإخلاص: أن يطلب الفرد ذلك بالجدِّ والاجتهاد والإخلاص؛ ولا يتم ذلك إلا بمراقبة من يعلم السرَّ وأخفى، على مستوى القول والفعل والسلوك، مع الاستعانة بمدِّ يد الرجاء إلى الله تعالى.

وحتماً بهذا الفعل ستكون النتيجة هي الاهتداء لقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ [العنكبوت: ٦٩].

ب . مراقبة أحوال وأقوال وأفعال الآخرين: يجب على الفرد مراقبة أحوال وأقوال وأفعال الآخرين، ليقف على السيِّئ منها فيلحظه في نفسه ليتجنَّبه، باعتبار تقارب طباع الناس، فيتفقد نفسه ويطهرها في ضوء ما يراه مذموماً في غيره. وقد قيل قديماً: «العاقل من اتّعظ بغيره»، فالإعراض عن معرفة العيوب هو ضعف ونقص وفقدان للشجاعة في مواجهة النفس، ولهذا الإعراض سبب

أساسي يوقع فيه وهو: اعتقاد الإنسان أنه بلغ مرحلة من الصلاح، مع أن كل إنسان معرَّض للنقصان والخطأ، ورحم الله عمر القائل: «أحب الناس إليَّ من رفع إليَّ عيوبي».[٦٥]

٢- مجاهدة أمراض النفس وأخطائها وصفاتها الذميمة:

يجب على الفرد مجاهدة أمراض النفس وأخطائها وصفاتها الذميمة مع الاخذ فى الاعتبار أن أخطاء النفس كثيرة، لا يستطيع عادٌّ عدَّها أو حصرها، وإن كانت الإشارة إليها والتنبيه على أهمِّها أمراً أساسياً.

وقد ذكر ابن القيم، رحمه الله، بعض أخطاء النفس فقال: «في النفس كبر إبليس، وحسد قابيل، وعتوُّ عاد، وطغيان ثمود، وجرأة نمرود، واستطالة فرعون، وبغيُ قارون، وقحّة هامان (أي لؤم)، وهوى بلعام (عرّاف أرسله ملك ليلعن بني إسرائيل فبارك ولم يلعن)، وحِيَلُ أصحاب السبت، وتمرُّد الوليد، وجهل أبي جهل، كما ان فيها من أخلاق البهائم حرص الغراب، وشَرَهُ الكلب، ورعونة الطاووس، ودناءة الجعل، وعقوق الضبِّ، وحقد الجمل، ووثوب الفهد، وصَولة الأسد، وفسق الفأرة، وخبث الحية، وعبث القرد، وجمع النملة، ومكر الثعلب، وخفَّة الفراش، ونوم الضَّبع.[٦٦]

ضوابط أساسية لضبط النفس

تتعدد الضوابط الأساسية لضبط النفس، ومن أهمّها:

---

[٦٥] الصواعق المحرقة لابن حجر الهيثمي: ٢٩٩/١.

[٦٦] الفوائد لابن القيم.

١ – الاستعانة بعبادة الله تعالى:

يكون التقرُّب إلى الله عز وجل بما يحب من الأقوال والأعمال الظاهرة والباطنة، وخير ما تقرَّب به المتقرّبون إلى الله الفرائض التي فرضها الله جل وعلا، وعلى رأسها توحيد الله، ثم إن في النوافل لمجالاً واسعاً عظيماً لمن أراد أن يرتقي إلى مراتب عالية عند الله، كما قال صلى الله عليه وسلم فيما يرويه عن ربه: «وما تقرب إليَّ عبدي بشيء أحب إليَّ مما افترضته عليه، ولا يزال عبدي يتقرب إليَّ بالنوافل حتى أحبه فإذا أحببته، كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها ورجله التي يمشي بها، ولئن سألني لأعطينَّه، ولئن استعاذني لأُعيذنَّه» [٦٧]

ويشتمل الدين الإسلامي عبادات شتَّى، تملأ حياة المسلم في كل الظروف والأحوال؛ بالليل والنهار، بالقلب والبدن التي يعتبر أداؤها من أهمِّ عوامل ضبط النفس، من قيام ليل وصيام تطوع وصدقة وقراءة قرآن، وذِكْرٍ لله آناء الليل وأطراف النهار. لا شكَّ أن هذه العبادات تقوّي الصلة بين العبد وربه، وتوثّق عُرى الإيمان في القلب؛ فتضبط النفس وتزكو بها، وتأخذ من كل نوع من العبادات المتعددة بنصيب؛ فلا تَكِلُّ ولا تَسْأَمُ، لكن الانتباه لأمور تَرِدُ أمرٌ أساسي، ومنها:

- الحذر من تحوُّل العبادة إلى عادة.
- الحذر من تقديم المهمِّ على الأهمِّ، أو الأدنى على الأعلى – أي النوافل على الفرائض – كمن يقوم الليل – مثلاً – ثم ينام عن صلاة الفجر.

[٦٧] صحيح البخاري: رقم: ٦١٣٧.

فالمسلم كالنَّحلة تجمع الرَّحيق من كل الزهور، ثم تُخرجه عسلاً مصفّىً شهياً سائغاً للآكلين.

- تقديم الواجب عند تعارضه مع المستحب.
- التركيز على أعمال القلوب، وتقديمها على أعمال الجوارح؛ لقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله؛ ألا وهي القلب».[٦٨]

إن استشعار المؤمن المكاره التي تحفُّ بالجنة، يتطلب منه هِمَّة عالية تتناسب مع ذلك المطلب العالي للتغلُّب عليها، مع تنقية تلك الهمم من كل شائبة تدفع لوجه غير وجه الله، وإنما تفاوت الناس بالهِمَم لا بالصور والله لا ينظر إلى صوركم، ولكن ينظر إلى قلوبكم وأعمالكم.

ويفيد النفس ويضبطها ويزكيها أمام باريها كثرة الذكر والاستغفار لقوله تعالى: ﴿وَمَن يَعْمَلْ سُوءاً أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُوراً رَّحِيماً﴾ [النساء: ١١٠].

٢ – الاستعانة بمحاسبة النفس:

قال تعالى :﴿يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ﴾ [الحشر: ١٨].

إن آيات القرآن لتذكِّر الإنسان بيوم لا مردَّ له، فيه مساءلة الرحمن لبني الإنسان بكل ما سعت له وإليه من أعمال، كما قال تعالى: ﴿إِنَّ السَّاعَةَ آتِيَةٌ أَكَادُ أُخْفِيهَا لِتُجْزَى كُلُّ نَفْسٍ بِمَا تَسْعَى} [طه: ١٥]، والإنسان محتاج للتذكر والتذكير بأن هذا اليوم هو يوم العدل المطلق، ليس

[٦٨] صحيح ابن حبان: ٢٥٣١/٥٣١/١، وسنن الدارمي: ٢٥٣١/٣١٩/٢، ومسند الطيالسي: ٧٨٨/١٠٦/١.

فيه ظلم كما جاء فى قوله تعالى :﴿لا ظُلْمَ الْيَوْمَ﴾ [غافر: ١٧]. وليس فيه رخصة للرجوع والاعتذار أو المقايضة كما قال تعالى: ﴿وَلَوْ أَنَّ لِكُلِّ نَفْسٍ ظَلَمَتْ مَا فِي الأَرْضِ لافْتَدَتْ بِهِ﴾ [يونس: ٥٤]، بل سيجد الإنسان نفسه وبيده كتابه يقرؤه بنفسه، كما قال تعالى: ﴿اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيباً﴾ [الإسراء: ١٤].

ومحاسبة النفس تكون قبل العمل، كما قال الحسن البصري: «رحم الله عبداً وقف عند همِّه؛ فإن كان لله أمضاه، وإن كان لغيره تأخَّر».[٦٩] وتكون أثناءه، باستحضار شرع الله ومراقبته في السر والعلن. وتكون بعده، باستحضار قوله تعالى: ﴿فَوَرَبِّكَ لَنَسْأَلَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ [الحجر: ٩٢] وقوله: ﴿ لِيَسْأَلَ الصَّادِقِينَ عَن صِدْقِهِمْ﴾ [الأحزاب: ٨]. قال أحد السلف: «فإذا سأل الله الصادقين فما بالك بالكاذبين؟».

٣ – تنمية الصفات الطيبة:

يجب على المسلم تنمية الصفات الطيبة وذلك حتى يكون لها الغلبة؛ ذلك مثل: صفات الحلم والكرم والتواضع والشكر، ولا يكفي في ذلك قراءة كتاب أو حفظ نصوص، لكن تحصيلها لا بدَّ له من مجاهدة وتمرُّن وتدريب؛ فمثلاً من أراد أن يكون حليماً؛ فهذا ينبغي له أن يقوِّي إيمانه ويزيد في صبره ويكظم غيظه ويملك نفسه في مواقف الغضب، قال –صلى الله عليه وسلم –: «إنما الحلم بالتحلُّم» [٧٠]

وقد أثنى الله . جلَّ وعلا . على الكاظمين الغيظ، فقال جلَّ مِنْ قائلٍ: ﴿ وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ * الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ

---

[٦٩] شعب الإيمان: ٧٢٧٩/٤٥٨/٥، وفيض القدير: ٤٩٩/٢.

[٧٠] الجامع الصغير وزيادته: ٤٠٩٣/٤١٠/١٠، والمعجم الأوسط: ٢٦٦٣.

وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ [آل عمران: ١٣٣ – ١٣٤]، فالحديث عن المتقين هنا هو حديث عن صفة مهمة من صفاتهم، وهي كظم الغيظ، وهو أحد أهم الوسائل المعينة على ضبط النفس. وقال القرطبي في معناه: «كظم الغيظ ردُّه في الجوف».[٧١] ويُقال: كظم غيظه أي سكت عليه ولم يظهره مع قدرته على إيقاعه بعدوه. فكظم الغيظ هو منعه من أن يقع.[٧٢]

ويتضح لنا مما سبق أن ضبط النفس في مثل هذه الحالة، يكون بمنعها من التصرف خطأ في المواقف الطارئة والمفاجئة التي تتطلب قدراً من الشجاعة والحكمة وحسن التصرف. وقد وردت أحاديث كثيرة عن المصطفى –صلى الله عليه وسلم – فيها بيان فضل كظم الغيظ ومن ثَم ضبط النفس، منها: ما رواه ابن عمر . رضي الله عنهما . قال: قال رسول الله – صلى الله عليه وسلم –: «ما من جرعة أعظم عند الله من جرعة غيظ كظمها عبد ابتغاء وجه الله».[٧٣]

ويقتضي ضبط النفس من المسلم أن يتجاوز مرحلة البناء التي يجب ألَّا تتوقف، باعتبار استمرارها إلى آخر رَمَقٍ من عُمْر الإنسان، لقوله تعالى: ﴿وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾ [الحجر: ٩٩]. ليصلَ بالنفس إلى مرحلة الإعراب، فأن يصبح المرء معرَباً، هذا هو المطلوب، فهو كالكلمة، المعرب منها له في موقع الفاعل الرفع، وفي موقع المفعول به النصب، وأحياناً تجرّ إذا سبقت بحرف صغير من حروف الجر، أما المبني فقد تجاهله النحاة من قبلُ، ولم يعيروه من الاهتمام كما فعلوا مع المعرَب، لأنه ثابت لا يتغير، كما أنه لا يتفاعل مع ما حوله

---

[٧١] الجامع: ٢٠٢/٤

[٧٢] لسان العرب، مادة: كظم.

[٧٣] صحيح الترغيب: ٢٧٥٢، وصحيح ابن ماجه: ٤١٧٩/٤٠٧/٢.

من جمل وكلمات تفاعل المعرب[٧٤] ، لذا يجب على الإنسان أن يبادر (الفاعل) ليرفع سهمه عند الله، بحسن عمله في المجتمع بإبداعاته وإنجازاته؛ فالمؤمن كالغيث النافع أينما وقع نفع، وكل همِّه أن يسود الخير، وتنتشر المحبة، ويشارك في صناعة الحياة، همُّه أن يصبح راحلة يعين في رفع الأثقال عن أمته، وليس فقط واحداً يريد أن يحمل، وقد ورد في الحديث الصحيح: «الناس كإبل المائة لا تكاد تجد فيها راحلة»[٧٥]. فليحرص الإنسان على أن يكون راحلة ينفع نفسه وينفع أمته.

دور الصلاة في ضبط وانضباط النفس:

ويقول ثابت البناني: تعذَّبت بالصلاة عشرين سنة، ثم تنعمت بها عشرين سنة أخرى، والله إني لأدخل في الصلاة فأحمل همَّ خروجي منها.[٧٦]

وقد قيل للإمام أحمد: يا إمام! متى الراحة؟ فيقول وهو يدعو إلى المجاهدة: الراحة عند أول قدم تضعها في الجنة.[٧٧]

وتعد الصلاة رمز الضبط والانضباط، قال تعالى :﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ} [البقرة: ٤٥]، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ الإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً * إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً * وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً * إِلاَّ الْمُصَلِّينَ﴾ [المعارج: ١٩ – ٢٢]، فالهلع والجزع والمنع نقائص وعيوب، وعلاجها

---

[٧٤] وليد رفيق العياصرة (٢٠١٧) مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية 396-353

[٧٥] صحيح البخاري: ٦١٣٣/ ج: ٢٣٨٣/٥، وصحيح مسلم: ٢٥٤٧/١٩٧٢/٤

[٧٦] طريق الهجرتين: ٤٧٤/١.

[٧٧] الحلية: ١٣٢/١٠، وتاريخ دمشق: ١٣/٦، وفيض القدير: ٥٣/٥٦٣/٢.

ويكون بالصلاة عموم الطاعات والعبادات، فهي قيام ومثول بين يدي الله سبحانه وتعالى، وحقُّها حضور القلب وخشوع الجوارح وقد قال الملى عز وجل: ﴿ فَوَيْلٌ لِّلْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَن صَلاتِهِمْ سَاهُونَ﴾ [الماعون: ٤ – ٥]، لكن كم من مصلٍّ ليس له من صلاته إلا التعب والنصب! كم من مصلٍّ يصلي الصلاة ما يكتب له منها إلا النصف أو الثلث! وأن ليس للإنسان من صلاته إلا ما عقل منها. بل إنها لتدعو للإنسان أو عليه.

إن الصلاة مضبوطة بأزمنة وأمكنة، فالأزمنة منها ما هو اختياري، ومنها ما هو اضطراري، والأمكنة منها ما هو فاضل كالمسجد الحرام والمسجد الأقصى والمسجد النبوي، ومنها ما هو عادي كسائر المساجد، ومن الأمكنة ما تحرم فيه الصلاة أو تُكره كالمزبلة والمقبرة والمجزرة، هذا من جانب، ومن جانب ثان الصلاة مضبوطة بالإمام والمأموم؛ فالإمام يحسن أن يمتاز بصفات، كأن يكون أقرأَ القوم وغير مكروه لديهم، والمأموم له أن ينبِّه الإمام عند السهو أو الخطأ، لكن يخشى عليه إن هو رفع رأسه قبل الإمام أن يُجعل رأسه رأس حمار، فإنما جُعل الإمام ليؤتمَّ به، ومن جانب ثالث الصلاة مضبوطة بالإحرام والتسليم، وبالركوع والسجود، وما يتخلل ذلك من تكبير وغيره، وهي إلى ذلك مضبوطة بالنواقض والجوابر ... إلخ.

وقد كانت الصلاة التي كانت راحةً لرسول الله –صلى الله عليه وسلم –، كما أخبر الصادق المصدوق يوماً فقال لصاحبه: «أَرِحْنا بها يا بلال!»[٧٨] ؛ عكس أبناء الأمة اليوم الذين يقولون «أرحنا منها»، وإن لم تنطق بها شفاههم، فإن أفعالهم بها ناطقة، إنها مَفْزَعُ رسول الله –صلى الله عليه وسلم –، حيث كان «كلما حَزَبَهُ أمرٌ صلّى»[٧٩] وهي قُرَّة عينه –صلى الله عليه وسلم – كما

[٧٨] سنن أبي داود، رقم: ١٩٨٥، والمعجم الكبير: ٤/٧.

[٧٩] مسند أحمد، رقم: ٢٣٥٤٠.

قال: «حُبِّبَ إليَّ من دُنياكم الطِّيب والنساء، وجُعلت قُرَّة عيني في الصلاة».[٨٠] إنها المعين الحقيقي على تقوية الإيمان؛ فإقامة الصلاة بأداء أركانها وسننها وهيئاتها في أوقاتها يوصل الإنسان إلى تحقيق تلك الصلة المطلوبة بين العبد وربه، وحريٌّ بمن فعل ذلك أن يعينه الله، وحريٌّ به هو أن يكون لما سواها مقيماً، كما قال عمر في رسالة لعمَّاله: «إن أهمَّ أموركم عندي الصلاة، من حفظها أو حافظ عليها حفظ دينه، ومن ضيَّعها فهو لما سواها أضيع».[٨١]

وتعد الصلاة الفريضة المرافقة لوجود الإنسان المؤمن فوق هذه البسيطة، فريضة لا تسقط أبداً مع جميع الأعذار، سواء كان مرضاً أو خوفاً أو حرباً. وتكون إقامة الصلاة كما أرادها الله أن تقام، لا كما أرادها الناس.

وتعد الصلاة من اسباب نجاح المؤمنين لذا ذكرها القرآن مرتين عند حديثه عن فلاح المؤمنين وانها من صفاتهم السِّت، ، حيث بدأ بها وختم بها، فكان البدء بالخشوع فيها والختم بالمحافظة عليها، فقال :﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ * الَّذِينَ هُمْ فِي صَلاتِهِمْ خَاشِعُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ * إلاَّ عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ * فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُوْلَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ لأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ * وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ * أُوْلَئِكَ هُمُ الْوَارِثُونَ﴾ [المؤمنون: ١ – ١٠].

---

[٨٠] سنن النسائي: ٣٩٤٩، ومسند أحمد رقم: ١٢٣٥٩ و١٣١٢٣ و١٤١١٤، والمعجم الكبير: ٤٢٠/٢٠، وطبقات ابن سعد: ٣٩٨/١/ و ٢٢٠/٢.

[٨١] الجامع لأحكام القرآن للقرطبي: ١٦٤/١/ و٣٦٤/١٠/ و١٢٣/١١. وتفسير ابن كثير: ١٢٨/٣/ والدر المنثور للسيوطي: ٧١٣/١.

وتعتبر الصلاة مضخَّة الإطفاء التي تطفئ النار المشتعلة الموقدة التي تلفح القلوب والعقول، وممحاة للذنوب، حيث يروي[٨٢] لنا سلمان الفارسي رضي الله عنه، أنه كان يوماً مع رسول الله –صلى الله عليه وسلم – تحت شجرة فأخذ منها غصناً يابساً، فهزَّه حتى تَحَاتَّ ورقُه، ثم قال: يا سلمان! ألا تسألني لِمَ أفعل هذا؟ قلت: ولِمَ تفعله؟ قال: إن المسلم إذا توضأ فأحسن الوضوء، ثم صلى الصلوات الخمس تحاتَّت خطاياه كما تحاتَّ هذا الورق، ثم تلا :﴿وَأَقِمِ الصَّلاةَ طَرَفَيِ النَّهَارِ وَزُلَفاً مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ﴾ [هود: ١١٤].

وتعد الصلاة كالماء الذي يطفئ النار وسوادها ويغسل أثرها من بين جوانح الإنسان، لهذا قال –صلى الله عليه وسلم –: «إن لله ملكاً ينادي عند كل صلاة يا بني آدم قوموا إلى نيرانكم التي أوقدتموها فأطفئوها».[٨٣]وهو ما شرحه ابن مسعود: «تحترقون تحترقون، فإذا صليتم الصبح غسلتها، ثم تحترقون تحترقون، فإذا صليتم العصر غسلتها، ثم تحترقون تحترقون، فإذا صليتم المغرب غسلتها، ثم تحترقون تحترقون فإذا صليتم العشاء غسلتها، ثم تنامون فلا تكتب عليكم حتى تستيقظوا».[٨٤]

ويتضح لنا مما سبق عظمة الصلاة ودورها في ضبط وانضباط النفس، لذا يجب على كل مسلم أن يتساءل عن عدد صلوته وكيفية ادائها، وغياب الضبط المطلوب، فسيتعرف على السبب اليقين، ولن يلوم إلا نفسه، ولن يرجو إلا رب العالمين.

---

[٨٢] سنن الدارمي: ١٩٧/١، ومسند أحمد، رقم: ٢٣٨٧٣/ و ٢٣٨٦٤، والمعجم الكبير: ٢٥٧/٦.

[٨٣] المعجم الأوسط: ٦٤٤٨.

[٨٤] المعجم الأوسط: ٢٢٤٥٢٦

الفصل الخامس: مجاهدة النفس وفضله

المبحث الاول: مجاهدة النفس

المبحث الثاني: فضل مجاهدة النفس

المبحث الثالث: نماذج على جهاد النفس

المبحث الاول: مجاهدة النفس

تعريف مجاهدة النفس:

عرَّف أهل اللغة المجاهدة بأنها: فطام النَّفس عن الشَّهوات، ونزع القلب عن الأماني والشَّهوات[٨٥]، وقال الجرجاني في كتابه التعريفات: "المجاهدة: في اللغة: المحاربة، وفي الشرع: محاربة النفس الأمَّارة بالسوء بتحميلها ما يشقُّ عليها بما هو مطلوب في الشرع."

وعرَّفَها أهل الاصطلاح بأنها :معالجة للنفس بتزكيتها، لتفضي إلى الفلاح[٨٦]

وقال المناوي: المجاهدة: حمل النفس على المشاق البدنية ومخالفة الهوى وقيل: هي بذل المستطاع في أمر المطاع (الله) .[٨٧]

قال القشيري: أصل مجاهدة النفس فطمها عن المألوفات وحملها على غير هواها.[٨٨]

كيفية مجاهدة الفرد لنفسه:

مجاهدة المسلم لنفسه هِيَ مُحَارَبَةُ للنفس الأمَّارة بالسوء بتحميلها ما يشق عليها بما هو مطلوب في الشرع.[٨٩]وإن مجاهدة المسلم لنفسه على طاعة الله تعالى واجتناب معاصيه، هي السبيل إلى مرضاة الله تعالى، ودخول جنة عرضها السماوات والأرض، فيها ما لا عين رأت ولا

---

[٨٥] انظر: لسان العرب.

[٨٦] انظر: ميزان العمل؛ للإمام: أبي حامد محمد بن محمد الغزالي

[٨٧] نضرة النعيم نقلاً عن التعريفات ص٢٠٤

[٨٨] نضرة النعيم نقلاً عن فتح الباري

[٨٩] التعريفات . عبد القادر الجرجاني . صـ ٢٠٤

أُذن سمعت، ولا خَطَرَ على قلب بَشَرٍ. ويتطلب مجاهدة الفرد لنفسه الاجابة على التساؤلات التالية:

(١) لماذا عليه مجاهدة النفس؟

- **غايته وهدفه هو الوصولُ إلى جنة الخلد ونعيمِها**: يجاهد الفرد نفسه لأن غايته وهدفه هو الوصولُ إلى جنة الخلد ونعيمِها؛ ولأنه المسؤول عن تقويم وتهذيب نفسه، خلَق الله له عقلًا، وميَّزه بالفكر والإمكانيات الذهنية المتعددة، إنها إرادته ومسؤوليته أن يحاسب نفسه، فقد قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا *فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا *قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا *وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾ [الشمس: ٧ – ١٠].
- **آيات عديدة تُشِير إلى خطورة اتِّباع هوى النفس**: تُشِير آيات عديدة إلى خطورة اتِّباع هوى النفس؛ وذلك لأنها طريقُ الضلال والندم والحسرة وظلم النفس.

–قال تعالى :﴿وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾ [الكهف: ٢٨].

–وقال تعالى :﴿فَلَا يَصُدَّنَّكَ عَنْهَا مَنْ لَا يُؤْمِنُ بِهَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَتَرْدَى﴾ [طه: ١٦].

–وقال تعالى :﴿فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ﴾ [القصص: ٥٠].

(٢) مجاهدة النفس من ماذا؟

يجاهد الفرد نفسه مِن كل المتسبِّبات في إلحاق الضرر بها، على سبيل المثال: الحسد، الغَيرة، الطمع، الكِبر، اتِّباع الهوى، سُوء الظن بالله تعالى، وسُوء الظن بالناس، آفات اللسان بصورِها المتعددة؛ كالغِيبة والنَّميمة والكذب وغيرها.

(٣) كيف يكتشف الفرد نفسه؟

يكتشف الفرد نفسه من خلال التحدث إلى نفسِه، وأن يتحاورَ معها ويسألها: ما الذي يُحرِّكها ويتسبَّب في سلوكه وأفعاله، فلإنسان بنفسه بصير كما جاء في قوله تعالى :﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ ﴾ [القيامة: ١٤].

(٤) كيف يحدِّد الفرد ما يحتاج إلى التهذيب والتقويم والإرشاد في نفسه؟

يحدِّد الفرد ما يحتاج إلى التهذيب والتقويم والإرشاد في نفسه من خلال الاتي:

أ- التحدث إلى نفسِه: يحدِّد الفرد ما يحتاج إلى التهذيب والتقويم والإرشاد في نفسه من خلال التحدث إلى نفسِه والاجابة على الاسئلة التالية:

- ✓ هل السبب في الحسد والغَيرة عنده من الآخرين سببها سُوء النية؟
- ✓ هل السبب في الرغبة في زوال النِّعَم التي أنعَمَها الله علي الآخرين سببها ضعف الايمان؟
- ✓ هل يبني عَلاقاته مع الآخرين على أساس الافتراضات، وتُحرِّكه الأوهامُ والظنون فى ذلك؟

✓ هل يتَّبِع هواه، أم أنَّه يخلِص النية لله تعالى، ويبحث دائمًا عمَّا أمره الله، ويتَّبِع تعليماته ومنهجه؟

ب- التحدث إلى شيخ بصير: أن يجلس بين يدي شيخ بصير بعيوب النفس، مطلع على خفايا الآفات، فيُحكمه في نفسه، ويتَّبع إشارته في مجاهدته، وهذا شأن طالب العلم مع شيخه، والتلميذ مع أستاذه، فيُعرفه أستاذه وشيخه عيوبَ نفسه، وطُرق علاجها، وهذا قد عزَّ في هذا الزمان وجودُه.

ج- التحدث إلى صديقًا صدوقًا بصيرًا متدينًا: أن يطلب صديقًا صدوقًا بصيرًا متدينًا، فيُنصِّبه رقيبًا على نفسه؛ ليلاحظ أقواله وأحواله وأفعاله، فما كرِه من أخلاقه وأفعاله، وعيوبه الظاهرة والباطنة، نبَّهه عليها، وهكذا كان يفعل الأكابر من أئمة الدين.

كان عمر رضي الله عنه يقول: "رَحِمَ الله امْرأً أهدى إليّ عيوبي[٩٠]"

وكان يسأل سلمان عن عيوبه، ويقول: ما الذي بلغك عني مما تكرهه؟[٩١].

وكان يسأل حذيفة ويقول له: أنت صاحب سرِّ رسول الله صلى الله عليه وسلم في المنافقين، فهل ترى عليّ شيئًا من آثار النفاق؟ (وهو خيرٌ منهما)[٩٢]

د-اراء الاعداء: أن يستفيد معرفة عيوب نفسه من ألسن أعدائه، فإن عين السخط تُبدي المساوي.

---

[٩٠] إحياء علوم الدين ج٣ ص٦٤.

[٩١] إحياء علوم الدين ج٣ ص٦٤.

[٩٢] إحياء علوم الدين ج٣ ص٦٤.

هـ- مخالطة الناس: أن يخالط الناس، فكل ما رآه مذمومًا فيما بين الخلق، فيَجتنبه بعد أن يَنسبه إليه، فإن المؤمن مرآة المؤمن، فيرى من عيوب غيره عيوبَ نفسه. وقيل لعيسى عليه السلام: مَن أدَّبَك؟ قال: ما أدَّبني أحدٌ! رأيتُ جهل الجاهل شَينًا، فاجْتَنَبْتُه[٩٣].

(٥) ما النفس التي ينبغي مجاهدتها؟

إذا تأمَّلْنا أنواع النفوس، نرى بأن منها ما يدعو صاحبه إلى الطاعة، أو يلومه على تركها كما يلومه على فعل المعصية كما نرى في النفس المطمئنَّة واللوَّامة، وكذا النفس السويَّة والزكيَّة، فهما أيضًا لا يدعوان صاحبهما إلى رذيلة، ومع ذلك يجب المجاهدة من أجل الحفاظ على هذه الصفات؛ حتى لا تنحرف بسبب غفلة القلب، أو تقصير في الطاعات، وأما النفس الأمَّارة بالسوء، فهي صاحبة النصيب الأكبر من هذه المجاهدة حتى تصل إلى درجة من درجات النفوس السالفة الذكر.

متطلبات مجاهدة النفس:

يتطلب نجاح الفرد في مجاهدة النفس عدد من المتطلبات منها:

١-**إخلاص النية لله تعالى :**يتطلب نجاح الفرد في مجاهدة النفس أن تكون نيته دائمًا خالصة لله تعالى في جميع أُمور حياتِه وعَلاقاته بالآخرين؛ فإنه عندما يسامح الناس يكون لسعيه للحصول

[٩٣] أدب الدنيا والدين؛ الماوردي ص٢٨٤، الآداب الشرعية؛ لابن مفلح ج٣ ص٥٢٤.

على مغفرةِ الله تعالى وعفوه عنه، وأن يرحمه برحمته التي وَسِعت كل شيء، كما يجب عليه عدم التعلق بالآخرين، ويجعَلْ قلبه متعلقًا بالله، مشغولًا به وبالتفكير في الطرق التي تقربه إليه.

٢-الاقتراب من الله:

يكون القربُ مِن الله من خلال:

- **العبادات** :يجب على الفرد الحرص على الالتزام بالعبادات؛ من صلاة وصوم وزكاة بشكل دائم.
- **الاستغفار**: يجب على الفرد المداومة على الاستغفار لان فوائد الاستغفار جمَّةٌ؛ منها: مغفرة الذنوب، ورحمة الله، وتفريج الهموم، وصور شتى من الرزق؛ كالأموال والبنين، والهدف الأكبر هو نعيم الجنة، قال سبحانه وتعالى :﴿ وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا ﴾ [النساء: ١١٠]، ﴿ فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا *يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا *وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا ﴾ [نوح: ١٠ – ١٢].

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((مَن لزِم الاستغفارَ، جعَل الله له مِن كلِّ همٍّ فرجًا، ومِن كلِّ ضيقٍ مخرجًا، ورزَقَه مِن حيث لا يحتسب))؛ رواه أبو داود عن ابن عباس.

- **الصبر** :يجب على الفرد التحلى بالصبر لانه من أكثر الأشياء التي تُعِينه على مجاهدة نفسه؛ لذا على الفرد الصبر على الابتلاءات والشدائد، الصبر على تأخُّر استجابة الله لدعائه، ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ [البقرة: ٤٥].

- **الدعاء** : يجب على الفرد أن يسأَلِ الله ويتقرَّب إليه ولا ييئس مِن رحمته، ويصبر، ويتذكر سيدنا يونسَ عليه السلام، ونجاته من بطن الحوت، ﴿ وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ *فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ ﴾ [الأنبياء: ٨٧، ٨٨]. ويجب على الفرد الاستمرار في الدعاء والالتجاء إلى الله وحده، فالله سبحانه وتعالى لأنه قادرٌ على أن يُثبِّت قلبه على الإيمان والتقوى، فقد قال الله تعالى :﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [البقرة: ١٨٦].
- **حسن الظن بالله** :يجب على الفرد حسن الظن بالله وهذا يعني ألا ييئسَ مِن رحمة الله ومغفرته، ويفترض الخير دائمًا، وأن يصبر على الابتلاءات؛ فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((يقول الله تعالى: أنا عند ظنِّ عبدي بي وأنا معه إذا ذكَرني؛ فإن ذكَرَني في نفسِه ذكرتُه في نفسي، وإن ذكَرني في ملأٍ ذكرتُه في ملأ خيرٍ منهم، وإن تقرَّب إليَّ بشبرٍ تقرَّبت إليه ذراعًا، وإن تقرَّب إليَّ ذراعًا تقرَّبتُ إليه باعًا، وإن أتاني يمشي أتيتُه هرولةً))؛ رواه البخاري ومسلم.
- **كثرة السجود** :أكثِر من السجود والتضرُّع إلى الله، واستَشعِرْ عظمة وقدرة الخالق، اسجُد له حمدًا وشكرًا على نِعَمِه التي أنعمها عليك، واسجد إليه طمعًا في رحمته ومغفرته واستجابته لك.
- **مخالفة الهوى** :مَن يجاهد نفسه ويبتَعِد عن هوى نفسِه، فجزاؤه نعيم الجنة؛ قال الله تعالى :﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى *فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى ﴾ [النازعات: ٤٠، ٤١].

٣- **العلم** : المؤمن مكلَّفٌ شرعًا بأن يُفكِّر ويتعلَّم العلم الصالح من كتابِ الله وسُنَّة رسولِه صلى الله عليه وسلم، وقصص الأنبياء والصحابة، وأن يتحرَّى دقة المعلومات الواردة، وأن يعتمد على الكتب الموثوق في مصادرها وصحتها .

٤-**الصحبة الصالحة** :يجب على الفرد البحث عمَّن يزيد همته ويقوّيها، ومَن يتعاون معه على البر والتقوى، فقد قال الله تعالى :﴿الْأَخِلَّاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ ﴾ [الزخرف: ٦٧]، المتَّقون هم الذين تحابُّوا في الله، وكانت نيتهم خالصةً لإرضاء الله وطاعته وعبادته حق العبادة.

٥- **الحرص على عمل الخير**:يجب على الفرد الحرص على عمل الخير لما له من اثر كبير فقد قال تعالى :﴿ فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ *وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ﴾ [الزلزلة: ٧، ٨]، مثقال ذَرَّة الخيرِ يُحاسِبك الله عليها، وتذكَّر أن الله يُضاعف لمن يشاء، ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ [التوبة: ١٠٣]؛ الابتسامة صدقةٌ، ردُّ التحية والسلام، تخفيف كُرْبةِ أحدٍ ومساعدته، عون أخيك، إنها أشياء يسيرة، ولكن منزلتها عند الله عظيمة.

٦-**السلام النفسي** :يجب على الفرد التخلُّص من كل المشاعر السلبية؛ من كره، وبُغْض، وكراهية، ورغبة في الانتقام من الآخرين، افترض حسن النيات للآخرين، استبدل بمشاعرك السلبية مشاعرَ إيجابية تُساعِدك على تحقيق السلام النفسي والهدوء والطمأنينة، تسامَحْ، وعليك بكظم الغيظ والإحسان، قال الله تعالى :﴿ وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ *الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴾ [آل عمران: ١٣٣، ١٣٤]، يجب على الفرد ان يعلم ان باب الرحمة

والمغفرة ما زال أمامه، لذا عليه ان يجاهِدْ نفسَه وانتَصِرْ على شرورها، ولا يتكاسَل ولا ييئس من رحمة الله.

حَقيقة المُجاهَدة:

تَكون المُجاهَدة بثلاثة أشياء:

الأوَّل: أنْ يكمِل الفرد العمَل مِن أوَّله إلى آخِره، عِبادةً ودعْوةً، وشرْطُه أن يَكون خالِصًا لله، مُوافِقًا لسنَّة رسول الله – صلَّى الله عليه وسلَّم.

الثاني: تضحِيَة الفرد بالبذْل والتَّرْك مِن أجْل الدِّين، فنُقَدِّم حاجات الدِّين على حاجات النَّفْس، والدَّعوة على جميع الأعمال، والأهمَّ على المُهمِّ.

الثالث: ان يحرص الفرد على الاستِقامة على هذا العمل، والاستِمرار فيه، وإقامة الناس عليه، وبذلك تَحصُل لنا السَّعادة في الدنيا والآخرة، كما قال سبحانه :﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ *نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ *نُزُلًا مِنْ غَفُورٍ رَحِيمٍ ﴾ [فصلت: ٣٠ – ٣٢]

المبحث الثاني: فضل مجاهدة النفس

تمهيد:

تدعو النفس إلى الطغيان وإيثار الحياة الدنيا والرب تعالى يدعوا عبده إلى خوفه ونهى النفس عن الهوى وهذا موضع المحنة والابتلاء

قال ابن القيم رحمه الله: " ففي النفس ثلاثة دواعي متجاذبة: داعٍ يدعوها إلى الاتصاف بأخلاق الشيطان من الكبر والحسد والعلو والبغي والشر والأذى والفساد والغش، وداع يدعوها إلى أخلاق الحيوان وهو داعي الشهوة، وداع يدعوها إلى أخلاق المَلَك من الإحسان والنصح والبر والعلم والطاعة وهنا يأتي دور المجاهدة[٩٤].

مراتب مجاهدة النفس:

بيَّن الإمام ابن القيم رحمه الله أن لجهاد النفس مراتبَ ينبغي معرفتُها: فقال رحمه الله تعالى: جهاد النفس على أربع مراتب:

المرتبة لأولى: مجاهدتها على تعلُّم الهدى ودين الحق.

المرتبة الثانية: مجاهدتها على العمل به –أي: بالهدى ودين الحق– بعد علمه.

المرتبة الثالثة: مجاهدتها على الدعوة إلى الحق.

المرتبة الرابعة: مجاهدتها على الصبر على مشاقِّ الدعوة إلى الله، وأذى الخلق، ويتحمَّل ذلك كله لله.

[٩٤] مدارج السالكين ابن القيم ج٢

ثم قال رحمه الله عقب ذلك: فإذا استكمل المسلم هذه المراتب الأربع، صار من الربَّانيين، فإن السلف مجمعون على أن العالم لا يستحق أن يُسمَّى ربانيًّا حتى يعرف الحق، ويعمل به ويعلمه، فمن علِم وعمل وعلَّمَ فذاك يدعى عظيمًا في ملكوت السماوات[٩٥]

نواحي مجاهدة النفس:

جاء عن ابن القيّم رحمه الله تعالى أنّ المجاهدة تكون في أربعٍ وهي: مجاهدة النّفس، والشيطان، والهوى، والدّنيا، وقد فُرضت على المسلم المجاهدة في هذه الأربع ابتغاء مرضاة الله وطلب هدايته حتى ينال الفوز بالجنّة، فالله سبحانه وتعالى عندما خلق الإنسان جعل فيه نفسين: النّفس الأمّارة، والنّفس المطمئنّة، وهما متعاديتان فما يُرضي النّفس المطمئنّة لا يُرضي النفس الأمّارة، وما يُرضي النّفس الأمّارة لا يُرضي النّفس المطمئنّة؛ والذي تتلذّذ به وتستمتع به النّفس الأمّارة تتألم به النّفس المطمئنّة، والعكس صحيحٍ، فالنّفس المطمئنّة تبتغي رضا الله سبحانه وتعالى من خلال العمل لأجله وتطبيق شرعه واتّباع أوامره واجتناب نواهيه، وهذه الصّفات تكون شاقّةً ومؤلمةً على النّفس الأمّارة فهي أمارةٌ بالسّوء وتعمل لغير الله.

وتنقسم طبيعة النّفس الإنسانيّة كما جاء عن ابن القيّم رحمه الله تعالى إلى ثلاثة أقسامٍ وهي: النّفس الأمّارة بالسوء، والنفس اللوّامة، والنفس المطمئنّة، ويمكن أن تجتمع هذه الأقسام في النّفس البشريّة في اليوم الواحد، فتكون في فترةٍ من اليوم مطمئنةً وتصبح بعد قليلٍ أمّارةً بالسّوء،

[٩٥] نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم؛ تأليف: عدد من المختصّين بإشراف الشيخ/ صالح بن عبدالله بن حميد إمام وخطيب الحرم المكي.

فيُحكم على طبيعة النفس في صفاتها الغالبة من خلال طبع صاحبها وتصرّفاته، والمطلوب من المسلم مجاهدة نفسه وتدريبها حتى تُصبح نفساً مطمئنةً.[٩٦]

فضل مجاهدة النفس:

يجب على الإنسان المسلم تقوى الله لأنّ العاقبة للمتّقين، وتكون التّقوى من خلال اتباع أوامر الله واجتناب نواهية والعمل ابتغاء وجهه، وعدم التحيّز للباطل، لأنّ الباطل يتحيّز مع الشّيطان والنّفس الأمّارة، والحقّ يتحيّز مع النّفس المطمئنّة والنصر يكون مع الصبر، فمن صبر واتّقى وجاهد نفسه ابتغاء مرضاة الله فله العاقبة وله الفوز في الدنيا والآخرة كما وعد الله تعالى.

ويقول ابن القيّم: " وأفرض الجهاد جهاد النفس، وجهاد الهوى، وجهاد الشّيطان، وجهاد الدنيا؛ فمن جاهد هذه الأربعة في الله هداه الله سبل رضاه الموصلة إلى جنّته"، وقال: "وقد ركب الله سبحانه في الإنسان نفسين: نفسًا أمارة، ونفسًا مطمئنة، وهما متعاديتان، فكلّ ما خف على هذه ثقل على هذه، وكل ما التذّت به هذه تألّمت به الأخرى، فليس على النفس الأمارة أشق من العمل لله وإيثار رضاه على هواها، وليس لها أنفع منه، وليس على النفس المطمئنة أشقّ من العمل لغير الله، وما جاء به داعي الهوى، وليس عليها شيء أضر منه، والملك مع هذه عن يمنة القلب، والشيطان مع تلك عن يسرة القلب، والحروب مستمرة لا تضع أوزارها إلا أن يستوفى أجلها من الدنيا، والباطل كله يَتحيّز مع الشيطان والأمارة، والحقّ كله يتحيز مع الملك والمطمئنة، والحرب دول وسجال، والنصر مع الصبر، ومن صبر وصابر ورابط واتقى الله فله

---

[٩٦] ألفاظ أحوال النفس وصفاتها في القرآن الكريم، زين ياسين، (الطبعة الاولى)، نابلس: جامعة النجاح الوطنية،٢٠٠٩، ص ص ١٨-١٩.

العاقبة في الدنيا والآخرة، وقد حكم الله تعالى حكمًا لا يبدل أبدا: أن العاقبة للتقوى، والعاقبة للمتّقين".

وقال تعالى :﴿ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ﴾ [العنكبوت:٦٩] فعلق سبحانه الهداية بالجهاد فأكمل الناس هداية أعظمهم جهاداً، وأفرض الجهاد: جهاد النفس وجهاد الهوى وجهاد الشيطان وجهاد الدنيا، فمن جاهد هذه الأربعة فى الله هداه الله سبل رضاه الموصلة إلى جنته

ثمار مجاهدة النفس:

يترتب على جهاد النفس عدد من الثمار منها:

- إخضاع النَّفْس والهوى لطاعة الله عزَّ وجلَّ.
- إبعاد النفس عن الشَّهوات وصد القلب عن التَّمنِّي والتَّشهِّي.
- قمع للشيطان ووساوسه.
- نهي النَّفْس عن الهوى فيه خير الدنيا والآخرة.
- اتباع طريق قويم يوصِّل إلى رضوان الله تعالى والجنة.
- السمو بين أقرانه وفي مجتمعه.
- تعوُّد الصبر عند الشَّدائد على الطاعات وعن المعاصي.
- سوء الظن بالنَّفْس يعين على محاسبتها، وتأديبها.
- يمتلك ناصية الخير، ويصبح حسن الأخلاق[٩٧].

[٩٧] نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم؛ تأليف: عدد من المختصّين بإشراف الشيخ/ صالح بن عبدالله بن حميد إمام وخطيب الحرم المكي

المبحث الثالث: نماذج على جهاد النفس

تمهيد:

تعتبر مجاهدة النفس من أصعب الأمور التي تواجه الإنسان في حياته الدنيا إطلاقاً، والحقيقة أن أصل الحياة الدنيا مبنية على مجاهدة المسلم لنفسه، وكبحه جماح شهواتها وشبهاتها، وتهذيب سلوكها وتقويم طريقتها، ومعالجة إصرارها، ودوام أطرها على الحق، والبعد بها عن كل أسباب الشرور والفساد والفسوق.

ويختلف الناس عموما في تقويم نفوسهم ومجاهدتها؛ فمنهم قوي الإرادة الذي يملك نفسه ولا تملكه، فهو يسعى بها دوما لما فيه الرفعة والصلاح، ومنهم مسلوب الإرادة؛ من تملكه نفسه ولا يملكها، فهي تسعى به إلى حيث راحتها وتلبية شهواتها وملذاتها، ومنهم ما بين وبين ممن هو في صراع مع نفسه، فتارة يملكها وتارة تملكه.

ويحتاج إصلاح النفس لجهد كبير ليس بالهين، وقد يستغرق ذلك سنين حتى تستقيم النفس فلا تأمر صاحبها إلا بالخير، قال أحد السلف :(مكثت أربعين سنة أُقوِّم نفسي على الخير حتى استقامت).

نماذج على جهاد النفس:

(أ) نبينا صلى الله عليه وسلم:

يعد نبينا صلى الله عليه وسلم القدوة في مجاهدة النفس فقد روى البخاري عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: أَنَّ نَبِيَّ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَقُومُ مِنَ اللَّيْلِ حَتَّى تَتَفَطَّرَ قَدَمَاهُ، فَقَالَتْ عَائِشَةُ: لِمَ تَصْنَعُ هَذَا يَا رَسُولَ اللَّهِ وَقَدْ غَفَرَ اللَّهُ لَكَ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِكَ وَمَا تَأَخَّرَ؟ قَالَ: أَفَلاَ أُحِبُّ أَنْ أَكُونَ عَبْدًا شَكُورًا، فَلَمَّا كَثُرَ لَحْمُهُ صَلَّى جَالِسًا، فَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَرْكَعَ قَامَ فَقَرَأَ ثُمَّ رَكَعَ.[٩٨]

وعن ابن مسعود رضى الله عنه قال: صليت مع النبي صلى الله عليه وسلم ليلة فلم يزل قائماً حتى هممت بأمر سوء. قلنا :وما هممت؟ قال: أن أقعد وأذره " (رواه البخاري).

(ب) مجاهدة السلف الصالح لأنفسهم:

سوف نذكر بعض الأمثلة لمجاهدة السلف الصالح لأنفسهم:

- قَالَ ابْنُ شَوْذَبٍ رَحِمَهُ اللهُ: كَانَ عُرْوَةُ بنُ الزُّبَيْر يَقْرَأُ رُبُعَ القُرْآنِ كُلَّ يَوْمٍ فِي المُصْحَفِ نَظَرًا وَيَقُوْمُ بِهِ اللَّيْلَ[٩٩]
- قَالَ أَنَسُ بْنُ عِيَاضٍ رَحِمَهُ اللهُ: رَأَيْتُ صَفْوَانَ بْنَ سُلَيْمٍ، وَلَوْ قِيلَ لَهُ: غَدًا الْقِيَامَةُ مَا كَانَ عِنْدَهُ مَزِيدٌ عَلَى مَا هُوَ عَلَيْهِ مِنَ الْعِبَادَةِ؛ [١٠٠]

---

[٩٨] رواه البخاري . حديث: ٤٨٣٧، انظر ايضا: مرقاة المفاتيح . علي الهروي . جـ٣ . صـ ٩٢٢

[٩٩] سير أعلام النبلاء . للذهبي . جـ٤ . صـ ٤٢٦

❖ عن ربيعة بن كعب الأسلمي رضى الله عنه قال: كنت مع النبي صلى الله عليه وسلم فأتيته بوضوئه وحاجته، فقال لى: سل، فقلت: اسألك مرافقتك في الجنة، قال: أو غير ذلك؟ قلت: هو ذاك، قال: فأعنى على نفسك بكثرة السجود " [١٠١]

❖ وعن أبىّ بن كعب رضى الله عنه قال: " كان رجل لا أعلم رجلاً أبعد من المسجد منه وكانت لا تخطئه صلاة، فقيل له: لو اشتريت حماراً تركبه في الظلماء وفى الرمضاء، فقال: ما يسرني أن منزلي إلى جنب المسجد إني أريد أن يكتب لي ممشاي إلى المسجد ورجوعي إذا رجعت إلى أهلي فقال صلى الله عليه وسلم: " قد جمع الله لك ذلك كله " [١٠٢]

[١٠٠] حلية الأولياء . لأبي نعيم الأصبهاني . جـ٣ . صـ ١٥٩

[١٠١] رواه مسلم وغيره

[١٠٢] صحيح الترغيب والترهيب

الفصل السادس: اصلاح النفس

المبحث الاول: إصلاح النفس

المبحث الثاني: فتور النفس عن الطاعة

المبحث الاول: إصلاح النفس

أقسام النفس الإنسانية:

تنقسم النفس الإنسانية – وفقًا لأحوالها المختلفة – إلى ثلاثة أقسام، كما ذكرت في القرآن الكريم:

١ –**النفس الأمَّارة بالسوء :تميل** النفس الأمَّارة بالسوء إلى الطبيعة البدنية وتأمر باللذات والشهوات الحسية واتباع الهوى، وهي مأوى الشرور ومنبع الأخلاق الذميمة، وهذه النفس هي التي تُوسوس لصاحبها وتُحدثه بالآثام؛ قال تعالى :﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾ [يوسف: ٥٣].

٢ –**النفس اللَّوَّامة** :وهي تلك التي تنوَّرت بنور القلب عن سِنَة الغفلة، وكلما صدرت عنها سيئة بحكم جبِلَّتها أخذت في اللوم والتعنيف، وحالت دون التمادي في العصيان، والتي تلومه كذلك على عدم الاستكثار في الخير؛ قال تعالى :﴿ لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ *وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴾ [القيامة ١–٢].

٣ –**النفس المطمئنة:** وهي التي تم تنويرها بنور القلب حتى انخلعت عن صفاتها الذميمة وتخلَّقت بالأخلاق الحميدة، وهي النموذج الأكمل للصحة النفسية التي تؤدي إلى الحياة الطيبة في الدنيا وإلى الفوز والنعيم المقيم في الآخرة؛ قال تعالى :﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ *ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً *فَادْخُلِي فِي عِبَادِي *وَادْخُلِي جَنَّتِي ﴾ [الفجر: ٢٧ – ٣٠].

دواعي الحاجة لإصلاح النفس:

تتمثل دواعي الحاجة لإصلاح القلوب ومداراة النفوس في الجوانب الآتية:

- **الإشارات القرآنية لأمراض القلوب وآفات النفوس:** تعد الإشارات القرآنية لأمراض القلوب وآفات النفوس احد دواعي الحاجة لإصلاح القلوب ومداراة النفوس كما جاء في قوله تعالى: ﴿ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا ﴾ [البقرة: ١٠].
- **المؤثِّرات الأسرية والاجتماعية على الفرد والمجتمع:** تعد المؤثِّرات الأسرية والاجتماعية على الفرد والمجتمع احد دواعي الحاجة لإصلاح القلوب ومداراة النفوس، فعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((ما من مولودٍ إلَّا يولد على الفطرة، فأبواه يهوِّدانه أو يُنصِّرانه أو يمجِّسانه))[١٠٣].
- **الحمية القبيلة والعصبية:** عن جندب بن عبدالله البجلي رضي الله عنه، قال :قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((من قتل تحت راية عمية، يدعو عصبية، أو ينصر عصبية، فقتلةٌ جاهلية))[١٠٤]
- **الغرور بزخرف الدنيا ومتاعها:** عن عمر بن عوف الأنصاري رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((... فو الله ما الفقر أخشى عليكم؛ ولكني أخشى أن تبسط الدنيا عليكم كما بسطت على من كان قبلكم، فتنافسوها كما تنافسوها، وتهلككم كما أهلكتهم))[١٠٥].

---

[١٠٣] رواه البخاري

[١٠٤] رواه مسلم

[١٠٥] رواه مسلم

- **التغيُّرات المستقبلية والفتن الزمانية:** تعد التغيُّرات المستقبلية والفتن الزمانية أحد دواعي الحاجة لإصلاح القلوب ومداراة النفوس فعن ابن مسعود، عن النبي صلى الله عليه وسلم، قال: ((ستكون أثرة وأمور تنكرونها))، قالوا: يا رسول الله، فما تأمرنا؟ قال: ((تؤدون الحق الذي عليكم، وتسألون الله الذي لكم)[١٠٦].
- **الدعوات النبوية التزكية والتطهير للذَّات :**أن من أصول ومهام الدعوات النبوية التزكية والتطهير للذَّات كما جاء في قوله تعالى: ﴿ تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ﴾ [التوبة: ١٠٣].
- **طبيعة القلوب والنفوس بكثرة التغيرات والتقلُّبات:** تتسم طبيعة القلوب والنفوس بكثرة التغيرات والتقلُّبات فعن عبدالله بن عمرو، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((اللهم مصرِّف القلوب صرِّف قلوبَنا على طاعتِكَ))[١٠٧].
- **الأهواء النفسية والأغراض الشخصية:** تعد الأهواء النفسية والأغراض الشخصية؛ أحد دواعي الحاجة لإصلاح القلوب ومداراة النفوس فقد قال تعالى :﴿ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ ﴾ [القصص: ٥٠].
- **آيات عديدة تُشِير إلى خطورة اتِّباع هوى النفس:** تُشِير آيات عديدة إلى خطورة اتِّباع هوى النفس؛ وذلك لأنها طريقُ الضلال والندم والحسرة وظلم النفس.

-قال تعالى :﴿ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ [الكهف: ٢٨].

-وقال تعالى :﴿ فَلَا يَصُدَّنَّكَ عَنْهَا مَنْ لَا يُؤْمِنُ بِهَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَتَرْدَى ﴾ [طه: ١٦].

---

[١٠٦] رواه البخاري

[١٠٧] رواه مسلم

–وقال تعالى :﴿ فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ ﴾ [القصص: ٥٠].

متطلبات إصلاح النفس:

استعاذ النبي الكريم صلى الله عليه وسلم من ظلمات النفس وأضرارها حينما تجنح إلى الأوزار والسيئات؛ فقال: ((... ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هاديَ له ....))[١٠٨]

ويلاحظ في حياة الكثيرين من الناس أنهم مصطلحون بتمام المعنى مع أنفسهم، ولا يجدون فيها عوجًا لطلب الإصلاح والتقويم؛ لأنهم ينظرون إلى أنفسهم بعين الرضا، وحينما يفكر أحدهم في مراجعة نفسه، فإنه لا يحاسبها إلا في أبواب المال والخسارات والمرابح الدنيوية العاجلة، أما محاسبتها لعتابها وإصلاحها، أو تقويمها وتجهيزها للآخرة – فذلك على الناس لا على نفسه، فنفسه في ظنه لا تفتقر أي تقويم أو علاج؛ توهمًا كاذبًا أنه قد بلغ حد الكمال في الفهم والتربية، مع أنه ربما كان مأوى العلل، وإنما يحاسب الخلق على الذر ويرى الهباءة في عين أخيه، ولا يستشعر الجذع في عينه؛ من فَرْطِ ظلمه لنفسه وانتقاصه للناس، وذلك كله ثمرة مصالحة النفس.

[١٠٨] أحمد شاكر في مسند أحمد (٤/ ٢٦٤)، وقال: إسناده صحيح عن عبدالله بن عباس رضي الله تعالى عنهما

يتطلب اصلاح النفس العون من الله، فلا طاقة للعبد بإصلاح نفسه وحده مهما بلغت همته دون إعانة من الله تعالى، فنستعين الله تعالى على نفوسنا في باب إصلاحها على الدوام؛ ففي النهار؛ كما روى زيد بن أرقم رضي الله تعالى عنه قال: ((لا أقول لكم إلا كما كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: كان يقول: اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل، والجبن والبخل والهرم، وعذاب القبر، اللهم آتِ نفسي تقواها وزكها؛ أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها، اللهم إني أعوذ بك من علم لا ينفع، ومن قلب لا يخشع، ومن نفس لا تشبع، ومن دعوة لا يستجاب لها))[١٠٩]؛ ونستعين الله تعالى على نفوسنا بالليل أيضًا؛ فعن أم المؤمنين عائشة رضي الله تعالى عنها: ((أنها فقدت النبي صلى الله عليه وسلم من مضجعه، فلمسته بيدها فوقعت عليه وهو ساجد، وهو يقول: رب، أعطِ نفسي تقواها، زكها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها))[١١٠]

ويتطلب اصلاح النفس أن يلح العبد على طلب إصلاح نفسه من خالقه ومولاه، بل من الأحوط أن يكِلَ أمره كله إلى ربه صباح مساء، وألَّا يكون لأطماع النفوس ولا لوثباتها نصيب؛ فعن أنس بن مالك رضي الله تعالى عنه قال)) :قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لفاطمة رضي الله عنها: ما يمنعكِ أن تسمعي ما أوصيكِ به أن تقولي إذا أصبحتِ وإذا أمسيتِ: يا حي يا قيوم، برحمتك أستغيث أصلح لي شأني كله، ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين))[١١١]

[١٠٩] صحيح مسلم (٢٧٢٢)

[١١٠] الهيثمي في مجمع الزوائد (٢/ ١٣٠)، وقال :رجاله ثقات

[١١١] المنذري في الترغيب والترهيب (١/ ٣١٣)، وقال: إسناده صحيح

المبحث الثاني: فتور النفس عن الطاعة

أنواع فتور النفس عن الطاعة:

يمكن تقسيم الفتور عن الطاعة، إلى قسمين، هما:

- **فتور عرضي:** وهو بمثابة من يصاب بمرض يسير، ثم لا يلبث أن يُشفى منه، وتعود له عافيته أقوى مما كانت عليه قبل المرض.
- **فتور خطير:** وهو بمثابة من يصاب بمرض عضال، يبقى معه إلى أن يكون سببا في موته، وذهاب حياته.

علاج الفتور عن الطاعة:

إن اهتمام العبد بما يصيبه من ضعف في طريق سيره إلى الله عز وجل، واجتهاده في إزالة ذلك الخمول ومقدماته، يعين على تجاوز فترات الإحجام والتراجع، ويشحذ الهمة، ويدفع العبد للإقبال على الله تعالى بعزيمة ونشاط ورغبة. ومن هذا المنطلق يمكن عرض عدد من الطرق التى من شانها علاج الفتور عن الطاعة، والتراخي في العبادة، وهي:

- **الاستعانة بالله عز وجل:** إنه لا يدرك خير إلا بعونه، مستحضرين مقام ﴿ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾ سورة الفاتحة.(5) ، مرددين بلسان المقال مع صدق الحال: "اللَّهُمَّ أَعِنَّا

عَلَى شُكْرِكَ، وَذِكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ "[١١٢]، و"لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، وَلَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ[١١٣]."

- **دوام المجاهدة والدأب مستحضرين حلو عاقبة:** يجب على الفرد دوام المجاهدة والدأب مستحضرين حلو عاقبة لما جاء في قوله تعالى: ﴿ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴾ سورة العنكبوت(69) ، وصدق الإلحاح في طلب الثبات والتوفيق؛ وقد كان من دعاء النبي صلى الله عليه وسلم: "يا مقلب القلوب ثبت قلبي على دينك "[١١٤]، "اللَّهُمَّ مُصَرِّفَ الْقُلُوبِ، صَرِّفْ قُلُوبَنَا عَلَى طَاعَتِكَ[١١٥].
- **الاعتناء بطلب العلم، والعمل به:** ينبغي على الفرد الاعتناء بطلب العلم، والعمل به، وتزكيته، ونشره، والدعوة إليه عملا بقول الله عز وجل :﴿ قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَى بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴾ سورة يوسف.(108) .

---

[١١٢] عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "أَتُحِبُّونَ أَنْ تَجْتَهِدُوا فِي الدُّعَاءِ؟ قُولُوا: اللَّهُمَّ أَعِنَّا عَلَى شُكْرِكَ، وَذِكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ". [أخرجه أحمد (٧٩٨٢)، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة.](844)

[١١٣] عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه، قَالَ :خَرَجَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي نَخْلِ الْمَدِينَةِ، فَقَالَ: "يَا أَبَا هُرَيْرَةَ – أَوْ: يَا أَبَا هِرٍّ – هَلَكَ الْمُكْثِرُونَ، إِنَّ الْمُكْثِرِينَ الْأَقَلُّونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، إِلَّا مَنْ قَالَ بِالْمَالِ هَكَذَا وَهَكَذَا وَهَكَذَا، وَقَلِيلٌ مَا هُمْ، يَا أَبَا هُرَيْرَةَ، أَلَا أَدُلُّكَ عَلَى كَنْزٍ مِنْ كُنُوزِ الْجَنَّةِ؟ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، وَلَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ، يَا أَبَا هُرَيْرَةَ، هَلْ تَدْرِي مَا حَقُّ اللَّهِ عَلَى الْعِبَادِ؟ وَمَا حَقُّ الْعِبَادِ عَلَى اللَّهِ؟" قَالَ: قُلْتُ: اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ. قَالَ: "فَإِنَّ حَقَّ اللَّهِ عَلَى الْعِبَادِ أَنْ يَعْبُدُوهُ وَلَا يُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا، وَإِنَّ حَقَّ الْعِبَادِ عَلَى اللَّهِ أَنْ لَا يُعَذِّبَ مَنْ فَعَلَ ذَلِكَ مِنْهُمْ". [أخرجه أحمد (١٠٧٩٥)، وصححه محققو المسند].

[١١٤] عن شَهْر بْن حَوْشَب قَالَ: قُلْتُ لِأُمِّ سَلَمَةَ: يَا أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ، مَا كَانَ أَكْثَرُ دُعَاءِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا كَانَ عِنْدَكِ؟ قَالَتْ: كَانَ أَكْثَرُ دُعَائِهِ: "يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ، ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ". قَالَتْ: فَقُلْتُ :يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا لأَكْثَرِ دُعَاءَكَ: "يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ، ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ؟". قَالَ: يَا أُمَّ سَلَمَةَ، إِنَّهُ لَيْسَ آدَمِيٌّ إِلَّا وَقَلْبُهُ بَيْنَ أُصْبُعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ اللَّهِ، فَمَنْ شَاءَ أَقَامَ، وَمَنْ شَاءَ أَزَاغَ، فَتَلَا مُعَاذٌ ﴿ رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا ﴾ [آل عمران: ٨].

ومعاذ المذكور هو معاذُ بنُ معاذِ بنِ نصرِ بنِ حسَّانَ التَّميميُّ رحمه الله تعالى، [الموسوعة الحديثية للدرر السنية]، أحد رواة هذا الحديث، ذكره ابن حبان في طبقة أتباع التابعين، وقال عنه: "كان فقيها عاقلا متقنا". [الثقات لابن حبان(482 /7)]، والآية التي ذكرها معاذ رحمه الله تعالى، في سورة آل عمران، ورقمها.(8)

[١١٥] عن عَبْدَاللَّهِ بْنَ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ رضي الله عنهما قال: إِنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: "إِنَّ قُلُوبَ بَنِي آدَمَ كُلَّهَا بَيْنَ إِصْبَعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ الرَّحْمَنِ كَقَلْبٍ وَاحِدٍ، يُصَرِّفُهُ حَيْثُ يَشَاءُ". ثُمَّ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "اللَّهُمَّ مُصَرِّفَ الْقُلُوبِ، صَرِّفْ قُلُوبَنَا عَلَى طَاعَتِكَ". [اخرجه مسلم(2654)].

- **الرفق بالنفس:** يجب على الفرد الرفق بالنفس، وأخذها باليسر، وحسن سياستها، وقيادتها إلى الخير؛ متأملين حكمته صلى الله عليه وسلم في قوله: "عَلَيْكُمْ بِمَا تُطِيقُونَ؛ فَوَاللَّهِ لَا يَمَلُّ اللَّهُ حَتَّى تَمَلُّوا "[١١٦]، وقوله: "سَدِّدُوا وقارِبُوا[١١٧]، وقوله: "القَصْدَ القَصْدَ تَبْلُغُوا."[١١٨]
- **تعويدُ النفس على القليل الدائم:** يجب على الفرد تعويدُ النفس على القليل الدائم الذي هو خير من الكثير المنقطع؛ ملتفتين إلى أن النبي صلى الله عليه وسلم: "كان عمله دِيمةً[١١٩]، وأنَّ "أَحَبَّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ مَا دَامَ، وَإِنْ قَلَّ."[١٢٠]
- **الاهتمام بالأعمال التي يتعدى نفعها للغير:** يجب على الفرد الاهتمام بالأعمال التي يتعدى نفعها للغير كزيارة المرضى، واتباع الجنائز، وعدم قصر النفس على لون واحد من التعبد؛ ففي ذلك إجمام للنفس وتطرية لها، فإذا سئمت النفس من عمل، انتقلت إلى آخر، حتى تكون هي التي تشتاق إلى العمل، فتجد له خفة، ونشاطا، ولذة، وحلاوة
- **الإكثار من حمد الله تعالى، والثناء عليه، وتمجيده :** ينبغي على الفرد الإكثار من حمد الله تعالى، والثناء عليه، وتمجيده، وشكره على نعمه التي لا تعد ولا تحصى، وأعظمُها نعمةُ الهداية، ومِنَّةُ الاستقامة متذكرين قول الله تعالى :﴿ وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴾ سورة إبراهيم.(7) .
- **التوبة من جميع الذنوب الباطنة والظاهرة :** ينبغي على الفرد التوبة من جميع الذنوب الباطنة والظاهرة، والحذر من مخالفة أوامر الله تعالى، وأوامر رسوله صلى الله عليه وسلم فقد قال الله عز وجل :﴿ لَا تَجْعَلُوا دُعَاءَ الرَّسُولِ بَيْنَكُمْ كَدُعَاءِ بَعْضِكُمْ بَعْضًا قَدْ

---

[١١٦] أخرجه البخاري (٤٣) من حديث عائشة رضي الله عنها.

[١١٧] أخرجه البخاري (٦٤٦٣) من حديث أبي هريرة رضي الله عنه.

[١١٨] أخرجه البخاري (٦٤٦٣) من حديث أبي هريرة رضي الله عنه

[١١٩] أخرجه البخاري (١٩٨٧) من حديث عائشة رضي الله عنها.

[١٢٠] أخرجه البخاري (٥٨٦١) من حديث عائشة رضي الله عنها عن رسول الله صلى الله عليه وسلم.

يَعْلَمُ اللَّهُ الَّذِينَ يَتَسَلَّلُونَ مِنْكُمْ لِوَاذًا فَلْيَحْذَرِ الَّذِينَ يُخَالِفُونَ عَنْ أَمْرِهِ أَنْ تُصِيبَهُمْ فِتْنَةٌ أَوْ يُصِيبَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴾[١٢١]والإكثار من الاستغفار، فبه تفتح الأبواب المُغْلَقَةُ، وتُمحى الذنوبُ المقيّدة.

- **الوقوف عند حدود الله عز وجل، والحذر من اتباع خطوات الشيطان** : ينبغي على الفرد الوقوف عند حدود الله عز وجل، والحذر من اتباع خطوات الشيطان، كما قال الله عز وجل ﴿ يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَى مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ سورة النور.(21) والبعد عن جميع المعاصي والسيئات في كل الأوقات والحالات؛ فكون العبد في مرحلة فتور لا يبيح حراما، ولا يسقط تكليفا.
- **التواضع لله تعالى، والحذر من داءين خطيرين:** ينبغي على الفرد التواضع لله تعالى، والحذر من داءين خطيرين: الكبر، والحسد، وقد كان السلف يسمعون ممن هو أكبر منهم ليتعلموا الأدب، وممن هو أصغر منهم ليتعلموا التواضع، وممن هو مثلهم ليزيلوا داء الحسد من قلوبهم[١٢٢]
- **اليقين في رحمة الله وان أعمالنا الصالحة هي السبيل لدخول الجنة:** اليقين في ان أعمالنا الصالحة هي السبيل لدخول الجنة وأن نعلم أن أعمالنا لن تدخلنا الجنة؛ وأن

---

[١٢١] سورة النور (٦٣)؛ قال سُفْيانَ بْنَ عُيَيْنَةَ: سَمِعْت مالِكَ بْنَ أَنَسٍ رحمه الله تعالى، وأتاهُ رَجُلٌ، فَقالَ: يا أبا عَبْدِ اللَّهِ، مِن أيْنَ أُحْرِمُ؟ قالَ: مِن ذِي الحُلَيْفَةِ مِن حَيْثُ أحْرَمَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ. فَقالَ: إنِّي أُرِيدُ أنْ أُحْرِمَ مِن المَسْجِدِ. فَقالَ: لا تَفْعَلْ. قالَ: إنِّي أُرِيدُ أنْ أُحْرِمَ مِن المَسْجِدِ مِن عِنْدِ القَبْرِ. قالَ: لا تَفْعَلْ، فَإنِّي أخْشى عَلَيْكَ الفِتْنَةَ. قالَ :وأيُّ فِتْنَةٍ فِي هَذا؟ إنَّما هِيَ أمْيالٌ أزِيدُها. قالَ: وأيُّ فِتْنَةٍ أعْظَمُ مِن أنْ تَرى أنَّكَ سَبَقْتَ إلى فَضِيلَةٍ قَصَّرَ عَنْها رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، إنِّي سَمِعْتُ اللَّهَ يَقُولُ :﴿ فَلْيَحْذَرِ الَّذِينَ يُخَالِفُونَ عَنْ أَمْرِهِ أَنْ تُصِيبَهُمْ فِتْنَةٌ أَوْ يُصِيبَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴾ [النور: ٦٣]. [أحكام القرآن، لابن العربي، (3/ 432)].

[١٢٢] الإسلام سؤال وجواب؛ وقَالَ وكيع بن الجراح رحمه الله تعالى: "لَا يَكُونُ الرَّجُلُ عَالِمًا حَتَّى يَسْمَعَ مِمَّنْ هُوَ أَسَنُّ مِنْهُ وَمِمَّنْ هُوَ دُونَهُ وَمِمَّنْ هُوَ مِثْلُهُ [الجامع لأخلاق الراوي وآداب السامع للخطيب البغدادي (ص: ٢١٦)] .

الجنة إنما يدخلها العباد برحمة الله عز وجل، كما جاء في حديث أبي هريرة رضي الله عنه، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لَنْ يُنَجِّيَ أَحَدًا مِنكُم عَمَلُهُ قالوا: ولا أَنْتَ يا رَسولَ اللَّهِ؟ قالَ: ولا أنا، إلَّا أنْ يَتَغَمَّدَنِي اللَّهُ برَحْمَةٍ "[١٢٣]

- **ترك العزلة وقت فتور النفس، ومخالطة الأبرار:** ينبغي على الفرد ترك العزلة وقت فتور النفس، ومخالطة الأبرار، والحذر من مجالسة الأشرار، والعناية ببر الوالدين وصلة الأرحام، وزيارة أهل الخير والفضل، وحضور مجالس العلم والذكر.
- **تذكر أهمية القيام بعبادة الله عز وجل في العسر واليسر:** ينبغي على الفرد تذكر أهمية القيام بعبادة الله عز وجل في المنشط والمكره، والعسر واليسر، وأن الأجر على قدر النصب والمشقة [١٢٤]
- **الإكثار من الصدقات:** ينبغي على الفرد الإكثار من الصدقات، فبها تزكو النفس، ويطهر القلب، ويرزق العبد فعل الخيرات، وترك السيئات؛ ومن أحسن إلى الناس أحسن الله إليه، والجزاء من جنس العمل.
- **الحرص على الجهاد في سبيل الله تعالى:** ينبغي على الفرد الحرص على الجهاد في سبيل الله تعالى لقوله صلى الله عليه وسلم: "عليكم بالجِهادِ في سبيلِ اللهِ، فإنَّهُ بابٌ من

---

[١٢٣] أخرجه البخاري (٦٤٦٣)، ومسلم".(2816) ولا تعارُضَ بين هذا الحديث وبين قولِه تعالى :﴿ ادْخُلُوا الْجَنَّةَ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ [النحل(32)]؛ فإنَّ التَّوفيقَ للعَملِ الصَّالحِ، والهِدايةَ للطَّاعاتِ، وقَبُولَ اللهِ عزَّ وجلَّ لها كُلُّ ذلِك من فَضلِ اللهِ تعالى ورحمته".[الموسوعة الحديثية للدرر السنية بتصرف يسير].

[١٢٤] ودليل أن الأجر على قدر النصب والمشقة حديث عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال لها: "ولَكِنَّهَا علَى قَدْرِ نَفَقَتِكِ أوْ نَصَبِكِ" [أخرجه البخاري (١٧٨٧)، ومسلم .[(1211)

أبوابِ الجنةِ، يُذهِبُ اللهُ بهِ الهَمَّ والغَمَّ"[١٢٥]، وقوله صلى الله عليه وسلم: "مَن ماتَ ولَمْ يَغْزُ، ولَمْ يُحَدِّثْ به نَفْسَهُ، ماتَ علَى شُعْبَةٍ مِن نِفاقٍ."[١٢٦]

- **المتابعة بين الحج والعمرة:** ينبغي على الفرد المتابعة بين الحج والعمرة لقول النبي صلى الله عليه وسلم: (تابِعوا بينَ الحجِّ والعمرةِ، فإنَّهما ينفِيانِ الفقرَ والذُّنوبَ، كما ينفي الْكيرُ خبثَ الحديدِ والذَّهبِ والفضَّةِ، وليسَ للحجِّ المبرورِ ثوابٌ دونَ الجنَّةِ)[١٢٧]
- **زيارة المساجد الثلاث التي تشد لها الرحال:** زيارة المساجد الثلاث التي تشد لها الرحال، وهي المسجد الحرام، ومسجد الرسول صلى الله عليه وسلم، والمسجد الأقصى؛ لحديث أَبِي سعيد الخدري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "لَا تُشَدُّ الرِّحَالُ إِلَّا إِلَى ثَلاثَةِ مَسَاجِدَ :مَسْجِدِ الحَرَامِ، وَمَسْجِدِي، وَمَسْجِدِ الأَقْصَى."[١٢٨].
- **التطلع إلى رضوان الله تعالى، والتشوق للقائه سبحانه:** ينبغي على الفرد التطلع إلى رضوان الله تعالى، والتشوق للقائه سبحانه، وعدم الانشغال بالدنيا وملذاتها، والاقتصاد في المأكل، والمشرب، والملبس، والمسكن، والمركب؛ وليكن هدفنا الدائم تحصيل الفوز الأبدي[١٢٩]في دار فيها "مَا لَا عَيْنٌ رَأَتْ، وَلَا أُذُنٌ سَمِعَتْ، وَلَا خَطَرَ عَلَى قَلْبِ بَشَرٍ[١٣٠]،

---

[١٢٥] أخرجه الطبراني في المعجم الأوسط (٨٣٣٤)، من حديث أبي أمامة الباهلي رضي الله عنه، وصححه الألباني في صحيح الجامع (4063).

[١٢٦] أخرجه مسلم (١٩١٠) من حديث أبي هريرة رضي الله عنه.

[١٢٧] أخرجه النسائي (٢٦٣١) من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه، وقال عنه الألباني في صحيح النسائي [(٢٦٣٠) "حسن صحيح]

[١٢٨] أخرجه البخاري.(1864)

[١٢٩] قال الله تعالى :﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ ﴾ [آل عمران: ١٨٥]

[١٣٠] عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى :أَعْدَدْتُ لِعِبَادِي الصَّالِحِينَ مَا لَا عَيْنٌ رَأَتْ، وَلَا أُذُنٌ سَمِعَتْ، وَلَا خَطَرَ عَلَى قَلْبِ بَشَرٍ". قَالَ أَبُو هُرَيْرَةَ :اقْرَءُوا إِنْ شِئْتُمْ :﴿ فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَا أُخْفِيَ لَهُمْ مِنْ قُرَّةِ أَعْيُنٍ ﴾ [السجدة: ١٧] [أخرجه البخاري(4779)].والآية التي ذكرها أبو هريرة رضي الله عنه، في سورة السجدة، ورقمها.(17)

لا يبتئس فيها السعيد ولا يمرض، ولا يهرم، ولا يموت، وهي الجنة [١٣١]التي رغبنا ربنا فيها بقوله :﴿ وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴾ سورة آل عمران.(133) ، وقوله سبحانه :﴿ وَأُزْلِفَتِ الْجَنَّةُ لِلْمُتَّقِينَ غَيْرَ بَعِيدٍ *هَذَا مَا تُوعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيظٍ *مَنْ خَشِيَ الرَّحْمَنَ بِالْغَيْبِ وَجَاءَ بِقَلْبٍ مُنِيبٍ * ادْخُلُوهَا بِسَلَامٍ ذَلِكَ يَوْمُ الْخُلُودِ *لَهُمْ مَا يَشَاءُونَ فِيهَا وَلَدَيْنَا مَزِيدٌ ﴾ سورة ق(35-31) ؛ وأن نتذكر أن الناس في يوم القيامة فريقان كما قال الله عز وجل :﴿ وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ قُرْآنًا عَرَبِيًّا لِتُنْذِرَ أُمَّ الْقُرَى وَمَنْ حَوْلَهَا وَتُنْذِرَ يَوْمَ الْجَمْعِ لَا رَيْبَ فِيهِ فَرِيقٌ فِي الْجَنَّةِ وَفَرِيقٌ فِي السَّعِيرِ ﴾ سورة الشورى.(7) وقال جل شأنه عن أحوال الفريقين في ذلك اليوم الموعود :﴿ يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ *فَأَمَّا الَّذِينَ شَقُوا فَفِي النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ *خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ إِنَّ رَبَّكَ فَعَّالٌ لِمَا يُرِيدُ *وَأَمَّا الَّذِينَ سُعِدُوا فَفِي الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ إِلَّا مَا شَاءَ رَبُّكَ عَطَاءً غَيْرَ مَجْذُوذٍ ﴾ سورة هود.(108-105)

- **محاسبة النفس، ومراجعة صدقها وإخلاصها لله عز وجل:** ينبغي على الفرد محاسبة النفس، ومراجعة صدقها وإخلاصها لله عز وجل، والحذر من العجب بالأعمال [١٣٢]، وأن

---

[١٣١] موقع الإسلام سؤال وجواب بتصرف؛ وقد جاء عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، وَأَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنهما، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "يُنَادِي مُنَادٍ: إِنَّ لَكُمْ أَنْ تَصِحُّوا فَلَا تَسْقَمُوا أَبَدًا، وَإِنَّ لَكُمْ أَنْ تَحْيَوْا فَلَا تَمُوتُوا أَبَدًا، وَإِنَّ لَكُمْ أَنْ تَشِبُّوا فَلَا تَهْرَمُوا أَبَدًا، وَإِنَّ لَكُمْ أَنْ تَنْعَمُوا فَلَا تَبْتَئِسُوا أَبَدًا، فَذَلِكَ قَوْلُهُ عَزَّ وَجَلَّ :﴿ وَنُودُوا أَنْ تِلْكُمُ الْجَنَّةُ أُورِثْتُمُوهَا بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ [الأعراف: ٤٣] ". [أخرجه مسلم (2837)].

والآية التي ذكرها النبي صلى الله عليه وسلم، في سورة الأعراف، ورقمها.(43)

[١٣٢] قال "بعض السلف: إن العبد ليعمل الذنب يدخل به الجنة، ويعمل الحسنة يدخل بها النار .قالوا: كيف؟ قال: يعمل الذنب فلا يزال نصب عينيه، خائفا منه، مشفقا، وجلا، باكيا، نادما، مستحيا من ربه تعالى، ناكس الرأس بين يديه، منكسر القلب له، فيكون ذلك الذنب أنفع له من طاعات كثيرة؛ بما ترتب عليه من هذه الأمور التي بها سعادة العبد، وفلاحه، حتى يكون ذلك الذنب سبب دخوله الجنة.

نعلم أن أعمالنا الحسنة تنفعنا، ولا تنفع الله تعالى شيئا؛ وأن أعمالنا السيئة تضرنا، ولا تضر الله تعالى شيئا [١٣٣]

- **الاعتراف بالذنب وأن ننسب الخطأ والتقصير لأنفسنا** :يجب على الفرد الاعتراف بالذنب وأن ينسب الخطأ والتقصير لنفسه، متدبر قوله تعالى :﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴾ سورة يونس.(44) ، وقوله عز وجل :﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ سورة الرعد.(11) ، وقوله سبحانه :﴿ وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ ﴾ سورة الشورى(30) ، مع حرص الفرد على تجاوز مرحلة الفتور بسرعة، قبل أن يأتيه الموت بغتة، وهو غافل لا يشعر؛ فالأيام

ويفعل الحسنة فلا يزال يمن بها على ربه، ويتكبر بها، ويرى نفسه، ويعجب بها، ويستطيل بها، ويقول فعلت وفعلت، فيورثه من العجب، والكبر، والفخر، والاستطالة، ما يكون سبب هلاكه. فإذا أراد الله تعالى بهذا المسكين خيرا ابتلاه بأمر يكسره به، ويذل به عنقه، ويصغر به نفسه عنده". [الوابل الصيب من الكلم الطيب، لابن القيم، (ص٦-٧)].

وقال ابن القيم رحمه الله تعالى: "أقرب باب دخل منه العبد على الله تعالى، هو الإفلاس؛ فلا يرى لنفسه حالًا، ولا مقامًا، ولا سببًا يتعلق به ولا وسيلة منه يمن بها، بل يدخل على الله تعالى من باب الافتقار الصرف، والافلاس المحض، دخول من كسر الفقر والمسكنة قلبه، حتى وصلت تلك الكسرة إلى سويدائه فانصدع، وشملته الكسرة من كل جهاته، وشهد ضرورته إلى ربه عز وجل، وكمال فاقته، وفقره إليه، وأن في كل ذرة من ذراته الظاهرة، والباطنة فاقة تامة، وضرورة كاملة إلى ربه تبارك وتعالى، وأنه إن تخلى عنه طرفة عين هلك، وخسر خسارة لا تجبر، إلا أن يعود الله تعالى عليه، ويتداركه برحمته". [الوابل الصيب من الكلم الطيب لابن القيم، ص٧-٨].

[١٣٣] قال الله تعالى :﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ ﴾ [فصلت: ٤٦] ، وعَنْ أَبِي ذَرٍّ رضي الله عنه، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فِيمَا رَوَى عَنِ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى، أَنَّهُ قَالَ: "يَا عِبَادِي، إِنِّي حَرَّمْتُ الظُّلْمَ عَلَى نَفْسِي، وَجَعَلْتُهُ بَيْنَكُمْ مُحَرَّمًا، فَلَا تَظَالَمُوا .يَا عِبَادِي، كُلُّكُمْ ضَالٌّ إِلَّا مَنْ هَدَيْتُهُ، فَاسْتَهْدُونِي أَهْدِكُمْ. يَا عِبَادِي، كُلُّكُمْ جَائِعٌ إِلَّا مَنْ أَطْعَمْتُهُ، فَاسْتَطْعِمُونِي أُطْعِمْكُمْ. يَا عِبَادِي، كُلُّكُمْ عَارٍ إِلَّا مَنْ كَسَوْتُهُ، فَاسْتَكْسُونِي أَكْسُكُمْ. يَا عِبَادِي، إِنَّكُمْ تُخْطِئُونَ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَأَنَا أَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا، فَاسْتَغْفِرُونِي أَغْفِرْ لَكُمْ. يَا عِبَادِي، إِنَّكُمْ لَنْ تَبْلُغُوا ضَرِّي فَتَضُرُّونِي، وَلَنْ تَبْلُغُوا نَفْعِي فَتَنْفَعُونِي. يَا عِبَادِي، لَوْ أَنَّ أَوَّلَكُمْ وَآخِرَكُمْ، وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّكُمْ، كَانُوا عَلَى أَتْقَى قَلْبِ رَجُلٍ وَاحِدٍ مِنْكُمْ، مَا زَادَ ذَلِكَ فِي مُلْكِي شَيْئًا. يَا عِبَادِي، لَوْ أَنَّ أَوَّلَكُمْ وَآخِرَكُمْ، وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّكُمْ، كَانُوا عَلَى أَفْجَرِ قَلْبِ رَجُلٍ وَاحِدٍ، مَا نَقَصَ ذَلِكَ مِنْ مُلْكِي شَيْئًا .يَا عِبَادِي، لَوْ أَنَّ أَوَّلَكُمْ وَآخِرَكُمْ، وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّكُمْ، قَامُوا فِي صَعِيدٍ وَاحِدٍ، فَسَأَلُونِي، فَأَعْطَيْتُ كُلَّ إِنْسَانٍ مَسْأَلَتَهُ، مَا نَقَصَ ذَلِكَ مِمَّا عِنْدِي إِلَّا كَمَا يَنْقُصُ الْمِخْيَطُ إِذَا أُدْخِلَ الْبَحْرَ. يَا عِبَادِي، إِنَّمَا هِيَ أَعْمَالُكُمْ أُحْصِيهَا لَكُمْ، ثُمَّ أُوَفِّيكُمْ إِيَّاهَا، فَمَنْ وَجَدَ خَيْرًا فَلْيَحْمَدِ اللَّهَ، وَمَنْ وَجَدَ غَيْرَ ذَلِكَ فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ". قَالَ سَعِيدُ بْنُ عَبْدِ الْعَزِيزِ: كَانَ أَبُو إِدْرِيسَ الْخَوْلَانِيُّ إِذَا حَدَّثَ بِهَذَا الْحَدِيثِ جَثَا عَلَى رُكْبَتَيْهِ". [أخرجه مسلم(2577)].

وسَعِيدُ بْنُ عَبْدِ الْعَزِيزِ وأَبُو إِدْرِيسَ الْخَوْلَانِيُّ هما من رواة هذا الحديث الجليل؛ وذكر ابن حبان سعيدا في طبقة أتباع التابعين، وأبا إدريس في طبقة التابعين؛ وقال عن سعيد" :كان من عباد أهل الشام، وفقهائهم، ومتقنيهم في الرواية" [الثقات لابن حبان](369 /6) ، وقال عن أبي إدريس: "كان من عباد أهل الشام وقرائهم] ."الثقات لابن حبان.](277 /5)

معدودة، والأجل محدود، وعما قريب سيقف بين يدي علام الغيوب ﴿ يَوْمَ تَجِدُ كُلُّ نَفْسٍ مَا عَمِلَتْ مِنْ خَيْرٍ مُحْضَرًا وَمَا عَمِلَتْ مِنْ سُوءٍ تَوَدُّ لَوْ أَنَّ بَيْنَهَا وَبَيْنَهُ أَمَدًا بَعِيدًا وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ وَاللَّهُ رَءُوفٌ بِالْعِبَادِ ﴾ سورة آل عمران .(30)

الفصل السابع: محاسبة النفس

المبحث الاول: ماهية محاسبة النفس

المبحث الثاني: فوائد محاسبة النفس

المبحث الثالث: كيفية محاسبة النفس

المبحث الرابع: نماذج من محاسبة السلف الصالح لأنفسهم

المبحث الخامس: تطبيقات عملية على محاسبة النفس

المبحث الاول: ماهية محاسبة النفس

تمهيد:

حث الله أهل الإيمان على محاسبة نفوسهم والتأمل فيما قدموه لأخراهم فقال :﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴾ [الحشر:١٨].

ويقول الله – عز وجل – في وصف المؤمنين الذين يحاسبون أنفسهم عند الزلة والتقصير يرجعون عما كانوا عليه :﴿ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ ﴾ [الأعراف:٢٠١].

وروى عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال :((الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنّى على الله)) قال الترمذي :معنى قوله : (من دان نفسه) حاسب نفسه في الدنيا قبل أن يحاسب يوم القيامة[١٣٤].

وما أجمل قول الفاروق عمر – رضي الله عنه – في عبارته الشهيرة (حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوها قبل أن توزنوا، وتزينوا للعرض الأكبر :﴿ يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُونَ لَا تَخْفَى مِنْكُمْ خَافِيَةٌ﴾ [الحاقة:١٨].[١٣٥]

وقد صدق الفاروق عمر – رضي الله عنه – فإن المحاسبة للنفس في دار الدنيا أهون من محاسبة الله للعبد في يوم تشيب فيه رؤوس الولدان، فالمحاسب هو الله، وكفى بالله حسبيا، والوثيقة التي يدان بها العبد: كتاب : ﴿ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا ﴾ [الكهف:٤٩].

---

[١٣٤] سنن الترمذي والحديث من رواية شداد بن أوس، قال الترمذي : حديث حسن، وصححه الحاكم ، ووافقه الذهبي في تصحيح

[١٣٥] كتاب الزهد، للإمام أحمد ومدارج السالكين

وقال الغزالي: "فعَرف أربابُ البصائر من جملة العباد أنَّ الله – تعالى – لهم بالمرصاد، وأنَّهم سيُناقَشون في الحساب، ويُطالَبون بمثاقيل الذرِّ من الخطَرات واللحظات، وتحقَّقوا أنه لا يُنجيهم من هذه الأخطاء إلا لزومُ المحاسبة، وصدقُ المراقبة، ومطالبةُ النَّفْس في الأنفاس والحركات، ومحاسبتُها في الخطرات واللَّحظات، فمن حاسب نفسَه قبل أن يحاسَب خفَّ في القيامة حسابُه، وحَضَرَ عند السؤال جوابُه، وحسُن منقلبُه ومآبُه، ومن لم يحاسب نفسَه دامت حسَراتُه، وطالت في عَرَصات القيامة وقفاتُه، وقادته إلى الخزي والمقت سيئاتُه[١٣٦]."

تعريف المحاسبة:

أ- المحاسبة في اللغة:

هي صيغة على وزن مفاعلة، فعليها حاسب، وجاء في المعجم الوسيط: احاسبه محاسبة، وحساباً : ناقشه الحساب ، وجازاه.[١٣٧]

ب – المحاسبة في الاصطلاح:

قال الماوردي في ذلك :(أن يتصفح الإنسان في ليلة ما صدر من أفعال نهاره، فإن كان محموداً أمضاه واتبعه بما شاكله وضاهاه، وإن كان مذموماً استدركه إن أمكن وانتهى عن مثله في المستقبل)[١٣٨]

وقال ابن القيم هي التمييز بين ما له وما عليه ، يقصد العبد، فيستصحب ما له ويؤدي ما عليه، لأنه مسافر سفر من لا يعود[١٣٩].

---

[١٣٦] إحياء علوم الدين للغزالي "٤/٣٩٤-٣٩٥."

[١٣٧] المعجم الوسيط مادة حسب

[١٣٨] أدب الدنيا والدين للماوردي

وعرفها الحارث المحاسبي بقوله: هي التثبت في جميع الأحوال قبل الفعل والترك من العقد بالضمير، أو الفعل بالجارحة، حتى يتبين له ما يفعل وما يترك، فإن تبين له ما كره الله – عز وجل – جانبه بعقد ضمير قلبه، وكف جوارحه عما كرهه الله – عز وجل – ومنع نفسه من الإمساك عن ترك الفرض، وسارع إلى أدائه[١٤٠].

التوازن في المحاسبة :

ينبغي على المسلم التوازنُ والاعتدال وترك الغلو والتطرُّف في عمل المحاسبة، على الرغم من عِظَم أهمية عمل المحاسبة في تخليص القلب من أمراض كثيرة، بحيث يذهب المحاسب لنفسه مذهبًا فيه جانبٌ من الانقطاع والرَّهبانية، فتصبح حياته عبادةً وعزلة وانكفاءً عن مخالطة النَّاس، والمشاركة في بناء الحياة، بل المحاسبة للنفس عكس ذلك تمامًا.

أركان المحاسبة :

توجد للمحاسبة اركان يجب على المسلم مراعاتها، وهي:

- **أولها** :أنْ يُقايس بين نعمتِه وجنايتك، بمعنى مقارنتِه بين ما هو من الله، وما هو منه، فحينئذ يظهرُ لها لتفاوت، ويعلم أنه ليس إلا عفوُه ورحمته أو الهلاك والعطب، ويظهر له أن نفسه منبع كل شرٍّ، ولولا فضل الله ورحمتُه ما زكَت أبدًا أو اهتدت، ولولا إرشاده وتوفيقه لَمَا كان لها وصولٌ إلى خيرٍ البتَّة :﴿ يَقُولُونَ هَلْ لَنَا مِنَ الْأَمْرِ مِنْ شَيْءٍ قُلْ إِنَّ الْأَمْرَ كُلَّهُ لِلَّهِ ﴾[آل عمران: ١٥٤]

---

[١٣٩] مدارج السالكين لابن القيم

[١٤٠] التربية الذاتية من الكتاب والسنة لهاشم علي احمد

- **ثانيها** :أن يميِّز ما للحقِّ عليه من وجوب العبودية، والتزام الطاعة، واجتناب المعصية، وبين ما له وما عليه؛ فالذي له: هو المباح الشرعي، فعليه حق وله حق، فاذا أدِّ ما عليه يؤتِه ما له[١٤١].
- **ثالثها** :أن يعرف أنَّ كلَّ طاعة رضيتها منه، فهي عليه، وكل معصية عَيّرْ بها أخاه فهي إليه"، فالرضا بالطاعة من رعونات النَّفس وحماقاتها، وأرباب العزائم والبصائر أشدُّ ما يكونون استغفارًا عقيب الطاعات؛ لشهودهم تقصيرهم فيها، وترك القيام لله بها كما يليق بجلاله وكبريائه، وأنه لولا الأمر لَما أقدم أحدُهم على مثل هذه العبودية ولا رضيها لسيِّده[١٤٢].

المبحث الثاني: فوائد محاسبة النفس

تمهيد:

أن المسلم لا بد من أن يحاسب نفسَه على أقواله وأفعاله في سفره وحضره، يحاسبها على العمل، سواء كان الأمر يتعلَّق بالدين أو الدنيا، أو كان يتعلَّق به في خاصته أو يتعلَّق بغيره من إخوانه، فإن ذلك هو أسلم الطرق للنجاة من النار، ومن شدَّة المحاسبة في الآخرة[١٤٣].

فوائد محاسبة النفس:

ان أعمارنا تنصرم بين أيدينا ونحن نلهو في هذه الحياة؛ قال تعالى :﴿اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ

---

[١٤١] حياء علوم الدين للغزالي "٣٩٤/٤-٣٩٥".

[١٤٢] إغاثة اللهفان لابن القيم "٤٠٥/٤".

[١٤٣] مدارج السالكين لابن القيم "١٩٠/١".

الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [الحديد: ٢٠] وقال تعالى :﴿ أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ *حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ﴾ [التكاثر: ١، ٢] ، لذا علينا أن نتذكر قبل فوات الأوان؛ قال تعالى :﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا ﴾ [الفرقان: ٦٢]، ونحاسب أنفسنا فهذا من علامات الكيّسِ الفطِنِ؛ قال صلى الله عليه وسلم: ((الكيس من دان نفسه، وعمِل لِما بعد الموت)) [١٤٤]أي: حاسبها وراقبها، **لذا يجب علينا أن نحاسب أنفسنا لما لها من فوائد عديدة، منها:**

- **تساعد الفرد ان يكثر من العمل الصالح:** تساعد محاسبة النفس الفرد على ان يكثر من العمل الصالح فتراه إذا لم يصلِّ الفجر يلوم نفسه، لماذا؟ وإذا لم يخرج زكاته يلومها ويهددها إن لم تفعل أن يُحمى عليها هذا المال في نار جهنم فتُكوى به، فتجد نفسه تلومه على كل تفريط في طاعة أو ارتكاب لمعصية، وبهذا يستجيب للأمر الإلهي الذي ينتهي به إلى الفلاح؛ قال تعالى :﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [الحج: ٧٧].
- **تجعل الفرد يأخذ الحيطة والحذر من الصغائر المهلكة:** تساعد محاسبة النفس الفرد على جعل الفرد يأخذ الحيطة والحذر من الصغائر المهلكة لأن الذنوب مجلبة للمصائب، والذنوب الصغيرة تكفرها المصائب، والإكثار من العمل الصالح، وكذا اجتناب الكبائر؛ قال تعالى :﴿إِنْ تَجْتَنِبُوا كَبَائِرَ مَا تُنْهَوْنَ عَنْهُ نُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَنُدْخِلْكُمْ مُدْخَلًا كَرِيمًا﴾ [النساء: ٣١]
- **ينجو الفرد من دخول النار:** إن المبتغى من محاسبة النفس النجاةُ من دخول النار، واستحقاق دخول الجنة لسعادة الدارين؛ قال تعالى :﴿فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [آل عمران: ١٨٥].

---

[١٤٤] رواه الترمذي.(2459)

- **تساعد الفرد على الخوف من الله:** تساعد محاسبة النفس الفرد على الخوف من الله لانه يعلم أن هناك من يحصي أعماله: فيحسب لهذا الأمر حسابه؛ فيحرص ألَّا يُحصى عنه إلا ما يرضي الله؛ قال تعالى :﴿مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾ [ق: ١٨]
- **ينجى الفرد من عذاب القبر:** قال صلى الله عليه وسلم: ((إن الميت إذا وُضع في قبره، إنه يسمع خَفْقَ نعالهم حين يولُّون عنه، فإن كان مؤمنًا، كانت الصلاة عند رأسه، وكان الصيام عن يمينه، وكانت الزكاة عن شماله، وكان فعل الخيرات من الصدقة والصلة والمعروف والإحسان إلى الناس عند رجليه، فيُؤتى من قِبلِ رأسه فتقول الصلاة: ما قِبَلِي مدخل، ثم يُؤتى عن يمينه فيقول الصيام: ما قبلي مدخل، ثم يؤتى عن يساره فتقول الزكاة: ما قبلي مدخل، ثم يؤتى من قبل رجليه فتقول فعل الخيرات من الصدقة والصلة والمعروف والإحسان إلى الناس: ما قبلي مدخل))[١٤٥]، فهذا نفعته الصلاة والزكاة والصيام وأنواع المعروف الأخرى؛ لأنه كان دائم المراقبة والمحاسبة لنفسه فيها، ولو فرط أو سها، ما نفعه ذلك؛ قال تعالى :﴿فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ *الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ﴾ [الماعون: ٤، ٥]
- **نقاء صحيفته يوم القيامة:** تساعد محاسبة النفس الفرد على نقاء صحفيته يوم القيام من الذنوب كما يقول المولى عز وجل :﴿ اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا ﴾ [الإسراء: ١٤]، فيكون ممن قال الله فيهم :﴿ فَأَمَّا مَنْ أُوتِيَ كِتَابَهُ بِيَمِينِهِ فَيَقُولُ هَاؤُمُ اقْرَءُوا كِتَابِيَهْ *إِنِّي ظَنَنْتُ أَنِّي مُلَاقٍ حِسَابِيَهْ ﴾ [الحاقة: ١٩، ٢٠]، ولا يكون ممن يقول :﴿ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُوتَ كِتَابِيَهْ *وَلَمْ أَدْرِ مَا حِسَابِيَهْ *يَا لَيْتَهَا كَانَتِ الْقَاضِيَةَ *مَا أَغْنَى عَنِّي مَالِيَهْ *هَلَكَ عَنِّي سُلْطَانِيَهْ ﴾ [الحاقة: ٢٥ – ٢٩]، وهذا لأن الأول حاسب

[١٤٥] رواه ابن حبان في صحيحه.(3113)

نفسه، ففرح ونِعْمَ الفرح، والثاني أهمل هذه المحاسبة وتمنَّى أمانيَّ لا فائدة منها، وهذا هو الخسران المبين .

- **ينجو الفرد من الإفلاس يوم القيامة**: في حديث المفلس في قوله صلى الله عليه وسلم : ((أتدرون من المفلس؟ قالوا: المفلس فينا يا رسول الله من لا درهم له ولا متاع له، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: المفلس من أمتي من يأتي يوم القيامة بصلاته وصيامه وزكاته، وقد شتم هذا، وأكل مال هذا، وسفك دم هذا، وضرب هذا، فيقعد فيُعطَى هذا من حسناته، وهذا من حسناته، فإن فنيَتْ حسناته قبل أن يعطيَ ما عليه، أُخذ من خطاياهم، فطُرحت عليه ثم طُرح في النار))[١٤٦]، وهذا أفلس؛ لأنه أفلح في جانب العبادة مع الله، وأهمل محاسبة نفسه في جانب التعامل مع الخلق؛ فكان من أمره ما كان .
- **تساعد الفرد في عدم التمادي في الذنب**: تساعد محاسبة النفس الفرد على عدم التمادي في الذنب، فيقلع ويندم، وهذا الندم أنفع لعدم الحسرة والندامة يوم القيامة؛ قال تعالى :﴿ أَنْ تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتَا عَلَى مَا فَرَّطْتُ فِي جَنْبِ اللَّهِ وَإِنْ كُنْتُ لَمِنَ السَّاخِرِينَ *أَوْ تَقُولَ لَوْ أَنَّ اللَّهَ هَدَانِي لَكُنْتُ مِنَ الْمُتَّقِينَ *أَوْ تَقُولَ حِينَ تَرَى الْعَذَابَ لَوْ أَنَّ لِي كَرَّةً فَأَكُونَ مِنَ الْمُحْسِنِينَ ﴾ [الزمر: ٥٦ – ٥٨]، فلن يكون من المتقين ولا من المحسنين بل من الخاسرين؛ لأنه أغفل محاسبة نفسه فندم اليوم، ولكن حيث لا ينفع الندم.
- **تساعد الفرد على عدم الغرور**: تساعد محاسبة النفس الفرد على عدم الغرور بماله وولده، ولم يدفعه حبهما إلى ارتكاب ما حرم الله، بل يقدم مرضاة الله عليهما، بل لا يطيعهما إلا فيما فيه حب الله؛ قال تعالى :﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴾ [المنافقون: ٩]، فخسِر؛

[١٤٦] رواه ابن حبان في صحيحه.(4411)

لأنه أهمل محاسبة نفسه في هذا الجانب، ونفس الأمر يُقال عن الوالدين والجيران والأقارب .

ثمرات محاسبة النفس:

يمكن ايجاز ثمرات محاسبة النفس في النقاط التالية:

- **يتعرَّف الفرد على حقِّ الله – تعالى – عليه:** تساعد محاسبة الفرد لنفسه على أن يتعرَّف على حقِّ الله – تعالى – عليه، وعظيم فضله ومنِّه؛ وذلك عندما يقارِن نعمة الله عليه، وتفريطه في جنب الله، فيكون ذلك رادعًا له عن فعل كلِّ شائنٍ وقبيح.
- **الاطلاع على عيوب النفس ونقائصها ومثالبها:** تساعد محاسبة الفرد لنفسه على الاطلاع على عيوب النفس ونقائصها ومثالبها، ومن ثمَّ إعطاؤها مكانتَها الحقيقية إنْ جنحت إلى الكبر والتغطرُس، ولا شك أن معرفة العبد لقدر نفسه يُورثه تذلُّلاً لله، فلا يُدِلُّ بعمله مهما عظُم، ولا يحتقر ذنبَه مهما صغُر، قال أبو الدرداء: "لا يفقه الرجل كلَّ الفقه حتى يمقُتَ الناس في جنب الله، ثم يرجع إلى نفسه فيكونَ أشدَّ لها مقتًا."
- **تربِّي عند الإنسان الضميرَ داخل النفس:** تساعد محاسبة الفرد لنفسه على أن تربِّي عند الإنسان الضميرَ داخل النفس، وتنمِّي في الذات الشعورَ بالمسؤولية، ووزن الأعمال والتصرُّفات بميزان دقيقٍ هو ميزان الشرع، حكى الغزالي في "الإحياء" أنَّ أبا بكر – رضي الله عنه – قال لعائشة – رضي الله عنها – عند الموت: "ما أحدٌ من الناس أحبَّ إليَّ من عمر" ثم قال لها" :كيف قلتُ؟" فأعادت عليه ما قال، فقال: "ما أحدٌ أعزَّ عليَّ

من عمر!!". ويقول الغزالي: "فانظر كيف نظرَ بعد الفراغ من الكلمة فتدبَّرها وأبدلها بكلمةٍ غيرها[١٤٧]

❖ **تزكية النفس وتطهيرها وإصلاحها:** تساعد محاسبة الفرد لنفسه على تزكية النفس وتطهيرها وإصلاحها وإلزامها أمْرَ الله – تعالى – قال – تعالى :- ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ٩، ١٠]، وقال مالك بن دينار: "رحم الله عبدًا قال لنفسه: ألستِ صاحبةَ كذا؟ ألستِ صاحبة كذا؟ ثم ذمَّها، ثم خطَمها، ثم ألزمها كتابَ الله –عز وجل – فكان لها قائدًا."

المبحث الثالث: كيفية محاسبة النفس

توقيت محاسبة النفس:

يمكن تقسيم توقيت محاسبة النفس إلى نوعين هما:

النوع الأول: محاسبة قبل العمل: أن يقف المسلم عند أول همه وإرادته، ولا يبادر بالعمل حتى يتبين له رجحانه على تركه ، لذا يجب على المسلم أن ينظر في همه وقصده، فالمرء إذا نفى الخطرات قبل أن تتمكن من القلب سهل عليه دفعها.. فالخطرة النفسية والهم القلبي قد يقويان حتى يصبحا وساوس، والوسوسة تصير إرادة، والإدارة الجازمة لابد أن تكون فعلا، قال الحسن: كان أحدهم إذا أراد أن يتصدق بصدقة تثبت، فإن كانت لله أمضاها، وإن كانت لغيره توقف[١٤٨]

---

[١٤٧] إحياء علوم الدين للغزالي "٤/٣٩٤-٣٩٥".

[١٤٨] مقاصد المكلفين فيما يُتعبَّد به لرب العالمين، عمر الأشقر

ويجب المسلم **إذا** تحركت نفسه لعمل من الأعمال وهم به ان يقف وقفه اولى وينظر هل ذلك العمل مقدور عليه أو غير مقدور عليه؟ فإن لم يكن مقدورا عليه لم يقدم عليه، وإن كان مقدورا عليه وقف وقفة أخرى ونظر: هل فعله خير له من تركه، أم تركه خير له من فعله؟ فإن كان الخير في تركه تركه، وإن كان الأول وقف وقفة ثالثة ونظر: هل الباعث عليه إرادة وجه الله – عز وجل – وثوابه أو إرادة الجاه والثناء والمال من المخلوق؟ فإن كان الثاني لم يقدم عليه وإن أفضى به إلى مطلوبة، لئلا تعتاد النفس الشرك ويخفف عليها العمل لغير الله، فبقدر ما يخف عليها ذلك يثقل عليها العمل لله – تعالى – حتى يصير أثقل شيء عليها، وإن كان الأول وقف وقفة أخرى ونظر: هل هو مُعان عليه وله أعوان يساعدونه وينصرونه – إذا كان العمل محتاجاً إلى ذلك – أم لا ؟ فإن لم يكن له أعوان أمسك عنه، كما أمسك النبي صلى الله عليه وسلم عن الجهاد بمكة حتى صار له شوكة وأنصار، وإن وجده معانا عليه فليقدم عليه فإنه منصور – بإذن الله [١٤٩]

النوع الثاني: المحاسبة بعد العمل : تنقسم المحاسبة بعد العمل الى ثلاثة أقسام، هي:

(أ) محاسبتها على التقصير في الطاعات في حق الله – تعالى :يكون محاسبة النفس على التقصير في الطاعات في حق الله – تعالى بأن يديم سؤاله نفسه: هل أديت هذه الفريضة على الوجه الأكمل مخلصاً فيها لله ووفق ما جاء عن رسول الله صلى الله عليه وسلم؟ فإن كان مقصرًا، وأينا يسلم من ذلك؟ فلسد الخلل بالنوافل فإنها ترقع النقص في الفريضة وتربى لدى العبد جانب العبادة، وبالمجاهدة وكثرة اللوم يخف التقصير في الطاعات إلى درجة كبيرة.

[١٤٩] إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: ٧٥١هـ) المحقق: محمد حامد الفقي الناشر: مكتبة المعارف، الرياض، المملكة العربية السعودية.

(ب) محاسبتها على معصية (الصغيرة والكبيرة) ارتكبتها :وقد حكي ابن القيم أنموذجاً في كيفية محاسبة النفس على الوقوع في المعصية فقال :وبداية المحاسبة أن تقايس بين نعمته – عز وجل – وجنايتك، فحينئذ يظهر لك التفاوت، وتعلم أنه ليس إلا عفوه ورحمته أو الهلاك والعطب. وبهذه المقايسة تعلم أن الرب رب والعبد عبد، ويتبين لك حقيقة النفس وصفاتها وعظمة جلال الربوبية وتفرد الرب بالكمال والإفضال، وأن كل نعمة منه فضل، وكل نقمة منه عدل... فإذا قايست ظهر لك أنها منبع كل شر وأساس كل نقص، وأن حدها: أنها الجاهلة الظالمة، وأنه لولا فضل الله ورحمته بتزكيته لها ما زكت أبداً، ولولا إرشاده وتوفيقه لما كان لها وصول إلى خير ألبتة، فهناك تقول حقا: أبوء بنعمتك علي وأبوء بذنبي[١٥٠].

ويجب على العبد أن يستذكر ويستشعر رقابة الحق سبحانه عليه، فإنه لا تخفي عليه خافية في الأرض ولا في السماء، وحينما تهم النفس بمعاقرة الذنب صغر أم كبر، فليتذكر المرء أن نظر الله إليه أسرع من نظره إلى ذلك الذنب. ولو كان العبد في جوف داره فإن الله سبحانه لا تحجز نظره الأبواب المغلقة، ولا الستر المرخاة. بل لو كان العبد في قعر البحار، أو على رؤوس الجبال فإن ربه يراه، ويعلم بكل حركة منه وسكنة: ﴿وَمَا تَكُونُ فِي شَأْنٍ وَمَا تَتْلُو مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ ﴾ [يونس:٦١]، فبذلك السبيل وأشباهه من المحاسبة يكون المرء صادقا في محاسبته نفسه على ارتكاب المعصية والذنب.

---

[١٥٠] مدارج السالكين

وينتقل المسلم بعد أن يحاسب نفسه هذه المحاسبة، ويجلس معها هذه الجلسة المطولة، إلى الثمرة والنتيجة ألا وهي العمل على تكفير تلك المعصية، فيتدارك نفسه بالتوبة النصوح وبالاستغفار والحسنات الماحية والمذهبة للسيئات . قال سبحانه : ﴿ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ ﴾ [هود:١١٤] فالبدار قبل أن يختم للمرء بخاتمة سوء وهو مصر على المعصية ولم يتب منها، وليتذكر الحشر والنشر وهول جهنم وما أعده الله للعصاة والفسقة من الأغلال والحديد والزقوم والصديد في نار، فقد قال عنها كعب الأحبار – رضي الله عنه – «لو أنه فتح من جهنم قدر منخر ثور بالمشرق ورجل بالمغرب لغلى دماغه حتى يسيل من حرها أجارنا الله والمسلمين منها.»[١٥١]

(ج) محاسبتها على أمر كان تركه خيرا من فعله، أو على أمر مباح، ما سبب فعله له: ويجب المسلم محاسبة النفس على أمر كان تركه خيرا من فعله، أو على أمر مباح، فيوجه لنفسه أسئلة متكررة: لم فعلت هذا الأمر؟ أليس الخير في تركه؟ وما الفائدة التي جنيتها منه؟ هل هذا العمل يزيد من حسناتي؟ ونحو ذلك من الأسئلة التي على هذه الشاكلة.

وأما المباح فينظر : هل أردت به وجه الله والدار الآخرة، فيكون ذلك ربحاً لي أو فعلته عادة وتقليدًا بلا نية صالحة ولا قصد في المثوبة، فيكون فعلي له مضيعة للوقت على حساب ما هو أنفع وأنجع ؟ ثم ينظر لنفسه بعد عمله لذلك المباح، فيلاحظ أثره على الطاعات الأخرى من تقليلها أو إضعاف روحها، أو كان له أثر في قسوة القلب وزيادة الغفلة، فكل هذه الأسئلة لابد منها حتى يسير العبد في طريقه إلى الله على بصيرة ونور.

---

[١٥١] الزهد للإمام أحمد

ويتضح لنا مما سبق انه يجب على المسلم دوام محاسبة النفس، ومعاتبتها وتذكيرها كلما وقعت منها زلة أو جنحت إلى حطام الدنيا الفاني.

كيفية محاسبة النفس:

يجب على المسلم محاسبة نفسه الا أنه ليس هناك وسيلة محددة ذات خطوات وأساليب منضبطة في كيفية محاسبة النفس، وذلك لأن النفوس البشرية متباينة الطبائع والسجايا، لكن هناك أطرًا عامة وخطوطاً عريضة يمكن الإشارة إليها الاستفادة منها في هذا الموضوع، والأمر الذي يجب أن يفقهه كل مسلم ومسلمة أنه لابد من الجدية في المحاسبة والحرص الشديد على أخذ النتائج والقرارات التي يتوصل إليها بعد ذلك بمأخذ العزيمة والجد.

وقد قال الغزالي ينبغي على العبد أن يكون له وقت في أول النهار يشارط فيه نفسه على سبيل التوصية بالحق، كما ينبغي أن يكون له في آخر النهار ساعة يطالب فيها النفس ويحاسبها على جميع حركاتها وسكناتها، كما يفعل التجار في الدنيا مع الشركاء في آخر كل سنة أو شهر أو يوم حرصا منهم على الدنيا، وخوفا من أن يفوتهم منها ما لو فاتهم لكانت الخيرة لهم في فواته... فكيف لا يحاسب العاقل نفسه فيما يتعلق به خطر الشقاوة والسعادة أبد الآباد؟ ما هذه المساهلة إلا عن الغفلة والخذلان وقلة التوفيق نعوذ بالله من ذلك.[١٥٢]

[١٥٢] :إحياء علوم الدين المؤلف: أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: ٥٠٥هـ) الناشر: دار المعرفة – بيروت.

المبحث الرابع: نماذج من محاسبة السلف الصالح لأنفسهم

تمهيد:

ان سلف هذه الأمة تواترت أقوالهم على الحث على محاسبة العبد نفسه، والوقوف بها عند الخطرات وغيرها؛ عن وهب بن منبه: قال مكتوب في حكمة آل داود: حق على العاقل ألَّا يغفل عن أربع ساعات: ساعة يناجي فيها ربَّه، وساعة يحاسب فيها نفسَه، وساعة يخلو فيها مع إخوانه الذين يخبرونه بعيوبه، ويصدقونه عن نفسه، وساعة يخلو فيها بين نفسه وبين لذَّاتها، فيما يحل ويحمد في هذه الساعة؛ عونًا على تلك الساعات وإجمامًا للقلوب[١٥٣]

وقال عمر بن الخطاب رضي الله عنه :حاسبوا أنفسكم قبل أن تُحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن تُوزنوا، فإنه أهون عليكم في الحساب غدًا أن تحاسبوا أنفسكم اليوم، وتزينوا للعرض الأكبر[١٥٤] ﴿يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُونَ لَا تَخْفَى مِنْكُمْ خَافِيَةٌ ﴾ [الحاقة: ١٨]

مجالات محاسبة السلف الصالح لأنفسهم:

كان السلف الصالح حريص كل الحرص على محاسبة أنفسهم في جميع أحوالهم وأفعالهم وأقوالهم وذلك على النحو التالي:

١ – الأقوال: كان سلف هذه الأمة يحاسبون أنفسهم على أقوالهم؛ لعلمهم أن هناك ملائكة يُدوِّنون ما يتلفَّظ به الإنسان، كما جاء في قوله تعالى :﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ

---

[١٥٣] مجموع الفتاوى؛ لابن تيمية، جـ٢٨، ص٣٦٨، وإحياء علوم الدين جـ٤، ص٤٠٢، وأخبار أصبهان (رقم ١٩٨).

[١٥٤] أخرجه ابن المبارك في الزهد (١/ ١٠٣، رقم ٣٠٦)، وابن أبي شيبة (٧/ ٩٦، رقم ٣٤٤٥٩).

وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ *إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ *مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾ [ق: ١٦ – ١٨]، وكذلك كانوا يعلمون أن للكلمة تأثيرًا عظيمًا، ولها خطرًا كبيرًا؛ فرُبَّ كلمةٍ كانت سببًا من أسباب سعادة المرء في الدنيا والآخرة، ورُبَّما كانت سببًا لشقائه في الدنيا والآخرة؛ عن أبي هريرة رضي الله عنه أيضًا، عن النبي صلى الله عليه وسلم، قال: ((إن العبد ليتكلَّم بالكلمة من رضوان الله، لا يُلقي لها بالًا، يرفعه الله بها درجات، وإن العبد ليتكلَّم بالكلمة من سخط الله لا يُلقي لها بالًا، يهوي بها في جهنم))[١٥٥]

حرص سلف هذه الأمة على محاسبة أنفسهم على أقوالهم؛ فعن قيس، قال: رأيت أبا بكر آخذًا بطرف لسانه، ويقول: هذا الذي أوردني الموارد[١٥٦]

وهذا ابن مسعود رضي الله عنه يعاتب لسانه ويقول: "أنه ارتقى الصفا فأخذ بلسانه، فقال: يا لسان قل خيرًا تغنم، واسكت عن شرٍّ تسلم، من قبل أن تندم، ثم قال: سمِعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: ((أكثر خطايا ابن آدم في لسانه))[١٥٧].

حدث أبو حيان التميمي عن أبيه، قال: رأيت ابنة الربيع بن خثيم أَتَتْهُ فقالت: يا أبتاه، أذهب ألعب؟ قال: يا بنيتي، اذهبي قولي خيرًا[١٥٨]

٢-ترك المحافظة على الصلاة: حرص سلف هذه الأمة على محاسبة أنفسهم على الصلاة لأن الصلاة هي وصية النبي صلى الله عليه وسلم لأُمَّته عند فراقه الدنيا؛ فعن عليٍّ رضي الله عنه قال: كان آخر كلام النبي صلى الله عليه وسلم)) :الصلاة، الصلاة وما ملكت أيمانكم[١٥٩]))

---

[١٥٥] رواه البخاري، كتاب الرقائق، باب: حفظ اللسان.[6478]

[١٥٦] آداب النفوس (ص: ٤٤)، صفة الصفوة، جـ١، ص٨٧، والرياض النضرة في مناقب العشرة (ص: ٩١)

[١٥٧] رواه الطبراني (١٠/ ١٩٧) (١٠٤٤٦)، وأبو نعيم في "حلية الأولياء(107 /4) "

[١٥٨] أخرجه ابن سعد (٦/ ١٨٨)، وهناد في "الزهد(538 /2) "

لعظم شأن الصلاة جعلها النبي صلى الله عليه وسلم العهد الذي بين أهل الإيمان وأهل الكفر والعصيان؛ فعن أبي بريدة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((العهد الذي بيننا وبينهم الصلاة، فمن ترك الصلاة فقد كفر))[١٦٠] ، وجعلها الحد الفاصل بين الكفر والإيمان، فقال صلى الله عليه وسلم: ((بين العبد وبين الكفر ترك الصلاة))[١٦١]

وعن أبي إدريس الخولاني، قال: جلست إلى أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم، وفيهم عبادة بن الصامت، فذكروا الوتر، فقال بعضهم: هو سنة، وقال بعضهم: هو واجب، فقال عبادة: لا أدري ما تقول غير أني أشهد لسمِعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: ((أتاني جبريل من عند الله تعالى، وقال: إن ربك أرسلني إليك، إني أفرضت على أُمَّتك خمس صلوات، فمن أدَّاهُنَّ بحقوقهن وطهورهن، وما افترضت عليه فيهن، فإن له عهدًا أن أُدخله الجنة، ومن انتقص من حقوقهن شيئًا، فلا عهد له عليَّ، إن شئت عذَّبته، وإن شئت غفرت له))[١٦٢]

وقد كان سلف هذه الأمة يحافظون عليها ولا يتخلَّفون عن صلاة الجماعة، وكانوا يحاسبون أنفسهم إذا فترة عزائمهم عن الصلاة، فها هو الفاروق رضي الله عنه يحاسب نفسه على تركه لصلاة الجماعة؛ فعن نافع: أن ابن عمر كان إذا فاتته العشاء في جماعة أحيا بقية ليلته.

وروي أن عمر بن الخطاب فاتته صلاة العصر مع جماعة، فتصدَّق بأرض قيمتها مائة ألف درهم، وحاتم الأصم وهو رجل صالح فاتته صلاة العصر في جماعة، فصلَّاها في البيت، فجلس يبكي؛ لأن صلاة الجماعة قد فاتته – نقول هذا لكثير من المؤمنين الذين تفوتهم الصلاة

---

[١٥٩] أحمد (١/ ٧٨، رقم ٥٨٥)، والبخاري في الأدب المفرد (١/ ٦٧، رقم ١٥٨).

[١٦٠] أخرجه ابن أبي شيبة (٦/ ١٦٧، رقم ٣٠٣٩٦)، وأحمد (٥/ ٣٤٦، رقم ٢٢٩٨٧)، والترمذي (٥/ ١٣، رقم ٢٦٢١).

[١٦١] أخرجه البخاري، رقم ٢٥، وأخرجه أيضًا: أحمد (٣/ ٣٨٩، رقم ١٥٢٢١).

[١٦٢] أخرجه أحمد (٤/ ٢٤٤، رقم ١٨١٥٧) [الصحيحة(848):].

بكليتها حتى يخرج وقتها – فجاءه أصحابه يعزُّونه على فوات صلاة الجماعة، فنظر إليهم وكانوا قلَّةً فبكى، قالوا: ما يبكيك رحمك الله؟ قال: لو مات ابنٌ من أبنائي لأتى أهل المدينة كلهم يعزُّونني، أما أن تفوتني صلاة، فلا يأتيني إلا بعض أهل المدينة! ووالله لموت أبنائي جميعًا أهونُ عندي من فوات صلاة الجماعة :﴿ تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ ﴾ [التوبة: ٩٢]، ندم لأنه ترك الطاعة، وندم لأنه ارتكب المعصية.

٣-الاشتغال بغير ما يعنيهم: كان سلف الأمة يحرص على عدم الاشتغال بما لا يعنيهم، والعمل بحديث النبي صلى الله عليه وسلم عن أبي هريرة، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((من حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه))[١٦٣]

ويقول ابن القيم رحمه الله: فأنفع الدواء أن تشغل نفسك بالفكر فيما يعنيك دون ما لا يعنيك، فالفكر فيما لا يعني باب كل شر، ومن فكَّر فيما لا يعنيه فاته ما يعنيه، واشتغل عن أنفع الأشياء له بما لا منفعة له فيه، فالفكر والخواطر والإرادة والهمة أحقُّ شيء بإصلاحه من نفسك، فإن هذه خاصتك وحقيقتك التي تبتعد بها أو تقرب من إلهك ومعبودك الذي لا سعادة لك إلا في قربه ورضاه عنك، وكل الشقاء في بعدك عنه وسخطه عليك، ومن كان في خواطره ومجالات فكره دنيئًا خسيسًا، لم يكن في سائر أمره إلا كذلك، وإيَّاك أن تُمكِّن الشيطان من بيت أفكارك وإرادتك، فإنَّه يُفسدها عليك فسادًا يصعب تداركه[١٦٤]

[١٦٣] أخرجه الترمذي (٤/ ٥٥٨ رقم ٢٣١٧)، وقال: غريب، وابن ماجه (٢/ ١٣١٥، رقم ٣٩٧٦).

[١٦٤] الفوائد (ص: ١٧٥).

واراد أحد السلف رحمه الله: أنه أراد طلاق امرأة؛ فقيل له: ما الذي يريبك فيها؟ فقال: العاقل لا يهتك ستر امرأته، فلما طلَّقها، قيل له: لم طلقتها؟ فقال: ما لي ولامرأة غيري[١٦٥]

ويقول عطاء بن رباح رحمه الله: "أما يستحي أحدكم لو نشرت صحيفته التي أملى في صدر نهاره، وليس فيها شيء من أمر آخرته ينفعه."

ودخلوا على أبي دجانة رضي الله عنه وهو مريض، فكان وجهه يتهلَّل، فقيل له: ما لوجهك يتهلَّل يرحمك الله؟ فقال: "ما من عمل شيء أوثق عندي من اثنتين: كنت لا أتكلم فيما لا يعنيني، وكان قلبي للمسلمين سليمًا "١٦٦، ﴿ وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴾ [فصلت: ٣٥]

٤-النوم عن صلاة الليل: كان سلف الأُمَّة يحرصون عليها محاسبة أنفسهم على صلاة الليل وتركهم إيَّاها، فقد قال أبو جعفر البقَّال: دخلت على أحمد بن يحيى رحمه الله، فرأيته يبكي بكاءً كثيرًا ما يكاد يتمالك نفسه!! فقلت له :أخبرني: ما حالك؟! فأراد أن يكتمني فلم أدعه، فقال لي: فاتني حزبي البارحة !ولا أحسب ذلك إلا لأمر أحدثته، فعوقبت بمنع حزبي، ثم أخذ يبكي! فأشفقت عليه وأحببت أن أسهِّل عليه، فقلت له: ما أعجب أمرك! لم ترضَ عن الله تعالى في نومةٍ نومك إياها، حتى قعدت تبكي! فقال لي: دع عنك هذا يا أبا جعفر، فما أحسب ذلك إلا من أمر أحدثته، ثم غلب عليه البكاء! فلما رأيته لا يقبل مني انصرفت وتركته.

---

[١٦٥] إحياء علوم الدين؛ للغزالي.(56 /2)

[١٦٦] رواه ابن سعد في "الطبقات الكبرى" (٣/ ٥٥٧) من حديث زيد بن أسلم.

وكان أبو مسلم الخولاني رحمه الله يصلي من الليل، فإذا أصابه فتور أو كسل، قال لنفسه: أيظنُّ أصحاب محمد صلى الله عليه وسلم أن يسبقونا عليه، والله لأزاحمنَّهم عليه، حتى يعلموا أنهم خلَّفُوا بعدهم رجالًا! ثم يصلي إلى الفجر.

٥-إضاعة أوقاتهم: حرص سلف هذه الأمة على محاسبة أنفسهم على إضاعة أوقاتهم فلقد كان سلف هذه الأمة يدركون قيمة الوقت، وأنه أنفس من الذهب؛ لذا كانوا يحاسبون أنفسهم على أوقاتهم التي ربما تمرُّ من غير طاعة؛ يقول ابن مسعود رضي الله عنه: ما ندمت على شيء ندمي على يوم غربت شمسه، اقترب فيه أجلي ولم يزدَدْ فيه عملي.

وعن عبدالله بن مسعود، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((لا تزول قدما ابن آدم يوم القيامة من عند ربه حتى يُسأل عن خمس: عن عمره فيما أفناه، وعن شبابه فيما أبلاه؛ وعن ماله من أين أكتسبه وفيما أنفقه، وعن عمله ماذا عمل فيه))[١٦٧]

وعن ابن عباس قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة، والفراغ))

٦- ما بدر منهم من خطايا وذنوب: حرص سلف هذه الأمة على محاسبة أنفسهم على ما بدر منهم من خطايا وذنوب، وتوبتهم إلى علَّام الغيوب جلَّ جلالُه، فقد روي عن سلمة بن سعيد، عن بعض رجاله، أن زيادًا ضحك ذات يوم حتى علا صوته، ثم قال: أستغفر الله، وبكى بكاءً شديدًا، فقال له جلساؤه بعد ذلك المجلس: ما رأينا أصلح - الله الأمير- بكاءً في إثر ضحك

[١٦٧] أخرجه الترمذي (٤/ ٦١٢، رقم ٢٤١٦)، وصحَّحه الألباني في صحيح الترمذي، رقم ١٩٦٩.

أسرع من بكائك بالأمس قال: (إني والله ذكرت ذنبًا أذنبته، كنت به حينئذٍ مسرورًا، فذكرته، فبكيت خوفًا من عاقبته ثم بكى أيضًا).[١٦٨]

نماذج من محاسبة السلف لأنفسهم:

إن أولئك القوم ارتبطت قلوبهم بالله، فكانوا أجسادا في الأرض وقلوبا في السماء، وما إن يحصل من أحدهم تقصير أو زلة إلا ويسارع في معالجة خطئه، ومعاقبة نفسه على ذلك، حتى لا تكاد تأمره إلا بخير، وفيما يلي اعرض لبعض من النماذج التي توضح حرص السلف على محاسبة النفس، وهى:

- عن محمد بن عمر المخزومي عن أبيه قال :((نادى عمر بالصلاة جامعة، فلما اجتمع الناس وكثروا صعد المنبر، فحمد الله وأثنى عليه بما هو أهله، وصلى على محمد صلى الله عليه وسلم، ثم قال: أيها الناس، لقد رأيتني أرعى على خالات لي من بني مخزوم، فيقبض لي من التمر والزبيب، فأظل يومي وأي يوم، ثم نزل، قال عبد الرحمن بن عوف: يا أمير المؤمنين، ما زدت على أن قمئت نفسك – يعني: عبت – قال: ويحك يا ابن عوف، إني خلوت بنفسي فحدثتني قالت: أنت أمير المؤمنين، فمن ذا أفضل منك؟ فأردت أن أعرفها قدرها))[١٦٩]

---

[١٦٨] الرقة والبكاء؛ لابن أبي الدنيا (ص: ١٤٠).

[١٦٩] محب الدين الطبري، الرياض النضرة في مناقب العشرة، ص259 :، ج: ٢، ط: ١، ٢٠٠٠م، دار المنار، القاهرة

❖ ومن معاتبات النفس الجادة نقف على خبر حنظلة بن حذيم الحنفي رضي الله تعالى عنه قال: ((لقيني أبو بكر فقال: كيف أنت يا حنظلة؟ قال: قلت: نافق حنظلة، قال: سبحان الله! ما تقول؟ قال: قلت :نكون عند رسول الله صلى الله عليه وسلم، يذكرنا بالنار والجنة، حتى كأنا رأْيُ عين، فإذا خرجنا من عند رسول الله صلى الله عليه وسلم، عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات، فنسينا كثيرًا، قال أبو بكر: فوالله إنا لنلقى مثل هذا، فانطلقت أنا وأبو بكر، حتى دخلنا على رسول الله صلى الله عليه وسلم، قلت: نافق حنظلة يا رسول الله، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم :وما ذاك؟ قلت: يا رسول الله، نكون عندك تذكرنا بالنار والجنة، حتى كأنا رأيُ عين، فإذا خرجنا من عندك، عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات، نسينا كثيرًا، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: والذي نفسي بيده، إن لو تدومون على ما تكونون عندي، وفي الذكر، لصافحتكم الملائكة على فرشكم وفي طرقكم، ولكن يا حنظلة ساعة وساعة ثلاث مرات))[١٧٠]

❖ ومن مواقف عمر بن الخطاب أيضًا في مراجعة النفس ما نقله ابن القيم قال: "ذكر الإمام أحمد عن جابر بن عبد الله أنه رآه عمر ومعه لحم قد اشتراه لأهله بدرهم، فقال: ما هذا؟ قال :لحم اشتريته لأهلي بدرهم، فقال: أوَكلما اشتهى أحدكم شيئًا اشتراه؟ أما سمعت الله تعالى يقول :﴿ أَذْهَبْتُمْ طَيِّبَاتِكُمْ فِي حَيَاتِكُمُ الدُّنْيَا وَاسْتَمْتَعْتُمْ بِهَا ﴾ [الأحقاف: ٢٠]"[١٧١]

❖ وقد كان أصحاب النبي الكريم صلى الله عليه وسلم يراجعون أنفسهم على الدوام، ويفرضون عليها غمار العزائم القوية حتى في أصعب الأوقات، حتى انقادت لهم؛ وهذه

---

[١٧٠] صحيح مسلم (٢٧٥٠)

[١٧١] ابن القيم، حادي الأرواح إلى بلاد الأفراح، ص: ١٦٦، دار الكتب العلمية، بيروت

صورة بألوانها الطبيعية من أرض مؤتة يرويها والد عباد بن عبد الله بن الزبير الذي أرضعه رضي الله عنه يقول: "والله لكأني أنظر إلى جعفر بن أبي طالب حين اقتحم عن فرس له شقراء، ثم عقرها، ثم قاتل القوم حتى قُتل، فلما قُتل جعفر، أخذ عبدالله بن رواحة الراية، ثم تقدم بها وهو على فرسه، فجعل يستنزل نفسه، وتردد بعض التردد ثم قال:

أقسمت يا نفسي لتنزلنهْ طائعةً أو لتُكرهنهْ

ما لي أراكِ تكرهين الجنهْ إن أجلب الناس وشدوا الرنهْ

لطالما قد كنتِ مطمئنهْ هل أنتِ إلا نطفة في شنَّهْ

وقال عبد الله بن رواحة رضي الله عنه :

يا نفس إن لا تُقتلي تموتي هذا حمام الموت قد صُليتِ

وما تمنيتِ فقد لقيتِ إن تفعلي فعلهما هُديتِ

ثم نزل، فلما نزل، أتاه ابن عم له بعظم من لحم فقال: اشدد بهذا صلبك؛ فإنك قد لقيت في أيامك هذه ما قد لقيت، فأخذه من يده فانتهش منه نهشةً، ثم سمع الحُطَمة في ناحية الناس فقال وأنت في الدنيا؟ ثم ألقاه من يده، ثم أخذ سيفه فتقدم، فقاتل حتى قُتل..."؛ [١٧٢]

وقال: رجاله

[١٧٢] الهيثمي في مجمع الزوائد (٦/ ١٦٢)، وقال: رجاله ثقات

يا كثير العفو عمن كثُر الذنب لديْهِ

جاءك المذنب يرجو الـ صفح عن جرم يديهِ

❖ جاء رجل يشكو إلى عمر وهو مشغول فقال له : أتتركون الخليفة حين يكون فارغا حتى إذا شغل بأمر المسلمين أتيتموه؟ وضربه بالدرة، فانصرف الرجل حزينا، فتذكر عمر أنه ظلمه، فدعا به وأعطاه الدرة، وقال له: (اضربني كما ضربتك» فأبى الرجل وقال: تركت حقي لله ولك، فقال عمر : «إما أن تتركه لله فقط، وإما أن تأخذ حقك» فقال الرجل : تركته لله ، فانصرف عمر إلى منزله فصلى ركعتين ثم جلس يقول لنفسه : «يا ابن الخطاب، كنت وضيعا فرفعك الله، وضالا فهداك الله، وضعيفا فأعزك الله، وجعلك خليفة فأتي رجل يستعين بك على دفع الظلم فظلمته ؟!! ما تقول لربك غدا إذا أتيته؟ وظل يحاسب نفسه حتى أشفق الناس عليه[١٧٣]

❖ وكان عمر بن عبد العزيز شديد المحاسبة لنفسه قليل الكلام، وكان يقول : إنه ليمنعني من كثير من الكلام مخافة المباهاة. [١٧٤]

المبحث الخامس: تطبيقات عملية على محاسبة النفس

تمهيد:

يجب على المسلم أن يتفكر في جميع أموره، صغيرها وكبيرها، ويسأل نفسه قبل البدء فيها، وبعد الانتهاء منها، فعَن أَبِي ذَرٍّ, قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ – صلى الله عليه وسلم –: «إِنِّي أَرَى مَا

[١٧٣] مناقب أمير المؤمنين عمر بن الخطاب، لابن الجوزي

[١٧٤] سير أعلام النبلاء للذهبي

لا تَرَونَ وَأَسمَعُ مَا لا تَسمَعُونَ، أَطَّت السَّمَاءُ وَحُقَّ لَهَا أَن تَئِطَّ، مَا فِيهَا مَوضِعُ أَربَعِ أَصَابِعَ إِلا وَمَلَكٌ وَاضِعٌ جَبهَتَهُ سَاجِدًا لِلَّه، وَاللَّهِ لَو تَعلَمُونَ مَا أَعلَمُ لَضَحِكتُم قَلِيلاً وَلَبَكَيتُم كَثِيرًا وَمَا تَلَذَّذتُم بِالنِّسَاءِ عَلَى الفُرُشِ، وَلَخَرَجتُم إِلَى الصُّعُدَاتِ تَجأَرُونَ إِلَى اللَّهِ، لَوَدِدتُ أَنِّي كُنتُ شَجَرَةً تُعضَد».

وقال تعالى:﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ ۚ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ (١) يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَىٰ وَمَا هُم بِسُكَارَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ (٢)﴾ [الحج: ١-٢].

وقال تعالى:﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلتَنظُر نَفسٌ مَّا قَدَّمَت لِغَدٍ, وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعمَلُونَ * وَلا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُم أَنفُسَهُم أُولَئِكَ هُمُ الفَاسِقُونَ﴾ [سورة الحشر: ١٧-١٨].

وقال الشاعر:

إنا لنفرحُ بالأيامِ نقطعُها *** وكلَّ يومٍ، يُدني من الأجلِ

فاعمل لنفسِكَ قبلَ الموتِ مجتهداً *** فإنما الربحُ والخسرانُ في العملِ

الأسباب المعينة على المحاسبة:

توجد بعض الأسباب التي تعين الإنسان على محاسبة نفسه وتسهل عليه ذلك، منها:

- ❖ صحبة الأخيار الذين يحاسبون أنفسهم ويطلعونه على عيوب نفسه، وترك صحبة من عداهم.
- ❖ النظر في أخبار أهل المحاسبة والمراقبة من سلفنا الصالح.
- ❖ زيارة القبور والتأمل في أحوال الموتى الذين لا يستطيعون محاسبة أنفسهم أو تدارك ما فاتهم.
- ❖ ذكر الله – تعالى –ودعاؤه بأن يجعله من أهل المحاسبة والمراقبة، وأن يوفقه لكل خير.
- ❖ عدم حسن الظن الكامل بالنفس° لأن ذلك ينسي محاسبة النفس ويجعل الإنسان يرى عيوبه ومساوئه كمالاً.
- ❖ معرفته أنه كلما اجتهد في محاسبة نفسه اليوم استراح من ذلك غداً، وكلما أهملها اليوم اشتد عليه الحساب غداً.
- ❖ معرفته أن ربح محاسبة النفس ومراقبتها هو سكنى الفردوس، والنظر إلى وجه الرب – سبحانه –، ومجاورة الأنبياء والصالحين وأهل الفضل.
- ❖ النظر فيما يؤول إليه ترك محاسبة النفس من الهلاك والدمار، ودخول النار والحجاب عن الرب – تعالى –ومجاورة أهل الكفر والضلال والخبث.
- ❖ حضور مجالس العلم والوعظ والتذكير فإنها تدعو إلى محاسبة النفس.
- ❖ قيام الليل وقراءة القرآن والتقرب إلى الله – تعالى –بأنواع الطاعات.
- ❖ البُعد عن أماكن اللهو والغفلة فإنها تنسي الإنسان محاسبة نفسه.

تطبيقات عملية على محاسبة النفس:

تتفاوت هذه التطبيقات وتختلف من شخص إلى شخص، وهذه التطبيقات في البداية قد تكون صعبة على من لم يتعود عليها، ولكن لابد أن يكون لنا مشروع، وهدف، وهو المداومة على محاسبة أنفسنا، حتى تعلوا همتنا في طاعة الله، وفيما يلى بعض هذه التطبيقات:

أولا: تطبيقات عملية في الصلاة:

(أ) المحافظين على الصلاة: يجب على المسلم إذا كان من المحافظين على الصلاة أن يجلس مع نفسه بعد كل صلاة، وبعد الأذكار، ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ هل تم اداء الصلاة بالشكل الصحيح، بأركانها وواجباتها؟
- ✓ هل كان مطمئن في الصلاة؟
- ✓ هل هذه الصلاة أثرت فيه وغيرت شيء من حياته؟

يجب على المسلم أن يحاول التعرف على الخلل أو الخطأ الذي ارتكبته في صلاته، والاجتهاد في الصلاة القادمة لتفادى الخلل أو الخطأ واداء الصلاة على وجهه المطلوب.

(ب) المقصرين أو ممن يأخر الصلاة: يجب على المسلم إذا كان من المقصرين أو ممن يأخر الصلاة أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ لماذا أتأخر الصلاة؟ وما الفائدة التي تجنيها من تأخيرك للصلاة؟
- ✓ أيعقل أن تكون أعمالي أو أهلي أو الدنيا تبعدنا عن أداء حقوق الله؟!

- ✓ لماذا أتأخر في تأدية حقوق الله، ولا أتأخر في حقوقي أو حقوق الناس؟!
- ✓ إذاً لابد أن يكون هدفي ومشروعي أن أحافظ على الصلوات في وقتها.

(ج) مقصراً في النوافل، والأذكار: يجب على المسلم إذا كان مقصراً في النوافل، والأذكار أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ لماذا لا تؤديها؟
- ✓ هل هي تأخذ من وقتي الكثير؟
- ✓ الأذكار مع النوافل لا تأخذ من وقتي سوى خمسة دقائق أو أكثر بقليل، فهل هي ستعيق عملي؟
- ✓ بالعكس هي ستبارك في عمري، ووقتي، إذاً هدفي ومشروعي أن أحافظ عليها.

ثانيا: تطبيقات عملية في بر الوالدين وصلة الأرحام:

(أ) مقصراً أو عاقاً للوالدين: يجب على المسلم إذا كان مقصراً أو عاقاً لوالديه أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ لماذا أعملهما هذه المعاملة وقد تعبوا في تربيتي؟
- ✓ لماذا أعملهما هذه المعاملة وقد عانوا أشد العناء من أجل أن أكون سعيداً؟
- ✓ لماذا أعملهما هذه المعاملة وقد صبروا على مر الحياة لأجلي؟
- ✓ لماذا لا أجلس معهما؟ لماذا لا أحاول أن أسعدهما بكلمة أو ابتسامه؟

إذاً هدفي ومشروعي أن أجلس معهما، وأعتذر منهما عن أي تقصير بدر مني في حقهما.

(ب) مقصراً في صلة الارحام: يجب على المسلم إذا كان مقصراً في صلة الارحام أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ لماذا لا أصل رحمي وإن أخطأوا في حقك؟
- ✓ لماذا لا أصل رحمي وإن جفوني؟
- ✓ لماذا لا أصبر على أذاهم؟
- ✓ لماذا أضيع اجر صلة الارحام؟

إذاً هدفي ومشروعي أن أصل رحمي واحتسب أجر الزيارة وصلة الرحم عند الله، وإن جفوني وأخطأوا في حقي، أصبر على أذاهم، فالأجر عظيم، والثواب جزيل.

ثالثا: تطبيقات عملية مع الزوجين:

يجب على المسلم إذا كان مقصراً في حق الاسرة أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، يسأل فيها نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ هل حياتكم قائمة على طاعة الله ورضاه؟
- ✓ هل تتعاونون على البر والتقوى؟
- ✓ هل تنهون بعضكم عن المنكر؟
- ✓ هل لديكم مشاريع وأهداف تنفع هذه الأمة؟

إذاً هدفي ومشروعي أن أرعى أسرتي وتنشئة أبنائي تنشئة سوية قائمة على تعاليم الدين الحنيف.

رابعا: تطبيقات عملية قبل النوم:

يجب على المسلم أن يجلس مع نفسه ولو دقائق قليلة، قبل أن يأوي إلى فراشه، ويسأل نفسه عدد من الأسئلة، منها:

- ✓ هل صدقت في قولك وعملك؟
- ✓ هل اغتبت مسلم أو مسلمة؟ هل ظلمت إنسان؟
- ✓ ماذا لو قبضت روحي الآن، ولم أتب حتى الآن؟ من سينفعنا في هذه الدنيا؟
- ✓ من سيقف معي في الآخرة؟
- ✓ ماذا سأقول يوم العرض يوم تبيض وجوه، وتسود وجوه؟

إذاً هدفي ومشروعي أن أجلس مع نفسي ولو دقائق قليلة، قبل أن أوي إلى فراشه واحاسب نفسي على الاعمال التي قمت به في هذا اليوم

الفصل الثامن: تزكية النفس

المبحث الاول: ماهية تزكية النفس

المبحث الثاني: أهمية تزكية النفس

المبحث الثالث: وسائل تزكية النفس

المبحث الرابع: أسس تزكية النفس

المبحث الخامس: السلف الصالح وتزكية النفس

المبحث الاول: ماهية تزكية النفس

تعريف التزكية:

التزكية في اللغة: مصدر زكى الشيء يزكيه، ولها معنيان:

-**المعنى الأول** :التطهير، يقال زكيت هذا الثوب أي طهرته، ومنه الزكاء أي الطهارة .

-**المعنى الثاني** :هو الزيادة، يقال زكى المال يزكوا إذا نمى ومنه الزكاة لأنها تزكية للمال وزيادة له[١٧٥]

التزكية في الاصطلاح: جاء المعنى الاصطلاحي لتزكية النفوس على أساس المعنى اللغوي، فتزكية النفس شاملة لأمرين:

أ – تطهيرها من الأدران والأوساخ، وقال في الظلال : التزكي التطهر من كل رجس ودنس.[١٧٦]

ب – تنميتها بزيادتها بالأوصاف الحميدة.

أقسام تزكية النفس :

تنقسم تزكية النفس إلى قسمين رئيسين هما:

---

[١٧٥] انظر القاموس مادة زَكِيَ ص ١٦٦٧

[١٧٦] الظلال ج٦ ص ٣٨٩٣.

القسم الاول: التخلية: يقصد بها تطهير النفس من أمراضها وأخلاقها الرذيلة، فالأخلاق الرذيلة مثل: الشرك والرياء، والعجب، والكبر، والبغض والحسد، والشح والبخل، والغضب، والحرص على الدنيا وحبها لذاتها وإيثارها على الآخرة، والفضولية وعدم الجد في الحياة.... الخ.

القسم الثاني: التحلية: فهي ملؤها بالأخلاق الفاضلة وإحلالها محل الأخلاق الرذيلة بعد أن خليت منها، وأما الأخلاق الفاضلة فكالتوحيد والإخلاص والصبر، والتوكل والإنابة، والتوبة، والشكر، والخوف والرجاء، وحسن الخلق في التعامل مع الناس، والشفقة عليهم، وأمرهم بالمعروف ونهيهم عن المنكر، ونفعهم بقدر المستطاع، وعدم تغيير قلوبهم بما ليس بلازم شرعاً.

حكم تزكية النفس :

ذهب الغزالي رحمه الله إلى أنها فرض عين على كل مؤمن ولو لم يكن متحلياً بالأخلاق الذميمة، فيلزم كل أحد أن يتعلم أمراض القلب وكيفية تطهيرها. وقد استند الغزالي في رأيه هذا إلى أن الأصل عنده في الإنسان هو وجود هذه الأمراض وليس السلامة منها، واستدل على ذلك بأن النبي صلى الله عليه وسلم وهو أفضل البشر قد شق الله صدره مرتين وأخرج منه المضغة السوداء التي هي محل هذه الأمراض في الإنسان، فإذا كان النبي صلى الله عليه وسلم احتاج إلى ذلك فغيره من باب أولى.

وذهب الجمهور إلى أنه ليس فرض عين إلا في حق من تحقق أو ظن وجود مرض من الأمراض فيه، فيلزمه حينئذ تعلم سبل علاج ذلك المرض، وقالوا إن تعلم أمراض القلوب فرض كفاية على الأمة عامة وليس فرض عين على كل أحد، واستدل الجمهور بأن الأصل في

الإنسان السلامة من هذه الأمراض لقول الله تعالى: "فطرة الله التي فطر الناس عليها" وقول النبي صلى الله عليه وسلم: (كل مولود يولد على الفطرة) . وأدلة الجمهور أوجه وأقوى كما نرى .

وقد جمع الشيخ محمد الحسن – حفظه الله – بين هذه الأدلة بأن حمل دليل الغزالي على أن الذي في عامة بني آدم هو القابلية لهذه الأمراض لا وجودها، وبالتالي يكون الشق بالنسبة للنبي صلى الله عليه وسلم ليس علاجاً لمرض موجود وإنما هو منع للقابلية، فهو العصمة التي لا يمكن أن يحل بعدها شيء من هذه الأمراض[١٧٧]

المبحث الثاني: أهمية تزكية النفس

تمهيد:

تعد التزكية هي إحدى المهام التي بعث الله عز وجل الرسل من أجلها، فكانت دعوة نبي الله إبراهيم عليه السلام: ﴿رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ﴾ [البقرة: ١٢٩]، وقد استجاب الله عز وجل لدعوته فبعث لنا حبيبنا محمدًا ليقوم بهذه المهمة

أهمية تزكية النفس:

تعد تزكية النفس أمر مهم للإنسان من عدة أوجه:

[١٧٧] دروس للشيخ محمد الحسن الددو الشنقيطي،محمد الحسن ولد محمد الملقب بـ"الددو" الشنقيطي مصدر الكتاب : دروس صوتية قام بتفريغها موقع الشبكة الإسلامية http://www.islamweb.net

١-**النفس من أشد أعداء الإنسان** : أن النفس من أشد أعداء الإنسان الداخليين لأنها تدعو إلى الطغيان وإيثار الحياة الدنيا، وسائر أمراض القلب إنما تنشأ من جانبها، ولذلك كان صلى الله عليه وسلم يستعيذ بالله من شرها كثيرًا، وكما في حديث أبي هريرة عند ابن أبي حاتم قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقرأ: ﴿فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾، فقال: «اللهم آت نفسي تقواها، وزكها أنت خير من زكاها أنت وليها ومولاها» [١٧٨]، وفي الترمذي أنه صلى الله عليه وسلم علم حصين بن عبيد أن يقول: «اللهم ألهمني رشدي وقني شر نفسي» [١٧٩]

قال ابن القيم رحمه الله: وقد اتفق السالكون على اختلاف طرقهم وتباين سلوكهم على أن النفس قاطعة بين القلب وبين الوصول إلى الرب، وأنه لا يدخل عليه سبحانه ولا يوصل إليه إلا بعد إماتتها والظفر بها [١٨٠]

٢- **التزكية طريق الجنة** :أن التزكية طريق الجنة، فقد قال الله تعالى: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى (٤٠) فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى (٤١) ﴾ [النازعات: ٤٠- ٤١]، فهي إذن شرط لدخول الجنة.

قال سهل: ترك الهوى مفتاح الجنة، لقوله عز وجل: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى﴾، قال عبد الله بن مسعود: أنتم في زمان يقود الحق الهوى، وسيأتي زمان يقود الهوى الحق فنعوذ بالله من ذلك الزمان [١٨١]

---

[١٧٨] أخرجه مسلم.(2722)

[١٧٩] أخرجه الترمذي.(3483)

[١٨٠] إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان.(75 /1)

[١٨١] تفسير القرطبي.(208 /19)

ويعد نهي النفس عن الهوى هو نقطة الارتكاز في دائرة الطاعة، فالهوى هو الدافع القوي لكل طغيان، وكل تجاوز، وكل معصية، وهو أساس البلوى، وينبوع الشر، وقل أن يؤتى الإنسان إلا من قبل الهوى، فالجهل سهل علاجه، ولكن الهوى بعد العلم هو آفة النفس التي تحتاج إلى جهاد شاق طويل الأمد لعلاجها.

ويعتبر الخوف من الله هو الحاجز الصلب أمام دفعات الهوى العنيفة، وقل أن يثبت غير هذا الحاجز أمام دفعات الهوى، ومن ثم يجمع بينهما السياق القرآني في آية واحدة، فالذي يتحدث هنا هو خالق هذه النفس العليم بدائها، الخبير بدوائها وهو وحده الذي يعلم دروبها ومنحنياتها، ويعلم أين تكمن أهواؤها وأدواؤها، وكيف تطارد في مكامنها ومخابئها!

ولم يكلف الله الإنسان ألا يشتجر في نفسه الهوى، فهو سبحانه يعلم أن هذا خارج عن طاقته، ولكنه كلفه أن ينهاها ويكبحها ويمسك بزمامها، وأن يستعين في هذا بالخوف، الخوف من مقام ربه الجليل العظيم المهيب، وكتب له بهذا الجهاد الشاق، الجنة مثابة ومأوى: ﴿**فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى**﴾ ذلك أن الله يعلم ضخامة هذا الجهاد؛ وقيمته كذلك في تهذيب النفس البشرية وتقويمها ورفعها إلى المقام الأسنى.

إن الإنسان إنسان بهذا النهي، وبهذا الجهاد، وبهذا الارتفاع، وليس إنسانًا بترك نفسه لهواها، وإطاعة جواذبه إلى دركها، بحجة أن هذا مركب في طبيعته، فالذي أودع نفسه الاستعداد لجيشان الهوى، هو الذي أودعها الاستعداد للإمساك بزمامه، ونهي النفس عنه، ورفعها عن جاذبيته؛ وجعل له الجنة جزاء ومأوى حين ينتصر ويرتفع ويرقى.

وتوجد حرية إنسانية تليق بتكريم الله للإنسان، تلك هي حرية الانتصار على هوى النفس والانطلاق من أسر الشهوة، والتصرف بها في توازن تثبت معه حرية الاختيار والتقدير الإنساني، وهنالك حرية حيوانية، هي هزيمة الإنسان أمام هواه، وعبوديته لشهوته، وانفلات الزمام من إرادته، وهي حرية لا يهتف بها إلا مخلوق مهزوم الإنسانية مستعبد يلبس عبوديته رداء زائفًا من الحرية [١٨٢]

٣- فلاح العبد منوط بتزكية نفسه: أقسم الله عز وجل في كتابه أحد عشر قسمًا على فلاح من زكى نفسه وعلى خسران من أهمل ذلك، قال تعالى: ﴿وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا (١) وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا (٢) وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّاهَا (٣) وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا (٤) وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا (٥) وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا (٦) وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (١٠) ﴾ [الشمس: ١- ١٠].

وقوله: ﴿**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا**﴾ أي: طهر نفسه من الذنوب، ونقاها من العيوب، ورقاها بطاعة الله، وعلاها بالعلم النافع والعمل الصالح.

﴿**وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا**﴾أي: أخفى نفسه الكريمة، التي ليست حقيقة بقمعها وإخفائها، بالتدنس بالرذائل، والدنو من العيوب، والاقتراف للذنوب، وترك ما يكملها وينميها، واستعمال ما يشينها ويدسيها[١٨٣]

---

[١٨٢] في ظلال القرآن.(6/ 3819)

[١٨٣] تفسير السعدي (ص: ٩٢٦).

قال ابن كثير: وقوله: ﴿**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (١٠)** ﴾ يحتمل أن يكون المعنى: قد أفلح من زكى نفسه، أي: بطاعة الله –كما قال قتادة– وطهرها من الأخلاق الدنيئة والرذائل.

﴿**وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا**﴾ أي: دسسها، أي: أخملها ووضع منها بخذلانه إياها عن الهدى، حتى ركب المعاصي وترك طاعة الله عز وجل [١٨٤]

وجاء عن المراغي قوله: وتزكية النفس تارة تكون بالعمل الذي يجعلها زاكية طاهرة كثيرة الخير والبركة بتنمية فضائلها وكمالاتها، ولا يكون ذلك إلا بابتعادها عن الشرور والآثام التي تعوقها عن الخير وهذه التزكية محمودة، وهي التي عناها الله سبحانه بقوله: {**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا**﴾.

وتارة تكون بالقول بادعاء الكمال والزكاة، وقد اتفق العقلاء على استهجان تزكية المرء نفسه بالقول ولو حقا، ومصدر هذه التزكية الجهل والغرور، ومن آثاره السيئة الاستكبار عن قبول الحق، والانتفاع بالنصح[١٨٥]

٤ – الإنسان محب للكمال: أن الإنسان محب للكمال، فينبغي له أن يعمل على إكمال نفسه بتزكيتها وتربيتها، فهذه النفس تصاب بالأعراض التي تصاب بها الأبدان، فهي محتاجة إلى تغذية دائمة ومحتاجة إلى رعاية، ومحتاجة كذلك إلى متابعة للازدياد من الخير كما يزداد البدن من الطاقات والمعارف، فلذلك احتاج الإنسان إلى أن يراقب تطورات نفسه، ويعلم أنها وعاء

---

[١٨٤] تفسير ابن كثير.(8/ 412)

[١٨٥] تفسير المراغي.(60 /5)

إيمانه، وأهم ما عنده هو هذا الإيمان، فإذا سلبه فلا فائدة في حياته، فلا بد من العمل على تنمية هذا الإيمان وزيادته عن طريق تزكية هذه النفس وتهذيبها [١٨٦]

ويقول سيد قطب رحمه الله: إن هذا الكائن مخلوق مزدوج الطبيعة، مزدوج الاستعداد مزدوج الاتجاه، بمعنى أنه في طبيعة تكوينه من طين الأرض، ومن نفخة الله فيه من روحه، وهو لذلك مزود باستعدادات متساوية للخير والشر، والهدى والضلال، فهو قادر على التمييز بين ما هو خير وما هو شر، كما أنه قادر على توجيه نفسه إلى أيهما أراد، وهذه قدرة كامنة في كيانه يعبر عنها القرآن بالإلهام تارة ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) ﴾ [الشمس: ٧-٨]، ويعبر عنها بالهداية تارة {وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ} [البلد: ١٠]، وإلى جانب هذه الاستعدادات الفطرية الكامنة قوة واعية مدركة موجهة في ذات الإنسان هي التي تناط بها التبعة، فمن استخدم هذه القوة في تزكية نفسه وتطهيرها وتنمية استعدادات الخير فيها وتغليبها على استعدادات الشر فقد أفلح، ومن أظلم هذه القوة وخبأها وأضعفها فقد خاب ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا [١٨٧]وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (١٠) ﴾ [الشمس: ٩- ١٠].[١٨٨]

يذكر الله تعالى عباده المؤمنين ما أنعم به عليهم من بعثة الرسول محمد صلى الله عليه وسلم إليهم، يتلو عليهم آيات الله مبينات ويزكيهم، أي: يطهرهم من رذائل الأخلاق ودنس النفوس وأفعال الجاهلية، ويخرجهم من الظلمات إلى النور، ويعلمهم الكتاب -وهو القرآن -والحكمة - وهي السنة - ويعلمهم ما لم يكونوا يعلمون.

---

[١٨٦] تزكية النفس/ صيد الفوائد.

[١٨٧] تزكية النفس/ صيد الفوائد.

[١٨٨] في ظلال القرآن.(6/ 3917)

فكانوا في الجاهلية الجهلاء يسفهون بالقول الفرى، فانتقلوا ببركة رسالته، ويمن سفارته، إلى حال الأولياء، وسجايا العلماء فصاروا أعمق الناس علمًا، وأبرهم قلوبًا، وأقلهم تكلفًا، وأصدقهم لهجة [١٨٩]

وقال القرطبي: ﴿**وَيُزَكِّيهِم**﴾ أي يجعلهم أزكياء القلوب بالإيمان، قاله ابن عباس، وقيل: يطهرهم من دنس الكفر والذنوب، قاله ابن جريج ومقاتل [١٩٠] يطهرهم ويرفعهم وينقيهم. ويطهر قلوبهم وتصوراتهم ومشاعرهم. ويطهر بيوتهم وأعراضهم وصلاتهم. ويطهر حياتهم ومجتمعهم وأنظمتهم، يطهرهم من أرجاس الشرك والوثنية والخرافة والأسطورة، وما تبثه في الحياة من مراسم وشعائر وعادات وتقاليد هابطة مزرية بالإنسان وبمعنى إنسانيته، ويطهرهم من دنس الحياة الجاهلية، وما تلوث به المشاعر والشعائر، والتقاليد والقيم والمفاهيم.

وقد كان لكل جاهلية من حولهم أرجاسها، وكان للعرب جاهليتهم وأرجاسها، ومن أرجاسها هذا الذي وصفه جعفر بن أبي طالب وهو يحدث نجاشي الحبشة في مواجهة رسولي قريش إليه، وقد جاءا إليه ليسلمهما المهاجرين من المسلمين عنده.. يقول جعفر: أيها الملك، كنا قومًا أهل جاهلية، نعبد الأصنام، ونأكل الميتة، ونأتي الفواحش، ونقطع الأرحام، ونسيء الجوار، ويأكل القوي منا الضعيف، فكنا على ذلك حتى بعث الله إلينا رسولًا منا، نعرف نسبه وصدقه وأمانته وعفافه؛ فدعانا إلى الله وحده لنوحده ونعبده، ونخلع ما كنا نعبد نحن وآباؤنا من دونه من الحجارة والأوثان، وأمرنا بصدق الحديث، وأداء الأمانة، وصلة الرحم، وحسن الجوار، والكف عن المحارم والدماء، ونهانا عن الفواحش، وقول الزور، وأكل مال اليتيم، وقذف المحصنات، وأمرنا أن نعبد الله ولا نشرك به شيئًا، وأمرنا بالصلاة والزكاة والصيام.

---

[١٨٩] تفسير ابن كثير.(464 /1)

[١٩٠] تفسير القرطبي.(92 /18)

ويكفي أن يتصفح الإنسان هذه الصورة البدائية الغليظة من الوثنية، ليعرف أي رجس كانت تنشره في القلوب والتصورات وفي واقع الحياة، ويدرك النقلة الضخمة التي نقلها الإسلام للقوم، والطهارة التي أسبغها على تصوراتهم وعلى حياتهم سواء، ومن هذه الأرجاس تلك الأدواء الخلقية والاجتماعية، التي كانت في الوقت ذاته من مفاخرهم في أشعارهم! ومن مفاخراتهم في أسواقهم، من الخمر إلى القمار إلى الثارات القبلية الصغيرة، التي تشغل اهتماماتهم، فلا ترتفع على تلك التصورات المحلية المحدودة [١٩١]

واعلم أن الرسول لا قدرة له على التصرف في بواطن المكلفين، وبتقدير أن تحصل له هذه القدرة، لكنه لا يتصرف فيها، وإلا لكان ذلك الزكاء حاصلًا فيهم على سبيل الجبر لا على سبيل الاختيار، **فإذن هذه التزكية لها تفسيران:**

الأول: ما يفعله سوى التلاوة وتعليم الكتاب والحكمة، حتى يكون ذلك كالسبب لطهارتهم، وتلك الأمور ما كان يفعله عليه السلام من الوعد والإيعاد، والوعظ والتذكير، وتكرير ذلك عليهم، ومن التشبث بأمور الدنيا إلى أن يؤمنوا ويصلحوا، فقد كان عليه السلام يفعل من هذا الجنس أشياء كثيرة ليقوي بها دواعيهم إلى الإيمان والعمل الصالح، ولذلك مدحه تعالى بأنه على خلق عظيم، وأنه أوتي مكارم الأخلاق.

الثاني: يزكيهم، يشهد لهم بأنهم أزكياء يوم القيامة إذا شهد على كل نفس بما كسبت، كتزكية المزكي الشهود.

---

[١٩١] في ظلال الظلال.(510 -508 /1)

والأول أجود؛ لأنه أدخل في مشاكلة مراده بالدعاء، لأن مراده أن يتكامل لهذه الذرية الفوز بالجنة، وذلك لا يتم إلا بتعليم الكتاب والحكمة، ثم بالترغيب الشديد في العمل والترهيب عن الإخلال بالعمل وهو التزكية، هذا هو الكلام الملخص في هذه الآية، وللمفسرين فيه عبارات.

- **أحدها**: قال الحسن: يزكيهم: يطهرهم من شركهم، فدلت الآية على أنه سيكون في ذرية إسماعيل جهال لا حكمة فيهم ولا كتاب، وأن الشرك ينجسهم، وأنه تعالى يبعث فيهم رسولًا منهم يطهرهم ويجعلهم حكماء الأرض بعد جهلهم.
- **وثانيها**: التزكية هي الطاعة لله والإخلاص عن ابن عباس.
- **وثالثها**: ويزكيهم عن الشرك وسائر الأرجاس، كقوله: ﴿وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾ [الأعراف: ١٥٧][١٩٢] فقوله تعالى: ﴿كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُمْ مَا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ١٥١]، ثمَّ قال تعالى: {لَقَدْ مَنَّ اللهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ﴾ [آل عمران: ١٦٤]، وقال عزَّ وجلَّ: ﴿هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ﴾ [الجمعة: ٢].

وتعد التزكية قبل العلم، لأن التزكية تُطهّر القلب حتى يكون مؤهلًا لتقبُل العلم والعمل به، وحينها لن يحول بينه وبين الهداية قواطع وموانع.

وتقطع آفات النفوس كالتكبر والعُجب على المرء طريقه إلى الهداية، مما يؤدي إلى إعوجاجه وتوقفه عن العمل، فقد قيل: العلم ثلاثة أشبار: من دخل في الشبر الأول تكبَّر، ومن

---

[١٩٢] تفسير الرازي.(60 /4)

دخل في الشبر الثاني تواضع، ومن دخل في الشبر الثالث علم أنه ما يعلم، ولكن التزكية تُحرر النفس من تلك الآفات وتجعله ينتفع بما يتعلَّم، فلا ينبغي أن تُقدِم شيئًا على تزكية نفسك ومعرفة عيوبها والشروع في إصلاحها.

٥- **التزكية من مقاصد الشرع:** يعد الشرع كله تزكية لنفوس العباد حتى يصلحوا لمجاورة الله في الجنة، وذلك على النحو التالي:

-**التوحيد تزكية:** قال الله تعالى: ﴿ وَوَيْلٌ لِلْمُشْرِكِينَ الَّذِينَ لا يُؤْتُونَ الزَّكَاةَ ﴾ **[**فصلت: ٦-٧**]** ، فقد قال ابن كثير رحمه الله: قال علي بن أبي طلحة عن ابن عباس: يعني الذين لا يشهدون أن لا إله إلا الله وكذا قال عكرمة .

-**الصلاة تزكية:** قال الله تعالى: ﴿ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاء وَالْمُنكَرِ ﴾ **[**العنكبوت: ٤٥**]**. وقال النبي صلى الله عليه وسلم :((أرأيتم لو أن نهرا بباب أحدا يغتسل فيه كل يوم خمس مرات ما تقولون ذلك يبقى من درنه؟ قالوا لا يبقى من درنه شيئا. قال: فذلك مثل الصلوات الخمس، يمحو الله بها الخطايا))

-**الصدقة تزكية:** قال الله تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا ﴾ **[**التوبة: ١٠٣**]**.

-**الحج تزكية:** قال الله تعالى: ﴿ فَلاَ رَفَثَ وَلاَ فُسُوقَ وَلاَ جِدَالَ فِي الْحَجِّ﴾ **[**البقرة: ١٩٧**]**.

وقد شرع الله عز وجل الشرائع لنا من أجل تزكية انفسنا، واصلاح دنيانا وآخرتنا، والله عز وجل أغنى وأعز من أن ينتفع بطاعات العباد، أو أن يتضرر بمعاصيهم كما في الحديث القدسي ((يا عبادي إنكم لن تبلغوا ضرى فتضروني، ولن تبلغوا نفعي فتنفعوني)) بل العباد أنفسهم

يتضررون بمعاصيهم، وهم أنفسهم ينتفعون بطاعاتهم، والله تعالى غني عنهم وعن طاعاتهم قال تعالى: ﴿ لَن يَنَالَ اللَّهَ لُحُومُهَا وَلا دِمَاؤُهَا ﴾ [الحج: ٣٧] ، ألا ترى أن العباد يذبحون الهدايا والأضاحي ويأكلون لحومها، وهم مع ذلك يتقربون بها إلى الله عز وجل، لأنهم يستجيبون لأمر الله، ويستسلمون لشرعه، فالإيمان والعمل الصالح سبب سعادة الدنيا، أنه سبب سعادة الآخرة قال تعالى: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ ﴾ [النحل: ٩٧] والسعادة سعادة القلوب، والشقاء شقاء القلوب، والقلوب لا تسعد إلا بالله، ولا تطمئن إلا بذكره وطاعته قال تعالى: ﴿ الَّذِينَ آمَنُواْ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلاَ بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [الرعد: ٢٨] ، فلا تسعد بالمال، ولا تسعد بالجاه، ولا تسعد بالشهرة، والتعاسة والشقاء تلاحقان العبد إذا تعلق القلب بغير الله حبا ورجاء وخوفا وتوكلا، وقال النبي صلى الله عليه وسلم ((تعس عبد الدينار، وعبد الدرهم، وعبد الخميصة، إن أعطى رضي وإن لم يعط سخط، تعس وانتكس، وإذا شيك فلا انتقش)) .[١٩٣]

المبحث الثالث: وسائل تزكية النفس

ثمار تزكية النفس:

إن إصلاح النفوس والسعي إلى تزكيتها بالإيمان والعمل الصالح وتنقيتها من أدران الشرك والمعاصي والارتقاء بها في مدارج الكمال الإيماني وسلم السمو الأخلاقي والسلوكي من أهم ما ينبغي أن يسعى إلى تحقيقه المربون، وينتبه إلى أهميته المصلحون، لما لها ثمار عديدة، منها:

[١٩٣] التزكية بين أهل السنة والصوفية لأحمد فريد – ص: ٩

- **الفلاح في الدنيا والنجاة في الآخرة :** يعد الفلاح في الدنيا والنجاة في الآخرة من ثمار تزكية النفس؛ "فلا يصلح لِمُلك الآخرة ونعيمها ولا القرب من رب العالمين إلا قلب سليم صار طاهراً بطول التزكية والتطهير فقد قال تعالى :﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا *فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا *قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا *وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ٩ – ١٠]
- **راحة البال وسكينة القلب وطمأنينته وانشراح الصدر وسعته:** تعد راحة البال وسكينة القلب وطمأنينته وانشراح الصدر وسعته من ثمار تزكية النفس، فقد قال تعالى:﴿ هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَاناً مَّعَ إِيمَانِهِمْ ﴾ [الفتح: ٤]، ﴿ فَمَن يُرِدِ اللّهُ أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلإِسْلاَمِ وَمَن يُرِدْ أَن يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقاً حَرَجاً كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاء كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لاَ يُؤْمِنُونَ ﴾ [الأنعام: ١٢٥]
- **الثبات على الدين والطاعة** :يعد الثبات على الدين والطاعة من ثمار تزكية النفس، فقد قال تعالى: ﴿ يُثَبِّتُ اللّهُ الَّذِينَ آمَنُواْ بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ وَيُضِلُّ اللّهُ الظَّالِمِينَ وَيَفْعَلُ اللّهُ مَا يَشَاءُ ﴾ [إبراهيم:٢٧]، فكلما قويت النفس وتهيأت بالذكر والاستغفار والتوبة والإنابة كلما كانت أقدر بإذن الله على تجاوز العقبات والتغلب على الصعوبات فتثبت ولا تتزحزح.

وسائل تزكية النفس :

تنقسم الوسائل التي يتوصل بها إلى تزكية هذه النفس وتهذيبها، الى قسمين، هما:

القسم الاول: الوسائل المجملة:

تتعدد الوسائل المجملة التي يتوصل بها إلى تزكية هذه النفس وتهذيبها، ومنها:

- **العمل على تطهير النفس من أخلاقها الرذيلة:** يجب على المسلم العمل على تطهير النفس من أخلاقها الرذيلة التي ذكرنا بعضها كالرياء والعجب والشح والبخل، والحرص والطمع، والأمن من مكر الله
- **تحلية النفس بالأخلاق الحميدة الفاضلة:** يجب على المسلم تحلية النفس بالأخلاق الحميدة الفاضلة بعد أن أصبحت جاهزة لها بتخليها على الأخلاق الدنيئة، وهذه الأخلاق هي مثل: الإخلاص، والإنابة، والخوف من الله، والشكر، والتواضع.

- **المحافظة على الفرائض:** يجب على المسلم المحافظة على الفرائض، لأنها أفضل طاعة يتقرب بها العبد إلى مولاه "وما تقرب إلي عبدي بشيء أحب إلى مما افترضته عليه ."
- **الإكثار من النوافل:** يجب على المسلم الإكثار من النوافل لقول الله عز وجل..." :ولا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه..." وأعظمها تأثيراً في تزكية النفوس هو ما كان منها أكثر مذلة وخضوعاً لله عز وجل .
- **تدبر القرآن الكريم:** يجب على المسلم تدبر القرآن الكريم، فهو جلاء القلوب وإذا صفى القلب زكت النفس، ففي الحديث: ((إن القلوب لتصدأ كما يصدأ الحديد قيل وما جلاؤها قال: تلاوة القرآن وذكر الموت)) [١٩٤]

[١٩٤] مسند الشهاب

القسم الثاني: الوسائل التفصيلية:

تتعدد الوسائل التفصيلية التي يتوصل بها إلى تزكية هذه النفس وتهذيبها، ومنها:

- **التوبة:** تعد التوبة، أول مقامات منازل العبودية عند السالكين، وبها يذوق الإنسان حلاوة الانتقال من التخلية إلى التحلية، قال الله عز وجل منوها بشأنها:﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [النور: ٣١] وقال سبحانه:﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ يَوْمَ لَا يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ ۖ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا أَتْمِمْ لَنَا نُورَنَا وَاغْفِرْ لَنَا ۖ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ 8) ﴾ [التحريم: ٨]
- **لزوم الاستغفار والذكر عموماً:** يجب على المسلم لزوم الاستغفار والذكر لما لها من أعظم الأسباب في طمأنينة القلوب وراحتها، وفي السكون إلى الله والأنس به سبحانه، وزوال الوحشة والذبذبة والحيرة، لذا يجب على المسلم لزوم الاستغفار والذكر عموماً، لقول الله عز وجل:﴿رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمْ إِنْ تَكُونُوا صَالِحِينَ فَإِنَّهُ كَانَ لِلْأَوَّابِينَ غَفُورًا﴾ [الإسراء: ٢٥]، وقال سبحانه :﴿وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا ﴾ [النساء: ١١٠]، وقال سبحانه:﴿وَلَوْ أَنَّهُمْ إِذْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ جَاؤُوكَ فَاسْتَغْفَرُوا اللَّهَ وَاسْتَغْفَرَ لَهُمُ الرَّسُولُ لَوَجَدُوا اللَّهَ تَوَّابًا رَحِيمًا﴾ [النساء: ٦٤]، وقال سبحانه وتعالى:﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ ﴾ [النساء: ٤٨].
- **التحلي بالصبر واليقين:** يجب على المسلم التحلي بالصبر واليقين فبالصبر ينتصر على شهوات نفسه فيحجزها عن المحرمات ويحبسها على الطاعات، فجانبي التزكية: التخلي والتحلي لا يمكن الحصول عليهما إلا عن طريق الصبر، وأما اليقين فإنه يقضي به

على ثبات النفس التي يُوسوسها بها الشيطان، ولذلك كان من حصل على هذين المقامين يعد من أئمة الهدى في هذا الدين، قال سفيان : بالصبر واليقين تنال الإمامة في الدين.

- **الدعاء:** يعد الدعاء من أسباب تزكية النفس، فهو سلاح المؤمن، بأن يلجأ الإنسان إلى الله دائماً أن يقيه شر نفسه وأن يعينه على طاعة الله، فقد كان من دعائه عليه الصلاة والسلام: ((اللهم اجبرني وانعشني واهدني لأحسن الأعمال والأخلاق لا يهدي لأحسنها ولا يصرف سيئها إلا أنت))
- **مخالفة النفس:** يجب على المسلم مخالفة النفس والإنكار عليها وعدم تلبية رغباتها لأنها داعية للراحة والعصيان، يقول الغزالي رحمه الله : اعلم أن أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك، وقد خلقت أمارة بالسوء مبالغة في الشر فرارة من الخير، وأمرت بتزكيتها وتقويمها وقودها بسلاسل القهر إلى عبادة ربها وخالقها ومنعها عن شهواتها وفطامها عن لذاتها، فإن أهملتها جمحت وشردت ولم تظفر بها بعد ذلك[١٩٥]

ويقول ابن القيم رحمه الله :... ومما يعين على هذه المراقبة : معرفته أنه كلما اجتهد فيها اليوم استراح منها غداً إذا صار الحساب إلى غيره، وكلما أهملها اليوم اشتد عليه الحساب غدا، ومما يعينه عليها أيضاً معرفته أن ربح هذه التجارة سكنى الفردوس والنظر إلى وجه الرب سبحانه، وخسارتها دخول النار والحجاب عن الرب تعالى، فإذا تيقن هذا هان عليه الحساب اليوم، فحق على الحازم المؤمن بالله واليوم الآخر ألا يغفل عن محاسبة نفسه والتضييق عليها في حركاتها وسكناتها وخطراتها وخطواتها، فكل نفس من أنفاس الحمر جوهرة نفيسة لاحظ لها يمكن أن يشتري بها كنْزاً من الكنوز لا يتناهى

[١٩٥] إحياء علوم الدين ج ٤ ص ٣٨٢.

نعيمه أبد الآبدين، فإضاعة هذه الأنفاس، أو اشتراء صاحبها بها ما يجلب هلاكه خسران عظيم لا يسمح بمثله إلا أجهل الناس وأحمقهم وأقلهم عقلا، وإنما يظهر له حقيقة هذا الخسران يوم التغابن "يوم تجد كل نفس ما عملت من خير محضرا[١٩٦]"

- **سوء الظن بالنفس والحيلولة بينها وبين الاغترار بالعمل** : يجب على المسلم سوء الظن بالنفس والحيلولة بينها وبين الاغترار بالعمل والإدلال به على الله، فإن حسن الظن بالنفس يمنع من كمال التفتيش، يقول ابن القيم رحمه الله :... على السالك أن لا يرضى بطاعته لله، وألا يحسن ظنه بنفسه، فإن الرضى بالطاعة من رعونات النفس وحماقاتها، ودليل على جهل الإنسان بحقوق العبودية وما يستحقه الرب سبحانه ويجب أن يعامل به، ثم إن رضى الإنسان وحُسْنه ظنه بنفسه يتولد منهما من العجب والكبر والآفات الباطنة ما هو أشد من الكبائر الظاهرة من الزنا وشرب الخمر، ولا يكمل هذا المعنى عند العبد إلا أن يربأ بنفسه عن تغيير المقصرين من إخوانه، فازدراء الإنسان بنفسه أولى به من تعير المقصرين، ولعل تعييرك لأخيك أعظم إثماً من ذنبه لما فيه من صولة الطاعة وتزكية النفس وشكرها والمناداة عليها بالبراءة من الذنب وأن أخاك باء به، ولعل كسرته بذنبه وما أحدثه له من الذل والخضوع والتخلص من مرض الدعوى والكبر والعجب ووقوفه بين يدي الله ناكس الرأس خاشع الطرف منكسراً أنفع له وخير من صولة طاعتك وتكثرك بها، فذنب تذل به لديه أحب إليه من طاعة تدل بها عليه، ولعل الله أسقاه بهذا الذنب دواء استخرج به داء قاتلا هو فيك ولا تشعر[١٩٧] وأنين المذنبين أحب

[١٩٦] إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان ج١ ص ٨٠.

[١٩٧] تهذيب مدارج السالكين.

إلى الله من دجل المسبحين، وأن تبين نائماً وتصبح معترفاً خير من أن تبيت قائماً وتصبح مدلا

- **تنقية العمل من حظوظ النفس وشوائب الرياء :** يجب على المسلم تنقية العمل من حظوظ النفس وشوائب الرياء فقد جعل ابن القيم رحمه الله تصفية العمل من الشوائب هي أساس الإخلاص في العمل، بحيث لا يمازج عمل الإنسان ما يشوبه من شوائب إرادات النفس من طلب التزين في قلوب الخلق أو طلب مدحهم والهرب من ذمهم، أو طلب تعظيمهم أو أموالهم أو خدمتهم ومحبتهم... إلى غير ذلك من العلل والشوائب التي عقد متفرقاتها هو إرادة ما سوى الله بعمله كائناً ما كان، فلا بد من التفتيش عما يشوب الأعمال من حظوظ النفس، وتمييز حق الرب منها من حظ النفس، ولعل أكثرها أو كلها أن تكون حظاً لنفسك وأنت لا تشعر، فلا إله إلا الله كم في النفوس من علل وأغراض وحظوظ تمنع الأعمال أن تكون لله خالصة وأن تصل إليه، وإن العبد ليعمل حيث لا يراه بشر البتة وهو غير خالص لله، ويعمل العمل والعيون قد استدارت إليه نطاقاً وهو خالص لوجه الله، ولا يميز هذا إلا أهل البصائر وأطباء القلوب العالمون بأدوائها وعللها، فبين العمل وبين القلب مسافة وفي تلك المسافة قطاع تمنع وصول العمل إلى القلب، فيكون الرجل كثير العمل وما وصل منه إلى قلبه محبة ولا خوف ولا رجاء ولا زهد في الدنيا ولا رغبة في الآخرة، ولا نور يفرق به بين أولياء الله وأعدائه أو بين حق وباطل، ولا قوة في أمر الله، فلو وصل أثر الأعمال إلى قلبه لاستنار وأشرق، ورأى الحق والباطل، وميز بين أولياء الله وأعدائه[١٩٨]

[١٩٨] تهذيب مدارج السالكين.

- **محاسبة النفس** :يجب على المسلم محاسبة النفس وقد دل على وجوب محاسبة النفس قول الله تعالى: "يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله ولتنظر نفس ما قدمت لغد" وقوله صلى الله عليه وسلم: "الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت والعاجز من اتبع نفسه هواها وتمنى على الله الأماني"[١٩٩] دان نفسه: أي حاسبها .

وذكر الإمام أحمد عن وهب قال : (مكتوب في حكمة آل داود : حق على العاقل ألا يغفل عن أربع ساعات: ساعة يناجي فيها ربه، وساعة يحاسب فيها نفسه، وساعة يخلو فيها مع إخوانه الذين يخبرونه بعيوبه، ويصدقونه عن نفسه، وساعة يخلى فيها بين نفسه وبين لذاتها فيما يحل ويجمل، فإن في هذه الساعة عوناً على تلك الساعات، وإجماماً للقلوب) [٢٠٠]

وأخرج الإمام أحمد عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه أنه قال: "حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا فإنه أهون عليكم في الحساب غداً أن تحاسبوا أنفسكم اليوم، وتزينوا للعرض الأكبر يومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية"

وقال الحسن البصري: "إن العبد لا يزال بخير ما كان له واعظ من نفسه وكانت المحاسبة من همته"، وقال ميمون بن مهران: "لا يكون العبد تقياً حتى يكون لنفسه أشد محاسبة من الشريك لشريكه" وقال الحسن: "المؤمن قوام على نفسه، يحاسب نفسه لله، وإنما خف الحساب يوم القيامة على قوم حاسبوا أنفسهم في الدنيا، وإنما شق الحساب يوم القيامة على قوم أخذوا هذا الأمر من غير محاسبة..." وكتب عمر بن الخطاب إلى أحد عماله فقال: "حاسب نفسك في الرخاء قبل حساب الشدة، فإن من حاسب نفسه في الرخاء قبل حساب الشدة عاد أمره إلى

---

[١٩٩] تهذيب مدارج السالكين.

[٢٠٠] إغاثة اللهفان لابن القيم ج١ ص٧٨ – ٧٩.

الرضى والغبطة، ومن ألهته حياته وشغلته أهواؤه عاد أمره إلى الندامة والخسارة" وكان الأحنف ابن قيس يجيء إلى المصباح فيضع أصبعه فيه ثم يقول :حِس يا حنيف ما حملك على ما صنعت يوم كذا، ما حملك على ما صنعت يوم كذا ؟ .

ويؤكد ابن القيم رحمه الله على ضرورة محاسبة النفس والتفتيش عليها فيما تعمله من الطاعات حتى لا تغتر بالكم على حساب الكيف، يقول رحمه الله: (...فإن من العابدين أناس توفرت هممهم على استكثارهم من الحسنات دون مطالعة عيب النفس والعمل والتفتيش على دسائسها ومحاسبة النفس عليها، ويحملهم على استكثارها رؤيتها والإعجاب بها، ولو تفرغوا لتفتيشها ومحاسبة النفس عليها والتمييز بين ما فيها من الحظ والحق لشغلهم ذلك عن استكثارها، ولأجل هذا كان عمل العابد القليل المراقبة لعمله خفيفاً عليه فيستكثر منه ويصير بمنزلة العادة، فإذا أخذ نفسه بتخليصها من الشوائب وتنقيتها من الكدر وما في ذلك من شوك الرياء وجد لعمله ثقلاً كالجبال وقل في عينه، ولكن إذا وجد حلاوته سهل عليه حمل أثقاله والقيام بأعبائه والتلذذ والتنعم به مع ثقله، وإذا أردت فهم هذا المعنى كما ينبغي فانظر وقت أخذك في القراءة إذا أعرضت عن واجبها وتدبرها وفهم ما أريد بكل آية وحظك من الخطاب بها، وتنْزيلها على أدواء قلبك كيف تدرك الختمة أو أكثرها بسهولة وخفة مستكثراً من القراءة، فإذا ألزمت نفسك التدبر ومعرفة المراد والنظر فيما يخصك منه والتعبد به، وتنزيل دوائه على أدواء قلبك والاستشفاء به لم تكد تجوز السورة أو الآية إلى غيرها، وكذا لو جمعت قلبك كله على ركعتين فأعطيتهما ما تقدر عليه من الحضور والمراقبة لم تكد أن تصلي غيرهما إلا بجهد، فإذا خلا القلب من ذلك عددت الركعات بلا حساب، فالاستكثار من الطاعات دون مراعاة آفاتها وعيوبها دليل على قلة الفقه، ولكن أحب العباد إلى الله الذين يستكثرون من الصالحات مع المراقبة فيها، فقد ندب الله عباده

إلى ذلك في قوله: " كانوا قليلاً من الليل ما يهجعون" وفي الحديث القدسي: (ولا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه) وإذا كان استعظام الطاعة ذنب، فإن استقلال المعصية ذنب أيضاً، فالعارف من صغرت حسناته في عينه، وعظمت ذنوبه عنده، وكلما صغرت الحسنات في عينك كبرت عند الله، وكلما كبرت وعظمت عندك قلت وصغرت عند الله[٢٠١]

- **الإقلال من النوم والأكل والكلام:** مما يعين على تزكية النفس عدم الإكثار من هذه الأمور الثلاثة والإفراط فيها، فإن كثرة الكلام بغير ذكر الله موجبة لقسوة القلب وإن أبعد الناس من الله القلب القاسي، وكثرة الأكل موجبة لقوة نوازع النفس الشهوانية لدى الإنسان، وتوسيع مجاري الشيطان فيه، وكثرة الأكل موجبة لكثرة النوم وكثرة النوم موجبة للعجز والكسل فضلاً عن أنها مضيعة للعمر، وقد قيل : من أكل كثيراً شرب كثيراً فنام كثيراً فخسر كثيرا .
- **توبيخ النفس وتقريعها من أجل حملها على الطاعة:** يقول الغزالي رحمه الله: (...إن لازمت نفسك بالتوبيخ والمعاتبة والعذل والملامة كانت نفسك هي النفس اللوامة التي أقسم الله بها ورجوت أن تصير النفس المطمئنة المدعوة إلى أن تدخل في زمرة عباد الله راضية مرضية، فلا تغفلن ساعة عن تذكيرها ومعاتبتها، ولا تشتغلن بوعظ غيرك ما لم تشتغل أولاً بوعظ نفسك، أوحى تعالى إلى عيسى عليه السلام يا ابن مريم عظ نفسك فإن اتعظت فعظ الناس وإلا فاستح مني) [٢٠٢]
- **الإكثار من وعظ النفس وتذكيرها بالموت والدار الآخرة:** يجب على المسلم الإكثار من وعظ النفس وتذكيرها بالموت والدار الآخرة فيخاطبها بمثل ما خاطبها به الغزالي في

---

[٢٠١] تهذيب مدارج السالكين لابن القيم.

[٢٠٢] إحياء علوم الدين للغزالي ج٤ ص ٣٨٢.

إحيائه حيث يقول : ويحك يا نفس لا ينبغي أن تغرك الحياة الدنيا ولا يغرك بالله الغرور، فانظري لنفسك فما أمرك بمهم لغيرك، ولا تضيعي أوقاتك، فالأنفاس معدودة، فإذا مضى منك نفس فقد ذهب بعضك، فاغتنمي الصحة قبل السقم، والفراغ قبل الشغل، والغنى قبل الفقر، والشباب قبل الهرم، والحياة قبل الموت، واستعدي للآخرة على قدر بقائك فيها، يا نفس أما تستعدين للشتاء بقدر طول مدته، فتجمعين له القوت والكسوة والحطب وجميع الأسباب، ولا تتكلين في ذلك على فضل الله وكرمه حتى يدفع عنك البرد من غير جبة ولبد وحطب. وهو القادر على ذلك، أفتظنين أيتها النفس أن زمهرير جهنم أخف برداً وأقصر مدة من زمهرير الشتاء، أم تظنين أن ذلك دون هذا، أم تظنين أن العبد ينجو منها من غير سعى؟ هيهات!! فكما لا يندفع برد الشتاء إلا بالجبة والنار وسائر الأسباب فلا يندفع حر النار وبردها إلا بحصن التوحيد وخندق الطاعات.. إلى أن يقول : فإذا كنت يا نفس لا تتركين الدنيا رغبة في الآخرة لجهلك وعمى بصيرتك فما لك لا تتركينها ترفعاً عن خسة شركائها، وتنزهاً عن كثرة عنائها، وتوقياً من سرعة فنائها، أم مالك لا تزهدين في قليلها بعد أن زهد فيك كثيرها، ومالك تفرحين بدنيا إن ساعدتك فلا يخلو بلدك من جماعة من اليهود والمجوس يسبقونك فيها ويزيدون عليك في نعيمها وزينتها، فأف لدنيا يسبقك فيها هؤلاء الأخساء، فما أجهلك وأخس همتك وأسقط رأيك إذا رغبت عن أن تكوني في زمرة المقربين من النبيين والصديقين في جوار رب العالمين أبد الآبدين لتكوني في صف النعال من جملة الحمقى الجاهلين أياماً قلائل، فيا حسرة عليك إذ خسرت الدنيا والدين، فبادري ويحك يا نفس فقد أشرفت على الهلاك، واقترب الموت وجاء النذير، ويحك يا نفس مالك إلا أيام معدودة هي بضاعتك إن اتجرت فيها، وقد أضعت أكثرها، أما تعلمين يا نفس أن الموت موعدك، والقبر بيتك والتراب فراشك،

والدود أنيسك، والفزع الأكبر بين يديك، ويحك يا نفس أما تستحين تزينين ظاهرك للخلق، وتبارزين الله في السر بالعظائم، أفتستحين من الخلق، ولا تستحين من الخالق، ويحك أجعلته أهون الناظرين إليك، أتأمرين الناس بالخير وأنت متلطخة بالرذائل، تُدْعَيْن إلى الله وأنت عنه فارة، وتذكرين بالله وأنت له ناسية، أما علمت أن المذنب أنتن من العذرة، وأن العذرة لا تطهر غيرها، فلم تطمعين في تطهير غيرك وأنت غير طيبة في نفسك، ويحك يا نفس لو عرفت نفسك حق المعرفة لظننت أن الناس لا يصيبهم بلاء إلا بشؤمك[٢٠٣]

المبحث الرابع: أسس تزكية النفس

تمهيد:

امتدح الله تعالى صاحبها بقوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا﴾ [الشمس: ٩]. وذم المعرض عنها بقوله: ﴿وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾ [الشمس: ١٠]. هذه التزكية التي أهملها كثير من الناس حتى بعض أهل الصلاح، وما ذاك إلا أنها تحتاج إلى جهاد كبير، ولا يتوصل إليها الإنسان إلا بعد تضحية عظيمة. وأما غيرها من أمور الدين، فإنها قد لا تحتاج إلى هذا الجهاد، ولذلك فإن كثيرًا من المسلمين يقصِّرون فيها، ليس زهدًا فيها، بل تكاسلًا عن المجاهدة لبلوغها.

أسس تزكية النفس:

تنقسِم أسس تزكية النفس إلى نوعين:

---

[٢٠٣] إحياء علوم الدين ج٤ ص ٣٨٦.

أولًا: الأساس العقدي:

ويكون الأساس العقدي من خلال تربية النفس على الأمور التالية:

١- **التوحيد:** يجب على المسلم أن يحرص على تربية نفسه على معاني التوحيد؛ لأن القلب إذا فسد، يجعل المرء يقع في الشرك بلا شك، كما يجب على المسلم التوحيد الخالص لله تبارك وتعالى: ﴿وَمَن يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاء فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ ﴾ [الحج: ٣١] إذ تهوي به الشياطين وتعصف به وتصده عن طاعة ربه ومولاه.

٢- **الإيمان بالقضاء والقدر:** يقول الله جل وعلا: ﴿أَلَمْ تَعْلَمْ أَنَّ اللهَ يَعْلَمُ مَا فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ إِنَّ ذَلِكَ فِي كِتَابٍ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللهِ يَسِيرٌ ﴾ [الحج: ٧٠].

عن ابن عباس قال: كنت خلف رسول الله يومًا، فقال: «يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف»[٢٠٤]

ويتم إيمان الفرد بالقضاء والقدر على وجهه الأكمل، إذا حقق الفرد الإيمان بالخمسة أمور وهى: الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر ثمَّ الإيمان بالقدر خيره وشره، ومن يرضى بقضاء الله يعيش في جو هادئ مما يدخله في جنة الرضا، وأخطر ما يُهدد إيمان العبد، هو التسخُّط على قدر الله، لأنه لن يرضى بشرع الله حينها، مما يوقعه في الذنوب، فعن أبي حفصة قال: قال عبادة بن الصامت لابنه: يا بني إنك لن تجد طعم حقيقة الإيمان حتى تعلم أن ما

[٢٠٤] أخرجه الترمذي.(2516)

أصابك لم يكن ليخطئك، وما أخطأك لم يكن ليصيبك، سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «إن أول ما خلق الله القلم، فقال له: اكتب، قال: رب وماذا أكتب، قال اكتب»، يا بني إني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «من مات على غير هذا فليس مني» [٢٠٥]

إن من ثمرات الإيمان بالقضاء والقدر، سلامة الصدر من الحقد والحسد، ويغرس في القلب نوعًا من الشجاعة، ويُخفف من الجزع عند المصيبة، ويدفع المرء لبذل الجهد في العمل ويطرد عنه اليأس.

٣- الإيمان باليوم الآخر: يعد إتباع الهوى من آفات النفوس، مما يجعلها تعيش حياة الفوضى والعبثية، ويخاطب الله عزَّ وجلَّ هؤلاء العبثيون، فيقول تعالي: ﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ﴾ [المؤمنون: ١١٥]، فذكرهم الله تعالى باليوم الآخر، فمن أعظم ما يزجر النفس عن المعاصي، هو استحضار مشاهد الآخرة بداية من الموت وعذاب القبر ثم الحساب والمآل إما إلى الجنة أو النار، فتذكُّر الموت يُفيق العبد من غفلته وانغماسه في شهوات الدنيا.

٤- الاعتصام بالكتاب والسنة: يجب على الفرد أن يتمسك ويعتصم بالكتاب والسُنة، فمدار السعادة في الدنيا والآخرة عليهما، قال الله تعالى: ﴿وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا﴾ [آل عمران: ١٠٣]، وحبل الله عز وجل هو الكتاب والسنة.

وقال تعالى: ﴿فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللهِ وَالرَّسُولِ﴾ [النساء: ٥٩]، فعند الاختلاف، لابد أن نرد الأمر إلى الكتاب والسنة حتى ولو كان يخالف هواك ورأيك.

---

[٢٠٥] أخرجه أبو داوود.(4700)

ثانيًا: الأساس العلمي:

يجب على المسلم طلب العلم الشرعي على يد أهله العارفين بعيوب النفس وتزكيتها وفق نهج الأنبياء يقول ابن القيم رحمه الله تعالى: "وتزكيةُ النفوس أصعبُ من علاج الأبدان وأشدَّ، فمن زكَّى نفسه بالرياضةِ والمجاهدة والخلوةِ التي لم يجيءَ بها الرسل، فهو كالمريضِ الذي يعالجُ نفسَه برأيِه، فالرسلُ أطباءُ القلوب، فلا سبيل إلى تزكيتها وصلاحها إلا من طريقهم والتسليم لهم."

وينبغي على المسلم طلب العلم النافع وهو كل علمٍ يُقربَّ إلى الله تعالى ويزيدُ خشيته الفرد ويدفعه إلى العمل الصالح، أما إذا لم تجد الفرد هذا الأثر في العلم الذي يتعلمه، فعليه ان يعرف أن هناك خلل وأن هذا العلم غير نافع لك في الوقت الحالي.

ويكون العلم نافعًا بما يلي:

١- يساعد الفرد على معرفة العقيدة، بحيث تكون عقيدةٌ صحيحة، تُرَّسِخ الإيمان في قلبك وتُهذِّب نفسك.

٢- يساعد الفرد على تعلم أحكام الحلال والحرام (الفقه).

٣- أن يثمر الخشية من الله.

فهذا العلم يزجره عن فعل المعاصي والذنوب، مما يؤدي إلى تزكية نفسه.

ثالثًا: العبادات العملية:

تعد العبادات العملية أهم طرق تزكية النفس والتي تتمثل في التالي:

❖ **الصلاة**: تساعد الصلاة على تعويد الفرد على الخشوع والخضوع لله.

❖ **الزكاة**: تساعد الزكاة على تُطهِّير النفس من آفة الشح، وتُجسِّد معنى من معاني شكر النعمة.

❖ **الصيام**: يساعد الصيام على تقوية الإرادة والصبر، وفيه مجاهدة للنفس.

❖ **الحج**: يعد الحج تدريب عملي على الامتثال لأوامر الله عز وجل، وجهاد للنفس وتدريبها على تحمُّل المشاق.

❖ **النوافل**: يساعد الإكثار من النوافل سواءً كانت نوافل الصلاة والصيام والصدقات وتلاوة القرآن والعمرة وغيرها، على تقوية الفرد وجعله في معية الله عز وجل، فقد قال تعالي في الحديث القدسي: «وما يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها، وإن سألني لأعطينه، ولئن استعاذني لأعيذنه» [٢٠٦]

❖ **المحاسبة والتوبة**: تعد محاسبة النفس واحدة من الأساليب العملية في تزكية النفس، والتي منها: العلم النافع، والعمل الصالح، وصحبة الصالحين، والزواج، والتفكر في المخلوقات، وتذكر الموت وأهوال القيامة، والترغيب والترهيب. وهي النظر والتأمل فيما عمل المسلم من أعمال، وما قدم من خير أو شر مع النظر في النية والقصد وحساب الربح والخسائر. قال تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ} [الحشر: ١٨]. قال الحافظ ابن القيم رحمه الله تعالى: "هذه الآية تدل على وجوب محاسبة النفس". وقال الحافظ ابن كثير رحمه الله

[٢٠٦] أخرجه مسلم.(2664)

تعالى: "أي حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وانظروا ماذا ادخرتم لأنفسكم من الأعمال الصالحة ليوم معادِكُم وعرضِكُم على ربِّكُم."

قد أقسم الله عز وجل بالنفس اللوَّامة، في قوله تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة: ٢]، وهذا من خلال المحاسبة والمشارطة والمراقبة والمعاقبة والمعاتبة للنفس.

وذكر الإمام أحمد عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه أنه قال: حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا، فإنه أهون عليكم في الحساب غدًا أن تحاسبوا أنفسكم اليوم وتزينوا للعرض الأكبر ﴿يَوْمَئِذٍ تُعْرَضُونَ لَا تَخْفَى مِنْكُمْ خَافِيَةٌ﴾ [الحاقة: ١٨] [٢٠٧]، وقال الحسن: إن العبد لا يزال بخير ما كان له واعظ من نفسه وكانت المحاسبة من همه [٢٠٨]

وتوجد مجموعة من الأمور التي تُعين على محاسبة النفس منها:

أ) استشعار أن الله يراك وتذكُّر الحساب ويوم القيامة.

ب) مطالعة سير الصحابة والسلف الصالح.

ج) الصحبة الصالحة من أهم ما يُعينك في الطريق إلى تزكيـة نفسك.[٢٠٩]

---

[٢٠٧] أخرجه ابن أبي شيبة.(34459)

[٢٠٨] حلية الأولياء.(2/ 146)

[٢٠٩] وسائل التزكية – الكلم الطيب.

المبحث الخامس: السلف الصالح وتزكية النفس

تمهيد:

حرص السلف الصالح على تزكية النفس وتطهير القلب، والتزكية لا تكون إلا بمجاهدة النفس، يقول تعالى ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ [البلد: ٤]، وجهاد النفس أصعب بكثير من مجاهدة العدو الخارجي، لأنك قد تتغلب على نفسك مرة ومرات أخرى عديدة تتفلت منك، لذا فقد قال الله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [العنكبوت: ٦٩].

واهتمَّ السلفُ الصالحُ بتزكية النفوس، واعتنوا بالأخلاق علماً وفقهاً، كما حقَّقوها عملاً وهدياً، فأفردوا كتباً مستقلةً في الزهد والرقائق، بل إنهم يوردون الصفات الأخلاقية في ثنايا كتب العقيدة.

معالمُ في منهج السلوك والأخلاق عند السلف:

يمكن ايجاز أهم معالمُ في منهج السلوك والأخلاق عند السلف فى النقاط التالية:

١- مصدر تلقي السلوك والأخلاق عند السلف الصالح هو الكتابُ والسنّة: إنّ مصدر تلقي السلوك والأخلاق عند السلف الصالح هو الكتابُ والسنّة؛ لأنَّهم أهلُ اتباع، قال اللهُ تعالى: ﴿... وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ ٱلْكِتَٰبَ تِبْيَٰنًا لِّكُلِّ شَىْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ ٨٩﴾ [النحل:٨٩]، ومن ذلك الأخلاقُ، قال ابنُ تيمية: (مسائلُ السلوكِ من جنس مسائل العقائد، كلُّها منصوصةٌ في الكتاب والسنّةِ)[٢١٠] ، ولا يُؤخذُ السلوكُ من الخيالات أو القياسات أو الآراءِ والمنامات كما عند الصوفية،

---

[٢١٠] الفتاوى(19/273) :

قال ابنُ القيّم: (مَن أحالكَ على غيرِ (أخبرَنا) و(حدَّثنا) فقد أحالكَ إمَّا على خيالٍ صوفيٍّ، أو قياسٍ فلسفيٍّ، أو رأيٍ نفسيٍّ، فليس بعد القرآن و(أخبرَنا) و(حدَّثنا) إلاّ شبهاتُ المتكلمين، وآراءُ المنحرفين، وخيالاتُ المتصوفين، وقياسُ المتفلسفين، ومَن فارقَ الدليل ضلَّ عن سواءِ السبيل، ولا دليلَ إلى الله والجنّةِ سوى الكتابُ والسنّة).[٢١١]لذا فإنّ مصدر تلقي السلوك والأخلاق عند السلف الصالح هو الكتابُ والسنّة؛ ولا يجوزُ ابتداعُ طرقٍ لتزكية النفوس غير الطرق الشرعية.

٢- مراعاةُ تفاوتِ قدراتِ الناس في فعل الطاعات: تعد مراعاةُ تفاوتِ قدراتِ الناس في فعل الطاعات من معالم السلف في السلوك؛ وذلك بسبب اختلاف استعداداتهم، قال الإمامُ مالكٌ –رحمه الله–: (إنّ الله قسَّم الأعمالَ كما قسَّم الأرزاق، فَرُبَّ رجُلٍ فُتح له في الصلاة، ولم يُفتَح له في الصوم، وآخرُ فُتح له في الصدقةِ ولم يُفتَح له في الصوم، وآخرُ فُتح له في الجهادِ، فنشرُ العلم من أفضلِ أعمال البِرّ، وقد رضيتُ بما فُتحَ لي فيه، أرجو أن يكون كِلانا على خيرٍ وبرٍّ)[٢١٢]. وقال ابنُ القيّم رحمه الله: (من الناس مَن يكونُ سيِّد عمله وطريقُة الذي يُعدُّ سلوكَه إلى الله طريق العلم والتعليم؛ حتى يصل إلى الله، ومن الناسِ مَن يكونُ سيِّد عملهِ الذكر، وقد جعله زادَه لمعاده، ورأسَ ماله لما له ، ومن الناس مَن يكونُ سيِّد عمله وطريقُة الصلاة، ومنهم مَن يكون طريقُه الإحسان والنفع المتعدي كقضاء الحاجات وتفريج الكرباتِ وأنواعِ الصدقات، ومنهُم الواصلُ إلى الله من كلِّ طريق، قد ضرب مع كلِّ فريقٍ بسهمٍ، فأين كانت العبوديةُ وجدْتَه هناك، إن كانَ علمٌ وجدتَه مع أهله، أو جهادٌ وجدتَه في صفِّ المجاهدين، أو صلاةٌ وجدتَه في القانتين، أو ذكرٌ وجدتَه في الذاكرين، أو إحسانٌ ونفعٌ وجدتَه في زمرة المحسنين، لو قيل له: ما تريدُ من

---

[٢١١] مدارج السالكين(2/468) :

[٢١٢] سير أعلام النبلاء(8/114) :

الأعمال؟ لقال: أريدُ أن أُنْفِذَ أوامرَ ربي حيثُ كانت)[٢١٣] ، وهذا الصنفُ الذي ذكره ابنُ القيم هم الصِّدِّيقون، وخيرُهُم أبو بكر الصديق –رضي الله عنه–، فعن أبي هريرة –رضي الله عنه– قال: قال رسول الله –صلى الله عليه وسلم–: " مَنْ أصبح منْكم اليومَ صائماً؟ قال أبو بكر: أنا ، قال: فمَن تبع منكم اليومَ جنازةً؟ قال أبو بكر: أنا، قال: فمَن أطعم منكم اليومَ مسكيناً؟ قال أبو بكر: أنا، قال: فمَن عاد منكم اليوم مريضاً؟ قال أبو بكر: أنا، فقال رسول الله: ما اجتمعْنَ في امرئٍ إلَّا دخلَ الجنّةَ ".[٢١٤]

٣- موافقةُ النصوص الشرعيةِ لفظاً ومعنى: تعد موافقةُ النصوص الشرعيةِ لفظاً ومعنى؛ من معالم السلف في السلوك فيتأدبون مع المصطلحات الشرعية الدينية، ويستمسكون بألفاظها ومعانيها، ويحقِّقُون حدودَها وتعريفاتِها علماً وعملاً، قال ابنُ تيمية رحمه الله: (الألفاظ التي جاء بها الكتابُ والسنّةُ علينا أن نتبّع ما دلَّت عليه مثل: لفظ الإيمان والتقوى والإحسان والتوكل والحب لله)[٢١٥] ، وقال أيضاً: (وأما الألفاظُ التي ليست في الكتاب والسنّة، ولا توافَقَ السلف على نفيها أو إثباتها، فهذه ليس على أحدٍ أن يوافقَ مَن نفاها أو أثبتها حتى يستفسر عن مراده، فإن أراد بها معنًى يوافقُ خبرَ الرسول أقرَّ به، وإن أراد بها معنًى يخالفُ خبرَ الرسولِ أنكره)[٢١٦] ، إنَّ أربابَ الطرقِ الصوفيةِ قد أحدثُوا ألفاظاً مجملةً في السلوك كالتصوفِ والغناء والفقر ونَحوها، وهذه الألفاظُ عموماً لا تخلو من مخالفاتٍ للكتاب والسنّةِ، إضافةً إلى ما فيها من التكلُّفِ الشديد، والتعقيد في الألفاظ والمعاني) ، قال ابنُ تيمية رحمه الله: (لفظُ الفقر والزهدُ والتصوفِ قد أُدخل فيها أمورٌ يحبُّها الله ورسولُه كالتوبة والصبر والشكر، وقد أُدخلَ فيها أمورٌ

---

[٢١٣] طريق الهجرتين: (١٧٨)، مدارج السالكين(3/17) ،(٨٨/١)

[٢١٤] صحيح مسلم (1028)

[٢١٥] الفتاوى(11/25)

[٢١٦] الفتاوى(12/114)

يكرهها اللهُ ورسولُه كالحلول والاتحادِ والرهبنةِ المُبتدَعةِ)[٢١٧] ، والإمامُ الشاطبيُّ رحمه الله ذكر المعاني الصحيحةَ والفاسدةَ للتصوف في كتاب الاعتصام.[٢١٨]

أسباب اهتمام السلف الصالح بتزكية النفس:

يمكن ايجاز أبرز أسباب اهتمام السلف الصالح بتزكية النفس في الاتي:

- **التأكيد المتكرر في نصوص الكتاب والسنة:** يعد التأكيد المتكرر في نصوص الكتاب والسنة أحد أسباب اهتمام السلف الصالح بتزكية النفس، كما جاء في قوله تعالى :﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَكَّى ﴾ [الأعلى: ١٤]، وقال سبحانه :﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ﴾ [الشمس: ٩] ، ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى *فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى ﴾ [النازعات: ٤٠ – ٤١]، وقال رسول الله – صلى الله عليه وسلم –: ((ثلاث من فعلهُنَّ فقد طَعِمَ طَعْمُ الإيمان – وذكر منها – وزكى نفسه، فقال رجل :وما تزكية النفس؟ فقال: أن يعلم أن الله – عز وجل – معه حيث كان[٢١٩])) وكان من دعائه – صلى الله عليه وسلم –: ((اللهم آت نفسي تقواها، وزكها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها))[٢٢٠]
- **تزكية النفوس لتعبد ربها حق عبادته:** تعد تزكية النفوس لتعبد ربها حق عبادته من مقاصد مبعث النبي – صلى الله عليه وسلم – فقد قال تعالى: ﴿ لَقَدْ مَنَّ اللّهُ عَلَى الْمُؤمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولاً مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ ﴾ [آل عمران: ١٦٤]

---

[٢١٧] الفتاوى(11/28) :

[٢١٨] الاعتصام(1/265) :

[٢١٩] مدارج السالكين لابن القيم الجوزية، مرجع سبق ذكره.

[٢٢٠] معالم في السلوك وتزكية النفوس، عبد العزيز آل عبد اللطيف، مرجع سبق ذكره.

- **الثواب الجزيل الذي أعده الله لمن زكى نفسه بالطاعات وجنبها الفواحش والمنكرات:** يعد الثواب الجزيل الذي أعده الله لمن زكى نفسه بالطاعات وجنبها الفواحش والمنكرات فقد قال تعالى :﴿ وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِناً قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُوْلَئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَى *جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَذَلِكَ جَزَاء مَن تَزَكَّى ﴾ [طه: ٧٦]، لذا اهتم السلف الصالح بتزكية النفس وتنقيتها وتطهيرها حيث "اعتنوا بالجانب السلوكي والأخلاقي علماً وفقهاً، كما حققوه عملاً وهدياً، فأفردوا كتباً مستقلة في الزهد والرقائق ونحوهما بل إن أئمة السلف يوردون الصفات السلوكية والأخلاقية لأهل السنة في ثنايا كتب العقيدة "كما فعل الإسماعيلي (ت ٣٧١ هـ) في" اعتقاد أهل السنة "وأبو إسماعيل الصابوني (ت ٤٤٩ هـ) في "عقيدة السلف "وإسماعيل بن محمد الأصفهاني (ت ٥٣٥ هـ) وابن تيمية في" مجموع الفتاوى والواسطية – (728)"رحمهم الله.

نماذج من تزكية النفس عند السلف الصالح:

كان السلف الصالح يولون أمر تزكية النفس وتطهير القلب اهتماما بالغًا، ويقدمونها على سائر الأمور، وذلك على النحو التالي:

ويقول عبد الرحمن بن القاسم المصري (الفقيه المالكي): خدمت الإمام مالك عشرين سنة، كان منها ثمان عشرة سنة في تعليم الأدب، وأخذت منه العلم في سنتين.

وقد كان الإمام مالك يقول: ليس العلم بكثرة الرواية، وإنما العلم ما نفع، وعمل به صاحبه [٢٢١] ، فأهم من العلم العمل بما تعلمه، والذي لا يعمل بما تعلمه فهو مصاب بمرض العجز أو الكسل.

وكان عبد الله بن المبارك يقول: من حمل القرآن ثمَّ مال بقلبه إلى الدنيا فقد اتخذ آيات الله هزوًا، وإذا عصى حامل القرآن ربَّه ناداه القرآن في جوفه: والله ما لهذا حُمِلت، أين مواعظي وزواجري؟ وكل حرف منى يناديك ويقول: لا تعصِ ربَّك.

وكان الإمام أحمد بن حنبل إذا رأى طالب العلم لا يقوم من الليل يكف عن تعليمه، وقد بات عنده أبو عصمة ليلة من الليالي، فوضع له الإمام ماء للوضوء، ثمَّ جاءه قبل أن يؤذن للصبح فوجده نائمًا، والماء بحاله فأيقظه، وقال: لم جئت يا أبا عصمة؟ فقال: جئت أطلب الحديث، قال: كيف تطلب الحديث وليس لك تهجد في الليل؟! اذهب من حيث جئت [٢٢٢]

وكان الإمام الشافعي يقول: ينبغي للعالم أن يكون له خبيئة من عمل صالح فيما بينه وبين الله تعالى، فإن كل ما ظهر للناس من علم أو عمل قليل النفع في الآخرة، وما رؤى أحدٌ في منامه فقال: غفر الله لي بعلمي إلا قليلٌ من الناس [٢٢٣]

وكتب يوسف إلى حذيفة: من كان طلب الفضائل أهم إليه من ترك الذنوب فهو مخدوع، وقد حبب أن يكون خيرًا عاليًا أصبر علينا من ذنوبنا [٢٢٤]

---

[٢٢١] فتح القدير للشوكاني(403 /4)

[٢٢٢] منطلقات طالب العلم (ص: ١٧٦).

[٢٢٣] منطلقات طالب العلم (ص: ١٧٦).

[٢٢٤] حلية الأولياء.(469 /3)

قال الإسماعيليُّ في اعتقاد أهل السنَّة: (يرون مجانبة البدعةِ والآثام والفخرِ والتكبُّرِ، ويرون كفَّ الأذى وتركَ الغيبةِ إلاّ لمَن أظهر بدعةً وهوىً يدعو إليهما، فالقولُ فيه ليس بغيبةٍ عندهم)[٢٢٥]

ويقول أبو إسماعيل الصابونيُّ في عقيدة السلف أهل الحديث: (يرون المسارعة إلى أداء الصلوات المكتوبات، ويتواصون بقيام الليل للصلاةِ بعد المنام، وبصلةِ الأرحام، وإفشاء السلام، وإطعامِ الطعام... والبدارِ إلى فعلِ الخيرات أجمع، ويجانبون أهلَ البدع والضلالات ...).[٢٢٦]

وقال إسماعيلُ الأصبهانيُّ في كتابه الحجَّة في بيان المحجَّة: (ومن مذهب أهل السنَّةِ التورُّعُ في المأكل والمشارب، والتحرُّزُ من الفواحش والقبائح، ومجانبةُ أهل الأهواءِ والضلالة وهجرُهم، والمسابقةُ إلى فعل الخيرات، والإمساكُ عن الشبهاتِ).[٢٢٧]

وكان الإمام الشافعي يقول: قال لي الإمام مالك: يا محمد، اجعل عملك دقيقًا، وعلمك ملحًا، فانظر ماذا يصلح الدقيق من الملح، إنها قطرات من الملح على أكوام من الدقيق، فاعمل.

كان يوسف بن أسباط يقول: أني لأهمَّ بقراءة السورة ثم أعرف ما جاء فيها، وأميل إلى التسبيح، فقيل له: يا أبا محمد، وما جاء فيها؟، قال: أن الرجل ليبدأ بأول السورة، فإن كان ليس يعمل بما فيها لم تزل السورة تلعنه من أولها إلى آخرها، وما أحب أن يلعنني القرآن.

---

[٢٢٥] اعتقاد أهل السنة(53) :

[٢٢٦] عقيدة السلف أهل الحديث(97)

[٢٢٧] الحجة في بيان المحجة(528 /2)

الخاتمة

الخاتمة

الحمد لله خالق الخلق من العدم، المتفرد بالبقاء والقدم، منزل الشرائع تترى من لدن آدمَ إلى خاتم الأنبياء وخير العرب والعجم، نحمده على شرف الخلافة في أرضه، ونسأله المنَّ على عبيده الفقراء من كرمه وفضله، إنه كان بالمؤمنين رحيمًا، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له الملك الحق المبين، سبحانه! منح الهداية لراغبها، والجنة لطالبها، وحمى من النار هاربها، وأشهد أن سيدنا محمدًا عبدالله ورسوله الهادي الأمين، قدوة العاملين بما يرضي رب العالمين، اللهم صلِّ وبارك عليه وعلى آله وصحبه أجمعين؛ أما بعد:

وفي ضوء عرض موضوعات الكتاب الحالي يمكن استخلاص العديد من النقاط الهامة من أبرزها:

- ينظر الإسلام إلى نفس الإنسان على أنها مستودع قوى الكون الذي يعيش فيه الإنسان؛ فهي أقوى من الوجود المادي ببحاره وأنهاره وأمواجه وأبراجه وزلازله وبراكينه وسيوله وأعاصيره.
- وردت معاني النفس في القرآن الكريم في مواضع عديدة، وتعدَّدت معانيها بحسب سياق الآيات الكريمة الواردة فيها، ومن هذه المعاني: النفس بمعنى القوى المفكرة في الإنسان (العقل)، والنفس بمعنى الإنسان، والنفس بمعنى قُوى الخير والشر في الإنسان، والنفس بمعنى الرُّوح.
- تعد النفس البشرية آية مبهرة من آيات الله تعالى في خلقه، سرها غامض. وقد نبَّه القرآن الكريم على البحث والتنقيب عن أسرارها قدر المستطاع؛ كما جاء في قوله تعالى: ﴿ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴾ [الذاريات: ٢١]، وذلك أمر في باب التبصر بالقلب لا

مجرد النظر بالعين، تدبرٌ يُدرَك بالبصيرة النافذة إلى عمق النية لتزكيتها وإصلاح فسادها، فهذا هو الفلاح والنجاح الدائم الذي يورث رضا الله المولى.

❖ تعتبر النفس البشرية عالم غريب، وسر عجيب، حيث تتفاوت النفوس تفاوتاً عجيباً وتختلف اختلافاً كبيراً، منها ما هو في الثرى، ومنها ما هو في الثريا، فهناك نفوس زاكية مطمئنة، بينما هناك نفوس أمارة مضمحلة، ولله در ابن القيم حيث قال: "سبحان الله، في النفس: كِبْر إبليس، وحسد قابيل، وعتو عاد، وطغيان ثمود، وجرأة نمرود، واستطالة فرعون، وبغي قارون، وقحة هامان، وهوى بلعام، وحيل أصحاب السبت، وتمرد الوليد، وجهل أبي جهل، كما أن النفس البشرية فيها من أخلاق البهائم: حرص الغراب، وشره الكلب، ورعونة الطاووس، ودناءة الجُعْل، وعقوق الضب، وحقد الجمل، ووثوب الفهد، وصولة الأسد، وفسق الفارة، وخبث الحية، وعبث القرد، وجمع النملة، ومكر الثعلب، وخفة الفراش، ونوم الضبع، غير أن الرياضة والمجاهدة تُذْهب ذلك، فمن استرسل مع طبعه فهو من هذا الجند ولا تصلح سلعته لعقد لأن الله اشترى من المؤمنين أنفسهم."

❖ تعتبر النفس البشرية عالم غريب، ولعظمة النفس البشرية أقسم الله على عظمة خالقها وأهمية الحرص على تطهيرها، أحد عشر قسماً متوالية في كتابه فقال –سبحانه– : ﴿وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا * وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَاهَا * وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّاهَا * وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا * وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا * وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا * وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴾ [الشمس: ١– ١٠] أي قد أفلح من زكى نفسه بطاعة الله، وطهرها من الأخلاق الدنيئة والرذائل، وقد خاب من دساها أي خذل نفسه وأبعدها عن الهدى حتى ركب المعاصي، وترك طاعة الله –عز وجل–

❖ قد حثّ القُرآن الإنسان على التفكّر في نفسه، وإلى معرفة أسرارها؛ كقوله –تعالى: ﴿ وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُوقِنِينَ * وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ [سورة الذاريات، آية: ٢٠–٢١] وجاء في بعض الآثار أنّ من عرف نفسه عرف ربّه، وهذه المعرفة تُساعد الإنسان على ضبط أهوائه وإبعاد نفسه عن الانحراف، وتوجيهها إلى الإيمان والعمل الصالح، وقد ذكر الله –تعالى– في بعض الآيات أحوال النفس، وأسباب مرضها وبُعدها عن خالقها، وطُرق علاجها.

❖ امتحن الخالق سبحانه الإنسان بالنفس اللوامة والنفس الأمارة، وأكرمه بالنفس المطمئنة، فالنفس هي نفس واحدة تكون أمارة، ثم لوامة، ثم مطمئنة، وهي غاية كمالها وصلاحها، فأيد المطمئنة بجنود عديدة؛ فجعل الملك قرينها وصاحبها الذي يليها، ويسددها، ويقذف فيها الحق، ويرغبها فيه، ويريها حسن صورته، ويزجرها على الباطل، ويزهدها فيه، ويريها قبح صورته، وأمدها بما علمها من القرآن والأذكار وأعمال البر، وجعل وفود الخيرات وأمداد التوفيق تنساب إليها وتصل إليها من كل ناحية، وكلما تلقتها بالقبول والشكر والحمد لله ورؤية أوليته في ذلك كله؛ ازداد مدها فتقوى على محاربة الأمارة. وأما النفس الأمارة، فإن الشيطان قرينها وصاحبها الذي يليها، فهو يعدها ويمنيها ويقذف فيها الباطل، ويأمرها بالسوء ويزينه لها، ويطيل الأمل، ويريها الباطل في صورة تقبلها وتستحسنها، ويمدها بأنواع الأمداد الباطلة من الأماني الكاذبة والشهوات المهلكة، ويستعين عليها بهواها وإرادتها، فمنه يدخل عليها كل مكروه، فما استعان على النفوس بشيء هو أبلغ من هواها وإرادتها. وقد علم ذلك إخوانه شياطين الإنس فلا يستعينون على الصور الممنوعة منهم بشيء أبلغ من هواهم وإرادتهم، فإذا فتحت لهم النفس باب الهوى دخلوا منه فجاسوا خلال الديار فعاثوا وأفسدوا وفتكوا وَسَبَوْا ، ومن مداخل الشيطان

حيث يأمر بالسوء ونسيان الاستحواذ، والنزعات، وتخويف بالفقر، والاستهواء، والإيحاء بالمجاملة، واليأس، والاستفزاز، وتفكك الأسرة، والنفس الأمارة هي عكس النفس المطمئنة وفي تضاد، فكلما جاءت النفس المطمئنة بالخير, فإن النفس الأمارة تضاهيها بالشر بما يقابله، فإذا جاءت بالتوحيد والإيمان جاءت بالشرك والشك والنفاق، وتريه حقيقة الجهاد في صورة تقتيل النفس، وتنكح الزوجة، ويصير الأولاد يتامى، ويقسم المال من بعده .وتريه حقيقة زكاة المال والصدقة في صورة مفارقة المال ونقص وخلو اليد منه واحتياجه إلى الناس ومساواته للفقير، وهكذا مع كل أعمال الخير والبر.

- ان أعمارنا تنصرم بين أيدينا ونحن نلهو في هذه الحياة؛ قال تعالى :﴿اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ﴾ [الحديد: ٢٠] وقال تعالى :﴿ أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ *حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ﴾ [التكاثر: ١، ٢] ، لذا علينا أن نتذكر قبل فوات الأوان؛ قال تعالى :﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا ﴾ [الفرقان: ٦٢]، ونحاسب أنفسنا فهذا من علامات الكيّسِ الفطِنِ؛ قال صلى الله عليه وسلم: ((الكيس من دان نفسه، وعمِل لِما بعد الموت)) [٢٢٨]أي: حاسبها وراقبها.
- أن الهوى ميل الطبع إلى ما يلائمه، وهذا الميل قد خلق في الإنسان لضرورة بقائه؛ فإنه لولا ميله إلى المطعم ما أكل، وإلى المشرب ما شرب، وإلى المنكح ما نكح، وكذلك كل ما يشتهيه، فالهوى مستجلب له ما يفيد، كما أن الغضب دافع عنه ما يؤذي، فلا يصلح

[٢٢٨] رواه الترمذي.(2459)

ذمُّ الهوى على الإطلاق؛ وإنما يُذمُّ المفرط من ذلك؛ وهو ما يزيد على جلب المصالح ودفع المضار.

❖ يوجد نوعان أساسيان لمحاسبة النفس من جانب الإنسان وهما:

(أ) محاسبة النفس قبل العمل: يكون عن طريق نية العبد الداخلية لما سيقوم به من أعمال فإن كانت خالصة لله عز وجل فعلها، وإن كانت من أجل الدنيا أو رضا الناس أعاد النظر فيها ، وصحح نيته أولاً ثم فعل العمل بعد ذلك علاوة على قيام الإنسان بالنظر في نوعية العمل فإن كان عملاً صالحاً أقبل عليه وغن كان سيئاً ابتعد عنه ونجا من الوقوع فيه.

(ب) محاسبة النفس بعد القيام بالعمل: يكون بقيام الإنسان الدائم بسؤال نفسه ومحاسبتها بعد قيامه بالعمل وهل كان ذلك العمل صالحاً أم أن عملاً سيئاً يوجب عليه التوبة والاستغفار إلى الله عز وجل والتذلل إليه لكي يقبل توبته مع قيامه بعقد النية على عدم فعله مرة أخرى.

❖ يرقى القرآن الكريم دائمًا بالنفس الإنسانية إلى بنائها بما في آياته الكريمة من تأثير على النفس الإنسانية، ويسعى إلى التحذير من النوازع النفسية الشاذة التي تصيب الفرد وتؤدي به إلى الانحطاط ومنها جنون العظمة وحب المال والرغبة بالحكم.

❖ تنقسم تزكية النفس الى قسمين: تحلية وتخلية: تخليتها من الأخلاق الرذيلة، وتحليتها بالأخلاق الفاضلة حتى تطهر وتزكو.

❖ تنقسم وسائل تزكية النفس الى قسمين، أولها وسائل مجملة وتشمل عمل الإنسان على تطهير نفسه من الأوصاف الذميمة كالشرك والرياء والكبر والعجب والشح والحرص

والطمع، وأن يعمل على تحليتها بالأخلاق الحميدة : كالإخلاص والمراقبة والإنابة والشكر والتواضع... ومنها كذلك المحافظة على الفرائض، والإكثار من النوافل، ومنها تدبر القرآن وتفهمه والعمل بما فيه، لأنه الشفاء لكل داء، واما القسم الثاني من وسائل تزكية النفس فهو الوسائل التفصيلية والتي تشمل التوبة، ولزوم الاستغفار وذكر الله عز وجل، ثم مخالفة هذه النفس والإنكار عليها وتعويدها على ترك الأوصاف الذميمة، وترك تلبية رغباتها، وتوبيخها وتقريعها على تقصيرها والإكثار من وعظها وتذكيرها، وسوء الظن بها وتنقية العمل من حظوظها ومحاسبتها، وتعويدها على الصبر وعدم الإفراط في النوم والأكل والكلام، واللجوء إلى الله دائماً أن يزكيها.

وفى الختام أسأل الله تعالى أن يمنحنا الرضا والتقى والهدى، وأن يسكب في نفوسنا برد اليقين، وأن يورثنا دروب الصالحين في دنيانا، حتى نلقاه وهو راضٍ عنا، اللهم آتِ نفوسنا تقواها، وزكها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها، لك مماتها ولك محياها، والحمد لله في المبدأ والمنتهى.

المراجع

المراجع

- إحياء علوم الدين المؤلف: أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: ٥٠٥هـ) الناشر: دار المعرفة – بيروت.
- أدب الدنيا والدين، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (المتوفى: ٤٥٠هـ)، دار مكتبة الحياة الطبعة: بدون طبعة، ١٩٨٦م.
- آفات النفس؛ نعيمة عبدالله البرش، تحقيق: رياض محمود قاسم، الجامعة الإسلامية بغزة، ٢٠٠٨.
- ألفاظ أحوال النفس وصفاتها في القرآن الكريم، زين ياسين، (الطبعة الاولى)، نابلس: جامعة النجاح الوطنية،٢٠٠٩، ص ص ١٨-١٩.
- إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: ٧٥١هـ) المحقق: محمد حامد الفقي الناشر: مكتبة المعارف، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- البداية والنهاية، عبد الفتاح الطوخي، المكتبة الثقافية، بيروت. د. ت.
- بدائع الصنائع في ترتيب الشرائع، لعلاء الدين أبي بكر بن مسعود الكاساني، دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان، ١٩٨٢م.
- بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز المؤلف: مجد الدين أبو طاهر محمد بن يعقوب الفيروزآبادى (المتوفى: ٨١٧هـ) المحقق: محمد علي النجار الناشر: المجلس الأعلى للشئون الإسلامية – لجنة إحياء التراث الإسلامي، القاهرة، ١٤١٦ هـ.
- بلوغ المرام، للحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني مع حاشية سماحه الشيخ ابن باز رحمه الله، مراجعة عبد العزيز بن إبراهيم بن قاسم، الطبعة الثانية، دار الامتياز للنشر.
- التبيان في آداب حملة القرآن، للنووي، تحقيق عبد القادر الأرناؤوط، الطبعة الأولى، مكتبة دار البيان، ١٤٠٣هـ.
- التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد، محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى: ١٣٩٣هـ)، الدار التونسية للنشر – تونس، ١٩٨٤.
- التحصين من كيد الشياطين، خالد بن عبد الرحمن الجريسي، الرياض، ١٤٢٦هـ – ٢٠٠٥م.

❖ تحفة الأحوذي شرح سنن الترمذي، إشراف ومراجعة عبد الوهاب بن عبد اللطيف، نشر مكتبه ابن تيمية، القاهرة.
❖ تحفة الإخوان بأجوبة مهمة تتعلق بأركان الإسلام، لسماحة العلامة عبد العزيز بن عبد الله ابن باز، الطبعة الأولى، جمع محمد بن شايع الشايع دار الفائزين، الرياض، ١٤١٥هـ.
❖ التذكار في أفضل الأذكار، للإمام محمد بن أحمد القرطبي، الأندلسي، تحقيق بشير محمد عيون، الطبعة الثالثة .، مكتبة البيان، دمشق، ومكتبة المؤيد، الطائف، ١٤٠٧هـ.
❖ الترغيب والترهيب، للإمام عبد العظيم بن عبد القوي المنذري، ت ٦٥٦ تحقيق محيي الدين ديب مستو، دار ابن كثير ودار الكلم الطيب، دمشق بيروت.
❖ تزكية النفوس، أحمد فريد الناشر: دار العقيدة للتراث – الإسكندرية ، ١٤١٣ هـ.
❖ التعريفات، علي بن محمد بن علي الجرجاني، دار الكتب العلمية، بيروت، ١٤٠٨هـ – ١٩٨٨م.
❖ تعليل الأحكام في الشريعة الإسلامية، عادل الشويخ ، طنطا :دار البشير للعلوم،٢٠٠٠.
❖ تفسير ابن كثير. ابن كثير، إسماعيل بن عمر، بيروت: دار المعرفة ،١٩٦٩.
❖ تفسير البغوي، للإمام الحسين بن مسعود البغوي الشافعي، ت٥١٦هـ، تحقيق خالد بن عبد الرحمن ومروان سوار، الطبعة الأولى، دار المعرفة، بيروت، لبنان.
❖ تفسير السعدي تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، للعلامة عبد الرحمن بن ناصر السعدي، الطبعة الأولى ت ١٣٧٦هـ، تحقيق عبد الرحمن بن معلا اللويحق، مؤسسة الرسالة.
❖ تفسير القرآن العظيم، ابن كثير، إسماعيل بن عمر، تحقيق: سامي سلامة، الرياض: دار طيبة، ١٤٢٠هـ.
❖ التفسير المنير في العقيدة والشريعة والمنهج، وهبة الزحيلي، بيروت: دار الفكر المعاصر، ١٩٩١.
❖ التفسير الوجيز على هامش القرآن العظيم، وهبة الزحيلي، دمشق: دار الفكر، سورية، ط:٢، ١٩٩٦.
❖ تفسير آيات الأحكام. الصابوني، محمد علي، دمشق: مكتبة الغزالي، ط:٢، ١٩٧٧.
❖ تقريب التهذيب، أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، تقديم ودراسة محمد عوامة، دار الرشيد، حلب، ط١، ١٤٠٦هـ.
❖ التمهيد، للإمام أبي عمر يوسف بن عبد الله القرطبي ابن عبد البر، ت ٤٦٥هـ.
❖ تهذيب السنن، لابن القيم المطبوع مع معالم السنن للخطابي، بتحقيق أحمد محمد شاكر، ومحمد حامد الفقي بدون تاريخ، دار المعرفة، بيروت.

❖ التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (المتوفى: ١٠٣١هـ)، عالم الكتب، القاهرة، ط١،1410 هـ.
❖ تيسير التفسير للقرآن الكريم. اطفيش، محمّد بن يوسف، سلطنة عُمان: ووزارة التراث القومي والثقافة، ج:١، د.ت.
❖ جامع البيان عن تأويل آي القرآن. الطبري، محمد بن جرير، تحقيق: أحمد شاكر، الرسالة: بيروت، ط١، ١٤٢٠هـ.
❖ الجامع الصحيح (سنن الترمذي)، تحقيق أحمد محمد شاكر، وأتمه إبراهيم عطوة عوض، المكتبة الإسلامية.
❖ جامع العلوم والحكم، لابن رجب، تحقيق شعيب الأرناؤوط، الطبعة الأولى، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤١١هـ.
❖ الجامع لأحكام القرآن. الإمام القرطبي، بيروت: دار الكتب العلمية، ١٩٨٨، ج ١٧.
❖ الجامع لأحكام القرآن، لأبي عبد الله بن أحمد الأنصاري القرطبي، الطبعة الأولى، تحقيق الدكتور محمد بن إبراهيم الحفناوي، نشر دار الحديث، القاهرة، ١٤١٤ هـ.
❖ الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي. ابن القيم، محمد بن أبي بكر الجوزية، بيروت: دار الكتاب العربي، د.ت.
❖ حاشية رد المحتار على الدر المختار. ابن عابدين، محمد أمين بن عمر، بيروت: دار الفكر، ١٤٢١هـ.
❖ الحديث النبوي وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ط٦. بيروت: دار الشروق،١٤٠٩هـ.
❖ الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي بوجه خاص، عبد الكريم العثمان، ط٢. القاهرة: مكتبة وهبة،١٩٨١م.
❖ دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس، صالح بن إبراهيم الصنيع، الرياض: دار عالم الكتب،١٤١٦هـ.
❖ دراسات في النفس الإنسانية، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). بيروت: دار الشروق،١٣٩٤هـ.
❖ دروس للشيخ محمد الحسن الددو الشنقيطي، محمد الحسن ولد محمد الملقب بـ"الددو" الشنقيطي مصدر الكتاب: دروس صوتية قام بتفريغها موقع الشبكة الإسلامية .http://www.islamweb.net
❖ ذم الهوى، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (المتوفى: ٥٩٧هـ) المحقق: مصطفى عبد الواحد مراجعة: محمد الغزالي، (د.ت).

❖ الروح، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية. (ط١). مكة المكرمة: دار الفوائد العلمية(١٤٣٢هـ).
❖ سنن ابن ماجه، محمد بن يزيد بن ماجه القزويني، الطبعة الأولى .، دار السلام للنشر والتوزيع، الرياض، ١٤٢٠هـ.
❖ سنن أبي داود، الطبعة الأولى، دار السلام للنشر والتوزيع، الرياض، ١٤٢٠هـ.
❖ سنن الترمذي، محمد بن عيسى بن سورة، الطبعة الأولى، دار السلام للنشر والتوزيع، الرياض، ١٤٢٠هـ.
❖ سنن الدار قطني، للإمام علي بن عمر الدار قطني، ت ٣٨٥هـ، دار المحاسن للطباعة، القاهرة.
❖ سنن الدارمي، للإمام عبد الله بن عبد الرحمن الدارمي، ت ٢٥٥هـ، الباكستان. توزيع رئاسة إدارات البحوث العلمية والإفتاء، ١٤٠٤هـ.
❖ السنن الكبرى، لأحمد بن شعيب النسائي، تحقيق عبد الغفار سليمان البنداري، وسيد كسروي حسن، دار الكتب العلمية، بيروت، ط١، ١٤١١هـ.
❖ السنن الكبرى، للبيهقي، أحمد بن الحسين، ت ٤٥٨هـ، دار المعرفة، بيروت، لبنان.
❖ سنن النسائي، للإمام أحمد بن شعيب النسائي، الطبعة الأولى، دار السلام للنشر والتوزيع الرياض، ١٤٢٠هـ.
❖ شرح الخرشي على مختصر خليل، وبهامشه شرح الشيخ علي العدوي، دار الكتاب الإسلامي بالقاهرة.
❖ شرح الزركشي على مختصر الخرقي، تحقيق الدكتور عبد الله بن عبد الرحمن الجبرين.
❖ شرح السنة، للإمام الحسين بن مسعود البغوي ت ٥١٦هـ، تحقيق شعيب الأرناؤوط ومحمد زهير الشاويش، الطبعة الأولى، توزيع إدارات البحوث العلمية والإفتاء، ١٣٩٠هـ.
❖ شرح السندي على سنن ابن ماجه، المطبوع مع سنن ابن ماجه، الطبعة الأولى، دار المعرفة، بيروت، لبنان، ١٤١٦هـ.
❖ شرح العقيدة الطحاوية، للحنفي ابن أبي العز علي بن علي (٧٩٢هـ). تحقيق: ناصر الدين الألباني، ط١، بيروت، المكتب الإسلامي.
❖ شرح النووي على صحيح مسلم، مراجعة خليل الميس، دار القلم، بيروت، لبنان.
❖ شرح معاني الآثار، لأبي جعفر الطحاوي ت ٣٢١هـ، تحقيق إبراهيم شمس الدين، الطبعة الثانية ١٤٢٧هـ، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.
❖ شرح منتهى الإرادات، لمنصور بن يونس بن صلاح الدين بن حسن بن إدريس البهوتي، دار الفكر، بيروت (بدون تاريخ).

❖ شعب الإيمان، للبيهقي، تحقيق محمد السعيد بن بسيوني زغلول، الطبعة الأولى، دار الكتب العلمية بيروت، ١٤١٠هـ.
❖ صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، ت ٧٣٠هـ، تحقيق شعيب الأرناؤوط، الطبعة الثانية، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٢٤هـ.
❖ صحيح ابن خزيمة، لمحمد بن إسحاق بن خزيمة، ت ٣١١هـ، تحقيق الدكتور محمد مصطفي الأعظمي، الطبعة الأولى، المكتب الإسلامي، بيروت، لبنان، ١٣٩١هـ.
❖ صحيح ابن ماجه، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع. الرياض، المملكة العربية السعودية.
❖ صحيح الأدب المفرد، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، الطبعة الثانية، دار الصديق الجبيل، ١٤١٥هـ.
❖ صحيح البخاري، للإمام أبي عبد الله محمد بن إسماعيل البخاري ت: ٢٥٦هـ، الطبعة الثانية ، مكتبة دار السلام، الرياض، ١٤١٩هـ.
❖ صحيح الترغيب والترهيب، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، الطبعة الأولى، مكتبة المعارف، الرياض، ١٤١٢هـ.
❖ صحيح الجامع الصغير، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، الطبعة الأولى، المكتب الإسلامي، ١٣٨٨هـ.
❖ صحيح الكلم الطيب، لشيخ الإسلام ابن تيمية، للألباني، مكتبة المعارف الرياض، المملكة العربية السعودية.
❖ صحيح سنن أبي داود، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع. الرياض، المملكة العربية السعودية.
❖ صحيح سنن الترمذي، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، المملكة العربية السعودية.
❖ صحيح سنن النسائي، للعلامة محمد ناصر الدين الألباني، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع. الرياض، المملكة العربية السعودية.
❖ صحيح مسلم، للإمام أبي عبد الله محمد بن إسماعيل البخاري ت: ٢٥٦هـ، الطبعة الثانية ١٤١٩هـ، مكتبة دار السلام، الرياض المملكة العربية السعودية.
❖ صفوة التفاسير، محمد علي الصابوني. (ط١) .القاهرة: دار الصابوني للطباعة والنشر والتوزيع ،١٤١٧ هـ.

❖ الطبقات الكبرى؛ لمحمد بن سعد (ت٢٣٠هـ)، القسم المتمم لتابعي أهل المدينة ومن بعدهم، دراسة وتحقيق زياد محمد منصور، الطبعة الثانية ١٤٠٧ هـ، مكتبة دار العلوم والحكم – المدينة النبوية
❖ الطوالق السليمانية، د. م، نشرته مخطوطاً :دار الفنون، بيروت، ١٤١٨هـ–١٩٩٨م.
❖ عارضة الأحوذي بشرح صحيح الترمذي، محمد بن عبد الله بن محمد ابن العربي، تحقيق :جمال مرعشلي، دار الكتب العلمية، بيروت، ١٤١٨هـ–١٩٩٧م
❖ عجائب الزمان في أخبار عبادة الشيطان. د/عبد الحميد هنداوي، مكتبة الصحابة، الشارقة، الطبعة الأولى ١٤١٨هـ–١٩٩٨م.
❖ علم النفس الإسلامي، محمود عبد الله خوالدة. (د.ط). عمان: دار الفرقان للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤م.
❖ علم النفس في الحديث الشريف، سعد رياض، مؤسسة أقرأ، ٢٠٠٤م . ص ص:٢٩–٣٦.
❖ في ظلال القرآن، سيد قطب ابراهيم. (ط٣٢). القاهرة: دار الشروق،٢٠٠٣.
❖ القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ط٦. بيروت: دار الشروق،١٤١٧هـ.
❖ كتاب التعريفات، علي بن محمد بن علي الزين الشريف الجرجاني (ط١). بيروت: دار الكتب العلمية، (١٤٠٣هـ/١٩٨٣م).
❖ لسان العرب المؤلف: محمد بن مكرم بن على، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعى الإفريقى (المتوفى: ٧١١هـ)، دار صادر – بيروت، الطبعة: الثالثة – ١٤١٤هـ.
❖ مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، للحافظ نور الدين علي بن أبي بكر الهيثمي ت ٨٠٧هـ، الطبعة الثالثة .، منشورات دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان، ١٤٠٢هـ.
❖ المجموع الثمين من فتاوى فضيلة الشيخ محمد بن صالح العثيمين، محمد بن صالح العثيمين، جمعها :فهد بن ناصر السليمان، دار الوطن، الرياض، ١٤١١هـ.
❖ مجموع الفتاوى للإمام ابن باز، جمع الشويعر، الطبعة الثانية .، توزيع مكتب الدعوة والإرشاد، الرياض، ١٤٢٣هـ.
❖ المجموع شرح المهذب للشيرازي، يحيى بن شرف بن مري النووي، تحقيق :محمد نجيب المطيعي، دار احياء التراث العربي، بيروت، ١٤١٥هـ.
❖ مجموع فتاوى شيخ الإسلام أحمد ابن تيمية، عبد الرحمن بن محمد بن قاسم، مجمع الملك فهد لطباعة المصف الشريف، المدينة المنورة، ١٤١٦هـ – ١٩٩٥م.
❖ المجموع، ليحيى بن شرف النووي، دار إحياء التراث العربي.

❖ مختار الصحاح، محمد بن أبي بكر الرازي، الطائف مكتبة المؤيد،١٣٩٠هـ.
❖ مدارج السالكين، ابن قيم الجوزية؛ محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد الزرعي الدمشقي، أبو عبد الله، شمس الدين، المحقق: محمد المعتصم بالله البغدادي، دار الكتاب العربي، ٢٠٠٣.
❖ مفهوم النفس في القرآن الكريم وانعكاساته على المنهاج التربوي في المجتمع المسلم، وليد رفيق العياصرة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،٢٠١٧، ص ص ٣٥٣-٣٩٦.
❖ منهج التأصيل الإسلامي لعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، مجلة المسلم المعاصر،١٤١١هـ، ع٥٧، ص٢١ – ٤٥.

تم بحمد الله وعونه