

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## مَشَقِّ اَوَّلِ



Fatemeh Zahra IEC

[www.fziec.org](http://www.fziec.org)

Read in the Name of your Lord who created; created man from a clinging mass. Read, and your Lord is the most generous, who taught by the pen, taught man what he did not know. [ 096: 001-005 ]

بخوان به نام پروردگارت که (جهان را) آفرید، همان کس که انسان را از خون بسته‌ای خلق کرد! بخوان که پروردگارت (از همه) بزرگوارتر است، همان کسی که بوسیله قلم تعلیم نمود، و به انسان آنچه را نمی‌دانست یاد داد!

با الهام از اولین آیات نازل شده بر پیامبر اکرم مطالبی در زمینه های زیر مطرح میشود: (۱) مراتب سه گانه نفس. (۲) میزان و کیفیت اعتقادات افراد و نحوه عملکردشان. (۳) تعریف چند واژه ضروری. (۴) تواناییهای بعضی از افراد در تقرب بیشتر بذات اقدس الهی. (۵) چگونگی رسیدن خواص بحد اعلای تقرب. (۷) معنای نامها و صفات نیکوی خداوند و اثرشان در افزایش معرفت و بکمال رسیدن انسان.

## نفس به معنای " شخص - " انسان

وقتی میگویند نفس- انسان، باید انرا بیکی از معانی جان یا حیات حیوانی، روان یا نفس انسانی، شخصیت شکل گرفته و متعادل، وجدان نفسانی یا خودآگاهی، نفس حیوانی یا نفس تعالی نیافته، و یا اصل ثابت انسانی و خود آگاهی در نظر بگیریم. بنابراین نفس یکنفر به معنای "شخص- " او است که مرکب از جسم و روحش میباشد و قابل رویت نیست. مثال: در عبارت "من خودم انرا نوشته ام" لغت خودم اشاره به "نفس- " من دارد.



Fatemeh Zahra IEC

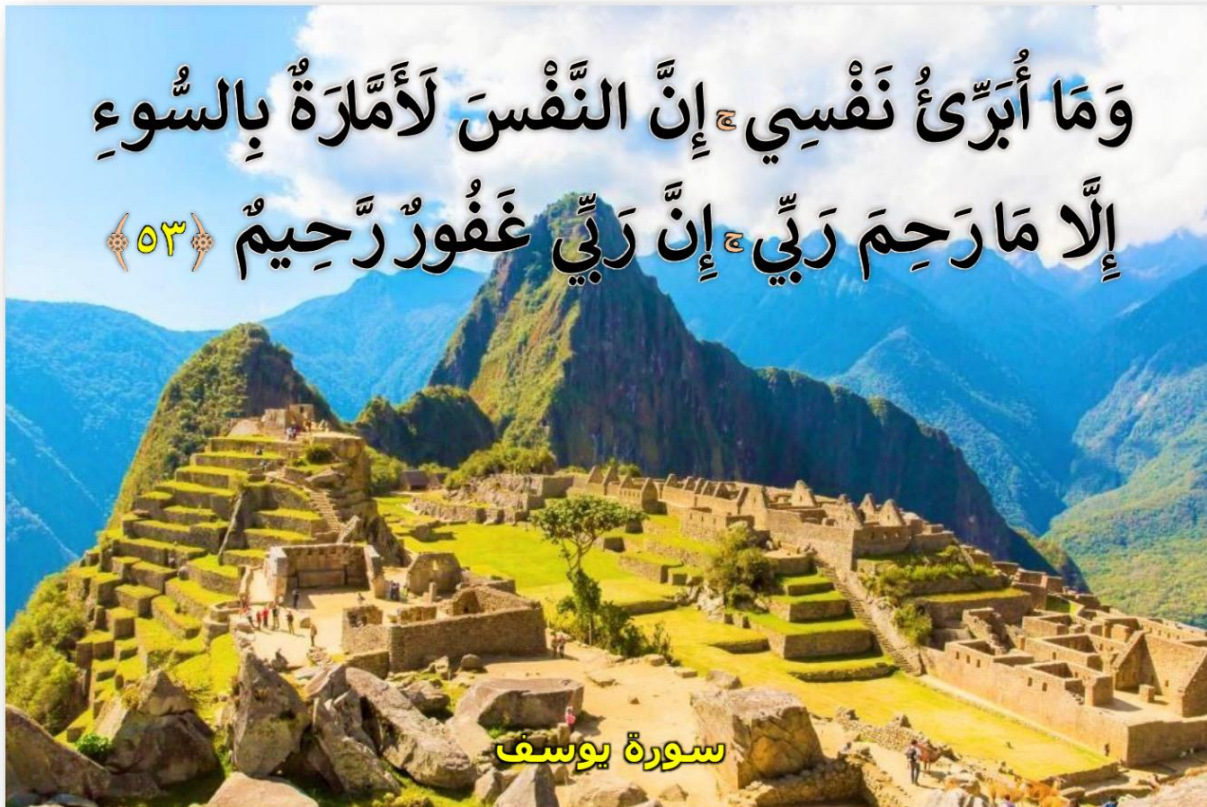
[www.fziec.org](http://www.fziec.org)

It was We Who created man, and We know what dark suggestions his soul makes to him: for We are nearer to him than (his) jugular vein. [ 050: 016 ]

ما انسان را آفریدیم و وسوسه‌های نفس او را می‌دانیم، و ما به او از رگ قلبش نزدیک‌تریم

نفس انسان (نفس ما) دارای دو بعد حیوانی و الهی است. بعد حیوانی ان، نفس اماره است، و بعد الهی دارای مراتبی به نامهای نفس لوامه و نفس مطمئنه میباشد. مراتب سه گانه نفس بشر زیر هستند:

**مرتبۀ اول نفس** – که مربوط به حالت نقص نفس میباشد – **نفس اماره بالسوء** (امرکننده به بدی) نام دارد. نفس انسان در این مرحله، تحت تأثیر مجموع غرایز حیوانی و انسانی، از درون، میل به کجروی و افراط و تفریط در امور زندگی، و گرایش به بدی و شر دارد، و از خیر و حالت تعادل در انتخاب، و گرایش به خوبی، منحرف میشود. در این مرحله، نفس کاملاً مقهور غرایز، شهوات و هوای نفسانی است؛ و به صورت افسارگسیخته ای، خود را از حکم عقل و فطرت رها کرده، و ازاده او در مقابل خواسته های خودش حالت انفعالی دارد.



وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوْءِ  
إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيْ ۚ إِنَّ رَبِّيْ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ ﴿٥٣﴾

سورة يوسف

Fatemeh Zahra IEC

www.fziec.org

(Joseph said): "Nor do I absolve my own self (of blame): the (human) soul is certainly prone to evil unless my Lord does bestow His Mercy: but surely my Lord is Oft-forgiving, Most Merciful." [ 012: 053 ]

(یوسف گفت) من هرگز خودم را تبرئه نمی‌کنم، که نفس (سرکش) بسیار به بدیها امر می‌کند؛ مگر آنچه را پروردگارم رحم کند! پروردگارم آمرزنده و مهربان است!

نکته ۱: هر زمان سخن از مبارزه با نفس مطرح میشود، مراد، مبارزه با حالت نقص و ضعف نفس در مقابل غرایز و افراط و تفریط در شهوات است (نه مبارزه با خود نفس و کمالات آن). مبارزه ای که نه تنها موجب ضعف بیشتر نفس نمیشود؛ بلکه برای تقویت و ایجاد تعادل، و قدرت انتخاب صحیح، ضرورت دارد.

**مرتبه دوم نفس** - که مربوط به نفس در حال کمال و خودساخته است - **نفس لوامه** میباشد. نفس آدم در این مرحله، بیشتر میل به خیر و نیکی و اعتدال دارد، و چنانچه انسان احیانا دچار انحراف، و افراط و تفریط شود، از درون او را ملامت و سرزنش میکند، تا دوباره او را به طرف اعتدال و خیر وادار نماید. حالت قوت نفس هم مربوط به فردی است که با تقویت عقل و فطرت در خویشتن، و مبارزه با افراط و تفریط، نفس خود را از اسارت نفس اماره رهاانده، و عنان و اختیار امور زندگی و انتخاب خویش را به عقل خود سپرده است.



Fatemeh Zahra IEC

[www.fziec.org](http://www.fziec.org)

And for such as had entertained the fear of standing before their Lord's (tribunal) and had restrained (their) soul from lower desires, their abode will be the Garden. [ 079: 040-041 ]

و آن کس که از مقام پروردگارش ترسان باشد و نفس را از هوی بازدارد، (۴۰) قطعاً بهشت جایگاه اوست! (۴۱)

**نکته ۲:** نفس لوامه همان وجدان اخلاقی است. کار نفس لوامه، قبل از عمل خیر و نیک، تشویق، و در حین عمل، ترغیب، و بعد از آن، تحسین است. کار نفس لوامه قبل از عمل بد، تهدید، و در حین عمل، منع و جلوگیری، و بعد از عمل، ملامت و سرزنش است.

**مرتبہ سوم نفس** - کہ حد کمال یافته و متعالی از نفس انسانی است - بنام **نفس مطمئنه** خوانده میشود. انسان پس از تصفیه و تهذیب از صفات ناپسند اخلاقی، و هوای نفس، و مهار و کنترل اعمال خود، میتواند با اراده بیشتر و به کمک عقل و فطرت خود، از مرتبه نفس لوامه نیز گذر کند؛ و با وصول به نفس مطمئنه، به نهایت کمال و سعادت نفس انسانی باریابد؛ و حیات و عاقبت مطمئن و آرامی بیابد، و صاحب نفس راضیه و مرضیه شود؛ یعنی، هم او از خدا راضی میگردد، و هم خداوند متعال از او رضایت خواهد داشت.



Fatemeh Zahra IEC

www.fziec.org

**But as for you, O tranquil soul!  
 Return to your Lord; pleased and  
 accepted. Enter among My servants.  
 Enter My Paradise. [ 089: 027-030 ]**

تو ای روح آرام یافته! به سوی پروردگارت بازگرد  
 در حالی که هم تو از او خشنودی و هم او از تو  
 خشنود است، پس در سلک بندگاتم در آی، و در  
 بهشتم وارد شو!

نکته ۳: مالک نفس بودن در دوست داشتن، در زمان ترس، و در زمان غضب، هنر است. نباید اجازه داد در این سه حالت (مورد)، عمل ما عدول از حق و عدالت و یا تقوا باشد