فن التعامل مع النفس

ملخص

المحاضرة الثالثة

شرح الشيخ م. علاء حامد

فريق التفريغات

ملخص الدرس الثالث

◄اعرف نفسك صح الأول

~ مقدمة~

مازلنا نتكلم عن قضية إصلاح النفوس وأهمية أن نتعرف على النفس الذى نريد إصلاحها فهل أنت تدرى ما الذى جُبلت عليه نفسك؟ هل تعلم ما هى طبيعتها؟ ولابد من فهم طبيعتها لكى تتعامل معاها بشكل صحيح فإصلاح النفس هى مهمة الحياة .

~ مـــا هـــى النـفـــس~ ؟!

♦♦قد ذكرها الله فى القرآن الكريم بثلاثة أوصاف :-

◄﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّتِي﴾ .

◄﴿وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ .

◄﴿ ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ﴾ .

♦♦ النفس واحدة وهذه الصفات الثلاثة لها فإذا تركت النفس وشأنها من غير إصلاح أو تقويم أو مجاهدة فسوف تكون أمارة بالسوء لأنه قال تعالى﴿ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ﴾ فهذا هو الأصل الطبيعي فيها .

♦♦ أما النفس اللوامة فهي حالة متوسطة بمعنى إذا فعل العبد المعصية عاتبته وإذا ترك الطاعة عاتبته فهي في حالة متوسطة ليست فى طريق الهوى إلى الأبد وليست فى طريق الاستقامة إلى الأبد وقد تموت على خير أو شر بحسب ما يغلب على حالها .

♦♦ أما النفس المطمئنة هى التى اطمأنت وسكنت ولا تحتاج لمقاومة وليس لها رغبة فى المعصية مستكينة تمامًا .

~ من هم أعـــداء الإنســـان ~ ؟!

◄النفس ◄ شيطان الجن ◄شيطان الإنس

♦♦ العدو الأخطر هو النفس وذلك لأنه :-

◄عدو خفى ليس ظاهرا مثل الشيطان .

◄عدو محبوب تأمرك بالسوء وأنت تحبها .

◄عدو لا يفارقك أبدا لأنها نفسك وذلك مقارنة بالشيطان الذى يفارقك عند ذكر الله قال الله عنه من شر الوسواس الخناس فهو يفر عند ذكر الله .

◄شيطان الإنس والجن قد تتخلص منه فالشيطان مع الذكر ينصرف عنك وشيطان الإنس قد تنهى علاقتك معه نهائياً أما النفس فهي عدو لا يفارقك ولا تستطيع التخلص منه او الاصطدام معه والحل الوحيد هو أن تتعامل معه بالمسايسة .

~ مشـكـلـة النـفـس ~

♦♦الإنسان نادراً ما يعترف بعيب نفسه ولا يقر بعيوبها وهناك من لا يرى عيباً فيجب عند إصلاح النفس أن :-

نرى العيوب ◄نعترف بها ◄نصلحها

♦♦ فالإنسان لا يرى عيوب نفسه وإذا رأها لا يعترف بها وإذا اعترف بها لا يصلحها لأن الإنسان بطبيعة نفسه يحب أن يجاملها فكيف نقنعه بإصلاح شيء لا يرى فيه عيوباً .

◄لذلك يجب أن يقف الإنسان مع الحق قال النبى صلى الله عليه وسلم فى أذكار الصباح والمساء وأعوذ بك من شر نفسى فلا تجامل نفسك ،كما أنه يقول فى كل استفتاح خطبة أعوذ بك من شرور أنفسنا فيجب على الإنسان أن يعلم تمام العلم أن النفس تميل دائما إلى الشر .

~ أوصـاف الإنسـان فـى القـرآن ~

♦♦ لو تتبعت كلام الله عن الإنسان فى القرآن ستجد أن الله ذكره بأوصاف مذمومة فقد قال الله تعالى:-

◄إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً

◄إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً

◄وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً

◄إِنَّ الْإِنسَانَ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ

فهذه هى الطباع الأساسية فى الإنسان الذى تكون موجوده فيه من صغره إذا تُركت وشأنها من غير تربية أو مقاومة ومجاهدة يكبر الإنسان وتظل هذه الطباع كما هى فيصير إنسان فاجر لأنه لم يتعرض لأى عمليات إصلاح أو تهذيب أو وحى فيريد أن يفعل كل شيء من غير حدود قال الله تعالى﴿بَلْ يُرِيدُ الْإِنسَانُ لِيَفْجُرَ أَمَامَهُ ﴾ وهذا الإنسان يكون الفريسة الأكبر للإلحاد لأن سبب الإلحاد هو الرغبة في الفجور .

♦♦ وعلى الرغم من هذه الصفات المذمومة للإنسان فى القرآن تجد صفات أخرى جيدة فقد قال الله تعالى:-

◄﴿ لَقَدْ خَلَقْنَا الإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴾

◄﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا ﴾

◄﴿وَسَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِّنْهُ ﴾

فالله عز شأنه سخر كل ذلك لهذا الإنسان الذى لا يستحق أن يكرم لأن الإنسان لو تُرك للسوء يصير أحقر من البهائم ولو جاهد نفسه بالوحى صار أفضل الكائنات عند الله .

~ مسـألـة هـامـة ~

♦♦ من يريدون عمل دين جديد اسمه الإنسانية ويقولون نحن شركاء فى الولاء والبراء وبما اننا كلنا إنسان فنحن مكرمين وهذا خطأ بالطبع لأننا لا نوالى على الإنسانية وإلا فكلنا سواء والله عزوجل قال ليسوا سواء

♦♦ فالله عز وجل كرم نوع واحد فقط وهو الإنسان الذى اعطى له الله ميزة العقل فاستخدمها بشكل صحيح فقدرك عند الله ليس لكونك إنسان ولكن بقدر ما عندك من الإيمان والعمل الصالح والمجاهدة والتزكية فتحولت صفاتك السيئة التى جُبلت عليها إلى صفات جيدة وقال الله فى كتابه ﴿وَمَا يَسْتَوِي الأَعْمَى وَالْبَصِيرُ وَلا الظُّلُمَاتُ وَلا النُّورُ﴾ فلا يستوى الإنسان الحى بالقرآن والإنسان الميت بالشهوات

♦♦ خلاصة القول لا ينبغى أن نقول أن للإنسان كرامة بمجرد كونه إنسان لأن الكرامة فقط بالإيمان والعمل الصالح .

~ كـلام ابن القيـم عن الـنـفس ~

♦♦ خلق بدن ابن آدم من الأرض وروحه من ملكوت السماء فَإِذا أجاع بدنه وأسهره وأقامه فِي الْخدمَة وجدت روحه خفَّة وراحة فتاقت إِلَى الْموضع الَّذِي خلقت مِنْهُ واشتاقت إِلَى عالمها الْعلوِي وَإِذا أشبعه ونعّمه ونومه واشتغل بخدمته وراحته أخلد الْبدن إِلَى الْموضع الَّذِي خلق مِنْهُ فانجذبت الرّوح مَعَه فَصَارَت فِي السجْن فلولا أَنَّهَا ألفت السجْن لاستغاثت من ألم وفارقتها وانقطاعها عَن عالمها الَّذِي خلقت مِنْهُ كَمَا يستغيث المعذّب وَبِالْجُمْلَةِ فَكَمَا خف الْبدن لطفت الرّوح وَخفت وَطلبت عالمها الْعلوِي وَكلما ثقل وأخلد إِلَى الشَّهَوَات والراحة ثقلت الرّوح وهبطت من عالمها وَصَارَت أرضية سفليّة فترى الرجل روحه فِي الرفيق الْأَعْلَى وبدنه عنْدك فَيكون نَائِما على فرَاشه وروحه عِنْد سِدْرَة الْمُنْتَهى تجول حول الْعَرْش وَآخر وَاقِف فِي الْخدمَة بِبدنِهِ وروحه فِي السّفل تجول حول السفليات فَإِذا فَارَقت الرّوح الْبدن التحقت برفيقها الْأَعْلَى أَو الْأَدْنَى فَعِنْدَ الرفيق الْأَعْلَى كل قرّة عين وكل نعيم وسرور وبهجة وَلَذَّة وحياة طيبَة وَعند الرفيق الْأَسْفَل كل هم وغم وضيق وحزن وحياة نكدة ومعيشة ضنك .

~ مـا مـعنـى مجـاهدة الـنـفـس ~ ؟!

♦♦ مجاهدة النفس هى:

◄ أن تعطيها ما يصلحها .

◄وتمنع عنها ما يطغيها .

♦♦المجاهدة لا تعنى حرمان النفس من كل شيء .

◄ وإنما منعها من الحرام فقط .

♦♦النفس بها هوى بمعنى أنها تهوى الطعام والنساء .

◄فالمجاهدة ليست معناها قتل الهوى لأنه صحى فى أشياء فلولا حبك للنساء ما كان هناك تناسل ولولا حبك للطعام والشراب ما استطعت أن تعيش .

◄الفكرة أن هناك حد مقبول ومطلوب ان تعيش عليه أما الحد الزائد فيلزمه المجاهدة وهذا هو التحدى .