

أعدى الأعداء

دكتور / بدر عبد الحميد هميسه

١٤٣١هـ = ٢٠١٠م

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي خلق كل شيء فأحسن خلقه وترتيبه ، وعلم نبينا محمداً صلى الله عليه وسلم وأدبه فأحسن تعليمه وتأديبه ، جبل النفوس على محبته ، وخلقها على طاعته.

وأشهد أن سيدنا محمداً عبده ورسوله العبد الذليل لربه ومولاه، والمتبع لما يحبه ويرضاه، صلى الله وسلم عليه كلما حفظت النفس، وظهرت من الرجز وعلى آله وصحبه ومن سار على نهجه إلى يوم الدين.

وبعد ... ؛

فإن الناس أمام أنفسهم قسمان : قسم ملكته نفسه وقادته فهو لها عبد مطيع ، ينقاد لها حيث تقوده ، ويسير وراءها حيث تمشي به ، وقسم ظفر بنفسه وملكها وقهرها حتى صارت مطيعة ومنقادة له تكون حيث يضعها وتنتهي عما نهاها عنه ، قال تعالى : **" فَأَمَّا مَنْ طَغَى (٣٧) وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (٣٨) فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى (٣٩) وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى (٤٠) فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى (٤١) سورة النازعات .**

وقال : **" فَمَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (١٠٢) وَمَنْ خَفَّتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ فِي جَهَنَّمَ خَالِدُونَ (١٠٣) سورة المؤمنون .**

فالنفس عدو يتقى وليست بصاحب يؤتمن ، وأكيس الناس ذاك الذي صاحبها وهو لها محاذر يتقى شطط أهواءها وجموح اندفاعها وثورتها ، فهي أعدى الأعداء وأشد الألداء ، قال أبو بكر الصديق في وصيته لعمر رضي الله عنهما حين استخلفه : **إِنَّ أَوَّلَ مَا أَحْذَرُكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ .** جامع العلوم والحكم ٢٣/٢.

ويروى من حديث سعد بن سنان ، عن أنس ، عن النبي - صلى الله عليه وسلم - ، قال : **" ليس عدوك الذي إذا قتلَكَ أدخلَكَ الجنة ، وإذا قتلته كان لك**

نوراً ، أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك " أخرجه : الطبراني في " الكبير " (٣٤٤٥) من حديث أبي مالك الأشعري ، مرفوعاً ، وهو حديث ضعيف .

كان الحسن يقول : ليس عدوك الذي إن قتلته استرحت منه ، ولكن عدوك نفسك التي بين جنبيك . تهذيب الآثار ، للطبري ١٦٠/٣ .

قال سفيان الثوري : ليس عدوك الذي إن قتلته كان لك به أجر ، إنما عدوك نفسك التي بين جنبيك ، فقاتل هواك أشد مما تقاتل عدوك . وقال أويس القرني لهرم بن حيان : ادع الله أن يصلح قلبك ونيتك فإنك لن تعالج شيئاً هو أشد عليك منهما ، بينما قلبك مقبل إذ هو مدبر ، فاغتنم إقباله قبل إداره ، والسلام عليك . وقال علي بن أبي طالب : أول ما تفقدون من دينكم جهاد أنفسكم . وقال سالم الخواص : أوحى الله إلى داود : لا تقرب الشهوات ، فإني خلقتها لضعفاء خلقي ، فإن أنت قربتها ، أهون ما أصنع بك أسلبك حلاوة مناجاتي ، يا داود ، قل لبنى إسرائيل ، لا تقربوا الشهوات ، فالقلب المحجوب بالشهوات حجب صوتته عني . راجع : شرم صحيح البخاري لابن بطال ٢١٠/١٠ .

قال الماوردي في : (أدب الدنيا والدين ٢٨٨) : دَعَتْ أَعْرَابِيَّةٌ لِرَجُلٍ فَقَالَتْ : كَبَتَ اللَّهُ كُلَّ عَدُوٍّ لَكَ إِلَّا نَفْسَكَ . فَأَخَذَهُ بَعْضُ الشُّعْرَاءِ فَقَالَ :

قَلْبِي إِلَى مَا ضَرَّنِي دَاعِي *** يَكْثُرُ اسْقَامِي وَأَوْجَاعِي
كَيْفَ احْتِرَاسِي مِنْ عَدُوِّي إِذَا *** كَانَ عَدُوِّي بَيْنَ أَضْلاَعِي

فالعاقل من جاهد نفسه وكان منها على حذر ، وحسبها قبل أن يحاسب عنها ، قال عمر بن الخطاب حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا فإنه أهون عليكم في الحساب غدا أن تحاسبوا أنفسكم يوم القيامة وتزينوا للعرض الأكبر يومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية . ابن الجوزي : ذم الهوى ٤٠ .

عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ ، عَنِ النَّبِيِّ ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، قَالَ : الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ ، وَالْعَاجِزُ مَنْ اتَّبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَنَّى عَلَى اللَّهِ .

أخرجه أحمد ١٢٤/٤ (١٧٣٥٣) و"ابن ماجة" ٤٢٦٠ .

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 يخلو فيها بين نفسه وبين لذاتها فيما يحل ويجمل، فإن في هذه الساعة عوناً على تلك الساعات، وإجماماً للقلوب) . إغاثة اللفهان لابن القيم ج ١ ص ٧٨ - ٧٩.

قال الحسن البصري : إن المؤمن والله ما تراه إلا يلوم نفسه : ما أردت بكلمتي؟ ما أردت بأكلتي؟ ما أردت بحديث نفسي؟ وإن الفاجرة يمضي قدماً ما يعاتب نفسه.

قال الشاعر :

يا ويح نفسي من تتابع حوبتي * * * لو قد دعاني للحساب حسبي
فاستيقظي يا نفس وبحك واحذري * * * حذراً يهيج عبرتي ونحبي
واستدركي ما فات منك وسابقي * * * سطوات موت للنفوس طلوب
وابكي بكاء المستغيث وأعولي * * * إعوالم عان في الوثاق غريب
هذا الشباب قد اعتلت بلهوه * * * أفليس ذا يا نفس حين مشبي
هذا رقيب ليس عني غافلاً * * * يحصي علي ولو غفلت ذنوبي
أوليس من جهل بأنني نائم * * * نوم السفیه وما ينام رقيب
فَاللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا ، وَزَكَّاهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا ، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا ،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ
، وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا .

راجي عفوريه

دكتور / بدر عبد الحميد هميده

hamesabadr@yahoo.com

تحريراً في : ١٦ رجب ١٤٣١ - ٢٨ من يونيو ٢٠١٠م

أولاً : معنى النفس

جاء في لسان العرب : مَعْنَى النَّفْسِ فِيهِ مَعْنَى جُمْلَةِ الشَّيْءِ وَحَقِيقَتِهِ تَقُولُ قَتَلَ فُلَانٌ نَفْسَهُ وَأَهْلَكَ نَفْسَهُ أَيْ أَوْقَعَ الْإِهْلَاكَ بِذَاتِهِ كُلِّهَا وَحَقِيقَتِهِ وَالْجَمْعُ مِنْ كُلِّ ذَلِكَ أَنْفُسٌ وَنُفُوسٌ قَالَ أَبُو خَرَّاشٍ فِي مَعْنَى النَّفْسِ الرُّوحُ ، وَ قَالَ ابْنُ خَالَوَيْهِ النَّفْسُ الرُّوحُ وَالنَّفْسُ مَا يَكُونُ بِهِ التَّمْيِيزُ وَالنَّفْسُ الدَّمُ وَالنَّفْسُ الْأَخُ وَالنَّفْسُ بِمَعْنَى عِنْدَ وَالنَّفْسُ قَدْرٌ دَبْغَةٌ قَالَ ابْنُ بَرِيٍّ أَمَّا النَّفْسُ الرُّوحُ وَالنَّفْسُ مَا يَكُونُ بِهِ التَّمْيِيزُ فَشَاهِدُهُمَا قَوْلُهُ سُبْحَانَهُ اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا فَالْنَّفْسُ الْأُولَى هِيَ الَّتِي تَزُولُ بِزَوَالِ الْحَيَاةِ وَالنَّفْسُ الثَّانِيَةُ الَّتِي تَزُولُ بِزَوَالِ الْعَقْلِ . انظر : لسان العرب ، لابن منظور ٢٣٣/٦ .

وفي تاج العروس : قَالَ أَبُو بَكْرِ بْنُ الْأَنْبَارِيِّ : الرُّوحُ وَالنَّفْسُ وَاحِدٌ ، غَيْرَ أَنَّ الرُّوحَ مَذَكَّرٌ ، وَالنَّفْسَ مُؤَنَّثَةٌ عِنْدَ الْعَرَبِ . وفي التنزيل : " وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا (٨٥) سورة الإسراء ، وتَأْوِيلُ الرُّوحِ أَنَّهُ (مَا بِهِ حَيَاةُ الْأَنْفُسِ) ، وَ قَالَ الْفَرَّاءُ : الرُّوحُ : هُوَ الَّذِي يَعِيشُ بِهِ الْإِنْسَانُ ، لَمْ يُخْبِرِ اللَّهُ تَعَالَى بِهِ أَحَدًا مِنْ خَلْقِهِ وَلَمْ يُعْطَ عِلْمُهُ الْعِبَادَ . قَالَ : وَسَمِعْتُ أَبَا الْهَيْثَمِ يَقُولُ : الرُّوحُ إِنَّمَا هُوَ النَّفْسُ الَّذِي يَتَنَفَّسُهُ الْإِنْسَانُ ، وَهُوَ جَارٍ فِي جَمِيعِ الْجَسَدِ ، فَإِذَا خَرَجَ لَمْ يَتَنَفَّسْ بَعْدَ خُرُوجِهِ ، فَإِذَا تَمَّ خُرُوجُهُ بَقِيَ بَصَرُهُ شَاخِصًا نَحْوَهُ حَتَّى يُغْمَضَ . تاج العروس ، للزبيدي ٤٠٨/٦ .

وقال الغزالي : والنفس تطلق ويراد بها معنيين أحدهما : المعنى الجامع للصفات المذمومة وهي القوى الحيوانية المضادة للقوى العقلية . والثاني أن يطلق ويراد به حقيقة الآدمي وذاته فإن نفس كل شيء حقيقة وهو الجوهر الذي هو محل المعقولات وهو من عالم الملكوت . انظر : الغزالي : معارج القدس في مدارج معرفة النفس ١٥ .

إِنَّ فَالْنَّفْسُ جَاءَتْ عَلَى مَعَانٍ عِدَّةٍ ؛ جَاءَتْ بِمَعْنَى : الْعَقْلُ الَّذِي يَكُونُ التَّمْيِيزُ بِهِ ، وَبِمَعْنَى : الذَّاتُ ، وَبِمَعْنَى : الرُّوحُ ، وَبِمَعْنَى : شَخْصُ الْإِنْسَانِ ، وَكُلِّهَا

تعنى المحرك الذي يحرك الشخص نحو فعل ما أو تركه ، قال تعالى : " قَالَ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي فَغَفَرَ لَهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ (١٦) سورة القصص.

وَعَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ ؛ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لِكَعْبِ بْنِ عُجْرَةَ : يَا كَعْبُ بْنُ عُجْرَةَ ، النَّاسُ غَادِيَانِ ، فَمُبْتَاعُ نَفْسِهِ فَمُعْتَقُهَا ، وَبَائِعُ نَفْسِهِ فَمُؤَبِّقُهَا . أخرجه أحمد ٣٣١/٣ (١٤٤٩٤) و"الدارمي" ٣٧٧٦ .
قال الشاعر :

وما المرء إلا حيث يجعل نفسه *** ففي صالح الأعمال نفسك فاجعل

ثانيا : أنواع النفوس :

أولا : النفس المطمئنة :

وهي النفس التي تداوم على فعل الطاعات وترك المنكرات وتأمر بالمعروف وتنهى عن المنكر وهي دائما ملهمة بالخير ، فالنفس المطمئنة لا تأمر صاحبها إلا بالخير دائما ولا تحمل شيئا من أمراض القلوب من حقد أو حسد أو غل أو نفاق بل تجد صاحبها نقي السريرة منشرح الصدر سليم القلب طاهر البدن يحب الخير لكل الناس فإذا رأى بأحد نعمة لا يتمنى زوالها منه بل يدعو الله أن يزيده من فضلة ويبارك له فيها.

أدبت نفسي فما وجدت لها * * * من بعد تقوى الإله من أدب
إن كان من فضة كلامك يا * * * نفس فإن السكوت من ذهب

وهي النفس التي جعلت شعارها الرضا ، لذا كان الجزاء من جنس العمل " يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (٢٩) وَادْخُلِي جَنَّتِي (٣٠) سورة الفجر .

فكما اطمأنت ورضيت في الدنيا فإن الله تعالى يطمئنها ويرضيها يوم القيامة.

ثانيا : النفس اللوامة :

وهي النفس التي تلوم صاحبها دائماً وتوبخه على الذنوب والمعاصي والتقصير ، ولقد أقسم الله بها لعظم قدرها ، قال تعالى : " **لَا أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ (١) وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ (٢)** " سورة القيامة .

قال الحسن : هي والله نفس المؤمن ، ما يرى المؤمن إلا يلوم نفسه قائلاً : ما أردت بكلامي؟ ما أردت بأكلي؟ ما أردت بحديث نفسي؟ والفاجر لا يحاسب نفسه. وقال مجاهد هي التي تلوم على ما فات وتندم، فتلوم نفسها على الشر لم فعلته، وعلى الخير لم لا تستكثر منه. تفسير القرطبي جزء ١٨.

ثالثا : النفس الأمارة بالسوء :

وهي النفس الخبيثة التي تشتت في فعل الشر دائماً ولا تأمر صاحبها إلا بمعصية فتأمره بفعل كل ما هو سيئ وترك كل ما هو حسن ، وتأمره بالمنكر وتنهيه عن المعروف وتأمره أيضاً بمعصية الخالق وظلم المخلوق فتجد نفسه مملوءة بكل أمراض القلوب من حقد وحسد وغل ونفاق وبغض وتجدها تحمل كل ما هو نجس وسيئ من الأخلاق المذمومة وهي نفس المنافق والكافر والمشرک وقد ورد ذكرها في كتاب الله في قوله تعالى : " **وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ (٥٣)** " سورة يوسف .

قال أبو جعفر : يقول يوسف صلوات الله عليه : وما أبرئ نفسي من الخطأ والزلل فأزكيها (إن النفس لأماراة بالسوء) ، يقول : إن النفوس نفوس العباد ، تأمرهم بما تهواه ، وإن كان هواها في غير ما فيه رضا الله. تفسير الطبري ١٤٢/١٦.

قال الشاعر :

أشكو إلى الله نفساً ما تلائمني * * * تبغي هلاكي ولا آلو أناجيها
ما إن تزال تناجيني بمعصية * * * فيها الهلاك وإني لا أواتيها
أخيفها بوعيد الله مجتهداً * * * وليس تنفك يلهيها ترجيها

ثالثاً : جهاد النفس الجهاد الأكبر

قال تعالى : " وَمِنَ النَّاسِ مَن يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ وَاللَّهُ رَءُوفٌ بِالْعِبَادِ (٢٠٧) سورة البقرة .

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : (يَعْقِدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ ، يَضْرِبُ مَكَانَ كُلِّ عُقْدَةٍ عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ ، فَإِنِ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنِ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنِ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدُهُ ، فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانًا . " أخرجه (أحمد) ٢٤٣/٢ و(البخاري) ١١٤٢ و(مسلم) ١٧٦٩ .

قال ابن الجوزي : اعلم انه إنما كان جهاد النفس أكبر من جهاد الأعداء لأن النفس محبوبة وما تدعو إليه محبوب لأنها لا تدعو إلا إلى ما تشتهي وموافقة المحبوب في المكروه محبوبة فكيف إذا دعا إلى محبوب فإذا عكست الحال وخولف المحبوب فيما يدعو إليه من المحبوب اشتد الجهاد وصعب الأمر بخلاف جهاد الكفار فإن الطباع تحمل على خصومة الأعداء وقال ابن المبارك في قوله تعال وجاهدوا في الله حق جهاده قال هو جهاد النفس والهوى . ذم الهوى ص ٤٠ .

وقال الإمام الغزالي : أعلم أن أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك وقد خلقت أمارة بالسوء ميالة إلى 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 وإن لازمتها بالتوبيخ والمعاتبة والعذل واللامة كانت نفسك هي النفس اللوامة التي أقسم الله بها ورجوت أن تصير النفس مطمئنة المدعوة إلى أن تدخل في زمرة عباد الله راضية مرضية قال تغفل ساعة عن تذكيرها ومعاتبتها ولا تشتغل بوعظ غيرك ما لم تشتغل أولاً بوعظ نفسك أوحى الله تعالى إلى عيسى عليه

السلام يا ابن مريم عظ نفسك فإن اتعظت فعظ الناس إلا فاستحي مني. إحياء علوم الدين ٤/١٦٤.

وقال أيضاً : " والنفس المشار إليها هي أسيرة الشهوات مقيدة بقيد الغفلات مشوهة مستورة. بالخيالات عاشقة للعالم قد أطعمت ببخسها فأصبحت مخطئة سكرى قلقة حيرانة مشغولة بخدمة الجسد الترابي تحمله للكنيف مشغولة بتربيته وتغذيته الفته فعشقه فإذا فرق بينهما تأسفت حتى إذا مر عليها بمثل قدر ما خدمته بطون المدة نسيته وأنكرته كأنها ما عرفته فإذا ردت إليه نفرت . انظر : سر العالمين وكشف ما في الدارين ٣٥ .

قال ابن سينا :

وَبَطَنَ إِلَيْكَ مِنَ الْمَحَلِّ الْأَرْفَعِ *** وَرَقَاءَ ذَاتِ تَعَزُّزٍ وَتَمَنُّعٍ
مَحْبُوبَةٍ عَنْ كُلِّ مُقَلَّةٍ عَارِفٍ *** وَهِيَ الَّتِي سَفَرَتْ وَلَمْ تَتَبَرَّقْ
وَصَلَتْ عَلَى كُرْهِ الْبِكِّ وَرُبَّمَا *** كَرِهَتْ فِرَاقَكَ وَهِيَ ذَاتُ تَفَجُّعٍ

رابعاً : مراتب جهاد النفس

قال تعالى : " أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ اللَّهُ الَّذِينَ جَاهَدُوا مِنْكُمْ وَيَعْلَمِ الصَّابِرِينَ (١٤٢) سورة آل عمران .

وعن جابر قال : قدم على النبي - صلى الله عليه وسلم - قوم غزاة فقال قدمتم خير مقدم قدمتم من الجهاد الأصغر إلى الجهاد الأكبر مجاهدة العبد هواه . [كنز العمال ١١٧٧٩] البيهقي في الزهد (١٦٥/٢ ، رقم ٣٧٣) ، وقال : هذا فيه ضعف . والخطيب (٥٢٣/١٣) .

قال ابن القيم - رحمه الله - : جهاد النفس أربع مراتب :
إحداها : أَنْ يُجَاهِدَهَا عَلَى تَعَلُّمِ الْهُدَى ، وَدِينِ الْحَقِّ الَّذِي لَا فَلَاحَ لَهَا ، وَلَا سَعَادَةَ فِي مَعَاشِهَا وَمَعَادِهَا إِلَّا بِهِ ، وَمَتَى فَاتَهَا عِلْمُهُ ، شَقِيتَ فِي الدَّارَيْنِ .

الثانية : أَنْ يُجَاهِدَهَا عَلَى الْعَمَلِ بِهِ بَعْدَ عِلْمِهِ ، وَإِلَّا فَمَجْرَدُ الْعِلْمِ بِلَا عَمَلٍ إِنْ لَمْ يَضُرَّهَا لَمْ يَنْفَعَهَا .

الثالثة: أَنْ يُجَاهِدَهَا عَلَى الدَّعْوَةِ إِلَيْهِ، وَتَعْلِيمِهِ مَنْ لَا يَعْلَمُهُ، وَإِلَّا كَانَ مِنَ الَّذِينَ يَكْتُمُونَ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ الْهُدَى وَالْبَيِّنَاتِ، وَلَا يَنْفَعُهُ عِلْمُهُ، وَلَا يُنْجِيهِ مِنْ عَذَابِ اللَّهِ.

الرابعة: أَنْ يُجَاهِدَهَا عَلَى الصَّبْرِ عَلَى مَشَاقِّ الدَّعْوَةِ إِلَى اللَّهِ، وَأَذَى الْخَلْقِ، وَيتَحَمَّلَ ذَلِكَ كُلَّهُ لِلَّهِ. فَإِذَا اسْتَكْمَلَ هَذِهِ الْمَرَاتِبَ الْأَرْبَعِ، صَارَ مِنَ الرَّبَّانِيِّينَ، فَإِنَّ السَّلَفَ مُجْمِعُونَ عَلَى أَنَّ الْعَالَمَ لَا يَسْتَحِقُّ أَنْ يُسَمَّى رَبَّانِيًّا حَتَّى يَعْرِفَ الْحَقَّ، وَيَعْمَلَ بِهِ، وَيُعَلِّمَهُ.

وَلَمَّا كَانَ جِهَادُ أَعْدَاءِ اللَّهِ فِي الْخَارِجِ فِرْعَاءً عَلَى جِهَادِ الْعَبْدِ نَفْسَهُ فِي ذَاتِ اللَّهِ - كَمَا قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (الْمُجَاهِدُ مَنْ جَاهَدَ نَفْسَهُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ، وَالْمُهَاجِرُ مَنْ هَجَرَ الْخَطَايَا وَالذُّنُوبَ) - كَانَ جِهَادُ النَّفْسِ مُقَدِّمًا عَلَى جِهَادِ الْعَدُوِّ فِي الْخَارِجِ، وَأَصْلًا لَهُ، فَإِنَّهُ مَا لَمْ يُجَاهِدْ نَفْسَهُ أَوَّلًا لِفِعْلِ مَا أُمِرَ بِهِ، وَتَتَرَكَّ مَا نُهِيتَ عَنْهُ، وَيُحَارِبُهَا فِي اللَّهِ، لَمْ يُمْكِنْهُ جِهَادُ عَدُوِّهِ فِي الْخَارِجِ، فَكَيْفَ يُمْكِنُهُ جِهَادُ عَدُوِّهِ وَالْإِتِّصَافُ مِنْهُ، وَعَدُوُّهُ الَّذِي بَيْنَ جَنْبَيْهِ قَاهِرٌ لَهُ، مُتَسَلِّطٌ عَلَيْهِ، لَمْ يُجَاهِدْهُ، وَلَمْ يُحَارِبْهُ فِي اللَّهِ، بَلْ لَا يُمْكِنُهُ الْخُرُوجُ إِلَى عَدُوِّهِ، حَتَّى يُجَاهِدَ نَفْسَهُ عَلَى الْخُرُوجِ. [زاد المعاد (١٠/٣)].

قال الشاعر :

إِنَّا لَنَفْرَمُ بِالْأَيَّامِ نَقْطَعُهَا *** وَكُلَّ يَوْمٍ مَضَى يَدْنِي مِنَ الْأَجَلِ
فَاعْمَلْ لِنَفْسِكَ قَبْلَ الْمَوْتِ مُجْتَهِدًا *** فَإِنَّمَا الرِّبْحُ وَالْخُسْرَانُ فِي الْعَمَلِ
وَقَالَ الْحَسَنُ الْبَصْرِيُّ : " الْمُؤْمِنُ قَوَّامٌ عَلَى نَفْسِهِ ، يَحَاسِبُ نَفْسَهُ لِلَّهِ عَزَّوَجَلَّ ،
وَإِنَّمَا خَفَّ الْحِسَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَلَى قَوْمٍ حَاسَبُوا أَنْفُسَهُمْ فِي الدُّنْيَا ، وَإِنَّمَا
شَقَّ الْحِسَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَلَى قَوْمٍ أَخَذُوا هَذَا الْأَمْرَ مِنْ غَيْرِ مُحَاسَبَةٍ ".
مصنف ابن أبي شيبة ٥٠٣/١٣.

خامسا : الآفات التي تصيب النفوس :

هناك آفات وعيوب كثيرة وعلل وأمراض تصيب النفس ، والعاقل من يكتشف المرض قبل استفحاله والآفة قبل انتشارها فيقاومها ويقضي عليها .
ومن الآفات والأمراض والعلل التي تصيب النفوس :

١- الفتور في الطاعة :

فالنفس تنزع دائما إلى كل ممنوع ، فتذهب إلى المعاصي وتظن فيها السعادة والمتعة ، وتفتر عن الطاعات والعبادات ، قال تعالى : " قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا (١٠٣) الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا (١٠٤) أُولَئِكَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ وَلِقَائِهِ فَحَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فَلَا نُقِيمُ لَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَزَنًا (١٠٥) ذَلِكَ جَزَاؤُهُمْ جَهَنَّمَ بِمَا كَفَرُوا وَاتَّخَذُوا آيَاتِي وَرُسُلِي هُزُؤًا (١٠٦) سورة الكهف .

وقال : " أَقْمَنُ زَيْنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا فَإِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسْرَاتٍ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَصْنَعُونَ (٨) سورة فاطر .

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو قَالَ : قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : إِنَّ لِكُلِّ عَمَلٍ شَرَّةً ، وَلِكُلِّ شَرَّةٍ فِتْرَةً ، فَمَنْ كَانَتْ شَرَّتُهُ إِلَى سُنَّتِي ، فَقَدْ أَفْلَحَ ، وَمَنْ كَانَتْ فِتْرَتُهُ إِلَى غَيْرِ ذَلِكَ فَقَدْ هَلَكَ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (١٥٨/٢) (١٤٧٧) و"الْبَحَارِيُّ" (٥٢/٣) (١٩٧٨) و"النَّسَائِيُّ" ٢٠٩/٤ ، وَفِي "الكبرى" ٢٧٠٩ .

يقول حجاج بن الأسود القسمللي ، قال : سمعت قتادة ، يقول : " يا ابن آدم إن كنت تريد أن لا تأتي الخير إلا على نشاط ، فإن نفسك إلى السامة والفتور والكلل أقرب ، ولكن المؤمن هو العجاج ، والمؤمن هو المتوقفي ، والمؤمن هو المتشدد ، وإن المؤمنين هم الجائرون إلى الله عز وجل بالليل والنهار ، والله ما زال المؤمنون يقولون : ربنا ربنا ، في السر والعلانية حتى استجاب لهم " . أبو بكر الآجري : أدب النفوس ص ١٥ .

قال أبو حامد الخُلُقاني : قلت لأحمد بن حنبل: ما تقول في القصائد ؟. فقال:
 في مثل ماذا. قلت: مثل ما تقول:
 إذا ما قال لي ربِّي: * * * أما استحييت تعصيني
 وتخفي الذنب من غيري * * * وبالعصيان تأتيني؟
 فما قولي له لما * * * يعاتبني ويقصيني؟
 قال: فرد الباب وأخذ يبكي ويردها . نلبيس إبليس لابن الجوزي/٢١٨.

٢- الغفلة والتسويق :

قال تعالى : " إِنَّمَا التَّوْبَةُ عَلَى اللَّهِ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ يَتُوبُونَ
 مِنْ قَرِيبٍ فَأُولَئِكَ يَتُوبُ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا (١٧) وَلَيْسَتِ
 التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّى إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي تُبْتُ الْآنَ
 وَلَا الَّذِينَ يَمُوتُونَ وَهُمْ كُفَّارٌ أُولَئِكَ أَعْتَدْنَا لَهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا (١٨) سورة النساء .
 وَعَنْ عِكْرَمَةَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَا
 يَزْنِي الْعَبْدُ حِينَ يَزْنِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ وَلَا يَشْرَبُ الْخَمْرَ حِينَ يَشْرَبُهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ
 وَلَا يَسْرِقُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ وَلَا يَقْتُلُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ.
 فَقُلْتُ لِابْنِ عَبَّاسٍ : كَيْفَ يُنْزَعُ الْإِيمَانُ مِنْهُ قَالَ هَكَذَا وَشَبَّكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ ثُمَّ
 أَخْرَجَهَا فَإِنْ تَابَ عَادَ إِلَيْهِ هَكَذَا وَشَبَّكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ . أخرجه البخاري
 ١٩٧/٨ (٦٧٨٢) .

فمن عيوب النفس الغفلة والتواني والإصرار والتسويق وتقريب الأمل وتباعد
 الأجل.

قال أبو بكر : ألا ترون رحمكم الله إلى مولاكم الكريم ، يحثكم على تأديب
 نفوسكم وأهلكم ؟ ، فاعقلوا رحمكم الله عن الله عز وجل ، وألزموا أنفسكم
 علم ذلك . ثم اعلموا رحمكم الله أنه يلزمكم علم حالين لا بد منهما : علم
 معرفة النفس ، وقبح ما تدعوكم إليه ، مما تهواه وتلذه ، مضمرة لذلك ،
 وقائلة وفاعلة ، فواجب عليكم أن تزجروها عنه ، حتى لا تبلغوها ذلك .

والحال الثاني : علم كيف السياسة لها ؟ ، وكيف تراض ؟ ، وكيف تؤدب ؟ ،
فهذان الحالان لا بد لكل مسلم عاقل أن يطلب علمه حتى يعرف نفسه ،

ويعرف كيف يؤدبها . أبو بكر الآجري : أدب النفوس ص ١٣ .

قال الربيع بن سليمان ، سمعت الشافعي ، رحمه الله ينشد :
إِذَا مَا خَلَوْتَ الدَّهْرَ يَوْمًا * * * فَلَا تَقُلْ خَلَوْتُ وَلَكِنْ قُلْ عَلَيَّ رَقِيبٌ
وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ يَغْفُلُ سَاعَةً * * * وَلَا أَنْ مَا يَخْفَى عَلَيْهِ يَغِيبُ
غَفَلْنَا الْعُمْرَ وَاللَّهُ حَتَّى تَدَارَكَتْ * * * عَلَيْنَا ذُنُوبٌ بَعْدَهُنَّ ذُنُوبٌ
فَيَا لَيْتَ أَنْ اللَّهَ يَغْفِرَ مَا مَضَى * * * وَيَأْذَنَ فِي تَوْبَاتِنَا فَتَنْتُوبُ"

٣- التعلق بالدنيا ونسيان الآخرة :

قال تعالى : **كَلَّا بَلْ تُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ (٢٠) وَتَذَرُونَ الْآخِرَةَ (٢١) سورة القيامة**
، وقال سبحانه : **" بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (١٦) وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى (١٧)**
سورة الأعلى .

وقد ذم الله عز وجل الغافلين عن الآخرة العالمين بظاهر من الحياة الدنيا؛
وذلك في قوله تعالى: **" وَعَدَ اللَّهُ لَا يُخْلِفُ اللَّهُ وَعْدَهُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا**
يَعْلَمُونَ يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ " (الروم:٦،
٧).

قال السعدي : قد توجهت قلوبهم وأهواؤهم وإراداتهم إلى الدنيا
وشهواتها وحطامها، فعملت لها وسعت، وأقبلت بها وأدبرت، وغفلت عن
الآخرة. فلا الجنة تشاق إليها، ولا النار تخافها وتخشاها، ولا المقام بين
يدي الله ولقائه يروعها ويزعجها. وهذا علامة الشقاء، وعنوان الغفلة عن
الآخرة. ومن العجب أن هذا القسم من الناس قد بلغت بكثير منهم الفطنة
والذكاء في ظاهر الدنيا إلى أمر يحير العقول، ويدهش الأبواب. وأظهروا من
العجائب الذرية، والكهربائية والمراكب البحرية والهوائية ما فاقوا به،
وبرزوا، وأعجبوا بعقولهم، ورأوا غيرهم عاجزًا عما أقدرهم الله عليه.
فنظروا إليهم بعين الاحتقار والازدراء. وهم مع ذلك أبلد الناس في أمر

دينهم، وأشدّهم غفلة عن آخرتهم، وأقلهم معرفة بالعواقب؛ قد رآهم أهل البصائر النافذة في جهلهم يتخبطون، وفي ضلالهم يعمهون، وفي باطلهم يترددون، نسوا الله فأنساهم أنفسهم أولئك هم الفاسقون». تفسير السعدي: (٧٧، ٧٦/٤).

عن أبي هريرة ، قال: هَجَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نِسَاءَهُ - قَالَ شُعْبَةُ : وَأَحْسِبُهُ قَالَ : شَهْرًا - فَأَتَاهُ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ وَهُوَ فِي غُرْفَةٍ عَلَى حَصِيرٍ قَدْ أَثَرَ الْحَصِيرُ بِظَهْرِهِ ، فَقَالَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، كَسَرَى يَشْرَبُونَ فِي الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَأَنْتَ هَكَذَا ؟ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : إِنَّهُمْ عَجَّلَتْ لَهُمْ طَيِّبَاتُهُمْ فِي حَيَاتِهِمُ الدُّنْيَا . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢/٣٩٨ (٧٩٥٠) .

يلقى الإمام ابن القيم على هذا المثال بقوله: " فتأمل حسن هذا المثال، ومطابقته للواقع سواء؛ فإنها في خضرتها كشجرة، وفي سرعة انقضائها وقبضها شيئاً فشيئاً كالظل، والعبد مسافر إلى ربه، والمسافر إذا رأى شجرة في يوم صائف لا يحسن به أن يبني تحتها داراً، ولا يتخذها قراراً، بل يستظل بها بقدر الحاجة، ومتى زاد على ذلك انقطع عن الرفاق" . عدة الصابرين (ص ٢٨١، ٢٨٢).

عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مر بالسوق، داخلاً من بعض العوالي، والناس كنفتيه، فمر بجدي ميت أسك ، فتناوله وأخذ بأذنه، ثم قال: أيكم يحب أن هذا له بدرهم؟ قالوا: ما نحب أنه لنا بشي، ما ن صنع به؟ إنه لو كان حياً كان عيباً فيه أنه أسك. قال: «فوالله للدنيا أهون على الله من هذا عليكم" . رواه مسلم: (٣٩٥٧) والأسك: مقطوع الأذن أو صغيرها.

عن أنس بن مالك ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ؛ لِرَوْحَةٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ، أَوْ غَدَوَةٍ ، خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا ، وَلَقَابُ قَوْسٍ أَحَدِكُمْ مِنَ الْجَنَّةِ ، أَوْ مَوْضِعُ قَيْدٍ - يَعْنِي سَوْطُهُ - خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا ، وَلَوْ أَنَّ امْرَأَةً مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ اظَّلَعَتْ إِلَى أَهْلِ الْأَرْضِ ، لِأَضَاعَتْ مَا بَيْنَهُمَا ، وَلَمَلَّتْهُ رِيحًا ،

وَلَنَصِيفُهَا عَلَى رَأْسِهَا خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (١٤١/٣) (١٢٤٦٣) و(البخاري) (٢٠/٤) (٢٧٩٢).

قَالَ رَجُلٌ لِعَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ : يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ ! صِفْ لَنَا الدُّنْيَا . قَالَ : وَمَا أَصِفُ لَكَ مِنْ دَارٍ مِنْ صَحٍّ فِيهَا أَمْنٌ ، وَمِنْ سَقَمٍ فِيهَا نَدَمٌ ، وَمِنْ افْتَقَرٍ فِيهَا حَزَنٌ ، وَمِنْ اسْتَغْنَى فِيهَا فُتْنٌ ، حَالُهَا حِسَابٌ ، وَحَرَامُهَا عَذَابٌ ؟ !. ابن عبد البر : المجالسة وجواهر العلم ٢/٢٧٣.

قال الشاعر :

أَتَعْمَى عَنِ الدُّنْيَا وَأَنْتَ بَصِيرٌ * * * وَتَجْهَلُ مَا فِيهَا وَأَنْتَ خَبِيرٌ
وَتُصَيِّمُ تَبَنِيهَا كَأَنَّكَ خَالِدٌ * * * وَأَنْتَ غَدَاً عَمَّا بَنَيْتَ تَسِيرٌ
فَلَوْ كَانَ يَنْهَاكَ الَّذِي أَنْتَ عَارِفٌ * * * لَقَدْ كَانَ فِيهَا قَدْ بَلَوْتَ نَذِيرٌ
مَتَى أَبْصَرْتَ عَيْنَاكَ شَيْئًا فَلَمْ * * * يَكُنْ لَهُ مُخِيرٌ أَنَّ الْبَقَاءَ يَسِيرٌ
فَدُونَكَ فَاصْنَعْ كُلَّ مَا أَنْتَ صَانِعٌ * * * فَإِنَّ بَيُوتَ الْمُتَرَفِينَ قُبُورٌ

قال الحميدي ، قال : سَمِعْتُ سُفْيَانَ بْنَ عُيَيْنَةَ يَقُولُ : دَخَلَ هِشَامُ بْنُ عَبْدِ الْمَلِكِ الْكَعْبَةَ ، فَإِذَا بِسَالِمِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، فَقَالَ لَهُ : يَا سَالِمُ ! سَلْنِي حَاجَةً . فَقَالَ : إِنِّي : أَسْتَحْيِي مِنَ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى أَنْ أَسْأَلَ فِي بَيْتِ اللَّهِ غَيْرَ اللَّهِ . فَلَمَّا خَرَجَ خَرَجَ فِي إِثْرِهِ ، فَقَالَ لَهُ : الْآنَ قَدْ خَرَجْتَ ، فَسَلْنِي حَاجَةً ؟ فَقَالَ لَهُ سَالِمٌ : مِنْ حَوَائِجِ الدُّنْيَا أَمْ مِنْ حَوَائِجِ الْآخِرَةِ ؟ فَقَالَ : مِنْ حَوَائِجِ الدُّنْيَا . فَقَالَ لَهُ سَالِمٌ : أَمَا وَاللَّهِ مَا سَأَلْتُ الدُّنْيَا مِنْ يَمْلِكُهَا ؛ فَكَيْفَ أَسْأَلُ الدُّنْيَا مَنْ لَا يَمْلِكُهَا ؟ !. ابن عبد البر : المجالسة وجواهر العلم ١/٣٨٤.

في «الزهد» لابن المبارك: حدثنا معمر، عن هشام بن عروة، عن أبيه قال: قدم عمر رضي الله عنه الشام، فلتقاه الأمراء والعظماء، فقال: أين أخي أبو عبيدة؟ قالوا: يأتيك الآن، قال: فجاء على ناقه مخطومة بحبل، فسلم عليه، ثم قال للناس: انصرفوا عنا. فسار معه حتى أتى منزله، فنزل عليه، فلم يرَ في بيته إلا سيفه وترسه ورحله، فقال له عمر: لو اتخذت متاعاً، أو قال

شيئاً، فقال: يا أمير المؤمنين إن هذا سيبلغنا المقييل. راجع: سير أعلام النبلاء (١٦/١).

٤- الطمع وقلة الرضا :

فمن الآفات والأمراض القاتلة للنفس الطمع وقلة الرضا ، قال تعالى : " وَعَجِلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى (٨٤) سورة طه ، وقال : " وَلَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَهُ الدِّينُ وَاصِبًا أَفَغَيْرَ اللَّهِ تَتَّقُونَ (٥٢) وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ ثُمَّ إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فَإِلَيْهِ تَجْأَرُونَ (٥٣) سورة النحل .

عَنِ الْحَسَنِ ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ يَأْخُذُ مِنْ أُمَّتِي خَمْسَ خِصَالٍ ، فَيَعْمَلُ بِهِنَّ ، أَوْ يَعْلَمُهُنَّ مَنْ يَعْمَلُ بِهِنَّ ؟ قَالَ : قُلْتُ : أَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ ، قَالَ : فَأَخَذَ بِيَدِي فَعَدَّهِنَّ فِيهَا ، ثُمَّ قَالَ : اتَّقِ الْمَحَارِمَ تَكُنْ عَبْدَ النَّاسِ ، وَارْضَ بِمَا قَسَمَ اللَّهُ لَكَ تَكُنْ أَغْنَى النَّاسِ ، وَأَحْسِنْ إِلَى جَارِكَ تَكُنْ مُؤْمِنًا ، وَأَحِبَّ لِلنَّاسِ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ تَكُنْ مُسْلِمًا ، وَلَا تُكْثِرِ الضَّحْكَ ، فَإِنَّ كَثْرَةَ الضَّحْكِ تُمِيتُ الْقَلْبَ . أخرجه أحمد (٣١٠/٢) ، رقم (٨٠٨١) ، والترمذي (٥٥١/٤) ، رقم (٢٣٣٠٥) الألباني في "السلسلة الصحيحة" ٢ / ٦٣٧ . وعن أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ وَلَكِنَّ الْغِنَى عَنِ النَّفْسِ . أخرجه أحمد (٣٨٩/٢) (٩٠٥٠) و"البخاري" ١١٨/٨ (٦٤٤٦) و"الترمذي" ٢٣٧٣ .

قال أبو فراس:

إن الغني هو الغني بنفسه * * * ولو انه عاري المناكب حاف
ما كل ما فوق البسيطة كافيا * * * وإذا قنعت فبعض شيء كاف
وقال آخر :

النفس تجزع أن تكون فقيرة * * * والفقر خير من غناً يطغيها
وغنى النفوس هو الكفاف فإن أبت * * * فجميع ما في الأرض لا يكفيها
والطمع يؤدي إلى الشح والبخل وهما نتائج له ، وهما عيبان أيضاً من
عيوب النفس .

عن الأوزاعي، عن بلال بن سعد، أن أبا الدرداء رضي الله عنه قال: أعود بالله من تفرقة القلب. قيل: وما تفرقة القلب؟ قال: أن يجعل لي في كل واد مال. سيرة أعلام النبلاء: (٣٤٨/٢).

٥- الكبر والحسد :

قال الله تعالى: سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِنْ يَرَوْا آيَةً لَا يُؤْمِنُوا بِهَا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْغَيِّ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ (١٤٦) وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَلِقَاءِ الْآخِرَةِ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ هَلْ يُجْزَوْنَ إِلَّا مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (١٤٧) سورة الأعراف .

وَلَا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ [الشعراء: ٨٧-٨٩].

عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه ، قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبَرٍ ، وَلَا يَدْخُلُ النَّارَ ، يَعْنِي ، مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ إِيْمَانٍ ، قَالَ : فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ : إِنَّهُ يُعْجِبُنِي أَنْ يَكُونَ ثَوْبِي حَسَنًا ، وَنَعْلِي حَسَنَةً ؟ قَالَ : إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْجَمَالَ ، وَلَكِنَّ الْكِبَرَ مَنْ بَطَرَ الْحَقَّ ، وَغَمَصَ النَّاسَ . أخرجه أحمد ٤١٢/١ (٣٩١٣) و"مسلم" ١٥/١ (١٧٩) و"أبو داود" ٤٠٩١ وابن ماجه (٥٩ و ٤١٧٣) .

عن ضمرة بن ثعلبة، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا يزال الناس بخير ما لم يتحاسدوا". أخرجه الطبراني (٣٠٩/٨ ، رقم ٨١٥٧) . قال الهيثمي (٧٨/٨) : رجاله ثقات، السلسلة الصحيحة ١٧٢/٩ .

وروى الشيخان عن أنس أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «لا تباغضوا، ولا تحاسدوا ولا تدابروا ولا تقاطعوا وكونوا عباد الله إخواناً». [البخاري حديث ٦٠٧٦، ومسلم حديث ٢٥٥٩].

قال الشافعي :

لَمَّا عَفَوْتُ وَلَمْ أَحْقِدْ عَلَى أَحَدٍ ** أَرَحْتُ نَفْسِي مِنْ هَمِّ الْعَدَاوَاتِ
إِنِّي أَحِبُّي عَدُوِّي عِنْدَ رُؤْيَيْهِ ** لِأَدْفَعِ الشَّرَّ عَنِّي بِالتَّحِيَّاتِ
وَأُظْهِرَ الْبَشَرَ لِلْإِنْسَانِ أَبْغَضُهُ ** كَأَنَّمَا قَدْ حَشَى قَلْبِي مَحَبَّاتِ
النَّاسِ دَاءٌ دَوَاءُ النَّاسِ قُرْبُهُمْ ** وَفِي اعْتِزَالِهِمْ قَطْعُ الْمَوَدَّاتِ

قال ابن القيم : " أركان الكفر أربعة: الكبر والحسد والغضب والشهوة. فالكبر يمنع الانقياد، والحسد يمنع قبول النصيحة وبذلها، والغضب يمنع العدل، والشهوة تمنع التفرغ للعبادة. فإذا انهدم ركن الكبر سهل عليه الانقياد، وإذا انهدم ركن الحسد سهل عليه قبول النصح وبذله، وإذا انهدم ركن الغضب سهل عليه العدل والتواضع، وإذا انهدم ركن الشهوة سهل عليه الصبر والعفاف والعبادة. الفوائد 170.

وقال فرقد السبخي قال قرأت في التوراة أمهات الخطايا ثلاث أول ذنب عصي الله به الكبر والحسد والحرص فاستل من هؤلاء الثلاث ست فصاروا تسعا الشبع والنوم والراحة وحب المال وحب الجماع وحب الرياسة . حلية الأولياء 15/3.

قال الشاعر :

إذا أفادك إنسان بفائدة * * * من العلوم فأدمن شكره أبدا
وقل فلان جزاه الله صالحة * * * أفادنيها وألق الكبر والحسد
رؤي عن عمر بن الخطاب أنه قال: (مَنْ أَصْلَحَ سِرِيرَتَهُ أَصْلَحَ اللَّهُ تَعَالَى
عَلَانِيَتَهُ.

٦- الاشتغال بعيوب الناس :

فمن عيوب النفس اشتغالها بعيوب الناس عما بها من عيوب . قال سبحانه :
" يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا
نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا

بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ
(١١) سورة الحجرات .

عَنْ نَافِعٍ عَنْ ابْنِ عُمَرَ قَالَ: صَعِدَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمِنْبَرَ فَنَادَى بِصَوْتٍ رَفِيعٍ فَقَالَ يَا مَعْشَرَ مَنْ قَدْ أَسْلَمَ بِلِسَانِهِ وَلَمْ يُفِضْ الْإِيمَانَ إِلَى قَلْبِهِ لَا تُؤْذُوا الْمُسْلِمِينَ وَلَا تُعَيِّرُوهُمْ وَلَا تَتَّبِعُوا عَوْرَاتِهِمْ فَإِنَّهُ مَنْ تَتَّبَعَ عَوْرَةَ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ تَتَّبَعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ وَمَنْ تَتَّبَعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ يَفْضَحْهُ وَلَوْ فِي جَوْفِ رَحْلِهِ.

قَالَ وَنَظَرَ ابْنُ عُمَرَ يَوْمًا إِلَى الْبَيْتِ أَوْ إِلَى الْكَعْبَةِ فَقَالَ مَا أَعْظَمَكَ وَأَعْظَمَ حُرْمَتَكَ وَالْمُؤْمِنُ أَعْظَمُ حُرْمَةً عِنْدَ اللَّهِ مِنْكَ. أَخْرَجَهُ التِّرْمِذِيُّ (٢٠٣٢).

وَعَنْ أَبِي الطُّفَيْلِ عَامِرِ بْنِ وَائِلَةَ : أَنَّ رَجُلًا مَرَّ عَلَى قَوْمٍ فَسَلَّمَ عَلَيْهِمْ ، فَرَدُّوا عَلَيْهِ السَّلَامَ ، فَلَمَّا جَاوَزَهُمْ قَالَ رَجُلٌ مِنْهُمْ : وَاللَّهِ إِنِّي لِأُبْغِضُ هَذَا فِي اللَّهِ ، فَقَالَ أَهْلُ الْمَجْلِسِ : بئسَ وَاللَّهِ مَا قُلْتَ ، أَمَا وَاللَّهِ لَنُنَبِّئَنَّكَ ، فَمُ يَا فَلَانُ ، رَجُلًا مِنْهُمْ ، فَأَخْبَرَهُ ، قَالَ : فَأَدْرَكَهُ رَسُولُهُمْ ، فَأَخْبَرَهُ بِمَا قَالَ ، فَانْصَرَفَ الرَّجُلُ حَتَّى أَتَى رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَقَالَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، مَرَرْتُ بِمَجْلِسٍ مِنَ الْمُسْلِمِينَ فِيهِمْ فَلَانٌ ، فَسَلَّمْتُ عَلَيْهِمْ فَرَدُّوا السَّلَامَ ، فَلَمَّا جَاوَزْتُهُمْ أَدْرَكَنِي رَجُلٌ مِنْهُمْ فَأَخْبَرَنِي أَنَّ فَلَانًا قَالَ : وَاللَّهِ إِنِّي لِأُبْغِضُ هَذَا الرَّجُلَ فِي اللَّهِ ، فَادْعُهُ فَسَلِّهِ عِلَامَ يُبْغِضُنِي ؟ فَدَعَاهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَأَلَهُ عَمَّا أَخْبَرَهُ الرَّجُلُ ، فَاعْتَرَفَ بِذَلِكَ وَقَالَ : قَدْ قُلْتَ لَهُ ذَلِكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : فَلِمَ تُبْغِضُهُ ؟ قَالَ : أَنَا جَارُهُ وَأَنَا بِهِ خَابِرٌ ، وَاللَّهِ مَا رَأَيْتُهُ يُصَلِّيُ صَلَاةً قَطُّ إِلَّا هَذِهِ الصَّلَاةُ الْمَكْتُوبَةُ الَّتِي يُصَلِّيُهَا الْبِرُّ وَالْفَاجِرُ ، قَالَ الرَّجُلُ : سَلِّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ : هَلْ رَأَيْتَ قَطُّ أَخْرَجْتُهَا عَنْ وَقْتِهَا ، أَوْ أَسَأْتُ الْوُضُوءَ لَهَا ، أَوْ أَسَأْتُ الرُّكُوعَ وَالسُّجُودَ فِيهَا ؟ فَسَأَلَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ ذَلِكَ ، فَقَالَ : لَا ، ثُمَّ قَالَ : وَاللَّهِ مَا رَأَيْتُهُ يَصُومُ قَطُّ إِلَّا هَذَا الشَّهْرَ الَّذِي يَصُومُهُ الْبِرُّ وَالْفَاجِرُ ؟ قَالَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ هَلْ رَأَيْتَ قَطُّ أَفْطَرْتُ فِيهِ ، أَوْ انْتَقَصْتُ مِنْ حَقِّهِ شَيْئًا ؟ فَسَأَلَهُ

رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ : لَا ، ثُمَّ قَالَ : وَاللَّهِ مَا رَأَيْتُهُ يُعْطِي سَائِلًا قَطُّ ، وَلَا رَأَيْتُهُ يُنْفِقُ مِنْ مَالِهِ شَيْئًا فِي شَيْءٍ مِنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِخَيْرٍ ، إِلَّا هَذِهِ الصَّدَقَةُ الَّتِي يُؤَدِّيهَا الْبَرُّ وَالْفَاجِرُ ، قَالَ : فَسَلُّهُ يَا رَسُولَ اللَّهِ هَلْ كَتَمْتُ مِنَ الزَّكَاةِ شَيْئًا قَطُّ ، أَوْ مَا كَسْتُ فِيهَا طَالِبَهَا ؟ قَالَ : فَسَأَلَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ ذَلِكَ فَقَالَ : لَا ، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : قُمْ إِنْ أَدْرِي لَعَلَّهُ خَيْرٌ مِنْكَ . مسند أحمد (٧ / ٨٥٦) (٢٣٨٠٣) ٢٤٢١٣ - صححه إسناده العراقي في تخريج أحاديث إحياء علوم الدين (٣ / ١٤٥ - بهامش الإحياء) .

عَنْ أُمِّ مُوسَى ، قَالَتْ : سَمِعْتُ عَلِيًّا يَقُولُ : أَمَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ابْنَ مَسْعُودٍ فَصَعِدَ عَلَى شَجَرَةٍ ، أَمَرَهُ أَنْ يَأْتِيَهُ مِنْهَا بِشَيْءٍ ، فَنَظَرَ أَصْحَابُهُ إِلَى سَاقِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ ، حِينَ صَعِدَ الشَّجَرَةَ ، فَضَحِكُوا مِنْ حُمُوشَةِ سَاقِيهِ ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : مَا تَضْحَكُونَ ؟! لَرَجُلٍ عَبْدٍ لِلَّهِ أَثْقَلُ فِي الْمِيزَانِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ أَحَدٍ .

- وفي رواية : عَنْ أُمِّ مُوسَى ، قَالَتْ : ذَكَرَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْعُودٍ عِنْدَ عَلِيٍّ ، فَذَكَرَ مِنْ فَضْلِهِ ، ثُمَّ قَالَ : لَقَدْ ارْتَقَى مَرَّةً شَجَرَةً ، أَرَادَ أَنْ يَجْتَنِي لِأَصْحَابِهِ ، فَضَحِكَ أَصْحَابُهُ مِنْ دِقَّةِ سَاقِهِ ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : مَا تَضْحَكُونَ ؟! فَلَهُوَ أَثْقَلُ فِي الْمِيزَانِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ أَحَدٍ . أخرجه أحمد ١١٤/١ (٩٢٠) و"البخاري" ، في "الأدب المفرد" ٣٣٧ .

عن عطية بن عامر رضي الله عنه (قلت يا رسول الله: ما النجاة؟ قال: أمسك عليك لسانك وليسعك بيتك وابك على خطيئتك) [رواه الترمذ بإسناد وحسنه] .

قال الشافعي :

إِذَا شِئْتَ أَنْ تَحْبِيَ سَلِيمًا مِنَ الْأَذَى *** وَحَظُّكَ مَوْفُورٌ وَعَرْضُكَ صَبِيْنٌ
لِسَانُكَ لَا تَذْكُرْ بِهِ عَوْرَةَ امْرِئٍ *** فَكُلُّكَ عَوْرَاتٌ وَلِلنَّاسِ أَلْسُنٌ
وَعَيْنُكَ إِنْ أَبَدْتَ إِلَيْكَ مَعَايِبًا *** لِقَوْمٍ فَقَلَّ يَا عَيْنُ لِلنَّاسِ أَعْيُنٌ
فَصَاحِبٌ بِمَعْرُوفٍ وَسَامِعٌ مِنْ أَعْتَدَى *** وَفَارَقَ وَلَكِنْ بِالتَّيِّبِ هِيَ أَحْسَنُ

خامسا : وسائل تزكية النفس :

تزكية النفس يكون بتطهيرها من الفساد الذي يخالط النفوس ، وتنميتها بالخيرات والبركات، ويتحقق ذلك كله بفعل الخيرات وترك المنكرات والإيمان بالله.

والنفس الزكية التي تطهرت وفق شرع الله هي النفس الطيبة التي تستحق في الدنيا الأوصاف المحمودة ، وفي الآخرة الأجر والمثوبة.

قال تعالى : "وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (٨) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (١٠) سورة الشمس.

يقول ابن كثير رحمه الله "قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا . وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا " يحتمل أن يكون المعنى: قد أفلح من زكى نفسه، أي: بطاعة الله -كما قال قتادة- وطهرها من الأخلاق الدنيئة والردائل. ويروى نحوه عن مجاهد، وعكرمة، وسعيد بن جبير، ودساها أي: دسها، أي: أخلها ووضع منها بخذلائه إياها عن الهدى، حتى ركب المعاصي وترك طاعة الله عز وجل.

وقد يحتمل أن يكون المعنى: قد أفلح من زكى الله نفسه، وقد خاب من دسى الله نفسه، كما قال العوفي وعلي بن أبي طلحة، عن ابن عباس. انظر: تفسير ابن كثير ٤١٢/٨.

ولقد كان الهدف من بعثة النبي صلى الله عليه وسلم هداية الناس وتزكية نفوسهم وإقامتهم على طريق الله المستقيم ، قال عز وجل : " هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ (٢) سورة الجمعة .

وتزكية النفس سبب للفلاح والنجاح ، قال سبحانه : " قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى " [الأعلى: ١٤-١٥].

وتزكية النفس سبب الفوز بالدرجات العلى ، والنعيم المقيم ، قال عز وجل : " وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَى * جَنَّاتُ

عَدَنْ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا ذَلِكَ جَزَاءُ مَنْ تَزَكَّى " (طه : ٧٥-٧٦).

قال لقمان الحكيم لابنه : (يا بني إن الإيمان قائد، والعمل سائق، والنفس حرون؛ فإن فتر سائقها ضلّت عن الطريق، وإن فتر قائدها حرنت، فإذا اجتمعا استقامتا. إن النفس إذا أطمعت طمعت، وإذا فوّضت إليها أساءت، وإذا حملتها على أمر الله صلحت، وإذا تركت الأمر إليها فسدت؛ فاحذر نفسك، واتهمها على دينك، وأنزلها منزلة من لا حاجة له فيها، ولا بُدّ له منها. وإن الحكيم يذلّ نفسه بالمكاره حتى تعترف بالحق، وإنّ الأحمق يخيّر نفسه في الأخلاق: فما أحبّت منها أحبّ وما كرهت منها كره). انظر: ذم الهوى لابن الجوزي (٤٠).

قال الشاعر:

يا متعب الجسم كم تسعى لخدمته :: أتعبت جسمك فيما فيه خسران

أقبل على الروم واستكمل فضائلها :: فأنت بالروم لا بالجسم إنسان

فالعاقل هو من يغدو إلى تزكية نفسه وتطهيرها من المعاييب والشوائب ، عَنْ أَبِي مَالِكٍ الْأَشْعَرِيِّ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ شَطْرُ الْإِيمَانِ ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُ الْمِيزَانَ ، وَالتَّسْبِيحُ وَالتَّكْبِيرُ مِلءُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ، وَالصَّلَاةُ نُورٌ ، وَالزَّكَاةُ بُرْهَانٌ ، وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ ، وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ ، كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو ، فَبَائِعٌ نَفْسَهُ فَمُعْتِقُهَا ، أَوْ مُوبِقُهَا. أخرجه ابن ماجه (٢٨٠) و"النسائي" ٥/٥ ، وفي "الكبرى" ٢٢٢٨ و٩٩٢٥ و"ابن حبان" ٨٤٤.

وَعَنِ النُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ ، قَالَ : سَمِعْتُهُ يَقُولُ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ ، وَأَهْوَى النُّعْمَانُ بِإِصْبَعِيهِ إِلَى أُذُنَيْهِ: إِنَّ الْحَلَالَ بَيِّنٌ ، وَإِنَّ الْحَرَامَ بَيِّنٌ ، وَبَيْنَهُمَا مُشْتَبِهَاتٌ ، لَا يَعْلَمُهُنَّ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، فَمَنْ اتَّقَى الشُّبُهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعَرْضِهِ ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وَقَعَ فِي الْحَرَامِ ، كَالرَّاعِي يَرْعَى حَوْلَ الْحِمَى ، يُوشِكُ أَنْ يَرْتَعَ فِيهِ ، أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمًى ، أَلَا وَإِنَّ حِمَى اللَّهِ مَحَارِمُهُ ، أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً ، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ

الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ . أَخْرَجَهُ "أَحْمَد" ٢٦٩/٤ (١٨٥٥٨) و"الْبُخَارِيُّ" ٢٠/١ (٥٢) و"مُسْلِم" ٥٠/٥ (٤١٠١) .

لذا فقد حرص النبي صلى الله عليه وسلم على تنبيه الناس إلى وجوب تركية النفس وإنقاذها من الوقوع في المهالك التي تؤدي إلى دخول النار وإلى غضب الجبار ، وكان صلى الله عليه وسلم يبدأ في ذلك بأقرب الناس إليه ؛ عشيرته وأهله ، فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، قَالَ : لَمَّا نَزَلَتْ هَذِهِ الْآيَةُ : (وَأَنْذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ) دَعَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قُرَيْشًا ، فَعَمَّ وَخَصَّ ، فَقَالَ : يَا مَعْشَرَ قُرَيْشٍ ، أَنْقِذُوا أَنْفُسَكُمْ مِنَ النَّارِ ، يَا مَعْشَرَ بَنِي كَعْبِ بْنِ لُؤَيٍّ ، أَنْقِذُوا أَنْفُسَكُمْ مِنَ النَّارِ ، يَا مَعْشَرَ بَنِي عَبْدِ مَنَافٍ ، أَنْقِذُوا أَنْفُسَكُمْ مِنَ النَّارِ ، يَا مَعْشَرَ بَنِي هَاشِمٍ ، أَنْقِذُوا أَنْفُسَكُمْ مِنَ النَّارِ ، يَا بَنِي عَبْدِ الْمُطَّلِبِ ، أَنْقِذُوا أَنْفُسَكُمْ مِنَ النَّارِ ، يَا فَاطِمَةُ بِنْتُ مُحَمَّدٍ ، أَنْقِذِي نَفْسَكَ مِنَ النَّارِ ، فَإِنِّي وَاللَّهِ مَا أَمْلِكُ لَكُمْ مِنَ اللَّهِ شَيْئًا ، إِلَّا أَنْ لَكُمْ رَحِمًا سَابِلُهَا بَبَالُهَا . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٣٣٣/٢ (٨٣٨٣) و"الْبُخَارِيُّ" فِي "الْأَدَبِ الْمَفْرُودِ" ٤٨ و"مُسْلِم" ٤٢١ .

بل وأرشدنا صلى الله عليه وسلم في زمان الفتن ، وحينما تختلط الأمور على العاقل الحليم عليه أن يهتم بتربية وتركية نفسه ؛ فإن في ذلك صلاحاً وإنقاذاً لها ، عَنْ عِكْرِمَةَ ، قَالَ : حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ . قَالَ : بَيْنَمَا نَحْنُ حَوْلَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، إِذْ ذَكَرَ الْفِتْنَةَ ، فَقَالَ : إِذَا رَأَيْتُمُ النَّاسَ قَدْ مَرَجَتْ عُهُودُهُمْ ، وَخَفَّتْ أَمَانَتُهُمْ ، وَكَانُوا هَكَذَا ، وَشَبَّكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ . قَالَ : فَقُمْتُ إِلَيْهِ . فَقُلْتُ : كَيْفَ أَفْعَلُ عِنْدَ ذَلِكَ ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ ؟ قَالَ : الزَّمْ بَيْتَكَ ، وَامْلِكْ عَلَيْكَ لِسَانَكَ ، وَخُذْ بِمَا تَعْرِفُ ، وَدَعْ مَا تُنْكِرُ ، وَعَلَيْكَ بِأَمْرِ خَاصَّةٍ نَفْسِكَ ، وَدَعْ عَنْكَ أَمْرَ الْعَامَّةِ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢١٢/٢ (٦٩٨٧) و"أَبُو دَاوُدَ" ٤٣٤٣ و"النَّسَائِيُّ" فِي "عَمَلِ الْيَوْمِ وَاللَّيْلَةِ" ٢٠٥ .

يقول زهير بن أبي سلمى:

وَمَنْ يَخْتَرِبُ يَحْسِبْ عَدُوًّا صَدِيقَهُ * * * وَمَنْ لَا يَكْرُمُ نَفْسَهُ لَا يَكْرُمُ
وَمَهْمَا تَكُنْ عِنْدَ امْرِءٍ مِنْ خَلِيقَةٍ * * * وَإِنْ خَالَهَا تَخْفَى عَلَى النَّاسِ تَعْلَمُ

قَالَ وَهَيْبُ بْنُ الْوَرْدِ : إِنَّ مِنْ صَلَاحِ نَفْسِي ؛ مَعْرِفَتِي بِفَسَادِهَا ، وَكَفَى بِالْمَرْءِ شَرًّا ؛ يَعْرِفُ مِنْ نَفْسِهِ فُسَادًا ثُمَّ يُقِيمُ عَلَيْهِ ، وَبِئْسَ مَنْزِلٌ مُتَحَوِّلٌ مِنْ ذَنْبٍ إِلَى غَيْرِ تَوْبَةٍ . ابن عبد البر : المجالسة وجواهر العلم 1/5: 146.
قال الشاعر :

إني ابتليت بأربع ما سلطوا * * * إلا لشدة شقوتي وعنائِي
إبليس والدنيا ونفسي والهوى * * * كيف الخلاص فكلهم أعدائي
تنقسم تركيبة النفس إلى قسمين رئيسيين هما: التحلية، والتخلية.
فالتخلية: يقصد بها تطهير النفس من أمراضها وأخلاقها الرذيلة.
وأما التحلية: فهي ملؤها بالأخلاق الفاضلة وإحلالها محل الأخلاق الرذيلة بعد أن خليت منها.
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....
وأما الأخلاق الفاضلة فكالتموحيـد والإخلاص والصبر، والتوكل والإجابة، 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 بـ لازم شرعاً.
قال البوصيري :

والنفس كالطفل إن تهمله شب على **** حب الرضاع وإن تطفمه ينفطم
وجاهد النفس والشيطان واعصهما **** وإن هما محضاك النصح فاتهم
فاصرف هواها وحاذر أن توليه **** إن الهوى ما تولي يصم أو يبصم
وراعها وهي في الأعمال سائمة **** وغن هي استحلت المرعى فلا تسم
وكم حسنت لذة للمرء قاتلة **** من حيث لم يدر أن السم في الدسم
ولقد اهتم السلف الصالح بتركية النفوس ، واعتنوا 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 ثانيا كتب العقيدة .

كما قال الإسماعيلي (ت ٣٧١هـ) في اعتقاد أهل السنة (ص ٣٥) : ((ويرون مجانبة البدعة والآثام ، والفخر ، والتكبر ، والعجب ، والخيانة ، والدغل ، والاعتغال ، والسعاية ، ويرون كف الأذى ، وترك الغيبة ، إلا لمن أظهر بدعة وهوى يدعو إليهما ، فالقول فيه ليس بغيبة عندهم)) .

ووسائل تزكية النفس وإصلاحها كثيرة ومتنوعة منها :

١- الخوف من الله تعالى :

قال تعالى : " وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ (١٣٥) أُولَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ (١٣٦) سورة آل عمران .

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم الإحسان أن تعمل لله كأنك تراه فإنك إن لا تراه فإنه يراك . أخرجه أحمد ٢٨/١ (١٩١) و(البخاري) في "خلق أفعال العباد" ٢٦ و"مسلم" ٢٨/١ (١).

فالمسلم يحتاج إلى تزكية نفسه بالخوف من الله تعالى في كل وقت؛ قال تعالى: " إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُوا اللَّهَ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٧٥) سورة آل عمران.

وأمر الله تعالى بالخوف منه وجعله شرطاً في الإيمان ،قال تعالى: " اذْكُرُوا نِعْمَتِيَ الَّتِي أَنْعَمْتُ عَلَيْكُمْ وَأَوْفُوا بِعَهْدِي أَوْفِ بِعَهْدِكُمْ وَإِيَّايَ فَارْهَبُونِ (٤٠) سورة البقرة.

قال ابن القيم رحمه الله: "ومن منازل إياك نعبد وإياك نستعين منزلة الخوف، وهي من أجل منازل الطريق وأنفعها للقلب، وهي فرض على كل أحد".

وقال أيضاً: "القلب في سيره إلى الله عز وجل بمنزلة الطائر؛ فالمحبة رأسه، والخوف والرجاء جناحاه؛ فمتى سلم الرأس والجناحان؛ فالطائر جيد الطيران، ومتى قطع الرأس؛ مات الطائر، ومتى فقد الجناحان؛ فهو عرضة لكل صائد وكاسر". راجع: مدارج السالكين لابن القيم (١ / ٥١٧).

والخائف من الله تعالى أجره عظيم ومنزلته رفيعة: قال تعالى: **"وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّاتٌ (٤٦) سورة الرحمن .**

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " ثَلَاثُ مُنْجِيَّاتٍ، وَثَلَاثُ مُهْلِكَاتٍ، فَأَمَّا الْمُنْجِيَّاتُ: فَتَقْوَى اللَّهِ فِي السِّرِّ وَالْعَلَانِيَةِ، وَالْقَوْلُ بِالْحَقِّ فِي الرِّضَا وَالسُّخْطِ، وَالْقَصْدُ فِي الْغِنَى وَالْفَقْرِ، وَأَمَّا الْمُهْلِكَاتُ: فَهَوَى مُتَّبِعٌ، وَشَحٌّ مُطَاعٌ، وَإِعْجَابُ الْمَرْءِ بِنَفْسِهِ، وَهِيَ أَشَدُّهُنَّ " البيهقي: شعب الإيمان ٣٩٦/٩. الألباني في "السلسلة الصحيحة" ٤ / ٤١٣.

وعن عطاء قال: " دخلتُ على فاطمة بنت عبد الملك بعد وفاة عمر بن عبد العزيز ، فقلت لها : يا بنت عبد الملك ، أخبريني عن أمير المؤمنين ، قالت : " أفعل، ولو كان حيًّا ما فعلت ! إن عمر رحمه الله كان قد فرغ نفسه وبدنه للناس ، كان يقعد لهم يومه ، فإن أمسى وعليه بقية من حوائج يومه وصله بليله ، إلى أن أمسى مساء وقد فرغ من حوائج يومه ، فدعا بسراجيه الذي كان يسرج له من ماله ، ثم قام فصلى ركعتين ، ثم أقعى واضعاً رأسه على يده تتسائل دموعه على خده ، يشهق الشهقة فأقول : قد خرجت نفسه ، وانصدعت كبده ، فلم يزل كذلك ليلته حتى برق له الصبح ، ثم أصبح صائماً ، قالت: فدنوت منه. فقلت : " يا أمير المؤمنين ، رأيت شيئاً منك البارحة ما رأيته قبل ذلك ، فما كان منك ؟ " قال: " أجل، فدعيني وشأني وعليك بشأنك " ، قالت: فقلت له : " إني أرجو أن أتعط " ، قال: " إذن أخبرك، أني نظرت إليّ فوجدتني قد وليت أمر هذه الأمة صغيرها وكبيرها ، وأسودها وأحمرها ، ثم ذكرت الغريب الضائع ، والفقير المحتاج ، والأسير المفقود وأشباههم في أقاصي البلاد وأطراف الأرض ، فعلمت أن الله سألني عنهم ، فخفت على

نفسى خوفاً دمعت له عيناى ، ووجل له قلبي ، فأنا كلما ازدددت لها ذكراً
ازددت لهذا وجلاً ، وقد أخبرتك فاتعظي الآن أو دعي " .

وكان توبة بن الصمة محاسباً لنفسه ، فحاسبها يوماً فرأى أن عمره قد بلغ
ستين سنة ، فحسب أيامها ، فإذا هي أحد وعشرون ألف يوم وخمسمائة يوم ،
فصرخ وقال : " يا ويلت ! ألقى الله بواحد وعشرين ألف ذنب ! فكيف وفي كل
يوم عشرة آلاف ذنب ؟ " ، ثم خرّ مغشياً عليه ، فحركوه فإذا هو ميت ،
فسمعوا قائلاً يقول : " يا لها من ركضة إلى الفردوس الأعلى " . إحياء علوم
الدين ٤ / ٤٠٦ .

قال الشاعر :

حاسبنت نفسي لم أجد لي صالحاً * * * إلا رجائي رحمة الرحمن
ووزنت أعمالي علي فلم أجد * * * في الأمر إلا خفة الميزان
وظلمت نفسي في أموري كلها * * * وبجي إذا من وقفة الديان
يارب إن لم ترض إلا ذا تقى * * * من للمسيء المذنب الحيران
نوم الحمام على الغصون شجاني * * * ورأى العزول صابتي فبكاني
نوم الحمام ينوم من ألم النوى * * * وأنا أنوم مخافة الديان

٢- التوبة والإنابة :

قال تعالى : " وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا
رَحِيمًا (١١٠) وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَى نَفْسِهِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا
حَكِيمًا (١١١) وَمَنْ يَكْسِبْ خَطِيئَةً أَوْ إِثْمًا ثُمَّ يَرْمِ بِهِ بَرِيئًا فَقَدِ احْتَمَلَ بُهْتَانًا
وَإِثْمًا مُبِينًا (١١٢) سورة النساء .

قال تعالى : " قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ
اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ (٥٣) وَأَنِيبُوا إِلَى رَبِّكُمْ
وَأَسْلُمُوا لَهُ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنصَرُونَ (٥٤) سورة الزمر .

عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : كان رجلٌ
يسرف على نفسه ، فلما حضره الموت قال لبيته إذا أنا مت فأحرقوني ثم

اَطْحَنُونِي ثُمَّ ذَرُونِي فِي الرِّيحِ ، فَوَاللَّهِ لَنَنْ قَدَرَ عَلَى رَبِّي لِيُعَذِّبَنِي عَذَابًا مَا عَذَّبَهُ أَحَدًا . فَلَمَّا مَاتَ فُعِلَ بِهِ ذَلِكَ ، فَأَمَرَ اللَّهُ الْأَرْضَ ، فَقَالَ اجْمَعِي مَا فِيكَ مِنْهُ . فَفَعَلَتْ فَإِذَا هُوَ قَائِمٌ ، فَقَالَ مَا حَمَلَكَ عَلَى مَا صَنَعْتَ قَالَ يَا رَبِّ ، خَشِيتُكَ . فَغَفَرَ لَهُ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢/٢٦٩ (٧٦٣٥) . و"البُخَارِيُّ" ٤/٢١٤ (٣٤٨١) و"مسلم" ٩٧/٨ .

عَنْ عَمْرِو بْنِ عُتْبَةَ ؛ قَالَ : كَانَ أَبُونَا لَا يَرْفَعُ الْمَوَاعِظَ عَنْ أَسْمَاعِنَا إِذَا أَرَادَ سَفَرًا ؛ فَقَالَ : يَا بَنِي ! تَلَقَّوْا النِّعَمَ بِحُسْنِ مُجَاوَرَتِهَا وَالتَّمِسُوا الْمَزِيدَ فِيهَا بِالشُّكْرِ عَلَيْهَا . وَاعْلَمُوا أَنَّ النَّفْسَ أَقْبَلُ شَيْءٍ لَمَّا أُعْطِيَتْ ، فَاحْمِلُوهَا عَلَى مَطَايَاهَا إِذَا رَكِبْتُمْ ، وَأَنْ لَا تَسْبِقَ وَإِنْ تَقَدَّمَتْ ، نَجَا مَنْ هَرَبَ مِنَ النَّارِ ، وَأَدْرَكَ مَنْ سَابَقَ إِلَى الْجَنَّةِ . فَقَالَ الْأَصَاغِرُ : يَا أَبَانَا ! مَا هَذِهِ الْمَطِيَّةُ ؟ قَالَ : التَّوْبَةُ يَا بَنِي . ابن عبد البر : المجالسة وجواهر العلم ٤/٣٣٠ .

وعن أبي صالح قال: قال معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنه لضرار ابن ضمرة: صف لي علياً. فقال: أو تعفني يا أمير المؤمنين؟ قال: بل تصفه. لي قال: أو تعفني؟ قال: لا أعفيك. قال: أما إذ لا بد، فإنه والله كان بعيد المدى شديد القوى، يقول فصلاً، ويحكم عدلاً، يتفجر العلم من جوانبه، وتنطق الحكمة من نواحيه، يستوحش من الدنيا وزهرتها، ويستأنس بالليل وظلمته، كان والله غزير الدمعة، طويل الفكرة، يقلب كفه، ويخاطب نفسه، يعجبه من اللباس ما خشن، ومن الطعام ما جشِب - (أي ما غلظ أو ما كان بلا أدم) - كان والله كأحدنا؛ يجيبنا إذا سألناه، ويبتدينا إذا أتينا، ويأتينا إذا دعونا، ونحن والله مع تقريبه لنا وقربه منا لا نكلمه هيبة، ولا نبتيه لعظمته، فإن تبسم فعن مثل اللؤلؤ المنظوم، يعظم أهل الدين، ويحب المساكين، لا يطمع القوي في باطله، ولا ييأس الضعيف من عدله، فأشهد بالله لرايته في بعض مواقفه، وقد أرخى الليل سدوله، وغارت نجومه، وقد مثل في محرابه قابضاً على لحيته، يتململ تملل السليم - يعني القريض - ويكي بكاء الحزين، فكأنني أسمعوه وهو يقول: يا دنيا يا دنيا أبي تعرضت، أم لي تشوقت، هيهات

هيات، غُرِّي غيري؛ قد بتتك ثلاثاً، لا رجعة لي فيك، فعمرك قصير، وعيشك حقير، وخطرك كبير، آه من قلة الزاد، وبعد السفر، ووحشة الطريق. قال: فذرفت دموع معاوية رضي الله عنه، فما يملكها، وهو ينشفها بكمه، وقد اختنق القوم بالبكاء. ثم قال معاوية: رحم الله أبا الحسن؛ كان والله كذلك، فكيف حزنك عليه يا ضرار؟ قال: حزن من ذبح ولدها في حجرها، فلا ترقأ عبرتها، ولا تسكن حسرتها. انظر: غذاء الألباب، للسفاري: (٥٤٤/٣).

عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ بُرَيْدَةَ، عَنْ أَبِيهِ؛ جَاءَ مَاعِزُ بْنُ مَالِكٍ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، طَهَّرْنِي، فَقَالَ: وَيْحَكَ، ارْجِعْ فَاسْتَغْفِرِ اللَّهَ وَتُبْ إِلَيْهِ، قَالَ: فَرَجَعَ غَيْرَ بَعِيدٍ، ثُمَّ جَاءَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، طَهَّرْنِي، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: وَيْحَكَ، ارْجِعْ فَاسْتَغْفِرِ اللَّهَ وَتُبْ إِلَيْهِ، قَالَ: فَرَجَعَ غَيْرَ بَعِيدٍ، ثُمَّ جَاءَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، طَهَّرْنِي، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِثْلَ ذَلِكَ، حَتَّى إِذَا كَانَتِ الرَّابِعَةُ، قَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فِيمَ أَطَهَّرَكَ؟ فَقَالَ: مِنَ الزَّنا، فَسَأَلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَبِهْ جُنُونٌ؟ فَأُخْبِرَ أَنَّهُ لَيْسَ بِمَجْنُونٍ، فَقَالَ: أَشْرَبَ خَمْرًا؟ فَقَامَ رَجُلٌ فَاسْتَنَكَّه، فَلَمْ يَجِدْ مِنْهُ رِيحَ خَمَرٍ، قَالَ: فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَرْنَيْتَ؟ فَقَالَ: نَعَمْ، فَأَمَرَ بِهِ فَرُجِمَ، فَكَانَ النَّاسُ فِيهِ فِرْقَتَيْنِ، قَائِلٌ يَقُولُ: لَقَدْ هَلَكَ، لَقَدْ أَحَاطَتْ بِهِ خَطِيبَتُهُ، وَقَائِلٌ يَقُولُ: مَا تَوْبَةٌ أَفْضَلَ مِنْ تَوْبَةِ مَاعِزٍ، أَنَّهُ جَاءَ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَوَضَعَ يَدَهُ فِي يَدِهِ، ثُمَّ قَالَ: اقْتُلْنِي بِالْحِجَارَةِ، قَالَ: فَلَبِثُوا بِذَلِكَ يَوْمَيْنِ، أَوْ ثَلَاثَةً، ثُمَّ جَاءَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُمْ جُلُوسٌ، فَسَلَّمَ، ثُمَّ جَلَسَ، فَقَالَ: اسْتَغْفِرُوا لِمَاعِزِ ابْنِ مَالِكٍ، قَالَ: فَقَالُوا: غَفَرَ اللَّهُ لِمَاعِزِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَقَدْ تَابَ تَوْبَةً لَوْ قُسِمَتْ بَيْنَ أُمَّةٍ لَوْسِعَتْهُمْ. قَالَ: ثُمَّ جَاءَتْهُ امْرَأَةٌ مِنْ غَامِدٍ، مِنَ الْأَزْدِ، فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، طَهَّرْنِي، فَقَالَ: وَيْحَكَ، ارْجِعِي فَاسْتَغْفِرِي اللَّهَ وَتُوبِي إِلَيْهِ، فَقَالَتْ: أَرَأَيْكَ تُرِيدُ أَنْ تُرَدِّدَنِي كَمَا رَدَدْتَ مَاعِزَ بْنَ مَالِكٍ، قَالَ: وَمَا

ذَٰكَ ؟ قَالَتْ : إِنَّهَا حُبْلَى مِنَ الزَّانَا ، فَقَالَ : أَنْتِ ؟ قَالَتْ : نَعَمْ ، فَقَالَ لَهَا :
 حَتَّى تَضَعِي مَا فِي بَطْنِكَ ، قَالَ : فَكَفَلَهَا رَجُلٌ مِنَ الْأَنْصَارِ ، حَتَّى وَضَعَتْ ،
 قَالَ : فَأَتَى النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَقَالَ : قَدْ وَضَعَتِ الْغَامِذِيَّةُ ، فَقَالَ :
 إِذَا لَا نَرْجُمُهَا وَنَدَعِ وَلَدَهَا صَغِيرًا ، لَيْسَ لَهُ مِنْ يَرْضِعُهُ ، فَقَامَ رَجُلٌ مِنَ
 الْأَنْصَارِ ، فَقَالَ : إِلَيَّ رِضَاعُهُ يَا نَبِيَّ اللَّهِ ، قَالَ : فَرَجَمَهَا . أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ
 ١١٨/٥ (٤٤٥٠) و"أبو داود" ٤٤٣٣ و"النسائي" ، في "الكبرى" ٧١٣٥ و٧١٤٨ .

قال عبدالله بن المبارك:

رَأَيْتُ الذُّنُوبَ تَمِيتُ الْقُلُوبَ * * * وَقَدْ يورث الذل إدمانها

وترك الذنوب حياة القلوب * * * وخير لنفسك عصيانها

قال الشاعر :

وَإِذَا خَلَوْتَ بِرَبِيبَةٍ فِي ظِلْمَةٍ * * * وَالنَّفْسُ دَاعِيَةٌ إِلَى الطَّغْيَانِ

فَاسْتَحْيِ مِنْ نَظَرِ الْإِلَهِ وَقُلْ لَهَا * * * إِنَّ الَّذِي خَلَقَ الظَّلَامَ يَرَانِي

٣- حسن العبادة والتبتل :

قال تعالى : " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مِمَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا
 اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (١٨) وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ
 أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (١٩) لَا يَسْتَوِي أَصْحَابُ النَّارِ وَأَصْحَابُ الْجَنَّةِ
 أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمُ الْفَائِزُونَ (٢٠) سورة الحشر .

فالعبادة وحسن التبتل إلى الله تعالى بالعبادات المختلفة من صلاة وقيام
 وصيام وزكاة وصدقة وحج وذكر ودعاء وقراءة للقرآن من أهم وسائل
 تزكية النفس ، عَنْ أَبِي سَلَمَةَ ، قَالَ : حَدَّثَنِي رَبِيعَةُ بْنُ كَعْبٍ الْأَسْلَمِيُّ ،
 قَالَ: كُنْتُ أَبِيتُ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَأَتَيْتُهُ بِوَضُوءِهِ وَحَاجَتِهِ
 ، فَقَالَ لِي : سَلْ ، فَقُلْتُ : أَسْأَلُكَ مُرَافَقَتَكَ فِي الْجَنَّةِ . قَالَ : أَوْ غَيْرَ ذَلِكَ ؟ قُلْتُ
 : هُوَ ذَاكَ ، قَالَ : فَأَعِنِّي عَلَى نَفْسِكَ بِكَثْرَةِ السُّجُودِ . أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ ٥٢/٢ (١٠٣٩) .

عَنْ أَبِي صَالِحٍ ، قَالَ : سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ يَقُولُ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: قَالَ اللَّهُ ، عَزَّ وَجَلَّ : أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي ، إِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي ، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَأْ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَأْ خَيْرٍ مِنْهُمْ ، وَمَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شَبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا ، وَمَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا ، وَمَنْ جَاءَنِي يَمْشِي جِئْتُهُ مُهْرُولًا. أخرجه أحمد ٢/٢٥١ (٧٤١٦) و"البخاري" ٧٤٠٥ و"مسلم" ٦٩٠٢.

يروى أن بشراً الحافي مر على بيت فسمع فيه صوت الدفوف، والمزامير، والغناء! ففرع الباب، فخرجت إليه امرأة، قال لها: من صاحب هذا البيت؟ قالت: ماذا تريد منه؟ قال: أريد أن أعلم أعبد هو أم حر؟ قالت: لا بل هو حر، قال لها: أخبريه بأن بشراً الحافي يقول لك: إن كنت حراً فاصنع ما شئت، وإن كنت عبداً فلا تتصرف إلا بإذن سيدك. فضحكت المرأة وذهبت للرجل، وقالت: في الباب رجل مخبول! يقول: كذا وكذا، قال: كلا والله! هذا هو عين العقل، صدق، أنا عبد ولست حراً، أنا عبد لله عز وجل، وما عندي من مال ومتاع، لا يجوز لي أن أتصرف فيه إلا بإذن سيدي وهو الله تعالى، فتاب إلى الله تعالى، وكسر مزاميره، وطنابيره، وأقلع عما كان يفعله وأقبل على العبادة.

قال محمود الوراق:

قدم لنفسك توبةً مرجوةً * * * قبل الممات وقبل حبس الألسن
بادر بها علق النفوس فإنها * * * ذخرك وغنم للمنيب المحسن

٤- حب الله تعالى ورسوله ﷺ:

قال تعالى : " إِنْ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنْ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعَدًا عَلَيْهِ حَقًّا فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ وَالْقُرْآنِ وَمَنْ أَوْفَى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بَبَيْعِكُمُ الَّذِي بَايَعْتُمْ بِهِ وَذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ (١١١)

حب الله تعالى ورسوله المصطفى صلى الله عليه وسلم وإتباعهما أول وسائل تزكية النفس ، وهو حب يطغى على أي حب ، عَنْ أَبِي عَقِيلٍ ، زُهْرَةَ بْنِ مَعْبُدٍ ، أَنَّهُ سَمِعَ جَدَّهُ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ هِشَامٍ ، قَالَ : كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَهُوَ آخِذٌ بِيَدِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ ، فَقَالَ لَهُ عُمَرُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، لَأَنْتَ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ ، إِلَّا مِنْ نَفْسِي ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَا ، وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ ، حَتَّى أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْكَ مِنْ نَفْسِكَ ، فَقَالَ لَهُ عُمَرُ : فَإِنَّهُ الْآنَ ، وَاللَّهِ ، لَأَنْتَ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ نَفْسِي ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : الْآنَ يَا عُمَرُ .

- وفي رواية : كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَهُوَ آخِذٌ بِيَدِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، فَقَالَ : وَاللَّهِ ، لَأَنْتَ ، يَا رَسُولَ اللَّهِ ، أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ إِلَّا نَفْسِي ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى أَكُونَ عِنْدَهُ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ نَفْسِهِ ، فَقَالَ عُمَرُ : فَلَأَنْتَ الْآنَ ، وَاللَّهِ ، أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ نَفْسِي ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : الْآنَ يَا عُمَرُ . أخرجه أحمد ٢٣٣/٤ (١٨٢١١) والبخاري (١٦/٥) (٣٦٩٤).

لما وضع خبيب بن عدي على الخشبة ليصلب قال لكفار قريش : إن شئتم أن تتركوني أركع ركعتين قبل مصرعي فافعلوا ، ثم نظر إليه وهو يستقبل الكعبة ويصلي ركعتين يا لحسنيهما ويا لتمامهما ثم رآه وهو يقبل على زعماء القوم ويقول : والله لولا أن تظنوا أنني أطلت الصلاة جزعا من الموت لاستكثرت من الصلاة ، ثم شهد سعيد قومه وهم يمثلون بخبيب وهم يقولون له : أتحب أن يكون محمد مكانك وأنت ناج ، فيقول والدماء تنزف منه ، والله ما أحب أن أكون آمنا وادعا في أهلي وولدي ، وأن محمدا يوخز بشوكة ، ثم أنشد :

وَلَسْتُ أَبَالِي حِينَ أُقْتَلَ مُسْلِمًا * * * عَلَى أَيِّ شَقٍّ كَانَ فِيهِ اللَّهُ مُضْجِعِي
وَذَلِكَ فِي ذَاتِ الْإِلَهِ وَإِنْ يَشَأْ * * * يَبَارِكْ عَلَى أَوْصَالِ شِلْوٍ مَمَزَمٍ
فَلَسْتُ بِمُبْدٍ لِلْعَدُوِّ تَخْشَعًا * * * وَلَا جَزَعًا إِنِّي إِلَى اللَّهِ مَرْجِعِي

فحب الله تعالى ورسوله والحرص على الطاعة والانقياد لهما مما يزكي النفس ويطهرها. قال الشاعر :

خف الله وارجوه لكل عزيمة * * * ولا تطم النفس اللجوج فتندما
وكن بين هاتين من الخوف والرجا * * * وأبشر بعفو الله إن كنت مسلما
قال الشاعر :

يا نفس كم تبيتين من مرة * * * وكم تقولين ولا تفعلين
وكم تنادي فلا تسمعي * * * وكم تقالين فلا ترجعين
حتى متى يا نفس حتى متى * * * يراك مولاكم مع الخافلين
فاستغفري الله لما قد مضى * * * ثم أستحي من خالق العالمين

٥- الرضا بما قسم الله تعالى :

قال تعالى : " وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا (١) سورة الطلاق .

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ وَلَكِنَّ الْغِنَى غِنَى النَّفْسِ. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (٣٨٩/٢) (٩٠٥٠) و"البخاري" ١١٨/٨ (٦٤٤٦).

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ خُبَيْبٍ ، عَنْ عَمِّهِ . قَالَ : كُنَّا فِي مَجْلِسٍ ، فَجَاءَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعَلَى رَأْسِهِ أَثَرُ مَاءٍ . فَقَالَ لَهُ : بَعْضُنَا : نَرَاكَ الْيَوْمَ طَيِّبَ النَّفْسِ . فَقَالَ : أَجَلٌ ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ . ثُمَّ أَفَاضَ الْقَوْمُ فِي ذِكْرِ الْغِنَى . فَقَالَ : لَا بَأْسَ بِالْغِنَى لِمَنْ اتَّقَى . وَالصَّحَّةُ لِمَنْ اتَّقَى خَيْرٌ مِنَ الْغِنَى ، وَطَيِّبُ النَّفْسِ مِنَ النَّعِيمِ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (٦٩/٤) (١٦٧٦٠) والبخاري في الأدب المفرد (٣٠٢).

فالرضا بما قسم الله تعالى وقد يسمو بالنفس ويرقى بها إلى أعلى المراقي ، عَنْ أَبِي طَلْحَةَ الْأَنْصَارِيِّ ، قَالَ: أَصْبَحَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَوْمًا طَيِّبَ النَّفْسِ ، يُرَى فِي وَجْهِهِ الْبَشَرُ ، قَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، أَصْبَحْتَ الْيَوْمَ طَيِّبَ النَّفْسِ ، يُرَى فِي وَجْهِكَ الْبَشَرُ ، قَالَ : أَجَلٌ ، أَتَانِي آتٍ مِنْ رَبِّي ، عَزَّ وَجَلَّ ، فَقَالَ : مَنْ صَلَّى عَلَيْكَ مِنْ أُمَّتِكَ صَلَاةً ، كَتَبَ اللَّهُ لَهُ بِهَا عَشْرَ حَسَنَاتٍ

، وَمَحَا عَنْهُ عَشْرَ سَيِّئَاتٍ ، وَرَفَعَ لَهُ عَشْرَ دَرَجَاتٍ ، وَرَدَّ عَلَيْهِ مِثْلَهَا. أَخْرَجَهُ
أحمد ٢٩/٤ (١٦٤٦٦).

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ
بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِي نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللَّهَ وَمَا عَلَيْهِ خَطِيئَةٌ.
أَخْرَجَهُ أحمد ٢٨٧/٢ (٧٨٤٦) و"البخاري" في الأدب المفرد (٤٩٤) و"الترمذي" ٢٣٩٩.
قال الشاعر :

إن المكارم أخلاق مطهرة * * * فالعقل أولها والدين ثانيها
والعلم ثالثها والحلم رابعها * * * والجود خامسها والعرف سادسها
والبر سابعها والصبر ثامنها * * * والشكر تاسعها واللين عاشبها
والعين تعلم من عيني محدثها * * * إن كان من حزبها أو من أعاديها
والنفس تعلم أنني لا أصدقها * * * ولست أرشد إلا حين أعصياها
أغارت الروم على جواميس لبشير الطبري نحووا من أربعمئة جاموس فركبت
معه أنا وابن له فلقينا عبيده الذين كانت معهم الجواميس معهم عصيهم
فقالوا يا مولانا ذهب الجواميس فقال وأنتم أيضا فاذهبوا معهم فأنتم أحرار
لوجه الله فقال له ابنه يا أبت أفقرتنا قال اسكت يا بني إن ربي اختبرني
فأحببت أن أزيده. حلية الأولياء ١٠ / ١٣٠.

٦ - مقاومة وساوس الشيطان؛

قال تعالى : " قَالَ فَمَا خَطْبُكَ يَا سَامِرِيُّ (٩٥) قَالَ بَصُرْتُ بِمَا لَمْ يَبْصُرُوا بِهِ
فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّيْتُ لِي نَفْسِي (٩٦) قَالَ
فَاذْهَبْ فَإِنَّ لَكَ فِي الْحَيَاةِ أَنْ تَقُولَ لَا مِسَاسَ وَإِنَّ لَكَ مَوْعِدًا لَنْ تُخْلَفَهُ وَانْظُرْ
إِلَى إِلَهِكَ الَّذِي ظَلْتَ عَلَيْهِ عَاكِفًا لَنُحَرِّقَنَّهُ ثُمَّ لَنَنْسِفَنَّهُ فِي الْيَمِّ نَسْفًا (٩٧)
سورة طه .

وقال تعالى : " قُلْ إِنْ ضَلَلْتُ فَإِنَّمَا أَضِلُّ عَلَى نَفْسِي وَإِنِ اهْتَدَيْتُ فَبِمَا يُوحِي
إِلَيَّ رَبِّي إِنَّهُ سَمِيعٌ قَرِيبٌ (٥٠) سورة سبأ.

المؤمن الذي يريد أن يزكي نفسه ويظهرها لا بد وأن يحذر عليها من وسوسة الشيطان ويتخذ منه عدواً يحذره ، عَنْ سَالِمِ بْنِ أَبِي الْجَعْدِ ، عَنْ سَبْرَةَ بْنِ أَبِي فَاكِهٍ ، قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: إِنَّ الشَّيْطَانَ قَعْدَ لَابْنِ آدَمَ بِأَطْرَفِهِ ، فَقَعْدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْإِسْلَامِ ، فَقَالَ : تُسَلِّمُ وَتَذَرُ دِينَكَ ، وَدِينَ آبَائِكَ ، وَآبَاءَ أَبِيكَ ؟! فَعَصَاهُ فَأَسْلَمَ ، ثُمَّ قَعْدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْهَجْرَةِ ، فَقَالَ : تُهَاجِرُ وَتَدْعُ أَرْضَكَ وَسَمَاءَكَ ؟! وَإِنَّمَا مَثَلُ الْمُهَاجِرِ كَمَثَلِ الْفَرَسِ فِي الطَّوْلِ ، فَعَصَاهُ فَهَاجَرَ ، ثُمَّ قَعْدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْجِهَادِ ، فَقَالَ : تُجَاهِدُ ، فَهُوَ جَهْدُ النَّفْسِ وَالْمَالِ ، فَتُقَاتِلُ ، فَتَقْتُلُ ، فَتَنْكَحُ الْمَرْأَةَ ، وَيُقَسِّمُ الْمَالَ ؟! فَعَصَاهُ فَجَاهَدَ ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : فَمَنْ فَعَلَ ذَلِكَ ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ ، عَزَّ وَجَلَّ ، أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ ، وَمَنْ قُتِلَ ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ ، عَزَّ وَجَلَّ ، أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ ، وَإِنْ غَرِقَ ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ ، أَوْ وَقَصَّتْهُ دَابَّتُهُ ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ. أخرجه أحمد (٤٨٣/٣) (١٦٠٥٤)

و"النسائي" ٢١/٦ ، وفي "الكبرى" ٤٣٢٧.

وَعَنْ وَابِصَةَ بْنِ مَعْبِدٍ ، قَالَ: أَتَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَأَنَا أُرِيدُ أَنْ لَا أَدْعَ شَيْئًا مِنَ الْبِرِّ وَالْإِثْمِ إِلَّا سَأَلْتُهُ عَنْهُ ، وَإِذَا عِنْدَهُ جَمْعٌ ، فَذَهَبْتُ أَتَخَطَّى النَّاسَ ، فَقَالُوا : إِلَيْكَ يَا وَابِصَةُ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، إِلَيْكَ يَا وَابِصَةُ ، فَقُلْتُ : أَنَا وَابِصَةُ ، دَعُونِي أَدْنُو مِنْهُ ، فَإِنَّهُ مِنْ أَحَبِّ النَّاسِ إِلَيَّ أَنْ أَدْنُو مِنْهُ ، فَقَالَ لِي : ادْنُ يَا وَابِصَةُ ، ادْنُ يَا وَابِصَةُ ، فَدَنَوْتُ مِنْهُ حَتَّى مَسَّتْ رُكْبَتِي رُكْبَتَهُ ، فَقَالَ : يَا وَابِصَةُ ، أَخْبِرْكَ مَا جِئْتَ تَسْأَلُنِي عَنْهُ ، أَوْ تَسْأَلُنِي ؟ فَقُلْتُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، فَأَخْبِرْنِي ، قَالَ : جِئْتَ تَسْأَلُنِي عَنِ الْبِرِّ وَالْإِثْمِ ، قُلْتُ : نَعَمْ ، فَجَمَعَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ ، فَجَعَلَ يَنْكُتُ بِهَا فِي صَدْرِي ، وَيَقُولُ : يَا وَابِصَةُ ، اسْتَفْتِ نَفْسَكَ ، الْبِرُّ مَا أَطْمَأَنَّ إِلَيْهِ الْقَلْبُ ، وَأَطْمَأَنَّتْ إِلَيْهِ النَّفْسُ ، وَالْإِثْمُ مَا حَاكَ فِي الْقَلْبِ ، وَتَرَدَّدَ فِي الصَّدْرِ ، وَإِنْ أَفْثَاكَ النَّاسُ. أخرجه أحمد (٢٢٨/٤) (١٨١٦٤) و"الدارمي" ٢٥٣٣ .

روى : أن رجلاً تزوج امرأة من بلدة ، وكان بينهما مسيرة شهر ، فأرسل إلى غلام له من تلك البلدة ليحملها إليه فسار بها يوماً ، فلما جنَّ الليل أتاه الشيطان فقال له : إنَّ بينك وبين زوجها مسيرة شهر فلو تمتعت بها ليالي هذا الشهر إلى أن تصل إلى زوجها ، فإنها لا تكره ذلك وتثني عليك عند سيدك فتكون أحظى لك عنده ، فقام الغلام يصلي فقال : يا رب ، إنَّ عدوك هذا جاءني فسول لي معصيتك ، وإنه لا طاقة لي به في مدة شهر وأنا أستعيزك عليه يا رب فأعذني عليه ، واكفني مؤونته ، فلم تزل نفسه تراوده ليلته أجمع وهو يجاهدها حتى أسحر فشدَّ على دابة المرأة وحملها وسار بها ، قال : فرحمه الله تعالى ، فطوى له مسيرة شهر فما برق الفجر حتى أشرف على مدينة مولاه ، قال : وشكر الله تعالى له هربه إليه من معصيته فنباه ، فكان نبياً من أنبياء بني إسرائيل. قوت القلوب ٢/٢٣٥.

يقول الشاعر:

ففي قمع أهواء النفوس اعتزازها * * * وفي نيلها ما تشتهي ذلُّ سرمد
فلا تشتغل إلا بما يكسب العلا ولا * * * ترض للنفس النفيسة بالردي

قال الشاعر :

إذا طالبتك النفس يوماً بشهوة * * * و كان عليها للهواء طريق
فخالف هواها ما استطعت فإنما * * * هواها عدو والخلاف صديق

٧- مقاومة هوى النفس:

قال تعالى : " أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يَزْكُونَ أَنْفُسَهُمْ بِاللَّهِ يَزْكِي مَنْ يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًا (٤٩) انْظُرْ كَيْفَ يَقْتَرُونَ عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ وَكَفَى بِهِ إِثْمًا مُبِينًا (٥٠) سورة النساء .

لكي يزكي العاقل نفسه فغن عليه أن يقاوم هواها ويطلب من الله أن يعينه على إصلاحها ، عَنْ عُثْمَانَ بْنِ مَوْهَبٍ الْهَاشِمِيِّ ، قَالَ : سَمِعْتُ أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ يَقُولُ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِفَاطِمَةَ : مَا يَمْنَعُكَ أَنْ تَسْمَعِيَ مَا

أَوْصِيكَ بِهِ ؟ أَنْ تَقُولِي إِذَا أَصْبَحْتَ ، وَإِذَا أَمْسَيْتِ : يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ ، بِرَحْمَتِكَ
أَسْتَغِيثُ ، أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ ، وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ . أَخْرَجَهُ
النَّسَائِيُّ ، فِي "عَمَلِ الْيَوْمِ وَاللَّيْلَةِ" ٥٧٠.

وَعَنْ الْمُسَيَّبِ بْنِ رَافِعٍ ، عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ ، قَالَ : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ ، نَامَ عَلَى شِقِّهِ الْأَيْمَنِ ، ثُمَّ قَالَ : اللَّهُمَّ
أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ ، وَأَلْجَأْتُ
ظَهْرِي إِلَيْكَ ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ ، آمَنْتُ
بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ ، وَنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ ، وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ : مَنْ قَالَهُنَّ ، ثُمَّ مَاتَ تَحْتَ لَيْلَتِهِ ، مَاتَ عَلَى الْفِطْرَةِ . أَخْرَجَهُ الْبُخَارِيُّ
٨٥/٨ (٦٣١٥).

وَعَنْ رَافِعِ بْنِ خَدِيجٍ ، قَالَ : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِأَخْرَةٍ ، إِذَا
اجْتَمَعَ إِلَيْهِ أَصْحَابُهُ ، فَأَرَادَ أَنْ يَنْهَضَ ، قَالَ : سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ ، أَشْهَدُ
أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ ، عَمِلْتُ سُوءًا ، وَظَلَمْتُ نَفْسِي ،
فَاغْفِرْ لِي ، إِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ ، قَالَ : فَقُلْنَا : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، إِنَّ هَذِهِ
كَلِمَاتُ أَحَدَتْنَهُنَّ ؟ قَالَ : أَجَلُ ، جَاءَنِي جِبْرِيلُ عَلَيْهِ السَّلَامُ ، فَقَالَ : يَا مُحَمَّدُ ،
هُنَّ كَفَّارَاتُ الْمَجْلِسِ . أَخْرَجَهُ النَّسَائِيُّ ، فِي "عَمَلِ الْيَوْمِ وَاللَّيْلَةِ" ٤٢٧.

عَنْ أَبِي عَثْمَانَ النَّهْدِيِّ ، وَعَبْدِ اللَّهِ بْنِ الْحَارِثِ ، عَنْ زَيْدِ بْنِ أَرْقَمٍ ، قَالَ : لَا
أَقُولُ لَكُمْ إِلَّا كَمَا كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ ، كَانَ يَقُولُ : اللَّهُمَّ
إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ ، وَالْهَرَمِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ ،
اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا ، وَزَكَّاهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا ، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا ،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا
تَشْبَعُ ، وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٣٧١/٤ (١٩٥٢٣) وَ"النَّسَائِيُّ"
٢٦٠/٨.

وَعَنْ أَبِي بَكْرٍ الصِّدِّيقِ ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ؛ أَنَّهُ قَالَ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ : عَلَّمْنِي دُعَاءً أَدْعُو بِهِ فِي صَلَاتِي ، قَالَ : قُلْ : اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ

نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا ، وَلَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ ، فَاعْفِرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ ،
وَارْحَمْنِي ، إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٣/١ (٨) و"البُخَارِيُّ" ٢١١/١
و"مسلم" ٧٤/٨ .

قَالَ أَبُو بَكْرٍ الصِّدِّيقُ: أَمَرَنِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ أَقُولَ إِذَا
أَصْبَحْتُ ، وَإِذَا أَمْسَيْتُ ، وَإِذَا أَخَذْتُ مَضْجَعِي مِنَ اللَّيْلِ : اللَّهُمَّ فَاطِرَ
السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ، عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ، أَنْتَ رَبُّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِكُهُ ،
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ، وَحْدَكَ لَا شَرِيكَ لَكَ ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ ،
أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي ، وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّهِ ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي
سُوءًا ، أَوْ أَجْرَهُ إِلَى مُسْلِمٍ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ١٤/١ (٨١) .

عَنِ الْحَسَنِ الْبَصْرِيِّ ، عَنْ عِمْرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ ، قَالَ : قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِأَبِي: يَا حُصَيْنُ كَمْ تَعْبُدُ الْيَوْمَ إِلَهًا ؟ قَالَ أَبِي : سَبْعَةً ، سِتًّا فِي
الْأَرْضِ ، وَوَاحِدًا فِي السَّمَاءِ ، قَالَ : فَأَيُّهُمْ تَعُدُّ لِرَغْبَتِكَ وَرَهْبَتِكَ ؟ قَالَ : الَّذِي
فِي السَّمَاءِ ، قَالَ : يَا حُصَيْنُ ، أَمَا إِنَّكَ لَوْ أَسْلَمْتَ عَلَّمْتُكَ كَلِمَتَيْنِ تَنْفَعَانِكَ ،
قَالَ : فَلَمَّا أَسْلَمَ حُصَيْنٌ ، قَالَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ ، عَلَّمْنِي الْكَلِمَتَيْنِ اللَّتَيْنِ
وَعَدْتَنِي ، فَقَالَ : قُلْ : اللَّهُمَّ الْهَمْنِي رُشْدِي ، وَأَعِزَّنِي مِنْ شَرِّ نَفْسِي . أَخْرَجَهُ
التِّرْمِذِيُّ (٣٤٨٣) .

قِيلَ لِلرَّبِّيعِ بْنِ خُثَيْمٍ : لَوْ أَرَحْتَ نَفْسَكَ ؟ قَالَ : رَاحَتَهَا أُرِيدُ .

حَكَى عَنْ بَعْضِ السَّلَفِ أَنَّهُ قَالَ لِتَلْمِيزِهِ : مَا تَصْنَعُ بِالشَّيْطَانِ إِذَا سَوَّلَ لِقِ
الْخَطَايَا ؟ قَالَ : أَجَاهِدُهُ . قَالَ : فَإِنْ عَادَ ؟ قَالَ : أَجَاهِدُهُ . قَالَ : فَإِنْ عَادَ ؟ قَالَ :
أَجَاهِدُهُ . قَالَ : هَذَا يَطُولُ أَرَأَيْتَ إِنْ مَرَرْتَ بِغَنَمٍ فَنَبَحَكَ كَلْبُهَا أَوْ مَنَعَكَ مِنْ
الْعُبُورِ مَا تَصْنَعُ ؟ قَالَ : أَكَابِدُهُ وَأُرْدُهُ جَهْدِي . قَالَ : هَذَا يَطُولُ عَلَيْكَ ، وَلَكِنْ
اسْتَعِنْ بِصَاحِبِ الْغَنَمِ يَكْفِيهِ عَنْكَ . - إِنْ صَدَقَتْ هَذِهِ الرَّوَايَةُ - لَمْ يَكُنْ تَارِكًا
الدُّنْيَا كَسْبًا ، بَلْ قَلْبًا . ابْنُ الْجَوْزِيِّ : تَلْبِيسُ إِبْلِيسَ ٣٥ .

قال الشاعر :

لَا تَنْهَ عَنْ خَلْقٍ وَتَأْتِي مِثْلَهُ * * * عَارٌ عَلَيْكَ إِذَا فَعَلْتَ عَظِيمَ

أبدأ بنفسك وانهما عن غيها * * * فإذا انتهت عنه فأنت حكيم
فهنالك يقبل ما وعظت ويقتدى * * * بالعلم منك وينفع التعليم

٨ - طلب العلم النافع :

من سبل تزكية النفس وإصلاحها طلب العلم النافع والمفيد ، فبالعلم تزكو
النفوس وتسمو قال تعالى : " بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ (١٤) وَلَوْ أَلْقَى
مَعَاذِيرَهُ (١٥) سورة القيامة .

في سنن الترمذي ومستدرک الحاكم عن أَبِي الدَّرْدَاءِ أَنَّهُ قَالَ كُنَّا مَعَ رَسُولِ
اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- فَشَخَصَ بِبَصَرِهِ إِلَى السَّمَاءِ ثُمَّ قَالَ « هَذَا أَوَانٌ
يُخْتَلَسُ الْعِلْمُ مِنَ النَّاسِ حَتَّى لَا يَقْدِرُوا مِنْهُ عَلَى شَيْءٍ ». فَقَالَ زِيَادُ بْنُ لُبَيْدٍ
الْأَنْصَارِيُّ كَيْفَ يُخْتَلَسُ مِنَّا وَقَدْ قَرَأْنَا الْقُرْآنَ فَوَاللَّهِ لَنَقْرَأَنَّهُ وَلَنُقَرِّئَنَّهُ نِسَاءَنَا
وَأَبْنَاءَنَا. فَقَالَ « تَكَلَّتْ أُمُّكَ يَا زِيَادُ إِنْ كُنْتُ لَأَعُدَّكَ مِنْ فَقَهَاءِ أَهْلِ الْمَدِينَةِ هَذِهِ
التَّوْرَةُ وَالْإِنْجِيلُ عِنْدَ الْيَهُودِ وَالنَّصَارَى فَمَاذَا تُغْنِي عَنْهُمْ ». قَالَ جُبَيْرٌ فَلَقِيتُ
عُبَادَةَ بْنَ الصَّامِتِ قُلْتُ أَلَا تَسْمَعُ إِلَى مَا يَقُولُ أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ فَأَخْبَرْتُهُ
بِالَّذِي قَالَ أَبُو الدَّرْدَاءِ قَالَ صَدَقَ أَبُو الدَّرْدَاءِ إِنْ شِئْتَ لَأُحَدِّثَنَّكَ بِأَوَّلِ عِلْمٍ يُرْفَعُ
مِنَ النَّاسِ الْخُشُوعُ يُوشِكُ أَنْ تَدْخُلَ مَسْجِدَ جَمَاعَةٍ فَلَا تَرَى فِيهِ رَجُلًا خَاشِعًا.
والحديث صحيح كما في صحيح الجامع [رقم ٦٩٩٠].

اعْلَمْ - رَحِمَكَ اللَّهُ - بِأَنَّ أَمْرَاضَ الْقُلُوبِ كُلَّهَا مُتَوَلِّدَةٌ عَنِ الْجَهْلِ وَدَوَائُهَا
الْعِلْمُ، كَمَا قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي حَدِيثٍ صَاحِبِ الشَّجَّةِ الَّذِي
أَفْتَوَهُ بِالْغُسْلِ فَمَاتَ: "قَتَلُوهُ قَتَلَهُمُ اللَّهُ، أَلَا سَأَلُوا إِذْ لَمْ يَعْلَمُوا؟ فَإِنَّمَا شِفَاءُ
الْعِيِّ السُّؤَالُ" رواه أبو داود (٣٣٦). وحسنه الألباني رحمه الله في "صحيح سنن
أبي داود" (١٠١/١).

فَجَعَلَ الْعِيَّ -وَهُوَ عِيُّ الْقَلْبِ عَنِ الْعِلْمِ وَاللِّسَانِ عَنِ النُّطْقِ بِهِ- مَرَضًا،
وَشِفَاؤُهُ سُؤَالُ الْعُلَمَاءِ.

قال ابن القيم : فَأَمْرَاضُ الْقُلُوبِ أَصْعَبُ مِنْ أَمْرَاضِ الْأَبْدَانِ؛ لِأَنَّ غَايَةَ مَرَضِ
الْبَدَنِ أَنْ يُفْضِيَ بِصَاحِبِهِ إِلَى الْمَوْتِ، وَأَمَّا مَرَضُ الْقَلْبِ فَيُفْضِي بِصَاحِبِهِ إِلَى
الشَّقَاءِ الْأَبَدِيِّ، وَلَا شِفَاءَ لِهَذَا الْمَرَضِ إِلَّا بِالْعِلْمِ. مفتاح دار السعادة (٣٦٨/١) -
(٣٧٠).

فَكَمَا أَنَّهُ لَا حَيَاةَ لِلْأَرْضِ إِلَّا بِالْمَطَرِ، فَكَذَلِكَ لَا حَيَاةَ لِلْقَلْبِ إِلَّا بِالْعِلْمِ.
وَلِهَذَا؛ فَإِنَّ الْأَرْضَ إِنَّمَا تَحْتَاجُ إِلَى الْمَطَرِ فِي بَعْضِ الْأَوْقَاتِ، فَإِذَا تَتَابَعَ عَلَيْهَا
اِحْتِاجَتُ إِلَى انْقِطَاعِهِ، وَأَمَّا الْعِلْمُ فَيَحْتَاجُ إِلَيْهِ الْقَلْبُ بَعْدَ الْأَنْفَاسِ، وَلَا يَزِيدُهُ
كَثْرَتُهُ إِلَّا صَلَاحًا وَنَفْعًا. مفتاح دار السعادة (٥٠٨/١-٥٠٩).

وقال الإمام علي رضي الله عنه :

ما الفخر إلا لأهل العلم إنهم * * * على الهدى لمن استهدى أدلاء

وقدر كل امرئ ما كان يحسنه * * * والجاهلون لأهل العلم أعداء

ففز بعلم تعش حياً به أبداً * * * الناس موتى وأهل العلم أحياء

قال هشام بن عمار رحمه الله: باع أبي بيتاً بعشرين ديناراً وجهزني للحج
فلما وصلت المدينة أتيت مجلس الإمام مالك رحمه الله وهو جالس في
مجلسه في هيئة الملوك والناس يسألونه وهو يجيبهم فلما حان دوري قلت
له: حدثني فقال لا، بل اقرأ أنت فقلت لا بل حدثني ، فلما رادته وجادلته
غضب وقال: يا غلام تعال أذهب بهذا فاضربه خمسة عشر، قال: فذهب بي
فضربني ثم ردني إلى مالك فقلت :قد ظلمتني فإن أبي باع منزله وأرسلني
إليك أتشرف بالسمع منك وطلب العلم على يدك ، فضربتني خمسة عشر
درةً بغير جرم ، لا أجعلك في حل، فقال مالك، فما كفارة هذا الظلم؟ فقلت
كفارته أن تحدثني بخمسة عشر حديثاً ،فقال هشام: فحدثني مالك بخمسة
عشر حديثاً فلما انتهى منها قلت له: زد في الضرب وزد في الحديث، فضحك
مالك وقال لي: اذهب وانصرف) من كتاب معرفة القراء الكبار للذهبي(١/١٩٦).

عن مالك ، أنه بلغه أن لقمان الحكيم أوصى ابنه فقال : "يا بني جالس العلماء وزاحمهم بركبتك فإن الله يحيي القلوب بنور الحكمة كما يحيي الله الأرض الميتة بوابل السماء" . أخرجه مالك في : الموطأ رقم (١٨٢١) .
فَحَاجَةُ الْقَلْبِ إِلَى الْعِلْمِ لَيْسَتْ كَالْحَاجَةِ إِلَى التَّنَفُّسِ فِي الْهَوَاءِ ، بَلْ أَعْظَمُ .

٩- الحرص على أعمال الخير والبر:

الحرص على أعمال الخير والبر مما يزكي النفس ويظهرها وينزع منها الأثرة والأنانية وحب الذات ، قال تعالى : "يَوْمَ تَأْتِي كُلُّ نَفْسٍ تُجَادِلُ عَنْ نَفْسِهَا وَتُوَفَّى كُلُّ نَفْسٍ مَا عَمِلَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ" (١١١) سورة النحل .
عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ؛ (أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَهُوَ عِنْدَهُ ، فَسَأَلَهُ ، فَقَالَ : يَا نَبِيَّ اللَّهِ ، أَيُّ الْأَعْمَالِ أَفْضَلُ ؟ قَالَ : الْإِيمَانُ بِاللَّهِ ، وَالْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ، قَالَ : فَأَيُّ الرِّقَابِ أَعْظَمُ أَجْرًا ؟ قَالَ : أَغْلَاهَا ثَمَنًا وَأَنْفَسُهَا عِنْدَ أَهْلِهَا ، قَالَ : فَإِنْ لَمْ أَسْتَطِعْ ؟ قَالَ : فَتَعِينُ ضَائِعًا ، أَوْ تَصْنَعُ لِأَخْرَقٍ ، قَالَ : فَإِنْ لَمْ أَسْتَطِعْ ذَاكَ ؟ قَالَ : فَاحْبِسْ نَفْسَكَ عَنِ الشَّرِّ ، فَإِنَّهُ صَدَقَةٌ حَسَنَةٌ تَصَدَّقَتْ بِهَا عَنْ نَفْسِكَ .) . أخرجه أحمد ٣٨٨/٢ (٩٠٢٦) و ((البخاري)) وفي ((خلق أفعال العباد)) (٢١) .

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ فَرْوَخَ ؛ أَنَّهُ سَمِعَ عَائِشَةَ تَقُولُ : إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : إِنَّهُ خَلَقَ كُلَّ إِنْسَانٍ مِنْ بَنَى آدَمَ عَلَى سِتِّينَ وَثَلَاثِمِائَةِ مَقْصِلٍ . فَمَنْ كَبَّرَ اللَّهَ ، وَحَمِدَ اللَّهَ ، وَهَلَّلَ اللَّهَ ، وَسَبَّحَ اللَّهَ ، وَاسْتَغْفَرَ اللَّهَ ، وَعَزَلَ حَجَرًا عَنْ طَرِيقِ النَّاسِ ، أَوْ شَوْكَةً أَوْ عَظْمًا عَنْ طَرِيقِ النَّاسِ ، وَامَرَ بِمَعْرُوفٍ ، أَوْ نَهَى عَنْ مُنْكَرٍ ، عَدَدَ تِلْكَ السِّتِّينَ وَالثَّلَاثِمِائَةِ السَّلَامَى فَإِنَّهُ يَمْشِي يَوْمَئِذٍ وَقَدْ زَحَزَحَ نَفْسَهُ عَنِ النَّارِ . قَالَ أَبُو تَوْبَةَ : وَرُبَّمَا قَالَ يُمْسَى . أخرجه مسلم ، ٨٢/٣ و ٨٣ .

عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ عَائِشٍ ، عَنْ بَعْضِ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ؛ " أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَرَجَ عَلَيْهِمْ ذَاتَ غَدَاةٍ ، وَهُوَ طَيِّبٌ

النَّفْسِ ، مُسْفِرُ الْوَجْهِ ، أَوْ مُشْرِقُ الْوَجْهِ ، فَقُلْنَا : يَا نَبِيَّ اللَّهِ ، إِنَّا نَرَاكَ طَيِّبَ
النَّفْسِ ، مُسْفِرُ الْوَجْهِ ، أَوْ مُشْرِقُ الْوَجْهِ ، فَقَالَ : وَمَا يَمْنَعُنِي ، وَأَتَانِي رَبِّي
، عَزَّ وَجَلَّ ، اللَّيْلَةَ فِي أَحْسَنِ صُورَةٍ ، قَالَ : يَا مُحَمَّدُ ، قُلْتُ : لَبَّيْكَ رَبِّي
وَسَعْدَيْكَ ، قَالَ : فِيمَ يَخْتَصِمُ الْمَلَأُ الْأَعْلَى ؟ قُلْتُ : لَا أَدْرِي أَيُّ رَبٍّ ، قَالَ ذَلِكَ
مَرَّتَيْنِ ، أَوْ ثَلَاثًا ، قَالَ : فَوَضَعَ كَفَّيْهِ بَيْنَ كَتِفَيَّ ، فَوَجَدْتُ بَرْدَهَا بَيْنَ ثَدْيَيَّ ،
حَتَّى تَجَلَّى لِي مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ، ثُمَّ تَلَا هَذِهِ الْآيَةَ : {وَكَذَلِكَ
نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ} ثُمَّ قَالَ : يَا
مُحَمَّدُ ، فِيمَ يَخْتَصِمُ الْمَلَأُ الْأَعْلَى ؟ قَالَ : قُلْتُ : فِي الْكَفَّارَاتِ ، قَالَ : وَمَا
الْكَفَّارَاتُ ؟ قُلْتُ : الْمَشْيُ عَلَى الْأَقْدَامِ إِلَى الْجُمُعَاتِ ، وَالْجُلُوسُ فِي الْمَسْجِدِ
خِلَافَ الصَّلَوَاتِ ، وَإِبْلَاجُ الْوُضُوءِ فِي الْمَكَارِهِ ، قَالَ : مَنْ فَعَلَ ذَلِكَ عَاشَ
بِخَيْرٍ ، وَمَاتَ بِخَيْرٍ ، وَكَانَ مِنْ خَطِيئَتِهِ كَيَوْمٍ وَلَدَتْهُ أُمُّهُ ، وَمِنْ الدَّرَجَاتِ :
طَيِّبُ الْكَلَامِ ، وَبَذْلُ السَّلَامِ ، وَإِطْعَامُ الطَّعَامِ ، وَالصَّلَاةُ بِاللَّيْلِ وَالنَّاسُ نِيَامٌ ،
قَالَ : يَا مُحَمَّدُ ، إِذَا صَلَّيْتُ ، فَقُلْ : اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الطَّيِّبَاتِ ، وَتَرْكُ
الْمُنْكَرَاتِ ، وَحُبُّ الْمَسَاكِينِ ، وَأَنْ تَتُوبَ عَلَيَّ ، وَإِذَا أَرَدْتَ فِتْنَةً فِي النَّاسِ ،
فَتَوَفَّنِي غَيْرَ مَفْتُونٍ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٣٦٨/١ (٣٤٨٤) . وَالتِّرْمِذِيُّ (٣٢٣٣) .

كَانَ كُرْزٌ مُجْتَهِدًا فِي الْعِبَادَةِ ، فَقِيلَ لَهُ : أَلَا تُرِيحُ نَفْسَكَ سَاعَةً ؟ فَقَالَ : كَمْ
بَلَّغَكُمْ عُمْرُ الدُّنْيَا ؟ قَالُوا : سَبْعَةُ آلَافِ سَنَةٍ . قَالَ : فَكَمْ بَلَّغَكُمْ مِقْدَارُ يَوْمِ
الْقِيَامَةِ ؟ قَالُوا : خَمْسِينَ أَلْفَ سَنَةٍ . قَالَ : أَفَيَعْجَزُ أَحَدُكُمْ أَنْ يَعْمَلَ سُبْعَ يَوْمٍ
حَتَّى يَأْمَنَ مِنْ ذَلِكَ الْيَوْمِ ؟ !. ابْنُ عَبْدِ الْبَرِّ : الْمَجَالِسَةُ وَجَوَاهِرُ الْعِلْمِ ٣/٣٧٨ .

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ ، قَالَ : بَيْنَمَا نَحْنُ جُلُوسٌ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ ، قَالَ : يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الْآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ ، فَطَلَعَ رَجُلٌ مِنَ الْأَنْصَارِ ،
تَنْطَفُفُ لِحْيَتُهُ مَاءً مِنْ وَضُوئِهِ ، مُعَلَّقٌ نَعْلَيْهِ فِي يَدِهِ الشِّمَالِ ، فَلَمَّا كَانَ مِنَ
الْغَدِ ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الْآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ
الْجَنَّةِ ، فَطَلَعَ ذَلِكَ الرَّجُلُ عَلَى مِثْلِ مَرْتَبَتِهِ الْأُولَى ، فَلَمَّا كَانَ مِنَ الْغَدِ ، قَالَ
رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الْآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ ،

فَطَلَعَ ذَلِكَ الرَّجُلُ عَلَى مِثْلِ مَرْتَبَتِهِ الْأُولَى ، فَلَمَّا قَامَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، تَبِعَهُ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو بْنُ الْعَاصِ ، فَقَالَ : إِنِّي لَأَحْيَيْتُ أَبِي ، فَأَقْسَمْتُ أَنْ لَا أَدْخُلَ عَلَيْهِ ثَلَاثَ لَيَالٍ ، فَإِنْ رَأَيْتَ أَنْ تُؤْوِيَنِي إِلَيْكَ حَتَّى تَحِلَّ يَمِينِي فَعَلْتُ ، فَقَالَ : نَعَمْ ، قَالَ أَنَسٌ : فَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو بْنُ الْعَاصِ يُحَدِّثُ : أَنَّهُ بَاتَ مَعَهُ لَيْلَةً ، أَوْ ثَلَاثَ لَيَالٍ ، فَلَمْ يَرَهُ يَقُومُ مِنَ اللَّيْلِ بِشَيْءٍ ، غَيْرَ أَنَّهُ إِذَا انْقَلَبَ عَلَى فِرَاشِهِ ذَكَرَ اللَّهَ وَكَبَّرَ ، حَتَّى يَقُومَ لَصَلَاةِ الْفَجْرِ ، فَيُسَبِّحُ الْوُضُوءَ ، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ : غَيْرَ أَنِّي لَا أَسْمَعُهُ يَقُولُ إِلَّا خَيْرًا ، فَلَمَّا مَضَتْ الثَّلَاثُ لَيَالٍ كِدْتُ أَحْتَقِرُ عَمَلَهُ ، قُلْتُ : يَا عَبْدَ اللَّهِ ، إِنَّهُ لَمْ يَكُنْ بَيْنِي وَبَيْنَ وَالِدِي غَضَبٌ وَلَا هَجْرَةٌ ، وَلَكِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ لَكَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ، فِي ثَلَاثِ مَجَالِسٍ : يَطْلُعُ عَلَيْكُمْ الْآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ ، فَطَلَعْتَ أَنْتَ تِلْكَ الثَّلَاثَ مَرَّاتٍ ، فَأَرَدْتُ أَوْيَ إِلَيْكَ ، فَأَنْظَرَ عَمَلَكَ ، فَلَمْ أَرَكْ تَعْمَلُ كَبِيرَ عَمَلٍ ، فَمَا الَّذِي بَلَغَ بِكَ مَا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ؟ قَالَ : مَا هُوَ إِلَّا مَا رَأَيْتَ ، فَانصَرَفْتُ عَنْهُ ، فَلَمَّا وَلَّيْتُ دَعَانِي ، فَقَالَ : مَا هُوَ إِلَّا مَا رَأَيْتَ ، غَيْرَ أَنِّي لَا أَجِدُ فِي نَفْسِي غَلًّا لِأَحَدٍ مِنَ الْمُسْلِمِينَ ، وَلَا أَحْسُدُهُ عَلَى خَيْرٍ أَعْطَاهُ اللَّهُ إِيَّاهُ ، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو : هَذِهِ الَّتِي بَلَغْتَ بِكَ ، وَهِيَ الَّتِي لَا نُطِيقُ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ١٦٦/٣ (١٢٧٢٧) و"النَّسَائِيُّ" ، فِي "عَمَلِ الْيَوْمِ وَاللَّيْلَةِ" ٨٦٣ .

عَنْ عَمْرٍو بْنِ مَالِكٍ الْجَنْبِيِّ ، قَالَ : حَدَّثَنِي فَضَالَةُ بْنُ عُبَيْدٍ ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فِي حَجَّةِ الْوُدَاعِ : أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِالْمُؤْمِنِ : مَنْ أَمِنَهُ النَّاسُ عَلَى أَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ ، وَالْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ النَّاسُ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ ، وَالْمُجَاهِدُ مَنْ جَاهَدَ نَفْسَهُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ ، وَالْمُهَاجِرُ مَنْ هَجَرَ الْخَطَايَا وَالذُّنُوبَ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢١/٦ (٢٤٤٥٨) و"ابن ماجه" ٣٩٣٤ .

قال الشاعر :

عَلَيْكَ نَفْسُكَ فَارْعَاهَا * * * وَاكْسَبْ لَهَا عَمَلًا جَوِيلًا
وَمَنْ اسْتَخَفَّ بِنَفْسِهِ * * * زُرِعَتْ لَهُ قَالًا وَقَبِيلًا

وقال آخر

وَاللُّنْفُوسِ وَإِنْ كَانَتْ عَلَى *** وَجَلٍ مِنَ الْمَنِيَّةِ آمَالٌ تُقَوِّيهَا
فَالْمَرْءُ يَبْسُطُهَا وَالْدَّهْرُ يَفْقِضُهَا *** وَالنَّفْسُ تَنْشُرُهَا وَالْمَوْتُ يَطْوِيهَا

١٠- البعد عن الكبر والغرور والعجب:

تزكية النفس ، ومدحها وهو ثمرة مرة فاسدة للعجب بالنفس والكبر فالعجب في القلب والفكر وتزكية النفس على اللسان ، قال تعالى: " فَلَا تُزَكُّوا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى " [النجم: ٣٢] ، وقال تعالى: " أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُزَكُّونَ أَنْفُسَهُمْ بَلِ اللَّهُ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًا " [النساء: ٤٩] فمدح النفس وتزكيتها دليل على جهلها ورعونتها وهو افتئات على الله سبحانه ، فهو وحده الذي يزكي من يشاء ولما قال الأقرع بن حابس للنبي صلي الله عليه وسلم: إن حمدي لزين ، وإن ذمي لشين ، قال له النبي: «ذاك الله عز وجل» ، أخرجه أحمد والترمذي وصححه الألباني.

فتزكية النفس المذموم هنا هو الذي يرتبط بالعجب والغرور والتفاخر . قال تعالى: " وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْنَاهُ آيَاتِنَا فَانْسَلَخَ مِنْهَا فَاتَّبِعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ الْغَاوِينَ (١٧٥) وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرَكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ (١٧٦) سورة الأعراف .

قال ابن عباس وابن مسعود ومجاهد رحمهم الله : نزلت هذه الآية في بلعم بن باعوراء ، وذلك لأن موسى عليه السلام قصد بلده الذي هو فيه ، وغزا أهله وكانوا كفاراً ، فطلبوا منه أن يدعو على موسى عليه السلام وقومه ، وكان مجاب الدعوة ، وعنده اسم الله الأعظم فامتنع منه ، فما زالوا يطلبونه منه حتى دعا عليه فاستجيب له ووقع موسى وبنو إسرائيل في التيه بدعائه ، فقال موسى : يا رب بأي ذنب وقعنا في التيه . فقال : بدعاء بلعم . فقال : كما سمعت دعاءه علي ، فاسمع دعائي عليه ، ثم دعا موسى عليه أن ينزع

منه اسم الله الأعظم والإيمان ، فسلخه الله مما كان عليه ونزع منه المعرفة . فخرجت من صدره حمامة بيضاء فهذه قصته . تفسير الرازي ٢٩٧/٧ .

قال داود بن رشيد ؛ قال : بلغني عن أبي عمران الجوني ؛ أنه قال : أوحى الله تبارك وتعالى إلى موسى عليه السلام : يا موسى ! اذكرني وأنت تنتفض أعضاؤك مني ، وكُنْ عِنْدَ ذِكْرِي خَاشِعًا مُطْمَئِنًّا ، وَإِذَا كُنْتَ بَيْنَ يَدَيَّ ، فَقُمْ مَقَامَ الْعَبْدِ الْحَقِيرِ الذَّلِيلِ ، وَذُمَّ نَفْسَكَ ؛ فَهِيَ أَوْلَى بِالذِّمِّ ، وَتَاجِنِي حِينَ تُتَاجِنُنِي بِقَلْبٍ وَجَلٍ وَلِسَانٍ صَادِقٍ . ابن عبد البر : المجالسة وجواهر العلم ٣١٢/٥ .

عَنْ عِكْرِمَةَ بْنِ خَالِدٍ ، قَالَ : سَمِعْتُ ابْنَ عُمَرَ يَقُولُ ، عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : مَنْ تَعَظَّمَ فِي نَفْسِهِ أَوْ اخْتَالَ فِي مَشِيَّتِهِ لَقِيَ اللَّهَ وَهُوَ عَلَيْهِ غَضَبَانُ . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (١١٨/٢) (٥٩٩٥) وَ"الْبُخَارِيُّ" فِي (الْأَدَبِ الْمَفْرَدِ) ٥٤٩ ..

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ ، قَالَ : لَمَّا نَزَلَتْ هَذِهِ الْآيَةُ : " الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ) ، شَقَّ ذَلِكَ عَلَى أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ . وَقَالُوا : إِنَّا لَمْ يَظْلَمْ نَفْسَهُ ؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : لَيْسَ كَمَا تَظُنُّونَ ، إِنَّمَا هُوَ كَمَا قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ : " يَا بُنَيَّ لَا تَشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ " . أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (٣٧٨/١) (٣٥٨٩) وَ"الْبُخَارِيُّ" (١٥/١) (٣٢) وَمُسْلِمٌ (٨٠/١) (٢٤٢) .

عَنْ أَنَسٍ ، عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، قَالَ : مَنْ ابْتَغَى الْقَضَاءَ ، وَسَأَلَ فِيهِ شُفْعَاءَ ، وَكَلَّ إِلَى نَفْسِهِ ، وَمَنْ أَكْرَهَ عَلَيْهِ ، أَنْزَلَ اللَّهُ عَلَيْهِ مَلَكًا يُسَدِّدُهُ . أَخْرَجَهُ أَبُو دَاوُدَ (٣٥٧٨) وَالتِّرْمِذِيُّ (١٣٢٤) .

يقول الشاعر :

عجبت من الإنسان ينسى عيوبه * * * ويذكر عيبا في أخيه قد اختفى

ولو كان ذا عقل لما عاب غيره * * * وفيه عيوب لو راها بها اكتفى

مر بعض أولاد المهلب بمالك بن دينار وهو يتبخر في مشيته ، ومعه أشياء وأنصاره فقال له مالك : يا بني لو تركت هذا الخيلاء لكان أجمل ، فقال أوما تعرفني ؟ قال : أعرفك معرفة جيدة ، أولك نطفة مذرة ، وآخرك

جيفة قذرة ، وأنت بين ذلك تحمل العذرة . فأرخى الفتى رأسه وكف عما كان عليه . وقال الأحنف : عجبت لمن جرى في مجرى البول مرتين كيف يتكبر . وقال ابن عوف رحمه الله :

عَجِبْتُ مِنْ مُعْجَبٍ بِصُورَتِهِ * * * وَكَانَ بِالْأَمْسِ نُطْقَةً مَذْرَةً
وَفِي غَدٍ بَعْدَ حُسْنِ صُورَتِهِ * * * بِصِيرٍ فِي اللَّحْدِ جِيفَةً قَذْرَةً
وَهُوَ عَلَى نَبِيهِ وَنَخْوَتِهِ * * * مَا بَيْنَ ثَوْبَيْهِ يَحْمِلُ الْعَذْرَةَ

جاء أن عمر بن عبد العزيز أتاه ليلة ضيوف ، وكان يكتب فكاد السراج يطفأ فقال الضيف : أقوم إلى السراج فأصلحه ؟ فقال : ليس من كرم الرجل أن يستخدم ضيفه ، قال : أفأنبه الغلام ؟ فقال : هي أول نومة نامها ، فقام وملاً المصباح زيتاً فقال الضيف : قمت أنت يا أمير المؤمنين ؟ فقال : ذهبت وأنا عمر ، ورجعت وأنا عمر ، ما نقص مني شيء ، وخير الناس من كان عند الله متواضعاً .

١١- تذكر الموت والحساب :

قال تعالى : " يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً (٢٨) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (٢٩) وَادْخُلِي جَنَّتِي (٣٠) سورة الفجر .

روى عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ مَالِكٍ ، عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : " كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي جِنَازَةٍ ، فَلَمَّا انْتَهَى إِلَى الْقَبْرِ جَنَّا النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى الْقَبْرِ ، قَالَ : فَاسْتَدْرْتُ فَاسْتَقْبَلْتُهُ ، قَالَ : فَبَكَى حَتَّى بَلَ الثَّرَى ، ثُمَّ قَالَ : إِخْوَانِي ، لِمِثْلِ هَذَا فَلْيَعْمَلِ الْعَامِلُونَ ، فَأَعْدُوا " . أخرجه أحمد ٢٩٤/٤ (١٨٨٠٢) و"ابن ماجة" ٤١٩٥ ، الألباني : حسن ، الصحيحة (١٧٥١) .

عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِبَعْضِ جَسَدِي فَقَالَ يَا عَبْدَ اللَّهِ كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ كَأَنَّكَ عَابِرُ سَبِيلٍ وَعَدَّ نَفْسَكَ مِنْ أَهْلِ الْقُبُورِ . فَقَالَ لِي ابْنُ عُمَرَ إِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالْمَسَاءِ وَإِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالصَّبَاحِ وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ

وَمِنْ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ فَإِنَّكَ لَا تَدْرِي يَا عَبْدَ اللَّهِ مَا اسْمُكَ غَدًا. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢٤/٢ (٤٧٦٤) و"البخاري" ١١٠/٨ (٦٤١٦).

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ ، قَالَ: كُنَّا عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَضَحِكَ ، فَقَالَ : هَلْ تَدْرُونَ مِمَّ أَضْحَكُ ؟ قَالَ : قُلْنَا : اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ ، قَالَ : مِنْ مُخَاطَبَةِ الْعَبْدِ رَبَّهُ ، يَقُولُ : يَا رَبِّ ، أَلَمْ تُجِرْنِي مِنَ الظُّلْمِ ؟ قَالَ : يَقُولُ : بَلَى ، قَالَ : فَيَقُولُ : فَإِنِّي لَا أُجِيزُ عَلَى نَفْسِي إِلَّا شَاهِدًا مِنِّي ، قَالَ : فَيَقُولُ : كَفَى بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ شَهِيدًا ، وَبِالْكَرَامِ الْكَاتِبِينَ شُهُودًا ، قَالَ : فَيُخْتَمُ عَلَى فِيهِ ، فَيُقَالُ لِأَرْكَانِهِ : انْطَقِي ، قَالَ : فَتَنْطَقُ بِأَعْمَالِهِ ، قَالَ : ثُمَّ يُخَلَّى بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْكَلَامِ ، قَالَ : فَيَقُولُ : بُعْدًا لَكُنَّ وَسُحْقًا ، فَعَنَكَ كُنْتُ أَنَاضِلُ. أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ ٢١٦/٨ (٧٥٤٩) و"النسائي" ، في "الكبرى" ١١٥٨٩.

قال الشاعر :

يا رافلا في الشباب الرحب منتشيا * * * من كأسه ، هل أصاب الرشد نشوان

لا تغترر بشباب رائق نضر * * * فكم تقدم قبل الشيب شبان

ويا أبا الشيب لو ناصحت نفسك لم * * * يكن لمثلك في اللذات إمان

هب الشبيبة ببدي عذر صاحبها * * * ما عذر أشيب يستهويه شيطان

كل الذنوب فإن الله يغفرها * * * إن شيع المرء إخلاص وإيمان

وكل كسر فإن الدين يجبره * * * وما لكسر قناة الدين جبران

وكان يزيد الرقاشي يقول لنفسه: ويحك يا يزيد! من ذا يصلي عنك بعد الموت؟ من ذا يصوم عنك بعد الموت؟ من ذا يترضى ربك عنك بعد الموت؟ ثم يقول: أيها الناس! ألا تبكون وتنوحون على أنفسكم باقي حياتكم؟ من الموت طالبه .. والقبر بيته .. والتراب فراشه .. والدود أنيسه .. وهو مع هذا ينتظر الفرع الأكبر .. كي يكون حاله؟ ثم يبكي رحمه الله.

وكان عمر بن عبد العزيز رضي الله عنه يجمع العلماء فيذكرون الموت والقيامة والآخرة، فيبكون حتى كأن بين أيديهم جنازة!!.

وكان أبو العالية رفيع بن مهران قد أعد لنفسه كفناً، وكان يلبس كفته كل شهر مرة ثم يرده إلى مكانه، ولقد أوصى سبع عشرة مرة وهو صحيح

معافى. وكان يحدد لكل وصية أجلاً؛ فإذا جاء أجلها نظر فيها.. فإما أن يعدلها، وإما أن يبديلها، وإما أن يمضيها.

وكان الربيع بن خثيم قد حفر في داره قبراً، فكان إذا وجد في قلبه قساوة دخل فاضطجع، ومكث ما شاء الله، ثم يقول: " قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ (٩٩) لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةٌ هُوَ قَائِلُهَا وَمِنْ وَرَائِهِمْ بَرْزَخٌ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ (١٠٠) سورة المؤمنون . يرددها ، ثم يرد على نفسه: يا ربيع! قد رجعت فاعمل.

رَأَيْتُ الدَّهْرَ مُخْتَلِفًا يَدُورُ * * * فَلَا حُزْنَ يَدُومُ وَلَا سُرُورَ
وَقَدْ بَنَتِ الْمُلُوكُ بِهِ قُصُورًا * * * فَلَمْ تَبْقَ الْمُلُوكُ وَلَا الْقُصُورُ

١٢- عدم تكليف النفس ما لا تطيق :

قال تعالى : " وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلَهُ مَا تَوَسَّسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ (١٦) إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ (١٧) مَا يَلْفُظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ (١٨) سورة ق.

وقال تعالى : " وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ آمَنَّا بِاللَّهِ وَبِالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَا هُمْ بِمُؤْمِنِينَ (٨) يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ (٩) سورة البقرة .

فمن تكليف النفس ما لا تطيق تعريضها للبلاء والفتن ، عَنْ حُدَيْفَةَ ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: لَا يَنْبَغِي لِمُؤْمِنٍ أَنْ يُذِلَّ نَفْسَهُ. قَالُوا : وَكَيْفَ يُذِلُّ نَفْسَهُ ؟ قَالَ : يَتَعَرَّضُ مِنَ الْبَلَاءِ لِمَا لَا يُطِيقُهُ. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ ٢٣٨٣٧/٤٠٥/٥. وابن ماجه (٤٠١٦) والترمذي " ٢٢٥٤.

وكذا من تكليفها ما لا تطيق الإحجام عن قول الحق والسلبية التي تؤدي إلى ضياع الحقوق ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: لَا يَحْقَرُ أَحَدُكُمْ نَفْسَهُ قَالُوا : يَا رَسُولَ اللَّهِ كَيْفَ يَحْقَرُ أَحَدُنَا نَفْسَهُ ؟ قَالَ : يَرَى أَمْرًا لِلَّهِ عَلَيْهِ فِيهِ مَقَالٌ ثُمَّ لَا يَقُولُ فِيهِ فَيَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ : مَا مَنَعَكَ أَنْ تَقُولَ

فِي كَذَا وَكَذَا فَيَقُولُ خَشْيَةُ النَّاسِ. فَيَقُولُ فَإَيَّاءُ كُنْتَ أَحَقَّ أَنْ تَخْشَى. أَخْرَجَهُ
أحمد ٣/٣٠ (١١٢٧٥) و"ابن ماجة" ٤٠٠٨.

ومن تكليف النفس ملا تطبيق الغضب الذي يؤدي إلى قطع العلاقات ونفي
المودات ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: لَيْسَ
الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ. أَخْرَجَهُ مَالِكُ
الموطأ ٢٦٣٧ و"أحمد" ٢٣٦/٢ (٧٢١٨) و"البخاري" ٦١١٤ و"مسلم" ١٧٣٦ .

ومن تكليف النفس ما لا تطبيق أيضا الطمع والحرص الزائد ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ
أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : لَوْ أَنَّ لَابْنَ آدَمَ وَادَّيْنِ مِنْ مَالٍ
لَأَحَبَّ أَنْ يَكُونَ مَعَهُمَا ثَالِثٌ وَلَا يَمْلَأُ نَفْسَهُ إِلَّا التُّرَابُ وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ
تَابَ. أَخْرَجَهُ ابْنُ مَاجَةَ (٤٢٣٣).

وَعَنْ أَبِي إِدْرِيسَ الْخَوْلَانِيِّ ، عَنْ أَبِي ذَرٍّ؛ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ،
فِيمَا رَوَى عَنْ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى ، أَنَّهُ قَالَ : يَا عِبَادِي ، إِنِّي حَرَمْتُ الظُّلْمَ
عَلَى نَفْسِي ، وَجَعَلْتُهُ بَيْنَكُمْ مُحَرَّمًا ، فَلَا تَظَالَمُوا يَا عِبَادِي ، كُلُّكُمْ ضَالٌّ إِلَّا
مَنْ هَدَيْتُهُ ، فَاسْتَهِدُونِي أَهْدِكُمْ ، يَا عِبَادِي ، كُلُّكُمْ جَائِعٌ إِلَّا مَنْ أَطْعَمْتُهُ ،
فَاسْتَطْعِمُونِي أَطْعِمْكُمْ ، 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 ضُرِّي فَتَضُرُّونِي ، وَلَنْ
تَبْلُغُوا نَفْعِي فَتَنْفَعُونِي ، يَا عِبَادِي ، لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ ، وَإِنْسَكُمْ وَجَنَّتْكُمْ ،
كَانُوا عَلَى أَتَقَى قَلْبَ رَجُلٍ وَاحِدٍ مِنْكُمْ ، مَا زَادَ ذَلِكَ فِي مُلْكِي شَيْئًا ، يَا عِبَادِي
، لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ ، وَإِنْسَكُمْ وَجَنَّتْكُمْ ، كَانَُوا عَلَى أَفْجَرِ قَلْبِ رَجُلٍ وَاحِدٍ ،
مَا نَقَصَ ذَلِكَ مِنْ مُلْكِي شَيْئًا ، يَا عِبَادِي ، لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ ، وَإِنْسَكُمْ
وَجَنَّتْكُمْ ، قَامُوا فِي صَعِيدٍ وَاحِدٍ فَسَأَلُونِي ، فَأَعْطَيْتُ كُلَّ إِنْسَانٍ مَسْأَلَتَهُ ، مَا
نَقَصَ ذَلِكَ مِمَّا عِنْدِي ، إِلَّا كَمَا يَنْقُصُ الْمَخِيطُ إِذَا أُدْخِلَ الْبَحْرَ ، يَا عِبَادِي ،
إِنَّمَا هِيَ أَعْمَالُكُمْ أَحْصِيهَا لَكُمْ ، ثُمَّ أُوفِّيكُمْ بِهَا ، فَمَنْ وَجَدَ خَيْرًا ، فَلْيَحْمَدِ اللَّهَ

، وَمَنْ وَجَدَ غَيْرَ ذَلِكَ ، فَلَا يُلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ. أخرجه البخاري في "الأدب المفرد" ٤٩٠ و"مسلم" ١٦/٨ (٦٦٦٤).

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: لَا يَفْتَحُ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَابَ مَسْأَلَةٍ ، إِلَّا فَتَحَ اللَّهُ عَلَيْهِ بَابَ فَقْرٍ ، يَأْخُذُ الرَّجُلُ حَبْلَهُ فَيَعْمِدُ إِلَى الْجَبَلِ فَيَحْتَطِبُ عَلَى ظَهْرِهِ فَيَأْكُلُ بِهِ ، خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَسْأَلَ النَّاسَ مُعْطًى أَوْ مَمْنُوعًا. أخرجه أحمد ٤١٨/٢ (٩٤١١) و"ابن حبان" ٣٣٨.

قال الشاعر :

والنفسُ راغبةٌ إذا رَغَبَتْها * * * وإذا تُرِدُّ إلى قليلٍ تقنع

وقال محمود الوراق:

تعز بحسن الصبر عن كل هالك * * * ففي الصبر مسلاة الهومم اللوازم
إذا أنت لم تسل اصطباراً وحسبة * * * سلوت على الأيام مثل البهائم
وليس يذود النفس عن شهواتها * * * من الناس إلا كل ماضي العزائم

رزقنا الله وإياكم تزكية النفس وأنزلنا معارج القدس ، وأزال عنا الفتن
والشبهات واللبس ، وجعلنا ممن يقولون فيفعلون ، ويفعلون فيخلصون ،
ويخلصون فيقبلون .

الفهرس

| الموضوع | الصفحة |
|-----------------------------------|--------|
| مقدمة | ٢ |
| أولا : معنى النفس | ٥ |
| ثانيا : أنواع النفس : | ٦ |
| أولا : النفس المطمئنة | ٦ |
| ثانيا : النفس اللوامة | ٧ |
| ثالثا : النفس الأمارة بالسوء | ٧ |
| ثالثا : جهاد النفس الجهاد الأكبر | ٨ |
| رابعا : مراتب جهاد النفس | ٩ |
| خامسا : الآفات التي تصيب النفوس : | ١١ |
| ١- الفتور في الطاعة | ١١ |
| ٢- الغفلة والتسويق | ١٢ |
| ٣- التعلق بالدنيا ونسيان الآخرة | ١٣ |
| ٤- الطمع وقلة الرضا | ١٦ |
| ٥- الكبر والحسد | ١٧ |
| ٦- الاشتغال بعيوب الناس | ١٨ |
| خامسا : وسائل تزكية النفس : | ٢١ |
| ١- الخوف من الله تعالى | ٢٥ |
| ٢- التوبة والإنابة | ٢٧ |

| | |
|----|------------------------------------|
| ٣٠ | ٣ - حسن العبادۃ والتبتل |
| ٣١ | ٤ - حب الله تعالى ورسوله ﷺ |
| ٣٣ | ٥ - الرضا بما قسم الله تعالى |
| ٣٤ | ٦ - مقاومة وساوس الشيطان |
| ٣٦ | ٧ - مقاومة هوى النفس |
| ٣٩ | ٨ - طلب العلم النافع |
| ٤١ | ٩ - الحرص على أعمال الخير والبر |
| ٤٤ | ١٠ - البعد عن الكبر والغرور والعجب |
| ٤٦ | ١١ - تذكر الموت والحساب |
| ٤٨ | ١٢ - عدم تكليف النفس ما لا تطيق |
| ٥٢ | الفهرس |