

# عَشْرُ قَوَاعِدٍ فِي تَرْكِيهِ النَّفْسِ

إِدَادٌ

عَبْدُ الرَّزَّاقِ بْنِ عَبْدِ الْمُحْسِنِ الْبَدَمِي

عَفَا اللَّهُ لَهُ وَلِوالِدَيْهِ

عَشْرُ قَوَاعِدَ  
فِي تَرْكِيهِ النَّفْسِ

تمّ تنسيقُ هذه المادة ومُراجعتها في



عَشْرُ قَوَاعِدٍ  
فِي تَرْكِيَةِ النَّفْسِ

إِعْدَادًا

عَبْدُ الرَّزَاقِ بْنِ عَبْدِ الْمُحْسِنِ الْبَدَمِيِّ

عَفَرَ اللَّهُ لَهُ وَلِوَالِدَيْهِ

الطبعة الأولى

١٤٣٩هـ - ٢٠١٨م



## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### مُقَدِّمَةٌ

الحمد لله ربّ العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء، وخاتم المرسلين، نبينا وقُدوتنا وقُرة أعيننا محمّد بن عبد الله الهادي الأمين، وعلى آله وصحبه أجمعين، ومن سار على هديهم إلى يوم الدين، أمّا بعدُ:

فالنفسُ التي بين جنبي الإنسان أمرها عظيمٌ، وشأنها كبيرٌ، فقد أقسم الله **عَزَّوَجَلَّ** بعددٍ من مخلوقاته الكبار الدالة على عظمته **تَعَالَى** في سورة الشمس على النفس المُفْلِحة، وغير

المُفْلِحة، فقال تعالى: ﴿وَالشَّمْسُ وَضُحَاهَا ١ وَالْقَمَرُ إِذَا انلَّهَا ٢ وَالنَّهَارُ

إِذَا جَلَّهَا ٣ وَاللَّيْلُ إِذَا بَغَشَّهَا ٤ وَالسَّمَاءُ وَمَا بَدَّلَهَا ٥ وَالْأَرْضُ وَمَا طَحَّهَا

٦ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ٧ فَالْهَمَّهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ٨ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا

١ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا .

قوله **بِرَجُلٍ**: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا﴾: أصل الزكاة: هي الزيادة في الخير، والمُرَاد بِالآيَةِ هُنَا أَنْ مَنْ سَعَى فِي تَزْكِيَةِ نَفْسِهِ، وَإِصْلَاحِهَا، وَسُمِّيَتْ بِالاسْتِكْثَارِ مِنَ الطَّاعَاتِ وَالْخَيْرَاتِ، وَالِابْتِعَادِ عَنِ الشَّرُورِ وَالسَّيِّئَاتِ تَحَقُّقَ فَلَاحِهِ.

وقوله **بِرَجُلٍ**: ﴿وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾: أصل التَّدْسِيَةِ: هُوَ الْإِخْفَاءُ، فَالْعَاصِي قَدْ أَخْفَى نَفْسَهُ الْكَرِيمَةَ بِفِعْلِ الْآثَامِ، وَطَمَّرَهَا بِالرِّذَائِلِ وَالْخَسَائِسِ، وَقَمَعَهَا وَأَهْلَكَهَا بِفِعْلِ الْعُيُوبِ، حَتَّى صَارَتْ نَفْسًا دَنِيئَةً وَضِيْعَةً مُنْحَطَّةً، وَاسْتَحَقَّتْ بِذَلِكَ الْخِيْبَةَ وَالْخُسْرَانَ وَالْعِيَاذَ بِاللَّهِ.

«فَالنَّفُوسُ الشَّرِيفَةُ لَا تَرْضَى مِنَ الْأَشْيَاءِ إِلَّا بِأَعْلَاهَا، وَأَفْضَلِهَا، وَأَحْمَدِهَا عَاقِبَةً، وَالنَّفُوسُ الدَّنِيئَةُ تَحُومُ حَوْلَ الدَّنَائَاتِ، وَتَقَعُ عَلَيْهَا كَمَا يَقَعُ الذُّبَابُ عَلَى الْأَقْدَارِ، فَالنَّفْسُ الشَّرِيفَةُ الْعَلِيَّةُ لَا تَرْضَى بِالظُّلْمِ، وَلَا بِالْفَوَاحِشِ، وَلَا بِالسَّرْقَةِ، وَالْخِيَانَةِ؛ لِأَنَّهَا أَكْبَرُ مِنْ ذَلِكَ وَأَجَلُّ،

والتَّفْسُ الْمَهِينَةُ الْحَقِيرَةُ الْخَسِيسَةُ بِالضَّدِّ مِنْ ذَلِكَ، فَكُلُّ  
نَفْسٍ تَمِيلُ إِلَى مَا يَنَاسِبُهَا وَيُشَاكِلُهَا»<sup>(١)</sup>.

ولمَّا كانت تزكية النَّفْسِ بهذه الأهمية وجبَ على كُلِّ  
مسلمٍ ناصِحٍ لِنَفْسِهِ أَنْ يُعْنِيَ بِهَا عنايةً فائقةً، وَأَنْ يُجَاهِدَ نَفْسَهُ فِي  
حَيَاتِهِ عَلَى تَحْقِيقِ هَذِهِ الْغَايَةِ الْحَمِيدَةِ؛ لِيُفْلِحَ فِي دُنْيَاهُ وَأُخْرَاهُ،  
وَيَنَعَمَ بِالسَّعَادَةِ الْحَقِيقِيَّةِ.

فَإِنَّ لِلنَّفْسِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَقًّا كَمَا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: **«وَأَنَّ لِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا»**، وَيُخْطِئُ مَنْ يَظُنُّ أَنَّ حَقَّ النَّفْسِ  
يَكُونُ بِالتَّشْدِيدِ عَلَيْهَا وَحِرْمَانِهَا مِنْ حُقُوقِهَا الَّتِي فَطَرَ اللَّهُ ﷻ  
النَّفُوسَ عَلَى الْإِحْتِيَاجِ إِلَيْهَا، كَمَا يُخْطِئُ مَنْ يَظُنُّ أَنَّ حَقَّ  
النَّفْسِ يَكُونُ بِالتَّفْرِيطِ، وَإِهْمَالِ سِيَاسَتِهَا، وَتَرْكِهَا مَنَعْمَسَةً فِي  
شَهَوَاتِهَا، وَنَحْوِ ذَلِكَ.

وهيئات أن تكون تزكية النَّفْسِ بمثل ذلك؛ بل تزكية

(١) «الفوائد» لابن القيم (ص ١٧٨).

النَّفْس تكون بالمسالك الشرعية، وبالتوسط والاعتدال، فلا إفراط ولا تفريط، بل بلزوم هدي النبي صلى الله عليه وسلم، ونهجه القويم.

وسأذكر في هذا المختصر عشر قواعد مهمّة، تُعين المسلم على تزكية نفسه وتنميتها، وتطهيرها من كلّ ما يُدنّسها ويشينها. وأسأل الله تعالى أن يُزكّي نفوسنا، وأن يُصلح أعمالنا، وأن يُسدّد أقوالنا، وأن يُبصّرنا بالحقّ ويرزقنا اتّباعه، وأن يهدينا لأحسن الأخلاق والأعمال، وأن يصرف عنا سيئتها، وأن يجنّبنا الفتن ما ظهر منها وما بطن، وصلى الله على نبيّنا محمّد، وعلى آله وصحبه وسلّم.



## القاعدة الأولى

### التوحيد أصل ما تزكو به النفوس

إِنَّ التَّوْحِيدَ هُوَ الْغَايَةُ الَّتِي مِنْ أَجْلِهَا خَلَقْنَا اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ  
وَأَوْجَدْنَا، كَمَا قَالَ ﷺ: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾.

وهو أيضًا محور دعوة الأنبياء والرسل، كما قال تعالى:

﴿وَلَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَسُولًا أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاجْتَنِبُوا  
الطَّاغُوتَ﴾.

والتوحيد هو أول ما يجب على الإنسان للدخول في دين

الإسلام، وكذلك هو أول ما يجب على الداعية إلى الله عَزَّ وَجَلَّ

أن يُعَلِّمَهُ لِلنَّاسِ، كَمَا قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِمَعَاذِ بْنِ جَبَل رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ

عِنْدَمَا بَعَثَهُ إِلَى الْيَمَنِ: «إِنَّكَ تَقْدَمُ عَلَى قَوْمٍ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ،

فَلْيَكُنْ أَوَّلَ مَا تَدْعُوهُمْ إِلَى أَنْ يُوحِّدُوا اللَّهَ تَعَالَى»<sup>(١)</sup>.

(١) أخرجه البخاري في «صحيحه» رقم: (٧٣٧٢).

وقد توعدَّ الله ﷻ الذين لا يزكون أنفسهم بالتوحيد

والإيمان بالعذاب الشديد يوم القيامة فقال الله ﷻ: ﴿وَوَيْلٌ

لِّلْمُشْرِكِينَ ﴿٦﴾ الَّذِينَ لَا يُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ بِالْآخِرَةِ هُمْ كَافِرُونَ﴾.

قال ابن تيمية ﷺ في تفسير الآية السابقة: «هي التوحيد

والإيمان الذي به يزكو القلب؛ فإنه يتضمن نفي إلهية ما سوى

الحقِّ من القلب، وإثبات إلهية الحقِّ في القلب، وهو حقيقة (لا

إله إلا الله)، وهذا أصل ما تزكو به القلوب»<sup>(١)</sup>.

وقال ابن القيم ﷺ: «قال أكثر المفسرين من السلف ومن

بعدهم: هي التوحيد؛ شهادة أن (لا إله إلا الله)، والإيمان الذي

به يزكو القلب... وهو أصل كلِّ زكاةٍ ونماءٍ...»<sup>(٢)</sup>.

وكما أن التوحيد هو أصل ما تزكو به النفوس وتطهر،

فإن الشُّرك هو أشدُّ ما يدنِّس النفوس ويفتِكُّ بها، بل هو مُحِبِّطٌ

(١) «مجموع الفتاوى» (٩٧/١٠).

(٢) «إغاثة اللهفان» (٧٩/١).

لجميع الأعمال، كما قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ أَوْحَىٰ إِلَيْكَ وَإِلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكَ لَئِنْ أَشْرَكَتَ لَيَحْبَطَنَّ عَمَلُكَ وَلَتَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾.

وهو الذنب الذي لا يغفره الله **عز وجل** أبداً لمن مات عليه، كما قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ﴾.

وحرّم الله **عز وجل** الجنة على كل من أشرك معه غيره، كما قال تعالى: ﴿إِنَّهُ مَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْجَنَّةَ وَمَأْوَهُ النَّارُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ﴾.

فإذا حقّق العبد التوحيد حصلت له الزكاة الكاملة، وحصلت له الهداية والأمن التامان في الدنيا والآخرة، كما قال الله **عز وجل**: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾.

فمتى أخلص العبد الذل لله والمحبة له خلصت أعماله

وصحت، وزكت نفسه وطابت، ومتى أدخل عليها ما  
يشوبها من شوائب الشرك دخل على نفسه من الدنس  
والتدسية بحسب ذلك.

فلا زكاة للنفس إلا بتحقيق التوحيد، وإفراد الله عز وجل  
بالعبادة، وإخلاص العمل له، كما قال تعالى: ﴿أَلَا لِلَّهِ الدِّينُ  
الْخَالِصُ﴾.

ولا زكاة للنفس إلا بتخليصها من الشرك بجميع أنواعه،  
وتخليصها من كل ما يناقض التوحيد ويضعفه.



## القاعدة الثانية

### الدُّعاء مفتاح زكاة النُّفوس

قال النبي **عَلِيٌّ الرِّضَاةُ السَّلَامُ**: (ليس شيءٌ أكرمَ على الله تعالى من الدعاء) <sup>(١)</sup>.

فالدُّعاء من أفضل العبادات عند الله **تَعَالَى**؛ لأن فيه إظهارًا للعجز والافتقار، والتَّذلل، والانكسار، والاعتراف بقوة الله **عَزَّ وَجَلَّ** وقدرته، وغناه وإغنائه، وكبريائه، وجبر كسر خواطر أعدائه، فضلًا عن فضلاءِ أحبائه وأوليائه <sup>(٢)</sup>.

وله أثرٌ عظيمٌ في فتح أبواب الخير؛ كما قال شيخ الإسلام في وصيته لأبي القاسم المغربي: «الدُّعاء مفتاح كل

(١) أخرجه الترمذي في «الجامع» رقم: (٣٣٧٠)، وابن ماجه في «سننه»

رقم: (٣٨٢٩)، وحسنه الألباني في «صحيح الجامع» رقم: (٥٣٩٢).

(٢) «مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح» (٤/١٥٢٧).

خير»<sup>(١)</sup>.

فكلُّ خيرٍ ترجوه لنفسك وتريده من خيرات الدنيا والآخرة، فاطلبه من الله والجأ إليه في نيته وتحصيله.

وقد وعد الله ﷻ من دعاه والتجأ إليه بالإجابة، فقال تعالى:

﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾.

وقال أمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضي الله عنه: «إني لا أحمل همَّ الإجابة، ولكن همَّ الدعاء؛ فإذا أُلهِمْتُ الدُّعَاءَ فَإِنِ الإجابة معه»<sup>(٢)</sup>.

وعن مُطَرِّف بن الشَّخِير قال: تَذَكَّرْتُ مَا جَمَاعُ الخَيْرِ، فَإِذَا الخَيْرُ كَثِيرٌ: الصَّوْمُ، وَالصَّلَاةُ، وَإِذَا هُوَ فِي يَدِ اللَّهِ عز وجل، وَإِذَا أَنْتَ لَا تَقْدِرُ عَلَى مَا فِي يَدِ اللَّهِ عز وجل إِلَّا أَنْ تَسْأَلَهُ فَيُعْطِيكَ،

(١) «مجموع الفتاوى» (١٠ / ٦٦١).

(٢) أخرجه «التِّرْمِذِيُّ» في «جامعه» رقم: (٣٣٧٠)، و«ابن ماجه» في «سننه»

رقم: (٣٨٢٩)، وحسنه الألباني في «الترغيب» (٢ / ٢٧٠).

فإذا جماعَ الخيرِ الدُّعاءُ»<sup>(١)</sup>.

وفي «باب التَّزْكِيَةِ» صحَّ عن النبي **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ** أَنَّهُ قَالَ فِي دَعَائِهِ: (اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا وَزَكَّاهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا أَنْتَ وَلِيِّهَا وَمَوْلَاهَا)<sup>(٢)</sup>.

وفي هذا الدُّعاءُ إشارةٌ وتنبيةٌ على أَنَّ تَزْكِيَةَ النَفُوسِ بِيَدِ اللَّهِ **سُبْحَانَهُ** عَلَامُ الْغُيُوبِ، وَأَنَّ مَفْتَاخَهَا الْأَعْظَمُ هُوَ الدُّعَاءُ وَالِافْتِقَارُ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى.

ولهذا كان أكثر دعاء النبي **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ**: «يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ».

فمتى اجتمع على العبد قلبه، وصدقت ضرورته وفاقته، وقوي رجاؤه، ولم يتعجل الإجابة، وتحري الأوقات الفاضلة، فلا يكاد يرد دعاؤه.

(١) أخرجه الإمام أحمد في «الزهد» رقم: (١٣٤٤).

(٢) أخرجه مسلم في «صحيحه» رقم: (٢٧٢٢).

وأعظم ما يعينك على الدعاء معرفتك أن زكاة نفسك بيد الله **بِرَّجَلٍ**، فالله **تَعَالَى** هو الذي يزكي مَنْ يشاء، والأمرُ كُلُّه له، وتحت مشيئته، كما قال الله تعالى: ﴿بَلِ اللَّهُ يُرْزِقُ مَنْ يَشَاءُ﴾. وقال تعالى: ﴿وَلَوْ لَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُرْزِقُ مَنْ يَشَاءُ﴾.

يقول ابن عباس **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا** في تفسير قوله تعالى: ﴿مَا زَكَا مِنْكُمْ﴾: «ما اهتدى أحدٌ من الخلائق لشيءٍ من الخير يَنْفَعُ بِهِ نَفْسَهُ، ولم يَتَّقِ شَيْئًا من الشَّرِّ يَدْفَعُهُ عَنْ نَفْسِهِ»<sup>(١)</sup>، أي: كُلُّ ذَلِكَ إِنَّمَا هُوَ بِمَحْضِ فَضْلِ اللَّهِ **بِرَّجَلٍ**.

وقال البراء **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ**: كان رسول الله **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ** يومَ الأحزاب ينقل معنا التراب، ولقد وارى الترابُ بياضَ بطنه، وهو يقول:

**والله لولا الله ما اهتدينا ولا تصدقنا ولا صلينا**<sup>(٢)</sup>

(١) أخرجه ابن جرير الطبري في «تفسيره» (١٧/ ٢٢٢).

(٢) أخرجه البخاري في «صحيحه» رقم: (٤١٠٤)، ومسلم في «صحيحه»

رقم: (١٨٠٣)، واللفظ له.

فالهداية والإيمان والخير كله بيد الله وَحْدَهُ، وقد كان رسول الله ﷺ يَغْرِسُ هذا الأمرَ في نفوس الصَّحابة رضي الله عنهم، ويؤكِّد عليه باستمرار، فكان ﷺ يستهِّلُ خطبَهُ بقوله: «من يهده الله فلا مُضِلَّ له، ومن يُضِل الله فلا هاديَ له»<sup>(١)</sup>.

فهذا الأصل هو أعظم الأبواب لتزكية النَّفس، فمن علم أنَّ صلاحَ نفسه وزكاتها واستقامتها بيد الله عز وجل؛ لجا إليه، وأقبل على بابهِ مُلِحًّا عليه بالدُّعاء، راجياً طامِعاً؛ لينال مِنْهُ زكاةَ نفسه، ونجاتها وفلاحها في الدنيا والآخرة.



(١) أخرجه الإمامُ مسلم في «صحيحه»، رقم: (٨٦٨)، من حديث ابن عباس رضي الله عنهما، وأخرجه أبو داود في «السنن»، رقم: (١٠٩٧)، والترمذي في «الجامع»، رقم: (١١٠٥)، والنسائي في «السنن الكبرى»، رقم: (٣٢٧٧)، وابن ماجه في «السنن»، رقم: (١٨٩٢)، كُلُّهم من حديث عبد الله ابن

## القاعدة الثالثة

### القرآن الكريم منبع التزكية ومعينها

قال الله ﷻ: ﴿لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ﴾.

فأعظم ما تزكو به النفس القرآن الكريم، الذي هو كتاب التزكية ومنبعها ومعينها ومصدرها، فمن أراد لنفسه التزكية فليطلبها في كتاب الله عز وجل.

قال ابن عباس رضي الله عنهما: «ضمّن الله لمن أتبع القرآن أن لا يضلّ في الدنيا، ولا يشقى في الآخرة، ثم تلا: ﴿فَمَنْ أَتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾<sup>(١)</sup>.

وقال تعالى: ﴿يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾.

(١) أخرجه ابن أبي شيبة في «المصنف»، رقم (٣٥٩٢٦).

قال ابن القيم **رحمه الله**: «القرآن هو الشفاء التام من جميع الأدوية القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة»<sup>(١)</sup>.

وقال تعالى: ﴿الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلَاوَتِهِ أُولَٰئِكَ يُؤْمِنُونَ بِهِ﴾، وتلاوة الكتاب **حق** التلاوة: تكون بقراءته وحفظه، وفهمه وتدبره، والعمل به؛ كما فسره بذلك الصحابة والتابعون. قال ابن مسعود **رضي الله عنه**: «كان الرجل منّا إذا تعلّم عشر آيات، لم يجاوزهن حتى يعرف معانيهن والعمل بهن»<sup>(٢)</sup>.

وقراءة القرآن دون فهم معانيه، أو العمل بما جاء فيه لا تعدّ تلاوة **بحق**، ولذا يقول الفضيل بن عياض **رحمه الله**: «إنّما نزل القرآن ليُعمل به، فاتخذ الناس قراءته عملاً»<sup>(٣)</sup>.

وإذا أكرم الله **ﷻ** عبده بتلاوة القرآن وتدبره ومجاهدة النفس على العمل به نال من التزكية أوفر نصيب.

(١) «زاد المعاد» (٤/١١٩).

(٢) أخرجه الإمام أحمد في «المسند» رقم: (٢٣٤٨٢).

(٣) أخرجه الأجرى في «أخلاق حملة القرآن» (ص ٤١).

## القاعدة الرابعة

### اتخاذ الأسوة والقدوة

قال الله عز وجل: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾.

قال ابن كثير رحمته: «هذه الآية الكريمة أصل كبير في التأسّي برسول الله صلى الله تعالى عليه وسلم في أقواله وأفعاله وأحواله»<sup>(١)</sup>.

وقال الحسن رحمته: «قال قوم على عهد النبي صلى الله تعالى عليه وسلم:  
إِنَّا نَحِبُّ رَبَّنَا، فَأَنْزَلَ اللَّهُ تَعَالَى هَذِهِ الْآيَةَ: ﴿قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ  
اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحِبِّبْكُمْ اللَّهُ﴾»<sup>(٢)</sup>.

فاتباع الرسول صلى الله تعالى عليه وسلم والتأسّي به دليلٌ على صدق محبة الله تعالى؛ لأنّ الاتباع والافتداء بالنبي صلى الله تعالى عليه وآله وسلم والسير على

(١) تفسير ابن كثير (١١/١٣٣).

(٢) أخرجه الطبري في «تفسيره» (٦/٣٢٢).

منهاجه القويم هو عين التزكية، ولا يمكن الوصول إليها  
بغير ما جاء به الرسول ﷺ.

ويُحَدِّثُ أُمَّةُ الضَّلَالِ فِي كُلِّ زَمَانٍ طُرُقًا مُنْكَرَةً  
يُدَّعَى فِيهَا أَنَّهَا تُزَكِّي النُّفُوسَ، وَتُهَدِّبُ الْقُلُوبَ، وَتَقْوِي الصَّلَاةَ  
بِاللَّهِ، إِلَى غَيْرِ ذَلِكَ مِمَّا يُقَالُ، وَيُوصُونَ بِالْإِنْقِطَاعِ عَنِ  
الْجَمَاعَاتِ وَالْخَلْوَةِ فِي أَمَاكِنَ مَظْلَمَةٍ، وَتُرَدِّدُ أَذْكَارَ خَاصَّةٍ،  
وَأَلْفَاظٍ مَعِينَةٍ يُزَعَمُ أَنَّهَا تُزَكِّي وَتُهَدِّبُ وَتُرَبِّي النُّفُوسَ، إِلَى غَيْرِ  
ذَلِكَ مِنَ الدَّعَاوِي الْبَاطِلَةِ.

يقول العلامة ابن القيم رحمته الله: «تَزْكِيَةُ النُّفُوسِ أَصْعَبُ مِنْ  
عِلَاجِ الْأَبْدَانِ وَأَشَدُّ، فَمَنْ زَكَّى نَفْسَهُ بِالرِّيَاضَةِ وَالْمُجَاهِدَةِ  
وَالْخَلْوَةِ الَّتِي لَمْ يَجِئْ بِهَا الرِّسَالُ هُوَ كَالْمَرِيضِ الَّذِي يَعَالِجُ  
نَفْسَهُ بِرَأْيِهِ، وَأَيْنَ يَقَعُ رَأْيُهُ مِنْ مَعْرِفَةِ الطَّيِّبِ؟!

فَالرُّسُلُ أَطْبَاءُ الْقُلُوبِ، فَلَا سَبِيلَ إِلَى تَزْكِيَتِهَا وَصِلَاحِهَا

إِلَّا مِنْ طَرِيقِهِمْ، وَعَلَى أَيْدِيهِمْ، وَبِمَحْضِ الْإِنْقِيَادِ وَالتَّسْلِيمِ

لهم، والله المستعان»<sup>(١)</sup>.

وأيضًا فجميع الأعمال التي ليس عليها أمر النبي ﷺ مردودةً على صاحبها، كما قال النبي ﷺ: «من عمل عملاً ليس عليه أمرنا فهو ردٌّ»<sup>(٢)</sup>، أي: مردودٌ على صاحبه.

قال الإمام سفيان بن عيينة رحمته الله: «إن رسول الله ﷺ هو الميزان الأكبر، فعليه تُعرضُ الأشياء؛ على خلقه، وسيرته وهديه، فما وافقها فهو الحق، وما خالفها فهو الباطل»<sup>(٣)</sup>.

ولهذا وجب على من أرادَ تزكية نفسه أن يُجاهد نفسه على الاتباع، والافتداء، والتأسي بالرسول ﷺ، والحذر من المحدثات والمخترعات والطرائق المبتدعات التي يدعي أربابها أنها تزكي النفوس.

(١) «مدارج السالكين» (٢/٣٠٠).

(٢) أخرجه مسلم في «صحيحه» رقم: (١٧١٨).

(٣) أخرجه الخطيب في مقدمة كتابه «الجامع لأخلاق الراوي وآداب السامع» (١/٧٩).

## القاعدة الخامسة

### التزكية تَحْلِيَّةٌ وَتَحْلِيَّةٌ

إنَّ حقيقةَ التزكية: تخلية النفس أولاً؛ بتطهيرها عن الرذائل والمعاصي والذنوب، ثم تحليتها بعد ذلك بفعل الطاعات والقربات، كما قال تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ﴾، فقوله تعالى: ﴿تَطَهِّرُهُمْ﴾: فيه إشارة إلى مقام التخلية عن السيئات بتطهيرهم من الذنوب، وقوله تعالى ﴿وَتُزَكِّيهِمْ﴾: فيه إشارة إلى مقام التحلية بالفضائل والحسنات، وتقديم التطهير على التزكية من باب تقديم التخلية على التحلية.

فلا بُدَّ لِمَن أراد تزكية نفسه أن يُقْلَعَ أولاً عن الذنوب والآثام التي تُفسد القلب، وتحجب عنه نور الهداية والإيمان، كما قال النبي ﷺ: «إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا أَخْطَأَ خَطِيئَةً نُكِّتَتْ فِي قَلْبِهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ، فَإِذَا هُوَ نَزَعَ وَاسْتَغْفَرَ وَتَابَ سُقِلَ قَلْبُهُ،

وإن عاد زيد فيها حتى تعلق قلبه، وهو الران الذي ذكر الله ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾<sup>(١)</sup>، ثم يُجاهد نفسه على الاستكثار من الصالحات التي تزكو بها نفسه، كما قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾.

قال ابن تيمية رحمه الله: «فالتزكية وإن كان أصلها النماء والبركة وزيادة الخير، فإنما تحصل بإزالة الشر؛ فلهذا صار التزكي يجمع هذا وهذا»<sup>(٢)</sup>.

وقال ابن سعدي رحمه الله عند قوله الله تعالى: ﴿بَلِ اللَّهُ يَبْزُكِي مَنْ يَشَاءُ﴾: «أي: بالإيمان والعمل الصالح؛ بالتخلي عن الأخلاق الرذيلة، والتخلي بالصفات الجميلة»<sup>(٣)</sup>.

(١) أخرجه الترمذي في «الجامع» رقم: (٣٣٣٤)، وحسنه الألباني في «صحيح الترغيب والترهيب» (٢/٢٦٨).

(٢) «مجموع الفتاوى» (١٠/٩٧).

(٣) «تيسير الكريم الرحمن» (ص ١٨٢).

## القاعدة السادسة

إغلاق المنافذ التي تخرج بالإنسان عن التزكية  
وتبعده عن الفضيلة وتوقعه في الرذيلة

فيحتاج العبد حاجة ماسةً إلى إغلاق المنافذ التي  
تُدنِّسُ نفسه وتُدسِّسها، وقد ضُربَ لنا في السُّنة مثلاً يُبيِّن  
خطورة ولوج العبد فيما يضيِّع عليه دينه، ففي الحديث قال  
صلى الله عليه وسلم: «ضُربَ اللهُ مثلاً صراطاً مستقيماً وعلى جنبتي  
الصِّراطِ سُورانِ فيهما أبوابٌ مُفَتَّحةٌ، وعلى الأبوابِ سُتُورٌ  
مرخاة، وعلى باب الصراطِ داعٍ يقول: يا أيها الناس ادخلوا  
الصراطِ جميعاً، ولا تتعرجوا وداعٍ يدعو من فوق الصراطِ،  
فإذا أراد يفتح شيئاً من تلك الأبوابِ قال: ويحك لا تفتحه  
فإنك إن تفتحته تلجه، والصراطِ الإسلام، والسورانِ حدود  
الله تعالى، والأبوابِ المفتحة محارم الله تعالى، وذلك الداعي

على رأس الصراط كتاب الله **عز وجل**، والداعي من فوق الصراط واعظ الله في قلب كل مسلم»<sup>(١)</sup>.

قال الحافظ ابن رجب الحنبلي **رحمه الله**: «ومن كان في الدنيا قد خرج عن الاستقامة على الصراط، ففتح أبواب المحارم التي في ستور الصراط يمينة ويسرة، ودخل إليها - سواء كانت المحارم من الشهوات أو من الشبهات - أخذته الكلايب التي على ذلك الصراط يمينة ويسرة، بحسب ما فتح في الدنيا من أبواب المحارم ودخل إليها»<sup>(٢)</sup>.

ومنه قول الله تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾.

قال أبو حيان الأندلسي **رحمه الله**: «قَدَّمْ غُضُّ الْبَصْرِ عَلَى حِفْظِ الْفَرْجِ لِأَنَّ النَّظَرَ بَرِيدُ الزُّنَا، وَرَائِدُ الْفَجُورِ، وَالْبَلْوَى

(١) أخرجه الإمام أحمد في المسند، رقم: (١٧٩٠٩).

(٢) «مجموع رسائل ابن رجب» (٢٠٦/١).

فيه أشدُّ وأكثر»<sup>(١)</sup>.

وقال الشيخ السعدي **رحمه الله**: «فإنَّ مَنْ حَفِظَ فَرَجَهُ وبصره، طَهَّرَ من الخبث الذي يتدنَّس به أهل الفواحش، وزكَّتْ أعمالُهُ، بسبب ترك المُحرَّم، الذي تطمع إليه النَّفس وتدعو إليه، فمن ترك شيئاً لله، عوضه الله خيراً منه»<sup>(٢)</sup>.

ولذا كان من حُسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه، من فضول الكلام، والنَّظر، وغير ذلك.

قال ابن القيم **رحمه الله**: «وأكثر المعاصي إنّما تولدُها من فضول الكلام والنَّظر، وهما أوسع مداخل الشيطان فإن جارحتيهما لا يملآن ولا يسأمان»<sup>(٣)</sup>.

فينبغي على العبد أن يكون عاقلاً كيَّساً فيسأل الله **عزَّ وجلَّ**

(١) «البحر المحيط» لأبي حيان الأندلسي (٨ / ٣٣).

(٢) «تيسير الكريم الرحمن» (ص ٦٦٠).

(٣) «بدائع الفوائد» (٢ / ٨٢٠).

الصَّبْرَ والنَّجَاةَ، وأن يقطع كُلَّ الطُّرُق المؤدية لضِياع نفسه  
وفجورها؛ فدينُ العبدِ رأسُ ماله، وفي ضياعه خسارة الدنيا  
والآخرة، لا سيَّما في زماننا الذي وقعت فيه الفتنُ على الناس  
كوقوعِ المطر، وانفتحت فيه أبواب الشُّبهات والشَّهوات  
مع هذه الأجهزة الحديثة، والمواقع المشبوهة، والبرامج  
المنحرفة، حتى ساقَتْ كثيرًا من الناس إلى الغواية، وصَرَفَتْهم  
عن الهداية، -نسأل الله العافية-.



## القاعدة السابعة

تذكر الموت، ولقاء الله عز وجل

قال الله تعالى: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَنفُوا اللَّهَ وَلَتَنْظُرَ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ﴾.

وقال رسول الله ﷺ: «أكثرُوا ذَكَرَ هَادِمِ اللذات»، يعني الموت<sup>(١)</sup>.

الموت هو الفيصل بين هذه الدار ودار القرار، والفاصل بين وقت العمل والجزاء عليه، وهو الحدُّ الفارق بين تقديم الزاد وملاقة جزائه، فلا مجال بعده للتوبة والاستغفار من السيئات، ولا مجال بعده للاستكثار من الحسنات كما قال تعالى: ﴿وَلَيْسَتِ التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّىٰ إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي بُبْتُ عَلَىٰكَ﴾.

(١) أخرجه ابن ماجه رقم: (٤٢٥٨)، وحسنه الألباني في «الإرواء» (٣/١٤٥).

ثم هو مُدرِكُ كلِّ النَّاسِ لا محالة، وملاقيهم بلا ريب،  
 كما قال الله **عَزَّوَجَلَّ**: ﴿قُلْ إِنْ أَلْمَوْتُ أَلَدَى تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ  
 مُلْقِيكُمْ﴾، وقال تعالى: ﴿أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ أَلْمَوْتُ وَلَوْ  
 كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ﴾.

وهو مع ذلك يأتي للأنام فجأة، ﴿فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا  
 يَسْتَعْجِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ﴾، فكَمَ من إنسان خرج من  
 بيته يقود سيارته فرجع محمولاً على الأكفان، وكم من إنسان  
 قال لأهله: «هيئوا لي طعاماً» فمات ولم يطعمه، وكم من  
 إنسان لبس ثوبه، وزرَّ زرارَه، ولم يفكَّ زرارَ ثوبه إلا الغاسلُ.  
 ففي ذكر العبد للموت منفعة عظيمة؛ فبذلك تستيقظُ  
 القلوب الغافلة، وتحيا القلوب الميتة، ويحسن إقبال العبد  
 على الله **عَزَّوَجَلَّ**، وتزول الغفلة والإعراض عن طاعة الله **عَزَّوَجَلَّ**.  
 قال سعيد بن جبیر **رضي الله عنه**: «لو فارقَ ذكرُ الموتِ قلبي  
 خَشِيتُ أن يفسدَ عليَّ قلبي»<sup>(١)</sup>.

(١) أخرجه الإمام أحمد في «الزهد» رقم: (٢٢١٠).

ولا يزال العبدُ بخير ما كان ناظرًا لموقفه بين يدي  
الله **عَزَّوَجَلَّ** يوم القيامة بعد مماته، ومصيره بعد الممات.

قال سفيان بن عيينة **رضي الله عنه**: يقول إبراهيم التيمي **رضي الله عنه**: «مَثَلْتُ  
نفسي في الجنة؛ آكلُ ثمارها، وأشربُ من أنهارها، وأعانقُ  
أبكارها، ثم مَثَلْتُ نفسي في النار؛ آكلُ من زقومها، وأشربُ  
من صديدها، وأعالجُ سلاسلها وأغلاؤها؛ فقلت لنفسي: (أي  
نفسي! أي شيء تريدين؟)، قالت: (أريدُ أن أُرَدَّ إلى الدنيا؛  
فأعملَ صالحًا) قال: قلت: (فأنت في الأُمنية فاعملي)»<sup>(١)</sup>.

وقل لها أيضًا: (يا نفس! إن أنا متُّ فمن ذا الذي يصلِّي  
عني بعد الموت، ومن سيصوم عني، ومن يتوب عني من ذنوبي  
وتفريطي؟!).



(١) أخرجه ابن أبي الدنيا في «محاسبة النفس» (ص ٢٦).

## القاعدة الثامنة

### تَحْيُرُ الْجُلَسَاءِ وَانْتِقَاءُ الرِّفْقَاءِ

قال تعالى: ﴿وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ، وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرْطًا﴾.

قال السعدي رحمه الله في تفسير الآية: «فيها الأمر بصحبة الأخيار، ومجاهدة النفس على صحبتهم، ومخالطتهم، وإن كانوا فقراء؛ فإن في صحبتهم من الفوائد ما لا يحصى»<sup>(١)</sup>.

وقال النبي ﷺ: «الرجل على دين خليله، فلينظر أحدكم مَنْ يُخَالِلُ»<sup>(٢)</sup>.

(١) «تيسير الكريم الرحمن» (ص ٥٤٧).

(٢) أخرجه أبو داود في «السنن» رقم: (٤٨٣٣)، وحسنه الألباني في «السلسلة

الصحيحة» (٢/ ٦٣٤).

قال أبو سليمان الخطابي رحمته: «قوله: (المرء على دين خليله) معناه: لا تُخالل إلا مَنْ رَضِيتَ دينَهُ وأمانته، فإنَّك إذا خالته قادك إلى دينه ومذهبه، ولا تُغرِّرَ بدينك، ولا تُخاطرَ بنفسِكَ فتُخالل مَنْ ليس مرضياً في دينه ومذهبه»<sup>(١)</sup>.

ولهذا يقول ابن مسعود رضي الله عنه: «اعتبروا الناس بأخداهم، فإنَّ المرءَ لا يُخادِن إلا مَنْ يُعجِبُهُ»<sup>(٢)</sup>.

وقال النبي صلى الله عليه وسلم: «مثلُ الجَلِيسِ الصَّالِحِ والسُّوءِ كحاملِ المسكِ ونافِخِ الكيرِ، فحاملُ المسكِ إمَّا أن يُحذِيكَ وإمَّا أن تبتاعَ منه، وإمَّا أن تجِدَ منه ريحاً طيِّبَةً، ونافِخُ الكيرِ إمَّا أن يُحرقَ ثيابك وإمَّا أن تجِدَ ريحاً حَبِيثَةً»<sup>(٣)</sup>.

قال القاضي عياض رحمته في شرحه لهذا الحديث: «فيه تجنُّبُ خلطاءِ السُّوءِ ومجالسةِ الأشرارِ، وأهلِ البدعِ والمغتائبين

(١) «العزلة» (ص ٥٦).

(٢) أخرجه ابن بطة في «الإبانة الكبرى» رقم: (٣٧٦).

(٣) أخرجه البخاري في «صحيحه» رقم: (٥٥٣٤)، ومسلم في «صحيحه»

رقم: (٢٦٢٨).

للناس؛ لأن جميع هؤلاء ينفذ أثرهم إلى جلسهم، والحض على مجالسة أهل الخير وتلقي العلم والأدب، وحسن الهدى والأخلاق الحميدة»<sup>(١)</sup>.

فعلى العبد تَخَيَّرَ الجلساء الذين يعينونه على الخير؛ فإنَّهم من أعظم أسباب تزكية نفسه وصلاحها، وأن يحذر خُلقاء الشرِّ، وجلساء الفساد؛ فإنَّهم أخطرُ عليه من الجرب.



(١) «إكمال المعلم بفوائد مسلم» (١٠٨/٨).

## القاعدة التاسعة

### الحذر من العُجب والاعتِرار بالنفس

كما قال تعالى: ﴿فَلَا تُزَكُّوْا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى﴾، فنهى الله **عز وجل** عن مدح النفس بما يدلُّ على زكاتها وصلاحتها؛ لأنَّ التَّقوى محلُّها القلب، والله **عز وجل** هو أعلم بمن حصلت منه التقوى، ولأنَّ هذا المدح للنفس سببٌ لدخول العُجبِ عليها، وسببٌ للرياء الذي هو مُحْبِطٌ للأعمال.

والمؤمن مهما اجتهد في فعل الصالحات واجتناب المحرمات فإنه لا يزال مقصراً، وظالماً لنفسه، وإذا كان أبو بكر **رضي الله عنه** - صديق هذه الأمة، وخير الناس بعد الأنبياء - لمَّا سأل النبي **صلوات الله عليه وآله** أن يُعلِّمه دعاء يدعو الله به في صلاته علمه **صلوات الله عليه وآله** أن يقول: (اللهم إني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً، ولا يغفر الذنوب إلا أنت، فاغفر لي مغفرة من عندك، وارحمني إنك

أنت الغفور الرحيم) (١)، فكيف الشأن بمن هو دونه؟!

وعندما سألت أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها عن قوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَاءً آتَاً وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ﴾، قالت: أهم الذين يشربون الخمر ويسرقون؟ قال رضي الله عنه: «لا يا بنت الصديق، ولكنهم الذين يصومون ويصلون ويتصدقون، وهم يخافون أن لا تقبل منهم» (٢).

وقال عبد الله بن أبي مليكة رضي الله عنه: «أدركت أكثر من ثلاثين صحابياً كلهم يخاف النفاق على نفسه» (٣).

وقال الحسن البصري رضي الله عنه: «المؤمنُ جَمَعُ إِحْسَانًا وَشَفَقَةً، وَالْمَنَافِقُ جَمَعُ إِسَاءَةٍ وَأَمْنًا، ثُمَّ تَلَا الْحَسَنُ: ﴿إِنَّ الَّذِينَ هُمْ مِّنْ خَشْيَةِ رَبِّهِمْ مُّشْفِقُونَ﴾» (٤).

(١) أخرجه البخاري برقم: (٨٣٤)، ومسلم برقم: (٢٧٠٥).

(٢) أخرجه الترمذي في «الجامع» رقم: (٣١٧٥)، وصححه الألباني في «الصحيحة» رقم: (١٦٢).

(٣) أخرجه البخاري في «صحيحه» تعليقا مجزوماً به، قبل رقم: (٨٣٤).

(٤) أخرجه الطبري في «تفسيره» (٦٨/١٧).

## القاعدة العاشرة

### معرفة النفس

ومما يتحتم في باب تزكية النفس: معرفة حقيقة هذه النفس، ومعرفة صفاتها، ليسهل الاعتناء بها، ورعايتها، ومداواتها من الآفات التي تطرأ عليها.

وقد وصف الله ﷻ النفس في كتابه الكريم بثلاث صفات مشهورة معلومة، وهذه الصفات راجعة إلى أحوال النفوس، وهي:

**\* النفس المُطمئنة:** وهي التي اطمأنت بالإيمان وذكر

الله تعالى وعبادته وحسن الإقبال، كما قال تعالى: ﴿الَّذِينَ

ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾،

وقال تعالى: ﴿يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً

﴿٢٨﴾ فَأَدْخِلِي فِي عِبْدِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخِلِي جَنَّتِي﴾.

\* **النفس اللوامة:** وهي التي تلوم صاحبها على فعله الخطأ، أو تقصيره في الواجب، أو تفريطه في الطاعة، كما قال تعالى في سورة القيامة: ﴿وَلَا أَقِيمُ بِالنَّفْسِ اللّوَامَةِ﴾.

\* **النفس الأمارة بالسوء:** وهي التي تحث صاحبها على فعل المحرمات، وارتكاب الآثام، وتقودُه إلى مواطن المنكرات، ومواضع الرذيلة، وتدفعُه إلى فعل القبائح والرذائل، كما جاء في سورة يوسف **عليه السلام**: ﴿وَمَا أْبْرِيءُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَرَجَعَرَيْتِي﴾.

فهذه الأوصاف الثلاثة للنفس هي في الحقيقة أحوال متعلقة بالنفس، ولذلك فإن هذه الأحوال تتقلب وتتغير، بحسب الواردات التي ترد على النفس، فقد تجتمع هذه الصفات عند الإنسان في يوم واحد بحسب حال النفس.

وقد ضرب أهل العلم لهذه النفس أمثلة تبين حالها مع الإنسان، ليسهل تصورها على المسلم، فيجتهد بعد ذلك في

إصلاحها وتزكيتهـا.

وأقتصرُ هنا على مثالين لإمامين جليلين:

**\* المِثَالُ الْأَوَّلُ:** ضربهُ الإمامُ الأجرِيُّ رحمهُ اللهُ في كتاب «أدب النفوس»، فقال: «وأنا أمثلُ لك مِثَالًا لا يخفى عليك أمرها - إن شاء الله -: اعلم أنَّ النفسَ مَثَلُها كَمَثَلِ المُهِرِ الحَسَنِ مِنَ الخَيْلِ، إذا نَظَرَ إليه الناظِرُ أعجَبَهُ حُسْنُهُ وبهاؤُهُ، فيقول أهلُ البَصِيرَةِ به: (لا يُنتَفَعُ بهذا حتى يُراضَ رِياضَةً حَسَنَةً، وَيُؤَدَّبَ أدبًا حَسَنًا، فحينئذٍ يُنتَفَعُ بِهِ، فيصَلِحُ لِلطَّلَبِ والهَرَبِ، وَيَحْمَدُ رَاكِبُهُ عواقِبَ تَأديبِهِ ورِياضَتِهِ، فإن لم يُؤَدَّبْ لم يُنتَفَعْ بِحُسْنِهِ، ولا ببِهائِهِ، ولا يَحْمَدُ رَاكِبُهُ عواقِبَهُ عند الحاجة).

فإن قَبَلَ صاحِبُ هذا المُهِرِ قولَ أهلِ النَّصِيحَةِ والبَصِيرَةِ بِهِ عَلِمَ أَنَّ هذا قولُ صحيحٍ، فدَفَعَهُ إلى رائضٍ؛ فَرَأَضَهُ.

**\* ثُمَّ لا يَصْلِحُ أن يكونَ الرَّائضُ إلا عالِمًا بِالرِّياضَةِ، مَعَهُ**

صَبْرٌ عَلَى مَا مَعَهُ مِنْ عِلْمِ الرِّيَاضَةِ، فَإِنْ كَانَ مَعَهُ بِالرِّيَاضَةِ  
وَنَصَحَهُ انْتَفَعَ بِهِ صَاحِبُهُ.

\* فَإِنْ كَانَ الرَّائِضُ لَا مَعْرِفَةَ مَعَهُ بِالرِّيَاضَةِ، وَلَا عِلْمَ بَأَدَبِ  
الْخَيْلِ أَفْسَدَ هَذَا الْمُهْرَ، وَأَتَعَبَ نَفْسَهُ، وَلَمْ يَحْمَدِ رَاكِبُهُ عَوَاقِبُهُ.

\* وَإِنْ كَانَ الرَّائِضُ مَعَهُ مَعْرِفَةُ الرِّيَاضَةِ وَالْأَدَبِ لِلْخَيْلِ  
إِلَّا أَنَّهُ مَعَ مَعْرِفَتِهِ لَمْ يَصْبِرْ عَلَى مَشَقَّةِ الرِّيَاضَةِ، وَأَحَبَّ  
التَّرْفِيَةَ لِنَفْسِهِ، وَتَوَانَى عَمَّا وَجَبَ عَلَيْهِ مِنَ النَّصِيحَةِ فِي  
الرِّيَاضَةِ أَفْسَدَ هَذَا الْمُهْرَ، وَأَسَاءَ إِلَيْهِ، وَلَمْ يَصْلِحْ لِلطَّلَبِ، وَلَا  
لِلْهَرَبِ، وَكَانَ لَهُ مَنْظَرٌ بِلَا مَخْبَرٍ.

\* فَإِنْ كَانَ مَالِكُهُ هُوَ الرَّائِضُ لَهُ: نَدِمَ عَلَى تَوَانِيهِ يَوْمَ لَا  
يَنْفَعُهُ النَّدَمُ؛ حِينَ نَظَرَ إِلَى غَيْرِهِ فِي وَقْتِ الطَّلَبِ قَدْ طَلَبَ  
فَأَدْرَكَ، وَفِي وَقْتِ الْهَرَبِ قَدْ هَرَبَ فَسَلِمَ، وَطَلَبَ هُوَ وَلَمْ  
يُدْرِكْ، وَهَرَبَ فَلَمْ يَسَلِمَ؛ كُلُّ ذَلِكَ بِتَوَانِيهِ، وَقِلَّةِ صَبْرِهِ بَعْدَ  
مَعْرِفَتِهِ مِنْهُ.

ثُمَّ أَقْبَلَ عَلَى نَفْسِهِ يَلُومُهَا، وَيُوبِّخُهَا؛ فَيَقُولُ: (لَمْ  
فَرَّطْتُ؟ لِمَ قَصَّرْتُ؟ لَقَدْ عَادَ عَلَيَّ مِنْ قِلَّةِ صَبْرِي كُلُّ مَا  
أَكْرَهُ)، وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ.

اعقلوا - رحمكم الله - علم هذا المثل، وتفقهوا به:  
تُفْلِحُوا وَتَنْجَحُوا<sup>(١)</sup>.

فهذا المثل الأول يوضح فيه الإمام الآجري رحمته الله حال  
النفس البشرية، وأنها كالمهر التي تحتاج إلى رياضة وصبر في  
ترويضها، وأن يكون على علم بالأمور التي تصلح النفس  
وتزكيها، وأن الإنسان إذا فرط في هذه المعرفة، وفي هذا  
الترويض؛ فإنه سيندم في نهاية المطاف غاية الندم.

**\* المثل الثاني:** ضربه الإمام ابن القيم رحمته الله قال: «النفس  
جبلٌ عظيمٌ شاق في طريق السير إلى الله عز وجل، وكلُّ سائر لا  
طريق له إلا على ذلك الجبل، فلا بدَّ أن ينتهي إليه، ولكن منهم

(١) «أدب النفوس» للآجري (ص ٢٦١).

مَنْ هُوَ شَاقٌ عَلَيْهِ، وَمِنْهُمْ مَنْ هُوَ سَهْلٌ عَلَيْهِ، وَإِنَّهُ لَيَسِيرٌ عَلَى  
مَنْ يَسَّرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ.

وَفِي ذَلِكَ الْجَبَلِ أَوْدِيَةٌ وَسُغُوبٌ، وَعَقَبَاتٌ وَوُهُودٌ، وَشَوْكٌ  
وَعَوَسَجٌ، وَعُلَيْقٌ وَشِبْرَقٌ، وَلُصُوصٌ يَقْتَطِعُونَ الطَّرِيقَ عَلَى  
السَّائِرِينَ، وَلَا سَيِّمًا أَهْلُ اللَّيْلِ الْمُدْلِجِينَ.

فَإِذَا لَمْ يَكُنْ مَعَهُمْ عُدَّةُ الْإِيمَانِ، وَمَصَابِيحُ الْيَقِينِ تَتَقَدُّ  
بَزَيْتِ الْإِخْبَاتِ، وَإِلَّا تَعَلَّقَتْ بِهِمْ تِلْكَ الْمَوَانِعُ، وَتَشَبَّثَتْ بِهِمْ  
تِلْكَ الْقَوَاطِعُ، وَحَالَتْ بَيْنَهُمْ وَبَيْنَ السَّيْرِ.

فَإِنَّ أَكْثَرَ السَّائِرِينَ فِيهِ رَجَعُوا عَلَى أَعْقَابِهِمْ لَمَّا عَجَزُوا  
عَنْ قَطْعِهِ وَاقْتِحَامِ عَقَبَاتِهِ.

وَالشَّيْطَانُ عَلَى قَلَّةِ ذَلِكَ الْجَبَلِ - أَي: أَعْلَاهُ - يُحَدِّثُ النَّاسَ  
مِنْ صُعُودِهِ وَارْتِفَاعِهِ، وَيَخَوْفُهُمْ مِنْهُ؛ فَيَتَفَقُّ: مَشَقَّةُ الصُّعُودِ،  
وَقُعُودِ ذَلِكَ الْمُخَوِّفِ عَلَى قَلْتِهِ، وَضَعْفُ عَزِيمَةِ السَّائِرِ وَنِيَّتِهِ؛  
فَيَتَوَلَّدُ مِنْ ذَلِكَ الْإِنْقِطَاعُ وَالرُّجُوعُ، وَالْمَعْصُومُ مَنْ عَصَمَهُ اللَّهُ.

وكُلِّمَ رَقِي السَّائِرُ فِي ذَلِكَ الْجَبَلِ اشْتَدَّ بِهِ صِيَاْحُ الْقَاطِعِ،  
وَتَحْذِيرُهُ وَتَخْوِيفُهُ، فَإِذَا قَطَعَهُ وَبَلَغَ قَلَّتَهُ: انْقَلَبَتْ تِلْكَ  
الْمَخَافُوفُ كُلُّهُنَّ أَمَانًا، وَحِينَئِذٍ يَسْهَلُ السَّيْرُ، وَتَزُولُ عَنْهُ  
عَوَارِضُ الطَّرِيقِ، وَمَشَقَّةُ عَقَبَاتِهَا، وَيَرَى طَرِيقًا وَاسِعًا آمِنًا؛  
يُفْضِي بِهِ إِلَى الْمَنَازِلِ وَالْمَنَاهِلِ، وَعَلَيْهِ الْأَعْلَامُ، وَفِيهِ الْإِقَامَاتُ  
قَدْ أُعِدَّتْ لِرَكْبِ الرَّحْمَنِ.

فِيْنِ الْعَبْدِ وَبَيْنِ السَّعَادَةِ وَالْفَلَاحِ: قُوَّةٌ عَزِيمَةٌ، وَصَبْرٌ  
سَاعَةٌ، وَشَجَاعَةٌ نَفْسٍ، وَثَبَاتٌ قَلْبٍ، وَالْفَضْلُ بِيَدِ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ  
يَشَاءُ، وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ»<sup>(١)</sup>.

وَهَذَا الْمَثَلُ يُبَيِّنُ لَنَا حَالَ النَّفْسِ أَيْضًا؛ وَأَنَّهَا تَحْتَاجُ مِنْ  
صَاحِبِهَا إِلَى تَعَاهُدٍ وَمُعَالَجَةٍ وَمُدَاوَاةٍ، فَإِنْ لَمْ يَجَاهِدْهَا  
بِالطَّرِيقِ الشَّرْعِيِّ وَيَصْبِرْ عَلَى ذَلِكَ تَفَلَّتَتْ مِنْهُ وَضَيَّعَتْهُ.



(١) «مدارج السالكين» لابن القيم (١٠/٢).

## خاتمة

وبعد ما تقدّم من بيان هذه القواعد التي تُعين العبدَ على تزكية نفسه، وتطهيرها، ظهرَ بجلاء حاجة النفس إلى المحاسبة ما دامت في دار المهلة والعمل، قبل أن يقف الإنسان بين يدي الله ﷻ يوم القيامة، وقد أهمل إصلاح نفسه، وكانت سببَ هلاكه.

وقد كان السلفُ الصالحُ يُذكرون الناس ويوصونهم بضرورة محاسبة النفس، وإصلاحها، قبل فوات الأوان، وحلول المنيّة، ويحسّن في ختام هذه الرسالة نقلُ بعض الوصايا التي جاءت عنهم في هذا الباب؛ وعلى رأس هؤلاء الخلفاء الأربعة الراشدون:

❀ قال الخليفة الراشد أبو بكر الصديق رضي الله عنه: «اعلموا

عباد الله أنكم تغدّون وتروحون في أجلٍ قد غيّب عنكم

عِلْمُهُ، فَإِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنْقِضِي الْأَجَالَ وَأَنْتُمْ فِي عَمَلِ اللَّهِ فَافْعَلُوا، وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا ذَلِكَ إِلَّا بِاللَّهِ، فَسَابِقُوا فِي مُهْلِ آجَالِكُمْ، قَبْلَ أَنْ تَنْقِضِي آجَالَكُمْ فَيُرَدِّكُمْ إِلَى أَسْوَأِ أَعْمَالِكُمْ؛ فَإِنَّ أَقْوَامًا جَعَلُوا آجَالَهُمْ لغيرِهِمْ وَنَسُوا أَنْفُسَهُمْ، فَأَنْهَأكُمْ أَنْ تَكُونُوا أَمْثَالَهُمْ، فَالْوَحَا الْوَحَا<sup>(١)</sup>، ثُمَّ النَّجَا النَّجَا، فَإِنَّ وِرَاءَكُمْ طَالِبًا حَاشِيًا، مَرَّةً سَرِيعًا - يَعْنِي الْمَوْتَ -»<sup>(٢)</sup>.

❀ ويقول الخليفة الثاني عمر بن الخطاب **رضي الله عنه**: «حاسبوا أنفسكم قبل أن تُحاسبوا، وَزِنُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُوزَنُوا، وَتَزَيَّنُوا لِلْعَرَضِ الْأَكْبَرِ، يَوْمَ تُعْرَضُونَ لَا تَخْفَى مِنْكُمْ خَافِيَةٌ»<sup>(٣)</sup>.

❀ ويقول الخليفة الثالث عثمان بن عفان **رضي الله عنه**: «ابن

(١) قوله: «**فَالْوَحَا الْوَحَا**»: يقال: تَوَحَّيتُ تَوْحِيًّا، إِذَا أَسْرَعْتَ، وَهُوَ مَنْصُوبٌ عَلَى الْإِعْرَاءِ، وَمَعْنَاهُ فِي الْأَثَرِ: السَّرْعَةُ السَّرْعَةُ. [انظر: «النهاية» لابن الأثير (١٦٣/٥)].

(٢) أخرجه ابن أبي شيبة في «المصنّف» رقم: (٣٥٥٧٢).

(٣) أخرجه ابن أبي شيبة في «المصنّف» رقم: (٣٥٦٠٠).

آدَمَ؛ اعْلَمْ أَنَّ مَلَكَ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكَ لَمْ يَزَلْ يُخْلِيفُكَ  
وَيَتَخَطَّى إِلَى غَيْرِكَ مُذْ أَنْتَ فِي الدُّنْيَا، وَكَأَنَّهُ قَدْ تَخَطَّى  
غَيْرِكَ إِلَيْكَ وَقَصَدَكَ؛ فَخُذْ حِذْرَكَ، وَاسْتَعِدَّ لَهُ، وَلَا تَغْفَلْ؛  
فَإِنَّهُ لَا يَغْفُلُ عَنْكَ.

وَاعْلَمْ ابْنَ آدَمَ إِنْ غَفَلْتَ عَنْ نَفْسِكَ وَلَمْ تَسْتَعِدَّ لَهَا؛ لَمْ  
يَسْتَعِدَّ لَهَا غَيْرُكَ، وَلَا بُدَّ مِنْ لِقَاءِ اللَّهِ **عَزَّ وَجَلَّ**؛ فَخُذْ لِنَفْسِكَ  
وَلَا تَكِلْهَا إِلَى غَيْرِكَ»<sup>(١)</sup>.

❁ ويقول الخليفة الرابع علي بن أبي طالب **رضي الله عنه**: «يا  
أيها النَّاسُ، إِنَّ أَخَوْفَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمْ طُولَ الْأَمَلِ، وَاتِّبَاعُ  
الْهَوَى؛ فَأَمَّا طُولُ الْأَمَلِ فَيُنْسِي الْآخِرَةَ، وَأَمَّا اتِّبَاعُ الْهَوَى  
فَيُضِلُّ عَنِ الْحَقِّ.

أَلَا إِنَّ الدُّنْيَا قَدْ وَلَّتْ مُدْبِرَةً، وَالْآخِرَةُ مُقْبِلَةٌ، وَلِكُلِّ  
وَاحِدَةٍ مِنْهُمَا بَنُونَ، فَكُونُوا مِنْ أَبْنَاءِ الْآخِرَةِ، وَلَا تَكُونُوا

(١) أخرجه أبو بكر الدينوري في «المجالس والجواهر» رقم: (٢٠٧).

مِنْ أبنَاءِ الدُّنْيَا، فَإِنَّ اليَوْمَ عَمَلٌ وَلَا حِسَابٌ، وَغَدًا  
حِسَابٌ وَلَا عَمَلٌ»<sup>(١)</sup>.

❀ ويقول الحسن البصري رحمته الله: «المؤمن قَوَّامٌ عَلَى  
نَفْسِهِ؛ يَحَاسِبُ نَفْسَهُ، وَإِنَّمَا خَفَّ الْحِسَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ  
عَلَى قَوْمٍ حَاسَبُوا أَنْفُسَهُمْ فِي الدُّنْيَا، وَإِنَّمَا شَقَّ الْحِسَابُ يَوْمَ  
الْقِيَامَةِ عَلَى قَوْمٍ أَخَذُوا هَذَا الْأَمْرَ مِنْ غَيْرِ مُحَاسَبَةٍ»<sup>(٢)</sup>.

❀ ويقول ميمون بن مهران رحمته الله: «لَا يَكُونُ الْعَبْدُ تَقِيًّا  
حَتَّى يَكُونَ لِنَفْسِهِ أَشَدَّ مُحَاسَبَةً مِنَ الشَّرِيكِ لِشَرِيكِه»<sup>(٣)</sup>.  
ولهذا قيل: «النَّفْسُ كَالشَّرِيكِ الْخَوَّانِ؛ إِنْ لَمْ تُحَاسِبْهُ  
ذَهَبَ بِمَالِكَ»<sup>(٤)</sup>.

وَيَتَأَكَّدُ هَذَا الْمَقَامُ فِي هَذِهِ الْأَزْمَنَةِ الَّتِي كَثُرَتْ فِيهَا  
الْفِتَنُ وَالصَّوَارِفُ عَنِ الْخَيْرِ، وَعَظُمَتِ الشُّرُورُ الَّتِي تُسَوَّلُ

(١) أخرجه البخاري في «صحيحه» تعليقاً مجزوماً به، قبل رقم: (٦٤١٧).

(٢) أخرجه ابن المبارك في «الزهد» رقم: (٣٠٧).

(٣) أخرجه وكيع في «الزهد» رقم: (٢٣٩).

(٤) انظر: «إغاثة اللهفان» لابن القيم (١/١٣٣).

الباطل للنفوس، وتزيئته لها.

وقد كان الإمام عبد الله بن المبارك رحمته الله - وهو من جلة علماء التابعين - يقول عن زمانه: «إنَّ الصالحين فيما مضى كانت أنفسهم تواتيهم على الخير عفواً، وإنَّ أنفسنا لا تكادُ تواتينا إلا على كُرهٍ، فينبغي لنا أن نُكْرِهها»<sup>(١)</sup>، فكيف الحال في زماننا؟!

نسأل الله تعالى بأسمائه الحسنى وصفاته العُليا أن يُصلحَ لنا ديننا الذي هو عصمة أمرنا، وأن يصلح لنا دُنيانا التي فيها معاشنا، وأن يُصلحَ لنا آخرتنا التي فيها معادنا، وأن يجعلَ الحياةَ زيادةً لنا في كل خير، والموت راحةً لنا من كل شرٍّ.

اللهم آت نفوسنا تقواها، وزكّها أنت خيرٌ من زكّاها، أنت وليُّها ومولاها.  
وصلّى الله على نبينا محمد، وعلى آله وصحبه وسلم.

(١) أخرجه ابن الجوزي في «ذم الهوى» (ص ٤٧).



مكتب انوار  
للتنفيذ والدراسات العلمية

