

## محاسبه نفس

خوب بدانيد که بزرگترین دشمن انسان همانا نفس وی است، که در داخل انسان پنهان گردیده است. همین نفس انسان را به جاده گنجهکاری و بدرفتاری می کشاند، پاکي و سترگی این نفس هم بدوش انسان است، پس اگر شما خبر وجلو نفس خویش را نگیرید این روند شما منجر به سرکشی نفس تان میشود و رفته رفته نفس از گرفت تان خارج میگردد، اما اگر با نفس تان همواره روش محاسبه را پیش گیرید و آنرا ملامت کنید به نفس لوامه مبدل خواهد شد و رفته رفته به نفس مطمئنه رو خواهد آورد، و شامل آن بنده گان خواهید گردید که رضا خداوند را نایل گردیده اند.

همواره نفس خویش را ملامت کنید و آنرا نصحت کنید و لحظه هم از نصحت کردن به وی غافل نگردید، قبل از دیگران به نفس خویش نصحت کنید

**و همواره به نفس خویش چنین گوید:** ای نفس اندکی انصاف کن، تو پنداشته ای که بسیار عاقل استی در حقیقت تو نادان و کم عقل بزرگ استی، تو نمیدانی که جنت و دوزخ را پیش رو داری؟ و تو به زودی به سوی یکی از آنها خواهی رفت، پس بر تو چه شده که در دنیا بیهوده خنده کنان زندگی را بسر کرده ای، آیا تو نمیدانی که امروز یا فردا با مرگ روبرو خواهی شد؟ آن مرگی که تو آنرا دورمیگذاری ولی نزد خداوند یکتا بسا قریب و نزدیک است، آیا تو نمیدانی که مرگ ناگهان میشتابد نه کسی خبری آنرا میآورد و نه هم پیغامی، و این هم تعیین نگردیده که مرگ در روز آید و در شب نیاید و یا در شب آید در روز نیاید و یا در خورد سالی نیاید و یا در خورد سالی آید در جوانی نیاید بلکه مرگ در هر لحظه آمده میتواند!

پس بر تو چه شده که مرگ اینقدر نزدیک است و توبه آمدنش تباری نمیگیری؟  
(اقترب للناس حسابهم و هم فی غفلة معرضون) ما یا تیمم من ذکر من ربهم محدث الا استمعوه و هم یلعبون  
لا هیة قلوبهم) کتون که نزدیک آمده است وقت حسابدهی مردم، آنها در غفلت به سر میبرند، با وجود اینکه از سوی رب العالمین نصحت میآید آنرا به بی اعتنا میشوند و به بازی و بی بندباری خویش ادامه میدهند، دل های شان در فکر های بیهوده مشغول است.

**اندکی فکر کن:** تو جرات نافرمانی خداوند جل جلاله را چرا مرتکب میشوی؟ اگر به این عقیده استی که او تعالی ترا نمیبیند پس یقیناً کافر استی یا اگر یقین داری که خداوند یکتا ترا میبیند و باز هم جرات نافرمانی او تعالی را میکنی پس تو سخت بی حیا استی، اگر برادر یا کدام نوکر تو در برابران زشت گوید موجب خشم و غضب تو نمیشود، پس تو چرا غضب خداوند لایزال را برمی انگیزی و از عذاب او تعالی هراس و بیم نداری. آیا تو قادر به این استی که عذاب خداوند قهار را تحمل کنی؟ هرگز نمیتوانی که عذاب خداوند متعال را تحمل کنی این فکر را از ذهنت دور کن، به یک مدت خیلی کوتاه بالای جمره آتش استاده شو و یا انگشت خود را به شعله آتش نزدیک کن تا حوصله و طاقت خود را درک کنی.

آیا تو دچار این مغالطه شده ای که خداوند بسا بخشاینده و مهربان است و بدون اطاعت و عبادت بوی ترا میبخشد، پس برای دست آوردن های مادی دنیا چرا کوشا استی، چرا این کار را هم به کرم خداوند لایزال واگذار نمیکنی؟ وقتی با کدام دشمن دست و گریبان میگردی چرا برای نجات از وی تدبیر می جویی؟ چرا نمیگویی که خداوند قادر مرا به کرم خویش نجات خواهد داد چرا این کار رابه سپرد خداوند نمیگذاری؟ وقتی کاری توسط پول تحقق پذیر میگردد چرا پی بدست آوردن آن صدها حيله را بکار میاندازي و سرگردان میباشي این وقت به کرم خداوند چرا اعتماد نمیکنی؟ چرا نمیگویی که خداوند مهربان کدام خزانه را برایم عنایت خواهد نمود بدون آنکه دست و پا زنم.

آیا خداوند کریم فقط در آخرت بخشاینده و کریم است در دنیا چنین نیست؟

**ای نفس:** نفاق و دسیسه سازی تو بسیار حیرت انگیز است! اندکی ببین که خالقت در مورد دنیا چه فرموده است (وما من دابة فی الارض الا علی الله رزقها) (هود) در روی زمین زنده جانی وجود ندارد که رزقش به ذمه خداوند رازق نباشد، و در باره آخرت می فرماید (وان لیس للانسان الا ما سعی) (النجم 53) نیست برای انسان چیزی تا اینکه وی تلاش بدست آوردن آن را نکرده باشد یعنی مسولیت فراهم کردن رزق برای همه زنده جان ها را خداوند رزاق بدوش خویش گرفته است و بالمقابل به دست آوردن آخرت منحصر به تلاش و سعی خود انسان گذاشته شده است، آن چیزی که فراهم کردن آن را خداوند وعده کرده است پی بدست آوردن آن همچو دیوانه ها می تازی و آن چیزی که بدست آوردن آن بدوش تو سپرده

شده است هچ گونه تلاش نيمورزي، وتلاش درين مسير را به حفاتر مينگري، اين نشانه ايمان نيست! اگر ايمان زباني مقصود ميبود پس چرا منافق در عميق ترين درجه دورخ به سر ميبرد؟

آيا تو به روزي قيامت وحساب ايمان نداري؟ آيا تو به اين باور استي كه بدون حساب وكتاب به سرخواهي برد؟ ويا هم به کدام طرفي فرار خواهي كرد؟ هر گز چنين نيست! اگر تو چنين پنداشته اي پس جاهل بزرگتر از تو وجود ندارد و تو يقينا كافر استي، آيا تو به اين يقين استي كه خداوند قادر ترا دوباره زنده ساخته در مقابلش قرار نميدهد، اگر چنين نيست پس چرا نافرمانی خداوند لايزال را ميبسندي.

**اي نفس اندكي انصاف كن:** اگر کدام داکتر کافر برايبت بگويد كه فلانی خوردنی به صحت ات مضر است اگر آن خوردنی بسيار لذیذ هم باشد از خوردن آن اجتناب می ورزي، آيا رهنمائي وارشادات انبيا و كتاب خداوند متعال كه در آن براي بشريت رهنمائي گرديده است از قول آن داکتر هم كم وزن است، با وجود کاهش عقل و علم سخن آن داکتر را ميبيري وسخن والاي ذات اقدس ورسول گرانقدرش در تو اثري ايجاد نميکند عجيب است!

اي نفس اگر همه اين سخنان را درك ميکني پس چرا در تنبلي وسستي به سر می بري حالانکه مرگ در کمين به سر می برد تا ناگهان به زندگي ات خاتمه بخشد و هيچ چيزی فرا رسيدن آنرا به تعويق انداخته نميواند، اگر برايبت سالها هم مهلت فراهم شود تا به آن منزليکه بايد برسی بدون پيمودن آن فاصله كه بين تو وآن منزل مقصود وجود دارد به آن رسیده نميواني، وبدون كار كردن به انجام كه بايد رسيد رسیده گي ممكن نيست.

در مورد آن شخص چه نظر داري كه براي حاصل كردن علم و معرفت به كشوري ديگري سفر كند سپس درآن كشور بدون جستجو وتلاش در رابطه به هدف خويش بي اعتنائي كرده و با خود وعده كند كه وقت برگشت به وطن در مدت يك سال همه علم را حاصل ميكنم، حتما به عقل چنين شخص خنده كرده تعجب خواهي كرد! كه به اين باور باشد كه در مدت يك سال تمام علم را حاصل ميکند وبدون علم به اين توكل باشد كه منصب را به اساس قضاو فضل بدست خواهد آورد، اگر اين را بپذيريم كه آموختن علم در آخر عمر مفيد است وانسان را به مراتب بلند رسانيده ميتواند، اما چطور ميتوانيم بدانيم كه زندگي باقيست ياخير، ممكن است كه همين امروز آخرين روز عمرات باشد، پس چرا در كارات كوتاهي ميکني وعلت امروز فردا – امروز فردا چيست؟

علت چيست كه مخالفت با خواهشات نفس برايبت دشوار جلوه ميزند، زيرا كه درين كاربه اساس برداشت تو مشقت و دشواری وجود دارد؟ آيا تو انتظار آن روز را داری كه مخالفت با خواهشات نفس برايبت آسان وساده گردد؟ اگر تو به انتظار چنين روز استي پس خداوند اينگونه روزی را خلق نكرده ونه پيدا خواهد كرد، بهشت در نتيجه كارهای شايسته ونيكو بدست آمده ميتواند ونفس كارهای شايسته ونيكو را نميپسندد.

اندكي فكر كن تا چه وقتی عهد ميبندي كه اين كار را فردا انجام ميدهم هر روز فردا فردا كرده به امروز مبدل ميگردي، اگر امروز آنرا انجام نكردي پس فردا چگونه انجام خواهي كرد، تو نميداني كه فردا كه رونما شده بود در حكم روزي گذشته قرار گرفته است، كاری را كه امروز انجام داده نتوانسته اي فردا اتمام آن دشوار تر خواهد بود، اگر امروز عاجز ونا توان استي پس فردا هم عاجز ونا توان خواهي بود، پس اي نفس اگر تو اين سخنان ساده وصاف را نميفهمي و تنبلي وسستي ميکني ودر عين حال خود را عاقل ميپنداري ازين حماقت بزرگ ديگر كجاست؟

غالباً ميگوي كه من عمل نيكورا بخاطري انجام داده نميوانم چونكه من گرویده لذت خواهشات استم ومشقت و دشواری را تحمل كرده نميوانم، اگر چنين پنداشته اي پس اين بالا ترين درجه حماقت است، اگر واقعا گرویده لذت خواهشات استي پس چرا در جستجو وتلاش آن لذتي كه از همه آلايش ها پاك وستره است ولذتست جاودانی نمی پردازي، واين نعمت حقيقتاً در جنت حاصل شده ميتواند، اگر واقعا گرویده لذت خواهشات استي پس بايد جلوگيري خواهشات کوتاه مدت را بكني، چونكه احيانا يك لقمه انسان را از لقمه های فراوان ديگر محروم كرده ميتواند.

به نظر من تو به اساس دو علت نفس خود را آزاد وسركش ساخته اي يك كفر پنهان دوم حماقت صريح، كفر پنهان: اينكه به روزي قيامت وحسابدهي در برابر خداوند لايزال ايمان تو ضعيف وكمزور گرديده است واز ثواب وعقاب بيخير استي. حماقت صريح: اينكه به كرم وبخشش خداوند بخشاينده اعتماد نادرست كرده اي واينكه خداوند به عذاب مهلت ميدهد بي پرواه شده اي حالانکه در مورد بدست آوردن يك لقمه نان به خداوند رزاق اعتماد نميکني وهر چند تب وتلاش درين راستا به كار است آنرا دريغ نميکني، به اساس همين جهالت رسول الله صلی الله عليه وسلم به تو لقب حماقت را داده است ودرين مورد فرموده ( عقمند شخصی است: كه نفس خويش را در اراده وگرفت خود داشته باشه وبيروي هوس آنرا نكند، وبرای آخرت خويش زحمت كشد وكار كند، واحقق شخصی است: كه بيروي خواهشات نفس را كند ودر عين حال به خداوند متعال اميد بندد ).

دپانو شميره: له 2 تر 3

ای نفس در زندگی دنیا گمراه نشو، وبه خداوند متعال امید غلط نبند با خود به اندیش و وقت خود را ضایع نکن، زیرا هر نفسی که میکشی از عمرات کاسته میشود، به هر اندازیکه آرزو داری در آخرت در بهشت به سر ببری به همان اندازه به آن تیاری بگیر، به این امید نباش که خداوند متعال بدون لباس و آتش تراز سردی نجات خواهد داد حالانکه خداوند لایزال به این کار قا درهم است، برای امان از سردی دنیا خداوند آتش و لباس را خلق نموده است تا انسان از آن استفاده کند آیا تو گمان داری که سردی جهنم از سردی دنیا کمتر است که نجات از آن بدون توحید و اطاعت خداوند قهار تحقق پذیر نیست؟ آیا این رحمت و کرم خداوند نیست که مسببات نجات از دوزخ را فراهم نموده است و تو از آن استفاده نمیکنی، تو ای نفس گمراه شده ای طوریکه به دنیا تیاری میگیری از آن چند مراتبه بیشتر به آخرت ات تیاری بگیر.

ای نفس من فکر میکنم که تو با دنیا محبت و عشق می ورزی، وگسستن وجدایی از آن برایت دشوار گردیده است، تو از عذاب و ثواب واز هیبت روز قیامت غافل گردیده ای، حالانکه تو در دنیا حیثیت یک مسافری بیش نداری، وعادتاً متاع های دنیا با مسافرا از دنیا یکجا نمیرود، آیا تو حالت رفته گان را ندیده ای که در آن عمارت های با شکوه و قصرها زندگی میکردند همه را در دنیا گذاشته خود رفتن، جای زندگی در زمین آن قبر است که همه به سوی آن میروند، شاید شان و شوکت و منزلت مردم چشمان تو را بسته باشد یا به روی چشمان ات پرده انداخته باشد، اینهایکه امروز سخن ترا میزیرد و صفت ترا میکند و عزت ترا میکند، فردا نه تو درین دنیا باقی میمانی نه هم آنها زمانه دیگری میاید که نه ذکر ترا کسی میکند و نه هم ذکر آنها را.

ای نفس فراموش نکن که مرگ نزدیک آمده است کاری که باید انجام دهی اکنون انجام کن بعد از درگذشت کسی برای تو نماز و روزه و عبادت نمیکند تا خداوند مهربان از تو راضی شود، زندگی همین چند روز است که همین روز ها سرمایه تست با همین روزها تجارت کن سرمایه فراوان را ضایع کرده ای، لشکر مرده ها در انتظار ات است آنها همه آرزو دارند تا برای یک روز به دنیا برگردند و چنان در عبادت خداوند قادر مصروف شوند تا اگر شود خداوند گناهان شان را عفو کند، تو چون تا اکنون همین روز را در دست داری از آن استفاده کن .

ای نفس تو اندکی شرم هم نداری به ظاهر خود را نیکو کار جلوه میدهی و در باطن گناهان بزرگ را مرتکب شده خداوند قهار را نا راض میگردانی.

ای نفس آیا این عقلمندی تست که از زیاد شدن مال و دولت مسرور گردیده واز کاهش عمرت غمی نداری؟

ای نفس فراموش نکن که در مقابل ایمان و دین هیچ چیزی وجود ندارد و نه هم بعد ازین زندگی دیگری وجود دارد.

ای نفس اکنون نصیحت من را پذیرا شو آنهایکه نصحت را نمیپذیرند در حقیقت به آتش راضی میشوند.

اکنون ببین این مصیبت را که تو به آن دست وگریبان استی که موجب اندوهگینی و غم تو میشود یا خیراگر میشود کدام اشک از چشمان ات میچکد اگر میچکد آیا سرچشمه اش از رحمت است یا خیر، اکنون هم موقع و امید رحم خداوند فراهم است به خداوند مهربان فریاد کن و به اوتعالی شکوه کن زیرا که مصیبت تو بسا بزرگ است، و برای شنیدن و برداشتن این مصیبت جز خداوند قادر کسی دیگری هم وجود ندارد و کسی دیگری هم قادر به این کار نیست، راه فرار هم وجود ندارد پس به دربار این ذات اقدس زاری و ناله کن زیرا که خداوند صاحبان فریاد و ناله را در دایره رحمت خویش در میآورد و دعایی حاجتمندان را میپذیرد، حالانکه همه راها بسته شده است تو از کسی طلب مغفرت کن که بسا کریم و بخشاینده است، و دایره رحمت اش بسا وسیع است و کرم و بخشش اش برای همه است، و در دایره مغفرت اش هر گناه شامل است .

ماخذ : احیاء علوم الدین جز چهارم لامام غزالی  
ترجمه و ترتیب : عبدالرحمن فرقانی