

# بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال الله تبارك و تعالی:

﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّهَا﴾

سوره مبارکه شمس، آیه ۹

امام خامنه‌ای مدظله‌العالی:

درس خواندن و تهذیب اخلاق و هوشیاری سیاسی همراه با تلاش‌های انقلابی، وظائفی هستند که دختران و پسران این نسل باید آنها را هرگز فراموش نکنند. ۱۳۹۸/۹/۲۴

عنوان:

## روش تربیتی معرفت نفس

شناسنامه مطلب	
t-182	کد مطلب
تزکیه‌ای / تقوای عمومی / اصلاح اندیشه / آشنایی با مسیر / ویژگی‌های مسیر	رده
معرفت نفس، اخلاق خشک، آشنایی با مسیر، تزکیه نفس	برچسب
	توضیحات

پایگاه تزکیه‌ای، علمی، بصیرتی و مهارتی نُمُو

nomov.ir

روش‌های اخلاق عملی معمولاً به دو شکل هستند:

الف: از تلقین و روش‌های روانشناسی استفاده می‌شود، تا صفات خوبی را ملکه کند و صفات رذیله‌ای را از فرد دور کند. این نوع اخلاق، يك اخلاق خشك و بی‌روح می‌شود. اخلاقی که چه بسا از آفت‌های نامرئی، آسیب می‌بیند، بدون آن که خود انسان متوجه باشد.

ب: بر اساس فطرت و شناخت حقیقت نفس، شروع می‌شود و روش تربیتی است که نفس در اثر تربیت، رشد می‌کند و صفات، از آن بروز می‌کند؛ نه این که از بیرون تحمیل شود.

و فرق این دو روش، در واقع فرق گل مصنوعی و گل طبیعی است که در اولی از بیرون شاخ و برگ‌هایی به هم چسبانده شده و گلی مصنوعی درست می‌شود که در واقع گل نیست و انسان خیال می‌کند که گل است؛ از این رو فاقد آثار طبیعی، طراوت و عطر و بوی گل است. اما در دومی انسان مانند بذر گلی است که با قرار گرفتن در شرایط رشد، از درون خود شروع به حرکت کرده و به یک گل طبیعی با آثار خاص خود خواهد رسید و صفات از آن بروز خواهد کرد و نه اینکه تحمیلی باشد. مسیر معرفت نفس با استفاده از مراتب مراقبه‌های انفسی، به شناخت خداوند و همه کمالات انسان می‌رسد.

آیت الله سعادت پرور(ره) در کتاب سرالاسراء<sup>۱</sup> آیات و روایات روش دوم یعنی روش معرفت نفس را چنین می‌آورند:

قرآن کریم

وَ إِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ  
قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا<sup>۲</sup>

«وآن‌گاه که پروردگارت از بنی آدم از فرزندان‌شان پیمان گرفت و آن‌ها را بر نفس خودشان شاهد گرفت که آیامن پروردگار شما نیستم؟ گفتند: آری، گواهی می‌دهیم.»

۱ - سرالاسراء، ج ۴، ص: ۱۳۴

۲ - الاعراف: ۱۷۲

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ<sup>۱</sup>

«هم‌چون کسانی که خدا را فراموش کردند نباشید که نفسشان را از یادشان برد و فراموشانید...»

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ<sup>۲</sup>

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید؟ بر شما باد به مراقبت نفستان، اگر شما هدایت یابید کسی که گمراه است به شما خسارتی نمی‌رساند.»

### احادیث

امیرالمؤمنین علیه‌السلام فرمود: «زیرک کسی است که خود را شناخت و عمل خود را خالص کرد.»<sup>۳</sup>

«شناخت نفس، سودمندترین از دو شناخت است.»

«عارف کسی است که نفس خود را بشناسد، آن را آزاد و از هر چه آن را (از خدا) دور می‌سازد و فرار می‌دهد، پاک کند.»

«نهایت معرفت آن است که انسان خود را بشناسد.»

«شناخت نفس، سودمندترین شناخت‌هاست.»

«هر کس به معرفت نفس دست یافت، به رستگاری بزرگ رسید.»

«برترین معرفت آن است که انسان نفس خود را بشناسد.»<sup>۴</sup>

«برترین حکمت، معرفت انسان نسبت به نفس خودش و آگاهی نسبت به ارزش خویش می‌باشد.»

<sup>۱</sup> الحشر: ۱۹

<sup>۲</sup> المائدة: ۱۰۵

<sup>۳</sup> الغرر والدرر، باب المعرفة، وروایات در ادامه نیز از این باب هستند.

<sup>۴</sup> - الغرر والدرر، باب معرفة النفس، وروایات در ادامه نیز از این باب هستند.

«بالاترین عقل، معرفت انسان نسبت به نفس خود است، پس هر کس نفس خود را شناخت، عاقل شد و هر کس نسبت به آن جاهل ماند، گمراه گشت.»

«در شگفتم از کسی که نسبت به نفس خود جاهل است، چگونه پروردگارش را می‌شناسد؟»

«کسی که به نفس خویش جاهل است، چگونه دیگری را می‌شناسد؟»

«هر که نفس خود را شناخت، مجرد شد.»

«در شناخت برای انسان همین قدر کافی است که نفس خود را بشناسد.»

«در نادانی انسان همین بس که به نفس خود جاهل باشد.»

«هر کس نسبت به نفس خود جاهل باشد، آن را بیهوده رها کرده است.»

«هر که نفس خود را شناخت، پروردگارش را شناخت.»

«هر که نفس خود را شناخت، کارش بالا گرفت.»

«هر که نفس خود را شناخت، نسبت به غیر خودش عارفتراست.»

«به تحقیق، هر کس خود را بشناسد، به درجه نهایی هر معرفت و علمی رسیده است.»

«کسی که نفس خود را نشناخت، از راه نجات دور شد و در گمراهی و جهالت فروافتاد.»

«نسبت به نفس خود جاهل مباش؛ زیرا کسی که در شناخت نفس خود جاهل باشد، نسبت به همه چیز

جاهل است.»<sup>۱</sup>