T.C.
BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEMEL İSLAM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

ROBERT FRAGER'E GÖRE NEFS, KALP VE RUH ARASINDAKİ İLİŞKİ

Rahaf ŞERAFUDDİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Doç. Dr. Mehmet Şirin AYİŞ

Bingöl-2024

الجمهورية التركية

جامعة بينغول

معهد العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الإسلامية الأساسيّة

العلاقة بين النفس والقلب والروح عند روبرت فراغر

رهف شرف الدين

رسالة ماجستير

المشرف

الدكتور محمد شيرين آيش

بينغول – 2024

إهداء

إلى روح أبي الحبيب الذي كان الموت أسرع إليه من فرحة إتمامي للرسالة...

إلى أمي الحبيبة التي باعدَت بيني وبينها المسافات...

إلى زوجي الغالي دُمتَ لي سنداً وعزّاً...

إلى الدكتور الفاضل محمد شيرين عايش حفظكم الله وزادكم من فضله...

وإلى كل من تمنى لي النجاح وكل من له فضل عليّ وكل من شجعني ...

والحمد لله ربّ العالمين.

İÇİNDEKİLER

IV.....İÇİNDEKİLER

VIII .....BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

IX..... TEZ KABUL VE ONAY

X .....ÖZET

XI..... ABSTRACT

XII ..... الملخص

XIII .....الاختصارات

1 .....المقدمة

3 .....مخطط البحث

9 ..... منهج البحث

10 .....الفصل الأول: القلب والنفس والروح عند أهل التصوف:

1.1 النفس 10

1.1.1 تعريف النفس في الاصطلاح الصوفي 10

2.1.1 معنى النفس في آيات القرآن: 12

3.1.1 معاني النفس كما وردت في السنة النبوية: 13

4.1.1 صفات النفس: 15

5.1.1 مراتب النفس ودرجاتها: 17

6.1.1 هل النفس واحدة أم ثلاثة: 19

7.1.1 علل النفس:..... 21

8.1.1 بيان الطريق الذي يعرف به الإنسان عيوب نفسه: 24

9.1.1 أقوال بعض أهل التصوف في تربية النفس 25
10.1.1 التزكية: 25
11.1.1 محاسبة النفس: 29
12.1.1 ضبط النفس: 29
2.1 القلب 31
1.2.1 تعريف القلب عند الصوفية: 31
2.2.1 معاني القلب في آيات القرآن: 32
3.2.1 معاني القلب كما وردت في السنة النبوية 34
4.2.1 أقسام القلب: 36
5.2.1 علل القلب: 38
6.2.1 مقدمة عن الأخلاق: 40
7.2.1 أقوال وأعمال أهل التصوف في الأخلاق 41
8.2.1 مقامات القلب 43
9.2.1 لفتة جميلة عن المقامات القلبية وتشبيهها بالجبال: 46
3.1 الروح 48
1.3.1 حقيقة الروح وتعريفها عند الصوفية: 48
2.3.1 معاني الروح في آيات القرآن: 51
3.3.1 معاني الروح كما وردت في السنة النبوية : 52
4.3.1 هل الروح مخلوقة أم قديمة: 54
4.1 العلاقة بين النفس والقلب والروح عند أهل التصوف 55
1.4.1 مقدمة لوصف العلاقة الثلاثية بينهم: 55
2.4.1 توصيف العلاقة بين النفس والقلب والروح: 56
3.4.1 المحبّة (كثمرة لعلاقة النفس والقلب والروح): 56

4.4.1 مراتب المحبة: 58

5.4.1 سبب تسمية الروح والقلب والنفس: 60

الفصل الثاني: العلاقة بين القلب والنفس والروح عند المفكر ROBERT FRAGER : 67

1.2 مقارنات بين علم النفس الغربي وعلم النفس الصوفي: 68

2.2 مراتب النفس وارتباطها الوثيق بأسماء الله الحسنى في نظر المفكر ROBERT FRAGER: .. 74

أ. مراتب النفس: 74

ب. أسماء الله الحسنى وارتباطها الوثيق بمراتب النفس 93

3.2 القلب عند Robert Frager 104

1.3.2 القلب مركزنا الروحي 104

2.3.2 مقارنة بين القلب الروحي والقلب الجسدي 105

3.3.2 فتح القلب 106

4.3.2 محطات القلب الأربعة 108

4.2 مستويات الروح في نظر المفكر ROBERT FRAGER 109

1.4.2 الروح المعدنية 111

2.4.2 الروح العشبية 113

3.4.2 الروح الحيوانية: 116

4.4.2 الروح الشخصية 121

5.4.2 الروح البشرية 126

6.4.2 الروح الخفية 127

7.4.2 سر الأسرار: 128

5.2 قصة نسب الروح: 133

6.2 عناصر الذات وعلاقتها بالروح: 134

7.2 نحن نحتاج لجميع النفوس: 137

8.2 أي من الأرواح السبعة هو المسيطر؟ 139

9.2 التصوف الفعلي للعالم الحديث متمثلاً بنظام مجالس الدراويش: 140

10.2 التوازن الجسدي وتأثيره بالروح 150

11.2 التوازن الروحي: 152

12.2 إجراءات لتطهير النفس 157

13.2 جوهر العلاقة بين الروح والنفس والقلب:..... 159

1.13.2 العلاقة بين الروح المعدنية والنفس: 159

2.13.2 العلاقة بين الروح والاحلام والنفس:..... 160

3.13.2 العلاقة بين القلب (الصّدر) والنفس الحيوانية والنباتية (الأمّارة بالسوء) 162

4.13.2 العلاقة بين القلب والنفس الملهِمة..... 165

5.13.2 العلاقة بين القلب (اللُّبّ) والروح الخفية 167

6.13.2 العلاقة بين الروح والنفس والقلب والأخلاق 168

نتائج البحث والتوصيات..... 171

الخاتمة..... 173

فهرس المصادر..... 174

KAYNAKÇA 178

ÖZGEÇMİŞ..... 181

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek Lisans tezi olarak hazırladığım “Robert Frager'e Göre Nefs, Kalp ve Ruh Arasındaki İlişki” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlanmasına kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

.../.../2024
İmza
Rahaf ŞERAFUDDİN

TEZ KABUL VE ONAY
BİNGÖL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Rahaf ŞERAFUDDİN tarafından hazırlanan ***Robert Frager'e Göre Nefs, Kalp ve Ruh Arasındaki İlişki*** başlıklı bu çalışma، …../…/…. Tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda oybirliğiyle başarılı bulanarak jürimiz tarafından ……. Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

TEZ JÜRİSİ ÜYELERİ (Unvanı، Adı ve Soyadı)

Başkan	**İmza…….**
Danışman	**İmza…….**
Üye	**İmza……...**

ONAY

Bu tez، Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun …../…/20. Tarih ve ……. Sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.

Unvanı Adı Soyadı
Enstitü Müdürü

ÖZET

Tezin Başlığı: Robert Frager'e Göre Nefs, Kalp ve Ruh Arasındaki İlişki
Tezin Yazarı: Rahaf ŞERAFUDDİN
Danışman: Doç. Dr. Mehmet Şirin AYİŞ
Anabilim Dalı: Temel İslam Bilimleri
Bilim Dalı: Tasavvuf
Kabul Tarihi:
Sayfa Sayısı: … (ön kısım) + …. (tez) + …. (ekler)
Araştırma iki bölümden oluşmaktadır. Birincisi, tasavvuf ehlinin kalp, nefis ve ruh kavramlarını ve tanımlarını ele almaktadır. Bu kavramlar arasındaki ilişkiye ulaşabilmek için her bir aracı ayrıntılı bir şekilde incelemem gerekti. Araştırmayı tasavvuf ve tasavvuf ehli hakkında bir girişle başlattım, ardından Gazali ve Kuşeyri gibi sufi düşünürler nezdinde nefsi tanımladım ve bu kavramın Kur'an-ı Kerim ve hadislerdeki anlamlarını ve göndermelerini açıkladım. Sonra nefsin özelliklerine değindim; kötülük, kibir gibi nefsin çeşitli özelliklerinden bahsettim. Ardından, nefsin mertebelerine geçerek, en yüksek mertebe olan kamil nefs mertebesine ulaşmayı hedefledim. Daha sonra, nefsin kusurlarından arınmak için hata, unutkanlık, erteleme ve kendinden memnun olma gibi nefsin hastalıklarından bahsettim. Okuyucunun zihnini aydınlatmak için, nefsinin kusurlarını nasıl tanıyacağını ve bir eğiticinin rehberliğinde nasıl doğru yola gireceğini açıkladım. Daha sonra, Kur'an-ı Kerim'deki temizlik ve süsleme kavramlarıyla ilgili nefsin tezkiyesine geçtim ve araştırmamı nefsin muhasebesi ve kontrolü ile sonlandırarak Allah'a razı ve memnun bir nefs haline gelmesini sağladım. Sonrasında tasavvuf ehli nezdinde kalbin tanımına geçtim. Kalp, insanın ruhsal yapısının temel taşıdır ve organların efendisidir; onlara tam yetki ile hükmeder. Kur'an-ı Kerim ve hadislerde kalbin anlamlarını ele aldıktan sonra, katı, hasta ve ölü kalpler gibi kalp türlerinden bahsettim ve Allah'ın bizi bunlardan koruması için dua ettim. Müminin kalbinin sağlığını yabancı şeylere ve riyakarlığa gibi hastalıklardan koruması gerektiğini belirttim ve bu konuda ayrıntılı bilgi verdim. Kalbin sağlığının, ahlakta yansıyan bir ışık doğurduğunu ve bunun sonucunda hayatın saf ve iki dünyada da mutlu olduğunu belirttim. Kalbin en önemli noktalarından biri olarak, Hâkim Tirmizî'nin kalbin dört makamı (sadr, kalp, fuad ve lüb) üzerine yaptığı çalışmalara değindim ve bu makamların her birinin nefsin mertebeleri ile sıkı bir bağa sahip olduğunu açıkladım. Ruh hakkında ise, onun hakikatini ve tanımını açıkladım ve Kur'an-ı Kerim ve hadislerdeki göndermelerini belirttim. Ruh, Allah'ın kullarına hakiki bilgiyi vermek için desteklediği bir sırdır ve insanın iki yanı arasında saklıdır, gerçeğini sadece Allah bilir. Ruhun eski mi yoksa yaratılmış mı olduğu konusunu delillerle destekleyerek ele aldım ve ardından nefis, kalp ve ruh arasındaki ilişkiyi belirledim. Üçlü ilişkinin meyvesi olarak sevgi ve mertebelerini anlattım. Sufi görüşüyle bu ilişkiyi belirledikten sonra, araştırmanın ikinci bölümüne geçtim ki bu bölüm, İslam düşünürü Robert Frager'in görüşlerinin özüdür. Onun kitabından -İngilizceden Türkçeye çevrilen- alıntıları Arapçaya çevirdim ve nefsin yedi sınıflamasını ele aldım; amacın bitkisel ve hayvansal nefsi yok etmek değil, onları ruhlarımızla uyum içinde yaşamak ve toplumda sağlıklı bir hayat sürmek olduğunu belirttim. Ardından, nefsin Allah'ın güzel isimleriyle ilişkisini ele aldım ve kalbin tanımı, makamları ve ruhun yedi seviyesini açıkladım. Müslümanın dengeli bir nefs ve ruh elde etmek için dervişlerle (yol ehli) sürekli birlikte olmasını teşvik ettim. Son olarak, bedenin (çeşitli insan nefsleri) kalp (çeşitli tür ve kısımlarıyla) ve ruh ile olan ilişkisini ayrıntılı bir şekilde inceledim ve bunları dini anlayışımız ve Arapça terimlerimize daha uygun hale getirerek yeniden formüle ettim.
Anahtar Kelimler: Tasavvuf, Nefs, Kalp, Ruh, Cevher. Robert Frager.

ABSTRACT

Title of the Thesis: The relationship between the self, the heart, and the soul according to Robert Frager

Author: Rahaf ŞERAFUDDİN

Supervisor: Doç. Dr. Mehmet Şirin AYİŞ

Department: Basic Islamic Sciences

Sub-field:

Date:

The research consists of two chapters. The first chapter deals with the concepts and definitions of the heart, the soul, and the spirit in Sufism. To establish the relationship between them, I had to conduct a detailed study of each element separately. I began the research with an introduction to Sufism and its adherents, then moved on to define the soul according to Sufi scholars such as Al-Ghazali and Al-Qushayri. I explained its meanings and connotations as they appear in the Qur'an and the Sunnah. I then discussed the traits of the soul, some of which are evil and arrogant, among other traits. I proceeded to the stages of the soul, aiming to elevate ourselves to the highest stage, which is the perfect soul. I also addressed the ailments of the soul, such as error, forgetfulness, procrastination, and self-satisfaction, urging the reader to recognize these flaws and seek guidance from a knowledgeable, God-loving mentor. Next, I explored the purification of the soul and its implications in the Qur'an, focusing on both cleansing and adorning the soul. This discussion concluded with the accountability and control of the soul to make it pleasing and beloved to God. Following this, I defined the heart according to Sufis, emphasizing that it is the cornerstone of a person's spiritual structure and the master of the organs, with full authority over them. I mentioned the meanings of the heart as described in the Qur'an and the Sunnah and then discussed the types of hearts, such as the hard, the sick, and the dead, seeking God's protection from them. It is essential for a believer to remain vigilant about the health of their heart from diseases like attachment to others and hypocrisy. I elaborated on these points and noted that a healthy heart inherits a light that reflects in one's morals, leading to a pure life and happiness in both worlds. One of the key points I discussed about the heart is its stations according to Al-Hakim Al-Tirmidhi. He conducted a beautiful study and explained that the heart has four stations (chest, heart, inner heart, and core), which he likens to towering mountains, each having a strong connection with the soul and its stages.
Regarding the spirit, I explained its reality and definition, and its connotations as mentioned in the Qur'an and the Sunnah. The spirit is the divine support that God grants His servants for true knowledge and it is the hidden secret within a person, known only to God. I discussed whether the spirit is eternal or created with evidence and proofs supporting each view. I then established the relationship between the three terms (soul, heart, and spirit), leading to a discussion on love and its levels as a fruit of this tripartite relationship. After concluding the Sufi perspective on defining this relationship, I moved on to the second chapter, which is the essence of the research according to the Islamic thinker Robert Frager. I translated excerpts from his book - translated from English to Turkish - into Arabic. I discussed the soul and its seven classifications, emphasizing that we cannot do without any of them. The goal is not to destroy the vegetative and animalistic soul but to elevate it to coexist with our spirits and live a healthy life in society. I then discussed the relationship of the soul with the Beautiful Names of God. I proceeded to define the heart and its stations and the seven levels of the spirit, urging Muslims to keep company with dervishes (the people of the path) to achieve a balanced soul and spirit. Finally, I examined the core relationship between the body (with its various types of human souls), the heart (with its various types and sections), and the spirit, detailing each element after reformulating them to align with our religious understanding and Arabic terminology.

Key Words: Sufi, Self, Heart, Spirit, Essence, Robert Frager.

الملخص

عنوان الرسالة: العلاقة بين النفس والقلب والروح عند روبرت فراغر

مؤلف الرسالة: رهف شرف الدين

إشراف: الدكتور محمد شيرين آيش

قسم: قسم العلوم الإسلامية الأساسيّة

العلم: التصوف

تاريخ القبول:

يتناول البحث فصلين الأول يتناول مفاهيم وتعاريف للقلب و النفس والقلب والروح عند أهل التصوف وللوصول للعلاقة بينهم كان لا بد لي من دراسة تفصيلية لكل أداة على حدة فافتتحت البحث بمقدمة عن التصوف وأهله ثم انتقلت لتعريف النفس عند الصوفية كالغزالي والقشيري وبيّنتُ معانيها ومدلولاتها كما وردَت في القرآن الكريم والسنة النبوية ثم عرَّجتُ إلى صفات النفس فمنها الخبيثة ومنها المتكبرة وغيرها من صفات النفس ثم انتقلتُ إلى مراتب النفس لنرقى بأنفسنا إلى أعلى مراتبها وهي النفس الكاملة ثم تحدثت عن علل النفس لنترفع عنها كالخطأ والنسيان والتسويف والرضى عن النفس وكان حريّاً بي أن أُثري ذهن القارئ بتوضيح الطرق التي توصله لمعرفة عيوب نفسه وتوجيهه للسلوك على يدِ مربٍّ عالم محبٍّ لله, ثم انتقلتُ إلى تزكية النفس ومدلولاتها من القرآن الكريم من تخلية وتحلية لينتهي بي المطاف عند محاسبة النفس وضبطها لتغدو راضية مرضية محبة لله بعد ذلك انتقلت إلى تعريف القلب عند الصوفية فهو حجر الأساس في البناء الروحي للإنسان وهو سيد الأعضاء بيده حقّ التصرف فيها ثم انتقلتُ لذكر معاني القلب كما وردت في القرآن الكريم والسنّة النبوية وبعدها تناولت أنواع القلوب كالقاسي والمريض والميّت أعاذنا الله منهم، فالجدير بالمؤمن أن يبقى فطِناً لصحة قلبه من الأمراض والعلل كالتعلق بالأغيار والرياء وغيرها وقد فصّلتُ في الحديث عنها وذكرتُ أن صحّة القلب تورث نوراً ينبثق منه ويتجلى بانعكاساته في الأخلاق فتصفو الحياة ويسعد في الدارين ومن أهم النقاط التي تحدثت عنها في القلب هي مقاماته عند الحكيم الترمذي فقد درسها دراسة جميلة وأوضح أن للقلب أربع مقامات (صدر وقلب وفؤاد ولبّ) وهي بنظره كالجبال الراسيات لكل جبل أو مقام رابط وثيق بينه وبين النفس ومراتبها. أما عن الروح فبيّنتُ حقيقتها وتعريفها ووضحتُ مدلولاتها كما وردت في القرآن الكريم والسنة النبوية فهي الروح التي يؤيد الله بها عباده ليعرفوه حق المعرفة وهي السرّ المكنون بين جانبي الإنسان لا يعلم حقيقتها إلا الله. وذكرت فيما إذا كانت الروح قديمة أم مخلوقة مُحدَثة مع تأييد ذلك بالأدلة والبراهين ثم حددت العلاقة بين المفردات الثلاث (النفس والقلب والروح) ليصل بي الحديث عن المحبة ومراتبها كثمرة للعلاقة الثلاثية وبعد الانتهاء من الرأي الصوفي في تحديد هذه العلاقة انتقلتُ للفصل الثاني والذي هو جوهر البحث عند المفكر الإسلامي (روبرت فراغر) فترجمتُ ما اقتبسته من كتابه – المترجم من الإنكليزية إلى التركية– إلى العربية فتحدثتُ عن النفس وتصنيفاتها السبعة التي لا غنى لنا عن أي واحدة منها فليس الهدف تدمير النفس النباتية والحيوانية وإنما الرّقيّ بها لتتعايش مع أرواحنا ونعيش حياة سليمة في المجتمع ثم تحدثتُ عن علاقة النفس بأسماء الله الحسنى ثم انتقلت إلى تعريف القلب ومقاماته ومستويات الروح السبعة, كما حثّ المسلم لملازمة الدراويش (أهل الطريق) ليصل إلى نفس متوازنة مع الروح ثم وصل بنا المطاف لجوهر العلاقة بين الجسد (الأنفس البشرية بأنواعها) مع (القلب بأنواعه وأقسامه) مع الروح وتناولتها كلها بالتفصيل بعد إعادة صياغتها بما يقرب مع فهمنا الديني ومصطلحاتنا العربية.

الكلمات المفتاحية: التصوف – النفس – القلب – الروح – الجوهر– روبرت فراغر.

الاختصارات

ج: الجزء

ص: الصفحة

ت: تاريخ الوفاة

تح: تحقيق

د: دار النشر

ط: الطبعة

ت / ط: تاريخ الطبع

ت / ن: تاريخ النشر

ب / ت / ط: بدون تاريخ الطبع

هـ: تاريخ الهجري

م: تاريخ الميلادي

﴿﴾ للنص القرآني

() للحديث النبوي

" " لاقتباس النص

المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد سيّد الأنبياء والمرسلين أمّا بعد. خلق الله تعالى الإنسان في هذا الكون وسخّره له بكل ما فيه من مجموعات شمسية وسماوات وأرضين لا ينقضي منها العجب كلها سخرها لخدمة الإنسان وقد كرّم الله الإنسان وأعطاه جسدا وعقلا شرّفه به على سائر المخلوقات وإذا ما عزمنا على دراسة جسم الإنسان نرى مؤلفات لا تنتهي تتحدث عن جسمه والأمراض التي قد تحصل له والحياة التي يعيشها هذا الإنسان وأنظمة الحياة التي اخترعها الإنسان ولكن إذا وصلنا إلى حياة الإنسان ونفسه وروحه وقلبه ومشاعره فتلك العوالم مجهولة لا تُعرَف إلا بآثارها فتلك النفخة التي بثّها الله في الإنسان تُعرَف بآثارها ولا تُدرَك ولا يُحاط بها علماً قال تعالى: (ونفختُ فيهِ مِن روحي) الحجر 29.

ونحن في هذا البحث سنتناول هذا الجانب الخفي في الإنسان ومن أفضل مَن تحدَّثَ عن روح الإنسان وقلبه هم أهل التصوّف فهم أرباب اللطائف وأهل الأسرار وأهل الفهم عن الله عرفوا قيمة الإنسان ومبتغى خلقه ففهموا عن الله ووجهوا قلب الإنسان وروحه وعقله وقلبه حيث وظفوها لخدمة الهدف الأساسي الذي خلق الله الإنسان لأجله. قال تعالى: (وما خلقتُ الجِنَّ والإنسَ إلا لِيعبُدون) الذاريات 56.ومن أشهر من تحدث في هذا المجال المفكر الإسلامي الأمريكي روبرت فراجر فقد عمل كمرشد روحي ومعلّم في تقليد الصوفية بالإضافة لدراسته لعلم النفس لذلك ستكون كتاباته

عن القلب والنفس والروح حاضرة في بحثي بشكل كبير بعد ترجمتها من التركية إلى العربية.

وبداية سأتطرق لرأي أهل التصوف القدامى الذين استقى من علومهم وفهمهم كل الفلاسفة من بعدهم.

فمن أوائل أهل التصوف القشيري والترمذي والهروي وغيرهم كثر ممن كان لهم باع في التصوف.

قال أبو الحسن الشاذلي: (التصوف تدريب النفس على العبودية وردُّها لأحكام الربوبية). وبحثي سيتناول العلاقة بين النفس والقلب والروح في الفكر الصوفي لتصل النفس وتتطهّر ويتنور القلب وتصفو الروح لتصل إلى ملك الملوك.

لتصفوَ البواطن وتتحلى بالفضائل ولترقى بالروح وتتوجه إلى خالقها وبارئها. كثرت الأقوال في اشتقاق التصوف فمنهم من قال من الصُّوفَة: (لأن الصوفي مع الله كالصوفة المطروحة لاستسلامه لأمر الله).[1]

وقيل إنه من الصِّفة: إذ جُملتُه اتصافٌ بالمحاسن وترك الأوصاف المذمومة.[2] وقيل التصوف من الصّفاء: حتى قال أبو الفتح البستي رحمه الله:

تنازع الناس في الصوفي واختلفوا ..... وظنّه البعض مشتقّاً من الصوفِ

ولستُ أمنحُ هذا الاسم غيرَ فتىً ..... صفا فصوفي حتى سُمّي الصوفي[3]

فالمجمع عليه في هذا العلم أن التصوف علم يدرس في صفاء القلب والرقيّ بروح الإنسان للوصول إلى خالقه متجرّداً من كل ما يتعلق به قلبه أو يفسد روحه ونفسه.

أما إنكار بعض الناس على هذا اللفظ (التصوف) بأنه لم يكن بعهد رسول الله صلى الله عليه وسلم أو الصحابة رضي الله عنهم فحاله حال غيره من العلوم أو المصطلحات المستحدثة التي استُعمِلَت ولم تُنكَر وفروجا من الخلاف فالذي يهمنا بالأمر ليس الألفاظ والمباني بل المعاني فالهدف من التصوف

---

[1] أحمد بن محمد بن عجيبة الحسني، **إيقاظ الهمم في شرح الحكم لأبن عجيبة**، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٠، ص 17.

[2] الحسني، **إيقاظ الهمم في شرح الحكم لأبن عجيبة**، ص 18.

[3] الحسني، **إيقاظ الهمم في شرح الحكم لأبن عجيبة**، ص 19.

هو تزكية النفس وصفاء القلب وإصلاح الخُلُق والوصول إلى مرتبة الإحسان. فالتصوف هو الجانب الروحي أو الإحساني أو الأخلاقي في ديننا الحنيف. وهذا الجانب لا خلاف عليه عند أحد منذ صدر الإسلام إلى يومنا هذا.

مخطط البحث

- مخطط البحث
- إهداء
- سبب البحث
- المقدمة

الفصل الأول: القلب والنفس والروح عند أهل التصوف:

1.1 النفس

1.1.1 تعريف النفس في الاصطلاح الصوفي

1.1.2 معنى النفس في آيات القرآن

1.1.3 معاني النفس كما وردت في السّنّة

1. نصوص ويُراد بها الذات.
2. نصوص ويراد بها الروح.
3. نصوص ويراد بها الروح بعد تلَبُّسها الجسد.
4. نصوص ويراد بها القلب.

1.1.4 صفات النفس

1.1.5 مراتب النفس ودرجاتها

1.1.6 هل النفس واحدة أم ثلاث

1.1.7 علل النفس

1.1.8 بيان الطرق التي يعرف بها الإنسان عيوب نفسه

1.1.9 أقوال بعض أهل التصوف في تربية النفس

1.1.10 التزكية:

1. تعريفها

2. مدلولاتها كما وردت في القرآن

3. معالمها

1.1.11 محاسبة النفس

1.1.12 ضبط النفس

1.2 القلب

1.2.1 تعريف القلب عند الصوفية

1.2.2 معاني القلب في آيات القرآن

1.2.3 معاني القلب في السّنّة النبوية

1.2.4 أقسام القلب

1.2.5 علل القلب

1.2.6 مقدمة عن الأخلاق

1.2.7 أقوال وأعمال أهل التصوف في الأخلاق

1.2.8 مقامات القلب

1. تعريف المقام

2. مقامات القلب:

أ. الصدر

ب. القلب

ج. الفؤاد

د. اللُّبّ

1.2.9 لفتة جميلة عن المقامات القلبية وتشبيهها بالجبال

1.3 الروح

1.3.1 حقيقة الروح وتعريفها عند الصوفية

1.3.2 معاني الروح في آيات القرآن

1.3.3 معاني الروح كما وردت في النفس

1.3.4 هل الروح مخلوقة أم قديمة

1.4 العلاقة بين النفس والقلب والروح عند أهل التصوف

1.4.1 مقدمة لوصف العلاقة الثلاثية بينهم

1.4.2 توصيف العلاقة بين النفس والقلب والروح

1.4.3 المحبة (كثمرة لعلاقة النفس والقلب والروح)

1.4.4 مراتب المحبة

1.4.5 سبب تسمية الروح والقلب والنفس

الفصـــــل الثـاني: العلاقـة بين النفس والقلـب والروح عنـد المفكر ROBERT FRAGER

2.1 مقارنات بين علم النفس الغربي وعلم النفس الصوفي

2.2 مراتـب النفس وارتبـاطهـا بأسمـاء الله الحســـنى في نظر المفكر ROBERT FRAGER

1. النفس الأمارة بالسوء

2. النفس اللوامة

3. النفس الملهِمة

4. النفس المطمئنة

5. النفس الراضية

6. النفس المرضية

7. النفس الصافية

2.3 القلب عند ROBERT FRAGER

2.3.1 القلب مركزنا الروحي

2.3.2 كقارنة بين القلب الروحي والقلب الجسدي

2.3.3 فتح القلب

2.3.4 محطات القلب الأربعة

2.4 مستويات الروح في نظر المفكر ROBERT FRAGER

2.4.1 الروح المعدنية

2.4.2 الروح العشبية

2.4.3 الروح الحيوانية

2.4.4 الروح الشخصية

2.4.5 الروح البشرية

2.4.6 الروح الخفية

2.4.7 سرّ الأسرار

2.5 قصة نسب الروح

2.6 عناصر الذات وعلاقتها بالروح

2.7 نحن نحتاج لجميع النفوس

2.8 أي من الأرواح السبعة هي المسيطرة؟

2.9 التصوف الفعلي للعالم الحديث المتمثّل بنظام مجالس الدراويش

2.10 التوازن الجسدي وتأثيره بالروح

2.11 التوازن الروحي

2.12 إجراءات لتطهير النفس

2.13 جوهر العلاقة بين الروح والنفس والقلب

2.13.1 العلاقة بين الروح المعدنية والنفس

2.13.2 العلاقة بين الروح والأحلام والنفس

2.13.3 العلاقة بين القلب (الصّدر) والنفس الحيوانية والنباتية (الأمّارة بالسوء)

2.13.4 العلاقة بين القلب والنفس الملهِمة

2.13.5 العلاقة بين القلب (اللّب) والروح الخفية

2.13.6 العلاقة بين الروح والنفس والقلب والأخلاق

- نتائج البحث والتوصيات
- الخاتمة
- فهرس الصفحات
- المصادر

منهج البحث

1. المنهج الاستقرائي للمؤلفات (الصوفية) القديمة والحديثة التي اعتنَت في دراسة النفس والقلب والروح.

2. المقارنة بين القلب والروح والنفس.

3. استنباط العلاقة بين القلب والنفس والروح بعد القراءة والتمحيص.

4. ترجمة لرأي الدكتور الأمريكي "روبرت فراغر" في العلاقة بين القلب والنفس والروح. وقد أسهبتُ في سرد آرائه القيِّمة في موضوع بحثي.

5. تم توثيق كل معلومة لمصـــدرها وتخريج جميع الأحاديث المذكورة تخريجاً وافياً اســتناداً لكتب الحديث. وأخيراً أرجو أن يكون هذا العمل خالصـــاً لله نافعاً للأمة مقبولاً عند الله. ولله الكمال وحده وهو وليُّ التوفيق.

الفصل الأول: القلب والنفس والروح عند أهل التصوف:

1.1 النفس

إن النفس البشــرية هي الأســاس المعوّل عليه في رقيّ الإنســان في مراتب الفلاح ليعبد ربّه حق عبادته لذلك كان لابد للعلماء على اختلاف أزمنتهم وعصــورهم أن يضــافروا الجهود في دراســة النفس ومراتبها وعللها ليصل المسلم لمبتغاه في الوصول بها إلى الهدف العليّ من التزكية والتطهير والعلُوّ عن دَنَس الشهوات والعلائق التي لا تليق بالنفس الطاهرة. وها نحن هنا سنطوف بكم برحلة قصيرة نجوب بها نفس الإنسان الذي كرّمه الله بطهارتها وشرَّفه على غيره من المخلوقات ليعبده حقّ عبادته.

بداية بمعنى النفس في الاصطلاح الصوفي ونهاية بالوصول إلى نفس سليمة راقية تربَّتْ على حبّ الله ورقَت فارتَقَت للكمال. فبها يصلح عمل الإنسان وتصرفاته ويصفو قلبه ويفوز بسعادة دينه ودنياه.

1.1.1 تعريف النفس في الاصطلاح الصوفي[4]

لفظ مشترك بين معاني عديدة والذي يهمنا هو رأي الغزالي وله معنيان:

1- المعنى الجامع لقوة الغضــب والشــهوة في الإنســان وهذا هو المقصــود مجاهدته عند أهل التصوف إذ لا بدّ من مجاهدتها وكسرها.

2- هي اللطيفة، التي هي حقيقة الإنسان وذاته التي توصف بأوصاف مختلفة حسب اختلاف أحوالها فتكون إما مطمئنة أو لوامة أو أمارة بالسوء.

وقد عرّفها القشيري في رسالته القشيرية:

[4] أبو حامد محمد بن محمد الغزالي، **إحياء علوم الدين**، دار المعرفة، بيروت، ١٩٨٢م، ص 4.

نفس الشيء في اللغة: وجودُه.

وعند القوم: ليس المراد من إطلاق لفظ النفس الوجودَ، ولا القالب الموضوع. إنما أرادوا بالنفس: ما كان معلولاً من أوصاف العبد مذموماً من أخلاقه وأفعاله.

ثم إن المعلولات من أوصاف العبد على ضربين: أحدهما: ما يكون كسباً له؛ كمعاصيه ومخالفته.

والثاني: أخلاقه الدنيئة، فهي في أنفسها مذمومة، فإذا عالجها العبد ونازلها، تنتفي عنه بالمجاهدة تلك الأخلاق على مستمر المادة.

والقسم الأوَّل من أحكام النفس: ما نهي عنه نهي تحريم، ونهي تنزيه.

وأما القسم الثاني، من قسمي النفس: فسفساف الأخلاق، والدنيء منها.

وهذا حُّه على الجملة. ثم تفصيلها: فالكبر، والغضب، والحقد، والحسد، وسوء الخلق، وقلَّة الاحتمال، وغير ذلك من الأخلاق المذمومة.

وأشد أحكام النفس وأصعبها: توهمها أن شيئاً منها حسن، أو أن لها استحقاق قدر، ولهذا عُدَّ ذلك من الشرك الخفيِّ.

ومعالجة الأخلاق في ترك النفس، وكسرها، أتم من مقاساة الجوع والعطش والسهر، وغير ذلك من المجاهدات التي تتضمن سقوط القوة، وإن كان ذلك أيضاً من جملة ترك النفس، ويحتمل أن تكون النفس: لطيفة مودعة في هذا القالب، هي محل الأخلاق المعلومة. كما أن الروح: لطيفة، مودعة في هذا القالب هي محل الأخلاق المحمودة. وتكون الجملة مسخراً بعضها لبعض: والجميع إنسان واحد. وكون الروح، والنفس، من الأجسام اللطيفة في الصورة، ككون الملائكة والشياطين بصفة اللطافة. وكما يصح أن يكون البصر محلَّ الرؤية، والأذن محل السمع، والأنف محل الشم، والفم محلَّ الذوْق، والسميع،

والبصير والشامُّ، والذائق إنما هي الجملة. التي هي الإنسان فكذلك محل الأوصاف الحميدة: القلب والروح ومحل الأوصاف المذمومة: النفس. والنفس جزء من هذه الجملة، والقلب جزء من هذه الجملة، والحكم الاسم راجع إلى الجملة[5].

2.1.1 معنى النفس في آيات القرآن:

دلَّت النفس في القرآن على تسع مدلولات. فقد يُقصَد بها:

1- أهل الإيمان والشريعة وأخوة الدين

المعاني القرآنية للفظ النفس ورد ب 298 موضع:

موضعان بصيغة الفعل (والصُّبحِ إذا تنفّس) التكوير18 (وفي ذلكَ فليتنافسِ المتنافسون) المطففين26.

أ. قال تعالى في حادثة الإفك: (لولا إذ سمعتموهُ ظنَّ المؤمنونَ والمؤمناتُ بأنفسهم خيراً) النور12.

الشّرح: يعني أهل الإيمان والشريعة.

ب. (لقد مَنَّ الله على المؤمنينَ إذ بعثَ فيهم رسولاً مِن أنفسِهِم) آل عمران 164. (ولا تقتُلوا أنفُسَكم) النساء 29. (ولا تلمِزوا أنفُسَكم) الحجرات 11. (فإذا دخلتُم بيوتاً فسلِّموا على أنفسِكم) النور 61. فكلّ الآيات تدل على أنّ النفس جاءت بمعنى الأخوة في الدين سواءً أمراً بمعروف أو نهياً عن منكر فأهل الإسلام كلهم بمنزلة نفس واحدة.

2- النفس يُعبَّر عنها عن الإنسان:

(واتقوا يوماً لا تجزي نفسٌ عن نفسٍ شيئاً ولا يُقبَلُ منها شفاعة) البقرة 48. (وكتبنَا عليهِم فيها أنَّ النفْسَ بالنَّفْسِ) المائدة 45.

3- النفس تطلق على آدم عليه السلام:

[5] الرسالة القشيرية: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ص 203.

(الذي خلقَكُم من نفْسٍ واحدة) النســاء 1. الذي عليه جمهور المفسّــرين أنَّ النفسَ هنا آدم عليه السلام.

4- النفس تطلَق على الروح:

(والملائكةُ باسِطُو أيدِيهِم أَخرِجُوا أنفُسكم) الأنعام 93.

5- تُطلق على ذات الله:

(ويحذِّركمُ اللهُ نفسَهُ وإلى اللهِ المصير) آل عمران 28.

6- تطلَق النفس بمعنى البعض:

(ثُمّ أنتم هؤلاءِ تقتلونَ أنفسَكم) البقرة 85. أي يقتل بعضكم بعضاً.

7- النفس بمعنى الذات الإنسانية:

(ولو أنّا كتبنا عليهم أنِ اقتلوا أنفسكم) النّساء 66.

8- النفس بمعنى القلب:

(ولقد خلقنا الإنسانَ ونلمُ ما تُوَسوِسُ بهِ نفسُه) ق 16.

9- النفس بمعنى العندية:

(تعلمُ ما في نفسي ولا أعلمُ ما في نفسِك) المائدة 116. أي تعلم ما عندي ولا أعلم ما عندك.

3.1.1 معاني النفس كما وردت في السنة النبوية:

نصوص في النفس ويراد بها [6]:

1- نصوص في النفس ويراد بها الذات.

2- نصوص في النفس ويراد بها الروح.

---

[6] سعيد حوى، **الأساس في السنة وفقهها**، دار السلام، سوريا، ١٩٩٥م، ص 62.

3- نصوص في النفس ويراد بها الروح بعد تلبُّسها الجسد.

4- نصوص في النفس ويراد بها القلب.

1- نصوص في النفس ويُراد بها الذات:

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: (أَيُّهَا النَّاسُ، اتَّقُوا اللَّهَ وَأَجْمِلُوا فِي الطَّلَبِ، فَإِنَّ نَفْسًا لَنْ تَمُوتَ حَتَّى تَسْتَوْفِيَ رِزْقَهَا، وَإِنْ أَبْطَأَ عَنْهَا، فَاتَّقُوا اللَّهَ وَأَجْمِلُوا فِي الطَّلَبِ، خُذُوا مَا حَلَّ، وَدَعُوا مَا حَرُمَ).[7] وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ الشَّيْطَانَ حَسَّاسٌ لَحَّاسٌ فَاحْذَرُوهُ عَلَى أَنْفُسِكُمْ، مَنْ بَاتَ وَفِي يَدِهِ رِيحُ غَمَرٍ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ).[8]

روى البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي أو قال أبو القاسم صلى الله عليه وسلم: (بينما رجلٌ يمشي في حُلّةٍ تعجبهُ نفسُه مُرَجِّلٌ جُمَّتَهُ إذ خسفَ الله به فهو يتجلجل إلى يوم القيامة).[9]

2- نصوص في النفس ويُراد بها الروح:

روى النسائي عن عبد الرحمن بن أبي عُمَيرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (ما من الناس من نفس مسلمة يقبضها ربها تحبُّ أن ترجع إليكم وأنَّ لها الدنيا وما فيها غيرُ الشهيد).[10] وروى الترمذي عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (نفس المؤمن معلّقة بدَينِه حتى يُقضى عنه).[11]

---

[7] ابن ماجه (275/3) أبواب التجارات، باب الاقتصاد في طلب المعيشة.

[8] سنن الترمذي (289/4) أبواب الأطعمة، بَابُ مَا جَاءَ فِي كَرَاهِيَةِ البَيْتُوتَةِ وَفِي يَدِهِ رِيحُ غَمَرٍ.

[9] البخاري (2182/5) كتاب اللباس، باب من جرّ ثوبه من الخُيلاء.

[10] النسائي (62/6) كتاب الجهاد، باب تمني القتل في سبيل الله.

[11] الترمذي (381/3) أبواب الجنائز باب ما جاء عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: نفس المؤمن معلقة

3- نصوص في النفس يُراد بها الروح بعد تلبّسها بالجسد:

روى البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (ليس الغِنى عن كثرة العَرَض ولكن الغِنى غِنَى النّفس).[12]

4- نصوص في النفس يُراد بها القلب:

روى مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من مات ولم يغزُ ولم يحدّث به نفسَه مات على شعبة من نفاق).[13] روى البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول: (والذي نفسي بيده لولا أنَّ رجالاً من المؤمنين لا تطيب أنفسهم أن يتخلفوا عني ولا أجد ما أحملهم عليه ما تخلَّفتُ عن سريّة تغزو في سبيل الله والذي نفس بيده لوددتُ أنّي أُقتَلُ في سبيل الله ثم أحيا ثم أُقتَل ثم أحيا ثم أُقتَل ثم أحيا ثم أُقتَل).[14]

4.1.1 صفات النفس:

1- النفس الخبيثة:

هي النفس التي لا تُعمِل العقل ولا تستخدمه إلا في الشّرّ. عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد يضرب كل عقدة مكانها: عليك ليل طويل فارقد فإن استيقظ فذكر الله انحلت عقدة فإن توضأ انحلت عقدة فإن صلى انحلت عقده كلها فأصبح نشيطا طيب النفس وإلا أصبح خبيث النفس كسلان).[15]

بدَينه حتى يُقضى عنه.

[12] البخاري (2368/5) كتاب الرّقاق، باب الغنى غنى النفس.

[13] مسلم (1517/3) كتاب الإمارة، باب ذمّ من مات ولم يغزُ.

[14] البخاري (1030/3)، كتاب الجهاد والسِّيَر،باب تمنّي الشهادة.

[15] البخاري (1193/3) 63، كتاب بدء الخلق، باب صفة ابليس وجنوده.

2- صاحبة الهوى:

تتبع هواها في كل ما يأمرها فهذه نفس ضـــائعة شـــاردة عن طريق الحق. قال تعالى: أرأيتَ مَن اتخذ إلهَهُ هواهُ أفأنتَ تكون عليه وكيلا) الفرقان 43.

3- المستكبرة:

عصيّة عن التزكية بعنادها وجحودها.

4- المطوِّعة:

تطوّع صاحبها لفعل الشرّ والباطل حتى يطيعها. قال تعالى: (فطوَّعَت له نفسُهُ قتلَ أخيه فقتلَه فأصبح من الخاسرين) المائدة 30.

5- المسوِّلة:

قال تعالى: (بَل سوَّلَت لكم أنفسكُم أمرا) يوسف 18. وهي أقل سوءا من الخبيثة والمطوّعة فالدافع هنا الشيطان.

6- النفس الحاسدة:

قال تعالى: (وَدَّ كثيرٌ مِن أهل الكتاب لو يردّونكُم من بعدِ إيمانكم كفاراً حسداً من عند أنفسهم مِن بعد ما تبيّن لهم الحق فاعفوا واصـــفحوا حتى يأتيَ الله بأمرِهِ إنَّ الله على كل شـــيءٍ قدير) البقرة 109.

الحديث (إياكم والحسد.....) أبو داود.

7- النفس الشحيحة:

قال تعالى: (ومَن يُوقَ شُـحَّ نفســهِ فأولئك هم المفلحون) الحشر 9. فهنا يخاف من أكل حقوق العباد من شدّة شحّ النفس.

8- النفس الموسوِسة:

قال تعالى: (ولقد خلقنا الإنسانَ ونعلمُ ما توسوسُ به نفسهُ ونحن أقربُ إليه مِن حبلِ الوريد) ق ·16

5.1.1 مراتب النفس ودرجاتها:

النفس واحدة باعتبار ذاتها وثلاث باعتبار صفاتها وسبعة في درجات مراتبها:[16]

1- النفس الأمارة بالسوء:

هي النفس الخالية من التزكية، المجرّدة من القيم الروحية لأنها تميل إلى رغبات الجسد وملذاته وشهواته وتميل بصاحبها إلى الأسفل، قال تعالى: (ثمّ ردَدناهُ أسفلَ سافلين) التين 5. والطبائع الذميمة تسكن في هذه النفس، قال تعالى: (وما أبرئُ نفسي إنّ النفس لأمّارة بالسوءِ إلا ما رحمَ ربي إنَّ ربي غفور رحيم) يوسف 53·

2- النفس اللَّوّامة:

قال تعالى: (لا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ) القيامة 1-2. وهي النفس التي بدأت تدرك حقيقة المجاهدة فبدأت بها، تطيع الله مرة وتعصيه مرة لأنها قريبة من النفس الأمارة بالسوء فإذا تنوّرَت فعلَت الخير ولامَت نفسها على عدم الاستدامة عليه وإذا فعلت الشر لامَت صاحبها على فعله أيضا.

3- النفس المطمئنة:

هي النفس التي ارتقى حالها وتنوّرت بنور الإيمان الذي وقر في القلب بفعل الخير والندم على الشر وبدأَت تتخلص من الصفات الذميمة واطمأنَّت بحال ذكر الله والقُرب منه. قال تعالى: (الذينَ

[16] أحمد محمد عثمان، **نظرات في النفس الإنسانية**، جامعة البصرة كلية التربية للعلوم الإنسانية، العراق، ٢٠١٧م، ص 223.

آمنوا وتطمئنُّ قلوبُهم بذكرِ اللهِ ألَا بذِكر اللهِ تطمئنُّ القلوب) الرعد 28. وهي المرتبة الأولى من مراتب النفس الكاملة ويعد صاحبها من أهل الطريق لأنه أبصَر الحق. قال تعالى: (يا أيتها النّفسُ المطمئنةُ ارجِعي إلى ربِّكِ راضيةً مَرضِيَّة) الفجر 27.

4- النفس المُلهَمَة:

هي ثمرة النفس الثانية والثالثة حيث صارت بفعل الطاعة مُلهَمة. قال تعالى: (فألهَمَها فُجورَها وتقواها) الشمس 8. وقال تعالى: (واتقوا اللهَ ويعلِّمُكمُ الله واللهُ بكلِّ شيءٍ عليم) البقرة 281. فالذي التزم بالشريعة وترجمها بالطريقة أي بالتطبيق فلا بدّ وأن يثمر ذلك الحقيقة. وأصحاب هذه المرتبة يتميزون بالصبر والتحمل والشكر والتواضع.

5- النفس الراضية:

وهي ثمرة المراتب الثلاث السابقة حيث رضيت عن الله في مشيئته وأقداره وإذا سئلَت ما تشتهي قالت ما يقضيه الله. قال تعالى: (رضيَ اللهُ عنهُم ورَضُوا عنه) التوبة 100. والغالب عليها التسليم المطلق. قال تعالى: (فلا وربِّكَ لا يؤمنون حتى يحكِّموكَ فيما شجَرَ بينهم ثمّ لا يجدوا في أنفسِهِم حرَجاً ممّا قضيتَ ويسلّموا تسليما) النساء 65.

6- النفس المَرضِيّة:

وهي التي رضي الله عنها بسبب رضاها وهي أولى مراتب معرفة الله. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: (يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي، وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي، فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَإٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَإٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شبراً تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً).[17] والغالب على صفاتها

[17] صحيح البخاري (2694/6)، كتاب التوحيد، باب قول الله تعالى: ويحذّركم الله نفسه (آل عمران 28).

الذكر والكرامة والطهارة من الرياء والسمعة. قال تعالى: (يا أيتها النفسُ المطمئنةُ ارجِعِي إلى ربِّكِ راضيةً مَرضِيَّة) الفجر 27.

7- النفس الكاملة:

ولا نعني به الكمال المطلق الذي هو لله وحده. بل الكمال البشري وغالبا ما يكون صاحبه مرشِدا للناس ودليلا إلى الله تعالى ولا ترقى هذه النفس إلا على يد مُرَبٍّ مرشِدٍ كامل يعرف مقامات الطريق وآفات النفس ومداخل الشيطان وينأى بمريدِه عن دروب الشرّ والفساد إلى دروب الخير والإحسان. والنفس المطمئنة اطمأنَّت بإقامتها على طاعة الله فسلّمَت بوعده ورضيَت بقضائه وتوكَّلَت عليه واستشعرَت لذَّةَ مناجاته فلم تعُد تشغلها مغريات الحياة عن طاعة الله وقد وصفهم الله بأنَّ أصحاب هذه المنزلة قد نالوا الفوز بجنة الدنيا والآخرة. قال تعالى: (ولِمَن خاف مقامَ ربِّهِ جنّتان) الرحمن 46. والفرق بين النفس اللوامة والنفس المطمئنة والكاملة أنَّ اللوّامة تقف في وجه النفس الأمّارة بالسوء وتكبح جماحها فتُغلَبُ أو تَغلِب.

أمّا النفس المطمئنة فهي حالة مستقرة – لا تحتاج إلى مجاهدة – تكون النفس الأمّارة مغلوبة ضعيفة لكثرة مجاهدة النفس. فترقَّت إلى ملهمة مطمئنة مستقرة الحال.

6.1.1 هل النفس واحدة أم ثلاثة:

وبعد الحديث عن مراتب النفس لا بد لنا من التنويه أن النفس هي واحدة وليست متعددة كما ظن البعض أن الإنسان متعدد الأنفس ولكن لها صفات متعددة فتسمى باعتبار كل صفة باسم فتسمى

أمّارة ثم لوامة ثم مطمئنة إذا كانت تطمئن إلى ربها بعبوديتها وتوكلها عليه والسكون إليه بفنائها.[18] عمّا سواه وبذكره عن ذكر ما سواه. قال تعالى: (الذين آمنوا وتطمئنُّ قلوبُهم بذكرِ الله ألا بذكر الله تطمئنُّ القلوب) الرعد 28 فهذه الطمأنينة تسري في النفس قيلين القلب إلى ربه فتنجذب الروح إلى التعرف عليه بمعرفة أسمائه وصفاته فتتلقاه بالقبول والإذعان وانشراح الصدر وفرح القلب فيخالط الإيمان القلب فينزل ذلك عليه نزول الماء الزلال على القلب العطِش ويرى بذلك نور الشمس الذي لا يراه إلا كل مُبصِر لحقيقة اليقين زال عنه رمَد الأغيار والشهوات كما ذكر في قصيدة البردة للإمام البوصيري:

قد تنكرُ العين ضوء الشمس من رمدٍ ..... وينكرُ الفمُ طعم الماءِ من سِقَمِ

فيصبح المؤمن الحق كما قيل في حديث حارثة: أصبحتُ مؤمنا حقاً. فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إن لكل إيمان حقيقة فما حقيقة إيمانك؟ قال عزفت نفسي عن الدنيا فأظمأتُ وأسهرتُ ليلي وكأني بعرش ربي بادياً وكأني بأهل الجنة في الجنة يتنعمون وأهل النار في النار يعذبون.

فقال النبي: أصبتَ فالزَم. مؤمن نوّر الله قلبه.[19] تسمى لوّامة متقلبة لا تثبت على حال فالنفس تتقلب بين الذكر والغفلة والخير والشر والحب والبغض وهذه النفس مؤمنة بخلاف الشقيّ الذي يصرّ على الذنب.[20] وقد تسمى أمّارة مذمومة تأمر بالشر وتنهى عن المعروف ولا يُوَفَّق الإنسان إلى التخلص منها ومكابدتها إلا بتوفيق الله تعالى وفضله.[21] قال تعالى: (ولولا فضلُ اللهِ عليكم ورحمتُه ما زَكَى منكم من أحدٍ أبدا) النور 21.

---

[18] محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن القيم الجوزية، **الروح /في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، دار الكتب العلمية، بيروت، د.ت، ص 622.

[19] أبو بكر أحمد بن عمرو بن عبد الخالق بن خلاد بن عبيد الله العتكي، **البحر الزخار مسند الإمام البزار**، تحقيق: محفوظ الرحمن زين الله – عادل بن سعد – صبري عبد الخالق الشافعي، ١٩٨٨م، ص6948.

[20] ابن القيم، **الروح /في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 639

[21] ابن القيم، **الروح/ في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 639

7.1.1 علل النفس:

القرآن هو خير هادي للإنســـان يهدي إلى طريق الصـــواب، حذّرَنا من آفات النفس وعللها ووجهَنا للترفُّعِ والتّرقّي عن أمراضـــها. وفيما يلي ذكر لبعض آيات القرآن التي تحدثت عن علل النفس وآفاتها وســأدعم فهم القارئ بالتعريج على الحكم العطائية؛ تلك الدّرر المضــيئة التي تفتح وتنير بحكمتها عقل كل متدبر وتَهدي كلَّ حائر.

1- النسيان

2- الخطأ

3- حبّ الشهوات

4- الغفلة

5- التسويف

6- الرضى عن النفس

7- اتباع هوى النفس

وقد أقسَمَ الشيطان بعزّة ربه أن يغرّر بالإنسان ويوقعه في المعاصي. قال تعالى: (قال فبما أغويتَني لأقعدنَّ لهم صراطكَ المستقيم). الأعراف

1- النسيان:

قال تعالى: (ولقد عهدنا إلى آدمَ مِن قبلُ ولَم نجِد لهُ عزما) طه 115. وكان سبب نسيانه وسوسة الشيطان كما قال تعالى: (فَوَسوَسَ إليه الشيطانُ قال يا آدمُ هل أدلّكَ على شجرة الخُلدِ ومُلكٍ لا يَبلى) طه 120. أغويتَني لأقعُدَنَّ لهم صـــراطكَ المســـتقيم. ثمّ لآتِيَنَّهم مِن أيديهم ومن خلفهم وعن أيمانهم وعن شمائلهِم ولا تجدُ أكثَرَهم شاكرين) الأعراف 16-17.

2- الخطأ:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قال: (قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ! لو لم تذنبوا لذهبَ الله بكم، ولجاء بقوم يذنبون، فيستغفرون الله، فيغفر لهم).[22] والخطأ يصدر عن النفس بدلائل القرآن، قال تعالى: (أَوَلما أصابَتكم مصيبةٌ قد أصبتُم مِثلَيها قلتُم أنّى هذا قل هو مِن عندِ أنفسكم إنّ الله على كلِّ شيءٍ قدير) آل عمران 165. وقال تعالى: (قالا ربّنا ظلمنا أنفسنا وإنْ لم تغفر لنا وترحمنا لنكونَنَّ من الخاسرين) الأعراف 23. وقد قال ابن عطاء رحمه الله في الحِكَم: (خَفْ مِن وجود إحسانه إليك ودوام إساءتك معه أن يكون ذلك استدراجاً لك). قال تعالى: (سنستدرجهم من حيث لا يعلمون). الأعراف (182). فالحريُّ بالإنسان إذا ما وقع منه الخطأ أو النسيان ألا يداوم على الإساءة بل يمحوها بالتوبة والرجوع إلى الله.

3- حبّ الشهوات:

قال تعالى: (زُيِّنَ للناسِ حُبُّ الشهواتِ مِن النساءِ والبنينَ والقناطيرِ المقنطرةِ من الذهب والفضة والخيل المسوّمة والأنعام والحرثِ ذلك متاع الحياة الدنيا والله عندهُ حُسنُ المآب) آل عمرتن 14. عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ. قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: (حفّت الجنة بالمكاره. وحُفّت النار بالشهوات).[23] فالنفس عندما تشتهي شيئا وترغب فيه تسعى إليه مهما كان المقابل فالحريُّ بالإنسان أن يبتعد عن الشهوات لأنها موصلةٌ للنار أعاذنا الله منها والآية السابقة ذكرت الأمور التي تتعلق بها النفس الإنسانية تعليما لنا لأخذ الحذر.

4- الغفلة:

---

[22] مسلم (2106/4)، كتاب التوبة، باب سقوط الذنوب بالاستغفار، توبة.

[23] مسلم (2174/4)، كتاب الجنة وصفة نعيمها وأهلها.

قال تعالى: (واتبِعوا أحســـنَ ما أُنزِلَ إليكُم مِن ربِّكم مِن قبلِ أن يأتيكمُ العذابُ بغتةً وأنتم لا تشـعرون. أن تقولَ نفسٌ يا حَسـرتَى على ما فرَّطتُ في جنبِ الله وإن كنتُ لَمِنَ السـاخِرين) الزمر 55 56. فالغفلة تكون بالانشـغال بالدنيا وقد تكون بالتعوّدِ على النعيم ونسـيان المنعِم فالعينُ اعتادَت على النظر والأذن اعتادت على السمع فتحصل الغفلة أعاذنا الله من ذلك وردّنا إليه ردّاً جميلاً.

5- التسويف:

قال تعالى: (ولا تقولَنَّ لشـيءٍ إني فاعلٌ ذلكَ غداً إلا أن يشـاءَ اللهُ واذكر ربكَ إذا نسـيتَ وقل عسـى أن يهدينِ ربي لأقربَ مِن هذا رشـدا) الكهف 23-24. وقد ذكر في الحكم العطائية أن من رعونات النفس التسويف حيث قال ابن عطاء: (إحالتُكَ الأعمال على وجود الفراغ من رعونات النفس).[24]

6- الرضى عن النفس:

قال تعالى: (الذينَ ضـلَّ سـعيُهم في الحياةِ الدنيا وهم يحسَـبونَ أنهم يُحسِـنونَ صُـنعا) الكهف 104. وقد ذكر ابن عطاء الله في حكمه محذراً من الرضى عن النفس: أصل كل معصية وغفلة وشهوة الرضى ن النفس، وأصل كل طاعة ويقظة وعفّة عدم الرضى منكَ عنها).[25]

7- اتباع الهوى:

قال تعالى: أرأيتَ مَن اتخذ إلهَهُ هواهُ أفأنتَ تكون عليه وكيلا) الفرقان 43. فالبعض تغلب عليه شهوات نفسه ويصبح عبدا وتَبَعا لهواه الذي استملكته الشهوات فهؤلاء وصفَهم ابن عطاء بأنهم مصابين

[24] السكندري، **الحكم العطائية**، ص 49.

[25] السكندري، **الحكم العطائية**، ص 52.

بمرض عضـال يصـعب شـفاؤه فقد قال رحمه الله: (لا يُخَافُ عليك أن تلتبس الطرق عليك، وإنّما يُخافُ عليك من غلبة الهوى عليك).[26] وقال أيضا: (تمكُّنُ حلاوة الهوى من القلب هو الداء العُضال).[27]

8.1.1 بيان الطريق الذي يعرف به الإنسان عيوب نفسه:

اعلم أن الله عز وجل إذا أراد بعبد خيراً بصّـرهُ بعيوب نفسـه، فمن كانت بصـيرته نافذة لم تَخفَ عليه عيوبه، فإذا عرف العيوب أمكنه العلاج، زلكن أكثر الخلق جاهلون بعيوب أنفسـهم يرى أحدهم القذى في عين أخيه ولا يرى الجذع في عين نفسه. فمن أراد أن يعرف عيوب نفسه فله أربعة طرق[28]:

1– أن يجلس بين يدي شيخ بصير بعيوب النفس مطّلع على خفايا الآفات ويحكمه في نفسه ويتبع إشارته في مجاهدته. وهذا شأن المريد مع شيخه والتلميذ مع أستاذه، فيعرّفُه أستاذه وشيخه عيوب نفسه ويعرّفه طريق علاجه. وهذا قد عزّ في الزمان وجوده.

2– أن يطلب صـديقا صـدوقاً بصـيرا متدينا فينصـبه رقيبا على نفسـه ليلاحظ أحوالها وأفعاله، فما كره من أخلاقه وأفعاله وعيوبه الباطنة الظاهرة ينبهه عليه. فهكذا كان يفعل الأكياس والأكابر من أئمة الدين.

3– فهو ألسنة الأعداء فإن عين السخطِ تبدي المساويا فأحيانا يكون العدو المشاحن خير من الصديق المداهن فالعدو يبدي العيوب ويذكرها أما الصديق يخفيها عنه.

4– مخالطة الناس فما يراه من عيوب ينسـبها إليه لأن المؤمن مرآة أخيه فيتفقد نفسـه ويطهرها وقد قيل قديماً: العاقل من اتَّعظَ بغيرهِ. وقد اتفق العلماء والحكماء أن مخالفة الهوى ونهي النفس عن شـهواتها هو الطريق لسـعادة الدارَين والإيمان بهذا واجب ولا بدّ من التنويه أن كل انسـان يخالف هواه

---

[26] السكندري، **الحكم العطائية**، ص107.

[27] السكندري، **الحكم العطائية**، ص 78.

[28] الغزالي، **إحياء علوم الدين**، ص٥٢.

حســب حاله فكل شــيء تفرح به النفس تخالفه فقد تفرح بالمال أو الجاه. إنَّ مِن أكبر أســباب غفلة الإنسـان عن عيوبه صـحبته للناس الفاسـدين فقد قال ابن عطاء الله: (ربّما كنتَ مسيئاً فأراكَ الإحسـان منكَ صحبتُكَ مَن هو أسوأ حالاً منكَ).[29]

9.1.1 أقوال بعض أهل التصوف في تربية النفس[30]

وقال يحيى بن معاذ الرازي: جاهد نفسـك بأسـياف الرياضـة. والرياضـة على أربعة أوجه: القوت من الطعام، والغمض من المنام، والحاجة من الكلام وحمل الأذى من جميع الأنام فيتولد من قلة الطعام موت الشهوات، زكم قلة المنام صفوُ الإرادات، ومن قلة الكلام السلامة من الآفات، ومن احتمال الأذى، البلوغ إلى الغايات وليس على العبد شـيء أشـد من الحِلم عند الجفاء والصـبر على الأذى وإذا تحركَت من النفس إرادة الشـهوات والآثام وهاجت منها حلاوة فضـول الكلام جرَّدتَ سيوف قلة الطعام من غمد التهجد وقلة المنام، وضــربتها بأيدي الخمول وقلة الكلام حتى تنقطع عن الظلم والانتقام فتأمَنَ من بوائقها من بين سـائر الأنام وتصـفيها من ظلمة شـهواتها فتنجو من غوائل آفاتها، فتصـير عند ذلك نظيفة ونوريةً خفيفة روحانية فتجول في ميدان الخيرات وتســير في مســالك الطاعات كالفرس الفارّة في الميدان وكالملك المتنزّه في البستان. وقال أيضاً: أعداء الإنسان ثلاثة: دنياه وشيطانه ونفسه، فاحترس من الدنيا بالزهد فيها ومن الشيطان بمخالفته، ومن النفس بترك الشهوات.

قال بعض الحكماء: من اسـتولَت عليه النفس صـار أسـيراً في حبّ شـهواتها، محصـوراً في سجن هواها، مقهورا مغلولا زمامه في يدها تجره حيث شاءت فتمنع قلبه من الفوائد.

10.1.1 التزكية:

---

[29] السكندري، **الحكم العطائية**، ص 54.

[30] الغزالي، **إحياء علوم الدين**، ص 66.

1- تعريفها:

عرّفها بعضـــهم بأنها تطهير للنفس من الشِّـــرك وما يتفرع عنه، وتحققها بالتوحيد وما يتفرع عنه وتخلقها بأسماء الله الحسنى مع العبودية الكاملة لله من خلال الاقتداء برسول الله صلى الله عليه وسلم.[31]

وتزكية النفس ليســـت تجريد أو اقتلاع للنفس عن طبائعها وإنما هي تطهير وتخلية وتحلية لتغلب صفات الخير على الشر فتتحلى النفس بالأخلاق وترقى لمراقي الفلاح.

2- مدلولات كلمة التزكية في القرآن الكريم:

أورد رفعت أوكودان في مقالته "منظومة النفس والروح في الكيان الإنســـاني) أربع مدلولات للتزكية[32]:

1- نســـبَت التزكية إلى الله ســـبحانه، بمعنى الهداية والتوفيق في الدنيا ومنه قوله تعالى: (بلِ اللهُ يزكّي مَن يشاء) النساء 49، لمعنى التطهّر من دَنَس الذنوب للمؤمنين الطائعين، ومنه قوله تعالى عن الكفار: (ولا يكلمهمُ الله يومَ القيامةِ ولا يُزكيهِم ولهم عذاب أليم) البقرة 174.

2- نسبَت التزكية إلى الرسول صلى الله عليه وسلم لأنه المربي والمزكّي لأمته والمرشد إلى طريق الخير، وهذه المهمّة التي كلّفها الله بها وأمره بأدائها. قال تعالى: (كَما أرســـلنا فيكُم رســـولاً منكم يَتلُو عليكم آياتِنا ويزكّيكُم ويعلمكمُ الكتابَ والحِكمَة) البقرة 151.

[31] رفعت أوكودان، منظومة النفس والروح في الكيان الإنساني وعلاقتها بالتزكية ص 160 2022

[32] رفعت أوكودان، منظومة النفس والروح في الكيان الإنساني وعلاقتها بالتزكية ص 161 2022

3- نسبت التزكية إلى العبد لأنه يزكّي نفسه بالإيمان والمجاهدة ومنه قوله تعالى: (قد أفلحَ مَن زَكَّاها) الشمس 9. ويزكّي أمواله بدفع الزكاة التي هي حق الفقير ويزكي طعامه البحث عن الحلال الطيب ومنه قوله تعالى: (فَلْيَنظر أيها أزكى طعاماً فليَأتِكم برزق منه) الكهف 19.

4- ووردت التزكية في القرآن الكريم في معرض الحديث عن دعوى التزكية، بأن يمدح الإنسان نفسه تَفاخراً وتظاهراً بالتقوى والصلاح، وهو شيء مذموم ومنهيٌّ عنه. قال تعالى: (ألَمْ تَرَ إلى الذين يُزكون أنفسهم بَلِ اللهُ يزكّي مَن يشاء ولا يُظلَمون فَتيلا) النساء 49. وقوله تعالى: (فَلا تُزكوا أنفُسَكم هُو أعلَمُ بِمَن اتّقى) النّجم 32.

3- معالم التزكية:

وكما وضحنا سابقاً أن التزكية ليست تجريد النّفسِ عَن طبائعها وإنما هي ضبط صفاتِ الشّرّ وتوجيهها بما يُرضِي الله وتخليتها عن الأخلاق المذمومة لتتحلّى بالأوصاف المحمودة فيصبح الإنسان مراقباً لربّه بعيدا عن الغفلة عن الله فيصلح ظاهرهُ وباطنه وبذلك يتوضح معنا أنَّ للتزكية مَعلَمَينِ (التخلية والتحلية) حسب تصنيف رفعت أوكودان[33]:

أ. التطهير(التخلية):

قال تعالى: (وأمّا مَن خافَ مَقامَ ربِّهِ ونَهى النّفسَ عَنِ الهوى فإنَّ الجنّة هي المأوى) النازعات 40. قال تعالى: (زأمّا الذين في قلوبِهِم مرضٌ فزادَتهم رِجساً إلى رِجسِهِم) التوبة 125. قال تعالى: (والذينَ هم عن اللغوِ مُعرضون) المؤمنون 3. من خلال استقراء معاني الآيات نجد أنّ تطهير النفس يكون بكبتِ جِماح النفس الأمّارة بالسوء عن الهوى، وتنقية القلب من أمراضه كالشّكّ والنّفاق والتعلق بغير الله. وقد تكون تزكية النفس بترك المباحات والمثبطات التي تؤخر الإنسان عن الوصول إلى ربه كاللغو وفضول الطعام

[33] رفعت أوكودان، منظومة النفس والروح في الكيان الإنساني وعلاقتها بالتزكية ص 162. 163 2022

وفضـــول الكلام وكثرة النوم. وأهمُّ ما في الأمر كله أن يرغب الإنســـان بالتعرُّف إلى علل نفســـه ليقوم بإصلاحها لأن المريض إنْ لَم يشعر بالمرض أو لم يتعرف به لا يتلقى العلاج.

ب . التحلية:

(تشوُّفُكَ إلى ما بطن فيك من العيوب خير من تشوُّفكَ إلى ما حجب عنك من الغيوب).[34]

والتحلية كما التخلية فالتخلية كانت للنفس عن الهوى وللقلب عن الشِّـــرك وكذلك التحلية تكون بالإخلاص والمحبة والخشـــية لله. وتكون بغضّ البصـــر وحفظ الفَرجِ وأعظم التحلية التي هي في العبادات كالصلاة (وَأَقِمِ الصّلاةَ إنَّ الصلاة تَنهَى عن الفحشاء وَالمنكر ولَذِكرُ اللهِ أكبر) العنكبوت 45.

فالآية هنا شملَت التخلية والتحلية فالصلاة تنهى القلب عن الفحشاء وتعمره وتحليه بنور الصلة بالله.[35] ونظرا لأهمية الصلاة وفوائدها التي تنعكس على نفس المسلم وسلوكه سأقوم بسرد بعض الآيات والمواقف التي تؤكد وتشجع على اللجوء إليها كمعين حقيقي على ضبط وانضباط وتزكية أنفسنا للوصول إلى تلك الصِّلة المطلوبة بين العبد وربّه.

قال تعالى: (واستعينُوا بالصّبرِ والصلاة وإنّها لكبيرةٌ إلا على الخاشعين) البقرة 45. قال تعالى: (إنّ الإنسان خُلِق هلوعا إذا مسَّه الشّرُّ جَزوعا وإذا مسَّهُ الخيرُ مَنوعا إلا المصلّين) المعارج 19-22.

فهذه العيوب الإنسـانية علاجها وشـفاؤها بالصـلاة. ومن أهمية الصـلاة أنها تعلّم الإنسـان على الانضـباط فهي مضـبوطة بحركات معينة ومضـبوطة بالإمام والمأموم ومضـبوطة بالإحرام والتسـليم والركوع والسجود. ولا ننسى أن رسول الله صلى الله عليه وسلم أخبرنا أن راحته في الصلاة (يا بلال أقِمِ الصلاة أرِحنا بها).[36]

---

[34] السكندري، **الحكم العطائية**، ص 52.

[35] أحمد العمراني، **أثر القرآن الكريم في ضبط النفس**، مجلة البيان (العدد ٢٣٨)، ص٧٣.

[36] أبو داود (338/7) أول كتاب الأدب، باب في صلاة العتمة.

وقال صلى الله عليه وسلم: (وجُعِلَت قرّة عيني في الصلاة).[37] فهذان الحديثان يُعدّان مدرسة لنا في بيان فضل الصلاة وما فيها من تخلية وتحلية فهي راحة من الدنيا ومشاغلها وملاهيها. وقرة عين تكسو القلب بنور الإيمان وحب الله تعالى.

11.1.1 محاسبة النفس:

محاسبة النفس والوقوف عند صغائرها وكبائرها والتدقيق عليها للوصول بها إلى الحق والصواب. قال تعالى: (يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله ولْتنظُر نفسٌ ماذا قدَّمَت لغد واتقوا الله إنَّ اللهَ خبيرٌ بما تعملون) الحشر 18.

فالحرِيُّ بالإنسان أن يحاسب نفسه قبل أن يحاسبه الله في ذلك اليوم الذي لا مفرَّ فيه من الأعمال التي قدمها في الدنيا. ذلك اليوم الذي سيجد فيه الإنسان نفسه وبيده كتابه يقرؤه، قال تعالى: (اقرأ كتابكَ كفى بنفسكَ اليومَ عليك حسيبا) الإسراء 14. فالمحاسبة هنا خير وأفطَنُ من المحاسبة في الدار الآخرة وتكون قبل العمل وأثناء العمل وبعد العمل, فقبل العمل تكون المحاسبة لمعرفة هل هذا العمل يرضي الله فيقف عند شرعه بالفعل أو التَّرك. أما أثناء العمل بمراقبة الله في السّرّ والعلَن. وأما بعده فباستحضار النّيّة والإخلاص لله تعالى، لأن العمل إذا كان لغير الله يُرَدُّ في وجه العبد ولا يأخذ أجره في الآخرة، وبئس العبد أن يذهب ليوم الحساب فيرى عمله هباء منثورا أراد حظّه في الدنيا من الناس وأخذه هناك فلم يبقَ له شيء من عمله في الآخرة.

12.1.1 ضبط النفس:

وكما تحدثنا عن تزكية النفس وبيّنّا معالم التزكية أحببنا التعريج على مصطلح ضبط النفس وانضباطها ليبقى القارئ على إلمام بكل ما يرتقي بنفسه إلى تطهيرها وتطويرها وتربيتها فالارتقاء بالنفس

[37] سنن النسائي (119/7)، كتاب عشرة النساء، باب حب النساء.

والنهوض بها يحتاج لضبط وانضباط، فضبط النفس يكون بحبسها عن الأفعال السيئة وانضباطُها بإلزامها فعلَ الخير مع الصبر عليها والحزم معها وبذلك يكون معنى الضبط والانضباط موافقاً لمعنى التزكية الذي سبق الحديث عنه.

قال تعالى: (والشَّمسِ وضُحاها، والقمرِ إذا تلاها، والنّهار إذا جلّاها، واللّيلِ إذا يغشاها، والسماءِ وما بناها، والأرض وما طَحاها، ونفسٍ وما سوّاها، فألهمها فُجورها وتَقواها، قد أفلح مَن زَكّاها وقد خابَ مَن دسّاها) الشّمس 1 – 10. فقد أقسم الله هنا سبعة أقسامٍ ليبيّن ترقِّيَ مَن يزكّي نفسَه في سلّم الفلاحِ، وخسارة مّن دسّى نفسه واستكبر واستعلى.[38]

[38] العمراني، **أثر القرآن الكريم في ضبط النفس**، ص٥٣.

2.1 القلب

1.2.1 تعريف القلب عند الصوفية:

يعتبر القلب عند الصوفية مركزا للإيمان والعلم وحبّ الله فالقلب هو الجزء الحقيقي من الإنسان الذي يصل به العبد إلى خالقه فالقلب ليس ذلك الجزء العضوي من جسد الإنسان بل هو اللطيفة الروحية منه. فكلما ارتقَت حالة القلب ارتقَت روح الإنسان وازداد إيمانه ويقينه بالله تعالى وحبه لله.

وقد فهم بعض العلماء العارفين بالله معنى إشاري جميل للقلب من قوله تعالى: (فِي بيوتٍ أَذِنَ اللهُ أَن تُرفَعَ ويُذكَرَ فيها اسمهُ). النور 36. بمعنى أن البيوت هي القلوب التي هي معدن الأسرار ومحل مصابيح الأنوار[39] ورفعها: صونُها عن الأغيار وتطهيرها من لوث الأكدار ليذكَر فيها اسم الله تعالى. فأهل الله المنقطعين لله عن الدنيا وزخارفها توجهوا إلى الله بقلوبهم فأصلحت أعمالهم وصانت جوارحهم عما يغضب الله تعالى فكانت قلوبهم منازل لأنوار الله ورحماته فأنارت بصائرهم وصانتها عن انطماس البصيرة والغفلة عن الله فسارَعوا إلى طاعة الله بصحبة أولياء الله فأصبحت بصائرهم لا ترى ولا تبصر إلا المعاني الأزلية وأصبح البصر يرى بنور البصيرة فانعكس نور البصر إلى البصيرة فيغيب عن رؤية الأكوان بشهود المكَوِّن:

قلوب العارفين لها عيونٌ ..... ترى ما لا يُرى للناظرينا

وأجنحة تطير بغير ريش ..... إلى ملكوت ربّ العالمينا

وألسنة بأسرار تناجي ..... تغيب عن الكرام الكاتبينا

---

[39] أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني، **المفردات في غريب القرآن**، تحقيق: صفوان عدنان الداودي، دار القلم، دمشق، ١٩٩١م، ص 271.

يعتبر القلب عند أهل التصوف حجر الأساس في البناء الروحي للإنسان. فالله عز وجل جعل القلب سيّد الأعضاء وأعطاه حق التصرف فيها.

إن استقام القلب استقامت الأعضاء وإن فسد فسَدْنَ لذلك كان تطهير القلب للوصول إلى نور المعرفة بالله الشغل الشاغل عند أهل التصوف فهو مركز العلم ومدار الإيمان. قال صلى الله عليه وسلم: (التقوى ها هنا وأشار بيده إلى صدره).[40]

فالقلب هو اللطيفة المدركة من الإنسان وهو محل الإيمان والمعارف وهو البحر العذب الذي تنبع منه الأنوار وهو محل الحب لذات الله فالقلب مقام المحبين تجتمع فيه العلوم والإيمان.[41]

فكلما زادت علومه زاد نوره وفاض على صاحبه خُلُقاً وعملاً وزهد عن الدنيا ورضي بما أراده الله واختاره له وكلما قلَّت علوم القلب سيطر عليه الجهل والركون إلى الدنيا والطمع بما فيها فغفل عن الله وظهر على سلوكه ما لا يرضي الله تعالى.

عند الغزالي في كتابه إحياء علوم الدين له معنيان:

المعنى الأول: المادي وهو اللحم المعروف الذي يضخّ الدم.

أما المعنى الثاني: لطيفة ربانية روحانية لها تعلّق بالقلب الجسماني حقيقة الإنسان والمدرك العام العارف منه والمخاطَب بالتكاليف والمجازَى عليه.

وما يهمنا في بحثنا هنا هو اللطيفة الربانية التي عليها مناط التكليف وليس القلب الجسماني.[42]

2.2.1 معاني القلب في آيات القرآن:

معنى القلب كما ورد في القرآن الكريم والفرق بينه وبين الفؤاد والصّدر:

---

[40] مسند أحمد (443/7) ابتداء مسند أبي هريرة حديث 7713.

[41] ايمان كمال مصطفى، **القلب ودلالته عند الصوفية**، مجلة مداد الآداب، المجلد ١، ٢٠١٥م، ص٦٩.

[42] الغزالي، **إحياء علوم الدين**، ج3، ص3.

1- يمكن أن يكون القلب هو عقل الإنســـان وفكره كما ذكر في القرآن، قال تعالى: (إنَّ في ذلكَ لَذِكرى لِمَنْ كان لهُ قلبٌ أو أَلقَى السَّمعَ وهُو شهيد) ق 37.

قال القرطبي في تفســـيرها: لِمن كان له عقل يتدبر به فكنّى بالقلب عن العقل. وقوله: وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَناجِرَ [الأحزاب/ 10] أي: الأرواح. وقال: إِنَّ فِي ذلِكَ لَذِكْرى لِمَنْ كانَ لَهُ قَلْبٌ [ق/ 37] أي علم وفهم، وقوله: وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ [الأنفال/ 10] أي: تثبت به شـــجاعتكم ويزول خوفكم، وعلى عكســه: وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرُّعْبَ [الحشـر/ 2]، وقوله: ذلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ [الأحزاب/ 53] أي: أجلب للعفّة.[43]

2- القلب هو الفؤاد والعقل ومحض كل شـــيء (القاموس المحيط للفيروزي). قال تعالى: (فِي قلُوبِهم مرَضٌ فزادَهُم اللهُ مرضاً ولهم عذابٌ أليمٌ بِما كانوا يكذِبون) البقرة 10. (المرض في العقل). قال تعالى: (نَزَلَ بهِ الرّوحُ الأمينُ على قلبِكَ لتكونَ مِن المنذِرين) الشعراء 193-194. على قلبكَ أي وعيكَ وإدراكَكَ.

3- ورد بمعنى النفس:

(فلا تَخضعْنَ بِالقوْلِ فَيَطمعَ الذي فِي قلبِهِ مرض) الأحزاب 32. أي نفسيته مريضة. (الذي يُوَسوِسُ في صُدورِ النّاس) النّاس 5. أي نفوس البشر.

4- القلب بمعنى الصّدر:

(أفَلَم يَسِـــيروا في الأَرضِ فَتَكونَ لهُم قلوبٌ يعقلونَ بِها أو آذانٌ يســـمَعونَ بها فإنّها لا تَعمى الأبصـــارُ ولكن تَعمى القُلوبُ التِي في الصّـــدُور) الحجّ 46. أي عقول البشـــر، القلوب التي في الصـــدور

[43] الأصفهاني، **المفردات في غريب القرآن**، ص 682.

استعمل كلا اللفظين القلوب/الصدور استعارة للدلالة على الوعي والإدراك في النفس البشرية، وفيها توكيد على أن العمى ليس عمىً للبصر لكنه عمىً للقلب.

3.2.1 معاني القلب كما وردت في السنة النبوية[44]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم قَالَ: «إِنَّ العَبْدَ إِذَا أَخْطَأَ خَطِيئَةً نُكِتَتْ فِي قَلْبِهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءُ، فَإِذَا هُوَ نَزَعَ وَاسْتَغْفَرَ وَتَابَ سُقِلَ قَلْبُهُ، وَإِنْ عَادَ زِيدَ فِيهَا حَتَّى تَعْلُوَ قَلْبَهُ، وَهُوَ الرَّانُ الَّذِي ذَكَرَ اللَّهُ» {كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ} [المطففين: 14]. «هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ»[45] (نكت) النّكتُ: الأثر في الشيء. (الرّان) رانَ على قلبه أي: غطى وقيل: غلبَ.

عَنْ أَنَسٍ رضي الله عنه قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يُكْثِرُ أَنْ يَقُولَ: «يَا مُقَلِّبَ القُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ»، فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، آمَنَّا بِكَ وَبِمَا جِئْتَ بِهِ فَهَلْ تَخَافُ عَلَيْنَا؟ قَالَ: «نَعَمْ، إِنَّ القُلُوبَ بَيْنَ أُصْبُعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ اللَّهِ يُقَلِّبُهَا كَيْفَ يَشَاءُ»[46] أزاغ: الزَّيغ: الميل عن الاعتدال.

عَنْ عائشة رضي الله عنها أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يدعو بهؤلاء الدعوات "اللهم! فإني أعوذ بك من فتنة النار، وعذاب النار، وفتنة القبر، وعذاب القبر، ومن شر فتنة الغنى، ومن شر فتنة الفقر. وأعوذ بك من شر فتنة المسيح الدجال. اللهم! اغسل خطاياي بماء الثلج والبرد. ونق قلبي مِنَ الْخَطَايَا كَمَا نَقَّيْتَ الثَّوْبَ الْأَبْيَضَ مِنَ الدنس. وباعد بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ والمغرب. اللهم فإني أعوذ بك من الكسل والهرم والمأثم والمغرم"[47]

---

[44] حوى، **الأساس في السنة وفقهها**، ص 45.

[45] الترمذي (434/5) أبواب تفسير القرآن باب ومن سورة ويل للمطففين.

[46] الترمذي (448/4)، كتاب القدر، باب ما جاء أن القلوب بين أصبعي الرحمن وقال: حديث حسن صحيح.

[47] صحيح مسلم (2078/4)، كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب التعوذ من شر الفتن.

(بماء الثلج والبَرَد): تخصـــيص الثلج والبَرَد تأكيد للتطهير ومبالغة فيه. لأن الثلج والبَرَد ماءان مفطوران على خلقتهما. لم يُستَعملا ولم تنلهما الأيدي. ولم تخُضْهما الأرجل.

عَنْ عبد الله بنِ عُمَرَ رضي الله عنهما قَالَ: صَعِدَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم المِنْبَرَ فَنَادَى بِصَـوْتٍ رَفِيعٍ، فَقَالَ: «يَا مَعْشَـرَ مَنْ أَسْـلَمَ بِلِسَـانِهِ وَلَمْ يُفْضِ الإِيمَانُ إِلَى قَلْبِهِ، لَا تُؤْذُوا المسْـلِمِينَ وَلَا تُعَيِّرُوهُمْ وَلَا تَتَّبِعُوا عَوْرَاتِهِمْ، فَإِنَّهُ مَنْ تَتَبَّعَ عَوْرَةَ أَخِيهِ المسْلِمِ تَتَبَّعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ، وَمَنْ تَتَبَّعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ يَفْضَحْهُ وَلَوْ فِي جَوْفِ رَحْلِهِ).[48]

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه قَالَ: قِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَنْ أَسْعَدُ النَّاسِ بِشَفَاعَتِكَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ؟ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: (لَقَدْ ظَنَنْتُ – يَا أَبَا هُرَيْرَةَ – أَنْ لَا يَسْأَلَنِي عَنْ هَذَا الْحَدِيثِ أَحَدٌ أَوَّلُ مِنْكَ، لِمَا رَأَيْتُ مِنْ حِرْصِكَ عَلَى الْحَدِيثِ، أَسْعَدُ النَّاسِ بِشَفَاعَتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ، مَنْ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، خَالِصًا مِنْ قَلْبِهِ، أَوْ نَفْسِهِ).[49]

عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبيّ صلى الله عليه وسلم قال: "(لا يَجْتَمِعُ غبارٌ في سبيل الله ودخانُ جَهَنَّمَ في وَجْهِ رَجُلٍ أبدًا، ولا يَجْتَمِعُ الشُّحُّ والإيمانُ في قلبِ عبدٍ أبدًا).[50]

والترمذي (171/4) 23 . كتاب فضائل الجهاد 8. باب ما جاء في فضل الغبار في سبيل الله. وقال: حديث حسن صحيح وهو كما قال. عن أبي الجعد الضّمري، وكانت له صحبةٌ، أن رسولَ الله– صلى الله عليه وسلم قال: (مَنْ تركَ ثلاث جُمَعٍ تهاوناً بها، طَبَعَ الله على قَلْبِهِ).[51]

عَنْ عَائِشَةَ رضي الله عنها قَالَتْ: جَاءَ أَعْرَابِيٌّ إِلَى النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم فَقَالَ: تُقَبِّلُونَ

---

[48] الترمذي (378/4)، أبواب البر والصلة 85،باب ما جاء في تعظيم المؤمن وقال: حسن غريب. وإسناده حسن.

[49] البخاري (49/1)، كتاب العلم، باب الحرص على الحديث.

[50] النسائي (28/6)، كتاب الجهاد، باب فضل من عمل في سبيل الله على قدمه.

[51] سنن أبي داود (285/2) كتاب الصلاة، باب كفارة من ترك صلاة الجمعة

الصِّـبْيَانَ؟ فَمَا نُقَبِّلُهُمْ، فَقَالَ النَّبِيُّ صـلى الله عليه وسـلم: (أَوَأَمْلِكُ لَكَ أَنْ نَزَعَ اللَّهُ مِنْ قَلْبِكَ الرَّحْمَةَ)[52] عَنْ جُنْدَبٍ رضي الله عنه قَالَ: قال النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم: (اقرؤوا الْقُرْآنَ مَا ائْتَلَفَتْ عَلَيْهِ قُلُوبُكُمْ، فَإِذَا اخْتَلَفْتُمْ فَقُومُوا عَنْهُ).[53]

4.2.1 أقسام القلب:

سبق في الفقرات الماضية الحديث عن معنى القلب في القرآن والسنّة ولا بدّ لنا هنا من التعريج على القلب بشكل مفصل عند الصوفية الصالحين الذين جعلوا من القلب نواة الوصول إلى طريق الحق وحبِّ الله.

أقسام القلب

1- القلب (السليم):[54]

قال تعالى: (يومَ لا يَنفعُ مالٌ ولا بَنونَ إلا مَن أتَى اللهَ بقلبٍ سليم) الشعراء 88-89 أي سليم من شهوات النفس، فالقلب السليم يكون سليما من الشرك بالله، من الأهواء المضِلّة، (حظوظ النفس) من الرياء والعُجب، وسليم مما سوا الله عزّ وجلّ (الأغيار) فهذا القلب مع الله لا يؤذي أحداً ولا يتأذى من أحد يتعامل مع الله في كل شيء ولا يحمل الحقد على أحد ولا ينتظر ردّ الجميل من أحد، واللهَ نسأل أن يرزقنا سلامة القلوب فسلامة القلب دليل على حبّ الله تعالى فمن سلِم قلبهُ ونال حُبَّ ربّه رقّ قلبه ولانَت معاملته.

2- القلب السقيم (المريض):[55]

---

[52] صحيح البخاري (2235/5)، كتاب الأدب، باب رحمة الولد وتقبيله ومعانقته

[53] صحيح البخاري (1929/4)، كتاب فضائل القرآن، باب اقرؤوا القرآن ما ائتلفت عليه قلوبكم.

[54] مصطفى، **القلب ودلالته عند الصوفية**، العدد 11، ص٨٥.

[55] ايمان كمال مصطفى، **القلب ودلالته عند الصوفية**، ص٩٣.

قال تعالى: (فِي قلوبِهِم مرضٌ فزادَهمُ اللهُ مرضـا) البقرة 10 قال صـلى الله عليه وسـلم: (إن القلوب تصدأ وجلاؤها لا إله إلا الله) توثيق. والصدأ هي الطبقة التي تعلو الحديد عندما يتعرض للرطوبة، وصدأ القلب هي الظلمات التي تحول بين القلب وتَجَلّي الحقائق وشهود الحق.

فمن هذه الظلمات: صور الأكوان وشبع البطن وغيره من شهوات النفس فتكون هذه الظلمات بمثابة الصدأ على القلب وجلاء القلب يكون بالقرآن والتسبيح والإكثار من ذكر الله.

3- القلب الميت:[56]

وهذا أسـوأ الأنواع إذ أنه لا حياة فيه غافل عن الله بشـهواته وهواه، قال تعالى: (كلّا بَل رانَ على قلوبِهم ما كانوا يكسبون) المطففين 14. قال تعالى: (ثُمّ قَسَت قلوبُكم مِن بعدِ ذلكَ فَهِيَ كالحجارةِ أو أشدُّ قسوة) البقرة 74 والمقصود بهم الكفار والمنافقين فقلوب هؤلاء أشد مصاباً من القلوب المريضة بسبب إصرارهم على البَغيِ والمعاصي، فيقسو القلب أعاذنا الله من ذلك.

وإذا قسـى القلب انعكس على الأخلاق والأفعال وطمس على نور البصـيرة لذلك نبّه وحذّر كثير من الواعظين والمرشـدين أحبابهم عَن مخالطة قسـاة القلب أو مجالسـتهم لأن حالهم يسـري ويقسـو قلب العبد المؤمن، فقسـاوة القلب قد تكتسـب من الصـحبة السـيئة، فالحَرِيُّ بالإنسـان أن يجاهد نفسـه ويطهر قلبه فإذا أكرمه الله بصـفاء قلبه وترقّق قلبه بِحبِّ الله حافظ على قلبه كما يحافظ على الجوهرة الثمينة ويلجأ إلى الله دائما بالتوبة والدعاء بتهيئة الصـحبة الصـالحة والشـيخ الواعظ الذين يبعدونه عن أمراض القلوب.

---

[56] ايمان كمال مصطفى، **القلب ودلالته عند الصوفية**، ص٩٤.

قال تعالى: (وإذا قرأتَ القرآنَ جعلنا بينكَ وبين الذين لا يؤمنون بالآخرة حجابا مستورا، وجعلنا على قلوبهم أكنّةً أن يفقهوهُ وفي آذانهم وَقراً وإذا ذكرتَ ربكَ في القرآن وحدهُ ولَّوا على أدبارهم نفورا) الإسراء 45 – 46.

فالعلل والأمراض التي تصـــيب القلوب عديدة وكثيرة أعاذنا الله منها، والجدير بالعبد المؤمن أن يبقى فطِناً متيقظاً لصحة قلبه من الأمراض المختلفة سواء كانت مؤلمة كالهمّ والحزن أو الأمراض غير المؤلمة كالجهل والشـهوات والغفلة عن الله ويبقى القرآن خيرَ شـفاءٍ وعلاج لِما في صـدور العباد. قال تعالى: (وشفاءٌ لِمَا في الصّدور) يونس 57.

5.2.1 علل القلب:

1- التعلق بالأغيار:

2- الرّياء وضياع القصد:

3- القسوة:

خلق الله تعالى الإنسـان وشـرّفه على سـائر المخلوقات وفضَّـله بعقله وقلبه وجسـده وكان لكلّ عضـو من أعضـائه مهمّة شرّفه الله بها فإذا ما استعمل كل عضـو بما خُلِق له كان سليماً غير مضـطرب، والقلبُ خُلِق للعلمِ والحكمة والمعرفة وحبّ الله.

والتلذّذ بذكره وعدم التعلق بالأغيار والتعرّف عن الله بأنه أصـل الأشـياء وموجدُها ومخترعُها فلو عرف القلب كل شيء ولم يعرف الله فكأنه لم يعرف شيئاً، وهنا سنتطرق لعلل القلب التي تبعده عن دائرة الصواب.

فالعلّة الأولى هي التعلق بالأغيار.

قال تعالى: قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُم مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ ۗ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ) التوبة 24. فمن علق قلبه بغير الله وجعل محبّة قلبه لأشياء ومتعلقات الدنيا فقد فسد قلبه ومرض كمن أحَبَّت معدته أكل الطين عن أمل الخبز والماء.

قال ابن عطاء: ما أحبَبتَ شيئاً إلا كنتَ له عبداً، وهو لا يحب أن تكونَ لغيره عبدا.[57] وقال: فرّغ قلبكَ من الأغيار يملأ قلبكَ بالمعارف والأسرار.[58]

والعلة الثانية هي الرّياء وضياع القصد:

وخير بيانٍ لهذا المعنى هو ما ذكره ابن عطاء الله فكانت حكمته جامعة للقصد والمطلوب حيث قال: العجبُ كل العجب ممّن يهرب ممّا لا انفكاك له عنه ويطلب ما لا بقاء له معه. (فإنها لا تَعمى الأبصارُ ولكن تَعمى القلوبُ التِي في الصدور).[59]

وقال: لا ترحل من كونٍ إلى كونٍ فتكون كحمار الرّحى، يسير والمكان الذي ارتحل إليه هو المكان الذي ارتحل منه، ولكن ارحل من الأكوان إلى المكوّن (وأنَّ إلى ربّكَ المنتَهَى) وانظر إلى قوله صلى

[57] السكندري، **الحكم العطائية**، ص210.

[58] السكندري، **الحكم العطائية**، ص206.

[59] السكندري، **الحكم العطائية**، ص١٣٤.

الله عليه وسلم (فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله فهجرته إلى الله ورسوله ومن كانت هجرته إلى دنيا يصيبها أو امرأة يتزوجها فهجرته إلى ما هاجر إليه). فافهم قوله عليه الصلاة والسلام.[60]

والعلة الثالثة للقلب هي القسوة:

وقد سبق الحديث عنها في أنواع القلوب أعاذنا الله من قسوة القلب. قال ابن عطاء الله: من علامات موت القلب عدم الحزن على ما فاتك من الموافقات، وترك النّدم على ما فعلته من وجود الزّلات.[61] والموافقات: هي الطاعات والأعمال الصالحة.

6.2.1 مقدمة عن الأخلاق:

قبل دراسة مقامات القلب لا بد لنا من التعريج لدراسة الأخلاق لأن الأخلاق هي النور المنبثق من القلب فعندما ينير القلب بصفائه وجماله يتجلى ذلك عمليا على اخلاق المؤمن فتصفو حياته ويسعد بداريه كما أنه إذا فسد قلبه خسر دنياه وأظلمت أخلاقه وأعماله فلذلك لا بد من دراسته طب القلوب كما يجب علينا الاهتمام بطب الأجساد. قال تعالى: (بلى مَن أسلَمَ وَجهَهُ لِلهِ وهو مُحسنٌ فَلهُ أجرهُ عِندَ ربّهِ ولا حوفٌ عليهِم ولا هُم يحزنون) البقرة 112.

فالمسلم الحقّ هو الذي أنار اللهُ جوارحهُ بحقائق وأنوار الإسلام وأنار قلبه بأنوار الإيمان فانعكس ذلك على أخلاقه فتأدبَت نفسه وبَدَت عليه أنوار العارفين الذين يعيشون بين جناحي الخوف والرّجاء من الله، فإذا ارتقى بأخلاقه غَدَت أخلاقه أخلاق الموحدين الذين أعرضوا بنور ربّهم عن الدنيا وما فيها.

---

[60] السكندري، **الحكم العطائية**، ص42.

[61] السكندري، **الحكم العطائية**، ص48.

وعند الإمام الغزالي: الأخلاق هي عبارة عن هيئة راسخة في النفس تصدرعنها الأفعال بسهولة دون تكلف فإذا كانت الأفعال جميلة كانت تصدر عن خلق حسن، وإذا كانت الأفعال سيئة فهي تصدر عن خلق سيء.[62]

7.2.1 أقوال وأعمال أهل التصوف في الأخلاق[63]

اعلم أن كل إنسان جاهل بعيوب نفسه، فإذا جاهد نفسه أدنى مجاهدة حتى ترك فواحش المعاصي ربما يظن بنفسه أنه هذب نفسه وحسن خلقه واستغنى عن المجاهدة، فلا بد من إيضاح علامة حسن الخلق. فإن حسن الخلق هو الإيمان، وسوء الخلق هو النفاق. وقد ذكر الله تعالى صفات المؤمنين والمنافقين في كتابه وهي بجملتها ثمرة حسن الخلق وسوء الخلق. فلنورد جملة من ذلك لتعلم آية حسن الخلق. قال الله تعالى "قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون والذين هم عن اللغو معرضون" إلى قوله "أولئك هم الوارثون" وقال عز وجل "التائبون العابدون الحامدون" إلى قوله "وبشر المؤمنين" وقال عز وجل "إنما المؤمنون الذين إذا ذكر الله وجلت قلوبهم" إلى قوله "أولئك هم المؤمنون حقا" وقال تعالى "وعباد الرحمن الذين يمشون على الأرض هوناً وإذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما" إلى آخر السورة. من أشكل عليه حاله فليعرض نفسه على هذه الآيات فوجود جميع هذه الصفات علامة حسن الخلق، وفقدُ جميعها علامة سوء الخلق، ووجود بعضها دون بعض يدل على البعض دون البعض فليشتغل بتحصيل ما فقده وحفظ ما وجده .وقد وصف رسول الله صلى الله عليه وسلم المؤمن بصفات كثيرة وأشار بجميعها إلى محاسن الأخلاق فقال " لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ "[64]

---

[62] الغزالي، **إحياء علوم الدين**، ص 48.

[63] الغزالي، **إحياء علوم الدين**، ص٥٠.

[64] صحيح البخاري (14/1)، كتاب الإيمان، باب من الإيمان أن يحب لأخيه ما يحب لنفسه.

وقال صلى الله عليه وسلم (من كان يؤمن باللهِ واليوم الآخر فلْيُكْرِمْ ضيفَه، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلْيَحْفَظْ جاره، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلْيَقُلْ خيراً أَو ليَصْمُتْ).[65]

وذكر أن صفات المؤمنين هي حسن الخلق فقال صلى الله عليه وسلم: (أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم أخلاقاً).[66] وقال صلى الله عليه وسلم: (إِذَا رَأَيْتُمْ الرَّجُلَ قَدْ أُعْطِيَ زُهْدًا فِي الدُّنْيَا، وَقِلَّةَ مَنْطِقٍ، فَاقْتَرِبُوا مِنْهُ، فَإِنَّهُ يُلْقِي الْحِكْمَةَ).[67] وقال (من سرّته حسنته وساءته سيئته فهو مؤمن)[68] وقال: (لا يَحِلُّ لمسلم أن يُرَوِّعَ مُسْلِماً)[69] وجمع بعضهم علامات حسن الخلق فقال: هو أن يكون كثير الحياء قليل الأذى كثير الصلاح صدوق اللسان، قليل الكلام كثير العمل، قليل الزلل قليل الفضول بَرّاً وَصولاً وَقوراً صبوراً شكوراً رَضِيّاً حكيماً رفيقاً عفيفاً شفيقاً لا لعّاناً لا سبّاباً ولا نمّاماً ولا مغتاباً ولا عجولاً ولا حقوداً ولا بخيلاً ولا حسوداً بشّاشاً هشاشاً يحب في الله ويبغض في الله ويرضى في الله ويغضب في الله فهذا هو حسن الخلق.

وقد قيل في المؤمن أن مشغول بالفكر والعبر، والمنافق مشغول بالحرص والأمل، والمؤمن آيس من كل أحد إلا من الله، والمنافق راج كل أحد إلا الله، والمؤمن آمن كل أحد إلا من الله، والمنافق خائف من كل أحد إلا من الله، والمؤمن يقدم ماله دون دينه، والمنافق يقدم دينه دون ماله، والمؤمن يحسن ويبكي، والمنافق يسيء ويضحك، والمؤمن يحب الخلوة والوحدة، والمنافق يحب الخلطة والملأ، والمؤمن يزرع ويخشى الفساد، والمنافق يقلع ويرجو الحصاد، والمؤمن يأمر وينهى للسياسة فيصلح، والمنافق يأمر وينهى للرياسة فيفسد.

---

[65] مسند أحمد (184/6) أول مسند عبد الله بن عمرو بن العاص حديث رقم 6621.

[66] سنن أبي داود أول كتاب السنة، باب الدليل على زيادة الإيمان ونقصانه.

[67] سنن ابن ماجه (224/5) أبواب الزهد، باب الزهد في الدنيا.

[68] البحر الزخار للبزار (72/8) مسند أبي موسى – أول حديث أبي موسى حديث 3068.

[69] سنن أبي داود (352/7) أول كتاب الأدب، باب من يأخذ الشيء على المزاح.

وأولى ما يمتحن به حسن الخلق الصبر على الأذى واحتمال الجفاء، ومن شكا من سوء خلق غيره دل ذلك على سوء خلقه، فإن حسن الخلق احتمال الأذى. عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ؛ قَالَ: كُنْتُ أَمْشِي مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم، وَعَلَيْهِ رِدَاءٌ نَجْرَانِيٌّ غَلِيظُ الْحَاشِيَةِ. فَأَدْرَكَهُ أَعْرَابِيٌّ. فَجَبَذَهُ بِرِدَائِهِ جَبْذَةً شَدِيدَةً. نَظَرْتُ إِلَى صَفْحَةِ عُنُقِ رَسُولِ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم وَقَدْ أَثَّرَتْ بِهَا حَاشِيَةُ الرِّدَاءِ. مِنْ شِدَّةِ جَبْذَتِهِ. ثُمَّ قَالَ: يَا مُحَمَّدُ! مُرْ لِي مِنْ مَالِ اللَّهِ الَّذِي عِنْدَكَ. فَالْتَفَتَ إِلَيْهِ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم. فَضَحِكَ. ثُمَّ أَمَرَ لَهُ بعطاء)[70] ولما أكثرت قريش إيذاءه وضربه قال: اللهم اغفر لقومي فإنهم لا يعلمون" قيل إن هذا يوم أحد لذلك أنزل الله تعالى "وإنك لعلى خلق عظيم".

8.2.1 مقامات القلب

1- تعريف المقام:

عرّفه الطوسي (م 276هـ.): هو مقام العبد بين يدي الله عزّ وجل فيما يُقام فيه من العبادات والرياضات والانقطاع إلى الله تعالى.[71] قال تعالى: (ذلكَ لِمَن خاف مقامي وخاف وعيد). إبراهيم 164.

[70] صحيح مسلم (730/2) كتاب الزكاة، باب إعطاء من يسأل بفُحش.

[71] أبو نصر عبد الله بن علي السراج الطوسي، **اللمع في التصوف**، دار الكتب الحديثة، مصر، ١٩٦٠، ص65.

2- مقامات القلب:[72]

أ. الصدر

ب. القلب

ج. الفؤاد

د. اللّبّ

وهذه المقامات الأربعة ترتبط كلها بأنوار الله تعالى. أما الصدر مرتبط بنور الإيمان والقلب مرتبط بنور الإيمان والفؤاد مرتبط بنور المعرفة، واللب مرتبط بنور التوحيد وكل هذه المقامات وردت في القرآن الكريم في آيات وصيغ متعددة.

أ. الصّدر:

وضع الحكيم الصدر في المقام الأول من مقامات القلب لأنه يشترك مع النفس الأمّارة بالسوء في هذه المكان فالصدر هو موضع الوساوس والآفات ففي الصدر يوجد الغلّ والشهوات.

قال تعالى: (الذي يوسوس في صدور النّاس) النّاس 5.

والوسوسة من رحمة الله أنها تكون في الصدر الذي هو آخر ولاية للنفس حيث لم تكن الوسوسة في قلب العبد وإنما في الصدر (الحكيم الترمذي).

وكما أن الوسوسة تكون للصدر وليس للقلب فكذلك الانشراح والضيق هو من صفات الصدر وأحواله. قال تعالى: (أفمن شرحَ الله صدرهُ للإسلام فهُو على نورٍ من ربِّه) الزّمر 22. وقال تعالى: (فَمَن

[72] أبو عبد الله محمد بن علي الحكيم الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، دار الكتاب، مصر، ١٩٩٩، ص 20.

يُرِدِ الله أن يهديه يشرَح صدرَه للإسلام ومَن يُرِد أن يُضِلَّهُ ....) الأنعام 125. وضيق الصدر يكون من وسوسة النفس الأمارة بالسوء حيث كما ذكرنا فإن الصدر مجاور لآخر مرحلة من مراحل النفس الأمارة.

ب. القلب:[73]

والقلب عند الحكيم هو في المقام الثاني فهو بعد الصدر وهو داخله كسواد العين الذي هو داخل العين، ويرى الحكيم أن القلب هو مصدر العلم وخصصه بالعلم النافع أم فهمه أن القلب هو مصدر العلم فاستدل على ذلك من قوله تعالى: (إنّ في ذلكَ لذكرَى لِمَن كان لهُ قلب) ق 37.

فالقلب هو مصدر العلم لأن الإنسان فَهِمَ وتدبَّر من خلاله. ورغم أن القلب هو بعد الصدر إلا أن القلب هو الأصل والصدر هو الفرع وإنما يتأكد الفرع بالأصل لقوله صلى الله عليه وسلم: إنما الأعمال بالنّيات).[74]

فالمفهوم من الحديث أن رسول الله صلى الله عليه وسلم رفع من شأن العمل الذي تعمله النفس التي تنتهي عند الصدر، رفع العمل بمقدار نيّة القلب فهذا يدل على عُلُوّ منزلة القلب وأنه هو الأصل.[75] ويقول الحكيم الترمذي أن القلب مرتبط بنور الإيمان فيتولد منه الخوف والرجاء فالقلب المطمئن هو القلب الصادق الذي تنوّر بنور الإيمان بالله.

ج. الفؤاد[76]

مثَّلَ الحكيم الفؤاد في القلب كمثل الحدقة في سواد العين، ويرى الحكيم أن الفؤاد والقلب وضعان للبصر. قال تعالى: (يقلِّبُ اللهُ الليلَ والنهارَ إنَّ في ذلكَ لعبرةً لِأُولِي الأبصار) النّور44. فأولي

---

[73] الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، ص 43.

[74] الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، ص٤٢.

[75] محمد حرير سيف يساك، **مقامات القلب**، ص١٨٢.

[76] الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، ص 43.

الأبصـــار هم أهل الاعتبار وهم أهل القلوب. فالرؤية والاعتبار هي للفؤاد ولكن القلب هو الذي يعلم فإذا اجتمع العلم والرؤية صار الغيبُ عند صاحبه عَياناً، ويرى الحكيم أن اسم الفؤاد أدقّ معنى من اسم القلب فهو يشبههما بقرب معنى الاسمين: الرحمن والرحيم، فالقلب = الرحمن، الفؤاد = الرحيم

د. اللّبّ:[77]

وهو كمثل نور البصـر في العين وهو موضـع نور التوحيد ونور التفريد. ولُبُّ الرَّجل: ما جُعِلَ في قلبه من العقل (لســـان العرب المجلد الثامن). فيقول الحكيم: هو عقل مطبوع أي عقل مغروس في أرض التوحيد وغُرِسَ بأرض التوحيد بفضل من الله فهو رزق هداه اللهُ إليه فكلّه توفيق من الله، فاللّبُّ لا يكون إلا لخاصة أهل الله الذين أقبلوا على الله وتركوا الدنيا وشهواتها. قال تعالى: (يُؤتي الحكمةَ مَن يشاء....) البقرة 269.

9.2.1 لفتة جميلة عن المقامات القلبية وتشبيهها بالجبال:

شـبَّهَ الحكيم الترمذي الأنوار والمقامات القلبية بالجبال الراســيات وربط كل جبل أو مقام بمرتبة من مراتب النفس. فأنوار الإســـلام وأنوار الإيمان وأنوار المعرفة وأنوار التوحيد يتولد من كل واحدة على حدى أنوار مختلفة فنور الإســـلام يتولد منه خوف ورجاء (كخوف الخاتمة ورجاء حســـن العاقبة) ونور الإيمان يتولد منه خوف طوارق السوء ونور المعرفة يتولد منه خوف العناية الأزلية ورجاؤها. وهنا اللفتة في التشبيه الجميل حيث شبّه الجبال بالصدر والإيمان موضعه القلب والمعرفة موضعها الفؤاد والتوحيد مستقره اللّب وهنا ينقلنا الحكيم الترمذي لربط جميل ودقيق بين هذه الجبال الأربعة (مقامات القلب) ويربطها

[77] الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، ص 45.

بالنفس بوصــفها طائر يطير حول هذا الجبل: فطائر جبل الصــدر (النفس الأمار بالســوء) وطائر جبل القلب (النفس الملهمة) وطائر جبل الفؤاد (النفس اللوامة) وطائر جبل اللب (النفس المطمئنة).[78]

[78] الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللّب الحكيم**، ص 52 – 54.

3.1 الروح

1.3.1 حقيقة الروح وتعريفها عند الصوفية:

الأرواح مختلف فيها عند أهل التحقيق من أهل السنة: فمنهم من يقول: إنها الحياة.

ومنهم من يقول: إنها أعيان مودعة في هذه القوالب.

لطيفة: أجرى الله العادة بخلق الحياة في القالب، ما دامت الارواح في الأبدان، فالإنسان حي بالحياة، ولكن الارواح مودعة في القوالب؛ ولها ترق في حال النوم، ومفارقة للبدن، ثم رجوع إليه.

وأن الإنسان: هو الروح، والجسد؛ لأن الله سبحانه وتعالى؛ سخر هذه الجملة بعضها لبعض. والحشر يكون للجملة. والمثاب والمعاقب الجملة.

والأرواح مخلوقة. ومن قال بقدمها فهو مخطئ خطأ عظيماً. والأخبار تدل على أنها أعيان لطيفة.[79]

اختلفت الآراء كثيراً في حقيقتها وتحديد ماهيّتها فمنهم من قرّبها للماديات كالدم أو أنها جزء من القلب أو جزء من المخ وغيره. ولكنها في حقيقة الأمر والذي عليه أهل العقل وأهل العلم والذي دلَّ عليه الكتاب والسّنّة أنها جسم مخالف للجسم الحسّيّ بل هي نورانية علوية تنفذ في جوهر الأعضاء وتسري فيها سريان الماء في الوِرد وسريان الدهن في الزيتون 1 فما دامت الروح سارية في الأعضاء بقيت حية تحسّ وتتحرك والأدلة في ذلك كثيرة. قال صلى الله عليه وسلم: (إنما نسمة المؤمن طائر يعلق في شجر الجنة حتى يرجع إلى جسده يوم يُبعَث).[80]

---

[79] الرسالة القشيرية: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ص 204.

[80] سنن ابن ماجه (337/5) أبواب الزهد، باب ذكر القبر والبلى حديث 4271.

فدلّ الحديث على أنّ روح المؤمن طير يأكل من شجر الجنة.[81] عن أبي هريرة قال: إذا خرجت روح المؤمن تلقاها ملكان يصعدانها". قال حماد: فذكر من طيب ريحها، وذكر المسك. قال "ويقول أهل السماء: روح طيبة جاءت من قبل الأرض. صلى الله عليك وعلى جسد كنت تعمرينه. فينطلق به إلى ربه عز وجل. ثم يقول: انطلقوا به إلى آخر الأجل).[82]

فالشواهد في هذا الحديث عديدة فالروح تصعد إلى السماء وهي قادمة من الأرض طيبةً ريحُه مِسك قال تعالى: (الله يتوفّى الأنفُسَ حين موتِها والتي لم تمُت في منامِها فيمسكُ التي قضى عليها الموتَ ويرسلُ الأخرى إلى أجلٍ مُسمّىً) الزمر.

في هذه الآية الكريمة تشبيه للنائم بالميت فالله تعالى إنْ قضى الموت على النفس النائمة أمسكها ولم يردّها للبدن وإنْ لم يقضِ عليها بالموت أرسلها للجسد. وموتُ الأنفُس المقصود هنا عند النوم هو بمثابة وفاة صغرى ليس موت للحياة لأن النائم يتنفس بخلاف الميت الذي يُتَوفَى وفاة كبرى تُقبَضُ به الروح وترجع النفس إلى بارئها وهي من الغيبيات التي استأثر الله بعلمها ولا نحيطُ بها علما إلا بالقدر الذي ذكره القرآن كما بيّنّا في تفصيل الآية السابقة.

كَمَا أَن الروح لطيفة فِي هَذَا القالب هِيَ محل الأخلاق المحمودة وتكون الجملة مسخرا بَعْضهَا لبعض والجميع إِنْسَان واحد وكون الروح والنفس من الأجسام اللطيفة فِي الصورة ككون الملائكة والشياطين بصفة اللطافة وكما يصح أَن يَكُون البصر محل الرؤية والأذن محل السمع والأنف محل الشم والفم محل الذوق والسميع والبصير والشام والذائق إِنَّمَا هِيَ الجملة الَّتِي هِيَ الإِنْسَان فَكَذَلِكَ محل

[81] ابن القيم، الروح/ في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة، ص 521.

[82] صحيح مسلم (2202/4) 51 كتاب الجنة وصفة نعيمها 17 باب عرض مقعد الميت من الجنة أو النار عليه وإثبات عذاب القبر والتعوذ منه حديث 2872.

الأوصــاف الحميدة القلب والروح ومحل الأوصــاف المذمومة النفس والنفس جزء من هذه الجملة والقلب جزء من هذه الجملة والحكم والاسم راجع إِلَى الجملة.[83]

ومن ذَلِكَ الروح الأرواح مختلف فِيهَا عِنْدَ أهل التحقيق من أهل الســـنة فمنهم من يَقُول إنها الحياة وَمِنْهُم من يَقُول إنها أعيان مودعة فِي هذه القوالب.

لطيفة أجرى اللَّه العادة بخلق الحياة فِي القالب ما دامت الأرواح فِي الأبدان فالإِنْسَان حي بالحياة ولكن الأرواح مودعة فِي القوالب وَلَهَا ترق فِي حال النوم ومفارقة للبدن ثُمَّ رجوع إِلَيْهِ وأن الإِنْسَـــان هُوَ الروح والجسد، لأن اللَّه سبحانه وتعالى سخر هذه الجملة بَعْضهَا لبعض والحشر يَكُون للجملة والمثاب والمعاقب الجملة والأرواح مخلوقة ومن قَالَ بقدمها فَهُوَ مخطئ خطأ عظيما والأخبار تَدُل عَلَى أَنَّهَا أعيان لطيفة

ومن ذَلِكَ السر يحتمل أَنَّهَا لطيفة مودعة فِي القالب كالأرواح وأصولهم تقتضي أَنَّهَا محل المشاهدة كَمَا أَن الأرواح محل للمحبة والقلوب محل للمعارفة وَقَالُوا الســر مَالِك عليك إشــراف وســر الســر مَا لا اطلاع عَلَيْهِ لغير الحق وعند الْقَوْم عَلَى موجب مواصفاتهم ومقتضى أصولهم السر ألطف من الروح والروح أشرف من القلب ويقولون الأسرار معتقة عَن رق الأخبار من الآثار والأطلال ويطلق لفظ السر عَلَى مَا يَكُون مصـــونا مكتوما بَيْنَ العبد والحق ســبحانه فِي الأحوال وعليه يحمل قَوْل من قَالَ: أســـرارنا بَكْر لَمْ يفتضــها وَهُمْ واهم، ويقولون: صــدور الأحرار قبور الأســرار، وَقَالُوا: لو عرف زرى ســري لطرحته، فهذا طرف من تفســير إطلاقاتهم وبيان عباراتهم فيما انفردوا بِهِ من ألفاظ ذكرناها عَلَى شــرط الإيجاز، ونذكر

[83] الرسالة القشيرية: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ص 204.

الآن أبوابا فِي شرح المقامات الَّتِي هِيَ مدراج أرباب السلوك ثُمَّ بعدها أبوابا فِي تفصيل الأحوال عَلَى الحد الَّذِي يسهله الله بفضله إِن شاء الله تَعَالَى.[84]

وقال بعضهم: الروح هي قوام النفس فالروح تدعو للدنيا والشهوات وروح تدعو للآخرة وهي من العجائب الربانية التي تعجز العقول عن إدراك حقيقتها وهي الحياة التي تسري في الجسد كسريان النور في البيت.

والروح التي نحن في صدد الحديث عنها والتي هي جوهر بحثنا فهي الروح التي تطلق على قوة المعرفة بالله والإنابة إليه وانبعاث الهمّة إلى طلبه وإرادته وهي الروح التي يؤيد الله بها أهل ولايته وطاعته. قال تعالى: (أولئك كتبَ في قلوبهم الإيمان وأيدهم بروحٍ منه) المجادلة 22. فهذه الروح يخص الله بها عباده الصالحين ويرقيهم بها إلى مدارج الفلاح ليصلوا أنوار المعارف.

2.3.1 معاني الروح في آيات القرآن:

وردَ لفظ الرّوح في القرآن الكريم في 23 موضع كلها بصيغة الاسم. معاني الروح ودلالته كما ذكرت في القرآن الكريم:[85]

1- القرآن:

(وكذلكَ أوحينا إليكَ روحاً مِن أمرِنا) الشورى 52.

2- الوحي:

(رفيعُ الدرجاتِ ذُو العرشِ يُلقي الرُوح) غافر 15.

3- جبريل:

---

[84] الرسالة القشيرية: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ص 205.

[85] لفظ الروح في القرآن الكريم إسلام ويب.

(فاتَّخَذَت مِن دونِهم حِجاباً فأرسلنا إليها روحنا فتمثَّلَ لها بشراً سويّا) مريم 17.

4- القوة والثبات والنصرة التي يؤيد الله بها عباده.

(أولئك كتبَ في قلوبِهِمُ الإيمانَ وأيّدَهم بروحٍ منه) المجادِلة 22.

5- المسيح بن مريم:

(إنّما المسيحُ عيسى بنُ مريمَ رسولُ اللهِ وكلمتُهُ ألقاها إلى مريمَ وروحٌ منه) النّساء 171.

6- حياة الإنسان:

(ويسألونَكَ عن الرّوحِ قُلِ الرّوحُ مِن أمرِ ربّي) الإسراء 85.

7- الرحمة:

(ولا تَيأسُوا مِن رَوْحِ الله) يوسف 87.

8- الرّاحة من الدنيا:[86]

(فرَوحٌ ورَيحانٌ وجنّةُ نَعيم) الواقعة 89.

9- القدرة الإلهية على الخلق:

(فإذا سَوَّيتُهُ ونفَختُ فِيه مِن رُوحي) الحِجر 29.

3.3.1 معاني الروح كما وردت في السنة النبوية [87]:

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: (ما مِنْ أحَدٍ يُسلِّمُ عليَّ إلا ردَّ اللهُ عليَّ رُوحي حتى أردَّ عليه السلام).[88] روى البخاري ومسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول

---

[86] الأصفهاني، **المفردات في غريب القرآن**، ص 369.

[87] ابن القيم، **الروح في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 35.

[88] سنن أبي داود (384/3) كتاب المناسك، باب في الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم وزيارة قبره.

الله صلى الله عليه وسلم قال: (الأرواح جنود مجنّدة فما تعارف منها ائتلف وما تناكر منها اختلف).[89]

وفي رواية عن أبي هريرة رضي الله عنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: (الناس معادن كمعادن الذهب والفضة خيارهم في الجاهلية خيارهم في الإسلام إذا فقهوا والأرواح جنود مجندة فما تعارف منها ائتلف وما تناكر منها اختلف).[90]

عن عليٌّ بن شَمَّاخٍ قال: (شهدتُ مروانَ سأل أبا هريرةَ: كيف سمعتَ رسولَ الله صلى الله عليه وسلم يصلي على الجنازة؟ قال: أمع الذي قلتُ؟ قال: نعم، قال: كلامٌ كان بينهما قبل ذلك، قال أبو هريرةَ: "اللهم أنتَ ربُّها، وأنت خلقتَها، وأنت هديتَها للإسلام، وأنت قبضتَ رُوحَها، وأنت أعلمُ بسرِّها وعلانيتِها، جئنا شُفَعَاءَ فاغفرْ له).[91]

عَنْ أبي هريرة رضي الله عنه قال: "إذا خرجت روح المؤمن تلقاها ملكان يصعدانها". قال حماد: فذكر من طيب ريحها، وذكر المسك. قال "ويقول أهل السماء: روح طيبة جاءت من قبل الأرض. صلى الله عليك وعلى جسد كنت تعمرينه. فينطلق به إلى ربه عز وجل. ثم يقول: انطلقوا به إلى آخر الأجل".

قال "وإن الكافر إذا خرجت روحه – قال حماد وذكر من نتنها، وذكر لعنا – ويقول أهل السماء: روح خبيثة جاءت من قبل الأرض. قال فيقال: انطلقوا به إلى آخر الأجل". قال أبو هريرة: فَرَدَّ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم ريطة، كانت عليه، على أنفه، هكذا.[92]

---

[89] البخاري (1213/3)، كتاب الأنبياء، باب الأرواح جنود مجندة.

[90] البخر الزخار مسند البزار (222/16) مسند أبي حمزة أنس بن مالك حديث 9374.

[91] سنن أبي داود (109/5) أول كتاب الجنائز، باب الدعاء للميت حديث 3200.

[92] صحيح مسلم (2202/4) كتاب الجنة وصفة نعيمها، باب عرض مقعد الميت من الجنة أو النار عليه وإثبات عذاب القبر والتعوذ منه حديث 2872.

(رَيطة): الريطة ثوب رقيق. وقيل: هي الملاءة. وكان سبب ردّها على الأنف بسبب ما ذكر من نتن ريح روح الكافر.

4.3.1 هل الروح مخلوقة أم قديمة:

أجمع الرُّسل صلوات الله عليه أن الروح محدثة مخلوقة وهذا مما عُلِم من الدين بالضرورة فالله تعالى هو الخالق المدبّر لهذا الكون. خلق الأبدان وخلق فيها الأرواح وكوّنها وأبدعها ثم أضافها

إلى نفسه كما أضاف جميع المخلوقات. قال تعالى: (وسخَّر لكم ما في السماوات وما في الأرض جميعاً منه إنّ في ذلك لآيات لقومٍ

يتفكرون) الجاثية 13.

والأدلة على خلق الروح كثيرة منها:[93]

1 . (اللهُ خالقُ كلِّ شيء) الزمر 63. فهذا اللفظ العام يشمل الأرواح والأبدان

2 . (هل أتى على الإنسانِ حِينٌ من الدهرِ لم يكُن شيئاً مذكورا) الإنسان 1.

فلو كانت الروح قديمة لكانت شيئاً مذكورا.

3 . (قول رسول الله صلى الله عليه وسلم لأهل اليمن عندما قَالُوا: جِئْنَاكَ نَسْأَلُكَ عَنْ هَذَا الْأَمْرِ، قَالَ: (كَانَ اللَّهُ وَلَمْ يَكُنْ شَيْءٌ غَيْرُهُ، وَكَانَ عَرْشُهُ عَلَى الْمَاءِ، وَكَتَبَ فِي الذِّكْرِ كُلَّ شَيْءٍ، وَخَلَقَ السماوات وَالْأَرْضَ).[94]

فالله وحده هو الأول لا يشاركه في أوليّته شيء. عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ الْحَارِثِ، قَالَ: كَانَ ابْنُ عُمَرَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ، قَالَ: اللَّهُمَّ أَنْتَ خَلَقْتَ نَفْسِي، وَأَنْتَ تَوَفَّاهَا، لَكَ مَمَاتُهَا وَمَحْيَاهَا، اللَّهُمَّ إِنْ تَوَفَّيْتَهَا فَاغْفِرْ لَهَا، وَإِنْ أَحْيَيْتَهَا فَاحْفَظْهَا، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ.

---

[93] ابن القيم، **الروح /في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 420.

[94] البخاري (1166/3) كتاب بدء الخلق، بَاب: مَا جَاءَ فِي قَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى: {وَهُوَ الَّذِي يَبْدَأُ الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ وَهُوَ أَهْوَنُ عَلَيْهِ} الروم 27.

فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ مِنْ وَلَدِهِ: يَا أَبَتِي، أَكَانَ عُمَرُ يَقُولُ هَذَا؟ قَالَ: بَلْ خَيْرٌ مِنْ عُمَرَ كَانَ يَقُولُ هَذَا)[95] ومن أكبر الأدلة على أنها مخلوقة غير قديمة أنها مفتقرة لباريها لا تملك لنفسها ضرّاً ولا نفعا وهذا الافتقار هو صفة من صفاتها فالله هو الغني ونحن الفقراء إليه.

قال تعالى: (يا أيها الناسُ أنتم الفقراءُ إلى اللهِ واللهُ هو الغنيُّ الحميد) فاطر 15.

فغِنى الله تعالى غِنىً تام عن جميع المخلوقات وفقرنا إليه فقر تام بأبداننا وأرواحنا.

وحريٌّ بالإنسان العاقل الذي يدرك فقره وعجزه أن يقرّ ويعترف بأمر يشهده بنفسه على نفسه وهي كون روحه مخلوقة بيد الله لا يملك من أمره لا حولاً ولا قوة.

4.1 العلاقة بين النفس والقلب والروح عند أهل التصوف

1.4.1 مقدمة لوصف العلاقة الثلاثية بينهم:

النفس والروح والقلب كمصباح معدّ للإضاءة ولكنه لا يضيء بذاته حتى تُنفخ فيه الروح فحينئذٍ يشرق ويضيء وتكتمل وظائفه.

فالروح هي الوعي والإدراك والنفس البشرية هي شخصية الإنسان وفهمه وهو سرّ الحياة فيه فالبداية المحرِقة لها نهاية مشرقة. النفس هي مناط التكليف ومنبع الأحاسيس ومصدر الإرادة تسيطر على الجسد والقلب من خلال الروح، وهذا هو السر الإلهي العجيب في الرّبط بين هذه الأدوات الثلاث. تكمن أهمية دراسة النفس البشرية وراء جعل الله الإنسان خليفته في الأرض، أمرهُ باستعمار الأرض وجعلهُ سيداً فيها ليعبد الله تعالى حقّ العبادة.

والبحث في النفس هو مقدمة الوصول إلى العلاقة بينها وبين القلب والرّوح ولعل ما أقدمه من وريقات بحثية هي زيادة في العلم (وقُل رَّبِّ زِدني علما) طه 114.

[95] البحر الزخار مسند البزار (311/12) مسند ابن عباس رضي الله عنهما حديث 6168.

إن وُفِّقتَ فمن الله والله أسأل أن توافق الصواب ليكون الإنسان على دراية نفسه التي خلقها الله بين جنبيه فيؤدي واجبه الرّباني الذي طلبه الله منه ويعمر الأرض التي جعله الله خليفة فيها.

2.4.1 توصيف العلاقة بين النفس والقلب والروح:

حبّ الدنيا رأس كل خطيئة وسبب إحباط كل حسنة. فلا يمكن إصلاح القلب لسلوك طريق الآخرة ما لم يمنع نفسه عن التنعّم بالمباح فالنفس إن لم تُمنَع عن المباح فإنها ستطلب المحظورات حينها، فمن أراد الابتعاد عن الغيبة عليه حفظ اللسان عن فضول الكلام وحقّه في ذلك أن يلزم الصمتَ فيذكر الله فتموت شهوة الكلام أو يكون سكوته عبادة حينها.

وإلا فإن كثرة تنعّم النفس بالمباح تميت القلب وموت القلب خروجه عن الخوف من الله فإذا ما فرحت النفس بالتنعّم بالدنيا وركنَت إليها أصبح كالسكران الثّمِل، وهذا الفرح بالدنيا سُمٌّ قاتل يسري في العروق فيُنسِي القلبَ أهوالَ القيامة. قال تعالى: (ورَضُوا بالحياة الدنيا واطمأنّوا بها) أعاذنا الله من ذلك وحفظ أنفسنا ورزقنا الترقية وإصلاح النفس حتى ننال الفوز بقلب طاهر محبٍّ لله تعالى.

فأرباب القلوب نظروا إلى قلوبهم فوجدوها – في حال الإقبال على الدنيا وترفُّه النفس بملذاتها – قاسية بعيدة عن الله، أمّا في حال ابتعاد النفس عن ملذات الدنيا فإذا بالقلب رقيقاً ليّناً صافياً للتعرض لأنوار الله تعالى، وهذا هو الرابط الوطيد بين القلب والنفس وجوهر العلاقة بينهما يتمحور في هذا الأمر.

3.4.1 المحبّة (كثمرة لعلاقة النفس والقلب والروح):

محبة الله تعالى هي الغاية القصوى التي يسعى لها الإنسان فما كان قبلها من مجاهدة ومكافحة للنفس ليس إلا مقدمة للوصول إلى هذا الهدف. فالمحبة حالة ذوقية تفيض على روح المحب وهذا هو

جوهر العلاقة بين النقس والقلب والروح فالمحب كان قد ذهب عن نفسه بتهذيبها وتربيتها وكبح شهوتها. ذكر ربّه وقام بواجباته فطهّر قلبه وأحرقه بأنوار الطاعات فصَـــفَت روحه وتوجهت لخالقها حبّاً وتفريداً لحضرة ربها. قال تعالى: (قُلْ إنْ كنتُم تحبونَ اللهَ فاتَّبِعُوني) آل عمران 31.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ. قَالَ: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن الله، إذا أحب عبدا، دعا جبريل فقال: إني أحب فلانا فأحبه. قال فيحبه جبريل. ثم ينادي في السماء فيقول: إن الله يحب فلانا فأحبوه. فيحبه أهل السماء. قال ثم يوضع له القبول في الأرض. وإذا أبغض عبدا دعا جبريل فيقول: إني أبغض فلانا فأبغضه. قال فيبغضه جبريل. ثم ينادي في أهل السماء: إن الله يبغض فلانا فأبغضوه. قال فيبغضونه. ثم توضع له البغضاء في الأرض)[96]

والأحاديث في المحبة كثيرة وكلها تشير إلى ما بذله المحِبّ من مجاهدات وتضحيات حتى وصل لكمال الإيمان والأخلاق فأنسَتهم حلاوة المحبة مرارة المجاهدة وقساوة القلب فبذلوا كل غالٍ ونفيس في سبيل محبوبهم لينالوا محبته ورضاه. وابتعدوا عن كل سبب يحول بينهم وبين محبتهم لله تعالى. ولهؤلاء المحبين سيما يُعرَفونَ بها في الدنيا قبل الآخرة فمن سماتهم بين خلّانهم أنهم محبين للقاء الله وهم على يقين وعلم أن الموت مفتاح اللقاء فلا يخافون منه بل أعدوا للقائه.

عَنْ أَبِي مُوسَى رضي الله عنه عَنِ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: (مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ، وَمَنْ كَرِهَ لِقَاءَ اللَّهِ كَرِهَ اللَّهُ لِقَاءَهُ).[97] ومن أسمى سماته أن يكون أُنسُهُ بالله فلا يأنس بالخلق فيكون تلذّذهُ بذكر الله.

[96] صحيح مسلم (2030/4)، كتاب البر والصلة والآداب، باب إذا أحب الله عبدا حبّبه إلى عباده.

[97] صحيح البخاري (2386/5)، كتاب الرقا، باب من أحبَّ لقاء الله أحبَّ الله لقاءه.

بلغنا أن الله تبارك وتعالى يتجلّى للمحبين فيقول لهم: من أنا. فيقولون أنت مالك رقابنا فيقول: أنتم أحبتي. أنتم أهل ولايتي وعنايتي ها وجهي فشاهدوه ها كلامي فاسمعوه ها كأسي فاشربوه.

قال تعالى: (وسقاهم ربّهم شراباً طَهورا) الإنسان 21. إذا شربوا طابوا وإذا طابوا طربوا وإذا طربوا قاموا وإذا قاموا هاموا).[98]

والحب فطرة في النفس الزكية ويزداد الحب كلما زاد الإيمان في القلب وبمقدار كمال النفس يكون الحب وعلى قدر الحب تكون السعادة ويكون النعيم.

وحبّ الله تعالى يسمو بالذوق الإنساني فيحوّل صاحبه إلى روح لطيفة لا تأنس إلا بالله تعالى.[99]

4.4.1 مراتب المحبة:

وهي عشر مراتب:[100]

1- العلاقة: سميت بذلك لتعلق القلب بالمحبوب.

2- الإرادة: وهي ميل القلب للمحبوب.

3- الصبابة: وهي انصباب القلب للمحبوب بحيث لا يملكه صاحبه.

4- الغرام: وهي ملازمة المحبِّ للقلب كملازمة الغريم لغريمه.

5- الوداد: وهو صفو المحبة وخالصها.

---

[98] أحمد بن إبراهيم بن محمد بن خليل، **كنوز الذهب في تاريخ حلب**، دار القلم، حلب، ١٩٩١م، ص 325.

[99] محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين**، دار الكتاب العربي، بيروت، ١٩٩٦، ص 18

[100] عبد القادر عيسى، **حقائق عن التصوف**، دار التقوى، سوريا، ٢٠١٣م، ص 328.

6- الشغف: وهو وصول الحبّ لشغاف القلب.

7- العشق: هو الحبّ المفرط للمحبوب.

8- التَّتَيُّم: وهو التعبُّد والتَّذلُّل.

9- التعبُّد: حتى يصبح فانياً بحبيبه لم يبق له شيء من نفسه.

10- الخُلَّة: وهي تخلُّل المحبة روحَ المحب وقلبَه وقد تفرد بها الخليلان محمد وإبراهيم عليهما الصلاة والسلام. فبمثل هذا الذوق وصل الصوفية إلى الاطمئنان والرّضا في ظلّ محبة الله وغَدَت أرواحهم مستأنسة بالله لا ترضى خليلاً لها سوى الله بعيدة عن متاع الدنيا وشهواتها.

وبذلك نرى أن للقلب والنفس – التي هي مركز الأعمال – علاقة وطيدة ببعضهما فالقلب هو أساس عمل النفس لأنه إذا صلح صلح الجسد كله وبالتالي صلحَت أخلاق الإنسان ووصل إلى ربّه وترقّى في سلّم أهل الصّلاح التي يصل إلى الله بروحه ويفوز بقُرب ربّه في الدارَين.

وإذا فسد القلب فسدَت نفسه وبقي مع أول درجات النفس ولم يترق وأظلم قلبُه وحرَمَ نفسه وقلبه من الترقي أعاذنا الله من ذلك. وبناء على ما سبق نجد أن التصوف هو الذي اختص بمعالجة القلوب من أمراضها وتزكية النفس والتخلص من عيوبها وصفاتها الذميمة لذلك فسلامة الإنسان في آخرته هي بسلامة قلبه وروحه ونفسه ولا يُتَوصَّل إليها إلا بالتصوف الذي يقطع عقبات النفس وينزّهها عن أخلاقها الذميمة ويوصل القلب بذلك إلى تخليته عن غير الله وتحليته بذكر الله فترقى الروح إلى بارئها ولا تأنس إلا به. فالتصوف اهتمّ بهذا الجانب القلبي ورسم الطريق العملي الذي يوصل المسلم إلى أعلى درجات الكمال الخُلُقي والإيماني.

فالتصوف يرقى بالإنسان من شخصية منحرف إلى شخص مسلم مؤمن عابد لله ذو خُلق حسن فتتجلى به روح الإسلام وينبض قلبه بذكر الله.

وهنا لا بد لنا من لفتةٍ هامة إلى أن الحال الذي وصل إليه المسلمون اليوم من الانحطاط النفسي والخُلُقي ما هو إلا لبعدهم عن علم التصوف وعدم رؤية النفس الإنسانية بمنظور صوفي أو منظور (تزكية النفس وتطهير القلب).

بل ابتعدوا عن الجانب الروحي واكتفوا برؤية الإنسان بمنظور مادي وجسمي فقط. وقد أوصى الإمام الغزالي بالدخول مع الصوفية إذ يراه فرض عين لأنه لا يخلو أحد من عيوب النفس إلا الأنبياء عليهم الصلاة والسلام. وبعد دراستنا المعمقة لمعاني القلب والنفس والروح نرى أن بين هذه المصطلحات صيغة توافقية يتكون منها الإنسان فإذا صلحت النفس صفا القلب ورقَّت الروح وترقَّت في مراتب الكمال وعليه سميت الروح روحاً لأن بها حياة البدن وسميت ريحا لِما يحصل بها من الحياة.[101]

5.4.1 سبب تسمية الروح والقلب والنفس:

وسميت النفس نفسا من الشيء النفيس لنفاستها وشرفها وإما من تنفس الشيء إذا خرج لكثرة خروجها ودخولها من البدن سميت بذلك.[102]

فالفرق بين النفس والروح فرق بالصفات لا بالذات. وقيل إن الروح غير النفس فالإنسان لديه روح ونفس وحياة. فالإنسان عندما ينام تخرج نفسه التي يتصل بها وتبقى الحياة والروح في الجسد فإذا أراد الله إماتته أمسك تلك النفس التي خرجت وإذا أراد إعادتها رجعت فأخبرت الروح والروح تخبر القلب فيصبح ويعلم أنه قد رأى في منامه ما رأى.

---

[101] ابن القيم، **الروح /في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 615.

[102] ابن القيم، **الروح /في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، ص 616 ،617.

ومن الفروق التي قيلت في النفس والروح أن الروح نورانية روحانية والنفس طينية نارية. سمّي القلب قلباً لتقلبه وسمّي الفؤاد فؤاداً لتحرّقه على من يشـــفق عليه.[103] قال تعالى: (ونقلّب أفئدتهُم وأبصارَهم) الأنعام 110.

قَالَ الله عز وجل (ألم تَرَ إِلَى رَبك كَيفَ مد الظل)

المعاينات ثَلَاث، إِحْدَاهَا مُعَاينَة الْأَبْصَار وَالثَّانيَة مُعَاينَة عين الْقلب وَهِي معرفَة الشَّيْء على نَعته عِلمًا يقطع الرِّيبَة وَلَا تشوبه حيرة وَهَذِه مُعَاينَة بشواهد الْعلم.

والمعاينة الثَّالِثَة مُعَاينَة عين الرّوح وَهِي الَّتِي تعاين الْحق عيَانًا مَحْضــا والأرواح إِنَّمَا طهرت وأكرمت بِالْبَقَاءِ لتناغي سناء الحضرة وتشاهد بهاء الْعِزَّة وتجذب الْقُلُوب إِلَى فنَاء الحضرة.[104]

قَالَ الله عز وجل (من كَانَ يَرْجُو لِقَاء الله فَإِن أجل الله لآت)

الشــوق هبوب الْقلب إِلَى غَائِب وَفِي مَذْهَب هَذِه الطَّائِفَة عِلّة الشــوق عَظِيمَة فَإِن الشــوق إِنَّمَا يكون إِلَى غَائِب وَمذهب هَذِه الطَّائِفَة إِنَّمَا قَامَ على الْمُشَاهدَة ولهذه الْعلَّة لم ينْطق الْقُرْآن باسمه

ثمَّ هُوَ على ثَلَاث دَرَجَات

الدرجَة الأولى شوق العابد إِلَى الْجنَّة ليأمن الْخَائِف ويفرح الحزين ويظفر الآمل

والدرجة الثَّانِيَة شـــوق إِلَى الله عز وجل زرعه الْحبّ الَّذِي نبت على حافات المنن فعلق قلبه بصفاته المقدسة فاشتاق إِلَى مُعَاينَة لطائف كرمه وآيات بره وأعلام فَضله

وَهَذَا الشوق تفثأه المبار وتخالجه المسار ويقاويه الاصطبار

---

[103] الأصفهاني، **المفردات في غريب القرآن**، (قلب)، ص 681.

[104] منازل السائرين: أبو إسماعيل عبد الله بن محمد بن علي الأنصاري الهروي. ص 116.

والدرجة الثَّالِثَة نَار أضرمها صفو الْمحبَّة فنغصت الْعَيْش وسلبت السلوة وَلم ينهنهها معز دون اللِّقَاء.[105]

قَالَ الله عز وجل: (هُوَ الَّذِي أنزل السكينَة فِي قُلُوب الْمُؤمنِينَ)

تطلق السكينَة على ثَلَاثَة أَشْيَاء:

أَولهَا سكينَة بني إِسْرَائِيل الَّتِي أعطوها فِي التابوت قَالَ أهل التَّفْسِير هِيَ ريح هفافة وَذكروا صفتهَا وفيهَا ثَلَاثَة أَشْيَاء

هِيَ لأنبيائهم معْجزَة ولملوكهم كَرَامَة وَهِي آيَة النُّصْرَة تخلع قُلُوب الْعَدو بصوتها رعْبًا إِذْ التقى الصفان لِلْقِتَالِ.

والسكينة الثَّانِيَة الَّتِي تنطق على ألسن الْمُحدثين لَيست هِيَ شَيْئا يملك إِنَّمَا هِيَ شَيْء من لطائف صَنِيع الْحق يلقى على لِسَان الْمُحدث الْحِكْمَة كَمَا يلقى الْملك الْوَحْي على قُلُوب الْأَنْبِيَاء وتنطق الْمُحدثين بنكت الْحَقَائِق مَعَ ترويح الاسرار وكشف الشّبَه.[106]

والسكينة الثَّالِثَة هِيَ الَّتِي أنزلت فِي قلب النَّبِي صلى الله عليه وسلم صلى الله عليه وسلم وَقُلُوب الْمُؤمنِينَ وَهِي شَيْء يجمع نورا وَقُوَّة وروحا يسكن إِلَيْهِ الْخَائِف ويتسلى بِهِ الحزين والضجر ويستكين لَهُ العصي والجري والأبي

وَأما سكينَة الْوَقار الَّتِي ترَاهَا نعتا أَرْبَابهَا فَإِنَّهَا ضِيَاء تِلْكَ السكينَة الثَّالِثَة الَّتِي ذَكرنَاهَا وَهِي على ثَلَاث دَرَجَات:

---

[105] منازل السائرين: أبو إسماعيل عبد الله بن محمد بن علي الأنصاري الهروي. ص 91.

[106] منازل السائرين: أبو إسماعيل عبد الله بن محمد بن علي الأنصاري الهروي. ص 83.

الدرجَة الأولى سكينَة الْخُشُوع عِنْد الْقيام بِالْخدمَةِ رِعَايَة وتعظيما وحضورا.

والدرجة الثَّانِيَة السكينَة عِنْد الْمُعَامَلَة بمحاسبة النَّفس وملاطفة الْخلق ومراقبة الْحق.

والدرجة الثَّالِثَة السكينَة الَّتِي تنْبت الرضى بالقلب وتمنع من الشطح الْفَاحِش وتقف صَاحبهَا على حد الرُّتْبَة.

بَاب الطمأنينة:

قَالَ الله عز وجل (يَا أيتها النَّفس المطمئنة)

الطُّمَأْنِينَة سُكُون يقويه أَمن صَحِيح شَبيه بالعيان. بَينها وَبَين السكينَة فرقان:

أَحدهمَا أَن السكينَة صولة تورث خمود الهيبة أَحْيَانًا والطمأنينة سُكُون أَمن فِيهِ استراحة أنس.

وَالثَّانِي أَن السكينَة تكون نعتا وَتَكون حينا بعد حِين والطمأنينة نعت لَا يزايل صَاحبه

وَهِي على ثَلَاث دَرَجَات

الدرجَة الأولى طمأنينة الْقلب بِذكر الله وَهِي طمأنينة الْخَائِف إِلَى الرَّجَاء والضَّجِر إِلَى الحكم والمبتلى إِلَى المثوبة.

والدرجة الثَّانِيَة طمأنينة الرّوح فِي الْقَصْد إِلَى الْكَشْف وَفِي الشوق إِلَى الْعدة وَفِي التَّفْرِقَة إِلَى الْجمع

والدرجة الثَّالِثَة طمأنينة شُهُود الحضرة إِلَى اللطف وطمأنينة الْجمع إِلَى الْبَقَاء وطمأنينة الْمقَام إِلَى نور الْأَزَل.[107]

[107] منازل السائرين: أبو إسماعيل عبد الله بن محمد بن علي الأنصاري الهروي. ص 83.

والجهاد قسمان: جهاد الظاهر مع الكفار، وجهاد الباطن مع النّفس والشيطان ـــ وهو الجهاد الأكبر- كما في الخبر وكما أن في الجهاد الأصـغر غنيمة عند الظّفر، ففي الجهاد الأكبر غنيمة، وهو أن يملك العبد نفســه التي كانت في يد العدو: الهوى والشــيطان. فبعد ما كانت ظواهره مقرّا للأعمال الذميمة، وباطنه مستقرا للأحوال الدّنيّة يصير محلّ الهوى مسكن الرّضا، ومقرّ الشهوات والمني مسلّما لما يرد عليه من مطالبات المولى وتصـير النّفس مسـتلبة من أسـر الشـهوات، والقلب مختطفا من وصـف الغفلات، والرّوح منتزعة من أيدي العلاقات، والسّـرّ مصـونا عن الملاحظات. وتصـبح غاغة النّفس منهزمة، ورياسة الحقوق بالاستجابة لله خافقة.

وكما أن من جملة الغنيمة ســهما لله وللرســول، وهو الخمس فمما هو غنيمة- على لســان الإشــارة- ســهم خالص لله وهو ما لا يكون للعبد فيه نصــيب، لا من كرائم العقبى، ولا من ثمرات التقريب، ولا من خصـائص الإقبال، فيكون العبد عند ذلك محرّرا عن رقّ كل نصيب، خالصـا لله بالله، يمحو ما سوى الله، كما قيل:

من لم يكن بك فانيا عن حظّه ... وعن الهوى والإنس والأحباب

فكأنه- بين المراتب- واقف ... لمنال حظّ أو لحسن ثواب[108]

قال تعالى: (فَإِذَا انْسَلَخَ الْأَشْهُرُ الْحُرُمُ فَاقْتُلُوا الْمُشْرِكِينَ حَيْثُ وَجَدْتُمُوهُمْ وَخُذُوهُمْ وَاحْصُرُوهُمْ وَاقْعُدُوا لَهُمْ كُلَّ مَرْصَدٍ فَإِنْ تابُوا وَأَقامُوا الصَّلاةَ وَآتَوُا الزَّكاةَ فَخَلُّوا سَبِيلَهُمْ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ)

[108] لطائف الإشارات تفسير القشيري: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ج 1 ص 626.

يريد إذا انسلخ الأشهر الحرم فاقتلوا من لا عهد له من المشركين، فإنّهم- وإن لم يكن لهم عهد وكانوا حُرما- جعل لهم الأمان فى مدة هذه المهلة، فكرتم أن يأمر بترك قتال من أبى كيف يرضى بقطع وصال من أتى.

قوله جل ذكره: فَاقْتُلُوا الْمُشْرِكِينَ حَيْثُ وَجَدْتُمُوهُمْ وَخُذُوهُمْ وَاحْصُرُوهُمْ وَاقْعُدُوا لَهُمْ كُلَّ مَرْصَدٍ.

أمرهم بمعالجة جميع أنواع القتال مع الأعداء.

وأعدى عدوّك نفسك التي بين جنبيك فسبيل العهد فى مباشرة الجهاد الأكبر مع النّفس بالتضييق عليها بالمبالغة فى جميع أنواع الرياضات، واستفراغ الوسع فى القيام بصدق المعاملات. ومن تلك الجملة ألا ينزل بساحات الرّخص والتأويلات، ويأخذ بالأشقّ فى جميع الحالات قوله جل ذكره: (فَإِنْ تابُوا وَأَقامُوا الصَّلاةَ وَآتَوُا الزَّكاةَ فَخَلُّوا سَبِيلَهُمْ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ).[109]

حقيقة التوبة الرجوع بالكلية من غير أن تترك بقية. فإذا أسلم الكافر بعد شركه، ولم يقصّر في واجب عليه من قسمي فعله وتركه، حصل الإذن في تخلية سبيله وفكّه:

إن وجدنا لما ادّعيت شهودا ... لم نجد عندنا لحقّ حدودا

وكذلك النّفس إذا انخنست، وآثار البشرية إذا اندرست، فلا حرج- في التحقيق- في المعاملات في أوان مراعاة الخطرات مع الله عند حصول المكاشفات. والجلوس مع الله أولى من القيام بباب الله تعالى، قال تعالى فيما ورد به الخبر:(أنا جليس من ذكرني).[110]

---

[109] لطائف الإشارات تفسير القشيري: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ج 2 ص 8.

[110] لطائف الإشارات تفسير القشيري: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ج 2 ص 8.

للجهاد الأكبر غنيمة وهو أن يملك نفسه التي كانت في يد عدوّيه: الهوى والشيطان، وبعد أن كانت ظواهره مقرا للأعمال الذميمة وباطنه مستقرّا للأحوال الدنيئة يصير محلّ الهوى مسكن الرضا، ومقرّ الشهوات والمنى محلّا لما يرد عليه من مطالبات المولى، وتصير النّفس مستلبة من إصرار الشهوات، والقلب مختطفا من وصف الغفلات، والروح منزوعة من أيدي العلاقات، والسرّ مصونا من الملاحظات. وكما أنّ من جملة الغنيمة سهما لله وللرسول وهو الخمس فما هو غنيمة- على لسان الإشارة- سهم خالص لله وهو ما لا يكون للعبد فيه نصيب لا من كرائم العقبى ولا من ثمرات التقريب ولا من خصائص الإقبال، فيكون العبد عند ذلك محررا عن رقّ كل نصيب، خالصا لله بالله، يمحو ما سوى الله.

ونلفت نظر القارئ إلى ما ورد فى هذا النص من ترتيب الملكات الباطنة للإنسان من أسفل إلى أعلى، وهي: النفس ثم القلب ثم الروح ثم السر، ولكل منها وظيفة ولكل وظيفة غاية، كما أن لكلّ منها آفات ولكن لكل منها علاج.[111]

بعد دراستنا للروح تتبيّن لنا العلاقة الوثيقة بينها وبين القلب والنفس فالتكليف الذي خلق الله الإنسان لأجله مناطه الروح لأنها هي المكلفة بالعبودية لله وكل ما كُلِّف به النفس والقلب من تزكية وإيمان وتخلية وتحلية إنما هو تحقيقٌ لِما كُلِّفَت به الروح من عبودية لرب الأرباب. جعلنا الله ممَّن تمثّل بحق عبوديته ورزقنا القيام بتكاليف الإسلام والإيمان والإحسان كما يحبُّ ويرضى.

[111] لطائف الإشارات تفسير القشيري: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري ج 1 ص 31.

الفصــل الثاني: العلاقة بين القلب والنفس والروح عند المفكر ROBERT FRAGER:

من هو روبرت فراجر

روبرت فراجر هو عالم نفس اجتماعي أمريكي مسؤول عن إنشاء أول مؤسسة تعليمية في أمريكا مخصصة لعلم النفس الشخصي. يُعرف فراجر بتأسيسه معهد علم النفس الشخصي، المعروف الآن باسم جامعة صوفيا في بالو ألتو، كاليفورنيا، حيث يشغل حاليًا منصب مدير برنامج الماجستير في الإرشاد الروحي بنظام الإقامة المنخفضة وأستاذ في علم النفس. سبق لفراجر أن شغل منصب رئيس جمعية علم النفس الشخصي، بالإضافة إلى عمله كمستشار ومعلم ومرشد روحي في تقليد الصوفية.

فراجر وُلد في 20 يونيو 1940 في كاليفورنيا لعائلة يهودية. حضـــر كلية ريد في بورتلاند، أوريغون من عام 1957 إلى 1961 حيث حصــل على درجة البكالوريوس في علم النفس. ثم حصــل على درجة الدكتوراه في علم النفس الاجتماعي من جامعة هارفارد في كامبريدج، ماساتشوستس، حيث درس من عام 1961 إلى 1967. كما كان زميلاً في مركز شــرق-غرب في هونولولو، هاواي، من عام 1963 إلى 1965، وزميلاً بحثياً في جامعة كيو في طوكيو، اليابان، من عام 1967 إلى 1968.

كما يقوم أيضًــا بتدريس دورات في علم النفس الروحي و"حكمة الإســلام" في جامعة البحوث الفلســفية عبر الإنترنت، وأيضًــا في برنامج الماجســتير عبر الإنترنت في دراســات الوعي في معهد هولمز للدراسات العليا.

روبرت فراجر، النفســـاني الأمريكي، الكـاتـب، الصـــوفي. يعـد فراجر من رواد علم النفس الشخصي، كما أنه رئيس جمعية علم النفس الشخصي ومؤسس معهد علم النفس الشخصي. الدكتور فراجر هو أحد قادة طريقة الحلفاوية الجراحية في أمريكا، كما أنه تلميذ مظفّر أوزاك ويعد من القادة

للطريقة في أمريكا. يتواجد مركزه الروحي، الذي يرأسه، في ريدوود سيتي بولاية كاليفورنيا. في ستينيات القرن الماضي، درس فراجر الأيكيدو مع المعلم الشهير موريهي أويشيبا في اليابان وحصل على الدرجة السابعة في الأيكيدو.

فراجر أسلم في عام 1981 بعد لقائه الشيخ مظفر أوزاك. وهو أيضًا معلم صوفي أو شيخ في طريقة الحلفاوية الجراحية، حيث تمت مبايعته من قبل مظفر أوزاك ويعرف باسم الشيخ راغب الجراحي، ويقود ديرغاه (مجتمع صوفي) في ريدوود سيتي، كاليفورنيا. كما يمارس فراجر فن الأيكيدو، وهو فن قتالي ياباني روحي، ويحمل أعلى رتبة حاليًا في الاتحاد الدولي للأيكيدو، وهي الدان الثامنة. [112]

1.2 مقارنات بين علم النفس الغربي وعلم النفس الصوفي:

1. يفترض علم النفس التقليدي أن الكون مادي بالكامل وليس له معنى أو غرض. وبحسب علم النفس الصوفي الله خلق الكون ماديا وله أبعاد معنوية روحية.

"فأينما تُولوا فثم وجه الله" (البقرة 115).

بالنسبة لي، هذا بيان قوي جدًا ومؤثر جدًا. النعمة الإلهية موجودة في كل مكان، أمامي دائمًا، حتى لو لم أكن على دراية بها عادةً.

لقد أُعطي الكون طبيعة كونه مكانًا للبحث عن الله. وفي الحديث القدسي الشهير: «كنت كنزًا مخفيًا. ويقال: "أردتُ أن أُعرف، خلقتُ الكائنات".

وهذا يعني على مستوى ما: أن الكون مرآة الإلهية، والله موجود وكلي الوجود تجاه كل شيء وعلينا أن نجد الله جل جلاله، علينا أن ننظر إلى باطن الأشياء وكذلك إلى ظاهرها. وعلى مستوى آخر،

[112] ويكيبيديا الموسوعة الحرة. روبرت فراجر.

فإن معنى هذا الحديث هو أن الكنز المخفي للإنسانية هو الله. 'لقد خلقنا للسعي. الكون هو لعبة كونية من الغميضة. هدفنا هو الخلق وغرضنا البحث عن الله سبحانه وتعالى وأعظم الناس من وجد الله.

2. يفترض علم النفس التقليدي أن الإنسان يتكون من عقل يتطور من جسم مادي وجهاز عصبي جسدي.

في علم النفس الصوفي؛ إن القلب الروحي، وهو مقر الحدس والإدراك والحكمة، له مكانة مهمة. نحن أكثر من العقل والجسد. نحن جسد وروح. كلما استكشفنا عمق النفس البشرية، نصادف هذه الشرارة الإلهية الأبدية. ومن المهم أن نعرف من أين أتينا وإلى أين نحن ذاهبون. روحنا كانت موجودة قبل ولادتنا، وسوف تستمر في الوجود بعد أن نموت. هدفنا هو الروح داخل أنفسنا! هو اكتشاف الشرارة وتعلم العيش تحت توجيه طبيعتنا المقدسة. إن التوجيه الباطني للقلب الروحي سيصبح أكثر وضوحًا مع تقدمنا على الطريق الصوفي. مع مرور الوقت، سوف نسترشد بقلوبنا بدلاً من القواعد أو المبادئ الخارجية.

3. تركز تعريفات الطبيعة البشرية في علم النفس الغربي في المقام الأول على خطيئة الإنسان، أو على الخير الموروث للإنسان وطبيعتنا الإيجابية بشكل أساسي.

النهج الأول نهج صغير نموذجي؛ النهج الثاني هو علم النفس البشري. بحسب علم النفس الصوفي؛ إن البشرية إ في مكان ما بين الملائكة والحيوانات. نحن نشترك في طبيعة كليهما. [113]

ولدينا القدرة على الارتقاء إلى مستوى أعلى من الملائكة (إلى العليين) أو إلى الهبوط إلى مستوى أدنى من الحيوانات (إلى أسفل السافلين)

[113] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 30 . 31.

ولهذا السبب علينا أن نكافح بمواجهة عاداتنا وميولنا السلبية. علاوة على ذلك، نحن بحاجة إلى تطوير عقولنا وقوة إرادتنا لوضع ميولنا الروحية الإيجابية موضع التنفيذ. ومع تقدم المرء على الطريق الصوفي، يصبح الصراع الباطني صراعا أكثر صعوبة وحساسية.

4. وفقا لعلم النفس الغربي التقليدي. أعلى مستوى من الوعي لدينا هو حالتنا العقلانية واليقظة. ويشير علماء النفس الصوفيون إلى أن هذه الحالة بالنسبة لغالبية الناس هي في الواقع حالة "الاستيقاظ من النوم". الناس بطبيعتهم غير مدركين ولديهم القليل من الفهم لأنفسهم أو للعالم من حولهم. ومن الممكن الوصول إلى حالات أخرى، بما في ذلك الذكر والتواضع والخوف والرجاء، وأخيرا الفناء في الله. ويمكن تحقيق ذلك من خلال التخصصات الروحية التي تؤدي إلى ذكر الله سبحانه وتعالى، وتغيير النفس، وفتح القلب.

وبالنسبة لمراحل التطور المستقرة فقد يبقى الشخص على مستوى معين من التطور لعدة أشهر أو سنوات. وهذه المراحل التطورية هي:

* الصحوة الأولى: إدراك أن البحث الروحي أكثر أهمية ومعنى من الأهداف والأهواء الدنيوية التي اعتدنا أن نقدرها.

* الصبر والامتنان – إن تنمية الصبر والمثابرة أمر حيوي للتطور الروحي؛ وبالمثل، كن شاكرا. يشعر الدرويش بالامتنان لأنه يستطيع الاستفادة من تعاليم برزخه الصوفي ولديه القدرة على اتباعها.

* الخوف والرجاء: الخوف من فقدان محبة الله والاتصال به يحفز الدرويش على التحسن، ومن الضروري أيضًا أن يكون لدينا شعور بالأمل، الأمل في أن نحرز تقدمًا على الرغم من عيوبنا.

* إنكار الذات والفقر – وهذا يعني إنكار رغبات الأنا السلبية التي لا نهاية لها في المتعة والقوة وتكريس نفسها لخدمة الآخرين بدلاً من تعزيز الذات.

فقد وصف النبي الكريم بأنه فخور بفقره. وكوني فقيرًا يعني عدم الاعتماد على الثروة وقلبًا خاليًا من كل الرغبات إلا محبة الله جل جلاله.

* الاعتماد على الله في هذه المرحلة، ندرك أن كل ما لدينا يأتي من الله جل جلاله ونحن نثق في الله بدلا من هذا العالم. [114]

* حب الله والإخلاص والرضا إذ لدينا رغبة رئيسية واحدة فقط: محبة الله سبحانه وتعالى؛ الشيء الوحيد الذي نرغب فيه ونشعر به هو السلام الإلهي؛ نحن لا نكتفي إلا بحب الله ولا نرغب في أي شيء آخر.

اخلاص النية والاهتمام بها وليس الاهتمام بالشكل الظاهري للأفعال.

ومع تقدمنا في هذا الطريق، تتغير نوايانا أيضًا. هو يصبح الأمر واضحًا ونقيًا للغاية، وإخلاصًا، ونية صحيحة، وأكتسب معنى لجميع الكائنات.

* تذكر الموت: كان الهدف هو إدراك أن وقتنا محدود وبالتالي لا يقدر بثمن، يفقد العالم جاذبيته وكدراويش متطورين، نصبح مخلصين تمامًا لله.

5. يرى علماء النفس الغربيون أن احترام الذات والشعور القوي بهوية الأنا أمران مهمان، في حين أن فقدان الهوية أمر مرضي. وبحسب الصوفية؛ إن الشعور بالهوية المنفصلة هو أحد الحجاب بيننا وبين الله الذي يشوه الحقيقة ويمنعنا من معرفة طبيعتنا الإلهية الحقيقية. فهدفنا هو تحويل الأنا لدينا الى إيجابية.

[114] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 32.

يميز علم النفس الصوفي بين الأنا الصحية الإيجابية والأنا السلبية الأنانية. فالأنا يجب أن تكون قوية للتعامل مع التغيرات الجذرية والمتطلبات الشديدة للمسار الروحي. وهذا يعني احترام الذات واحترام خصائصنا وقدراتنا الإيجابية.

الأنا الإيجابية تخدمنا وتساعدنا على تحقيق أهدافنا. الأنا السلبية تُظهر إحساسًا بتضخم قيمة الذات، والتمركز حول الذات، والنهج الأناني في الحياة. يحاول باستمرار أن يجعلنا نخدمه. إنه مثل الحمار الذي نحمله في صفنا عندما يجب أن يحملنا.

6. يفترض علماء النفس الغربيون أن الشخصية لها بنية موحدة وشاملة للغاية، بينما في علم النفس الصوفي، يتطور البشر من خلال العديد من التطورات المختلفة. ينظر إلى المراحل على أنها مجموعة من الخصائص والاتجاهات المترابطة والمتميزة. إحدى مهامنا هي تحقيق التوازن بين هذه الخصائص المختلفة وتعزيز تطورنا الروحي.

شخصية التوحيد مرحلة متقدمة بالنسبة لغالبية الناس فهو داخلي! الوحدة خدعة. غالبًا ما نضع النوايا ونبدأ المشاريع بأمل كبير ولكننا لا نتابعها أبدًا. وفي مساء يوم الجمعة، نضبط الساعة على الساعة السادسة صباحًا لإنهاء جميع مهامنا قبل الإفطار. عندما ينطلق المنبه في صباح اليوم التالي، يقوم بإيقافه على الفور ويبدأ من جديد. إلى السرير نعود ونقرر إيقاظنا في مثل هذه الساعة غير المناسبة. [115]

وكما أشار ويليام جيمس، أبو علم النفس الأمريكي ورجل الخير الرائد؛ يريد معظمنا أن يُعرف باسم محسنين كرماء، وشخصيات اجتماعية مثقفة، وفلاسفة، ورياضيين، وأصنام الجنس، وقدوة روحية. نحن نعلم أنه ليس من الممكن أن تكون كل هذه الأدوار المختلفة متوافقة بشكل أساسي؛ لكننا ما زلنا نريدهم جميعًا مرة واحدة. الوحدة الباطنية الحقيقية هي إنجاز نادر.

[115] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 33.

7. يرى علم النفس الغربي أن التفكير هو أعلى قدرة إنسانية، وهو الطريق إلى المعرفة والحكمة. في علم النفس الصوفي، يسمى الذكاء المنطقي المجرد بالإدراك الفرعي، وهو مفيد في المدارس وفي تعلم المهارات المتعلقة بالإنجازات الدنيوية. ومع ذلك، يجب وضع المعرفة موضع التنفيذ، وهناك أيضًا تصور أعلى يسمح لنا بفهم الحقائق الروحية ومعنى الحياة. فإذا كان الإدراك بمثابة أداة للأنا، فإنه سيصبح عدو النمو والتطور. إن الإدراك المجرد يحتاج إلى نور القلب وحكمته. ويحذرنا الحافظ من مدى محدودية الإدراك في مواجهة الأبدي

إذا كنت تعتقد أن الحقيقة يمكن معرفتها من الكلمات

إذا كنت تعتقد أنك تستطيع المرور من خلال ثقب صغير

8. يعتقد علم النفس الغربي أن جميع المعلومات المهمة تقريبًا يمكن نقلها بنثر منظم منطقيًا، بينما يعرف علم النفس الصوفي أن النثر غير كافٍ ومحدود. أعلى مراحل التطور الروحي هي أبعد من الوصف العقلاني، ولتحقيقها يتطلب الأمر التخلي عن الأنا العقلانية المنفصلة. قد يكون الشعر أداة أكثر ملاءمة للتعبير عن أعمق التجارب الإنسانية. لقد تمكن مشاهير الشعراء الصوفيين من التعبير عن الحقائق الروحية من خلال الشعر لعدة قرون.

علاوة على ذلك، استخدم العديد من معلمي الصوفية القصص والأمثال لنقل الحقائق الدقيقة ويستفيدون منها. هذه القصص ليست جامدة وغير قابلة للتغيير. إنه معلم رئيسي وسيقوم بتكييف القصة مع احتياجات الجمهور.

9. بالنسبة لعلماء النفس الغربيين، الإيمان يعني الإيمان بأشياء غير حقيقية أو بأفكار ليس لها دليل قوي. الإيمان، بحسب علماء النفس الصوفية؛ إنه يعني الإيمان بالحقيقة وراء المظاهر المتغيرة للوجود المادي. فالإيمان يضع الفرد في علاقة صحيحة مع الكون والإله.

أحد العناصر الأساسية في هذا البحث هو الاعتقاد الأساسي بمراقبة الله والاستشعار بوجوده، موجودة دائمًا في داخلنا، حتى لو لم نتمكن من الشعور بها بعد، فمن دون الإيمان، إن أي فهم لأنفسنا أو للكون سيكون منحرفًا، لأننا سنعزل أنفسنا عن المنظور الوحيد الذي من شأنه أن يقودنا إلى الفهم الحقيقي. [116]

2.2 مراتب النفس وارتباطها الوثيق بأسماء الله الحسنى في نظر المفكر ROBERT FRAGER:

في علم النفس الصوفي يوجد عنصر الذات. إنه عنصر يبدأ كأسوأ عدو للإنسان، ولكن يمكن تحويله إلى أداة لا تقدر بثمن.

أ. مراتب النفس:

أدنى مرتبة للنفس هو النفس القاسية المعدنية (النفس الأمارة) هذا المستوى من النفس هو مجرد تجمع لكل القوى السلبية الموجودة بداخلنا والتي تحاول فصلنا عن المسار الروحي. تسبب هذه القوى ألمًا ومعاناة هائلين وتؤدي بنا إلى إيذاء من نحبهم.

وفي آية قرآنية، بعد أن اعترفت زليخة بأنها حاولت إغواء يوسف، تقول:

(وما أبرئ نفسي ان النفس لأمارة بالسوء الا ما رحم ربي) يوسف 53.

هذه النفس تسيطر على حياتنا كالطاغية المطلق. لذلك فإن جذور هذه عادة ما تكون دوافع أنانية تقع في العقل الباطن العميق. العديد من علماء النفس الغربيين والفلاسفة وغيرهم من الخبراء، الذين ما زالوا إلى حد كبير تحت تأثير النفس القاسية، يعتبرون هذه الحالة من الروح طبيعية. لكن بحسب

[116] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 34 . 35.

علم النفس الصوفي، فإن النفس القاسية هي أكبر مصدر خطر على أنفسنا وعلى الآخرين، وهي أساس أخطر انحرافات الفكر والفهم. توفر الصوفية أدوات قوية وفعالة لفهم وتحويل الروح الاستبدادية، وتشمل هذه الأدوات التأمل الذاتي، والانضباط الذاتي، ورؤية الذات في الآخرين.

يُعرف أعلى مستوى للنفس باسم النفس الصافية وفي هذه المرحلة تكون الشخصية كالبلورة النقية والكاملة، وتعكس العطية الإلهية دون فقدان أو تشويه تقريبًا. هذا التحول النهائي للروح هو إنجاز نادر للغاية ولا يوجد إلا في أعظم القديسين والأنبياء. [117]

1. النفس الأمارة (النفس القاسية)

وتسمى درجة النفس الإمارة أيضًا "النفس الآمرة" أو "النفس المتكبرة" أو "النفس المشجعة على الشر". يمكن أيضًا تسمية هذه المرحلة بمرحلة "الروح المزعجة"، حيث يحاول التنفس القاسي السيطرة علينا، والتحكم في أفكارنا وأفعالنا. وعادةً ما تنتصر. وبشكل عام، عند الحديث عن الروح، فإن العديد من كتاب الصوفية يقصدون فقط المستوى الأدنى من الروح. [118]

الفعل (يأمر) يعبر عادةً عن أوامر الله سبحانه وتعالى، على سبيل المثال: "يأمر الله المؤمنين أن يكونوا كرماء وتحت تأثير النفس القاسية تصبح أوامر النفس أكثر تأثيراً من أوامر الله سبحانه وتعالى.

أولئك الذين هم تحت سيطرة النفس الآمرة يمكنهم أن ينخرطوا في جميع أشكال الدين الخارجية؛ ومع ذلك، هذا مجرد عرض فارغ تمامًا تم تقديمه لإثارة إعجاب الآخرين. وعلى حد قول أحد الشيوخ: "إن النفس لا تجد السلام إلا بالخداع ولن تتبع النفوس سبيل الله أبدا."

[117] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71. 72.

[118] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 73.

في المرحلة الأولى نحن محكومون بذكائنا. هذا هو الذكاء الذي لا يؤمن إلا بأنفسنا. إنه مكرس لاكتساب الثروة والسلطة بأي ثمن ولإرضاء الأنا. ليس هناك محبة لله سبحانه وتعالى، ولا يوجد حافز ضميري أو حتى شعور بالخطيئة. لأنه لا توجد أخلاق ضميرية. يمكننا أن نرى هذا بوضوح في المرضى النفسيين الذين يغشون، ويسرقون، وحتى يقتلون دون ندم. [119]

- **الاعتماد على مطالب النفس الأمارة**

الأنا تريد منا أن نجذب انتباه الجميع وأن يفكر الجميع فينا بشكل جيد. لا يتوقف أبدًا عن الرغبة في المزيد؛ لا شيء جيد بما فيه الكفاية بالنسبة له. إذا كان الآخرون يحبوننا، فنحن نريدهم أن يحبوننا. إذا كانوا يحبون، فنحن نريد الطاعة غير المشروطة. فإذا أطاعونا نريد منهم أن يعبدوا. هذا الجزء منا يدمر جوانب أخرى من أنفسنا لتأكيد نفسه.

ومن الشرور الطبيعية وأمراض النفس حب التقدير. ومن شرب منه قطرة واحدة بعث من السماوات السبع إلى بطن الأرضين السبع في طرفة عين. ومن أعراض هذا المرض؛ عندما تُحرم النفس من الحمد، تقع في الكسل واللامبالاة

وهذا النوع من الإدمان غير معروف جيداً في أدبيات علم النفس لأن الكثير منا، بما في ذلك المنظرين النفسيين، يعاني من هذا المرض. نحن في خضم هذا الإدمان؛ لذلك، لا يمكننا أن نرى هذا المرض لا في الآخرين ولا في أنفسنا. نحن مثل الأسماك، الذين لا يعرفون ما هو الماء لأنهم لا يعرفون سوى الماء.

جميعنا تقريبًا لديه على الأقل شرارة من الروح المسيطرة. كن حذرا جدا لرؤيته! نحن بحاجة للنظر. لأن النفس القاسية تتقن الاختباء من الوعي. وكما أشار أحد الشيوخ، إذا قال أحدهم: "أنت رجل

[119] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 73.

طيب!" إذا كان هذا يجعلك أكثر سعادة من قول "أنت رجل سيء للغاية"، فاعلم أنك لا تزال شخصًا سيئًا. [120]

في المراحل الأولى من سير وسلوك، طالما كان الشخص تحت سيطرة الروح وهيمنتها، تُعرف الروح باسم النفس الأمارة، في هذه المرحلة لا تزال مهيمنة بقوة على طبيعتنا المادية، يرفع الروح والقلب باستمرار من الأماكن المرتفعة. أسفل إلى السلطات، أي على مستوى الفرد يحاول سحب نفسه دائما وتهبط روحه السامية وتدنّس القلب الطاهر بالمكر.

وفي كثير من الأحيان يختلف المظهر الخارجي للنفس عن الوجه الداخلي، وتتصرف في حضور الآخرين بشكل مختلف عما هي عليه عندما تكون وحدها وفي غيابهم يحدث العكس. وهذا البلاء لا يمكن محوه من النفس إلا بالإخلاص.

النفس لا تهتم هل يقدرها الله سبحانه أم لا؛ لكنها مهووسة بعناد بتقدير الناس. وكذلك الكبر والكبرياء واحتقار الآخرين، وتجنب وتجاهل ما لا يقدره الناس، ولو كان الله سبحانه وتعالى راضيا عن ذلك. على سبيل المثال، اليأس الروحي والعجز والضعف.

تنشغل النفس دائمًا بفضائل الإسناد؛ يفكرون في وضعهم بارتياح واحترام. يعتبر حتى أصغر ما يفعله لشخص آخر مهمًا ويتذكره حتى بعد سنوات لأنه معجب بلطفه. ولكنه مقابل النعم الكبيرة التي يقدمها له الآخرون، لا يعيرها أهمية وينساها بسرعة.

كل ما تريد أن تمتلكه وترغب فيه، تكتسبه وتتمسك به... وعندما تكتسب هذه الصفة قوة، يولد الحسد والطمع في ممتلكات الآخرين. النفس لا تريد لأحد أن يأخذ شيئاً من أحد. وهكذا تحاول النفس أن تغيظ من يشاركهم النعم المعطاة.

---

[120] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 75.

ولا ينبغي أن ننسى أن الذات المذكورة في الاقتباسات أعلاه هي أدنى مستوى من الروح. بعض الناس عالقون في هذا المستوى. يتمكن العديد من الأشخاص من عيش حياة أخلاقية ومعنوية للغاية ولا يتأثرون إلا في بعض الأحيان بالأنا القاسية. [121]

- **الصراع مع الذات السلبية**

ليس من السهل السيطرة على الأنا السلبية التي لا تشبع على مستوى النفس التي تعمر. مجرد العزلة والزهد لا يكفي. في الواقع، غالبًا ما تؤدي مثل هذه الممارسات إلى تضخم الكبرياء أو الغطرسة لأن أثخن الستر بين الإنسان وبين الله هي حكمة العاقل، وعبادة العابد، وتقوى المتدين. تركز مدرسة الصوفية بشكل خاص على السيطرة على الأنا السلبية. ومن ممارساتهم تجنب التصرفات والمظاهر التي قد تسبب الشهرة والثناء أو التقدير الخاص. [122]

> إن منهج الصوفية هو زهد نفسي خفي، وهو نظام نبذ الرغبة في الثناء وحتى القبول من قبل الآخرين من أجل القضاء على النفاق.

لا يمكننا أبدًا أن نحرر أنفسنا تمامًا من تأثير النفس الشريرة. أفضل ما يمكننا فعله هو السيطرة عليه وجعله يستلقي عند الباب. يمكن أن تبقى آثارها حتى في أكثر مستويات النفس طهارة (على سبيل المثال، كان النبي موسى شديد القسوة، حتى أنه هاجم رجلاً وقتله. ورغم أن الأنبياء أيضًا يحملون آثار النفس، إلا أنهم لا يتبعون أهواءها أبدًا). إنهم يستمدون من قدرة الله ولا يفعلون شيئًا من تلقاء أنفسهم.)

---

[121] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 76.

[122] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 77.

لدى الصـوفيون عبارة "هزيمة الروح" عندما يقولون إنه يجب تدمير الروح. وهذا التعبير يدل على هزيمة صـفات النفس وتحولها إلى الصـفات التي ينبغي أن يتحلى بها الإنسـان الحقيقي. ومع ذلك، فإن الروح نفسها لا يمكن تدميرها. "وعندما يقول الصوفية: "إن الإنسان فلانًا ليس له روح، فإنهم يقصدون أن خصـائص روح ذلك الشـخص قد تحولت إلى صـفات إنسـانية إيجابية، ولم يبق فيه أي أثر مرئي للروح"."

كيف يمكننا أن نتعلم السيطرة على أنفسنا والهروب من هذه المرحلة من الذات القاسية؟ كيف يمكننا أن نحول صفاتنا السلبية إلى صفات إيجابية؟ (هل من الممكن تغيير عادة دفعة واحدة، مثلا، تحويل البخل إلى كرم، والغضب إلى تسامح، والجشع إلى قناعة؟) ويجب علينا تنقية قلوبنا.

إحدى الطرق لتنقية قلوبنا هي الاسـتعاذة من الدنيا وذكر الله. وهذا يبرز نور القلب ويجعلنا ندرك عمل الروح، كما وينفتح القلب بالرحمة والخدمة. وقد قيل إن كل ابتسـامة وكل كلمة رحيمة ترقق القلب، وكل كلمة أو فعل جارح يقسي القلب.

من ناحية أخرى، هناك وسيلة أخرى للسيطرة على نفس الامارة إخلاص المرء لشيخه.

إن إخلاص المرشد يمكن الصوفي من تفضيل رضا سيده على رضا روحه، مما يقلل من اهتمامه بالنفس ورغباتها. كما يتسبب في صرف فقر الدم في خدمة سيدها وفي الرغبة في تلبية رغبات سيدها، فتتضاءل قوة النفس.

إن النفس الآمرة مثل اللص الذي يدخل منزلك ليلاً لسـرقة أي شـيء ذي قيمة. لا يمكننا أن نحارب هذا اللص بشكل مباشر، لأنه سوف يرد بالمثل على أي قوة تستخدمها ضده. إذا كان لديك سلاح، فسيكون لديه سلاح. إذا كان لديك سكين، فسيكون لدى اللص سكين أيضًا. القتال ضد

اللص هو دعوة لكارثة. الحل العملي الوحيد هو إشعال الأضواء (وعندها سيهرب اللص، وهو في الواقع جبان). [123]

كيف يمكننا أن نضيء المصابيح في حياتنا؟ وهذا الذكر ممكن بالوعي والانتباه. كما ذكر من قبل. لقد تم تجاهل هذا المستوى من الذات في معظم النظريات النفسية الغربية. كثيرًا ما نعتقد أن الأنظمة الروحية تركز فقط على العوالم العليا للطبيعة البشرية. ومن المفارقة؛ فقط النظريات القائمة على الروحانية مثل تلك المذكورة أعلاه يمكنها أن تصف بدقة المشاكل الحقيقية وحدود الحالات "الطبيعية"، لأن مثل هذه النظريات تم تطويرها من قبل أولئك الذين لم يعودوا تحت سيطرة غرورهم السلبية. لقد اكتسب الشيوخ منظوراً يمكنهم من خلاله رؤية وفهم ما نسميه الحالات الطبيعية. لأنهم هم المشايخ أنفسهم. لقد تغلبوا على تلك المواقف.

يشمل العقل الباطن الأوسط منطقة اليقظة، أو الجزء من النفس الذي لا يزال مستيقظًا. تحتوي المنطقة خارج هذه الدائرة على ذكريات ليست مستيقظة حاليًا ولكن يمكن استحضارها بسهولة، تقع "الأنا" في مركز الوعي المتوسط، وهي مركز وعينا، وإحساسنا المحدود بمن نحن لديه القدرة على التأثير على تجربتنا الشخصية من خلال تركيز وعينا أو توسيعه أو تقليصه.

يمتلئ العقل الباطن بالذكريات المؤلمة المكبوتة والدوافع القوية وغير المقبولة في كثير من الأحيان. هناك حاجز قوي من القمع يوفر الفصل بين الوعي اليومي والتجارب المؤلمة الماضية أو الذكريات المؤلمة للغاية. فإذا تجاوزت المادة اللاواعية هذا الحاجز، فقد نتفاجأ بألم أو غضب مفاجئ. بالإضافة إلى ذلك، يمكن لنبضات العقل الباطن الجشعة أو الشهوانية أن تتداخل فجأة مع سلوكنا وتشوهه.

[123] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 78.

إن العقل الباطن الأعلى هو عالم التجربة الإنسانية الذي يمكن رؤيته بشكل أكثر دراماتيكية في التجارب الروحية أو الغامضة. في مثل هذه الأوقات، قد نشعر أن الستائر بيننا وبين الله سبحانه وتعالى قد انزاحت فجأة. نشعر بالسلام الإلهي بشكل أعمق من أي وقت مضى، في شكل الشعور بصفات الله سبحانه وتعالى مثل الحب والرحمة والجمال أو الوحدة بطريقة أعمق.

في مرحلة النفس العمرية، يفصل حاجز قوي بين العقل الباطن شعور بالحب أو المعنى أو السعادة. (إذا تمكنا من اختراق اللاوعي الأعلى إلى الوعي المادي، فسيكون هناك صعود مفاجئ ومخيف إلى القمة.) يمكننا فجأة أن نمتلئ بالسعادة. [124]

إن الروح مرتبطة مباشرة بالله سبحانه وتعالى، حتى لو لم يكن الفرد على علم بهذه العلاقة. فالنفس مصدر للحكمة والإرشاد العميق، ويمكن أن تعمل خارج نطاق السيطرة اليقظة للشخصية الواعية، وهو أحد المبادئ الأساسية لعلم النفس الصوفي؛ وهذا الاتصال بالله جل جلاله موجود في كل وقت وفي كل إنسان، ولذلك يستحق كل فرد أن يعامل باحترام ورحمة.

في المرحلة الأولى، تكون الأجزاء الروحية من النفس منفصلة إلى حد كبير، وتكون الفجوة بين العقل الباطن الأوسط والأعلى سميكة ولا تسمح بأي انتقال تقريبًا. "الأنا" تعتقد خطأً أنها مركز النفس، لأن المركز الشرعي، الروح، معطل تمامًا.

الحدود بين العقل الباطن الأوسط والسفلي سميكة جدًا أيضًا؟ لكنها ليست سالكة تمامًا. تعكس هذه الحالة عدم وعي الفرد بدوافعه الغريزية، ونتيجة لذلك، يمكن أن تسبب انفجارات مفاجئة

[124] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 79.

للوعي. كلما كنا أقل وعيًا بهذه الدوافع، كلما زادت قوتها. لذلك ثنائية. تهيمن الدوافع الغريزية على راي في الغالب. الأنا لأننا في هذه المرحلة لا نشعر بالأبعاد الروحية أو اللاواعية للنفسية. [125]

2. النفس اللوامة

في ظل سـيادة الروح المسـيطرة، نحن في الأسـاس غير واعيين وغير واعيين، ولا يمكننا أن نرى الوضع الذي نحن فيه ولا ندرك الضرر الذي نلحقه بأنفسنا وبالآخرين. ومع أنه يكون ضعيفًا وخافتًا في البداية، إلا أنه مع ازدياد قوة نور الإيمان والفهم الداخلي، نبدأ في رؤية أنفسنا بوضوح، ربما لأول مرة.

وفي القرآن الروح الآثمة، هي من يقاوم الذنب ويتوب إلى الله عندما يدرك أنه ارتكب خطيئة. في هذه المرحلة، لم يتم ذلك بعد. على الرغم من أننا لا نملك القدرة على التغيير، إلا أننا نبدأ في فهم الآثار السـلبية لنهجنا الأناني المعتاد تجاه العالم يصـبح السـلوك السـيئ مقززًا بالنسـبة لنا وندخل في دائرة من ارتكاب الأخطاء، والندم على أخطائنا، ثم ارتكاب الأخطاء مرة أخرى.

والنفس النادمة هي النفس التي استضاءت بنور القلب .فإذا استقر ذكر الله سبحانه في النفس .(الآمرة بالشر فهو كمصباح في بيت مظلم وعند هذه النقطة تبدأ النفس "باختصار كل ما هو معيب وبعد ملاحظة هذه الأشياء، يبدأ في بذل الجهود لإزالة القذارة من المنزل، حتى يتغلب أخيرًا على هذه الأشـياء ويطردها،أولئك الذين هم في هذا المسـتوى؛ تمامًا مثل المدمنين الذين أدركوا أخيرًا مدى إدمانهم وآثاره. لقد ألحقوا الأذى بعائلاتهم، ودمروا حياتهم المهنية، وأبعدوا أصدقاءهم، وألحقوا الضرر بأجسادهم. ولسـوء الحظ، فإن هذا الإدراك، مهما كان واضـحا أو مؤلما، يكفي للتحرر من أغلال الإدمان! ليس. وهذا يتطلب دواء أقوى. [126]

---

[125] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 79.

[126] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 86.

ولا يزال حاكم هذه المرحلة هو الذكاء الدنيوي ورئيس وزرائها لا يزال الأنانية أو حب الذات، إلا أن صفاته أخف من صفات هذه النفس الامارة؛ الكبرياء الروحي.

إن الحاجز في النموذج البيضاوي للنفس الذي يفصل بين الجوانب الروحية للنفس يصبح أرق في هذه المرحلة. عندما يدخل ضوء اللاوعي الأعلى إلى وعينا، نكتشف من نحن.

ونبدأ برؤية أخطائنا ما يحدث بشكل أفضل. لم يعد بإمكاننا أن نبقى في حالة من الجهل السعيد والإنكار التام. لهذا السبب، يجب أن نكون أكثر وعيًا بدوافع الذات الدنيا. لكن هذه النبضات اللاواعية لا تزال قوية جدًا، وعلى الرغم من الصحوة الداخلية المتزايدة، إلا أن ميول الأنا لا تزال قوية جدًا.

في هذه الدرجة نبدأ بالتمتع حقًا بالعبادة والتأمل والأنشطة الروحية الأخرى، والأشياء الدينية والروحية التي حتى ذلك الحين كنا نسمع أو نقرأ عنها فقط.

نبدأ في تجربة ذلك بأنفسنا. الخالق واحد نبدأ في الشعور بالحب الحقيقي لله والخليقة. وهذه أيضًا بداية الممارسة الحقيقية للصوفية. حتى الآن، لا يمكننا تحقيق الإدراك الاصطناعي والعبادة الميكانيكية إلا في أحسن الأحوال. حاكم هذه المرحلة هو الحكمة وحاكمها الحب. ومن مميزات هذا المستوى: الكرم، والاكتفاء بالصغائر، والاستسلام لله، والتواضع، والتوبة.

التوبة. والتوبة تختلف كثيراً عن لوم النفس والندم قبل هذه المرحلة. وفي التوبة ندرك أننا ارتكبنا خطأ ونتعهد ألا نفعل ذلك مرة أخرى. والتوبة الصادقة لها ثلاثة جوانب. التوبة من الماضي؛ ويعني أن نكون قادرين على رؤية أخطائنا بوضوح، دون محاولة تبرير أنفسنا أو اختلاق الأعذار. التوبة من الحاضر؛ إنه التعويض عن الضرر الذي لحق بالشخص أو الشيء الذي ألحقنا به الضرر من خلال أخطائنا الماضية. والتوبة للمستقبل تعني التعهد بعدم تكرار هذا الخطأ مرة أخرى. وعلامة قبول الله

سبحانه وتعالى توبتنا هي؛ فالأشياء التي كانت جذابة لنا في الماضي لم تعد جذابة وقد أبعد الله عز وجل تلك الفتنة من قلوبنا.

جميعنا نواجه الفشـــل في بعض الأحيان في تغيير العادات القديمة. ثم فجأة تفقد هذه العادات تأثيرها علينا، وما كان جذابًا للغاية يفقد جاذبيته فجأة. وهذه علامة على أن الله يقبل توبتنا. في هذه المرحلة، سيقول شيخي أننا لم نعد مسؤولين عن تلك الخطايا القديمة. لقد تغيرنا الآن وأصبحنا أشخاصًا لا يمكن إغراءهم بارتكاب هذه الأفعال. [127]

3. النفس الملهمة

ما زلنا غير آمنين. إن الأنا السلبية لا تزال حية ويمكن أن يكون قد انتهى صراعهم الذي تضلنا، كما يتضح بوضوح من محيط المنافقين أو الأدعياء.

فالنفس ليسـت في نفس المصـير والخطر في أي محطة كما هي في محطة الإلهام. لأنه لم يختبر بعد تجربة التخلص التام من الذات... بل إنه معرض لخطر الخداع بأنه وصـــل إلى مرحلة الكمال والوقوع في فخاخ الشيطان المتمثلة في الاعتزاز بنفسه، وحب الثناء، الاهتمام بنفسه وتمجيده. [128]

لا يمكن لأحد أن يعلن نفسه شيخا دون الحصول على شهادة رسمية من شيخه. دائمًا ما يحذر الشـــيخ المفرط في الطموح الدراويش من الحاجة إلى المزيد من التعليم الباطني. في بعض الأحيان يشـــير

[127] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 87.

[128] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 89.

الشيوخ بشكل مباشر إلى أخطاء الدراويش. وأحياناً يروون قصصاً ونوادر تظهر بوضوح المستوى الروحي الذي يجب أن يصل إليه لكي يصبح شيخاً.

وقد تكون هذه المرحلة هي أخطر مرحلة في تطور النفس، حيث تصبح قادرة على إظهار التجارب والفهم الروحي الحقيقي. ومع ذلك، إذا مرت هذه التجارب والتفاهمات عبر مرشح الأنا، تحدث الغطرسة الشديدة.

ويظهر هذا بين الفنانين المبدعين والكتاب والموسيقيين والعلماء. هؤلاء الناس هم في حالات الإلهام أو الإبداع. قد يتعرضون لخطر الانفجار بأنهم يظنون أنفسهم مصدر الإلهام.

يتعين على غالبية المعالجين والمرشدين الروحيين أن يواجهوا مشاكل الغطرسة والرغبة في الشهرة والمستقبل. عند تقييم الأدلة النفسية والروحية، يجب علينا استخدام حدسنا الخاص، وقدرتنا على عدم التمييز، وبصيرتنا للتمييز بين الحقيقي والمزيف، والموهوب من الدجال، والمتعلم من نصف المطلعين. الخطر الخاص بهذه المرحلة هو؛ يعتقد الناس أنهم أكملوا تعليمهم وأنهم لم يعودوا بحاجة إلى التعليم الروحي. هناك العديد من المرشدين الروحيين الذين يتمتعون بالكاريزما ولكن المضللين والذين يقررون أنهم أصبحوا مستنيرين تمامًا عندما يصلون إلى هذه المرحلة. [129]

مخطط النفس الملهمة في المخطط البيضاوي، تكون الطاقة والإلهام القادمان من العقل الباطن الأعلى أكثر شيوعًا. يتوسع العقل الباطن الأوسط حيث يصبح المرء أكثر يقظة لكل من قوى اللاوعي العليا والدنيا في النفس. لكن "الأنا" لا تزال تتصرف كما لو كانت مركز النفس و

تحفيز عقلك الباطن لا يزال قويا. لذلك، يمكن تشويه الدوافع القادمة من اللاوعي الأعلى واستخدامها في خدمة الأنا بدلا من التطور الروحي والنضج.

[129] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 90.

وعلى الرغم من عدم وجود علاقة مباشـرة بين الروح و"الأنا"، إلا أن الشـيخ يعمل بمثابة صـلة غير مباشـرة بالمقدس. من الناحية المثالية؛ هو أن نرى هذه التجربة كنذير للعثور على المقدس في داخلنا. وبعبارة أخرى، فإن الشيخ الظاهر هو خطوة وسيطة ضرورية قبل العثور على المقدس في أنفسنا. وحاكم هذه المرحلة هو الحكمة ورئيسـها المحبة، ومن صـفات النفس المطمئنة التوكل على الله والعمل الصـالح واللذة الروحية والعبادة والشكر والرضا، فقط عندما نصل إلى هذا المستوى، الأنا السلبية نحن في مأمن من بعض التشـوهات وحتى في هذه المرحلة والمراحل اللاحقة، يمكن للأنا السـلبية أن تؤثر علينا، ولو للحظات. ويخاطب الله سـبحانه وتعالى هذه الدرجة من النفس مباشـرة في الآية التالية: (يا أيتها النّفسُ المطمئنةُ ارجِعي إلى ربِّكِ راضيةً مَرضِيَّة) الفجر 27.

انتهى القتال في المراحل السابقة بشكل عام. ويتحرر الإنسـان من الغفلة، وأصبحت صفات النفس الآمرة تبدو قبيحة ومقززة للغاية. لكن لم يعد هناك رغبة في القلب لهم.

إن تقدم المسافر في المستويات الروحية للنفس يتجه نحو الأسفل. بمعنى آخر، في البداية، تتمتع مرحلة النفس ببنية صـلبة. وعندما ينتقل من القسـوة إلى الندم إلى الانغماس في الذات، فإنه يتحول إلى العبث. وعندما ينتقل إلى تحسـين الذات، ينحدر من العبث إلى العبث. وعندما تنحدر من هذا الهيكل المائي تحكمها التربة في النفي المطمئنين، فتكتسب الاستقرار والتواضع والتمرد والوداعة والطاعة. تتحول الخصائص الشيطانية والحيوانية والبرية إلى خصائص بشرية. ولا يزال الإنسان يرى أحلاماً يكثر رؤيتها من الناس كالمؤمنين، والزهاد، وفاعلي الخير، والصـادقين، والمطمئنين، والأطهار، والعابدين، وذوي النفس الراضية.

غالبًا ما يكون الشعور بالرضا مختلفًا تمامًا عن الوضع الذي نعيشه. إنه نجاح روحي حقيقي أن نكون راضين عن حالنا، مهما حدث، ومهما أعطانا الله. وأصل هذا الرضا والسكينة هو محبة الله

ومن أســس هذه المرحلة هو فتح القلب، كما ذكرنا في الفصــل الثاني. فالنور القادم من القلب يتعارض مع الميول السلبية الخادعة لطبقات النفس السفلية. [130]

4. النفس المطمئنة

الجهد الباطني المطلوب في هذه المرحلة؛ يتعلق الأمر بالحد من الشعور بالبعد عن الله سبحانه وتعالى والبدء في الجمع بين الميول والهويات المختلفة التي طورناها. في مخطوطة المســافر، يرســله السيد إلى منطقة المحاربين الروحيين.

اتبعت نصيحته ووصلت إلى منطقة المجاهد وأصبحت ضيفًا. ورأيت الناس ضعفاء، حسني الخلق، يشكرون بالذكر والجهاد والصيام والصلاة والعبادة والطاعة والزهد، والصمت (وقوتهم من عمل ما علموا). فهمت ذلك؛ جميع أعمالهم هي للتخلص من العادات السيئة والشرك السري وظلمات الغفلة، والحصول على القدرة على دخول قلعة مطمئنة؛ يعني استحقاق المخاطبة (يا أيتها النّفسُ المطمئنةُ ارجِعي إلى ربِّكِ راضيةً مَرضِيَّة) الفجر 27.

لسنوات عديدة، كنت أتصرف مثلهم وأتجاهل هذه الكلمات والأفكار، وأظهر الصبر والجهد والتسامح والرضا. ولكنني لم أجد حلاً للتخلص من الشرك السري وظلمة الغفلة. (لقد حاربت نفسي، لكن كلهم أداروا وجوههم نحو الله الواحد ســبحانه وتعالى، وعلى الرغم من أنهم كانوا في حالة حب، إلا أنهم كانوا متقدمين جدًا مع بعضــهم البعض، ولم تغادر ألوهية الأنا بعد. كان هذا صــاحباً لله ســبحانه وتعالى، مرضــي المتمثل في خلق الشــامات الكثيرة ألقى بظلاله الثقيلة على قلبي، وإخفاء الحق وتركني في غفلة.

[130] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 91.

وفي المخطط البيضــاوي تكون طاقات العقل الباطن الأعلى أكبر من ذي قبل. أصــبحت حمى التيفوئيد جاهزة وتضاءلت قوة وتأثيرات نبضات العقل الباطن السفلي. الوعي

مجاله الآن مجاور لكل من اللاوعي الأعلى واللاوعي الســفلي؛ المرء أكثر فخرًا بأعماق نفســه. الرضا الداخلي والسلام يأتيان من هذا المستوى الجديد من الإدراك.

يتطور محور "أنا–الروح"، "الأنا"، الذي كان في حالته الأولية مشغولًا تمامًا بالمخاوف والمخاوف المؤقتة، تم تحديده الآن مع المنظور الأبدي والخالد للروح. الآن أصـــبح التوجيه الداخلي للروح أكثر في خدمة "بيرت" و"الأنا" لم يعد يُنظر إليه على أنه مركز النفس، وقد ضعفت الغرائز وتحولت "الأنا". لأول مرة أصبح المرء الآن آمنًا تمامًا من قوتهم.

في المخطط البيضاوي، نحن الآن ندرك باستمرار الجوانب المختلفة لكل من العقل الباطن العلوي والسفلي. وهذا يعني أننا وصلنا إلى مستوى من الذكر والإدراك المستمر، وقد تعمق محور "أنا" ونحن الآن نعرف بوعي ما كان في السابق اللاوعي. بالنسبة لأولئك الذين لا ينسون الله سبحانه وتعالى، فإن آلام هذا العالم وتجاربه هم مثل الحلم. لقد وصــلنا إلى هذا المســتوى. الفائزون يتذكرون الله ســبحانه وتعالى ويبقون ممتنين له مهما حدث لهم. [131]

5. النفس الراضية

ويشـــير ابن عربي إلى أن هذه المرحلة هي الزواج الباطني بين النفس والنفس. وفي اللغة العربية النفس مؤنثة والنفس مذكر. ويذكر ابن عربي أن هذا البيت المشــترك ســيثمر بطفل يســتقر في القلب. فالنفس تلهم النفس لتعظيم ذاتها، ثم يتبعها القلب. لقد اختفى الصـــراع الداخلي (الباطني) والشـــعور

[131] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 93.

بالتعددية. ولم يعد هناك أي فصل بين رغباتنا المادية ورغباتنا الروحية. في هذه المرحلة، هناك وحدة باطنية حقيقية. أدرك النزاهة؛ نحن نرى العالم ككل وموحد. نصبح بشرًا حقيقيين.

وقد فسر أحد المشايخ هذا المستوى من الوحدة الداخلية بقوله: "مهما اختار الله لي من الدرجة وأبقاني فيه فإني أختارها. «إذا أغناني الله فلا أكون غافلاً، وإذا أرادني الله فقيراً فلن أكون جشـــعاً ولا متمرداً».

في هذه المرحلة، ندرك أن قوة العمل كلها تأتي من الله سبحانه وتعالى، وأننا لا نستطيع أن نفعل أي شيء بمفردنا. لم نعد نخشى شيئًا ولا نريد شيئًا. لا نشعر بأي رغبة في التحدث أو التواصل. لقد تم تدمير الجزء الخارجي منا، ولكن الجزء الداخلي لدينا تحول إلى قصر. قلوبنا في نشوة. [132]

6. النفس المرضية

رأيت أن ســكان منطقة فينا كانوا صــامتين كما لو كانوا خرسًــا، ولم يكن لديهم القدرة على التحدث كما لو كانوا أمواتًا، فقد فقدوا الأمل في صحتهم، وكانوا جالسين ينتظرون ملك الموت ولم يكن لديهم أخبار ممن جاء وخرج في حيهم.

وحتى بينهم، شــعرت بالحزن والألم لدرجة أنني لم أجد الفرصــة لعرض حالتي على الطبيب حتى أقول: "هذا هو جسـدي" أو "هذا هو جسـدي". هناك وأن صـاحب العقار كان حاضـراً ويراقب." إن قول "جسدي" كذب صريح والكذب محرم في جميع الأديان

ذهبت في رحلة للتخلص من الشـرك الخفي. وحتى في هذه الحالة، زادت دهشـتي وعجزي. لقد تخليت عن كل رغباتي. [133]

---

[132] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 96.

[133] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 98.

لقد رحم الله حالتي وأرسل ملاك الإلهام الذي كان مسؤولاً عن تدريب قلوب الطامحين إلى العالم الخارجي... الملاك... عندما جعلت الرب يقرأ من كتاب الإلهام وقلت في البداية: "لا بد من شـــر العمل"، وحاولت على الفور أن أمد يدي، فرأيت أن يدي شيء مكون من أربعة عناصر، مثل مادة غير حية. أي أن قوتي ليســت يقينية، فهو "واحد" يفعل ما يشــاء، ولا أملك أي قوة على أي عمل. القوة واحدة؛ ليس لدي قوة. باختصار، إذا صدر مني أي عمل، فماذا يعني بالضبط سوء الأفعال إذا أرجعت ذلك الفعل إلى قدرة الله وقوته وابتعدت عن الأفعال التي تحدث.

ثم... التفتت إلى اتجاه جعل الصـــفات مؤقتة. نظرت لكن النظرة ليســـت لي، ولا علاقة لها بالكلام الذي قلته. اللغة ليســت لي. قطعت كل الروابط مع صـفاتي الداخلية والخارجية، وبكل روحي وجسـدي ومشـاعري وقوتي، شـكلتني على شـكل "نرد". ولكني رأيت أنه حتى اهتمامي بالربا يشـير إلى ازدواجية جديدة، الشــرك الســري يظهر من جديد... ثم جعلت كل كائناتي مدمرة وقابلة للفناء. لكني مازلت لم أتخلى عن الطلب. "أحسست بمعنى الطلب، مثل العبد، الله سبحانه وتعالى محيط بكل شيء، في البداية، في النهاية، في الظاهر، في الباطن، إنه يعلم كل شيء."

ولهذا السـبب، كنت أميل إلى الخضـوع لاختبار "مت قبل أن تموت". يا إلهي لقد ظهر الشـرك أمامي مرة أخرى. لأنه هناك أنا، وهناك توجهي. هذا لا يمكن أن يكون حقيقيا.

في المخطط البيضـاوي، تتحد الروح والنفس، ولم يعد هناك انقسـام أو تعارض في النفس. عندما يتحد المرء، تصـــبح الوحدة الإلهية للعالم مرئية، على حد تعبير الرومي؛ ويظهر العالم في التعدد، كما تعكس المرآة المكسورة انعكاسات عديدة للصورة نفسها. فإذا أصلحنا شقوق المرآة وأرجعناها إلى حالتها الأصلية فإنها ستعكس صورة واحدة. [134]

[134] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 98.

7. النفس الصافية

الوصـول إلى هذه الدرجة قليل من الناس تجاوزوا أنفسـهم تمامًا. لم يعد هناك أي الأنا أو الذات التي تركت وراءها. هناك لقاء مع الله فقط. وتسـمى هذه المرحلة "الموت قبل الموت". يصـف الرومي العلاقة مع الله جل جلاله بأنه يحول انفصالنا إلى وحدة هذا هو الوقت الذي حدث فيه الذوبان

وإذا بقي أثر لكبريائك، فلن تتمكن من الوصـول إلى هذا المسـتوى. رمي "أنا" من نفسـك في هذه الحالة يبقى الله فقط. لقد وصف أحد الشيوخ ببلاغة هذا النوع من الجهد الخارق المطلوب للتحول الذاتي. وكان طريقه طريق المحبة والوفاء لشيخه

لم تختبر متعة الفناء في شـيخك، ولا ألم الفراق عنه بعد. إنك لم تختبر عظمة وجلال حضـوره الهائل. لم تتمنى أن تموت آلاف المرات كل يوم... ولم تغرس بعد أسـنان قرش فشـلك الطوعي الحادة في قلبك. [135]

الحب الأعمق هو تحويلي في حد ذاته. قال أحد الأسـاتذة: "يمكنك أن تجرب مئات الأشـياء، لكن الحب وحده سيخلصك من نفسك".

ومن وصل إلى هذه الدرجة فهو في عبادة دائمة؛ ولهذا السبب، لم يعد لديهم أي إرادة حرة. إنه مثل التواجد في حضـرة حاكم مطلق وقوي. الخيار الأفضـل؛ إنه يعني الاسـتسـلام التام لذلك الحاكم والتفرغ لخدمة ذلك الحاكم. في وجود مثل هذه الحكمة وهذه القوة، لا يوجد مكان لإرادتك. ويوضـح لنا الرومي هذه الدرجة كما يلي:

إذا استطعت أن تتخلص من نفسك يومًا ما،

ينكشف لك سر الأسرار. وجه المجهول المختبئ خلف الكون ظاهر

[135] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 100.

في المخطط النهائي للذات، لم تعد هناك ذات منفصلة أو إحساس منفصل بالهوية. لا توجد حدود واضحة بين الذات والله؛ لقد أصبحت النفس كالملح المذاب في المحيط. الشيء الوحيد الموجود هو الله. [136]

- **الوصول إلى درجة النفس الصافية**

وهذه المرحلة يشرحها الشيخ النقشبندي، السالك في طريق الحق، بالمثال الواضح لمن تحول إلى نفسه. وهناك كثيرون يعرفون هذا الموضوع من كل جانب.

يا لها من مشكلة وقعت فيها، ليس هناك التماس، ولا تحرك، فقط لفت الانتباه، ولا تقديم مطالب. إنه معنى غريب. الناس صعبون للغاية. يائسًا، سلمتهم جميعًا إلى مالكهم الحقيقي وانتظرت عند باب الموافقة، في حالة لا توصف، مثل مريض يقع في السرير في سكرات الموت، ينتظر الموت باستمرار، وفي هذه الحالة، طائش. وفاقدًا للوعي، مثل شخص ميت تمامًا.

وعملاً بنصيحة "استفتِ قلبكَ"، تقدمت بطلب فتوى القلب. وجاءني الجواب كالآتي: "أنت على علم بالنفس التي ظهرت فيك، ولهذا لا تستطيع سماع خطابي "ارجع إلى ربك"... حاولت أن أفهم وأستوعب هذه المسألة مرة أخرى وحاولت" أن أموت موتًا طوعيًا مرة أخرى، ومن الآن فصاعدًا يُسمى استغفار، وحدثت حالة أخرى عندما كشفت لي صفة وظهرت لي حالة مثل الخطاب الصامت والخالي من الحروف "ارجع إلى الله"، وهو أمر لا يوصف. ولدت المتعة الروحية في تلك اللحظة لقد كنت منتشياً. لقد شعرت بالرعب استيقظت في هذه الحالة. (يا مسافر في سبيل الله!)، الغرض من الأوصاف

[136] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 101.

المكتوبة حتى الآن ليس شرح المعلومات عن هذه الأشياء السيئة، ولكن فقط لتكون هذه المعلومات إرثًا لأصدقائك بعد وفاتنا. [137]

يتذكر العديد من أتباع طريق الحق والباحثين عن العالم هذا المســـكين أثناء قراءتهم لهذا. إن النفوس التي تنظر إلى هذه الرسالة تعرف نفسها، وبالطبع فإن الشخص الهادئ الذي يقرأ بعناية، يتأمل وضـــعه الخاص، ويقيم إجابات الأســـئلة المتعلقة بأي جانب هو من ســـكان أي مدينة، وإلى أي حي ينتمي، ويتصرف على هذا الأساس. يجد باب الرضا ويتعلمه ويمدحه. [138]

ب. أسماء الله الحسنى وارتباطها الوثيق بمراتب النفس

وترتبط كل مرحلة من مراحل الذات بأحد الأسماء أو الصفات الإلهية. هناك تسعة وتسعون اسمًا مشـــهورة من أسماء الله الحســـنى. إن تكرار هذه الأسماء والتأمل في معناها يمكن أن يكون صـــليبًا فعالاً لعلاج أمراض النفس في كل محطة.

يتضمن الذكر الفردي الأسماء المذكورة أدناه. بالإضافة إلى الممارسات الجماعية الأسبوعية، يتم تكليف الدراويش بمهمة ترديد أسماء مختلفة كل يوم. [139]

الاسم الأول: الله

اســـم إلهي مرتبط بالمرحلة الأولى، الله ويعني "لا إله إلا الله "في حين أن النصـــف الأول من هذا البيان يخلق حالة سلبية، الجزء الثاني هو التأكيد. ""الله غير موجود، الله موجود".

[137] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 102.

[138] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 102.

[139] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71.

لا يمكن فهمها بشكل كامل، "الله سبحانه وتعالى غير موجود"؛ لا يوجد شيء يمكننا رؤيته أو تجربته أو تصوره مثل الله بقدراتنا المحدودة. "الله سبحانه وتعالى موجود": الله سبحانه وتعالى موجود وهو موجود حاضر في كل مكان وفي كل شيء وهو يشكل أرقى حقائق الصوفية.

لا إله إلا الله تُعرف العبارة أيضًا باسم رمز الوحدة. ويؤكد أنه لا يوجد شيء مقدس إلا الله وأن القوة والإبداع كله لله.

يتبع الكثير من الناس أمزجتهم وميولهم كما لو كانت هي خالقهم والقرآن يتحدث عن هذه الحالة ويشير إليها ب. "الهوى"، قال تعالى: (وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِّنَ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ) القصص 50.

يولي المجتمع الغربي قيمة كبيرة للحريات الفردية. لكن بالنسبة للكثيرين، تتمثل هذه الحرية في اتباع ميولهم المضللة. ومن المفارقة أن الخضوع للانضباط الروحي هو في الواقع بداية الحرية الحقيقية. لأنها بداية التحرر من اضطهاد النفس. [140]

الممارسة الأساسية للصوفية لعدة قرون لا إله إلا الله وهو عبارة عن التكرار والتأمل، وفي قلب متاعب النفس والانغماس في الملذات الدنيوية وغياب الإيمان يبقى أحد الحلول لهذه الحالة هو فهم وجود الله وإدراك أن الحياة لا تتعلق فقط بهذا العالم وملذاته.

ويعرف بالاسم الأعلى ويحتوي على جميع الصفات الإلهية التي تعبر عنها الأسماء الأخرى. ومن معاني كلمة الله جل جلاله هو "المستحق للعبادة". وعلاج النفاق، وهو المرض الرئيسي للنفس الدنيا، هو عبادة الله والتركيز على الكون من أجل الله. بدلا من العمل على إطعام غرورنا أو ملء جيوبنا. [141]

---

[140] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71.

[141] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71.

الاسم الثاني: هُوْ

هو يشير إلى الله نفسه، المنزه عن صفاته. إنها طريقة لمخاطبة الله سبحانه وتعالى بطريقة قريبة جدًا. وبحسب بعض الصوفية؛ هـ" هو الحرف الأخير من اسم "الله وهذا الاتصال الوثيق مع الله سبحانه وتعالى موجود في القلب. صغيرة إلى درجة التحسين الذاتي وضعيف وينمو بشكل أكبر في كل مرحلة لاحقة. إن التواصل مع الله تعالى هو مصدر إلهام النفس المفطومة. [142]

الاسم الثالث: الحق

الحق يعني الله سبحانه وتعالى هو الحق الذي لا يتغير. كل الحقائق الأخرى تتغير وتصبح باطلة مع مرور الوقت. كما أن كل شيء يتغير إلا الله (سبحانه وتعالى)، فإن سلام النفس المطمئنة يأتي من السعي في سبيل الله (سبحانه وتعالى) بدلاً من المعجبين وتغيير أشياء العالم باستمرار. درجة الرضا عن النفس هي المرحلة التي نبدأ فيها بفهم الحقيقة. [143]

الاسم الرابع: الحي

حي ويعني "الحي الدائم". وكل ما هو موجود يشترك في هذه الصفة الإلهية، لأن الله جل جلاله هو مصدر الحياة والوجود في كل شيء، وذرات كل شيء في الكون تهتز بهذا الاسم. وتختلف الدرجة حسب علمهم وأفعالهم. ومن رأى الله سبحانه وتعالى حيًا في كل شيء وفي كل شيء فقد ارتقى إلى مرتبة النفس الراضية.[144]

---

[142] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71.

[143] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 71.

[144] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 72.

الاسم الخامس: القيوم

القيوم بمعنى "الكائن من الأزل إلى الأبد"، فإن وجود الله لا يعتمد على أي شيء غيره. لا يحتاج إلى شيء أو شخص وعندما يبدأ الكون في النظر إليه على أنه لا شيء غير الله فقط فهذا يعني أن الفرد قد وصل إلى مستوى النفس المرضية. [145]

الاسم السادس: القهار

القهار يعني "القاهر" أو "القادر على التدمير في أي لحظة" ويشير إلى صفة الله سبحانه وتعالى التي لا يمكن مقاومتها والتي لا يمكن إيقافها، والتي يمكنها أن تدمر تمامًا جميع أنواع العقبات. لا شيء يمكن أن يفلت من الله وكل ملايين الأكوان تنتمي إليه. ومن أجل الوصول إلى مستوى نفس الصافية، لا يمكن الوصول إلى كل مشاعر "الأنا" النقية إلا بقدرة الله سبحانه وتعالى غير المحدودة. [146]

أسماء الله الحسنى

الرحمن، الذي يمنح الرحمة والخير دائمًا لكل الكائنات.

الرحيم، الذي يمنح رحمته اللامتناهية لجميع المؤمنين هنا في الدنيا وفي الآخرة.

الملك: السيد، الذي يمتلك السلطة المطلقة ويحكم على كل شيء.

القدوس: الذي هو خالٍ من كل خطيئة وعيب، الأنقى.

السلام: المعطي السلام، فإن الله هو الذي يمنح السلام الحقيقي. لأن الله بعيد عن كل خطأ أو

[145] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 73.

[146] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 73.

ضعف؛ كل شيء نعتمد عليه غير الله يمكن أن يزول أو يتركنا.

المؤمن: حامي الإيمان، الذي يوقظ نور الإيمان في القلوب ويحمي الإيمان.

المهيمن: الحافظ، الذي يراقب ويحمي تغير وتطور كل الكائنات.

العزيز: صاحب العزة، الذي لا يمكن لأي قوة أن تهزمه، وقوته دائماً هي المنتصرة.

الجبار: القوي، الذي يفعل ما يشـاء بدون مقاومة، ويصـلح القوة المكسـورة ويكمل ما ينقص فينا.

المتكبر: صاحب العظمة، الذي يُظهر العظمة في كل شيء وفي كل حالة.

الخالق: الذي يخلق من العدم،

البارئ، الذي يخلق الكون بتنظيم مثالي. [147]

المصور: المزين، الذي يمنح كل شيء صورة فريدة وجميلة.

الغفار: الذي يغفر، ويقبل التوبة.

القهار: الغالب، الذي يحكم بقوته على كل شيء بلا مقاومة.

الوهاب: المانح، الذي يعطي النعم بلا شروط وبدون حدود، للجميع.

الرزاق: المعيل، الذي يمد بالرزق الجسدي والروحي لجميع الكائنات.

الفتاح: الذي يفتح كل ما هو مغلق أو معقد، والله هو الذي يفتح قلوبنا لكنوز رحمته.

[147] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 182.

العليم: الذي يعلم كل شيء، الماضي والحاضر والمستقبل.

القابض: الذي يضيق ويتسع، ويمنح الراحة والسعادة، يفتح القلوب ويضيقها.

الباسط: الموسع، الذي يوسع ما يشاء من رحمته ونعمه.

الخافض: المذِلّ.

الرافع: الذي يرفع من يشاء ويضع من يشاء في أسفل الأسفلين.

المعز: المعزز، الذي يعطي العزة والكرامة لمن يشاء.

المذِل: الذي يذِل من يشاء.

السميع، الذي يسمع كل شيء، سواء كان مظهرًا أم مستترًا.

البصير: يرى كل ما كان في الماضي، وما هو موجود حاليًا، وما سيكون في المستقبل؛ يرى الظاهر ويرى أيضًا ما هو

خفي في كل شيء.

الحكم: يحكم على كل شيء بالعدل، والنظام، والحقيقة؛ فهو الذي يقضي بشكل مثالي ويطبق العدالة المثالية.

العدل: العادل، الذي يدين بالعدل المطلق، ويحافظ على السلام والتوازن.

اللطيف: يعلم كل التفاصيل: الأرق، الألطف، الأجمل؛ خالق أدق جمال الوردة وقوس قزح.

الخبير: يعلم باطن كل شـيء: يعلم أعمق الأسـرار في كل شـيء وفي كل مكان؛ وتخترق معرفته كل شيء فعليًا وإمكانيًا.

الحليم: الممهِل: الذي يؤخر عقاب ذنوبنا، ويمنحنا الوقت للإدراك والتوبة.

العظيم: العظيم، الذي لا يمكن مقارنته بأي شيء آخر، ويتفوق على كل شيء.

الغفور: المغفر، الذي يغفر الذنوب ويسددها.

الشكور: المشكور، الذي يكافئ الخير بأكبر إحسان. [148]

العليّ: أعلى من كل شيء يمكن تصوره، وقريب من كل ذرة في الوجود، "أقرب إلينا من حبل الوريد".

الكبير: الأعظم في القوة والقدرة: عظمته تمتد من الأزل إلى الأبد.

الحفيظ: الذي يتذكر كل ما كان في الماضي، وما هو موجود في الحاضر وما سيكون في المستقبل ويحفظ كل شيء حتى وقت معلوم.

المقيت: المتكفل، الذي يرزق كل شيء.

الحسيب: المحاسب: الذي يأخذ كل شخص وكل شيء في الاعتبار، ويعرف ربح وخسارة كل فرد.

الجليل: الأعلى: سيد الحكام والأبطال، مصدر كل خير وكمال.

[148] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 182 . 183.

الكريم: سخاء الغفران والمكافأة يفوق كل التوقعات.

الرّقيب: المتأهب: الذي يراقب تفاصيل كل مخلوق ويحفظ الحق، ويتولى مراقبة كل أعمالنا.

المجيب: يجيب الدعاء، بعلمه، ورحمته، وقوته، وبجميع الصفات الأخرى، يشمل كل شيء بلا انتهاء.

الواسع: الذي يشمل كل شيء بمعرفته وقدرته اللانهائية.

الحكيم: الذي يتصف بالحكمة في كل حكمة وفعله، ولا شك ولا تردد في قراراته.

الودود: الذي يحب الخلق ويعطيهم محبته.

المجيد: الذي يتمتع بالمجد والعظمة النقية، ولا يمكن لأي شيء أن ينال منه.

الباعث: الذي خلقنا من التراب وسيحيينا بعد الموت من التراب أيضًا.

الشهيد: الذي يشهد كل شيء في كل وقت وكل مكان.

الحق: الذي هو الحقيقة الثابتة التي لا تتغير ولا تؤثر عليه أي أمور.

الوكيل: الذي يتولى كل شيء برحمة وكمال، وينجز كل شيء بالكمال دون تركه ناقصًا.

القوي: الذي يمتلك القوة الكاملة والتي لا تنضب أبدًا.

المتين: الذي لا يمكن مقاومة قوته أو إضعافه، والذي يغطي قوته كل مكان وكل شيء.

الوليّ: الصديق الذي يساعد أصحاب الإيمان، وينير لهم الطريق، ويحميهم.

الحميد: المستحق للحمد والثناء: الممجد من قبل جميع الكائنات، الوحيد الذي يستحق الولاء

والحمد. [149]

المحصي: الحاسب الذي يمتلك كل المعرفة الرقمية، يعرف جميع الأرقام الموجودة، يحصي ويوزن جميع الأفعال الحسنة.

المبدِئ: الخالق منذ الأزل: الذي خلق بدون نموذج أو مادة، خالق كل شيء.

المعيد: المعيد للحياة: الذي يخلق ويعيد خلق كل مخلوق وكل شيء يفنى، ويعيد خلق جميع الكائنات بكمال في يوم القيامة.

المحيي: الذي يمنح الحياة لكل شيء.

المميت: الذي يحدد لكل شيء وقت الموت والفناء.

الحي: الذي هو حي ولا يموت، مصدر الحياة والوعي والنشاط.

القيوم: الذي يقوم بنفسه، لا يعتمد على غيره وكل الكائنات تعتمد عليه.

الواجد: الذي يجلب الكائنات إلى الوجود بلا تردد.

الواحد: الفرد الذي لا زوج له ولا شبيه له.

الصمد: الذي لا يحتاج إلى أحد ويعطي الرعاية والدعم للمؤمنين.

القادر: الذي قدرته تكفي لكل شيء. قدرة لا محدودة ذات إرادة لا تنحرف.

[149] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 184.

المقتدر: الذي يستخدم قدرته كما يشاء. خالق القوة والمتحكم المطلق بها.

المقدم: الذي يفضل ويقدم من يشاء، ويجعل مراده سائدًا.

المؤخر: الذي يؤخر من يشاء ويجعل مراده في آخر الأمور.

الأول: الذي ليس له بداية، هو الأول وكل شيء يأتي منه.

الآخر: الذي لا ينتهي، هو الأبد وكل شيء سيعود إليه.

الظاهر: الذي يمكن رؤية جميع جمالياته في الكون والقلوب.

الباطن: الذي يكمن في كل شيء ولا تُعرفُ ذاته.

الوالي: الذي يدير الكون ويمتلك كل شيء بمفرده.

المتعال: الذي يتمتع بالرفعة والتقدير والكمال ولا يعاني من أي نقص.

البَرّ: مصدر كل الخير والبرّ. الرحمة المادية والمعنوية تأتي من الله عز وجل.

التوّاب: الذي يقبل التوبة. يوقظ بمحبته قلوب المؤمنين الغافلين.

المنتقم: الذي ينتقم من المتمردين ويعاقب من يؤذي الكائنات.

العفو: الذي يمحو الذنوب ويمسحها بالكامل. [150]

الرؤوف: الذي يرى كل شيء ويختار الغفران.

[150] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 185 . 186.

مالك الملك: صاحب السيادة الأبدية على الكون، الذي لا يشارك غيره في سلطته أو قوته.

ذو الجلال والإكرام: صاحب العظمة وسخاء الكرم، حيث يمتلك كل التفضيل والكرامة.

المقسط: الذي ينشر رحمته بالعدل والصواب، ويجعل كل شيء في مكانه المناسب.

الجامع: الذي يجمع الكواكب وخلايا الجسم معًا، ويجمع ما يشاء في أي مكان يشاء.

الغني: الذي لا يحتاج إلى أي شيء من الخلق، ولا يعتمد على غيره، وهو صاحب كل شيء ولا يحتاج شيئًا.

المغني: الذي يمنح الثروات المادية والروحية لمن يشاء.

المانع: الذي يمنع الأذى عن الكائنات ويحميها.

الضار: الذي يخلق ما هو ضار وما هو نافع، وقد يكون السم لبعضهم مدوية إلى آخر.

النافع: الذي يخلق الخير الأعظم للكون.

النور: الذي يجعل الكائنات مرئية وينير العقول والقلوب، ويضيء العوالم.

الهادي: الذي يهدينا ويدلنا على الخير والحق.

البديع: الذي خلق كل شيء من دون نموذج، وهو مبدع كل الخلق.

الباقي: الذي خلق كل شيء وسيبقى إلى الأبد، لا ينتهي.

الوارث: الذي يرث كل شيء ويعيد كل شيء إلى نفسه.

الرشيد: الذي يعلمنا الصواب ويهدينا إلى الطريق الصحيح.

الصبور: الذي يحب الصبر ويتحمل. [151]

3.2 القلب عند Robert Frager

"يا صديقي! القلب مثل مرآة مصقولة. عليك أن تمسح وتنظف الغبار المتراكم عليه، لأنه خلق ليعكس نور الأسرار الإلهية". الغزالي [152]

كان أحد الشيوخ قد تعافى للتو من مرض ما. كان فصل الشتاء، فكان تلميذه دائماً يستيقظ مبكراً ليسخن الماء لوضوء الفجر للشيخ. في إحدى الصباحات، استيقظ الدرويش ورأى أن معلمه قد استيقظ بالفعل. أخذ دائمًا دلوًا من الماء وضغط بإحكام على صدره. عندما بدأ في صب الماء، حرقت الماء يدي الشيخ. فتعجب الشيخ وسأل التلميذ العزيز: "أين سخنت هذا؟" أجاب الدرويش: "في نار قلبي". [153]

1.3.2 القلب مركزنا الروحي

المعلمون الغربيون غالباً ما يسلطون الضوء بشكل مفرط على العقل ويتجاهلون القلب. البرنامج التعليمي الأساسي – القراءة والكتابة والحساب – يركز بالكامل على تعلم العقل. المواد مثل الموسيقى والفنون والمهارات الاجتماعية عادةً ما تُنظر إليها كدروس ثانوية غير هامة.

هذا التعليم خلق أنماطاً نمطية من الخريجين الجامعيين ذوي الذكاء العالي ولكن غير كافي التفكير النشط. على النقيض من ذلك، تؤكد علم الصوفية على ضرورة تغذية القلب وتطويره. فالشخص الذي يمتلك قلباً مفتوحاً أكثر حكمة ورأفة وفهماً من الشخص الذي يمتلك قلباً مغلقاً.

---

[151] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 187.

[152] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 45.

[153] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 45.

هنا، القلب الذي نتحدث عنه ليس القلب الجسدي، بل هو البنية الروحية الداخلية. قلوبنا هي مصدر الضوء الداخلي، والإلهام، والإبداع، والشغف لدينا. الصوفي الحقيقي هو الشخص الذي قلبه حي، مستيقظ، وممتلئ بالنور. كما قال مرشدهم الصوفي: "إذا كانت الكلمات تأتي من القلب، فستدخل القلب، وإذا كانت تأتي من الفم فلن تتجاوز الآذان."

الحب هو جوهر التصوف، ومكان الحب هو القلب. الشعراء الصوفيون هم من يصفون بوضوح قوة الحب وأهمية قلب حي.

مرة أخرى، سألتني امرأة شابة، "ما هو الشعور بأن تكون رجلا؟" وأجبت" :أختي، لست متأكداً تماماً ".ثم قالت" :إذن، أنت لست رجلا؟ "وهذه المرة أجبت" :أنا أرى الجنس كحيوان جميل، كما يتم ربط الناس في كثير من الأحيان بمقود ويشاركون في سباقات غريبة محاولة الفوز بجوائز غريبة . أختي العزيزة، كان يجب على حافظ أن يسأل سؤالاً أفضل: "ما هو الشعور بأن تكون قلباً؟ "لأن كل ما أعرفه هو الحب، وأجد قلبي في كل مكان وفي كل شيء. [154]

2.3.2 مقارنة بين القلب الروحي والقلب الجسدي

القلب الروحي يؤدي وظيفة مشابهة للقلب الجسدي. القلب الجسدي يوجد في موضع مركزي داخل جسم الإنسان، بينما يوجد القلب الروحي في مكان يربط بين الذات السفلى والروح. القلب الجسدي ينظم الجسم ويغذي كل خلية فيه من خلال ضخ الدم النقي وجمع الدم القذر عبر الأوعية الدموية. بالمثل، القلب الروحي يغذي الروح بالحكمة والنور وينقي الشخصية من الصفات غير المرغوب

[154] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 45.

فيها. إحدى وجهات القلب موجهة نحو الروحانية والعالم الداخلي، بينما الوجه الآخر موجه نحو الذات السفلى والصفات السلبية لدينا.

عندما يتعرض القلب الجسدي للإصابة، نصاب بالمرض، وإذا تعرض لأذى شديد، فإننا نموت. إذا تلوث القلب الروحي بصفات سلبية من النفس (أو الذات السفلى)، فإننا نصاب بالمرض الروحي. إذا سيطرت النفس بشكل كامل على قلبنا، ينتهي حياتنا الروحية.

لا يجب خلط القلب بالعواطف. فالغضب والخوف والطمع من بين الأحاسيس التي تأتي من النفس. عندما يتحدث الناس عن "رغبات قلوبهم"، فإنهم عادةً ما يشير إلى رغبات النفس. النفوس تميل إلى الشهوات ولا تهتم بالله، بينما القلب يحب الله ويسعى إلى ذكره وحده.

القلب يستجيب مباشرة لكل فكرة وفعل لدينا. كان شيخي يقول إن كلمة أو فعل يلين قلبه، بينما كلمة غير لائقة أو فعل ضار يجعله أكثر قسوة. وأشار النبي محمد صلى الله عليه وسلم إلى أهمية القلب بقوله: "إن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله، ألا وهي القلب."

إبن عربي يعلمنا" :كن قلبًا أو على الأقل كن زاهدًا؛ إذا لم تكن كذلك، ستظل كالحمار غارق في الطين .إذا فقد الإنسان قلبه، لن يستفيد من أي شيء، ولكنه سيصبح مشهورًا بالشر في هذه الدنيا. [155]

3.3.2 فتح القلب

نستطيع فتح عيون قلوبنا وآذاننا لنفهم بشكل أعمق الحقائق الروحية التي تكمن تحت التعقيدات المادية لعالمنا. كما قال أحد مرشدي التصوف: "القلب لديه عين ترى الغير مرئي، وأذن تسمع حديث

[155] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 46 . 47.

ســكان العوالم غير المرئية وخطاب الله. لديه أيضًــا أنف يشــم روائح الغير مرئية، وفم يتذوق طعم الحب ولذة الإيمان والمعرفة."

القلب هو محراب ألهي وضعه الله في كل إنسان: مكان الشرارة المقدسة النقية التي خلقت لتكون مســكنًا لها. في حديث قدســي مشــهور، يقال: "إنني لا أحتل أرض الســماوات والأرض، ولكن قلب المؤمن المخلص هو المكان الذي أفوز به". هذا المحراب الذي فينا هو أكثر قداســة من أي معابد أرضــية أو مزارات. فتح قلب إنسان يعتبر من الأخطاء الكبرى أكبر من إلحاق ضرر بأي من مقدسات الأرض. [156]

أن تكون ديرفيش هو أن تتذكر أن قلب كل إنسان هو محراب إلهي. هناك كثير من القلوب المجروحة ويمكننا خدمتها من خلال محاولة شــفاء تلك الجروح، ومن خلال هذه الخدمة نشــفي ونفتح قلوبنا الخاصــة أيضًــا. وكما قال مرشــدي التصــوف: "كلما أحببنا أكثر، كلما فتحنا قلوبنا أكثر. فالأفعال بلا حب ونية صادقة للقلب، لا تكسب معنى كثيرًا أو على الإطلاق."

كثير منا جعل الأشــياء الدنيوية مثل الشــهرة والمال والقوة أصــنامًا نعبدها في قلوبنا. من أســس التصوف هو تكرار التوحيد "لا إله إلا الله" بانتظام. وتتضمن منهجية التصوف تنقية قلوبنا لجعلها ملائمة للمواجهة الإلهية.

كلمة "قلب" في اللغة العربية مشـــتقة من جذر يعني "الدوران" أو "التحول". في معنى روحي صــحيح، يعمل القلب الصــحي كرادار يدور باســتمرار ويمســح، ولا يرتبط أبدًا بشــيء في هذا العالم أو يعتمد عليه، بل دائمًا يســـعى إلى القدســـية. اختبار التوحيد "لا إله إلا الله" هو مقياس يخبرنا عن عدم جدوى العالمية لأي شيء في هذا العالم، مظهر عن قرب للوجود الدائم لله في كل مكان.

[156] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 48.

في يوم العيد، ارتدى الخليفة هارون الرشـيد أفضـل ملابسـه ودخل بين الناس. أعجب الناس بملابسه الرائعة وقاموا بالتصفيق، وفي ذلك الوقت، تقدم بهلول إلى أمام الخليفة وقال له: "العيد ليس وقتًا لارتداء ملابس جديدة وجميلة. العيد يحتفل بخدمة الله والوصول إلى رضاه. يجب أن تكون سلطان قلوبنا، وليس سلطان على هذا العالم

"أمراء هذا العالم يُنسون ويزولون، لكن سلطان القلوب لا يُنسى أبدًا"

سمع هارون الرشيد هذه الكلمات وغمرته دموعه. [157]

4.3.2 محطات القلب الأربعة

وفقًا للعالم ترمذي، هناك أربع محطات للقلب: الصـدر والقلب واللب ولب اللّب. تتمركز هذه الأربع محطات في داخل بعضـها البعض كالكرات الداخلة المترابطة، حيث يُمثل الصـدر الطبقة الخارجية، والقلب واللب يشـكلان الطبقتين الوسـطى، بينما يكمن جوهر القلب في المركز. كل محطة لها نورها الخاص؛ فالصـدر هو مكان نور الأعمال الظاهرية لأي ديانة ما، والقلب هو موطن نور الإيمان الحنيني، والقلب الداخلي يحتضن نور معرفة الله، والقلب الأدنى يحمل نور التوحيد ونور الوحدة الإلهية. [158]

تتشابه المحطات الأربعة بمثل فضاءات مختلفة داخل مزرعة؛ حيث يُمثل الصدر الطبقة الخارجية التي تحدد الحدود الظاهرة وتكون أكثر افتتاحًا للحيوانات البرية أو الغرباء، كطبقة الخارج في أي مزرعة. القلب هو الواجهة بين الدنيا والبيت، بينما يُعَد القلب ذاته المنزل المحاط بالجدران والمؤمن به بواسـطة بوابات مقفلة؛ حيث يمكن لأفراد الأسـرة والضـيوف المدعوين فقط الدخول إليه.

[157] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 48.

[158] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 48.

القلب الداخلي هو خزانة الكنوز التي تحتوي على أثمن ممتلكات العائلة، حيث يمتلك مفتاحها عدد قليل من الأشخاص.

وقد تطرقت سابقا للحديث عن مقامات القلب الأربع عند الحكيم الترمذي في الفصل الأول من البحث فلا داعي للتكرار. [159]

4.2 مستويات الروح في نظر المفكر ROBERT FRAGER

وسنفصّل في أبعاد الروح فللروح سبعة أبعاد: المعدنية، والنباتية، والحيوانية، والإنسانية، والروحية، والسّرّية، والأبعاد العليا للأسرار. ولكل منها سبعة مستويات من الوعي. الهدف في التصوف هو أن تعمل كلها في توازن وانسجام.

وفقا للتقليد الصوفي، لدينا سبعة أرواح أو سبعة جوانب متميزة من روحنا. يمثل كل منها مرحلة مختلفة من التطور: المعدنية، النباتية، والحيوانية، والنفسية (الشخصية)، والإنسانية، والأرواح الغامضة والأرواح السّرّية {سر الأسرار}.

نموذج النفوس الصوفية نموذج التوازن. ووفقا لهذا النموذج، فإن التطور الروحي ليس مسألة تحقيق معنويات عالية وتجاهل أو حتى إضعاف الأرواح المنخفضة. تتمتع كل روح بقدرات قيّمة، والتطور الروحي الحقيقي يعني التطور المتوازن للفرد بأكمله، بما في ذلك الجسد والعقل والروح.

هناك العديد من الأنظمة والتخصصات التي تركز على الجسم، مثل الرياضة والفنون القتالية وتقنيات العلاج ومجموعة واسعة من التخصصات البدنية الأخرى. يركز التعليم الحديث بشكل شبه

[159] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 49.

كامل على العقل. تؤكد العديد من التخصصات الروحية على المبادئ والممارسات الروحية بينما تتجاهل العقل والجسد.

إنه جزء من الممارسة الروحية. توفر الأسرة والعمل والعلاقات العديد من الفرص للتطور الروحي مثل الصلاة والتأمل. [160]

كل جانب من جوانب الروح له ديناميكياته الخاصة، واحتياجاته الخاصة، ونقاط قوته الخاصة. قد تصبح الأرواح المختلفة هي المهيمنة في أوقات مختلفة. من المهم أن يعرف التلميذ أي من الأرواح هي الأكثر نشاطًا، على سبيل المثال، الحلم القادم من روحٍ ما يمكن تفسيره بشكل مختلف تمامًا عن الحلم القادم من روح أخرى.

عندما تتحول ديناميكيات الروح الصحية بشكل طبيعي إلى أحد الحدود القصوى، فإن ما هو صحي يمكن أن يصبح سامًا.

فإذا اعتنينا ببعض نفوسنا وأهملنا البعض الآخر، فسنفقد التوازن لا محالة. على سبيل المثال، إذا أهملنا أرواحنا النباتية والحيوانية، فإننا نفقد الاتصال باحتياجات أجسامنا الأساسية ونعرض صحتنا للخطر (المثال الكلاسيكي هو مبرمج الكمبيوتر النموذجي الذي، بسبب انشغاله الشديد بالعمل الفكري المتطلب، يأكل الوجبات السريعة ويعاني من الأرق المزمن والخمول). إذا أهملنا روحنا الخفية (الغامضة) وروحنا الأكثر سرية (سرّ الأسرار) وتجاهلنا احتياجاتنا الروحية، فسوف تتضرر صحتنا الروحية. في حين أن الكثير من الناس يعيشون حياة دنيوية ناجحة إلا أنهم يعانون من سوء التغذية

[160] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 110.

الروحية. والمثل الأعلى هو ضـــمان توازن النفوس الســـبعة. هذا التوازن يجلب الصـــحة والتنمية المتوازنة، وحياة غنية وكاملة. [161]

1.4.2 الروح المعدنية

يقع المعدن في نظام الهيكل العظمي. في مخطط جوانب النفس الســـبعة، تجاور النفس المعدنية الروح الأكثر سرية، وهي مقر الشرارة الإلهية النقية في داخلنا. عالم المعادن قريب من الله سبحانه وتعالى؛ فهو لا يتمرد أبداً ضـــد الإرادة الإلهية. بمجرد وضـــع الحجر، فإنه يبقى هناك إلى الأبد ما لم تحركه قوة خارجية.

تمامًا كما يكون هيكلنا العظمي المادي مخفيًا داخل الجســـم، فإن البنية المخفية الباطنية للجبل، والتي جوهرها معدني – نظام الهيكل العظمي – موجودة أيضًا في أجسادنا. الروح المعدنية مخفية أيضًا.

إذا طلب منك شـخص ما وصـف روحك المعدنية، فمن المحتمل أنك لن تعرف كيف تبدأ. إن العطاءات التي نعتبرها بشكل عام حقوقًا مكتسبة ولكن من الصعب معرفتها هي ذات قيمة كبيرة. [162]

نحن لا نولي اهتمامًا كبيرًا لهيكلنا العظمي حتى نكسر عظمًا. عندما ينكسر أحد العظام

تلفت انتباهنا أشـياء كثيرة فجأة. على سـبيل المثال، يجلس غالبية الناس بشـكل سـيئ للغاية ويتحركون بشـكل غير مسـتقر للغاية؛ في المرة الأولى التي أقول فيها لجمهوري أن يجلسـوا بشـكل مريح، سيغير جميع من في الغرفة تقريبًا طريقة جلوسهم. بمعنى آخر، لا يشعر المشاهدون بالارتياح حتى يتم لفت انتباههم إلى هذه القضـية. تم تصـميم نظام الهيكل العظمي الخاص بك، وخاصـة العمود الفقري، لدعمنا

[161] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 111.

[162] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 112.

في مجال الجاذبية بأقل قدر من التوتر العضـلي. عندما نجلس أو نتحرك بطريقة غير متوازنة أو غير واعية، فإننا نخلق توترًا واضطرابات غير ضرورية.

وبالمثل، عندما نتصـرف بتجاهل بنيتنا النفسـية والروحية الداخلية، فإننا نتسـبب في توتر واضطرابات غير ضرورية. رواسب معدنية عميقة. يتضمن وعينا أيضًا إدراكنا لوجودنا. وهذا الهيكل هو الذي يقوم عليه وجودنا المادي.

الهيكل العظمي نفسـه عبارة عن هيكل مذهل. إنه يمنحنا الفرصـة للقيام بالعديد من أنواع الحركات والأنشـطة. على سـبيل المثال، يجمع العمود الفقري بين المرونة والثبات بطريقة غير عادية. تأمل في تنوع الحركات البشرية، من ناحية، الجمود العميق للصوفي الذي يبقى بلا حراك لساعات في الصلاة أو التأمل؛ ومن ناحية أخرى، فإن التوازن المذهل والمرونة التي يتمتع بها لاعب الجمباز، وسـرعة العداء، والبراعة وحركات الأصابع السريعة والدقيقة لعازف البيانو أو عازف الكمان الموهوب.

يمكن أن يظهر عدم التوازن في الروح المعدنية على شكل مرونة مفرطة أو صلابة شديدة. نقول "لا يوجد عمود فقري" أو "لا فقاريات" للأشخاص الذين يتضررون بسهولة بسبب المؤثرات المحيطة بهم، ومن الصعب عليهم التمسك بأي شيء أو البقاء في وضعهم – جسديًا أو عقليًا أو عاطفيًا ذو هيكل صـلب هو قنديل البحر. البحر الخالي من العظم قنديل البحر هو أسـلوب حياة ناجح للغاية اسـتطاع البقاء والازدهار لآلاف السـنين، لكنه يقع تحت رحمة الأمواج تمامًا إذا تصـرفنا مثل قنديل البحر نحن ننتهك بنيتنا الجسدية الأساسية التي تمنحنا القدرة على التحرك بشكل مستقل.

وهناك تطرف آخر وهو أن الشـخص يصبح متكلساً. الدم لا ينضب وليس لديه القدرة على الاستجابة بمرونة ومناسبة للتغيرات في البيئة. [163]

[163] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 112 . 113.

2.4.2 الروح العشبية

الروح النباتية موجودة في الكبد وهي متصـــلة بالجهاز الهضـــمي، وهي تنظم النمو واســـتيعاب العناصـــر الغذائية، وهي وظيفة نتقاسمها مع النباتات. وبعبارة أخرى، هذه الوظيفة جديدة، لأن العالم المعدني لا يحتاج إليها بمعنى آخر، هناك روح تشبه الروح التي أعطاها الله للنباتات.

عندما كنا في بطن أمنا، كنا نتصـرف بشـكل أسـاسـي بالروح النباتية. لقد كنا متصـلين برحم أمهاتنا بواسطة حبل سري كان يزودنا بالغذاء. كل ما فعلناه هو التطور والنمو. في الأساس، كان هيكلنا الوظيفي هو نفس هيكل النباتات.

هناك ذكاء غير عادي داخل الروح النباتية. نحن في كثير من الأحيان لا نلاحظ هذا الذكاء؛ لأننا نعلق أهمية كبيرة على التعلم المجرد للعقل. ولكن بغض النظر عن عدد الشـــهادات الجامعية التي حصلنا عليها، ما زلنا لا نعرف كيف نهضم الخوخة أو قطعة الخبز. نحن لا نعرف كيف نجعل الشعر على رؤوسنا ينمو. هذه هي الوظائف الجسدية الأساسية التي يتم تنفيذها من خلال حكمة النبات التي تعود إلى قرون.

فبينما الروح المعدنية هي مكان نقل الطاقة (مثل مرور الضوء عبر البلورة)، فإن الروح النباتية هي مكان التحول والتغيير الكامل. تقوم النباتات بتحويل الطاقة الضـــوئية لإنتاج الغذاء. كما أن النفس النباتية هي أول مكان للتغذية والمرحلة الأولى لاستيعاب الغذاء، والتغذية الجسـدية تنبئ بأشـكال أخرى من التغذية، مثل تغذية الحواس الجسدية. هناك نوع من الأسماك يعيش في أعماق الزوايا المظلمة.

وبما أن عينيه لا تتلقى أي إنذار في الظلام، فإنه يفقد قدرته على الرؤية مع مرور الوقت. مثلما يمكن للضوضاء العالية أن تشل السمع بشكل دائم، فإن التحفيز الزائد يضر أيضًا بالحواس.

وبالمثل، يمكننا أن نسأل أنفسنا الأسئلة التالية؛ كيف نغذي قلوبنا؟ ماذا عن عقولنا؟ أم روحنا؟ يمكننا أن نتعلم العديد من الدروس من خلال البحث في عملية التغذية البدنية. بينما كان الشيخ طوسون على وشك افتتاح أول مركز جراحي للتصوف في أمريكا، قال الشيخ مظفر أفندي؛ "أولاً، قم بإعداد المطبخ. المركز الصوفي هو في الواقع مطبخ. وقال: "إذا كنت تستطيع إطعام أجساد الناس، فيمكنك أيضًا إطعام أرواحهم من هذا الظرف". [164]

فإذا اتبعنا نظاماً غذائياً خالياً من الفيتامينات أو المعادن فإننا سنضعف تدريجياً وربما نمرض. نحن لا نشعر بهذا النقص على الفور؛ لكن التأثيرات تراكمية. نفس النتيجة؛ وينطبق ذلك أيضًا على المواقف التي نعاني فيها من سوء التغذية العاطفي أو العقلي أو الروحي.

فإذا صمنا تقل رغبتنا في الأكل بعد يوم أو يومين وتنكمش معدتنا. إذا تناولنا طعامًا فاسدًا، ستتضرر شهيتنا.

ربما لن نرغب في تناول الطعام مرة أخرى. للأسف؛ لقد فقد الكثير من الناس شهيتهم للتغذية الروحية بسبب ما يتم تقديمه كغذاء للروح فيما يسمى بالكثبان الدينية.

إن ذكاء الروح النباتية له تاريخ يعود إلى ملايين السنين. ينظم هذا الذكاء جميع العمليات الأساسية التي تحدث خارج الوعي الطبيعي. تعرف الروح العشبية كيف تسبب وتعالج السرطان وأمراض القلب وجميع الحالات الجسدية الأخرى التي تكون خارجة عن سيطرة أو فهم العقل الواعي.

[164] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 115.

يمكن العثور على عناصر هذا الذكاء في أعمق بنية في دماغنا، والمعروفة باسم الدماغ البدائي. ويشمل جذع الدماغ، وشبكة التنشيط، وقاعدة الأعصاب المحيطة بجذع الدماغ، والحبل الشوكي. وينتج معلومات من البيئة الخارجية من خلال علياء ومعلومات خلوية، وبهذه المعلومات يعطي نبضات للعضلات والجلد، مما يسمح لها بالتفاعل مع الخارج. يقوم الدماغ الأول بالوظائف التي توفر ذكائنا الأساسي، مثل التوسع والانكماش والاستجابة للخطر.2

من عيوب عالم النباتات قدرتها المحدودة على الاستجابة للبيئة. تتمتع النباتات بقدر قليل من الحركة والمرونة من حيث أنماط استجابتها. النباتات لا تتعلم نحن نطور تنمية الروح الحيوانية والتنقل والدافع والقدرة على التعلم.

يبدو أن بعض الأشخاص يعملون في المقام الأول في حالة ذهنية خضرية؛ على سبيل المثال، يقال إن الأشخاص الذين يعانون من غيبوبة عميقة هم في حالة غيبوبة. لا توجد حركة ولا رد فعل للألم أو المتعة. لديهم فقط وظائف النمو وتناول الطعام، وهي خصائص الحياة النباتية.

في بعض الأحيان قد نختار بوعي قصر وظائفنا على مستوى الروح الخضري. إذا مرضنا أو تعبنا، نحتاج إلى الراحة واستعادة قوتنا. إنه حل طبيعي ومؤقت ضد الأمراض أو أعمال الأشرم. بالنسبة لنا، تعتبر دورة الصراع والراحة أمرًا طبيعيًا ومدمجة في الإيقاع الحيوي للجسم. [165]

ومع ذلك، فمن الملاحظ أن بعض الناس يعيشون حياتهم كلها تحت سيطرة الروح النباتية. يجلسون أو يستلقون إلى حد كبير طوال اليوم. لديهم القليل من الحماس أو الدافع لفعل أي شيء؛ البعض لا يملك حتى هذا القدر. بالعامية، غالبًا ما تُستخدم عبارة "البطاطس الكاذبة" في اللغة الإنجليزية

[165] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 116.

للإشارة إلى هؤلاء الأشخاص (مُحبّي للجلوس) نحن نستخدم هذا التعبير. التعبير المناسب الآخر هو "أن تصبح نباتيًا"، وهو ما يعني الاستلقاء دون القيام بأي شيء.

والعكس المعاكس لهذا هو؛ الحركة المفرطة (فرط النشـــاط) بعض الناس لا يســـتطيعون الجلوس ســـاكنين. ولا يمكنهم الجلوس أو القراءة أو العمل لفترة طويلة. فهم يأخذون اســـتراحات متكررة لتناول القهوة أو يجدون أعذارًا أخرى للتنقل. عندما يمرض هؤلاء الأشـــخاص ذوو النشـــاط الزائد، يكون من الصعب جدًا عليهم التعافي. لأنه يكاد يكون من المستحيل بالنسبة لهم أن يتركوا أجسادهم ترتاح.

كلا النقيضين كانا ضارين من الناحية الأخلاقية. إن الميل إلى قلة النشاط يمكن أن يتحول إلى الكســـل، وهو أحد أكبر أعداء حاج الطريق الروحي. مثل هؤلاء يواجهون صـــعوبة في أداء أنشـــطتهم الروحية والدينية اليومية. إذا كان الشـــخص مفرط النشـــاط؛ يجد التأمل شـــبه مســـتحيل. لا يمكنهم أن يتباطؤوا بما يكفي ليجدوا الله داخل أنفسهم.

أحد أعظم اتجاهات الثقافة الغربية هو النشاط الزائد. أنت محاط بمجتمع سريع الحياة؛ وعلينا أن نبذل جهدا واعيا للإبطاء والبقاء في سلام. [166]

3.4.2 الروح الحيوانية:

تقع الروح الحيوانية في القلب وتتصل بجهاز الدورة الدموية. طورت الحيوانات قلبًا مكونًا من أربع غرف ونظامًا دوريًا معقدًا يوصـــل الدم إلى كل جزء من أجزاء الجســـم (في الزواحف، لم يتم تطوير نظام الدورة الدموية بشـــكل كامل، وتتكون قلوبهم من ثلاث حجرات فقط. ونتيجة لذلك، تكون حركتهم محدودة وتحتاج الزواحف إلى الهواء الدافئ لتكون نشـــطة بالكامل. تحتفظ أجهزة الدورة الدموية في

[166] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 117.

الثدييات الأكثر تقدمًا بالحرارة بشكل أفضل، مما يسمح لهذه الثدييات بأن تكون أكثر نشاطًا في جميع المناخات. [167]

تحتوي النفس الحيوانية على مخاوفنا وغضبنا وأهوائنا. تميل جميع الكائنات الحية إلى الانجذاب نحو الأشياء المجزية والابتعاد عن (المخاوف) أو دفع (الغضب) بعيدًا عن الأشياء العقابية أو السامة أو المؤلمة. لسنوات عديدة، ركز علم النفس السلوكي على دراسة هذه الاستجابات الأساسية للعالم من خلال دراسة آثار الثواب والعقاب.

ومع ازدياد تعقيد علم النفس، بدأنا ننسى قوة وعالمية هذين الدافعين الأساسيين للفعل ورد الفعل. إذا كانت حتى الكائنات وحيدة الخلية لديها هذه التفاعلات، فيمكننا القول بسهولة أن كل خلية في جسمنا لديها نفس القدرة.

وتشكل هذه الغرائز أساس غرائز حفظ الذات والحفاظ على النوع، والتي ظهرت لأول مرة في النفس الحيوانية. تمتلك النباتات غرائز إنجابية وغرائز البقاء محدودة للغاية. وهي مدمجة في هيكل النبات وهي ثابتة إلى حد ما وغير قابلة للتغيير.

سلوك الحيوان أكثر مرونة والحيوانات أكثر استجابة للبيئة. إن غريزة الحفاظ على الذات تدفعنا إلى الابتعاد عن الأشياء المؤلمة أو الخطيرة. يمكن للنباتات إنتاج البذور وتوجيه نفسها نحو الشمس. لكن في المملكة النباتية لا توجد عاطفة، أما في النفس الحيوانية فالعاطفة متجذرة في غرائز التكاثر. بالإضافة إلى الرغبة الجنسية، فإن النفس الحيوانية هي مصفوفة الحب والرعاية.

اليهودية المسيحية تنظر إلى الجسد ووظائف الروح الحيوانية على أنها لا قيمة لها. في حين أن امتلاك جسد يعتبر تقليديًا محنة (حتى لو لم يكن خطيئة تمامًا)، إلا أن الأمر أسوأ إذا كان جسدنا هذا

[167] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 117.

لديه أيضًا العديد من الغرائز والدوافع والمخاوف والعواطف. كان يُنظر إلى نبضات الجسد على أنها غير أخلاقية في سياق تطور الروح.

في نموذج الروح السبعة للصوفية، يجب أن تكون جميع النفوس سليمة حتى يتطور

الشخص كإنسان كامل. لدينا جميعًا عواطف ومخاوف وشهوات، وهذه أجزاء مفيدة ووظيفية فينا. ومع ذلك، لا ينبغي لهذه الأمور أن تهيمن على حياتنا. لا تحتاج النفس الحيوانية إلى أن تكون مسيطرة، بل يجب أن تكون متوازنة مع النفوس الأخرى. وعندما يتم تحقيق هذا التوازن، تصبح النفس الحيوانية المتطورة رصيدًا لا يقدر بثمن لصحتنا ورفاهيتنا.

إذا تطورت عواطفنا أو غضبنا بشكل مفرط، فإن ذلك يشوه إدراكنا وسلوكنا. ويصف نجم الدين رازي، وهو مرشد صوفي معروف، الحاجة إلى التوازن العاطفي على النحو التالي:

فإذا تجاوزت العاطفة حدود ملال، ظهر الفساد والجشع والطموح والبخل والخسة والشهوة والجبن والخيانة. فإذا كانت خصائص العاطفة في الخلفية ومفقودة في طبيعة الإنسان، ظهر التراخي والقصور والعار. [168]

فإذا تجاوزت صفات الغضب حدود الاعتدال ظهر سوء الخلق، والكبر، والحقد، وسوء الخلق، والتهيج، والتعصب، والقسوة، وعدم الاستقرار، وعدم الولاء، والكبرياء، والعناد، والأنانية. إذا لم يستطع الإنسان التغلب على غضبه، فإن الغضب يستقر في كيانه. فإذا كان الغضب غير كاف وفي الخلفية في طبيعة الشخص ظهر احتقار الذات والتراخي واللامبالاة والضعف والانحطاط الأخلاقي وعدم الكفاءة.

وفضيلة كيمياء الدين أنها تبقي هذه السمات في حدود الاعتدال، وتوظف كل منها في مجالها المناسب. وسيهيمن الدين على هذه الصفات، ويحد من النفس بشكل يمنعها من السير في طريقها

[168] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 117.

الخاص، وتهيمن هذه الخصائص على الشخص وتجعله مثل السجين، يقفز لأعلى ولأسفل، ويرمي نفسه وراكبه بشكل لا يمكن السيطرة عليه في الحقل أو على الحائط، وفي هذه العملية يتم تدمير كليهما. لأنه يعمل بطريقة تمنعه من الانجرار مثل الحصان البري الذي يمكنه من حدوث ذلك.

تتمتع الروح الحيوانية بالقدرة على إخراج قوة وحيوية هائلة في داخلنا. على سبيل المثال، بينما كان شاب يقوم بإصلاح أسفل سيارته، انزلق الرافعة وسقطت السيارة عليه. وهرعت والدته إلى استغاثته وأمسكت بالسيارة ورفعته وأنقذت ابنها. وعندما حاول رفع السيارة مرة أخرى بناء على طلب الصحفيين، لم يتمكن حتى من تحريكها. من خلال روحه الحيوانية، اكتسب قوة تفوق أي شيء كان يمكن أن يتخيله.

روت إليزابيث كوبلر روس، الطبيبة النفسية التي قادت الجهود المتعلقة بالوفاة، قصة امرأة

دخلت المستشفى بعد تشخيص إصابتها بالسرطان في مرحلة متقدمة. لم تعتقد أبدًا أن المرأة ستترك وحدة العناية المركزة على قيد الحياة. وكان زوج المرأة مختل عقليا و. وكانت تنتابه نوبات من الغضب قد تصل إلى حد القتل غير العمد. عرفت المرأة أنها إذا ماتت وعاش ابنها البالغ من العمر أربعة عشر عامًا بمفرده مع والده، فسيكون في خطر كبير. تعافى المريض ببطء بشكل غير متوقع وخرج من المستشفى. وعلى مدى السنوات الأربع التالية، كانت المرأة تدخل وتخرج من المستشفى من وقت لآخر، لكنها رفضت الموت من أجل ابنها. وعاد في النهاية إلى العناية المركزة. دكتور. قال كوبلر روس للمرأة؛ "كما تعلم، ابنك يبلغ الآن ثمانية عشر عامًا." ابتسمت المرأة المريضة وكأنها تقول: "نعم، أعرف؛ يمكنه أن يعيش بمفرده بشكل قانوني الآن. إنه آمن أخيرًا". ورحل بسلام في تلك الليلة. [169]

[169] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 118.

تعد الروح الحيوانية مصـــدرًا مهمًا لدوافعنا ومرونتنا ودافعنا للعمل، كما أنها تحتوي على القدرة على القيام بأشياء غير عادية.

من المعروف غالبًا أن الأشـــخاص الذين تكون أرواحهم الحيوانية غير متوازنة يتصـــرفون "مثل الحيوانات". يسعى عادة إلى تحقيق الملذات الفورية ويتجنب العقوبات المباشرة (على سبيل المثال، يفضل عشـر صـفعات في العام التالي على الصـفعة الحالية، وملعقة من العسـل الآن على كيلو من العسـل بعد عام). في مرحلة النفس الحيوانية، يعتمد الدافع على الإشـــباع الغريزي؛ ليس هناك شـــعور بالأخلاق أو الرحمة. في هذه المرحلة، يمكن أن يكون الأشـــخاص الغاضـــبون أو الخائفون أو المهووســـون بعواطفهم خطرين مثل الحيوانات البرية.

على سـبيل المثال؛ إن الاسـتعداد للرد على تهديد الهجوم العنيف الفوري على الخطوط الأخرى من ســـاحة المعركة هو سمة إيجابية للبقاء. يصـــاب العديد من الجنود العائدين من القتال النشـــط ببداية مفاجئة للتهيج. لكن الحياة المدنية ليســـت ســـاحة معركة. أولئك الذين يتصـــرفون في المنزل وكأنهم في الخطوط الأمامية في سـاحة المعركة قد يفقدون وظائفهم، أو يتم القبض عليهم بسـبب القتال، أو إسـاءة معاملة أزواجهم وأطفالهم. يمكن أن تكون الروح الحيوانية خطيرة للغاية إذا كانت تعمل بدون سبب.

ذات مرة، صـــادف الدب دبًا يئن من الألم وشـــوكة كبيرة عالقة في مخالبه. يســـتخرج الصـــياد الشوكة، فيشعر الدب بالامتنان لأنه يجلب له العسل والفاكهة. ثم يتبع الدب الفريسة إلى منزله ويبدأ في حمل الطعام لها كل يوم. في النهاية ينتقل الرجل إلى عرين الدب ويتوقف عن الصيد.

يقول أصـــدقاء الصـــياد أنه من غير الطبيعي العيش مع الدب. يحاولون تحذيره: لكنه يرفض الاستماع إلى أصدقائه. يرى مخاوفهم على أنها غيرة من حياته الجديدة المليئة بالمتعة.

وفي أحد الأيام، بينما كان الرجل نائماً بجوار الدب، بدأت ذبابة تطن على وجه الرجل. يحاول الدب دفع الذبابة بعيدًا؛ لكن الذباب لا يدخل بأي شكل من الأشكال. وأخيراً غضب الدب كثيراً من هذه الذبابة الصغيرة التي أزعجت صديقه فخرج وعاد ومعه صخرة كبيرة. وكلما تهبط الذبابة على وجه صديقه، يسحق الدب الذبابة ويرميها بحجر. لذلك لا تثق بروحك الحيوانية تمامًا حتى لو كانت نواياها حسنة، فمن الممكن أن تؤذيك بسهولة. [170]

الكحول والمخدرات محرمة في الصوفية (كما هو الحال في العديد من التقاليد الروحية الأخرى). لأن هذه تخدر النفوس الأنانية (الشخصية) والبشرية. عندما تصبح هذه النفوس مخدرة، فمن المرجح أن تبدأ النفس الحيوانية في العمل بشكل غير متوازن كما هو في معظم حالات سوء المعاملة الجسدية والجنسية في الأسرة.

يتم تدمير العديد من الأرواح والعائلات عندما يكون المخدر أو الكحول تحت تأثير المخدر. إن تعريف فرويد للبشر هو في الأساس وصف لديناميكيات النفس الحيوانية، التي تتمثل فكرتها المهيمنة في السعي وراء المتعة وتجنب الألم. علم النفس السلوكي يركز الكثير منه على عمل الأرواح النباتية والحيوانية. علم نفس الأعمال يتعامل مع العمليات العقلية للروح الشخصية.

علم النفس الإنساني يدرس الأنشطة المعقدة للروح الإنسانية، مثل الإبداع والرحمة. علم النفس يشمل الروح السرية والوعي العابر للأنا للروح الأكثر سرية. وهذان المجالان الأخيران لم يحظيا بعد بقبول واسع في علم النفس الأكاديمي. [171]

4.4.2 الروح الشخصية

[170] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 132.

[171] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 132.

الوجه التالي للروح الكلية هو الروح الشخصية تقع الروح الشخصية في الدماغ وتتصل بالجهاز العصبي. وكما أن تطور القلب والدورة الدموية يفصل الحيوانات عن مملكة النباتات، فإن تطور الجهاز العصبي المعقد يفصل البشر عن الحيوانات. يتيح هذا الجهاز العصبي المتطور للغاية سعة ذاكرة أكبر وتفكيرًا وتخطيطًا أكثر تعقيدًا. إن ذكاء النفس الشخصية يسمح لنا بفهم بيئتنا بشكل أعمق من خلال قدرات النفوس المعدنية والنباتية والحيوانية.

كما يسمح لنا بالاستجابة بشكل أكثر فعالية للعالم من حولنا. يمكننا التخطيط للمستقبل/إعداد نماذج ذهنية للتأثيرات المحتملة لأفعالنا، على سبيل المثال، في تجربة علم النفس الكلاسيكية، عُرض على الكلاب وعاء طعام على الجانب الآخر من السياج. إذا كان السياج قصيرًا، فيمكن للكلب الالتفاف حوله بسهولة وسرعة والعثور على الطعام. عندما يصبح السياج أطول، تتحرك الكلاب بعيدًا عن هدفها للالتفاف حول السياج. عندما يصبح قسم السياج طويلًا جدًا، تبقى الكلاب على الجانب الآخر من مكان وجود الطعام وتحاول الحفر تحت السياج.

ومع ذلك، فإن هذه المشكلة الفريدة لا تشكل أي صعوبة بالنسبة للبشر، بما في ذلك الأطفال. ولأن الحيوانات لا تملك القدرة على تكوين نماذج عقلية معقدة، فإنها تميل إلى تجربة السعادة المباشرة وتكون مدفوعة بدوافع قصيرة المدى. إن تطور الذكاء البشري يمكننا من التخطيط للمستقبل والعمل بشكل أكثر فعالية في العالم. (ونتيجة لذلك، أصبحت البشرية أقوى على نحو متزايد وأصبحت مهيمنة على جميع الأنواع الأخرى). [172]

الروح الشخصية هي أيضًا مقر الأنا. لدينا كل من الأنا الإيجابية والسلبية. الأنا الإيجابية تنظم أذهاننا وتمنحنا إحساسنا بأنفسنا. يمكن أن تكون قوة قاهرة لاحترام الذات والمسؤولية والصدق. ومن

[172] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 119.

ناحية أخرى، يمكن أن تكون الأنا السلبية قوة تولد الأنانية والكبرياء والشعور بالغربة عن الآخرين وعن الله. يمكن أن تكون الأنا الإيجابية حليفًا عظيمًا على المسار الروحي. يمكن أن يوفر الشعور بالاستقرار الداخلي الضروري خلال فترات الصعود والهبوط التي تحدث حتمًا على المسار الروحي. الأنا السلبية هي العدو. إنه يشوه تصورنا للعالم ويغير لون علاقاتنا مع العالم.

أحد الاختلافات الرئيسية بين الغرور السلبي والإيجابي؛ في حين أن الأنا الإيجابية هي خادمتنا، فإن الأنا السلبية تحاول باستمرار أن تكون سيدتنا بينما من المفترض أن تخدمنا الأنا، فإننا في كثير من الأحيان نحمل غرورنا على ظهورنا ونخدمها.

الروح الشخصية هي الأكبر بين أنظمة الدماغ الثلاثة لدينا وتتكون من عشرة إلى مائة مليار خلية عصبية. وتتمثل إحدى وظائفها في تمكيننا من التفكير في أفكارنا وعواطفنا وسلوكياتنا. من خلال زيادة الروابط بين الخلايا من خلال ممارسة اليقظة الذهنية واليقظة في حياتنا اليومية، يمكننا تطوير إمكانات هائلة للقشرة المخية الحديثة.

كثير من الناس أذكياء. ولكن لديه القليل أو لا يوجد لديه أي تعاطف. القتلة المتسلسلون والساديون هم أشخاص. لكنهم يفتقدون شيئًا حيويًا: ليس لديهم قلب. على مستوى أكثر اعتدالا، كثير من الناس لديهم غرور سلبي متخلف وقلب متخلف. عندما تهيمن الروح الشخصية، يصاب هؤلاء الأشخاص بالذهول ويطغى على عمل الروح البشرية.

الحيوانات والنباتات هي أكثر من هذا العالم وغالباً ما تكون لها علاقات وثيقة بجزء معين من العالم، على سبيل المثال، إذا اشتريت شجرة نخيل من الجزيرة العربية وزرعتها في ألاسكا، فسوف تجف. وبالمثل، إذا أخذت شجرة تنوب من ألاسكا وزرعتها في شبه الجزيرة العربية، فلن تعيش هناك أيضًا. في هذا المستوى من الوجود، يكون مستوى المرونة أو القدرة على التكيف منخفضًا جدًا. الشيء نفسه

ينطبق على الحيوانات. إذا أطلقنا دبًا قطبيًا في شـــبه الجزيرة العربية (على الأقل في بيئة خالية من الشـمس)، فلن يتمكن من البقاء على قيد الحياة. حصـان عربي مثل هذا لا يمكنه البقاء على قيد الحياة لفترة طويلة في القطب الشـمالي، لكن يمكنه اصـطحاب مجموعة من الإسـكيمو إلى الجزيرة العربية، وأول شـــيء ســـيفعلونه هو التخلص من فرائهم. ســـوف يتعرقون ويعانون من الصـــدمة، لكنهم في النهاية سيتكيفون مع المناخ الجديد. [173]

ثقافتنا عبارة عن معطف فرو يسـمح لنا بالعيش في جزء معين من العالم. يمكننا أن نتعلق بشـدة بمعطف الفرو الخاص بنا. في بعض الأحيان قد لا نخلعه على الرغم من أن الطقس حار جدًا. وهذا يدل على أننا لسـنا أذكياء كما نعتقد. ومع ذلك، يمكننا تغيير معطف الفرو وتطوير نمط حياة مختلف يسـمح لنا بالعيش في مكان آخر. [174]

- **الجهاد الباطني والروح الشخصية**

يتم التحكم في بعض الأشـــخاص من خلال غرورهم الســـلبي، مثل الكبرياء والرغبة في أن يتم الاعتراف بهم وحسدهم، ويعلقون على مستوى الروح الشخصية وتعميهم غطرستهم.

إن الصـراع الذي نخوضـه مع ذواتنا السـلبية هو صـراع روحي؛ إنه صـراع علينا جميعًا أن نخوضـه على طريق التقدم الروحي. معظم الناس يريدون أن يكونوا معروفين ومشـــهورين. العديد من الأشـــخاص الذين يقعون تحت ســـيطرة الأنا الســـلبية ينظر إليهم المجتمع ويكافئهم على أنهم طموحون ومغامرون.

[173] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 140.

[174] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 140.

ونتيجة لذلك، يرى معظم الناس أن هذه الحالة هي حالة صحية وليست حالة تحتاج إلى علاج. تشير العديد من أوصاف النفس القاسية في الإصحاح الثالث إلى نفس شخصية غير متوازنة.

إن ترجمة كلمة "جهاد" على أنها "حرب مقدسة" مضللة وغير كاملة. غالبًا ما يخوض القادة المسلمون حروبهم الخاصة للتعبير عن أن الله إلى جانبهم. المعنى البسيط للجهاد هو "النضال" ويشير في الغالب إلى النضال في سبيل الله سبحانه وتعالى الممارسات الأساسية للصوفية – الذكر والخدمة والتأمل – كلها تتطلب النضال والعزيمة وقوة الإرادة.

في يوم من الأيام، كان هناك شيخ صوفي يُدعى سومونكو بابا يشرح سورة الفاتحة.

ويشير إلى أن كل آية لها سبعة مستويات من المعنى على الأقل. المستوى الأول هو أبسط معنى مباشر ويمكن أن يفهمه أي شخص يعرف معنى الكلمات. والمستوى الثاني يمكن أن يفهمه من يفكر في معاني الكلمات. أما المستوى الثالث فلا يفهمه إلا من تعمق من العلماء، وهكذا.

عندما يصل سومونكو بابا إلى المستوى السادس، يقول؛ ويقول: "الشخص الوحيد في هذه الغرفة الذي يفهم هذا، غيري، هو الشخص الذي يجلس خلف العمود". والجالس خلف العمود هو مفتي مشهور (شيخ الإسلام) وأعظم عمود في الدولة العثمانية. يقول سومونكو بابا: إنه واحد منهم؛ يقول إنه الشخص الوحيد في الغرفة الذي يفهم حقًا المستوى السابع. [175]

والمفتي الشهير يتوق إلى فهم هذا المستوى السابع من التفسير. أخيرًا، يذهب إلى محفل الدراويش الخاص بسيد سوفكس. وبعد السلام عليه آخر معنى سورة الفاتحة يقول إنه جاء ليتعلم مستوى المعنى، يفكر المعلم للحظة ثم يجيب: "لا، أخشى أنك لا تستطيع تعلم المعنى عند هذا المستوى النهائي."

[175] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 141.

وقال المفتي: ‘‘من فضلك أنا أحاول أن أعتبر رجلاً ناجحًا للغاية وأنا متأكد من أنني أستطيع تعلم ما يجب أن أقوم بتدريسه. لقد أصبح التلميذ الأكثر تميزًا لأفضل العلماء وأكثرهم نجاحًا، وارتقى في النهاية إلى أعلى رتبة دينية في الإمبراطورية بأكملها.

أجاب فيلي؛ "حسنًا، الخطوة الأولى ستكون أن تدخل إلى المدينة على حماري، مرتديًا رداءك الرسمي. ضع كيس القش حول رقبة حمارك، واملأه بالجوز، وأعطه لجميع الأطفال الذين تراهم على الطريق" ويفكر المفتي طويلا ويقول: "لقد استشرت نفسي ويجب أن أعترف أنني لا أستطيع القيام بهذه الخطوة الأولى".

لقد منعه كبرياء العالم من التعمق في أعماق حكمة القرآن، ولكنه على الأقل صادق بما فيه الكفاية ليعرف الحدود، يقول سومونكو بابا؛ "بما أنك تكرمت بالمجيء إلى هنا وشرفتنا بحضورك، وحتى الركوع بين دراويشي، أريدك أن تفسر لنا سورة الفاتحة".

يبدأ شيخ الإسلام في تفسير السورة ويتعجب من عمق الفهم الجديد الذي يخرج من فمه. ثم قام بعد ذلك بتأليف كتاب عن سورة الفاتحة ويروي هذه القصة في مقدمة الكتاب. ولا يزال الكتاب متوفرًا في مطابع المكتبات الكبرى في إسطنبول حتى اليوم. لو استطاع أحد أن يركب حمار القديس، فكم من الأسرار سينكشف. [176]

5.4.2 الروح البشرية

فالنفس البشرية تسكن في القلب الروحي، وهو نفس أرق من النفس الشخصية.

إنه مكان الرحمة والإيمان والإبداع. وبطريقة ما، تشتمل النفس البشرية أيضًا على النفس السرية والنفس الأكثر سرية. أنه يحتوي على القيم والخبرات الروحية.

[176] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 141.

على هذا المســـتوى الروحي يظهر الإبداع والرحمة أولاً. إن الدماغ، الذي يتطور على مســـتوى الروح الشخصية، تمامًا مثل الكمبيوتر، يتعامل في الغالب مع تخزين البيانات واستخدامها، لكنه لا يتيح إنشـــاء بيانات جديدة (الإبداع). الإبداع يحدث في القلب. ومن المحزن أن نظامنا التعليمي يركز على تنمية العقل لدرجة أنه لا يولي أهمية كبيرة لتنمية القلب الذي [177]

يتغذى بالفن والعبادة والحب وخدمة الآخرين.

إن الذكاء القلبي للروح البشرية والذكاء المجرد للروح الشخصية يكملان بعضهما البعض. التفكير هو تحليل منطقي وغير شخصي. والقلب يضيف إليه الرحمة والإمام.

والجمع بين الاثنين يؤدي إلى قرار أفضـــل. في حين أن الرأس يعرف ما هو الأكثر فعالية، فإن القلب يعرف ما هو الصواب.

يعمل الذكاء الحدسي دون الاستخدام الواعي للعقل. ويعتمد هذا النوع من الذكاء على الإيمان بالله ســـبحانه وتعالى أو بوجود حقيقة أعظم؛ ويتغذى من إدراك العالم الخارجي والإدراك الداخلي الذي يتطور من خلال الملاحظة الشـخصـية والتأمل والرحمة والانسـجام مع الطبيعة والحيوانات والأشـخاص الآخرين الذين ينشؤون عن ذلك. [178]

6.4.2 الروح الخفية

هي سر الروح وهي الجزء الذي يذكر الله تعالى.

الروح الخفية والوعي اللاشـــعوري يقعان في القلب الداخلي. هذه الروح هي النفس التي تعرف من أين أتت وإلى أين تذهب. كتب أحد علماء الصـوفية: ''الوعي الداخلي (الباطني) هو المكان الذي

[177] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 120.

[178] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 120.

يخفيه الله سبحانه وتعالى ويراقب نفسه من هناك". ويفسره آخر على النحو التالي: "الجسد مظلم تمامًا؛ مصباحها هو الوعي الداخلي. إذا لم يكن لدى الإنسان وعي داخلي، فإنه سيبقى في الظلام إلى الأبد."

وبينما كان عالم الأرواح في الكون، سألهم الله تعالى: "ألست أنا ربكم؟"، فأجابت الأرواح: "نعم أنت ربنا عاشت الروح الخفية في تكريس عميق لله سبحانه وتعالى، مغمورة بنور حضور الله (ومع ذلك، من خلال ولادتنا في هذا العالم المادي، فقدنا هذا الشعور بالاتصال).

الوعي الداخلي (الباطني) (الروح المخفية) هو الروح الروحية التي تُمنح خصيصًا للكائن في وقت تجربة الوحدة الإلهية المبدعة لله. فهذا هو الإنسان الذي يطلب الله ويحبه ويعرفه.[179]

7.4.2 سر الأسرار:

هي الروح الأصلية التي نفخها الله في آدم، أي الإنسان، وهي في جوهرنا.

لذلك، يجب توسيع صورتنا كبشر. مثلما أننا لا نفكر فقط كحيوانات.

نحن لسنا مجرد (روح)، نحن أشياء مقدسة موضوعة في وعاء والجسد والروح متصلة ببعضها البعض. إن قدرتنا على النمو الروحي والإدراك تكاد تكون غير محدودة. [180]

لقد خلق الله تعالى النفس أولاً ككائن كامل متساوٍ في عالم جوهره الكامل، ثم أراد أن يرسل هذه النفس إلى العوالم السفلية ليعلمها استعادة قربها وصداقتها القديمة من الله. هذا وفي الطريق، أرسل الله سبحانه وتعالى الروح أولاً إلى العقل المنطقي. أثناء المرور عبر هذا العالم، أُعطيت الروح ثوب النور الإلهي وأُعطيت اسم سلطان روح (الروح الأكثر سرية). وأثناء مرورها بعالم الملائكة كانت تسمى "النفس المتحركة" (النفس الخفية). وعندما نزلت أخيراً إلى هذا العالم المادي، ارتدت الثوب المادي الخشن لتحمي

[179] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 121.

[180] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 121.

العالم من نفسها، لأنه إذا دخل هذا العالم الاتصال المباشر مع الروح، سوف يحترق على الفور إلى رماد. هذه هي الروح التي أصبحت معروفة في العالم بالحياة، أي الروح البشرية.

لقد خلق الله سبحانه وتعالى الجسد لتلبسه الروح. فوضع الروح في وسط القلب، في مكان مبني من مادة نوعية تحفظ الصـورة بين الله سـبحانه وتعالى وعبده. هذه النفوس موجودة في أجزاء مختلفة من الجسم.

والنفس المتنقلة (النفس الخفية) هي في حياة القلب. إن العالم الملائكي يقع دائمًا في مجال رؤيته. كلام الروح المتحرك هو كلام العالم الذكي. صامت وصامت. أفكاره مشغولة دائمًا بأسرار المعاني الخفيّة. سـلطان الروح (النفس السـرية) هو مركز القلب، كافر القلب. وعمل هذا الروح هو بالحكمة الإلهية. وظيفته هي أن يتعلم كل المعرفة الإلهية، التي هي وسيلة الإيمان الحقيقي الذي يعبر عنه بلغة القلب.

فسـر هذا الكون موجود في الانسـان وكل واحد منا يحمل في قلبه شـرارة حب إلهية لا يمكن أن تتسـع داخلنا، أو في هذا العالم، أو حتى في آلاف الأكوان التي يتكون منها العالم المادي. نحن هذه الشرارة، علينا أن نتذكر ما نحن عليه حقًا؛ وهنا نضرب مثال عن وعاء القلب وما يحتويه.

إذا اقتحم قطيع من الجاموس منزلنا وقلب أوعيتنا الفارغة، فلن تتسـرب قطرة واحدة منك، ومع ذلك، هناك شيء غير مرئي قد وضعه الله سبحانه وتعالى بداخلي.

وقد ذكر في القرآن ونحن أقرب أليه من حبل الوريد " يأخذنا تقليد الذكر الصوفي إلى هذا المكان زيارة ليقودك إلى إعادة اكتشاف الغموض. إذا استطعنا أن نتذكر أن كل شخص نقابله لديه روح علوية، فسنعامل الجميع باحترام ورحمة كبيرين. كل علاقاتنا تتغير وما تم تجربته يتغير بشكل جذري. [181]

[181] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 121 . 122.

على عكس الأرواح الستة الأخرى، فإن الروح الأكثر سرية ليس لديها أشياء من نوع عدم التوازن. وبما أنها شرارة من الطبيعة الإلهية في داخلنا جميعاً، فهي متسامية بطبيعتها وتتجاوز حدود النفوس الأخرى.

إن القدرة على التخطيط والتفكير المستقبلي (التي تأتي من ذكاء النفس الشخصية) تضيع في غضب وغضب النفس الحيوانية. في العديد من الأساطير، يتحول الشخص إلى حيوان ضد إرادته ولا يستطيع كبح جماح غضبه أو عاطفته أثناء وجوده في هذه الحالة. لديه القليل من القدرة على التفكير أو التخطيط ولا يستطيع التحكم في دوافعه. تسترشد أفعالهم برغباتهم ودوافعهم الحالية.

في العديد من الثقافات المختلفة، أيضًا، بشكل أساسي شخصية غير مستقرة هناك أيضًا صورة نمطية للأشخاص الذين يقعون تحت نير الصدأ. إنهم أكثر ذكاءً وأقل جرأة وأكثر فتكًا من المخلوقات البشرية. هذا النوع النمطي هو مصاص الدماء. مصاص الدماء يبدو بشريًا ويتمتع بذكاء بشري؛ لكن لا يمكنه العثور أو الشعور بالدفء أو الرحمة. نظرًا لعدم وجود طاقة حياة خاصة به، فهو يعيش عن طريق أخذ نطاق حياة الآخرين، ويهيمن على مصاص الدماء الذكاء المتمركز حول الذات للروح الشخصية! لكنه يفتقر إلى التأثير المخفف للروح الإنسانية أو الروح السرية.

وفقًا لمعظم أساطير مصاصي الدماء، يموت الشخص ثم يعود كمصاص دماء. ويمكن اعتبار هذا كناية عن موت النفوس البشرية والخفية. وقد يكون هذا النفور نتيجة لصدمة مفاجئة ناجمة عن سيطرة الأنا والذات الدنيا لسنوات، أو قد يكون نتيجة لحالة من التدهور مع مرور الوقت. بعد كل شيء، هناك رجل في المظهر ويمكنه في كثير من الأحيان التصرف بطريقة مثقفة وذكية؛ لكن الطبيعة البشرية الأساسية قد اختفت. بدون الرحمة أو الشعور بالروحانية، يمكن للبشر أن يصبحوا وحوشًا بسهولة. [182]

[182] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 123.

منذ سنوات مضت، عندما زار الشيخ مظفر أفندي نيويورك مع مجموعة من الدراويش، بقيت معهم. وكان الدراويش يكتفون بقلة النوم. غالبًا ما كان الشيخ مظفر أفندي يلهم في الليل ويقوم بالتدريس أو كتابة الشعر. بغض النظر عن تأخرهم في النوم، كان الدراويش يستيقظون مبكرًا دائمًا لصلاة الصباح، وفي إحدى الليالي، في الساعة الواحدة صباحًا، طلبت الإذن وذهبت إلى الفراش. عندما قمت للصلاة في الساعة 05.30، بدا الدراويش مرهقين تمامًا. سألت لماذا كانوا متعبين جدا. قال أحدهم: «كنا نستعد للنوم في الساعة الثانية صباحًا. "لكن أحدهم وجد فيلماً عن مصاص دماء على التلفاز، فقرر الشيخ مظفر أفندي أن يشاهده، وبقينا مستيقظين حتى الرابعة صباحاً".

وفي وقت لاحق من اليوم سألت الشيخ مظفر أفندي عن الفيلم الذي شاهدوه. لقد كنت فضوليًا للغاية بشأن ما الذي جعله مستيقظًا في وقت متأخر جدًا. قال: "لقد كان فيلماً جيداً، لقد تمكنوا من عكس معظم التفاصيل بشكل صحيح. كما تعلمون، أفضل شيء هو استخدام غصن التفاح كمنشط لضرب القلب". وواصل الشيخ مناقشة ظاهرة مصاصي الدماء؛ "عندما يكون مصاص الدماء على وشك الموت، يتم إنشاء الروح الأكثر سرية، الروح الروحية والإنسانية، عندما تترك جميعها الجسد. ثم تتولى الروح الشخصية والروح الحيوانية. والأسوأ من ذلك، عندما يكون مصاص الدماء على وشك الموت. تغادر الروح الشخصية، فيصبح الإنسان قوقعة فارغة تمامًا وتملأها روح أخرى، وهذا النوع من مصاصي الدماء هو الأخطر. 1. لم أعرف ماذا أفهم من وصف الشيخ لمصاص الدماء أو روايته لأساطير مصاصي الدماء. لكنني فوجئت جدًا بأن نموذج الأرواح يتناسب تمامًا مع الصورة النمطية لمصاصي الدماء. [183]

[183] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 123.

نحن جميعًا نخضـع لهيمنة أرواح مختلفة في أوقات مختلفة. عندما نشـعر بالجوع، لا يمكننا التفكير في أي شـيء سـوى الطعام. نحن جميعًا نقع تحت تأثير المشـاعر الجنسـية ولا يمكننا التفكير في أي شـيء آخر غير إشـباعنا الجنسـي. نحن جميعا غارقون في الرغبات الأنانية في الشـهرة أو الثروة، أو حسـد أولئك الذين يحققون ما لا نسـتطيع تحقيقه. نحن جميعا مليئة بالشـفقة أو الرحمة من وقت لآخر. ولكن بالنسـبة للغالبية العظمى منا، هناك توازن أسـاسـي بين أرواحنا، وغالباً ما نظهر سـلوكاً جيداً يعكس هذا التوازن. أحد أهداف الصوفية هو التصرف بشكل فعال ومناسب في العالم.

تؤكد العديد من الأنظمة النفسـية والروحية على مسـتوى واحد أو مسـتويين فقط من الأداء. في الصـوفية، تعتبر الرفاهية العاطفية والعلاقات الصـحية والمغذية ضـرورية للصـحة الروحية والجسـدية، والكائن المثالي للعيش بشكل كامل في العالم دون الاعتماد عليه أو نسيان طبيعتنا الروحية وأهدافنا الروحية. [184]

الصـــوفية هي نهج شمولي حقًا لعلم النفس الروحي، حيث يتم حماية الروح من مخاطر النماذج الخطية والهرمية الموجودة في العديد من الأنظمة الروحية لتبرير اضـطهاد النسـاء والأقليات. في الصـوفية، لا يوجد أي تمييز روحي على الإطلاق بين الرجل والمرأة أو بين الأجناس أو الجنسيات المختلفة.

يجمع هذا النموذج بين الجانب الجسـدي والنفسـي والروحي. ويدعم الجانب المادي للحياة عمل الأرواح المعدنية والنباتية والحيوانية منذ قرون. والوظيفة النفسية متجذرة في النفس الشـخصية، التي تقع في الدماغ مقر الأنا والذكاء. طبيعتنا الروحية هي قفزة نوعية تتجاوز الجسـدي والنفسـي (كلاهما متجذر في أجســادنا المادية ووجودنا المادي). النفس البشــرية، النفس الســرية (الكامنة)، والنفس الســرية (النفس الأكثر خفية) تقع في القلب الروحي.

[184] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 129.

النفس البشـــرية؛ إنه مكان الرحمة والإبداع. روح مخفية. وفي حين أن مكان ذكر الله ســـبحانه وتعالى هو مكان الذكر، فإن الحد هو الشرارة الإلهية الأبدية في داخلنا. [185]

5.2 قصة نسب الروح:

الشـروحات التالية حول نسـب الروح مأخوذة من أعمال الولي الصـوفي التركي الشـهير إبراهيم حقي إميمي ويبدأ شرحه بخلق الكون وأصل اشتراك النفس الفردية في الخلق المادي.

في خلق الله للكون بدأ الأمر بالأمر (كن). وبهذا الأمر بدأ الكون وهكذا تم خلق النور الكامل، هذا الخلق الأول كان يســمى نور النبوة، أو النور النقي الذي ســبق الكون المادي. هذا النور هو الجوهر الأساسي لكل النفوس والأشياء المادية التي نبنيها كما أطلق.

لقد خلق الله جل جلاله الأرواح قبل الوجود، وكانت الأرواح في عالم أكثر دقة، أقرب إلى الله من عالمنا الحالي. لم يكن هناك تقريبا أي ســتار بين النفوس والله. لقد عشـــنا جميعًا ألف عام في ذلك العالم السماوي، جالسين في السلام الإلهي ومستحمين بنوره المقدس ومحبته.

سأل الله سبحانه وتعالى النفوس: (ألست بربكم؟) الأعراف 172.

عرفت النفوس أن الله قد خلقها، وكانت منســـجمة مع الإرادة الإلهية، وتلقت إلهاماً عميقاً بذلك.

ثم أرسل الله سبحانه وتعالى النفس الفردية إلى العالم المادي، فاستقرت تلك الروح في كل عنصر من عناصــر الخلق الأربعة، أولًا تمر في الماء وتبلل؛ ثم مر في التربة وأصــبح موحلاً. فمر في الهواء فصــار

[185] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 129.

طيناً. وأخيرا؛ مرت بالنار وتحولت إلى طين محروق. وهكذا مرت الروح غير المادية بجميع العناصر المادية الأساسية التي يتكون منها العالم المادي، واستقر نور الروح في وعاء من الطين – الجسد المادي. [186]

ولا يشمل هذا الخلق الجسد المادي فحسب، بل يشمل أيضًا العواطف والأفكار والقدرات. وتتلخص هذه المستويات من إضفاء الطابع المؤسسي في أربعة عناصر. الروح لا تزال كاملة. إنه مقدس وقريب من الرب. لكنها الآن مغطاة ومخفية. ولكن الله سبحانه وتعالى يخلق مع الروح الأسماء التي تمكن كل فرد من أن يكون له صلة بين الأرض والسماء.

للأسف، عندما نصبح ماديين، ولقد أصبحنا غير مدركين للسر الموجود بداخلنا. ككائنات مادية، عندما كنا مرتبطين بشدة بأشياء هذا العالم الفاني، لم نتمكن من عكس أسماء الله هذه.

ولكن الله سبحانه وتعالى أعطانا أيضًا الأدوات اللازمة لكسر الوعاء الفخاري والوصول إلى هذا المستوى الأصلي من الإدراك. هذه الأدوات هي العقل والإرادة الجزئية. العقل يمنحنا القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ. توفر قوة الإرادة القدرة على اختيار الإجراء الصحيح. لدينا جميعًا هذه الإرادة؛ لكن القليل منا يستخدمه بما فيه الكفاية. المبدأ الأساسي بسيط. وكما قال النبي صلى الله عليه وسلم: "افعل الحلال، واجتنب الحرام، وإذا لم تكن متأكدا فلا تفعل حتى تستيقن". وهذا المبدأ البسيط في جوهره ينطبق عندما لا تكون إرادتنا قوية بما فيه الكفاية. ليصبح الأمر معقدًا جدًا. غالبًا ما نعرف ما يجب علينا فعله، لكننا لا نفعله؛ ثم تسيطر الأنا ونجد الأعذار لأنفسنا. [187]

6.2 عناصر الذات وعلاقتها بالروح:

[186] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 36.

[187] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 36.

العناصـــر المشـــوهة المرتبطة بمختلف النفوس – الغرائز، والأنا الســـلبية، والرحمة غير المتوازنة أو الروحانية – تعمل في كل مرحلة من المراحل الخمس الأولى للروح. وعلى مســـتوى النفس الآمرة، فإننا لا نعي هذه الدوافع، ولا نلاحظ نشاطها، وبالتالي تميل إلى السيطرة علينا.

العديد من الأشـخاص الذين اكتسـبوا قوة ضـبط النفس والحدس في المناطق المتبقية قد لا يزال لديهم نقاط عمياء عند الضغط على أزرار معينة، يمكن أن يقعوا فريسة للغضب أو العاطفة، على سبيل المثال، ويهبطون على الفور إلى مستوى الجنود

في بعض الأحيان قد نغضـب أو نفقد توازننا، وفي منتصـف ردة فعلنا قد ندرك أننا نقوم بشـيء غبي. هذه علامة على أنك في مرحلة النفس. نحن نعلم أننا وقعنا في قبضـــة إدمان أو نزعة ســـلبية غير متوازنة، ونتأســـف على أفعالنا. وعلى الرغم من أننا لا نزال نتصـــرف بناءً على هذا الدافع، إلا أن هناك أمل: فنحن ندرك ما نقوم به ونريد التغيير. بعد فترة من النضـــال الذي يتضـــمن دورات من الندم ولوم الذات التي تتبع فعلًا خاطئًا واحدًا، فإننا نتغير في النهاية. [188]

هناك أيضًـــا أزرار إيجابية يمكنها أن ترفعنا. المرشـــد الروحي الحقيقي هو الشـــخص الذي يمكنه الضغط على هذه الأنواع الثانية من الأزرار. كثير من الناس يلهمون اختيار الطريق الصوفي بمجرد وجودهم في حضـور شـيخ عظيم، لكن هذا الحماس والإلهام مؤقت. عندما ينتهي شـهر العسـل مع الشـيخ، يبدأ العمل الحقيقي للتحول الذاتي. العادات القديمة لا تزال قوية وينتظرك الكثير من العمل الباطني.

في بداية المسار الصوفي، هناك حتمًا تجربة المد والجزر. عندما يكون في حضور الشيخ وغيره من كبار الدراويش، كل شيء رائع، القلب مفتوح والدرويش الجديد على الأقل يتذوق مستوى التنوير. لكن للأسف ما زالت ميولنا السلبية قوية كما كانت من قبل؛ لأن مستوى الروح المستنيرة لم يتم الوصول إليه

[188] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 135 . 155.

حقًا. إذا واصلنا صلواتنا وعباداتنا الأخرى واجتماعاتنا، فسنشعر بالرضا مرة أخرى لأن قلوبنا ستنفتح مرة أخرى. لكن عاداتنا القديمة ستعود حتماً؛ ينغلق القلب ويعاني الفرد من السقوط مرة أخرى. في الواقع، يبدو النضال الآن أكثر صعوبة؛ لأن نور القلب يكشف ميولنا السلبية. ونتيجة لذلك، فإننا نصبح أكثر عرضة للتخلي عن عاداتنا السيئة.

مُثُل العبادة والسلوك الواعي تتجاوز قدرتنا في هذه المرحلة الأولى من النفس. ومن وقت لآخر يمكننا أن نقول: «أنا أعرف كيف ينبغي أن أكون؛ لكنني لا أعرف إذا كان بإمكاني التصرف بهذه الطريقة، لم أحاول أبدًا التصرف بهذه الشجاعة من قبل ولكن لا يزال يتعين علينا المحاولة، لمحاولة الوصول إلى ما هو أبعد منا في تلك اللحظة. وهذا من التحديات الكبرى للطريق الصوفي.

لكي نقدر المعرفة الباطنية التي تأتي من القلب ونتصرف وفقًا لذلك، يجب علينا أن نبذل قصارى جهدنا، فإذا لم نحاول أن نفعل ذلك، تسيطر الروح على حدس القلب، ويتحول سلوكنا إلى نفاق وأدوار وهمية. صحراء زوم نحن ندرك أننا لم نبلغ هذه المستويات العليا بشكل كامل، ولا يسعنا سوى سماعها.

وهذا يعني أن نفهم أنه يمكننا أن نعيش جهادا وحتى لفترة وجيزة، ومعرفة أنه لا يزال أمامنا الكثير من العمل للقيام به. إن التظاهر بالانتصار في المعركة ضد دوافعنا الداخلية والتخلص من كل الميول السلبية هو نفاق في حد ذاته. وهذا هو الخطر الأكبر الذي يمكن مواجهته في هذه المرحلة، وأكبر فخ يمكن أن تقع فيه الجماعات الروحية. ومن علامات هذا المرض الروحي أن الجميع يستخدم السلطة الأخلاقية وكأن حق الكلام ملك لهم. ولذلك، من المهم أن نعرف المثل الأعلى بقدر أهمية أن نفهم أننا لم نصل إليه بعد. [189]

[189] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 135 . 155.

إحدى الوظائف المهمة للشـــيخ هي مكافحة ميولنا نحو الرضـــا عن النفس والنفاق من خلال تحذيرنا من أنه لا يزال يتعين علينا العمل وفقًا لدوافعنا السلبية. أولئك الذين يقولون إنهم لا يحتاجون إلى شيخ.

لا يمكننا أن نكون آمنين حقًا حتى نصـل إلى هذه المرحلة، فالصـفاء والرضـا لا يعني أنه لم يبق هناك أي دوافع سـلبية. لا يزال بإمكاننا أن نفقد الوعي في المواقف غير العادية؛ لكن في الأسـاس، نحن سـعداء بمن نحن، وأين نحن، وماذا نفعل. لقد أنشـأنا توازنًا روحانيًا في حياتنا اليومية وقمنا بتطوير علاقة صحية مع أصدقائنا وزملائنا وعائلتنا. هذه هي تجربتنا التي تنتهي بلم الشمل.

في مرحلة النفس المرضـــية، نبدأ في التمتع بمتعة حقيقية من الممارســـة الروحية. لأول مرة نلمس أعمق مسـتوى في القلب ويصـبح الروح القدس بداخلنا هو مصـدر حماسـتنا وجاذبيتها الحقيقية. تم حل مشـاكل الشـخصـية أخيرًا. ولم يعد من الممكن أن تنبت بذور الخطيئة. الذات لا تزال موجودة. ولكن في الأصل أمر الله سبحانه وتعالى قد ذهب إلى جبهته، شاعر يصف حافظ هذه المرحلة بشكل جيد للغاية: أنحني لله شاكراً. [190]

7.2 نحن نحتاج لجميع النفوس:

مهمتنا الأكثر أهمية هي صـــراعنا الداخلي. ليس الهدف تدمير النفس النباتية أو الحيوانية أو الشـخصـية، بل مهمتنا هي أن نرى من خلالها النفوس البشـرية والخفية. نحن بحاجة إلى روح شـخصـية للعيش في المجتمع. نحن بحاجة إلى كل النفوس فشـخصـياتنا المعقدة هي أدوات لا غنى عنها، على الرغم من أنها تسـبب لنا مشـاكل كبيرة. يمكن لغرورنا وشـخصـيتنا أن تقودنا إلى طريق سـيء؛ لكننا نحتاجهم لإقامة علاقات مع الآخرين وفهمهم.

[190] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 135 . 155.

نحن بحاجة أيضًا إلى أرواحنا النباتية والحيوانية للبقاء في صحة جيدة ولياقة. على سبيل المثال، علينا أن نعرف أي الأطعمة يجب أن نتناولها وأيها يجب أن نبتعد عنها. لسوء الحظ، غالبًا ما تهيمن روحنا الحيوانية على شخصيتنا، ومن ثم لا نعرف ما هو الجيد وما هو السيئ بالنسبة لنا. كلما زاد تواصلنا مع طبيعتنا الحيوانية، كلما عشنا حياة أكثر صحة مما نعيشه اليوم.

أثناء تطور الإنسان في الرحم، تدخل أرواح مختلفة. ويقال أن الأرواح النباتية والحيوانية تدخل في الشهر الأول من الحمل. وفي الشهر الثاني يدخل الحيوان. وفي الشهر الثالث تدخل الروح الشخصية مع تطور الجهاز العصبي. وفي الشهر الرابع تدخل النفس والنفس السرية والنفس

الأكثر سرية في الإنسان.[191]

وتستمر الأرواح المعدنية والنباتية بعد الموت؛ لكنهم يبقون مع الجسد. على سبيل المثال، يستمر الشعر والأظافر في النمو. كما تبقى النفس الحيوانية، وربما النفس الشخصية، لأن النفوس المعدنية والنباتية والحيوانية والشخصية موجودة في الأعضاء الجسدية؛ يُذكر أن النفس البشرية والنفس السرية والنفس الأكثر سرية تقع في القلب الروحي. في حين أن هذه النفوس الأربعة الأولى مرتبطة بالجسد المادي، فإن النفوس الثلاثة الأخيرة ليس لها أي ارتباط بالجسد المادي. يتركون الجسد عند الموت ولا يختفون. هذا هو السبب؛ لا تقول الأجنحة أن قديسًا "مات" بل "انتقل". أولئك الذين يتماثلون تمامًا مع هذه النفوس الثلاثة الأخيرة لا يختبرون الموت مثل الآخرين.

إذا تم تحديد هويتنا مع النفوس المرتبطة بالجسد المادي، فمن الصعب جدًا على النفوس البشرية والخفية أن تترك الجسد عند الموت. (يقال إن هذه التجربة تشبه سحب الأسلاك الشائكة عن طريق تمريرها عبر الأعصاب).

[191] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 150.

إنها تعتمد على ملذات الجســـد وحياته، وعلى ما ترغب فيه الأنا وما تحتاج الأنا إلى الجســـد لتحقيقه. وقد ورد أننا إذا تماثلنا مع النفس البشرية، أو النفس السرية، أو النفس الأكثر سرية، فإن الروح ستخرج من الجسد بسهولة مثل الزبدة. هذا النوع من الأشخاص لا يعتمد على التجارب الدنيوية.

القدرة على التغلب على الجشع والأنا السلبية؛ يجب أن نتجاوز الشخصية لنرى النفوس البشرية الكامنة والأكثر ســـرية في أنفســـنا وفي الآخرين. للنظر في مدى أنها مهمة جدا. مرارًا وتكرارًا كل يوم نواجه الشـــخصـــيات المحدودة للآخرين، ونحن بحاجة إلى التعاطف والشـــجاعة واليقظة لتجاوز هذه الشخصيات والتواصل مع الروح الإنسانية التي تكمن وراءهم. بغض النظر عن الطريقة التي يتصرفون بها، يمكننا مواصـــلة جهودنا لإقامة علاقات مع الأشـــخاص الموجودين في بطاقتك دون أن ننســـى مزاجهم العالي.[192]

8.2 أي من الأرواح السبعة هو المسيطر؟

الجواب الجلي على ذلك: "إن الله هو المســيطر. فالأرواح المعدنية والنباتية لا تســتطيع أن توجه حياتنا إطلاقاً، ولا الروح الحيوانية وغرائزها تستطيع ذلك. (الروح الشـخصـية محدودة جداً، الأنا السـلبية والنفس الســـلبية هي التي تحكم حياتنا). الروح الحيوانية غير المتوازنة يمكن أن تســـبب المزيد من الأذية والقتل أكثر من الجشع والشهوة) [193]

غالبًا ما يســـبب الذكاء بدون الإيمان أو الرحمة شـــرًا أكثر من الخير، ويجب أن تتعاون الأرواح كحكومة متوازنة، حيث تعمل كل وزارة في مجالها الخاص من الخبرة والسلطة.

---

[192] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 151.

[193] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 109 . 135.

كانت هناك استعارة صوفية قديمة تشبّه الروح بعربة يجرها حصان (المركبة الأكثر تقدمًا في الوقت الذي تم فيه تطوير الاستعارة). الروح المعدنية هي الهيكل العظمي للعربة ومحاورها. الروح العشبية هي جزء من جسم السيارة. الروح الحيوانية هي الخيول والروح الشخصية هي السائق. إن المالك هو الذي يجلس في المركبة مع النفس البشرية، والنفس السرية، والنفس الأكثر سرية.

لكي تسير السيارة بسلاسة، يجب أن تكون جميع النفوس سليمة وتعمل معًا. يجب أن يكون الهيكل والجسم قويين، ويجب أن تكون العجلات والمحاور صلبة، ويجب أن يكون السقف والنوافذ مقاومة للماء ضد المطر. إذا تعطلت السيارة، فإن الرحلة غير مستدامة.

إذا كانت جميع النفوس سليمة، فيمكننا أن نحقق حياة أكثر توازناً في هذا العالم مما لو كانت بعض النفوس مريضة وضعيفة. [194]

9.2 التصوف الفعلي للعالم الحديث متمثلاً بنظام مجالس الدراويش:

الصوفية لها أهمية خاصة في عصرنا. لأن طريق صوفية معقدة يشمل تطبيقها العملي الحياة العملية والعائلية وغيرها من تجارب الحياة اليومية. في حين أن بعض الناس يتجولون بشكل غريب، فإن معظمهم لديهم وظائف وعائلات ثابتة.

مارس كبار الصوفية المهن المختلفة. منهم فنانون، ومنهم مروي. على سبيل المثال، كان عمر الخيام صانع خيام. وكان منهم من التجار الأثرياء وأصحاب الأراضي، ومنهم من كان من ذوي النفوذ من رجال السلاطين والأباطرة. ومع ذلك، تمكن جميع المرشدين العظماء من أداء واجباتهم الدنيوية أثناء السير في سبيل الله والعيش في هذا العالم، ولكن ليس كجزء منه.

[194] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 109 . 135.

يعلمنا التقليد الصـــوفي ألا ننظر إلى الشـــؤون الدنيوية على أنها إلهاء عن عملنا الروحي، بل أن نرى واجباتنا وتجاربنا كجزء ومكان من رحلتنا الروحية، وكان معلمي الروحي الشـــيخ مظفر أفندي يقول دائمًا عن الصوفي: " يديك تقوم بواجبك في الدنيا، وقلبك مشغول بالله».

يمكننا الكثير من الصـوفيين التعلم حول كيفية ممارسـة حياتنا اليومية دون التضـحية برحلتنا الروحية. أحد أهداف الصوفية هو تحويل الحياة اليومية نفسها إلى ممارسة روحية عميقة. [195]

يعتقد الصـــوفيون أن عقولنا وأجســـادنا هبات إلهية، وأنه كدليل على امتناننا له، يجب علينا أن نبذل قصارى جهدنا لتنمية هذه المواهب واستخدامها بشكل جيد. كان شيخي يقول دائماً: إذا اشترى لك أحدهم قبعة جميلة جداً وباهظة الثمن وهذه القبعة تناسبك جيداً، ألن تشعر بامتنان كبير؟ قال: إذن ألا يجب أن تكون أكثر امتنانًا للشخص الذي أعطاك الرأس لتضع تلك القبعة. [196]

يعلمنا الصـــوفيون أنه بدلاً من الهروب من المســـؤوليات الدنيوية، يجب علينا الوفاء بمســـؤولياتنا بشكل أفضل من الأشخاص العاديين، لأننا نهدف إلى الاستفادة القصوى من القدرات التي منحها الله ســـبحانه وتعالى. الدرويش الحقيقي هو الذي يعمل بجدية أكبر وبصـــدق أكبر من الآخرين. يحاول الدرويش أن يكون زوجة أفضـل وأبًا أفضـل وابنًا أفضـل. إذا كنا لا نحب عائلاتنا ولا نسـتطيع أن نخدم أصـــحاب العمل بأفضـــل ما لدينا من قدرات، فكيف يمكننا أن نبدأ في حب الله (على ســـبيل المثال) والتفكير في خدمته.

للصـــوفية قيمة كبيرة في عالم اليوم؛ لأنه يتمتع بخصـــائص كونه نظامًا روحيًا لجميع الناس وجميع الثقافات. لم تكن الصـوفية أبدًا روحانية نخبوية. وكان العديد من الشـيوخ الكبار فقراء وغير متعلمين. ما

[195] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 39.

[196] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 190.

يهم لم يكن الملابس الخارجية والكتب، بل نوعية القلب. الصوفية هي تقليد صوفي ظل على حاله لآلاف السنين، ويحتوي علم النفس الصوفي على قرون من الخبرة والحكمة التوجيهية. لقد تطورت نماذج مختلفة من الذكر والمراقبة والأعمال وغيرها من التخصصات الروحية بين العديد من الأجناس والثقافات المختلفة.

وفي تركيا، تطورت طرق صوفية مختلفة بين طبقات وأنواع مختلفة من الناس، على سبيل المثال، اجتذبت الطريقة البكتاشية الفلاحين والجنود في الغالب، في حين اجتذبت الطريقة النقشبندية العلماء. وقد تخلى العديد من هؤلاء الأشخاص عن ثرواتهم عندما أصبحوا دراويشًا؛ وعندما أصبح مؤسس الطائفة التي أنتمي إليها درويشاً، كان وأراد أن يتم توزيع جميع أصوله في حالة وفاته. واستعمله آخرون في أعمال الخير وأعمال طوائفهم. [197]

- **الطرق الصوفية**

. التصوف هو الطريق الروحي الذي يمكن أن يأخذنا من حيث نحن إلى مستوى فن الفن. في الواقع، يُذكر أن هناك طرقًا إلى الله بعدد الكائنات المخلوقة. وفي التقليد الصوفي، يمكننا أن نميز على الأقل خمسة طرق يجذبها عدد كبير من الناس، وهي القلب والعقل والمجتمع والذكر والخدمة. ولكل منهم تطبيقات معقدة وأدب غني. [198]

- **مسار القلب**

إن إخلاص النفس لله سبحانه وتعالى هو أحد الممارسات الصوفية الأساسية. وينعكس هذا التفاني في قصائد الرومي وغيره من الشعراء الصوفيين المفجعة. يحذرنا الرومي من قوة الحب:

[197] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 190.

[198] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 39.

اسمع عالم الحب

لقد أعطيت حياتي.

قلبي وعيني على هذا الطريق

في البداية آمنت أن بالحب يكون الحبيب هو القمر.

الآن عرفت أنهم متشابهون،

رأيت كلاهما

يتعلم الصـــوفيون حب مشـــايخهم وإخوانهم الدراويش وخدمتهم. يتعلم أن يحب النبي وجميع المعلمين الروحيين العظماء الآخرين. عندما أصبحت درويشًا، طلب مني سيدي أن أصبح درويشًا.

عندما زار الشـيخ مظفر أفندي ومجموعة من الدراويش فارس، تمت دعوتهم للإنشـاد في إحدى الكاتدرائيات هناك. وبعد الذكر يقول رئيس الكهنة؛ «لقد سمحت لكم بالصـــلاة في كاتدرائيتي، فهل تسمحون لي بإقامة طقوس في أحد مساجدكم؟» فيرد الشيخ مظفر أفندي على الفور: «قطعًا لا يحق لي أن أصـلي؛ لأني أنا أحب يسـوع (ع). ومع ذلك، لا يمكنك العبادة في مسـجدنا؛ لأنك لا تحب النبي محمد بالإضـافة إلى إلهام الشـعراء والعشـاق، تم إثراء التقليد الصـوفي أيضًـا بحكمة العلماء والحكماء. ومع ذلك، فإن علماء الصوفية يتمتعون بحكمة أعمق وذكاء أكمل مما يقوله علماء الكتب المتوسطون في كثير من الأحيان. "العالم الذي لا يعمل بعلمه كالحمار المحمل بالكتب." فكما أن الكتب المحمولة في رحل الحمار لا يمكنها أن تغير الحمار، كذلك الكتب التي لا تحمل إلا في رأس العالم لا يمكن أن تغير ذلك العالم ومن ثم تطبيقه.

يصادف درويش فقير مدرسًا للغة العربية ليس لديه مدرسة لتعليم الطلاب. يعطي المعلم دروسه بالكتابة بالطباشير على سور المدينة. يسأل درويش المعلم إذا كان يمكنه أيضًا تعلم القراءة والكتابة. يوافق

المعلم، الذي أعجب بصـــدق الدرويش، على إعطائه دروســـا مجانية. يرســـم خطاً واحداً على الحائط ويشـــرح؛ "هذا الحرف "ألف" هو الحرف الأول من الأبجدية"، كما يقول. يحني رأســـه ويشـــكر المعلم ويغادر. اندهش المعلم، الذي اعتاد على تدريس نصـف الحروف الأبجدية على الأقل في دروس إضـافية. [199]

شـــعر يبدو أن هذا التدريب عملية طويلة. لا يأتي الدرويش في اليوم التالي أو الأســـبوع التالي، وفي النهاية ينساه المعلم تمامًا. وبعد أشهر يعود الدرويش وعيناه تتلألأ بنور قلبه. يحيي المعلم بحرارة ويقول إنه مستعد للدرس الثاني. يفكر المعلم في نفسه: "لن يتمكن أبدًا من إنهاء الحروف الأبجدية بهذا المعدل" ويقول للدرويش الحصـــان: "حســـنًا. الآن درســـنا في ب دعنا نكرره، اكتب حرف "أ " على الحائط". يكتب الدرويش حرف الف وينهار الجدار.

تخبرنا هذه القصـة أن هناك معاني أعمق في البدايات البسـيطة مما يُعتقد عادة، وأن سـر التطور الروحي ليس مقدار ما نتعلمه، بل مدى تعمقنا عندما نتعلم.

طريق المجتمع في مجتمعنا الحديث المعزول، الجميع متعطشـــون للمجتمع. الصـــوفية هي أكثر من وسيلة للمجتمع. واحدة من الممارسات الأساسية هي الذكر الأسبوعي. الدراويش يغنون الترانيم ويرددون ويشـجعون بعضـهم البعض. علاوة على ذلك، فإنهم يعلمون بعضـهم البعض بقدر ما يعلمهم شـيوخهم يقول: "المؤمن مرآة المؤمن". يرى الدراويش الجدد في الدراويش الكبار إيماناً أكثر تقدماً، وقدرة أكبر على الخدمة، وحباً أعمق لله ســبحانه وتعالى، ونحن نتعلم بشـــكل أفضـــل من القدوة وهؤلاء الذين هم أكثر تقدما منا.

[199] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 39.

وفقا لسنة النبي صلى الله عليه وسلم "لا يكون إيمانك كاملاً حتى تريد لأخيك المؤمن ما تريده لنفسك." اسأل نفسك، هل أنت مهتم حقًا بقريبك؟ هل أنت على استعداد لمساعدة قريبك إذا احتاج إليه؟

عندما يقوم الأتراك بالشواء في الخارج، فإنهم عادةً ما يرسلون طبقًا إلى جيرانهم.

في أيامنا هذه، أصبح العالم أصغر حجماً، ويضم جيراننا أناساً جياعاً من جميع أنحاء العالم. أن تكون درويشًا يعني أن تؤمن بالعدالة الاجتماعية وأن تفعل كل ما بوسعك للتخفيف من حدة الجوع والمعاناة. فالقلب الذي لا يشعر بمعاناة الآخرين لا يستطيع أن يشعر بالحب الإلهي.

يتعلم الدراويش أن يحبوا ويخدموا بعضهم البعض. الصداقة بين الدراويش مبنية على المحبة الإلهية المشتركة؛ ليس هناك تعصب أو مصلحة خفية مرتبطة بهذه الصداقة. ينتهي الكثير منها عندما تنتهي الرابطة التي تقوم عليها الصداقة. على سبيل المثال، من غير المرجح أن يظل الأشخاص الذين يستمتعون بالترفيه الباهظ الثمن أصدقاء لفترة طويلة إذا لم يتمكن أحدهم من الحفاظ على نفس نمط الحياة. الحب الروحي الحقيقي يحمل مكافأته الخاصة. هذا الحب هو انعكاس لمحبة الله اللامتناهية، وهناك قصة في مختلف الثقافات والتقاليد تظهر بوضوح قوة المجتمع. [200]

من الطرق الصوفية شيخ وعدة أشخاص من الدراويش. ويعيشون معاً في نزل الطائفة

ويقضون أيامهم في العبادة والتأمل، ويزرعون حقولهم وحدائقهم. مع تقدمهم في السن، يشعرون بالقلق من أن تقاليدهم الغنية سوف تختفي معهم. [201]

[200] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 39.

[201] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 40.

يقترح أحد الدراويش أن يقوم الشـــيخ بزيارة حاخام المنطقة، وهو معروف بأنه رجل عاقل جدًا وهو أيضًا مرشد روحي، كما يقول الدرويش، وأنا متأكد من أنه يواجه نفس مشكلة جذب الناس. جيل الشباب." يذهب الشيخ إلى الحاخام ويشرح مشكلته للحاخام وهو يشرب الشاي. يضحك الحاخام ويقول؛ "لدي نفس السؤال. أنا حقًا لا أعرف كيف أجذب الجيل الأصغر من مجتمعي إلى الدين. ولكن يمكنني أن أقول لك شيئًا: خلال إحدى زياراتي، علمت أن أحدكم هو قطب الآس.

في الصوفية، القطب، الذي يعني حرفيًا "القطب"، هو الزعيم الروحي السري للإنسانية – قطب الدين الذي لا تعرف هويته إلا مجموعة من القديســـين. يوجه القطب نور الســـماء وحكمتها إلى العالم كله. بدون قطب، سيصبح العالم مظلمًا تدريجيًا وسيصبح خارجًا عن القانون روحيًا.

يعود الشـــيخ إلى دراويشـــه ويخبرهم بما قاله الحاخام، ويتوصـــل الدراويش الثلاثة على الفور إلى اســـتنتاج مفاده أنه لا بد أن يكون شـــيخ هذا القطب. وعندما يفكرون في الأمر، يدركون أن محمدًا هو إمام كل الملوك الصلاة والحافظ يمكن أن يكون قطب، أو قطب، الذي يقرأ الأذان ويسمع الأذان بصوته الجميل. أحمد هو الذي يسحر الجميع. قد يكون العكس تمامًا، الذي كان يجلس بهدوء ومتواضع ويركض دائمًا إلى المخيم في حاجة إلى مساعدة شخص ما.

وهكذا يبدأ هذا المجتمع الصغير المكون من الشيخ ودراويشه في التعامل مع بعضهم البعض كما لو كانوا القطب المقابل لهم. يتعمق حبهم واحترامهم لبعضهم البعض ويزداد حماسهم كمجتمع. يقع النزل الصـــوفي في ســـهل خصـــب من عجائب الدنيا حيث يأتي الناس غالبًا للنزهات. وســـرعان ما يبدأ الجو الجديد للمجتمع في جذب المزيد من الزوار. ويبقى البعض للمشاركة في الصلاة وحتى الذكر، وفي النهاية يبدأ عدد قليل من الشباب في التعبير عن رغبتهم في أن يصبحوا دراويش. [202]

[202] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 41.

● **مسار الخدمة**

المسـار المرتبط ارتباطًا وثيقًا عبر المجتمع هو طريق الخدمة. إذا كنا نهتم ببعضـنا البعض بإخلاص، فإننا نريد أن نخدم بعضنا البعض. وهكذا، بهذه الطريقة نخدم الإيمان في ذاته؛ خدمتنا

هي امتياز وهدية، علاوة على ذلك، فإن المهم ليس مقدار الخدمة بل نيتنا.

ذات مرة، كانت والدة السلطان معروفة بأنها فاعلة خير كبيرة. وقد زرع أشجارًا لأهل إسطنبول لتوفير الظل في أيام الصيف المشمسة، ونظام آبار لتزويد الناس بسهولة إمدادات المياه

كما بنى مسـاجد ومدارس ومسـتشـفى، بالإضـافة إلى أراضـي تأسـيسـية توفر دخلاً ثابتًا حتى يتمكنوا

من العمل بانتظام.

زار المستشفى أثناء بنائه. رأى نملة تسقط في الحريم الرطب. وبما أنه كان يعتقد أنه لا ينبغي أن يتأذى أحد من أنشـطة المسـاعدة التي يقوم بها، فقد أنقذ النملة عن طريق غمس مظلته الفرنسـية باهظة الثمن في الهاون دون تفكير.

وبعد سـنوات، وفي ليلة وفاته، رآه بعض أصـدقائه الزائفين في أحلامهم. كان شـابا ومشـرقا الزاهية. وعندما سئل هل دخل الجنة بسبب تبرعاته السخية، أجاب: "لا، الوضع الجيد الذي أنا فيه هو بفضل تلك النملة الصغيرة". ليس من الضروري أن يكون لدينا ثروة كبيرة لإظهار التعاطف. [203]

● **طريق الذكر**

التصوف هو نظام تذكر الكنز الموجود بداخلنا. يعتقد الصوفية أن الله قد أودع في كل واحد منا شـرارة إلهية، وهذه الشـرارة موجودة في أعماق قلوبنا، ولكن يحجبها حبنا لكل شـيء غير الله، وتعلقنا

[203] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 42.

بتفاهات الدنيا، وغفلتنا. والنســـيان في حد ذاته ليس حقيقياً، فمع عودة النبي يقول: (إن بيني وبينك سبعين ألف حجاب، وليس بيني وبينك حجاب).

يقوم معظم الدراويش بعمل أذكار يومية تتكون من تكرار الأسماء الإلهية وأسماء الحســـنى وآيات وأدعية من القرآن. لدى معظم الطوائف أيضًـــا طقوس الذكر الأســـبوعية التي تقام في الجماعة. يقرأ الدراويش الصلوات ويرددون أسماء إلهية مختارة. وأشهر هذه الطقوس هو الطقس المولوي الذي يتكون من الموســـيقى والأناشـــيد وترديد الدراويش. وتركز الطوائف الأخرى على الترانيم أو صـــلوات معينة. بعض الطوائف يؤدي الذكر جالسا، والبعض الآخر يفعله قائما، وبعضها يجمع بين الاثنين. [204]

هناك قوة عظيمة في الاعتقاد بأن الآية حاضرة وموجودة في كل مكان فينا، والذكر لا يؤدي إلا إلى تمكيننا من إدراك معرفتنا. ويعبّر أحد القديسين عن هذه الفكرة بقوله: ''أيها الباحث عن

الحق انظر أن الطريق إلى الله في داخلك لا وصول ولا خروج هناك. وماذا هناك غير الله سبحانه وتعالى.

يقول أحد علماء الصـــوفية المعروفين لدراويشـــه: "عليك أن تســـتمر في طرق الباب بإيمان، وفي النهاية سينفتح لك الباب.[205]

- **يوميات الصوفية**

[204] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 42.

[205] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 43.

يحتفظ العديد من الصـــوفيين بمذكرات لمراقبة الذات والتنوير. يروي ابن عربي أن تلاميذه كانوا يجلسون بمفردهم كل مساء للتأمل في أنشطتهم وتجاربهم اليومية. فإن كانت أعمالهم تقتضي التوبة تابوا، وإذا كانت أعمالهم تقتضي التوبة، فقد تابوا.

ابدأ بالكتابة في يومياتك كل مســاء وفكر في تأثيرات ما تقوله أو تفعله طوال اليوم. عندما نبدأ في التفكير بعمق أكبر في تجاربنا وأفعالنا كل يوم، سنتعرف على أنفسنا بشكل أفضل. النضال من أجل معرفة الذات وتحويل أنفسنا هو على الأقل هو النصف.

انتشر التصوف من خلال الدراويش المخلصين الذين تمكنوا من الحصول على مؤهلات كونهم بشــرًا حقيقيين. لقد رأوا ما هو أبعد من الشــخصــية وكانوا قادرين على الوصــول إلى أعماق الناس. لقد خدموا الناس بإيثار. ونتيجة لذلك تغير الناس وقال كثيرون: "نعم، إذا كان التصـوف هكذا، فأنا أريد أن أكون صـوفياً أيضـاً". يجتمع الصـوفيون تقليديًا معًا لممارسـة التمارين الروحية. يمكننا أيضًـا ممارسـة التمارين الرياضـية في المنزل؛ ومع ذلك، كما أن التمارين الرياضـية تكون أسـهل عند القيام بها في مجموعات، فمن الأفضل تشكيل مجموعة في التمارين الروحية. في نظامنا، يجتمع الدراويش عدة مرات في الأسبوع.. أولئك الذين يأتون للدردشة والصلاة وتناول العشاء معًا. ثم ينشدون جميعًا أو ينشدون الترانيم معًا.

بعد الذكر، يقومون بالدردشة أكثر. وإذا كان هناك ضيوف يجيب الشيخ على أسئلتهم. ويأتي الشـيخ أيضـا في أمسـيات. عادة ما تكون هذه الاجتماعات أصـغر حجمًا ومخصـصـة للمحادثات غير الرسمية والأسئلة والأجوبة وتفسير الأحلام، بالإضافة إلى ذلك، غالبًا ما يذهب الدراويش معًا إلى مسجد الحي لأداء صلاة الجمعة وتناول الغداء معًا بعد الصلاة. [206]

[206] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 43.

حضرة علي، صهر النبي، كان معروفًا بأسد الإسلام. في واحدة من أولى الحروب التي خاضها للدفاع عن الإسلام. أسقط علي أحد أعدائه. رفع سيفه وكان على وشك إسقاطه عندما قام عدوه بالبصق في وجه علي، وتوقف علي فجأة، وغمد سيفه وقال: "يمكنك الذهاب! لا يحل لي أن أقتلك بعد الآن." فسأل جندي العدو المرتبك: "ماذا تقصد؟

فأجاب على كالآتي؛ "كنت أقاتل في سبيل الله وفي ضراوة المعركة، (كنت على استعداد لقتلك وأنا أقاتل من أجل المعركة. لكن عندما بصقت علي، أغضبتني، سأقاتل وأقتل في سبيل الله)." في سبيل الله سبحانه وتعالى، ولكنني لن أكون قاتلاً في سبيل نفسي." المحارب المهزوم لقد تأثر بشدة بهذا السلوك حتى أنه أصبح مسلماً.

كان علي قائداً عظيماً ومرشداً عظيماً. وهو الخليفة الرابع للمسلمين تقريباً، وترجع إليه جميع فرق سفيان. مرة واحدة، هرتز. وقال محمد: أنا مدينة العلم، وعلى باب تلك المدينة.

حتى علي كان لديه غرور. وعلى الرغم من كل تطوره الروحي، لم يتمكن من التخلص منه تمامًا، ولكن عندما اشتد غضبه، لم يكن حضرة علي تحت سيطرته. لقد كان سريعًا في معارضة متطلبات غروره. هذا هو الجهاد الباطني. دعونا لا ننسى أن الوجوه السبعة لأرواحنا لن تتركنا أبدًا. ويجب أن ندرك أنها لا تزال في داخلنا، ونعمل معها، ونكافح من أجل تحقيق التوازن بينها عند الضرورة. هذا التوازن يعني ترك أجسادنا وكل شيء مادي. ثم، في تلك الحالة، تصبح الأشياء التي تبدو غير عادية ممكنة.[207]

10.2 التوازن الجسدي وتأثيره بالروح

كعب بن مالك المثال الأول. كان من أشهر الشعراء العرب في عصر النعيم. كان يغار من الجمال الشعري للقرآن ويكره تعاليم الإسلام. وكان لا يزال يعبد نفس الأصنام التي كان يعبدها أهله.

[207] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 44.

كان كعب شاعراً مشهوراً ومعروفاً في جميع أنحاء الجزيرة العربية، وكان يتمتع بثقافة تقدر الشعر والأدب تقديراً عالياً.

ذهب إلى المدينة المنورة لزيارة أخيه الذي كان مسلما. أخذه أخوه إلى المسجد وجلس في زاوية. أقنع محمد بالاستماع إليه شخصياً. فسمع صوت النبي وكانت عيناه على النبي. لقد وقعت في الحب لحظة التقت بعيني محمد. وفي تلك اللحظة بدأ بإلقاء قصيدة جميلة جداً مرتجلة. كانت هذه القصيدة مليئة بحب كعب الجديد لرسول الله صلى الله عليه وسلم وآله. وفيما بعد أهدى رداءه إلى كعب.

المثال الثاني بعد كعب للعلاقة الجسدية بالروحية نظافة الظاهر شرط من شروط الصلاة. بالنسبة للصوفيين، التطهير الخارجي هو استعارة ويساعد أيضًا على تطهير الباطن. [208]

أثناء غسل يديك أثناء الوضوء، ادع الله سبحانه وتعالى أن يجعل يديك نظيفتين، أدوات نقية لخدمة خلق الله. تأكد من أن يديك تمد يدك فقط لتلقي ما هو حق تحتك.

أثناء غسل فمك، ادع أن تستخدم فمك ليس للنميمة أو الكلام الضار أو الأكاذيب، بل للصلاة والثناء على الله سبحانه وتعالى. أثناء استنشاق الماء في أنفك، ادع الله سبحانه وتعالى أن يشتم رائحة الجنة. أثناء غسل وجهك، ادعي أن يكون وجهك دائمًا متجهًا نحو الله وأن تستعين بالله سبحانه وتعالى فقط. أثناء غسل ذراعيك، ادعوا أن يكون مجهودك لا يعمل إلا في سبيل الله سبحانه وتعالى، وألا يؤذي أحدا، أو ألا يعمل لأغراض شريرة. وأنت تمسح رأسك، اشكر الله سبحانه وتعالى الذي توج رأسك بالإيمان. وأنت تمسح رقبتك وأذنيك، اسأل الله سبحانه وتعالى ألا تسمع آذاننا إلا كلمة حق، وألا يجعل الله سبحانه وتعالى في عنقك نير الإثم والعصيان.

[208] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 128 . 129.

وأنت تغسل قدميك، صلي إلى الله تعالى (ج ج) أن يضغط بقوة ودائمة على طريق الانتفاضة إلى طريق الحق. صل لكيلا تحيد قدماك أبدا عن الطريق المؤدي إلى الله سبحانه وتعالى والطريق المؤدي إلى رضا الله سبحانه وتعالى.

وفي نهاية المطاف، يصل الدراويش المتقدم إلى مستويات عالية من التطور في الصوفية. ومع ظهور مشايخ خارجيين، تقل الحاجة إلى مشايخ خارجيين. عندما تبدأ حكمة القلب في تقديم توجيهات أكثر حساسية، تبدأ القواعد والشروط الخارجية للمسار الصوفي في أن تصبح أقل أهمية. وفي النهاية تتطور الوحدة الداخلية في الشخصية وينتهي الصراع الداخلي. فالدرويش الذي يدرك أنه في حضرة الله سبحانه وتعالى لا يمكنه إلا أن يفعل الأشياء التي ترضي الله سبحانه وتعالى. المرحلة الأخيرة هي إزالة جميع الحجب بين الإنسان وبين الله سبحانه وتعالى. الفعل الأخير الذي يجب القيام به هو الشعور بكونك "أنا" في الفرد. هدف الدرويش هو أن يصبح أقل وأقل، وأن يصبح لا شيء عاجلاً أم آجلاً. الى العدم الخاص. [209]

11.2 التوازن الروحي:

واجبنا كبشر هو إبراز أفضل ما في أنفسنا. لدينا جميعا الإمكانات. ومع ذلك، يجب توعية هذه الإمكانات وتطويرها. كل ما لا يستخدم يصبح مملاً. الأرواح هي كذلك. فإذا تجاهلنا أرواحنا النباتية أو الحيوانية نصبح مرضى وضعفاء. وإذا لم نستخدم روحنا البشرية، فلن نتمكن من التصرف بطريقة إنسانية. لأنها تضمر مثل عضلاتنا تمامًا. مهمتنا هي الحفاظ على توازن أرواحنا وبنيتنا الروحية صحية وقوية من خلال الصدقة والخدمة والعبادة والذكر. [210]

---

[209] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 128 . 129.

[210] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 130.

1. تمارين للتوازن العقلي تحديد الهوية مع نفسك على المستوى المثالي، لدينا القدرة على التعرف على أي من أرواحنا أو عدم التعرف عليها. وهذا يمنحنا قوة الاختيار والقدرة على تكييف شخصيتنا مع الوضع الحالي. يتم توفير حرية نفسية كبيرة لتفعيل الجوانب التي تناسبك هذا التمرين هو الأسلوب الذي سيمنحك القدرة على تركيز انتباهك على كل روح. اجلس بشكل مريح، واسترخي، ثم كرر ما يلي ببطء وتأمل واحد. أنا جسد هل أملكه؟ لكن أنا لست جسدي فقط. قد يكون جسدي سليمًا أو مريضًا، متعبًا أو مليئًا بالطاقة، ولكن أنالا أمانع أن أكون معجبًا. أنا أقدر جسدي كأداة ثمينة للشفاء أو التغذية.

2. أنا في العواطف أملكها ولكن لم أكن فقط أعبر عن مشاعري. تساعدني مشاعري ودوافعي على إثراء حياتي وتحقيقها. في بعض الأحيان يمكن للعاطفة أن تغطيني بالكامل؛ لكن يمكنني ملاحظة وفهم مشاعري ودوافعي. أقدر العاطفة كمصدر للطاقة والتحفيز. أنا في العواطف أملك، لكن أنا لا أتعلق فقط بمشاعري.

3. لدي عقل أملك؛ لكن أنا لست مجرد رأيي. ذكائي هو أداة قيمة للاكتشاف والفهم. عندما تتعلم المزيد من المعلومات، فإنك تتعلم أيضًا المحتوى. أنا أقدر عقلي كمصدر للتخطيط والبصيرة. أنا عقل أملك ولكن لم أكن سوى عقلي.

4. لدي غرور. لكن أنا لست نفسي فقط. إن إحساسي باحترام الذات وتقدير الذات يسمح لي بتحقيق أشياء كثيرة. أنا أقدر غروري الصحي وتأكيد الذات كمصدر للقوة الشخصية والثقة بالنفس. لدي غرور. لكن أنا أنا لست نفسي فقط.

5. لدي قلب أملك؛ لكن لســت قلبي فقط يمنحني قلبي إحســاسًــا بالرحمة ويســمح لي برؤية أعمق والشعور أكثر. إنني أقدر قلبي كمصدر لمشاعري العميقة وإبداعي وفهمي. لدي قلب أملك؛ لكن لست قلبي فقط

6. أنا مركز روحي أملك؛ لكنني لســـت مجرد مركزي الروحي. أنا أقدر مركزي الروحي كمكان للتذكر والتجربة الروحية العميقة. أنا مركز روحي أملك؛ لكنني لست مجرد مركزي الروحي. أنا كل أرواحي وأنا سر الثروات اللامتناهية. إن مثل هذا السر مخفي في داخلي، سلام الله. [211]

بعد ذلك، يمكنك تكرار الجملة الرئيسية لكل تأكيد:

لدي جسد، ولكنني لست مجرد جسد.

لدي مشاعر، ولكنني لست مجرد مشاعر.

لدي عقل، ولكنني لست مجرد عقل.

لدي أنا، ولكنني لست مجرد أنا.

لدي قلب، ولكنني لست مجرد قلب.

لدي مركز روحي، ولكنني لست مجرد مركز روحي

.أنا كل أرواحي.[212]

الروح المعدنية

[211] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 130.

[212] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 131.

فكر في نفسك وكأنك مغطى بالأنسجة في عقلك، وتخلص من الأنسجة التي تخفي هيكلك العظمي وأدرك أن هيكلك الداخلي هو مجرد هذا الهيكل المثالي الذي يجمع بين القوة والمرونة. استمر في إدراك هيكلك العظمي أثناء الجلوس والحركة.[213]

- **النفوس المتوازنة**

توفر لنا الروح المعدنية أساسًا قويًا، وبنية داخلية متينة تدعمنا في الحياة. وعندما يفقد توازنه يسبب من ناحية الجمود والجمود وعدم المرونة، ومن ناحية أخرى يسبب الرخاوة والتقلب والتردد. تساعد الروح العشبية في الحفاظ على صحة أجسامنا وقوتها. وعندما يفقد توازنه، يمكن أن يكون مصدراً للكسل أو فرط النشاط. الروح الحيوانية موجودة لتزويدنا بالعاطفة والدافع لإنجاز خدمات قيمة في العالم. عندما تفقد النفس الحيوانية توازنها، فإنها تدفعنا إلى سلوك سيئ للغاية من خلال الغضب أو الجشع أو الطموح.

الغرض من الروح الشخصية هو إرشادنا وفهم أنفسنا ومن حولنا. إن النفس الشخصية غير المتوازنة تقودنا إلى الضلال من خلال الغطرسة والأنانية، أو تجعلنا غير مؤهلين من خلال ضعف الأنا وانعدام احترام الذات والثقة بالنفس. يمكن للترشيد والخيال الزائف أن يشوه الواقع أو يقودنا إلى استخدام ذكائنا لانتقاد أنفسنا والآخرين بطرق مدمرة، وأحيانًا بشكل غير دقيق.

بذكاء النفس الشخصية، لا ندرك الجوانب السطحية للأشياء فحسب، بل نبدأ أيضًا في معرفة طبيعتها الداخلية. على سبيل المثال، لا يمكننا فهم الأعمال الداخلية للجسد بالعين المجردة؛ لا يمكننا أن

[213] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 131.

نفهم كيفية عمل الجسم إلا من خلال استخدام المجهر والنظريات الطبية والبيولوجية. مع مرور الوقت، أضاء الذكاء البشري العديد من أسرار الطبيعة. [214]

ويمكننا أن نفهمها بشكل أعمق على مستوى النفس البشرية. يمكننا أن نتجاوز ما يمكن أن تدركه الحواس والذكاء. الرحمة تسمح لنا بفهم مشاعر الآخرين. الرحمة تعني "الشعور معًا". تنشأ الرحمة من إدراك أننا جميعًا نعتمد على بعضنا البعض، وأننا لسنا منفصلين عن بعضنا البعض. على حد تعبير الصوفي المسيحي مايستر إيكهارت: "ما يحدث للآخرين. سواء كان ذلك من السعادة أو الحزن، فقد حدث لي".

أحد أسماء الله الحسنى التي ينطقها بكثرة باللغة العربية الرحمن وغالبا ما تترجم هذه الأسماء على أنها الرحمن الرحيم. جذر كلتا الكلمتين هو الرحم. رحم الأم يحمي الجنين ويأويه. الأم تطعم طفلها بدمها وزجاجها. إن محبة الله ورحمته لكل واحد منا تذهب إلى أبعد من هذا بكثير.

يمكنها أن تتغلغل بشكل أعمق في الواقع على مستوى الروح الخفي؛ يمكننا التعمق أكثر على مستوى الروح الأكثر سرية. لقد تصرف القديسون والأنبياء ورسل الله جل جلاله بالحكمة العميقة للروح السرية (سر الماريجوانا). لقد أخذوا أنفسهم والكائنات إلى الأعماق الخفية. لقد عملوا بالمعرفة الباطنية. ولهذا السبب نحن حاول تقليدهم

كيف يمكننا زيادة فهمنا للعالم الباطني؟ نحن بحاجة إلى أرواح بشرية وخفية وأكثر سرية لفهم ما هو موجود. يبين لنا القرآن بهذه الطريقة على النحو التالي: ""في المستقبل سنريهم آياتنا في الصغار وفي أنفسهم، حتى يدركوا في النهاية أنه حق"." (41:53.5من الآية).

[214] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 139.

كما ذكرنا من قبل؛ فقط الأرواح المعدنية والنباتية للشخص في حالة الغيبوبة، أما الروح الأخرى فهي مدفونة. في هذه الحالة، نحن تقريبًا غير مدركين تمامًا للعالم. فبينما يكون الشخص تحت سيطرة الأعمال الخام وغير المتوازنة لروحه الحيوانية، فإنه يكون أعمى عن كل شيء آخر. كل ما ندركه في العالم من حولنا يميل إلى عكس هويتنا وما نهتم به أكثر. وكما يقول المثل القديم: "عندما يلتقي اللص بقديس، فكل ما يراه هو جيوبه. [215]

12.2 إجراءات لتطهير النفس

إن مبادئ الدين وضوابط التصوف تشكل دليلاً واضحاً للسلوك وملخصات للأنا السلبية ودوافع النفس. إن التصميم على العيش وفقًا لهذه المعايير يبقي ميولنا السلبية تحت السيطرة. قد تميل إلى انتهاك هذه المبادئ، لكن هذه الدوافع لا تؤدي إلا إلى تحيزنا بشكل سلبي. [216]

إنه يعمل على تحذيرك بشأن العمل عليه. وبقدر ما نكون منتبهين لديناميكيات النفس، فإن تلك الديناميكيات ستصبح أضعف. الشيخ عدو الروح. وكما يقول المثل العربي القديم: عدو عدونا صديقنا. واجب الشيخ هو معارضة غرورنا. في كثير من الأحيان هذا هو واحد لا يحظى بالتقدير. الجهد، لأن الكثير من الناس يتم تحديدهم بخصائص أنفسهم؛ وقد يعارضون الشيخ، بل ويبدؤون في اعتباره عدوًا لهم.

الشيخ نموذج لكيفية العيش والتصرف. والمثل الأعلى هو الإنسان الناضج المتحرر من ميول الشيخ الواعية والسلبية. ومن خلال خطبه وقصصه وإجاباته على الأسئلة، يعلم الشيخ الدراويش

[215] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 139.

[216] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 103.

ديناميكيات الروح والأهمية العميقة للقانون الديني والطريق الصـــوفي. ومن خلال التوجيه الفردي، ومن خلال طاعة الشـيخ، الذي ينصـح أيضًـا الدراويش والزوار بالابتعاد عن تأثير الروح الشـريرة، يتخلص الدراويش من العادات والصفات السيئة.

قبل سـنوات قليلة، ذهب شـيخ ومجموعة من الدراويش من إسـطنبول إلى فرنسـا لإحياء حفل للموسيقى الصوفية وطقوس الذكر. وقع شاب كان مرشدهم الفرنسي في حب الشيخ ودراويشه. كان يسافر معهم في كل مكان ويقضي معهم كل وقت فراغه. وبعد أنشودة قوية وملهمة، سأل الشاب إن كان بإمكانه أن يصبح درويشًا. وعندما أبدى الشيخ رأيه بأنه سيقيم طلب الشاب بالإيجاب، سأل الشـــاب: "فماذا ســيحدث لحريتي؟" وحالما سمع الشــيخ مظفر أفندي هذه الكلمات أدار ظهره قليلاً للشـــاب. وعندما بدأ في الابتعاد قال: "الحرية؟ لتكن حريتك لك!» كانت هذه صـــورة لن ينســـاها الدراويش الحاضرون.

بالنســـبة لمعظمنا، الحرية هي مجرد حرية اتباع الذات. وهذا مثل حرية حياة الســـجناء الذين يصرون على أنهم ليسوا في السجن. نحن بحاجة إلى النظر عن كثب وصدق إلى مقاومتنا لتحقيق الحرية الحقيقية والقرب من الل دعونا نبسط المحادثة الروحية بأكملها اليوم:

يريد الله أن يبيعك شيئاً، لكنك لا تشتريه.

هذه معاناتك:

صفقتك الميتة،

اعتراضك المجنون على السعر!

تؤكد قواعد كل أمر على التواضع والخدمة والطاعة للشيخ. هذه هي ترياق لخصائص الروح. كما تؤكد العديد من الطوائف والمشايخ على مبدأ تجنب تضخم الأنا من خلال التعميم أو حتى إلقاء اللوم على الحياة العامة. [217]

يساعد إخوة الدراويش أيضًا في محاربة الأنا. كبار الدراويش، على غرار الشيخ، هم قدوة ممتازة. من الناحية المثالية، يمكن للدرويش يرتي أن يتعلم أشياء مختلفة من كل من الدراويش الآخرين. البعض يقدم خدمة رائعة، بينما يجسد البعض الآخر الولاء أو الاهتمام أو التواضع. إنها مرآة لأفضل الإمكانات الموجودة بداخلنا والتي لا ندركها، وكذلك لأخطائنا وعيوبنا. [218]

13.2 جوهر العلاقة بين الروح والنفس والقلب:

1.13.2 العلاقة بين الروح المعدنية والنفس:

الروح لها خصائص إيجابية وسلبية (فقط الروح السابعة العلوية خالية من هذه الازدواجية). وعندما تفقد النفس توازنها تظهر الصفات السلبية. لم يخلق الله سبحانه وتعالى شيئًا سيئًا أو قبيحًا أو عديم الفائدة في هذا الكون. ولا تصبح الأشياء سلبية إلا عندما يتم إساءة استخدامها أو فقدان توازنها. فحم! روح

[217] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 103.

[218] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 103.

عندما تفقد الروح المعدنية توازنها، تصبح متصلبة، منقبضة، غير قابلة للانحناء ولا تنحني. يجد الأشخاص الذين لديهم هذا الميل صعوبة بالغة في استيعاب المعلومات الجديدة، ولا يمكن أن يكون هناك نمو روحي بدون التعلم. يتطلب المسار الروحي التقدم ولكنه يتطلب أيضًا تغييرًا جذريًا وتحويليًا.

وفي الزاوية الأخرى؛ هناك أشخاص ناعمون أو قابلون للقمع أو سهل الانقياد بشكل مفرط. يفتقر هؤلاء الأشخاص إلى حدود قوية وواضحة. بالنسبة لمثل هؤلاء الأشخاص، فإن التقدم المستمر والتغيير الذي تتطلبه الرحلة الروحية يشعرهم بصدمة شديدة، ومن المرجح أن يشعروا بضغوط

الأشخاص الذين تهيمن عليهم نفسية شخصية غير متوازنة يقعون في قبضة الأنا السلبية. الأنا هي جوهر النفس الشخصية. أولئك الذين هم في أحد أقصى درجات الروح الشخصية، عدم احترام الذات وهم واثقون من أنفسهم. هنا يمكن للناس أن يحققوا القليل جدًا في الحياة، وأسوأ عدو لهم هو أنفسهم، لأنهم لا يؤمنون بأنفسهم، يتملكهم الاعتقاد القوي بأنهم سيهزمون في مواجهة كل الصعوبات التي يواجهونها وتتحول إلى نبوءة ذاتية التحقق. [219]

وعلى النقيض من ذلك، يوجد الشخص الأناني والمتغطرس والواثق من نفسه بشكل مفرط. مثل هؤلاء الناس أنانيون تمامًا؛ يعتقدون أن العالم كله يدور حولهم. ليس لديهم تعاطف أو شفقة أو ضمير. ومثال صارخ على ذلك هو المريض النفسي الذكي الذي يرتكب أفظع الجرائم لكنه لا يشعر بالندم. [220]

2.13.2 العلاقة بين الروح والاحلام والنفس:

الأحلام يمكن أن تأتي من نفوس مختلفة. أحلام الروح السرية والنفس الأكثر سرية لا تحتاج إلى تفسير. إنها إلهامات وتجارب روحية بلا حجاب. الأحلام الأكثر عمقًا والأهمية

[219] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 137.

[220] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 137.

الروحية القادمة من هذه الأرواح عادة ما تأتي عند الفجر.

الأحلام القادمة من النفس البشرية يمكن أن يكون لها أيضًا معاني عميقة. هذه هي أنواع الأحلام التي بحثها يونغ، وغالبًا ما تحتوي على رموز عالمية وصور نموذجية. غالبًا ما تحمل هذه الأحلام رسائل قيمة جدًا للدراويش؛ لكن يجب أن يفسرها مشايخهم. ;

الأحلام التي تأتي من الروح الشخصية هي أحلام نفسية وغالباً ما تكون مليئة بالرموز التي تحمل معنى شخصياً. وهي أحلام تهدف إلى إشباع الرغبات، كالأحلام على مستوى النفس الحيوانية.

الأحلام القادمة من الروح العشبية والمعدنية هي في الغالب أحلام تنتج عن الحساسية الجسدية. بحسب مثل تركي قديم؛ والدجاجة الجائعة ترى نفسها في الحظيرة، وقد ورد أن الأحلام هي نوافذ الروح. وينطبق هذا المبدأ على النفس السرية وأحلام النفس الأكثر سرية. تفتح مثل هذه الأحلام أحد الطرق لفهم الجانب الأسمى من أنفسنا. مثل الضوء الذي يخرج من مصباح يدوي، هذه الأحلام هي تدفق للروح. إذا قمت بتشغيل مصباح يدوي في الليل وسلطته على كتاب، فإن الضوء يصل على الفور إلى الهدف من المصدر ويضيء الكتابة.

وكذلك الروح السـرية. ويخرج من مكانه في القلب الباطن لينير كتاب حكمة الله مصـدر كل علم. قد تحتوي مثل هذه الأحلام على رسـائل موحية. أحلام الروح الأكثر سـرية لا تحتاج إلى تفسـير. هذه تجارب صوفية عميقة أو إلهامات إلهية.

وبطبيعة الحال، علينا أن نعرف إلى أي روح ينتمي الحلم الذي نراه. إن إلهامات النفس السـرية أو النفس الأكثر سرية تختلف كثيراً عن أحلام النفس النباتية أو المعدنية. [221]

المؤمن مرآة المؤمن

[221] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 138.

لقد ذكر القرآن أن المؤمن مرآة المؤمن. يمكننا أن نرى النفوس البشرية والخفية في المؤمن الصادق. اسمحوا لي أن أبحث عن هؤلاء المنخرطين في هذا الصـــراع الداخلي، ولكن لا أبحث عن أولئك الذين يتصـرفون مثل المعادن أو النباتات أو الحيوانات أو الأنانيين: إذا ذهبنا إلى المسـتشـفى وحاولنا الحصـول على الإلهام من شـخص في غيبوبة، فإننا لن نكون قادرين على الحصـول على الكثير من الغذاء الروحي من هناك. وبالمثل، ماذا يمكنك أن تتعلم روحيا من أولئك الذين هم أســـرى شـــهوتهم أو غضـــبهم أو جشـعهم؟ الدرس الجيد الوحيد الذي يمكنك تعلمه منهم هو رؤية ميولك السـلبية في نفسـك. يمكن أن يساعدك هذا على فهم أخطائك بشكل أفضل؛ لكنه لا يعلم

أي شيء عن طبيعتك الروحية.

عندما يصـبح المؤمن مرآة لمؤمن آخر، تصـبح الروح السـرية في أحدهما مرآة الروح السـرية في الآخر. وهكذا يصبح أعمق جزء من النفس، الشـرارة الإلهية، السـر الغامض، مرآة الروح العلوية في روح الآخر. [222]

3.13.2 العلاقة بين القلب (الصّدر) والنفس الحيوانية والنباتية (الأمّارة بالسوء)

توفر الروح الإنســـانية الرحمة والذكاء العميق والإبداع للقلب. وعندما يختل التوازن، فإنه يقودنا إلى أعمال حمقاء ناتجة عن الشـــفقة الزائفة أو الاهتمام الحنون. يمكن للنفس الكامنة أن توفر المعرفة الروحية الحقيقية؛ ومع ذلك، عندما تفقد توازنها، فإنها تدفعنا إلى رفض العالم وفصـل الروحي عن المادي. ويمكن للروح الخفية أيضًا أن تبقينا على مستوى منفصل من الفردية وتصبح عائقًا أمام التكامل الكامل مع الله سبحانه وتعالى. ولا تكن تحت رحمة العالم

[222] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 145.

يتغير مستوى وعينا مع كل روح. إن النفس الحيوانية والكائن الحي تتلامسان مع البيئة (بالبصر والسمع والشم والذوق واللمس). وهذا تقدم كبير على الحد الأدنى من فهم النفس النباتية أو عدم فهم الروح المعدنية نحن نشعر فقط بالأشكال الخارجية للأشياء، ويمكن خداعنا بسهولة. على سبيل المثال، يرى أحدنا، وهو يسير على طول طريق في الغابة، ثعباناً ملفوفًا جاهزًا للهجوم، وعندما ينظر إليه في ضوء الشمس في اليوم التالي، يدرك أنه مجرد جذر شجرة معقود.

ومن وجهة نظر الصوفية، فإن الحاضر هو كتاب من كتب الله تعالى، وقراءته من أعظم التجارب التعليمية وأعمقها. كلما زاد فهمنا لما هو موجود وتعمقنا في التواصل مع البيئة. كلما تعلمنا أكثر. تزودنا الحواس الخمس للنفس الحيوانية بأدوات البداية الأساسية لهذا التعليم. [223]

يمكننا في المقام الأول تسليط الضوء على الأرواح البشرية والخفية في أفعالنا. إن الصدقة الحقيقية ليست مجرد إعطاء المال، بل هي إعطاء الآخرين ما يحتاجون إليه حقًا. أستخدم وقتك الثمين لمساعدة الآخرين وتفهمك. يمكننا أن نعطي اهتمامنا ومعرفتنا، فمثل هذه الأعمال تخرج النفس البشرية والخفية. –وهذه الأعمال يدخل فيها حمد الله سبحانه وتعالى من بين سائر أعمال الدنيا، وكثيراً ما كان الصوفية يقولون: اشغل يديك بالدنيا، وقلبك مع الله سبحانه وتعالى.

يحتوي القلب على طيف مماثل. الصدر (الصدر)، وهو المستوى الخارجي للقلب، لديه القدرة على إصابة الصفات السلبية للنفس الآمرة. ومع ذلك، يمكن للصدر أن يمتلئ بالنور ويصبح حليفاً عظيماً في الحرب ضد الملخصات السلبية للروح. مستوى القلب الأعمق للقلب بعيد عن كل سلبية وازدواجية. إنها تحمل شرارة النور الإلهي النقي وهي جوهر وجودنا. لكن من المفارقة أنها تتجاوز الكون بأكمله.

[223] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 131.

المستويات الستة الأولى للنفس – المعدنية والنباتية والحيوانية والشخصية والإنسانية والسرية – هي أيضًا مثل الصدر. وهي أيضًا يمكن أن تكون إما قوى سلبية (غير متوازنة) أو تأثيرات إيجابية (متوازنة) للنفس. المستوى السابع للنفس العلوية هو مثل النفس النقية والقلب العميق، بعيد عن الازدواجية وهو المكان المقدس فينا. وتوجد الدوافع الغريزية في النفوس النباتية والحيوانية

بالإضافة إلى الدوافع الغريزية للأرواح النباتية والحيوانية، فإن غطرسة وأنانية الروح الشخصية تكمن أيضًا في الإمارة بالسوء. ويمثل ذلك نقلة نوعية من الغرائز الأساسية للأرواح النباتية والحيوانية. مثل الدوافع، الأنا صحية بطبيعتها. إنها ليست قوية جدًا ولا ضعيفة جدًا. إن الأنا الضعيفة أو الافتقار إلى احترام الذات يحرمنا من تحديد الأهداف الجديرة والعمل على تحقيقها. الأنا القوية تؤدي إلى الغطرسة والأنانية. ومن المفارقات أن غالبية الناس يعانون من الشك الذاتي ويغطون ذلك بغرور سلبي مبالغ فيه.

الغرور السلبي يفصلنا عن الآخرين وعن أرواحنا إذا نظرنا بعمق كاف داخل أنفسنا، يمكننا أن نرى أن الأنا السلبية لدينا تريد من الجميع أن يطيعوننا ويقبلوا أحكامنا وآرائنا كحقيقة. إذا نظرنا بشكل أعمق، نرى أن غرورنا السلبي يريد من الجميع أن يعبدونا كما لو كنا الله سبحانه وتعالى، تمامًا كما كان يُعبد الفراعنة في مصر القديمة، وهذا هو جوهر ديناميكيات النفس الأمارة. [224]

كما يمكن للأنا السلبية أن تحقق نظامًا عصبيًا متطورًا وذكاءً للنفس الشخصية. ولهذا السبب، فإن لديها أيضًا بعض الأدوات التي لا تمتلكها الغرائز. تم وصف هذه الأدوات بشكل جيد في دفاعات الأنا عند فرويد – الإسقاط، والتبرير، والإنكار، والقمع، وما إلى ذلك. ونتيجة لذلك، فإن الأنا السلبية تجعل شخصًا أكثر دهاءً وذكاءً من الغرائز.

[224] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 132.

على سبيل المثال، عند الصيام، تكرر الغرائز ببساطة مطالبها الأساسية: "أطعمني، أنا جائع". وفي المقابل، تقول الأنا السلبية: "لا يمكنك العمل دون تناول الطعام". أو "أنت بحاجة إلى الطعام، وإلا فسيكون استخدام الآلات أو تشغيلها خطيرًا جدًا". هي إحدى الحجج الذكية التي كثيراً ما يستخدمها الأنا السلبي ("الصيام لمن يحتاج إليه، وقد تغلبت عليه"). فإذا نجح الفرد في الصيام، عادة ما يلجأ الأنا إلى حيلة أخرى: "أنت أنت" حقًا أنت شخص مقدس للغاية وبالتأكيد أفضل بكثير من أولئك الذين لا يصومون، وتوضح قصة سفيان قديمة هذه الحيل جيدًا:

كان الشيخ عبد القادر الجيلاني يسير مع مجموعة من الدراويش في شهر رمضان. توقف لإصلاح شريط صندله المكسور: لكنه طلب من الآخرين مواصلة طريقهم.

وسمعوا صوتا جميلا يكلمهم يصدر من عمود نور. أنت خير المؤمنين، ولا حاجة لك بالصيام. أنت أعظم شيخ في العالم، كلوا واشربوا بحرية، يا خادمي الحبيب!" بينما كان الدراويش يبحثون عن الطعام والماء، وصل عبد القادر جيلاني وتلا الصيغة المقدسة: " أعوذ بالله من الشيطان الرجيم بهذه الكلمات تحول عمود النور إلى اللون الأسود. وتم تغطية الدراويش بالطعام وأخذت زجاجات المياه منهم. فخرج المخلوق وقال للشيخ: لقد جربت هذه الحيلة على مئات الأشخاص وفشلوا في هزيمتي. لم أستطع أن أنجح الآن أنت أول شخص هزمني. كيف فهمت أن الله سبحانه وتعالى ليس هو الذي تكلم مباشرة؟

قال عبد القادر من الواضح من سيُعفى من الصيام؛ على سبيل المثال، قد لا تصوم النساء الحوامل أو المرضعات أو المرضى. لا أحد منا يقع ضمن هذه الفئات. وأعلمُ أن الله سبحانه وتعالى لن يغير حكما أدامه. [225]

4.13.2 العلاقة بين القلب والنفس الملهِمة

[225] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 132.

فإن جوهر النفس المسيطرة يتعارض مع صفاتنا الإيجابية في أنفسنا، فعندما ينغلق صدرنا ولا يخرج نور من القلب، نبقى عالقين في مستوى الشر. عندما يبدأ الصوت النقي القادم من القلب بالنور، نصل إلى مرحلة النفس الآمرة التي ندخلها؛ فنبدأ في رؤية ما نفعله والندم على الأخطاء التي ارتكبناها. عندما يصل نور القلب أكثر ويجتمع مع الاستنارة القادمة من القلب الداخلي، نبدأ بالوصول إلى الحكمة والإلهام الداخليين، وبذلك نمر إلى مرحلة النفس الملهمة نبدأ في الاستمتاع حقًا بالعبادة والذكر والأنشطة الروحية الأخرى. يصل غالبية الناس إلى هذا المستوى عندما يهتمون بالصوفية لأول مرة. في المستويات السابقة لم يكن للصوفية أي معنى [226]

أو كان الناس يعتقدون فقط أن الصوفية توفر نوعًا من المنفعة المالية أو المادية مع مراعاة كانوا مهتمين.

قبل مرحلة ضبط النفس، كل معرفتنا تأتي من الخارج. والآن، ولأول مرة، نسترشد بالحكمة وإلهام القلب. يجب أن نتصرف وفقًا لحكمتنا؛ وإلا سينقطع اتصالنا بالقلب.

وفي هذه المرحلة تحولت اتجاهاتنا الإيجابية والسلبية الآن لصالح الإيجابي. لكن الأنا لا تزال تتمتع ببعض نقاط القوة، خاصة تلك الجديدة.

ويبقى اعتزازه بالفائزين. ولهذا السبب تم إرسال بعض المشايخ إلى غير مدنهم وقد تم تقييمها على أنها أخطر مرحلة من قبل الباحثين. لأن الحكمة وإلهامات القلب يمكن أن يساء فهمها وإساءة استخدامها من قبل الأنا السلبية.

[226] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 89.

عندما نكون في مرحلة الرضـــا عن النفس، فإننا نفهم بشـــكل أفضـــل هدوء القلب الداخلي وثرواته. عندما ندرك أن أعظم مكافآتنا وكنوزنا تكمن في داخلنا، يصـــبح من الممكن أن نكون راضـــين وراضيين عن كل ما يأتي إلينا من العالم المادي.

ومع تعمق وصولنا إلى النور الداخلي والحكمة، ننتقل إلى مرحلة الرضا عن الذات. لقد أنعم الله علينا بلمحة من النور اللامتناهي للشـــرارة الإلهية التي اســـتقرت في أعماق قلوبنا. نحن راضـــون بكل ما يحدث لنا؛ لأن الدنيا لم تعد ســـتارا بيننا وبين الله عز وجل. لقد أصـــبح العالم الآن مصـــدرًا جديدًا لذكر الله، ومكانًا لتعميق محبتنا لله سبحانه وتعالى، وفرصة لطلب بركة الله وخدمته.

في مرحلة النفس المرضـــية، تغلبنا أخيرًا تمامًا على الصـــراع بين الميول الإيجابية والســـلبية بداخلنا. شخصياتنا متحدة وقد وصلنا إلى حالة أعمق من الاتصال بالنور اللامتناهي والحكمة في أعماق القلب. ولم يبق إلا ســـتار واحد يســـد القلب الداخلي؛ وهذا هو الإحســـاس بال "أنا"، إحســـاســـنا بكوننا فردًا منفصلاً. [227]

5.13.2 العلاقة بين القلب (اللُّبّ) والروح الخفية

تعمل النفوس الأربعة الأولى في الصـــــدر، وهو مســـــتوى تفاعلنا مع العالم. نقوم هنا بالأعمال الخيرية والخدمات والأنشـــــطة الدينية والروحية الأخرى. فإذا كانت النفوس متوازنة، فإن هذه الأنشـــــطة ســـــتكون فعالة جداً في إبقائنا على طريق الحق. إذا كانت النفوس غير متوازنة، فإن ممارســـــتنا يمكن أن تفسد أو تخرب بسبب الكسل، الجشع، أو الأنانية. [228]

[227] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 89.

[228] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 134.

إن النفس البشـــرية تقع في القلب وينيرها نور الإيمان. "فالإنســـان الحقيقي يذكر الله ســـبحانه وتعالى دائماً مهما حدث". الرحمة هي إحدى الخصـائص الأسـاسـية للقلب والنفس البشـرية. القلب هو بناء نور الإيمان.

الروح الخفية تقع في القلب الداخلي وتنير بنور المعرفة أو المعرفة الروحية، وتســـمى هذه الروح أيضًـا بالنفس الملائكية وهي في حالة ذكر الله دائمًا، مثلي تمامًا. أيضـا النفس الخفية في حالة ذكر. سـر الغموض، الروح الأقوى، يقع في أعماق القلب (لبّ اللّبّ) في قلب القلب. هذا هو مكان الســـمو الذاتي والاندماج مع المقدس.[229]

6.13.2 العلاقة بين الروح والنفس والقلب والأخلاق

أحد الأهداف الرئيسـية للعمل مع الروح هو إقامة توازن صـحي داخل كل نفس وبين النفوس. تهدف المبادئ والقواعد الأخلاقية والأخلاقية للطوائف إلى توفير حل وسط وأسلوب حياة منضبط ذاتيًا يدعم هذا المثل الأعلى. يرغب الدراويش في تجنب الزهد الذي ينكر الحياة أو الإفراط في الإدمان على المتعة والأشياء المادية. تهدف الممارسات الدينية والروحية إلى أن تكون بمثابة دعم وليس عبئًا ثقيلًا. على سـبيل المثال، الصـيام ليس إلزاميا عندما نكون مريضـين أو مسـافرين. يمكننا تعويض الأيام الضـائعة في الأيام التي نكون فيها بصحة جيدة ونعيش حياة طبيعية.

يمكننا أن نتعلم الكثير من الوظيفة الغذائية للروح النباتية. التجاوزات غير المتوازنة في التغذية البدنية هي سـوء التغذية والشـراهة. لدينا تجاوزات روحية مماثلة. غالبًا ما ينجم سـوء التغذية الروحي عن الانشـغال بالعالم أو اتباع نظام غذائي روحي مليء "بالسـعرات الحرارية الفارغة" التي ليسـت مغذية حقًا (على ســـبيل المثال، من خلال قراءة الوجبات الســـريعة الروحية المزيفة بدلاً من الكتب المقدســـة أو

[229] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 134.

الكلاسيكيات الدينية). يمكن أيضًا أن يكون سبب عسر الهضم الروحي هو قراءة الكثير من الكتب الروحية دون استيعاب محتوياتها وتطبيقها. بعض الناس شرهون روحانيون، يتنقلون من معلم إلى معلم، ومن تقنية إلى تقنية، ويبحثون دائمًا عن شيء أعلى. [230]

(هؤلاء هم مثل المزارعين الذين يحفرون آبارًا بعمق 7.5 مترًا بدلاً من حفر بئر بعمق 30 مترًا في المكان الذي لديه الاحتمال الأكبر). بأي طريقة تعتقد أنه سيكون من الأسهل العثور على الماء؟ [231]

وبالمثل، فإن دوافع العاطفة والخوف والغضب لدى النفس الحيوانية يمكن أن تصبح مشوهة وغير متوازنة. ومن هذه الانحرافات خدمة العالم في سبيل الله، أو البقاء في الدنيا والدعاء لله. يمكن أن يجعل من الصعب عليك أن تتذكر. الشخص الذي يخاف من كل شيء لا يستطيع تحقيق أي شيء. فالشخص الذي لا يخاف من أي شيء من المرجح أن يتسبب في ضرر جسيم لنفسه، تمامًا مثل الطفل الذي يلعب بموقد ساخن. فكما أن أولئك الذين ليس لديهم رغبات أو أهواء من المرجح أن لا يحققوا شيئًا، فإن أصحاب الرغبات المفرطة في النمو قد يقعون فريسة لهم. المثل الأعلى الصوفي هو تطوير حياة متوازنة من حيث العمل والخدمة والمسؤوليات العائلية والعبادة والممارسة الصوفية. والمثل الأعلى هو أن الحياة الخارجية المتوازنة تؤدي إلى حياة داخلية متوازنة.

من نواحٍ عديدة، تكون أصوات النفوس الأربعة الأولى أعلى من الأصوات الثلاثة الأخرى، على سبيل المثال، عندما لا يتم تلبية احتياجاتنا الجسدية، غالبًا ما نستجيب على الفور. نحن أيضًا ننتبه على

[230] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 59.

[231] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 59.

الفور إلى متطلبات الروح الشخصية القادمة من الأنا. ولسوء الحظ، بما أن متطلبات هذه الأرواح متجذرة في العالم المادي، فإن تلبيتها تستهلك جزءًا كبيرًا من طاقتنا ووقتنا.

من الأســـهل أن نتجاهل احتياجاتنا الروحية. - حاجتنا الروحية الرئيســـية هي التعبير عن التعاطف من خلال خدمة الآخرين وتذكر الله ســـبحانه وتعالى. الخدمة مع الإخلاص هي شـــكل من أشكال العبادة. هذه الممارسات، الصلاة المستمرة والذكر، يمكن أن تتعمق حتى تصل إلى حالة -

والمحفل الصـــوفي هو مكان يجتمع فيه الروحانيون، وهو جو يدعم إشـــباع الحاجات المادية والروحية. في نزل بير-سوف، بالإضافة إلى الخطب الملهمة والممارسات الروحية، يتم أيضًا تقديم عروض دينية سخية لأولئك الذين يأتون.

الصدر هو مكان نور العمل. وكل عمل صالح يؤدي إلى فتح القلب وتهيئته للاستفادة من نور أحوال القلب الداخلية وحكمتها. وكل عمل ســـيئ يغلق القلب ويحجب النور والحكمة الخارجة من داخله. [232]

[232] كتاب النفس والقلب والروح روبرت فراجر ص 59.

نتائج البحث والتوصيات

1. اخترت هذه الفقرات بتوفيق الله وعونه لأبيّن أهمية تربية النفس وتزكيتها لأنها مرتبطة ارتباطا وثيقا بالقلب وترقية لكل مقامات الباطن فهو مركز الإيمان والتوحيد فانعكاس المعارف عليه يورثنا روحاً صافيةً عارفة متوجهة لخالقها.

2. رأينا أن للقلب مقامات وهذه المقامات مقام الباطن الأربعة مرتبطة ارتباطا وثيقا بالأخلاق النبيلة فالأخلاق هي الترجمان الصريح للقلب على طهارته ونقائه وخلاصه من أمراض القلوب.

3. حقيقة الروح ليس لأحد من سبيل إليها بل هي مما اختصّ الله سبحانه بعلمها ليتأمل الإنسان أن روحه التي هي حياته وسمعه وبصره رغم قربها إليه إلا أنها من أمر الله ليس له من سبيل لمعرفة حقيقتها.

4. فلا بد لنا من سلوك هذا الطريق لنجتاز صعوبات النفس وأمراض القلوب وننال رضى الله في الدنيا والآخرة.

5. وانطلاقا من هذا البحث أوصي كل من أراد أن ينهض بحال مجتمعه باحثاً وساعيا إلى إصلاحه أن يبدأ بتهذيب نفسه كما أوصى أرباب البصائر وأهل التزكية (كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته) وبذلك يزول الفساد رويدا رويدا. فسلامة النفس والقلب والروح أساس الصلاح وأساس حصول الوئام والفضيلة بين المسلمين ومن هنا أيضاً أوصي طلاب العلم أن يكثروا الأبحاث عن النفس والقلب لأهمية هذا الموضوع وتطويره في رقيّ الأمة فكما أن البحوث الطبية عن جسم الإنسان لا تنتهي وهي في تطوّر وبحوثات دائمة كذلك لا بد من استمرارية الأبحاث التي تدرس نفس الإنسان فهو جوهر الخليقة وخليفة الله في الأرض.

وختاماً أسـال الله مالكَ القلوب وخالق البرية أن يتولى أنفسـنا وقلوبنا بالتربية والحفظ ويزيدنا من فضله وأنواره حتى نصل إلى ما وصل إليه أصحاب هذا الطريق

الخاتمة

ختامًا، يمكن القول إن العلاقة بين النفس والقلب والروح تمثل محورًا أساسيًا في فهم الإنسان وطبيعته المعقدة. تعد النفس جانبًا يعكس الشخصية والهوية الفردية، بينما يُعتبر القلب مركز العواطف والمشاعر، والروح تمثل العنصر الأعمق الذي يربط الإنسان بخالقه.

التفاعل بين هذه الأبعاد الثلاثة يحدد الصحة النفسية والجسدية للفرد، ويؤثر على توازنه الداخلي وحياته الاجتماعية. يُظهر البحث أن توازن النفس والقلب والروح يساهم في تعزيز الإحساس بالسعادة والرضا، بينما يؤدي اختلال هذا التوازن إلى العديد من الاضطرابات النفسية والجسدية.

من الضروري إدراك أهمية تعزيز هذا التوازن من خلال ممارسة العبادات الجسدية كالصلاة، والقلبية التي تترجم بالأخلاق النبيلة والروحية التي تتجلى بالمعرف والأنوار الإلهية، والتواصل الفعّال مع الذات والآخرين، والتفاعل الإيجابي مع العالم من حولنا. كذلك، تلعب القيم الروحية دورًا مهمًا في توجيه سلوك الإنسان وتحقيق التكامل بين النفس والقلب والروح، مما يساعد في بناء حياة متكاملة ومتوازنة.

في الختام، فإن فهم وتقدير هذه العلاقة العميقة يمكن أن يفتح آفاقًا جديدة لتعزيز جودة الحياة، وتحقيق الانسجام الداخلي والخارجي، والارتقاء بالصحة النفسية والروحية.

وهكذا ولله الحمد قد تمّ البحث بعون الله راجين من الله تعالى القبول وإيصال المطلوب والنّفع الدائم لأرباب العقول والقلوب.

فهرس المصادر

- القرآن الكريم
- ابن خليل، أحمد بن إبراهيم بن محمد، **كنوز الذهب في تاريخ حلب**، دار القلم، حلب
- الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب، **المفردات في غريب القرآن**، تحقيق: صفوان عدنان الداودي، دار القلم، دمشق، ١٩٩١م.
- البخاري، أبو عبد الله محمد بن إسماعيل، **صحيح البخاري**، المحقق: مصطفى ديب البغا، دار ابن كثير، دمشق، الطبعة الخامسة، ١٩٩٣م.
- الترمذي، أبي عبد الله محمد بن علي، ب**يان الفرق بين الصدر والقلب والفؤاد واللبّ**، المركز الملكي للبحوث والدراسات الإسلامية، الأردن، 2009م.
- الترمذي، محمد بن عيسى بن سَوْرة بن موسى بن الضحاك، **سنن الترمذي**، تحقيق وتعليق: أحمد محمد شاكر ومحمد فؤاد عبد الباقي وإبراهيم عطوة عوض المدرس في الأزهر الشريف، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي، مصر، الطبعة الثانية، ١٩٧٥ م.
- الجوزية، أبي عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب بن القيم، **كتاب الروح**، دار علم، الفوائد،٢٠١٩م.
- الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم، **مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين**، دار الكتاب العربي، بيروت، ١٩٩٦
- الحسني، العارف بالله أحمد بن محمد بن عجيبة، **إيقاظ الهمم في شرح الحكم**، دار المعارف، القاهرة.
- حوى، سعيد، **الأساس في السنة وفقهها**، دار السلام للطباعة والنشر، القاهرة، 1992م.

- الدمشقي، الشيخ محمد جمال الدين القاسمي، **كتاب موعظة المؤمنين من أحياء علوم الدين**، تحقيق الأستاذ نعيم زرزو، 2005 م.
- رحمان، شهاب أحمد، **جهود العلماء الصوفيين في الأثر الاجتماعي**، جامعة صلاح الدين،2013.
- السجستاني، أبو داود سليمان بن الأشعث الأزدي، **سنن أبي داود**، المحقق: شعيب الأرناؤوط ومحمد كامل قره بللي، دار الرسالة العالمية، القاهرة، الطبعة: الأولى، ٢٠٠٩ م
- السكندري، الحكم العطائية لابن عطاء، **مركز الأهرام**، القاهرة، الطبعة الأولى، 1988م.
- السُلميّ، أبو عبد الرحمن، **المقدمة في التصوف وحقيقته**، تحقيق الدكتور حسين أمين، مطبعة القادسية بغداد، سنة 1984.
- السُلميّ، أبو عبد الرحمن، **طبقات الصوفية**، يسره ورتبه أحمد الشباصي، مطبعة الشعب،١٩٩٤م.
- السهلي، عبد الله بن دجين، **الطرق الصوفية**، الرياض، دار كنوز أشبيليا، ط١، ٢٠٠٥م.
- السيوطي، جلال الدين، **علم التصوف**، تحقيق جلال تسير قنبس، دار التقوى دمشق، ط3 ،2012 م.
- شريف، محمد جلال ، **دراسات في التصوف السلامي**، دار النهضة بيروت،ط 1984.
- شمس الدين، أبو عبد الله محمد بن أبي بكر، **حدائق الحقائق في الموعظة والتصوف**، دار الكتب العلمية، بيروت، 1971م.

الطبعة: الأولى، ١٩٩١م.

● الطوسي، أبو نصر عبد الله بن علي السراج، **اللمع في التصوف**، دار الكتب الحديثة، مصر، ١٩٦٠.

● العتكي، أبو بكر أحمد بن عمرو بن عبد الخالق بن خلاد بن عبيد الله، **مسند البزار**، المحقق: محفوظ الرحمن زين، مكتبة العلوم والحكم، المدينة المنورة، الطبعة الأولى، ١٩٨٨م.

● عثمان، أحمد محمد، **نظرات في النفس الإنسانية**، جامعة البصرة كلية التربية للعلوم الإنسانية، العراق، ٢٠١٧م.

● العمراني، أحمد، **أثر القرآن الكريم في ضبط النفس**، مجلة البيان (العدد ٢٣٨).

● عيسى، عبد القادر، **حقائق عن التصوف**، دار التقوي، سوريا، ٢٠١٣م،

● الغزالي، أبو حامد، **إحياء علوم الدين**، دار المعرفة، بيروت، عدد الأجزاء 4، ١٩٨٢م.

● القزويني، أبو عبد الله محمد بن يزيد بن ماجة، **سنن ابن ماجه**، المحقق: شعيب الأرناؤوط وعادل مرشد ومحمَّد كامل قره بللي وعَبد اللّطيف حرز الله، دار الرسالة العالمية، القاهرة، الطبعة الأولى، ٢٠٠٩ م.

● مصطفى، ايمان كمال ، **القلب ودلالته عند الصوفية**، مجلة مداد الآداب، المجلد ١، ٢٠١٥م

● النسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب ، **سنن النسائي**، المحقق: محمد رضوان عرقسوسي ومحمد أنس مصطفى الخن، دار الرسالة العالمية، القاهرة، الطبعة الأولى، ٢٠١٨ م.

● النيسابوري، أبو الحسين مسلم بن الحجاج القشيري، **صحيح مسلم**، المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، مطبعة عيسى البابي الحلبي وشركاه، القاهرة، ١٩٥٥ م.

● الهيثمي، أبو الحسن نور الدين علي بن أبي بكر بن سليمان، **مجمع الزوائد ومنبع الفوائد،** المحقق: حسام الدين القدسي، مكتبة القدسي، القاهرة، ١٩٩٤ م.

● منظومة النفس والروح في الكيان الإنساني وعلاقتها بالتزكية, 2022 بيان قهوجي، ورفعت أوكودان

● لطائف الإشارات، تفسير القشيري. المؤلف: عبد الكريم القشيري الجزء: 1 ص 31.

● منازل السائرين، المؤلف: أبو إسماعيل عبد الله بن محمد بن علي الأنصاري الهروي (ت ٤٨١هـ) الناشر: دار الكتب العلمية – بيروت

● الرسالة القشيرية، المؤلف: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (ت ٤٦٥هـ) تحقيق: الإمام الدكتور عبد الحليم محمود، الدكتور محمود بن الشريف الناشر: دار المعارف، القاهرة.

● القلب والنفس والروح المؤلف: روبرت فراجر بالإنجليزية ترجمه إلى التركية إبراهيم كاباكلي كايا مطبعة كورتيش الطبعة الثانية 2003.

KAYNAKÇA

Kur'an-ı Kerim

Abdülhalik, Abdülrahman. *el-Fikrü's-Süfî*, Mısır, Darü'l Harameyin, 2008.

Atkî, Ebû Bekr Ahmed b. Amr b. Halâd bi. Ubeydullah. *Müsnedü'l-Bezzâr*, nşr: Mahfûzurrahman Zeyn, Medine: Mektebetü'l-Ulûm ve'l-Hikem, 1988.

Cevzîye, Ebû Abdillah Muhammed b. Ebî Bekir b. Eyyûb b. Kayyim. *Kitâbü'r-Rûh*, Beyrut: Dârü'l-İlm, 2019.

Cevzîye, Muhammed b. Ebî Bekir b. Eyyûb b. Sa'd Şemsüddin İbn-i Kayyim. *Medaricul Salikin Beyne Menazili İyyake Na'büdü ve İyyake Nestain*, Beyrut: Darü'l-Kitabi'l-Arabi, 1996.

ed-Dimaşkî, Şeyh Muhammed Cemâlüddin el-Kâsımî. *Mev'izatü'l-Mü'minin min İhyai Ulumi'd-Din*, nşr. Naîm Zerzû, Beyrut: Darü'l-Kitabi'l-Arabi, 2005.

ed-Dür, Seyfeddin. *es-Siraa ala'Sülta fi el-İrak*, Dar'ül-Hikme, 2019.

el-Buhârî, Ebû Abdulllah Muhammed b. İsmâil. *Sahîh-i Buhârî*, nşr. Mustafa Dib el-Bugâ, Şam: Daru İbn Kesir, 1993.

el-Ferâhîdî, Ebû Abdirrahmân el-Halîl b. Ahmed b. Amr b. Temîm. *Künûzü'z-zeheb fî târîhi Haleb*, Halep: Daru'l-Kalem, 1994.

el-İsfahânî, Ebü'l-Ferec Alî b. el-Hüseyn b. Muhammed b. Ahmed el-Kureşî. *el-Müfredât fî Garîbi'l-Kur'ân*, nşr. Safvân Adnan ed-Dâvûdî, Şam: Darü'l-Kalem, 1991.

el-İskenderî, İbn-i Atâ. *el-Hikem-l-Atâiyye*, Kahire: Merkezü'l-Ehrâm, 1988.

er-Risale el-Kuşeyriye, Müellif: Abdülkerim bin Hevazin bin Abdülmelik el-Kuşeyri. Tahkik: İmam Dr. Abdülhalim Mahmud, Dr. Mahmud b. Şerif. Yayıncı: Dar el-Maarif, Kahire.

es-Sehli, Abdullah b. Duceyn, *et-Türükü's-Süfiyye*, Riyad: Daru Künüzi İşbiliyye, 2005.

es-Sicistânî, Ebû Dâvûd Süleymân b. el-Eş'as b. İshâk es-Sicistânî el-Ezdî. *Sünen-i Ebû Dâvûd*, nşr. Şuayb el-Arnaût, Kahire: Darü'r-Risaletü'l-Alemiyye, 2009.

es-Suyûtî, Ebü'l-Fazl Celâlüddîn Abdurrahmân b. Ebî Bekr b. Muhammed el-Hudayrî es-Süyûtî eş-Şâfiî. *İlmü't-Tasavvuf*, nşr. Celâl Teysîr, Şam: Dârü't-Tekvâ, 2012.

es-Süllemi, ebu Abdulrahman. *et-Tabakatü's-Süfiyye*, nşr. Ahmed eş-Şebasi. Matbaatü'l-Şab, 1994.

es-Süllemî, Ebû Abdurrahman. Mukaddimetü't-Tasavvuf ve Hakikatuhu, nşr. Hüseyin Emin, Bağdat: Matbaatu'l-Kadisiyye, 1984.

es-Süllemî, Ebû Abdurrahman. Tabakâtü's-Sûfiyye, nşr. Ahmed Şebâsî, Filistin: Matbaatü'ş-Şa'b, 1994.

et-Tirmizî, Ebû Abdillâh Muhammed b. Alî b. Hasen. *Beyânü'l-fark beyne's-sadr ve'l-kalb ve'l-fuâd ve'l-lüb*, Ürdün: el-Merkezü'l-Melekî li'l-buhûsi ve'd-Dirâseti'l-İslâmiyye, 2009.

et-Tirmizî, Ebû Îsâ Muhammed b. Îsâ b. Sevre. *Sünen'üt-Tirmizi*, nşr. Ahmed Muhammed Şâkir, Mısır: Şirketü Mektebeti ve Matbaati Mustafa el-Bâbî'l-Halebî, 1975.

et-Tûsî, Ebû Nasr Abdullah b. Ali es-Serrâc. *el-Lüma' fi't-Tasavvuf*, Mısır: Dârü'l-Kütübi'l-Hadîse, 1960.

Frager, Robert. *Kalp Nefs ve Ruh ilişkisi* (İnglizce), Türkçeye İbrahim Kapaklıkaya, Kurtiş Matbaası, ikinci basım, 2003.

Gazâlî, Ebû Hâmid. *İhyâü Ulûmi'd-Dîn*, Beyrut: Dârü'l-Ma'rife, 1982.

Havvâ, Said. *el-Esâs fi's-Sünne ve-Fikhuhâ*, Kahire: Dârü's-Selâm li't-Tıbâa ve'n-Neşr, 1992.

İbn Acîbe, Ebü'l-Abbâs Ahmed b. Muhammed b. Mehdî el-Hasenî eş-Şâzelî. *İkâzu'l-Himem fî Şerhi'l-Hikem*, Kahire: Dârü'l-Maarif, 1991.

İsâ, Abdülkadir. *Hakâiku'n ani't-Tasavvuf*, Suriye: Dârü't-Tekvâ, 2013.

Kazvînî, Ebû Abdullah Muhammed b. Yezîd b. Mâce. *Sünen-i İbn Mâce*, nşr. Şuayb el-Arnaût, Kahire: Dârü'r-Risâle el-Âlemiyye, 2009.

Latâif al-Isharat, Tefsir al-Qushayri. Müellif: Abd al-Karim al-Qushayri. Cilt: 1, s. 31.

Menzil es-Sâirin, Müellif: Ebu İsmail Abdullah bin Muhammed bin Ali el-Ensari el-Haravi (Ö. 481H). Yayıncı: Dar el-Kutub el-İlmiyye – Beyrut.

Osman, Ahmed Muhammed. *Nazratun fi'n-Nefsi'l-İnsâniyye* , Irak: Külliyyetü't-Terbiyye li'l-Ulûm'il-İnsâniyye, 2017.

Ruh ve Kalp Sistemi ve Alkışlarla İlişkisi,

Sehâlî, Abdullah b. Dicen. Tabakâtu's-Sûfiyye, Riyad: Daru Künuz-i İşbilya, 2005.

Selim, Selv . *Ale'l-İslam* .Kahire: Mektebetu Vehbe, Kahire, 1985.

Seyyid, Ahmed .*et-Terbiye fi'l-Kur'an* .Kahire: Alemu'l-Kitab, 1995.

Sicistani, Ebu Davud .*es-Sünen* .nşr. Şuayb Arnavut. Daru’r-risaleti’l-alemiyye, 2009.

Suyuti, Abdurrahman .*el-İtkan* .Matbaatu’l-Meşhed, 1951.

Şahhat, Mustafa .*Usulu’t-Terbiye* .Daru’l-Harici, 2004.

Şemsüddin, Ebû Abdullah Muhammed b. Ebî Bekir. Hadâiku'l-Hakâik, Beyrut: Dârü'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1971.

Şerîf, Muhammed Celâl. *Dirâsât fi't-Tasavvufü'l-İslâmî*, Beyrut: Dârü'n-Nahda, 1984.

Yusuf, Musa .*ed-Din ve’l-Ahlak* .Kahire: Daru’l-kitab, 1992.

Zağlul, İmad .*Mebadi İlmü’n-Nefsi’t-Terbevi* .Amman: Daru’l-Mesire, 2010.