

شورای سیاست گذاری حوزه های علمیه خواهران

مرکز مدیریت حوزه علمیه خواهران

مدرسه علمیه حضرت زینب(س)

عنوان مقاله:

هوای نفس از دیدگاه آیات قرآن کریم

استاد مربوطه:

سرکار خانم فاطمه نظیر

نام پژوهشگر:

فاطمه کریمی زارچی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فهرست:

طرح تفصیلی:	أ.....
تعریف و تبیین	أ.....
اهمیت و ضرورت تحقیق:	أ.....
اهداف و فواید تحقیق:	ب.....
پیشینه تحقیق:	ت.....
پیشینه پیدایش:	ت.....
پیشینه پژوهشی	ت.....
سوالات تحقیق	ج.....
سوال اصلی:	ج.....
سوالات فرعی:	ج.....
سوالات فرعی تر	ج.....
فرضیه تحقیق:	ح.....
واژگان کلیدی	ح.....
روش تحقیق:	ح.....
ساختار تحقیق:	ح.....
مشکلات و محدودیت ها:	خ.....
چکیده:	۱.....
مقدمه:	۲.....
چیستی هوای نفس:	۲.....

۵.....	وجوب جهاد نفس:
۷.....	مراتب نفس:
۸.....	یکم: نفس اماره
۱۰.....	دوم: نفس لوّامه:
۱۱.....	سوم: نفس عاقله (ناطقه یا متفکره
۱۲.....	چهارم: نفس ملهمه
۱۳.....	پنجم: نفس مطمئنه:
۱۵.....	ششم: نفس راضیه:
۱۵.....	هفتم: نفس مرضیه:
۱۶.....	مراحل تزکیه نفس:
۱۶.....	_ تفکر:
۱۸.....	_ عزم:
۱۹.....	_ مشارطه:
۱۹.....	_ مراقبه:
۲۲.....	نتیجه گیری
۱۹.....	فهرست منابع و مآخذ:

طرح تفصیلی:

تعریف و تبیین (هوای نفس از دیدگاه آیات قرآن):

نیروهایی در انسان وجود دارد که اگر انسان از آن استفاده صحیح کند و آن را در بند عقل و فکر قرار دهد باعث رشد و تکامل بیشتر شده در غیر این صورت این نیروها مانند حیوان سرکش و چموش هم به خود آسیب می رسانند و هم به غیر خود، مانند خواسته های بی نهایت نفس انسان که از آن به هوای نفس تعبیر می شود. چنانچه می دانیم انسان از دو بعد جسمانی و روحانی آفریده شده و هدف از آفرینشش رسیدن به کمال حقیقی است که جز در گرو شناخت نفس و مبارزه با هوای نفس حاصل نمی شو. پس در ابتدا باید بدانیم نفس چیست و چه مراتبی دارد و راه های تزکیه ی آن را بشناسیم تا کمال منتظر که سعادت و تکامل معنوی انسان در گرو آن است، حاصل شود.

اهمیت و ضرورت تحقیق:

با توجه به اینکه اساسا هر چیز که موجود می شود ، کمال منتظری دارد، انسان نیز به عنوان اشرف مخلوقات کمالی دارد که دست یابی به آن در گرو تزکیه نفس است. لذا برای رسیدن به آن باید اقدامات لازم را انجام دهد و همین انسان را مجاب می کند که راهی برای کسب اطلاعات در زمینه شناخت مراتب نفس و مراحل تزکیه آن به دست آورد.

مراقب خود باشد و بر عهد و پیمان بایستد. به وسوسه های شیطان و نفس دل نسپارد و از شر آنها به خدا پناه ببرد. (نراقی. ج ۲. ص ۳۸۰)

فرازی از فرمایش حضرت امام (قدس سره) درم مورد مراقبه:

«انسان باید مثل طبیب و پرستار مهربان از حال خود مواظبت نماید و مهار نفس سرکش را از دست ندهد، که به مجرد غفلت، مهار بگسلد و انسان را به مذلت و هلاک کشاند و در هر حال به خدای تعالی پناه برد از شر شیطان و نفس اماره.» (امام خمینی. ص ۲۳۸)

محاسبه:

محاسبه آنست که انسان هر روز از خود حساب گیرد و موازنه طاعات و معاصی نماید که چه طاعتی یا معصیتی مرتکب شده است. اگر طاعتی داشته بر آن بیافزاید و اگر گناهی مرتکب شده ضمن عقاب نفس خویش در جبران آن بکوشد و شکر خدا بر جای آورد.

«پیامبر(ص) فرمود: به حساب خود برسید پیش از آنکه به حساب شما برسند و اعمال خود را بسنجید پیش از آنکه آن را به ترازوی قیامت سنجند.» (نراقی. ج ۲. ص ۳۸۲)

امام موسی بن جعفر می فرمایند: از ما نیست کسی که هر روز نفس خود را محاسبه نکند، پس اگر اعمال نیک انجام داده بر آن بیافزاید و اگر بد کرده از آن استغفار کند.

تذکر:

تذکر ینی متذکر عظمت خداوند بودن و نعمت های او را یاد کردن و توجه داشتن به اینکه انسان در محضر خداست و باید از گناه بپرهیزد. آیات در باب ذکر و تذکر زیاد است. از جمله «یا اَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا اذْکُرُوا اللّٰهَ ذِکْرًا کَثِیرًا» (احزاب. ۴۱). در سوره اعراف آیه ۲۱ در وصف پرهیزگاران آمده است: آنان با تذکر و تنبیه، وسواس شیطانی را دفع کرده و با بصیرت ایمانی از گناه اجتناب می ورزند. نقطه مقابل تذکر، فراموشی و غفلت است. که در آیات و روایات مورد نکوهش قرار گرفته است. قرآن کریم هشدار می دهد از کسلنی نباشید که خدا را فراموش کردند و خداوند خودشان را از یاد برد و به ورطه فسق و فجور کشیده شدند. (حشر. ۱۹) و شیطان بر آنان مسلط شده و ذکر خدا را از یادشان برده است. «اسْتَخَوَذَ عَلَیْهِمُ الشَّیْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِکْرَ اللّٰهِ» (مجادله. ۱۹)

نتیجه گیری:

حاصل و خلاصه اینست که اسلام از ما (یُزَکیهم) می خواهد . آن هم بدون علم ممکن نیست. پس آموختن مسائل روانی و اخلاقی، مقدماتی برای اینکه تزکیه نفس حاصل شود لازم است.

پس بعد از طرح مختصری از موضوع و بیان اینکه انسان نیز مانند دیگر مخلوقات کمال منتظری دارد، بر هر انسانی واجب است برای رسیدن به کمال و سعادت خود تلاش کند . این امر جز از راه تزکیه نفس که مراحل آن را ارباب سلوک و عرفا در کتب و امام راحل در شرح چهل حدیث خود ذکر کرده اند، به دست نمی آید. آدمی با تعقل در کارهای خویش و حساب کشیدن از خود در ساعات معینی از روز می تواند عزم خود را جزم کرده و شروع به حرکت در این مسیر نماید. بدیهی است که همه این کارها زمانی مفید خواهد بود که عامل در این مسیر استقامت و پایداری داشته باشد و اگر اشتباهی از او سر زد، خود را جریمه و مأخذہ کند؛ و به سر منزل اصلی که منجر به شناخت خداوند تبارک و تعالی می شود، برسیم.

«إِنْ شَاءَ اللَّهُ»

فهرست منابع و مآخذ:

_قرآن کریم

_نهج البلاغه

_کتاب ها:

- (۱) اصفهانی. راغب. مفردات الفاظ قرآن کریم. ترجمه مصطفی رحیمی نیا. نشر سبحان. ۱۳۸۶
- (۲) اعلائی نوبرانی. محمد اسماعیل. چهل حدیث به انضمام چهل حدیث دیگر. قم. ۱۳۷۰
- (۳) آمدی. عبد الواحد. غررالحکم علی بن ابی طالب. ج ۲. ج ۱. قم انتشارات امام عصر (عج). ۱۳۸۱
- (۴) امینی. ابراهیم. خود سازی یا تزکیه و تهذیب نفس. ج ۲. ۱۳۸۶
- (۵) چمران. مصطفی. خود سازی. مرکز تبلیغات پیروان ولایت فقیه مشهد.
- (۶) حر عاملی. محمد بن حسین. ترجمه کتاب جهاد نفس (وسائل الشیعه). قم. انتشارات اهل بیت.

۱۳۷۴

- (۷) خمینی. روح الله. شرح چهل حدیث. انتشارات موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی. ۱۳۷۱
- (۷) ری شهری. محمد. میزان الحکمه. ترجمه حمیدرضا شیخی. ج ۱۰. نشر دار الحدیث. ۱۳۸۵
- (۹) سعیدیان. محسن. هوای نفس (شیطان و پیروی از آن). انتشارات قم. ۱۳۸۲
- (۱۰) صالحی. عبدالله. تهذیب نفس یا سلوک الی الله. چ ۱. ج ۱. دار النشر. ۱۳۶۴
- (۱۱) طباطبائی. سید محمد حسین. تفسیر المیزان. چاپ گلشن. ۱۳۹۳
- (۱۲) قرشی. علی اکبر. قاموس قرآن. ج ۳. دار الکتب الاسلامیه. ۱۳۵۲
- (۱۳) قمی. عباس. سفینه البحار و مدینه الحکمو الآثار. قم سپهر. ۱۳۷۴
- (۱۴) کفعمی. تقی الدین ابراهیم بن علی. محاسبه نفس لوازمه و تنبیه الروح النوازمه. قم. موسسه قائم آل محمد. ۱۳۷۱
- (۱۵) مطهری. مرتضی. آشنایی با قرآن. ج ۱۰. انتشارات صدرا. ۱۳۸۶
- (۱۶) نراقی. علامه ملا مهدی. ترجمه متن کامل جامع السعادات. ترجمه کریم فیضی. ج ۲. انتشارات قائم آل محمد (علیه السلام). چ ۱