

منظور از ملکات نفسانی چیست؛ چگونه یک عمل برای انسان ملکه می‌شود؟

ملکه نفس شدن یعنی چه و کدام خصوصیات می‌توانند به ملکات نفسانی تبدیل شوند؟

اگر به کتاب‌های اخلاق سر زده باشید، احتمالاً اصطلاح «ملکات نفسانی» زیاد به چشم‌تان خورده است. ملکات جمع ملکه و به معنی پادشاه است. نفس انسان در بدو تولد همانند یک صفحه سفید عاری از هر گونه نقش و نگار و صفاتی است، به مرور زمان دارای توانمندی‌ها و صفاتی می‌شود که به اختیار خود و به واسطه تکرار اعمال در وجود خود ثابت کرده است. در اصطلاح به این صفات نفسانی، ملکات نفسانی گفته می‌شود.

هر ملکه، به منزله ابزاری مفید و مؤثر در اختیار ماست؛ به عنوان مثال، رانندگی برای فرد مبتدی، بسیار دشوار بوده و احتیاج به تمرکز و توجه بالایی دارد؛ ضمن اینکه خطرات فراوانی را هم برای سرنشینان در پی خواهد داشت؛ اما کسی که مهارت رانندگی را کسب کرده، در هنگام رانندگی می‌تواند با دیگران گفتگو کند، میوه بخورد، مناظر اطراف جاده را ببیند و بی‌آنکه حادثه‌ای بیافریند، در زمانی کوتاه، مسافتی طولانی را طی کند. در مورد ملکات نفسانی هم این قاعده وجود دارد؛ به عنوان مثال، حفظ حضور ذهن و حضور قلب در نماز برای انسان‌های خودساخته که ملکه حضور یا خشوع را کسب کرده‌اند، در مقایسه با مردم عادی به مراتب آسان‌تر است. **ملکات نفس** را می‌توان به چند گروه گسترده تقسیم کرد:

• ملکه‌های جسمانی:

پاره‌ای از ملکات، «جسمانی» است و بیشتر در اعضای بدن ظهور و بروز دارد؛ مانند مهارت شنا و سوارکاری.

• ملکه‌های ذهنی:

برخی دیگر از ملکات، توانمندی‌های «ذهنی» هستند؛ مانند ملکه تمرکز یا قدرت تجزیه و تحلیل.

• ملکه‌های روحی و قلبی:

دسته دیگر ملکات که موضوع مورد بحث ما در این مقاله می‌باشد، صفات «روحی» و «قلبی» هستند که عبارتند از ملکات مثبت مثل سخاوت و حلم یا ملکات منفی مثل بخل و حسادت.

در اکثر کتاب‌ها توصیه شده که صبر، راست‌گویی، بخشندگی و سخاوت را آن‌قدر تمرین کنیم تا برایمان ملکه شود؛ طوری که همیشه گوش به فرمان ملکه صبر، راست‌گویی و بخشندگی باشیم و هر یک از این صفات پادشاه وجودمان شوند. مسلماً بین کسی که سعی می‌کند راست‌گو باشد با کسی که راست‌گویی برایش ملکه شده، تفاوت بسیار است؛ مثلاً کسی که می‌گوید من اصلاً نمی‌توانم کینه به دل بگیرم، یعنی پاک‌دلی در نفسش تسلط دارد و شیطان به راحتی نمی‌تواند او را وسوسه کند. صفات بد هم همین‌طور است. کسی که نمی‌تواند چشمش را کنترل کند، یعنی هرزگی چشم بر نفس او ملکه و حاکم شده است.

اکنون ممکن است این سؤال در ذهن‌ها خطور کند که اعمال ما چگونه برایمان ملکه می‌شود؟

برای پیدا کردن پاسخ این سؤال، لازم است قبل از آن، کمی درباره مفهوم عمل و ارتباط آن با دارایی صحبت کنیم و ببینیم آیا هر عملی منجر به کسب صفت و دارایی می‌شود؟

ارتباط عمل و دارایی

در درس‌های گذشته گفتیم که [دنیا دار عمل است](#) و ما آمده‌ایم تا عمل انجام دهیم. عمل همان چیزی است که نتیجه آن شدن است؛ یعنی کسب کمال و دارایی یه وسیله اعمال اتفاق می‌افتد. ما باید با شرایط زیستی بهشت سنخیت پیدا کنیم و قدرتمند شویم. تمام کارهای ما اعم از همسر‌داری، تربیت فرزند، درس خواندن، خدمت به خلق، عبادت‌ها و حتی صورت‌های مقدس مانند جهاد و شهادت؛ اگر منجر به انس و شباهت بیشتر با حق تعالی نشود، فقط جذب بخش‌های طبیعی شده و قلب ما چیزی دریافت نکرده است. ما بدون عمل هر چقدر اطلاعات کسب کنیم، سبب سنگینی قلب و دوری ما از مسیر درست شباهت به خداوند می‌شود. باید توجه داشت که عمل غیر از مقوله علم است، علم اطلاعات و عمل بهره‌گیری از آن

اطلاعات است. کیفیت حیات برزخی و نحوه محسوس شدن ما در قیامت و حیات بعد از آن، همگی محصول عمل و نتیجه انتخاب‌ها، ارتباط‌ها، رفتارها و افکار ماست.

محصول اعمال ما در قلب و روح ما ذخیره می‌شود؛ چون تنها دارایی ما قلب ماست. همان‌طور که جنین در رحم مادر، بدون عضوسازی و شکل‌گیری، سالم به دنیا نخواهد آمد، قلب و روح ما نیز بدون عمل به رشد و سلامت نمی‌رسد. اگر عمل نباشد، ملکه و قدرتی در وجود ما ایجاد نمی‌شود. ما برای رسیدن به هدف خلقت و شبیه شدن به الله، بایستی دانایی‌های خود را تبدیل به دارایی کنیم و عمل مرحله‌ای است که دانش را تبدیل به دارایی می‌کند؛ هیچ کس صرف خواندن کتاب آیین‌نامه رانندگی، راننده نمی‌شود مگر اینکه پشت فرمان اتومبیل بنشیند و ترس و اضطراب آن را تحمل کند.

اگر بخواهیم در هر یک از بخش‌های جمادی، گیاهی، حیوانی، عقلی و انسانی، به هدفی برسیم، باید در باشگاه مخصوص آن، تمرین کرده و اطلاعاتش را به دارایی تبدیل کنیم تا نفس قدرت بگیرد. خداوند به عنوان رب و مربی ما، باشگاه‌های مختلفی نظیر ازدواج، همسررداری و فرزندپروری برای ما قرار داده تا با امتحان و تمرین و عمل در این میدان‌ها، اسماء و صفات الهی را کسب کرده و شبیه خودش شویم. کسی که از روی تنبلی از این باشگاه‌ها فرار می‌کند، شدن برایش اتفاق نمی‌افتد.

مراحل تبدیل عمل به ملکات نفسانی

گفتیم که فلسفه وجودی ما در دنیا، شدن و کسب دارایی است. دارایی یعنی همه صفات خوب برای ما ملکه شوند و صد البته که راه ملکه شدن این صفات، سعی و تمرین و تکرار است. قلب سلیمی که برای تولد سالم به آخرت باید کسب کنیم، یک‌باره یا یک شبه به دست نمی‌آید. لازمه شدن و رسیدن به دارایی، عمل و مداومت بر آن است. هر عملی که ما انجام می‌دهیم، اثری بر دل می‌گذارد و با تکرار عمل، اثر آن نیز ماندگارتر خواهد شد. ملکات نفسانی ما نظیر سخاوت، بخشش، ایثار، خوش‌خلقی و حسن‌ظن، تماماً محصول تمرین و تکرار عمل است.

اساساً ایجاد هر ملکه در نفس، مستلزم گذشت زمان است؛ هیچ صفتی، یک‌باره در وجود ما پدید نمی‌آید و از بین نمی‌رود. همان‌گونه که رشد جسمی ما یک‌شبه صورت نمی‌پذیرد، رشد روحی و کسب صفاتی الهی نیز یک‌شبه و دفعی انجام‌پذیر نیست. برای به دست آوردن ملکه خوشنویسی، باید بسیار نوشت، برای کسب ملکه رانندگی باید تمرین رانندگی کرد. هم‌چنان که گفته شده: «کار نیکوکردن از پرکردن است». برای کسب صفت شجاعت یا مهارت سخنوری، فقط آرزو یا دعا کردن کافی نیست، بلکه نیاز به اقدام عملی دارد. هر بار که عملی را تجربه می‌کنیم، یک قدم به کسب ملکه نزدیک می‌شویم. انجام هر عمل سهم کوچکی در توانمند ساختن نفس ما دارد.^۱ یک ساعت بیداری و مناجات با خداوند در دل شب، قطعاً در قرب و نزدیکی به خدا تأثیر دارد، اما نورانیت و معنویت آن، تنها در صورتی قابل درک است که بارها و بارها ادامه پیدا کند؛ از این رو نباید انتظار داشت که یک عبادت شبانه، زمین و زمان را به تصرف ما درآورد و ما را به مقام یقین برساند. این قاعده، ملکات نفسانی فاسد را هم در بر می‌گیرد؛ هر بار خلف وعده، یک قدم به سوی ناجوانمردی است و هر بار پرخوری از سر توجه و آگاهی، صورت باطنی ما را اندکی به چارپایان شبیه می‌سازد. هر عمل غضبناک و ناشایست، اندکی درنده‌خویی و گرگ‌صفتی را در وجود ما تثبیت می‌کند. آیا تاکنون در خصوص ایجاد صفات و ملکات نفسانی خوب یا رفع صفات بد در نفس، تجربه‌ای داشته‌اید؛ منتظر شنیدن نظرات و تجربیات ارزشمندتان هستیم.

^۱ امام علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: «مَنْ يَعْمَلْ يَزِدْ قُوَّةً وَ مَنْ يُقْصِرْ فِي الْعَمَلِ يَزِدْ قِتْرَةً»؛ هرکس عمل کند، نیرویش افزایش می‌یابد و هرکس در عمل کوتاهی ورزد، سستی و ناتوانیش بیشتر می‌شود.