

## **Analysis of the Compatibility of "Self Concentration" with its Plurality of Action from the Perspective of Transcendental Philosophy**

Mostafa Azizi Alavijeh\*

### **Abstract**

**Introduction:** The focus of the ego on a particular subject requires that the ego stop doing other things and focus all its attention on one thing. On the other hand, some strong and developed egos, while having total concentration, engage in several actions and behaviors, and this multiplicity and multiplicity of actions do not diminish their focus. Now the central question is how can we create a harmony between the unity that is necessary for any concentration and this multiplicity and multiplicity of activism?

**Methods:** The method used in this research is the rational-analytical method.

**Findings:** If the human being has a vast and continuous identity, and enjoys three natural and sensual and rational levels, then the attributes and attributes of some of the ranks of man are spread to each other because the levels and degrees of a single truth have a mutual influence and interplay with each other. If the lowest levels of the human soul, the five senses and the imagination of the ego are involved and occupied with one subject. This is a great deal of confusion and a distraction of the soul, and the whole human identity is occupied. Even the power of reason prevents it from its main duties and creates a preoccupation for him; for the power of the human self is the degrees of an abstract truth called the ego. If a soul becomes involved in an animal or sexual love, it occupies the whole soul, and this is the need for the physical appearance of the soul and its spiritual survival. Therefore, if any of the perceptual powers and stimulation of the ego that are like him reduces

---

\*Associate Professor of Philosophy Department, Al-Mustafa al-Alamiyah Society.

E-mail: azizialavi1356@gmail.com

Received date: 2023.03.13

Accepted date: 2023.05.07

his useless and useless work and all serve the same purpose, the result is concentration. Concentration means preventing the dispersion and dispersing of the breath, and zooming in on a focal point. In the light of its intrinsic development and intrinsic flourishing, the human soul achieves a degree of purity, acuity and population of forces, which becomes the assembly of all meanings and truths in a sudden, aggregate and unity. At this stage, the ego, while focusing and paying attention to its luminous and luminous essence, contains many truths of existence and has a great deal of attention and favors to all of them. The human soul is close to the source of power and levelity, the Lord of the universe, and many effects and meanings in him are gathered together in a crowd and in the form of a multitude, and this existential confusion has removed the boundary between unity and plurality and becomes comprehensive, and this is the secret between consensus of unity in concentration and the multitude of the effects of the soul.

**Conclusion:** The more the soul has a more complete population and unity, the more meanings and truths it will have, and therefore more action. Among the important factors that strengthen the concentration of the breath are: inhibition of imagination, reducing the sensory preoccupations and avoiding the immersion of sensations, controlling the pleasures and desires of the soul and reducing animal desires, strengthening of thought, thought and knowledge, and paying full attention to the Holy Prophet (s) and strengthening spirituality.

**Keywords:** Concentration of Ego, Strength, Effort, Crowd of Forces, Imagination, Mind.



پروشکاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## تحلیل سازگاری «تمرکز نفس» با کثرت کنشگری آن از منظر حکمت متعالیه

مصطفی عزیزی علویجه\*

### چکیده

تمرکز نفس بر موضوعی خاص یکی از محورهای جذاب در نفس‌پژوهی است. در فرایند تمرکز نفس کنشگر تمام توجه خویش را در یک نقطه مرکزی و کانونی معطوف می‌کند و برای این منظور باید از توزیع قوای ادراکی و تحریکی خویش اجتناب نماید؛ از این رو تمرکز با وحدت سازگاری و با کثرت منافات دارد. از سوی دیگر برخی نفوس قوی در عین بهره‌مندی از تمرکز بالا بر کنشگری‌های گوناگون توانمندند و مظهر «لا یشغله شأن» عن شأن» شده‌اند. پرسش اصلی آن است که با چه تحلیلی می‌توان میان تمرکز نفس که اقتضای «وحدت» و انجام یک کنش خاص را دارد، با کنشگری‌های متعدد برخی نفوس وفاق ایجاد نمود؟ «تمرکز» و «تکثر» چگونه با یکدیگر جمع می‌شوند؟ این پژوهش با روش عقلی-تحلیلی در پی حل این مسئله است. نفس انسانی در پرتو تکامل ذاتی به درجه‌ای از بساطت و وحدت و جمعیت قوا دست می‌یابد که می‌شود مجمع انبوهی از معانی و حقایق به نحو اندماجی، در این مرحله نفس در عین توجه به ذات خویش در بردارنده کثیری از حقایق هستی است. در پرتو حرکت اشتدادی نفس، گستره تمرکز از یک محدوده مضیق به یک دامنه موسع گسترش پیدا می‌کند و در نتیجه تقابل میان وحدت و کثرت زودوده شده، نفس به مرتبه جمعیت قوا دست می‌یابد.

واژگان کلیدی: تمرکز نفس، قوای نفس، همت، جمعیت قوا، متخیله، ذهن.

## مقدمه

در اهمیت تمرکز نفس و ذهن همین بس که زمینه هر گونه شکوفایی استعدادهای انسان است؛ اگر اندیشمندی نوآوری داشته و مرزهای دانش را جابه‌جا نموده و نیز اگر هنرمندی در عرصه هنر و خلاقیت خوش درخشیده و اگر صنعت‌گری مایه پیشرفت صنعتی یک کشور شده و اگر در میدان جنگ میان دو جبهه حق و باطل پیروزی حاصل شده، همگی مرهون تمرکز نفس و تجمیع نیروهای درونی و بیرونی بر هدف مورد نظر بوده است. در مقابل بسیاری از آسیب‌ها و زیان‌هایی که در زندگی روزمره متوجه انسان می‌شود، نشئت گرفته از نوعی تشتت فکری و پراکندگی و تشویش ذهنی است. در روایتی امیرمؤمنان علی علیه السلام فرمودند: «پرداختن به امور غیرمهم مایه تباهی مهم‌تر خواهد شد» (الآمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۲۶)؛ همچنین امام صادق علیه السلام به فضیل بن یسار می‌فرمایند:

کسی که هم و غم او واحد باشد، خداوند خواسته او را کفایت می‌کند؛ اما کسی که همت و نیروی او پراکنده باشد و به هر وادی تعلق بگیرد، خداوند باکی ندارد چنین فردی در هر وادی هلاکتی واقع شود (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۲۴۶).

موضوع تمرکز نفس و ذهن از چهار منظر فلسفی، عرفانی، روان‌شناختی و دینی شایان تحلیل و بررسی است. از منظر فلسفی حکیم صدرالمتألهین از تمرکز نفس به «تأکد همت» و «اراده مجزومه» تعبیر می‌کند (ملاصدرا، ۱۴۰۴ق، ص ۲۱۵). ایشان در جای دیگری از این تمرکز نفس به «تأکد و استحکام صورت» یاد می‌کند (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۳، ص ۵۰۸). ملاصدرا اصطلاح تأکد صورت ذهنی و استحکام آن در نفس را از ابن‌سینا در کتاب **شفاء و ام** گرفته است (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص ۲۷۳).

بر این اساس اگر صورت علمی در نفس کلی مستحکم و تثبیت شود و این باور شکل بگیرد که آن صورت باید در بیرون نفس محقق گردد، گاهی ماده خارجی از این

اراده راسخ منفعل شده، آن صورت در بیرون عینیت می‌یابد (همان). در رویکرد فلسفی تلاش می‌شود به این پرسش‌ها پاسخ داده شود: منشأ تمرکز نفس بر یک موضوع چیست؟ آیا «تمرکز» ویژگی نفس است یا ویژگی قوای او؟ آیا برخی قوای نفس می‌توانند مانع و مزاحم فعالیت و تمرکز قوای دیگر شوند؟

از منظر عرفانی خاستگاه اصلی تمرکز، بازگشتن نفس به حقیقت و هویت باطنی خویش است که به آن «حقیقة الحقائق» گفته می‌شود؛ هرچه نفس مراتب باطنی خویش را به فعلیت برساند و به مقام «جمعیت قوا» یا «همت» نال گردد، به تمرکز بیشتری دست می‌یابد. صدرالمتألهین «جمعیت قوا» را این گونه تعریف می‌کند: «اگر قوا و توانایی‌های روحی انسان در یک نقطه متمرکز شود، به گونه‌ای که یک شیء واحد گردد، همت او نسبت به آنچه می‌خواهد، نفوذ کرده، آن شیء در خارج محقق می‌شود» (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۸، ص ۱۲۶).

در روان‌شناسی به تعریف سربسته‌ای از تمرکز ذهن اشاره شده و بیشتر به تکنیک‌ها و مهارت‌های تقویت تمرکز ذهن و تمرین‌های ذهنی و بدنی پرداخته می‌شود؛ همچنین در متون دینی اشاراتی به تمرکز نفس شده و گاهی از آن به «تقویت نیت» (صدوق، ۱۴۱۳ق، ج ۴، ص ۴۰۰) تعبیر شده است. دغدغه اصلی این مقاله تحلیل تمرکز نفس از منظر فلسفی و عرفانی است با تکیه بر دیدگاه حکمت متعالیه.

مسئله اصلی این پژوهش عبارت است از اینکه: تمرکز نفس بر یک موضوع خاص اقتضا دارد که نفس از پرداختن به کارهای دیگر بازماند و تمام توجه خویش را بر یک چیز معطوف کند؛ از سوی دیگر برخی نفس‌های رشدیافته و قوی در عین اینکه برخوردار از تمرکزی تام‌اند، به چندین کنش و رفتار می‌پردازند و این تکثر و تعدد کارها از تمرکز آنها نمی‌کاهد؛ بلکه می‌توان گفت قدرت و توانمندی نفس آنها موجب چنین

تکثری شده است؛ آنها به مقامی می‌رسند که «لایشغله شأن عن شأن» و می‌شوند مظهر «دان فی علوه و عال فی دنوه». حال پرسش محوری این است که چگونه می‌توان میان وحدت که لازمه هر تمرکزی است با این تکثر و تعدد کنشگری‌ها سازگاری و وفاق ایجاد نمود؟

درباره پیشینه نیز باید گفت اگرچه از منظر روان‌شناختی مقالاتی درباره مهارت تمرکز و کنترل ذهن و ورزش مغزی نگاشته شده، درباره تمرکز نفس از دیدگاه حکمت متعالیه و نیز پاسخ به چالش نحوه سازگاری میان وحدت و کثرت در موضوع تمرکز، اثری علمی یافت نشد و این همان نقطه اصلی نوآوری این تحقیق به شمار می‌آید.

### الف) تحلیل مفهوم «تمرکز نفس»

تمرکز مشتق از ریشه «رَكَزَ» به معنای تثبیت کردن چیزی در نقطه‌ای به سمت پایین است؛ مانند کاشتن نیزه در زمین و نصب کردن آن که متضمن یک نوع ثبات در زمین است (ابن فارس، ۱۳۷۸، ص ۳۹۲). بنابراین تمرکز به معنای گردآمدن در یک جا یا قرار گرفتن در یک حالت که لازمه آن متوجه و معطوف شدن به یک موضوع است؛ مانند تمرکز حواس یا تمرکز افکار؛ از این رو تمرکزگرایی به معنای جمع کردن عناصر و اجزای چیزی در یک جا یا به صورت واحد و یک‌پارچه (انوری، ۱۳۸۲، ص ۱۸۹۵).

در مفهوم عقلی تمرکز که مرتبط با معنای لغوی آن است، یک «نقطه مرکزی و کانونی» وجود دارد که توجه و التفات قوی نفس را به خود معطوف می‌دارد. اساساً ثبات و استقرار در یک نقطه بدون تزلزل و ناپایداری از لوازم معنای تمرکز است. این ویژگی موجب یک نوع وحدت‌گرایی و انعطاف ذهن و نفس بر آن محور کانونی است؛ از این رو پراکندگی و تفرق و تشتت و تکثر مانع اصلی تمرکز به شمار می‌آید. حکیمان برآنند که اگر یک بیمار با تأکید و تمرکز، سلامتی و صحت خود را تصور کند، ممکن

است از این تصور تأثیر بپذیرد و سالم شود؛ همچنان که اگر فرد سالمی با تمرکز تصور کند که بیمار شده، ممکن است بیمار شود (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۲، ص ۱۸۳).  
شایان توجه آنکه تا یک موضوع واجد اهمیت فوق‌العاده و ویژه برای نفس قرار نگیرد، نفس بر آن تمرکز نمی‌کند. این اهمیت برخاسته از یک نیاز جدی انسان یا مربوط به نفع و سود و کمال اوست.

### ب) تحلیل تمرکز نفس از دیدگاه صدر المتألهین

نفوس انسانی در کمال و نقص، شرافت و پستی دارای درجات و تفاوت‌های زیادی است؛ برخی از نفوس قوی بر انجام کارهای بزرگ و سترگ توانایند و از جهت تنوع کنشگری در زمینه‌های گوناگون کنش‌گرند. چنین نفوسی جامع نشئه‌های وجودی‌اند. درمقابل نفوس ضعیفه‌ای هستند که فاقد چنین توانمندی شگرفی هستند؛ برای نمونه نفوس ضعیف و ناتوانی هستند که انجام کاری آنها را از کارهای دیگر باز می‌دارد؛ چنین نفوس ناتوانی اگر به تفکر مشغول شدند، حواس ظاهری آنها مختل می‌شود یا اگر حواس پنج‌گانه آنها به ادراک محسوسات مشغول شد، از تفکر باز می‌مانند؛ همچنین اگر به حرکات ارادی مشغول شدند، قوای ادراکی آنها مختل می‌گردد؛ ولی در همین حال نفوس قوی و نیرومندی را می‌بینیم که بین همه انواع ادراک و تحریک جمع نموده، اشتغال به کاری مانع پرداختن به کار دیگر نمی‌شود؛ به‌ویژه در کارهایی که مربوط به فضایل باطنی است. بخش اول صاحب «نفوس ضعیفه» و قسم دوم صاحب «نفوس قویه» نامیده می‌شوند که در حکمت و حریت شبیه مبادی عالیه‌اند (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۹، ص ۸۶).

پرسش اساسی در این پژوهش، تبیین چگونگی جمع میان وحدتی است که لازمه تمرکز نفس با کثرت کنشگری نفوس قویه است. تحلیل دیدگاه حکمت متعالیه در

پاسخ به این پرسش منوط به مقدمات ذیل است:

**مقدمه نخست:** نگاه صدرالمتألهین به پیوند وثیق و شدید نفس و بدن تأثیر فراوانی در موضوع تمرکز نفس دارد؛ بر پایه حکمت متعالیه نفس و بدن دو مرتبه از یک حقیقت واحدند: «هر نفسی از آغاز پیوندش به بدن و حدوثش تا بالاترین مرتبه تجرد و عاقل و معقول بودنش، شیء واحد و جوهری واحد است و در تحت ماهیت نوعی انسان مندرج می‌باشد» (ملاصدرا، ۱۹۸۱، ج ۸، ص ۳۴۴).

اگر نفس و بدن دو مرتبه یک حقیقت واحدند، پس ثبات و عدم اضطراب و تزلزل نفس در مرتبه نازله هویت انسان یعنی بدن او تأثیر خواهد گذاشت و موجب سکونت و تمرکز بدن خواهد بود؛ چنان که اضطراب و تشویش بدنی در اضطراب و عدم سکونت و تمرکز نفس مؤثر خواهد بود.

به بیان دیگر اگر انسان یک هویت دامنهدار و پیوسته دارد و بهره‌مند از سه مرتبه طبیعی، نفسانی و عقلانی است، پس صفات و ویژگی‌های برخی مراتب انسان به برخی دیگر سرایت می‌کند؛ زیرا مراتب و درجات یک حقیقت واحد در یکدیگر تأثیر و تأثر متقابل دارند؛ اگر نازل‌ترین مراتب نفس انسانی یعنی حواس پنجگانه و قوه خیال نفس درگیر و سرگرم یک موضوعی شود، این درگیری و سرگرمی به مراتب دیگر نفس نیز سرایت کرده، همه هویت انسان را به خود مشغول می‌کند؛ حتی قوه عاقله را نیز از وظایف اصلی خود باز داشته، برای او مشغله می‌آفریند؛ زیرا قوای نفس انسانی مراتب یک حقیقت مجرد به نام نفس‌اند؛ اگر نفسی درگیر یک عشق شهوانی و حیوانی شد یا در دام یک تعلق خاطر قرار گرفت، کل نفس را به خود مشغول می‌کند و این، مقتضای حدوث جسمانی نفس و بقای روحانی آن است:

سرّ سرایت حالات برخی از مراتب نفس به برخی دیگر آن است که نفس



جسمانیة الحدوث و روحانیة البقاء و دارای مراتب گوناگونی است؛ از این رو نفس، همه قوا و اصلی محفوظ در همه مراتب خویش است؛ به همین خاطر صفت و ویژگی برخی از مراتب به برخی دیگر سرایت می‌کند؛ پس انسان خردمند و عارف باید متفطن باشد نفس دارای وحدت جمعی حقیقی است که ظلّ وحدت حقّ تعالی است؛ وحدتی که بر همه وحدات و کثرات احاطه دارد (سیزواری، ۱۴۲۱ق، ج ۵، ص ۲۴۴).

۱۴۵

ذهن

تحلیل سازگاری «تمرکز نفس» با کثرت کنش‌گری آن از منظر حکمت متعالیه

پیوند وثیقی که میان نفس و بدن وجود دارد؛ دقیقاً میان نفس و قوایش برقرار است؛ زیرا

قوای نفس چیزی متمایز از خود نفس نیست؛ بلکه همان مراتب نفس به شمار می‌آید:

نفس انسانی به خاطر اینکه از سنخ عالم ملکوت است، دارای وحدت جمعی و سایه وحدت الهی است؛ از این رو نفس به خودی خود عاقل و متخیل و حسّاس و رشددهنده و محرک و ساری در طبیعت جسم است؛ در نتیجه نفس هنگام ادراک محسوسات به مرتبه حواس پنج‌گانه تنزل نموده و ابزارهای حسی را به کار می‌گیرد، پس در هنگام دیدن عین قوه‌ی باصره، و در هنگام شنیدن عین قوه‌ی سامعه می‌شود (ملاصدرا، ۱۴۰۱ق، ص ۲۸۸).

بنابراین اگر هر یک از قوای ادراکی و تحریکی نفس که عین اویند، از کارهای زاید و هرز و بی‌فایده خود بکاهد و همه در خدمت یک هدف و غایت درآیند، نتیجه آن تمرکز است. تمرکز یعنی جلوگیری از پراکنده‌کاری و پخش کردن توان نفس و تمرکز کردن قوا بر یک نقطه کانونی.

به بیان دیگر تمرکز نفس تمام قوای ادراکی و تحریکی انسان را به خود جلب نموده، در خدمت ادراک و شناخت آن موضوع مورد توجه قرار می‌دهد؛ از این رو حواس دیگر در هنگام تمرکز بر یک نقطه تعطیل یا نیمه تعطیل می‌شوند.

**مقدمه دوم:** بر پایه تشکیک مراتب وجود و پیرو آن تشکیک مراتب نفس انسانی به هر میزان شدت و قوت و کمال مرتبه وجودی بیشتر باشد، سه ویژگی در او به اوج می‌رسد: ۱- خودآگاهی و علم حضوری به خویش؛ ۲- احاطه و دربردارندگی نسبت به

حقایق هستی؛ ۳- شدت و کثرت افعال و آثار و کنشگری‌ها.

هرچه وجود کامل‌تر و فعلیت‌یافته‌تر و تام‌الهی‌تر باشد، انکشاف و ظهور و پیدائش قوی‌تر و شدیدتر بوده و احاطه و اشتمالش بر اشیا بیشتر است و هرچه وجود ضعیف‌تر و ناقص‌تر باشد، پنهان‌تر و تاریک‌تر است و فعلیت و ظهورش ناقص‌تر می‌باشد (ملاصدرا، ۱۹۸۱م، ج ۶، ص ۱۵۴).

بر پایه حکمت متعالیه علم و جهل، نور و ظلمت، ظهور و خفا، حضور و غیبت بر مدار شدت و ضعف وجودند؛ وجود کامل‌تر مستلزم علم و حضور کامل‌تر و وجود ضعیف‌تر، جهل و خفا را به همراه دارند. نفس انسان نیز از این اصل و قاعده کلی مستثنا نیست؛ به هر اندازه نفس بهره‌مند از قرب حقیقی به حق تعالی باشد، از تحصیل فعلیت و کمال بیشتری برخوردار است و بالتبع معرفتش به خود، کامل‌تر و شدیدتر خواهد بود. تکامل وجود در حکمت متعالیه از رهگذر حرکت جوهری نفس و دگرگونی ذاتی او میسر است؛ نفس انسانی پس از گذار از مراحل عنصری، جمادی و نباتی به نخستین مرزهای حیوانیت رسیده، دارای ادراک حسی می‌شود. ملاصدرا از این مرتبه به «النفس الحساسه» تعبیر می‌کند. در این مرتبه نفس، حساس بالفعل و متخیل بالقوه است؛ چنان‌که برخی از حیوانات ناقص مانند حلزون‌ها و صدف‌ها چنین‌اند و فاقد قوه خیال. پس از فعلیت و استحکام قوه متخیله، نفس هنوز عاقل و معقول بالقوه است که از آن به «عقل هیولانی» تعبیر می‌شود. اگر نفس با صورت‌های عقلی متحد شود، تبدیل به عاقل بالفعل شده و وجودی متمایز از موجودات جهان مادی و جسمانی می‌گردد؛ درست بر خلاف مراتب پیشینی نفس که برخی جزو همین عالم مادی و برخی وابسته به آن و برخی حد وسط میان جهان مادی و فرامادی می‌باشند (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۳، ص ۴۳۶).

از این رو نفس انسانی در پرتو تکامل ذاتی و شکوفایی جوهری خویش به درجه‌ای از بساطت وحدت و جمعیت قوا دست می‌یابد که می‌شود مجمع همه معانی و حقایق به

نحو اندماجی و بساطت و وحدت. در این مرحله نفس در عین تمرکز و توجه به ذات نورانی و تابناک خویش دربردارنده و مشتمل بر بسیاری از حقایق هستی است و به همه آنها توجه و التفات دارد: «هرچه وجود قوی‌تر و شدیدتر باشد، معانی بیشتری در او مندمج بوده و آثار بیشتری از او صادر می‌شود و همین طور بالعکس» (ملاصدرا، ۱۴۲۲ق ب، ص ۱۵۱). حکیم سبزواری می‌گوید:

و گذشت که نفوس قویه، وافی به جوانب‌اند، چه جای نفوس قویه شریفه که آنها را مراتب متفاضله بود، چه جای اکمل مراتب آنها که مظهر اکمل خداوند- جلّ جلاله- هستند و آیت کبرای «من لایشغله شأن عن شأن» شده‌اند و حقیقت او با حقیقت «ملک مقرب»، اتصال معنوی حقیقی پیدا کند (سبزواری، ۱۴۲۵ق، ص ۴۶۹).

شایان ذکر است «تمرکز نفس» حقیقتی مشکک و ذومراتب است؛ از این رو متصف به شدت و ضعف و نقص و کمال و زیادتی و نقصان می‌شود و راز و رمز این اختلاف مراتب تشکیکی تمرکز را باید در مراتب توجه و التفات نفس جست‌وجو نمود. نقطه اوج تمرکز و توجه تام، دستیابی به مقام «جمع در عین فرق» و «فرق در عین جمع» است که اهل معرفت از آن به مقام اجمال در عین تفصیل و تفصیل در عین اجمال یاد می‌کنند. یعنی نفس در تمرکز به مرتبه‌ای می‌رسد که در عین توجه به یک امر خاص به همه چیز احاطه نفسانی و التفات ذاتی دارد. در این مرتبه کمالی میان وحدت و کثرت تنافی وجود ندارد؛ بلکه کثرت مندمج در وحدت و وحدت، قبض کثرت است.

**مقدمه سوم:** از نکات شایان توجه آنکه خداوند نفس انسانی را مثال و نمونه‌ای برای ذات و صفات و افعال خود قرار داد تا معرفت نفس نردبانی باشد برای معرفت پروردگار؛ از این رو ذات و سرشت نفس را مجرد از ماده و ویژگی‌های مادی قرار داد و آن را دارای قدرت، علم، اراده، حیات، سمع و بصر ساخت و برای او مملکتی شبیه به مملکت خویش قرار داد تا هرچه را اراده کند، بیافریند. اما نفس انسانی اگرچه از سنخ

عالم ملکوت و جهان قدرت و سطوت و خلاقیت است، به دلیل اینکه در مراتب نزول واقع شده و میان او و خداوند که سرچشمه قدرت و خلاقیت است فاصله وجود دارد، دچار ضعف شده و توانایی‌های او به فعلیت نرسیده است؛ از این رو اهل معرفت برآن‌اند کثرت واسطه‌ها میان یک شیء و سرچشمه وجود، موجب سستی و ضعف وجود او می‌شود (ملاصدرا، ۱۹۸۱م، ج ۱، ص ۲۶۶). بر این پایه علت اصلی عدم تمرکز نفس، ضعف وجودی نفس بر اثر فاصله گرفتن از سرچشمه هستی است. به هر اندازه نفس انسانی به مقام تجرد تام دست یابد و از آلودگی‌های مادی و حیوانی فاصله بگیرد، قدرت بیشتری بر تمرکز و تجمیع قوا پیدا خواهد کرد و عکس همین معادله نیز صادق است. از این رو بر پایه حکمت متعالیه هر اندازه وجود قوی‌تر و کامل‌تر باشد، ادراک و آگاهی در او قوی‌تر و کامل‌تر خواهد بود؛ لذا موجود عقلی چون کامل‌تر است، آگاهی و علم او به اشیا کامل‌تر است؛ به همین ترتیب موجود خیالی و محسوس چون ضعیف‌تر و ناقص‌تر است، آگاهی و علم او ناقص‌تر است (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۶، ص ۴۱۶).

از این مقدمات سه گانه پاسخ به پرسش اصلی این پژوهش مشخص می‌شود: چگونه وحدت که لازمه تمرکز است، با کثرت افعال و کنشگری‌های نفس سازگار است؟ چون نفس انسان به هر میزان به سرچشمه قدرت و سطوت یعنی پروردگار هستی قرب وجودی پیدا کند، آثار و معانی زیادی در او به نحو بساطت و جمعیت گرد می‌آید و این اشتداد وجودی مرز میان وحدت و کثرت را برداشته، جامع هر دو می‌شود و این است راز و رمز میان وفاق وحدت در تمرکز و کثرت آثار نفس.

در یک تحلیل دیگر می‌توان سازگاری میان وحدت و کثرت در تمرکز نفس را از دیدگاه حکمت متعالیه بیان نمود. صدرالمتألهین بازگشت کثرات به وحدت را در قوای ظاهری و باطنی ساری و جاری دانسته و آن را منشأ توان و نیروی نفس در ضبط و

احاطه او بر عوالم متعدد می‌داند. ایشان برآن‌اند همان گونه که حواس پنج‌گانه به یک مجمع واحد به نام حس مشترک برمی‌گردد، همچنین قوای باطنی اعم از مدرکه و محرکه به یک سرچشمه قدرت و بساطت باز می‌گردد و آن نفس نورانی و ذات فیاض انسان است. کثرات قوای ظاهری و باطنی نفس همگی به یک وحدت بسیط و فرامادی که همان نفس است، برمی‌گردد؛ از این رو هرچه قوای نفس اعم ظاهری و باطنی و نیز اعم از ادراکی و تحریکی در یک مرکز وحدتی به نام نفس مندرک و مندمج گردد، اشتداد وجودی او بیشتر شده و قدرتش بر تصرف و اختراع صورت‌ها بیشتر می‌شود و این قدرت فایق، معلول تمرکز نفس و تجمیع قوای او در قوه واحده است (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۹، ص ۱۷۸). چنان‌که در خداوند متعال همه صفات فعلی و اوصاف اضافی ذات مقدسش به یک صفت محوری و مرکزی به نام قیومیت ذاتیه برمی‌گردد (ملاصدرا، ۱۴۲۲ق الف، ص ۳۴۹). بنابراین راز و رمز وفاق میان تکثر و توحید در تمرکز نفس را باید در بازگشت کثرت قوای نفس به وحدت جست‌وجو نمود.

### ج) راهکارهای سیر نفس از کثرت به وحدت

بیان شد که اگر نفس به مقام وحدت به جمعیت و اندماج قوا برسد، توان این را دارد که میان وحدت و تکثر در گستره تمرکز نفس، سازگاری ایجاد نماید. در اینجا شایسته است به برخی راهکارهای پیشنهادی در حکمت متعالیه برای تقویت جنبه وحدت و قدرت نفس که همان تمرکز نفس است، اشاره شود.

از باب مقدمه باید گفت جوهر نفس انسانی دو کار و کنشگری اصلی دارد؛ یک کار نسبت به بدن خود دارد و آن عبارت است از تدبیر و اداره بدن و یک کار نسبت به ذات و مبادی خویش دارد که همان تعقل و ادراک عقلی است. این دو کار با یکدیگر ناسازگارند و مانع همدیگر می‌شوند؛ اگر نفس انسانی به یکی از این دو فعل مشغول

شد، از دیگری روی گردان و منصرف می‌شود؛ از این رو جمع کردن میان این دو فعل نفس یعنی پرداختن به بدن و تعقل که کارویژه نفس ناطقه است، دشوار می‌باشد، مگر برای نفس‌های قوی که مظهر «لایشغله شأن عن شأن» هستند. حکیم صدرالمتألهین در این باره می‌گوید:

اگر ترس از چیزی نفس را به خود مشغول سازد، دیگر از لذت بردن باز می‌ماند و اگر خشم او را به خود مشغول سازد، دیگر احساس درد نمی‌کند و اگر نفس به امور عقلی و تعقل آنها مشغول باشد، در آن حالت نمی‌تواند به کارهای دیگر مشغول گردد؛ پس برخی امور، نفس ضعیف را از التفات و توجه به امور دیگر باز می‌دارد، مگر اینکه نفس انسان قوی و نیرومند شده و تبدیل به یک موجود قدسی گردد که در نهایت قوت است (ملاصدرا، ۱۳۹۵، ص ۲۹۶).

نتیجه آنکه توزیع و پراکنده کردن قدرت و توجه نفس برای تدبیر بدن و امور جسمانی، مانع از تمرکز و تجمع نیروی نفسانی می‌شود و به دنبال آن، اثر و قدرت حقیقی نفس ظهور و بروز نمی‌یابد:

روی آوردن نفس به پیروی از خواسته‌ها و هواهای نفسانی او را از پرداختن به گوهر نورانی خویش باز داشته و او را به تمایلات بیرونی سوق می‌دهد. در این حالت توان و شعور خویش را بین آنها توزیع و تقسیم نموده و از خویشتن خویش باز می‌ماند (طباطبایی، ۱۳۹۰، ج ۶، ص ۱۸۱).

با توجه به این مقدمه پرسش اساسی این است که عوامل و راه‌های تقویت و رشد تمرکز نفس از دیدگاه حکمی و فلسفی چیست؟

۱. یکی از مهم‌ترین عوامل تقویت تمرکز نفس مهار کردن و تسلط بر قوای ادراکی و تحریکی نفس به‌ویژه قوه متخیله است. به باور نفس‌پژوهان قوای نفس همگی خادم نفس‌اند و نفس آن قوا را تدبیر و مدیریت می‌کند؛ از این رو اشتغال نفس به برخی قوا، او را از پرداختن به سایر قوا باز می‌دارد؛ یعنی نفس نمی‌تواند قوای مغفول را مهار و آنها را

به صواب و حق راهبری کند. بنابراین نفس‌های ضعیف و معمولی به گونه‌ای هستند که اگر در خود فرو روند و به امور باطنه پردازند، از پرداختن به امور ظاهره و بیرون از خویش باز می‌مانند و بالعکس اگر غرق در محسوسات شوند و توجه افراطی به امور بیرون از خود داشته باشند، از قوای باطنی و نظارت درونی باز می‌مانند. این توجه نفس و روی گردانی او از برخی قوا شامل قوای ادراکی و تحریکی هر دو می‌شود؛ اگر نفس به قوای ادراکی ظاهری پردازد، از قوای ادراکی باطنی غافل می‌شود؛ همچنین درباره قوه غضبیه و شهویه چنین است (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۹، ص ۸۶/ ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص ۲۳۷).

حکیمان این نکته را گوشزد می‌کنند که اگر نفس به دلایلی از برخی قوای خویش غافل شد و آنها را کنترل نکرد، آن قوه‌ای که از همه سرکش‌تر و طغیان‌گتر است، بر انسان چیره شده، افعال و کارهای مورد میل و طبع خودش را تحکیم می‌بخشد. آنها سه عامل مهم را برای غفلت نفس از کنترل و تدبیر قوایش برمی‌شمرند: الف) عارض شدن یک آفت و سستی بر نفس، مانند ترس یا بیماری؛ ب) استراحت و خواب؛ ج) کثرت اهتمام و اشتغال نفس در به‌کارگیری یکی از قوا و روی گردانی از سایر قوا (همان).

نفس‌پژوهان بر این باورند نفس ناطقه انسان یا همان جنبه عقلی او به شدت تحت تأثیر قوه متخیله بوده و نسبت به او آسیب‌پذیر است؛ زیرا این قوه متخیله بر اساس غریزه و سرشت خود پیوسته در حال صورت‌گری و صورت‌پردازی است و از این شاخه به آن شاخه پریده، از قوه عاقله سرپیچی می‌کند و سرکشی است؛ به گونه‌ای که هر گاه عاقله بخواهد او را در مسیر درستی به کار گیرد، با او همراهی نکرده، از تحت کنترل و مهار نفس بیرون می‌رود و بالعکس نفس را به خود مشغول می‌دارد. در این حالت، نفس هدف مطلوبی را که به دنبال آن بوده، فراموش می‌کند و دنبال خیال‌پردازی‌ها و هزینه‌گری‌های متخیله می‌رود؛ از این رو برگرداندن نفس به هدف و وظیفه اصلی خویش

نیازمند تذکر و یادآوری است (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص ۲۴۲).

بنابراین لگام‌زدن بر قوه سرکش متخیله و آن را تحت فرمان و سلطه عقل نگاه‌داشتن نقش بسزایی در تمرکز و آرامش نفس دارد. سرچشمه اصلی تمرکز و توجه تام نفس «ضبط نفس» یا «کنترل نفس» است. انسان در پرتو کنترل ذهن خود و مراقبت از ورودی‌های ذهنی خویش می‌تواند قوای خویش را در یک محور خاص متمرکز کند.

۲. عامل دوم برای تقویت تمرکز نفس، تقویت دانش و تفکر است؛ علم سبب نیرومندی نفس و جهالت موجب ضعف و سستی نفس است. بنابراین نفسی که در پرتو تفکر و دانش‌اندوزی تقویت نمی‌شود، مورد هجوم سایر قوای حیوانی همچون واهمه و متخیله قرار می‌گیرد؛ زیرا قوه وهمیه سلطان و رئیس قوای حیوانی است؛ چنان‌که عقل سلطان قوای عقلی است (سبزواری، ۱۴۲۱ ق، ج ۴، ص ۱۲۶).

۳. یکی از موانع اصلی تمرکز نفس فرورفتن و غرق‌شدن در امور حسی و لذت‌های محسوس است. یکی از بزرگ‌ترین موانع و گردنه‌ها در راه دست‌یابی به «تمرکز نفس» اشتغال به بدن و شواغل حسی است:

و انما الشواغل الحسیه قد حجزت نفوسنا النوریه

همانا مشغله‌های حسی نفس‌های نورانی ما را از پرداختن به خود باز می‌دارد

(سبزواری، ۱۴۲۱، ج، ص ۲۲۱)

لذا در حالت خواب یا بیماری و اغما که حواس ظاهری انسان تعطیل است، نفس انسان فرصتی می‌یابد تا به خود بپردازد و از برخی امور غیبی آگاه شود. اطلاع از اخبار و رویدادهای غیبی در چنین شرایطی برخاسته از دو عامل است: الف) کاسته‌شدن شواغل حسی؛ ب) پیوند و اتصال به عالم قدس (ملاصدرا، ۱۳۸۰، ص ۴۴۲). همچنین گاهی دیده می‌شود بیماری که مجروح است و درد شدیدی در بیداری احساس می‌کند،



در حالت خواب درد او کاسته می‌شود و احساس ناراحتی نمی‌کند؛ زیرا در حالت خواب، نفس او از عالم حس و شهادت به جهان مثال و برزخ متوجه شده است (ملاصدرا، ۱۴۱۰ق، ج ۹، ص ۳۷۲).

به طور کلی کنشگری برخی قوای نفسانی مانع فعالیت برخی دیگر از قوای نفس خواهد بود؛ برای نمونه فرورفتن در اذارک حسی مانع از تعقل است؛ از این رو باید بر اساس اولویت‌بندی کنشگری‌های قوای نفس را تدبیر و مدیریت کرد و با گرفتن فرصت جولان قوای مانعه، قوای اصلی نفس را تقویت نمود.

ارباب معرفت بر این نکته پای می‌فشارند که اشتغال به امور خارج از ذات نفس مانند اشتغال به بدن و فرورفتن در لذت‌های حسی موجب خودفراموشی و کاسته شدن تمرکز نفس می‌شود (طباطبایی، ۱۳۸۱، ص ۲۰۳).

نفس انسان در مراحل نخستین کمال نمی‌تواند بدون تمرکز و توجه تام به چیزی آن کار را انجام دهد؛ از این رو اگر توجه و التفات نفس به سوی تدبیر قوای بدنی جلب شد، دیگر نمی‌تواند همزمان به ذات خود و مبادی عالی خود توجه کند؛ زیرا اشتغال نفس به انجام‌دادن کاری او را از انجام‌دادن کار دیگر باز می‌دارد. حکما بر آن‌اند شهوت و غضب و حس و تخیل مهم‌ترین موانع بدنی برای توجه نفس به خویشتن و تمرکز نفس است (ملاصدرا، ۱۴۰۴ق، ص ۳۲).

موانع مذکور برخی مربوط به قوای نظری است، مانند احساس و تخیل (خیال‌پردازی) و برخی مربوط به قوای عملی انسان است، مانند شهوت و غضب؛ از این رو ارباب سیر و سلوک برای کنترل حس و خیال به «توجه» «مراقبت»، «تمرکز» و «نفی خواطر» توصیه کرده‌اند. این‌فارض به‌زیبایی درباره نقش مهار تمایلات نفسانی در تمرکز نفس چنین سروده است:

هی النفس إن أَلَقَتْ هواها تضاعفت قواها وأعطت فعلها كل ذرة

این نفس اگر هواها و تمایلات حیوانی خویش را رها کند، نیرو و توانش مضاعف شده و در هر ذره‌ای اثرگذار خواهد بود. نفس بر اثر زدودن هواها و شهوات خود، نیرو و قدرتش مضاعف شده و در تمام ذرات هستی تأثیر می‌گذارد (فرغانی، ۱۳۷۹، ص ۱۳۶).

شایان توجه است یکی از مراتب معرفت شهودی نفس، شهود صورت‌ها و تمثلات مثالی است؛ سالک بر اثر پالایش نفس و در پرتو ذکر و فکر و مراقبت می‌تواند مراتب مثالی و خیالی نفس خویش را به فعلیت رسانده، حقایق مثالی را در آینه دل خویش متجلی نماید. اهل معرفت علت ضعف وجود این صورت‌های مثالی برای ما و عدم دوام و پایداری آنها را اشتغال نفس به محسوسات و سستی و ضعف «همت» برمی‌شمارند و تصریح می‌کنند: اگر این موانع و شواغل حسی زدوده شود و عزم و همت انسان در متخیله متمرکز شود، آن صورت‌های خیالی و تمثلات را شفاف‌تر از محسوسات شهود می‌کند (ملاصدرا، ۱۳۶۰، ص ۲۶۳). صورت‌های علمی حاضر در نفس به لحاظ ظهور و خفا و شدت و ضعف متفاوت‌اند. به هر اندازه جوهر و ذات نفس قوی‌تر و کامل‌تر و به هر میزان، رجوع نفس به ذات خود بیشتر و التفات و توجهش به شواغل بدنی و به کاربردن قوای متحرکه کمتر باشد، صورت‌های متمثله و نقش‌بسته در نفس شفاف‌تر و قوی‌تر ظاهر خواهند شد (ملاصدرا، ۱۴۲۰ ق، ص ۳۷).

۴. یکی از عوامل مهم در پرورش و شکوفایی تمرکز نفس «توجه تام» به حضرت حق سبحانه و مراقبت از خویش و خودکنترلی است. از این رو در دیدگاه اهل معرفت هرچه در روز، مراقبت و ذکر و فکر افزون‌تر باشد، وضوح و شفافیت تمثلات در شب بیشتر خواهد بود.

۵. یکی از راهکارهای سلوکی برای تقویت تمرکز نفس فکر در عالم مثال خود و

التفات به عالم خیال خویش است؛ «فکر» در اینجا به معنای چینش مقدمات (صغری و کبری) و ترتیب قیاس و استنتاج منطقی نیست؛ بلکه نوعی ریاضت و تمرین فکری است که از رهگذر تمرکز و توجه به دست می‌آید. سالک پس از اندیشه در مرگ و احوال آن از این راه مستعد ورود به مرحله بعدی می‌شود که در این مرحله، سالک با توجه کامل به هر چیز نگاه می‌کند؛ برای نمونه کتابی که در مقابل دارد، چندان در آن غور می‌کند که گویی کتاب را در درون خود می‌یابد؛ به بیان دیگر گویی آن کتاب را حضوراً در نفس خود شهود می‌کند. منظور از «التفات دادن سالک به عالم خیال خود» همین معناست که هرچه می‌بیند، آن را فقط در حیطه نفس خود بیابد. دست‌یابی به این مرحله در گرو ممارست، تمرکز و توجه به مرگ است. علامه طباطبائی در تفسیر «فکر» می‌فرمودند:

مراد از فکر در اینجا معنای مشهور آن نیست؛ بلکه منظور نشستن در مکانی خلوت و آرام با چشمانی بسته و توجه کردن به صورت خود است؛ مانند کسی که در آینه به صورت خود نگاه می‌کند و از هر صورت خیالی که به ذهن او خطور می‌کند، اعراض می‌کند و فقط به صورت خود نگاه می‌کند (طباطبائی، ۱۳۷۱، ج ۲، ص ۲۸۸).

۶. نفس‌های شریف و نیرومند از جهت ذات و سرشت به مبادی عالیه و علل مجرد و مفارق شباهت دارند؛ از این رو ملاصدرا تصریح می‌کند خداوند نفس انسانی را به عنوان مثالی در ذات و صفت و فعل خویش آفریده است (ملاصدرا، ۱۴۰۱ق، ص ۲۵)؛ از این رو بر تمرکز نفس و انجام کارهای گوناگون توانمندند.

پرسش مهم آن است که تفکر زمینه‌ساز تمرکز است یا بر عکس، تمرکز بستر ساز تفکر است؟ به نظر می‌رسد تمرکز و تفکر تأثیر دوسویه بر یکدیگر داشته، موجب تقویت یکدیگر می‌شوند.

### د) آثار و پیامدهای تمرکز نفس

شأن نفس به گونه‌ای است که می‌تواند بدون فعل و انفعال جسمانی تحول و دگرگونی را در عنصر بدنی بیرون از خود ایجاد کند؛ مثلاً حرارتی را بدون آتش پدید آورد. منشأ این امور خارق‌العاده و شگفت‌انگیز نفس تمرکز و قدرت تخیل قوی است که رهپویان معرفت نفس از آن برخوردارند؛ حکیمان برای بیان تمرکز نفس از پنج تعبیر استفاده می‌کند: «تخیل قوی»، «استحکام صورت علمیه در نفس»، «تأکد صورت»، «تأکد همّت» و «اراده مجزومه» تعبیر می‌کند (ملاصدرا، ۱۴۰۴ق، ص ۲۱۵).

تمرکز نفس که اهل معرفت از آن به «همّت» و «جمعیت قوا» تعبیر می‌کنند، موجب برخی آثار و پیامدهای معرفتی و کنشی است. در عرفان اسلامی «همّت» منشأ اصلی صدور آثار شگفت‌انگیز از نفس سالک است. همّت - چنان‌که بیان گردید - همان توجه و قصد و تمرکز روحی و نفسی است که عارف به وسیله آن می‌تواند دست به ابداع اشیا و ایجاد اموری در بیرون از گستره نفس بزند.

در حکمت متعالیه سه عامل «اقتضا و طهارت ذاتی» نفس، «زدودن موانع» و «تقویت نفس» باعث تقویت اراده در انسان می‌شود و سالک می‌تواند با اتکا به اراده قوی خود در خارج تصرف کند. اگر اراده سالک مجاهد با نیروی ایمان و یقین همراه شود، آثار بسیار خارق‌العاده‌ای از نفس صادر می‌شود؛ البته «اراده» خود از شعور و علم خاصی نشئت می‌گیرد. این علم از سنخ علم حصولی و مفاهیم نیست، بلکه علمی حضوری و شهودی است.

ملاصدرا در جای دیگر «رجوع نفس به ذات خویش» را منشأ کارهای خارق‌العاده آن می‌داند. «بازگشت نفس به خود» در گرو دو عامل اساسی است:

الف) تعطیل حواس ظاهری و کاسته‌شدن شواغل بدنی نفس؛ لذا در حالت خواب

و اغما که حواس ظاهری تعطیل است، نفس بهتر به خود باز می‌گردد و به خود متوجه می‌شود.

ب) پیوند و ارتباط با مبادی عالیه و مفارقات تامه (ملاصدرا، ۱۴۱۰ ق، ج ۹، ص ۱۷۷). البته بازگشت نفس به ذات خود در واقع همان مقام جمعیت همت و تمرکز نیروی نفسانی است.

بنابراین اگر نفس انسانی نیرومند و شریف باشد و به مبادی عالیه خود شباهت پیدا کند، عنصر مادی از او اطاعت کرده و از او تأثیر می‌پذیرد و هرچه نفس تصور کرده باشد، می‌تواند در آن عنصر مادی ایجاد کند؛ این کار خارق‌العاده و شگفت‌انگیز مشروط به آن است که نفس فرورفته در امیال بدنی نباشد و نیز چنین نفسی در نوع خودش به مراتب عالیه‌ای از کمالات رسیده و سلطه بر قوای خویش داشته باشد؛ چنین نفسی می‌تواند بدون استمداد از اسباب طبیعی و عادی بیماران را بهبود بخشد یا انسان‌های شرور را بیمار کند و آتش را سرد نماید و با اراده خود باران بفرستد و فراوانی نعمت ایجاد کند یا بالعکس موجب فرورفتن افراد در زمین شود یا بیماری و با را در میان مردم ایجاد کند (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص ۲۷۴).

انسان معمولاً از همه ظرفیت وجودی خود در تمرکز و توجه تام به موضوعی بهره نمی‌برد؛ نفس انسانی چون مثل‌اعلای حق تعالی و دارای مقام لایققی است و به بی‌نهایت مطلق یعنی حق تعالی متصل است، قدرت تمرکز بی‌نهایت و فوق‌تصوری دارد؛ از این رو اهل معرفت تأکید دارند که صدور بسیاری از کارهای خارق‌العاده و شگفت‌انگیز نفس انسانی معلول تجمیع قوا، همت و تمرکز نفس بر امر خاصی است.

یکی از آثار مهم تمرکز نفس دست‌یابی به مقام «کن» است؛ این مقام برگرفته از این آیه شریفه است: «أَمَّا قَوْلُنَا لَشَيْءٍ إِذَا أَرَدْنَا أَنْ نَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ: ما وقتی چیزی را

اراده کنیم، همین قدر به آن می‌گوییم "باش"، بی‌درنگ موجود می‌شود» (نحل: ۴۰).

«کن» مقامی است که در آن، «مراد» از «اراده» تخلف‌ناپذیر است و هیچ واسطه‌ای مثل تفکر و درنگ بین اراده و مراد وجود ندارد. عارفی که از مقام «کن» بهره‌مند است، هر کاری را به اذن خداوند می‌تواند انجام می‌دهد.

صاحب مقام «کن» همان صاحب مقام «همت» است؛ البته «صاحب الامر» برتر از صاحب همت است؛ به بیان دیگر انسان‌ها به سه دسته تقسیم می‌شوند:

الف) صاحب توجه: توده مردم در گستره نفس خویش صورت‌ها و تخیلاتی را به صرف توجه و التفات به آنها می‌آفرینند. پدیده‌ها و صورت‌هایی که با توجه نفس آفریده می‌شوند، از وجود انسان بیرون نیستند.

ب) صاحب همت: عارفی است که پس از گذراندن مراتب سلوک و مراقبت به مقام «کن» می‌رسد. در این مرتبه اگر اراده کند، تصورات او تبدیل به موجودات خارجی می‌شوند. چنین فردی حقایقی را شهود می‌کند که سایر مردم آنها را نمی‌بینند.

ج) صاحب الامر: چنین فردی دارای نفس مکتفی و «امر» او قائم مقام «امر» خداوند است. انسان کامل و ولی‌الله برخوردار از این مقام شامخ است (حسن‌زاده، ۱۳۷۱، صص ۶۴۱ و ۶۴۷).

تفاوت این مراتب به قوت و ضعف و کمال و نقص نفوس قدسیه اولیای خداوند است؛ البته برخی از اهل معرفت در تفاوت مقام «همت» و مقام «امر» معتقدند: در ایجاد و انشا و ابداع آن که بطیء و کند است، «همت» نام دارد: «العارف یخلق بهمت» و آنکه سریع است، «امر» نام دارد؛ از این رو انسان صاحب «همت» و «اراده» و واجد مقام «کن» دارای «ولایت تکوینی» است و در عروج خود به سوی اتحاد با نفس رحمانی به مرحله‌ای می‌رسد که ماسوی‌الله به منزله اعضا و بدن او می‌شوند و او همچون

روحي در آنها تصرف مي‌کند. نکته شايان توجه اينکه همه اين آثار شگفت‌انگيز نفس در پرتو عبوديت و اطاعت تام خداوند محقق خواهد شد.

### نتيجه

نفس انساني داراي کنشگري‌ها و افعال گوناگوني است که پرداختن به همه آنها و نيز توجه تمرکز بر همه آنها دشوار است؛ زيرا نفس اگر به کاري مشغول شد، از انجام ساير کارها باز مي‌ماند و اين به خاطر ضعف مرتبه وجودي نفس است. اما برخي نفوس نيرومند که از اراده‌اي قوي و ايمان و باوري راسخ برخوردارند، بر اثر اشتداد وجودي و استکمال ذاتي مي‌توانند به مقام «لايشغله شأن عن شأن» برسند و در عين بهره‌مندی از تمرکز و توجه تام مي‌توانند کنشگري‌هاي متعددي داشته باشند؛ زيرا به هر اندازه نفس از جمعيت و وحدت و بساطت کامل‌تري برخوردار باشد، واجد معاني و حقايق بيشتري خواهد بود و لذا کنشگري بيشتري خواهد داشت.

از جمله عوامل مهمي که باعث تقويت تمرکز نفس مي‌شود، عبارت‌اند از: مهارت قوه متخيله؛ کاستن از مشغله‌هاي حسي و پرهيز از فرورفتن در محسوسات؛ مهارت لذت‌ها و شهوات نفساني و کاستن اميال حيواني؛ تقويت تفکر و اندیشه و دانش؛ توجه تام به حضرت حق سبحانه و تقويت معنويات. تمرکز نفس موجب بروز پاره‌اي آثار و پيامدهاي خارق‌العاده از نفوس قويه است؛ اموري همچون اخبار از غيب، تصرف در ابدان ديگر، شفای بيماران، دست‌يابي به مقام «کن» و ديگر آثار شگفت‌انگيز که معلول همت و تجميع قوا و تقويت اراده نفس انساني است.

پيشنهاد مي‌شود مقوله «تمرکز نفس» از منظر حکمت و عرفان اسلامي با مقوله مديتيشن (Meditation) يا مراقبت و درون‌پويي در ادیان شرقي مورد بررسي تطبيقي قرار گيرد و مباني و ماهيت و نتايج آن دو با يکديگر مقايسه شود.

## منابع و مأخذ

۱. ابن سینا (۱۳۷۵). نفس شفاء. تصحیح حسن زاده آملی، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
۲. ابن فارس (۱۳۸۷). ترتیب معجم مقاییس اللغة. قم: مرکز دراسات الحوزه والجامعه.
۳. الآمدی، التمیمی (۱۴۱۰ق). غرر الحکم و درر الکلم. تصحیح سید مهدی رجایی، قم: دار الكتاب الاسلامی.
۴. انوری، حسن (۱۳۸۲). فرهنگ بزرگ سخن. تهران: سخن.
۵. حسن زاده آملی، حسن (۱۳۷۱). عیون مسائل النفس. تهران: امیرکبیر.
۶. سبزواری، ملاهادی (۱۴۲۱ق). شرح المنظومه. تصحیح و تعلیق آیه الله حسن زاده آملی، تهران: منشورات ناب.
۷. سبزواری، ملاهادی (۱۴۲۵ق). أسرار الحکم. قم: المطبوعات الدینیة.
۸. صحیفه سجادیة (۱۴۱۷ق). ترجمه عبدالمحمد آیتی، تهران: سروش.
۹. صدوق (ابن بابویه) (۱۴۱۳ق). من لایحضره الفقیه. تحقیق علی اکبر غفاری، مؤسسة النشر الإسلامی التابعة لجماعة المدرسين.
۱۰. طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۷۱). مجموعه مقالات و پرسشها و پاسخها. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۱. طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۸۱). رساله الولاية. قم: بخشایش.
۱۲. طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۹۰ق). المیزان فی تفسیر القرآن. بیروت: مؤسسة الأعلمی للمطبوعات.



۱۳. فرغانی، سعیدالدین سعد (۱۳۷۹). مشارق الدراری. مقدمه و تعلیقات سید جلال‌الدین آشتیانی، قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه.
۱۴. الکاشارنی، الفیض (۱۴۰۶ق). الوافی. اصفهان: مکتبه الإمام أميرالمؤمنین علیؑ.
۱۵. الكلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). الکافی، تصحیح علی‌اکبر غفاری، قم: دار الکتب الإسلامیه.
۱۶. المجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). بحار الأنوار. بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۱۷. مطهری، مرتضی (۱۳۷۷). مجموعه آثار. قم: صدرا.
۱۸. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۳۹۵ق). المبدأ و المعاد. تصحیح السید جلال‌الدین آشتیانی، تهران: مندی الحکمه و الفلسفه فی ایران.
۱۹. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۴۰۱ق). الشواهد الربوبیه فی المناهج السلوکیه. مشهد: مرکز الجامعی للنشر.
۲۰. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۴۰۴ق). مفاتیح الغیب. تصحیح محمد خواجه‌جوی، تهران: مؤسسه الأبحاث الثقافیه.
۲۱. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۴۱۰ق). الحکمه المتعالیه فی الأسفار الاربعه. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۲۲. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۴۲۲ق الف). شرح الهدایة الأنبریة، بیروت: مؤسسه التاريخ العربی.
۲۳. ملاصدرا (محمد بن ابراهیم شیرازی) (۱۴۲۲ق ب). مجموعه رسائل فلسفیه. بیروت: دار احیاء التراث العربی.