

## مفاهیم «نفسِ اماره»، «نفسِ لَوّامه» و «نفسِ مطمئنّه» در اندیشه‌های مولوی

دکتر احمد کتابی\*

### چکیده

مفاهیم نفسِ اماره، نفسِ لَوّامه و نفسِ مطمئنّه از مفاهیم بسیار مشهور و رایج در حوزه‌های اخلاق، عرفان و معرفتِ النفسِ اسلامی است که از قضا، با مفهوم‌های نهاد<sup>(۱)</sup>، خود<sup>(۲)</sup> و فراخود<sup>(۳)</sup> در روانشناسی جدید وجوه تشابه و اشتراک زیادی دارد؛ تا آنجا که شاید، به مسامحه، بتوان «نهاد» را با «نفسِ اماره» و «فراخود» را با «نفسِ لَوّامه» کم و بیش تطبیق داد و یا لاقلاً تشبیه و مقایسه کرد.<sup>۱</sup> در این مقاله تلاش شده است مفاهیم سه‌گانه نفسِ اماره، نفسِ لَوّامه و نفسِ مطمئنّه (و یا مفهوم‌ها و تعبیرهای مشابه و نزدیک به آنها) در افکار و آثار مولوی - به ویژه در مثنوی معنوی - ردیابی و با ارائه شواهدِ مثال تحلیل شود.

کلیدواژه: نفس، نفسِ اماره، نفسِ لَوّامه، نفسِ مطمئنّه، نفسِ ناطقه، نفسِ مسوّلّه، نفسِ ملهمه، نهاد، خود، فراخود (مَن برتر).

### تعریف و توضیح اصطلاحات

پیش از آنکه به ردیابی و بررسی مفاهیم یاد شده در اندیشه‌های مولانا پرداخته شود جای آن دارد که به عنوان مقدمه تعریف یا توضیحی اجمالی از هر یک ارائه گردد:

\*. استاد پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

1. id

2. ego

3. superego

## نفس اماره

این اصطلاح ترکیبی وصفی است و در لغت به معنای «نفس بسیار دستوردهنده» آمده و در اصل از آیه کریمه: «وَمَا أُبْرِءُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي»<sup>(۱)</sup>: (سوره یوسف: ۵۳) ماخوذ است.

## تعریف و توضیح

در متون اخلاقی و عرفانی تعریف‌های متعددی از این اصطلاح ارائه شده است که به نقل دو مورد آنها اکتفا می‌شود:

روح انسانی را به اعتبار غلبه حیوانیت نفس اماره گویند از جهت آنکه صاحب آن را همواره امر به کارهای بد می‌کند. (شرح فصوص به نقل از سجادی، جعفر، ۱۳۵۴، ذیل نفس)

و نیز:

نفس اماره نفسی است که تمایل به طبیعت بدن دارد و به لذات و شهوت آمر است و دل را به جانبِ اسفل که مأوای شر و منبع اخلاق ذمیمه و محلّ افعال سیئه است جذب نماید. آن را نفس اماره خوانند به اعتبار مقتضیات طبیعی شهوانی و انهماکش<sup>(۲)</sup> در لذت حیوانی و بی‌مبالایش به اوامر و نواهی (کشف به نقل از گوهرین، ۱۳۸۳، جلد ۱۰، ص ۳۶)

## نفس لوّامه

این اصطلاح هم ترکیبی وصفی است و از نظر لغوی، به معنای «نفس بسیار سرزنش‌کننده» است و اصلاً از آیه کریمه: «وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ»<sup>(۳)</sup> (سوره القیامة: ۲) اخذ شده است.

## تعریف و توضیح

از نفس لوّامه نیز تعاریف زیادی ارائه شده است از آن جمله:

نفس بسیار ملامت‌کننده خود را به وقوع معاصی به هدایت نور دل؛ و این

۱. و من نفس خود را [از تقصیر و گناه] مُبْرِئِ نمی‌کنم. «بی‌گمان نفس [بسیار] فرمایند است به بدی مگر آنکه پروردگار من رحم کند» (قرآن به ترجمه زین‌العابدین رهنما، سازمان اوقاف، ۱۳۴۹، جلد دوم، ص ۲۹۱)
۲. فرو رفتن، مستغرق شدن.
۳. سوگند می‌خورم به نفس بسیار ملامت‌کننده.

نفس صلحا و اولیا را حاصل باشد<sup>(۱)</sup> (غیاث‌اللغات به نقل از لغت‌نامه دهخدا،  
ذیلِ نفسِ لَوّامه)

و نیز:

نفسِ لَوّامه نفسِ بنده مؤمن است که پیوسته به روزگار خود تحسّر می‌خورد  
و بر تقصیرها خود را ملامت می‌کند و خویش را می‌ترساند و بیم می‌دهد و به  
چشمِ حقارت و مذلت در خود می‌نگرد (عُدّه، ج ۱، ص ۳۰۹ به نقل از سجادی؛  
جعفر، پیشین، ص ۴۷۱)

و نیز:

... نفس انسان را در مقام تَلَاوُ نورِ قلب از غیب برای اظهار کمال آن و  
ادراکِ قُوّه عاقله به وخامتِ عاقبت و فسادِ احوالِ آن نفسِ لَوّامه گویند از جهتِ  
لوم و سرزنش بر افعال خود و این مرتبتِ مقدم برای ظهورِ مرتبتِ قلب است که  
هرگاه نور قلبی ظاهر شود و غالب شود و سلطنت آن بر قوای حیوانیه آشکار  
گردد یعنی تسلط پیدا کند و نفس مطمئن شود، نفس مطمئنه گویند (از اکسیر  
العارفین، ص ۳۰۶، به نقل از فرهنگ علوم عقلی، پیشین، ص ۵۹۸)

و نیز:

بدانکه نفسِ مطمئنه، نفس انبیاء و اولیا است که در صفِ اول بوده‌اند در  
عالم ارواح» (نجم رازی، مرصاد‌العباد، ص ۳۶۹، به نقل از زمانی، شرح جامع  
مثنوی معنوی، جلد ۵، ص ۱۷۲)

و عبدالرزاق کاشانی می‌گوید:

چنین نفسی به یقین تام و معاینه حقیقت رسیده است (شرح منازل السائرین،  
ص ۱۶۲، منقول از شرح جامع مثنوی، همان صفحه)

### نفسِ مطمئنه

این اصطلاح نیز ترکیبی وصفی است و از آیه کریمه: یا ایُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّهِ اِرْجِعِي  
إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَةً.<sup>(۲)</sup> (سوره الفجر، ۲۸-۲۷) گرفته شده است.

۱. از خواجه نصیرالدین طوسی نیز تعریف تقریباً مشابهی در دست است: «نفسِ لَوّامه بعد از مُلاَبَسَتِ (=  
عهده‌دار شدن، ملازمت) آنچه مقتضای نقصان بود، به ندامت و ملامت، آن اقدام را در چشم بصیرت قبیح  
گرداند» (نقل از لغت‌نامه دهخدا، ذیلِ نفسِ لَوّامه)
۲. هان ای نفسِ آرام گرفته باز گرد به سوی پروردگارت خشنود و پسندیده (قرآن، ترجمه زین‌العابدین  
رهنا، پیشین، جلد چهارم، ص ۵۴۵)

## تعریف و توضیح

برای این اصطلاح نیز چند تعریف ارائه می‌شود:

نفس مطمئنه نفسی است... که بر اثر ریاضت و تمرین اخلاقی از نگرانی و سرزنش و تشویش نفس لوّامه رهایی یافته و یکسره مطابق موازین اخلاقی عمل می‌کند ( دائرةالمعارف فارسی مصاحب، ۱۳۷۲، ذیل نفس)

و نیز:

نفس مطمئنه نفسی است از صفات ذمیمه صاف شده و به اخلاق حمیده متّصف گشته، به قرب الهی فائز شده و به اطمینان رسیده که بدین خطاب مشرّف است: یا ایتها النفس المطمئنه... (غیاث‌اللغات به نقل از لغت‌نامه دهخدا)<sup>(۱)</sup>

و نیز:

نفس ناطقه را به اعتبار اینکه متحلّی<sup>(۲)</sup> به فضائل و خالی از رذایل بود و با مقتضیات شهوت اندر معارضه افتد مطمئنه گویند. نفس مطمئنه تارکِ هوای نفسانی و لذات فانیه دنیاست و راضیه و مرضیه است به آنچه خدا خواهد (از شفا، ج ۱، ص ۲۹۱ و اسفار جلد ۴، ص ۵۵ به نقل از فرهنگ علوم عقلی، پیشین، ص ۵۹۹)

این بود توضیحاتی اجمالی درباره مفاهیم سه گانه نفس در معارف اسلامی.<sup>۲</sup> حال اگر مفاهیم مذکور با مفاهیم نهاد، خود و فراخود در روان‌شناسی جدید مقایسه و مطابقت کنیم، وجوه تشابه قابل ملاحظه‌ای بین این دو دسته - به ویژه بین «نفس اماره» با «نهاد» و «نفس لوّامه» با «فراخود» - مشاهده می‌شود.<sup>۳</sup>

## شواهد در آثار مولوی

## الف - نفس اماره

تا آنجا که نگارنده تفحص کرده است، اصطلاح نفس اماره در آثار مولانا عیناً نیامده است<sup>۴</sup> ولی مصادیق واقعی این مفهوم بیشتر به شکل مطلقِ نفس و گاه به صورت

۱. برای آگاهی بیشتر درباره اصطلاحات نفس اماره، نفس لوّامه و نفس مطمئنه رجوع کنید به عزالدین محمود کاشانی، مصباح الهدایة و مفتاح الکفایة، به تصحیح جلال‌الدین همایی، ۱۳۲۵، کتابفروشی سنایی، ص ۵۹؛ و نیز سهیلا موسوی سیرجانی، فرهنگ نامه تطبیقی تعریف‌ها و اصطلاحات عرفانی کشف‌المحجوب و مرصادالعباد، ۱۳۸۱، انتشارات زوار، از ص ۳۴۳؛ و همچنین: صادق گوهرین، فرهنگ اصطلاحات تصوف، ۸۳-۱۳۶۷، انتشارات زوار ذیل نفس.

۲. مُرّین

ترکیبات اضافه‌ای نظیر بتِ نفس، هوای نفس، مردم نفس، مکر نفس، سگ نفس، اُستور<sup>(۱)</sup> نفس، گاو نفس، جحیم<sup>(۲)</sup> نفس و نیز به حالت ترکیبات وصفی مثل نفس بهیمی، نفس گبر، نفس بد، نفس کور، نفس نحس، نفس دوزخ خوی، نفس ظلوم، نفس بیمار، نفس خودبین، نفس پرحرص، نفس قاتله، نفس خرگوش، نفس غول، نفس چو زاغ، نفس لعین، نفس ظلمانی، نفس خبیث، نفس ناری، نفس پرجفا، نفس خونى، نفس پلید، نفس شوم و امثال آن،<sup>(۳)</sup> با بسامدهایی متفاوت، در مثنوی ذکر شده است. ذیلاً برای بعضی از این تعبیرات شواهدی تک بیتی نقل می‌شود:<sup>(۴)</sup>

نفس اژدرهاست با صد زور و فن      روی شیخ او را زُمُرْد<sup>(۵)</sup> دیده گن

(دفتر سوم: ۲۵۴۸)

مادر بت‌ها بتِ نفس شماست      زآنکه آن بت مار و این بت اژدهاست

(دفتر اول: ۷۷۲)

بت شکستن سهل باشد، نیک سهل      سهل دیدن نفس را جهل است جهل

(همان دفتر: ۷۷۸)

مردم نفس از درونم در کمین      از همه مردم بتر در مکر و کین

(همان دفتر: ۹۰۶)

من ز مکرِ نفس دیدم چیزها      کو بَرَد از سِحْرِ خود تمییز<sup>(۶)</sup> ها

(دفتر دوم: ۲۲۷۸)

عقل گاهی غالب آید در شکار      بر سگِ نفست که باشد شیخ یار<sup>(۷)</sup>

(دفتر سوم: ۲۵۵۲)

صورت<sup>(۸)</sup> نفس ار بجویی ای پسر      قصه دوزخ بخوان با هفت در

(دفتر اول: ۷۷۹)

دان که این نفسِ بهیمی نر خر است      زیر او بودن<sup>(۹)</sup> از آن ننگین تر است

(دفتر پنجم: ۱۳۹۱)

۱. ستور، حیوان چهارپا      ۲. دوزخ، جهنم.

۳. برای تفصیل بیشتر رجوع کنید به کتاب دریا تا دریا، اثر محمد تقی جعفری ذیل مدخل «نفس»

۴. تمام شواهدی که در این مقاله از مثنوی ذکر شده، از مثنوی معنوی (یک جلدی) به تصحیح نیکلسون، چاپ چهارم، ۱۳۵۶، از انتشارات امیرکبیر نقل گردیده است.

۵. قدما می‌پنداشتند که نظر بر زمرد چشم افعی را کور کند. (فرهنگ معین)

۶. حس تشخیص.      ۷. در صورتی که پیر دستگیرت باشد.

۸. توصیف، وصف حال.      ۹. تابع او شدن، زیر دست او قرار گرفتن.

ای برادر صبر کن بر دردِ نیش	تا رهی از نیشِ نفسِ گبر <sup>(۱)</sup> خویش
گرگِ درّنده است نفسِ بد یقین	چه بهانه می‌نهی بر هر قرین <sup>(۲)</sup>
در ضلالت هست صد گل را گله	نفسِ زشتِ کفر ناکِ پر سَفَه
بهر این بعضی صحابه از رسول	ملتمس بودند مکر نفسِ غول
نفسِ خرگوش <sup>(۳)</sup> به صحرا در چرا	تو به قعر این چه چون و چرا
چه خرابت می‌کند نفسِ لعین	دور می‌اندازدت سخت این قرین
میرآخور بود حق را مصطفی	بهر استورانِ نفسِ پرجفا
گر نبینی، این جهان معدوم نیست	عیب جز ز انگشتِ نفسِ شوم نیست
خواجه زاده عقل مانده بینوا	نفسِ خونی خواجه گشته و پیشوا

(دفتر اول: ۳۰۰۱)  
(دفتر ششم: ۴۸۵۶-۴۸۵۷)  
(دفتر اول: ۳۶۲۵)  
(همان دفتر: ۱۳۵۲)  
(دفتر سوم: ۹۷۴)  
(همان دفتر: ۲۰۰۵)  
(دفتر اول: ۱۴۰۲)  
(دفتر سوم: ۲۵۱۰۱)

تعبیرات ایمایی و کنایی از نفس اماره در چندین جای مثنوی از نفس اماره به ایماء و اشاره و با توسل به انواع کنایه یاد شده است - کنایاتی که گاه ابلغ من التصریح<sup>(۴)</sup> است از آن جمله: دشمن درونی، نمرود، سگ، دشمنِ درون جان، دیو و...  
ای شهان گشتیم ما خصم برون ماند خصمی زو بتّر در اندرون

۱. گبر، در بسیاری از موارد، به معنای مطلق کافر آمده است.  
۲. عیوب و تقصیرات خود را به دیگران منتسب (= فرافکنی) می‌کنی.  
۳. اشاره‌ایست به حکایت نخجیران در دفتر اول مثنوی که ضمن آن خرگوش با حیله‌گری شیر مغرور را به لب چاه می‌کشانند و با تلقین وی را وامی‌دارد تا خود را در چاه افکند.  
۴. رساتر و گویاتر از کلام صریح.

کشتنِ این کارِ عقل و هوش نیست

شیر باطنِ سُخرهٔ خرگوش نیست

در تو نمرودی است آتش در<sup>(۱)</sup> مرو

(دفتر اول: ۱۳۷۴-۱۳۷۳)

رفت خواهی اوّل ابراهیم شو

(همان دفتر: ۱۶۰۶)

آلتِ اِشکارِ خودِ جز سگِ میدان

کمترکِ آن‌دازِ سگ را استخوان

(همان دفتر: ۲۸۷۶)

مصطفی فرمود: گر گویم به راست<sup>(۲)</sup>  
زهره‌های پُردلان هم بر دَرَد  
نه دلش را تاب ماند در نیاز  
همچو موشی، پیش گربه لا<sup>(۳)</sup> شود

شرح آن دشمن که در جان شماست  
نه رَوَد ره، نه غمِ کاری خورد  
نه تنش را قُوتِ روزه، نماز  
همچو بزّه پیش گِرد از جا رود

(دفتر دوم: ۱۹۱۴-۱۹۱۱)

نفس خود بر خود مگردان چیر تو  
... گر ز شیر دیو تن را وا بُری

زود او را باز گیر از شیر تو  
در فِطام<sup>(۴)</sup> او بسی نعمت خوری

(دفتر سوم: ۳۷۴۴-۳۷۴۴)

تمثیلِ نفس به حیوانات<sup>(۵)</sup> و...

تشبیهِ نفس به اژدها<sup>(۶)</sup>

این تشبیه مسبوق به حکایت معروفی است که خلاصهٔ آن به شرح زیر است:  
روایت کرده‌اند که مارگیری که از طریق معرکه‌گیری امرار معاش می‌کرد، برای  
گرفتن مار عازم کوهستان شد:

یک حکایت بشنو از تاریخ گوی  
مارگیری رفت سوی کوهسار  
تا بَری زین رازِ سرپوشیده بوی  
تا بگیرد او به افسون‌هاش مار

(همان دفتر، ۹۷۷-۹۷۶)

۱. مقلوب در آتش.

۲. به طور واقعی و با صراحت

۳. هیچ.

۴. از شیر باز گرفتن.

۵. یافتن شواهدِ مثال و وجود شبه برای بسیاری از تشبیهات مورد استناد در این مقاله را، نگارنده مدیون

کریم زمانی است که با تألیف کتاب ارجمند میناگر عشق کار مثنوی پژوهان را بسیار آسان کرده است.

۶. مار بزرگ، جانوری افسانه‌ای به شکل سوسمار عظیم دارای دو بال که آتش از دهان می‌افکنده...

(فرهنگ معین)

از قضا، فصل زمستان بود. مارگیر پس از تحمّل رنج‌های فراوان و تفحص بسیار سرانجام اژدهای بسیار تنومندی یافت که ظاهراً بر اثر سوز و سرمای شدید مرده بود. آن را گرفت و با هزاران زحمت و مرارت، کشان کشان به بغداد آورد در حالیکه پیایی بانک می‌زد:

کاژدهای مرده‌ای آورده‌ام      در شکارش من جگرها خورده‌ام  
او همی مرده گمان بردش ولیک      زنده بود و او ندیدش نیک نیک

(همان دفتر، ۱۰۰۶-۱۰۰۵)

انبوه مردم، از هر سو، به کنار شط (دجله) روی آوردند تا پیکر این موجود خارق‌العاده را به تماشا نشینند:

جمع آمد صد هزاران ژاژخا<sup>(۱)</sup>      حلقه کرده پشتِ پا بر پشتِ پا

(همان دفتر: ۱۰۳۶)

مارگیر، اژدها را در میان کهنه پاره‌ها و پلاس‌ها پیچیده و از باب احتیاط، با طناب‌های محکم بسته بود.

جمعیت تماشاگران پیوسته رو به فزونی بود. خورشید رفته رفته بالا می‌آمد و هوا گرم می‌شد. تابش آفتاب سوزان بغداد بر بدن اژدها، کم‌کم آن را از افسردگی و بی‌حسی به در آورد. ناظران، ناگهان مشاهده کردند که اژدها - با آن هیکل غول آسا و هول‌انگیز - به جنبش درآمده و در حال گسیختن بندهاست. چنان دچار وحشت شدند که از ترس پا به فرار گذاشتند:

خلق را از جنبش آن مرده مار      گشتشان آن یک تحیر صد هزار  
... بندها بگسست و بیرون شد ز زیر      اژدهایی سخت غُران همچو شیر  
با تحیر نعره‌ها انگیختند      جملگان از جنبشش بگریختند  
در هزیمت بس خلایق کشته شد      از فتاده کشتگان صد پُشته شد

(همان دفتر: ۱۰۴۸-۱۰۴۴)

در این میان، مارگیر، حال و روزی به مراتب بدتر داشت زیرا همانند میشی کور به دست خود گرگ را بیدار کرده و به جان خویش انداخته بود:

گرگ را بیدار کرد آن کور میش      رفت نادان سوی عزرائیل خویش

(همان دفتر: ۱۰۵۰)

۱. بیهوده‌گوی، ترفندباف (فرهنگ معین)



اژدها، به سوی مارگیر که از فرط وحشت بر جای خود خشک شده بود، پرید و همانند لقمه‌ای وی را به دهان گرفت و بلعید و سپس به ستونی مستحکم پیچید و با فشار دادن بدن خود به دورِ ستون، استخوان‌های بدن مارگیر را که در شکم او بود در هم شکست.

در اینجا روایت داستان پایان می‌یابد و تشبیه و نتیجه‌گیری - که مرادِ واقعی و اصلیِ مولانا از نقل این گونه حکایت‌هاست<sup>۵</sup> - آغاز می‌شود:

باری! از دیدگاه مولانا، نفس اماره آدمی دقیقاً مشابه همان اژدهای افسرده است که به محض اینکه امکانات و فرصت را مناسب و وسایل را آماده دید، سرکشی را آغاز می‌کند. به ابیاتِ سحرآمیزِ زیر که به حق مظهرِ اعلاّی جمعِ فصاحت و بلاغت با علو معنا و مضمون است توجه کنید:

نفسات اژدهاست او کی مرده است؟ گر بیابد آلت فرعون او آنگه او بنیاد فرعونى کند کرمک است آن اژدها از دست فقر اژدها را دار در برفِ فراق تا افسرده می‌بود آن اژدهات مات کن او را و ایمن شو ز مات	از غم بی‌آلتی افسرده است که به امر او همی رفت آب جو راه صد موسی و صد هارون زند پشه‌ای گردد ز جاه و مال، صقر <sup>(۱)</sup> هین مکش او را به خورشیدِ عراق لقمه اویی، چو او یابد نجات رحم کن چون نیست او ز اهلِ صلات <sup>(۲)</sup> (همان دفتر: ۱۰۵۹-۱۰۵۳)
---	---

### تشبیه نفس به دوزخ

وجه شبه: حرص و آز بی‌منتهی و سیری ناپذیر

دوزخ است این نفس و دوزخ اژدهاست هفت دریا را درآشامد هنوز ... عالمی را لقمه کرد و درکشید ... چونک جزو دوزخ است این نفس‌ها	کو به دریاها نگردد کم و کاست کم نگردد سوزش آن خلق سوز مده‌اش نعره‌زنان هل من مزید؟ <sup>(۳)</sup> طبع کل دارند جمله جزوها (دفتر اول: ۱۳۸۲-۱۳۷۵)
---	---

۱. باز، شاهین.

۲. جمع صله، به کنایه به معنای گذشت.

۳. آیا باز هم هست؟ آیا زیادتى هست؟ (ماخوذ از آیه ۳۰، سوره ق)

### تشبیه نفس به خرگوش

وجه شبه: زیرکی و حيله گری

ای تو شیری در تک این چاه، فرد نفس چون خرگوش، خونت ریخت و خورد

(همان دفتر: ۱۳۵۱)

### تشبیه نفس به سوسمار (مارمولک صحرائی)

وجه شبه: مأوی این حیوان در حفره‌های پرپیچ و خم زمین است و همین که احساس خطر کند از سوراخی می‌گریزد و از سوراخی دیگر سر در می‌آورد.

دشمنی داری چنین در سرّ خویش مانع عقل است و خصم جان و کیش

یک نفس حمله کند چون سوسمار پس به سوراخی گریزد در فرار

در دل، او سوراخ‌ها دارد کنون سر ز هر سوراخ می‌آرد برون

(دفتر سوم: ۴۰۵۷-۴۰۵۵)

### تشبیه نفس به خار پشت

وجه شبه: خار پشت، هنگام صید مار، نخست سر خود را در زیر پُشته خارناک خود مخفی می‌دارد و آنگاه در فرصتی مناسب سرش را بیرون می‌آورد و قسمتی از بدن مار را به دهان می‌گیرد و سپس به سرعت سرش را مجدداً زیر توده‌های خار مخفی می‌کند. مار برای نجات خود به تکاپو می‌افتد ولی هرچه بیشتر تقلاً می‌کند بدنش بر اثر برخورد با خارهای تیز بیشتر و بیشتر مجروح می‌شود تا اینکه سرانجام به هلاکت می‌رسد. نفس اماره نیز، به همین شیوه، آدمیان را در دام خود اسیر می‌سازد و به گمراهی و تباهی می‌کشانند.

... که خدا آن دیو را خناس<sup>(۱)</sup> خواند کو سرّ آن خارپُشتک را بماند<sup>(۲)</sup>

می‌نهان گردد سرّ آن خارپشت دم به دم از بیم صیاد دُرُشت

تا چو فرصت یافت، سر آرد برون زین چنین مگری شود مارش زبون

گر نه نفس از اندرونت ره زدی ره زنان را بر تو دستی کی بدی؟

(همان دفتر: ۴۰۶۳-۴۰۶۰)

۱. شیطان، اهریمن، دیو سرکش، بدکار، شیطان صفت (فرهنگ معین)

۲. شبیه است.

### تشبیه نفس به اسب سرکش

این تشبیه مسبوق به حکایتی تمثیلی است که در آن نفس اماره به اسبی توسن تشبیه شده که «واپس رو» است. خلاصه حکایت بدین شرح است:

شخصی از امیری اسبی طلب می‌کند. امیر درخواستش را اجابت می‌کند و می‌گوید: برو آن اسب خاکستری رنگ را بردار و سوار شو. درخواست کننده که ظاهراً از خصوصیات آن اسب آگاه است، در پاسخ می‌گوید: آن اسب به کار من نمی‌آید زیرا هم بسیار سرکش است و هم به جای حرکت به جلو عقب عقب می‌رود:

آن یکی اسبی طلب کرد از امیر      گفت: رو آن اسبِ آشه‌ب (۱) را بگیر  
گفت: آن را من نخواهم، گفت: چون؟      گفت: او واپس رو است و بس حرون (۲)

(دفتر ششم: ۱۱۱۹-۱۱۱۸)

امیر هوشمندانه راه حلی آسان و کارساز را بدو پیشنهاد می‌کند؛ می‌گوید: کافی است که دُم اسب را به سمت مقصدت برگردانی تا اسب تو را به مقصد برساند:

سخت پس پس می‌رود او سوی بُن      گفت: دُمش را به سوی خانه کن

(همان: ۱۱۲۰)

تمثیل بسیار کوتاه ولی پرمعنای مولانا در همین جا پایان می‌پذیرد و بلافاصله استنتاج آغاز می‌شود:

امیال و شهوات آدمی به منزله دُم آن اسب است. بنابراین، باید با تغییر جهت دادن و به جریان انداختن آنها در مسیرهایی شایسته و مشروع، آنها را تبدیل به احسن کرد و یا به تعبیر عالمانه مولانا به «شهوت عقبی» مبدل ساخت؛ این همان مکانیسمی است که در روانشناسی جدید از آن به «تصعید» (۳) یا «والایش» تعبیر می‌شود:

دُم این استورِ نفست شهوت است      زین سبب پس پس رود آن خودپرست  
شهوت او را که دم آمد ز بُن      ای مُبدل! شهوتِ عقیبش کن  
چون ببندی شهوتش را از رغیف (۴)      سرکند آن شهوت از عقل شریف  
همچو شاخی که پُزّی از درخت      سرکند قوت ز شاخ نیک‌بخت  
چونکه کردی دم او را آن طرف      گر رود پس پس رود تا مُکتنف (۵)

(همان: ۱۱۲۵-۱۱۲۱)

۱. خاکستری رنگ.

۲. سرکش، توسن.

3. sublimation

۴. گرده نان، به کنایه: حطام، متاع دنیا.

۵. ماوا، پناهگاه.

### تشبیه نفس به خرِ نر

وجه شبه: شهوت گرایي و حرص به جماع

دان که این نفسِ بهیمی، نر خر است  
 در ره نفسِ ار بمیری در مَنی<sup>(۱)</sup>  
 زیر او بودن از آن ننگین تر است  
 تو حقیقت دان که مثلِ آن زنی<sup>(۲)</sup>  
 زآنکه صورت‌ها کند بر وفقِ خو  
 نفس ما را صورتِ خر بدهد او  
 (دفتر پنجم: ۱۳۹۴-۱۳۹۲)

و نیز به خر چموش:

بارِ سنگی بر خری که می‌جهد  
 زود بر نه پیش از آن کو بر نهد<sup>(۳)</sup>  
 (همان دفتر: ۱۳۷۷)

### تشبیه نفس به دزد

وجه شبه: دزد در پی یافتن و سرقت گرانبها ترین اشیاء است، نفس نیز درصدد آن است تا ارجمندترین دارایی‌های انسان - بینش و بصیرت و دین و ایمان وی - را به یغما برد:

پس جهاد اکبر آمد عصر<sup>(۴)</sup> دزد  
 اوّلًا دزدید کُحل<sup>(۵)</sup> دیده‌ات  
 تا بگوید او چه دزدید و چه برد  
 چون ستانی، بازیابی تبصرت<sup>(۶)</sup>  
 پیشِ اهلِ دل، یقین آن حاصل است  
 می‌داند دزد شیطان را ز اثر  
 کور دل با جان و با سمع و بصر  
 کاله<sup>(۷)</sup> حکمت که گم کرده دل است  
 (دفتر دوم: ۲۳۸۲-۲۳۷۹)

### تشبیه نفس به جادوگر و ساحر

وجه شبه: قلبِ حقایق

سحر گاهی را به صنعت<sup>(۸)</sup> گه کند  
 بازکوهی را چو گاهی می‌تند<sup>(۹)</sup>

۱. خودخواهی، انانیت.
۲. اشاره‌ایست به داستان معروف کنیزک و خر در دفتر پنجم مثنوی.
۳. بر زمین گذارد.
۴. تحت فشار قرار دادن.
۵. ... سُرْمه، هر چه در چشم کشند برای شفای چشم... (فرهنگ معین).
۶. بینایی.
۷. متاع.
۸. چشم‌بندی.
۹. تبدیل می‌کند.

زشت‌ها را نغز گرداند به فن<sup>(۱)</sup>      نغزها را زشت گرداند به ظن  
... این چنین ساحر درون توست و سر      إِنَّ فِي الْوَسْوَاسِ بَحْرًا مُسْتَرًّا  
(دفتر سوم: ۴۳-۴۰-۳۹)

#### تشبیه نفس به بت

وجه شبه: بت پرست پیوسته در صدد بت‌سازی است. بت نفس نیز، در صورتیکه سرکوب و منکوب نشود، منشأ ایجاد بت‌های دیگر می‌گردد.  
چون سزای این بت نفس او نداد      از بت نفسش بتی دیگر بزد  
... آهن و سنگ است نفس و بت شرار      آن شرار از آب می‌گیرد قرار  
... بت سیاهابه<sup>(۲)</sup> است اندر کوزه‌ای      نفس مر آب سیه را چشمه‌ای  
(دفتر اول: ۷۷۵-۷۷۱)

#### تشبیه نفس به زاغ

وجه شبه: زاغ بالطبع به مزبله و گنده خواری گرایش دارد. نفس نیز آدمی را به ویرانکده دنیا و متاع فانی آن دلالت می‌کند.  
جان که او دنباله زاعان پَرَد      زاغ، او را سوی گورستان بَرَد  
هین مدو اندر بی نفس چو زاغ      کو به گورستان برد نه سوی باغ  
(دفتر چهارم: ۱۳۱۲-۱۳۱۱)

#### تشبیه نفس به خزان

وجه شبه: پاییز برگ و بار درختان را می‌ریزد و سرسبزی و خرمی را از باغ و بوستان می‌رباید، هوای نفس نیز شادابی و سرزندگی روح را سلب می‌کند.  
آن خزان، نزد خدا نفس و هواست      عقل و جان، عین بهار است و بقاست  
(دفتر اول: ۲۰۵۱)

۱. با ترفند و حيله.      ۲. آب سیاه، آب تیره رنگ.

در باب ترندها و خصایصِ نفسِ اماره  
حیله‌گری و مکاری

او نگردد جز به وحی القلبِ قهر<sup>(۲)</sup>

(دفتر سوم: ۲۵۶)

کو برد از سحر خود تمییزها<sup>(۳)</sup>

(دفتر دوم: ۲۲۷۸)

از همه مردم بتر در مکر و کین

(دفتر اول: ۹۰۶)

ملتمس<sup>(۴)</sup> بودند مکر نفسِ غول

عیب ظاهر را نجستندی که کو

مکر نفس و تن بدانند عامِ شهر<sup>(۱)</sup>

من ز مکر نفس دیدم چیزها

مردم نفس از درونم در کمین

بهر این بعضی صحابه از رسول

فضل طاعت را نجستندی از او

فریبندگی ظاهر و پلیدی باطن

زرق<sup>(۵)</sup> و دستانش<sup>(۶)</sup> نیاید در صفت

ره نستاند زد شه اگاه را

خنجر و شمشیر اندر آستین

خویش با او همسر<sup>(۸)</sup> و همسر مکن

واندر اندازد تو را در قعر او

(دفتر سوم، ۲۵۵۶-۲۵۵۱)

صد زبان و هر زبانش صد لغت

... شهر را بفریید الا شاه را

نفس را تسبیح و مُصحف در یمین<sup>(۷)</sup>

مصحف و سالوس او باور مکن

سوی حوضت آورد بهر وضو

سفسطه‌گری و غلط‌اندازی

کِش<sup>(۹)</sup> زدن سازد<sup>(۱۰)</sup> نه حجّت گفتنش

بعد از آن گوید خیالی بود آن

پس مقیم چشم بودی روز و شب

(دفتر دوم: ۳۵۰۲-۳۵۰۰)

نفس سوسفطائی آمد می‌زنش

معجزه بیند فرزند آن زمان

ور حقیقت بودی آن دید عجب

۱. عامه مردم. ۲. جز با وحی قلبی مقهور و منکوب نمی‌شود.

۳. با سحر و جادو قدرت تشخیص و تمییز را از آدمی سلب می‌کند.

۴. طالب. ۵. نفاق، دورویی.

۶. حیله‌گری، مکر. ۸. همراز.

۷. دست راست. ۹. مخفف کِه‌اش.

۱۰. سازگار است.

مدعی گاوِ نفس آمد فصیح

صد هزاران حجّت آرد ناصحیح<sup>(۱)</sup>

(دفتر سوم: ۲۵۵۲)

وعده‌دهی و عهدشکنی

وعده‌ها بدهد تو را تازه به دست  
عمر، گر صد سال خود، مهلت دهد

کو هزاران بار آنها را شکست  
اوت هر روزی بهانه نو دهد

(دفتر دوم: ۲۲۸۰-۲۲۷۹)

قدرت‌یابی تدریجی

اژدها گشته است آن مار سیاه  
زانکه خوی بد بگشته است استوار

آنکه کرمی بود افتاده به راه  
مور شهوت شد ز عادت همچو مار

(دفتر دوم: ۳۴۷۱)

تغیّر احوال و دمدمی مزاجی

نفس پیوسته بین احوال متضاد در نوسان است.

آن نظر که بنگرد این جرّ و مد<sup>(۲)</sup>  
زان همی گرداندت حالی به حال

او ز نحسی، سوی سعّدی نقب زد  
ضد به ضد پیداکنان در انتقال

(همان دفتر، ۱۵۵۳-۱۵۵۱)

ب - نفس لَوّامه

تا آنجا که نگارنده آگاهی دارد، ترکیب «نفس لَوّامه» فقط یک بار در مثنوی آمده و آن در اواخر «قصه ایاز و حجره داشتن او جهت چارق و پوستین...» است.<sup>۶</sup> از آنجا که مفهوم واقعی کلمات و تعبیرات در متن و زمینه<sup>(۳)</sup> کلام بهتر مشخص می‌شود، ذیلاً خلاصه‌ای از داستان مزبور را - تا جایی که به بیت مورد نظر می‌رسد - می‌آوریم:

۱. اشاره‌ایست به «حکایت آن شخص که در عهد داود شب و روز دعا می‌کرد کی مرا روزی حلال ده

بی‌رنج»

۲. آن چشمی که بتواند این جزر و مد را ببیند (شرح جامع مثنوی معنوی، کریم زمانی، جلد ۲، ص ۳۹۴)

3. Context

ایاز، غلام محبوب و وفادار سلطان محمود غزنوی، با وجود اعتبار و منزلت والایی که در دربار محمود کسب کرده بود، گذشته خود را از یاد نبرده بود. به همین مناسبت، چارق و پوستین دوران شبانی خود را نگاهداشته و به دیوار اطاقش آویخته بود. هر روز صبح، قبل از آنکه کارهای خود را در دربار آغاز کند، بدان اطاق می‌رفت، به یادگارهای دیرین نظری می‌افکند و بدین وسیله با گذشته خود تجدید عهد می‌کرد. او برای اینکه کسی از این ماجرا آگاه نشود، قفل بزرگی بر در آن اطاق زده بود.

رقبای ایاز که به موقعیت و محبوبیت زایدالوصف وی نزد سلطان محمود رشک می‌بردند، تصوّر می‌کردند که او دفینه‌های زر و سیم زیادی را در این اطاق پنهان کرده است. از این رو، نزد محمود به تمامی و سعایت از او پرداختند. سلطان محمود که در صداقت و امانت ایاز کمترین تردیدی نداشت، ظاهراً در برابر ادعای آنها سکوت اختیار کرد؛ ولی برای اینکه مدعیان را رسوا و شرمسار کند خطاب به آنها گفت: در غیبت ایاز، به اطاق او بروید و هر چه از زر و سیم یافتید بردارید و بین خود تقسیم کنید!

در نیمه‌های شب، سی تن مشعل به دست راهی اطاق ایاز شدند. آزمندانه قفل در را شکستند و به داخل اطاق هجوم بردند...

شرح دنباله داستان را به کلام سحرانگیز مولانا می‌سپاریم که در آن، از حرص و آز سیری‌ناپذیر آدمی از یک سو و هشدارهای عقل مصلحت‌اندیش (که در واقع نقش نفس لوامه را ایفاء می‌کند) از سوی دیگر، به گونه‌ای بس شیوا سخن رفته است:

می‌شتابیدند تفت <sup>(۱)</sup> از حرصِ زر	عقل شان می‌گفت: نه، آهسته‌تر
حرص تازد بیهده سوی سراب	عقل گوید: نیک‌بین، کان نیست آب
حرص غالب بود و زر چون جان شده	نعره <sup>(۲)</sup> عقل آن زمان پنهان شده
گشته صد تو، حرص و غوغاهای او	گشته پنهان حکمت و ایمای <sup>(۳)</sup> او
تا که در چاهِ غرور آندر فتن	آنگه از حکمت ملامت بشنود

(دفتر پنجم: ۲۰۶۱-۲۰۵۷)

و سرانجام می‌رسیم به بیتی که شاهد مثال اصلی ماست:

۳. اشاره.

۲. هشدار.

۱. تند و تیز، شتابان.



چون ز بندِ دام، بادِ او شکست      نفسِ لَوامه بر او یابید دست<sup>(۱)</sup>

(همان: ۲۰۶۲)

شایان ذکر است که در کتاب مناقب العارفين شمس‌الدين افلاکی نیز از تعبیر «نفسِ لَوامه» - به شکل جمع - یاد شده است. به حکایت این ماخذ، مولانا ضمن برخورد و گفت و گو با زنی معروفه این اصطلاح را همراه با نفسِ اماره بر زبان آورده است: در خان<sup>(۲)</sup> صاحب اصفهانی فاحشه‌زنی بود به غایت جمیله و او را کنیزکان بسیار در کار بودند. همانا که روزی حضرت مولانا از آنجا می‌گذشت. آن عورت پیش دویده سر نهاد و در پایِ خداوندگار<sup>(۳)</sup> افتاده و تضرع و شکستگی می‌نمود. فرمود: رابعه! رابعه! کنیزکانِ او را خبر شد. به یکبارگی بیرون آمده سر در قدم او نهادند. فرمود که: زهی پهلوانان! زهی پهلوانان! که اگر بارکشی شما نبود، چندین نفوسِ لَوامهٔ اماره<sup>(۴)</sup> را که مغلوب کردی؟ و عفتِ عقیقهٔ زنان کجا پیدا شدی؟

افلاکی می‌افزاید:

عاقبت الامر آن خاتون جمیله، رابعه وار توبه کرده کنیزکان خود را آزاد کرد و خانه‌اش را یغما فرمود و از نیک‌بختان آخرت گشته ارادت آورد. (مناقب‌العارفين، به کوشش تحسین یازیچی، ص ۵۵۵)

### ج - نفسِ مطمئنه

نگارنده، پس از تفحص بسیار در مثنوی، تنها در یک مورد، به تعبیر «نفسِ مطمئنه» برخورده و آن در دفتر پنجم ذیل عنوان «در بیان آنکه صفا و سادگی نفسِ مطمئنه از فکرت‌ها مُشوَّش شود...» است.<sup>۱</sup>

رويِ نفسِ مطمئنه در جسد      زخمِ ناخن‌های فکرت می‌کشد<sup>(۵)</sup>

(دفتر پنجم: ۵۵۷)

۱. منظور این است که وقتی آدمِ حریص گرفتار دامِ بلا و سختی شد و بر اثر آن بادِ غرورش شکست، نفسِ لَوامه (= سرزنشگر) به جانش می‌افتد و بر او چیره می‌شود. ۲. مخففِ خانه.
۳. از القاب و عناوینی است که دربارهٔ مولانا به کار می‌رفت.
۴. با توجه به تفاوتِ ماهوی این دو نفس، در کنار هم آوردن آنها محل تأمل است.
۵. در کالبد آدمی نیز ناخن اندیشه‌ها ... چهرهٔ نفسِ مطمئنه را می‌خراشد. (شرح جامع مثنوی معنوی، پیشین، جلد ۵، ص ۱۷۱)

در دیوان کبیر (شمس) نیز، حداقل در یک جا، از تعبیر «نفس مطمئه» یاد شده است:

این نفس مطمئه خموشی غذای اوست این نفس ناطقه<sup>۹</sup> سوی گفتار می‌رود  
(کلیات شمس، به تصحیح بدیع‌الزمان فروزانفر، جلد ۲، ص ۱۸۳)

### پی‌نوشت‌ها

۱. روان‌شناسی جدید - در پرتو اکتشافات و تعلیمات فروید - روان و شخصیت آدمی را متشکل از سه بخش (یا سه قلمرو یا سه لایه) می‌داند: نهاد، خود و فراخود.<sup>(۱)</sup>

نهاد وسیع‌ترین و مهم‌ترین حوزه روان تلقی می‌شود. به تعبیر فروید نهاد «حوزه تاریک و دورمانده شخصیت ماست. آگاهی اندکی که درباره آن داریم از مطالعه رویا و اختلالات روانی به دست آمده است». نهاد کانون غرایز اولیه و قلمرو شورهای ابتدایی و بخشی از میراث حیوانی انسان است که طبیعتی بهیمی و جنسی دارد و علی‌الاصول از آگاهی برکنار است. نهاد، ذاتاً کور و بی‌بصیرت است و هدفی جز برآوردن کام‌ها و هوس‌ها ندارد. دورنگر و فرجام‌اندیش نیست. به گفته توماس مان به ارزش‌ها اعتنایی نمی‌ورزد و نیکی و بدی و اخلاق نمی‌شناسد. کودک نوزاد تجسم گویای نهاد است. (آریان‌پور، ۱۳۵۲، کاوشگران روان ناآگاه، پیشین، ص ۳۱۰)

در جریان رشد کودک، رفته رفته، بخشی از «نهاد» به صورت خود در می‌آید. کودک، به تدریج، ضرورت هماهنگی با مقتضیات عالم خارج را در می‌یابد. «اصل واقع‌بینی» در برابر «اصل کامجویی» پدیدار می‌شود و ابراز وجود می‌کند. «خود»، به مقتضای هشیاری و به مدد آگاهی‌هایی که از جهان خارج کسب می‌کند، می‌کوشد توقعات بی‌حد و حصر «نهاد» را با قیود و محدودیت‌ها و ممنوعیت‌های جهان بیرونی آشتی دهد. بنابر آنچه گفته شد، «خود» به منزله بازیبن یا سانسور کننده ایست در مقابل «نهاد» که تلاش می‌کند آن را با واقعیت‌های بعضاً تلخ و ناخوشایند همراه و همساز سازد.

فراخود، در واقع، همان وجدان اخلاقی است و به گفته بریل «نمودار والاترین مرحله تکامل انسان است. قوانین اخلاقی و مُحَرّماتی که والدین یا جانشینان ایشان [در مدرسه و در صحنه‌های مختلف اجتماع] به کودک تحمیل می‌کنند به من برتر (= فراخود) می‌انجامد. وجدان صرفاً زاده رشد من برتر است» (همان مأخذ، ص ۳۱۲-۳۱۱)

۱. شایان ذکر است که شادروان استاد دکتر امیرحسین آریان‌پور، در سال ۱۳۲۴، به جای سه اصطلاح مذکور معادل‌های دیگری را بدین شرح پیشنهاد کرد: او (به جای نهاد) من (به جای خود) و من برتر یا من آرمانی (به جای فراخود) از قضا، این پیشنهاد استاد، با تعابیری که در بیت معروف حافظ آمده است، مطابقت و تناسب کامل دارد:

در اندرون من خسته دل ندانم کیست که من خموشم و او در فغان و در غوغاست  
(آریان‌پور، کاوشگران روان خودآگاه، پیشین، ص ۳۱۰، پانویس)

«فراخود» پیوسته با «نهاد» در ستیز و کشاکش است و «خود» نقش واسطه و داور را بین این دو ایفا می‌کند. هر زمان که «نهاد» و «فراخود» به مصالحه و سازشی دست یافته باشند، فرد احساس رضایت خاطر و آرامش می‌کند و زندگی برای وی آسان و دلپذیر می‌شود؛ اما اگر «نهاد» سر به طغیان بردارد و از اجرای خواسته‌ها و فرمان‌های «فراخود» یکسره شانه خالی کند و از جانب «خود» هم مخالفت و ممانعتی ابراز نشود، «فراخود» آزرده و رنجور می‌گردد و احساس گناهکاری و عذاب وجدان - که دردناک‌ترین عذاب‌هاست - بر وجود آدمی حاکم می‌شود.

۲. در چندین آیه از آیات قرآن کریم، تلویحاً از نفس دیگری یاد شده که شاید از آن بتوان به «نفسِ مُسَوِّله» یا «نفسِ مَرَّیبه» تعبیر کرد. این نفس بنا به توصیف قرآن کریم از نفس اماره هم خطرناک‌تر است؛ زیرا کارهای ناپسند را در نظر انسان زیبا جلوه می‌دهد. آیات کریمه زیر شاهد مثال این معنی است:

- و جاء و علی قمیصه بدم کذب. قال: بل سؤلت لکم أنفسکم أمراً (سوره یوسف: ۱۸)

و [برادران یوسف] پیراهن او را آوردند که بر آن خونی دروغین بود. [یعقوب] گفت (نه) بلکه [چنین] کاری را نفس شما برای شما آراسته کرد (در آیه ۸۳ همان سوره، این تعبیر تکرار شده است)

- ... و كذلك سؤلت لی نفسی (سوره طه: ۹۶) و این چنین، نفس من آن را برای من آراست.

به گفته مولف تفسیر طبری کلمه «سؤلت» به معنای «بیاراست» است و بعضی آن را «آسان کرد» معنی کرده‌اند (قرآن، ترجمه زین العابدین رهنما، پیشین، مجلد دوم، صفحات ۲۹۷، ۳۰۰، ۶۵۰ و ۶۵۱)

شگفتا! که در روان‌شناسی نوین نیز، از سازوکار (مکانیسم)ی سخن می‌رود که کارش آراستن و ظاهرالصلاح کردن اندیشه‌ها و اعمال آدمی است و به همین مناسبت از آن تحت عنوان «مکانیسم تزئین» تعبیر می‌شود. این سازوکار حتی در عالم رویا، هم نقش خود را ایفا می‌کند. (برای توضیحات بیشتر: امیرحسین آریان‌پور، ۱۳۵۷، فرویدیسم، پیشین، ص ۲۹۸)

۳. عزالدین محمود بن علی کاشانی، صاحب کتاب معروف مصباح الهدایة و مفتاح الکفایة، تعابیر نفس اماره، نفس لوامه و نفس مطمئنه را به عنوان اسامی نفس در مراحل و مراتب متوالی تکامل آن تلقی کرده است:

«نفس بر حسب مراتب مختلفه و اوصاف متقابله اسمی دارد:

در اوایل تا هنوز ولایت وجود در تحت تصرف استیلای او بود او را نفس اماره خوانند. در اواسط چون تدبیر ولایت وجود به تصرف دل مَفْوض<sup>(۱)</sup> گردد و نفس به ربقه<sup>(۲)</sup> طاعات و انقیاد او مُقَلَّد<sup>(۳)</sup> شود و هنوز از نوازع<sup>(۴)</sup> صفات نفس و تمرّد آن بقایایی چند مانده باشد و بدان جهت پیوسته خود را ملامت کند نفس لوامه گویند. از اقوال مفسران یکی آن است که نفس لوامه نفس بنده مومن است که پیوسته به روزگار خود تحسّر می‌خورد و بر تقصیرها خود را ملامت می‌کند و خویش را می‌ترساند و به چشم حقارت و مذلت در خود می‌نگرد.

و در اواخر چون عُرُوق<sup>(۵)</sup> نزاع و کراهت از وی به کلی جدا شود و از حرکت و منازعت با دل طمانینه یابد و در تحت جریان احکام رام گردد و کراهت آن به رضا مبدل گردد آن را نفس مطمئنه خوانند...»

(مصباح الهدایة... پیشین، ص ۵۹)

۱. واگذار.

۲. حلقه، بند، رشته.

۳. مقید.

۴. جمع نازعه، به معنای انگیزه.

۵. جمع عزّی به معنای رگ و ریشه.

۴. برخلاف مولوی، سعدی حداقل در دو جا با صراحت از نفس اماره یاد کرده است:

تو دانی که مسکین و بیچاره ایم	فرومانده نفس اماره ایم
نمی تازد این نفس سرکش چنان	که عقلش تواند گرفتن عنان
که بانفس و شیطان برآید به زور؟	مصافِ پلنگان نیاید ز مور

بوستان، باب دهم: ۳۹۲۲-۳۹۲۴

و نیز:

کند مرد را نفس اماره خوار	اگر هوشمندی عزیزش مدار
---------------------------	------------------------

بوستان، باب ششم: ۲۷۵۵

۵. شایان توجه است که مولانا در چندین جا، از جمله، در ضمن قصه «خواب دیدن فرعون موسی را...» مقصد و منظور واقعی خود را از این داستان سربایی‌ها با صراحت بیان کرده است:

آنچه در فرعون بود آن در تو هست	لیک از درهات محبوس چه است
ای درینجا این جمله احوالِ توست	تو بر آن فرعون بر خواهیش بست (۱)
گر ز تو گویند وحشت زایدت	ور ز دیگر آفسان (۲) بنمایدت

دفتر سوم: ۹۷۱-۹۷۳

ضمناً در کتاب داستانهای مثنوی (نوشته محمد مهدی اشتهاردی، ۱۳۷۶، جلد ۲، انتشارات پیام آزادی، تهران، ص ۷۳) ابیات دیگری نقل شده که مبین همین معنی است:

آنچه گفتم جملگی احوالِ توست	خود نگفتم صد یکی ز آنها درست
این جراحت‌ها همه از نفسِ توست	لیک مغلوبی ز جهلِ ای سخت سست

شایان ذکر است که این دو بیت در نسخه نیکلسون ضبط نگردیده ولی بیت اول در نسخه مصحح مرحوم محمد رضانی آمده است.

۶. علامه فقید علی اکبر دهخدا نیز، ضمن حکایتی منظوم، از نفس لوامه و تقابل آن با نفس اماره به گونه‌ای بس شیوا یاد کرده است. خلاصه داستان مزبور بدین شرح است: صبحگاهی نزدیک طلوع آفتاب، امام مسجد شفت عازم مسجد بود. در مسیر او، سگی که در نهر افتاده و سراپا خیس شده بود، از آب خارج شد و خود را به شدت تکان داد به طوریکه ترشحات آن بر سر و رو و جامه امام پاشیده شد. امام که برای رسیدن به مسجد شتاب بسیار داشت در مخمصه روحی عجیبی قرار گرفت: از یک سو، فرصت نماز صبح در شرف اتمام بود و مامومین بی‌صبرانه انتظار وی را می‌کشیدند و از سوی دیگر، ادای نماز با بدن و جامه آلوده به ترشحات بدن سگ با مسلمات شرع منافات داشت. در نتیجه، کشمکش شدیدی در درون امام درگرفت ولی سرانجام آن، در اندک زمانی، به نفع نفس اماره تمام شد. امام با خود فریبی و به کمک مکانیسم روان‌شناختی «توجیه» (= دلیل تراشی) بر خود قبولانید که موجود مزبور علی‌القاعده نمی‌توانسته است سگ باشد بلکه احتمالاً دلفین بوده است:

حرص و میل و قبولی عامه	با ترش‌روی «نفس لوامه»
------------------------	------------------------

۲. آسان.

۱. با فرافکنی آن را به فرعون نسبت می‌دهی.

لحظه‌ای چند جنگشان پیوست  
گفت: سگ اندر آب غلط است  
فلس و پر نیستش عجب این است  
شیخ با حرص از درون همدست  
گر نه ماهی است لامحاله بط است  
دُمکسی دارد آه! دلفین است

(امثال و حکم دهخدا، جلد اول، ذیل مثل «انشاء الله گریه است!»)

۷. احتمالاً مراد رابعه عدویه از زنان عارف و زاهد بسیار معروف در قرن دوم هجری است. در کتابهای صوفیه حکایت‌ها و سخن‌های دلنشینی از او نقل شده است. گویند با حسن بصری معاصر بوده است. وفاتش به روایتی در سال ۱۳۵ قمری و به روایتی دیگر در ۱۸۰ یا ۱۸۵ اتفاق افتاده است که روایت اخیر با معاصر بودنش با حسن بصری (متوفای ۱۱۰ قمری) منافات دارد. (دائرةالمعارف فارسی دکتر مصاحب، ذیل رابعه عدویه)

۸. خاقانی را نیز به نفس مطمئنه اشاره ایست:

با نفس مطمئنه قرینش کن آن چنان  
کاو از رجعی دهدش هاتف رضا  
(نقل از لغت‌نامه دهخدا ذیل مدخلِ نفس مطمئنه)  
در دیوان حکیم سنائی هم، از مراتب سه گانه نفس که ذکر شد یاد شده منتها مرتبه چهارمی تحت عنوان «نفس ملهمه»<sup>(۱)</sup> به آنها افزوده شده است:

نفس اماره است و لؤامه است و دیگر ملهمه  
مطمئنه با سه دشمن در یکی پیراهن است  
شایان توجه که سنائی در مقدمه حقیقه الحقیقه... که به قلم خود او نگاشته شده، مراتب مختلف نفس را با تعبیرهای دیگری هم مطرح کرده است:

«... و چهار مرتبه نفس را در چهار [...] طبایع بازداشت. اول «نفس روینده» و آن شهوانی است. دوم «نفس جوینده» و آن حیوانی است. سوم «نفس گوینده» و آن انسانی است و چهارم «نفس شوینده» و آن ربّانی است.» (نذیر احمد: ۱۳۶۵، ص ۳)، به نقل از نامه پارسی، بهار و تابستان ۱۳۸۶، ص ۱۷۸)

۹. نفس را در مرتبه کمال «نفس ناطقه» گویند و عقل و صورت نوعیه انسان هم نامند. به قول ملاصدرا: «ان النفس الناطقه عندالحکیم عبارة من جوهر عقلی وحدانی لیس فی عالم العنصری و لا فی عالم الاجسام لم یتصور ان یدرک وحدة الحق» (فرهنگ علوم عقلی به نقل از لغت‌نامه دهخدا، ذیل نفس ناطقه)  
گفتم که نفس ناطقه را مستقر کجاست؟  
گفتا ورا جهان لطیف است مستقر  
(ناصرخسرو)

## منابع

۱. آریان پور، امیرحسین (۱۳۵۷)، فرویدیسیم با اشاراتی به ادبیات و عرفان، چاپ دوم، شرکت سهامی کتابهای جیبی، تهران.

۱. ترکیبی وصفی است و منظور از آن نفسی است که ارادات مختلفی از آن در دل راه یابد. (از غیث اللغات، به نقل از لغت‌نامه دهخدا، ذیل مدخل «نفس ملهمه».)

۲. \_\_\_\_\_ (۱۳۵۲)، کاوشگران روان ناآگاه، زیگموند فروید (مقاله)، مندرج در کتابهایی که دنیا را تغییر دادند، اثر روبرت دونز، چاپ سوم، انتشارات ابن سینا، تهران.
۳. اسلامی ندوشن، محمدعلی (۱۳۷۷)، باغ سبز عشق، گزیدهٔ مثنوی، همراه با تامل در زندگی و اندیشهٔ جلال‌الدین مولوی. شرکت انتشارات یزدان، تهران.
۴. افلاکی، شمس‌الدین احمد (۱۹۶۱-۱۹۵۹)، مناقب العارفين، به کوشش تحسین یازیچی، آنکارا.
۵. بلخی، مولانا جلال‌الدین محمد (۱۳۷۹)، مثنوی، مقدمه، تصحیح، تعلیقات، فهرستها از دکتر محمد استعلامی، ۷ جلد، چاپ ششم، انتشارات سخن، تهران.
۶. جعفری، محمدتقی (۱۳۶۴)، از دریا به دریا، کشف الابیاتِ مثنوی، ۴ جلد، انتشارات چاپخانهٔ وزارت ارشاد و فرهنگ اسلامی، تهران.
۷. زرین‌کوب، عبدالحسین (۱۳۶۴)، سزّنی، نقد و شرح تحلیلی و تطبیقی مثنوی، چاپ اول، انتشارات علمی، تهران.
۸. \_\_\_\_\_ (۱۳۶۷)، بحر در کوزه، نقد و تفسیر قصه‌ها و تمثیلات مثنوی، چاپ دوم، انتشارات علمی.
۹. زمانی، کریم (۱۳۸۴-۱۳۷۲)، شرح جامع مثنوی معنوی، ۶ جلد، انتشارات اطلاعات، تهران.
۱۰. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۵)، میناگر عشق، شرح موضوعی مثنوی معنوی، چاپ چهارم، نشر نی، تهران.
۱۱. سجادی، سید جعفر (۱۳۵۴)، فرهنگ لغات و اصطلاحات و تعبیرات عرفانی، چاپ دوم، کتابخانهٔ طهوری، تهران.
۱۲. سنائی، مجدود بن آدم (۱۳۶۲)، دیوان حکیم سنائی، به تصحیح و تحشیهٔ مدرس رضوی، تهران: کتابفروشی سنائی تهران.
۱۳. عبدالباقی، محمد فؤاد، (۱۳۶۴ ه.ق)، المعجم المفهرس لالفاظ القرآن الکریم، بیروت، دارالفکر للطباعة و النشر و التوزیع.
۱۴. کاشانی، عزالدین محمود (۱۳۲۵)، مصباح الهدایة و مفتاح الکفایة، به تصحیح جلال‌الدین همائی، کتابفروشی سنائی (افست)
۱۵. کتابی، احمد (۱۳۸۳)، فرافکنی در فرهنگ و ادب فارسی، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران.
۱۶. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۶)، چند مفهوم روان‌شناختی در اندیشه‌های مولوی، فصل‌نامهٔ فرهنگ (ویژه‌نامهٔ مولوی)، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی (آمادهٔ چاپ).
۱۷. گوهرین، سید صادق (۱۳۵۴-۱۳۳۷)، فرهنگ لغات و تعبیرات مثنوی، ۱۰ جلد، انتشارات دانشگاه تهران.

۱۸. \_\_\_\_\_ (۱۳۶۷-۱۳۸۳)، شرح اصطلاحات تصوف، ۱۰ جلد، انتشارات زوار، تهران.
۱۹. صاحب، غلامحسین (۱۳۶۹-۱۳۵۷-۱۳۴۵)، دائرة المعارف فارسی، ۳ جلد، انتشارات فرانکلین و شرکت انتشارات جیبی، تهران.
۲۰. موسوی سیرجانی، سهیلا (۱۳۸۱)، فرهنگ نامه تطبیقی تعریف‌ها و اصطلاحات عرفانی کشف‌المحجوب و مرصادالعباد، کتابفروشی زوار، تهران.
۲۱. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۵۶)، دوره کامل مثنوی معنوی، به سعی و اهتمام و تصحیح رینولد الین نیکلسون، چاپ چهارم، انتشارات امیرکبیر.
۲۲. \_\_\_\_\_ (۱۳۶۳)، کلیات دیوان شمس تبریزی، یک جلدی، چاپ دهم، انتشارات امیرکبیر.
۲۳. \_\_\_\_\_ (۱۳۵۵)، کلیات شمس، به تصحیح بدیع‌الزمان فروزانفر، چاپ دوم، ۱۰ جزء، انتشارات امیرکبیر، تهران.
۲۴. \_\_\_\_\_ (۱۳۷۷)، مثنوی معنوی، براساس نسخه قونیه، به تصحیح و پیشگفتار عبدالکریم سروش، ۲ جلد، چاپ سوم، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۲۵. \_\_\_\_\_ (۱۳۱۹-۱۳۱۵)، مثنوی معنوی با هفت کتاب نفیس دیگر، به تصحیح و مقابله و همت محمد رضانی، کلاله خاور، تهران.
۲۶. \_\_\_\_\_ (۱۳۳۰)، فیه مافیه، به تصحیح بدیع‌الزمان فروزانفر، انتشارات دانشگاه تهران.
۲۷. نذیر احمد (۱۳۶۵): مکاتیب سنائی، نشرات پوهنچی ادبیات پوهنتون کامل، کابل.
۲۸. وزین پور، نادر (۱۳۷۱)، آفتاب معنوی، چهل داستان از مثنوی، انتشارات امیرکبیر، تهران.