وسائل الشيعة، ج‌16، ص: 95‌

«1» 96 بَابُ وُجُوبِ مُحَاسَبَةِ النَّفْسِ كُلَّ يَوْمٍ وَ مُلَاحَظَتِهَا وَ حَمْدِ اللَّهِ عَلَى الْحَسَنَاتِ وَ تَدَارُكِ السَّيِّئَاتِ‌

1-أَبِي الْحَسَنِ الْمَاضِي ع قَالَ: لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ- فَإِنْ عَمِلَ حَسَناً اسْتَزَادَ اللَّهَ- وَ إِنْ عَمِلَ سَيِّئاً اسْتَغْفَرَ اللَّهَ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ

- 2- قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ع إِذَا أَرَادَ أَحَدُكُمْ أَنْ لَا يَسْأَلَ اللَّهَ شَيْئاً إِلَّا أَعْطَاهُ- فَلْيَيْأَسْ مِنَ النَّاسِ كُلِّهِمْ- وَ لَا يَكُونُ لَهُ رَجَاءٌ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ جَلَّ ذِكْرُهُ- فَإِذَا عَلِمَ اللَّهُ جَلَّ وَ عَزَّ ذَلِكَ مِنْ قَلْبِهِ- لَمْ يَسْأَلِ اللَّهَ شَيْئاً إِلَّا أَعْطَاهُ-

فَحَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا عَلَيْهَا- فَإِنَّ لِلْقِيَامَةِ خَمْسِينَ مَوْقِفاً- كُلُّ مَوْقِفٍ مِقْدَارُهُ أَلْفُ سَنَةٍ ثُمَّ تَلَا قَوْلَهُ تَعَالَى فِي يَوْمٍ كانَ مِقْدٰارُهُ أَلْفَ سَنَةٍ مِمّـٰا تَعُدُّونَ «5».

«پيش از اينكه حساب شما را محاسبه كنند، از خود حساب بكشيد؛ زيرا قيامت داراى پنجاه ايستگاه است كه هر ايستگاه هزار سال به طول مى‏انجامد».كافى، ج 8، ص 143.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

الإمامُ عليٌّ عليه السلام : على العاقِلِ أن يُحصِيَ على نفسِهِ مَساوِيَها في الدِّينِ و الرَأيِ و الأخلاقِ و الأدَبِ ، فَيَجمَعَ ذلكَ في صَدرِهِ أو في كتابٍ و يَعمَلَ في إزالَتِها . بحار الأنوار : 78/6/58 .

امام على عليه السلام : بر خردمند است كه بديهاىِ دينى و فكرى و اخلاقى و تربيتى خود را شماره كند و آنها را در سينه خويش يا به صورت نوشته گرد آورد و در از بين بردن آنها بكوشد .

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

3- امام سجّاد عليه السلام:ابنَ آدَمَ، إنَّكَ لا تَزالُ بِخَيرٍ ما كانَ لَكَ واعِظٌ مِن نَفسِكَ، وما كانَتِ الُمحاسَبَةُ مِن هَمِّكَ، وما كانَ الخَوفُ لَكَ شِعارا، والحَذَرُ لَكَ دِثارا؛

اى فرزند آدم! تا زمانى كه واعظى از درون دارى و به حسابرسى (اعمالِ خود) اهتمام مى ورزى و ترس (از خدا و كيفر الهى) جامه زيرين تو باشد و پرهيز بالاپوشت، پيوسته در خير و صلاح خواهى بود.(تحف العقول، ص 280 - منتخب ميزان الحكمة، ص 600)

- ابْنَ آدَمَ إِنَّكَ مَيِّتٌ وَ مَبْعُوثٌ- وَ مَوْقُوفٌ بَيْنَ يَدَيِ اللَّهِ فَأَعِدَّ جَوَاباً.

اى فرزند آدم! تو خواهى مرد و برانگيخته خواهى شد و در حضور خداوند عزّ و جَلّ قرار خواهى گرفت، پس براى او جوابى را آماده کن.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

- [رسولُ اللّه ِ صلى الله عليه و آله : كان فيها [ أي صُحُفِ إبراهيم عليه السلام ]··· : على العاقِلِ ما لَم يَكُن مَغلوبا على عَقلِهِ أن يكونَ لَهُ ساعاتٌ : ساعَةٌ يُناجِي فيها رَبَّهُ عزّ و جلّ ، و ساعَةٌ يُحاسِبُ نَفسَهُ ، و ساعَةٌ يَتَفَكَّرُ فيما صَنَعَ اللّه ُ عزّ و جلّ إلَيهِ ، و ساعَةٌ يَخلُو فيها بِحَظِّ نفسِهِ مِنَ الحَلالِ؛ فإنّ هذهِ الساعَةَ عَونٌ لِتلكَ الساعاتِ و استِجمامٌ للقُلوبِ و تَوزِيعٌ لها.](http://www.hadithlib.com/hadithtxts/view/21007626) الخصال : 525/13 ، معاني الأخبار: 334/1 و فيه«و تفريغ لها» بدل «و توزيع لها

پيامبر خدا صلى الله عليه و آله : در صحف ابراهيم آمده است كه: خردمند ، مادام كه خِردش از او گرفته نشده ، بايد ساعاتى را براى خود در نظر گيرد ؛

1- زمانى براى مناجات با پروردگارش عزّ و جلّ ،

2-و زمانى براى محاسبه نفس،

3-و زمانى براى انديشيدن در آنچه كه خداوند عزّ و جلّ به وى ارزانى داشته است

4-و زمانى براى كام جويى خود از راه حلال ؛ زيرا اين زمان كمكى است به آن سه زمان ديگر و مايه آسودگى و رفع خستگى دلها .

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

[عنه صلى الله عليه و آله : إنّ في حِكمَةِ آلِ داوود عِبرَةً للعاقِلِ اللَّبِيبِ أن لا يَشغَلَ نفسَهُ إلاّ في أربَعِ ساعاتٍ : ساعَةٍ يُناجِي فيها رَبَّهُ ، و ساعَةٍ يُحاسِبُ فيها نفسَهُ ، و ساعَةٍ يَلقَى فيها إخوانَهُ الذين يُناجِي ، الذينَ يَنصَحُونَهُ في نفسِهِ و يُخبِرُونَهُ بِعُيُوبِهِ ، و ساعَةٍ يَخلُو بينَ نَفسِهِ و بينَ رَبِّها فيما يَحِلُّ و يَجمُلُ، فإنَّ في هذِهِ الساعَةِ عَونا على هذِهِ الساعاتِ .](http://www.hadithlib.com/hadithtxts/view/21007627) كنز العمّال : 5381 .

پيامبر خدا صلى الله عليه و آله : همانا در حكمتِ خاندان داوود، درسى است براى خردمندِ صاحب دل كه نفْس خود را جز در اوقات چهارگانه مشغول نسازد ؛

1- زمانى كه در آن با پروردگار خويش مناجات كند

2-و وقتى كه در آن به حسابرسى نفْس خود بپردازد

3-و ساعتى كه در آن به ديدار با برادران و دوستانش كه خيرخواه اويند و عيبها و كاستيهايش را به وى گوشزد مى كنند، بگذراند

4-و زمانى كه در آن نفْس خود را با پروردگارش در امورى كه حلال و خوشايند است تنها گذارد ؛ زيرا كه اين زمان كمكى است بر پرداختن به آن سه وقت ديگر

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

الإمامُ عليٌّ عليه السلام : للمؤمنِ ثلاثُ ساعاتٍ : ساعَةٌ يُناجِي فيها رَبَّهُ ، و ساعَةٌ يُحاسِبُ نفسَهُ ، و ساعَةٌ يُخَلِّي بينَ نفسِهِ و لَذَّتِها فيما يَحِلُّ و يَجمُلُ . غرر الحكم : 7370 .

امام على عليه السلام : مؤمن را سه وقت است : وقتى كه در آن با پروردگار خود به راز و نياز مى پردازد و وقتى كه به حساب نفْس خود مى رسد و وقتى كه به لذّتهاى حلال و مناسب مى گذراند .

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

عنه عليه السلام : للمؤمنِ ثلاثُ ساعاتٍ : فساعَةٌ يُناجِي فيها رَبَّهُ ، و ساعَةٌ يَرُمُّ مَعاشَهُ ، و ساعَةٌ يُخَلِّي بينَ نفسِهِ و بينَ لَذَّتِها فيما يَحِلُّ و يَجمُلُ . نهج البلاغة : الحكمة 390 .

امام على عليه السلام : مؤمن اوقات خود را سه بخش مى كند : زمانى كه در آن با پروردگار خود به راز و نياز مى پردازد و زمانى كه به تحصيل معاش دست مى يازد و زمانى كه به لذّتهاى حلال و نيكو مى گذراند .

----------

..لاثةَ أجزاءٍ : جُزءاً للّه ِِ ، و جُزءاً لأهلِهِ ، و جزءاً لنفسِهِ.. - بحار الأنوار : 16/150/4 .

پيامبر صلى الله عليه و آله اوقات خود را به سه بخش تقسيم مى كرد : بخشى را به [عبادت] خدا اختصاص مى داد و بخشى را به خانواده اش و بخشى را به خودش . وقت مخصوص به خودش را نيز ميان خود و مردم تقسيم مى فرمود

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

الإمامُ الصّادقُ عليه السلام : كانَ فيما وَعَظَ لقمانُ ابنَهُ : ••• يا بُنَيَّ ، اجعَلْ في أيّامِكَ و لَيالِيكَ و ساعاتِكَ نَصيبا لكَ في طَلَبِ العِلمِ ، فإنّكَ لَن تَجِدَ لكَ تَضيِيعا مِثلَ تَركِهِ . الأمالي للطوسي : 68/99

امام صادق عليه السلام : از اندرزهاى لقمان به فرزندش اين بود كه : . . . فرزندم ! از روزها و شبها و اوقات خود بخشى را به تحصيل علم اختصاص بده ؛ زيرا تو هرگز براى خود خسران و ضايعه اى چون ترك علم نخواهى يافت .

\*\*\*\*\*\*\*\*

الإمامُ زينُ العابدينَ عليه السلام ـ في دعائه عِندَ الصَّباحِ و المَساءِ ـ : اللّهُمّ اجعَلْ لَنا في كُلِّ ساعَةٍ مِن ساعاتِهِ حَظّا مِن عِبادِكَ ، و نَصيبا مِن شُكرِكَ ، و شاهِدَ صِدقٍ مِن مَلائكتِكَ. الصحيفة السجّاديّة : الدعاء 6 .

امام زين العابدين عليه السلام ـ در دعايش به هنگام صبح و شام ـ گفت : بار خدايا! در هر ساعتى از ساعتهاى اين روز، بهره اى از بندگانت و نصيبى از سپاس گزاريت و گواه راستى از فرشتگانت براى ما قرار ده .

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

-5- قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص لَذِكْرُ اللَّهِ بِالْغُدُوِّ وَ الْآصَالِ- خَيْرٌ مِنْ حَطْمِ السُّيُوفِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ- يَعْنِي مَنْ ذَكَرَ اللَّهَ بِالْغُدُوِّ- وَ تَذَكَّرَ مَا كَانَ مِنْهُ فِي لَيْلِهِ مِنْ سُوءِ عَمَلِهِ- وَ اسْتَغْفَرَ اللَّهَ وَ تَابَ إِلَيْهِ- انْتَشَرَ «4» وَ قَدْ حُطَّتْ سَيِّئَاتُهُ- وَ غُفِرَتْ ذُنُوبُهُ- وَ مَنْ ذَكَرَ اللَّهَ بِالْآصَالِ وَ هِيَ الْعَشِيَّاتُ- وَ رَاجَعَ نَفْسَهُ فِيمَا كَانَ مِنْهُ يَوْمَهُ ذَلِكَ- مِنْ سَرَفِهِ عَلَى نَفْسِهِ- وَ إِضَاعَتِهِ لِأَمْرِ رَبِّهِ- فَذَكَرَ اللَّهَ وَ اسْتَغْفَرَ اللَّهَ تَعَالَى وَ أَنَابَ- رَاحَ إِلَى أَهْلِهِ وَ قَدْ غُفِرَتْ لَهُ ذُنُوبُهُ.

-6-عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ ع قَالَ: مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ رَبِحَ- وَ مَنْ غَفَلَ عَنْهَا خَسِرَ- وَ مَنْ خَافَ أَمِنَ- وَ مَنِ اعْتَبَرَ أَبْصَرَ- وَ مَنْ أَبْصَرَ فَهِمَ- وَ مَنْ فَهِمَ عَلِمَ.

7- عَنْ أَبِي ذَرٍّ فِي وَصِيَّةِ النَّبِيِّ ص أَنَّهُ قَالَ: يَا أَبَا ذَرٍّ حَاسِبْ نَفْسَكَ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبَ- فَإِنَّهُ أَهْوَنُ لِحِسَابِكَ غَداً- وَ زِنْ نَفْسَكَ قَبْلَ أَنْ تُوزَنَ- وَ تَجَهَّزْ لِلْعَرْضِ الْأَكْبَرِ- يَوْمَ تُعْرَضُ لَا تَخْفَى عَلَى اللَّهِ خَافِيَةٌ- إِلَى أَنْ قَالَ يَا أَبَا ذَرٍّ لَا يَكُونُ الرَّجُلُ مِنَ الْمُتَّقِينَ- حَتَّى يُحَاسِبَ نَفْسَهُ- أَشَدَّ مِنْ مُحَاسَبَةِ الشَّرِيكِ شَرِيكَهُ- فَيَعْلَمَ مِنْ أَيْنَ مَطْعَمُهُ- وَ مِنْ أَيْنَ مَشْرَبُهُ- وَ مِنْ أَيْنَ مَلْبَسُهُ- أَ مِنْ حَلَالٍ أَوْ مِنْ حَرَامٍ- يَا أَبَا ذَرٍّ مَنْ لَمْ يُبَالِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَ الْمَالَ- لَمْ يُبَالِ اللَّهُ مِنْ أَيْنَ أَدْخَلَهُ النَّارَ «3».

- 8- «4» الْحَسَنُ بْنُ عَلِيٍّ الْعَسْكَرِيُّ ع فِي تَفْسِيرِهِ عَنْ آبَائِهِ عَنْ عَلِيٍّ ع عَنِ النَّبِيِّ ص قَالَ: أَكْيَسُ الْكَيِّسِينَ مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ- وَ عَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ- فَقَالَ رَجُلٌ يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ كَيْفَ يُحَاسِبُ نَفْسَهُ- قَالَ إِذَا أَصْبَحَ ثُمَّ أَمْسَى رَجَعَ إِلَى نَفْسِهِ- وَ قَالَ يَا نَفْسِي إِنَّ هَذَا يَوْمٌ مَضَى عَلَيْكِ- لَا يَعُودُ إِلَيْكِ أَبَداً- وَ اللَّهُ يَسْأَلُكِ عَنْهُ بِمَا أَفْنَيْتِهِ- فَمَا الَّذِي عَمِلْتِ فِيهِ أَ ذَكَرْتِ اللَّهَ أَمْ حَمِدْتِهِ- أَ قَضَيْتِ حَوَائِجَ مُؤْمِنٍ فِيهِ أَ نَفَّسْتِ عَنْهُ كَرْبَهُ- أَ حَفِظْتِيهِ بِظَهْرِ الْغَيْبِ فِي أَهْلِهِ وَ وُلْدِهِ- أَ حَفِظْتِيهِ بَعْدَ الْمَوْتِ فِي مُخَلَّفِيهِ- أَ كَفَفْتِ عَنْ غِيبَةِ أَخٍ مُؤْمِنٍ أَعَنْتِ مُسْلِماً- مَا الَّذِي صَنَعْتِ فِيهِ فَيَذْكُرُ مَا كَانَ مِنْهُ- فَإِنْ ذَكَرَ أَنَّهُ جَرَى مِنْهُ خَيْرٌ- حَمِدَ اللَّهَ وَ كَبَّرَهُ عَلَى تَوْفِيقِهِ- وَ إِنْ ذَكَرَ مَعْصِيَةً أَوْ تَقْصِيراً- اسْتَغْفَرَ اللَّهَ وَ عَزَمَ عَلَى تَرْكِ مُعَاوَدَتِهِ.

- 9- «1» عَلِيُّ بْنُ مُوسَى بْنِ طَاوُسٍ فِي كِتَابِ مُحَاسَبَةِ النَّفْسِ قَالَ رُوِّينَا فِي الْحَدِيثِ النَّبَوِيِّ الْمَشْهُورِ حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا- وَ زِنُوهَا قَبْلَ أَنْ تُوزَنُوا- وَ تَجَهَّزُوا لِلْعَرْضِ الْأَكْبَرِ.

- 10- «2» قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص لَا يَكُونُ الْعَبْدُ مُؤْمِناً- حَتَّى يُحَاسِبَ نَفْسَهُ- أَشَدَّ مِنْ مُحَاسَبَةِ الشَّرِيكِ شَرِيكَهُ وَ السَّيِّدِ عَبْدَهُ الْحَدِيثَ.

- 11- «3» جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ الصَّادِقِ ع عَنْ أَبِيهِ عَنْ آبَائِهِ ع قَالَ: مَا مِنْ يَوْمٍ يَأْتِي عَلَى ابْنِ آدَمَ- إِلَّا قَالَ لَهُ ذَلِكَ الْيَوْمُ- يَا ابْنَ آدَمَ أَنَا يَوْمٌ جَدِيدٌ- وَ أَنَا عَلَيْكَ شَهِيدٌ فَافْعَلْ فِيَّ خَيْراً- وَ اعْمَلْ فِيَّ خَيْراً- أَشْهَدْ «4» لَكَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ- فَإِنَّكَ لَنْ تَرَانِي بَعْدَهَا أَبَداً.

- 12- «5» عَنِ الصَّادِقِ عَنْ أَبِيهِ ع قَالَ: اللَّيْلُ إِذَا أَقْبَلَ- نَادَى مُنَادٍ بِصَوْتٍ يَسْمَعُهُ الْخَلَائِقُ- إِلَّا الثَّقَلَيْنِ يَا ابْنَ آدَمَ إِنِّي خَلْقٌ جَدِيدٌ- إِنِّي عَلَى مَا فِيَّ شَهِيدٌ فَخُذْ مِنِّي- فَإِنِّي لَوْ طَلَعَتِ الشَّمْسُ لَمْ أَرْجِعْ إِلَى الدُّنْيَا- وَ لَمْ تَزْدَدْ فِيَّ مِنْ حَسَنَةٍ- وَ لَمْ تَسْتَعْتِبْ فِيَّ مِنْ سَيِّئَةٍ- وَ كَذَلِكَ يَقُولُ النَّهَارُ إِذَا أَدْبَرَ اللَّيْلُ.

- 13- «عَلِيِّ بْنِ الْحُسَيْنِ ع قَالَ: إِنَّ الْمَلَكَ الْحَافِظَ عَلَى الْعَبْدِ- يَكْتُبُ فِي صَحِيفَةِ أَعْمَالِهِ- فَأَمْلُوا فِي أَوَّلِهَا خَيْراً وَ فِي آخِرِهَا خَيْراً- يُغْفَرْ لَكُمْ مَا بَيْنَ ذَلِكَ.

حسابرسى نفس‏

(861) 1- امام موسى بن جعفر عليه السلام فرمود: از ما نيست كسى كه هر روز از نفس خود حسابرسى نكند، اگر عمل خوب كرده (بر آن بيفزايد) و از خدا بخواهد نيكى‏اش زيادتر شود و اگر عمل بد كرده از آن استغفار كرده و توبه كند.

2- امام صادق عليه السلام فرمود: هر گاه يكى از شما بخواهد هر چه از خدا مسألت مى‏كند خداوند به او بدهد بايد از همه مردم نااميد شده و اميدى جز به خداوند عزيز نداشته باشد، زمانى كه خداوند به اين حالت از قلب او اطلاع پيدا كرد چيزى از خدا سؤال نمى- كند مگر كه خدا به او بدهد. پس محاسبه و حسابرسى كنيد نفس خودتان را پيش از آنكه از آن حساب‏جوئى شويد، همانا در قيامت پنجاه محل بازرسى است كه معطلى در هر كدام به هزار سال مى‏رسد، سپس امام اين آيه را قرائت فرمود: «در روزى كه اندازه‏اش پنجاه هزار سال است از آنچه مى‏شماريد». (سجده/ 32)

3- ابو حمزه ثمالى گويد: امام على بن الحسين عليه السّلام مى‏فرمود: اى فرزند آدم! تو همواره در خير هستى مادامى كه از خود برايت واعظ و اندرز دهنده‏اى باشد (همواره خود را وعظ و اندرز دهى) و قصدت بر حسابرسى نفست باشد و ترس (از عذاب الهى) پوشش روئينت و حزن (بر لغزشهايت) پوشش زيرينت باشد، اى فرزند آدم! همانا خواهى مرد و در محشر برانگيخته خواهى گشت و در برابر خداوند ايستاده خواهى شد، پس آماده جواب (اعمالت) باش.

4- ابو ذر گويد: به پيغمبر عرض كردم: اى رسول خدا! صحف ابراهيم عليه السّلام چه بود؟ پيغمبر (ص) فرمود: همه صحيفه‏ها عبارت از مثالها بودند، كه از آن جمله است:

اى پادشاه آزموده شده و مغرور! من تو را نفرستادم تا بعضى از (اموال) دنيا را روى بعضى ديگر قرار داده و جمع كنى بلكه برانگيخته‏ام تو را تا از طرف من فرياد خواهى مظلوم را جواب دهى، همانا من حتى فرياد خواهى مظلوم كافر را فريادرسى مى‏كنم. و بر خردمند لازم است مادامى كه مغلوب نشده است ساعاتى براى خود قرار دهد: ساعتى براى مناجات و راز و نياز با پروردگار، و ساعتى براى بازرسى و محاسبه نفس، و ساعتى براى‏ انديشه در صنعتى كه خدا در باره‏اش بكار برده است، و ساعتى براى حظ و بهره‏ورى از حلال كه اين ساعت كمك مى‏كند تو را بر ساعات ديگر و باعث نشاط قلب و فراغت آن مى‏شود.

5- رسول خدا (ص) فرمود: ياد خدا كردن در صبحگاهان و شامگاهان بهتر از درهم شكستن شمشيرها در راه خدا است، يعنى هر كه خدا را در صبحگاهان بياد آورده و تذكر پيدا كند بر آنچه از او در شب از اعمال بد سرزده است و بر آنها استغفار و توبه كند، بسراغ كارش رود در حالى كه خداوند بديهاى او را فرو ريزد و گناهانش را بيامرزد، و هر كه خدا را در شامگاهان بياد آورد و به نفس خود مراجعه كرده و به آنچه در روز از اسراف بر نفسش و تباه كردن امر خداوند متعال مرتكب شده است ياد آور شود و بر آنها از خدا استغفار كند و بسويش بازگردد، بسوى خانه و اهلش رفته در حالى كه گناهان او آمرزيده شده باشد.

- امير المؤمنين عليه السّلام در نهج البلاغه فرمود: هر كه بر نفس خود حسابرسى‏كند سود برد، و هر كه عبرت جويد بينا گردد و هر كه بينا شود فهم يابد و هر كه فهم يابد دانا گردد.

7- پيغمبر (ص) در وصيت خود به ابو ذر عليه الرحمه فرمود: اى ابا ذر! نفس خود را محاسبه كن پيش از آنكه محاسبه شوى، زيرا حسابگرى نفست آسانتر از مورد محاسبه قرار گرفتنت در فرداى (قيامت) است، و سبك و سنگين كن نفست را پيش از آنكه سبك و سنگين شوى و آماده شو براى عرضه‏گاه بزرگتر، روزى كه عرضه شوى كه در آن روز چيزى پوشيده بر خدا نباشد. تا اينكه فرمود: اى ابا ذر كسى نمى‏تواند از پرهيزكاران باشد تا اينكه خود را محاسبه كند به نوعى كه شديدتر از محاسبه شريك از شريكش باشد، تا بداند خوردنى و پوشيدنى و آشاميدنى او از كجاست، از حلال است يا حرام، اى ابا ذر! هر كه اهميت ندهد كه مال را از چه راهى بدست مى‏آورد خدا نيز اهميت ندهد كه او را از چه راهى وارد آتش كند.

8- على عليه السّلام از رسول خدا (ص) نقل كرده كه فرمود: زيركترين زيركان كسى است كه نفسش را محاسبه كند و براى پس از مرگش عمل كند. شخصى گفت: يا اميرالمؤمنين چگونه نفس را بايد حسابرسى كرد؟ امام فرمود: چون انسان صبح كرده سپس به شب مى‏رسد به نفس خود رجوع كرده و بگويد: اى نفس من! اين روزى بود كه گذشت و ديگر بر نمى‏گردد، خداوند از تو سؤال خواهد كرد كه اين روز را در چه چيز گذراندى، چكار كردى؟ آيا ياد خدا كردى و سپاسش را بجا آوردى، آيا احتياجات مؤمنى را بجا آوردى و گرفتاريش را برطرف نمودى، آيا پشت سر مؤمن او را در (رسيدگى به) اهل و فرزندش حفظ كردى و پس از مرگش در بازماندگانش حفظش كردى، آيا از غيبت برادر مؤمنت زبانت را نگهداشتى، آيا مسلمانى را كمك كردى؟ چه كارى در اين روز انجام دادى؟ پس انسان بياد بياورد آنچه در روز انجام داده است، اگر ببيند آنچه از او سرزده نيكى و خير بوده خدا را سپاس گويد و بر توفيقى كه بدست آورده خدا را تكبير كند، و اگر آنچه از او سرزده معصيت و تقصير بوده خدا را استغفار كند و بر ترك آن اراده نمايد.

9- رسول خدا (ص) فرمود: نفسهايتان را حسابرسى كنيد قبل از آنكه حسابرسى شويد، و نفسهايتان را سبك و سنگين كنيد قبل از آنكه سبك و سنگين شويد، و آماده شويد بر عرضه‏گاه بزرگتر.

10- و فرمود: بنده‏اى نمى‏تواند مؤمن باشد مگر اينكه خود را حسابرسى كند سخت‏تر از آنكه شريك شريك خود را و مولا بنده خود را حسابرسى مى‏كند.

11- امام صادق عليه السلام به نقل از پدرانش عليهم السلام فرمود: هيچ روزى نيست كه بر فرزند آدم فرا رسد مگر كه بر او گويد: اى فرزند آدم! من روز جديدم و بر اعمال تو شاهدم، در من اعمال خير انجام بده و كار نيكو بجا آور تا بر تو شهادت دهم در روز قيامت، زيرا تو هرگز مرا نخواهى ديد (روزى كه گذشت ديگر نخواهد آمد).

12- امام صادق عليه السلام فرمود: چون شب فرا رسد نداكننده‏اى به صداى بلند كه همه مخلوقات انسان و پرى آن را بشنوند ندا كند (از طرف شب) اى فرزند آدم! من آفريده تازه‏ام، بر آنچه در من انجام شود شاهدم، پس بكوشيد در وقت كه اگر خورشيد بر آيد من ديگر برنخواهم گشت تا در من كار خوب و بد انجام شود، و روز نيز چون فرا رسد مانند شب سخن گويد.

13- امام على بن الحسين عليه السّلام فرمود: فرشته نگهبان (و ضبط كننده اعمال) انسان در نامه عمل انسان مى‏نويسد: بنويسيد در اول و آخر آن كار خيرى را تا ميانه آن آمرزيده شود.

تشویق مبارزه نفس

قال امیرالمومنین (علیه السلام) : جَاهِدْ نَفْسَكَ‏ وَ حَاسِبْهَا مُحَاسَبَةَ الشَّرِيكِ شَرِيكَهُ وَ طَالِبْهَا بِحُقُوقِ اللَّهِ مُطَالَبَةَ الْخَصْمِ خَصْمَهُ فَإِنَّ أَسْعَدَ النَّاسِ مَنِ انْتَدَبَ لِمُحَاسَبَةِ نَفْسِهِ

جهاد كن با نفس خود و محاسبه آن بكن مانند محاسبه‏كردن شريك با شريك خود، و طلب كن از او(نفس)حقوق خدا را مانند طلب كردن دشمن از دشمن خود، پس بدرستى كه نيكبخت ترين مردم كسى است كه ضامن و متكفل شود بر محاسبه نفس خودش.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*

تفسير العياشي عن حماد بن عثمان : ان أبا عبد اللّه عليه السلام قال لِرجُلٍ شَكاهُ بعضُ إخوانِهِ : ما لِأخيكَ فُلانٍ يَشْكوكَ ؟ فقالَ : أ يَشْكوني أنِ اسْتَقْصَيْتُ حَقّي ؟!

قالَ : فجَلسَ مُغْضَبا،ثُمَّ قالَ : كأنَّكَ إذا اسْتَقْصَيْتَ لَم تُسِئْ؟! أ رأيتَ ما حكى اللّه ُ تباركَ و تعالى : «و يَخافونَ سُوءَ الحِسابِ» ، أخافوا أنْ يَجورَ علَيهِم ؟! لا و اللّه ِ، ما خافوا إلاّ الاسْتِقْصاءَ، فسَمّاهُ اللّه ُ سُوءَ الحِسابِ ، فمَنِ اسْتَقْصى فَقَد أساءَ . تفسير العياشي : 2 / 210 / 41 .

تفسير عياشى ـ به نقل از حماد بن عثمان ـ : امام صادق عليه السلام به مردى كه يكى از برادرانش،از او شكوه كرده بود فرمود : چرا فلان برادرت از تو شكايت دارد ؟ عرض كرد : آيا از اين كه تمام حقّ خود را از او خواسته ام شكايت دارد؟!

حضرت با عصبانيت نشست و آن گاه فرمود : خيال مى كنى اين كه تمام حقّت را از او خواسته اى كار بدى نيست ؟ آيا وقتى خداوند تبارك و تعالى مى فرمايد : «و از سختى حسابرسى مى ترسند» ترسشان از اين است كه خدا به آنها ستم كند ؟ نه به خدا، ترس آنها جز از حسابرسى مو شكافانه نيست، كه خداوند آن را حسابرسى سخت و سنگين ناميده است ؛ پس هر كه تمام حقّ خود را بخواهد بد كرده است .

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*براي محاسبه نفس بايد در درون خود بازپرس و پليس داشته باشيد

قالَ الإمام الجواد - علیه السلام :

الْمُؤمِنُ یَحْتاجُ إلی ثَلاثِ خِصال: تَوْفیق مِنَ اللهِ عَزَّ وَ جَلَّ، وَ واعِظ مِنْ نَفْسِهِ، وَ قَبُول مِمَّنْ یَنْصَحُهُ.

«بحارالأنوار، ج 72، ص 65، ح 3»

امام محمد تقی جواد الائمه - علیه السلام - فرمود: مؤمن در هر حال نیازمند به سه خصلت است: توفیق از طرف خداوند متعال، واعظی از درون خود، قبول و پذیرش نصیحت كسی كه او را نصیحت نماید.