Journal Of the Iraqia University 62-2(30-9) September(2023)

ISSN(Print): 1813-4521 OnIine ISSN:2663-7502
Journal Of the Iraqia University
available online at: https://www.iasj.net/iasj/issue/2776

تزكية النفس وأثرها في تنمية الذات

م م. أميد مصطفى عبدالله جامعة نولج/ كلية القانون/ قسم القانون/

Self-refinement and its impact on self-development

M.A. Omid Mustafa Abdullah

Omed.mu.ab@gmail.com

DOI 10.58564/MABDAA.62.2.2023.290

الملخص:

يهدف البحث التعرف على مفهوم تزكية النفس وأثرها في تنمية الذات وتوصيفها في القرآن الكريم وعند الغزالي، لغة واصطلاحا، واعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي.وتضمن البحث أربعة مطالب وكالآتي المطلب الأول: مفهوم التزكية والنفس والتنمية والذات، والمطلب الثاني: توصيف النفس في القرآن والنفس عند الغزالي رحمه الله، والمطلب الثالث: التزكية وأهميتها ومكانتها ومدى علاقتها بتنمية الذات المطلب، والرابع: مقومات النفس، ثم الخاتمة، وقائمة المصادر .**الكلمات المفتاحية:** التزكية، النفس، التنمية، الذات، القرآن الكريم، الغزالي.

Abstract

Psychology Research: Identifying the concept of acclamation the concept of acclamation and its impact on self-development and its description in the Holy Qur'an, when adopting the Al-Ghazali approach, linguistically, idiomatically, the researcher uses the descriptive and analytical approach.The proposal of four demands as follows: the first requirement: the concept of acclamation, the soul, development, the self, the second requirement: describing the self in the Qur'an and the self in Al-Ghazali, may God have mercy on him, the third requirement: acclamation, its importance, extent, and self-development, and the fourth: the components of the soul, the conclusion, and the list of sources. Keywords: acclamation, self, development, self, Holy Quran, Al-Ghazali.

خطة البحث

المطلب الأول: مفهوم التزكية والنفس والتنمية والذات .أولا: التزكية لغة واصطلاحاً.ثانيا: النفس لغةً واصطلاحاً.ثالثا: التنمية لغة واصطلاحاً.رابعا: الذات لغة واصطلاحاً.المطلب الثاني: توصيف النفس في القرآن والنفس عند الغزالي رحمه الله.أولا: توصيف النفس في القرآن.ثانيا: توصيف النفس عند الغزالي رحمه الله.المطلب الثالث: التزكية وأهميتها ومكانتها ومدى علاقتها بتنمية الذات.المطلب الرابع: مقومات النفس.أ- النفس والشهوة. ب- مجاهدة النفس في شهواتها. ج- محاسبة النفس.

د- مراتب النفس.

المطلب الأول: مفهوم التزكية والنفس والتنمية والذات

أولا: التزكية:

أ- **لغة:** التزكية في اللغة، التزكية مصدر زكي، يقال: زكي فلان فلانا: إذا نسبه إلى الزكاء، وهو الصلاح، وزكا الرجل يركو إذا صلح، والرجل زكي، والجمع أزكِياء). والزكاة: التركية والنماء، والطهارة والصلاح وصفوة الشيء وزكى نفسه أيضاً : مدحها، وقوله تعالى (وتُزَكيهم بها) (التوبة ١٠٣) أي: تظهرهم بها. (الرازي ، ١٩٨٣، ٢٠٧)

ب- **التركية في الاصطلاح:** التطهير والتربية من الذنوب، حكاه الإمام القرطبي، في الجامع لأحكام القرآن. وتأتي التزكية بمعنى التطهير والتنزيه حكاه الشوكاني في فتح القدير . كلاهما تحت ظلال قوله تعالى: (ألم تر إلى الذين يزكون أنفسهم)(النساء ٤٩) قال الطبري رحمه الله في هذه

الآية: يعني بذلك ثناؤه ألم تر يا محمد بقلبك الذين يزكون أنفسهم من اليهود فيبرئونها من الذنوب ويطهرونها (بن علي، ١٤٠٣هـ، ٤٧٧). وفي قوله تعالى في (خذْ من أموالهم) (التوبة ١٠٣)

ثانيا: النفس :

أ- لغة: النفس الروح، ويقال: خرجت نفسه، والدم ما لانفس له سائلة وهو لا ينجس الماء. "النفس" يفتح النون مع التشديد وسكون القاء وضم السين الروح يقال: خرجت نفسه، والنفس الجسد. ويقولون: ثلاثة أنفس فيذكرونه، لأنهم يريدون به الإنسان.(الفيروزي، ١٤١٧، ٧١٩)

ب- النفس في الإصلاح: ذكر الغزالي في مقدمته لكتاب شرح عجائب القلب" معنيين للنفس أحدهما: أنه يراد به المعنى الجامع لقوة الغضب والشهوة في الإنسان، وهذا الاستعمال هو الغالب على أهل التصوف ولكنه لا يرجح هذا المعنى؛ لأنه لا يتصور رجوعها إلى الله تعالى، فإنها مبعدة عن الله، وهي من حزب الشيطان، إلا أنهم يريدون بالنفس الأصل الجامع للصفات المذمومة من الإنسان، فيقولون: لا بد من مجاهدة النفس وكسرها .

وللنفس معنى آخر هي اللطيفة العالمة المدركة من الإنسان، أي هي: الإنسان بالحقيقة، وهي نفس الإنسان وذاته ولكنها توصف بأوصاف مختلفة بحسب اختلاف أحوالها.(الغزالي،٢٠١١، ٤٩٠)

ثالثا : التنمية

أ- لغة: من الفعل "نمى، من النماء: أي الزيادة ، تقول : نمى نميا ونميأ ونماء، أي زاد وكثر، وقولهم: ينمو نموا. وقولك نميّت الشيء ونميته جعلته نامياً، أي رفعته وقوله نمى الحديث إلى فلان اسنده له ،ورفعه وكل شيء رفعته فقد نميته وقولك: نميت الرجل إلى أبيه، عزوته، ونسبته إليه، انتمى إليه، أي انتسب، وقولنا نمى الإنسان أي سمن والنمية من الإبل، السمينة، يقال: نمت النامة، أي: سمنت.(الرازي، ١٩٨٣، ٦٨١)

ب-التنمية اصطلاحاً: التنمية هي توزيع خيارات الناس وقدراتهم من خلال تكوين رأس المال الاجتماعي، بحيث يتم تلبية احتياجات الجيل الحالي بأكبر قدر ممكن من العدالة دون المساس باحتياجات الأجيال القادمة.(قدي، ٢٠٠٤، ٢)

رابعا: الذات:

أ- لغة: ذات: مثناها ذواتان ج ذوات : مؤنث ذو أي صاحبة، ذاتُ جَمالٍ، «ذاتُ خُلُق» نَفْسُ الشيء وعَيْنُه، الذي لا يختلف عن آخر في حقيقته وجَوْهَره، الذي هو مُطابق له ومُعادِل ومُساوٍ تَمامًا : الأذواق ذاتُها، في الوقت ذاته، الذَّات: ما يَقُوم بنَفْسه. يُطلق على باطن الشَّيء وحقيقته ويُقابله العَرَض، ويُطلَق أَيْضًا على الماهية بمعنى ما به الشَّيء هو هو، ويُقابله الوجود ،نَفْسَه.(حموي، ٢٠٠٨، ٥١٦)، وذات الشيء حقيقته وخاصته.(ابن منظور، ١٩٩٧، ٤٤٧)

ب- إصطلاحا: الذاتي لكل شيء: ما يخصه ويميزه عن جميع ما عداه؛ وقيل: ذات الشيء نفسه وعينه. وهو لا يخلو عن العرض. والفرق الذات والشخص أن الذات أعم من الشخص بين لأن الذات تطلق على الجسم وغيره ، والشخص لا يطلق إلا على الجسم (الجرجاني، ١٩٨٤، ٦٣) .

المطلب الثاني: توصيف النفس في القرآن والنفس عند الغزالي رحمه الله

أولا: توصيف النفس في القرآن:

النفس هي الجوهر اللطيف الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية، فعند الموت ينقطع الضوء عن ظاهر البدن، وأما في وقت النوم فينقطع عن ظاهر البدن دون باطنه. فهي جوهر مشرف للبدن كما في الآية: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الزمر ٤٢) وفقد أشار القرآن الكريم في آيات عديدة إلى أن النفس جوهر آخر غير الجسد، وذات طبيعة غير مادية فهي تنفصل عن الجسد انفصالاً موقتاً عند النوم، وتنفصل عنه نهائياً عند الموتز ويقرر القرآن الكريم بوضوح أن للنفس البشرية وظائف تتعلق بالوعي والإدراك، فقد أوردها بمعنى العقل أو الملكة القادرة على الاختيار والمفاضلة بين أمور شتى كقوله تعالى: ﴿إِن يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الْأَنفُسُ﴾ (النجم ٢٣)، فهذه الآية تبين أن للنفس قدرة على أن تهوى وتختار، والاختيار كما نعلم فعل واع. ومن ذلك أيضاً ما أورده القرآن الكريم على لسان نبي الله عيسى بن مريم إذ قال: ﴿تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ﴾ (المائدة ١١٦)، وهذا يعني أن النفس هي موضع الإسرار وهو أيضاً فعل واع ومنها قوله تعالى: ﴿فَأَوْجَسَ فِي نَفْسِهِ خِيفَةً مُوسَى ﴾(طه ٦٧)، وهذا يعني أن النفس موضع للخوف والمشاعر المختلفة، وهناك آيات كثيرات نسبت للنفس وظائف هي عين الوظائف التي تنسب عادة إلى العقل. ومن جهة أخرى نجد القرآن الكريم يصف النفس بأوصاف شتى تتضمن معنى الوعي والاختيار. (كنعان، ٢٠١٠، ٨٧٣)

ثانيا : توصيف النفس عند الإمام الغزالي رحمه الله

لقد أودع الله تعالى داخل النفس البشرية مجموعة من القوى المتصارعة الموجهة للسلوك الإنساني، المحددة للطريق الذي يسير عليه الجسد والأعضاء. وان الابتلاء الإلهي للإنسان قائم بسبب وجود هذه القوى الصالحة لتوجيه الإرادة البشرية فأمانة التكليف التي حملها الله الإنسان عجزت عنها السموات والأرض والجبال بسبب فقدانها ملكة القدرة على الاختيار، فهي خاضعة خضوعاتاماً للقانون الإلهي في كل حركاتها، بقول تعالى ﴿إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا﴾(الأحزاب: ٧٢)، كما جعل له عقلا يميزيه الخير والشر، وقليا يوجهه نحو سبيل الرشاد.إن الأنفس الثلاثة المذكورة في القرآن الكريم هي عنوان لهذه القدرات البشرية النفسية المسيرة لحركة التطهير أو التكنيس، وليست أنفساً مستقلة بذاتها كما ادعى البعض. يقول ابن القيم: ولقد وقع في كلام كثير من الناس أن لايتم أدم ثلاث أنفس، نفس مطمئنة ونفس لوامة، ونفس أمارة، وأن منهم من تغلب عليه هذه، ومنهم من تغلب عليه الأخرى". ويحتجون على ذلك بقوله تعالى ﴿إِلَىٰ رَبِّكَ يَوْمَئِذٍ الْمُسْتَقَرُّ﴾(القيامة ١٢)، ويقوله تعالى: فلو وما أبزو بانفعالاتها وهدوئها وبحماسها وبطئها، وبيقظتها وعفتها يستطيع أن يطلع عليها فيعرف كيف. يتعامل معها. آن ترتيبها جاء بالقرآن بحسب أصلها، وهى فعل المذكرات واتيان الشهوات، والأمر بفعل المحرمات، وما يغضب رب الأرض والسموات قال تعالى: ﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (يوسف ٥٣)، ثم موضع الإنسان منها، في كيفية كبح شهواتها، والزامها مبدأ الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، بالرياضة الحسنة والمجاهدة المتقنة والمحاسبة المستمرة، فوصفها المولى عز وجل بأسلوب المدح ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ (القيامة ٢) جاء تصنيف النفس في القرآن إلى ثلاثة أصناف، يستطيع به الإنسان أن يسيطر على نفسه. (ابن القيم، ١٩٣٢، ٢٢)'، أما الإمام أبو حامد الغزالي، فقد ذهب إلى أن لفظ النفس مشترك بين معانٍ عدة: أحدها أن يراد به المعنى الجامع لقوة الغضب والشهوة في الإنسان، وهذا الاستعمال هو الغالب عند أهل التصوّف لأنهم يريدون بالنفس الأصل الجامع للصفات المذمومة، فيقولون: لا بد من مجاهدة النفس وكسرها. والثاني: معنى مشترك بين النفس والقلب والروح والعقلأو هو لطيفة ربانية روحانية لها بالجسم تعلق وتلك اللطيفة هي حقيقة الإنسان وهو المُدرك العالم العارف من الإنسان وهو المخاطب والمعاقب والمعاتب والمطالب.(كنعان، ٢٠١٠، ٨٧٢- ٨٧٣)

المطلب الثالث: التزكية وأهميتها ومكانتها ومدى علاقتها بتنمية الذات

أولا : الثقة بالنفس:

الثقة بالنفس هى إحساس الشخص بقيمة نفسه بين من حوله فتترجم هذه الثقة كل حركة من حركاته وسكناته ويتصرف الإنسان بشكل طبيعي دون قلق أو رهبة فتصرفاته هو من يحكمها وليس غيره، هى نابعة من ذاته لا شأن لها بالأشخاص المحيطين به ويعكس ذلك هى انعدام الثقة التى تجعل الشخص يتصرف وكأنه مراقب ممن حوله فتصبح تحركاته وتصرفاته بل وآراءه فى بعض الأحياء مخالفة لطبيعته ويصبح القلق حليفه الأول في كل اجتماع أو اتخاذ قرار. والثقة بالنفس هي بالطبع شيء مكتسب من البيئة التى تحيط بنا والتي نشأنا بها ولا يمكن أن تولد مع أى شخص كان. ولا يخفى أننا نسمع من أناس كثيرون شكاوى من انعدام الثقة بالنفس ويرددون هذه العبارة حتى أخذت نصيبها منهم.(تاج الدين، ٢٠٠٨، ٢٥)ان الثقة بالنفس مطلوبة لأنه ليس من المفترض أن ينتظر الانسان تقدير الناس له، وهو في الأساس لا يكن التقدير لنفسه ويقلل من شأنها، وضعف الثقة بالنفس يؤدى إلى الشعور بالقلق، وعدم التكيف الاجتماعى المطلوب والثقة بالنفس تساعد على تحقيق هذا التكيف في بناء علاقة بالوسط المحيط سواء الأسرة أو العمل أو الأصدقاء، وهناك صفات سلبية تعوق التكيف الاجتماعي، مثل الميل إلى التقلب والجدل والغضب، والإصرار على التمسك بالرأي، والسخرية في الحديث، فهذه صفات لا تساعد على التكيف الاجتماعي، وأفضل شخص يتكيف اجتماعياً هو الشخص المتزن نفسياً الذي لا يجرح مشاعر الآخرين، ولا يختلف اثنان على ما للثقة بالنفس من أهمية في قدرة الإنسان على شق طريقة في الحياة وإحراز النجاح فيما تمتد إليه يداه من أعمال ولا يجب الخلط بين الثقة والغرور، فالثقة بالنفس انبثاق داخلي من صلب شخصية الإنسان أما الغرور فهو اصطناع خارجي .. قشرة خارجية يضيفها الشخص إلى شخصيته من دون أن يكون لها صلة بواقعه في الحياة أو واقعه النفسى الذى يستشعره في أعماق نفسه والثقة بالنفس نمو تدريجي ،أما الغرور فهو طفرة. والثقة بالنفس تستلزم أن يكون الشخص متواضعا عارفا قدر نفسه والثقة تبشر الشخص بتقدمه المستمر فى الحياة أن نجاحه يأتى بالمثابرة والجهد فهو يرى أين يقف ويستطيع أن يرى ماضيه ويستكشف مستقبله والواثق يفرح بنجاحه ويتطلع لمستقبله.(تاج الدين، ٢٠٠٨، ٢٩).

ثانيا: أهمية تزكية النفس:

جاءت الشريعة الإسلامية لتعطي الإنسان الخير كله في الدنيا والآخرة، فبين الله للعبد العلم الصحيح، وبين العمل المطلوب، وهيأ وسائل ذلك، وبعث الرسل وهيأ لهم خلفاء يرشدون إلى فعل الخير وترك الشر. فأعطى ديننا كل الاهتمام لتطهير الإنسان من سيئاته ولإصلاحه وترقيته، وقد

سمى الله تعالى حال الإنسان بهذا الاعتبار تزكية، فقال سبحانه: ﴿لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ وَايَتِهِ، وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ﴾ (آل عمران ١٦٤). فكما بعث النبي ﷺ ليتلو علينا ما أوحى الله إليه، ويعلمنا ما في القرآن والسنة من علم وحكمة وأحكام؛ فقد جعل الله من وظيفته تزكية النفوس، كما بينت الآية. وبين الله تعالى أن على العبد أن يزكي نفسه وأن تزكيته لنفسه. هي فلاحه وتحقيق مصلحته، فقال: ﴿وَمَن تَزَكَّىٰ فَإِنَّمَا يَتَزَكَّى لِنَفْسِهِ﴾ (فاطر ١٨)، وقوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَكَّى﴾.(الأعلى ١٤)، وقال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ﴾ (الشمس ٩-١٠.)، وبين الله تعالى أن الأعمال الصالحة تزكي النفس: قال سبحانه: ﴿وَسَيُجَنَّبُهَا الْأَتْقَى* الَّذِي يُؤْتِي مَالَهُ يَتَزَكَّى﴾ (الليل ١٧-١٨)، فمن العمل الصالح الذي يتزكى به الإنسان ويتطهر إيتاء المال، وكذلك قوله تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّهِم بِهَا﴾ (التوبة ١٠٣). وبين النبي ﷺ أن التزكية راجعة إلى الله تعالى، فهي فعله وتقديره ومشيئته كسائر الأعمال، فكان يدعو: "اللهم آت نفسي تقواها وزكها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها".فقدان الثقة بالنفس يدل على فقدان التكامل النفسي والاتزان وهذا الاتزان النفسي إنما هو سلوك داخلى وخارجى ينتهجه الشخص المتكامل نفسيا والشخصية المتكلفة يأتي سلوكها إيجابيا متكيفا مع الواقع الاجتماعي. وترتبط النفس أيضا بالاتزان النفسى ويقصد به عدم التقلب بين حالات نفسية متعارضة فالشخص المفتقر إلى الثقة بالنفس سرعان ما يتحول من حالة السرور إلى حالة الكدر ومن حالة الارتياح إلى حالة الفقدان والثقة بالنفس تحمى الشخص من تصرفاته العدوانية، والإنسان الواثق بنفسه قادر على اكتساب الخبرات الحياتية وتعلم المهارات، فالذكاء وحده لا يكفي في هذه الحالة إذا لم يتواكب مع الثقة بالنفس.والشخص الذي يؤمن بقدرته على الأداء يستطيع أن ينجح، فإحساس الشخص بالقصور عن أداء العمل ينتهى به إلى التخاذل ، ومن ثم فأنه لا يستطيع أن يبذل الجهد المطلوب لإنجاز العمل وحتى إذا هو بذل جهداً أكبر فإنه لا يكون جهداً مشوباً بالتصويب السديد بل يأتي جهده مشتتاً. والابتكار في العمل بحاجة شديدة إلى الثقة بالنفس ، ولكى يكون الشخص ناجحاً لابد أن يتمتع بالاتزان الانفعالى والعلاقة بين الاتزان الانفعالى وبين الثقة بالنفس علاقة وثيقة للغاية (تاج الدين، ١٣٠،٢٠٠٨).

ثالثا: علاقة التزكية النفس بتنمية الذات:

١. التزكية علم يعرف به أحوال النفس محمودها ومدموعها، وكيفية تطهيرها وتخليتها من المذموم منها، وتحليتها بالاتصاف بمحمودها، وكيفية السلوك والشير إلى الله تعالى، والقرار إليه قال تعالي و ﴿ فَفِرُّوا إِلَى اللَّهِ إِنِّي لَكُمْ مِنْهُ نَذِيرٌ مُبِينٌ﴾ (لذاريات ٥٠)، وإذا ما حقق الإنسان ذلك اطمأنت نفسه، وصفا قلبه، وشعر بالسعادة والهناء، لأنه أهل نفسه العبادة مولاه وصار جديرا باستقبال هدى الله، ذلك أن هدى الله لا تتقبله إلا النفوس الطيبة قال تعالى﴿ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ (لعنكبوت ٦٩)، ولهذا العلم الأثر الأكبر في إصلاح النفوس وتهذيبها وصقلها وتطهيرها من الشوائب، مما بتغار على كثير من الناس، ذلك أن النفس البشرية أمارة بالسوء، تؤثر حب الدينا وملذاتها، والانغماس في الذنوب والمعاصي إلا من رحم الله، قال سبحانه وتعالى: ﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (يوسف ٥٣). ونقصد بتزكية النفس وتنميتها إصلاح القلب والسلوك، وهذا الإصلاح يركز بصورة أساسية على نواة الإنسان، وهو القلب، وهو المضغة التي دارت حولها عملية الإصلاح، لقول النبي صلى الله عليه وسلم عن النعمان ابن بشير، قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: (ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجد كله وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب)، (المرعشلي، ١٤٢٤، ٥)، إن علم تركية النفس من أجل العلوم قدرا، وأعظمها محلاً وفخراً وأرفعها عند المليك ذكراه، الجسد كله.مما سبق يتبين لك أن التزكية واجب عليك أنت مأمور به أيها المكلف وهي من وظائف النبي أن يرشدك إلى ما فيه تزكيتك، وهي وظيفة ورائه العلماء من بعده، والشريعة قد بينت كل عمل تحصل به التزكية، وكل صفة من صفات التزكية والطهارة والرُّقي ، وكل ذلك يكون بتوفيق الله وتقديره ومشيئته، فلذلك جاءت بعض السالفة تنسب التزكية إلى العبد وتأمره بها، وبعضها تنسبها إلى النبي وتبين أنها من وظائفه، وبعضها تنسبها إلى الأعمال والعبادات وبعضها تنسبها إلى الله، كل ذلك تنبيه إلى أن التزكية النصوص إنما تتكامل من خلال ذلك كله.

٢. والتزكية هي التي يستحق بها الإنسان الفلاح والجنة، فلا يكفي علم ولا عمل، ما لم يكن معه تزكية للنفس، قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّنهَا وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّنهَا ﴾ (الشمس١٠)، وقال سبحانه: ﴿وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَىٰ* جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَذَٰلِكَ جَزَاءُ مَنْ تَزَكَّىٰ﴾ (طه ٧٥-٧٦)

٣. إن النفس هي المحل الذي يعلم الحق، وهي المحل الذي يمكن أن يعمل بالخير، فإذا كانت النفس سيئة أو مريضة لم تنتفع مما تعلم من الحق، بل إذا كانت متكبرة معرضة عن الحق صورت الحق باطلاً، ولم تنتفع من الحق، بل تحاربه، وإذا كانت النفس كسولة مائلة إلى الشهوات تركت الخير ولم تعمل به، لذلك كان لا بد من العناية بإصلاح النفس حتى تكون مستقيمة طاهرة، لتحمل الحق وتعمل به وتتحلى به.

٤. إن التزكية لا تخص مجموعة، بل هي مطلوبة من كل فرد في المجتمع المسلم، ولا يمكن أن ترى الأثر العظيم لتزكية النفس حتى تظهر في المجتمع كله، فتظهر حقيقة العبودية فيه لله وحقيقة الاستقامة وحقيقة الخلق الراقي والأدب الرفيع، وحسن المعاملة، وغير ذلك.ولا يمكن أن تقوم حضارة راقية تسعد البشرية إلا على معاملة طيبة وأخلاق راقية، وكل حضارة تنقصها الأخلاق والمعاملات الصالحة فهي مهددة بالزوال، وأذاها لشعوب الأرض وإفسادها وتهديدها بالدمار سيكون أكبر من الخير الذي تقدمه أو تسعد به البشرية (كرزون، ١٩٩٥، ١٢).

التزكية والاحسان ومكانتها من الكتاب والسنة :

أما إذا عدلنا عن هذا المصطلح الذي نشأ وشاع في القرن الثاني ورجعنا إلى الكتاب والسنة وعصر الصحابة والتابعين، وتأملنا في القرآن والحديث، وجدنا القرآن ينوه بشعبة من شعب الدين، ومهمة من مهمات النبوة يعبر عنها بلفظ «التزكية» ويذكرها كركن من الأركان الأربعة التي بعث الرسول الأعظم صلى الله عليه وسلم لتحقيقها وتكميلها ﴿هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ ﴾ (الجمعة ٢)، وهي تزكية النفوس. وتهذيبها وتحليتها بالفضائل، وتخليتها من الرذائل، التزكية التي نرى أمثلتها الرائعة في حياة الصحابة رضوان الله عليهم وإخلاصهم وأخلاقهم، والتي كانت نتيجتها هذا المجتمع الصالح الفاضل المثالي، الذي ليس له نظير في التاريخ وهذه الحكومة العادلة الراشدة التي لا مثيل لها في العالم. وقسم آخر هو كيفيات باطنية ، كانت تصاحب هذه. الأفعال والهيئات عند الأداء، وتلازم الرسول صلى اللهعليه وسلم قياماً وقعوداً، وركوعاً وسجوداً، وداعياً وذاكراً، وآمراً وناهياً، وفي خلوة البيت وساحة الجهاد، وهو الاخلاص والاحتساب، والصبر والتوكل، والزهد وغنى القلب، والإيثار والسخاء، والأدب والحياء والخشوع في الصلاة والتضرع، والابتهال في الدعاء، والزهد في زخارف الحياة وإيثار الآخرة على العاجلة، والشوق إلى لقاء الله، إلى غير ذلك من كيفيات باطنية وأخلاق إيمانية هي من الشريعة بمنزلة الروح من الجسد، والباطن من الظاهر، وتندرج تحت هذه العناوين تفاصيل وجزئيات وآداب وأحكام، تجعل منها علماً مستقلاً، وفقهاً منفرداً، فإن سمي العلم الذي تكفل بشرح الأول وإيضاحه وتفصيله والدلالة على طرق تحصيله فقه الظاهر، سمي هذا العلم الذي يتكفل بشرح هذه الكيفيات، ويدل على طرق الوصول إليها فقه الباطن. (الندوي، ١٩٧٦. ١١-١٤) العوامل التي تؤثر في التنمية هناك عوامل كثيرة تدخل وتؤثر في تنمية الشخصية للفرد:

١- العوامل الوراثية.

٢- العوامل البيئية.

أولاً: العوامل الوراثية.

تلك هي الامكانات التي يرثها الإنسان وتولد معه بالفطرة، وتلك هي التي سوف تمكنه مع كافة المثيرات والاستجابة لها من التفاعل وهي:

أ – الجهاز العصبي من الأمور الموروثة والمجردة صفاتها بالوراثه هي الجهاز العصبي وخصائصه فالوصلات العصبية بين الفيرونات، وكيفية نقل التيار العصبي من الأمور المجردة لطبيعة الشخصية، فمن الأفراد من يستثير بسهولة مع انطفاء هذه الإثارة بسهولة، ومنهم من هو عكس ذلك، وتلككلها يدخل في تحديدها استثارات الجهاز العصبي واستجاباته للمثيرات المختلفة.

ب – الذكاء للذكاء أثر على الشخصية، وهو ما اتضح أثر الوراثة عليه ولقد أجريت بعض الدراسات، وأثبتت أن ارتفاع نسبة الذكاء عند الأفراد مرتبط عادة بشخصيات ذات حدة في الطباع وأكثر قابلية للاستفادة وقد أرجع ذلك للذكاء الموروث، بذلك فالذكاء عامل من العوامل الهامة التي تؤثر في شخصية الفرد، وفي تحديد خصائص هذه الشخصية، والذكاء الموروث سوف يؤثر في شخصية الفرد، وفي تحديد خصائص هذه الشخصية والذكاء الموروث سوف يؤثر بطبيعة الحال على كافة السلوكيات الخاصة بالشخص وسوف تظهر مكونات الذكاء المختلفة وأثرها على توافق الفرد وأسلوب تناوله للمشاكل المختلفة التي تواجهه (عامر، ١٩٨٦، ٢٢٨).

ج– الغدد الصماء إن نشاط الغدد الصماء له أثر بالغ في تكوين الشخصية نظراً لأن اختلاف الأفراد في النشاط القدرة أظهر أثراً، واضطراب تلك الغدد من الآثار الواضحة ما يؤثر على طبيعة الشخصية:

- الغدد النخامية: إن زيادة إفرازات الغدد النخامية يؤدي إلى زيادة النمو (العملقة) ونقص إفرازاتها يؤدي إلى نقص النمو والقزمية وجدير بالذكر ان الفرد إذا كان سوياً يكون توافقه مع المجتمع أمر طبيعي أما إذا شعر بعدم السواء قزماً كان أم عملاقاً شعر بعدم الانتماء وعدم التكيف، وما يتركه ذلك من أثر على تكوين الشخصية، وخاصة أن الفرد يحاول الحصول على شعور ملائم بالذات.
- الغدد الدرقية: إن زيادة إفراز هذه الغدة يؤدي إلى التوتر وسرعة الاستجابة للمثيرات، وقلة النمو، ويبدو الشخص وكأنه عصبيأما نقص إفرازاتها فيؤدي إلى مرض القصاع.

- الغدد جارات الدرقية: تقوم هذه الغدد بإفراز هرمونات ضرورية الزيادة ضغط الدم في الأوردة والشرايين، وزيادة تمثيل الأوكسجين، وهذه الحالة ضرورية لمواجهة الأخطار الخارجية، لذا فزيادة إفرازاتها تسبب مظاهر عدوانية على الشخص، وقابلية للاستثارة تفوق معدلات المثيرات المحيطة، كما ان الهرمونات التي تفرزها هذه الغدد تساعد على نمو الأعضاء التناسلية، مما يترك أثراً واضحاً على تكوين الشخصية.
- الغدد الجنسية عند البلوغ تأخذ هذه الغدد إفراز هرموناتها وتأخر نموها وتبكيرها تؤثر على شخصية الفرد.(عامر، ١٩٨٦، ٢٢٨-٢٢٩)

وكل ما سبق له أثره البالغ في تكوين الشخصية، فالفرد كل متكامل يتأثر بأية عارضة تحدث له، فالشخصية كجزء من تكوين الفرد لا يتجزأ عنه، فالجسم والنفس بكل ما فيها كل متكامل فمراحل النمو المختلفة كل منها تؤدي إلى المرحلة التي تليها وكذلك نمو الجسم من داخل المرحلة الواحدة هو نمو كلي فالله سبحانه وتعالى أعطى هذا الجسم المقومات التي من خلالها يستطيع أن ينمو ليؤدي وظائفه المتكاملة، ويكون نموه أيضاً متكاملاً، فسبحان الله القادر على أن يجعل النمو في الجهاز العظمي يسير جنباً إلى جنب مع النمو العضلي، لتزداد طول العظام ويزداد طول العضلات ويزداد طول الجلد، ويزيد الإحساس والإدراك، وتنمو كافة الأجهزة الداخلية فينمو القلب وبالتالي تنمو الشرايين والأوردة، ويزداد ضغط الدم، وتنمو المعدة والامعاء ... الخ، كل ذلك بإرادة الله عز وجل، والشخصية تنمو أيضاً ويدخل في نموها العوامل الجسمية والوراثية كل ذلك بإرادة الله عز وجل. (عامر، ١٩٨٦، ٢٣٠)

ثانياً: العوامل البيئية

أ- البيئة الطبيعية Physical Environment لاحظ بعض الباحثين أن البيئة الجغرافية تعطي شخصيات الأفراد طابعاً معيناً وخاصاً فمنهم من قال إن طباع أهل الشمال تختلف عن طباع أهل الجنوب وطباع البلاد الحارة تختلف عن طباع البلاد الباردة وقد نما هذا الاتجاه في القرن التاسع عشر، والقرن العشرين فقام على أساسه علم الانتروبولوجية Anthorpology إذ اتجه علماء هذا التخصص إلى دراسة أثر البيئة الطبيعية على الشخصية وعلى التراث الاجتماعي والديني والفكري .

ب- العوامل الاجتماعية Social Factorsإن العوامل الاجتماعية هي نتاج عوامل طبيعية واقتصادية تؤدي إلى خلق مجال خاص بالفرد، مما يؤثر في شخصيته، فالظروف الاجتماعية دور في تكوين الشخصية وهي وسيط بين الفرد وعالمه.

ج- البيئة النفسية Psychological Environment يهتم علم النفس الاجتماعي ليس بالفرد على حده أو الجماعة على حدة، إنما بدور الفرد وتفاعله داخل الجماعة، فهناك الاختلافات والاستجابات للأفراد داخل الجماعة عن استجاباتهم منفردين، ومن هنا يظهر أثر وجود الفرد في الجماعة، وفي تكوين شخصيته. (عامر، ١٩٨٦، ٢٣١)

المطلب الرابع: مقومات النفس.

أ- النفس والشهوة.تجنح نفسك إلى الشهوة حيثما ظهرت، دون تفريق بين حلال وحرام، إذ التفريق ليس من طبيعتها ولا تستطيعه، ولكن الله تعالى لم يخلقك شهوة فحسب، وانما خلق لك الى جانب الميل الى الشهوة عقلا وادراكاً، تفرق به بين نافع وضار، وحق وباطل، وحلال وحرام، فلا تستغرب استعار نار الشهوة أمام كل مظهر تهواه، وحيال كل منظر تنوق اليه، فتلك طبيعة وفطرة فطرك الله عليها ليتم بها معنى التكليف والاختبار، وليرى عبده أين يضع تلك الشهوة وفي أي طريق يسير. فما عليك إذا استعرت نار شهوتها، ومالت الى ما حرم عليها، إلا أن تمسك بزمامها وتردها عن غيها كما تمسك بيد ولدك الصغير اذا أراد أن يتردى في المهالك، ولا تبال باقتناعها ولا تجادل عليه، اذ الطفل لا ينتظر منه الاقتناع حين رده عن سبب حتفه. (هويدي، ١٩٧٣، ٦٦)

ب- مجاهدة النفس في شهواتها إنه مع وجود الرغبة القلبية في الحق والخير يجد الإنسان اندفاعاً تلقائياً نحو الحق والخير والعمل بهما، فلا يحتاج أن يجهد نفسه بل يجد طمأنينة وانقياداً نحو الخير وارتياحاً واستسلاماً، ففي الوضع الطبيعي السليم للقلب لا حاجة إلى إجهاد النفس وحملها على العمل لوجود الرغبة الدافعة.وأما في حالة وجود مرض في القلب أو وجود ميل إلى الباطل ورغبة فيه، رغم القناعة العقلية بالحق، فإن الإنسان لا بد أن يواجه الرغبة الباطلة في قلبه، ولا بد أن يواجه الموانع القلبية بمضادتها ومجاهدتها حتى يحمل نفسه على موافقة العقل والحق، لا على موافقة هوى النفس ورغبتها الباطلة. ومن هاهنا وجبت المجاهدة للنفس حتى يصل الإنسان إلى الاستقامة والهداية التامة:

- إنه إذا وجدت الرغبة الصحيحة والميل نحو الحق والخير والمصلحة الحقيقية والمنفعة؛ كانت الإرادة صحيحة وسليمة، وذلك إذا لم توجد أي رغبة أخرى في أي شيء من الباطل والشر والشهوة والمفسدة، أما إذا وجدت ولو رغبة واحدة أو شهوة واحدة أو ميل أو هوى في النفس؛ فإنه يصير في القلب تنازع بين الرغبات وتصارع، فيتقلب القلب بين الرغبتين، فتارة توجد إرادة موافقة لهذه الرغبة وتارة توجد إرادة موافقة للرغبة الأخرى بحسب المرجحات التي تمد إحدى الرغبتين أو تُذكر بإحداهما.

- ورغبة الإنسان في أن يجاهد الرغبة الفاسدة تجعل منه متوجهاً إلى الحق راغباً فيه راغباً عن الباطل، فتنمو هذه الرغبة فتكون مانعة للرغبة الباطلة، فيصل بذلك الإنسان إلى الهداية وهي الدلالة إلى الحق، إذ لا تبقى للقلب رغبة إلا في حق وخير ومصلحة حقيقية، وقد نبه الله تعالى إلى أن المجاهدة تؤدي إلى الهداية.
- وإذا لم يستطع الإنسان أن يجاهد نفسه في إقامة طاعة تأباها نفسه، أو في ترك معصية تهواها وترغب بها نفسه؛ فعليه أن يجاهد نفسه في أمور أخرى تقوي عنده الصبر والتحمل والمجاهدة، كأن يكثر من الصيام، أو يكثر من الذكر، أو يتوضأ كلما ذهب وضوءه، أو أن يصبر نفسه في مجالس الصالحين والعلماء، أو يحرص على ترك فضول الكلام الذي لا نفع منه، وفضول الطعام الزائد عن حاجته، وغير ذلك، فإذا فعل ذلك قويت المجاهدة في نفسه بشكل عام، فيجد نفسه قوياً في مجاهدة ما لم يكن قادراً على مجاهدته، فيقدر على ترك معصيته أو فعل طاعته.
- وكلما كانت طاعة الإنسان فيها مجاهدة ومشقة أكبر؛ كلما كان أجره أكبر، وقد دلت على ذلك نصوص كثيرة، منها قوله تعالى: ﴿ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ لَا يُصِيبُهُمْ ظَمَأٌ وَلَا نَصَبٌ وَلَا مَخْمَصَةٌ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَطَئُونَ مَوْطِئًا يَغِيظُ الْكُفَّارَ وَلَا يَنَالُونَ مِنْ عَدُوٍّ نَيْلًا إِلَّا كُتِبَ لَهُمْ بِهِ عَمَلٌ صَالِحٌ إِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ﴾ (التوبة ١٢٠)، وهذه الأجر الذي يأتي من المشقة والمجاهدة يرتقي بالإنسان بإذن الله حتى يكون على حال أحسن.
- إن الإيمان بوجود الله وألوهيته وربوبيته وحُكْمِه وقدرته وصفاته والإيمان بالرسول والإيمان بالقرآن والإيمان بالآخرة، والإيمان بكل حقيقة؛ يُوَلِّدُ وينشئ صفاتٍ ورغبات وإرادات في القلب، وإذا لم تنشأ تلك الصفات والإرادات فيجب على الإنسان أن يتكلفها ويحمل نفسه عليها ويجاهدها حتى تستقيم على الحق، ويُرَغِّبُ نفسه بها ويَسْتَحْلِيْها، ويتذكر الحقائق التي ترسخها في القلب والنفس. (حوّى، ٢٠١٨، ٥٦- ٦٠)

ج- محاسبة النفس.

بيان مراتب النفس في مجاهدة الهوى والفرق بين إشارة الهوى والعقل، اعلم أن للإنسان في مجاهدة الهوى ثلاث أحوال :

الأولى: أن يغلبه الهوى فيملكه ولا يستطيع له خلافاً ، وهو حال أكثر الخلق ، وهو الذي قال الله تعالى : ﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ﴾ (الجاثية ٢٣). إذ لا معنى للإله إلا المعبود، والمعبود هو المتبوع إشارته ، فمن كان تردده في جميع أطواره خلف أغراضه البدنية وأوطاره فقد اتخذ إلهه هواه .

الثانية: أن يكون الحرب بينهم سجالاً، تارة لها اليد وتارة عليها اليد . فهذا الرجل من المجاهدة، فإن اخترمته المنية في هذه الحالة فهو من الشهداء لأنه مشغول بامتثال قوله: (جاهدوا أهواء كم كما تجاهدون أعداءكم)، وهذه الرتبة العليا للخلق سوى الأنبياء والأولياء .

الثالثة: أن يغلب هواه فيصير مسئولياً عليه لا يقره بحال من الأحوال ، وهذا هو الملك الكبير والنعيم الحاضر. (ابو ملحم، ١٩٩٥، ٧٥)

ج- محاسبة النفس: محاسبة النفس أن يتصفح الإنسان في ليله ما صدر منه من أفعال في نهاره، فإن كان محمودا أمضاه وأتبعه بما شاكله وإن كان مذموما استدركه إن أمكن، وانتهى عن مثله في المستقبل. والدليل على محاسبة النفس من القرآن الكريم قوله تعالى: (يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ ما قَدَّمَتْ لِغَدٍ﴾ (الحشر ٨١).عن شداد بن أوس، عن النبي صلى الله عليه وسلم، قال: "الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من أتبع نفسه هواها وتمنى على الله" هذا حديث حسن. (سنن الترمذي) و(رياض الصالحين).الكيس: العاقل المتبصر في الأمور، الناظر في العواقب. ومعنى قوله: «من دان نفسه»: حاسب نفسه في الدنيا قبل أن يحاسب يوم القيامة. ويروى عن عمر بن الخطاب له أنه قال: "حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا، وتزينوا للعرض الأكبر، يومَ تُعرضون لا تخفى منكم خافية" (الاميري، ٢٠١٠، ٨١).

د- مراتب النفس

مراحل التكوين النفسى للإنسان في القرآن الكريم: يشير القرآن الكريم اشارة صريحة الى أهم مراحل تكوين الانسان وآثارها النفسية والجسدية والفكرية فى عدة آيات متفرقات ولا سيما هذه الآية الكريمة: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ وَلِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ﴾ (عاقر ٦٧)

لقد أوجزت هذه الآية سيرة الحياة الانسانية في هذه الدنيا حين كزت على المراحل المهمة في التكوين ترابا أصلا أوليا للإنسانية، ونطفة بدءا لحياة الجنين، ثم علقة فى تسميتها الصادقة شفافية التكوين الوظيفي، ثم الطفولة كمرحلة تأسيسية لمرحلة الرشد الشديدة القويةالتي تمثل هضبة العمر، يليها انحدار الشيخوخة، ومن الناس من يتوفى قبل الشيخوخة، ولكن لا بد لكل حى من أجل مسمى. وهذه المراحل كما تشير الآية الكريمة على الرغم تعاقبها المنظم فانها ليست حتمية لكل انسان حي، فهناك أفراد أدركهم الأجل في سنى المهد أو في عنفوان الشباب أو شرخ القوة، ومنهم من يتابع السير بحول الله الى الشيخوخة.

الخاتمة

بعد توفيق من الله عز وجل في انجاز هذا الجهد، وتطرقنا الى موضوع تزكية النفس في تنمية الذات، ومفهوم التزكية والنفس والتنمية والذات ووصف كل منهما في القرآن وعند الغزالي، ومقومات النفس ومراتبها ومجاهدة ملذات الروح.كما تطرقت الدراسة الى تشجيع الممارسات المتعلقة بتزكية النفس باعتماد القرآن والسنة النبوية والسلف الصالح، عبر غرس القيم الاسلامية والرحية والاخلاقية ومجاهدة الذات، والاهتمام بمواضيع تزكية النفس بطريقة متكاملة واستبعاد النفس عن الهوى والوهن ووسواس الشيطان، والسعي تنميتها لصالح الفرد والمجتمع، فتزكية النفس وطهارتها من أهم ما جاء بها الرسل والانبياء فضلا عن العبادات والمعاملات والاستقامة والرضا بحكم الله، ومقاومة الوهن والرياء والكسل.ويقترح الباحث الى دراسة الاسباب التي تعيق تزكية النفس، وتقويم الممارسات الايجابية التي تعزز تزكية النفس لدى شرائح متنوعة من المجتمع، ودور المسجد في تنمية مبادئ التنمية الذاتية.

المصادر

القرآن الكريم.

- ابن القيم، محمد بن بكر، ١٩٣٢، كتاب الروح، مجمع الفقه الاسلامي تحقيق محمد أجمل أيوب الاصلاحي، كمال محمد القالمي،
- ابن منظور، ابي الفضل جمال الدين بن محمد بن مكرم،١٩٩٧، لسان العرب ،المجلد الثاني، دار صادر، ط/١، بيروت.
- ابو ملحم علي، ١٩٩٥، ميزان العمل لحجة الإسلام أبي حامد الغزالي، دار الهلال، ط/١، بيروت.
- الاميري، احمد البراء، ٢٠١٠، اللياقات الست دروس في فن الحياة، دار السلام، ط/١، القاهرة.
- بن علي، محمد، ١٤٠٣ هـ، فتح القدير للشوكاني، ج١، دار ابن كثير، ط/١، بيروت.
- أبي بكر الرازي، زين الدين ابوعبدالله محمد، ١٩٨٣، مختار الصحاح، دار الرسالة، ط/١، الكويت.
- تاج الدين، أمير، ٢٠٠٨، الثقة بالنفس الاسس العلمية التي تبنى عليها ثقتك بنفسك، دار كنوز، ط/٢، القاهرة.
- الجرجاني، علي بن محمد بن علي، ١٩٨٤، التعريفات، وزارة الشؤون الثقافة، ط/١، بغداد.
- حموي، مشرف صبحي، ٢٠٠٨، المنجد في اللغة العربية المعاصرة، دار المشرق، ط/٣، بيروت.
- حوّى، معاذ سعيد، ٢٠١٨، التزكية على منهاج النبوة/ تزكية القلب ج ٥، دار النور المبين، عمان.
- عامر، محمد أحمد، ١٩٨٦، أصول علم النفس العام في ضوء الإسلام، ط/١، دار الشروق، القاهرة.
- الغزالي، محمد بن محمد بن محمد ، ٢٠١١، إحياء علوم الدين، ج ٣ ، ط/١، دار المنهاج، ، جدة.
- الفيروزي، مجد الدين محمد بن يعقوب آبادي، ١٤١٧هـ، القاموس المحيط، دار إحياء التراث العربي، ج١، ط/١، بيروت.
- قدي، عبدالحميد، ٢٠٠٤، إشكالية تنمية الموارد البشرية، ط/١، جامعة ورقلة، الجزائر.
- كنعان، أحمد محمد، ٢٠١٠، الموسوعة الطبية الفقيهة، دار النفائس، ط/٣، بيروت.
- المرعشلي، يوسف ، ١٤٢٤، تزكية النفس، دار المعرفة، ط/١، بيروت. ، ص ٥
- الندوي ، أبو الحسن علي الحسني، ١٩٧٦، ربانية لا رهبانية، دار الإيمان، ط/٢، بيروت.
- هويدي، حسن، ٢٠٠٨، من نفحات الهدى، المكتب الإسلامي، ط/١، بيروت.

Sources

- The Holy Quran.
- Ibn al-Qayyim, Muhammad ibn Bakr, 1932, Book of the Spirit, Islamic Fiqh Academy, edited by Muhammad Ajmal Ayoub al-Islahi, Kamal Muhammad al-Qalmi, Jeddah.
- Ibn Manzoor, Abi Al-Fadl Jamal Al-Din Bin Muhammad Bin Makram, 1997, Lisan Al-Arab, Volume Two, Dar Sader, 1st Edition, Beirut.
- Abu Melhem Ali, 1995, The Balance of Action for the Proof of Islam Abi Hamid Al-Ghazali, Dar Al-Hilal, vol. / 1, Beirut.
- Al-Amiri, Ahmed Al-Baraa, 2010, Six Liaqaat Lessons in the Art of Living, Dar Al-Salam, 1st edition, Cairo.
- Bin Ali, Muhammad, 1403 AH, Fath al-Qadeer by al-Shawkani, Part 1, Dar Ibn Katheer, I / 1, Beirut.
- Abi Bakr Al-Razi, Zain Al-Din Abu Abdullah Muhammad, 1983, Mukhtar Al-Sihah, Dar Al-Risala, vol. / 1, Kuwait.

- Tajuddin, Amir, 2008, Self-confidence, the scientific foundations upon which your self-confidence is built, Dar Konooz, ed / 2, Cairo.

- Al-Jurjani, Ali bin Muhammad bin Ali, 1984, Definitions, Ministry of Culture Affairs, 1st Edition, Baghdad.

- Hamwi, Musharraf Sobhi, 2008, Al-Munjid in Contemporary Arabic Language, Dar Al-Mashreq, 3rd edition, Beirut.

- Hawwa, Moaz Saeed, 2018, acclamation on the method of prophecy / acclamation of the heart, part 5, Dar Al-Noor Al-Mubeen, Amman.

- Amer, Mohamed Ahmed, 1986, The Origins of General Psychology in the Light of Islam, vol. / 1, Dar Al-Shorouk, Cairo.

- Al-Ghazali, Muhammad bin Muhammad bin Muhammad, 2011, Revival of Religious Sciences, Part 3, I / 1, Dar Al-Minhaj, Jeddah.

- Al-Fayrouzi, Majd al-Din Muhammad ibn Yaqoub Abadi, 1417 AH, Al-Qamous al-Muhit, Dar Ihya al-Turath al-Arabi, Part 1, I / 1, Beirut.

- Kadi, Abdel Hamid, 2004, The problem of human resources development, ed / 1, University of Ouargla, Algeria.

- Kanaan, Ahmed Mohamed, 2010, Encyclopedia of Medical Jurisprudence, Dar Al-Nafais, 3rd edition, Beirut.

- Al-Maraachli, Youssef, 1424, Self-Refinement, Dar Al-Maarifa, 1st Edition, Beirut. , p. 5

- Al-Nadawi, Abu Al-Hassan Ali Al-Hassani, 1976, Divine not monastic, Dar Al-Iman, ed / 2, Beirut.

- Huwaidi, Hassan, 2008, From Nafahat Al-Huda, The Islamic Bureau, 1st Edition, Beirut.