

## رهیافتی به الگوی تربیت نفس با نگاه ساختارگونه به سورهی ناس

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۹/۲۲  
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۲/۸  
از صفحه ۱۹۹ تا صفحه ۲۱۳

### چکیده

تربیت نفس از مهم‌ترین مراحل رسیدن به قرب الهی و بالاترین راه سعادت است. این پژوهش به روش توصیفی-تحلیلی از طریق استنتاج بر پایه‌ی روش تدبیری و ساختارشناسی آیات قرآن بر مبنای توقیفی بودن آیات، درصدد بیان حقیقت تربیت نفس با نگاه تدبرگونه به سورهی ناس است. نتایج پژوهش بیانگر آن است که تربیت نفس انسان از دیدگاه سورهی ناس، در گرو پناه بردن به ذات حق و پذیرفتن ربوبیت و مالکیت و الوهیت خداوند است. از طریق روش ساختارشناسی و معناشناسی آیات با بررسی اسلوب واژگانی، تصویر هنری و آوایی می‌توان به این حقیقت دست یافت که برای رهایی از شرور نفس، تنها راه پناه بردن به ذات احد یکتاست که از راه تذکر و یادآوری، اهل عمل بودن و محاسبه‌ی اعمال می‌توان نفس خود را از وسوسه‌های خناس‌گونه نجات داد و به سعادت رسید. بر اساس آیات، مخلصین کسانی هستند که لحظه‌به‌لحظه، در هر کاری خداوند را به یاد دارند و به او پناه می‌برند؛ بنابراین، هیچ وسوسه‌گر خناسی نمی‌تواند در آنان نفوذ داشته باشد.

### مریم نساچ

استادیار گروه معارف، دانشگاه فرهنگیان.  
m.nassaj@cfu.ac.ir

### واژگان کلیدی:

تربیت نفس، سورهی ناس،  
ساختارشناسی، محاسبه، تذکر.

## بیان مسئله

ادعیه تربیت نفس یعنی پیراستن نفس انسان از بدی‌ها، همان نفس اماره که خداوند در قرآن کریم بیان می‌کند: «وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلِمُ مَا تُوسُّوسُ بِهِ نَفْسُهُ» (ق: ۱۶) و در سوره‌ی یوسف هم آمده است: «إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي» (یوسف: ۵۳) و در آیه‌ی ۸۲ سوره‌ی ص ذکر شده است: «قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغَوِّيَهُمْ أُجْمَعِينَ». ابلیس می‌گوید: به دنبال این بودم که انسان‌ها را از راه و سوسه کردن به سیئه و گناه وادار گردانم؛ اما آنان همه‌ی تلاش‌ها و زحمت‌های من را با گفتن ذکر استغفار بر باد می‌دادند. هنگامی که طلب استغفار و توبه‌ی گناهکاران را دیدم، راه دیگری را برگزیدم و از راه هواهای نفسانی، آنان را گمراه گرداندم، به‌گونه‌ای که گمان می‌کنند در مسیر هدایت قرار دارند؛ از این رو توبه نمی‌کنند (ری‌شهری، ۱۳۸۴، ج ۴، ص ۲۴۷). به همین سبب پیامبر<sup>(ص)</sup> فرمود: «أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶۷، ص ۶۴)؛ سرسخت‌ترین و بدترین دشمنان تو، نفس است که میان دو پهلو قرار دارد. «شیطان از راه هواهای نفسانی در انسان رخنه می‌کند و تلاش و زحمت او را تأیید می‌نماید. هنگامی که در نفس خویش طلب و خواسته‌ای داشته باشیم، شیطان همان خواسته را زینت می‌دهد و ما بیشتر به آن جذب می‌شویم و از مسیر اصلی منحرف می‌گردیم. وسواس مسئله‌ی دوسویه‌ای است. حتی اگر قدرتی بیرونی این کار را انجام بدهد، صدر انسان زمینه را برای آن مهیا می‌کند. درواقع، کنش و واکنش است. این مقاله درصدد است با روش استنتاجی از طریق ساختارشناسی سوره پاسخ دهد حقیقت تربیت نفس با توجه به سیر تدبرگونه‌ی سوره‌ی ناس چیست و با کدام روش می‌توان به حقیقت تربیت نفس رسید؟

## مفهوم شناسی

### تربیت

تربیت از ریشه‌ی «ربو» به معنای پرورش دادن است. «رب» در اصل به معنای تربیت است و اگر به صورت مطلق به کار رود، تنها بر خداوند اطلاق می‌گردد (راغب، ۱۴۱۲، ص ۳۳۶). در قرآن کریم آمده است: «وَوَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَيَأْتِيهَا قَائِدًا أُنزِلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ» (حج: ۵). در این آیه، «ربت» به معنای رشد و نمو بیان شده است و تربیت در اینجا به معنی رشد و پرورش جسمی و مادی است. البته تربیت یک مفهوم کلی و عام دارد که همه‌ی مراتب حصول نما و نشو، چه مادی و چه معنوی را شامل می‌شود (دهقان، ۱۳۸۶، ص ۱۸).

تربیت در اصطلاح یعنی مصفا کردن ذات از ناپاکی‌ها و مهیاسازی آن برای پذیرش تجلی صورت حق (صدرالدین شیرازی، ۱۳۶۳، ص ۵۰-۵۱) و به معنای فراهم کردن موقعیت‌هایی برای بالندگی و رشد و رسیدن نفس به کمالات حقیقی است (رحیم‌پور، ۱۳۹۵، ص ۷۴). برخی تربیت را پس از پیامبری، گرمای‌ترین کار انسان بیان کرده‌اند (غزالی، ۱۳۸۵، ص ۳۶). افلاطون گفته است: هنری برتر و بهتر از تربیت نیست (کاظم‌زاده، ۱۳۵۷، ص ۲۳۴). کانت آن را بزرگ‌ترین و سخت‌ترین مسئله‌ی انسان دانسته است (کانت، ۱۳۶۷، ص ۷۶). تعریف جامع و یکسانی از تربیت بیان نشده است که موردپسند همه باشد

و هرکس با توجه به گرایش خود تعریفی بیان کرده است (هاشمی، ۱۳۸۸، ص ۵۶)؛ اما از نظر درون‌دینی، رشید رضا تربیت را رشدی تعریف می‌کند که به دنبال پیشرفت و تعالی است و ریشه در فطرت آدمی دارد (رفیعی، ۱۳۸۸، ص ۹۲). شهید مطهری تربیت را استعداد‌های بالقوه‌ای معنا کرده است که به فعلیت درآیند و انسان را به حد اعلای کمال خود برساند (مطهری، ۱۳۸۳، ص ۴۳). با توجه به معانی بیان‌شده، به نظر می‌رسد تربیت در سوره‌ی ناس همان مصفا کردن دل و به یاد خدا بودن و جدا شدن از وسوسه‌های شیطانی است تا بتوان نفس را به مرحله‌ی رشد و بالندگی و کمال حقیقی نزدیک گرداند.

### نفس

«نفس» در لغت به معنی ذات آمده است (مصلح، ۱۳۹۱، ص ۱۴). برخی برای نفس سه معنای روح، تأکید لفظی، ذات و اصل هر چیز را بیان کرده‌اند (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۱، ص ۹۸). این واژه به شکل مفرد و جمع به کار رفته و به معنی موجود زنده است، موجودی که یک اصل دارد و در حال تولید نسل و دارای نیروی شهوت و غضب است. این واژه در قرآن به معنای گوناگون بیان شده است: نفس به مفهوم انسان (تحریم: ۱۶، بقره: ۲۲۸، یوسف: ۳۲، زخرف: ۷۱)، به معنی شخص معین (یوسف: ۲۶، کهف: ۱۶۰، آل‌عمران: ۹۳)، به معنی درون انسان و باطن (اسرا: ۲۵، رعد: ۱۱)، به معنی ذات (آل‌عمران: ۳۰، مائده: ۱۱۶) و به معنی اصل و بن انسان (نسا: ۱۱، نسا: ۱۸۶)؛ اما معمولاً واژه‌ی نفس در قرآن به معنی همان ذات است (نجاتی، ۱۳۹۳، ص ۳۴-۷۶). آقای احدی (۱۴۰۰، ص ۱۷-۲۴) در کتاب علم‌النفس می‌گوید: نفس در آیات قرآن به معنی جان یا زندگی انسان، روان یا نفس انسان (انعام: ۷۰)، وجدان نفسانی (انبیاء: ۳۵)، اصل ثابت انسان و خودآگاهی (شمس: ۷-۸) به کار رفته است. در آیات و روایات، نفس هم مذمت شده: «مَا أُبْرِيءُ نَفْسِي» (یوسف: ۵۳) و هم مدح گردیده است: «وَمَنْ تَزَكَّىٰ فَإِنَّمَا يَتَزَكَّىٰ لِنَفْسِهِ» (فاطر: ۱۸)؛ بنابراین، نفس حالات گوناگون دارد: ۱. نفس اماره: نفسی که انسان را به زشتی و بدی امر می‌کند و در وجود همگان است و ظهور و بروز آن اندک است؛ ۲. نفس ملهمه: نفسی که از سوی خدا و فرشتگان الهاماتی به انسان می‌کند که بر اساس مراقبت آشکار می‌گردد؛ ۳. نفس لوامه: نفسی که بسیار سرزنش می‌کند؛ اما اگر انسان به گناه عادت کرد، این نفس اندک‌اندک در وجود انسان کم‌رنگ خواهد شد؛ ۴. نفس مطمئنه که انسان را به مقام اطمینان می‌رساند.

### پیشینه‌ی تحقیق

ازجمله پژوهش‌هایی که درباره‌ی سوره‌ی ناس انجام‌شده است، مقاله‌ی «بررسی متنی و سندی روایت سبب نزول سوره‌ی معوذتین» از محمدصادق حیدری، رضا آقاپور و سید علی‌اکبر ربیع نتاج است که روایت لبید یهودی درباره‌ی جادو و سحر شدن پیامبر را بررسی کرده است. پژوهشگران بیان می‌کنند که این روایت به طرق مختلف در منابع تفسیری آمده است و ضعف متنی و سندی دارد. در مقاله‌ی «تحلیل گفتمان دو سوره‌ی ناس و فلق بر اساس الگوی متنی هالییدی» از سید حسین سیدی و سمیه بیگ قلعه‌جوقی (۱۳۹۸)، با توجه به الگوی هالییدی، با بررسی ساخت مبتدا- خبری بیان شده است که این دو سوره به لحاظ گفتمان، بر مبنای مکالمه و پرسش و پاسخ

بوده و استفاده از مؤلفه‌های گفتمان‌مدار هالیدی-فرانکش متنی- در میان این دو سوره متفاوت از هم نبوده است؛ همچنین مقاله‌ی «بررسی تطبیقی عناصر انسجام متنی در سوره‌ی ناس بر پایه‌ی نظریه‌ی انسجام متن هالیدی» از غلام‌حسن اورکی و الخاص ویسی پژوهش دیگری است که از جهت دستوری، جایگزین و حذف این سوره را بررسی کرده است. درباره‌ی نفس، مقاله‌ی «مهارت غلبه بر نفس اماره در قرآن» از غلامرضا رئیس‌ان و عبدالعلی پاکزاد منتشر شده که در این مقاله به نفس اماره، اهمیت جهاد با نفس و استعمالات قرآنی و مهارت‌های رفتاری پرداخته است؛ اما مقاله‌ای نوشته‌نشده است که به حقیقت تربیت نفس از دیدگاه ساختارشناسی، تصویر هنری، موسیقی و ارتباط آوایی با نگاه تدبرگونه به سوره‌ی ناس پرداخته باشد و از این نظر، پژوهش حاضر کاری نو و جدید است.

### روش تحقیق و فرایند پژوهش

تحقیق حاضر به روش استنتاجی و معناشناسی و تدبری و بررسی ساختارشناسی سوره‌های قرآن انجام شده است که مبتنی بر توقیفی بودن چینش آیات قرآن است. ساختارشناسی روشی جدید در تفسیر است که به شکل و هیأت ساختارشناسی سوره‌ها برای دستیابی به ارتباط پیوسته و هدف‌دار میان آیات سوره و دستیابی به محوری واحد رخ نموده است و در پرتو آن، از طریق بررسی تدبر سوره‌ها و چگونگی ترکیب اجزای میان یک سوره، به تصویری زیبا و هماهنگ دست می‌یابد. زبان‌شناسان بر این اعتقاد هستند که روش ساختارشناسی و تدبرگونه‌ی سوره‌ها صرفاً رویکرد خواندن پی‌درپی نیست، بلکه بر اساس رویکرد کل‌نگر (Synoptic) است (شمیسا، ۱۳۷۸، ص ۱۷۷)؛ بنابراین، نگاه ساختارشناسی از طریق ارتباط ارگانیک میان آیات و سوره‌ها می‌تواند ما را به درک محتوای اصلی متن یا کل اثر نزدیک گرداند (البرزی، ۱۳۸۶، ص ۲۵۲). بر اساس این، در این پژوهش نخست با نگاه کلی‌نگر ساختار سوره بررسی و سپس از طریق اسلوب بررسی واژگانی، تصویر هنری و آوایی سوره‌ی ناس، معنای تربیت در این سوره و روش‌های آن بیان می‌گردد.

### ۱. حقیقت تربیت نفس در سوره‌ی ناس با نگاه تدبر گونه

انسان همواره و پی‌درپی در معرض وسوسه‌های گوناگون شیطانی است و شیاطین انس و جن تلاش دارند در قلب او نفوذ کنند. هر قدر مقام انسان در علم بالاتر رود و موقعیت او در اجتماع بیشتر گردد، وسوسه‌های شیاطین شدیدتر می‌شود تا او را از راه حق منحرف سازد. این سوره به پیغمبر اعظم<sup>(ص)</sup> که در مقام نخست انسان‌های جهان است، امر می‌کند از شر وسوسه‌گران به خداوند متعال پناه برد؛ پس انسان باید لحظه‌به‌لحظه مراقب نفس و وسوسه‌گران باشد. برای رسیدن به معنای تربیت نفس در سوره‌ی ناس، نخست ساختار سوره‌ی ناس بررسی می‌گردد تا بتوان به معنای مدنظر دست یافت.

## ۱.۱. ساختار سوره‌ی ناس

از پیوستگی میان آیات سوره‌ی ناس از نظر لفظ و معنا مشخص است که آیات این سوره به‌طور یکپارچه نازل شده است. سوره‌ی ناس از یک فعل و دو مجموعه از متعلقات (وابسته‌های) آن تشکیل شده است: مجموعه‌ی نخست آیات یک تا سه مجرورهای حرف «باء» اند و مجموعه‌ی دوم آیات چهار تا شش اند که آیات چهار و پنج مجرورهای حرف «من» هستند و آیه‌ی شش به فعل «یوسوس» در آیه‌ی پنج وابسته است. این سوره از سوره‌های یک‌جمله‌ای است که از فعل امر «قل» و مقول قول تشکیل شده است؛ از «اعوذ» شروع می‌گردد و تا انتهای سوره ادامه دارد. متعلقات (وابسته‌های) فعل «اعوذ» دو مجموعه را تشکیل می‌دهند: مجموعه‌ی اول اعلام می‌کند که همگان بایستی به پروردگاری پناه برند که رب، ملک و اله انسان است و مجموعه دوم روشن می‌سازد که این پناهندگی از شر هر وسوسه‌گر درونی جنی و انسی است که سینه‌ی مردم را آماج حملات خود قرار می‌دهد (الهی‌زاده، ۱۳۹۱، ص ۳۳).

آنچه در این سوره مهم است همین وسوسه‌گر درونی جن و انس است که انسان باید به تربیت همین بپردازد. اصل تربیت نفس است و آن قدر اهمیت دارد که خداوند بیان کرده است از شر این نفس به من پناه برید؛ بنابراین، هدف اصلی این سوره پناه بردن به خداوند از شر وسوسه‌های درونی است. انسان با پناه بردن به خداوند می‌تواند نفس خود را تقویت و تربیت کند؛ زیرا در آیه بیان می‌کند: «قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مَلِكِ النَّاسِ إِلَهِ النَّاسِ». در این آیه سه مورد از اوصاف خداوند (ربوبیت و مالکیت و الوهیت) را بیان می‌کند. با گفتن «مَلِكِ النَّاسِ»، خود را ملک او می‌داند و بنده سر بر فرمانش می‌شود و با گفتن «إِلَهِ النَّاسِ»، در طریق عبودیت او گام می‌نهد و از عبادت غیر او پرهیز می‌کند. بی‌شک کسی که به این صفات سه‌گانه متصف باشد و خود را با هر سه هماهنگ سازد، از شر وسوسه‌گران در امان خواهد بود. در حقیقت، این اوصاف سه‌گانه سه برنامه‌ی پیشگیری، سه درس تربیتی و سه وسیله‌ی نجات است و انسان را در برابر آن‌ها بیمه می‌کند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۲، ج ۲۷، ص ۷۲).

## ۱.۲. طریق دستور دادن خداوند به انسان در سوره‌ی ناس

سوره‌ی ناس با فرمان «قُلْ أَعُوذُ» خطاب به رسول اکرم<sup>(ص)</sup> آغاز می‌شود و خداوند دستور خود را بیان می‌دارد. با اینکه رسول خدا<sup>(ص)</sup> والاترین انسان‌ها روی زمین است، باز به او امر شده است که به خدا پناه ببرد؛ زیرا خداوند رب، مالک و اله همه است. بر اساس ترتیب نزول، سه سوره‌ی اخلاص، فلق و ناس با «قل» شروع می‌شوند. واژه‌ی «قل» ابلاغ اوامر مهم الهی در موضوعات مختلف است و اوامر تخصیصی است؛ یعنی تلاوت‌کننده خطابات قرآن را مخصوص خود می‌داند. اگر امر ونهی باشد، مخصوص خود می‌داند. این نکته آن اشاره‌ی تربیتی است که هرکس برای خود در نظر می‌گیرد.

این واژه برای پناه بردن به خداوند و ارشاد کاربرد دارد و در علم بلاغت، کاربردهای گوناگونی برای آن از جمله ارشاد، تعجیز، تهدید، تمنی، تعجب، دعا، اکرام، التماس و... بیان شده است (گلی، ۱۳۹۵، ص ۶۷). امر قل فرمان‌هایی است از جانب خداوند به پیامبر اکرم<sup>(ص)</sup> که به‌عنوان مقام

رسالت، به دیگران اعلام شود تا دیگران به متن و مضمون مورد فرمان آگاه شوند و یا بیش از آگاهی پیروی نمایند (طالقانی، ۱۳۶۲، ج ۴، ص ۳۰۶). این واژه یک فضای گفتگویی میان خدا و انسان به وجود آورده است که منجر می‌شود به اینکه هر فردی خود را در معرض این خطاب قرار دهد و به تحول بنیادی در وی بینجامد (قراملکی، ۱۳۹۳، ص ۲۰). در واقع، واژه‌ی «قل» در این سوره غیرممکن بودن مبارزه با افراد شرور بدون استمداد از خدا را بیان می‌کند و نشان می‌دهد که این سوره و آیات قرآن برای تربیت همه‌ی انسان‌هاست و ابلاغ به همه صورت می‌گیرد و همه در تربیت خود باید کوشا باشند.

## ۲. روش دریافت حقیقت تربیت نفس از طریق معناشناسی

برای رسیدن به حقیقت تربیت نفس در سوره‌ی ناس از طریق روش معناشناسی، اسلوب واژگانی، تصویر هنری آیات و آوایی سوره بررسی شده است تا در پرتو ساختار نظم‌گونه‌ی سوره بتوان به الگوی تربیت نفس دست یافت.

### ۱.۱.۲. اسلوب واژگانی

**خناس:** اصل معنای «خناس» یعنی «آن‌که خود را پنهان می‌کند» (ابن‌منظور، ۱۴۱۴، ج ۶، ص ۷۱). در روایت آمده است که شیطان بینی خود را بر قلب انسان می‌گذارد (به سراغ انسان می‌آید)؛ اما هنگامی که انسان به یاد خدا افتاد، خود را عقب می‌کشد و مخفی می‌شود (صدوق، ۱۳۸۵، ص ۵۲۶)؛ بنابراین، شیطان خناس نامیده شده است؛ یعنی بسیار عقب‌نشینی‌کننده و پنهان‌شونده. با توجه به معنای خناس، راه تربیت نفس یاد خدا و پناه بردن به اوست (مکارم شیرازی، ۱۳۷۲، ج ۲۷، ص ۴۷۳). واژه‌ی «خناس» صیغه‌ی مبالغه از مصدر «خنوس» است که به معنای اختفای پس از ظهور است (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۲۰، ص ۳۹۷).

**یوسوس:** اصل معنای «وسوسه» یعنی سخن گفتن پنهانی. وسواس یعنی صدای آهسته. صدای ظریف زیورآلات را نیز «وسواس» گویند (زبیدی، بی‌تا، ج ۳، ص ۹۸۸)؛ پس «وسواس» در معنای وصفی یعنی کسی که آهسته سخن می‌گوید و بی‌سروصدا حرف می‌زند. گویی شیطان بی‌سروصدا و آرام به سراغ طعمه‌ی خود می‌رود و آهسته و مخفیانه با او سخن می‌گوید. «یوسوس» نیز یعنی آهسته و بی‌سروصدا سخن می‌گوید. در مجمع‌البیان آمده که کلمه‌ی «وسواس» به معنای حدیث نفس است (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۱۰، ص ۸۶۴). در جایی که شیطان آهسته به سراغ انسان می‌رود، تنها می‌توان به خدایی پناه برد که از پنهان و آشکار مطلع است.

«وسواس» به کسر واو، مصدر است نه اسم مصدر؛ به این معنا که در مصدر نسبت فعل به فاعل مدنظر است، درحالی‌که در اسم مصدر، به فاعل توجه نمی‌شود، بلکه تنها فعل مدنظر است، صرف‌نظر از فاعل (مغنیه، ۱۳۷۸، ج ۸، ص ۲۰۶). در هر حال، مراد از وسوسه در اینجا، اندیشه‌های تاریکی است که در ذهن خطور می‌کند و انسان را از حق و راه او باز می‌دارد و هیچ‌کس نمی‌تواند از سخنان نفس و وسوسه‌ی آن رهایی یابد، مگر اینکه خدا انسان را ننگه دارد.

**رب:** اصل معنا «رَبّ» به معنای «مالک و صاحب‌اختیار» است؛ مانند «رَبّ البیت»؛ یعنی صاحب

و مالک خانه. رب لزوماً به معنای «پرورش‌دهنده» نیست. زمخشری هم بیان می‌کند: الربّ: المالك (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۸۲۲). ابن‌منظور هم می‌گوید: «هو ربّ كل شئ؛ ای مالک» (ابن‌منظور، ۱۴۱۴، ج ۲، ص ۴۵). «ربّ» را معمولاً مربی و پرورش‌دهنده معنی می‌کنیم؛ اما باید در نظر داشت که در عربی قدیم، این واژه بیشتر معنای «مالک» و «صاحب‌اختیار» را می‌رسانده است (مستفید، ۱۳۸۲، ص ۲۴). کسی که مالک و صاحب‌اختیار ماست، ما می‌توانیم به او پناه ببریم.

## ۲.۲. اسلوب کارکرد و تصویر هنری سوره‌ی ناس

بیان تصویر هنری آیات قرآن تصویری ملموس و قابل حس از ابزار برتر بیان قرآن است. تصویر در قرآن ابزاری است برای بیان هدف‌های دینی. تصویر قرآنی تنها به قصد تصویرپردازی نیست، بلکه در خدمت اهداف اخلاقی، دینی و تربیتی است (سیدی، ۱۳۸۷، ص ۱۰۹). در این سوره تصویر برخی آیات بیان می‌گردد که ما را به معنای تربیت نفس رهنمون می‌سازد.

### ۱.۲.۲. تصویر عبارات «رَبِّ النَّاسِ»، «مَلِكِ النَّاسِ» و «إِلَهِ النَّاسِ»

لفظ «رب» به‌طور ویژه به «ناس» اضافه‌شده است و تصویری که ایجاد می‌کند جایگاه خداوندی است که اختیار کارهای بندگان را دارد و ما به او پناه می‌بریم، به کسی که بندگان را خوب می‌شناسد (زمخشری، ۱۴۰۷، ص ۸۲۳) و ما از شر و وسوسه‌های ایجادشده به پروردگار خود پناه می‌بریم و با یاد و ذکر او خود را از پرت شدن در منجلاب گناه نجات می‌دهیم. همان‌طور که در لغت هم بیان شد، «رب» بیشتر به معنی مالک و صاحب‌اختیار است. پروردگار یعنی مالک و عهده‌دار امور است. اولین رتبه‌ای که هر انسانی در پناه بردن تجربه می‌کند، کسی است که او را سرپرست خود می‌داند؛ مانند پدر و مادر. تصور کنید سوار کشتی شدید و همه چیز امن و امان است. یک لحظه کشتی تکان می‌خورد. بچه اول دامن پدر و مادر را می‌گیرد: «رَبِّ النَّاسِ»؛ بعد تکان‌ها بیشتر و شدیدتر می‌شود. پدر و مادر به دست‌وپا می‌افتند و سراغ ناخدا را می‌گیرند: «مَلِكِ النَّاسِ»؛ ناخدا می‌گوید نگران نباشید. اوضاع جوی آرام‌تر می‌شود؛ اما تکان‌ها از کنترل ناخدا خارج می‌گردد. همه به‌سوی «إِلَهِ النَّاسِ» و به‌سوی خداوند می‌شتابند.

هنگامی که این الفاظ به راه‌های مختلف تکرار شده است، به این معناست که تنها باید به خداوندی پناه برد که «يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ» (غافر: ۱۹). خداوند هم انسان‌ها را خوب می‌شناسد و هم از آنچه در سینه‌های ما می‌گذرد و مخفی است، اطلاع دارد و هم وسوسه‌گر را می‌شناسد؛ پس بهترین گزینه برای پناه بردن است.

### ۲.۲۲. تصاویر ایجادی توسط لفظ الوسواس الخناس

معنای وسواس پیش‌تر ذکر شد، به پچ‌پچ صیاد وسواس گویند (عضیمه، ۱۳۸۸، ص ۲۰۳). «وسواس» صیغه‌ی مبالغه است؛ یعنی بسیار وسوسه کنند. در واقع، پیشه و کار او وسوسه است و همواره به این کار می‌پردازد. کسی که بسیار وسوسه می‌کند و صفت «الخناس» دارد. «خناس» به معنی «پنهان‌شونده»؛ یعنی به آهسته وسوسه می‌کند و فریاد نمی‌زند، همواره به انسان سر می‌زند، در کمین می‌ایستد تا غافل شوی، چهره‌ی دعوت به شرش پنهان است، عمل بد را برایت خوب جلوه می‌دهد. اگر به دام او اسیر شوی، توانایی‌های نداری. از این شیطان پنهان‌شونده،



تنها می‌تواند به خداوند دانای پنهان و نهان پناه برد.

### ۳۲۰.۲. تصویر ایجادشده توسط فعل مضارع یوسوس

فعل مضارع در تصویرسازی نقش مهمی را بر عهده دارد؛ اما آن تصویر چیست؟ آن تصویر، تصویر صحنه‌ای است که گویا وسوسه‌کننده درون سینه‌ی انسان که مرکز فرماندهی روحی انسان است، نشسته و قلب او را تسخیر کرده است و هرچه خواهد، به او دستور می‌دهد و انسان در دام وسوسه‌افتاده و در ظلمت فرورفته را با صدای زیور داده‌شده‌ی خویش، به هر سویی که خواهد، می‌کشد (نوری، ۱۳۹۲، ص ۲). این استمرار فعل مضارع به این معناست که انسان باید همواره به خدا پناه برد و لحظه‌به‌لحظه به یاد خدا باشد تا از چنگ این نفس برهد و این وسوسه‌گر برای همه‌ی انسان‌ها، مؤمن واقعی، مؤمن تازه ایمان‌آورنده، انسان عادی و... است. همه باید مراقب باشند.

### ۳.۲. ارتباط کلامی و موسیقایی سوره‌ی ناس

هماهنگی و نظم آوایی الفاظ در قرآن ازجمله شاخص‌هایی است که ذهن مخاطب را درگیر می‌کند و زیبایی کلمات را نشان خواهد داد. در هر واژه‌ای از واج‌های مختلفی استفاده‌شده است که از نظر آهنگ و زیبایی، تأثیری بر شنونده می‌گذارد. ابن‌اثیر بیان داشته است: «هرکس با کمترین آگاهی هم این مطلب را حس می‌کند که واژه‌ها گاه آوایی زیبا و دل‌نشین مانند نغمه‌ی سازهای موسیقی دارند» (قاسمی، ۱۳۸۷، ص ۱۲۳). آهنگ‌ها و الحان و قافیه‌های متعدد آیات نمایانگر مقاصد آیات است و ما را به معانی آیات می‌رساند (طالقانی، ۱۳۶۲، ج ۴، ص ۳۰۶). این نظم آهنگین در سوره‌ی ناس هم هست. قرآن کریم با «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» آغاز و با واژه‌ی «ناس» ختم می‌شود. به این ترتیب، در یک سوی این کتاب هدایت، خدا و در طرف دیگر آن مردم قرار دارند. نه‌تنها آخرین واژه‌ی قرآن «ناس» است، بلکه نام آخرین سوره‌ی آن نیز «ناس» است که علی‌رغم کوتاهی‌اش، ۵ بار این واژه در آن تکرار شده است. چنین تأکید و تمرکزی روی واژه‌ی ناس در آخرین سوره‌ی قرآن، اعجاب‌آور و سؤال‌برانگیز است و نمی‌توان به‌سادگی از کنار آن گذشت. واژه‌ی ناس ۲۰ بار در قرآن آمده است که یک‌چهارم آن در این سوره‌ی بسیار کوتاه قرار دارد. چنین نسبتی بی‌نظیر و بسیار جالب‌توجه است (بازرگان، ۱۳۷۵، ج ۴، ص ۳۲۱).

آیات این سوره با مراتب صفات «رَبِّ النَّاسِ»، «مَلِكِ النَّاسِ» و «إِلَهِ النَّاسِ» اوج گرفته و به آیه‌ی ۴ و ۵ «مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ» تا «الَّذِي...» امتداد یافته و به آیه‌ی کوتاه ۶ ختم شده است؛ بنابراین، امواج حرکات و سکانات متنوع، صدای برخورد نون مشدد و طنین سین که در فصول این آیات ذکرشده است، جوی از برخورد و معرکه‌ای را نشان می‌دهد که میان نیروهای خیر و شر در میدان نفس انسانی قرارگرفته است و حرکات صوتی و هیأت فعل «یُوسُوسُ» ادامه‌ی این معرکه را بیان می‌کند. معرکه‌ای که جن و انس را در برابر صفات رب به میدان می‌کشد: «مِنْ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ»؛ و مهم نفس انسان است (طالقانی، ۱۳۶۲، ج ۴، ص ۳۱۹).

این تکرار و اطناب، همه از روی حکمت و نظم است. نظم و سجع و تکرار در سوره‌ی ناس هم دیده می‌شود. این هماهنگی میان الفاظ و ساختار نمایان است، چنان‌که در هر دو سوره، سجع



میان آیات آشکار است. سجع در اصطلاح به سخنی گفته می‌شود که واژه در آن به یک شکل بیان گردد و فرد در سخن خود، مانند شعر فاصله قرار می‌دهد (جوهری، ۱۹۸۴، ج ۳، ص ۱۲۲۸). شباهت‌های آهنگین واژگان آیات سوره‌ی ناس: «ناس، ناس، ناس، خناس، ناس، ناس»؛ هم سجع دارد و هم جناس. جناس به معنای واژه‌هایی است که از نظر حروف به کاررفته و وزن، شبیه و همانند باشند و گاهی هم حرکات یا حروف یک واژه، کاهش یا افزایش می‌یابد و بدین سبب، کلام شکلی زیبا و آهنگین به خود می‌گیرد؛ مانند سوره‌ی ناس که آخر همه‌ی آیات با کلمه‌ی «ناس» پایان می‌یابد، به جز یک آیه با واژه‌ی «خناس». انتقال مفاهیم و معنا از طریق این روش موسیقایی زیبا و دل‌انگیز، در ذهن مخاطب نقش می‌بندد.

### ۳. نتیجه‌ی سیر تدبرگونه در تربیت نفس

قرآن، کتاب تربیت، کتاب هدایت، نور، شفا و رحمت است و در آیات قرآن آمده است: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْوِينُكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» (یونس: ۵۷). در این آیه‌ی شریفه، چهار مرحله از مرحله‌های تربیت و پرورش انسان در سایه‌ی پیروی از قرآن بیان می‌شود: ۱. پند و اندرز؛ ۲. پاک‌سازی روح انسان از رذایل اخلاقی؛ ۳. هدایت؛ ۴. شایستگی انسان برای رسیدن به رحمت و نعمت پروردگار؛ که همه‌ی این مراحل با پیروی از قرآن کریم به دست می‌آید (دهقان، ۱۳۸۶، ص ۱۸). در جای دیگر بیان می‌کند: «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا» (شمس: ۹). بالاترین راه سعادت تزکیه و تربیت نفس است و یا هدف بعثت پیامبر تزکیه و تربیت نفس است: «لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ...» (آل‌عمران: ۱۶۴). در قرآن روش‌های گوناگونی برای تربیت و تزکیه نفس بیان شده است: با نیکی سخن گفتن (بقره: ۸۳)، احترام به پدر و مادر و مصاحبت نیکو (لقمان: ۱۵)، نحوه‌ی برخورد با جاهل (اعراف: ۱۹۹)، طرز پاسخ‌گویی به انسان بدرفتار (مومنون: ۹۶)، کینه در دل نداشتن (حشر: ۱۰) و ...

ملاصدرا تربیت نفس را امری ضروری می‌داند و غایت تربیت را سعادت انسان و رسیدن به منتهای حرکت تکاملی برای ملحق شدن به مبدأ فیض وجود. از جمله روش‌های تربیت نفس ملاصدرا عبارت‌اند از: تلاش برای انس با حق تعالی و انس با قرآن، محاسبه و مراقبه‌ی نفس، رعایت عدالت تربیتی روح انسان، تقویت حضور قلب، جهت‌دهی به تربیت با توجه به ویژگی خلایق انسان، تقویت اعتماد و عزت نفس و تکرار اعمال پسندیده برای دست‌یابی به ملکات حسنه (رحیم‌پور و بیادار، ۱۳۹۵، ص ۶-۱۸).

شهید مطهری هم درباره‌ی تربیت می‌فرماید: انسان موجودی اجتماعی است و ابعاد مختلفی دارد که هر بعد با یک یا چند عامل از قوه به فعلیت درمی‌آید و باعث شکوفاشدن ابعاد انسانی می‌گردد. ایشان داشتن روحیه‌ی علمی و حقیقت‌جویی، تفکر، تقوا و تزکیه، عبادت، جهاد و معاشرت با نیکان را از جمله روش‌های تربیت نفس بیان کرده‌اند (مطهری، ۱۳۷۳، ص ۳۱۹-۴۰۹). با توجه به نگاه تدبرگونه در سوره‌ی ناس، ترکیب بافت معنایی و لفظی قرآن کریم با تناسب

در موسیقی حروف، واج‌ها و واژه‌ها، یکی از جنبه‌های اعجاز قرآن کریم محسوب می‌شود و در نتیجه، نظم بافت موسیقایی که میان آیات قرآن وجود دارد، بسیار بیشتر از حد تصور نسبت به شعرها و متون ادبی و قاعده‌های عروضی زبان انگاشته می‌شود و از نمونه‌هایی است که در قرآن کریم جلوه‌های زیبایی‌شناسی را آشکار می‌گرداند؛ اما آنچه از اسلوب و تکرارهای واژه‌های ناس و تأکید نام خداوند به دست می‌آید، این است که انسان برای تربیت نفس خود باید همواره چند نکته را در نظر داشته باشد:

### ۳.۲.۱ پناه بردن به خداوند

روش اول تربیت نفس در سوره‌ی ناس را می‌توان پناه بردن به خداوند ذکر کرد، چنان‌که در سوره‌ی ناس، خداوند از سه جهت ملجأ و پناهگاه است. در واقع، وقتی شری حاصل شود، انسان به یکی از این سه مورد پناه می‌برد؛ یا به پروردگاری پناه می‌برد که مدبر است و چنان‌که در معنای لغوی گفته شد، با توجه به سیاق آیات که در کنار «اله» و «ملک» هم است، «رب» در اینجا به معنای پرورش‌دهنده و مربی نیست، بلکه به معنای صاحب و مالک است؛ خدایی که مالک همه‌ی جهان است و انسان در همه‌ی حوائج خود به خداوند رجوع می‌کند. در آیه‌ی ۱۷ سوره‌ی اعراف بیان شده است: «ثُمَّ لَآتِيَنَّهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ»؛ شیطان از هر چهار جهت به سراغ انسان می‌آید تا انسان را گمراه کند. در روایتی از امام باقر<sup>(ع)</sup> آمده است: «منظور از اینکه شیطان به سراغ انسان از «پیش رو» می‌آید، این است که آخرت را در نظر وی امری ساده نشان دهد و منظور از «پشت سر» این است که انسان را مشغول به جمع‌آوری مال و ثروت و بخل ورزیدن از بخشش به دیگران دعوت کند و منظور از «طرف راست» این است که در امور معنوی شبهه و تشکیک ایجاد نماید و آن را تباه سازد و منظور از «طرف چپ» این است که لذات مادی و شهوت‌ها را در نظر آنان جلوه دهد» (طهرسی، ۱۳۷۲، ج ۴، ص ۴۰۳). آنچه مهم است از «طرف بالا» بیان‌نشده است؛ یعنی انسان می‌تواند نگاهش به سوی خداوند باشد و به خداوند پناه ببرد.

### ۳.۲.۲ تذکر و یادآوری

روش دوم تربیت با توجه به سوره‌ی ناس می‌تواند تذکر و یادآوری باشد؛ زیرا انسان مرتب باید به نفس خود متذکر باشد، چنان‌که هم در اسلوب واژگانی بیان شد که «خناس» به معنی پنهان‌شونده است؛ یعنی به صورت مخفی و پنهان در نفس انسان نفوذ پیدا می‌کند. در تصویرگری آیات بیان شد که واژه‌ی «یوسوس» به صیغه‌ی مضارع آمده است؛ یعنی پیوسته در حال وسوسه است؛ پس انسان باید مرتب به نفس خود تذکر دهد تا بتواند از شر نفس در امان باشد؛ یعنی باید نفس را به سختی‌ها عادت داد، چنان‌که در روایت آمده است: «عَوَّدُ نَفْسَكَ النَّصْبُ عَلَى الْمَكْرُوهِ وَ نِعْمَ الْخُلُقُ النَّصْبُ فِي الْحَقِّ» (نهج‌البلاغه، نامه‌ی ۳۱)؛ یعنی خود را به سختی‌ها عادت بده. انسان برای اینکه نفس خود را تربیت کند، باید سختی بچشد و باید مرتب به این نفس تذکر داد که نتیجه‌ی آن بر اساس آیات و روایات، فلاح و رستگاری خواهد بود.

### ۳.۲.۳. همراهی فکر و عقیده و عمل با زبان

روش سوم تربیت از طریق عمل است. اینکه انسان تنها با زبان جملات سوره‌ی ناس را بیان کند، فایده‌ای ندارد، بلکه باید با فکر و عقیده و عمل نیز خود را در پناه خدا قرار دهد. از راه‌ها، برنامه‌ها، مجالس و فکرهای شیطانی خود را کنار کشد و در مسیر افکار و تبلیغات رحمانی جای دهد، وگرنه انسانی که در عمل، خود را در معرض طوفان آن وسوسه‌ها قرار داده است، تنها با خواندن این سوره و گفتن این الفاظ به‌جایی نمی‌رسد. با گفتن «رَبِّ النَّاسِ» اعتراف به ربوبیت پروردگار می‌کند و باید با عمل هم خود را تحت تربیت او قرار دهد.

### ۳.۲.۴. محاسبه‌ی اعمال

روش چهارم تربیت محاسبه‌ی اعمال است از آن جهت که با نفسی همراه هستیم که «خناس» و «وسواس» است و راه نجات از وسوسه‌گری پنهان محاسبه‌ی اعمال روزانه است. شهید مطهری هم مراقبه و محاسبه را از جمله روش‌های تربیت دینی بیان کرده‌اند (مطهری، ۱۳۷۲، ص ۱۳۷۳).

در سوره‌ی فلق یک پناهگاه معرفی و سه شر بیان شد. در سوره‌ی ناس سه پناهگاه و یک شر بیان می‌گردد که نشان می‌دهد این یک شر از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در سوره‌ی فلق پس از «قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ»، چند شر را بیان می‌کند، درواقع، با یک «اعوذ» و با یک پناه بردن به پروردگار چند شر را برمی‌شمرد؛ اما در سوره‌ی ناس سه بار پناه می‌برد و یک شر را ذکر می‌کند. مشخص است خطر درون بیشتر از خطر بیرون است. نخست باید درون اصلاح شود.

محاسبه‌ی اعمال انسان یکی از راه‌ها برای تربیت نفس است، چنان‌که در روایت بسیار به محاسبه سفارش شده است. پیامبر اسلام (ص) می‌فرماید: «حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا وَ زِنُوهَا قَبْلَ أَنْ تُوزَنُوا وَ تَجَهَّزُوا لِلْعَرَضِ الْأَكْبَرِ؛ پیش از آنکه به حساب شما برسند، حسابگر خود باشید و قبل از اینکه اعمال شما را بررسی کنند، اعمال خود را بسنجید و برای روز قیامت خویشتن را مهیا سازید.»

درواقع، با محاسبه و تربیت نفس می‌توان ظهور و بروز نفس اماره را کم کرد، نفس لوامه را به گناه کردن عادت نداد، نفس مُلهمه‌ای که باید یک گام به‌سوی خدا گذاشت تا در انسان پدیدار گردد و نفس مطمئنه‌ای که انسان با تربیت جامع نفسش به این مقام می‌رسد، همه‌ی این‌ها با مشارطه (شرط‌بندی با نفس)، مراقبه (مراقبه با شرط‌بندی با نفس) و محاسبه (حساب کشیدن از نفس خود) به‌دست می‌آید، چنان‌که در آیات ۵ و ۶ سوره‌ی زلزال بیان شده است: «فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ»، در این آیات به واژه‌ی «ذره» اشاره شده است؛ یعنی کوچک‌ترین اعمال هم محاسبه می‌شود و برای رسیدن به سعادت‌مندی، امام علی (ع) می‌فرماید: «مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ سَعِدَ (آمدی، ۱۴۱۰، ص ۲۳۴)؛ کسی که نفس خویش را به حساب کشد، پیروزمند و سعادت‌مند می‌گردد.»

نکته‌ی مهم و گفتنی این است که شیطان قسم خورده همه را گمراه کند، جز مخلصین. با توجه به آیات سوره‌ی ناس هم شیطان درصدد گمراهی انسان‌هاست، مگر کسانی که همواره و لحظه‌به‌لحظه به خداوند پناه می‌برند و در هر کاری، خداوند را ناظر اعمال خود می‌بینند: «أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرِي» (علق: ۱۴). درواقع، مخلصین همان کسانی هستند که ربوبیت، مالکیت و الوهیت خداوند را قبول دارند و به وی پناه می‌برند.

حضرت یوسف بیان می‌کند: «إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي» (یوسف: ۵۳). ایشان لحظه‌به‌لحظه خداوند را به یاد دارد و در سختی‌ها به خداوند پناه می‌برد. در ماجرای زلیخا آیات قرآن بیان می‌کند: «وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنَّ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ كَذَلِكَ لِنَصْرَفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ» (یوسف: ۲۴). قرآن حضرت یوسف را از جمله مخلصین به‌شمار آورده است؛ پس حقیقت تربیت نفس این است که با تذکر، با عمل و با محاسبه‌ی لحظه‌به‌لحظه به یاد خداوند باشیم تا جزو مخلصین قرار بگیریم و شیطان نتواند در ما رخنه و نفوذی داشته باشد.

## نتیجه‌گیری

در این نوشتار از طریق روش ساختارشناسی و تدبیری، به دنبال معنای حقیقت تربیت نفس در سوره‌ی ناس بودیم و از طریق سیر تدریگونه سوره، با نگاه نظم آهنگین به آیات سوره‌ی ناس به نکاتی درباره‌ی حقیقت تربیت نفس رسیدیم که در ذیل بیان می‌گردد:

نگاه تدریگونه در سوره‌ی ناس ترکیب بافت معنایی و لفظی قرآن کریم با تناسب در موسیقی حروف، واج‌ها و واژه‌ها، یکی از جنبه‌های اعجاز قرآن کریم محسوب می‌شود و در نتیجه، نظم بافت موسیقایی که میان آیات قرآن وجود دارد، نمونه‌هایی است که در قرآن کریم جلوه‌های زیبایی‌شناسی را آشکار می‌گرداند.

این سوره به‌طور یکپارچه نازل شده است. سوره‌ی ناس از یک فعل و دو مجموعه از متعلقات (وابسته‌های) تشکیل شده است. این سوره از سوره‌های یک‌جمله‌ای است که از فعل امر «قل» و مقول قول و از دو مجموعه تشکیل شده است: مجموعه‌ی اول اعلام می‌کند که همگان بایستی به پروردگاری پناه برند که رب، ملک و اله انسان است و مجموعه‌ی دوم روشن می‌سازد که این پناهندگی از شر هر وسوسه‌گر درونی جنی و انسی است که سینه‌ی مردم را آماج حملات خود قرار می‌دهد. هدف اصلی این سوره پناه بردن به خداوند از شر وسوسه‌های درونی است.

امر قل یعنی یک فضای گفتگویی میان خدا و انسان به وجود آمده است که منجر می‌شود به اینکه هر فردی خود را در معرض این خطاب قرار دهد و به تحول بنیادی در وی می‌انجامد. درواقع، واژه‌ی «قل» در این سوره غیرممکن بودن مبارزه با افراد شرور بدون استمداد از خدا را بیان می‌کند و نشان می‌دهد که این سوره و قرآن برای تربیت همه‌ی انسان‌هاست و ابلاغ به همه صورت می‌گیرد و همه باید در تربیت خود کوشا باشند.

«خناس» یعنی بسیار پنهان‌شونده و «وسواس» یعنی صدایی آهسته. گویی شیطان بی‌سروصدا و آرام به سراغ طعمه‌ی خود می‌رود و آهسته و مخفیانه با او سخن می‌گوید. معنای «رب» لزوماً مری و پرورش‌دهنده نیست، بلکه به معنای «مالک» و «صاحب‌اختیار» صحیح‌تر است. با توجه به این معنا، خداست که از نهان و آشکار خبر دارد؛ پس باید به او پناه برد.

ربوبیت، ملوکیت و الوهیت سه صفت الهی است که در این سوره بیان شده است و انسان از شر یک نفس وسوسه‌گر باید به خداوندی پناه ببرد که این صفات را دارد. برخلاف سوره‌ی فلق که یک پناهگاه معرفی و سه شر بیان شد، در سوره‌ی ناس سه پناهگاه و یک شر ذکر می‌شود

و نشان می‌دهد این یک شر از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و خطر درون بیشتر از خطر بیرون است. اول باید درون اصلاح شود. باید بیشتر مراقب نفس چموش بود. نفس چون خطرناک است، از سه صفت از خداوند استمداد کرده‌ایم و ما پیوسته باید به یاد خدا باشیم؛ یعنی نفس انسان است که باید تربیت شود.

در این سوره، کلمه‌ی «ناس» چندین بار تکرار شده است. یک چهارم تکرار واژه‌ی ناس در قرآن کریم در این سوره است. چنین تأکید و تمرکزی قابل تأمل است و شباهت‌های آهنگین آوایی واژگان آیات سوره‌ی ناس «ناس، ناس، ناس، خناس، ناس و ناس»؛ هم سجع دارد و هم جناس. آنچه در سیر تدبرگونه‌ی این سوره مورد توجه است، با پناه بردن به خداوند، تذکر و یادآوری، همراهی فکر و عقیده و عمل با زبان و محاسبه‌ی اعمال می‌توان مراقب این نفس چموش بود و کنترل نمود تا بتوان به آن مقام مخلصین رسید که شیطان راه نفوذی به آن ندارد. مقام مخلصین بالاترین مقام قرآن است؛ یعنی کسانی که همواره خدا را در نظر دارند و به یاد او هستند؛ بنابراین، شیطان و نفس وسوسه‌گر نمی‌تواند به این اشخاص نفوذ داشته باشد؛ مانند حضرت یوسف<sup>(ع)</sup> که با یاد خداوند توانست بر نفس خود مسلط شود و وسوسه نگردد و از مخلصین شود.

## منابع

- قرآن کریم.
- نهج البلاغه.
- آمدی، عبدالواحد بن محمد؛ غررالحکم و دررالکلم؛ تصحیح مهدی رجایی؛ قم: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۱۰ ق.
- ابن عاشور، محمد بن طاهر؛ التحریر و التنویر؛ بی‌جا: بی‌تا.
- ابن منظور، محمد بن مکرم؛ لسان العرب؛ بیروت: دارصادر، ۱۴۱۴ ق.
- احدی، حسن و بنی جمالی، شکوه السادات؛ علم النفس از دیدگاه دانشمندان اسلامی و تطبیق آن با روان‌شناسی جدید؛ تهران: دانشگاه علامه طباطبایی، ۱۴۰۰ ق.
- البرزی، پرویز؛ مبانی زبان‌شناسی متن؛ تهران: امیرکبیر، ۱۳۸۶ ش.
- الهی‌زاده، محمدحسن؛ تدبر در قرآن کریم جزء ۳۰؛ مشهد: گل محمدی، ۱۳۹۱ ش.
- بازرگان، عبدالعلی؛ نظم قرآن؛ تهران: قلم، ۱۳۷۵ ش.
- جوهری، اسماعیل بن حماد؛ الصحاح؛ بیروت: دارالعلم للملایین، ۱۹۸۴ م.
- دهقان، اکبر؛ تحلیلی بر روش‌های تربیت نفس؛ قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه، ۱۳۸۶ ش.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد؛ المفردات فی غریب القرآن؛ دمشق-بیروت: دارالعلم الدارالشامیه، ۱۴۱۲ ق.
- رحیم‌پور، فروغ‌السادات و بیادار، هنگامه؛ «روش‌های تربیت نفس از دیدگاه ملاصدرا»؛ انسان‌پژوهی دینی، سال ۱۳، شماره ۳۶، ۱۳۹۵ ش.
- رفیعی، بهروز؛ آراء دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن؛ چاپ دوم، بی‌جا: سبحان، ۱۳۸۸ ش.
- زمخشری، محمود؛ الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل؛ بیروت: دارالکتب العربی، ۱۴۰۷ ق.
- زبیدی، محمدمرتضی؛ تاج العروس؛ بی‌جا: دارلیبیا للنشر و التوزیع نبغازی، بی‌تا.
- سیدی، حسین؛ «مولفه‌های تصویرهنری در قرآن»؛ اندیشه‌ی دینی دانشگاه شیراز، شماره ۲۷، ۱۳۸۷ ش.
- شمیسا، سیروس؛ نقد ادبی؛ تهران: فردوس، ۱۳۷۸ ش.
- صدرالدین شیرازی، محمد بن ابراهیم؛ مجموعه الرسائل التسعه؛ تصحیح سید جلال‌الدین آشتیانی؛ تهران: بی‌تا.
- صدوق، محمد بن علی، علل الشرایع؛ نجف: المكتبة الحیدریة، ۱۳۸۵ ق.
- طالقانی، محمود؛ پرتوی از قرآن؛ تهران: شرکت سهامی انتشار، ۱۳۶۲ ش.
- طباطبایی، محمدحسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۴۱۷ ق.
- طبرسی، فضل بن حسن؛ مجمع البیان فی تفسیر القرآن؛ تهران: ناصر خسرو، ۱۳۷۲ ش.
- عضیمه، صالح؛ معناشناسی واژگان قرآن؛ ترجمه‌ی حمیدرضا نگهبان و سید حسین سیدی؛ مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۳۸۸ ش.
- غزالی، ابو حامد محمد؛ احیاء العلوم؛ مصر: مکتبه مصطفی، ۱۳۸۵ ش.
- قاسمی، حمید محمد؛ جلوه‌هایی از هنر تصویرآفرینی در قرآن؛ تهران: علمی فرهنگی، ۱۳۸۷ ش.
- قراملکی، احد فرامرزی؛ «تجلی خدای گفتگو در کاربرد قرآنی "قل"»؛ پژوهش‌نامه‌ی تفسیر و زبان قرآن، شماره ۴، ۱۳۹۳ ش.

- کاظم‌زاده، حسین؛ اصول اساسی فن تربیت؛ تهران: اقبال، ۱۳۵۷ ش.
- کانت، امانوئل؛ تعلیم و تربیت؛ ترجمه‌ی غلامحسین شکوهی؛ تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۶۷ ش.
- گلی، حسین؛ «بررسی زیبایی‌شناسی جزء ۳۰ قرآن کریم بر اساس نظریه‌ی نظم عبدالقاهر جرجانی»؛ پژوهش‌های ادبی- قرآنی، سال ۴، شماره‌ی ۴، ۱۳۹۵.
- مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار؛ تحقیق سید ابراهیم میانجی و محمد باقر بهبودی؛ بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.
- محمدی ری‌شهری، محمد؛ میزان‌الحکمه؛ قم: دارالحدیث، ۱۳۸۴ ش.
- مستفید، حمیدرضا؛ «رشد آموزش»؛ شماره‌ی ۲، ۱۳۸۲ ش.
- مصلح، جواد؛ علم النفس یا روان‌شناسی صدرالمتالهین؛ ترجمه و تفسیر از سفر نفس کتاب اسفار؛ تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۹۱ ش.
- مطهری، مرتضی؛ تعلیم و تربیت در اسلام؛ تهران: صدرا، ۱۳۷۳ ش.
- مطیع، مهدی؛ پاکتچی، احمد؛ نامور مطلق، بهمن؛ «درآمدی بر استفاده از روش‌های معناشناسی در مطالعات قرآنی»؛ پژوهش دینی، شماره‌ی ۱۸، ۱۳۸۸ ش.
- مغنیه، محمدجواد؛ ترجمه‌ی تفسیر کاشف؛ قم: بوستان کتاب قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ۱۳۷۸ ش.
- مکارم شیرازی، ناصر؛ تفسیر نمونه؛ تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ ش.
- نجاتی، محمد عقمان؛ روان‌شناسی از دیدگاه دانشمندان مسلمان؛ ترجمه‌ی سعید بهشتی؛ تهران: رشد، ۱۳۹۹ ش.
- نوری، علیرضا؛ «نگرشی نوین بر تفسیر معوذتین»؛ ۱۳۹۲/۱۲/۴، برگرفته از لینک [sahebnews.ir](http://sahebnews.ir)
- هاشمی، حسین؛ «چیستی و اهداف تربیت»؛ پژوهش‌های قرآنی، شماره‌ی ۵۹ و ۶۰، ۱۳۸۸ ش.



