رجعنا إلى ذكر « رياضة النفس » :

رياضة النفس

قال له القائل : وما رياضة النفس ؟ وكيف يكون ذلك ؟ قال : يسيرٌ على من يسره الله ووفقه . فأما الرياضة فهى مشتقة عربيتها من الرضِّ ، وهو الكسر[1] ، وذلك أن النفس اعتادت اللذة والشهوة ، وأن تعمل بهواها . فهى متحيرة ، قائمة على قلبك بالإمرة ، وهى الإمرة بالشهوة ، فيحتاج إلى أن يفطمها ، فإذا فطمها عن العادة انفطمت . ويقال فى اللغة : راض ، ورض ، بمعنى واحد ، فمن قال رضَّ ، فلما أدغم الألف فى الضاد شَدَّد ، ومن أبرز الأنف خفف الضاد ، فقال راض ، فالرض الكسر ، فقيل فى الأشياء المكسورة رَضَّ ، وقيل فى الأخلاق المكسورة راض ، فهذه النفس إذا فطمتها انكسرت عن الإلحاح عليك ، ومنازعتك فى الأمور ، فإن النفس اعتادت اللذة

برلين رقم ٣١٣٠ ويقال إن النسخة التى كانت موجودة بمكتبة برلين فقدت أثناء الحرب العالمية الثانية .

(١) انظر ابن منظور ، لسان العرب ، المجلد السادس ، ص ١٦٥٩ ، ط : دار المعارف بمصر .

والشهوة ، وأن تعمل بالهوى ، فإذا فطمتها عن العادة انفطمت ، ألَا ترى أن الصبى إنما اعتاد ثدى أمه ، كيف سكوته بذلك الثدى ، إنما يحن إليه إذا فقده ، وكيف يفرح به إذا وجده . فكذلك النفس الشهوانية ، فإذا فطم الصبى انفطم ، حتى لا يلتفت إلى الثدى بعد ذلك ؛ لأنه وجد طعم ألوان الأطعمة ، فلا يحن إلى اللبن ، كذلك النفس إذا وجدت طيب اليقين ، وروح قرب الله تعالى ، وحلاوة اختيار الله عز وجل ، وجميل نظره لها ، لم تحن إلى تلك الشهوات .

اليقين

قيل له : فبماذا يوجد اليقين[1] قال : بطهارة القلب ؛ لأن اليقين طاهر فيطهر مكانه ومستقره .

---

(١) قال المحققون : اليقين من الإيمان بمنزلة الروح من الجسد ، وفيه تفاضَلَ العارفون ، وتنافسَ المتنافسون ، وإليه شمر العاملون ، وإذا تزوج الصبر باليقين ، ولد بينهما حصول الإجازة فى الدين ، قال الله تعالى : ﴿ **وجعلنا منهم أئمة يهدون بأمرنا لما صبروا وكانوا بآياتنا يوقنون** ﴾ [سورة السجدة – الآية رقم ٢٤] .