

اصول تعلیم و تربیت نفسانی در اخلاق ناصری

لیلا علیمرادی^۱

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی و تبیین سلامت نفس در اخلاق ناصری اثر خواجه نصیرالدین طوسی انجام شد. شناخت بیماری‌های نفسانی و راه‌های زدودن این رذایل در جهت رسیدن به کمال انسانی و وصول به حضرت حق بسیار ضروری است. خواجه نصیرالدین طوسی در کتاب اخلاق ناصری، توجه ویژه‌ای به این مسأله داشته و با الگوی جامع که در این خصوص ارائه می‌دهد، سلامت نفس و درمان امراض نفس را تأکید و توصیه می‌کند. هدف اصلی پژوهش، حفظ سلامت معنوی و شناخت بیماری‌های نفس و راه‌علاج آن از دید خواجه نصیرالدین طوسی است. این پژوهش، با روش توصیفی - تحلیلی و با رویکرد متن‌پژوهی انجام شده است.

یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که مراقبت از نفس و در تعادل نگه داشتن آن امری ضروری است هر کدام از قوای نفسانی انسان در حالت خروج از تعادل، نقصان می‌پذیرد و امراضی را حادث می‌شود که با حاکمیت عقل و توجه به قوای تفکر و ارائه الگوها و عملکردهای مناسب می‌توان نفس را در مسیر سلامت حفظ کرد و از افراط و تفریط هر سه قوای نظری، دفعی و جذبی و امراضی هم‌چون: جهل، غضب، حسد و ... در امان ماند. خواجه نصیرالدین طوسی، به این مهم واقف و شیوه جامع و کاملی را در راستای تعادل نفس ارائه می‌دهد که شناخت و رعایت آن به بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی کمک می‌کند و الگوهایی را برای سلامت عموم جامعه نه طبقه خاص، ارائه می‌دهد.

کلیدواژه‌ها: خواجه نصیرالدین طوسی، اخلاق ناصری، تعلیم و تربیت نفسانی.

^۱. استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران.

b12alimoradi@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۲۷

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۲۴

مقدمه

انسان همواره در طول تاریخ با مسئله‌ی تربیت نفس و رسیدن به کمال معنوی مواجه بوده است. اندیشمندان مسلمان، به‌ویژه حکیمان و متفکران اخلاقی، در آثار خود به بررسی امراض نفسانی و راهکارهای درمان آن پرداخته‌اند. در این میان، خواجه نصیرالدین طوسی (۵۹۷-۶۷۲) از برجسته‌ترین فیلسوفان و متکلمان جهان اسلام، جایگاه ویژه‌ای دارد. اثر گرانسنگ او، اخلاق ناصری، از جامع‌ترین متون اخلاقی در حوزه فلسفه عملی و تربیت انسانی است که با نگاهی نظام‌مند، به تبیین مبانی اخلاق فردی و اجتماعی می‌پردازد.

یکی از مهم‌ترین مباحث در اخلاق ناصری، توجه به سلامت نفس و چگونگی مقابله با رذایل اخلاقی است. طوسی با تأکید بر حاکمیت عقل و اعتدال در قوای نفسانی، راه رسیدن به تعالی روحی و اخلاقی را در تعادل میان سه قوه‌ی نظری، غضبی و شهوی می‌داند. او معتقد است که خروج هر یک از قوای نفسانی از حد اعتدال، بیماری‌هایی همچون جهل، غضب، حسد و حرص را در پی دارد که تنها با مراقبت نفس و تربیت عقلانی می‌توان از آن‌ها پیشگیری یا آن‌ها را درمان کرد.

اهمیت این موضوع زمانی آشکارتر می‌شود که سلامت نفس نه تنها به بهبود کیفیت زندگی فردی می‌انجامد، بلکه بر سامان‌دهی روابط اجتماعی و ایجاد جامعه‌ای اخلاق‌مدار نیز تأثیرگذار است. بدین ترتیب، اخلاق ناصری صرفاً کتابی اخلاقی برای فرد نیست، بلکه الگویی برای زیست جمعی سالم و متعادل ارائه می‌دهد.

پژوهش حاضر با روش توصیفی - تحلیلی و با رویکرد متن‌پژوهی، به بررسی دیدگاه خواجه نصیرالدین طوسی در زمینه‌ی سلامت نفس می‌پردازد. هدف اصلی آن، روشن‌ساختن نقش تعادل قوای نفسانی در پیشگیری از رذایل و کسب فضایل است. نتایج این بررسی نشان می‌دهد که توجه به آموزه‌های خواجه نصیر می‌تواند همچنان در عصر حاضر راهگشا باشد و مبنایی برای اصلاح تربیتی، اخلاقی و اجتماعی به شمار آید.

بیان مسأله

سلامت نفس به عنوان یکی از ارکان اساسی سعادت و کمال انسانی، همواره در کانون توجه اندیشمندان اخلاقی - به‌ویژه فیلسوفان و عالمان مسلمان - قرار داشته است. از دیدگاه خواجه نصیرالدین طوسی، سلامت نفس نه تنها شرط لازم برای نیل به سعادت حقیقی است، بلکه مبنایی برای تحقق حیات فردی و اجتماعی متعالی محسوب می‌شود. در نظام اخلاقی خواجه نصیرالدین طوسی، که بر پایه آموزه‌های دینی و فلسفی استوار است، سلامت نفس به معنای

زدودن رذایل اخلاقی و کسب فضایل نفسانی (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۵۲) تعریف می‌شود؛ فرایندی که به اعتقاد وی، نقطه آغازین حرکت انسان به سوی کمال نهایی و تقرب به خداست. با وجود تأکیدات طوسی در کتاب اخلاق ناصری بر اهمیت سلامت نفس و ارائه راهکارهای عملی برای دستیابی به آن، این پرسش اساسی مطرح است که الگوی سلامت نفس از منظر خواجه نصیرالدین طوسی بر چه مؤلفه‌هایی استوار است و چگونه می‌توان آن را در چارچوب نظریه‌های اخلاقی اسلامی تبیین کرد؟ همچنین، با توجه به طبقه‌بندی سه‌گانه قوای نفس (افراط، تفریط و اعتدال) و نسبی بودن مفهوم «اعتدال» در اخلاق، این مسأله نیاز به تحلیل دارد که طوسی چگونه میان معیارهای عام سلامت نفس و تفاوت‌های فردی در رسیدن به فضیلت توازن برقرار می‌کند؟

از سوی دیگر، خواجه نصیرالدین طوسی سلامت نفس را نه مختص به گروهی خاص، بلکه مرتبط با عموم انسان‌ها می‌داند و آن را اولین مرحله از مراحل کمال بشری قلمداد می‌کند. هدف این مقاله، تحلیل نظریه سلامت نفس در اندیشه خواجه نصیرالدین طوسی با تمرکز بر کتاب اخلاق ناصری و تبیین جایگاه آن در سلسله‌مراتب کمال انسانی است. این پژوهش با روش توصیفی - تحلیلی می‌کوشد تا با بازخوانی نظام‌مند دیدگاه‌های وی، هم به بازسازی نظریه اخلاقی او در حوزه سلامت نفس بپردازد و هم ظرفیت‌های کاربردی آن را در حیطه اخلاق عملی بررسی کند. یافته‌های این تحقیق می‌تواند چارچوبی برای مطالعات میان‌رشته‌ای در حوزه اخلاق، روانشناسی مثبت‌نگر و فلسفه تربیت فراهم آورد.

پیشینه پژوهش

از دیدگاه اسلام، انسان دارای دو بعد جسمانی و روحانی و هریک از این دو بخش دارای سلامت یا بیماری است که تشخیص آنها در بخش بعد جسمانی و طبیعی کاری است آسان و درمان آن چندان مشکل نیست و اما بخش فراطبیعی (روح انسان) تشخیص صحت، مرض و درمان آن مشکل، اما شدن نیست در همین راستا، هم در آیات قرآن، هم در نظر اندیشمندان دینی به بُعد روح و عوارض آن بیشتر توجه شده است پس همان‌گونه که جسم درمان‌پذیر است بیماری روح هم درمان‌شدنی است. اندیشمندان علم و ادب از دوره‌های گذشته به این مهم توجه داشته‌اند و در نوشته‌های اخلاقی خود بدان پرداخته و مبحثی را به آن اختصاص داده‌اند؛ جالینوس، در طب‌انگاری اخلاقی، رساله‌ای در تشخیص بیماری‌های نفس و رساله‌ای در تشخیص خطای نفس دارد و رساله تهذیب اخلاق ثابت ابن سنان از نوادگان ثابت بن قروه پزشک و مورخ دوره‌های عباسی بر همین الگوی پژوهشی استوار است، فارابی نیز در کتاب

فصول منتزعه بر نظریه سلامت و اینکه نفس نیز مانند بدن نیاز به سلامت دارد تأکید می‌کند. مسعودی مورخ در مروج الذهب، از کتاب خود به نام طب النفوس خبر می‌دهد. رازی در الطب الروحانی (۱۳۸۴: ۲۰) بلخی در مصالح الابدان و الانفس با جهت‌گیری سلامت محور رذایل اخلاقی (به مثابه بیماری نفس می‌داند) و راه تشخیص، پیشگیری و درمان آن را مطرح می‌کند فارابی در فصول منتزعه (۱۴۰۵: ۵) طب‌انگاری اخلاق را در مقیاس سلامت جامعه مطرح می‌کند (قراملکی، ۱۳۹۱: ۱۵۴) رساله حقوق امام سجاد و بحار الانوار مجلسی، (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۱-۷۳) نمودی از اخلاق ناظر به حقوق جامعه اندیشمندانی نظیر ابن‌سینا و ابن‌مسکویه رازی نیز به کمالات نفس معطوفند.

سمیه کیانی و حسنعلی بختیار نصرآبادی (۱۳۹۰) مقاله‌ای با عنوان «اهداف، اصول و روش‌های تربیتی اخلاقی از دیدگاه اخلاقی خواجه نصیرالدین طوسی» دارد که در آن به بررسی دیدگاه‌های اخلاقی طوسی و دلالت‌های آن برای تربیت اخلاقی می‌پردازد. این پژوهش دیدگاه‌های اخلاقی و سلامت نفس خواجه نصیرالدین طوسی را در کتاب اخلاق ناصری بررسی، تبیین و تحلیل می‌نماید.

زینب کبیری، نرجس رودگر (۱۳۹۳) مقاله‌ای با عنوان «رابطه نفس و بدن از دیدگاه خواجه نصیرطوسی و تأثیر آن بر تربیت اخلاقی و انسانی دارد که به تبیین کامل نفس و بدن و عرضی دانستن رابطه بین این دو می‌پردازد.

فرشته ابوالحسن نیارکی و هاشم قربانی (۱۳۹۸) مقاله‌ای با عنوان «الگوی سلامت نفس نزد نصیرالدین طوسی، تحلیل سلامت نفس و فضیلت به مثابه نخستین قدم در تحقق انسان خوب» تصویرسازی از الگوی طوسی از سلامت نفس دارد.

روش پژوهش

این پژوهش با رویکرد توصیفی-تحلیلی و با روش کتابخانه‌ای انجام شده‌است. داده‌ها از طریق مطالعه متون اولیه (اخلاق ناصری) و منابع ثانویه مرتبط با فلسفه اخلاق اسلامی گردآوری و با تحلیل محتوای کیفی بررسی شده‌اند.

شناخت نفس، صفات و قوای نفسانی

از آنجا که تقرب و وصول به حضرت حق جز از راه تزکیه نفس میسر نیست، توجه به آن بر انسانی که می‌خواهد به کمال انسانی برسد لازم و ضروری است. درماهیت نفس، ابوالقاسم قشیری می‌گوید: «نفس لطیفه مودّعه‌ای در قالب اخلاق مذمومه است همان‌طور که روح محل اخلاق محمود است (سجادی، ۱۳۷۰، ذیل کلمه نفس). و عزالدین کاشانی: «بدان که معدن صفات

ذمیمه و منشأ اخلاق سیئه در وجود آدمی نفس است همچنان که منبع صفات حمیده و منشاء اخلاق حسنه روح است (کاشانی، ۱۳۷۶: ۸۵).

در شناخت نفس آورده‌اند: بدان که نفس را دو صفت است که مادر آورده است و باقی صفات ذمیمه از این دو عنصر تولد می‌کند و آن صفات فعل اوست آن دو صفت که ذاتی اوست هوا و غضب است و این هر دو از خاصیت عناصر اربعه است که مادر نفس بود. اما این دو صفت را به حد اعتدال نگه می‌باید داشت چه نقصان این دو، سبب نقصان نفس و بدن است و زیاده این دو سبب نقصان عقل و ایمان و ترکیب و تربیت نفس به اعتدال این دو صفت هوا و غضب است. (ر.ک. نجم رازی، ۱۳۸۴: ۱۸۱-۱۷۸). نفس آدمی دارای سه قواست: «نفس انسان را سه قوت متباین است؛ اول قوه ناطقه که آن را نفس ملکی خوانند و آن مبدأ فکر، تمییز، شوق نظر در حقایق امور بود؛ دوم قوت غضبی که آن را نفس سبعی گویند و آن مبدأ غضب و دلیری و اقدام بر احوال و شوق تسلط و ترفع و مزید جاه باشد؛ سوم قوه شهوانی که آن نفس بهیمی است و آن مبدأ شهوت و طلب غذا و شوق التذاد به مآکل و مشارب و مناکح بود (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۶-۱۵).

بحث و بررسی

دیدگاه فیلسوفان و متفکران اخلاق در سلامت و سعادت نفس

قبل از ورود به دیدگاه و نظریه خواجه نصیرطوسی در ارتباط با سلامت نفس و سعادت آن، به دیدگاه فیلسوفان و متفکران اخلاق و ارائه نظریه آنان می‌پردازیم:

از دیدگاه ارسطو، سعادت، فعالیتی منطبق بر فضیلت است سعادت در نگاه وی هم به خودی خود مطلوب است و هم بسنده. به این معنی که از طرفی آن را به خاطر خودش آرزومندیم و از طرف دیگر به هیچ نیرویی وابسته نیست (ارسطو، ۱۳۶۴: ۱۲-۱۱) و هم‌چنین ارسطو برای سعادت ویژگی‌هایی بیان می‌کند: موقتی نبودن، اکتسابی بودن، مختص عقلا بودن و درک نشدن کنه سعادت اخروی در دنیا (خادمی، ۱۳۹۲: ۷۲-۷۱) بحث اصلی سقراط، افلاطون و ارسطو بر سعادت متمرکز بوده به‌ویژه ارسطو از فیلسوفان مشهور یونان باستان، که اخلاق نیکوماخوس یکی از آثار اخلاقی مهم وی است. از دیدگاه سقراط فضیلت آموختنی است و فضیلت آموخته شده فرد را به خوشبختی و سعادت می‌رساند (خراسانی، ۱۳۵۲: ۳۱).

بر مبنای مُثُل افلاطونی، فرد برای رسیدن به سعادت باید از عالم محسوسات عبور کند و خود را از تاریکی غار به روشنایی بیرون برساند و مسیر کمال نفس که همان میل به سعادت است طی کند «باید بکوشیم هر چه زودتر از این عالم به عالم خدایان بگریزیم تا آنجا شبیه خدایان

شویم؛ چرا که در آن عالم سعادت حاکم است (افلاطون، ۱۳۸۰: ۱۳۲۷-۱۳۲۶) سعادت در نگاه افلاطون مشروط به خارج شدن انسان از عالم تاریکی و محسوس و وارد شدن به عالم نامحسوس و رسیدن به معرفت حقیقی است.

ابن مسکویه در تهذیب الاخلاق و تطهیر الاعراق، حد وسط یا اعتدال در قوای نفسانی را به نقطه وسط دایره‌ای تشبیه می‌کند که هرگاه به یکی از دو طرف دایره نزدیک شود به همان میزان به افراط و تفریط نزدیک شده‌است و باعث ایجاد صفات رذیله می‌شود و فضیلت و سعادت هنگامی برای انسان پدید می‌آید که قوای سه‌گانه یعنی ناطقه، غضبیه و شهویه هر یک به وظایف خود عمل کنند و به طرف افراط و تفریط نروند. «با رعایت حد اعتدال و به کارگیری عقل در قوه ناطقه، غضبیه و شهویه به ترتیب فضایی به نام‌های حکمت و شجاعت و عفت حاصل می‌شود و هرگاه این فضایل تحقق یافت هر یک نسبت به دیگری معتدل گردید و به کمال و تمامیت از مجموعه آنان فضیلتی دیگر به نام عدالت ایجاد می‌شود (ابن مسکویه، ۱۳۷۱: ۳۲-۳۳). هم‌چنین سعادت در نظر ابن مسکویه حقیقتی است که برای صاحبش خیر و کمال محسوب می‌شود و سعادت هر موجودی در آن خصوصیتی است که به وسیله آن از دیگر موجودات متمایز می‌شود (همان، ۲۷) ابن‌سینا، برترین انسان کسی است که نفس او به صورت عقل بالفعل تکامل یافته باشد و نفس او بتواند با عالم عقول متحد شود و اخلاقی به دست آورد که سرچشمه فضایل عملی است. وی سعادت حقیقی را در کمال قوه نظری و عملی می‌داند، کمال قوه عملی در این است که انسان به ملکه عدالت برسد و قوای شهوی و غضبی را تحت کنترل قوه عاقله درآورد و فضایل، حکمت و شجاعت و عفت را دارا باشد (ابن‌سینا، ۱۹۹۸: ۳۶۹). تقسیم‌بندی ابن‌سینا از قوای نفس همان تقسیم‌بندی افلاطون است که برای انسان سه قوه شهوت و غضب و عقل در نظر می‌گیرد و سعادتش را در اصلاح دو قوه شهوی و غضبی می‌داند. اصلاح قوه شهوی رسیدن به فضیلت، عفت و عمل بر آن سیره است و اصلاح قوه غضبی نیز عمل به سیره شجاعت است که این دو فضیلت با تحقق ملکه توسط و اعتدال به دست می‌آید (ابن‌سینا، ۱۹۸۸: ۳۵۵) ابن‌سینا، معتقد به قاعده اعتدال ارسطویی است و فضایل اخلاقی را به لحاظ ماهوی، حد وسط بین دو رذیلت که افراط و تفریط هستند، می‌داند.

در طب روحانی، رازی به نقل از افلاطون تأکید می‌کند اعتدال قوای نفس است. افلاطون به سه نفس ناطقه، غضبیه و شهویه قایل بود و این که دو قوه غضبیه و شهویه به خاطر قوه ناطقه تکون یافته‌اند. نفس نباتی برای تغذیه جسم است. نفس ناطقه به وسیله غضبیه نفس شهوانی

را از فرو بردن ناطقه به شهوات باز می داردهریک ازین سه قوا حالت افراط و تفریط و اعتدال دارند و سلامت نفس را می توانیم از حالت اعتدال قوا تشخیص دهیم (رازی، ۱۳۷۵: ۲۹). منشأ مفاهیم اخلاقی، فطرتی است که در وجود انسان به ودیعه گذاشته شده و در سرشت و ذات همه بشر است افلاطون قائل به عالمی است که حقایق موجودات در آن وجود دارد و نفس با آن حقایق آشنا شده و بعد از هبوط بین نفس و معلوماتش فاصله ایجاد شده است؛ لذا برای تعلیم نیاز به یادآوریست تا علوم فطری نفس آشکار شود (ملاصدرا، ۱۹۸۱، ج ۳: ۴۸۸-۴۷۸).

صدرالمتألهین در مورد سلامت روح می گوید: همان طور که بدن انسان دارای حالتی مزاجیست که اگر از حد اعتدال خارج نشود تعادل و سلامت آن به حال خود باقی است و اگر از حد اعتدال خارج شود در معرض دردها و آفت ها قرار می گیرد روح هم در صفات باطنی و اخلاقی نفسانی خوداین چنین است. به این معنی که هر گاه روح از حداعتدال خارج شود و در اخلاق و صفات شهوی، غضبی، فکری به افراط و تفریط بیفتد دچار بیماری های باطنی می شود که نتیجه اش عدم پایداری روح است (ملاصدرا، ۱۳۸۲: ۱۴۴).

نظریه سعادت غزالی مرکب از عناصر گوناگونی است وی در نظریه خود از عناصر اخلاقی، فلسفی، اسلامی و صوفیانه بهره برده است و می گوید: «سعادت هرچیزی در آن است که لذت و راحتی وی در آن باشد و لذت هر چیزی در آن است که مقتضی طبع آن باشد که وی را برای آن آفریده اند (غزالی، ۱۳۶۱: ۳۲).

سلامت نفس از نگاه خواجه نصیرالدین طوسی

اعتدال، ملاک سلامت نفس از نظر خواجه نصیرالدین طوسی:

ملاک سلامت نفس در اعتدال و جلوگیری از افراط و تفریط است، خواجه نصیرالدین طوسی، ترازوی سنجش سلامت نفس و بیماری آن در اعتدال و مطابقت با طبیعت می داند، مطابق با مبادی طبی، اقتدا به طبیعت یعنی اعتدال قوا براساس قانون اعتدال مزاج در طب بدنی اصلی تر از ملاک نخست مطابقت با صورت انسانیت است که سلامت را در دوری از افعال مقتضی صورت حیوانی و نباتی تصویر می کند (خواجه نصیرطوسی، ۱۳۸۷: ۱۵۶-۱۵۷) و سلامت نفس را بر مبنای اعتدال قوای سه گانه نفس (عاقله، غضبیه، شهویه) تعریف می کند. این دیدگاه متأثر از نظریه اعتدال گرایی ارسطو در اخلاق نیکوماخوس است که فضیلت را حد وسط بین افراط و تفریط می داند. وی اعتدال را نه تنها برای سعادت دنیوی، بلکه برای قرب الهی ضروری می داند و آن را در چارچوب حکمت عملی اسلامی بازتعریف می کند.

سلامت نفس و بیماری نفس نزد خواجه نصیر الدین طوسی

توجه به زندگی ایده‌آل و مطلوب در گروه توجه به نفس و حفظ صحت آن است. «سلامت نفس در آن است که هیئت نفس و اجزای آن به گونه‌ای باشد که انسان همیشه امور خیر، حسن و افعال زیبا به وسیله آنها انجام دهد» (فارابی، ۱۴۰۵: ۲۳) سلامت در نزد خواجه نصیر الدین طوسی، توجه به بیماری‌های نفسانی و رفع آن است. او در مقام معرفی طب روحانی، وجه -تسمیه این صناعات را به طب، اقتدا به طبیعت می‌داند، اقتدا به طبیعت نفس متأثر از دیدگاه قدما در طب و علوم طبیعی است. همان‌طور که در طب دو قسم فعالیت، حفظ صحت و ازاله علت (معالجه بیماری) صورت می‌گیرد طب روحانی نیز شامل دو فن است آن‌چه مقتضی محافظت فضیلت بودو آنچه مقتضی ازاله رذیلت. وی حفظ صحت نفس را محافظت فضایل (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۵۵) و معالجه امراض نفس را ازاله رذایل می‌داند؛ بنابراین سلامت نفس در فضیلت و بیماری نفس در رذایل است. فضیلت در نزد طوسی عملکرد معتدل قوا یا امری حاصل از آن از طریق رعایت حدواسط است و تضمین کننده این اعتدال، عقل عملی است؛ بنابراین فضیلت که همان اعتدال قوای نفسانی است به معنی سلامت نفس است و رذایل که برون شده از حالت اعتدال است امراض نفس‌اند. خواجه نصیرالدین طوسی بیماری‌های نفس (رذایل) را مقابل فضایل و در سمت افراط و تفریط می‌دارد. آدمی را براساس طبیعت و ذات سلامت فرض می‌کند که رذایل‌ها و بیماری‌ها عواملی هستند که وضعیت عادی وجود را دگرگون می‌کنند. وی در ابتدا از کسب فضایل و سپس محافظت از آنها می‌نویسد و بحث از معالجه رذایل در درجه دوم قرار می‌دهد، فضایل حالت سلامت نفس است و حالت طبیعت، نه حالت مطلوب؛ بلکه محافظت از فضایل و ملکه گردانیدن آن یعنی نیل به اخلاق مطلوب است (همان).

جایگاه سلامت نفس و علاج بیماری نفس در نزد خواجه نصیر الدین طوسی

خواجه نصیر الدین طوسی با الهام از طب سنتی، سلامت نفس را مشابه سلامت جسم می‌داند و برای آن دو فن معرفی می‌کند:

حفظ الصحه: محافظت از فضایل (حالت اعتدال) از طریق عقل عملی.

معالجه الأمراض: درمان رذایل (انحراف از اعتدال) با اضداد آنها. می‌توان با نظریه طب روحانی مقایسه کرد.

خواجه نصیرالدین طوسی، راه درمان مرض را درشناسایی جنس مرض، اسباب و علامت آن و سپس معالجه آن می‌داند: «هم‌چنان‌که در طب ابدان از آلت مرض به ضد کنند، در طب

نفوس ازالت رذایل هم به اضرار آن رذایل باید کرد و باید دانست که قانون صناعی در معالجه امراض آن بود که اول از اجناس امراض بدانند، پس اسباب و علامات آن بشناسند و امراض، انحرافات امزجه باشد از اعتدال و معالجات آن رد آن با اعتدال به حیل صناعی «معالجه رذایل و بیماری‌های نفس و حفظ صحت نفس اولین قدم در راه رسیدن به مراتب قرب الهی است معالجه رذایل مقدم بر حفظ صحت نفس است» (همان، ۶۸) برخلاف رازی که سلامت نفس را بیشتر پزشک محور می‌دید، طوسی آن را در خدمت اهداف الهی (سعادت اخروی) قرار می‌دهد.

علل گرایش به رذایل نفسانی در نظر خواجه نصیرالدین طوسی

به اعتقاد وی، رذایل نفس، یا در قوای نفس حادث می‌شوند که رذایل بسیطه‌اند و یا در ترکیب رذایل برمی‌خیزند که رذایل مرکب‌اند (همان، ۱۶۹). خروج از وضعیت اعتدال یعنی بیماری‌ها و رذایل نفس محتاج علت است و سلامت حالت عادی نفس است.

خواجه نصیرالدین طوسی در اخلاق ناصری به اسباب رذایل و امراض نفس می‌پردازد: «علت بیماری نفس به نحو کلی و به نحو خاص (هر بیماری جداگانه) بیان شده‌است. اسباب انحرافات نفسانی یا نفسانی است یا جسمانی و با برطرف شدن علت انحراف، فرد به حالت عادی و سلامت برمی‌گردد» (همان، ۱۷۰).

راه‌های شناخت امراض نفسانی از دید طوسی:

نجم رازی می‌نویسد: «عده‌ای از فلاسفه می‌پنداشتند که برای پاکی نفس از پلیدی‌ها بایستی صفات هوا و غضب و شهوت و دیگر صفات زمینه به کلی محو می‌باید کرد به سال‌ها رنج بردند و آن به کلی محو نشد ولیکن نقصان پذیرفت و از آن نقصان صفات ضمیمه دیگر (نجم رازی، ۱۳۷۱: ۳۷۱).

از نظر خواجه نصیرالدین طوسی، کشتن صفات نفس به منظور رسیدن به حضرت حق طریقه درست نیست، بلکه باید سعی کرد تا آن را به حد اعتدال درآورد و آن صفات ناپسند انسانی را که ناشی از غلبه یا نقصان آن دو صفت ذاتی نفس است به مرور تبدیل به اخلاق حسنه کند. وی با الهام از طبایع چهارگانه و نظریه اعتدال ارسطویی، معتقد است سلامت نفس نه در نابودی قوای نفسانی، بلکه در تنظیم آنها بر اساس حد وسط است. «چون قوای نفس انسانی محصور است در سه نوع چنان‌که گفتیم اول؛ قوت تمیز، دوم؛ قوت دفع، سوم؛ قوت جذب و انحرافات هر یک از دو گونه صورت بندد یا از خللی در کمیت قوت باشد یا از خللی که در کیفیت قوت افتد و خلل کمیت یا از مجازات اعتدال بود و در جانب زیادت یا از مجازات اعتدال و در جانب نقصان؛ پس امراض هر قوتی از سه جنس تواند بود یا به حساب افراطی یا

به حسب تفریط یا رذائت» (خواجه نصیر طوسی، ۱۳۸۷: ۱۶۶-۱۶۵). طوسی با تشبیه نفس به بدن، معتقد است همان‌گونه که سلامت جسم در تعادل اخلاط چهارگانه (سودا، صفرا، بلغم، دم) است، سلامت نفس نیز در تعادل قواست.

راهکارهای علاج بیماری نفس

خواجه نصیر الدین طوسی هم‌چون طبیبی دانا، در طی امراض نفسانی، رذایل نفسانی را مریضی نفس می‌داند که با درمانی درست والگویی منطقی، این عارضه از نفس دور می‌شود.

قانون صناعی، قانون کلی طوسی در درمان

طوسی، انحرافات امزجه از اعتدال را مرض نفس و معالجه آن را در گرو تعادل اعتدال به حیل صناعی تحلیل می‌کند. براین اساس حالت طبیعی و عادی اعتدال قواست و خروج از آن بیماری نفس و بازگشت به اعتدال، معالجه آن است؛ بنابراین تلاش خواجه نصیرالدین طوسی در درمان بیماری‌های نفس، بازگردانیدن آن به اعتدال است شناخت بیماری و شناخت علامت و عوارض آن ضرورت دارد. وی براساس اصل کلی، قانون کلی صناعی درمعالجه امراض نفس مطرح می‌کند. «و باید دانست که قانون صناعی درمعالجت امراض آن بود که اول، اجناس امراض بدانند پس اسباب و علامات آن بشناسند پس به معالجه آن مشغول شود و در موضعی دیگر می‌نویسد: «چون حقیقت هر یک را بشناسند و بر اسباب واقف شود قمع آن اسباب و احتراز از آن برمنوال دیگر قبایح آسان شود بر طالب فضیلت» (همان، ۲۰۲).

الگوی درمان خواجه نصیر الدین طوسی در امراض نفسانی

وی سه روش برای برانگیختن فرد به جدایی از بیماری مطرح کرده است:

الف) آگاه کردن فرد از قبح آن رذایل و فساد آن در دین و دنیا؛ ب) دوری از آن رذیلت به اراده عقلی؛ ج) مشغول کردن فرد به مداومت بر فضیلتی که به ازای آن رذیلت است و تکرار افعال آن.

در مقایسه‌ای بین علاج بیماری‌های جسمانی و نفسانی، راهکارهای درمان بیماری‌های نفسانی راهم‌چون بیماری جسمی، چهار مورد برمی‌شمارد، معالجه بیماری‌های جسمی چهارنوع: غذا، دوا، سم و کی است، رفع و زدودن بیماری‌های نفسانی هم مطابق با آن در چهار شیوه زشت پنداشتن و دوری از آن؛ در غیر این صورت، توبیخ و ملامت و مذمت نفس چه فکری و چه عملی؛ دفع رذیلت به ضد رذیلت؛ و در نهایت عقوبت و تعذیب و تکلیف افعال دشوار که اقدام به آن به سختی انجام می‌شود (همان، ۱۷۰).

دوری از رذیلت و توجه به فضیلت

اولین راهکار خواجه نصیرالدین طوسی در دفع بیماری نفسانی و سلامت روح، دوری از رذیلت و توجه به فضیلت است که مطابق با خوراندن غذا در طب جسمانیست، ترغیب فرد به مقابله با بیماری و رهایی از آثار مخرب بیماری‌ها نظیر آثار کذب، ریا، طلب نفایس، غضب، بیان جایگاه انسانیت و مقایسه با حیوان نظیر معالجه جهل بسیط، و کذب. تغییر انگاره و نگرش نظیر معالجه خوف از مرگ و بیان بی‌اساس بودن اسباب آن و تغییر نگرش در باب افتخار به مال و جاه و... . علاج از طریق ظرفیت مثبت و فضیلت مقابل پرداخته است (همان، ۱۸۴).

توبیخ و مذمت نفس

دومین راهکار خواجه نصیرالدین طوسی در سلامت نفسانی و رفع رذایل، توبیخ و مذمت نفس بر انجام فعل مذموم است که مطابق با معالجه دارویی در نزد پزشکان جسمانیست؛ توبیخ، ملامت و مذمت نفس از طریق تعدیل قوه شهوی و غضبی به کمک یکدیگر و مجال یافتن تمیز قوت نطقی، وی مرض عشق را در اولین گام چنین درمان می‌کند صرف نظر از محبوب و اشتغال به علوم دقیق و مجالست ندمای فاضل و احتراز از حکایات عشاق از راهکارهای طوسی است. (همان، ۱۹۵)

دفع رذیلت به ضد آن رذیلت

سومین راهکار خواجه نصیرالدین طوسی در درمان بیماری نفسانی، در صورت مؤثر واقع نشدن شیوه‌های قبل، دفع رذیلت به ضد آن رذیلت است که معادل معالجه به‌سم در طب جسمانیست. وی برخی از بیماری‌ها را از طریق قمع و قهر آن به کمک اضداد معالجه کرده‌است؛ جهل بسیط و جهل مرکب از این دست است وی هم‌چنین، علاج جبن را به کمک دواعی ضد آن تا رسیدن به مرتبه عدالت و وسط (شجاعت) می‌داند (همان، ۱۸۵).

عقوبت نفس به کارهای سخت

چهارمین راهکار خواجه نصیرالدین طوسی در بیماری نفسانی، در صورت کارآمد نبودن سه صورت قبل، در عقوبت نفس به کارهایی سخت و طاقت‌فرسا که مبادرت به آن به سختی انجام می‌شود و این نوع درمان مطابق با «کی» در بیماری جسمانیست: طوسی در آخرین مرحله به تنبیه اشاره می‌کند (همان، ۱۹۵)

دفع کلی ازاله امراض نفسانی

خواجه نصیرالدین طوسی راهکارهایی را برای زدودن نفس از پلیدی و گرایش به فضیلت برشمرد که در این جا به امراضی چند که از نظر وی مهلک‌ترین و تباه‌ترین امراض نفسانی است اشاره

می‌کنیم؛ امراضی که به وسیله آن «تا قیاس ازالت دیگر امراض و اعتبار معالجات آسان شود» طوسی، معالجه نفس و مراحل ازالت امراض نفسانی را به گونه‌های زیر بر می‌شمارد:

شناخت امراض

خواجه نصیرالدین طوسی، شناخت امراض نفس را اولین مرتبه می‌داند. وی در این موضع به تعریف و تمایز مصداقی بیماری‌های نفس می‌پردازد. تعریف از بیماری و یافتن جنس مرض، اولین گام در ازالت رذیلت نفسانیست (همان، ۱۶۸-۲۰۲).

آگاهی و شناخت علت بیماری‌ها

خواجه نصیر الدین طوسی، شناخت و معرفت به علت مرض را در زدودن نفس از این علت، ضروری می‌داند و معتقد است با رفع علت، مرض نابود می‌شود. طوسی به اسباب غضب، حزن، حسد، خوف از مرگ پرداخته است (همان، ۱۷۷).

درمان امراض رذیله

مراحل درمان امراض نفسانی، راهکارهایی است که در قسمت قبل بدان اشاره شد و طوسی چهار مرحله درمان امراض نفس را معادل با چهار درمان در طب جسمانی دانست؛ اولین مرحله، دوری از رذیلت، توبیخ و مذمت نفس، معالجه به ضد و در نهایت وادار کردن نفس به تحمیل اعمال سخت از امور درمانیست.

حفظ سلامت نفس در گرو حفظ فضیلت

سلامت وضعیت طبیعی است و نیازی به راهکارهای نیل به آن وضعیت طبیعی نیست؛ اما حفظ فضایل و سلامت نفس، یعنی ملکه گردانیدن این فضایل تا رساندن به حد خلق، راهکارهایی دارد که خواجه نصیر الدین طوسی در فصل نهم اخلاق ناصری به آن پرداخته است. وی سلامت نفس را همان وضعیت عادی و طبیعی نفس، یعنی اعتدال و فضیلت می‌داند؛ بنابراین راهکارهایی برای نیل به سلامت نفس مطرح نکرده است و فقط به چگونگی، چیستی و تحلیل فضیلت و حد وسط پرداخته است از آنجا که سلامت نفس، اعتدال نفس است، حفظ سلامت نفس نیز با حفظ اعتدال مرتبط است. وی، قانون حفظ صحت در صحت بدنی را استعمال ملایم مزاج می‌داند (همان، ۱۵۵). براین اساس قانون طب روحانی نیز استعمال ملایم است ملایم در این معنا امری است که در اعتدال قوا، معد است. طوسی راهکارهای جزیی براساس این قانون کلی مطرح می‌کند از جمله ۱- معاشرت با اهل خیر و کمال ۲- حذر از شنیدن حکایات و اشعار لغو ۳- التزام وظایف افعال حمیده ۴- فهم تمایز نعم مجازی از نعم شریفی (فضایل) ۵- منع از تهییج قوت شهوت و غضب و استعمال آن به توسط قوت فکر ۶-

توجه دقیق به افعال ۷- احتیاط از ملابست و صغایر سیئات رذایل و مساعدت اصحاب آن ۸- آمادگی به کمک صبر و حلم برای دفاع نفس از هجوم شهوت و غضب ۹- شناخت عیوب نفس به استقصای تمام و داشتن دوست خوب که آیینۀ تمام‌نمای عیوب باشد ۱۰- مراقبه و محاسبه (همان، ۱۵۵-۱۶۵).

بحث و بررسی

امراض نفسانی و علت و درمان آن در نظر خواجه نصیر الدین طوسی

طوسی بیماری‌های مهلکه نفس را در سه قوای نظری، دفعی و جذبی ذکر می‌کند و علاج آن را با شرح و بسط کافی به دنبال آن ذکر می‌کند.

طبقه‌بندی قوای نفسانی و انحرافات رذیله آن

قوای نفس انسانی محصور است در سه نوع: یکی قوۀ تمییز، دیگری قوۀ دفع و سیم قوۀ جذب و انحرافات هریک از دوگونه صورت بندد: یا از خیالی که در کمیت قوۀ باشد یا از خللی که در کیفیت قوۀ باشد و خلل کمیت یا از مجاورت اعتدال بود یا در جانب زیادت یا از مجاورت اعتدال بود در جانب نقصان. پس از امراض هر قوۀ از سه جنس تواند بود یا به حساب افراط یا به حسب تفریط یا به حسب ردائت (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۶۷).

رذیلت قوۀ تمییز

افراط و تفریط و ردائت در قوۀ تمییز، مایه بروز اعمالیست هم‌چون: «افراط در قوۀ تمییز، مانند خبث و گربزی و دها بود در آنچه تعلق به عمل دارد و مانند تجاوز حد نظر و حکم بر مجردات به قوۀ اوهام و حواس، هم‌چنان که بر محسوسات در آنچه تعلق به نظر دارد و اما تفریط در او چون بلاهت و بلادت در عملیات و قصور نظر از مقدار واجب مانند اجرای محسوسات بر مجردات در نظریات. و اما ردائت قوۀ، چون: شوق به علومی که مثمر یقین و کمال نفس نبود؛ برای مثال، علم جدل، خلاف، سفسطه به نسبت با کسی که آن‌را به جای یقینیات استعمال کند و چون علم کهنات و فال‌گرفتن و شعبده و کیمیا به نسبت با کسی که غرض او از آن وصول به شهوات خصیصه بود» (همان، ۱۶۸).

رذیلت قوۀ دفع

افراط و تفریط و ردائت در قوۀ دفع نیز موجب بروز مسائلی است: «و اما افراط در قوۀ دفع چون شدت غیظ و فرط انتقام و غیرت نه به موضع خویش و تشبه نمودن به سباع و اما تفریط در او چون: بی‌حمیتی و بدلی و تشبه نمودن به اخلاق زنان و کودکان، و اما ردائت قوۀ چون:

شوق به انتقامات فاسده، مانند خشم گرفتن بر جمادات و وقایع یا بر نوع انسان ولكن به سببی که موجب غضب نبود در اکثر طبایع» (همان، ۱۶۹).

رذیلت قوّه جذب

افراط و تفریط و ردائت در قوّه جذب نیز به شیوه زیر بیان می‌دارد: «و اما افراط در قوّت جذب، مانند: شکم‌پرستی و حرص نمودن بر اکل و اشرب و عشق و شیفتگی به کسانی که محل شهوت باشند و اما تفریط در او مانند: فتور از طلب اقوات ضروری و حفظ نسل و خمود شهوت و اما ردائت قوّت چون: اشتهای گل خوردن و شهوت مقاربت ذکور و یا استعمال شهوت بر وجهی که از قانون واجب خارج باشد (همان).

امراض مهلکه و غیر مهلکه نفس

طوسی در ادامه، تقسیم‌بندی دیگری را برای امراض نفسانی می‌آورد و آن‌ها را به دو قسم مهلکه و غیر مهلکه تقسیم می‌کند؛ افراط و تفریط در هر قوّه‌ای از قوّات مذکور، که در نفس ایجاد شود و از ترکیب هر کدام با یکدیگر امراضی سهمگین‌تر پدید می‌آید که آن را امراض مهلکه خوانند؛ چون مزمن در وجود می‌نشینند و رهایی از آن متضمن وقت و زمان و درایت بیشتریست و به جهت اهمیت بیماری‌های مهلکه نفس به توضیح و علاج آن می‌پردازد (همان، ۱۶۹).

امراض قوّت نظری

انواع بیماری‌های مهلکه نفس (امراض قوّت نظری) و مواردی که از آن خیزد: «امراض قوّت نظری را هر چند مراتب بسیار، چه به حسب بساطت و به چه سبب ترکب؛ ولكن تباه‌ترین آن انواع سه نوع است: یکی حیرت؛ دیگری جهل بسیط؛ و سوم جهل مرکب؛ اول از قبیل افراط، نوع دوم از قبیل تفریط و نوع سوم از قبیل ردائت (همان، ۱۷۱).

حیرت و شیوه درمان آن: خواجه نصیر الدین طوسی، حیرت را از انواع مرض افراطی قلمداد می‌کند که از ناتوانی نفس در مواجهه با مسائل مشکله و تشخیص حق و باطل برخیزد: علاج حیرت: «حیرت از تعارض ادله در مسائل مشکل و عجز نفس از تحقیق حق و ابطال باطل» (همان، ۱۷۲) خواجه نصیر الدین طوسی، حیرت را مهلک‌ترین رذیلت می‌داند که علاج آن پذیرش یک حکم، و سپس تتبع و تفحص درباره آن، که راست و غلط آن را دریابد و در پایان هم خواننده را به کتاب قیاسات سوفسطایی ارجاع می‌دهد که علاج این مرض با شناخت غلط اندازی‌ها یادآور می‌شود.

جهل بسیط و شیوه درمان آن

دومین مرض از قوای نظری، جهل بسیط است و حقیقت جهل بسیط را عاری بودن نفس از فضیلت دانش می‌داند: علاج جهل بسیط: حقیقت جهل بسیط آن بود که نفس از فضیلت علم عاری باشد و به اعتقاد آنان که علم اکتساب کرده است ملوث نه» (همان، ۱۷۳).

خواجه نصیرالدین طوسی، جهل بسیط را در مبدأ و منشأ بد نمی‌پندارد و معتقد است که فطرت نوع انسان این‌گونه است که برای آموختن، این نوع جهل باشد:

«و این جهل در مبدأ مذموم نبود، چه شرط تعلم آن است که این جهل حاصل باشد از جهت آن که آن‌کس که بداند یا پندارد که می‌داند از تعلم فارغ باشد و فطرت نوع انسان خود بر این حالت بود» (همان).

اما در ادامه مداومت بر آن و ماندن در این نوع جهل را ناپسند می‌شمارد:

«اما مقام نمودن برین جهل و حرکت نکردن در طریقت علم مذموم باشد و اگر بدان راضی و قانع شود به تباه‌ترین ردیلتی موسوم گردد» (همان، ۱۷۴).

وی، علاج این نوع جهل را منوط به آگاهی انسان و تشخیص او، گفتن و بیان سخن درست از نادرست می‌داند:

«و تدبیر علاج آن بود که در حال مردم و دیگر حیوانات تحمل کند تا واقف شود که فضیلت انسان بر دیگر جانوران به نطق و تمیز است» (همان).

ماندن در جهل بسیط و درمان نکردن آن، انسان را از عقل به دور می‌دارد و او را جاهل می‌کند (همان).

هم‌چنین خواجه نصیرالدین طوسی، نوع بشر را برای رهایی از جهل بسیط، به این سمت یادآور می‌شود که انسان اخص کاینات است و اگر درصدد این تفکر گام بر ندارد و در جهالت خویش باقی بماند از درجه انسانی خارج و به درجه اسفل السافلین می‌رسد و اگر درجه خود را شناخت و در جهت رفع نادانی و جهل خویش گام برداشت در مسیر دانایی و رفع جهل برآمده است (همان).

امام علی (ع) می‌فرماید: «الجهل معدن الشر؛ جهل، سرچشمه شر است»؛ و در جای دیگر، آن را نوعی بیماری معرفی می‌کند: «أسوأ السقم الجهل» (آمدی، ۱۳۶۶: ج ۲، ۲۸۸) «بدترین بیماری، ندانستن است».

جهل مرکب و شیوه درمان آن

تباه‌ترین ردیلت نفس، جهل مرکب است که نفس آدمی از علم خالی و بر باوری باطلی استوار: «حقیقت این جهل آن بود که نفس از صورت علم خالی بود و به صورت اعتقادی باطل و جزم

بر آن که از عالم است مشغول و هیچ رذیلت تباه‌تر از این رذیلت نبود» (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۷۵).
و علاج آن تشویق صاحب جهل را، در توجه به علوم مختلفی هم‌چون ریاضی و هندسه و ...
می‌داند تا از این طریق آگاهی در وی پدید آید و بر جهل خود واقف شود و به علم و شناخت
و دانایی روی آورد (همان، ۱۷۵-۱۷۴).

امراض قوّت دفع

امراضی که آدمی باید در رفع و دفع آن بکوشد و علل و عوامل آن را بشناسد و در جهت زدودن
آن برآید: «و اما امراض قوّت دفع اگر چه نامحصور باشد، اما تباه‌ترین آن امراض سه مرض
است: یکی غضب و دوم جین و سیم خوف، اول از افراط تولد کند، دوم از تفریط و سوم با
ردائت قوّت مناسبت دارد (همان، ۱۷۶).

غضب و راه درمان آن

طوسی در تعریف غضب گوید: «حرکتی بود نفس را که مبدأ آن شهوت انتقام بود» (همان،
۱۷۶). طوسی عوامل شکل‌گیری غضب را در موارد زیر برمی‌شمارد: «اسباب غضب ده است:
اول عجب، دوم، افتخار، سوم مرا، چهارم لجاج، پنجم مزاح، ششم تکبر، هفتم، استهزاء؛ هشتم،
غدر؛ نهم، ضیم؛ و دهم طلب نفایسی که از عزت موجب منافست و محاسدت شود و شوق به
انتقام غایت این اسباب بود بر سبیل اشتراک» (همان).

و در ادامه هفت صفت برای لواحق (ضمیمه) غضب بر می‌شمارد: «و لواحق غضب که اعراض
این مرض بود هفت صنف باشد: اول، ندامت؛ دوم، توقع مجازات عاجل و آجل و سوم، قلت
دوستان؛ و چهارم، استهزای اراذل؛ پنجم، شماتت اعدا؛ ششم، تغییر مزاج و هفتم تألم بدان
هم در حال چه غضب جنون یک ساعته بود» (همان، ۱۷۷) دفع همه این پیوست‌های غضب را
در درمان خود غضب می‌داند. اولین اسباب غضب را عجب می‌داند. طوسی، در توضیح افتخار
می‌آورد؛ مباهات کردن به چیزی که زوال و آسیب‌پذیر است.

«اما افتخار مباهات به چیزهای خارجی که در معرض آفات و اصناف زبان باشد و ثبات آن
و ثوقی نتواند بود» (همان، ۱۷۹) مرا در لغت ستیزه و نزاع و جدال (دهخدا، ذیل واژه) گویند.
خواجه نصیر الدین طوسی مرا را موجب از بین رفتن الفت و دوستی و آشکاری دشمنی یاد
می‌کند و آن را جزو تباه‌ترین اوصاف رذیله نفس انسان یاد می‌کند (همان).

از دیگر اسباب غضب، مزاح است که در حد اعتدال آن نیکو و پسندیده است اما مشکل بتوان
آن در حد اعتدال نگه داشت و اگر از حد خود تجاوز کند موجب غضب و کینه در دل می
شود: «مزاح اگر به قدر اعتدال استعمال کنند محمود بود و قوف بر حد اعتدال به غایت دشوار

بود و اکثر مردمان قصد اعتدال کند؛ ولیکن چون شروع نمایند به مجاوزت حد تعدی کند تا سبب وحشت شود و غضب کاهن را ظاهر کند و حق در دل‌ها راسخ گرداند» (همان) تکبر اسباب دیگر غضب است که فرد متکبر، که خود را برتر از دیگران می‌داند اگر مورد بی‌توجهی و حرمت واقع شود بر غضبش می‌افزاید: «به عجب نزدیک بود و فرقی این که معجب با نفس خود دروغ می‌گوید به گمان این که بدو دارد و متکبر با دیگران دروغ می‌گوید و علاج آن نزدیک علاج آن بود» (همان).

خواجه نصیرالدین طوسی، سبب دیگر غضب را در استهزاء و مسخرگی می‌داند و تأکید دارد انسانی که برای نفس خود ارزش قائل است خود را از این عمل دور می‌دارد: «استهزاء، آن از افعال اهل مجون و مسخرگی باشد و کسی که به حریت و فضل موسوم باشد نفس و عرض خویش را گرمی‌تر از آن دارد که در معرض یک سفاهت سفیهی آرد» (همان، ۱۷۹) غدار در لغت خائن، حيله‌گر (دهخدا، ذیل واژه) معنی شده است از دیگر اسباب غضب است که در موارد مختلفی از جمله، جاه، مودت، حرم پدید می‌آید و افرادی که در شأن و مقام انسانی هستند حتی اندک مایه از آن را پسندیده نمی‌شمارند. «اما غدار: وجوه بسیار چه استعمال آن هم در مال و هم در جاه و هم در مودت و هم در حرم اتفاق افتد و هیچ وجه از وجوه به نزدیک کسی که او را اندک مایه انسانیت بود محمود نباشد.» (همان، ۱۸۰).

علت دیگر غضب را در ضمیم و انتقام‌گیری می‌داند و انسان باشعور آگاه را از این امر مبرا می‌داند. (همان) آخرین علت غضب، طلب نفایس است که سبب خودبرتربینی می‌شود و این صفت را هم مختص صاحبان قدرت و هم افراد معمولی می‌داند (همان، ۱۸۱).

خواجه نصیرالدین طوسی، ردیلت غضب را ناشی از ردیلت شره و حرص می‌داند که اگر صاحب شره در حرص و آزمندی خود منعی یابد خشم گیرد و نتیجه آن علاوه بر دلتنگی و از دست دادن دوستان و پیدایش ندامت، بهجت و سرور و شادی خویش را نیز از دست می‌دهد. (همان، ۱۸۴).

جبن و بددلی

دومین مرض از امراض قوت دفع، جبن و بددلی است. جبن نقطه مقابل شجاعت است و در صورت تفکیک فضایل و رذایل، فضایل با شجاعت و رذایل با جبن و ترس هم سنخ خواهد بود جهل و عدم استضاء از عقل ریشه ملازمت جبن با رذایل است آن‌گاه که خیال بر نفس حکم براند. امیرالمومنین علی (ع) در تعبیری بسیار زیبا می‌فرماید:

«شده الجبن من عجز النفس و ضعف اليقين» (آمدی، ۱۳۶۶: ۲۶۳).

خواجه نصیر الدین طوسی، علاج بددلی، در توجه به ضد آن (غضب) می‌داند: «علاج بدلی چون علم به ضد مستلزم علم است به ضد دیگر، غضب ضد بددلی است و غضب حرکت نفس بود به جهت شهوت انتقام؛ پس جبن، سکون نفس بود آنجا که حرکت اولی باشد به سبب بطلان شهوت انتقام» (طوسی، ۱۳۸۷: ۱۸۵).

و درمان بددلی و جبن را در رفع سبب آن و تحریک نفس به آنچه دواعی غضب است: «و علاج این مرض و اعراض آن به رفع سبب بود چنان که در غضب گفتیم نفس را تنبیه دهد به نقصان و تحریک کند به دواعی غضبی» (همان، ۱۸۵).

خوف

سومین مرض از امراض قوّت دفع، خوف است و خوف بدین صورت پدید می‌آید: «خوف از توقع مکروهی یا انتظار محذوری تولد کند که نفس بر نفعان قادر نبود و توقع و انتظار به نسبت باحادثی تواند بود که وجود آن در زمان مستقبل باشد و این حادثه یا از امور عظام بود یا از امور سهل». و اگر درصدد رفع آن نباشد، مصالح دنیا و آخرت و کسب سعادت ابدی نخواهد داشت (همان، ۱۸۶).

و برعکس اگر توجه به بودنی‌ها داشته باشد و وجود خود را بدین وسیله تسلی بخشد سلامت دنیا و مصالح آخرت را تأمین کرده باشد: «چون خویشتن را تسکین و تسلط داده باشد و دل بر بودنی‌ها بنهاده هم در عاجل سلامت یافته باشد و هم در آجل تدبیر تواند کرد (همان). اگر سبب خوف، شخص یا عمل شخص باشد باید به این راهکار توجه کند: «اگر سبب خوف، فعل این شخص بود که به خوف موسوم است باید با خود اندیشه کند که حقیقت ممکن آن است که هم در وجودش جایز و عدم و به گونه‌ای رفتار کند که به مهمات دینی و دنیایی قیام تواند نمود. اما اگر سبب از فعل این شخص بود باید که از سوء اختیار و جنایت بر نفس خود اعتراض کند و برکاری که آن را غایله‌ای بد و عاقبتی وخیم بود اقدام نماید، پس سبب خود در قسمت اول آن است که بر ممکن به وجوب حکم کند و در قسمت دوم آن که بر ممکن به امتناع حکم کند و اگر شرط هر یک به جای خویش اعتبار کنند از این دو خوف سلامتی یابند» (همان).

خواجه نصیرالدین طوسی در بیان سومین مرض از ترس مرگ سخن می‌گوید و آن را به گونه‌ای زیبا بیان می‌دارد تا اسباب و علت آن شناخته شود و با رفع آن و آگاهی نسبت به آن ترس از مرگ در وجود انسان از بین برود (همان، ۱۹۰).

امراض قوّت جذب

امراضی که حصری برای آن وجود ندارد و تباه‌ترین آن‌ها، شهوت، بطالت، حزن و حسد است که به هر کدام از این موارد و راه درمان آن می‌پردازد:

«امراض قوّت جذب، هر چند از حیز حصر متجاوز باشد، اما تباه‌ترین افراط شهوت و محبت بطالت و حزن و حسد است و از این امراض، یکی از حیز افراط، دیگری از حیز تفریط، سوم از حیز ردائت کیفیت باشد» (همان، ۱۹۵).

شهوت در فارسی به معنای آرزو، میل، رغبت، اشتیاق، خواهش، شوق نفس در حصول لذت و منفعت آمده است و در زبان عربی به معنای اشتیاق نفس به چیزی و رغبت به آن است. خواجه نصیرالدین طوسی در خصوص شهوت می‌گوید: «و اما شهوت نکاح و حرص بر آن از معظم‌ترین اسباب نقصان ریاست و انهداک بدن و اتلاف مال و اضرار عقل و اراقت آبروی باشد... و کسی که نفس را از تتبع هوا احتما فرماید و به قدر مباح قناعت کند از این تعب و مشقت که مستتبع چندین رذیلت است عافیت یابد» (همان). وی در ضمن مبحث شهوت، عشق و افراط در آن مطرح می‌کند، عشق است که خاصیت دگرگون‌کنندگی دارد قوّه و قدرتی است که از عهده تبدیل مزاج روحانی و قلب و ماهیت اخلاق بشر برمی‌آید؛ اما افراط در عشق که جنبه‌ی خدایی و بعد معنوی نداشته باشد، مذموم و ناپسند است.

خواجه نصیرالدین طوسی افراط در عشق را تباه‌ترین می‌داند که گاه تا حد تباهی دین و دنیا پیش می‌رود (همان).

بطالت از دیگر امراض قوای جذب و در لغت بیکاره بودن (معین، ذیل واژه) معنا شده است و از نظر خواجه نصیرالدین طوسی موجب از دست دادن دو جهان است (همان، ۱۹۶).

حزن از دیگر امراض جذبی است که طوسی در تعریف آن آورده است: «حزن، المی نفسانی بود که از فقد محبوبی یا از فوت مطلوبی عارض شود و سبب آن حرص بود بر مقتنیات جسمانی و شره به شهوات بدنی و حسرت بر فقدان و قوای آن و این حالت را کسی حادث شود که بقای محسوسات و ثبات لذات ممکن شناسد و وصول به جملگی مطالب و حصول مفقودات در تحت تصرف ناممکن شمارد» (همان، ۱۹۶).

راه علاج حزن را در تفکر و تعقل پیرامون جهان هستی که هیچ چیز در آن ثباتی ندارد می‌داند: «و اگر این شخص که به چنین مرضی مبتلا باشد با سرعقل شود و شرط انصاف نگه دارد، داند که هرچه در عالم کون و فساد است ثبات و بقای آن محال است» (همان).

حسد از دیگر امراض جذبی است: «و حسد آن بود که از فرط حرص خواهد که به فواید و مقتنیات از ابنای جنس ممتاز بود، پس بابت همت او بر ازاله از دیگران و جذب خود مقصود باشد» (همان، ۲۰۰). و علت آن ترکیبی از جهل و حرص می‌داند (همان).

و علاج حسد را در درمان جهل و حرص بیان می‌دارد: «و علاج این دو رذیلت، علاج حسد باشد و از جهت تعلق حسد به حزن در این موضع ذکر کرده آمد و الا حمل حسد بر امراض مرکبه بالاتر باشد» (همان، ۲۰۱).

خواجه نصیر الدین طوسی در پایان اشاره دارد: «هرکس بر این جمله که شرح دادیم واقف شود و آن را ضبط کند ضبطی تمام براو آسان بود علاج دیگر رذایل و معرفت اسباب آن و اعراضی که حادث شود؛ برای مثال، درکذب چون اندیشه کند و بداند که تمیز انسان از حیوانات به نطق است و غرض از اظهار فضیلت اعلام غیر بود از امری که بر آن واقع نبود و کذب منافی این غرض است پس کذب مبطل خاصیت نوع بود و سبب آن انبعاث بود بر طلب مالی یا جاهی و به جمله هر چیزی از این قبیل (همان، ۲۰۲-۲۰۱). سلامت نفس در تحقق داشت انسان سالم مورد تأکید است و سلامت نفس از مراحل کسب سعادت است.

از دیدگاه طوسی، سلامت نفس زمانی است که هر قوه در حد میانه (نه افراط و نه تفریط) عمل کند. بیماری‌های نفس ناشی از این عدم اعتدال است و منجر به رذایل اخلاقی می‌شود. براساس مطالب مطرح شده، می‌توان به تحلیل مواردی چند از جمله:

تحلیل ساختار فلسفی - اخلاقی

خواجه نصیرالدین طوسی در اخلاق ناصری، نفس را «مرکب از قوای سه‌گانه» (عقلی، غضبی، شهوی) می‌شناسد که بیماری‌های اخلاقی ناشی از عدم تعادل در این قواست.

- قوت نظری (عقل): بیماری‌هایی مانند حیرت (شکاکیت مغرط) و جهل مرکب (توهم دانایی) نشان‌دهنده ضعف در کارکرد عقل نظری است.

- درمان پیشنهادی: «تمرین تفکر نظام‌مند» مبتنی بر فعال‌سازی عقل عملی است؛ یعنی عقل باید از حالت انفعالی خارج شود و با «تبع» و «خودآگاهی» به تعادل برسد.

- قوت دفع (غضب): بیماری‌هایی مانند تکبر یا خوف، ناشی از افراط در قوه غضبیه است - درمان پیشنهادی: با «توجه به ضد مرض» (مثل تمرین شجاعت برای ترس) نشان‌دهنده تأثیرپذیری خواجه نصیر الدین طوسی از نظریه اخلاق ارسطویی (اعتدال اخلاقی) است.

- قوت جذب (شهوت)

- شهوت و حزن ناشی از تسلیم محض به قوه شهویه است.

- درمان با «روژه نفس» یا «تفکر درناپایداری دنیا» نشان دهنده تلفیق رویکرد عرفانی (ریاضت) با فلسفه اخلاق است.

در مجموع ساختار موارد مطرح از دید خواجه نصیرالدین طوسی، نظام جامع روان‌شناسی اخلاقی وی را نشان می‌دهد که در آن، هر مرض ریشه در یک عدم تعادل دارد و درمان آن، نه سرکوب که اصلاح کارکرد همان قوه است.

تحلیل روش‌شناسی درمان‌ها

راهکارهای درمانی طوسی را می‌توان در سه سطح دسته‌بندی کرد:

۱- شناختی: مانند «آگاهی به جهل» (برای جهل مرکب) یا «تعقل در جهان هستی» (برای حزن).
۲- عملی - اخلاقی: مانند «تمرین شجاعت» (برای خوف) یا «رعایت مصلحت معاش» (برای بطالت).

۳- معنوی: «توکل» (برای خوف) یا «شکرگزاری» (برای حزن).

به طور کلی نکته کلیدی، شناخت سلامت نفس از نظر خواجه نصیرالدین طوسی این است که: وی تنها به توصیه‌های اخلاقی کلی بسنده نمی‌کند بلکه برای هر مرض، یک شیوه عملی متناسب با علت ریشه‌ای ارائه می‌دهد؛ برای مثال:

- درمان حسد (ترکیب جهل و حرص) نیازمند توجه به دو جبهه (تقویت عقل + تعدیل شهوت) است.

- درمان غضب با «دفع راهکارهای لازم» به صورت غیرمستقیم به فلسفه سیاسی خواجه نصیرالدین طوسی، نیز اشاره دارد؛ چرا که او در جای دیگر، غضب کنترل نشده را عامل بی‌عدالتی اجتماعی می‌داند.

تحلیل تطبیقی با روان‌شناسی مدرن

برخی از این مؤلفه‌ها با مفاهیم روان‌شناسی امروزی هم‌خوانی دارد:

- جهل مرکب اثر دانینگ-کروگر: (Dunning-Kruger Effect) توهم دانایی در افراد ناآگاه.

- حزن ناشی از حرص نظریه شناختی افسردگی: تمرکز بر «فقدان» و «ناامیدی»

- علاج حیرت (تفکر نظام‌مند) درمان شناختی - رفتاری: (CBT) بازسازی الگوهای فکری.

تفاوت این دو: خواجه نصیرالدین طوسی، سعادت ابدی را به عنوان هدف نهایی درمان مطرح می‌کند، در حالی که روان‌شناسی مدرن بر تعادل روانی دنیوی تمرکز دارد.

در پایان، نظام ارائه شده توسط خواجه نظام‌الدین طوسی دارای چند ویژگی مهم است:

۱- جامعیت: همه ابعاد نفس را پوشش می‌دهد.

۲- علمی بودن: براساس شناخت دقیق قوای نفس است.

۳- عملی بودن: راهکارهای درمانی مشخص ارائه می‌دهد.

این نظام می‌تواند مبنای خوبی برای پژوهش‌های بین رشته‌ای در روانشناسی اخلاق و فلسفه ذهن باشد و هم‌چنین می‌توان با روان‌شناختی مدرن، منطبق ساخت و اثر بخشی راهکارهای طوسی را در درمان امراض نفس تجربه کرد. اخلاق ناصری با ارائه مدلی یک‌پارچه از سلامت نفس، پیش‌درآمدی بر روان‌شناسی سلامت مدرن است.

نتیجه‌گیری

کتاب اخلاق ناصری خواجه نصیر طوسی از مهم‌ترین متون فلسفه اخلاق اسلامی است که با تلفیق آرای فلسفی یونان و حکمت اسلامی، نظامی جامع برای تربیت نفس ارائه می‌دهد. با استناد به متن اصلی، به بررسی نظام طبقه‌بندی امراض نفس، عوامل ایجاد و راهکارهای درمان آن می‌پردازد. درمان بیماری‌های نفس، براساس اخلاق ناصری: تزکیه نفس (پاکسازی درون)، تمرین فضایل (تکرار اعمال نیک) و دوری از رذایل (دوری از اعمال ناپسند) است. سلامت روحی در گرو نفس سالم و به دور از هرگونه رذیلتی است. وی برای هر قوایی سه حالت افراط، تفریط و رذالت (انحراف از کیفیت) در نظر دارد فضیلت و سلامت آنها در اعتدال بودن می‌داند و بستر تحقق فضیلت، رعایت حد وسط و دوری از افراط و تفریط معرفی می‌کند. رعایت اعتدال در قوا از طریق عقل عملی صورت می‌گیرد. وی در بحث از معالجه بیماری‌ها، اصل کلی دارد و براساس آن قانون کلی عرضه می‌کند اولین راهکار طوسی در دفع بیماری نفسانی و سلامت روح، دوری از رذیلت و توجه به فضیلت است که مطابق با خوراندن غذا در طب جسمانیست، ترغیب فرد به مقابله با بیماری و رهایی از آثار مخرب بیماری‌ها. دومین راهکار طوسی در سلامت نفسانی و رفع رذایل، توبیخ و مذمت نفس بر انجام فعل مذموم است که مطابق با معالجه دارویی در نزد پزشکان جسمانیست. سومین راهکار درمان بیماری نفسانی، در صورت مؤثر واقع نشدن شیوه‌های قبل، دفع رذیلت به ضد آن رذیلت است. چهارمین راهکار بیماری نفسانی، در صورت کارآمد نبودن سه صورت قبل، در عقوبت نفس به کارهایی سخت و طاقت فرسا که مبادرت به آن به سختی انجام می‌شود و این نوع درمان مطابق با «کی» در بیماری جسمانیست: طوسی در آخرین مرحله به تنبیه اشاره می‌کند. بیماری‌های مهلکه نفس را متشکل از سه قوه نظری، دفعی و جذبی می‌داند و ذکر امراضی به هر کدام از این سه قوا نسبت می‌دهد و راه علاج آن را هم مبسوط بیان می‌دارد که تعادل میان آنها منجر به فضیلت و عدم تعادل موجب رذیلت می‌شود. خواجه نصیرالدین طوسی مانند فارابی، سلامت نفس را مقدمه سعادت مدنی می‌داند، اما با تأکید بر جنبه‌های فردی و روحانی. وی سلامت نفس را حالت فطری انسان می‌داند که با رذایل (بیماری‌ها) دچار انحراف می‌شود. این دیدگاه با نظریه‌های فیلسوفانی هم‌چون ابن‌سینا هم‌سوست که معتقدند نفس انسانی ذاتی به سوی کمال حرکت می‌کند و با نظریه فطرت نفس و تکامل نفس هم خوانی دارد. سلامت نفس در اندیشه خواجه نصیرالدین طوسی، پایه سیر و سلوک عرفانی است. این نگاه با دیدگاه امام غزالی در احیاء علوم‌الدین شباهت دارد، اما طوسی با نظام‌مند کردن مراحل درمان رذایل

(از تشخیص تا معالجه)، آن را به یک الگوی عملی تبدیل می‌کند. ملاصدرا در اسفار اربعه سلامت نفس را مرتبط با حرکت جوهری نفس می‌داند، درحالی‌که خواجه نصیرالدین طوسی بر ریاضت عملی و تعدیل قوا تأکید دارد، وی برخلاف فیلسوفان یونانی، معیار اعتدال را نه عقل محض، بلکه عقل عملی هدایت‌شده توسط شریعت می‌داند.

نظریه سلامت نفس طوسی را می‌توان ترکیبی از پنج مکتب اصلی دانست:

۱. اعتدال‌گرایی ارسطویی (پایه فلسفی)

۲. طب روحانی (پایه پزشکی)

۳. فطرت‌گرایی سینوی (پایه انسان‌شناختی)

۴. عرفان عملی (پایه سلوکی)

۵. اخلاق دینی (پایه شریعت‌محور)

این نظریه نه‌تنها در چارچوب فلسفه اخلاق اسلامی جای می‌گیرد، بلکه می‌تواند مبنایی برای روانشناسی اخلاقی اسلامی و تربیت دینی در جهان معاصر باشد.

منابع و مآخذ

۱. قرآن کریم
۲. ابن‌سینا. (۱۹۹۸). *رساله فی علم/اخلاق*. بیروت: الشرکه العالمیه لکتاب.
۳. ———. (۱۳۷۷). *الهیات نجات*. ترجمه یحیی یثربی، تهران: فکر روز.
۴. ابن‌مسکویه، رازی. (۱۳۷۱). *تطهیرالاعراق*. ترجمه مجتهدده امین، تهران: انجمن حمایت از خانواده‌های بی‌سرپرست.
۵. ابوالحسن نیارکی، فرشته و قربانی، هاشم. (۱۳۹۸). *الگوی سلامت نفس نزد خواجه نصیرالدین طوسی*. فصل‌نامه انسان پژوهی دینی، صص ۱۳۵-۱۵۹.
۶. ارسطو. (۱۳۶۴). *اخلاق نیکوماخوس*. ترجمه رضا مشایخی، تهران: دهخدا.
۷. افلاطون. (۱۳۸۰). *مجموعه آثار*. ترجمه رضا کاویانی و محمد حسن لطفی، ج ۳، تهران: خوارزمی.
۸. تمیمی آمدی، عبدالواحدبن محمد. (۱۳۶۶). *غررالحکم و دررالکلم*. تهران: دانشگاه تهران.
۹. خادمی، عین‌الله. (۱۳۹۲). *چیستی سعادت از نظر مسکویه*. ش ۶، صص ۶۱-۸۲.
۱۰. خراسانی، شرف‌الدین. (۱۳۵۲). *از سقراط تا ارسطو*. تهران: دانشگاه ملی ایران.
۱۱. رازی، محمدبن زکریا. (۱۳۸۴). *الدراسه التحلیلیه لکتاب الطب الروحانی*. تهران: انجمن آثار و مفاخر فرهنگی.

۱۲. رودگر، نرجس و کبیری، زینب. (۱۳۹۳). *رابطه نفس و بدن از دید خواجه نصیر طوسی*. فصلنامه مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی، دوره ۱۸، ش ۶۱.
۱۳. سجادی، سید جعفر. (۱۳۷۰). *فرهنگ لغات، اصطلاحات و تعبیرات عرفانی*. تهران: کتابخانه طهوری.
۱۴. صدرالمآلهین. (۱۳۶۶). شرح اصول کافی. ترجمه محمد خواجوی، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی.
۱۵. طوسی، نصیرالدین. (۱۳۸۷). *اخلاق ناصری*. تصحیح مجتبی مینوی، علیرضا حیدری، تهران: خوارزمی.
۱۶. عزالدین محمود کاشانی. (۱۳۷۶). *مصباح الهدایه و مفتاح الکفایه*. به تصحیح جلال الدین همایی، چاپ پنجم، تهران: مؤسسه نشر هما.
۱۷. غزالی، ابوحامد. (۱۳۶۱). *کیمیای سعادت*. تصحیح احمد آرام، تهران: بهجت.
۱۸. فارابی، ابونصر محمد بن محمد. (۱۴۰۵). *فصول منتزعه*. تحقیق و تصحیح: فوزی نجا، چاپ دوم، تهران: مکتبه الزهراء.
۱۹. قراملکی، فرامرز. (۱۳۹۱). *نظریه اخلاقی محمد بن زکریای رازی*. تهران: مؤسسه حکمت و فلسفه ایران.
۲۰. کیانی، سمیه و بختیار نصر آبادی حسنعلی. (۱۳۹۰). *اهداف، اصول و روش تربیتی و اخلاقی از دیدگاه خواجه نصیرالدین طوسی*. مجله پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، سال ۱۹، ش ۱۲، صص ۹۴-۶۵.
۲۱. مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳). *بحار الانوار*. بیروت: مؤسسه الوفاء.
۲۲. معین، محمد. (۱۳۷۱). *فرهنگ معین*. تهران: امیرکبیر.
۲۳. ملاصدرا، محمد بن ابراهیم. (۱۹۸۱). *الحکمه المتعالیه فی الاسفار العقلیه الاربعه*. چ ۳، بیروت: دار احیاء التراث.

Principles of Spiritual Education in Akhlaq-e Naseri Leila Alimoradi

Abstract

This study was conducted with the aim of examining and explaining the notion of soul health in Akhlaq-e Naseri by Khwaja Nasir al-Din Tusi. Understanding the ailments of the soul and the ways to eliminate these vices in order to attain human perfection and closeness to the Divine is of great importance. Khwaja Nasir al-Din Tusi, in his Akhlaq-e Naseri, gives special attention to this issue and, through a comprehensive framework, emphasizes and recommends the purification and well-being of the soul. The main objective of the research is to preserve spiritual health and to identify the diseases of the soul and their remedies from Tusi's perspective. This research employs a descriptive-analytical method with a text-based approach. The findings indicate that caring for the soul and maintaining its balance is essential. Whenever human faculties deviate from balance, deficiencies arise and diseases emerge. Through the governance of reason, attention to the faculty of thought, and the provision of suitable models and practices, the soul can be preserved in the path of health, safeguarded from excess and deficiency in the three faculties—rational, appetitive, and irascible—and protected against ailments such as ignorance, anger, envy, and so on. Khwaja Nasir al-Din Tusi is fully aware of this necessity and offers a complete and systematic method for maintaining the equilibrium of the soul. Recognition and observance of this method contribute to improving the quality of both individual and social life, providing models for the spiritual well-being of all members of society, not merely a privileged class.

Keywords: Khwaja Nasir al-Din Tusi, Akhlaq-e Naseri, spiritual education.