



هُدًى وَشِفَاء

دراسة مُعاصرة مؤصَّلة لأحوال ومشاكل النَّفس والأسرة والمجتمع : أسبابها وعلاجها
والتحصُّن من الأسقام النَّفسية والعضوية والشهوات والسَّحر والعين والقلق والنهم
في ضوء القرآن الكريم والسُّنة النبوية والطب النبوي والرُّقية الشرعية والعلم الحديث



د. عبد العزيز بن سعيد بن عاتق

مستشار أسري ومُدرب مُعتمد من الأكاديمية الدولية للتدريب

ح عبد العزيز بن سعيد بن غائب، ١٤٣٦هـ.

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

بن غائب، عبدالعزيز بن سعيد

هدى وشفاء / عبد العزيز بن سعيد بن غائب. - خميس مشيط، ١٤٣٦هـ

٢٠٠ ص، ١٧ X ٢٤ سم

ردمك: ٧-٨٤٣٤-٠١-٦٠٣-٩٧٨

أ- العنوان

٢- الأدعية والأذكار

١- الرُقَى

١٤٣٦/٥٧١٧

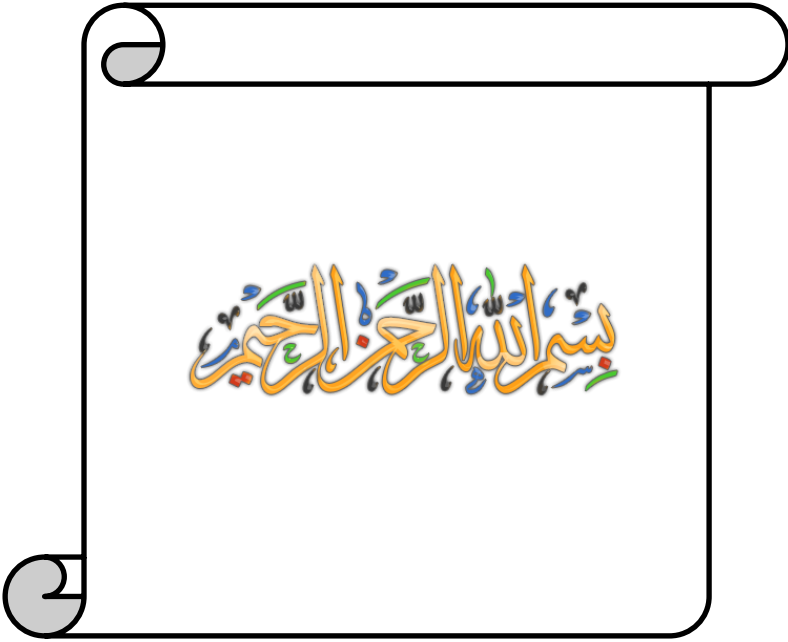
ديوي ٩٣، ٢١٢

رقم الإيداع ١٤٣٦/٥٧١٧

ردمك : ٧-٨٤٣٤-٠١-٦٠٣-٩٧٨

الطبعة الأولى

الحقوق محفوظة



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالَ تَعَالَى:

﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ﴾

سورة فصلت ٤٤

مقدمة

الحمدُ لله الذي جعل القرآنَ للمؤمنين هُدًى وشفاءً ، وأودع فيه أسرار التأثير والدواء ، وصلى الله وسلّم على خاتم الرُّسل والأنبياء ، وبعد :

فهذه دراسةٌ في (التحصُّن والاستشفاء) . بإذن الله . من الأسقام والمشاكل النفسية والعضوية ، والأمراض الأُسرية والاجتماعية ، والوساوس الشيطانية التي تُورِّق البعض ؛ كالقلق ، والهَم ، والحزن ، والعجز ، والكسل ، والمسّ والسحر ، والعين ، والحسد ، والشهوات ، والشبهات ، وواقع المُتغيّرات .

وما أنزل الله داءً إلا أنزل له دواءً ؛ علِمَهُ مَنْ علِمَهُ وجِهَلَهُ مَنْ جِهَلَهُ فَلَنُطْمَئِنَّ .. ولنُتَفَاءَلَ .. ولنُستبشِرَ .. ولنُحسِنَ الظنَّ بالله عزَّ وجلَّ .

وبين أيدينا الحل الكافي والدواء الشافي ؛ في القرآن الكريم والسنة الثابتة والطب النبوي ، والأسباب المباركة النافعة ؛ كالرقية الشرعية ، وتزكية النفس وتوكل القلوب على الله ، وحينئذٍ لا نكون :

كالعيرِ في البِداءِ يَقتُلُها الظُّمأُ والماءُ فوقَ ظُهورِها مَحْمُولُ

إنّ هذا الكتاب هو إرشادات قرآنية ، وتوجيهات نبوية ، وآداب مرعية ونصائح طبية ؛ جمعتها لأنتفع بمحتواها ، وينتفع بها من شاء الله أن يراها .

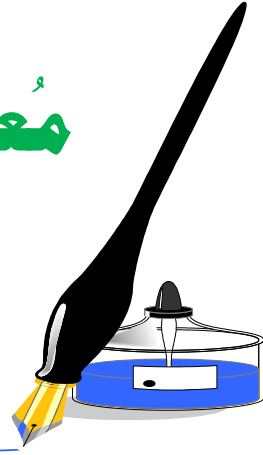
اعتمدت في توثيقه على هدي القرآن والسُنن الثابتات ، وراعيت في إعداده فقه الواقع ومواكبة المُستجدّات ؛ ليناسب كلّ الأفراد والمجتمعات ، ويُقاوم اليأس والتشاؤم والخرافات ، ويُصحح الكثير من المسالك والاتجاهات .

والله أسأل أن ينفع به كاتبه وقارئه والدالّ عليه؛ في الحياة وبعد الممات .

المؤلف .

الفصل الأول

مُعْجِزَةُ الشِّفَاءِ
الْقُرْآنِي



الشِّفَاءُ خِصِيصَةٌ قُرْآنِيَّةٌ

إن من خصائص القرآن الإعجازية ؛ ومن فضائله الربانية : أنه شفاءٌ ودواء ، وزادٌ للأرواح وغذاء.

فهو شفاءٌ لكثيرٍ من أسقام الأرواح والأبدان ، وحِصْنٌ من الشيطان وهذه فضيلة يظهر فيها إعجاز القرآن العظيم.

والشِّفاء : هو البرء والسلامة والعافية من الأمراض الجسدية والمعنوية الجسدية والقلبية ، لقول النبي ﷺ : (ما أنزل الله داءً إلا أنزل له شفاءً ؛ عَلِمَهُ مَنْ عَلِمَهُ وَجِبَلَهُ مَنْ جِبَلَهُ)^(١).

والقرآن أعظم (الشفاء) ؛ كما قال تعالى : ﴿ وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴾ الإسراء: ٨٢ ، وقوله تعالى : ﴿ قَدْ جَاءَ تَكْمُلُ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ يونس: ٥٧ .

وقوله تعالى : ﴿ قُلْ هُوَ الَّذِي ءَامَنُوا بِهِ هُدًى وَشِفَاءٌ ۗ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي ءَاذَانِهِمْ وَقُرْءَانٌ هُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى ﴾ فصلت: ٤٤ .

و(من) في قوله " مِنَ الْقُرْآنِ " للجنس لا للتبويض ، فلا تعني أن بعض القرآن شفاء دون بعض ؛ بل كُلهُ شفاء ورحمة^(٢) ؛ لكن آياته وسوره تتفاضل في ذلك.

(١) رواه البخاري (٥٦٧٨) كتاب الطب ، وأحمد (٣٥٧٨) ، وابن حبان (٢٨٨).

(٢) الطب النبوي ؛ لابن القيم ص ٣٥٢. حرف القاف.

القرآن كله شفاء (دلالةً وذاتاً)

يجب أن نعتقد أن القرآن شفاءٌ ورُقِيَّةٌ نافعة للقلب وأمراضه ، وللبدن وأسقامه ، وللمجتمع وأدوائه ، وأن معنى كونه شفاءً : أي دلالةً وذاتاً. (فهو شفاء دلالةً) : لأنه يدل على أسباب الشفاء والسلامة والسعادة والحِمْيَةِ من الأضرار.

(وهو شفاء ذاتاً) : أي بذاته ، فهو ذاته دواء ؛ لأنه كلام الله - تعالى - . أودع فيه التأثير بنفسه ؛ والنزول على الأفئدة ومداواتها ، ومَن أنكر ذلك فهو آثم ؛ لأنه أنكر معلوماً من الدين بالضرورة .

قال ابن القيم - رحمه الله - : (إن الداء لا يُقاوم القرآن ؛ وكيف تُقاوم الأدوية كلامَ رَبِّ الأرض والسماء ، الذي لو نَزَلَ على الجبال لصدَّعها ، أو على الأرض لقطَّعها ، فما من مَرَضٍ من أمراض القلوب والأبدان إلا وفي القرآن دلالةً على دوائه والحِمْيَةِ منه ؛ لِمَن رَزَقه الله فَهَم كتابه) أ.هـ^(١).

وَصَدَقَ الْقَائِلُ :

يزيدُ على مَرِّ الجَدِيدِينَ جِدَّةً	وألفاظُهُ مَهْمَا تَلَوْتَ عِذَابُ
فيه الدواء مِنْ كُلِّ دَاءٍ فَثِقُ بِهِ	وفيه علومٌ جَمَّةٌ وَثَوَابُ
وفيه هُدًى لِلْعَالَمِينَ وَرَحْمَةٌ	فَوَاللَّهِ مَا عَنَّهُ يَنْوِبُ كِتَابُ

(١) زاد المعاد لابن القيم ٣٥٢/٤ تحقيق الأرنبوط.

”الشافى من أسماء الله الحسنى“

”الشافى“ من أسماء الله الحُسنى ؛ اسمٌ عظيمٌ ثابتٌ له - سبحانه - بالنصِّ .
ومن أعظم أسباب الشفاء والعافية والسلامة والطمأنينة أن يُوقن العبدُ
بهذا الإسم العظيم ؛ ويدعو الله - تعالى - به ؛ تبرُّكاً وتوسُّلاً واستشفاء .
فاللهُ - جَلَّ وَعَلَا - هو الشافى ؛ الذي يَمْلِكُ الشفاء والعافية ، الذي لا يَقْدِرُ
على مَنحها أو رَفْعها إلا هو وَحْدَهُ .

يَشْفِي (القلوبَ) من سُكوكها وفِسقها ، و(الأبدانَ) من أسقامها وأوجاعها ،
و(العقولَ) من زَيغها وضلالها ، و(النفوسَ) من شهواتها وفجورها ، ويشْفِي
(المجتمعات) من ذنوبها وأسباب هلاكها ..

بل ويشْفِي كُلَّ الأَسقام ﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴾ الشعراء: ٨٠ .

ويشْفِي الصدور ﴿ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ ﴾ التوبة: ١٤ .

ويشْفِي مِنَ الضَّرِّ والكربِ : ﴿ ثُمَّ إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فَإِلَيْهِ تَجْرُونَ ﴾ النحل: ٥٣ .

وقال عن أيوب - عليه السلام - : ﴿ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ ، فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرِّ ﴾ الأنبياء: ٨٤ .

وكان النبي ﷺ يرقى نفسه ويقول : (اللهم أذهب البأس ربَّ الناس ، واشفِ

أنت الشافى ، لا شفاء إلا شفاؤك ، شفاءً لا يُغادر سَقَمًا) (١) .

(١) رواه البخاري (٥٧٥٠) ، ومسلم (٢١٩١) .

تَرَابُطُ الْإِيمَانِ وَالْقُرْآنِ

الإيمان والقرآن مترابطان لا ينفكان ؛ ترابط المُسبَّب بالسبب والمشروط بالشرط ، فالإيمان مشروط للعمل بالقرآن ، قال تعالى : ﴿ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ ﴾ فصلت: ٤٤ ، وقال تعالى : ﴿ ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ

فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ﴾ البقرة: ٣ .

فاشترط (الإيمان) و(التقوى) للانتفاع بالقرآن والاهتداء بهديه .
"وما كُلَّ أَحَدٍ يُوَهَّلُ وَيُوَفَّقُ لِلاستشفاء بالقرآن ، فإذا أحسن العليل التداوي به ؛ ووضعهُ على دائه بصدق وإيمان وقبول تام ، واعتقادٍ جازم واستيفاءٍ لشروطه لم يُقاومه الداء أبداً " أه^(١) .

والقرآن والعسل شفاء ، وفي الأثر: (عليكم بالشففاءين: العسل والقرآن)^(٢) .
فأما القرآن : فللمؤمنين خاصة ، وأما العسل : فشفاء للناس كلهم المؤمن والكافر ، كما قال تعالى : ﴿ شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ ﴾ النحل: ٦٩ .
وقال (فيه) ولم يقل هو ، وهذا يعني أن القرآن كله شفاء للمؤمنين ، وأن في العسل شفاء محدود ولكل الناس ، ويزيد نفعه إذا أُضيف إليه أعشابٌ أخرى .

(١) المصدر السابق .

(٢) رواه ابن ماجه (٣٤٥٢) عن ابن مسعود - رضي الله عنه - موقوفاً ، وضعفه الألباني .

وهذا هو الفارق ؛ أنّ القرآن علاجٌ روح ، والعسل علاجٌ جسد ،
وشتّان بينهما.

يا خادِمَ الجسمِ كَمْ تَشقى لِخِدمَتِهِ أَتَطلبُ الرِّيحَ فيما فيه خُسرانُ
أقبلُ على الرُّوحِ واستكملُ فضائلَها فأنتَ بالروحِ لا بالجسمِ إنسانُ

وَرَحِمَ اللهُ الإمامَ الزركشي ؛ عندما قال عن الاستشفاء بالقرآن :
(ولن يَنْتفعَ بالقرآنِ إلا مَنْ أخلصَ اللهُ نيتَه ، وتدبَّرَه في عَقَلِه وسَمِعَه ، وعَمَرَ
به قلبَه وأعملَ به جوارحَه ، وجَعَلَه سَميرَه في ليلِه ونهارِه ، وتَمَسَّكَ به
واتَّبَعَه ؛ هُنالِكَ تأتيه الحقائقُ مِنْ كُلِّ جانِبٍ ، فإذا لَمْ يَكُنْ كَذَلِكَ كانَ فِعْلُه
مُكذِّباً لِقولِه) أهـ (١).

وَكَمْ مِنْ عبادِ اللهِ الصالحينَ ؛ عَلِموا بِفضلِ كتابِ رَبِّهم ، وأيقنوا بِنفعه
وطَبَّقوه في واقعهم ، واستشفوا به ؛ فَذَهَبَ هُمُّهم ، وهنأَ نومُهم ، وزالت
وَحْشَتُهم ، وانقطعَ شَكُّهم ، وَكَمُلَ يَقينُهم ، واطمأنتَ قلوبُهم ، واغتنى
فَقْرُهُم ، وتذكروا نعمةَ رَبِّهم..، نَسألُ اللهُ بِمَنِّه وَكَرَمِه أنْ يجعلنا مِنْهم.

(١) البرهان في علوم القرآن ؛ للإمام محمد الزركشي ٤٣٦/١ ؛ تحقيق محمد أبو الفضل.

التداوي بالقرآن والسنة هدي نبوي

لقد كان النبي ﷺ يتداوى بالقرآن والتعويدات المشروعة ، ويُعلم أمته ذلك ، وعلمنا أن نقرأ "الإخلاص" و "المعوذتين" و "آية الكرسي" بعد كل صلاةٍ وعند النوم وفي الصباح والمساء ؛ مع النفث على الجسد ؛ استشفاءً وتداوياً وحمية وحصانة ..

ولما سحر ﷺ أنزل الله المعوذتين - الفلق والناس - فرقى نفسه بهما وشفي ، وقال ﷺ : (ما تعوذ متعوذٌ بمثلهما)^(١) ، وفي روايةٍ : (لم ير مثلهن قط)^(٢) .

ووجه ﷺ عند الأرق والقلق في المنام أن نقرأ قول الله تعالى : ﴿ وَقُلْ رَبِّ

أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيْطَانِ ﴿٩٧﴾ وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ ﴿٣﴾ .

وقد تكفل الله - تعالى - لرسوله بجمع القرآن وقرآنه ؛ أي توضيح معانيه وتفسيره ؛ ﴿ إِنَّ عَلَيْنَا جَمْعَهُ وَقُرْآنَهُ ﴾ ﴿ ثُمَّ إِنَّ عَلَيْنَا بَيَانَهُ ﴾ ؛ ولكنه لم يتكفل لرسوله بالعمل والاتباع ؛ بل أوكلها إليه فقال : ﴿ فَإِذَا قَرَأْتَهُ فَاتَّبِعْ قُرْآنَهُ ﴾ القیامة: ١٩ ، فأمره بالعمل والاتباع والاهتداء ، والأمر له ولأمته عامة .

(١) رواه أبو داود (١٤٦٣) ، والنسائي (٥٤١٤) ، وصححه الألباني في صحيح الجامع (٧٩٤٩) .

(٢) رواه مسلم (٢١٠١) كتاب فضائل القرآن .

(٣) انظر : تفسير الشيخ أبو بكر الجزائري عند الآية ٩٧ من سورة المؤمنون .

وكان (الصحابه الكرام) - رضي الله عنهم - خيرَ مَنْ قرأ القرآن وعَمَل به بعد النبي ﷺ ؛ فكانوا هم الجليل الفريد ؛ والفجر الجديد ؛ الذي غيّر مجرى التاريخ وكانوا أبرّ الأُمَّة قلوبًا ، وأعمقها عِلْمًا ، وأقلّها تكلفًا ، وأقومها هُدًيا ..

وكانوا يتلقّون القرآن ليعملوا بما فيه ، وقال ابن مسعود - رضي الله عنه - :
(كُنَّا إِذَا تَعَلَّمْنَا عَشْرَ آيَاتٍ لَمْ نُجَاوِزْهُنَّ حَتَّى نَعْرِفَ مَعَانِيَهُنَّ وَالْعَمَلَ بِهِنَّ) ^(١) .

وعن العباس بن عبد المطلب - رضي الله عنه - قال : (وسَيأتي قومٌ يؤتَوْنَ القرآنَ قبلَ الإيمانِ ، يقيمون حروفه ويضيعون حدوده ؛ يقولون : قرأنا فَمَنْ أقرأ مِنَّا ؟ وَعَلِمْنَا فَمَنْ أَعْلَمَ مِنَّا ؟ فذلك حظُّهم ، وأولئك شرار الأُمَّة) ^(٢) .

ومن قصص اهتمام السلف الصالح بالاستشفاء بالقرآن :

ما ذُكر عن أحد الصالحين أنه أصابه عُسر البول - وهو المعروف اليوم بمرض "الحصى الكلوي" - فكتب في ورقةٍ : البسملة ؛ وقول الله تعالى : ﴿ وَبَسَّتِ الْجِبَالُ بَسًّا ۗ فَكَانَتْ هَبَاءً مُنْبَثًّا ۗ ﴾ ، وقوله : ﴿ وَجُمِلَتِ الْأَرْضُ وَالْجِبَالُ فَدُكَّنَاذَكًا وَحِدَةً ۗ ﴾ ، وقوله : ﴿ كَلَّا إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكَّادًا ۗ ﴾ ، ثم وَضَع الورقة في ماء ؛ وكرّر قراءة هذه الآيات فيه وشرب وغسّل منه ؛ فشفاه اللهُ ؛ وألقى الحصى ^(٣) .

(١) ذكره الطبري في تفسيره ٤٤/١ ؛ وصحح إسناده لابن مسعود رضي الله عنه.

(٢) رواه ابن المبارك في الزهد (٤٥٠) ، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة (٣٢٣٠) ، وانظر

تخريج أحاديث الإحياء للحافظ العراقي برقم (١٧٨).

(٣) البرهان في علوم القرآن ؛ للزركشي ٤٣٥/١ .

شِفَاءُ الْقُرْآنِ لِأَمْرَاضِ (الْقُلُوبِ)

إن القرآن شفاءٌ (للقلوب) من مرض الكفر والشرك والنفاق والشهوات والشبهات والخوف والحزن والهم والغم والوسوسة والقلق والتعلق بغير الله.

قال تعالى: ﴿الْأَلْبَسْنَاكَ لِلْإِنْسَانِ إِذْ خَلَقْنَاكَ مِنْ نَجَسٍ عَلِيمٍ﴾ الرعد: ٢٨ ، فمن قرأ القرآن وآمن به وتدبره وتبعه سلم من هذه الأسقام والآفات ، واطمأن قلبه.

وفي قوله تعالى: ﴿حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾ آل عمران: ١٧٣ ، شفاءٌ من الخوف والحسرة ومن مكر الأعداء.

وفي قوله تعالى: ﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ البقرة: ١٥٦ ، شفاءٌ من الحزن ولوعة المصائب والبلاء.

وفي قوله: ﴿مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ﴾ الكهف: ٣٩ ، شفاءٌ من الحسد والعين.

وفي قوله: ﴿لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾ الأنبياء: ٨٧ ، شفاءٌ من الغم والهم والكرب.

وفي قوله تعالى: ﴿وَأَفْوُضْ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ﴾ غافر: ٤٤ ، شفاءٌ من الخوف من المخلوقين ومن كل مرهوب.

وهكذا يُدَكِّرنا القرآنُ بعمى وموت القلوب لعلنا ننتبه ونتوب ؛ ﴿فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ الحج: ٤٦ .

شِفَاءُ الْقُرْآنِ لَأَمْرَاضِ (الْأَبْدَانِ)

(أما الأبدان): فالقرآن أيضاً شفاءٌ لها ، فقد كان النبي ﷺ إذا ألمَّ ألمٌ وضع يده عليه وقرأ عليه من القرآن ويقرأ ويدعو وينفث ؛ فيُشْفَى بإذن الله.

فَعَن عَائِشَةَ - رضي الله عنها - : (كان ﷺ يَنْفِثُ بِالْمَعْوِذَاتِ عَلَى نَفْسِهِ فِي الْمَرَضِ الَّذِي مَاتَ فِيهِ ؛ فَلَمَّا ثَقُلَ كُنْتُ أَنْفِثُ عَلَيْهِ بِهِنَّ وَأَمْسَحُ بِيَدِهِ رَجَاءَ بَرَكَتِهَا)^(١).

وفي صحيح البخاري ؛ قصة الرَّجُلِ الَّذِي لُدِعَ ؛ فَقَرَأَ عَلَيْهِ الصَّحَابَةُ الْفَاتِحَةَ فَكَانَ الْقَارِئُ يَقْرَأُ وَيَنْفِثُ ؛ فَبَرِئَ الْمَلْدُوعُ ؛ وَأَخَذُوا عَلَيْهِ جَعَلًا وَأَقْرَهُمُ النَّبِيُّ ﷺ عَلَى ذَلِكَ ؛ وَقَالَ : (وَمَا يُدْرِيكَ أَنَّهَا رُقِيَّةٌ ؛ أَصَبْتُمْ ؛ وَاضْرِبُوا لِي مَعَكُمْ بِسْمِهِمْ)^(٢). وعن خارِجَةَ بنِ الصَّلْتِ ؛ عن عَمَّةٍ : أَنَّهُ أُتِيَ بِرَجُلٍ مَعْتَوَهُ فِي الْقَبْرِ ، فَرَقَاهُ بِأَمِّ الْقُرْآنِ - الْفَاتِحَةِ - ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ غُدُوَّةً وَعَشِيًّا ؛ كُلَّمَا خَتَمَهَا نَفِثَ عَلَيْهِ فَبَرِئَ الْمَعْتَوَهُ وَنَشِطَ ، فَأَعْطَوْا الرَّاقِيَ شَيْئًا ، فَذَكَرَهُ لِرَسُولِ اللَّهِ ؛ فَقَالَ ﷺ : (كُلُّ ؛ فَلَعَمْرِي لَمَنْ أَكَلَ بِرُقِيَّةٍ بَاطِلٍ لَقَدْ أَكَلَتْ بِرُقِيَّةَ حَقٍّ)^(٣).

وفي سورة (الفلق) الرُّقِيَّةُ وَالْعِلَاجُ مِنْ "أربعة أمراضٍ جَسَدِيَّةٍ" ؛ هِيَ : (شَرُّ الأَشْرَارِ وَشَرُّ اللَّيْلِ وَالسَّحَرِ وَالْعَيْنِ) ، وَسُورَةُ (النَّاسِ) لِعِلَاجِ "الْوَسْوَاسِ".
وَمِنْ شِفَاءِ الْقُرْآنِ لِلْأَبْدَانِ أَنَّهُ يَعْالِجُ الأَمْرَاضَ النَّفْسِيَّةَ الَّتِي تُؤَثِّرُ عَلَى الأَبْدَانِ.

(١) رواه البخاري في صحيحه (٥٠١٦) باب فصل المعوذات.

(٢) رواه البخاري (٥٧٤٩) كتاب الطب ، وفي كتاب الإجارة برقم (٢٢٧٦).

(٣) رواه أبو داود (٣٤٢٠) ، وابن حبان (٦١١١) ، وصححه الألباني في الصحيحة (٢٠٢٧).

شِفَاءُ الْقُرْآنِ لِلسَّحْرِ وَالْعَيْنِ وَالْمَسِّ

إن (السَّحْرَ وَالْعَيْنَ) أَسْوَأُ دَاعَيْنِ يُصِيبَانِ الْجَسَدَ وَيُسَبِّبَانِ الْقَلْقَ وَالْآلَامَ
والتَّخِيلَاتِ ..

وعلاجهما سَهْلٌ وَيَسِيرٌ بِالْقُرْآنِ وَالتَّعْوِيدَاتِ وَأَذْكَارِ الصَّبَاحِ وَالْمَسَاءِ ،
فَإِذَا قُرِئَتْ الْفَاتِحَةُ وَالْكَرْسِيُّ وَخَوَاتِمُ الْبَقْرَةِ وَأَوَائِلُ الصَّافَاتِ وَأَوَاخِرُ الْحَشْرِ
وَالْإِخْلَاصِ وَالْمَعْوِذَتَيْنِ الْفَلَقِ وَالنَّاسِ ؛ مَعَ آيَاتِ السَّحْرِ وَآيَاتِ الْعَيْنِ
والتَّعْوِيدَاتِ الْمَشْرُوعَةِ .. شَفَّتْ وَكَفَّتْ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى ^(١) .

أما علاج السَّحْرِ بِالسَّحْرِ - النَّشْرَةُ - وَالِاسْتِعَانَةُ بِالْجِنِّ وَالسَّحْرَةُ وَالْكَهْنَةُ فِي
فَكَهَّ فَإِنَّهُ مُحَرَّمٌ وَلَا يَصِحُّ ؛ لِأَنَّهُ يَقُودُ لِلشَّرِّ وَفَسَادِ الْعَقِيدَةِ ، وَلَا فَائِدَةَ مِنْهُ ؛
وَلِأَنَّهُ وَهْمٌ مَزْعُومٌ ؛ يَهْدِفُ لِابْتِزَازِ النَّاسِ مِنْ حَيْثُ لَا يَشْعُرُونَ ، وَيُفْسِدُونَ
عَقَائِدَ النَّاسِ بِإِيكَالِهِمْ لِلخَلْقِ دُونَ الخَالِقِ - جَلَّ وَعَلَا ..

وَأما (تَلَبُّسُ الْجَانِّ بِالْإِنْسَانِ) فِي دَاخِلِ جَسَدِهِ وَخَارِجِهِ فَهُوَ حَقِيقَةٌ ثَابِتَةٌ بِأَدَلَّةِ
الْقُرْآنِ وَالسُّنَّةِ ، وَأَنَّهُ يَتَخَبَّطُ الْإِنْسَانَ بِالْمَسِّ ، وَأَنَّهُ يَجْرِي مِنْ ابْنِ آدَمَ مَجْرَى الدَّمِ
وَأَنَّ عِلَاجَ هَذَا التَّلَبُّسِ سَهْلٌ وَيَسِيرٌ بِمَا شَرَعَ اللَّهُ لِعِبَادِهِ مِنَ الْأَدْعِيَةِ وَالْأَذْكَارِ
وَالطَّهَارَةِ وَالصَّلَوَاتِ وَالرَّقِيَّةِ الْقُرْآنِيَّةِ الشَّرْعِيَّةِ ، وَسَيَأْتِي مَزِيدٌ مِنَ الشَّرْحِ وَالتَّفْصِيلِ
والتَّدْلِيلِ لِهَذَا الخَطَرِ الْوَيْلِ .

(١) انظر هذه الرقية كاملة ومفصلة هنا في باب الرقية الشرعية وموقف الشيطان من الإنسان.

شِفَاءُ الْقُرْآنِ لِلْأُسْرَةِ وَالْمَجْتَمَعِ

كذلك فإن القرآن شفاءٌ لأمراض المجتمع الفتاكة به ؛ كالسخرية ، والتنازير والغيبة ، والنميمة ، وسوء الظن ، والتكبر ، والعداوة ، والبغضاء ، والقطيعة والعقوق ، والزنا ، والفاحشة ، والقتل ، والسرقه ، والزور ، وأكل الحرام ، والظلم ، والرِّبا ، وتتبُّع العورات ، والنظر المحرم ..

وكلُّ ذلك مما جاء في القرآن دواؤه والنهي عنه وتحريمه ومُعاقبة أهله ، وذلك بَيْنُ لِمَنْ تَأْمَلُ قَوْلَ اللَّهِ - تعالى - : ﴿ قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبِّي عَلَيْكُمْ عَلَىٰ مَن تَشْرَكُونَ بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِمَّنْ إِمْلَقِي نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَلِكَُمْ وَصَّكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴾ الأنعام: ١٥١ .

وقوله تعالى : ﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾ النحل: ٩٠ .

وقوله تعالى : ﴿ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ ﴾ النحل: ٢٣ .

وقوله تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَذَرُوا مَا بَقِيَ مِنَ الرِّبَا ﴾ البقرة: ٢٧٨ .

وقوله تعالى : ﴿ وَلَا تَقْرَبُوا الرِّبَا إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ﴾ الإسراء: ٣٢ .

وقوله تعالى : ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ ﴾ الإسراء: ٣٦ .

وقوله تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا ﴾ الفرقان: ٧٢ .

وقوله تعالى: ﴿وَلَا يَحْسَبُوا وَيَلَا يَغْتَبُ بَعْضُكُمْ بَعْضًا﴾ الحجرات: ١٢.

وقوله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ النساء: ١٩.

وقوله تعالى: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ

بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ النساء: ١١٤

وقوله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ ءَامَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي

الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾ النور: ١٩.

وقوله تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّونَ مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُونَ فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ

اللَّهُ خَيْرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ

زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا﴾ النور: ٣١.

فلو أنزلنا هذه الآيات الكريمات وأمثالها على أمراضنا وأدوائنا الأسرية والاجتماعية بصدقٍ ويقين وإيمان.. لذهبت تلك الأمراض، ولسلم منها المجتمع المسلم؛ وصار مثالا يُحتذى به، فهي رقية وشفاء لهذه المشاكل قبل وبعد وقوعها، وهي حمية قبل تفشيها.

وفي سورتي (النور والحجرات) الكثير من الدواء والعظات لسلامة الأسر والبيوت والمجتمعات وستر العورات، ومن تدبرهما رأى العجب.

كما أن السور: (البقرة والنساء والأحزاب والطلاق) فيها الكثير من علاج أمراض الأسر والخلافات الزوجية والبيوت؛ وذلك ظاهرًا للمتدبرين.

شِفَاءُ الْقُرْآنِ لِلْقَلْقِ وَالْأَرْقِ وَضِيقِ الصَّدْرِ

ما أحوج مجتمعاتنا المعاصرة إلى هداية القرآن للسلامة من هذا الداء الويل في عالمٍ تتنازعه الحضارة المادّية ، والشهوات الجسدية ، والمكذبات الدنيوية . ولقد غلب القلقُ على البعض في هذا العصر ، وليس هُوَ نتاجُ فقرٍ أو بحثٍ عن قوتٍ ..، ولكنه الخَوَاءُ الروحي الناتج عن ضعف الإيمان ؛ وعَدَمُ الرضى بالقضاء والقدر ؛ والناتج أيضاً عن إشباع مطالب الجسد وإهمال مطالب الروح من القرآن والذِّكْر ، إضافةً إلى انتشار الشهوات والفتن والفضائيات وخليع القنوات وبرامج التواصل وشبكة الإنترنت ..

وحينئذٍ تستولي - على البعض من أفراد المجتمع - الأمراض النفسية والقلق والوسواس والاكتئاب والهم والغم والصرع والعين والسحر ، وبالتالي الجريمة ؛ إذا لم يحصل ضبط النَّفْسِ بالإيمان والصبر والقرآن ..

وكُلَّ ذلك نتيجة الإعراض عن ذكر الله وعن القرآن ، كما قرّر الله ذلك فقال تعالى : ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَمَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

أَعْمَى ﴾ طه: ١٢٤ .

وقال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَعِشْ عَن ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ﴾ الزخرف: ٣٦ .

صُورٌ مِنْ اِهْتِمَامِ الْإِسْلَامِ بِصِحَّةِ الْإِنْسَانِ

لقد اهتمَّت الشريعة - ممثلةً في القرآن والسنة - بصحة الإنسان؛ الجسمية والنفسية، وأحلت الطيبات وحرمت الخبائث، ومنعت وشجبت كلَّ مضرٍّ بالصحة والبيئة، فكلُّ حلالٍ طيبٍ لا ضررَ فيه فهو مباح، وكل خبيث ضارٌّ فهو مُحَرَّم، قال تعالى: ﴿وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبِيثَاتِ﴾ الأعراف ١٥٧؛ فهذه قاعدةٌ شرعيةٌ عظيمةٌ يدخل فيها ما نص عليه القرآن مما يلي:

- ١ - تحريم لحم الخنزير؛ لما يحوي من الدهون والسموم والديدان والأمراض..
- ٢ - تحريم الميتات والدم؛ لما تحوي من الميكروبات والتسممات القاتلة..
- ٣ - تحريم المخدرات والمسكرات؛ لضررها الشنيع على الضروريات الخمس "الدين والنفس والعقل والعرض والمال".
- ٤ - تحريم الفواحش الجنسية من الزنا ونحوه، لما فيها من دمار المجتمعات واختلاط والأنساب، وانتشار الأمراض القاتلة؛ كالهربز والإيدز ونحوها.
- ٥ - تحريم التداوي بالمحرّمات والخرافات والمنكرات؛ ولو سمّوها بغير اسمها؛ لقول النبي ﷺ: (تَدَاوَوْا عِبَادَ اللَّهِ؛ وَلَا تَدَاوَوْا بِالْحَرَامِ)^(١).

ولهذا حتى المضطر للميتات والحرام اشترط عليه أن لا يكون باغ ولا عاد.

(١) رواه أبو داود (٣٨٥٥)، والترمذي (٢٠٣٨)، وأحمد (١٨٤٥٤)، وصححه الألباني في صحيح

٦ - وعند المصائب والبلاء شرع الإسلام للمسلم ما يخفف عليه الألم

النفسي ويضمن له الصحة النفسية ؛ من الصبر والاحتساب والرضى بالقدر والقضاء ، وأنّ المصائب مرارة (في الدنيا) حلاوة (في الآخرة) ، وأنها مكفّرات ، ولا يزال البلاء بالعبد حتى يلقي الله يوم القيامة وما عليه خطيئة ، وأنّ النياحة والجزع والضجر يزيد البلاء ، ويؤذي النفس ، ويسرّ الشامت ، وأشدّ الناس بلاءً الأنبياء ، ثم الذين يلونهم بحسب إيمانهم ، وإذا أحبّ الله قومًا ابتلاهم ..

قال تعالى: ﴿ مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۗ ﴾ التغابن: ١١.

وأنّ (الموت وشدّته) هو آخر مصائب المؤمن وآخر كربه في الدنيا ، ويسهل الله عليه كرب القيامة وما بعد الموت.

وأنّ (مصيبة الدين) ؛ أعظم المصائب وأخطرها ؛ وكلّ مصيبة تهون دونها ؛

لأنّ فيها خسارة النفس والدنيا والآخرة ، وفيها الهلاك والثبور ..

أخي إنّ من الرجال بهيمةً في صورة الرّجل السميع المبصر
فطنٌ لكلّ مصيبةٍ في ماله إذا أصيبَ في دينه لم يشعُر

والدنيا مزوجةٌ بالكدر ، ولا راحة إلا في (الجنة) ؛ تلك الدار التي قال عنها

النبي ﷺ: (يُنَادِي مُنَادٍ فِي أَهْلِ الْجَنَّةِ بِأَرْبَعٍ : إِنَّ لَكُمْ أَنْ تَحْيَوْا فَلَا تَمُوتُوا أَبَدًا

وَإِنَّ لَكُمْ أَنْ تَصِحُّوا فَلَا تَسْقَمُوا أَبَدًا ، وَإِنَّ لَكُمْ أَنْ تَشَبُّوا فَلَا تَهْرَمُوا أَبَدًا ، وَإِنَّ

لَكُمْ أَنْ تَنَعَمُوا فَلَا تَبْأَسُوا أَبَدًا) ^(١).

(١) رواه مسلم (٧١٠٦) ، والترمذي (٣٣٦٨) ، وأحمد (٨٢١٠).

الضوابط (الأربعة) للتداوي بالقرآن والسنة

(الضابط الأول) : قبل وقوع المرض ينبغي التحصن بالقرآن والتعويدات الشرعية ، وحفظ الفرائض والصلوات الخمس في وقتها والخشوع فيها ، والأذكار والتعويدات المشروعة للصباح والمساء ، وتحقيق الإيمان والتوكل بالقلب على الله .

(الضابط الثاني) : بعد وقوع أي مرض على الجسد أو القلب والنفس فإنه ينبغي الإسراع إلى الدُّعاء واللجوء إلى الله ؛ ثم الأخذ بالأسباب المشروعة ؛ وأعظمها (الرقية الشرعية) من القرآن والسنة ، وسيأتي بيان هذه الرقية إن شاء الله .

(الضابط الثالث) : أن يعتقد المريض ومن يرقيه أن النفع والضرر من عند الله تعالى ؛ وأن هذه مجرد أسباب مشروعة .

(الضابط الرابع) : الحذر من البدعيات والشركيات ؛ وما قد يفعلُه الجهلة والفسقة ؛ كالسحرة والكهنة الذين يكتبون طلاسماً ورموزاً ومربعات وشعوذة ويعكسون كتابة الآيات ، أو يقرأون في الكفّ أو الفنجان ؛ لتوهيم الجهال والتقرب للشياطين ليخدموهم في الكفر والشرك .

ولا نفع ولا شفاء إلا بالطرق المشروعة التي على هدي من القرآن والسنة كما قال النبي ﷺ : (لا بأس بالرقى ما لم يكن فيها شرك)^(١) .

(١) رواه مسلم (٥٧٢٣) ، وأبو داود (٣٨٨٦) ؛ باب الرقى ؛ بلفظ : " ما لم يكن شركاً " .

الفصل الثاني



النَّفْسُ الزَّكِيَّةُ وَالْقَلْبُ الْمُطْمَئِنُّ

إن للقرآن والذكر والدُّعاء والصلاة أثراً عظيماً ودوراً كبيراً في حصول الصحة النفسية والطمأنينة القلبية ، بل شهد الواقع بذلك ؛ وأثبتت دراسات علمية ميدانية أنه لا يُمكن لإنسان أن يكون صحيحاً في نفسيته ؛ ولا قوياً في شخصيته ؛ ولا مُتفائلاً ولا مُتزنّاً ؛ ولا صابراً ؛ ولا قادراً على تحمّل المسؤوليات وحلّ المشكلات ؛ ولا يتنصر على النفس والهوى والإحباط والتردد والشهوات إلا إذا كان من أهل القرآن : تلاوةً وتدبراً وعملاً ؛ ومن أهل الصلاة : حفظاً وإخلاصاً وخشوعاً ، ومن أهل الأذكار والأدعية المشروعة : تحصُّناً وتأملاً واستشفاءً ، والعكس بالعكس ..

وأن في القلب فراغاً ؛ لا يملأه إلا الإيمان بالله وطاعته ؛ وفيه وحشة لا يؤنسها إلا ذكر الله عزّ وجلّ.

قال تعالى: ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾

الرعد: ٢٨ .

وقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾

سورة الفجر ٣٠ .

وقال تعالى: ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿١﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ الشمس: ١٠ .

زكّاهَا : أي نقّاهَا بالإيمان والتوحيد والإخلاص والصدق والعمل الصالح.

دسّاهَا : أي دسّسها بالكفر أو الشرك أو النفاق أو المعاصي أو الشهوات ..

النَّفْسُ الْإِنْسَانِيَّةُ فِي الْقُرْآنِ الْكَرِيمِ

الإنسان جسدٌ وروح ، وللروح مَطَالِبٌ وَرَغَبَاتٌ كَمَطَالِبِ وَرَغَبَاتِ الْجَسَدِ
وَكُلُّهُمَا يُوَثِّرُ عَلَى الْآخِرِ بِشَكْلِ مَبَاشِرٍ ..

إِذَا كَانَتِ النَّفْسُ كِبَارًا تَعَبَتْ فِي مُرَادِهَا الْأَجْسَادُ

وَقَدْ كَشَفَ اللَّهُ - تَعَالَى - فِي الْقُرْآنِ حَقِيقَةَ النَّفْسِ الْبَشَرِيَّةِ ؛ وَمَا تَنْطَوِي عَلَيْهِ
وَمَا لَهَا مِنْ خِصَائِصٍ .. ، كَيْفَ وَهُوَ الَّذِي يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ؟!!

فَمِنْ حَقَائِقِ النَّفْسِ الْبَشَرِيَّةِ فِي الْقُرْآنِ :

(١) - أَنْ النَّفْسَ ثَلَاثَةَ أَقْسَامٍ :

- مُطْمَئِنَّةٌ : وَهِيَ الْأَمْنَةُ السَّلِيمَةُ ؛ بِالْإِيمَانِ وَالْقُرْآنِ وَالِدِّينِ وَالْعَمَلِ الصَّالِحِ ،

قَالَ تَعَالَى : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً ﴾ الفجر: ٢٨ .

- وَلَوَامَةٌ : تَلُومٌ حَالَهَا عَلَى التَّقْصِيرِ ، ﴿ وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامَةِ ﴾ القيامة: ٢ .

- وَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ : وَهِيَ الشَّرِيرَةُ الَّتِي تَدْفَعُ بِصَاحِبِهَا لِلْإِثْمِ وَالسُّوءِ ، قَالَ

تَعَالَى : ﴿ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ﴾ يوسف: ٥٣ .

(٢) - أَنَّ النَّفْسَ الْإِنْسَانِيَّةَ مَمْلُوءَةٌ بِ(الهِلَعِ) الَّذِي يُؤَدِّي بِهَا لِلْمَنْعِ وَالْجَزَعِ

وَالْتَضَجُّرِ وَالْخَوْفِ وَالْبَخْلِ وَالشَّحِّ .. ، قَالَ تَعَالَى : ﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١١) إِذَا مَسَّهُ

الشَّرْجُوعَا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (١١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴾ المعارج: ٢٢ .

(٣) - أن النفس الإنسانية توسوس وتُصارع نفسها بالأُماني ، قال تعالى :

﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلَهُم مَّا تُوَسَّوَسُ بِهِ نَفْسُهُ ﴾ ق: ١٦ ، ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴾ ٧ ﴿ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴾ ٨ ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴾ ٩ ﴿ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴾ الشمس: ١٠ .

(٤) - أن النفس الإنسانية تُحِبُّ الدنيا والمال والتملُّك ؛ وبها طَمَعٌ وجَشَعٌ

وشُحٌّ وتشوْفٌ وحَسَدٌ ..

قال تعالى : ﴿ أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ﴾ النساء: ٥٤ .

وقال تعالى : ﴿ لَا يَسْئَمُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَئُوسٌ قَنُوطٌ ﴾ فصلت: ٤٩ .

وقال تعالى : ﴿ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ الحشر: ٩ .

وقال تعالى : ﴿ وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا ﴾ الفجر: ٢٠ .

وقال تعالى : ﴿ أَلْهَنَكُمْ التَّكَاثُرُ ﴾ ١ ﴿ حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ﴾ التكاثر: ٢ .

وقال تعالى : ﴿ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴾ الفلق: ٥ .

وقال النبي ﷺ : (لو كان لابنِ آدمَ واديانٍ من ذهبٍ لا بُتَغى إليهما نالِثًا ، ولا يَمَلَأُ

جَوْفَ ابنِ آدمَ إلا التُّرابُ ، ويتوبُ اللهُ على مَنْ تاب) (١) .

(١) رواه أحمد (٢٠٧٣٥) ، وابن حبان (٣٢٠٥) ، وصححه الألباني في السلسلة برقم (٢٩١٠) .

العلاقة بين (الروح) و (الجسد) في الشفاء والداء والدواء

مصدقاً للقرآن والشرع .. فقد أثبت الطبّ والعلم الحديث أن شفاء

الجسد من شفاء الروح وسلامة النفس ؛ كيف؟!

ذلك أن المسلم المتخلق بأخلاق القرآن يكون هادئاً مطمئن القلب

لا يغضب ، ولا يحرص ، ولا يحسد .. ، فيصير بذلك سليم الروح والجسد.

أما الغضب والحسد والحريص والقلق والمهموم - لإهماله القرآن والذكر

وضبط النفس - فإنه قد يصاب بمرض السكرى والضغط ومرض القلب

والشرايين والانفعال والتوتر والخوف ؛ لأنه لم يروض روحه على القرآن

والذكر وعلى الدعاء والحلم.. خاصة عند الغضب ؛ وفي هذا قال الله تعالى :

﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَمَنْحُشْرَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴾ طه: ١٢٤.

بل أثبت (الطب الحديث) أن الصلاة والذكر دواء لأوجاع الجسد والقلب

والروماتيزم والأمراض النفسية والوسوسة والسحر والعين ، ودواء كذلك

للمفاصل وفقرات الظهر والرقبة والركب.

وفي هذا كله (رد) على من يزعم أن القرآن والذكر شفاء للروح دون

الجسد والأمراض العضوية ؛ وأن هذا قول باطل ، والحق أن القرآن شفاء

للقلب وللجسد والأسقام الحسية والمعنوية.

تفاعل النفس والجسد مع بعضهما :

ومن الثابت - بالواقع والحسّ والعلم والطبّ - أن الجسد والنفس عُصْران مترابطان يتأثران ببعضهما ؛ يَصِحُّ أو يَسْقَمُ أحدهما بصِحَّة أو سُقْم الآخر ..
وفيما يلي توضيح ذلك :

• أخطار الضغوط النفسية والاضطرابات الروحية على (الجسد):

- ١- إصابة الجسد بالأرق والتعب والإرهاق.
- ٢- إصابة المخ بزيادة التفكير والتشتت والسرَّحان.
- ٣- تغيير فسيولوجية ونمو وطبيعة الجسد.
- ٤- كثرة الصداع النصفي ؛ والطفح الجلدي.
- ٥- تغيير نظام أجهزة الجسم ؛ كالجهاز العصبي والهضمي.
- ٦- إضعاف جهاز المناعة ؛ مما يُعَرِّضُه للفيروسات والعدوى.
- ٧- تدمير الخلايا المناعية ؛ مما يُسهِّل حصول الالتهابات الحادة.
- ٨- التأثير الشديد على الغدد الصماء ؛ وعلى زيادة أو نقصان إفراز هرمونات أو مواد واختلال معدّلها الطبيعي .. مما يُسبِّب اضطراب في النمو والوظائف العامة للجسم ؛ ومن ثم الإصابة بمرض السكري ، وضعف القلب وضغط الدم ، والقولون العصبي ، وقرحة المعدة ، والصدمات العصبية ، وغيرها من الآثار الصحيّة السلبية ..

• **آثار الأمراض الجسدية العضوية على (النفس):**

- ١- الاكتئاب النفسي الناتج مرض (الغدة الدرقية) واضطراب إفرازاتها.
- ٢- التخوف من المرض يسبب التوتر النفسي وتغيّر المزاج.
- ٣- الأوجاع الجسدية تُسبب الاضطرابات النفسية التي بدورها تنعكس ثانيةً على الجسد بأعراضٍ جديدة ومتزايدة .. وهكذا يستمر تأثيرهما على بعض ؛ وتزيد أو تنقص حِدّة هذه التأثيرات والآثار بزيادة أو نقصان الحالة جسديةً كانت أم نفسية..^(١).

مما يُحتم علينا : زيادة الوعي ؛ وترويض النفس على الإيمان بالقضاء والقدر ، وتسليتها بالقرآن ، والذكر ، والشكر ، والصبر ، والاحتساب والحلم ، والاستغفار ..

وأمرٌ مهمٌ أيضاً : وهو معاملة (الأطفال) بالحسنى والخلق والرّفق والحذر كلّ الحذر من سوء المعاملة ومن القسوة والتهزئة التي تُسبب الآلام النفسية المزمّنة واضطراب الشخصية لديهم ؛ وتنعكس - سلبيًا - على نموّهم الصحيّ والجسمي والنفسي والتربوي والاجتماعي والعلمي والعملية ..

(١) آفاق نفسية تربوية ؛ نشرة طبية لاستشاري الطب النفسي د. موسى آل زعلة ، ومواقع طبية ونفسية أخرى على شبكة الإنترنت.

آثار الهم والحزن على النفس والبدن

لا شك أنّ الهمّ والحزن يهدم الصحة والبدن.

وقد حدّر القرآن الكريم - أشدّ النهي والتحذير - عن الحزن والهم والغم لتأثيره على نفس الإنسان وعقله وصحته وإنتاجه وعزيمته.. ؛ ولأنه يؤلم القلب فيوهنه ويفتح الباب للشيطان فيبعده عن ذكر الله.

قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ آل عمران: ١٣٩.

وقال تعالى: ﴿وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ﴾ النحل: ١٢٧.

وقال تعالى: ﴿إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزِنَ الَّذِينَ آمَنُوا﴾ المجادلة: ١٠.

وأرجع الله موسى - عليه السلام - إلى أمه: ﴿كَيْ نَفَرَ عَيْنَاهَا وَلَا تَحْزَنَ﴾ طه: ٤٠.

وأخبر تعالى أن (الفرح والسرور وإذهاب الحزن) من نعيم أهل الجنة ؛

فيقولون: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ﴾ فاطر: ٣٤.

أما أهل الإيمان والتوحيد والإخلاص والصدق والتوكل والاستقامة

والعمل الصالح .. فلا يخافون ولا يحزنون ؛ قال تعالى: ﴿بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ،

لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزِنُونَ﴾ البقرة: ١١٢.

وقال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ

أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَبْشَرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ﴾ فصلت: ٣٠.

العلاج الشرعي للهمم والغم والحزن والقلق

• **أولاً:** أن يُشكى إلى الله ؛ ولا يُشكى إلا إليه ، قال تعالى - على لسان نبيه يعقوب - : ﴿ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ ﴾ يوسف: ٨٦.

• **ثانياً:** الإكثار من ذِكْرِ الله تعالى ، والتوبة والاستغفار ، والعمل الصالح ، قال تعالى : ﴿ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ الرعد: ٢٨ ، وقال تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثِيَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً .. ﴾ النحل: ٩٧.

• **ثالثاً:** الإكثار من الدعاء المشروع عند الكرب ؛ فقد كان النبي ﷺ يقول عند الكرب: (لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ ، لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ، لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ) (١).

ودعوة ذي النون - عليه السلام - ﴿ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ ﴾ الأنبياء: ٨٧ ؛ ما دَعَا بها عَبْدٌ مُؤْمِنٌ مَوْقِنٌ إِلَّا اسْتَجَابَ اللَّهُ لَهُ دُعَاةً.

(١) رواه البخاري (٦٣٤٥) ، ومسلم (٦٨٧١) باب دعاء الكرب.

• **رابعاً:** الإكثار من قول: "لا حول ولا قوة إلا بالله" فإنها كنزٌ من كنوز الجنة لمن كررها موقناً بها ، ومعناها : لا حول عن المعاصي والشُرور ولا قوّة على الخير والطاعة إلا بالله ومن الله وحده.

• **خامساً:** الاستعاذة بالله من الهمّ والكرب ؛ ففي السنن أن النبي ﷺ لقي أبا أمامة - رضي الله عنه - جالساً في المسجد في غير وقت الصلاة؟ قال ﷺ ما لك يا أبا أمامة؟

قال : همومٌ لزممتني وديونٌ يا رسول الله.

فقال ﷺ : أَفَلَا أَعَلِمَكَ (دُعَاءٌ) إِذَا أَنْتَ قُلْتَهُ أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّكَ وَقَضَى عَنْكَ دَيْنَكَ؟ قال قلتُ بلى يا رسول الله.

قال ﷺ : قُلْ إِذَا أَصْبَحْتَ وَإِذَا أَمْسَيْتَ : (اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ).

قال أبو أمامة : ففعلتُ ذلكَ فأذهبَ اللهُ همِّي وقضى عني ديني (١).

(١) رواه أبو داود (١٥٥٦)، والترمذي (٣٦٢٢)، وأصل الدعاء في صحيح البخاري (٦٣٦٩).

• **سادساً:** الدعاء بدُعاء الهمِّ والغمِّ والحزن ؛ فقد قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :

«ما من عبدٍ يُصيبه همٌّ أو حُزنٌ فيقول: (اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ ابْنُ عَبْدِكَ ابْنُ أُمَّتِكَ ناصيتي بيدك، ماضٍ في حُكْمِكَ ، عدلٌ في قضاؤك، أسألك بكلِّ اسمٍ هو لك سُميت به نفسك ، أو أنزلته في كتابك ، أو علّمته أحداً من خلقك أو استأثرت به في علم الغيبِ عنده؛ أن تجعل القرآن ربيعَ قلبي ، ونورَ بصري ، وجزاء حُزني، وذهابَ همِّي) إلا أذهبَ اللهُ همَّهُ وأبدلَ حُزنه فرحاً» ثم قال ﷺ :

«يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهُنَّ أَنْ يَتَعَلَّمَهُنَّ» (١).

• **سابعاً:** العِلم واليقين أن الدنيا دار كدر ، ولا دار آمنة سعيدة إلا الجنة) ؛ وأن كل شيءٍ بقضاء وقدر من الله تعالى لعباده ؛ امتحاناً هل يصبرون ويحتسبون أم لا ، كما قال النبي ﷺ : (ومَن يتصَبَّر يُصَبِّرهُ اللهُ، وما أُعطيَ أحدٌ عطاءً خيراً وأوسعَ من الصبر) (٢).

(١) رواه ابن حبان(٩٤٨)، وأحمد(٤٣١٥)، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة (١٩٩).

(٢) رواه البخاري(١٤٥١)، ومسلم(٢٣٧٧) باب فضل التعفف والصبر.

النظر و السَّماع وأثرهما على القلب والنَّفْس والسلوك

السمع والبصر نعمتان كبيرتان من الله تعالى على الإنسان ، وهما قناتان عظيمتان تصبّان في القلب ، وتصلان بين الكون الخارجي والإدراك الداخلي. وفيهما (المدوح المشروع) و (المذموم الممنوع).

● **فالنظر المدوح المشروع** ؛ هو النظر في صنَع الله وآياته المنظورة في الأكوان والمقروءة في القرآن.

● **والنظر المذموم الممنوع** ؛ هو النظر في كُلِّ ما أمر الله بَعْضُ النظر عنه من الصُّور والعورات والنساء للرجال أو الرجال للنساء ؛ ونحوها ؛ وما يُمرض القلب ويُشغله وَيَسْتَمِيلُه.

❖ **والسمع المدوح المشروع** ؛ هو الاستماع إلى القرآن وإلى ذكر الله والمواعظ والكلام الطيب.

❖ **والسَّماع المذموم الممنوع** ؛ هو الاستماع لكل ما نهى الله عنه من الكلام السيء ؛ كالغيبة والنميمة والسبِّ والشتم والمنكر ؛ والأصوات الشيطانية المؤثرة على القلب وإشغاله وإيقاد هواه وشهوته .. كالغناء والمزامير وآلات اللهو الشيطاني ؛ وما استُحدث (في زماننا هذا) من المؤثرات الصوتية الموسيقية التي تلهي القلب وتصرفه حتى عن القرآن والصلاة ؛ وتُفقدُه حلاوة ذكر الله.

أولاً : (النظر) وخطره وأثره النفسي :

من الآداب القرآنية العظيمة - التي فيها حماية الأفراد والمجتمعات - من الفساد والويلات : وجوب حفظ النظر وغيضه ؛ وتحريم تسريحه وإطلاقه في المحارم والصور وما لا يعني .. ، قال تعالى : ﴿ قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴾ (٣٠) وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ... ﴿ النور : ٣١ .

فربط غَضَّ (البصر) بحِفْظ (الفروج) ؛ لأن النظر بريد الفاحشة ، وهو من سهام إبليس التي يُمزق بها البصائر والقلوب والأسر والمجتمعات .. ولهذا قال صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : (لا تُتْبِعِ النَّظْرَةَ النَّظْرَةَ ، فَإِنَّمَا لَكَ الْأُولَى ، وَلَيْسَتْ لَكَ الثانية)^(١) .

وفي الأثر : (النظر سهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إبْلِيسِ)^(٢) .
ومما أثبت العلم والطب والواقع أن النظر للمحرّمات والعورات يُسبب الاكتئاب ، والانطواء ، وكثرة التفكير ، والشروود الذهني ، والقلق النفسي والتحصّر المؤلم ، وتَلَيِّف الكبد.

(١) رواه أحمد (٢٢٥٩٢) ، وأبو داود (٢١٥٣) ، والترمذي (٢٨٥٤) ، وحسنه الألباني.

(٢) ضَعَفَهُ الذَّهَبِيُّ فِي الْمِيزَانِ ١/١٩٤ ، وَالْأَلْبَانِيُّ فِي الضَّعِيفَةِ (١٠٦٥) ؛ لَكِنَّهُ جَيِّدٌ الْمَعْنَى .

وصدق القائل :

كُلُّ الْحَوَادِثِ مَبْدَؤُهَا مِنَ النَّظَرِ وَمُعْظَمَ النَّارِ مِنْ مُسْتَصْغَرِ الشَّرِّ
وَالْمَرْءُ مَا دَامَ ذَا عَيْنٍ يُقَلِّبُهَا فِي الْغَيْدِ وَالْغَيْرِ مَوْقُوفٌ عَلَى الْخَطْرِ
كَمْ نَظْرَةٌ فَعَلَتْ فِي قَلْبِ صَاحِبِهَا فَعَلَ السَّهَامُ بِلَا قَوْسٍ وَلَا وَتَرٍ

وقال الإمام الأندلسي في نونيته الشهيرة :

وَإِعْضُضْ جُفُونَكَ عَنِ مُلَاحِظَةِ النِّسَاءِ وَمَحَاسِنِ الْأَحْدَاثِ وَالْغِلْمَانِ
إِنَّ الرِّجَالَ النَّاطِرِينَ إِلَى النِّسَاءِ مِثْلُ الْكِلَابِ تَطُوفُ بِاللُّحْمَانِ
إِنَّ لَمْ تَصُنْ تِلْكَ اللَّحُومَ أُسْوِدُهَا أَكَلْتَ بِلا عِوَضٍ وَلَا أَثْمَانِ



ثانياً : (السَّمَاع) وخطره وأثره النفسي :

وكذلك من الآداب القرآنية العظيمة - التي فيها حماية الأفراد والمجتمعات - من الفساد والويلات : وجوب حفظ السمع من الأقوال والأصوات والإيقاعات الموسيقية التي تجلب المفسد على القلب وإشغاله وصرفه عن ذكر الله وعن القرآن والصلاة .. ، قال تعالى : ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴾ الإسراء: ٣٦ .

وعلى ذلك : فإن ما انتشر في عصرنا هذا من الغناء والمزامير الطربية والشيلات الصاخبة ، أو حتى ما يُسمى "أناشيد" ويصحبها من المؤثرات والصدى الرخيم الذي يُشبه المزامير ؛ وما يضاف إليها بواسطة التقنية الحديثة وبرامج دمج الأصوات .. أن ذلك كله يدخل في الضرر الذي نهى عنه شرعنا الحنيف ؛ لأنه يترتب على الانشغال بسماعه مفسد عظيمة وآثار وخيمة ..

فمن مفسده : انشغال القلب وصرفه عن القرآن وعن ما يصلحه ..

ومن مفسده : إيقاد الهوى والشهوات ..

ومن مفسده : الاكتئاب ، وحزن القلب ، والقلق النفسي .

قال تعالى : ﴿ وَمِنَ النَّاسِ مَن يَشْتَرِي لَهْوَ الْحَدِيثِ لِيُضِلَّ عَن سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ

وَيَتَّخِذَهَا هُزُوًا أُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُّهِينٌ ﴿٦﴾ وَإِذَا نُتِلَىٰ عَلَيْهِ ءَايَاتُنَا وَلَّىٰ مُسْتَكْبِرًا كَانَ لَمْ

يَسْمَعَهَا كَانَ فِي أذُنَيْهِ وَقْرًا فَبَشَّرَهُ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ ﴿٧﴾ لقمان: ٧ .

وقال النبي ﷺ: (ليكوننَّ من أُمَّتي أقوامٌ يَسْتَحِلُّونَ الحِرَّ والحَرِيرَ والخمر

والمعازف)^(١).

فقرنَ المعازف بالخمر والزنا لخطورتها ؛ ومساواتها لها في الحرمة

والفساد والأثر الشرعي والصحي والنفسي ..

وهنا همسةٌ: لِمَن يُفتى بحِلِّ الغناء والمزامير - بغير علم - فإنه قد أخطأ

وضلَّ وأضلَّ ، وخالف جمهور العلماء ، وقاس زمنًا على زمنٍ يُغيِّره وتعامى

عن معطيات العصر الحديث وتقنياته وتطوراته الخطيرة ، وعليه التوبة والرجوع

إلى الحق ، وعلى العاقل أن لا يلتفت إلى هذه الفتاوى المتسرَّعة التي لا تراعي

دليلاً ولا واقعاً.

قال الإمام ابن الجوزي - رحمه الله -: "ينبغي للمفتي أن يزنَ الأحوال كما

يَزنُ الطيبُ الزمانَ والسَّنَّ والبلدَ وآثارَ المرضِ ؛ ثم يَصِفُ الدواءَ بقَدْرِ ذلك ،

وأين غناء جوارى الأنصار الصغيرات وضربهن الدف في العيد من غناء أمرٍ على

آلاتٍ موسيقيَّةٍ رخيمة ؛ وصناعةٍ وغزليات تهوي إليها النفوس؟! أ هـ^(٢).

هذا في زمن ابن الجوزي (ق٦هـ) ؛ كيف لو رأى ما في عصرنا من الفتن

والشبهات ، والشهوات ، والفضائيات ، وكثرة الغناء وتحسين الأصوات

بالصدى والمؤثرات!؟!

(١) رواه البخاري (٥٥٩٠)، و(يستحلون): أي يجعلون الحرام حلالاً؛ عياداً بالله.

(٢) مختصر تلبيس إبليس؛ لابن الجوزي ص ١٩٩ اختصار علي الشرجبي.

قال الإمام الأندلسي - رحمه الله - في نونيته :

لا خير في صُورِ المعازِفِ كلها والرقصِ والإيقاعِ في القُضبانِ
إنَّ التَّقِيَّ لِرَبِّهِ مَتَنَزَّةٌ عن صوتِ أوتارٍ وَسَمْعِ أَغانِي
وتلاوةُ القرآنِ مِنْ أَهْلِ التَّقَى سيما بِحُسْنِ شَجِيٍّ وَحُسْنِ بِيانِ
أشهى وَأَوْفَى لِلنَّفوسِ حلاوةٌ مِنْ صوتِ مَزمارٍ وَنَقْرِ مَثانِ
وَحِينُهُ فِي اللَّيْلِ أَطِيبُ مَسْمَعٍ مِنْ نَعْمَةِ النِّيَّاتِ وَالعِيدانِ



وقال ابن القيم - رحمه الله - : مَنْ غَضَّ (بصره) عن المحارم ، وحَفِظَ (سمعه) عن المزامير واللغو .. حَظِيَ بِخَمْسِ فَوَائِدِ عَظِيمَةٍ : حلاوة الإيمان ، ولذة العبادة ، وسداد الرأي ، وقوة الفراسة ، وشجاعة القلب^(١) .

وقال أبو شجاع الكرمانى : (مَنْ عَمَرَ ظَاهِرَهُ بِاتِّبَاعِ السُّنَّةِ ؛ وَبِاطِنَهُ بِمِرَاقِبَةِ اللَّهِ وَكَفَّ عَنِ الشَّهَوَاتِ ، وَغَضَّ بَصَرَهُ عَنِ الْمَحَارِمِ ، وَأَكَلَ الْحَلَالَ ؛ لَمْ تُخْطِئْ لَهُ فِرَاسَةٌ)^(٢) .

(١) انظر إغاثة اللهفان من مصائد الشيطان ؛ لابن القيم ؛ ٧٩/١ ، تحقيق محمد عفيفي .

(٢) المصدر السابق .

(الشهوات) و (الشبهات) وأثرها على القلب والعقل والفكر

الشهوات والشبهات مَرَضَانِ خَطِيرَانِ ؛ وَدَاءَانِ سَيِّئَانِ ؛ إِذَا تَمَكَّنَا - أَوْ أَحَدَهُمَا - مِنَ الْإِنْسَانِ أَفْسَدَا عَلَيْهِ دِينَهُ وَدُنْيَاهُ وَأُخْرَاهُ .

فالشهوات : داءٌ يُصِيبُ الْقَلْبَ وَالْجَسَدَ ؛ تَأْتِي مِنَ التَّفْرِيطِ فِي حُدُودِ اللَّهِ وَالانغماس في الهوى والم لذات ؛ وبالتالي تُسبِّبُ (الانحراف السلوكي).

والشبهات : داءٌ يُصِيبُ الْعَقْلَ وَالْفِكْرَ ، تَأْتِي مِنَ الْإِفْرَاطِ وَالغلوّ والجهل بالشرعية ، وفساد الاعتقاد .. ، وبالتالي تُسبِّبُ (الانحراف الفكري).

قال الله تعالى : ﴿ أَفَرَأَيْتَ مَنْ أَخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ

وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشْوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ ﴾ الجاثية: ٢٣ .

وقال تعالى : ﴿ فَأَمَّا مَنْ طَغَى ﴿٣٧﴾ وَءَاثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ﴿٣٨﴾ فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى ﴿٣٩﴾ وَأَمَّا مَنْ

خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى ﴾ النازعات ٤١ .

وقال النبي ﷺ : (حُقِّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ ، وَحُقِّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ)^(١) .

(١) رواه مسلم (٧٠٧٩) ؛ والترمذي (٢٦١٦) ؛ وابن حبان في صحيحه (٦٩٦) ، والمعنى : أن مَنْ صبر على مكاره العبادات ومشاقها فهو إلى الجنة ، ومن رتّع في الشهوات والم لذات والمنهيات فإنه يجوم في جحى النار .

وقال **صلى الله عليه وسلم**: (إِنَّ الْحَلَالَ بَيْنَ ، وَإِنَّ الْحَرَامَ بَيْنَ ، وَبَيْنَهُمَا مُشْتَبِهَاتٌ لَا يَعْلَمُهُنَّ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، فَمَنْ اتَّقَى الشُّبُهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعِرْضِهِ ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وَقَعَ فِي الْحَرَامِ ، كَالرَّاعِي يَرعى حَوْلَ الْحِمَى يُوشِكُ أَنْ يَرْتَعَ فِيهِ ، أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمَىً ، أَلَا وَإِنَّ حِمَى اللَّهِ مَحَارِمُهُ ، أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ؛ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ) ^(١) .

وهذا الحديث قاعدةٌ نبويةٌ عظيمةٌ ؛ لو تعلّمها الناسُ اليوم واتّبعوها لَسَلِمَ المجتمع والشباب من كثيرٍ من الشبهات والشهوات والشُرور والأوجاع والمآسي التربوية والفكرية والاجتماعية المعاصرة.

ولا شكّ أنّ أعظم علاج لمرض (الشهوات والشبهات) هو تقوى الله تعالى ؛ والعلم الشرعي ، والتفقه في دين الله.
فالشهوة تُخالف (الأمر) ؛ وعلاجها بالتقوى وقوة الإرادة والصبر.
والشبهة تُخالف (الخبر) ؛ وعلاجها بالعلم وقوة الحجة واليقين.

(١) رواه البخاري(٥٢)، ومسلم (٤٠٤٨)، والمشتبهات : أي المختلطات الخافيات التي لا يُعلم حلها من حُرمتها ؛ ولا يتبين الحق فيها من الباطل فهي أمور ملتبسة .. فهذه الملتبسات مَنْ دَخَلها أو خاض فيها بغير دليل ولا بصيرة فقد ضلّ وَمَنْ اتقاهَا وتجنّبها فقد سَلِمَ له دينه من الفساد ، وسَلِمَ له عرضه من كلام الناس وغيبتهم ونقدتهم له.

قال الله تعالى: ﴿ وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أُمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا

يُوقِنُونَ ﴿ السجدة ٢٤ ، أي (صبروا) عن الشهوات ، و(أيقنوا) يقيناً يدفع الشبهات فكانوا أئمةً في الدين ، فبالصبر واليقين تُنال الإمامة في الدين .

وقال تعالى: ﴿ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴾ ﴿ العصر ٣ ، أي دَفَعُوا الشبهات

(بالحق) ، وَدَفَعُوا الشهوات (بالصبر).

وفي قوله تعالى: ﴿ كَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ كَانُوا أَشَدَّ مِنْكُمْ قُوَّةً وَأَكْثَرَ أَمْوَالًا

وَأَوْلَادًا فَاسْتَمْتَعُوا بِمَخْلَقِهِمْ فَاسْتَمْتَعْتُمْ بِمَخْلَقِكُمْ كَمَا اسْتَمْتَعَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ

بِمَخْلَقِهِمْ وَخُضْتُمْ كَالَّذِي خَاضُوا أُولَئِكَ حِطَّتْ أَعْمَلُهُمْ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

وَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿ التوبة: ٦٩ .

أشارت هذه الآية الكريمة إلى فتنه (الشهوات والشبهات).

فقوله: (فَاسْتَمْتَعْتُمْ بِمَخْلَقِكُمْ) أي الشهوات ؛ كشهوة المال والولد والملذات.

وقوله: (وَخُضْتُمْ) أي في الشبهات ؛ كَمَنْ يَخُوضُ في الباطل والفتنة بغير علم^(١).

(١) إغاثة اللهفان من مصائد الشيطان ؛ لابن القيم ٢/٢٤١ .

الأمراض النفسية آثار وأسباب

من الثابت بالعلم والواقع والطب والتجربة :

- أن الأعراض العضوية تسبب الأعراض النفسية ؛ والعكس.
- وأن (الكثير من الناس) يُعانون من الاكتئاب والاضطرابات النفسية مع تفاوت في درجاتها وكيفياتها..؛ مما يلزم بالتنبيه عليها والتوعية بمضاعفاتها النفسية والجسدية والاجتماعية والعائلية والدينية ..
- وأن هذه الأعراض النفسية تؤثر - بشكل مباشر وخطير - على المشاعر والسلوك ، والتصرفات ، والمزاج ، والعلاقات ، والحيوية ، والعمل ..

والسؤال المهم المتكرر :

ماهي أسباب حدوث واستفحال الأمراض النفسية ؟

فيما يلي الاجابة :

- يُخطئ البعض عندما يظنون أن (الأمراض النفسية) تأتي فقط من الضغوط الحياتية أو ضعف الإيمان أو قلة ذكر الله ..
- ويُخطئ من يَحصر أسباب الداء في سبب واحد عند التشخيص ؛ ويُهمل الجوانب الأخرى ، وبالتالي فلا يَنفع التشخيص ولا الدواء.

والصحيح :

أن للأمراض النفسية أسباباً كثيرة حِسِّية ومعنوية : كالتالي :

١- **أسباب وراثية** : كنقص أو زيادة الجينات ؛ واختلال الكروسومات

الناقلة للصفات .. ؛ فإنها تؤثر على الإفرازات الهرمونية المسؤولة عن اعتدال المزاج والسلوك ووظائف المخ.

٢- **أسباب عضوية عصبية** : كاختلال الجهاز العصبي ؛ ومرض النواقل

العصبية سواء النواقل الجسمية أو الدماغية .. ، فهذه أسباب تجعل المشاكل النفسية عضوية السبب نفسية الأعراض.

وكاختلال مادة (السيروتونين serotonin) المسؤولة عن الاعتدال

النفسي والسلوكي ؛ فنقصها يُسبب الاضطراب الشخصي والمرض النفسي و"الاكتئاب" الحاد ؛ ولها علاج يوازنها ؛ يوجد في المصحات والعيادات النفسية ؛ عند الأطباء النفسيين المختصين.

٣- **أسباب شخصية سلوكية** : كالغضب ، والانفعال ، والحرص الشديد ،

والقلق على المستقبل ، والتفكير المتواصل ، وعدم ضبط النفس ، فهذه أمور تؤثر على فسيولوجية الجسم وضربات القلب وتغير المزاج .. والتي بدورها تنعكس على النفس بالأمراض والآثار السلبية.

٤- **أسباب خارجية طارئة** : كالصدمات المفاجئة ؛ والحوادث المفجعة

والمخدرات والمسكرات ؛ وكثرة السهر..؛ فهذه الأسباب تغير تركيب وفسولوجية ونظام الجسم ، وتؤثر بشدة على كيميائية الجهاز العصبي والإفراز الهرموني .. فيتحول ذلك الخلل إلى مرض نفسي ..

وبالذات (المخدرات والمسكرات) التي تسبب الإدمان والذهان والشروذ الذهني والهوس واضطراب خلايا المخ .. فينعكس ذلك سلباً على النفس والمزاج بالمرض والألم ..

وكذا (الحضارة المعاصرة ووسائل التقنية الحديثة وبرامج التواصل الإلكتروني) يسبب الإفراط فيها والإدمان عليها اختلالاً نفسياً وصحياً لدى الإنسان المسرف فيها.

٥- **أسباب تربوية واجتماعية** : كالقسوة على الأولاد ، والدعاء عليهم

وتخويفهم ، وحرمانهم ، وسوء تربيتهم ، وجرحهم بالكلام البذيء، وتهزئتهم أمام الآخرين ، وعدم إشباع حاجاتهم الضرورية ..

كذلك : رفقة السوء ، والبيئة السيئة ، والمشاكل الأسرية ، والخلافات

العائلية ، والضغط الاقتصادي والحياتية ..؛ فإن هذه أمور - بأحاديها أو مجموعها - تؤثر على نفسية الإنسان وسلوكه وصحته الروحية والجسمية.

٦- **أسباب دينية** : تتعلق بديانة الشخص ومدى علاقته بالله تعالى ؛ كضعف الإيمان واليقين ، والتهاون بالصلاة ؛ وقلة ذكر الله ، وإهمال الأذكار ، وممارسة المعاصي والشهوات .. ، فهذه نستطيع نقول إنها من أكبر وأخطر وأكثر أسباب الأمراض النفسية ، سواء عند ضعاف الإيمان من المسلمين أو عند غير المسلمين ..^(١) .

وكم من إنسان سليم مُتَعافٍ غنيٍّ آمِنٍ آكَلٍ شاربٍ موظفٍ .. لكنه قَلِقٌ مضطربٌ مريضٌ في نفسه .. لضعف دينه وإيمانه وعلاقته بربه وخالقه سبحانه وإهماله الخشوع والطمأنينة في (صلاته) التي هي عمود دينه وأخراه ؛ وأساس صحته ودينه.

إن الصلاة (المطمئنة الخاشعة) سببٌ كبيرٌ للتربية الجسمية والروحية والاجتماعية ؛ والصحة الجسمية والروحية والاجتماعية .. وإهمالها والتهاون بها وعدم إقامتها .. سببٌ لضعف ذلك كله.
وَصَدَقَ نَبِيُّنَا وَأَسْوَتُنَا ﷺ إِذْ قَالَ: (سَدِّدُوا وَقَارِبُوا ، وَعَلَّمُوا أَنَّ خَيْرَ أَعْمَالِكُمُ الصَّلَاةُ ، وَلَا يُحَافِظُ عَلَى الْوُضوءِ إِلَّا الْمُؤْمِنُ)^(٢) .

(١) الأمراض النفسية وأثرها في المشكلات الأسرية ؛ د. موسى آل زعلة ، وانظر: حقيقة المرض النفسي ؛ د. محمود أبو العزائم.

(٢) رواه أحمد (٢٢٠٥٥) ، وابن حبان في صحيحه (١٠١٣) ، وابن ماجه في سننه (٢٨٧) .

صُورٌ

لبعض الأمراض النفسية المعاصرة وعلاجها

وللأمراض النفسية صورٌ ونماذج ؛ منها :

- ١ - **الوسواس** ؛ والوساوس القهرية ؛ التي تدفع الشخص لتكرار عمل أو سلوك أو تفكيرٍ ما ؛ بصفةٍ مستمرة ، كعضّ الظفر ؛ ونحو ذلك ..
 - ٢ - **الشكوك** والظنون السيئة.
 - ٣ - **الاكتئاب** والحزن وضيق الصدر وعدم الانفتاح على الجُلساء.
 - ٤ - **القلق** والتعصب ، والغيرة الشديدة ، والغضب بدون سبب.
 - ٥ - **الرُّهاب الاجتماعي** ؛ وهو الخوف والخجل من الآخرين ؛ والتوتر عند الملاحظة والنقد ؛ والارتباك والتلعثم والرعدة والتعرق عند المواجهة وعند الوقوف أمام الناس ..
- وللرُّهاب أسباب :

إما (جسمية صحية) ؛ كاختلال الجهاز العصبي ومرض النواقل العصبية.
وإما (بسوء التربية) للطفل من الصُّغر ؛ بتخويفه ، أو تهديده ، أو تدليله أو إضعاف شخصيته بالضرب والقسوة والإهانة والتهزئة .. ، فهذه كوارث تربية تصيب الولد - عند كِبَره - بالأمراض النفسية واهتزاز الشخصية والرهاب والخوف والفشل العام !!

٦ - المشاكل السلوكية لدى الأطفال ؛ كالمشاغبة ، وزيادة الحركة

والخوف ، والخجل ، والتبول ، والتأتأة بالكلام ، والعدوانية ، والانفعال ..
فهذه كوارثٌ هي الأخرى ؛ بسبب : سوء التربية ، وقسوة الأبوة
والحرمان العاطفي ، وبسبب : الخادمت ، والمسلسلات ، والألعاب الإلكترونية
والمناظر المُفزعَة ، والمواقف المُرعِبة ..^(١)

هذه الأعراض النفسية لا بُدَّ من بحث أسبابها في زمنٍ مُبكرٍ ؛ وعلاجها
حسَب أسبابها ..

فالأَسباب الحِسِّيَّة (علاجها حِسِّي) ؛ كالأدوية التي يَصرفها الطبيب
النفساني.

والأسباب المعنوية (علاجها حِسِّي ومعنوي) ؛ كالعقاقير ، والاسترخاء ،
والجلسات العلاجية ، والتربية الحسنة ، والتشجيع ، والتحفيز ..
وذلك إلى جانب الرُقِيَّة الشرعية ، وقراءة القرآن ، والإيمان بالقضاء والقدر
وحِفْظ الصلوات الخمس تامَّةً ؛ بطهارتها وخشوعها والطمأنينة فيها.

(١) المصادر السابقة ؛ وانظر: الاضطرابات النفسية الشائعة وعلاجها د. حسان المالح ؛ استشاري
الطب النفسي ، ومواقع الكترونية نفسية متخصصة في هذا الشأن.

خصائص الطفولة وضرورة الصحة النفسية للأطفال والصغار

إن تربية الصغار وتنشئة الأطفال فنٌّ ومهارة ؛ وليس مجرد أوامر صارمة أو رقابة عارمة.

وعالم الصغار ليس كعالم الكبار ؛ فإنه عالمٌ رقيقٌ عاطفيٌّ مبتدئٌ ؛ لا يتحمّل القسوة ولا العنف ولا التخويف ولا التشهير ولا السُّخرية ولا الإزدراء .. ، فهو عالمٌ يتميِّز بـ**مميزات** ؛ منها :

- ١- النضج والنمو والتغير المتسارع.
- ٢- التأثير الشديد بمن حوله وما حوله ، وتقليد الآخرين.
- ٣- حُبّه للتشجيع والتعزيز.
- ٤- كثرة الاستطلاع والتجربة والأسئلة ..

لذلك يجب على المرّبي والأبّ أن يعرف هذه الخصائص ؛ وما يؤثر عليها من أسباب ، سواء أسباب فسيولوجية جسمية ؛ أو أسباب نفسية سلوكية.

وإذا أخطأ الآباء والمُرَبِّون في التعامل والتربية فإنه يقع الأطفال ضحيةً لاضطراباتٍ نفسيةٍ خطيرةٍ .. ؛ كالخوف ، والرُّهاب ، وال فشل الدراسي وضعف التركيز ، وفرط الحركة ، وعدم الاهتمام ببرّ الوالدين ..

ولنشأة سليمة آمنة .. لا بُدَّ لنا من المهارات التربوية التالية :

- الإشباع العاطفي للطفل.
- الإشباع الحاجي والضروري له.
- الأخلاق والاحترام المتبادل.
- التشجيع والمدح والثناء.
- توازن الثواب والعقاب واتزان الترغيب والترهيب.
- التعويد على الصلاة والخشوع فيها.
- التعويد على الآداب الإسلامية والأذكار المشروعة.
- تجنب التدليل والحماية الزائدة ، فإنه يُشعر الطفل بالاتكالية والتخوّف وضعف الشخصية ؛ وبالتالي مرض الرهاب.



ولنا في نبي الله نوح - عليه السلام - أسوةٌ حسنةٌ ؛ في رفقه بابنه وحسن مخاطبته - رغم كفره - ﴿يَبْنِي أَرْكَبَ مَعَنَا وَلَا تَكُنْ مَعَ الْكَافِرِينَ﴾ هود ٤٢ .
ولقمان الحكيم - عليه السلام - إذ يُحاور ابنه بالتلطف والوعظ والإقناع :
﴿وإِذْ قَالَ لِقْمَنُ لِابْنِهِ وَهُوَ يُعْطِيهِ يَبْنِي لَا تَشْرِكْ بِاللَّهِ . . ﴾ لقمان ١٣ .

ونبينا محمدٌ ﷺ ؛ في أخلاقه وأدبه وتعامله الطيب الرفيق الراقي مع الأطفال وشباب الصحابة ، ومواقفه الرحيمة الكريمة مع الحسن والحسين !

وهناك أسبابٌ شنيعة خطيرة ؛ تنسف وتُدمر الصحة النفسية لدى الناشئة والأطفال ؛ في ظل غياب التوجيه والرقابة ؛ منها :

- ١ - رفقة السوء ؛ مع ضَعف المتابعة.
 - ٢ - التقنية الحديثة وبرامج التواصل والألعاب الإلكترونية.
 - ٣ - الانفتاح المعلوماتي والحضاري المعاصر ؛ مع ضَعف التوجيه.
 - ٤ - إهمال الأذكار الشرعية والدُّعاء ؛ والتهاون بالصلاة ؛ وعدم تعويد الأبناء والناشئة والشباب عليها.
 - ٥ - أخطاؤنا نحن في التربية ؛ وهذا سبب خطير أركز عليه ؛ وأطيل فيه الكلام لأهميته ..
- فالبيت هو المسؤول الأول ؛ لأنه المهد الأول ؛ ولأنه نقطة الانطلاق الأولى ..

مَشَى الطاووسُ يوماً باختيارٍ	فَقَلَّدَهُ لِمِشِيَّتِهِ بَنُوهُ
فَقَالَ عَلامَ تَخْتالونَ قالوا	بَدَأَتْ بِهِ وَنَحْنُ مُقَلِّدُوهُ
وَيَنشأُ ناشئُ الفِتيانِ فينا	على ما كانَ عَوْدُهُ أبوهُ
وما دانَ الفتى بحجاً ولكن	يُعَلِّمُهُ التَّدِينُ أَقْرَبُوهُ

وفيما يلي نَعْرِضُ لأهم وأخطر الأخطاء التربوية ؛ الغير لائقة مع الناشئة والأطفال :

ممارسات تربوية (خاطئة) تُعرض (الأطفال) للأمراض النفسية والانحرافات السلوكية

تبين فيما سبق أن عالم الطفولة ومعاملة الصغار يختلف عن معاملة الكبار وأنه يجب التعامل معهم بالأدب والخُلق والرحمة والاحترام والرّفق والصدق. وأن الأخطاء التربوية - كما أثبت الواقع والدراسات الميدانية - هي سبب (الانحراف) في التفكير، أو (الإعوجاج) في السلوك ، أو (الاضطراب) في الجوانب الشخصية والثقافية والتربوية ، أو (الزلل) في جريمة أو جناية .. فمزلق الكبر مرهونةً بحوادث الصغر.

وإن يكن عامراً قد قال جهلاً فإنّ مَطِيَّةَ الجَهْلِ الشبابُ

* * *

فمن أخطائنا التربوية: الاستعجال في الضرب والتأنيب ؛ قبل الإعذار والتأديب ، والتضجر من كثرة حركة الأطفال ولعبهم ؛ مع أن ذلك علامة النجابة والذكاء والحيوية والصحة والنشاط .. فكثرة الحركة والاستطلاع تدلّ على ذكاءٍ وعقلٍ واعٍ.

ومنها: النقاش والنزاع بين الوالدين أمام الأطفال ؛ مما يُشعرهم ببيئة غير آمنة ، ويسبب القلق النفسي والأوهام والخوف ؛ ويتأثر تحصيلهم الدراسي.

ومنها: حرمان الأولاد من العطف والحنان والشفقة والابتسامة ؛ مما يُلجئهم إلى البحث عن البديل في الشارع والصديق والقناة والموقع وأجهزة التواصل الحديثة ..

ومنها: إهمال آراءهم وأفكارهم ، والسُّخرية من آرائهم ، وإسكاتهم أو عدم الإصغاء لهم .. ؛ فذلك تهميشٌ خطيرٌ يُزعزع الثقة والاحترام لديهم.

ومنها: ترك استشارة المختصين التربويين وإهمال السؤال والاستفادة من ذوي الخبرة النفسية ؛ العارفين بأصول تربية الناشئة ، وتفهم أوضاع الشباب ؛ وهناك دورات ومنتديات ومواقع الكترونية تعنى بهذا الأمر.

ومنها: ترك الحوار والنقاش والإقناع وتوضيح الأسباب ؛ عند توجيههم لسلوكٍ أو إبعادهم عن سلوك .. ، فإن العنف والقسوة والتسلط تضر ولا تسرُ وفي ذلك أيضاً عدولٌ عن هدي النبي ﷺ في التربية والتوجيه والتعليم.

ومنها: زيادة الدلال والحماية والرعاية ؛ مما يجعل الطفل ينشأ اتكالياً خَوْفاً جَبَاناً ضعيف الشخصية ، وبالتالي يصاب بمرض (الرُّهاب الاجتماعي) وهو داءٌ نفسيٌّ وهَمِيٌّ يَظْهَرُ في خوف النشء وتلعثمه وربكته ورهبته من مُواجهة الآخرين والتعرق والرعشة عند الوقوف أمامهم .. وبالتالي يكون فاشلاً في حياته الصحية والاجتماعية والعملية ..

ومنها: إهمال التنشئة العِلْمِيَّة والثقافية ، فأكثر البيوت ليس فيها دروس ولا مكتبة ولا غرفة للكتب ومصادر التعلّم ، واستبدلوا ذلك بالألعاب (الإلكترونية) التي تقتل الذكاء ؛ وتُرهق الدماغ ؛ وتضيع الأوقات ..

ومنها: زرع الحواجز والحرج والحجل بيننا وبين الأبناء ؛ وانعدام الثقة والمصارحة معهم ؛ فتجد من الأبناء من يكتُم أسرارهم عن والديه وأقاربه ؛ ويُخبر بها زملاء والأبعاد ، وربما وَقَعَ الابن - أو البنت - ضحية زَلَلٍ أو ابتزازٍ أو تحرُّشٍ أو مشكلةٍ تربويّةٍ أو نفسيةٍ خطيرة .. فلا يستطيع إخبار والديه حتى تستفحل مشكلته ؛ بسبب انعدام المصارحة بينه وبين أسرته.

ومنها: الدعاء على الأولاد بالسوء ؛ بدلاً من الدعاء لهم بالخير والصلاح فذلك سببٌ خطيرٌ لزوال الألفة ، وتنافر القلوب ، وحصول العقوق ، وفساد الأبناء ، والنبي ﷺ يقول : (لا تَدْعُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ ، ولا تَدْعُوا عَلَى أَوْلَادِكُمْ ولا تَدْعُوا عَلَى أَمْوَالِكُمْ ، لا تُؤَافِقُوا مِنَ اللَّهِ سَاعَةً يُسألُ فِيهَا عَطَاءٌ فَيَسْتَجِيبُ لَكُمْ)^(١).

فهذه جُملةٌ من الأخطاء ؛ يجب السعي لعلاجها وتجنّبها ؛ لضمان صحّة نفسيةٍ جيّدةٍ للأبناء ؛ وبيئةٍ آمنةٍ مطمئنةٍ يعيشون فيها.. ؛ حتى يكونوا صالحين مصلحين ، وينتفع بهم أبأؤهم في الحياة وبعد الممات.

(١) رواه مسلم في صحيحه (٧٤٦١) ؛ وأبو داود (١٥٣٣) باب النهي عن الدعاء على الأهل.

تَقْلِبُ الْقُلُوبِ وَأَنْوَاعُهَا وَأَسْقَامُهَا

إن القلوب والإرادات الإنسانية ضعيفة أمام الشهوات والوساوس والخطرات ولا تقوى عليها إلا بذكر الله والاستعانة به ، وقد ربط القرآن بين ذكر الله وطاعته وبين تقليب القلوب أو ثباتها ؛ في قوله تعالى : ﴿ رَجَالٌ لَا لُئْلِيهِمْ تَجْرَةٌ وَلَا يَبِيعُ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ ﴾ النور: ٣٧ .

وعن عائشة - رضي الله عنها - قالت : دعواتُ كان رسول الله ﷺ يُكثِرُ يدعو بها : (يا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ) ؛ قالت : فقلتُ يا رسول الله إنك تُكثِرُ تدعو بهذا الدعاء ؟ فقال - ﷺ - : (إِنَّ قَلْبَ الْآدَمِيِّ بَيْنَ أَصْبَعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ اللَّهِ - عَزَّ وَجَلَّ - فَإِذَا شَاءَ أَزَاغَهُ ، وَإِذَا شَاءَ أَقَامَهُ) (١) .

وعن النّوّاس بن سمعان - رضي الله عنه - قال : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ : (مَا مِنْ قَلْبٍ إِلَّا بَيْنَ إِصْبَعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ الرَّحْمَنِ ؛ إِنْ شَاءَ أَقَامَهُ وَإِنْ شَاءَ أَزَاغَهُ) . وكان رسولُ الله ﷺ يقول : (يا مُثَبِّتَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قُلُوبَنَا عَلَى دِينِكَ) قال : (وَالْمِيزَانَ بِيَدِ الرَّحْمَنِ ؛ يَرْفَعُ أَقْوَامًا ، وَيَخْفِضُ آخَرِينَ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ) (٢) .

(١) رواه أحمد (٢٤٢١١) ، والترمذي (٢١٦٣) باب إن القلوب بين أصبعين من أصابع الله .

(٢) رواه أحمد (١٧٣٠١) ، وابن حبان (٩١٩) ، وابن ماجه (١٩٩) .

والقلوب ثلاثة : سليم ، ومريض ، وميت ^(١) .

❖ فالقلب السليم ؛ قال الله عنه في سورة الشعراء : ﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ﴿٨٨﴾﴾

﴿إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾ ؛ أي سليمٌ من الشرك والكفر والنفاق والرياء والشهوات والشبهات والغل والحسد والكبر.

❖ والقلب المريض ؛ قال الله عنه : ﴿فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا﴾ البقرة ١٠٠ ،

وقال : ﴿أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَنْ لَنْ يُخْرِجَ اللَّهُ أَضْغَانَهُمْ﴾ محمد: ٢٩ ؛ وهو القلب الذي اعتلّ بإحدى العلل السابقة ؛ كمرض النفاق ، والفسق ، والشهوة.

❖ والقلب الميت : هو القلب الميتلى بالجهل والهوى والفتن والشهوة ،

والحُبّ والبغض لغير الله ، والانصراف عن ذكرِ الله ..

قال تعالى : ﴿وَطُيَعَ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَفْقَهُونَ﴾ التوبة: ٨٧ .

وقال تعالى : ﴿وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾ الكهف ٢٨ .

وقال تعالى : ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ

بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ الحج: ٤٦ .

وقال تعالى : ﴿فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبِهِمْ مِّنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ﴾ الزمر: ٢٢ .

(١) إغاثة اللفهان ؛ لابن القيم ١/٧٩ ؛ بتصرف .

وَمِنْ أَعْظَمِ (أَمْرَاضِ) الْقَلْبِ :

المعاصي ، وقلة ذكر الله ، وكثرة الفضول ؛ (فضول الأكل ، وفضول النوم ، وفضول والكلام ، وفضول الاختلاط بالناس في مجالس اللغو) (١) .

قال عبد الله بن المبارك :

رَأَيْتُ الذُّنُوبَ تُمِيتُ الْقُلُوبَ وَقَدْ يورِثُ الذُّلَّ إِدْمَانُهَا
وَتَرَكَ الذُّنُوبَ حَيَاةَ الْقُلُوبِ وَخَيْرُ لِنَفْسِكَ عَصِيَانُهَا

ومما تُسبب للإمام الشافعي :

تَعْصِي الْإِلَهَ وَأَنْتَ تَزْعُمُ حُبَّهُ هَذَا لَعَمْرِي فِي الْقِيَاسِ شَنِيعٌ
لَوْ كَانَ حُبُّكَ صَادِقًا لِأَطَعْتَهُ إِنَّ الْمُحِبَّ لِمَنْ يُحِبُّ مُطِيعٌ

وقال آخر :

لِقَاءُ النَّاسِ لَيْسَ يُفِيدُ شَيْئًا سِوَى الْهَدْيَانِ مِنْ قِيلٍ وَقَالَ
فَأَقْبِلْ مِنْ لِقَاءِ النَّاسِ إِلَّا لِأَخْذِ الْعِلْمِ أَوْ إِصْلَاحِ حَالِ

أما إطلاق النظر في الحرام وعدم حفظه .. فإنه السهم القاتل الجالب للمهلك الأربع : (الغفلة ، والهوى ، والشهوة ، وانفراط الأمر) ؛ والتي قال الله عنها : ﴿ وَلَا تُطِيعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ الكهف: ٢٨ .

(١) انظر كتاب: تزكية النفوس وتربيتها كما يقرره علماء السلف ؛ د. أحمد فريد ص ٣٢ وما بعدها.

وَمِنْ أَعْظَمِ (أَدْوِيَةِ) الْقَلْبِ وَأَسْبَابِ سَلَامَتِهِ :

تَرْكُ الذُّنُوبِ ، وَعَصِيَانُ الْهَوَى ، وَذِكْرُ اللَّهِ ، وَالخُشُوعُ فِي الصَّلَاةِ ، وَتَدَبُّرُ الْقُرْآنِ ، وَمَدَاوِمَةُ الْاسْتِغْفَارِ وَالِدُعَاءِ ، وَمَجَالِسَةُ الصَّالِحِينَ عِنْدَ الْحَاجَةِ لِلجُلُوسِ مَعَهُمْ ، وَالصَّدَقُ مَعَ اللَّهِ - تَعَالَى - فِي السِّرِّ وَالْعَلَنِ ؛ وَ " تَعْبُدَ اللَّهُ كَأَنَّكَ تَرَاهُ " .
قَالَ إِبْرَاهِيمُ الْخَوَّاصُ - رَحِمَهُ اللَّهُ - : (دَوَاءُ الْقَلْبِ وَشِفَاؤُهُ فِي خَمْسَةِ أُمُورٍ :
قِرَاءَةُ الْقُرْآنِ بِتَدَبُّرٍ ، وَالصَّلَاةُ الْخَاشِعَةُ ، وَخَلَاءُ الْبَطْنِ ، وَقِيَامُ اللَّيْلِ ،
وَاسْتِغْفَارُ الْأَسْحَارِ ، وَمَجَالِسَةُ الصَّالِحِينَ)^(١) .
وُنُظِمَتْ شِعْرًا :

دَوَاءُ قَلْبِكَ خَمْسَةٌ عِنْدَ قَسْوَتِهِ فَدُمْ عَلَيْهَا تَفْزُ بِالْخَيْرِ وَالظَّفْرِ
خَلَاءُ بَطْنٍ ، وَقُرْآنٌ تَدَبَّرُهُ كَذَا تَضْرَعُ بِأَكِّ سَاعَةِ السَّحْرِ
كَذَا قِيَامُكَ فِي صَلَاةٍ خَاشِعًا وَأَنْ تُجَالِسَ أَهْلَ الْخَيْرِ وَالْخَبْرِ

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : (اسْتَحْيُوا مِنْ اللَّهِ حَقَّ الْحَيَاءِ) ، قَالُوا وَمَا ذَلِكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ ؟ قَالَ ﷺ : (الْاسْتِحْيَاءُ مِنْ اللَّهِ حَقَّ الْحَيَاءِ : أَنْ تَحْفَظَ الرَّأْسَ وَمَا وَعَى ، وَتَحْفَظَ الْبَطْنَ وَمَا حَوَى ، وَتَذَكَّرَ الْمَوْتَ وَالْبِلَى ، وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ تَرَكَ زِينَةَ الدُّنْيَا)^(٢) .

(١) التبيان للنووي ص ٦٧ ، تحقيق الأرنؤوط ، و خلاء البطن : إشارة الى الصوم .

(٢) رواه الترمذي (٢٥٠٦) ، وأحمد (٣٦٧١) ؛ وحسنه الألباني .

أين مَكْمَنُ السعادة الحقيقية ؟

السعادة والسرور والطمأنينة والأمن والراحة النفسية .. مَطْلَبٌ عَالَمِي ؛ تَشُدُّه البشرية كُلُّهَا ، وانقَسَمَ الناسُ بها ﴿فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ﴾ هود: ١٠٥ .
وقد بَحَثَ عنها أقوامٌ في المال والمنصب والجاه والسلطان والشهرة والرياء والحضارة والشهوات والمخدرات والموضات والغناء والرقص وتجميل البيوت وزُخرف الدنيا والتقليد الأعمى .. فما وَجَدُوا إلا سَرَابًا ﴿يَحْسَبُهُ الظَّمْآنُ مَاءً حَتَّى إِذَا جَاءَهُ لَمْ يَجِدْهُ شَيْئًا﴾ النور: ٣٩ ، ونَسُوا أن الدنيا (سِجْنُ الْمُؤْمِنِ وَجَنَّةُ الْكَافِرِ)^(١) .

ولا سعادة حقيقية إلا في اتِّبَاعِ الْقُرْآنِ وَالسُّنَّةِ ﴿فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ طه: ١٢٣ ، وفي طاعة الله والعمل الصالح ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً﴾ النحل: ٩٧ ، وفي الدعاء والذكر والصبر والشكر والرضا بالقَدَرِ والتوحيد ، والصلاة ، والخُلُقِ الْحَسَنِ ، والمعاملة الطيبة ، وحُسْنِ الظَّنِّ بِاللَّهِ فكان ذلك لهم راحةً نفسية وسعادةً قلبية ؛ لأن هدفهم مرضاة الله والرضى عنه ؛ وقد أيقنوا بقوله : (أَعَدَدْتُ لِعِبَادِي الصَّالِحِينَ مَا لَا عَيْنٌ رَأَتْ، وَلَا أُذُنٌ سَمِعَتْ، وَلَا خَطَرَ عَلَى قَلْبِ بَشَرٍ)^(٢) ، أي في الجنة ؛ التي أقلُّ أهلها سعادةً ومُلْكًا هو كأكثر ملوك الدنيا عشر مرات ؛ كما في صحيح مسلم.

(١) حديث شريف رواه مسلم (٢٩٥٦) ، وابن حبان (٦٨٧) .

(٢) حديث قدسي رواه البخاري (٣٢٤٤) ، ومسلم (٢٨٢٤) .

الفصل الثالث

الرُّقِيَّةُ الشَّرْعِيَّةُ
والتَّحَصُّنُ مِنَ الشَّيْطَانِ
وَمِنَ السَّحْرِ وَالْعَيْنِ
وَالْمَسِّ وَالْجَانِّ



عالم الجنّ؛ أحوالهم وتكليفهم

الجنّ خَلَقَهُمُ اللهُ مِنْ سَمُومِ النَّارِ ، فِيهِمْ رِقَّةٌ وَخِفَّةٌ ، وَيَتَزَاوَجُونَ وَيَتَكَاثَرُونَ وَلَهُمْ قُدْرَةٌ عَلَى التَّشَكُّلِ وَالسَّرْعَةِ وَالخَفَاءِ وَالطَّيْرَانَ وَالغَوْصَ وَالِدُخُولَ مِنْ مَسَامِّ جَسْمِ الْإِنْسَانِ ، وَيَرَوْنَنَا وَلَا نَرَاهُمْ ؛ وَهُنَا مَكْمَنَ الْخَطَرُ ، ﴿ إِنَّهُ يَرِيكُمْ هُوَ وَقَبِيلُهُ مِنْ حَيْثُ لَا تَرَوْنَهُمْ ﴾ الأعراف ٢٧ ، وَبَعْضُ الْحَيَوَانَاتِ تَرَى الْجِنَّ ؛ كَالْحَمِيرِ وَالْكِلَابِ .

وَقَدْ تَتَصَوَّرُ الْجِنُّ بِدَوَابٍّ أَوْ حَيَوَانَاتٍ كَالثَّعَالِبِينَ وَالْحَيَّاتِ ؛ الَّتِي تَدْخُلُ الْبُيُوتَ فَتَوَدِّي فَتَوَدِّي ، وَيَجِبُ التَّحَصُّنُ بِذِكْرِ اللهِ وَالتَّعْوِذَاتِ ، وَيُحَرَّجُ عَلَيْهَا بِاسْمِ اللهِ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ لَعَلَّهَا تَخْرُجُ ؛ لِقَوْلِ النَّبِيِّ ﷺ : (إِنَّ لِهَذِهِ الْبُيُوتِ عَوَامِرٌ ، فَإِذَا رَأَيْتُمْ شَيْئًا مِنْهَا فَحَرِّجُوا عَلَيْهَا ثَلَاثًا ؛ فَإِنْ ذَهَبَ وَإِلَّا فَاقْتُلُوهُ ؛ فَإِنَّهُ كَافِرٌ) (١) .

وَالْجِنُّ كَالْإِنْسِ مِنْ حَيْثُ التَّكْلِيفُ ، فَهُمْ مُكَلَّفُونَ بِأَحْكَامِ الشَّرِيعَةِ وَبَاتِّبَاعِ الْقُرْآنِ وَالسُّنَّةِ ، قَالَ تَعَالَى : ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾ الذَّارِيَاتِ ٥٦ .

وَمِنْهُمْ الْمُؤْمِنُ وَالْكَافِرُ وَالْعَاصِي وَالطَّيِّبُ وَالخَبِيثُ وَالْعَالِمُ وَالْجَاهِلُ وَالْمُسْلِمُ وَالْيَهُودِيَّ وَالنَّصْرَانِيَّ وَالسُّنِّيَّ وَالرَّافِضِيَّ ؛ وَمَذَاهِبُ شَتَّى ؛ كَمَا قَالَ اللهُ عَنْهُمْ : ﴿ وَأَنَّا مِمَّا الصَّالِحِينَ وَمِنَّا دُونَ ذَلِكَ كُنَّا طَرِيقَ قَدَدًا ﴾ الْجِنِّ ١١ ، وَفِيهِمْ مُلُوكٌ وَأَمْرَاءٌ وَوُزَرَاءٌ .. وَأَبُو الْجِنِّ "إِبْلِيسُ" سَأَلَ اللهُ إِمْهَالَهُ حَيًّا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ لِيُمَعِّنَ فِي الْإِضْلَالِ وَالْإِفْسَادِ ؛ فَأَمَهَلَهُ اللهُ فِتْنَةً ؛ ﴿ قَالَ فَإِنَّكَ مِنَ الْمُنظَرِينَ ﴾ (٨٠) إِلَى يَوْمِ الْوَقْتِ الْمَعْلُومِ ﴿ ص ٨١ .

(١) رواه مسلم في صحيحه (٥٧٩٢) .

موقف (الجان) من الإنسان وصور من خبث الشياطين ومكرهم

أما مؤمنو الجنّ: فهم أصفياء لمؤمني الإنس ولا يؤذونهم ، وقد يكون منهم مؤمنٌ ضعيف إيمان أو قليل ديانة فيؤذي الإنسي أو يظلمه أو يتلبس به ..

أما كفّار الجنّ: فهم الشياطين ، وهم أعداءُ ألدّاء ، وخُصَمَاءُ فُجَرَاء ، وخُبثاءُ مُكْرَاء ، وظلّمةٌ أبغياء ، يكرهون دين الله وذكره ، ويشتمّون من القرآن وأهله ، ويحبّون الكفار ويوالونهم ، ويبغضون المؤمنين ويُعادونهم ؛ ويجتهدون في إغوائهم وإضلالهم وإحزانهم وإخراجهم من الإسلام ، وإيقاعهم في الكفر والشرك والنفاق والمعاصي والشهوات ، ويوسّسون لهم ، ويحسدونهم ، ويصيبونهم بالحسد والعين والسحر والشعوذة ، ويتلبّسون بأجسادهم ويجرّون في عروقهم مجرى الدم ؛ لإصابتهم بالكسل والخمول والعجز والوهن والقلق والأرق والألم والصدّ عن ذكر الله وعن الصلاة .. وذلك زيادةً في الإيذاء مع الإغواء والحرب المستمرّة إلى يوم القيامة ؛ كما حكا الله عنهم:

﴿ قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٨٢﴾ إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخَلَّصِينَ ﴾ ص ٨٣.

ومن خبث الشيطان ومكره: أنه يحرص على دخول البيوت ، ويأكل مع مَنْ أكل ولم يُسمّ الله ، ويدعو أعوانه للمبيت في البيوت التي ليس فيها قرآنٌ ولا ذكرٌ لله ؛ لذا أمرنا بتغطية الطعام والإناء ، وبأذكار الدخول والخروج وآداب الأكل ..

ومن ذلك : أنه يبول في أذن الإنسان النائم ، ويبيت على خيشومه ، ويُزعجه بالأحلام والكوابيس ، وإذا أكل أكل معه ، وإذا ثائب ضحك عليه ، وإذا سجد بكى منه ، وإذا صلى وسوس له ولبس عليه ، وإذا غضب نفخ فيه ، وإذا وقع في شهوة دخل فيه ، ويرسل إبليس جنوده في الأرض للإفساد والسحر وتفريق الأزواج وتزيين الكفر والقتل ؛ فيتلاعب بالفسقة والكفرة ويقودهم كالذباب.. ،
أما المؤمن فلا يقوى عليه الشيطان إلا بالوسوسة.

ومن ذلك : أنه يستدرج المسلم (بالخطوات) التي يتدرج به فيها حتى يوقعه ويهلكه وهو يشعر أو لا يشعر ، ولا يأتي بالطريقة المباشرة ؛ بل يأتيه بالحيلة والتدرج ؛ كما يصطاد الصياد صيدته ، وكما قيل : نظرة فابتسامة فلمسة فموعد فلقاء ، قال تعالى : ﴿وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ﴾ الأنعام: ١٤٢ ، وكذلك طريقة (التزيين) أي تزيين المعاصي وتحسين القبائح ؛ كما قال الله عنه : ﴿لَا زَيْنَ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَا نُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ الحجر: ٣٩.

ومن ذلك : أن الشياطين يحسدون الإنس ، ويصيبونهم بالعين ، فعين الجن وحسدهم وسحرهم هو أشد وأشنع ، يحسدون الإنسي على كل نعمة أنعمها الله عليه ؛ من مال أو جمال أو شيء .. ، ففي الصحيحين أن النبي ﷺ رأى سفعة في وجه جارية ؛ فقال : (استرقوا لها ؛ فإن بها النظرة) (١).

أي نظرة العين والحسد من الجان ..

(١) رواه البخاري (٥٧٣٩) ، ومسلم (٢٤٥٧) ، والسفعة : سواد أو كدمة في الوجه.

ومن ذلك: أنهم يتوزعون المهام الخبيثة والإضلال...، فمنهم (الغيلان) جمع غول من الاغتيال والغدر؛ وهم سحرة الجن وأشرارهم الذين يؤذون الإنس ويضلّون طريقهم وأسفارهم، حتى إن مسافر الليل يرى ناراً وليست بنار فإذا جاءها تاه ولم يجد شيئاً، وفي الحديث: (وَإِذَا تَغَوَّلْتَ لَكُمْ الْغِيلَانَ فَتَادُوا بِالْأَذَانِ) ^(١)؛ لأن الأذان يطرد الشيطان.

ومنهم (الوكهان) شيطان الوضوء؛ الذي يفسد طهارة الممتطهر بالوسوسة. ومنهم (خنزب) شيطان الوسوسة في الصلاة، وفي صحيح البخاري أن صحابياً شكى للنبي ﷺ وسوسة الشيطان وتلبيسه عليه في الصلاة؛ فقال ﷺ: (ذَاكَ شَيْطَانٌ يُقَالُ لَهُ خِنْزَبٌ، فَإِذَا أَحْسَسْتَهُ فَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْهُ، وَاتْفَلْ عَلَى يَسَارِكَ ثَلَاثًا)، قال: ففعلت ذلك فأذهب الله عني ^(٢).

حتى الرسل والأنبياء؛ تعرّض لهم الشيطان أيضاً، فهو الذي زين لآدم المعصية بالأكل من الشجرة حتى أخرجه من الجنة، ويتعرّض للصالحين عند مماتهم لصدّهم عن كلمة التوحيد؛ فكيف بمن دونهم؟! ^(٣).

(١) رواه أحمد (١٣٩٨٦)، وابن خزيمة (٢٥٤٩)، وقال الأرنؤوط: صحيح لغيره، وفي سنّده ضعف؛ ليس لجرح؛ بل لانقطاع؛ قالوا: فالراوي عن جابر لم يسمع عنه؛ رضي الله عنه.
(٢) رواه البخاري (٥٦٩٢)، والتفل يكون على اليسار قليلاً بالتفاتٍ يسير.
(٣) انظر: آكام المرجان في أحكام الجنان؛ للإمام بدر الدين الشبلي، وعالم الجن؛ لمصطفى عاشور، ووقاية الإنسان من الجن والشيطان؛ للشيخ وحيد بالي؛ ص ٧٦ وما بعدها.

وحتى الأمم السابقة ؛ مما أوقع أكثرهم في محادة الله وتكذيب الرُّسل طاعتهم
الشیطان، قال الله تعالى: ﴿ وَعَادًا وَنَمُودًا وَقَدْ تَبَيَّنَ لَكُمْ مِنْ مَسْكَنِهِمْ
وَزَيْنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَلَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ وَكَانُوا مُسْتَبْصِرِينَ ﴾ العنكبوت: ٣٨ .
بل كلُّ مولود يسهلّ يصرخ عند ولادته ؛ لأن الشيطان ينخسه على ضلعه
كأنه يعلن العداوة من البداية بلا هوادة ، قال ﷺ : (ما من مولود يولد إلا نخسه
الشیطان؛ فيستهلّ صارخاً من نخسة الشيطان، إلا ابن مريم وأمه)^(١) .



ولقد حذرنا الله من شياطين الجن والإنس ومن شرهم ومكرهم ..

فقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلَا تَغُرَّكُمْ الْهَيْوةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّكُمْ بِاللَّهِ الْغُرُورُ

﴿٥﴾ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴾ فاطر ٦ .

وقال تعالى: ﴿ أَلَمْ أَعْهَدْ إِلَيْكُمْ يَا بَنِي آدَمَ أَنْ لَا تَعْبُدُوا الشَّيْطَانَ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿٦٠﴾

وَأَنْ أَعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ ﴾ يس ٦١ ، وقال تعالى: ﴿ وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا

شَيْطَانٍ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ زُخْرَفَ الْقَوْلِ غُرُورًا ﴾ الأنعام ١١٢ .

وقال تعالى: ﴿ وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾ فصلت ٣٦ .

وقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ

بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ﴾ النور: ٢١ ، تكرر التحذير من هذه الخطوات أربع مرات في القرآن

الكريم: (في سورة البقرة: ١٦٨ ، ٢٠٨ ، وفي الأنعام ١٤٢ ، والنور ٢١) .

(١) رواه مسلم في صحيحه (٦٠٨٦) .

موقف (الإنسان) من شياطين الإنس والجان

❖ أما الإنسان المؤمن : فإنه يستعين بالله من الشيطان ، ويحذر منه ولا يتبع خطواته ، بل ويكافحه بالدعاء والأذكار والتعويدات والصلوات والتوكل على الله ؛ فلا يكون له عليه سلطان ، وفي هؤلاء قال الله تعالى :

﴿ إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَنٌ وَكَفَىٰ بِرَبِّكَ وَكِيلًا ﴾ الإسراء ٦٥ ، وقال تعالى :

﴿ إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ ﴿١٩﴾ إِنَّمَا سُلْطَانُهُ عَلَى الَّذِينَ يَتَوَلَّوْنَهُ وَالَّذِينَ هُمْ بِهِ مُشْرِكُونَ ﴾ النحل ١٠٠ .

❖ أما الإنسان العاصي أو الغافل أو الكافر : فإنه يستضعف ويستسلم للشيطان حتى يتسلط عليه ، ويُرِيّن له ، ويُغويه ، ويُغريه ، ويأتيه عن يمينه وشماله ، ويكرهه إليه الإيمان ، ويُحبب إليه الكفر والفسوق والعصيان ؛ ويصدّه عن سبيل الله ويستحوذ عليه حتى يكون من حزبه في النار ؛ إلا من تاب وأناب .

قال الله تعالى : ﴿ بَلْ كَانُوا يَعْبُدُونَ الْجِنَّ أَكْثَرُهُمْ بِهِمْ مُّؤْمِنُونَ ﴾ سبأ: ٤١ .

وقال تعالى : ﴿ إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴾ فاطر: ٦ .

وقال تعالى : ﴿ اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ فَأُولَٰئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ

الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴾ المجادلة: ١٩ .

وقال تعالى: ﴿ وَيَوْمَ يُحْشَرُهُمْ جَمِيعًا يَمَعَشَرَ الْجِنِّ قَدِ اسْتَكْثَرْتُمْ مِنَ الْإِنْسِ وَقَالَ أَوْلِيَاؤُهُمْ مِنَ الْإِنْسِ رَبَّنَا اسْتَمْتَعَ بَعْضُنَا بِبَعْضٍ وَبَغْنَا أَجَلَنَا الَّذِي أَجَلْتَ لَنَا قَالَ النَّارُ مَثْوَاكُمْ خَالِدِينَ فِيهَا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ إِنَّ رَبَّكَ حَكِيمٌ عَلِيمٌ ﴾ الأنعام: ١٢٨ .



والإنسان لا بدّ أن يكون عبداً ؛ إما لله ، أو للشياطين والهوى والشهوات والشبهات .

وقد يكون الاستعباد جزئياً ؛ فتتقصّ عبوديته لله وطمأنينته بذكره بقدر استسلامه للشيطان والهوى .. ؛ فيعيش مريضاً نفسياً ، منحرفاً فكرياً ، مضطرباً عقلياً ، وإذا لم يتدارك ويقوّي إيمانه فإنه يخشى استفحال الحال حتى قد يموت على غير الملة والعياذ بالله ، ﴿ فَرِيقًا هَدَىٰ وَفَرِيقًا حَقَّ عَلَيْهِمُ الضَّلَالَةُ إِنَّهُمْ اتَّخَذُوا الشَّيَاطِينَ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ مُّهْتَدُونَ ﴾ الأعراف: ٣٠ .

وكما قيل :

هَرَبُوا مِنَ الرَّقِّ الَّذِي خُلِقُوا لَهُ فَبُلُّوا بِرِقِّ النَّفْسِ وَالشَّيْطَانِ

وقد وصف الله لنا (الشيطان) أنه ضعيفٌ جداً ؛ أمام الحق والإيمان والقرآن :

﴿ إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا ﴾ النساء: ٧٦ ، ولا يضعف أمام الضعيف إلا أضعف منه ، فإذا ضعّف الإنسان - علماً وعملاً - وعقيدةً وتوحيداً وإيماناً - فإن الشيطان يقوى عليه ؛ ولا يزال به حتى يفسد عليه دينه ودنياه وسعادته وأخراه ، عياداً بالله .

مَسَّ الْجَانِّ لِلإِنْسَانِ أعراض وعلامات وأسباب

ثُبَّتْ بصريح النصوص أن شياطين الجن تَمَسُّ الإنسان وتُخَبِّطُهُمْ ؛ وتَدخُلُ أبدانهم ؛ إما مَسًّا (كُلِّيًّا) على كامل الجسد ، أو (جُزْئِيًّا) على عضوٍ من الأعضاء ..
ويُنْتِج من ذلك : قلق ، وأرق ، وكوابيس ، وأحلامٌ مُفزِعَةٌ ، وفَرَطَ حَرَكَةٍ أثناء النوم ، وشروءٌ ذهني ، وكَسَلٌ ، وخمول ، وتَشَنُّجٌ ، وانفِعال ، واستِثقال للصلاة والعبادة ، وصدودٌ عن قراءة القرآن أو سَماعه ..

ومن فُرصِ المَسِّ ودخولِ الجانِّ للجسد : الغضب ، والغفلة ، والخوف ، والانكباب على الشهوات والمعاصي والمَلذات ، وإهمال أذكار الصباح والمساء ..
والجان تَدخُلُ الجسدَ الإنسي لأسبابٍ : منها التوكُّلُ بالسَّحر ، أو بالعين ، أو للعشق والفاحشة ، أو للوسوسة والإغواء ، أو للاستقرار في (المخ) والتحكُّم في التصرفات ، أو الاستقرار في (رَحِمِ المرأة) للربط عن الحمل سنواتٍ طويلة ..

وقد يكون بسبب اعتداءٍ غير مقصودٍ من الإنسي : مثل أن يصبَّ الماء الحارَّ عليهم ، أو يُغلق بابًا بالقوَّة ، أو يَدخُلُ إلى الحَمَّام ولا يَذكرُ الله ، أو يتبول في جُحرٍ ونحوه ، أو يَقفز من مكانٍ عالٍ أو يَتوغلَّ ليلًا في الصحراء أو الظلام ولا يَذكرُ الله تعالى ولا يتحصن بالتحصينات الشرعية ؛ فتتأذى منه الجن فتؤذيه .

(الْقَرِين) أنواعه ، وحقيقته ، وخطورته

القرين : من المُقارَنة الدائمة واللزوم وعدم الانفكاك ؛ يُقارن ويُلازم الإنسان لا يُفارقه لحظةً من أول حياته إلى مماته .. ؛ **والقرين قرينان** :

❖ **الأول** : **قرين خير** : من (الملائكة الكرام) وهما الرقيب والعيتد ؛ مَلَكَان كَرِيمَان لِكِتَابَةِ الحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ ، وَلِلتَّأْيِيدِ وَالتَّثْبِيثِ ؛ قَالَ تَعَالَى : ﴿ مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾ ق: ١٨ ، وَقَالَ تَعَالَى : ﴿ وَإِنَّ عَلَيْكُمْ لَحَافِظِينَ ۝ كَرَامًا كَاتِبِينَ ﴾ الانفطار: ١١ .

❖ **الثاني** : **قرين شرّ شَرِّير** : من (شياطين الجنّ) للإضلال ، وتزيين الفواحش ، والأمر بالمنكر ، والنهي عن المعروف ، والتشيط ، والصدّ عن سبيل الله ، والإيقاع في الكفر والشرك والنفاق واقتراف الكبائر ؛ كالقتل والسحر والغيبة والقطيعة والبغضاء والشحناء وكرهية العلم والعلماء والصلحاء ..

قَالَ تَعَالَى : ﴿ وَمَنْ يَكُنِ الشَّيْطَانُ لَهُ قَرِينًا فَسَاءَ قَرِينًا ﴾ النساء: ٣٨ ، وَقَالَ تَعَالَى : ﴿ وَمَنْ يَعِشْ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نَقِيضٌ لَهُ ، شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ۝ ﴾ وَإِنَّهُمْ لَيَصُدُّونَهُمْ عَنِ السَّبِيلِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ مُهْتَدُونَ ﴿٣٧﴾ حَتَّى إِذَا جَاءَنَا قَالَ يَلَيْتَ بَيْنِي وَبَيْنَكَ بَعْدَ الْمَشْرِقَيْنِ فَيَنْسُ الْقَرِينُ ﴿الزخرف: ٣٨﴾ .
وَقَالَ تَعَالَى : ﴿ وَقِيضْنَا لَهُمْ قُرْنَاءً فَزَيَّنُوا لَهُمْ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ﴾ فصلت: ٢٥ .

وَقَالَ تَعَالَى : ﴿ قَالَ قَرِينُهُ رَبَّنَا مَا أَطْعَمْتَهُ بُولَكُنْ كَانَ فِي ضَلَالٍ بَعِيدٍ ﴾ ق: ٢٧ .

وفيه قال ﷺ : (ما منكم من أحدٍ إلا وقد وُكِّلَ به قَرِينُهُ مِنَ الْجِنِّ) ، قالوا : وإيّاكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ : (وإيّاي) ، إِلَّا أَنَّ اللَّهَ أَعَانَنِي عَلَيْهِ فَأَسْلَمَ ، فَلَا يَأْمُرُنِي إِلَّا بِخَيْرٍ) (١) .

(١) رواه مسلم (٧٠٥٧) ، وابن حبان (٦٣٠٤) ، وأحمد (٢٣٢٧) ، وفي لفظ: (.. قرينه من الشياطين ، وقرينه من الملائكة) . والظاهر أن القرين من الملائكة هما الكاتبان ؛ والله أعلم .

فحتّى النبي ﷺ له قرينٌ من الجنّ ؛ لكنّ الله هداه وأسلمَ وسَلِمَ الرسول من شرّه ؛ فإنّ قوله "أسلمَ" - بالنصب أو الرفع - تحمل إسلامه والسلامة منه .
وبين ﷺ وجوب دفع المارّ بين يدي المصلّي ؛ وقال : (إِنَّ مَعَهُ الْقَرِينَ) رواه مسلم .

وَمِنْ خَطَرِ الشَّيْطَانِ الْقَرِينِ : أنه قد يستقرّ في مخ الإنسان وناصيته المسؤولة عن تصرّفاته وحركاته ، فيُصِرّفه كالآلة ، ويحرص أن يجعله حزيناً خائفاً مُوسوساً مُبتعداً عن الأسرة والمجتمع وعن ذاته وعن تعاليم الدّين .

وَمِنْ خَطَرِهِ : أنه يستفزّ قرينه الإنسي بالغضب المستمر ؛ فلا يريد أن يراه إلا غضوباً عجولاً ؛ ويُنغص عليه نومه وراحته ، ويثنيه عن إنجاز أعماله ..

وَمِنْ خَطَرِهِ : أنه يُسهّل وصول الشياطين والسّحرة إلى الإنسان ، والتعاون معهم للإضرار به ؛ لأنّ الشيطان القرين يعرف كل شيء عن قرينه ونقاط ضعفه . وللأسف ؛ فالكثيرون لا يعرفون هذه الحقائق عن القرين الجنيّ ، بل إنهم يستضعفون له ؛ فلا يتصرفون إلا بما يُمليه عليهم ، ويكبّلهم بالكسل والفشل ..

هذا للضعفاء ؛ ضعفاء الإيمان والعلم والذكّر والتوكّل ، أما أهل العلم والإيمان والصبر والتوكّل على الله .. فهو مهزومٌ بائسٌ أمامهم ؛ كما قال ربّنا - جلّ وعلا - :

﴿ إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ ﴿٩١﴾ **إِنَّمَا سُلْطَانُهُ عَلَى الَّذِينَ يَتَوَلَّوْنَهُ وَالَّذِينَ هُمْ بِهِ مُشْرِكُونَ** ﴿النحل: ١٠٠﴾ .

فلِكِي يَنْجُو الْمُسْلِمُ مِنْ هَذَا الْعَدُوِّ اللَّدُودِ عَلَيْهِ تَحْقِيقَ تَوْحِيدِهِ وَإِيمَانِهِ ، وَالتَّسَلُّحَ بِالِدَعَاءِ ، وَالتَّحَصُّنَ بِالرَّقِيَةِ الشَّرْعِيَّةِ وَأَذْكَارِ الصَّبَاحِ وَالْمَسَاءِ ، وَبِذِكْرِ اللَّهِ تَعَالَى عِنْدَ الدَّخُولِ وَالخُرُوجِ وَالْأَكْلِ وَالنَّوْمِ وَفِي كُلِّ شَيْءٍ ، وَبِقِرَاءَةِ الْقُرْآنِ وَتَدَبُّرِهِ ؛ وَحِفْظِ الصَّلَاةِ فِي وَقْتِهَا وَالخُشُوعِ فِيهَا ، وَالِاسْتِعَاذَةَ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ .

السُّحْر

أنواعه ، وحقيقته ، ولمَ كان من الكبائر الموبقات ؟

السحر: هو ما خَفِيَ وَلَطَّفَ سببه ، وهو من أعمال الشياطين ، وهو قديم حتى في الأمم السابقة ؛ كما أخبر الله عنهم : ﴿ كَذَلِكَ مَا آتَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا قَالُوا سَاحِرٌ أَوْ مُجْنُونٌ ﴾ الذاريات: ٥٢ . والسُّحْر أنواع :

فمنه سِحْر (التخييل) بأن يُخَيَّلَ للمسحور مَنظر أو عَمَل وهو خلاف الحقيقة كَمَنْ يُخَيَّلُ للناظر احتراق وِرَق وهو لَمْ يَحْتَرِقْ ، وكما فَعَلَ سَحْرَةَ فرعون مع موسى - عليه السلام - فكان يَرى العَصِي : ﴿ يُخَيَّلُ إِلَيْهِ مِنْ سِحْرِهِمْ أَنَّهَا تَسْعَى ﴾ طه: ٦٦ .
ومنه سِحْر (التأثير) وهو عِزائم وعُقَد وطلاسم شيطانية تُؤثِّر تأثيراً حقيقياً على القلب والبدن والعقل ، تُمَرِّض وتؤَلِّم وتؤَلِّف وتُفَرِّق وتغيِّر المزاج بأمر الله .
ومنه سِحْر (التفريق) بين الأزواج والأسر ؛ بصَرْفٍ أو عَطْفٍ أو رَبَط ..

وحقيقة السُّحْر: أنه اتفاقٌ بين شيطانين (إنسيٌّ وجنِّي) ؛ على أن يَتْرُك الشيطان الإنسي دينَ الإسلام ، ويكفر بالله ويُشْرِك به ، ويتقرب لشياطين الجن بترك الصلاة ، وإهانة القرآن ، وإتيان الكبائر والفواحش والمحرمات .. ، فإذا قَدَّمَ هذا الثمن وهذا القربان خَدَمَتْهُ الجن في عملية السُّحْر القذرة المشينة القبيحة .
والسُّحْرُ ضَرُّ مِنْ الأضرار ، وخطرٌ مِنَ الأخطار ، لا يُصِيب ولا يَضُرُّ إِلَّا بإذن الله الواحد القهار ؛ ﴿ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ﴾ البقرة: ١٠٢ .

أما لماذا كان السُّحر حراماً ومن الكبائر الموبقات المهلكات : فذلك لأنه

اجتمع فيه عدّة كبائر وعظائم وقبائح ومفاسد شنيعة ؛ منها :

١ - الخروج من الإسلام والكفر بالله ؛ وذلك بقطع الصلاة ، وسبّ الله ورسوله

وكتابه ، قال تعالى : ﴿ وَلَكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ ﴾ البقرة: ١٠٢ .

٢ - الوقوع في الشرك الأكبر المخلد في النار؛ بعبادة الجن ، ودُعاء غير الله ، والذبح

للجن من دون الله ؛ قال تعالى : ﴿ بَلْ كَانُوا يَعْبُدُونَ الْجِنَّ أَكْثَرُهُمْ بِهِمْ مُؤْمِنُونَ ﴾ سبأ: ٤١ .

٣ - أذية المسلمين والإضرار بهم وصدّهم عن سبيل الله ؛ قال تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ

يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بغيرِ مَا كَتَبْنَا عَلَيْهِمْ فَتَنًا وَإِثْمًا مِّنَّا ﴾ الأحزاب ٥٨ .

٤ - ممارسة الكذب والمكر والخداع والدجل والغش وأكل أموال الناس بالباطل ..

٥ - دمار المجتمع ، وتفريق الأسر ، وانتشار العداوات ، ووقوع الخصومات ،

وقطيعة الأرحام ، وفساد الأخلاق ..

٦ - أنّ تعلّمه وتعليمه من الكبائر الضارّة المحرّمة الخبيثة التي لا نفع فيها ؛ قال الله

تعالى : ﴿ وَيُعَلِّمُونَ مَا يَصُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ ﴾ البقرة: ١٠٢ .

والكهانة والعرافة كالسُّحر ، وهي كُفر وخِداع ؛ لأن فيها ادعاءً لِعِلْمِ الغيب

الذي لا يَعْلَمه إلا الله وَحْدَهُ .

وَمَنْ تاب منه تاب الله عليه وغفر ذنبه إذا أصلح وأقبح وأتاب ، وَمَنْ تَمَادَى

فيه وأصرَّ فحدّه - في الشريعة - ضربةٌ بالسيف ؛ يقيم ذلك عليه الحاكم .

العَيْن والحَسَدُ وسنة التبريك والاستغسال

تُرْقَى (العَيْن والحسد) بالرُقِيَّة الشرعية ، وبالتبريك وبالاستغسال من العائن .
والعَيْن : تأتي مِنَ الطَّيِّبِ والخبيث للإعجاب ، والحسد : لا يكون إلا مِنَ
الأنفُسِ الشَّرِيْرَةِ الخبيثة ؛ مع تَمَنِّي زوال النعمة عن الغير ، فإذا اجتمع إعجابٌ
وحَسَدٌ كان الضرر أشَدَّ ؛ لذا جاء الاستعاذة مِنَ الحسد ﴿ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا
حَسَدَ ﴾ ؛ لِيَشْمَلَ الكُلَّ ، فَكُلُّ حَاسِدٍ عَائِنٍ ، وَلَيْسَ كُلُّ عَائِنٍ حَاسِدٍ ..

لذا يجب على مَنْ يُعْجَبُ بشيء - له أو لغيره - أن يدعو بالدعاء المشروع :
(مَا شَاءَ اللهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ ، تَبَارَكَ اللهُ ، اللَّهُمَّ بَارِكْ لَهُمْ فِيمَا رَزَقْتَهُمْ) (١) .

وقال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : (عَلَامٌ يَقْتُلُ أَحَدَكُمْ أَخَاهُ؟ أَلَا بَرَكْتَ ، إِنَّ الْعَيْنَ حَقٌّ ، نَوْضًا لَهُ)
وفي لفظٍ : (اغْتَسِلْ لَهُ) . رواه ابن حبان وصححه الألباني ؛ وهو تمة الدعاء المذكور .

وقال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : (الْعَيْنُ حَقٌّ ، وَإِذَا اسْتُغْسِلْتُمْ فَاغْسِلُوا) (٢) ؛ أَي : غَسَّلُوا أَعْضَاءَ
الوضوء وبعض أعضاء أُخْرَى بنية دَفْعِ العَيْنِ ، و(الأمر) هنا للوجوب ؛ فَمَنْ
طَلَبَ مِنْهُ الغسل فَأَبَى فهو آثِمٌ .

وَمِنْ أَعْرَاضٍ وَعَلَامَاتِ الإِصَابَةِ بِالْعَيْنِ : تَغْيِيرُ وَظَائِفِ الجِسْمِ ، الكسل
الخمول ، الصداع ، تراجع المواهب ، ضيق الصدر ، حرارة وتَنَمُّلُ الأَطْرَافِ .

(١) رواه ابن حبان (٥٩٩٩) ، وابن ماجه (٣٥٩٠) ، وصححه الألباني والأرنؤوط .

(٢) رواه مسلم (٥٦٥٦) ، وابن حبان (٦١٠٧) .

وصفة التوضؤ للعَيْن: أن يتوضأ (العائن) كوضوئه للصلاة ؛ بأن يُغسّل وجهه ويتمضمض ويغسل يديه إلى المرفقين وأطراف قدميه ، ثم يغسل رُكبتيه وطرف ثوبه من الداخل مما يلي الحقو ؛ ويجعل ماء الغسيل في قَدَح.

وصفة الاغتسال به : أن يُغسّل (المعيون) وجهه من القَدَح ويديه إلى المرفقين ثم يصبّ الباقي على رأسه وقفاه.

وقد يعين الشخص نفسه أو ماله ؛ فيُغسّل لنفسه (١).



وتُعرَف (العَيْن) من السّحر بتأثر المريض بالرقية ، فإذا تأثر برقية العين فالمرض عين ، وإذا كان يتأثر بآيات رقية السحر فالمرض سحر.

ولخطورة العين حدّر النبي ﷺ منها ؛ وشرع التحصّن منها بالأذكار والدعاء ..

وقال ﷺ: (العَيْنُ حَقٌّ ، وَلَوْ كَانَ شَيْءٌ سَابِقُ الْقَدَرِ سَبَقَتْهُ الْعَيْنُ) (٢).

وحديث: (العَيْنُ تُدْخِلُ الرَّجُلَ الْقَبْرَ ، وَالْجَمَلَ الْقَدْرَ ، وَإِنَّ أَكْثَرَ مَنْ يَمُوتُ مِنْ أُمَّتِي . بَعْدَ قَضَاءِ اللَّهِ وَقَدْرِهِ . بِالْعَيْنِ) (٣).

(١) انظر: روضة الأبرار في جوامع الدعاء والأذكار ؛ للمؤلف ص ١١١ .

(٢) رواه مسلم (٥٦٥٦) ، وابن حبان (٦١٠٧) .

(٣) رواه البزار في مسنده ، وابن حبان في المجروحين ؛ وضعفه جمهور المحدثين ، وحسنه الألباني في صحيح الجامع (٤١٤٤) ، وقوله بعد قضاء الله: أي إنها من قضاء الله وقدره .

ورأى «عامر بن ربيعة» رجلاً حسنَ الجلد والجسم ؛ فقال (ولا جلدٌ مُخبّأة) فصُرِعَ الرَّجُلُ ، فقال النبي ﷺ : (هَلْ تَتَّبِعُونَ لَهُ أَحَدًا)؟ قالوا: نَتَّبِعُهُمُ «عامر بن ربيعة» ، فغَضِبَ ﷺ وقال: (عَلَامَ يَقْتُلُ أَحَدُكُمْ أَخَاهُ؟ أَلَا بَرَكْتَ؟ اغْتَسِلْ لَهُ) فغَسَلَ عَامِرٌ وَجْهَهُ وَيَدَيْهِ وَمِرْفَقَيْهِ وَرُكْبَتَيْهِ وَأَطْرَافَ رِجْلَيْهِ وَدَاخِلَةَ إِزَارِهِ ؛ فِي قَدَحٍ ؛ ثُمَّ صَبَّ عَلَى رَأْسِ الرَّجُلِ وَاغْتَسَلَ بِهِ ؛ فَرَاحَ مَعَ النَّاسِ لَيْسَ بِهِ بَأْسٌ (١).

واقع مؤسفٌ خطرٌ: في واقعنا المعاصر تهافتَ أكثر الناس على حُبِّ الظهور والشُّهرة والتفاخر بالنِّعم والتصوير ، وما عَلِمُوا أن "حُبَّ الظهور يَقْصِمُ الظهور". ويتفاخر البعض بتصوير المراكب والطعام والشراب واللباس والحفلات والبيوت ، ونَشَرها على برامج التواصل ، فلا شُكر على النعمة ، ولا مراعاة لحال إخوانهم الفقراء ؛ مما يُسبِّب لأولئك الحسد ، ولهؤلاء كَسْر النفس وألم الحاجة. والكثيرون يذهبون لقصور الأفرح ومجامع الناس في استراحات أو زواجات ولا يذكرون الله إلا قليلا ، ولا يَتَحَصَّنُونَ بالدعاء والتعويدات الشرعية ، ولا يُعَوِّذُونَ آبائَهُم بالفاتحة والكرسي والمعوذتين والدعاء ، ولا يَتَعَوِّذُونَ بكلمات الله التامات عند دخولٍ ولا خروجٍ .. ، مما قد يُعَرِّضُ لِلْعَيْنِ والحسد والأذى ؛ وربما السَّحَر ..

خاصةٌ وأن البعض من مناسباتنا وتجمعاتنا المعاصرة - للأفراح وغيرها - تحتوي على مُنكَرَاتٍ وكبائر شنيعة ؛ كطلب الشُّهرة والغناء والغيبة والإسراف والتبذير والإعجاب والحسد والعين والسهر في الليل .. وهذه كُلُّها من أعمال الشيطان ..

(١) رواه ابن حبان (٦١٠٦) ، وابن ماجه (٣٥٩٠) ، وأحمد (١٥٦٧٣) ، وصححه الألباني.

الرُّقِيَّةُ الشَّرْعِيَّةُ

لعلاج (السُّحْرِ) و(العَيْنِ) و(الْمَسِّ) و(الهِمِّ) و(السُّقْمِ) (وَإِخْرَاجِ الشَّيْطَانِ مِنَ الْبُيُوتِ وَالْأَجْسَادِ) وَغَيْرِ ذَلِكَ

القرآن كله شفاء ودواء ، ويُخَصُّ منه سُورٌ وآيات ؛ هي شفاء ودواء لكثيرٍ من الأَسْقَامِ والأمراض والسُّحْرِ والعَيْنِ ..، إضافةً لبعض التعاويذ النبوية ، كما يلي :

- أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ^(١) ﴿بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ① الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ②﴾
- الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ③ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ④ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ⑤ أَهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ⑥ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ⑦﴾ . سورة الفاتحة.
- أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿الْم ①﴾ ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ② الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُقْفُونَ ③ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ④ أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمَفْلُحُونَ ⑤﴾ . أوائل البقرة.
- أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ① يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ② وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ③ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ④﴾ . آية الكرسي . تُكرَّرُ هي والفاتحة ثلاثاً ثلاثاً ، أو أكثر.

(١) ينبغي تكرار (الاستعاذة بالله) والاهتمام بها ؛ لأنها رُقِيَّةٌ عظيمة ، وفيها اعتصام بالله تعالى .

● أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿﴾ ءَامِنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ ءَامِنٌ بِاللَّهِ
وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ
رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا
اَكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا
حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا
وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿﴾ . أواخر سورة البقرة.

● أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿﴾ شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا
بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿١٨﴾ إِنَّ الَّذِينَ عِنْدَ اللَّهِ الْأَسْلَمُ وَمَا اخْتَلَفَ
الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ
فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ ﴿﴾ . من سورة آل عمران.

● أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿﴾ إِنْ رَبُّكُمْ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ
أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يُغْشَى اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَيْثُهَا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ
مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ ۗ أَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴿٥٤﴾ ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا
وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ﴿٥٥﴾ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا
وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ ﴿﴾ . من سورة الأعراف.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١١٥﴾ أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾
فَتَعَلَى اللَّهِ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَبِيرِ ﴿١١٦﴾ وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا
آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ ﴿١١٧﴾ وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ
وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّحِيمِينَ ﴿١١٨﴾ . أواخر سورة المؤمنون.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١﴾ وَالصَّافَّاتِ صَفًا ﴿١﴾ فَالزَّجْرَاتِ زَجْرًا ﴿٢﴾ فَالتَّالِيَاتِ ذِكْرًا ﴿٣﴾ إِنَّ
إِلَهَكُمْ لَوَاحِدٌ ﴿٤﴾ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشْرِقِ ﴿٥﴾ إِنَّا زَيْنَا السَّمَاءِ الدُّنْيَا
بِرَبِينَةٍ الْكَوَاكِبِ ﴿٦﴾ وَحِفْظًا مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ مَارِدٍ ﴿٧﴾ لَا يَسْمَعُونَ إِلَى الْمَلَأِ الْأَعْلَى وَيُقَدِّفُونَ مِنْ
كُلِّ جَانِبٍ ﴿٨﴾ دُخُورًا وَهُمْ عَذَابٌ وَأَصِيبٌ ﴿٩﴾ إِلَّا مَنْ خَطِفَ الْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ ﴿١٠﴾
أوائل الصفات.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١﴾ وَإِذْ صَرَفْنَا إِلَيْكَ نَفْرًا مِنَ الْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ الْقُرْآنَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ
قَالُوا أَصْنُوتًا فَلَمَّا فُضِيَ وَلَوْا إِلَى قَوْمِهِمْ مُنْذِرِينَ ﴿٢١﴾ قَالُوا يَبْقَوْنَآ إِنَّا سَمِعْنَا كِتَابًا أُنزِلَ مِنْ
بَعْدِ مُوسَى مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَإِلَى طَرِيقٍ مُسْتَقِيمٍ ﴿٣٠﴾ يَبْقَوْنَآ أَجِيبُوا دَاعِيَ اللَّهِ
وَأَمِنُوا بِهِ يَغْفِرْ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيُجِرْكُمْ مِنْ عَذَابٍ أَلِيمٍ ﴿٣١﴾ وَمَنْ لَا يُجِبْ دَاعِيَ اللَّهِ فَلَيْسَ
بِمُعْجِزٍ فِي الْأَرْضِ وَلَيْسَ لَهُ مِنْ دُونِهِ أَوْلِيَاءُ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ ﴿٣٢﴾ . من سورة الأحقاف.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١﴾ يَمَعَشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ إِنْ أَسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَفْذَرُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَوَاتِ
وَالْأَرْضِ فَانْفُذُوا لَا تَنْفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَنِ ﴿٣٣﴾ فَبِأَيِّ آيَةٍ رَبِّكُمَا تُكْذِبَانِ ﴿٣٤﴾ يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شَوْطُ
مِنْ نَارٍ وَنُحَاسٌ فَلَا تَنْصِرَانِ ﴿٣٥﴾ فَبِأَيِّ آيَةٍ رَبِّكُمَا تُكْذِبَانِ ﴿٣٦﴾ . من سورة الرحمن.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١﴾ لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِمَّنْ خَشِيَ اللَّهَ وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ نُضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلِيمٌ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ﴿٢٢﴾ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ﴿٢٣﴾ هُوَ اللَّهُ الْخَلِيقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿٢٤﴾. أو اخر سورة الحشر.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١﴾ قُلْ أَوْحَى إِلَيَّ أَنَّهُ اسْتَمَعَ نَفَرٌ مِّنَ الْجِنِّ فَقَالُوا إِنَّا سَمِعْنَا قُرْآنًا عَجَبًا يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ فَآمَنَّا بِهِ وَلَمْ نُشْرِكْ بِرَبِّنَا أَحَدًا ﴿٢﴾ وَأَنَّهُ تَعَلَّى جَدُّ رَبِّنَا مَا اتَّخَذَ صَاحِبَةً وَلَا وَلَدًا ﴿٣﴾ وَأَنَّهُ كَانَ يَقُولُ سَفِيهُنَا عَلَى اللَّهِ شَطَطًا ﴿٤﴾ وَأَنَا ظَنَنَّا أَن لَّنْ نَقُولَ الْإِنسَ وَالْجِنُّ عَلَى اللَّهِ كَذِبًا ﴿٥﴾ وَأَنَّهُ كَانَ رِجَالٌ مِّنَ الْإِنسِ يَعُوذُونَ بِرِجَالٍ مِّنَ الْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهَقًا ﴿٦﴾ وَأَنَّهُمْ ظَنُّوا كَمَا ظَنَنْتُمْ أَن لَّنْ يَبْعَثَ اللَّهُ أَحَدًا ﴿٧﴾ وَأَنَا لَمَسْنَا السَّمَاءَ فَوَجَدْنَاهَا مُلِئَتْ حَرَسًا شَدِيدًا وَشُهَبًا ﴿٨﴾ وَأَنَا كُنَّا نَقْعُدُ مِنْهَا مَقْعَدًا لِّلسَّمْعِ فَمَن يَسْتَمِعْ الْآنَ يَجِدْ لَهُ شُهَابًا رَّصَدًا ﴿٩﴾. أوائل سورة الجن.

• ﴿حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾.

• ﴿حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ﴾.

• ﴿لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾.

• ﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَفِيلاً عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ﴾.

• ﴿رَبِّ نَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ﴾. ﴿رَبِّ أَنْصُرْنِي عَلَى الْقَوْمِ الْمُفْسِدِينَ﴾.

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿قُلْ يَتَّيِبُهَا الْكَافِرُونَ﴾ ١ ﴿لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ﴾ ٢ ﴿وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ﴾ ٣ ﴿وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَّا عَبَدْتُمْ﴾ ٤ ﴿وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ﴾ ٥ ﴿لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ﴾

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾ ١ ﴿اللَّهُ الصَّمَدُ﴾ ٢ ﴿لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ﴾ ٣ ﴿وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ﴾

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ﴾ ١ ﴿مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ﴾ ٢ ﴿وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ﴾ ٣ ﴿وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ﴾ ٤ ﴿وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ﴾

• أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ﴾ ١ ﴿مَلِكِ النَّاسِ﴾ ٢ ﴿إِلَهِ النَّاسِ﴾ ٣ ﴿مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ﴾ ٤ ﴿الَّذِي يُوسِّسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ﴾ ٥ ﴿مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾

وعند رقية المسحور وعلاج السحر:

مع قراءة سورة الفاتحة ، وآية الكرسي ، والمعوذتين ، والآيات المذكورة تُقرأ

أيضاً (آيات إبطال السحر) عند رقية المسحور ؛ وهي قوله تعالى:

﴿وَاتَّبِعُوا مَا تَنَلُوا الشَّيْطَانِ عَلَىٰ مَلِكِ سُلَيْمَانَ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَٰكِنَّ الشَّيْطَانَ كَفَرُوا﴾

يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَائِكِينَ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّىٰ

يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ وَمَا هُمْ

بِضَارِينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ وَلَقَدْ عَلَّمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ

مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلْقٍ وَلَئِنَّ مَا اشْتَرَوْا بِهِ أَنفُسَهُمْ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴿البقرة ١٠٢﴾

﴿ فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١١٨﴾ فَغَلِبُوا هنَالِكَ وَانْقَلَبُوا صَغِيرِينَ ﴾ الأعراف: ١١٩ .

﴿ مَا جِئْتُمْ بِهِ السِّحْرُ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ ﴾ يونس: ٨١ .

﴿ إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدَ سِحْرٍ وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَى ﴾ طه: ٦٩ .

وعند رُقِيَّة (العَيْنِ وَالْحَسَدِ) يُضَيَّف - إلى ما سَبَق - قولَ الله تعالى :

﴿ قُلْ إِنَّ الْفَضْلَ بِيَدِ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَسِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ آل عمران: ٧٣ .

﴿ أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ ﴾ النساء: ٥٤ .

﴿ وَجَعَلْنَا مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَدًّا وَمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَأَغْشَيْنَاهُمْ فَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ ﴾ يس: ٩ .

﴿ وَإِنْ يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لِيَرْتَلُونَكَ بِأَنْصَرِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ ﴾ الفلم: ٥١ .

وسورة الفلق ؛ مع تكرار الآية : ﴿ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴾ الفلق: ٥ .

وعند رُقِيَّة (الْمَسِّ) مَسَّ عِشْقٍ ، أَوْ مَسَّ عَيْنٍ ، أَوْ مَسَّ سِحْرٍ ، أَوْ

مَسَّ إِيْذَاءٍ ، أَوْ مَسَّ لغير ذلك .. يُضَيَّف - إلى جميع ما سَبَق - قولَ الله تعالى :

﴿ وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ ۗ ﴾

وَلَوْ رَى الَّذِينَ ظَلَمُوا إِذْ يَرُونَ الْعَذَابَ أَنَّ الْقُوَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا وَأَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعَذَابِ ﴾ البقرة: ١٦٥ .

﴿ الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ

الْآخِرِ ۗ وَلْيَشْهَدْ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ ﴾ النور: ٢ .

﴿ وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغْيًا مَا كَتَبْنَا عَلَيْهِمْ أَنْ يَقْتُلُوا الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ۗ وَالَّذِينَ يَحْمِلُوا الْعِلْمَ بِالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ۗ وَالَّذِينَ يَحْمِلُوا الْعِلْمَ بِالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ۗ وَالَّذِينَ يَحْمِلُوا الْعِلْمَ بِالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ۗ ﴾

الأحزاب: ٥٨ .

ثم يقرأ - مع ما سبق - التعويذات النبوية المشروعة - للسحر والعين والمسّ
وكلّ داء - ومنها :

- (اللهم أذهب البأس ربّ الناس ، واشف أنت الشافي ، لا شفاء إلا شفاؤك ، شفاء لا يُغادر سَقَمًا) . رواه البخاري ومسلم .
- (بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ ؛ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ ؛ وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ ؛ اللَّهُ يَشْفِيكَ ، بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ) . رواه مسلم .
- (أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ) . رواه مسلم .
- (أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجْدُ وَأُحَازِرُ) ٧ مرات . رواه مسلم .
- (اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصْرِي ؛ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ) ^(١) . ٣ مرات .
- (بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ) ^(٢) . ٣ مرات .
- (لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ) ١٠٠ مرة كل يوم . رواه البخاري ^(٣) .

(١) رواه أبو داود (٥٠٨٥) ، والنسائي (٩٨٥٠) ؛ وحسنه الألباني .

(٢) رواه الترمذي (٣٥١٩) ، وأبو داود (٥٠٨٣) ، وصححه الألباني .

(٣) ثبتت هذه الرقية من القرآن والسنة عن الرسول ﷺ ، وأنه رقى بها الصرع والمسّ ؛ كما روى

أحمد (٢٠٧٩٧) ، وابن ماجه (٣٦٣١) ، وانظر : الأذكار للنووي ص ١٩٣ تحقيق الأرنؤوط .

وللتنبية :

- فإن هذه الرقية تنفع لكلِّ داء ؛ سواء (مَسٌّ) أو (سِحْرٌ) أو (عَيْنٌ) أو (سرطان) أو (هَمٌّ) أو (وسواس) أو أي مَرَضٍ نفسيٍّ أو عُضويٍّ .. إذا قرئت بتدبُّر وإخلاص .
- وأن (سورة البقرة) أيضاً رقيةٌ عظيمة ؛ لكلِّ الأدوية والأسقام ولطرد الجنِّ والشياطين ، فإذا قرئت مع الرقية السابقة كان النفعُ عظيماً جداً.. ، وفيها قال ﷺ :
- (اقْرَأُوا سُورَةَ الْبَقْرَةِ ؛ فَإِنَّ أَخْذَهَا بَرَكَةٌ ، وَتَرْكُهَا حَسْرَةٌ ، وَلَا يَسْتَطِيعُهَا الْبَطَلَةُ)^(١).



والعين حقّ ، والسحر حقيقة ، وقد سحر النبي ﷺ ؛ سحره يهودي ؛ حتى يرى أنه يأتي أهله ولم يأتهم ، ونزل عليه الوحي بتحديد مكان السحر في بئر مهجورة ، واستخرج السحر وتم إبطاله ، ونزلت حينئذٍ سورتي الفلق والناس .

فكان لإبطال السحر طريقان مشروعان :

- حلّ العُقد وإتلافها ؛ إذا تم العثور على مكانها الذي خُبِتَ فيه .

- والرقية الشرعية .

أما إبطال السحر بسِحْرٍ مثله - الشُّرة - فهو طريقٌ محرّمٌ غير نافع ؛ وهو كذب وخداع ووقوع في الإثم والشرك .

وأما (العَيْن) فتبطل بالرقية والتعويدات الشرعية ، وبالتبريك ، وبالاستغسال .

(١) رواه مسلم (٨٠٤) ، وابن حبان (١١٦) ، والبطلّة : هُم السحرة والكهنة وكلُّ شيطان ..

خَلْطَاتُ نَافِعَةَ مَعَ (الرُّقِيَةِ الشَّرْعِيَّةِ)

إذا قرأ الرقية الشرعية المذكورة في (زيت زيتون) وادّهن به ، أو في (ماء) وشرب منه واغتسل به كان حسناً نافعاً لكلّ داء.

ولعلاج الربط عن الزوجة وتأخر الحمل وسحر التفريق : يؤخذ (٧ ورقات أو أكثر من السدر الأخضر الرطب وتُدق وتُخلط بكمية ماءٍ تكفي للغسل) ثم يُقرأ على مخلوط الماء والسدر: الفاتحة والإخلاص والمعوذتين وآية الكرسي وآيات وتعويذات رقية السحر والعين ، يُكرّر القراءة عدّة مرات ، وينفث فيه بعد كلّ آية ثم يشرب منه "ثلاث" غرفات ، ثم يغتسل بالباقي رأسه وجميع جسده^(١).

ومن علاج الربط والتفريق - المجرب - : أن يؤخذ (٣ ملاعق أو أكثر) من كلٍّ من الحبة السوداء والشذاب وزيت الزيتون والحرمل) وتطحن وتُخلط بماءٍ ، ثم تُقرا فيه الرقية الشرعية كاملةً ، ثم يُسخن حتى يغلي ؛ ثم تُبخّر بخاره منطقة الرحم. ولو قرئت سورة البقرة مع ما سبق ذكره كان أعظم نفعاً وأكبر أثراً.

ومن المجرب النافع أن قراءة سورة البقرة كاملةً بتدبيرٍ في زيت زيتون ثم يدّهن منه أن ذلك علاجٌ مؤكّدٌ دافعٌ للعين والسحر قبل وبعد وقوعهما ؛ بشرط قوّة اليقين والتوكل على الله ؛ وحسن التدبير للآيات.

ومن المجرب النافع أن يؤخذ كأسٌ من (السّناء المكّي) على كأسين أو ثلاثة من الماء ويُغلى ؛ وبعد أن يبرد تُقرأ فيه الرقية الشرعية ؛ ويشرب على الريق.

(١) انظر: فتح الباري لابن حجر ٣٩٧/١١ ، ومجموع فتاوى ابن باز ١٤٥/٨ .

خطوات مهمة (قبل) الرقية

- ١- وَعَظُّ الْمَرِيضِ وَتَذْكِيرُهُ بِاللَّهِ وَتَوْحِيدُهُ وَوَجُوبُ التَّوَكُّلِ عَلَيْهِ وَالثِّقَةُ بِهِ ، وَأَنْ يُكْثِرَ مِنَ الاسْتِعَاذَةِ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ.
- ٢- إِزَالَةُ مَا عِنْدَ الْمَرِيضِ وَمَا حَوْلَهُ مِنَ الْمُنْكَرَاتِ وَالْمَعَاصِي وَالْأَغَانِي وَالْمَزَامِيرِ وَتَبَرُّجِ النِّسَاءِ ، وَحُثُّهُ عَلَى التَّوْبَةِ وَالْإِصْلَاحِ.
- ٣- حَثُّ الْمَرِيضِ عَلَى النِّظَافَةِ وَالطَّهَارَةِ وَالغَسْلِ وَالطَّيْبِ ، وَعَلَى الصَّلَاةِ الْخَاشِعَةِ ، وَأَذْكَارِ الصَّبَاحِ وَالْمَسَاءِ وَأَذْكَارِ النَّوْمِ وَالْأَكْلِ ، وَذِكْرِ اللَّهِ عِنْدَ كُلِّ شَيْءٍ ..
- ٤- حَثُّهُ عَلَى الْإِكْتِثَارِ مِنْ قِرَاءَةِ سُورَةِ الْفَاتِحَةِ ، وَالْبَقْرَةِ ، وَسُورَتِي الْفُلُقِ وَالنَّاسِ.
- ٥- **تشخيص المرض** : بسؤال المريض عن الأعراض ؛ كالكسل والصداع والقلق والكوابيس المزعجة وتغيّر المزاج وسرعة الغضب وكراهية الأقارب والتضايق من القرآن ، وقد تتعطل بالسحر حواسّ ، ويستمرّ نَزْفُ الاستحاضة عند النساء ..
- ٦- **يجب التفريق - عند التشخيص -** بين أعراض (السحر) و(المَسّ) و(العين) ؛ لأنها قد تتشابه ، ويجب التفريق بين (الحسد والعين) ؛ بأن "الحسد" يكون عن نفسٍ شريرة خبيثة و"العين" تكون حتى من شخصٍ صالحٍ طيّبٍ نتيجةً للإعجاب ..
- ٧- **على الراقي الصبر ، وَتَحَمُّلُ الشَّتْمِ مِنَ الْجَانِ ، وَيُقَابِلُ السَّيِّئَةَ بِالْإِحْسَانِ ، وَلَا يُنْفَذُ الْمَطَالِبَ الْمُحَرَّمَةَ مِنَ الشَّيَاطِينِ ؛ كَتَرْكِ الصَّلَاةِ ، وَسَمَاعِ الْغِنَاءِ وَتَبَرُّجِ النِّسَاءِ ؛** لأن بعض الشياطين يشترط هذه المعاصي للخروج من الجسد!.

٨- ملاحظة المريض بعد قراءة الرقية ، فإذا صرّخ ، أو ارتعش ، أو شخّصَ بصره فإن الجانّ قد تأثر ؛ وحينها إما أن يخرج ويفرّ ، أو ينجذب ويستسلم ويتكلم ، فإذا تكلم فعلى الراقي تخويفه بالله ، ودعوته إلى الله ، وتحذيره من عاقبة الظلم ، وتهديده بالقرآن ، وأن لا يؤذي المريض عند الخروج منه ، وأن لا يخرج من العين أو البطن أو الأذن ؛ بل يخرج من الفم أو الأنف أو الأصابع ..
وإذا كان متمرّداً عاصياً فتكرّر عليه الفاتحة ، وآية الكرسي ، وآيات عذاب الشياطين ، وتُعاد عليه الرقية الشرعية والتعويدات مرّاتٍ وأيام ؛ حتى يُغادر ويُشفى المريض بإذن الله تعالى.

٩- على الراقي والمسترقي قوة اليقين ، والثقة بالله وفي كلامه ، والحذر من الشكّ في تأثير الرقية الشرعية ؛ لقول النبي ﷺ : (ادعُوا اللَّهَ وَأَنْتُمْ موقنون بالإجابة ؛ واعلموا أن الله لا يستجيبُ دعاءً من قلبٍ غافلٍ لاهٍ)^(١).

١٠- على الراقي تقوى الله والإخلاص لوجهه ، وقصد نفع الناس ودفع الظلم ، ودعوة الشياطين لرَبِّ العالمين ، ولا يخشَ منهم ، كما لا يليق أن يتخذ من العمل في الرقية طلباً للشهرة ، أو تسويقاً لبعض الأعشاب والخلطات ؛ ويجعل ذلك قصداً وهدفاً ؛ مما يقدر في الإخلاص وينقص الأجر ويُضعف أثر الرقية^(٢).

(١) رواه أحمد (٦٦٥٥) ، والترمذي (٣٤٧٩) في الدعوات ، وحسّنه الألباني في صحيح الجامع.

(٢) ملخّص بتصرف من كتب في الرقية الشرعية ؛ منها: التحصين من كيد الشياطين ؛ د. خالد

الجريسي ، ووقاية الإنسان ؛ للشيخ وحيد بالي ، والعلاج بالرقى ؛ لابن وهف ، وغيرها ..

تنبيهات مهمة (أثناء) الرقية

- (١) - تُقرأ الرقية - من آياتٍ وتعويدات - بصوتٍ واضحٍ عالٍ مسموعٍ يسمعه ويفهمه المريض ، مع النفث على (المَرَضِ والمريض) بعد كُلِّ آيةٍ أو تَعْوِيدَةٍ ، وإذا كان يقرأ في (ماءٍ أو زيت) فيكون النفث داخل الإِناء ؛ بقرب الفَم منه .
- (٢) - يُفضَّل عدم استخدام الماء المقروء عليه قرآن داخل الحَمَّام أو على نجاسة .
- (٣) - هذه الرقية والتعويدات صالحةٌ نافعةٌ - بإذن الله - لمُكافحة جميع الأَسقام والأمراض ، سِحْرًا أو عَيْنٍ أو هَمٍّ أو أوجاعِ البدن ، وغير ذلك .
- (٤) - يُفضَّل ويُستَحَبُّ (تكرار الرقية) ثلاث مرَّاتٍ أو أكثر ، لأيامٍ أو أسابيع أو أكثر ، فلا مُدَّة لوقت الرقية ، والتكرار والاستمرار أفضل وأنفع .
- (٥) - أنَّ الأخذ بالأسباب الأخرى - كالأدوية ومراجعة الطبيب وتناول العسل وغيره - لا يُنافي الرقية الشرعية ولا يتعارض معها ؛ بل هو مشروع مطلوب ؛ ما دام في إطار المباح الخالي من الحرام ومن الضرر .
- (٦) - لا مانع من مُخاطبة الجنِّ ، وتهديده ، وضربه أثناء الرقية ؛ فيتألم ولا يشعُر المصروع بالألم ، وقد نُقل ذلك وصَحَّ عن جمهور علماء السَّلف ^(١) .

(١) انظر: زاد المعاد ؛ لابن القيم ٦٨/٤ تحقيق الأرنؤوط ، وحُكَم السِّحر والكهانة ؛ للشيخ

ابن باز ص ٤٩ ، وصَحَّ عن النبي ﷺ أنه قال للجانِّ : (اخرُجْ عَدُوَّ الله ، أنا رسول الله)

فخرَجَ الجانِّ وبرئ الغلام الممسوس ، رواه أحمد وغيره .

النفث بعد تلاوة الرقية الشرعية استحبابه وكيفية

النفث : هو النفخ من الفم بدون ريق أو مع ريقٍ خفيف ؛ على مكان الألم ، أو على الماء الذي يُشرب ويُغتسل به للرقية وعلاج السحر والعين ..
قال الإمام النووي : هو سنة مشروعة مستحبة ؛ أن ينفث الراقي بعد قراءة رقية القرآن والأذكار على نفسه أو على المريض ^(١).

وفي الصحيحين أن النبي ﷺ : (كان إذا أوى إلى فراشه كل ليلة جمع كفيه ثم نفث فيهما فقرأ فيهما : "قل هو الله أحد" و "قل أعوذ برب الفلق" و"قل أعوذ برب الناس"؛ ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده ؛ يبدأ بهما رأسه ووجهه وما أقبل من جسده ، يفعل ذلك ثلاث مرات) ^(٢).

وقال ﷺ لعبد الله بن حبيب - رضي الله عنه - : (قل "قل هو الله أحد" والمعوذتين ؛ حين تُمسي وحين تُصبح ثلاث مرات تكفيك من كل شيء) ^(٣).

وقياساً على ذلك : آيات السحر والعين والتعويدات الشرعية ؛ تُقرأ مع النفث عن قرب ؛ في مكان الألم أو في الماء المقروء عليه ؛ ينعف بإذن الله.

(١) التبيان في آداب حملة القرآن للنووي ص ١٣٨ تحقيق الأرنؤوط.

(٢) رواه البخاري (٥٧٤٨)، وابن حبان (٥٥٤٤).

(٣) رواه أبو داود (٥٠٨٢)، والترمذي في الدعوات (٣٥٧٥) وقال حديثٌ حسنٌ صحيح.

شُبُهَات وَخُرَافَات

يعتقد البعض أن (الرقية الشرعية) لا تكون إلا للسحر والعين والمسّ والجانّ، أو أن كلّ مَرَضٍ أو كَسَلٍ أو قَلَقٍ هو مِنَ السّحَر والعين..! وهذا فهمٌ خاطي ، فالرقية الشرعية تكون لكلِّ مَرَضٍ ودَاءٍ ؛ وللهمّ والغمّ والكرب ، والأمراض النفسية والعضوية ، وقسوة القلوب ، وضيق الصدر ، ولجميع ما يشتكي منه الإنسان ، وهمّ الديون ، وولادة النساء .. كما أن أعراض السّحَر والعين قد تكون من غيرهما ؛ وعلاج كلِّ في الرقية الشرعية وفي ذكر الله والتوكل عليه واللجوء إليه ؛ سبحانه وتعالى. ثم إن الرقية والأثر القرآني لا يَنحصر في الآيات المذكورة ، ولكن القرآن كلّهُ رقية وشفاء ؛ وبالأخص السُّور والآيات التي في الوعد والوعيد، والدعاء والعبودية والتوحيد ؛ كسورة (ق) التي تُقَوِّي العقيدة والإيمان بالبعث ..

ومن الشُّبه والأباطيل والدَّجَل : ما يفعله بعض السّحرة من التضليل والأوهام التي يلعبون بها على العامة والجهلة..، ككتابة آيات قرآنية مع طلاسم وخطوط وجداول ؛ وهي في الحقيقة سِحْر، وكالخط في الرمل والنظر في الفنجان ، وكالتمتمة بالفاظٍ غير مفهومة أو نداء أشخاص أو أسماء غريبة وكخُرافة تحضير أرواح الموتى ، وكقولهم رُقية الشيخ الروحاني .. فهذا كلّهُ من افتراء وشركيّات وبدعيّات السّحرة والمشعوذين.

الرُّقِيَّةُ أَوْ الاسْتِرْقَاءُ؟

لا شكَّ أن رُقِيَّةَ المريضِ لِنَفْسِهِ بِنَفْسِهِ هُوَ المَشْرُوعُ والأَفْضَلُ ؛ فُيَسْتَحَبُّ أن يَقْرَأَ المريضُ عَلَى الأَلَمِ ، وَيَنْفِثَ عَلَى نَفْسِهِ .

أما رُقِيَّةَ الْغَيْرِ: فإذا فَعَلَ ذلكَ لَهُ أَحَدٌ غَيْرُهُ يَرْقِيهِ بِالآيَاتِ وَيَقْرَأُ وَيَنْفِثُ عَلَيْهِ بِصِدْقٍ وَإِخْلَاصٍ ؛ وَأَخْذًا بِالأَسْبَابِ ، وَاعْتَقَادَ المَرِيضُ أنَ اللهُ هُوَ النَافِعُ الضَّارَ الشَافِي ، وَأَن الرَاقِي سَبَبٌ ، وَلَمْ يَتَذَلَّلِ المَرِيضُ لِغَيْرِ اللهِ ، وَلَمْ يَتَوَكَّلْ بِقَلْبِهِ عَلَى غَيْرِ اللهِ .. جَازَ ذلكَ وَصَحَّ وَنَفَعَّ بِإِذْنِ اللهِ .

لكن الأفضل والأكثر نفعاً هو رُقِيَّةُ الشَخْصِ لِنَفْسِهِ دُونَ الْغَيْرِ ؛ تَحْقِيقًا لِتَوْحِيدِ التَّوَكُّلِ عَلَى اللهِ ، فَإِنَّ (السَّبْعِينَ أَلْفَ) الَّذِينَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ مِنْ أُمَّةِ مُحَمَّدٍ ﷺ بغيرِ حِسَابٍ وَلَا عَذَابٍ هُمْ: (الَّذِينَ لَا يَسْتَرْقُونَ ، وَلَا يَكْتَوُونَ ، وَلَا يَتَطَيَّرُونَ ، وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ) ^(١) .

ومعنى (لَا يَسْتَرْقُونَ) : أَي لَا يَطْلُبُونَ الرُّقِيَّةَ مِنْ غَيْرِهِمْ اتِّكَالًا عَلَيْهِمْ مِنْ دُونِ اللهِ تَعَالَى ؛ فَهَذَا شَيْءٌ مَذْمُومٌ مُحَرَّمٌ .
فالسَّيْنُ هُنَا هِيَ سَيْنُ الطَّلَبِ .

(١) رواه البخاري (٥٧٥٢)، ومسلم (٢٢٠)؛ من حديث عكاشة بن مُحصَن. رضي الله عنه، ونسأل

الله أن يجعلنا ووالدينا وذريتنا منهم.

تحريم القَدْح في الرُقِيَّة الشرعية والرُقَاة

إن الرقية الشرعية من الأعمال المشروعة المستحبة التي أرشد النبي ﷺ أمته إليها ؛ ورقي بها المرضى ، ومن قدح فيها فقد قدح في السنة النبوية ؛ وهو آثم .
والبعض من الناس يُصاب بمرضٍ روحيٍّ أو نفسيٍّ ؛ من معصيةٍ أو همٍّ أو قلقٍ أو عينٍ أو سحرٍ أو وسواسٍ .. فينسى بابَ الله تعالى أو يجعله آخر الأبواب .
ولا تُعارض الأخذ بالأسباب ، فإن الأخذ بالأسباب أمرٌ مشروعٌ واجب بل هو من تمام التوكل على الله تعالى .

والمقصود : هو تصحيح العقيدة ؛ واللجوء إلى الله تعالى أولاً ؛ وجعل التجربة الأولى في العلاج الروحي من الصلاة والقرآن والرقية الشرعية .
وللأسف ؛ فالرقية الشرعية اليوم هجرها كثيرٌ من الناس ؛ إما لتهاونٍ أو لجهلٍ بأهميتها ومكانتها العظيمة في الشرع والطب ، وانتشر لذلك في الناس الكثير من الهمِّ والغم والقلق والوساوس والسحر والعين والحسد والاكْتئاب والقولون العصبي والفصام وما إلى ذلك ، خاصة في هذا العصر الذي تقدمت فيه الحياة المادية ؛ وتعلّق فيه أكثر الناس بالحضارة والمدنية ؛ فكانت الضريبة من دينهم وصحتهم ونفسياتهم .. إلا من رحم الله .

بقدر الصُّعودِ يكون الهبوطُ فإياك والرُّتبَ العالِيه
وضعَ نفسِكَ في مكانٍ إذا ما سَقَطْتَ تكونُ بعافِيه

أما الذين يقدحون في الرقية والرقاة : فإنهم - للأسف - أخذوا الشريعة مأخذ الجمود ؛ وقاسوا زمناً على زمن ولم ينظروا إلى مستجدات العصر الخطيرة من كثرة السحرة والمشعوذين والمجرمين ؛ بل هناك قنوات وفضائيات تُسهّل نشر مثل هذه الأعمال الشركية المشينة.

نعم ؛ نؤيد نقد الرقاة والمعالجين إذا كان عندهم زلل أو إفراط أو خطأ شركيٍّ أو بدعيٍّ .. كأن تكون رقيتهم بغير كلام الله تعالى ؛ أو بغير الدعاء المأثور أو تكون بغير اللغة المفهومة ؛ أو يكون فيها استعانة بالجن والشياطين ؛ أو يكون فيها خلوة أو اختلاط بين الرجال والنساء.. فتلك مُحَرَّماتٌ ومُنكَرَاتٌ لا خلاف في حُرْمَتِهَا وإنكارها.

وقد يوجد من يتظاهرون بالصلاح ويدّعون أنهم رعاة ، وهذا يوجب علينا الانتباه واختيار الراقي الشرعي الذي عُرف بالصدق والصلاح والأمانة .. وبغير ذلك : فلا مكان للنقد من غير بيّنة ، ويجب مُقارعة الشرِّ بمثله من الخير ؛ بتشجيع انتشار (العيادات الشرعية النظامية المنظّمة) التي تبث ذكر الله وكلام الله في الأرض ، فإن زماننا هذا أحوج ما يكون إلى نشر ذكر الله - جلّ وعلا - ونشر العلاج الشرعي والأدعية المشروعة ، والتي يتعلم فيها الجاهل ويتذكر الناسي ، ويتنبه الغافل ، وحتى نُسَدَّ الأبواب على الشرِّ والأشرار ، ونُعيّن الملهوفين من المسلمين..، والله خيرُّ حافظاً وهو أرحم الراحمين.

بيوتنا والرقيّة الشرعية

وهنا نَسْأَلُ ..

عن ما يوجد في أكثر البيوت من الشُّقَاق والفِرَاق وسُوء الأخلاق ،
والعُنْف والقَسوة ، والقلق والأرَق ، والخمول والفتور والكسل عن أداء الصلاة
وعن قراءة القرآن وعن الأذكار والدعاء..

لأبَدَ لذلك مِن أسباب !!

وَمِنَ أعظَمها إهمال الرقية الشرعية ؛ وعدم ذكر الله تعالى في البيوت ؛ فيكون
ذلك الإهمال باباً للشيطان أن يلعب لعبته في الأسرة المسلمة بصَدِّها عن ذكر الله
وعن الصلاة ؛ وإيقاع أفرادها ضحيةً للهَمِّ والقلق والوسواس والسَّحَر والغفلة ..

والعلاج كُلُّ العلاج : هو في ذكر الله ؛ والاهتمام بالصلاة الخاشعة وأذكار

الصباح والمساء ، والقيام بأوامر الله ؛ والبُعد عن ما حرّمه الله ، وإخلاء البيوت
من صُور ذوات الأرواح ؛ وَمِنَ القنوات الخليعة ، ومداومة الرقية الشرعية في
البيوت ؛ **وبالذات** : سورة الفاتحة ، وسورة البقرة ، وآية الكرسي ، وأواخر
سورة الحشر، والإخلاص ، والفلق والناس ؛ مع التعويذات المشروعة .. ، تُقرأ
في ماء ؛ ويُستعمل للشرب والطبخ ورَشِّ الملابس وزوايا البيت .. ، فذلك سدُّ
منيعٌ صَلْبٌ في وجوه الشياطين والسَّحَر والساحرين ، وسببٌ عظيمٌ لسلامة
البيوت وسعادتها وطمأنينتها.

قِصَّة :

اشتهرت قصة إحدى الأُسُر ؛ أنه دبَّ فيها القلق والأرق والتنافر والشقاق وسوء الأخلاق .. حتى كادت أن تصل إلى الطلاق والفراق وتشتت البيت والأبناء وذهبوا كلَّ مذهب للعلاج والرقية ، ودلَّهم أهل العلم والخير على الرقية الشرعية وبالذات قراءة (سورة البقرة) كل يوم في البيت والمواظبة على ذلك لفترة ، فأخذوا يقرؤونها يومياً في البيت ويستمعون إليها .. ، وماهي إلا أيام وتعود للأسرة حياتها وألفتها وسعادتها وعافيتها وطمأننتها ..

ورأت ربّة الأسرة - في المنام - عجوزاً شمطاء سيئة المنظر كريهة الخلق ؛ اعترفت لها أنها من (شياطين الجن) ؛ تسبّ وتقول أردنا السكنى معكم في بيتكم ولكنكم أزعجتمونا وطردتمونا بسورة البقرة ..

قالت : وخرَجَتْ مِنَ الْبَيْتِ هَارِبَةً إِلَى حَيْث لَا رَجْعَةَ !

فائدة :

من الوسائل النافعة المباركة : الاستفادة من التقنيات الحديثة - كالمسجّل والمشغلات الصوتية - التي سُجِّلَ عليها القرآن وآيات الرقية الشرعية وسورة البقرة وآية الكرسي والمعوذات - صوتاً - فإن تشغيلها في البيت - ولو كان خالياً - يَنفَعُ وفيه بركة ويَطْرُدُ الشياطين منه .

كما أن الاستماع إليه - بتدبّر وإنصات - فيه ثواب وحسنات وعلاج وطمأنينة ، ولا محذور في ذلك كما يزعم البعض .

الفصل الرابع

**مِنَ أَسْلِحَةِ الْإِنْسَانِ
فِي مَوَاجَهَةِ الشَّيْطَانِ**

تمهيدٌ مهم :

إن هذا الفصل هو استكمالٌ لما استعرضناه في الفصل السابق؛ من معركة الشيطان مع الإنسان ، وسعيه لصدّ المؤمنين عن سبيل الله ، ومحاولته الإضرار بهم في دينهم وعقيدتهم وصحتهم وسلامتهم ، وكيفية التسلح بالإيمان والقرآن وذكر الرحمن والرقية الشرعية .. فكلّ مُدافعٍ ومُقاومٍ لا بُدَّ له من (سلاح) في معركته التي يخوضها مع عدوّه حتى ينصره الله عليه ، ولا شكّ أن (الشيطان) هو العدوّ اللدود للإنسان المؤمن ؛ إلى أن يرث الله الأرضَ ومن عليها.

وحيث إن إبليس أخذ (التكبر) عن أمر الله له بالسجود لآدم ، فلَعَنَهُ اللهُ وطَرَدَهُ وأَخْرَجَهُ مِنَ الْجَنَّةِ ، فأخذه (الحسد) لآدم على البقاء والاصطفاء ، ووسوس لآدم وحواء ؛ ودَلَّاهُمَا بَغْرورٍ حَتَّى عَصَيَا أَمْرَ اللهِ ؛ فأهبطهما مع إبليس إلى الأرض ، ونَصَبَ إبليسُ لآدمَ ولذريته العداوة والإضلال والأمانى والإغواء إلى يوم البعث والجزاء ..

وقال - فيما حكا الله عنه - : ﴿لَا تَتَّخِذَنَّ مِنْ عِبَادِكَ نَصِيبًا مَفْرُوضًا ﴿١١٨﴾ وَلَا ضَلَّتَّهُمْ

وَلَا مَنِيَّتَهُمْ ﴿النساء: ١١٩﴾ .

وقوله : ﴿قَالَ فِيمَا آغْوَيْتَنِي لأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿١٦﴾ ثُمَّ لَآتِيَنَّهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ

خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَنِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ ﴿الأعراف: ١٧﴾ .

وقوله : ﴿قَالَ رَبِّ بِمَا آغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَا أُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿الحجر: ٣٩﴾ .

وقال تعالى : ﴿ إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰئِكَةِ اِنِّىْ خَلِقُ بَشَرًا مِّنْ طِيْنٍ ﴿٧١﴾ فَاِذَا سَوَّيْتُهُۥ وَنَفَخْتُ فِيْهِ مِنْ رُّوْحِىْ فَسَجَدُوْا لَهٗۤ سٰجِدِيْنَ ﴿٧٢﴾ فَسَجَدَ الْمَلٰئِكَةُ كُلُّهُمْ اَجْمَعُوْنَ ﴿٧٣﴾ اِلَّا اِبٰلِيسَ اَسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكٰفِرِيْنَ ﴿٧٤﴾ قَالَ يٰۤاِبٰلِيسُ مَا مَنَعَكَ اَنْ تَسْجُدَ لِمَا خَلَقْتُ بِیَدِیْۤىٔ اَسْتَكْبَرْتَ اَمْ كُنْتَ مِنَ الْعٰلِيْنَ ﴿٧٥﴾ قَالَ اَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقَنِیْ مِنْ نَّارٍ وَخَلَقْتَهُۥ مِنْ طِيْنٍ ﴿٧٦﴾ قَالَ فَاخْرِجْ مِنْهَا فَاِنَّكَ رَجِيْمٌ ﴿٧٧﴾ وَاِنَّ عَلَیْكَ لَعْنَتِیْ اِلٰى یَوْمِ الدِّیْنِ ﴿٧٨﴾ قَالَ رَبِّ فَاَنْظِرْنِیْ اِلٰى یَوْمِ یُبْعَثُوْنَ ﴿٧٩﴾ قَالَ فَاِنَّكَ مِنَ الْمُنْظَرِيْنَ ﴿٨٠﴾ اِلٰى یَوْمِ الْوَقْتِ الْمَعْلُوْمِ ﴿٨١﴾ قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَا اُغْوِبَنَّهُمْ اَجْمَعِيْنَ ﴿٨٢﴾ اِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمْ الْمُخْلِصِيْنَ ﴿٨٣﴾ قَالَ فَالْحَقُّ وَالْحَقُّ اَقُوْلُ ﴿٨٤﴾ لَا اَمْلَاَنَّ جَهَنَّمَ مِنْكَ وَمِمَّنْ تَبِعَكَ مِنْهُمْ اَجْمَعِيْنَ ﴿٨٥﴾ ص : ٧١ - ٨٥ .

هذا في (الدنيا)..

أما (يوم القيامة) فإنه يتبرأ من أتباعه الذين أضلهم وأغواهم وأغراهم ومناهم ؛ وزين لهم الشرك والكفر والكبائر والفجور والمعاصي..، فهناك يهزأ بهم الشيطان ويتبرأ منهم ؛ كما قال الله تعالى عنه : ﴿ وَقَالَ الشَّيْطٰنُ لَمَّا قُضِيَ الْاَمْرُ اِنَّ اِلٰهَٓهُ وَعَدٰكُمُ وَعَدَ الْحَقِّ وَوَعَدْتُكُمْ فَاَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِيْ عَلَیْكُمْ مِّنْ سُلْطٰنٍ اِلَّا اَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاَسْتَجَبْتُمْ لِيْ فَلَا تَلُمُوْنِیْ وَلُوْمُوْا اَنْفُسَكُمْ مَّا اَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا اَنْتُمْ بِمُصْرِخِیْۤىٔ اِنِّیْ كَفَرْتُ بِمَا اَشْرَكْتُمُوْنَ مِنْ قَبْلُ اِنَّ الظَّٰلِمِيْنَ لَهُمْ عَذَابٌ اَلِيْمٌ ﴿٢٢﴾ ابراهيم :

لذا حُقَّ للكيس أن يحاسب نفسه ، ويعمل لما بعد الموت ، ويتسلح ضد هذا العدو الداعي لإهدار حق الله - عزَّ وجلَّ - وإيقاع الناس في الشرك بالله.

ومن أسلحة المؤمن في هذه المعركة الشرسة :

١- تقوى الله جل وعلا ؛ والتوكل عليه ؛ والإخلاص لوجهه الكريم ؛

وتحقيق العبودية الصادقة له سبحانه ، والصبر ابتغاء وجهه الكريم .

قال تعالى : ﴿ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۖ ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ

عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ ﴿٣﴾ الطلاق: ٣ .

وقال تعالى : ﴿ وَإِنْ تَصَبَرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرَّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا

يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ ﴿٤﴾ آل عمران: ١٢٠ .

وأخبر عن ضعف إبليس أمام المخلصين : ﴿ قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ

فِي الْأَرْضِ وَلَا أُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٣٩﴾ إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ ﴿٤٠﴾ قَالَ هَذَا صِرَاطٌ عَلَيَّ

مُسْتَقِيمٌ ﴿٤١﴾ إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنْ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ ﴿٤٢﴾ الحجر: ٤٢ .

٢- التمسك بالقرآن والسنة ؛ والاعتصام بهما ، وطلب العلم

الشرعي ؛ فإن فقيهاً واحداً أشدّ على الشيطان من مائة عابدٍ بغير علم ؛

أو عالم لا يعمل بعلمه ، لذلك ذم الله (المغضوب عليهم) الذين لا يعملون

بعلمهم ؛ و(الضالين) الذين يعملون جهلاً بغير علم.

٣- لزوم الاستعاذة بالله تعالى ؛ واللجوء إليه من الشيطان الرجيم ؛

كل وقت ؛ خاصةً عند : العبادة ، والصلاة ، وقراءة القرآن ، والغضب

والشهوة ، والجماع ، والتثاؤب ، وعند نباح الكلاب ، ونهيق الحمير.

٤ - لزوم ذكر الله تعالى ؛ صباحاً ومساءً ، وعند النوم ، والإكثار من قراءة القرآن الكريم ، التعويذات والأذكار الواردة المشروعة عند الأحوال والمتغيرات ؛ وأدبار الصلوات ، وذكر اسم الله - تعالى - عند الأكل والشرب والنوم واللباس والدخول والخروج ..

قال الله تعالى : ﴿ وَمَنْ يَعِشْ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِضَ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ﴾^(١) .

٥ - لزوم التوبة والاستغفار ؛ في كل مجلس وبعد كل ذنب وبالليل والنهار ؛ الاستغفار الصادق (بالقول) و(بالعمل) و(بالقلب) ، أما الاستغفار باللسان فقط بدون ندم ولا ترك للذنوب فلا ينفع .

قال تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَلِيفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ

مُبْصِرُونَ ﴾ الأعراف ٢٠١ ، وقال : ﴿ وَمَا كَانِ اللَّهُ مُعَذِّبَهُمْ وَهُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴾ الأنفال ٣٣ .

وقال رسول الله ﷺ : (إن الشيطان قال : وعزتك يا رب لا أبح أغوي عبادك ما دامت أرواحهم في أجسادهم ، فقال الله - عز وجل - وعزتي وجلالي لا أزال أغفر لهم ما استغفروني)^(٢) .

(١) الزخرف الآية ٣٦ ، ومعنى يَعِشُ : أي يتعمى ويتغافل ويُعرض عن ذكر الله وآياته ، من (العشا) وهو مرض يُضعف البصر فيعشو صاحبه ؛ أي يعجز عن الرؤية والإبصار ؛ فيصير كالأعشى الضعيف البصر بسبب تغافله عن الذكر ، فيقيض الله له شيطانا يقارنه ويصدّه بسبب تعايشه وتعاميه ؛ فيضلل دنياً وأخرى ؛ والعياذ بالله .

(٢) رواه أحمد في المسند (١١٠٠٢) ، وحسنه الألباني في صحيح الجامع (١٦٥٠) .

٦ - لزوم الوضوء والصلاة ؛ وأن يكون المسلم على طهارة طيلة وقته وفي

نومه ما استطاع ، فالشيطان يكره الطهارة والطيب ؛ ويفرّ من الأذان والصلاة ..

قال النبي ﷺ: (إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ،

وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ) ^(١) .

وقال ﷺ: (إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ الشَّيْطَانُ وَلَهُ ضُرَاطٌ حَتَّى لَا يَسْمَعَ

التَّأَذِينَ ، فَإِذَا قُضِيَ النَّدَاءُ أَقْبَلَ، حَتَّى إِذَا ثُوبَ بِالصَّلَاةِ أَدْبَرَ، حَتَّى إِذَا قُضِيَ

التَّوْبِيبِ أَقْبَلَ حَتَّى يَخْطُرَ بَيْنَ الْمَرْءِ وَنَفْسِهِ يَقُولُ: اذْكُرْ كَذَا، اذْكُرْ كَذَا . لِمَا لَمْ

يَكُنْ يَذْكُر . حَتَّى يَظَلَّ الرَّجُلُ لَا يَدْرِي كَمْ صَلَّى) ^(٢) .

وقال ﷺ: (يَعْقُدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ . إِذَا هُوَ نَامَ . ثَلَاثَ

عُقَدٍ ، يَضْرِبُ عَلَى كُلِّ عُقْدَةٍ مَكَانَهَا : عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ ، فَإِنْ اسْتَيْقَظَ

فَذَكَرَ اللَّهَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنْ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنْ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ

كُلُّهَا ؛ فَأَصْبَحَ نَشِيطاً طَيِّبَ النَّفْسِ ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانَ) ^(٣) .

وحتى لا نَعْتَرَّ؛ فإن الصلاة النافعة الناهية عن الفحشاء والمنكر هي

الخاشعة المطمئنة ؛ ﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴾ المؤمنون: ٢ .

(١) رواه أبو داود (٤٧٨٠) باب ما يقال عند الغضب ؛ وأحمد في المسند (١٧٦٤٧).

(٢) رواه البخاري (٦٠١) ؛ ومسلم (٨١٠)، والشويب : هو إقامة الصلاة ؛ من الثوب وهو العود.

(٣) رواه البخاري (١١٢٥) ؛ ومسلم (٣١٩٩) باب صفة إبليس وجنوده.

٧ - لزوم جماعة المسلمين ؛ ولزوم صنفهم وإمامهم ومعتقدهم الصحيح

وفي الصلاة والمساجد .. ، والحذر من الإنفراد والابتعاد في المعتقد أو الرأي أو الصلاة منفرداً .. ، فالمقصود بالجماعة أي : (صفاً) و (اعتقاداً).

قال النبي ﷺ : (عَلَيْكُمْ بِالْجَمَاعَةِ ، وَإِيَّاكُمْ وَالْفُرْقَةَ ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ مَعَ

الوَاحِدِ ؛ وَهُوَ مِنَ الْاِثْنَيْنِ أَبْعَدُ ، مَنْ أَرَادَ بُحْبُوحَةَ الْجَنَّةِ فَلْيَلْزِمِ الْجَمَاعَةَ) (١).

وقال ﷺ : (الرَّاكِبُ شَيْطَانٌ ، وَالرَّاكِبَانِ شَيْطَانَانِ ، وَالثَّلَاثَةُ رَكْبٌ) (٢).

وقال ﷺ : (ثَلَاثٌ لَا يُغْلُّ عَلَيْهِنَّ قَلْبُ مُسْلِمٍ : إِخْلَاصُ الْعَمَلِ لِلَّهِ ،

وَمُنَاصَحَةُ وُلَاةِ الْأَمْرِ ، وَلُزُومُ الْجَمَاعَةِ ؛ فَإِنَّ دَعْوَتَهُمْ تُحِيطُ مِنْ وَرَائِهِمْ) (٣).

وروي في الأثر: (إِنَّ الشَّيْطَانَ ذَنْبُ الْإِنْسَانِ كَذَنْبِ الْغَنَمِ ، يَأْخُذُ الشَّاةَ

الْقَاصِيَةَ وَالنَّاحِيَةَ ، فَيَاكُمُ وَالشَّعَابَ ، وَعَلَيْكُمْ بِالْجَمَاعَةِ وَالْعَامَّةِ وَالْمَسْجِدِ) (٤).

ذلك لأن يد الله مع الجماعة ؛ وأن الأمة لا تجتمع على ضلالة ، فالجماعة

في الغالب تجتمع على القرآن والسنة والمعتقد الصحيح ، فإن تَرَكْتَ الْجَمَاعَةَ

الْقُرْآنَ وَالسُّنَّةَ فَلَا جَمَاعَةَ حِينَئِذٍ ؛ وَتَبْقَى النِّجَاةُ وَالْعِصْمَةُ فِي الْقُرْآنِ وَالسُّنَّةِ.

(١) رواه الترمذي (٢١٩٠)، وأحمد (١٧٨)، وصححه الألباني في صحيح الترمذي (٢١٦٥).

(٢) رواه أبو داود (٢٦٠٨)، وأحمد (٦٧٢٩)، والترمذي (١٦٧٤)، وصححه الألباني.

(٣) رواه ابن حبان (٦٥٨)، وابن ماجه (٢٣٤)، وأحمد (١٣٠٥٨)، وصححه الألباني.

(٤) رواه أحمد (٢١٦٥٢)، وأبو داود (٥٤٧) وضعف الألباني إسناده.

٨- **سَدُّ أَبْوَابِ الشَّيْطَانِ وَمَدَاخِلِهِ وَفُرْصِهِ** ؛ التي يَدْخُلُ مِنْهَا إِلَى الْإِنْسَانِ

فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَرِيدُ إِيقَاعَ (الضرر والفساد والكفر) بِالْإِنْسَانِ مَتَى حَانَتْ لَهُ الْفُرْصَةُ وَوَجَدَ الْبَابَ مَفْتُوحًا بِلَا حِرَاسَةٍ ..

وَمِنْ أَبْوَابِ الشَّيْطَانِ وَمَدَاخِلِهِ :

الجهل ، والكبر ، والوسوسة ، والغضب ، والخوف ، والغفلة ، والشهوة والشبهة ، والحرص ، والبخل ، والطمع ، والجزع ، والهلع وحُبِّ الدُّنْيَا وطُولُ الْأَمَلِ ، وَسُوءُ الظَّنِّ ، واحتقار الذنوب ، والأمن من مَكْرِ اللَّهِ ، والقنوط من رَحْمَةِ اللَّهِ ، والرياء ، والعُجْبِ ، وطلب المدح ، وكثرة الأكل وكثرة النوم ، وكثرة النظر ، وكثرة الكلام ، وكثرة المُخَالَطَةِ ، وتزيين القبيح وتقبيح الحسن ..

فهذه أبواب الشيطان ومداخله وخطواته ؛ والتي يجب على المسلم الكَيْسَ الْيَقِظَ أَنْ يَتَعَلَّمَهَا وَيَعِيَهَا وَيَحْذَرُ وَيُحْذَرُ مِنْهَا..؛ مستعينًا في ذلك بالله وبذِكْرِهِ وبالصبر والصلاة ..

قال الله تعالى: ﴿ **يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ** ﴾

البقرة: ١٥٣.

وقال تعالى: ﴿ **إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ**

السَّعِيرِ ﴾ فاطر: ٦.

٩ - الْحَذَرُ مِنْ خَطَوَاتِ الشَّيْطَانِ وَحِيلِهِ ؛ التي يَسْتَدْرِجُ بِهَا الْإِنْسَانَ حَتَّى

يُوقِعُهُ فِي الْعَصِيانِ وَالضِّيَاعِ وَالْخُسْرَانِ ، فيجب معرفتها والحذر منها..

وَمِنْ خَطَوَاتِ الشَّيْطَانِ لِإِغْوَاءِ الْإِنْسَانِ :

يبدأ بإيقاعه في (الكُفْرَ والشُّرْكَ والنِّفَاقَ) فَإِنْ عَجَزَ عَنْ ذَلِكَ حَاوَلَ إِيقَاعَهُ

فِي (الْبِدْعَةِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الْكِبَائِرِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الصِّغَائِرِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الْوَسْوَسَةِ) ، فَإِلَّا

فَفِي (تَزْيِينِ الْبَاطِلِ) ، فَإِلَّا فَفِي (تَهْوِينِ الْمَعَاصِي).

فَالإِذَا فَفِي (الْفُضُولِ وَالْمُبَاحَاتِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الشَّهَوَاتِ وَالشَّبَهَاتِ) ، فَإِلَّا فَفِي

(الغُضْبِ وَالانْفِعَالَاتِ).

فَالإِذَا فَفِي (حُبِّ الدُّنْيَا) ، فَإِلَّا فَفِي (الْحِرْصِ وَالْبُخْلِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الْجَزَعِ

وَالهَلَعِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الغُرُورِ وَالْكِبَرِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الرِّيَاءِ وَالسُّمْعَةِ) ، فَإِلَّا فَفِي (العُجْبِ

وَالفَخْرِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الحَسَدِ وَالطَّمَعِ) ، فَإِلَّا فَفِي (العِجْزِ وَالكَسَلِ).

فَالإِذَا فَفِي (سُوءِ الظَّنِّ بِاللَّهِ) ، فَإِلَّا فَفِي (الْأَمْنِ مِنْ مَكْرِ اللَّهِ) ، فَإِلَّا فَفِي (القَنُوطِ

مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ) ، فَإِلَّا فَفِي (تَسْوِيفِ التَّوْبَةِ).. ، فَإِذَا يَيْئَسُ فَإِنَّهُ (يَسْتَعِينُ بِشَيَاطِينِ

الْإِنْسِ) ، نَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مِنْ شَيَاطِينِ الْجِنِّ وَالنَّاسِ.

قال رَبَّنَا - جَلَّ وَعَلَا - مُحَذَّرًا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ وَمِنْ خَطَوَاتِهِ وَمَكْرِهِ :

﴿وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿١٦٨﴾ إِنَّمَا يَأْمُرُكُمْ بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ وَأَنْ

تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا نَعْلَمُونَ ﴿البقرة: ١٦٩﴾

١٠ - حِفْظُ الْجَوَارِحِ (السمع والبصر واللسان والبطن والفرج واليد):

فالسمع والبصر: قناتان كبيرتان تأخذان من العالم الخارجي وتَصُبَّانِ في القلب والفؤاد ؛ وتملأانه من الصُّورِ والمناظر والغيبة والنميمة والأصوات الخليعة ومزامير الشيطان .. ، حتى تُفقدَه لذة العبادة والقرآن ، وتطمس بصيرته.

واللسان : يَغْرِفُ مِنَ الْقَلْبِ ، وَيَخْرُجُ مِنْهُ عَشْرَاتُ الْآفَاتِ الشَّيْطَانِيَّةِ الْقَاتِلَةِ الْمُهْلِكَةِ ؛ ومنها على سبيل المثال : الكذب ، واللعن ، والغيبة ، والنميمة والزور ، واللغو ، والتكفير ، والقذف ، والجدال ، والفحش ، والسبب والسخرية ، والمزاح ، واليمين الغموس ، والقول على الله ورسوله بغير علم .. وأما **البطن والفرج واليد :** ففيها أكل الربا والحرام ، والاعتداء ، والسرقة والقتل ، والفواحش ، وكثير من الشهوات ..

قال الله تعالى: ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ

مَسْئُولًا ﴾ الإسراء: ٣٦.

وقال تعالى: ﴿ قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ

خَيْرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴾ النور: ٣١.

وقال: ﴿ وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا ﴾ الحجرات ١٢. وقال: ﴿ وَيَلْ لِكُلِّ هَمَزَةٍ لَمَزَةٌ ﴾ الهمزة ١.

وقال عَلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ: (مَنْ يَضْمَنْ لِي مَا بَيْنَ لِحْيَيْهِ وَمَا بَيْنَ رِجْلَيْهِ أَضْمَنْ لَهُ الْجَنَّةَ) (١).

(١) رواه البخاري في صحيحه (٦٤٧٤)، والمقصود: اللسان ، والفرج.

١١ - العَظِيمَتَانِ (الفاتحة وآية الكرسي)؛ فهما أمضى سلاح وأكبر كِفاح

لِدَحْرِ الشَّيَاطِينِ وَطَرْدِ مَرَدَةِ الْجَانِّ ، فَالْفَاتِحَةُ أَعْظَمُ سُورَةٍ فِي الْقُرْآنِ وَهِيَ شِفَاءٌ وَدَوَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ ؛ وَهِيَ أُمَّ الْكِتَابِ ، وَآيَةُ الْكُرْسِيِّ أَعْظَمُ آيَةٍ عَلَى الْإِطْلَاقِ وَشَرَعَ النَّبِيُّ ﷺ قَرَأَتَهَا - بَتَدْبِيرٍ - بَعْدَ كُلِّ صَلَاةٍ فِي الصَّبَاحِ وَالْمَسَاءِ وَعِنْدَ النَّوْمِ .

وَقَدْ عَظَّمَتِ آيَةُ الْكُرْسِيِّ لِأَنَّ فِيهَا اسْمَ اللَّهِ الْأَعْظَمِ ، وَجَاءَ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ تَعَالَى - بَيْنَ ظَاهِرٍ وَمُضْمَرٍ - نَحْوَ "خَمْسَ عَشْرَةَ مَرَّةً" ، وَلِأَنَّهَا تَضَمَّنَتْ تَوْحِيدَ الرَّبُوبِيَّةِ ، وَتَوْحِيدَ الْأَلُوْهِيَّةِ ، وَتَوْحِيدَ الْأَسْمَاءِ وَالصِّفَاتِ ^(١) .

وَفِي صَحِيحِ الْبُخَارِيِّ ؛ قِصَّةُ الْجَنِّيِّ الشَّيْطَانِ الَّذِي أَتَى فِي صُورَةِ رَجُلٍ لِيَأْخُذَ مِنَ الطَّعَامِ ؛ فَأَمْسَكَهُ أَبُو هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - فَقَالَ ذَلِكَ الشَّيْطَانُ : دَعْنِي أُعَلِّمَكَ كَلِمَاتٍ يَنْفَعُكَ اللَّهُ بِهَا : (إِذَا أُوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ "الْكُرْسِيِّ" فَإِنَّهُ لَنْ يَزَالَ عَلَيْكَ مِنَ اللَّهِ حَافِظًا وَلَا يَقْرَبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ) . فَأَخْبَرَ أَبُو هُرَيْرَةَ رَسُولَ اللَّهِ ؛ فَقَالَ ﷺ : (أَمَّا إِنَّهُ صَدَقَكَ وَهُوَ كَذُوبٌ ، تَعَلَّمَ مَنْ تُخَاطَبُ مِنْذُ ثَلَاثِ لَيَالٍ ؟ ذَلِكَ شَيْطَانٌ) ^(٢) .

وَرَوَى : أَنَّ عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - عِنْدَمَا أَمْسَكَ بِالشَّيْطَانِ قَالَ لَهُ يَاعْمُرُ : (إِنَّكُمْ تَمْتَنِعُونَ مِنَّا بِآيَةِ الْكُرْسِيِّ) ^(٣) .

(١) راجع : الروح والريحان في فضائل القرآن ؛ للمؤلف ؛ عند فضائل سورة البقرة .

(٢) رواه البخاري في صحيحه تعليقا برقم (٢٣١١) كتاب الوكالة .

(٣) التذكار للقرطبي ص ٢٣٨ ، وانظر : السلسلة الصحيحة للألباني (٣٢٤٥) .

١٢ - الدعاء ؛ فهو أعظم أسلحة المسلم ومُقَوِّياته..، قال الله تعالى :

﴿ وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴾ غافر ٦٠ .

وقال النبي ﷺ : (الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ) ^(١) .

فالمؤمن يدعو الله تعالى في صلاته وسجوده وأوقات الإجابة أن يعينه على شكره وذكره وحسن عبادته ، وأن يُقَلِّب قلبه على الطاعة والهدى ، وأن يُصَلِّح نيَّته وذريته وحاله ومآله ، وأن يعينه من الشيطان وحبائله ..

وُيُشْتَرَط لقبول الدعاء : الصدق ، والإخلاص ، وتيقن الإجابة ، وعدم استعجالها ، وطيب المطعم والمأكل ، والعزم في المسألة والدعاء بلا تعاضم ولا استثناء ولا شك ؛ فإن الله - تعالى - لا يتعاضمه ولا يُعجزه شيء .
وينبغي تحرِّي أوقات الإجابة ؛ كالجمعة وآخر الليل وأدبار الصلوات وحال السفر وفي السجود ، والإلحاح على الله تعالى .

كما أن من الواجب المشروع : أن يكون الدعاء بقلبٍ حاضرٍ واعٍ ؛ متدبِّر لما يقول ؛ عارف بمعاني الدعاء ومقاصده ؛ حتى تحصل الثمرة المرجوة منه ^(٢) .

(١) رواه الترمذي (٣٣٦٩)، وأبو داود (١٤٧٩)، وابن حبان (٨٩٠)، وصححه الألباني.

(٢) انظر في آخر الكتاب باقة من الأدعية المشروعة المأثورة الجامعة ..

وبعد :

فهذا هو (السلاح الشرعي) لِمُدَافَعَةِ شياطين الجن والإنس ..

فليحرص المسلم على حمل سلاحه ؛ واستخدامه الاستخدام الدائم الحسن فإنَّ العدوَّ يَتَحَيَّنُ فَرَصَ الغفلة ؛ فيَهْجَمُ ويميل بشَرِّه الوبيل ؛ فيُضِلُّ ويُفْسِدُ ويفعل الأفاعيل ؛ كما قال ربُّنا العليُّ الجليل : ﴿ **وَدَّ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْ تَغْفُلُونَ عَنْ أَسْلِحَتِكُمْ وَأَمْتِعَتِكُمْ فَيَمِيلُونَ عَلَيْكُمْ مَيْلَةً وَاحِدَةً** ﴾ النساء: ١٠٢ .

كذا الشيطان ؛ يودُّ لو غفل المؤمن عن سلاحه ؛ من التوكُّل والدعاء والأذكار والصلاة والقرآن ؛ فيَغَيِّرُ عليه حتى يُفْسِدُ عليه حياته وديانته ..

ولكنه ضعيفٌ أمام قوَّة الإيمان ، لذا جاء في الصحيحين : أن الرسول ﷺ

قال لعُمر الفاروق : (ما سَلَكَ فَجًّا إِلَّا سَلَكَ الشَّيْطَانُ فَجًّا غَيْرَ فَجِّكَ) ^(١) .

وضعيفٌ صغيرٌ أمام ذِكرِ الله ، لِمَا ثَبَتَ أَنَّ رَجُلًا عَثَرَتْ دَابَّتُهُ فَقَالَ : تَعَسَّ

الشيطان ، فقال ﷺ : (لا تَقُلْ تَعَسَّ الشَّيْطَانُ فَيَتَعَاظَمُ ، وَلَكِنْ قُلْ : (بِسْمِ اللَّهِ)

فإِنَّكَ إِذَا قُلْتَ ذَلِكَ تَصَاغَرَ الشَّيْطَانُ حَتَّى يَكُونَ مِثْلَ الذَّبَابِ) ^(٢) .

وإذا انشغل المسلم عن بعض سلاحه ؛ فليَتَسَلَّحْ بِآخِرِ ؛ وليأخذ حِذْرَهُ ،

والله وليُّ الذين آمنوا ؛ وهو يتولَّى الصالحين ، ربَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنْبْنَا

وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ .

(١) رواه البخاري (٦٠٨٥) ، ومسلم (٢٣٩٦) .

(٢) رواه أبو داود (٤٩٧٨) ، وأحمد (٢٠٢٩٣) ، وصححه الألباني في صحيح الجامع (٧٢٧٨) .

الفصل الخامس



الوضوء **الغظافة** **سُنن الفِطْرة العَشر**

الصلاة الصيام سورة الفاتحة

الصبر الصدقة التوكل على الله

تنظيم عادة الأكل

تنظيم عادة النوم

الحبة السوداء ماء زمزم

الحجامة ألبان البقر **تلبينة الشعير**

رياضة المشي

ترشيد التقنيات وبرامج التواصل

العفو والتسامح وسلامة الصدر

الرِّفق الريق والتراب **التفكر**

التوبة والاستغفار

التداوي بالوضوء والطهارة

الوضوء والطهارة شرطٌ لصحة وقبول الصلاة ، فيهما عظيم الأجر وكبير الفضل والثواب.

ولا شك أن للوضوء والطهارة - من الحدث الأكبر والأصغر - فوائد وآثار دينية وصحية ونفسية وتربوية عظيمة ..

فالوضوء والغسل طهارة للجسد والروح معاً ، ويُنشِط الدورة الدموية .. وثبت بالعلم والطب والواقع أن الوضوء والغسل والطهارة وإزالة النجاسة تقي من الأمراض المعدية ، وتحدّ من انتقال الجراثيم والفيروسات ، وتقي الفم والأنف من رواسب المكروبات ؛ والعينين من القذا والرمد والغبار. أما (السواك) فهو مطهرة للفم ، مُعقّم للثة ، ومُكافح لتسوس الأسنان.

أما (سُنن الفطرة) فهي أعظم معالم النظافة ، والطهارة ، والصحة ، والوقاية والجمال ، والخُلُق الإنساني .. ، وهي عشر:

- خمسٌ في الرأس : المضمضة ، والاستنشاق ، والسواك ، وحَفّ الشارب ، وإعفاء اللحية.

- وخمسٌ في الجسم : تقليم الأظفار ، وتنفّ الإبط ، وحلق العانة ، والختان وتخليل الأصابع ، وتقصير الثياب للرجل^(١).

(١) وهذه السُنن جاءت كلها في الأحاديث الثابتة عن النبي ﷺ ؛ في الصحيحين والسُنن.

التداوي بالصلاة والركوع والسجود والخشوع

الصلاة عبادة عملية قولية اعتقادية ، وفضلاً عن رُكْنَيْتِهَا وَعَظَمَتِهَا في الإسلام ؛ فهي أيضاً رياضة أبدان ، وطَهارة أَرْدَان ، ولها دورٌ كبيرٌ جداً في الصحة الجسمية والنفسية والعقلية والروحية والاجتماعية والتربوية ..

وهي رياضةٌ ونشاط وتدريب وقوةٌ للروح وللعقل والتركيز والنفس والجسم والعضلات والمفاصل والرُكْب والظَّهْر والرَقَبَة ، وتُقاوِم الانزلاق الغضروفي وتُخفِّف السَّمنة ، وتُنظِّم الدورة الدموية والتنفس ، وتُهَدِّئ الضمير، وتُطفئ الشهوة ، وتُقلل مِنَ القلق والغضب والتوتر العصبي ..

وتُغذِّي العقل ، وتُنمِّي الذكاء ، وتُشرح الصدر ، وتُقلل مِنَ الهم والغم وتُنهي عن الفحشاء والمنكر ؛ وعن الشهوات والشبهات ، وتُحرِّر الإنسان مِنَ التفكير والسرْحان والشُرود الذهني ؛ عن طريق الخشوع والتدبر.

قال تعالى : ﴿ وَلَقَدْ نَعَلْنَا أَنْتَكَ يَضِيقُ صَدْرَكَ بِمَا يَقُولُونَ ﴿٩٧﴾ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ

السَّاجِدِينَ ﴿٩٨﴾ وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ ﴿٩٩﴾ الحجر ٩٩ .

ورَحِمَ اللهُ "أحمد شوقي" إذ قال في وصف الصلاة : (لو لم تكن رأسَ العبادات لعدت من صالح العادات ، رياضة أبدان وطَهارة أَرْدَان ، وتهذيبٌ وُجْدَان ، وشَتَّى فضائل يشبُّ عليها الجَواري والوُلْدان ..)^(١).

(١) كتاب : أسواق الذهب ص ٩٣ لأمير الشعراء أحمد شوقي.

التداوي بقيام الليل

صلاة آخر الليل مستحبة ؛ شرعها الإسلام ؛ ووعد عليها بعظيم الأجر وكبير الثواب ، وهي نافلةٌ يترتب عليها فوائد ومصالح دينية ودينية وصحية وتربوية ونفسية ، قال الله - تعالى - عن فضل قيام الليل والتهجد : ﴿ **إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْكَ وَأَقْوَمُ قِيلاً** ﴾ المزمّل ٦ .

وقال النبي ﷺ : (**أَفْضَلُ الصَّلَاةِ - بَعْدَ الصَّلَاةِ الْمَكْتُوبَةِ - الصَّلَاةُ فِي جَوْفِ اللَّيْلِ**)^(١) .

وقال ﷺ : (**عليكم بقيام الليل ؛ فإنه دأبُ الصالحين قبلكم ، وقربةٌ إلى الله عز وجل ، ومنها عن الإثم ، وتكفيرٌ للسيئات ، ومطردهٌ للداء من الجسد**)^(٢) .

ومن الفوائد الصحية العظيمة لقيام الليل : أنه أثبت علماء وأطباء - بعد تجارب كثيرة وطويلة - أن القيام من الليل ؛ والحركة داخل المنزل ؛ والقيام ببعض التمرينات الرياضية وتدليك الأطراف بالماء ؛ والتنفس بعمق.. أن له فوائد صحية عديدة ؛ والمتأمل لهذه النصائح يجد أنها تماثل تماماً حركات (الوضوء وصلاة الليل) التي أرشد إليها النبي عليه الصلاة والسلام.

(١) رواه مسلم (٢٧٠٩) ؛ ورواه أحمد وأصحاب السنن .

(٢) رواه الترمذي (٣٦٩٠) ؛ وابن خزيمة في صحيحه (١١٣٥) ؛ وصححه الألباني في صحيح

الجامع برقم (٤٠٧٩) .

وعن كيفية طرد الداء من الجسد بقيام الليل :

فإنه قد ثبت - طبيًا - أن قيام الليل يؤدي إلى تقليل إفراز هرمون (الكورتيزول) ؛ خصوصاً قبل الاستيقاظ بعدة ساعات ، وهو ما يتوافق زمنياً مع وقت السَّحَر (الثالث الأخير من الليل) مما يقي من الزيادة المفاجئة في مستوى سُكَّر الدم ، والذي يُشكِّل خطورةً على مَرَضَى (السُّكَّر) ، ويقلل كذلك من الارتفاع المُفاجئ في (ضغط الدم) ، ويَمنع من السكتة المُخَيَّة والأزمات القلبية.

كذلك يقلل قيام الليل من مخاطر (تخثر الدم) في وريد العين الشبكي الذي يحدث نتيجة لبطء سريان الدم أثناء النوم ؛ مما يكافح الجلطات.

ويفيد (قيام الليل) في تحسُّن وليونة المفاصل ؛ ويقلل من التهابها ؛ سواء كانت روماتيزمية أو غيرها ؛ نتيجة الحركة الخفيفة والتدليك بماء الوضوء!

و**ثبت أن قيام الليل يُنشِط الذاكرة ، ويُنبِّه وظائف المُخِ الذهنية المختلفة ؛** لما فيه من قراءةٍ وتدبُّرٍ للقرآن ؛ و ذِكْرٍ ودعاء ؛ واسترجاع لأذكار الصباح والمساء ؛ فيقي من مَرَض (الزهايم) وخرَف الشيخوخة والاكْتئاب وغيرها ^(١).

واستغفار الأسحار عافيةٌ ووقارٌ ؛ ﴿وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ﴾ آل عمران ١٧.

(١) انظر: كتاب الوصفات المنزلية المجربة وأسرار الشفاء الطبيعية ، لمجموعة من المؤلفين الأمريكيين وهو كتابٌ مترجمٌ ، وكتاب: الإيجاز في روائع الإعجاز ص ٣٠٨ ، للمؤلف.

التداوي بالصيام

الصوم عبادة عظيمة ؛ فُرِضَتْ عَلَيْنَا كَمَا فُرِضَتْ عَلَى الْأُمَّمِ السَّابِقَةِ ، وَمَع كونه عبادةً عظيمةً فهو أيضاً قوّةً وصحّةً ونشاطاً وحيويّةً وتزكيةً للنفس والمشاعر والضمير والجسم ووظائف الأعضاء ..

فيه أدبٌ عظيمٌ للنفس العاتية والشهوة الجامحة ..

يكافح التردد والكسل والخور والخمول ، ويساعد على قوّة الإرادة والعزيمة والمضيّ في المعالي والمكارم والآداب ..

ويكافح الصومُ مرضَ السكرى والضغط والأملاح وقرحة المعدة ويقاوم الغضب والإرهاق العصبي ؛ ويستبدلها بالراحة والهدوء والطمأنينة ..

وللصوم أثرٌ عظيم في صحة الجسد والقلب والكبد والكلى والشرابين والمسالك البولية والجهاز الهضمي ، فهو يساعد على تجديد نشاط أجهزة الجسم ويخفف عليها العبء والعمل والأكل والدهون والترسبات ، ويذيب الدهون والكوليسترول والسكريات والافرازات الضارة ؛ ويُخلّص منها الجسد.

أما (الإدمان والاكْتئاب والشهوة) ففي الصيام أعظم العون والعلاج لها، وإطفاء جماحها حتى يتخطّاها الشباب بسلام ، ويجتنبوا المعصية والإثم ؛ وكما قال النبي ﷺ : (.. وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ) ^(١).

(١) رواه البخاري (٥٠٦٥)، ومسلم (١٤٠٠).

التداوي بالصدقة

الإِنْفَاقُ فِي الإِسْلَامِ مِنْهُ (الوَاجِبُ) كَالزَّكَّاتِ ، وَالكَفَّارَاتِ ، وَالنَّفَقَاتِ الْوَاجِبَةِ لِلزَّوْجَةِ وَالوَلَدِ وَالْأَهْلِ ، وَهَذَا النُّوعُ مِنَ الإِنْفَاقِ أَعْظَمُ أَجْرًا وَأَكْبَرُ فَضْلًا . وَمِنْهُ (المُسْتَحَبُّ) وَهُوَ التَّطَوُّعُ الزَّائِدُ عَنِ الْحَاجَةِ وَالْكَفَايَةِ ؛ فَهَذَا ثَوَابُهُ كَبِيرٌ وَأَجْرُهُ عَظِيمٌ ، وَلَهُ مَنَافِعٌ جَلِيلَةٌ ؛ مِنْهَا : أَنْ الصَّدَقَةَ دَوَاءً وَشِفَاءً ، وَدَفْعٌ لِلْبَلَاءِ بِشَرَطٍ : الإِخْلَاصِ ، وَالْكَسْبِ الطَّيِّبِ ، وَلَا يَمْنُهَا ، قَالَ تَعَالَى : ﴿ وَأَنْ تَصَدَّقُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾ البقرة ٢٨٠ ، وَقَالَ ﷺ : (دَاوُوا مَرَضَكُمْ بِالصَّدَقَةِ) (١) .

وَالصَّدَقَةُ صَدَقَتَانِ :

(حَسِيَّةٌ) : بِالْمَالِ وَالْمَتَاعِ وَالطَّعَامِ وَالْمَاءِ ، وَ(مَعْنَوِيَّةٌ) : بِالشُّكْرِ وَالذِّكْرِ وَالِدُّعَاءِ وَالتَّسْبِيحِ وَالتَّحْمِيدِ وَالتَّهْلِيلِ وَالاسْتِغْفَارِ وَالسَّلَامِ وَالِابْتِسَامِ وَالِإِحْسَانَ وَالْعَفْوِ وَالْكَرَمِ وَالرَّفْقِ وَالزَّرْعِ وَالتَّعْلِيمِ وَإِعَانَةَ الْمَلْهُوفِ وَالْأَمْرَ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَإِمَاطَةَ الْأَذَى عَنِ الطَّرِيقِ ، وَفِي صَلَاةِ الضُّحَى ٣٦٠ صَدَقَةٍ ؛ بَعَدَدَ الْأَعْضَاءِ .. وَمِنْ فَضْلِ الصَّدَقَةِ : أَنَّهَا تُطْفِئُ غَضَبَ الرَّبِّ ، وَتُدْفَعُ مِيتَةَ السُّوءِ ، وَتُبَارِكُ الْمَالُ ، وَتَمْنَعُ الْبَخْلَ وَالشُّحَّ ، وَتُزِيلُ الْعِدَاوَاتِ ، وَتُبْنِي الْعِلَاقَاتِ ، وَتُظَلِّلُ صَاحِبَهَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ فِي السَّبْعَةِ الَّذِينَ يُظَلِّهِمُ اللَّهُ بِظُلْمِهِ ، وَتَقِي مِنَ النَّارِ ، وَتُدْخِلُ الْجَنَّةَ ، وَيُنَادِي مُنَادٍ كُلَّ يَوْمٍ : اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلْفًا ، وَأَعْطِ مُمْسِكًا تَلْفًا . وَأَفْضَلُ الصَّدَقَاتِ : مَا كَانَ لِلْقَرِيبِ وَالرَّحِمِ ، وَمَا كَانَ مَعَ فَقْرٍ ، وَالصَّدَقَةُ الْجَارِيَةُ .

(١) رواه أبو داود (١٠٥) ، والبيهقي في الشعب (٣٥٥٧) ، وحسنه الألباني في صحيح الجامع (٣٣٥٨) .

التداوي بالمشي

لا شك أنّ (رياضة المشي) تُعزّز الصحة الجسمية والقلبية والعقلية ،
وتكافح السُّمنة والسُّكري والربو وضغط الدم والشيخوخة المبكرة ، وتُقلل
من ألم المفاصل والظهر والرُّكب ، وهي علاجٌ جيّد للاكتئاب والحواء النفسي
والمزاجي ؛ وأنّ المشي "نصف ساعة" على الأقل - يوميًا - يُفوق الكثير والكثير
من الحمية والأدوية..؛ أثبت ذلك الواقع والتجربة والطبّ.

وهناك نوعٌ آخرٌ من (المشي): وهو (المشي إلى المساجد والصلاة)؛ فإنه -
إضافةً للفوائد الصحية الجسمية السابقة - يقويّ الصحة النفسية ، والنشاط
الروحي ، ويهذب السلوك والخُلُق ، وفيه كفايةٌ لمن لا يجد وقتًا لرياضة
المشي، ففي المشي للصلاة والركوع والسجود .. فيها الكثير من الصحة
والرياضة والحركة والبركة ورياضة النفس واعتدال المزاج واستقامة الطباع.
قال النبي ﷺ: **(بَشِّرِ الْمَشَّائِينَ فِي الظُّلَمِ إِلَى الْمَسَاجِدِ بالنُّورِ التَّامِّ يَوْمَ
الْقِيَامَةِ)** (١).

وقال ﷺ: **(مَنْ غَدَا إِلَى الْمَسْجِدِ وَرَاحَ ؛ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُ فِي الْجَنَّةِ نُزُلًا كَلِمَا غَدَا
أُورَاحَ)** (٢).

(١) رواه الترمذي (٢٢٢)؛ وأبو داود (٥٦١)؛ وابن ماجه (٨١١)؛ باب المشي إلى الصلاة.

(٢) رواه البخاري (٦٥٣)؛ ومسلم (١٤٧٤)، ولفظ مسلم: (..إلى المسجد أورا ح ..).

التداوي بالتنفس العميق

التنفس العميق: هو التنفس الاختياري الطويل ؛ عن طريق (الشهيق والزفير) وسحب كمية كبيرة من الهواء بالأنف إلى داخل الرئة ، فهذا التنفس مفيد جداً لتقوية الرئة ، ورياضة الجهاز التنفسي ، وتغذية (المخ) بما يكفيه من (الأكسجين) الذي هو من ضروريات قوته وصحته ونشاطه.

وهناك نوع آخر من (التنفس): وهو (التنفس في ساعات الفجر الباكر) وبالأخص (وقت صلاة الصبح) فهو وقت يتوفر فيه (الأكسجين النقي) النافع للرئة والدماغ والأطراف ؛ مما يبعث على الحيوية والنشاط وراحة العقل والطمأنينة. **ومما ينصح به (الأطباء):** أن يأخذ الإنسان (نفساً عميقاً) عدة مرات ؛ وهو خارجٌ لصلاة الصبح ليأخذ قسطاً كبيراً من الصحة والسعادة والهدوء والأكسجين. ولكن هذه النعمة يُحرّمها (المتخلّفون والمتثاقلون) عن صلاة الفجر ، فإضافةً للإثم والمعصية والكسل وخُبث النفس .. يفوتهم أكسجين الصباح ، وبركة البكور ، وصحة النقاء والتنفس ، وتفوتهم شهادة الملائكة ؛ ﴿ **وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا** ﴾ الإسراء: ٧٨.

وقال النبي ﷺ : (ليس صلاةٌ أثقلَ على المنافقين من الفجر والعشاء ولو يعلمون ما فيهما لأتوهما ولو حبواً)^(١).

(١) رواه البخاري (٦٥٧) واللفظ له ؛ ومسلم (١٤٣٢).

التداوي بالهدي النبويّ في (النوم)

كذلك النوم ، فإنه من أعظم العادات ؛ وأعجب الآيات ، وبالاحتساب وصلاح النيّة يكونُ قُرْبَةً مِنَ الْقُرْبَاتِ.

وتنظيمه واتباع السُّنَّةِ النَّبَوِيَّةِ فِيهِ مِنْ أَهَمِّ الْمَهْمَاتِ ، ولكن للأسف ..

فإنه في عصرنا هذا ؛ ومع اختلاط عادات الناس وأعرافهم ، وكثرة أشغالهم ، ومع ظهور التقنيات ، وشبكة الإنترنت ، والأجهزة الذكية ، وبرامج التواصل تغيّرت طباعُ الناس وأحوالهم ، وتأثرت بذلك عبادتهم وصحتهم وأهدرت أوقاتهم وطاقتهم ، وفقدوا راحتهم ونومهم ، وانفرطَ على الكثيرين أمرهم مما يستلزم منّا الاتباع للهدي النبويّ ، وحفظ (أذكار وآداب) النوم وتطبيق سننه القولية والفعلية ، والبُعد عن المجاملة في شأنه والحذر من السهر ..



وإن لم يفق الناس اليوم من (طيش السهر) و(مخالفة السنة في النوم) فإن أجيالنا القادمة عُرضة لمشاكل صحيّة ونفسية واجتماعية وتربوية خطيرة.

قال تعالى: ﴿ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا ﴾ الفرقان ٤٧

وقال تعالى: ﴿ وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ۖ وَجَعَلْنَا الَّيْلَ لِبَاسًا ۖ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ﴾ النبأ ١١

ومن هدي النبي ﷺ: (أنه كان يكرهُ النومَ قبل صلاة العشاء والحديثَ بعدها) (١).

(١) رواه البخاري (٥٦١)، ومسلم (١٤١٤).

وكان ﷺ يُبَكِّرُ إِلَى النُّوْمِ ؛ وَيَضَعُ يَدَهُ الْيُمْنَى تَحْتَ خَدِّهِ الْأَيْمَنِ ، وَيَسْمِي اللَّهَ وَيَقْرَأُ (آيَةَ الْكُرْسِيِّ وَسُورَةَ الْإِخْلَاصِ وَالْفَلَقِ وَالنَّاسِ) وَأَدْعِيَةَ النُّوْمِ الْمَعْرُوفَةَ ؛ فَيَقُولُ: (بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا)^(١).

ثم يقول: (اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ نَفْسِي إِلَيْكَ ، وَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ ؛ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ ، أَمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ ، وَبِرَسُولِكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ)^(٢).

ولقد أثبت الطبُّ والعِلْمُ : أن السهر وتأخير النوم إلى آخر الليل له أثره السلبي الخطير على الصحة ، وضعف المناعة ، واضطراب وظائف الكبد ، وتدمير الأعصاب ، ودوام الأرق ، وفرط القلق ، وزيادة الإرهاق ، وإتلاف خلايا العقل ، ونقص هرمونات الراحة التي تفرزها الخلايا الدماغية ليلاً .
وأن نوم أوّل النهار وآخره لا يُغني عن الصحة شيئاً ، إلا القيلولة .

قال الناظم :

ألا إنَّ نومات الضُّحَى تُورثُ الفَتَى خبالاً ؛ ونومات العُصُورِ جُنُونُ
ألا إنَّ بَيْنَ الظُّهْرِ والعَصْرِ نومةٌ تُحاكي لأهلِ العقولِ فُنُونُ

(١) رواه البخاري في صحيحه (٦٣٢٤).

(٢) رواه البخاري (٢٤٨) ، ومسلم (٦٨٣٤) ، وفيه : أن مَنْ دعا بها عند منامه - مؤقتاً - فمات : ماتَ عَلَى الفِطْرَةِ .

التداوي بالهدى النبويّ في (الأكل)

الأكل من أهم العادات الإنسانية اليومية على الإطلاق.
ومن الآداب النبويّة التي تجعل (الأكل) صحّةً وعافيةً وقربةً : نيّة التقويّ
على الطاعة ، تحرّي الحلال الطيب ، التقليل ، التركيز على الأعشاب النافعة ،
تجنّب كثرة الدسوم واللحوم والسكّريات ، تجنّب الأكل على الأكل ، الاهتمام
فيه بالكيف لا بالكمّ ؛ وبالتوقيت الدقيق المناسب ، ولا يأكل حتى يجوع
وإذا أكل لا يشبع ؛ بل يُقدّره به (الثلث) فقط ..

قال صلى الله عليه وسلم : (ما ملأ ابنُ آدمَ وعاءَ شراً من بطنه ، بحسبِ ابنِ آدمَ أكالاتٌ يُقْمَنَ
صُلْبُهُ ، فإن كانَ لا محالةَ : فثُلثُ لِبَطْنِهِ ، وثُلثُ لِشْرَابِهِ ، وثُلثُ لِنَفْسِهِ) (١) .
وقال صلى الله عليه وسلم - لِعُلامٍ تَطِيشُ يَدَهُ فِي الصَّحْفَةِ : (يَا غُلَامُ ؛ سَمَّ اللّٰهُ ، وَكُلَّ بِيَمِينِكَ
وَكُلَّ مِمَّا يَلِيكَ) (٢) .

وما أجمل ما قيل :

ثلاثٌ هُنَّ مُهْلِكَاتٌ لِلْأَنَامِ وداعيةٌ الصّحيحُ إلى السّقامِ
دوامٌ مدامةٌ ، ودوامٌ وطءٍ وإدخالُ الطعامِ على الطعامِ

(١) رواه الترمذي (٢٤٢٠) ، وابن حبان (٦٥٢) ، وابن ماجه (٣٤٢٨) بلفظ "لقيمات" ، وصححه

الألباني في السلسلة الصحيحة برقم (٢٢٦٥).

(٢) رواه البخاري (٥٣٧٦) ، ومسلم (٥٢٢٥).

التداوي بالتبينة والشعير

التبينة : حِساءٌ أبيض رقيق من الشعير المطحون والماء الحار، سُمِّيَتْ تبينة لأنها تُشبه اللبن في بياضها ورقَّتْها.

يُغلى الماء ثم يُخلط بطحين الشعير ، ويضاف لها شيء من الحليب أو العسل لمن أراد ، أو تبقى كما هي أفضل.

وقد امتدحها النبي ﷺ ؛ ففي الصحيحين عن عائشة - رضي الله عنها -

أنها إذا مات ميتٌ أمرت بتبينة الشعير وتُصبُّ على الثريد ؛ وتقول سمعتُ النبي ﷺ يقول : (التبينة مُجِمَّةٌ لفؤاد المريض ، تذهب ببعض الحزن) (١).

وقد أثبت الطب والتجربة أن (تبينة الشعير) علاجٌ للبطن ، وتُعَقِّم الأمعاء ، وتُنقِّي الدم ، وتُصَفِّي الذهن ، ونافعةٌ لحساسية الصدر ، وتُذهب الحزن ؛ لأنها تغيِّر المزاج للأحسن وتساعد على إفراز هرمون الفرح والسرور.

كما أن (شَراب الشعير) المغلي في ماءٍ ثم يُشرب فهو مفيدٌ جداً لنظافة الكلى ، وإزالة الحصى والالتهاب منها ، وتنقية المسالك البولية ، وعلاج المعدة والجهاز الهضمي ، فهو أفضل المشروبات الحارّة.

(١) رواه البخاري (٥٤١٧) ، ومسلم (٥٧٢١).

التداوي

بالعجوة ، والحجامة ، والكي ، والحبة السوداء وألية الشاة ، وألبان البقر ، وماء زمزم

- (تمر العجوة) ؛ من تمر المدينة المنورة ، قال النبي ﷺ : (مَنْ تَصَبَّحَ بِسَبْعِ

تَمْرَاتٍ عَجْوَةٍ ؛ لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سُوءٌ وَلَا سِحْرٌ)^(١) .

- (الحجامة والكي) ؛ قال ﷺ : (الشفاء في ثلاثة : في شرطة محجم

أو شربة عسل ، أو كيّة بنار ، وأنهى أمّتي عن الكي) ^(٢) .

- (الحبة السوداء) ؛ قال ﷺ : (إِنَّ فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ

إِلَّا السَّامَ) ^(٣) ، خاصة (إذا طُحِنَتْ وَتُمَزَجَ بِعَسَلٍ نَقِيٍّ) فهي بذلك علاج ومضاد قوي لا مثيل له في مقاومة الفيروسات وأمراض الصدر والغدد.

(١) رواه مسلم (٥٢٩٥) ، وأبو داود (٣٨٧٦) ، وأحمد (١٥٨٤) . وقيل مَنْ لَمْ يَجِدْ تَمْرَ الْعَجْوَةِ
فِيَأْكُلْ أَيَّ تَمْرٍ ؛ وَحَبْذَا تَمْرَ الْمَدِينَةِ .

(٢) رواه البخاري (٥٦٨٠) ، ومسلم (٥٦٩٧) ، وللحجامة وقتٌ قد لا تصلح إلا فيه ؛ يُسْتَلَّ
عنه أهل الطب والخبرة ، وفي صحيح البخاري : (خَيْرَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ) ، أما (الكي) :
فنقل ابن القيم أن النهي عنه يُحْمَلُ عَلَى أَنَّهُ آخِرُ الطَّبِّ ؛ عِنْدَ اسْتِنْفَادِ الْأَدْوِيَةِ الْآخَرَى .

(٣) رواه البخاري (٥٦٨٨) ، ومسلم (٥٧١٩) ، والسامّ: الموت ، وتسمى الحبة السوداء :
(الشونيز) مُعْرَبَةٌ ، وَتُؤَخَذُ بِمِقْدَارِ وَاعْتِدَالِ أَوْ مَعَ إِضَافَاتٍ أُخْرَى كَالْعَسَلِ .

- (أَلِيَّةُ شَاةٍ أَعْرَابِيَّةٍ) ؛ قال النبي ﷺ: (شِفَاءُ عِرْقِ النَّسَا: أَلِيَّةُ شَاةٍ أَعْرَابِيَّةٍ

تُدَابُّ ، ثُمَّ تُجَزَّأُ ثَلَاثَةَ أَجْزَاءٍ ، ثُمَّ يُشْرَبُ عَلَى الرَّيِّقِ ، فِي كُلِّ يَوْمٍ جُزْءٌ) (١) .

- (وَفِي أَلْبَانِ الْبَقْرِ) قال النبي ﷺ: (عَلَيْكُمْ بِالْبَانَ الْبَقْرِ؛ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ

الشَّجَرِ) (٢) .

- (شُرْبُ مَاءِ زَمْزَمِ) ، فَهُوَ شِفَاءٌ عِنْدَمَا يُشْرَبُ لِلْأَلَمِ وَالْمَرَضِ ؛ وَحَتَّى

لِلْأَمْرَاضِ الْمُسْتَعْصِيَةِ ؛ وَيُمَلَأُ الْبَطْنَ مِنْهُ فِي كُلِّ شَرْبَةٍ ؛ مَعَ الدُّعَاءِ وَنِيَّةِ
الِاسْتِشْفَاءِ وَالتَّوَكُّلِ عَلَى اللَّهِ ، وَمَنْ قَصَدَ الْبَيْتَ مُعْتَمِرًا ؛ وَمَتَّجَهَا اللَّهُ أَنْ يَشْفِيهِ
وَيُقْضِي حَاجَتَهُ وَشَرِبَ كَثِيرًا مِنْ مَاءِ زَمْزَمِ .. فَقَدْ أَخَذَ بِسَبَبِ قَوِيٍّ نَافِعٍ بِإِذْنِ اللَّهِ .

قال النبي ﷺ: (مَاءُ زَمْزَمٍ لِمَا شُرِبَ لَهُ) (٣) .

(١) رواه ابن ماجه (٣٥٤٤) ، وأحمد (١٣٢٩٥) ، وصححه البوصيري في مجمع الزوائد ١/٢١٦ ،

ووثق الأرنؤوط رجاله في تحقيق الزاد لابن القيم ٧١/٥ ، والشاة الأعرابية : هي الأصيلة
جيدة المرعى ، وأليتها : ذنبها ، وينبغي سؤال أهل الخبرة في ذلك . وعرق النسأ - بفتح النون - :
هو ألمٌ شديد يصيب الإنسان في ظهره وفقراته ورجليه وركبتيه ومفاصله ، قال ابن القيم في
الطب النبوي ص ٧٢ : سُمِّيَ كَذَلِكَ لِأَنَّ أَلَمَهُ يُنْسِي كُلَّ أَلَمٍ لَوْجَعَهُ الشَّدِيدِ .

(٢) رواه ابن ماجه (٣٤٣٨) ، وابن حبان (٦٠٧٥) ، وصححه الألباني في صحيح الجامع (١٨١٠)

وفي السلسلة الصحيحة (٥١٨) ، وفي لفظ: (..وإن سمنها دواء ولحمها داء) .

(٣) رواه أحمد (١٤٥٥٦) ، وابن ماجه (٣١٣٦) ، وصححه الألباني ، وأصله في الصحيحين .

التداوي بالقمح والفواكه والخضار والبصل والثوم والكراث والزعتر

أثبت العلم والواقع والتجربة أن الإنسان - في الغالب - عِشْبِيٌّ وليس لحوميٍّ ، وأنه في الأصل والأفضل آكل أعشاب ، وأن ذلك خيرٌ له صحياً .
وأن القمح والفواكه والأعشاب المأكولة قد أودع الله فيها من العناصر والفيتامينات والتركيبات والأملاح المعدنية ما يكفي بحاجة الإنسان ، وتنقية الدم ، وتنظيم الهضم ، وأن الإنسان (العشبي) أكثر صحةً ونشاطاً وحيويةً من الإنسان (المكثّر من اللحوم).

ويُنصَح الأطباء أن تكون (الفواكه) عُنْصراً أساسياً في تغذية الأطفال والشباب والكهول ؛ بديلاً عن عن سُمووم السكرّيات والحلويات والمعجنات المُصنَّعة .
وطبياً : فإنّ الحمضيات - الليمون والبرتقال - علاجٌ للفلونزا والسمنة ونقص الفيتامينات وعُسْر الهضم وفقر الدم ، وأنّ (سُكَّر وأملاح وعناصر) الفواكه هي أفضل من غيرها من المُصنَّعات ، وأنّ (الجَزْر) يفتق النظر .
وأن من الفواكه ما يقوم مقام اللحم - لاحتوائها على بروتين - كالبطاطا والفول والعدس ؛ وهي (لحم الفقير).

وأن من الفواكه ما ذُكِر في القرآن ذكر إشادة ؛ كالرُّمان ، والرطب ، والعنب ، والتين ، والزيتون ، والثوم ، والبصل ، والعدس ، والفاكهة ..

أما (الخضار) فلا تقل أهمية وفائدة عن الفواكه ، فالخضار مُكَمَّل غذائي مُهم ، وبها عناصر غذائية لا توجد إلا بها ..

وللأطباء تركيزٌ على الجزر ، والخيار ، والفلفل ، والباذنجان ، والبامية والجرجير ؛ لأهميتها وما تحوي من العناصر الغذائية المفيدة والعديدة.

وبالذات (البصل والثوم والكراث) فهي نافعةٌ جداً ، وهي غذاءٌ ودواء ومضادٌ طبيعي لكثيرٍ من الأوبئة والفيروسات وأمراض الدم والرئة والصدر ونزلات البرد ، وتنقية الدم والكلية ، وقتل الجراثيم والديدان المعوية ، وتخفف مرض السكر والضغط الدموي ، وتقاوم تصلب الشرايين ، وهي أفضل وأنفع من المضادات المصنعة..، و(الزعر) أيضاً ؛ مُهمٌ لنزلات البرد، ومكافحة الربو وعلاج الصداع ، واحتقان الكبد ، وفوائد أخرى كثيرة ..

أما (القصد الهندي ، والثفا ، والحلبة) فلا يخفى نفعها بأمر الله ؛ للبطن والقلب والدم والعظام وشفاء الذهن وعلاج أمراض البرد والرئة ؛ وغير ذلك ..

وللتنبية : فإنّ(الزيت النباتي) أفضل وأخفّ من الزيت الحيواني ، وإنّ (تعليب وتغليف وتصنيع) الفواكه والخضار يُغيّر من تركيبها ويُفقدُها بعضَ فائدها^(١).

وتنبيةٌ آخر : أنّ من المُهم للصحة والسلامة : تقليل الأبيضين - السكر والملح - والاستغناء عن المقلّيات والمُعجّبات والوجبات السريعة ، و من الطعام خارج المنزل ؛ حيث يفتقر - غالباً - لاشتراطات الصحة والنظافة ..

(١) ملخصاً من كتاب: الغذاء لا الدواء ؛ د. صبري القباني ، وهو بحث ممتع حافل في ٦٢٠ صفحة.

أبياتٌ في حُسن التداوي ، وتنظيم الغذاء والدواء :

قال الإمام محمد الأندلسي القحطاني؛ في نونيته الشهيرة:

لا تَتَّبِعْ شَهَوَاتِ نَفْسِكَ مُسْرِفًا فَاللَّهُ يُبْغِضُ عَابِدًا شَهْوَانِ
لا تَحْشُ بَطْنَكَ بِالطَّعَامِ تَسْمُنًا فَجُسُومُ أَهْلِ الْعِلْمِ غَيْرُ سِمَانِ
أَقْلِلْ طَعَامَكَ مَا اسْتَطَعْتَ فَإِنَّهُ نَفْعُ الْجُسُومِ وَصِحَّةُ الْأَبْدَانِ
وَأَمْلِكْ هَوَاكَ بِضَبْطِ بَطْنِكَ إِنَّهُ شَرُّ الرَّجَالِ الْعَاجِزُ الْبَطْنَانِ
وَمَنْ اسْتَذَلَّ لِفَرْجِهِ وَلِبَطْنِهِ فَهُمَا لَهُ مَعَ ذَا الْهَوَى بَطْنَانِ
حِصْنُ التَّدَاوِيِّ الْمَجَاعَةُ وَالظَّمَا وَهُمَا لِفِكَ نُفُوسِنَا قِيدَانِ

* * *

حُسْنُ الْغِذَاءِ يَنْوِبُ عَنْ شُرْبِ الدَّوَا سِيِّمًا مَعَ التَّقْلِيلِ وَالِإِدْمَانِ
إِيَّاكَ وَالْغَضَبَ الشَّدِيدَ عَلَى الدَّوَا فَلَرَبِّمَا أَفْضَى إِلَى الْخِذْلَانِ
دَبِّرْ دَوَاءَكَ قَبْلَ شُرْبِكَ وَلِيَكُنْ مُتَأَلِّفَ الْأَجْزَاءِ وَالْأَوْزَانِ
وَتَدَاوٍ بِالْعَسَلِ الْمُصَفَّى وَاحْتَجِمْ فَهُمَا لِذَائِكَ كُلِّهِ بُرْءَانِ
لا تُفْنِ عُمُرَكَ فِي الْجِمَاعِ فَإِنَّهُ يَكْسُو الْوُجُوهَ بِحُلَّةِ الْيِرْقَانِ ❖

❖ ثَبِتَ بِالطَّبِّ وَالْعِلْمِ الْحَدِيثُ أَنَّ كَثْرَةَ الْجِمَاعِ يُضْعِفُ الْجَسَدَ ، وَيُطْفِئُ النَّظَارَةَ ، وَيَكْسِرُ حِدَّةَ الْبَصْرِ ،

ويزيد الإرهاق والأرق ؛ وهو الذي عناه الناظم بقوله : "يَكْسُو الْوُجُوهَ بِحُلَّةِ الْيِرْقَانِ".

التداوي بسورة (ال فاتحة)

سورة الفاتحة أعظم سورة في القرآن ، وهي أمّ الكتاب ، وهي السبع المثاني التي أشاد الله بها فقال : ﴿ **وَلَقَدْ آتَيْنَاكَ سَبْعًا مِّنَ الْمَثَانِي وَالْقُرْآنَ الْعَظِيمَ** ﴾ الحجر ٨٧ ، خَصَّهَا هُنَا وَقَدَّمَهَا بِالذِّكْرِ لَشَرَفِهَا وَمَكَانَتِهَا وَعَظِيمِ نَفْعِهَا وَبَرَكَتِهَا ، وَجَعَلَ قِرَاءَتَهَا رُكْنًا فِي كُلِّ رُكْعَةٍ مِّنَ الصَّلَاةِ ؛ لِاتِّصَاحِ بِدُونِهَا.

وفي قراءتها وتكرارها وتدبرها علاجٌ ووقايةٌ وشفاءٌ وهدايةٌ ونفعٌ كثيرٌ وخيرٌ وفيرٌ ؛ لجميع الأمراض العضوية والجسمية والنفسية وحتى الأمراض المستعصية ؛ فإن الفاتحة مع التدبّر والتكرار تُمَحِّصُهَا وَتَبْرِئُهَا بِإِذْنِ اللَّهِ ، وَقَدْ جُرِّبَتْ كَثِيرًا لِلشِّفَاءِ مِّنَ مَرَضِ السَّرَطَانِ ، وَالْمَسِّ وَالْجَانِّ ، وَأَمْرَاضِ الْقَلْبِ ، وَأَمْرَاضِ الْجَسَدِ ، وَالْهَمُومِ ، وَالْأَحْزَانِ ، وَسَائِرِ الْأَسْقَامِ ، خَاصَّةً مَعَ تَكَرُّرِهَا كَثِيرًا وَالنَّفْثِ بَعْدَ كُلِّ آيَةٍ مِّنْهَا عَلَى الْعُضْوِ أَوْ عَلَى الْمَرِيضِ أَوْ عَلَى الْمَاءِ وَيُشْرَبُ .

وقد استشفى النبي ﷺ بسورة الفاتحة ، وأقرّ صحابته لما عالَجُوا وتعالَجُوا وراقوا بها ، ومنهم أبو سعيد الخدري - رضي الله عنه - لما رقى بسورة الفاتحة ملدوغاً قرأها عليه فبرئ ؛ فقال ﷺ له : (وما كان يُدريه أنها رُقِيَةٌ)^(١) .

فَمَنْ غَفَلَ عَنِ الرُّقِيَةِ وَالْعِلَاجِ وَالتَّوَدُّعِ وَالِاسْتِشْفَاءِ بِالْفَاتِحَةِ فَقَدْ غَفَلَ عَنِ سَبَبِ عَظِيمٍ ؛ وَفَضْلِ جَسِيمٍ .

(١) رواه البخاري (٥٠٠٧) في فضائل القرآن باب فضل الفاتحة.

التداوي بقراءة القرآن والاستماع والإنصات إليه

أكد العلم الحديث والتجارب الطيبة أن قراءة القرآن الكريم والتلذذ بتلاوته وترتيل آياته أنه شفاءٌ وعلاج ، وراحةٌ نفسية ، وطمأنينةٌ قلبية ..

وكذلك **(الاستماع للقرآن والإنصات له)** . وبالذات الصوت الحسن المتقن .

فقد أثبت العلم والأبحاث أن الاستماع للقرآن والإنصات له وتدبره .. أنه يريح الأعصاب ويُطمئن القلب ، ويُخفف التوتر ، ويبعث في النفس الأمل والهدوء .

وأثبت الطب الحديث أن للقرآن الكريم . تلاوةً وسَمَاعًا . له أثرٌ إيجابيٌّ كبير في

علاج الأمراض المستعصية على الطب ؛ كبعض أنواع السرطان ، وعلاج اهتزاز خلايا المخ ؛ حيث يعيد للخلايا المخية المضطربة استقرارها وحيويتها ونشاطها .

أما سُجناء الجرائم ؛ فأثبتت الدراسة البحثية الميدانية أن السجناء الذين

يحفظون القرآن . أو بعضه . أنه يستقيم سلوكهم ، ولا يعودون لجرائمهم .

وأثبت بعض علماء الأصوات أن صوت القاري المتقن للقرآن له أثرٌ إيجابيٌّ

على خلايا الجسم والأعصاب ، مما يزيدا اتزاناً وراحةً ، ويُنشِط المناعة ، ويُريح العصب السمعي ، ويُصفيّ الذهن ، ويُقويّ الذاكرة ، ويزيد السرور .

لذا كان النبي ﷺ يُكثر تلاوة القرآن ، وكان يُحبّ سماعه من غيره ، وصدق

الله العظيم : ﴿ يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى

وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ يونس : ٥٧ .

التدوي بالرفق واللين

الرفق: هو لينُ الجانبِ وهُدوءُ السُّلوكِ وحُسْنُ المُعامَلةِ ، وُضدُّه: العُنفُ والقسوةُ ، وبئسَ الضدُّ ؛ دَمَارُ المُجتمعاتِ والعلاقاتِ ..

والرفق واللين أدبٌ قرآنيٌّ ، ومنهجٌ نبويٌّ ، يُحبُّه اللهُ ويُحبُّ أهلهُ ، قال تعالى:

﴿ فِيمَا رَحِمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ ﴾ آل عمران: ١٥٩ .

وقال النبيُّ ﷺ: (مَنْ يُحَرِّمَ الرَّفْقَ يُحَرِّمَ الْخَيْرَ) (١).

وقال ﷺ: (إِنَّ اللَّهَ رَفِيقٌ يُحِبُّ الرَّفْقَ) (٢).

وقال ﷺ: (إِنَّ الرَّفْقَ لَا يَكُونُ فِي شَيْءٍ إِلَّا زَانَهُ ، وَلَا يُنَزَعُ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا شَانَهُ) (٣).

فإذا سادَ العُنفُ والقسوةُ والنزاعُ والغضبُ وسوءُ الخُلُقِ .. فعِلاجُهُ في الرفقِ واللينِ والحِلْمِ والأناةِ وحُسْنِ الخُلُقِ ؛ حتى يَسُودَ الأمانُ والهدوءُ والمحبةُ والسلامُ ..

وواجبُ الأبِ والمرَبِّ والمُعَلِّمِ: أن يتخلَّقَ بالرفقِ ، ويجتنبَ العُنفَ والشدةَ ، بل ويتلمَّسَ حالاتَ العُنفِ والتنمُّرِ والإعتداءِ .. فيُعالجها قبلَ استِفحالها ؛ بالتعاونِ مع الأسرةِ ومع الجهاتِ المسؤولةِ والداعمةِ للرفقِ واللينِ وحُسْنِ التعاملِ .

وعند الغضبِ: أرشدنا النبيُّ ﷺ أن نستعيذَ باللهِ من الشيطانِ الرجيمِ ونتحكَّمُ في تصرِّفاتنا وأعصابنا ، ونتوضأُ ، ونُفكِّرُ في العواقبِ ، ونلتزمَ الهدوءَ والصمتَ والجلوسَ .. حتى يذهبَ الغضبُ ، وتطفأُ نارُ العُنفِ والقسوةِ والأذى .

(١) رواه مسلم (٢٥٩٢) . (٢) رواه مسلم (٢٥٩٣) . (٣) رواه مسلم (٢٥٩٤) .

التداوي بالريق والتراب

التداوي بالريق والتراب ثابتٌ عن النبي ﷺ ؛ كما في الصَّحِيحَيْنِ ، وهو مُجَرَّبٌ ونافعٌ جداً - بإذن الله - لعلاج وتعقيم الجروح والخدوش والقُرحة وصدفية الجلد ، ونَزْفُ الدم ، والأمراض المستعصية ؛ كالسرطان والغرغرينة .

وصفته : أن يُبَلَّل المريض (أصبعه) بريقه ؛ ثم يغمسها في تربةٍ طاهرةٍ لها غبار ؛ ويدلك بها مكان الألم أو الجرح ، ويدعو بما ثبت عن النبي ﷺ :

(بِسْمِ اللَّهِ ؛ تُرْبَةُ أَرْضِنَا ؛ بَرِيقَةَ بَعْضِنَا ؛ يُشْفَى سَقِيمُنَا ؛ بِإِذْنِ رَبِّنَا) (١) .

ويُفضل تكرار ذلك مراتٍ في اليوم ؛ لعدة أيام حسب الحاجة ، مع تمام التصديق واليقين والتوكل على الله عزَّ وجلَّ .

ذلك أن ريق المؤمن والتربة "طهوران" نافعان و"مضادان" مُعَقِّمان ؛ يتفاعلان مع الداء والجراثيم ؛ بإذن الله وقدرته .

ومن الثابت بالشرع والعلم الحديث أن (التراب) يمتص الجراثيم ويقتلها ويُجفِّف الرطوبة ؛ ويقضي على الفيروسات .. ؛ كما قال النبي ﷺ : (إِذَا وَلَغَ

الْكَلْبُ فِي الْإِنَاءِ فَاغْسِلُوهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ ؛ وَعَقِّرُوهُ الثَّامِنَةَ بِالتُّرَابِ) (٢) .

وقال ﷺ : (.. وَجُعِلَتْ لِي الْأَرْضُ مَسْجِداً وَطَهُورا) (٣) .

(١) رواه البخاري (٥٧٤٦) في الطَّب ، ومسلم (٥٦٧٣) باب الرقية .

(٢) رواه مسلم (٦٠٥) باب حُكْمِ وَلُوغِ الْكَلْبِ .

(٣) رواه البخاري (٤٣٨) ، ومسلم (٥٢١) .

التداوي

بالعفو والتسامح والقناعة والصبر والبُعد عن الانفعال والغضب والحِرص والحسد

لقد أثبت الواقع والطب والتجربة أن الغضب ، والانفعال ، والعداوة والشحناء ، والحِرص ، والحسد ، ومراقبة الناس ، والمقارنة بأحوالهم والتكبر عليهم ، والتشفي منهم .. كل ذلك صفات شيطانية عدوانية قاتلة ؛ تُعرضُ الإنسانَ لفسادِ دينه ، وانشغال قلبه ، وإصابته بالأمراض الخطيرة المُزمنة ؛ كالسُّكَّرِي ، والضغط الدَّمَوِي ، والقولون العَصَبِي ، والاضطراب النفسي والتلون الخُلُقِي .. وبالتالي كراهية الناس له ؛ ونفور أهله وذويه منه ، والناس شُهَدَاءُ اللَّهِ فِي أَرْضِهِ ..، إضافةً للإثم والعقاب الأخروي.

وَأَنْ الْعَفْوَ وَالْمَسَاحَةَ وَاللِّينَ وَالرَّفْقَ وَالتَّوَاضُعَ وَالقَنَاعَةَ وَالصَّبْرَ : هي على الضدِّ مِنْ ذَلِكَ ؛ تَجَلِبُ لِصَاحِبِهَا الخَيْرَ والسَّعَادَةَ والراحة والطَّمَأِينَةَ والهدوءَ والعَافِيَةَ والمحبةَ وسلامةَ الصَّدرِ ..

وهذا ما جاءت به (شريعة الإسلام) ؛ تربيةً للناس ، وصيانةً لدينهم ، وتأليفاً لقلوبهم ، وجلباً لمصالحهم وسلامتهم وسعادتهم ..

قال تعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾

آل عمران: ١٣٤ ، وقال تعالى: ﴿وَلَيْنَ صَبْرٌ لَّهُوَ خَيْرٌ لِّلصَّابِرِينَ﴾ النحل: ١٢٦ .

وقال: ﴿أَدْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ فصلت: ٣٤ .

وقال - تعالى - عن عَفْوِ يوسُفَ لِإِخْوَتِهِ : ﴿ قَالَ لَا تَثْرِيْبَ عَلَيْكُمْ الْيَوْمَ يَغْفِرُ اللهُ لَكُمْ وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ﴾ يوسُف: ٩٢ .

وأخبرنا اللهُ - تعالى - أن المؤمنين الصادقين ﴿ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا ﴾ الحشر: ١٠ .

وفي الصحيح : (أن رجلاً قال يا رسول الله أوصني ، قال : (لا تغضب) ، فردد ذلك مراراً ، كل ذلك يقول : لا تغضب) (١) .

وقال ﷺ : (ومن يستعفف يُعفه اللهُ ، ومن يستغن يُغنه اللهُ ، ومن يتصبر يُصبره اللهُ ، وما أعطي أحد عطاءً خيراً وأوسع من الصبر) (٢) .

وسب رجل رجلاً - وقد غضب أحدهما وانتفخت أوداجه واحمر وجهه - فلما رآه النبي ﷺ قال : (إني لأعلم كلمة لو قالها لذهب عنه ما يجد ؛ لو قال : أعوذ بالله من الشيطان الرجيم) (٣) .

قال زين العابدين ؛ علي بن الحسين - رحمه الله - :

خُذِ الْقَنَاعَةَ مِنْ دُنْيَاكَ وَارْضَ بِهَا لَوْ لَمْ يَكُنْ لَكَ فِيهَا إِلَّا رَاحَةَ الْبَدَنِ
وَانظُرْ لِمَنْ حَوَى الدُّنْيَا بِأَجْمَعِهَا هَلْ رَاحَ مِنْهَا بغيرِ الحَنْطِ وَالْكَفَنِ

وقال آخر :

خُذْ مِنَ النَّاسِ مَا تَيْسَّرُ وَدَعْ مِنْهُمْ مَا تَعَسَّرُ
فَإِنَّمَا النَّاسُ كَالزُّجَاجِ لَا يَنْجَبِرُ إِذَا تَكَسَّرَ

(١) رواه البخاري في صحيحه (٦١١٦) .

(٢) رواه البخاري (١٤٥١) ، ومسلم (٢٣٧٧) .

(٣) رواه البخاري في صحيحه (٦١١٥) .

التداوي بالتوكل على الله وحسن الظن به وبالتفاؤل والتفكير الإيجابي

فَمَنْ تَوَكَّلَ - بقلبه - على الله كفاه ، وَمَنْ اتَّقَاهُ وَقَاه ، وَمَنْ أَحْسَنَ الظن بالله كان له عند حُسن ظنِّه به .

كما أن التفاؤل والاستبشار سنة نبوية ، وراحة للضمير ، وطمأنينة للقلب .

قال تعالى : ﴿ وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴾ المائدة: ٢٣ .

وقال تعالى : ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴾ آل عمران: ١٥٩ .

وقال تعالى : ﴿ أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي ، وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي ﴾^(١) .

وقال النبي ﷺ : ﴿ لَا يَمُوتَنَّ أَحَدُكُمْ إِلَّا وَهُوَ يُحْسِنُ بِاللَّهِ الظَّنَّ ﴾^(٢) .

وقال ﷺ : ﴿ لَا عَدُوَّ وَلَا طَيْرَةَ ، وَأَجِبَ الْفَأْلَ الصَّالِحِ وَالْكَلِمَةَ الْحَسَنَةَ ﴾^(٣) .

أما التفكير الإيجابي : فهو أن لا نُفَكِّرَ إلا تفكيراً طيباً معتدلاً متفائلاً ، ولا نُخَطِّطَ إلا لمعالي الأمور ، فأنتَ من صنع أفكارك ، وإذا حَدَّثَتْ نفسك بالإبداع والنجاح والثقة فأنت إيجابي ، وإذا حَدَّثَتْها بالفشل والإحباط فذلك وَسْوَاسٌ سَلْبِي .. ، وهذا ما يُسَمُّونه : عقل الوفرة ، وعقل الندرة .

(١) رواه مسلم (٦٧٥٦) ، وهو حديثٌ قدسي .

(٢) رواه مسلم (٧١٧٨) ، وفي روايةٍ (.. يُحْسِنُ الظن بربه) .

(٣) رواه البخاري (٥٧٥٦) ، ومسلم (٣٩١٤) ، وفي لفظٍ : (ويُعجبني ..) .

التداوي بتأمل الأكوان والطبيعة والألوان

التأمل والتفكير عبادة عظيمة، شرعها الله لعباده، وحث عليها؛ لما لها من عظيم الأجر، وجميل الأثر، وهو العبادة الصامتة، بل هو (منهج الرسل) عليهم السلام. والتفكير - في آيات الله المقروءة في القرآن والمنظورة في الأكوان - يزيد الحشية والإيمان ويريح القلب والوجدان، ويزيل الكآبة والهموم والغفلة والضيق والأدران ..

قال تعالى: ﴿ **أَوَلَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ** ﴾ [الأعراف ١٨٥].
وقال سبحانه: ﴿ **قُلْ أَنْظِرُوا مَاذَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُغْنِي الْآيَاتُ وَالنُّذُرُ عَنْ قَوْمٍ لَا يُؤْمِنُونَ** ﴾ [يونس: ١٠١]، وقال تعالى: ﴿ **أَوَلَمْ يَنْفَكُوا فِي أَنْفُسِهِمْ** ﴾ [الروم: ٨].
وقال عن المؤمنين: ﴿ **وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ** ﴾ [آل عمران: ١٩١].
وفي الأثر: (تفكر ساعة خير من قيام ليلة).

وحتى الطبيعة والألوان والجبال والحدائق الجميلة؛ أثبت الطب والعلم الحديث أن في تأملها والنظر إليها علاج للهموم النفسية والوساوس القهرية، ومن (الألوان) ما يبهج النفس، ومنها ما يخفف القلق والتوتر، ومنها ما يدل على الحزم أو التساهل، ومنها ما يدل على مكامن الشخصية .. لذا يستعملونها في بعض المصححات والمحلات العلمية أو التجارية ..، وهذا ما سبق إليه القرآن؛ قال تعالى: ﴿ **وَمَا ذَرَأَ لَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُخْتَلِفًا أَلْوَنُهُ** ﴾ [النحل ١٣]، وقال: ﴿ **حَدَائِقَ ذَاتَ بَهْجَةٍ** ﴾ [النمل ٦٠]، وقال: ﴿ **وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بَيْضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهَا وَعَرَبِيبٌ سُودٌ** ﴾ [٧] **وَمِنَ النَّاسِ وَالْدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ، كَذَلِكَ** إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ ﴾ [فاطر ٢٨].

التداوي من كثرة النسيان

النسيان من طبيعة الإنسان ؛ لأنه من صفات النقص ، ويأبى الكمال إلا أن يكون لله وحده سبحانه ؛ ﴿لَا يَضِلُّ رَبِّي وَلَا يَنسَى﴾ طه: ٥٢.

والنسيان المقصود ليس نسيان الترك والإهمال ، بل نسيان الذهول والشروذ الذهني وعدم حفظ العلم والمعلومات ، وفقدان الماضي من الذاكرة.

وعلاج هذا النوع من النسيان يكون بأمورٍ ؛ ذكرها أهل العلم ؛ منها:

- ١- الإخلاص لله والتقوى والاستقامة ، ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَيُعَلِّمُكُمُ اللَّهُ﴾ البقرة: ٢٨٢.
- ٢- حفظ الصلوات الخمس والخشوع فيها ، وكثرة الصيام والقيام والعبادة ..
- ٣- الصبر ، وعلو الهمة ، وقراءة سير الحُفَّاظ والعلماء والعباد والزهاد ..
- ٤- الحفظ في الصَّغَر ؛ فهو كالنقش في الحجر ، واستغلال الشباب والقوة ..
- ٥- التركيز على التخصص أو العلم حتى إتقانه ، مع دوام المذاكرة والمراجعة ..
- ٦- كتابة العلم ، وتقييد الفوائد ، وتلخيص الكتب ، وحضور مجالس العلماء.
- ٧- العمل بالعلم والدعوة إليه ، والتعليم والتدريس وحب الخير للغير ..
- ٨- كثرة الدعاء والذكر والاستغفار بالليل والنهار ، والتوبة من المعاصي والذنوب.
- ٩- التواضع والقناعة والزهد والرضى وغيى النفس ، والبُعد عن مواطن الفتن.
- ١٠- تنظيم وحفظ الوقت ، والحذر من السَّهر ، ومن تضييع العمر فيما لا ينفع ..
- ١١- تنظيم وتقليل الأكل ، وقلة الشبع ، والتركيز على الغذاء الجيد المفيد ..
- ١٢- غُضِّ البصر ، وحفظ اللسان والقلب والجوارح من اللغو والشهوات والحسد.

التداوي من الوباء والميكروب والعدوى

لقد أخبرنا النبي ﷺ بخطر الأوبئة والعدوى ، وأنها تنزل على الطعام والأثاث والآنية المكشوفة ، وأن الإناء أو السقاء أو الأكل الذي لا يُغطى فهو عرضة للميكروب والوباء وللشيطان وانتشار الداء ، والأجساد عند التعرّي عرضة لأعين الجنّ ؛ وسترها باسم الله ، وأرشدنا ﷺ إلى التحصّن من تلك الأخطار ؛ فقال : (غَطُّوا الْإِنَاءَ ، وَأَوْكُوا السِّقَاءَ ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ ؛ لَا يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ ، أَوْ سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ ؛ إِلَّا نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءُ)^(١) . ولم يُبين يوم ولا شهر نزول الوباء ؛ لِنَلْتَزِمَ تَوْقِيَهُ كُلَّ يَوْمٍ طِيلَةَ السَّنَةِ^(٢) .

وقال ﷺ : (إِذَا اسْتَجَنَحَ اللَّيْلُ فَكُفُّوا صَبِيَانَكُمْ ؛ فَإِنَّ الشَّيَاطِينَ تَنْتَشِرُ حَيْثُ نَدِي ، فَإِذَا ذَهَبَ سَاعَةٌ مِنَ الْعِشَاءِ فَخَلُّوهُمْ ، وَأَغْلِقْ بَابَكَ وَادْكُرْ اسْمَ اللَّهِ ، وَأَطْفِئْ مِصْبَاحَكَ وَادْكُرْ اسْمَ اللَّهِ ، وَأَوْكْ سِقَاءَكَ وَادْكُرْ اسْمَ اللَّهِ ، وَخَمِّرْ إِنَاءَكَ وَادْكُرْ اسْمَ اللَّهِ ؛ وَلَوْ تَعَرَّضُ عَلَيْهِ شَيْئًا)^(٣) .

وللتنبية : فإن الآنية الجديدة ينبغي غسلها جيداً ؛ لأنها مكشوفة في محال الأواني . ومن التوجيهات النبوية العظيمة - في هذا الباب - قوله ﷺ : (إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا ، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا فِرَاراً مِنْهُ)^(٤) . دلالة الحديث : التوكّل على الله ، والرّضا بالقدر ، وتوقّي الخطر ، ومكافحة العدوى .

(١) رواه مسلم في صحيحه (٥٢١١) .

(٢) أورد البغوي في شرح السنّة ١٤٢/٢ عن الليث بن سعد : أن الأعاجم يتوخّون ذلك في شهر كانون الأول .

(٣) رواه البخاري في صحيحه (٣٢١٠) ، وفي رواية - عند البخاري أيضا - : (..فإنّ الشيطان لا يفتحُ باباً مغلقاً) .

(٤) رواه البخاري (٥٧٢٨) ، ومسلم (٢٢١٨) .

التداوي بالاعتدال في استخدام التقنيات الحديثة وبرامج التواصل

يشهد واقعنا المعاصر طفرةً غير مسبوقة في التقنيات والإنترنت والأجهزة الذكية وبرامج التواصل ، وانهماكاً من الناس عليها بالليل والنهار ؛ لضرورةٍ ولغير ضرورة ، وصارت جزءاً لا يتجزأ من حياتهم وتعليمهم وأعمالهم ..

ومكمن الخطر أنّ هذه التقنيات لا يقلّ ضررها عن نفعها ، ففيها خيرٌ كثير وفيها شرورٌ أكثر ، ولها أثرٌ وضررٌ على الصحة والوقت والراحة والسمع والبصر والعقل ؛ فضلاً عن تأثيرها السيء على العقائد والأخلاق والقيم ؛ بحُكم ما تنقل وتمزج من الحضارات والثقافات والموضات والعادات ..!

واستهدف بواسطتها فئة (الشباب والأطفال) ؛ عبر الألعاب الخطيرة التي تستهلك الأوقات والطاقات ، وتجلب الأمراض النفسية والوساوس والانفعال .. أضف لذلك أنّ (أجهزة الكمبيوتر والشاشات والجوال) تُصدر إضاءة وإشعاعات كهرومغناطيسية وأشعةً سينية وفوق بنفسجية وتحت حمراء ؛ تُضر العين وتضعف البصر ، وتُنهك الخلايا الدماغية ، وتشدّ الأعصاب ، وبعضها يُسبب السرطان وأسقاماً أخرى ؛ كما أثبت الطب الحديث وأهل الاختصاص ..

فما واجبنا في هذا الصدد وللسلامة من هذه الآفات ؟

إنه - للسلامة من هذه الأضرار والأخطار - يجب اتباع ما يلي :

- ١- التقليل من هذه التقنيات وتقنين وتقليل استخدامها حسب الحاجة والضرورة.
 - ٢- التوجيه والترشيد والمتابعة من المرّبين والآباء ؛ وتوعية الأجيال بهذا الوبال.
 - ٣- تقوى الله ومراقبته عند تصفّح الأجهزة والإنترنت ؛ فإن المرء من جلسه.
 - ٤- اختيار نوع الجهاز الأقل ضرراً وأثراً ، والأكثر أمنًا في إصدار الإشعاعات ..
 - ٥- تقنين وقت الجلوس واستخدام الجهاز ؛ بما لا يزيد عن ٤ ساعات يوميًا.
 - ٦- المسافة الكافية عن الجهاز لا تقلّ عن ٧٠ سم ؛ حفاظًا على الظهر والنظر ..
 - ٧- الإضاءة الكافية في الغرفة ؛ لتقليل وهج أشعة الحاسب والشاشة والجوال ..
 - ٨- الحذر الشديد من السهر الطويل ليلاً على هذه التقنيات ، أو استخدامها مُنفردًا.
 - ٩- الجلسة الصحيحة الصحيّة المعتدلة المستقيمة أمام الجهاز وأمام الشاشة والجوال بأن يكون الظهر مرفوعاً مستقيماً ومستنداً إلى ظهر الكرسي ، والرأس والرقبة إلى أعلا ، والذراعين بمستوى لوحة المفاتيح ؛ في حالة هدوء واسترخاء ؛ وذلك حفاظاً على البصر والعصب والعمود الفقري من الالتهاب والإنحاء والانزلاق الغضروفي ..
- والله خيرٌ حافظاً وهو أرحم الراحمين.

التداوي بالتوبة والاستغفار والحذر من المعاصي والأوزار

المعاصي والذنوب مَرَضٌ اجتماعيٌ خطير؛ وقد حَذَرْنَا اللهُ منها أشدَّ التحذير فقال: ﴿وَمَنْ يَعِصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَتَعَدَّ حُدُودَهُ، يُدْخِلْهُ نَارًا خَالِدًا فِيهَا وَلَهُ عَذَابٌ مُهِينٌ﴾ النساء ١٤، ورَتَّبَ - سبحانه - الفوزَ في الدنيا والآخرة على طاعته وطاعة رسوله فقال: ﴿وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ، فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا﴾ الأحزاب ٧١.

وحيث إنَّ الذنوب تتنوع فإن (الكبائر والموبقات) أخطر وأسوأ؛ وقال الله عنها: ﴿إِنْ تَجْتَنِبُوا كَبَائِرَ مَا تُنْهَوْنَ عَنْهُ نَكُفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَنُدْخِلْكُمْ مُدْخَلًا كَرِيمًا﴾ النساء ٣١، وقال تعالى: ﴿الَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبِيرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ إِلَّا اللَّمَمَ﴾ النجم ٣٢، فقسَّم الذنوب إلى (كبائر) و (صغائر) ونهانا عنها وبالذات الكبائر.

وقال النبي ﷺ: (اجتنبوا السبع الموبقات)، قالوا: وما هنَّ يا رسول الله؟ قال: (الشِّركُ بالله ، والسِّحر ، وقتلُ النَّفسِ التي حَرَّمَ اللهُ إلاَّ بالحَقِّ ، وأكلُ الرِّبَا ، وأكلُ مالِ اليتيم ، والتَّوَلَّى يومَ الزَّحْفِ ، وقذفُ المُحصَناتِ المؤمناتِ الغافلات) (١). أما الصغائر فهي دون الكبائر، لكنها (إذا اجتمعتْ أهَلَكْتُ)، وفيها قال النبي ﷺ: (إياكم ومُحَقِّراتِ الذُّنوبِ فإنَّهنَّ يَجْتَمِعْنَ على صاحبها حتى تُهْلِكَه؛ كَقَوْمٍ نَزَلُوا فِي بطنٍ وادٍ فجاءَ ذا بَعُودٍ وذا بَعُودٍ حتى أنصَجوا حُجْرَتَهُمْ) (٢).

(١) رواه البخاري (٢٧٠٧)، ومسلم (٢٢٢)، والكبيرة: هي كُلُّ ما تُوعَدُ عليه بِلَعْنَةٍ أو غَضَبٍ أو نار.

(٢) رواه أحمد (٢٢٤٢٩)، وابن حبان (٥٤٧١)، وابن ماجه (٤٣٣٥)، وفي رواية: (فإنَّ لها من الله طالبًا).

والقاعدة أنه: "لا صغيرة مع الإصرار ولا كبيرة مع الاستغفار" أي: الصغائر بالإصرار عليها - من غير توبة - تصير كبيرة ، والكبائر مع الاستغفار تُغفر .
ولما كانت الصلاة والحج والعمرة والجمعة "مُكفِّرات" فإنها قد تمحو (الصغائر) ، أما الكبائر فلا يمحوها شيءٌ غير التوبة النصوح والإقلاع والندم والاستغفار منها.
وبالتوبة والاستغفار تأتي النجاة والسلامة من العذاب والذل والهوان والعار:
﴿وَمَا كَانَتْ أَلَلَةٌ مَّعَدِبَهُمْ وَهُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾ الأنفال ٣٣ ، بل وَيَتَحَقَّقُ الأَمْنُ والسَّعَادَةُ والمَنَافِعُ الحَسَنَةُ : ﴿وَأَنْ أَسْتَغْفِرُوا رَبَّهُمْ ثُمَّ تُؤْبَأُ إِلَيْهِ يَمُنَّعَكُمْ مَنَافِعًا حَسَنًا إِلَى أَجَلٍ مُّسَمًّى﴾ هود ٣.
فالذنوبُ الداء ، والتوبة الدواء ، وقد رُوِيَ عن عبد الله ابن مسعود - رضي الله عنه - قال: (إِنَّ المُؤْمِنَ يَرَى ذَنْبَهُ كَأَنَّهُ قَاعِدٌ تَحْتَ جَبَلٍ يَخَافُ أَنْ يَقَعَ عَلَيْهِ، وَإِنَّ الفَاجِرَ يَرَى ذَنْبَهُ كَذُبَابٍ مَرَّ عَلَى أَنْفِهِ فَقَالَ بِهِ هَكَذَا) ^(١).

أقسام وأنواع الذنوب

من حيث النوع والوصف	من حيث الحكم الشرعي	
	لا تُخْرِجُ مِنَ الإِسْلَامِ	مُخْرِجَةٌ مِنَ الإِسْلَامِ
صُنِّفَتْ - من باب التوضيح - إلى : بهيمية ، شيطانية ، عُذْوَانِيَّة استعلائية ، لِسَانِيَّة ، قَلْبِيَّة وِفْسُقِيَّة . تابع الشرح : ←	وهي التي دُونَ الكُفْرِ والشُّرْكِ والنِّفَاقِ الأَكْبَرِ من سائر المعاصي والذنوب كَبَائِرُ أَوْ صَغَائِرُ	كالكفر ، والشرك ، والنفاق الأَكْبَرِ ، وقطع الصلاة جَحْدًا وادِّعَاءِ عِلْمِ الغَيْبِ وَعَمَلِ السِّحْرِ والاستهزاء بالله ورسوله ودينه

(١) رواه البخاري في صحيحه (٦٣٠٨) ، قال الراوي : وأشار بيده على أنفه عند قوله هكذا.

الذنوب الكبائر من حيث أنواعها وأصنافها^(١).

المعصية	أمثلتها
ذنوبٌ بهيمية	(يَكُونُ فِيهَا كَالْبَهَائِمِ لَشَهَوَاتِهَا) ؛ مثل : الفواحش ، الزنا ، اللواط ، الدياثة إتيان الزوجة في الدُّبر ، إتيان الحائض أو النفساء ، إتيان البهائم تحليل المُطلقة البائن ، سَمَاعِ الغناء ، المُخدرات ، الخمر ، أكل الخبائث اتباع الهوى ، عدم التنزه من البول ..
ذنوبٌ شيطانية	(مِنْ صِفَاتِ الشَّيْطَانِ) ؛ كالحسد ، الحقد ، الحرص ، الغش ، الخداع ، الغدر المكر ، السُّحر ، التحسس ، التجسس ، الهمز واللمز ، القمار ، الغلول الاستطالة على الضعيف ، تطفيف الكيل ، سوء الظن ، تخيب المرأة على زوجها ، نمص الحجاب ، وشم الجلد ، وصل الشعر ، المرور بين يدي المُصلي
ذنوبٌ عدوانية	(مِنْ الْعُدْوَانِ وَالْإِعْتِدَاءِ) ؛ كالقتل ، الحرابة ، قَطْعِ الطريق ، أذى الجار الظلم ، العدوان ، البغي ، المكوس ، السرقة ، النهب ، الغصب ، الغضب تغيير منار الأرض ، الجدال بالباطل ، إيواء المُحدث ، تعذيب الحيوان ..
ذنوبٌ استعلانية	(مِنْ الْإِسْتِعْلَاءِ) ؛ كالفخر ، البطر ، الكبر ، العجب ، العصبية ، حُبِّ الثناء احتقار الغير ، الإسبال للرِّجال ، لبس الذهب للرِّجال ، الأكل في الذهب ..
ذنوبٌ لسانية	كالغيبة ، النميمة ، الكذب ، اللعن ، المدح ، القَدْح ، السب ، الشتم الفُحش والبذاء ، المزاح الجارح ، السُّخرية والاستهزاء ، التقعر في الكلام الخوض في الباطل ، الكلام في ما لا يعني ، إفشاء السرِّ ، اليمين الغموس شهادة الزور ، قذف المُحصنات الغافلات ، النياحة ، القول على الله بغير علم

(١) لَخَّصْتُهَا مِنْ كِتَابِ الْكِبَائِرِ - لِلْإِمَامِ الذَّهَبِيِّ ، وَالزَّوْجَرِ عَنِ اقْتِرَافِ الْكِبَائِرِ - لِلْإِمَامِ أَحْمَدَ ابْنَ حَجْرٍ ، وَمَنْهَاجِ الْقَاصِدِينَ - لِابْنِ قِدَامَةَ الْمُقَدَّسِيِّ ، وَفِيهَا التَّفْصِيلُ وَالتَّدْلِيلُ .

<p>الحُبِّ مع الله ، الحُبِّ لِغَيْرِ الله ، الخوف مِن غيرِ الله ، التوكُّل على غيرِ الله الأَمَن مِن مَكْرِ الله ، القنوط مِن رَحْمَةِ الله ، الشكُّ فِي الله والآخرة ، العُلُوُّ السمعة والرياء ، تصديق الكَهَنَةِ والعَرَّافِينَ ، تكذيبِ الله أو رسوله أو كتابه بُغْضُ شَيْءٍ مِن الدِّينِ ، اعتقاد أنّ دِينًا أو نظامًا أفضل من الإسلام ، النفاق الإعجاب بالكافرين والفاسقين ومحبتهم ، الولاء والبراء لِغَيْرِ الله ..</p>	<p>ذُنُوبٌ قَلْبِيَّةٌ</p>
<p>(مِنَ الفِسْقِ)؛ كعقوق الوالدين ، قطع الأرحام ، نقض العهد ، منع الزكاة الفِطْرِ فِي رمضان بلا عُذْر ، تَرَكَ الحَجَّ مع القدرة ، تَرَكَ الجمعة تهاوُنًا تَرَكَ الأَمْرَ بالمعروف والنهي عن المنكر ، تَرَكَ نُصْرَةَ المظلوم ، إعانة الظالم حَمَلَ السلاح على الآمِنِينَ ، ترويع الآمِنِينَ ، تأييد الطوائف المُنْحَرِفَةِ الابتداع فِي الدِّينِ ، الحُكْمُ بِغيرِ ما أنزل الله ، الفُجُور فِي الخُصُومة استحلال الحرام وتحريم الحلال ، الشفاعة فِي حدودِ الله ، غش الرعية القضاء بِالجُور ، البُخْلُ والشحّ ، مَنّ العطاء ، الفرار يوم الزحف الأكل بالمسْلِمِ والاكْتِسَاءُ بِهِ ، الذبح لِغَيْرِ الله ، تقبيب القبور ، هَجْرُ القرآن التشبّه بالفاسقين ، تَشَبُّهُ الرِّجَالِ بالنساء والنساء بالرِّجَالِ ، كتمان العِلْمِ ، الادّعاء لِغَيْرِ الأب ، الرشوة ، أكل الربا ، أكل مال اليتيم ، الإضرار فِي الوصية ، حرمان الوارث من الإرث ، نُشُوزُ الزُوجَيْنِ أو أحدهما ، إِباقُ الرقيق ، تصوير ذوات الأرواح ، منع فَضْلِ الماء ..</p>	<p>ذُنُوبٌ فِسْقِيَّةٌ</p>

تنبيه: أنّ هذه الذنوب كلّها كبائر؛ لأنها ما مِنها إلا متوعّدٌ عليه بلعن أو عذاب ، ولأنها تُسبِّبُ مَرَضَ القلب ، ووَحْشَةَ الصدر ، وطَمَسَ البصيرة ، وخراب الديار ، وجرمان العِلْمِ ونَقْصَ الرزق ، وَقِلَّةَ البِرْكَةِ ، والصَّرْفَ عن الحقّ ، وتورث الذلّ ، وتجلِبُ النَقْمَ ، وتزيل النِّعَمَ .. والعجيب : أنها مِن كَسْبِ الأَعْضَاءِ السَّبْعَةِ التي تَشْهَدُ عَلَيْنَا يوم القيامة ، وهي (السمع ، والبصر ، واللسان ، واليد ، والرّجل ، والبطن ، والفَرْجُ) ، واللسان ناطق في الدنيا صامتٌ فِي الآخرة ، وهو المجرم الأكبر ، فيه أكثر من ٢٠ كبيرةً ، نسال الله العافية والمغفرة .

(١) (العلاج بالطاقة) ما له وما عليه :

العلاج بالطاقة من مُستجدّات هذا العصر ؛ ظهر في الصين ؛ وانتشر في الغرب.
والطاقة الحيوية: هي قوة معنوية إيجابية داخلية تنبعث من التفاؤل والتفكير الإيجابي المضاد للتشاؤم والتوتر والتفكير في الفشل والماضي السيء.
ويسمى باللغة الصينية: "ريكي" Reiki، من كلمتين هما: ري كي؛ أي طاقة روحية أو حيوية، وتعود فكرته الأولى لأحد فلاسفة الصين. (موسوعة ويكيبيديا الإلكترونية).

والعلاج (بالطاقة الحيوية): يُصنّف من العلاج (البديل)؛ الذي لا يعتمد على عقاقير ولا أي أدوية محسوسة ؛ بل يعتمد على فرح النفس ونشاط الروح وإيجابية التفكير والتفاؤل.
وبعض المعالجين بالرقية والطاقة: يقرأ على المريض الآيات ؛ ثم يتحسس طاقته ومدى تأثره بالقراءة ، ويدّعون أنّ هالةً كهربيةً تحيط بالمريض بعد القراءة أو الرقية !.
والمعالج بالتفكير الإيجابي: يجعل المريض يسترخي على كرسي أو سرير ؛ ثم يحاوره ويقنعه بالتفاؤل والنجاح والتأمل والتغيير للأحسن (عقل الوفرة) ، ويُنسيه الخوف والحزن والحسد والأمور السلبية التي تشغل تفكيره (عقل الندرة) ؛ فيهدأ تفكيره وتوتره ؛ ويشعر بالراحة والأمل وتتفرغ عنه الطاقة السلبية التي تستولي عليه.

حقيقة العلاج بالطاقة ؛ وموقفنا منه :

والذي يظهر من طريقة هذا العلاج أنه مجرد تحصيل حاصل ؛ وأنه (تفسيرٌ) لأثر القرآن على الإنسان ؛ والصحة النفسية التي يعيشها أو عدمها ..
والحقّ أنه لا علاقة بين الرقية الشرعية والعلاج بالطاقة.

= **مأخذ خطيرة - شرعية ونظامية - على العلاج بالطاقة ، ومتى نُردّه وننكره :**

نُعارضه ونردّه إذا ثبت أنه يحتوي على فلسفة مشبوهةٍ للتعمية عن خرافات وطقوس مُضللّة أو محاذير شرعية .. كالاختلاط بين الرُّجال والنساء ، أو كشف العورات ، أو استخدام موسيقى ، أو الاستعانة بالجن والشياطين ، أو عمل الشعوذة والكهانة .. فحينئذٍ يجب شجبه وردّه وإنكاره .

ومن المَخاطر والسلبيات في عِادات الطاقة : إطالة مدة الجلسات إلى ساعات أو إلى أيام ؛

خاصّة في علاج النساء ، وذلك لدفع رسوم أكثر ؛ وابتزازهنّ مادياً ..

وبعضهم يخدعون النساء بإمرار الأحجار الكريمة - بزعمهم - على الوجه لتجميله وتبييضه أكثر ؛ وهذا كله خِداع ودَجَل لا صحّة له ولا فائدة منه ؛ إلا الكسب المادّي ، مع أن مؤسّسي علاج الطاقة الصينيين لم يتجاوزوا الجلسة الواحدة ولمدّة لا تزيد عن ١٥ دقيقة فقط ؛ كما تذكّر المصادر المعنية بذلك .

ومن السلبيات الخطيرة في مزاعم الطاقة : عباراتٌ وألفاظ يكررها المعالجون بالطاقة ؛

ويُقنعون بها المرضى ، **كقولهم :** "الطاقة تَبعث بالشفاء" ؛ **وقولهم :** "اشف نفسك وغيرك بالطاقة" فهذه عبارات خاطئة كاذبة ، وشعارات زائفة ؛ تصرّف الناس عن ربّ الناس ، وتنسب النعمة

لغير واهبها وهو الله القائل : ﴿ وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ ﴾ النحل: ٥٣ ، والقائل : ﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ

بَشْفِين ﴾ الشعراء: ٨٠ .

وأخيراً ؛ فإن في الوضوء والصلاة والخشوع والتركيز فيها .. ما يُغني عن التنويم المزعوم ؛

ويَفوق الاسترخاء والتأمل والهدوء العقلي الذي ينادون به في علاج الطاقة ! .

وللمسلم غنيّةٌ وبديل في القرآن والسُنّة ، والرؤية الشرعية ، والاستعانة بالصبر والصلاة والتوكل على الله ، وحُسن الظنّ به سبحانه . (للاستزادة: راجع الأبحاث والمواقع المعنية بعلاج الطاقة على شبكة الانترنت ، و"حقيقة العلاج بالطاقة" محاضرة مسموعة ؛ للشيخ جاسم حسين).

تَمَّةٌ

في الاستشارة الأسرية والاجتماعية



ودورها في

صَلاح البيوت وإصلاح ذات البين

أهمية الاستشارة الأسرية وفضل الإصلاح الاجتماعي

المستشار الأسري والاجتماعي : هو الخبير المؤهل علمًا وفقهًا ومهارةً لتلقي الاستشارات والشكاوى الأسرية والاجتماعية والتربوية ؛ والإرشاد إلى حلولها. ولا شك أن العمل في هذا الميدان قربةً وعبادة ؛ لمن أتقن فنونه وأخلص لله رب العالمين ؛ لأنه يُصلح أحوال الناس ، ويفك النزاعات ، ويُرشد للأخلاق والآداب والوفاق في المجتمع وبين أفراد الأسر .. على ضوء الشرع.

قال تعالى : ﴿ لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ

بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴾ النساء: ١١٤ .

وقال تعالى : ﴿ وَالصُّلْحُ خَيْرٌ ﴾ النساء: ١٢٨ .

وقال تعالى : ﴿ وَلَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ

عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ تَوَلَّى وُجْهَكَ فَصَلِّ ﴾ فصلت: ٣٤ .

وقال النبي ﷺ : (أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِأَفْضَلِ مَن دَرَجَةِ الصِّيَامِ وَالصَّلَاةِ وَالصَّدَقَةِ؟

قَالُوا بَلَى. قَالَ : إِصْلَاحُ ذَاتِ الْبَيْنِ ، فَإِنَّ فَسَادَ ذَاتِ الْبَيْنِ هِيَ الْحَالِقَةُ). وفي

رواية : (لَا أَقُولُ تَحْلِقُ الشَّعْرَ ؛ وَلَكِنْ تَحْلِقُ الدِّينَ) (١) .

(١) رواه الترمذي (٢٥٥٨) وقال حسنٌ صحيح ؛ وأبو داود في سننه (٤٩١٥) باب إصلاح ذات

البين ؛ وأحمد في المسند (٢٧٠٩٧) .

وفي الأثر: (ما خابَ مَنْ استخارَ ؛ وما نَدِمَ مَنْ استشارَ ، وما عالَ مَنْ اقتصدَ) (١).

إنه لم يعدَّ اليوم كالأمس ؛ فعَصُرُ العولمة والمدنية والتقنية والتواصل السريع الهائل - عبر الإعلام وبرامج التواصل وشبكة الإنترنت - له كبير الأثر على الأفراد والجماعات والأسر ؛ خاصة مع تزايد التغير وتطور التقنيات .. بل أصبحت الأسرة مُستهدفةً بجملات الإغواء والضلال والتشتت والطلاق والفرق .. ؛ من شياطين الجن وشياطين الإنس على حدٍ سواء ، لأن الأسرة هي (المعقل الأخير) والركيزة الأولى والأهم في بناء المجتمع.

من هذا الواقع المتغير : جاءت أهمية وضرورة (الوحدات الاجتماعية ومراكز الاستشارة الأسرية) كجهة رسمية مسؤولة ، وتساعد المجتمع والأسر والأقارب والأرحام لحلّ مشاكلهم الحياتية والاجتماعية والزوجية ؛ من أقصر طريق ..

كذلك تبرُّع بعض الصالحين والمصلحين بالعمل في هذا الميدان الشريف ، والسعي في فكِّ الخصومات وتقريب وجهات النظر بين الأفراد والأزواج والأسر.

وللتنبية : فإن من شروط قبول هذا العمل ونجاحه والإثابة عليه أن يكون خالصاً لوجه الله ، ليس للرياء والسُّمعة ووجوه الناس ؛ والعياذ بالله ، قال تعالى :

﴿ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴾ النساء: ١١٤ .

(١) ضعيف ؛ رواه الطبراني في معجمه بسند ضعيف ؛ وقال الألباني عنه : موضوع ؛ لا يصح رفعه للنبي ﷺ ، لكنه حكمةٌ صحيحة مفيدة.

الاستشارة والإصلاح فنون وأساليب

إنّ على الاستشاري والمُصَلِّح أن يُدرك أن للاستشارة والإصلاح فنون وقواعد لا تتمّ رسالته إلا بها :

فمن فنون الاستشارة والإصلاح: أن يَعْرِف المهارات اللازمة للاستشارة كمهارة الإنصات ، ومهارة الاستماع ، ومهارة حُسن الجدل والردّ ، وانتقاء الألفاظ ، وفنّ الاتصال ..

ومن ذلك: أن يتفقه في أساليب الاستشارة في القرآن الكريم ؛ خاصة السور والآيات التي تعالج موضوع الأسرة والمجتمع ؛ كسورة البقرة ، وسورة النساء ، وسورة النور ، وسورة التحريم ، وسورة المجادلة .. ، وما فيها من المواعظ والآيات العظيمة ..

ومن ذلك: الذكاء في المساعدة والعلاج ؛ وذلك بالإجابة المتكاملة المُقنعة والأخذ بأسوأ وأقل الاحتمالات للاحتياط ، مع الوصاية بالصبر والشكر والإيمان والقناعة والرضى ..

ومن ذلك: أن لا يُجامِل في الاستشارة ، بل يُحقِّق الحق ويُبطل الباطل بالأسلوب والحكمة ، ويلزَم المصدقية والدقة في الأقوال ؛ لأنه يبني عليها نتائج وأفعال.

ومن ذلك : أن يلتزم الحِلْم والحِكْمَة والصبر والتهدئة والتفاؤل والأمل ، ولا ينفعل ، ولا يخرج عن طوره.

ومن ذلك : أن يَهْج مع المستشار أسلوب ما يُسَمَّى (المسائِرة ثم المغايرة) ؛ يُسائر في الحق والصواب ؛ ويُغايِر في الباطل والفساد.

ومن ذلك : أن لا يَفْتَح الباب للشكايات ، وتفرِغ الشحنات من غير فائدة وحِكْمَة ، ولْيُفَرِّق بين (الشكاية) و (الاستشارة) ، وليُذَكِّر بأنه لا يُشْتَكَى للمخلوقين ؛ وأن الشكوى لا تكون إلا إلى الله وحده ؛ القائل : ﴿ قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِي وَحُرْنِي إِلَى اللَّهِ ﴾ يوسف: ٨٦ ، والقائل - سبحانه - : ﴿ قَدْ سَمِعَ اللَّهُ قَوْلَ الَّتِي تُجَدِّدُكَ فِي زَوْجِهَا وَتَشْتَكِي إِلَى اللَّهِ ﴾ المجادلة: ١.

ومن ذلك : أن لا يخلط بين (الحقوق الواجبة) و(الكماليات المستحبة) ، فقد يأتيه مستشيرٌ يشتكى من هَضْم الكماليات وقد أضع هو ما عليه من واجبات .
ومن ذلك : أن لا تَمْلِكه العواطف ؛ بل يُحْكَم العقل والحكمة ؛ ولا يَبْنِي شيئاً إلا على دليل وبرهان وتصور كامل صحيح.

ومن ذلك : أن يُجيد تصوّر العوامل الخارجية المؤثرة على الأُسْر والبيوت ؛ كالعوامل الصحية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية والبيئية ؛ وكالحيض والنفاس ؛ والأنماط الشخصية والفروق الفردية .. ، فالسليم يختلف عن المريض إذ الأخير يتطلب علاجين لمشكلتين متراكمتين.

ومن ذلك: أن يُقَبَّح القبيح ؛ ويُحَدَّر من ضرره ؛ ولا يُسَلَّم له ؛ كدعاوى صعوبة التربية ، وتأخير الزواج ، ومساواة الرجل بالمرأة وشراكتها ، وظاهرة الحرج والحجل بين أفراد الأسرة ؛ المنافي للوضوح والمصارحة فيما بينهم ؛ مما لا يمكن معه مساعدتهم في حل مشاكلهم وظروفهم ..

ومن ذلك: لا يعالج مشكلةً بمشكلةٍ أكبر، كـنبتِ تَسَبُّبِ أُمِّهَا في خوفها أو مَرَضِهَا .. ؛ فيخبر الأب بغير حكمةٍ ولا تَأَنُّ فيُسَبِّب بينهما مُشكلةً أكبر ..
ومن ذلك: إذا كانت المشكلة الأُسْرِيَّة ذات أطرافٍ متعددة فلا بُدَّ أن يَسْمَعَ من جميع الأطراف ، ولا يقتصر على طَرَفٍ واحد؛ فهذا خطأ وإضلال.

ومن ذلك: أن يُمَيِّز بين القضايا والشكايات وهل هي ذاتية ، أو أُسْرِيَّة أو اجتماعية ، أو اقتصادية ، أو نفسية ، أو تربوية ، أو أخلاقية ، أو صحفية ، فيجعل لكل مشكلةٍ حَل ، ولكل داءٍ دواء ، ولكل بابٍ جواب .. ، وما ليس من اختصاصه يُحيله لأهل الاختصاص.

ومن ذلك: : الاحتياط للمصلحة العامة والأحكام الشرعية عند الإصلاح والتوجيه ، قال النبي ﷺ: (والصُّلْح جَائِزٌ بَيْنَ الْمُسْلِمِينَ إِلَّا صُلْحًا حَرَمَ حَلَالًا أَوْ أَحَلَّ حَرَامًا) (١).

(١) رواه الترمذي (١٣٥٢) ، وابن حبان (٥٠٩١) ، وابن ماجه (٢٣٥٣) ، وصححه الألباني.

وَمِنْ ذَلِكَ: أَنْ يَتَذَكَّرَ الْمُصْلِحُ حَمَلَاتِ الْإِضْلَالِ وَالْإِفْسَادِ وَالْإِغْوَاءِ الَّتِي تَمَارَسُ ضِدَّ الْبُيُوتِ وَالْأُسْرِ وَالْمَجْتَمَعَاتِ الْمُسْلِمَةِ مِنْ قَبْلِ بَعْضِ وَسَائِلِ الْإِعْلَامِ، وَبَعْضِ الْمَوَاقِعِ بِشِبْكَةِ الْمَعْلُومَاتِ، وَكَثِيرٍ مِنَ الْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ وَالْبَرَامِجِ التَّوَاصِلِيَّةِ الْخَطِيرَةِ عَلَى الشَّبَابِ وَالشَّابَاتِ، وَالْمُؤَثِّرَةِ عَلَى الْقِيَمِ وَالْأَخْلَاقِ وَالسَّلُوكِيَّاتِ، وَمَا يُرَوِّجُهُ شَيَاطِينُ الْجَنِّ الْإِنْسِ مِنَ الْإِنْحِرَافَاتِ؛ وَمَا يَقُومُونَ بِهِ مِنْ حَمَلَاتِ السَّحْرِ وَالشَّعْوَذَةِ وَالْأَوْهَامِ وَالْخِرَافَاتِ؛ الَّتِي تُفْسِدُ الْبُيُوتَ وَالْمَجْتَمَعَاتِ، قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: ﴿يَبْنِيْءَ آدَمَ لَا يَفْنِنَنَّكُمْ الشَّيْطَانُ كَمَا أَخْرَجَ أَبَوَيْكُمْ مِنَ الْجَنَّةِ يَنْزِعُ عَنْهُمَا لِبَاسَهُمَا لِيُرِيَهُمَا سَوْءَ تَبَهُمَا﴾ الأعراف: ٢٧

وَقَالَ تَعَالَى: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ

الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ النور: ٢١.



الميثاق الأخلاقي والمهني للمستشار الأسري والمُصلِح الاجتماعي

الميثاق : هو العهد المؤكّد والأمانة التي يتحملها الإنسان. ولكلّ مهنةٍ أو وظيفةٍ (ميثاقٌ أخلاقي)؛ يَحسُن تَعَلُّمُهُ والاطلاع عليه والسير وفق بنوده وشروطه في المهنة أو العمل ، سواء عمل مؤسسي أو شخصي. ومن الوظائف الشرعية الاجتماعية الإنسانية العظيمة : وظيفة الإصلاح والإرشاد الاجتماعي والأسري ، فهي أمانة وشرف ومسؤولية كبرى .. وبقدّر حجمها الكبير فإن لها ضوابط وقواعد وأخلاقيات ؛ يجب العلم بها والعمل بمقتضاها ، فمجال (الأسرة) رغم سُموه إلا أنه (شائك)؛ يحتاج إلى الدقّة والعدل والوضوح والتصور الكامل وفهم الواقع .. وفيما يلي بنود هذا الميثاق ^(١) :

أولاً : ما يتعلق بذاته :

- ١ - التقوى ؛ والخشية ؛ والمراقبة لله ؛ والسمت الحسن.
- ٢ - العلم ؛ والدراية بأصول وآداب وأحكام الاستشارة والإصلاح.
- ٣ - الإستعداد العلمي والذهني والنفسي والوقتي والمهاري لمهنة الاستشارة والإصلاح.

(١) مقتبسة - باختصار وإضافة - من "الميثاق الأخلاقي والمهني للمصلح والمرشد الأسري" الذي أعدته جمعية الإصلاح الاجتماعي بمكة المكرمة ، واعتمده وزارة الشؤون الاجتماعية.

- ٤ - احتساب الأجر والثوبة عند الله تعالى في الدعوة والإصلاح ، فخير الناس أنفعهم للناس.
- ٥ - يتخذ من الاستشارة والإصلاح فرصة للدعوة والتعليم والتربية ونشر الوعي.
- ٦ - يكون ذا مستوى عالٍ في التخصص الشرعي أو النفسي أو الاجتماعي أو الصحي ؛ ولديه من الخبرات والدورات والتدريبات ما يلزم للإصلاح.
- ٧ - يَنهج الأسلوب والرفق والأمانة والحق ؛ ويراعي الواقع البيئي والاجتماعي ولا يُقدِّم إلا شيئاً مفيداً واضحاً بعيداً عن الغموض والاحتمالات ..
- ٨ - يَسْتَفِسر وَيَسْتَفْصِل ويتثبت ويأخذ من المستشار أو السائل التصور الكامل والصحيح قبل الحكم والجواب ؛ فالحكم على الشيء فرعٌ عن تصوُّره.
- ٩ - يشير فيما يُحسِن ؛ ويستشير فيما لا يُحسِن ؛ وما ليس من اختصاصه يحوله لِمُخْتَصٍّ آخَرَ ، ولا يَخْوض فيما يَخْص (القضاء) أو (الفتوى المحتملة).
- ١٠ - لا يتكلم في غير فنّه ؛ كأن يُفسّر أحلام ، أو يفتي بغير علم ..
- ١١ - يُوثِّق ويؤرِّخ أعماله واستشاراته في أوراق أو في الاستثمارات المعدة لذلك.
- ١٢ - إذا أمكن المستشار أن يُلمَّ بجوانب الاستشارة كلها فحَسَن ، وإلا فالأولى والأفضل أن يَبقى في تخصصه حتى يُثمر نتائج طيِّبة ، فيتخصص إما في : (مشاكل الزوجية) أو (الاحتياجات الخاصة) أو (شؤون الشباب والمراهقة) أو (شؤون البنات) أو (شؤون المجتمع) أو (قضايا البرِّ والعقوق) .. وهكذا.

١٣ - يُطَوِّرُ نَفْسَهُ وَثِقَاتِهِ الْإِسْتِشَارِيَّةَ وَالْإِصْلَاحِيَّةَ بِاسْتِمْرَارٍ فِي مَجَالِ الْأُسْرَةِ وَالْوَاقِعِ وَالْمُسْتَجِدَّاتِ ، وَيَسْتَفِيدُ مِنْ وَسَائِلِ التَّقْنِيَّةِ الْحَدِيثَةِ فِيمَا يَخْدُمُ مِهْنَتَهُ.

١٤ - يَكُونُ مَتَزَوِّجًا ؛ وَلَا يَقِلُّ عَمْرُهُ عَنْ ثَلَاثِينَ عَامًا ، وَيُبَادِلُ النَّاسَ الْإِحْتِرَامَ وَالتَّفَاهُمَ وَالتَّعَاوُنَ وَالتَّشَاوُرَ وَحِفْظَ الْأَسْرَارِ.

ثَانِيًا : مَا يَتَعَلَقُ بِالسَّائِلِ الْمُسْتَشِيرِ :

١٥ - يَحْتَرِمُ السَّائِلَ الْمُسْتَشِيرَ وَمَجْتَمَعَهُ وَبَيْتَهُ ، وَيَتَقَبَّلُهُ كَمَا هُوَ ، وَيُعَزِّزُ عِنْدَهُ الْيَقِينَ وَالصَّبْرَ وَالْإِيمَانَ وَالْإِجَابِيَّاتِ ..

١٦ - لَا يَدْخُلُ مَعَهُ فِي نِزَاعٍ وَلَا جِدَالٍ وَلَا تَهْدِيدٍ وَلَا إِسَاءَةٍ ؛ حَتَّى وَلَوْ بَدَأَهُ بِهَا وَلَا يَقَابِلُ السَّيِّئَةَ بِمِثْلِهَا ؛ بَلْ بِالتِّي هِيَ أَحْسَنُ ؛ كَمَا هُوَ مِنْهَجُ الْقُرْآنِ.

١٧ - لَا يُحَلِّلُ شَخْصِيَّاتٍ وَلَا حَالَاتِ الْمُسْتَشِيرِينَ ؛ فَلَيْسَ ذَلِكَ مِنْ شَأُونِهِ.

١٨ - يَحْفَظُ مَا يَطَّلَعُ عَلَيْهِ مِنْ أَسْرَارِ الْبُيُوتِ وَالْأَسْرِ وَالْأَشْخَاصِ ، وَسَتْرَ أَوْضَاعِ الْمُسْتَشِيرِينَ ، وَلَا يَبُوحُ بِهَا ؛ إِلَّا لِلْمَصْلُحَةِ رَاجِحَةً وَهَدَفَ نَبِيلَ مَحْدُودٍ^(١).

وليتذكر أن :



(١) يَطَّلَعُ عَلَى أَسْرَارِ النَّاسِ وَيَكْشِفُهَا خَمْسَةً : (الطبيب ، والمفتي ، والمستشار ، ومُعَبِّرُ الرُّؤْيَا ، وَمُغْسَلُ الْأَمْوَاتِ) ، فَوَاجِبٌ هُوَ لِأَنَّ السَّتْرَ ؛ وَلَا يَجُوزُ نَشْرُ الْأَسْرَارِ وَفْضُحُ الْكَوَامِينِ إِلَّا لِلْمَصْلُحَةِ شَرْعِيَّةٍ رَاجِحَةٍ.

أدعية نافعة جامعة من القرآن الكريم والسنة النبوية

أولاً : من القرآن الكريم :

- اللهم^(١) يا ربنا يا رب العالمين اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ . صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ .
- رَبَّنَا نَقْبَلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ . وَأَرِنَا مَنَاسِكَنَا وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ .
- رَبَّنَا إِنَّا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةٌ وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ .
- رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَأَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ .
- رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَتَوَفَّنَا مُسْلِمِينَ .
- رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ^٢ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ .
- رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ .

(١) (اللَّهُمَّ) معناها: يا الله ، حُذِفَ مِنْهَا يَاءُ النِّدَاءِ ؛ وَعُوِضَ عَنْهُ بِالْمِيمِ مُتَأَخِّرَةً ؛ لِتَدُلَّ عَلَى اسْتِجْمَاعِ الْقَلْبِ فِي التَّوَجُّهِ لِلَّهِ عِزًّا وَجَلًّا ، وَهَذِهِ الْأَدْعِيَةُ لِحَصَّتْهَا مِنْ كِتَابِي : رَوْضَةُ الْأَبْرَارِ فِي جَوَامِعِ الدُّعَاءِ وَالْأَذْكَارِ ؛ وَهُوَ مَطْبُوعٌ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ .

- رَبَّنَا أَمَّا بِمَا أَنْزَلْتَ وَاتَّبَعْنَا الرَّسُولَ فَاكْتُمْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ .
- رَبَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا وَأَرْحَمْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ .
- رَبَّنَا إِنَّا أَمَّا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ .
- رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ .
- رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَثِقَلْنَا قَدَامَنَا وَأَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ .
- رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَقَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ . رَبَّنَا وَءَايَاتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ .
- رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ .
- رَبَّنَا آتِنَا لَنَا نُورَنَا وَاغْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ .
- رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ .
- رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِمَنْ دَخَلَ بَيْتِي مُؤْمِنًا وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ .
- رَبِّ اغْفِرْ وَأَرْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ .
- رَبَّنَا أَصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّكَ عَذَابُهَا كَانَ غَرَامًا .
- رَبَّنَا إِنَّا مِنْ لَدُنْكَ رَحِمَةٌ وَهِيَ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا .

- عَسَى رَبِّي أَنْ يَهْدِيَنِي سَوَاءَ السَّبِيلِ .
- رَبِّ فَلَا تَجْعَلْنِي فِي الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ .
- رَبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَأَجْعَلْ لِي مِنْ لَدُنْكَ سُلْطَانًا نَصِيرًا .
- رَبِّ أَنْزِلْنِي مُنْزَلًا مُبَارَكًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْمُنْزِلِينَ .
- رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيْطَانِ . وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ .
- رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي . وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي .
- رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا .
- رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ .
- رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ .
- رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا .
- رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ
وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ .
- رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ
وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ .
- رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ .

- رَبِّ وَالْحَقِّنِي بِالصَّالِحِينَ . وَأَجْعَلْ لِي لِسَانَ صِدْقٍ فِي الْآخِرِينَ . وَأَجْعَلْنِي مِنْ وَرَثَةِ جَنَّةِ النَّعِيمِ . وَلَا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ . يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ . إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ .
- رَبِّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنْتَ وَلِيِّ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَالْحَقِّنِي بِالصَّالِحِينَ .
- رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ وَبِخِي مِنْ فِرْعَوْنَ وَعَمَلِهِ وَبِخِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ .
- عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِلْقَوْمِ الظَّالِمِينَ . وَبِحَنَاءِ بِرَحْمَتِكَ مِنَ الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ .
- عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا افْتَحْ بَيْنَنَا وَبَيْنَ قَوْمِنَا بِالْحَقِّ وَأَنْتَ خَيْرُ الْفَاتِحِينَ .
- رَبَّنَا عَلَيْنَا تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنْبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ . رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِلَّذِينَ كَفَرُوا وَأَعْفِرْ لَنَا رَبَّنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ .
- حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ .
- حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ .
- حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ الْمُتَوَكِّلُونَ .
- وَأَفْوِضْ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ .

ثَانِيًا : مِنَ السُّنَّةِ النَّبَوِيَّةِ :

• اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ ، لَكَ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيُّومُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نَوْرُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ ، وَوَعْدُكَ الْحَقُّ وَلِقَاؤُكَ حَقٌّ ، وَقَوْلُكَ حَقٌّ ، وَالْجَنَّةُ حَقٌّ ، وَالنَّارُ حَقٌّ ، وَالنَّبِيُّونَ حَقٌّ وَمُحَمَّدٌ ﷺ حَقٌّ ، وَالسَّاعَةُ حَقٌّ.

• اللَّهُمَّ لَكَ أَسْلَمْتُ ، وَبِكَ آمَنْتُ ، وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ ، وَإِلَيْكَ أُنَبِّتُ ، وَبِكَ خَاصَمْتُ ، وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ ؛ فَاعْفِرْ لِي مَا قَدَمْتُ وَمَا أَخْرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ ؛ أَنْتَ الْمَقْدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.

• اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ ، وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَآلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.

• اللَّهُمَّ أَنْتَ أَحَقُّ مَنْ عُبِدَ ، وَأَنْصَرُ مَنْ ابْتُغِيَ ، وَأَرَأْفُ مَنْ مَلَكَ ، وَأَجْوَدُ مَنْ سُئِلَ ، وَأَوْسَعُ مَنْ أُعْطِيَ ، أَنْتَ الْمَلِكُ لَا شَرِيكَ لَكَ ، وَالْأَحَدُ لَا نِدَاءَ لَكَ ، كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ إِلَّا وَجْهَكَ ، لَنْ تُطَاعَ إِلَّا بِإِذْنِكَ ، وَلَنْ تُعْصَى إِلَّا بِعِلْمِكَ ، تُطَاعُ فَتَشْكُرُ ، وَتُعْصَى فَتَغْفِرُ ، أَقْرَبُ شَهِيدٍ ، وَأَدْنَى حَفِيظٍ

حُلَّتْ دُونَ النَّفُوسِ ، وَأَخَذَتْ بِالنَّوَاصِي ، وَكَتَبَتْ الْآثَارَ ، وَنَسَخَتْ
الْآجَالَ ، الْقُلُوبُ لَكَ مُفْضِيَّةٌ ، وَالسَّرُّ عِنْدَكَ عِلَانِيَّةٌ ، الْحَلَالُ مَا أَحَلَّتْ
وَالْحَرَامُ مَا حَرَّمْتَ ، وَالذِّينُ مَا شَرَعْتَ ، وَالْأَمْرُ مَا قَضَيْتَ ، وَالخَلْقُ
خَلْقُكَ ، وَالْعَبْدُ عَبْدُكَ ، وَأَنْتَ اللَّهُ الرَّءُوفُ الرَّحِيمُ ، أَسْأَلُكَ بِنُورِ وَجْهِكَ
الَّذِي أَشْرَقَتْ لَهُ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ ؛ أَنْ تَقْبَلَنِي بِفَضْلِكَ ؛ وَأَنْ تُجِيرَنِي
مِنَ النَّارِ بِقُدْرَتِكَ .

• اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ بَسَطَتْ رِزْقَنَا ، وَأَظْهَرْتَ أَمْنَنَا ، وَأَحْسَنْتَ مَعَافَاتَنَا ،
وَمِنْ كُلِّ مَا سَأَلْنَاكَ أَعْطَيْتَنَا ، فَلَكَ الشُّعْرُ وَالْحَمْدُ .

• اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ كُلُّهُ ، اللَّهُمَّ لَا قَابِضَ لِمَا بَسَطْتَ ، وَلَا بَاسِطَ لِمَا
قَبَضْتَ ، وَلَا هَادِي لِمَا أَضَلَلْتَ ، وَلَا مُضِلَّ لِمَنْ هَدَيْتَ ، وَلَا مُعْطِي
لِمَا مَنَعْتَ ، وَلَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ ، وَلَا مُقَرَّبَ لِمَا بَاعَدْتَ ، وَلَا مُبَاعِدَ
لِمَا قَرَّبْتَ ، اللَّهُمَّ ابْسُطْ عَلَيْنَا مِنْ بَرَكَاتِكَ وَرَحْمَتِكَ وَفَضْلِكَ وَرِزْقِكَ ،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ التَّعِيْمَ الْمُقِيمَ الَّذِي لَا يَحْوُلُ وَلَا يَزُولُ ، وَأَسْأَلُكَ الْأَمْنَ
يَوْمَ الْخَوْفِ ، اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الْإِيمَانَ وَزَيْنَهُ فِي قُلُوبِنَا ، وَكَرِّهْ إِلَيْنَا الْكُفْرَ
وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ ، وَاجْعَلْنَا مِنَ الرَّاشِدِينَ ، اللَّهُمَّ تَوَفَّنَا مُسْلِمِينَ ، وَأَحِينَا
مُسْلِمِينَ ، وَأَلْحِقْنَا بِالصَّالِحِينَ ، غَيْرَ خَزَايَا وَلَا مَفْتُونِينَ .

• اللَّهُمَّ أَلِّفْ بَيْنَ قُلُوبِنَا ، وَأَصْلِحْ ذَاتَ بَيْنِنَا ، وَاهْدِنَا سُبُلَ السَّلَامِ ، وَنَجِّنَا مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ ، وَجَنِّبْنَا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ ، وَبَارِكْ لَنَا فِي أَسْمَاعِنَا وَأَبْصَارِنَا وَقُلُوبِنَا وَأَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا ، وَثُبُّ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَابُ الرَّحِيمُ ، وَاجْعَلْنَا شَاكِرِينَ لِنِعْمِكَ ، مُتَّسِلِينَ بِهَا عَلَيْكَ ؛ قَابِلِينَ لَهَا وَأَتَمِّمَهَا عَلَيْنَا .

• اللَّهُمَّ أَطْعَمْتَ وَأَسْقَيْتَ ، وَأَغْنَيْتَ وَأَقْنَيْتَ ، وَهَدَيْتَ وَأَحْيَيْتَ ، فَلَكَ الْحَمْدُ عَلَى مَا أَعْطَيْتَ .

الاستغفار

• اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ، وَثُبُّ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَابُ الرَّحِيمُ ، وَتَقَبَّلْ مِنِّي إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ .

• اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي ؛ فَاغْفِرْ لِي ؛ فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ .

• اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَاجْبُرْنِي وَاهْدِنِي وَعَافِنِي وَارزُقْنِي .
• اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا ؛ وَلَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ ؛ فَاغْفِرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ ، وَارْحَمْنِي ؛ إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ .

- اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ .
- اللَّهُمَّ مَغْفِرْتُكَ أَوْسَعُ مِنْ ذُنُوبِي ، وَرَحْمَتُكَ أَرْجَى عِنْدِي مِنْ عَمَلِي .
- رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ ؛ وَارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْتَنِي صَغِيرًا .
- رَبِّ اغْفِرْ لِي خَطِيئَتِي وَجَهْلِي ؛ وَإِسْرَافِي فِي أَمْرِي .
- اللَّهُمَّ نَقِّنِي مِنَ الذُّنُوبِ وَالْخَطَايَا كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبَ الْأَبْيَضَ مِنَ الدَّنَسِ
وَاغْسِلْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالْبَرَدِ .
- اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا كَانَ ؛ مِنَ الزَّلَلِ وَالتَّسْيَانِ ، وَحَقَّقْ لِي الْإِيمَانَ ، وَثَقِّلْ
لِي الْمِيزَانَ ، وَأَعِزَّنِي مِنَ الشَّيْطَانِ ، وَجَنِّبْنِي الْكِبَائِرَ وَالْفَوَاحِشَ وَالْآثَامَ .
- اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي جَمِيعَ مَا مَضَى مِنْ ذَنْبِي وَعُمْرِي ، وَثَبِّتْنِي فِيمَا بَقِيَ مِنْ
عَمَلِي وَعُمْرِي ، وَارزُقْنِي عَمَلًا زَاكِيًا يُرْضِيكَ عَنِّي وَتَقْبُضْنِي عَلَيْهِ
وَاجْعَلْنِي فِي النَّدِيِّ الْأَعْلَى .
- اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي جَدِّي وَهَزْلِي ، وَخَطِيئِي وَعَمْدِي ، وَكُلُّ ذَلِكَ عِنْدِي .
- اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ ، وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ
وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي ، أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَالْمُؤَخِّرُ ، وَأَنْتَ عَلَيَّ كُلِّ شَيْءٍ
قَدِيرٌ .

المسألة

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ إِنِّي أَشْهَدُ أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْأَحَدُ الصَّمَدُ الَّذِي لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنَّ لَكَ الْحَمْدَ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ بَدِيعَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ ؛ أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الثَّبَاتَ فِي الْأَمْرِ ، وَالْعَزِيمَةَ عَلَى الرَّشْدِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى وَالتُّقَى وَالْعَفَافَ وَالْغِنَى وَالصِّدْقَ وَالْيَقِينَ وَالْإِحْلَاصَ وَالْمَعَاوَةَ ، وَأَسْأَلُكَ أَنْ تَهْدِيَنِي وَتُسَدِّدَنِي.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ أَنْ تُبَارِكَ لِي فِي نَفْسِي ، وَفِي سَمْعِي ، وَفِي بَصَرِي وَفِي رُوحِي ، وَفِي خَلْقِي ، وَفِي خُلُقِي ، وَفِي أَهْلِي ، وَفِي مَالِي ، وَفِي مَحْيَايَ وَفِي مَمَاتِي ، وَفِي عَمَلِي ، اللَّهُمَّ تَقَبَّلْ حَسَنَاتِي ، وَاغْفِرْ سَيِّئَاتِي ، وَأَسْأَلُكَ الدَّرَجَاتِ الْعُلَى مِنَ الْجَنَّةِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ أَنْ تَرْفَعَ ذِكْرِي ، وَتَضَعِ وِزْرِي ، وَتُصَلِّحَ أَمْرِي ، وَتُطَهِّرَ قَلْبِي ، وَتَغْفِرَ ذَنْبِي ، وَتُحَصِّنَ فَرْجِي ، وَتُنَوِّرَ بَصِيرَتِي ، وَأَسْأَلُكَ الدَّرَجَاتِ الْعُلَى مِنَ الْجَنَّةِ.

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ شُكْرَ نِعْمَتِكَ ، وَأَسْأَلُكَ حُسْنَ عِبَادَتِكَ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ لِسَانًا صَادِقًا ، وَخُلُقًا مُسْتَقِيمًا ، وَقَلْبًا أَوَّاهًا سَلِيمًا لَكَ مُخْبِتًا ، وَإِلَيْكَ مُنِيبًا ، وَعَلَيْكَ مُتَوَكِّلًا.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِرَحْمَتِكَ الْوَاسِعَةِ أَنْ تَغْفِرَ لِي وَتَرْحَمَنِي.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا ، وَرِزْقًا طَيِّبًا ، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا ، وَشِفَاءً مِنْ كُلِّ دَاءٍ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عَيْشَةً نَقِيَّةً ، وَمِيتَةً سَوِيَّةً ، وَمَرَدًّا غَيْرَ مُخْزٍ وَلَا فَاضِحٍ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مَنَازِلَ الشُّهَدَاءِ ، وَعَيْشَ السُّعْدَاءِ ، وَمُرَافَقَةَ الْأَنْبِيَاءِ وَالنَّصَرَ عَلَى الْأَعْدَاءِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِكَ ؛ تَهْدِي بِهَا قَلْبِي ، وَتَجْمَعُ بِهَا أَمْرِي ، وَتُلَمِّمُ بِهَا شَعَثِي ، وَتُصَلِّحُ بِهَا شَأْنِي ، وَتُزَكِّي بِهَا عَمَلِي ، وَتَبَيِّضُ بِهَا وَجْهِي ، وَتُلْهِمُنِي بِهَا رُشْدِي ، وَتَدْفَعُ بِهَا الْفِتْنَ عَنِّي ، وَتَعْصِمُنِي بِهَا مِنْ كُلِّ سُوءٍ ، وَتُثَبِّتَنِي بِهَا عَلَى عِبَادَتِكَ وَدِينِكَ وَتَوْحِيدِكَ ، وَتَرْزُقَنِي بِهَا شَرَفَ طَاعَتِكَ وَكَرَامَتِكَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ.

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ حُبَّكَ ، وَحُبَّ مَلَائِكَتِكَ وَأَنْبِيَائِكَ وَرَسُولِكَ ، وَحُبَّ عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ، وَحُبَّ الْعَمَلِ الَّذِي يُبَلِّغُنِي رِضَاكَ وَجَنَّتِكَ.
- اللَّهُمَّ اجْعَلْ حُبَّكَ أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْ نَفْسِي وَأَهْلِي وَمَالِي وَمِنَ الْمَاءِ الْبَارِدِ.
- اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيَّ قَلْبِي ذِكْرَكَ ، وَارْزُقْنِي طَاعَتَكَ وَطَاعَةَ رَسُولِكَ ؛ وَالْعَمَلَ بِكِتَابِكَ وَسُنَّةَ نَبِيِّكَ مُحَمَّدٍ ﷺ.
- اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيَّ الْإِيمَانَ ؛ وَزَيْنَهُ فِي قَلْبِي ، وَكَرَّهُ إِلَيَّ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ ، وَاجْعَلْنِي مِنَ الرَّاشِدِينَ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْخَيْرَ كُلَّهُ ؛ عَاجِلَهُ وَآجِلَهُ ؛ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّرِّ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فِعْلَ الْخَيْرَاتِ ، وَتَرْكَ الْمُنْكَرَاتِ ، وَحُبَّ الْمَسَاكِينِ ، وَأَنْ تَتُوبَ عَلَيَّ وَتَغْفِرَ لِي وَتَرْحَمَنِي ، وَإِذَا أَرَدْتَ بِعِبَادِكَ فِتْنَةً فَانجِّنِي إِلَيْكَ مِنْهَا غَيْرَ مَفْتُونٍ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَكَ مِنْهُ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ مُحَمَّدٌ ﷺ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا اسْتَعَاذَكَ مِنْهُ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ مُحَمَّدٌ ﷺ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مُرَافَقَةَ نَبِيِّكَ مُحَمَّدٍ ﷺ فِي أَعْلَى جَنَّةِ الْخُلْدِ.

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ
النَّارِ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ ، وَأَسْتَجِيرُكَ مِنَ النَّارِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مُوجِبَاتِ رَحْمَتِكَ ، وَعَزَائِمَ مَغْفِرَتِكَ ، وَالْغَنِيمَةَ مِنْ
كُلِّ بَرٍّ ، وَالسَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ إِثْمٍ ، وَأَسْأَلُكَ الْفَوْزَ بِالْجَنَّةِ وَالنَّجَاةَ مِنَ النَّارِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْيَقِينَ وَالْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ .
- اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفْوٌ كَرِيمٌ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمَعَاوَةَ الدَّائِمَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي ، اللَّهُمَّ
اسْتُرْ عَوْرَاتِي ، وَآمِنْ رَوْعَاتِي ، وَخَفِّفْ لَوْعَاتِي ، واحفظني من بين يديَّ
ومن خلفي ، وأعوذ بك أن أُغْتَالَ مِن تَحْتِي .
- اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي ،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ
الْقَبْرِ ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ .

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِوَجْهِكَ لِي وَلِوَالِدَيَّ الْفَرْدَوْسِ الْأَعْلَى مِنَ الْجَنَّةِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ عَذَابِ النَّارِ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ نَفْسًا مُطْمَئِنَّةً ؛ تَوْمِنُ بِلِقَائِكَ ، وَتَرْضَى بِقَضَائِكَ
وَتَقْنَعُ بِعَطَائِكَ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ وَرَحْمَتِكَ ؛ لَا يَمْلِكُهَا إِلَّا أَنْتَ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِنُورِ وَجْهِكَ الَّذِي أَشْرَقَتْ لَهُ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أَنْ
تَجْعَلَنِي فِي حِرْزِكَ وَحِفْظِكَ وَجِوَارِكَ وَتَحْتِ كَنْفِكَ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ صِحَّةً فِي إِيمَانٍ ، وَإِيمَانًا فِي إِحْسَانٍ ، وَإِحْسَانًا فِي تَقْوَى
وَتَقْوَى فِي حُسْنِ خُلُقٍ ، وَنَجَاحًا يَتَّبَعُهُ فَلَاحٌ ، وَرَحْمَةً مِنْكَ وَعَافِيَةً وَمَغْفِرَةً
وَرِضْوَانًا.

الاستعاذة بالله

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِعِزَّتِكَ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَنْ تُضِلَّنِي ، أَنْتَ الْحَيُّ الَّذِي لَا يَمُوتُ ، وَالْجَنُّ وَالْإِنْسُ وَجَمِيعُ الْخَلْقِ يَمُوتُونَ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ ، وَمِنْ دَعَاءٍ لَا يُرْفَعُ ؛ أَعُوذُ بِكَ اللَّهُمَّ مِنْ هَوْلَاءِ الْأَرْبَعِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّقَاقِ وَالنِّفَاقِ وَسُوءِ الْأَخْلَاقِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ وَهَمَزِهِ وَنَفْخِهِ وَنَفْثِهِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ يَتَخَبَّطَنِي الشَّيْطَانُ عِنْدَ الْمَوْتِ ، وَأَعُوذُ بِعِزَّتِكَ مِنْ أَنْ أَمُوتَ مُدْبِرًا.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْقَسْوَةِ وَالْغَفْلَةِ وَالدَّلَّةِ وَالْمَسْكَنَةِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفَقْرِ وَالْكَفْرِ وَالشَّرِكِ وَالنِّفَاقِ وَالسَّمْعَةِ وَالرِّيَاءِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ ، وَمِنْ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ ، وَمِنْ الْبُخْلِ وَالْجُبْنِ ، وَمِنْ ضَلَعِ الدِّينِ ، وَمِنْ غَلْبَةِ الرَّجَالِ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفَقْرِ وَالْقِلَّةِ وَالذَّلَّةِ ، وَأَعُوذُ بِكَ أَنْ أَظْلَمَ أَوْ أُظْلَمَ.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَدْمِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ التَّرَدِّيِّ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْغَرَقِ وَالْحَرَقِ وَالْهَرَمِ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ أَنْ أَمُوتَ لَدَيْغًا.
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجَنُونِ وَالْجَذَامِ ؛ وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ.

- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِرِضَاكَ مِنْ سَخَطِكَ ، وَبِمَعَاذِكَ مِنْ عِقَابِكَ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْكَ ، لَا أَحْصِي ثَنَاءَ عَلَيْكَ أَنْتَ كَمَا أَثْنَيْتَ عَلَيَّ نَفْسِكَ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ دُنْيَا ثُلْهَيْنِي ، وَغِنَى يُطْغِينِي ، وَفَقْرٍ يُنْسِينِي ، وَهَوًى يُهْوِينِي ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ صَاحِبٍ يُرْدِينِي ، وَمِنْ عَمَلٍ يُخْزِينِي .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْمَأْثَمِ وَالْمَعْرَمِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ ، وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ ، وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ ، وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِوَجْهِكَ الْكَرِيمِ ، وَاسْمِكَ الْعَظِيمِ ؛ مِنَ الشَّرْكِ وَالْكَفْرِ وَالْفَقْرِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفِتَنِ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْغِنَى ، وَفِتْنَةِ الْفَقْرِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ ، وَدَرَكِ الشَّقَاءِ ، وَسُوءِ الْقَضَاءِ وَشِمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ .
- اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ مُنْكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ وَالْأَهْوَاءِ ، وَالْأَعْمَالِ وَالْأَدْوَاءِ .

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ ، وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ ، وَمِنْ جَمِيعِ سَخَطِكَ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ سَمْعِي ، وَمِنْ شَرِّ بَصَرِي ، وَمِنْ شَرِّ لِسَانِي وَمِنْ شَرِّ قَلْبِي ، وَمِنْ شَرِّ عَمَلِي ، وَ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ ذِي شَرِّ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ يَوْمِ السُّوءِ ، وَمِنْ لَيْلَةِ السُّوءِ ، وَمِنْ سَاعَةِ السُّوءِ وَمِنْ صَاحِبِ السُّوءِ ، وَمِنْ جَارِ السُّوءِ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أَشْرِكَ بِكَ شَيْئًا وَأَنَا أَعْلَمُ ؛ وَأَسْتَغْفِرُكَ لِمَا لَا أَعْلَمُ.

اللجور، والضراعة

• اللهم اجعل القرآن العظيم ربيع قلبي ، ونورَ صدري ، وجلاءَ حُزني، وذهابَ همِّي وغمِّي ، اللهم ذكّرني منه ما نُسيْتُ ، وعَلّمني منه ما جهَلْتُ ، وارزقني تلاوته آناء الليل وأطراف النهار ؛ على الوجه الذي يُرضيك عني ، اللهم اجعله لذنوبي مُمحصّصا ، وعن النارِ مُخلّصا، واجعله لي عندك حُجّةً وشفاعةً ونورا وبرهانًا ونجاةً يوم القيامة ، اللهم واجعلني ممن يُقيم حروفه وحدوده ، ولا تجعلني ممن يُقيم حروفه ويُضيعُ حدوده ؛ برحمتك يا أرحم الراحمين .

• اللهم أنزل بك حاجتي ؛ فاقض حاجتي يا قاضي الأمور، واشفِ قلبي يا شافي الصدور ، وأجرني من دعوة الثُبور ومن فتنة القُبور .

• اللهم إني عبدك ابنُ عبدك ابنُ أمّتك ، ناصيتي بيدك ، ماضٍ فيَّ حكمك ، عدلٌ فيَّ قضاؤك ؛ أسألك بكلِّ اسمٍ هوَ لك ؛ سمّيتَ به نَفْسَكَ ، أو أنزلتَهُ في كتابك ؛ أو علّمته أحداً من خلقك ، أو استأثرتَ به في علم الغيبِ عندك ؛ أن تجعل القرآنَ ربيعَ قلبي ، ونورَ صدري ، وجلاءَ حُزني ، وذهابَ همِّي .

• اللَّهُمَّ أَنْتَ الْأَوَّلُ لَا شَيْءَ قَبْلَكَ ؛ وَأَنْتَ الْآخِرُ لَا شَيْءَ بَعْدَكَ
أَعُوذُ بِكَ مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ نَاصِيَتُهَا بِيَدِكَ.

• اللَّهُمَّ إِنِّي ضَعِيفٌ فَقَوِّنِي فِي رِضَاكَ ، وَخُذْ بِنَاصِيَتِي لِلْخَيْرِ.

• اللَّهُمَّ إِلَيْكَ أَشْكُو ضَعْفَ قُوَّتِي ؛ وَقِلَّةَ حِيلَتِي ؛ إِنْ لَمْ يَكُنْ بِكَ عَلَيَّ
سَخَطٌ فَلَا أَبَالِي ، غَيْرَ أَنَّ عَافِيَتَكَ أَوْسَعُ لِي ، أَعُوذُ بِنُورِ وَجْهِكَ
الَّذِي أَشْرَقَتْ لَهُ الظُّلُمَاتُ أَنْ يَنْزِلَ بِي سَخَطُكَ ، أَوْ يَحِلَّ عَلَيَّ
غَضَبُكَ.

• اللَّهُمَّ أَعْطِنِي مِمَّا عِنْدَكَ ، وَأَفِضْ عَلَيَّ مِنْ فَضْلِكَ ، وَأَنْزِلْ عَلَيَّ
مِنْ بَرَكَاتِكَ ، وَانْشُرْ عَلَيَّ رَحْمَتَكَ ؛ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ وَلَا مُعْطِي
لِمَا مَنَعْتَ.

• اللَّهُمَّ اقْسِمْ لِي مِنْ خَشْيَتِكَ مَا تَحُولُ بِهِ بَيْنِي وَبَيْنَ مَعْصِيَتِكَ ، وَمِنْ
طَاعَتِكَ مَا تُبَلِّغُنِي بِهِ رِضَاكَ وَجَنَّتِكَ ، وَمِنْ الْيَقِينِ مَا تُهَوِّنُ بِهِ عَلَيَّ
مِصَائِبَ الدُّنْيَا ، وَمَتَّعْنِي اللَّهُمَّ بِسَمْعِي وَبِصَرِّي وَقُوَّتِي ؛ مَا أَبْقَيْتَنِي ،
وَاجْعَلْهَا الْوَارِثَ مِنِّي.

• اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَشْيَتَكَ فِي الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ، وَأَسْأَلُكَ كَلِمَةَ الْحَقِّ فِي الرِّضَا وَالغَضَبِ ، وَأَسْأَلُكَ الْقَصْدَ فِي الْفَقْرِ وَالغِنَى ، وَأَسْأَلُكَ نَعِيمًا لَا يَنْفَدُ ، وَقُرَّةَ عَيْنٍ لَا تَنْقَطِعُ ، وَأَسْأَلُكَ الرِّضَاءَ بَعْدَ الْقَضَاءِ ، وَبَرْدَ الْعَيْشِ بَعْدَ الْمَوْتِ ، وَأَسْأَلُكَ اللَّهُمَّ لَدَّةَ النَّظَرِ إِلَى وَجْهِكَ الْكَرِيمِ ؛ وَالشُّوقَ إِلَى لِقَائِكَ ؛ فِي غَيْرِ ضِرَاءٍ مُضِرَّةٍ وَلَا فِتْنَةٍ مُضِلَّةٍ ، اللَّهُمَّ وَزِيْنِي بِزِينَةِ الْإِيمَانِ ، وَاجْعَلْنِي مِنَ الْهُدَاةِ الْمُهْتَدِينَ .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي أَحْشَاكَ كَأَنِّي أُرَاكَ ؛ أَبَدًا حَتَّى أَلْقَاكَ ، وَأَسْعِدْنِي بِتَقْوَاكَ ، وَلَا تُشَقِّنِي بِمَعْصِيَتِكَ ، وَخَيْرْ لِي فِي قَضَائِكَ ، وَبَارِكْ لِي فِي قَدْرِكَ .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْ سِرِّي خَيْرًا مِنْ عِلَانِيَتِي ، وَاجْعَلْ عِلَانِيَتِي صَالِحَةً .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْ لِي نُورًا فِي قَلْبِي ، وَنُورًا فِي قَبْرِي ، وَنُورًا فِي سَمْعِي ، وَنُورًا فِي بَصْرِي ، وَنُورَ بَصِيرَتِي .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْ لِي مِنْ كُلِّ هَمٍّ فَرَجًا ، وَمِنْ كُلِّ ضَيْقٍ مَخْرَجًا ، وَمِنْ كُلِّ بَلَاءٍ عَافِيَةً ، وَمِنْ كُلِّ فِتْنَةٍ سَلَامَةً ؛ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي هَادِيًا مُهْتَدِيًا ؛ غَيْرَ ضَالٍّ وَلَا مُضِلٍّ ، سَلْمًا لِأَوْلِيَائِكَ ، عَدُوًّا لِأَعْدَائِكَ ، أَحِبِّ بِحُبِّكَ مَنْ أَحَبَّكَ ؛ وَأُعَادِي بَعْدَاوَتِكَ مَنْ خَالَفَكَ .

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ الْمُصَلِّينَ ، وفي صلاتي مِنَ الخاشعين ، ولكَ مِنْ الْمُخْبِتِينَ ، وَلِجَلَالِكَ مِنَ الخاضِعِينَ ، اللَّهُمَّ فَكِّهْنِي فِي الدِّينِ ، واجْعَلْنِي لِشَرَعِكَ مِنَ الْمُتَّبِعِينَ.

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ الَّذِينَ إِذَا أَحْسَنُوا اسْتَبَشَرُوا ، وَإِذَا أَسَاءُوا اسْتَغْفَرُوا.

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنْ طَالَ عُمُرُهُ وَحَسُنَ عَمَلُهُ ، وَلَا تَجْعَلْنِي مِنْ طَالَ عُمُرُهُ وَسَاءَ عَمَلُهُ ؛ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي لَكَ شَاكِرًا ، لَكَ ذَاكِرًا ، لَكَ رَاهِبًا ، إِلَيْكَ مُخْبِتًا وَمُنِيبًا.

• اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي عِنْدَ النِّعَمَاءِ مِنَ الشَّاكِرِينَ ، وَعِنْدَ الْبَلَاءِ مِنَ الصَّابِرِينَ ، وَعِنْدَ الذُّنُوبِ مِنَ الْمُسْتَغْفِرِينَ.

• اللَّهُمَّ اهْدِنِي وَسَدِّدْنِي ، وَأَسْأَلُكَ اللَّهُمَّ الْهُدَى وَالسَّدَادَ.

• اللَّهُمَّ اهْدِنِي لِأَحْسَنِ الْأَخْلَاقِ لَا يَهْدِي لِأَحْسَنِهَا إِلَّا أَنْتَ ، وَاصْرِفْ عَنِّي سَيِّئَهَا لَا يَصْرِفُ عَنِّي سَيِّئَهَا إِلَّا أَنْتَ.

• اللَّهُمَّ كَمَا أَحْسَنْتَ خَلْقِي فَأَحْسِنْ خُلُقِي.

• اللَّهُمَّ اقْبَلْ تَوْبَتِي ، وَاغْسِلْ حَوْبَتِي ، وَثَبِّتْ حُجَّتِي ، وَأَجِبْ دَعْوَتِي ، وَسَدِّدْ جَوَارِحِي ، وَأَسْأَلُ سَخِيمَةَ قَلْبِي.

- اللَّهُمَّ احفظني بالإسلام قاعداً ، واحفظني بالإسلام قائماً ، واحفظني بالإسلام راقداً ، ولا تُشمتْ بي عدوًّا ولا حاسداً.
- اللَّهُمَّ احفظني من بين يديّ ومن خلفي ؛ وعن يميني وعن شمالي ؛ ومن فوقني ومن تحتي ، وأعوذ بعظمتك أن أُغتالَ من تحتي.
- اللَّهُمَّ انقلني من ذلِّ المعصية إلى عزِّ الطاعة ، ومن الغفلة إلى التوبة ، وأغنني بجلالك عن حرامك ، وبفضلك عن من سواك.
- اللَّهُمَّ ارحمني بترك المعاصي أبداً ما أبقيتني ، وارحمني أن أتكلّف ما لا يعينني ، وارزقني كلّ ما يُرضيك عني.
- اللَّهُمَّ وسّع لي رزقي ، وبارك لي فيما رزقتني.
- اللَّهُمَّ طهر قلبي من النفاق ، وعملي من الرياء ، ولساني من الكذب ، وعيني من الخيانة ، إنك تعلم خائنة الأعين وما تخفي الصدور.
- اللَّهُمَّ لا تكلني إلى نفسي طرفة عينٍ ، ولا تكلني إلى أحدٍ من خلقك ، اللَّهُمَّ قني شرّ نفسي ؛ وقني شحّها.
- اللَّهُمَّ أتِ نفسي تقواها ، وزكّها أنت خيرٌ من زكّاها.
- اللَّهُمَّ أحسن عاقبتني في الأمور كلّها ، وأجرني من خزي الدنيا وعذاب الآخرة.

• اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي ، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي ، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي ، وَاجْعَلْ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ ، وَاجْعَلْ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ.

• اللَّهُمَّ إِنَّكَ تَرَى مَكَانِي ؛ وَتَسْمَعُ كَلَامِي ؛ وَتَعْلَمُ سِرِّي وَعَلَانِيَتِي ، لَا يَخْفَى عَلَيْكَ شَيْءٌ مِنْ أَمْرِي ، أَنَا الْبَائِسُ الْفَقِيرُ ، الْمُسْتَعِيثُ الْمُسْتَجِيرُ الْوَجِلُ الْمُشْفِقُ ، الْمُقَرَّرُ الْمَعْتَرِفُ بِذَنْبِهِ ، أَسْأَلُكَ مَسْأَلَةَ الْمَسْكِينِ ، وَأَبْتَهَلُ إِلَيْكَ ابْتِهَالَ الْمَذْنِبِ الذَّلِيلِ ، وَأَدْعُوكَ دَعَاءَ الْخَائِفِ الضَّرِيرِ ؛ دَعَاءَ مَنْ خَضَعَتْ لَكَ رَقَبَتُهُ ، وَذَلَّ لَكَ جَسَدُهُ ، وَرَغِمَ لَكَ أَنْفُهُ ؛ إِلَّا رَحِمْتَنِي وَسَتَرْتَنِي وَحَفِظْتَنِي وَعَفَوْتَ عَنِّي ؛ هَذِهِ نَاصِيَتِي الْخَاطِئَةُ بَيْنَ يَدَيْكَ لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ ، أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ.

• اللَّهُمَّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ؛ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ ؛ أَنْتَ تَحْكُمُ بَيْنَ عِبَادِكَ فِيمَا كَانُوا فِيهِ يَخْتَلِفُونَ ؛ اهْدِنِي لِمَا اخْتَلَفَ فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِكَ إِنَّكَ تَهْدِي مَنْ تَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ.

• اللَّهُمَّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكِهِ ؛ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ ؛ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّكَ ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ سُوءًا أَوْ أَجْرَّهُ عَلَى مُسْلِمٍ.

- اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ.
- اللَّهُمَّ أَعِنِّي وَلَا تُعِنْ عَلَيَّ ، وَاَنْصُرْنِي وَلَا تَنْصُرْ عَلَيَّ ، وَاْمَكُرْ لِي وَلَا تَمْكُرْ عَلَيَّ ، وَاَنْصُرْنِي عَلَى مَنْ بَغَى عَلَيَّ .
- اللَّهُمَّ اجْعَلْ ثَأْرِي عَلَى مَنْ ظَلَمَنِي ، وَاَنْصُرْنِي عَلَى مَنْ عَادَانِي وَلَا تَجْعَلْ مُصِيبَتِي فِي دِينِي ، وَلَا تَجْعَلِ الدُّنْيَا أَكْبَرَ هَمِّي وَلَا مَبْلَغَ عِلْمِي ، وَلَا تُسَلِّطْ عَلَيَّ بِذُنُوبِي مَنْ لَا يَخَافُكَ وَلَا يَرْحَمُنِي .
- اللَّهُمَّ أَغْنِنِي بِالْعِلْمِ ، وَزَيِّنِّي بِالْحِلْمِ ، وَأَكْرِمْنِي بِالتَّقْوَى ، وَجَمِّلْنِي بِالسُّتْرِ وَالْعَافِيَةِ .
- اللَّهُمَّ جَنِّبْنِي مَنَكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ وَالْأَهْوَاءِ وَالْأَعْمَالِ وَالْأَدْوَاءِ .
- اللَّهُمَّ زَيِّنِي بِزِينَةِ الْإِيمَانِ ، وَجَنِّبْنِي الْفَجُورَ وَالْعِصْيَانَ .
- اللَّهُمَّ زِدْنِي وَلَا تَنْقُصْنِي ، وَأَكْرِمْنِي وَلَا تُهِنِّي ، وَأَعْطِنِي وَلَا تَحْرِمْنِي ، وَآثِرْنِي وَلَا تُؤْثِرْ عَلَيَّ ، وَأَرْضِنِي وَارْضَ عَنِّي ، وَوَالِدِيَّ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ .
- اللَّهُمَّ يَا مُصَرِّفَ الْقُلُوبِ صَرِّفْ قَلْبِي عَلَى طَاعَتِكَ .
- اللَّهُمَّ يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ .
- اللَّهُمَّ أَحِينِي عَلَى سُنَّةِ نَبِيِّكَ مُحَمَّدٍ ﷺ وَتَوَفَّنِي عَلَى مِلَّةِهِ ، وَأَعِزَّنِي مِنْ مُضِيلَاتِ الْفِتَنِ .

- اللَّهُمَّ بَعْلِمِكَ الْغَيْبِ ؛ وَقُدْرَتِكَ عَلَى الْخَلْقِ ؛ أَحْيِنِي مَا عَلِمْتَ الْحَيَاةَ خَيْرًا لِي ، وَتَوَفَّنِي إِذَا كَانَتِ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي.
- اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مُسْلِمًا ، وَتَوَفَّنِي مُسْلِمًا ، وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ.
- اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مِسْكِينًا ؛ وَأَمْتِنِي مِسْكِينًا ؛ وَاحْشُرْنِي فِي زُمْرَةِ الْمَسَاكِينِ.
- اللَّهُمَّ تَوَفَّنِي مَعَ الْأَبْرَارِ ، وَأَلْحِقْنِي بِالْأَخْيَارِ ، وَاكْفِنِي شَرَّ الْأَشْرَارِ.
- اللَّهُمَّ ذَا الْحَبْلِ الشَّدِيدِ ، وَالْأَمْرِ الرَّشِيدِ ، أَسْأَلُكَ الْأَمْنَ يَوْمَ الْوَعِيدِ ، وَالْجَنَّةَ يَوْمَ الْخُلُودِ ؛ مَعَ الْمُتَّقِينَ الشُّهُودِ ؛ الرَّكْعِ السَّجُودِ ؛ الْمُؤْمِنِينَ بِالْعَهْدِ ؛ إِنَّكَ تَفْعَلُ مَا تَشَاءُ وَتَحْكُمُ مَا تَرِيدُ.
- اللَّهُمَّ حَاسِبِنِي حَسَابًا يَسِيرًا ، وَاجْعَلْنِي مِنْ أَهْلِ الْيَمِينِ .
- اللَّهُمَّ يَمِّنْ كِتَابِي ، وَيَسِّرْ حِسَابِي ، وَأَدْخِلْنِي وَوَالِدَيَّ الْفَرْدَوْسَ الْأَعْلَى مِنْ الْجَنَّةِ بِغَيْرِ حِسَابٍ وَلَا عَذَابٍ ؛ بِرَحْمَتِكَ يَا كَرِيمَ يَا وَهَّابَ .
- اللَّهُمَّ يَسِّرْ لِي الْيُسْرَى ، وَجَنِّبْنِي الْعُسْرَى ، وَاعْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ فِي الْآخِرَةِ وَالْأُولَى ، وَاجْعَلْنِي لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا .

• اللَّهُمَّ يَا مَنْ لَا تَرَاهُ الْعُيُونُ ؛ وَلَا تُخَالِطُهُ الظُّنُونُ ؛ وَلَا يَصِفُهُ الْوَاصِفُونَ
وَلَا تُغَيِّرُهُ الْحَوَادِثُ ؛ يَا مَنْ يَعْلَمُ عَدَدَ قَطْرِ الْأَمْطَارِ وَوَرَقِ الْأَشْجَارِ ، وَعَدَدَ
مَا أَظْلَمَ عَلَيْهِ اللَّيْلُ وَأَشْرَقَ عَلَيْهِ النَّهَارُ ؛ يَا مَنْ لَا تُوَارِي مِنْهُ سَمَاءُ سَمَاءٍ
وَلَا أَرْضٌ أَرْضٌ ؛ وَلَا بَحْرٌ مَا فِي قَعْرِهِ ؛ وَلَا جَبَلٌ مَا فِي وَعْرِهِ .. اجْعَلْ
خَيْرَ عَمَلِي خَوَاتِمَهُ ؛ وَخَيْرَ أَيَّامِي يَوْمَ أَلْقَاكَ .

• اللَّهُمَّ يَا مَنْ أَظْهَرَ الْجَمِيلَ ؛ وَسَتَرَ الْقَبِيحَ ، يَا سَامِعَ كُلِّ نَجْوَى
وَيَا مُنْتَهَى كُلِّ شَكْوَى ، يَا عَظِيمَ الْعَفْوِ ، يَا مُبْتَدِئَ النَّعْمِ قَبْلَ
اسْتِحْقَاقِهَا ؛ يَا رَبَّنَا وَخَالِقَنَا وَمَوْلَانَا ؛ أَسْأَلُكَ رِضَاكَ وَالْجَنَّةَ
وَأَنْ تُجِيرَنِي مِنْ سَخَطِكَ وَالنَّارِ ؛ وَوَالِدَيَّ وَالْمُؤْمِنِينَ يَا رَحِيمُ يَا غَفَّارُ .

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

لِيَاكَ وَسَعْدَيْكَ ، وَالْخَيْرُ كُلُّهُ بِيَدَيْكَ ، وَالشَّرُّ لَيْسَ إِلَيْكَ

أَنَا بِكَ وَإِلَيْكَ ، تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ

أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ .

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَآلِهِ .

تَمَّ بِحَمْدِ اللَّهِ
تَحْرِيرًا فِي التَّاسِعِ مِنْ شَوَّالِ ١٤٣٦ هـ

a22b2a22@gmail.com

المراجع

١. القرآن الكريم.
٢. صحيح البخاري للإمام محمد بن إسماعيل البخاري.
٣. صحيح مسلم للإمام مسلم بن الحجاج النيسابوري.
٤. جامع الترمذي للإمام محمد بن عيسى الترمذي.
٥. سنن أبي داود الإمام سليمان بن الأشعث السجستاني.
٦. سنن ابن ماجه الإمام محمد بن يزيد بن ماجه.
٧. المسند للإمام أحمد بن حنبل.
٨. أدب الدنيا والدين . للماوردي . تحقيق محمد سكر.
٩. إغاثة اللفهان من مصائد الشيطان. لابن القيم ؛ تحقيق محمد عفيفي.
١٠. الأذكار للإمام يحيى النووي. تحقيق عبد القادر الأرناؤوط.
١١. الاعتصام بالكتاب والسنة أصل العبادة د. سعيد بن وهف .
١٢. أهمية الارشاد النفسي والاجتماعي. د. صالح أبو عبادة
١٣. تبصرة الحكام في أصول الأفضية والأحكام ؛ لمحمد بن فرحون.
١٤. تحفة المريض وفوائد المرض ؛ لعبد الله الجعيثن.
١٥. تسلية أهل المصائب ؛ للإمام محمد المنبجي. تحقيق بشير عيون.
١٦. التربية في القرآن ؛ لمحمد السمان ط٦.
١٧. الميثاق الأخلاقي والمهني لمصلح والمرشد الأسري. إعداد جمعية الإصلاح بمكة.
١٨. الدعاء والرقى د. سعيد بن وهف.
١٩. الغذاء لا الدواء د. صبري القباني.
٢٠. الوابل الصيب ورافع الكلم الطيب ؛ لابن القيم. تحقيق بشير عيون.

٢١. الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الكافي. لابن القيم.
٢٢. تزكية النفوس كما يقررها علماء السلف. د. أحمد فريد.
٢٣. الصارم البتار في التصدي للسحرة الاشرار ؛ وحيد بالي.
٢٤. الطب النبوي ؛ لابن القيم.
٢٥. الوافي شرح الأربعين النووية ؛ د. مصطفى البغا.
٢٦. خصائص القرآن الكريم ؛ د. فهد الرومي.
٢٧. رياض الصالحين للإمام يحيى النووي. تحقيق شعيب الأرنؤوط.
٢٨. زاد المعاد في هدي خير العباد. لابن القيم . تحقيق شعيب الأرنؤوط.
٢٩. شرح أسماء الله الحسنى ؛ للشيخ حسنين مخلوف.
٣٠. كتاب الكبائر ؛ للإمام الذهبي.
٣١. الزواجر عن اقتراف الكبائر ؛ للإمام ابن حجر.
٣٢. عالج نفسك بالصلاة والصيام. محيي الدين عبد الحميد.
٣٣. عقيدة المؤمن . لأبي بكر الجزائري.
٣٤. فضائل القرآن الكريم . عبد الله بن جار الله.
٣٥. كيف تتدبر القرآن ؛ فواز زمرلي.
٣٦. كيف تنال السعادة الحقيقية ؛ سعيد عبد العظيم.
٣٧. مختصر منهاج القاصدين ؛ لابن قدامة المقدسي.
٣٨. مختصر تلبيس إبليس . لابن الجوزي. اختصار علي الشربجي.
٣٩. وقاية الإنسان من الجن والشيطان ؛ وحيد بالي.
٤٠. هنا صيدلية محمد ؛ صلى الله عليه وسلم. د. محمد عبده.
٤١. مواقع شرعية وعلمية وطبية على شبكة الإنترنت.
٤٢. دورات تدريبية كثيرة ذات صلة.

فهرسة المواضيع

الصفحة	الموضوع
٥	المقدمة
٧	معجزة الشفاء القرآني
٩	الشفاء خصيصة قرآنية
١٠	القرآن كُله شفاء ؛ دلالة وذاتا
١١	الشافى ؛ من أسماء الله الحسنى
١٢	ترابط الإيمان والقرآن
١٤	اهتمام الرسول ﷺ والسلف الصالح بالتداوي بالقرآن
١٥	اهتمام الصحابة بالقرآن عملاً واستشفاء
١٦	شفاء القرآن لأمراض القلوب
١٧	شفاء القرآن لأمراض الأبدان
١٨	شفاء القرآن للسحر والعين ومس الجان
١٩	شفاء القرآن للأسرة والمجتمع
٢١	شفاء القرآن للأمراض والقلقل النفسية المعاصرة
٢٢	من صور اهتمام الإسلام بصحة الإنسان
٢٣	فضل الصبر على البلاء ، ونداء أهل الجنة
٢٤	الضوابط (الأربعة) للتداوي بالقرآن والسنة

٢٥	القرآن والصحة النفسية
٢٧	النفس المطمئنة والقلب المطمئن
٢٨	النفس الإنسانية في القرآن الكريم
٣٠	العلاقة بين الروح والجسد
٣١	أخطار الضغوط النفسية على (الجسد)
٣٢	أخطار الأمراض الجسدية على (النفس)
٣٢	أمرٌ مهمٌ في معاملة الأطفال والأولاد
٣٣	آثار الهم والحزن على النفس والبدن
٣٤	العلاج الشرعي للغم والحزن
٣٧	النظر والسمع وأثرهما على النفس والسلوك
٣٧	أنواع النظر
٣٧	أنواع السمع
٣٨	خطر النظر السيء
٤٠	خطر السمع السيء
٤١	همسة للمفتين بحلّ الغناء
٤٣	الشهوات والشبهات وأثرها على القلب والعقل
٤٦	الأمراض النفسية في الشرع وعلم الطب الحديث
٥٠	صورٌ من الأمراض النفسية المعاصرة وعلاجها

٥٠	الرهاب الاجتماعي سببه وخطره
٥٢	خصائص الطفولة ، والصحة النفسية للأطفال
٥٣	مهارات مهمة لنشأة آمنة صحية للصغار
٥٣	أسوة حسنة في أنبياء الله للتربية الصحيحة السليمة
٥٤	أسباب خطيرة تنسف الصحة النفسية للأطفال
٥٥	ممارسات تربوية خاطئة مع الأطفال
٥٨	تقلّب القلوب
٥٩	القلوب ثلاثة
٦٠	أعظم أمراض القلوب
٦١	أعظم أدوية القلوب
٦٢	أين مَكمن السعادة ؟
٦٣	الرقية الشرعية هدي نبوي
٦٥	عالم الجنّ ، أحوالهم وتكليفهم
٦٦	موقف (الجنّ) من الإنسان
٦٧	صورّ من حُبث الشيطان ومكره
٦٨	الغيلان ، والولهان ، والخنزب
٦٩	الله يُحدّرنا من الشيطان وحبائله
٧٠	موقف (الإنسان) من شياطين الإنس والجان

٧١	وصف الشيطان
٧٢	مسّ الجانّ للإنسان .. أعراض وعلامات وأسباب
٧٣	القرين .. حقيقته وأنواعه وخطورته
٧٤	للنجاة من شر القرين
٧٥	السّحر .. أنواعه وحقيقته
٧٦	ولماذا كان السّحر حراماً ومن أقبح الكبائر ؟
٧٧	رقية العين والحسد .. وسنة التبريك الاستغسال
٧٧	أعراض وعلامات العين
٧٨	صفة الغسل والاستغسال
٧٨	كيف تُميّز السحر من العين عن طريق الرقية
٧٩	قصة عين عامر بن ربيعة
٧٩	واقع مؤسفٍ خطير
٨٠	الرقية الشرعية .. من القرآن والسنة
٨٧	تنبيه مهمّ حول عظّمة سورة البقرة
٨٧	طريقتان مشروعان لإبطال السّحر
٨٨	خلطات مهمة بالرقية الشرعية
٨٩	خطوات مهمّة (قبل) الرقية
٩١	تنبيهات مهمّة (أثناء) الرّقية

٩٢	النفث .. مشروعيته وصفته
٩٣	شُبُهَات وخرافات ؛ ورَدّها
٩٤	الرقية والاسترقاء
٩٥	تحريم القدح في الرقية الشرعية والرقاة
٩٧	بيوتنا والرقية الشرعية
٩٨	قصة واقعية عجيبة
٩٩	من أسلحة الانسان في مواجهة الشيطان
١٠١	المعركة مع الشياطين إلى يوم الدين
١٠٣	التقوى والإخلاص والتوكل على الله
١٠٣	التمسك بالقرآن والسنة ، والاستعاذة بالله من الشيطان
١٠٤	ذكر الله تعالى ، والتوبة والاستغفار
١٠٥	الوضوء والصلاة الخاشعة
١٠٦	لزوم جماعة المسلمين
١٠٧	سدّ أبواب الشيطان وإبطال خطواته
١٠٨	الحذر من خطوات الشيطان وحيله
١٠٩	حفظ الجوارح "الأطراف والسمع والبصر والفرج .."
١١٠	العظيمنتان .. الفاتحة وآية الكرسي
١١١	الدعاء ، وآدابه وشروطه

١١٣	أدوية شرعية نبوية وطبية
١١٥	التداوي بالوضوء والطهارة
١١٦	التداوي بالصلاة والركوع والسجود والخشوع
١١٧	التداوي بقيام الليل
١١٨	التداوي بالاستغفار ساعات السحر
١١٩	التداوي بالصيام
١٢٠	التداوي بالصدقة
١٢١	التداوي بالمشي
١٢٢	التداوي بالتنفس العميق
١٢٣	التداوي بالهدى النبوي في (النوم)
١٢٤	التداوي بالنوم المبكر .. وخطر السهر
١٢٥	التداوي بالهدى النبوي في (الأكل)
١٢٦	التداوي بالتبينة والشعير
١٢٧	التداوي بتمر عجوة المدينة
١٢٧	التداوي بالحجامة
١٢٧	التداوي بالحبة السوداء
١٢٨	التداوي بألية الشاة الأعرابية
١٢٨	التداوي بألبان البقر

١٢٨	التداوي بشرب ماء زمزم
١٢٩	التداوي بالقمح والفواكه والخضار
١٣٠	التداوي بالبصل والثوم والكراث والزعتر
١٣٠	التداوي بالقصد الهندي والثفا والحلبة
١٣١	أبيات .. في حُسن التداوي وتنظيم الغذاء والدواء
١٣٢	التداوي بسورة الفاتحة
١٣٣	التداوي بقراءة القرآن والاستماع والانصات إليه
١٣٤	التداوي بالرَّفْق واللين
١٣٥	التداوي بالرِّيق والتراب
١٣٦	التداوي بالعفو والتسامح والصبر
١٣٧	التداوي بمقاومة الغضب والحرص
١٣٨	التداوي بالتوكل على الله وحُسن الظن به
١٣٨	التداوي بالتفاؤل والتفكير الإيجابي
١٣٩	التداوي بتأمل الأكوان والطبيعة والألوان
١٤٠	التداوي من كثرة النسيان
١٤١	التداوي من الوباء والميكروب والعدوى
١٤٢	التداوي بحُسن استخدام التقنيات وبرامج التواصل
١٤٣	خطوات للسلامة من أضرار التقنيات

١٤٤	التداوي بالتوبة والاستغفار والحذر من الذنوب والأوزار
١٤٤	الكبائر والصغائر
١٤٥	لا صغيرة مع الإصرار ولا كبيرة مع الاستغفار
١٤٥	أقسام وأنواع الذنوب من حيث حُكمها
١٤٦	الكبائر أنواعها وأصنافها وتعدادها
١٤٦	المعاصي البهيمية والشيطانية والعدوانية واللسانية ..
١٤٧	المعاصي القلبية والفِسقية
١٤٧	تنبيه مهم حول خطر الجوارح السبعة
١٤٨	الطاقة الحيوية .. حقيقة أم خيال ؟
١٥١	خاتمة في الاستشارة الأسرية وفنونها
١٥٣	الاستشارة الأسرية ضرورة معاصرة
١٥٥	الاستشاري وفنون الاستشارة والإصلاح
١٥٩	الميثاق الأخلاقي والمهني للمستشارين والمصلحين
١٦٢	جوامع الدعاء من القرآن الكريم
١٦٦	جوامع الدعاء من السنة النبوية
١٨٨	المراجع



اقرأ للمؤلف



- التلخيص المفيد في علوم القرآن وأحكام التجويد.
- آداب التلاوة وأخلاق القراءة وقواعد الحفظ والتجويد والإقراء.
- الإعجاز في روائع الإعجاز (في الإعجاز القرآني في ضوء القرآن والسنة والعلم الحديث).
- التأصيل والتفريع في الفقه والأحكام والتشريع (رسالة علمية).
- أساليب القرآن الكريم وتطبيقاتها التربوية والدعوية.
- التنبيهات في علم المتشابهات.
- التحفة البهية في القواعد الفقهية.
- اللباب في الحقوق والآداب.
- أصول روايتي قالون وورش عن الإمام نافع المدني من طريق الشاطبية.
- المصطفى في سيرة المصطفى (في فقه السيرة النبوية).
- محاسن الإسلام وسموه على أعراف الأنام.
- الصيام آداب وأحكام.
- الحج والعمرة والزيارة آداب وأحكام.
- ٩ غنائم أو ٩ مهالك في حفظ الصلاة أو تضييعها.
- الخلاصة السديدة في التوحيد والعقيدة.
- كنوز العجائب من علم الأمثال والحكم والوعظ والتاريخ والتجارب.
- النفع الحديث في علم الفرائض والتوريث.
- دور الوسائل والتقنيات في طلب العلم والمعلومات.
- الروح والريحان في فضائل القرآن.
- جرائم الحدود والحراة نوازلها وعقوباتها في الفقه الإسلامي (رسالة علمية).
- الإرشاد في تربية الأولاد.
- روضة الأبرار في جوامع الدعاء والأذكار.
- هدى وشفاء "حول الصحة النفسية والأسرية والاجتماعية المعاصرة في ضوء الوحيين".
- خواطر المنابر "مجموعة من الخطب الفقهية والاجتماعية والتربوية".

رقم الإيداع ١٤٣٦/٥٧١٧

ردمك: ٧ - ٨٤٣٤ - ٠١ - ٦٠٣ - ٩٧٨