

د. صالح بن مطر الهطالي



مراجعة فضيلة الشيخ الدكتور:

ماجد بن محمد بن سالم الكندي



الموزعون

مكتبة وتسجيلات

روائع نور الاستقامة

للاستفسار والطلب 99252158 - 99187854



مكتبة السيدة فاطمة الزهراء

هاتف: 92908620

25434506 92988061



مركز غاية المراد للصوتيات والمرئيات

سلطنة عمان - نزوى

هاتف رقم: ٢٥٤١٠٨٧٣ - فاكس رقم: ٢٥٤١١١٩١

هاتف الإدارة: ٩٩٨٩٩٩٨٣

E-mail: thayatalmurad@gmail.com

مكتبة وتسجيلات غاية المراد



فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
٥	مقدمة
٢٢	المطلب الأول: إضاءات تربوية في التعامل مع صغار السن
٤٤	المطلب الثاني: المراحل الأولى للانطلاق
٦١	المطلب الثالث: بين الاستيقاظ وصلاة الفجر
٧١	المطلب الرابع: بين صلاة الفجر وطلوع الشمس
٨٧	المطلب الخامس: في مكان العمل أو الدراسة
٩٥	المطلب السادس: بين العصر والمغرب
١٠٣	المطلب السابع: بعد المغرب إلى أن يحين وقتُ النوم
١١٠	المطلب الثامن: عندما يحين وقتُ النوم
١٢٠	المراجع





مقدمة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحمد لله المنعم المتفضل، ذي الهبات الجمّة، والمكرمات الواسعة، الذي امتنّ علينا بالإسلام، وهدانا للإيمان، وأكرمنا بالقرآن، وشرّفنا بأن جعلنا خير أمة أخرجت للناس. وأصلي وأسلم على البشير النذير، والسراج المنير، الذي خاطبه ربه بقوله: ﴿قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ (١١٢) لَا شَرِيكَ لَهُ، وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ﴾ (١١٣) [الأنعام: ١٦٢-١٦٣]، فامتثل لها جسداً وروحاً، حتى وصفته زوجه أم المؤمنين السيدة عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا بأنه كان قرآناً يمشي على الأرض، **فصلوات ربي وسلامه عليه**، وعلى زوجاته أمهات المؤمنين، وآل بيته أجمعين، وصحابته الغر الميامين، وعلى كل من اقتفى أثرهم، وسار سيرتهم إلى يوم الدين.

أما بعد،،

لقد اهتم الإسلام بالوقت اهتماماً بالغاً؛ فأقسم سبحانه به في مواضع عديدة في القرآن الكريم؛ فأقسم بالفجر والضحى والعصر، وجعله من أعظم النعم التي سيُحاسب عليها الإنسان

يوم القيامة؛ كما ورد في حديث رسول الله ﷺ: «لَا تَزُولُ قَدَمُ ابْنِ آدَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عِنْدِ رَبِّهِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ خَمْسٍ»، وذكر منها «عَنْ عُمُرِهِ فِيمَ أَفْنَاهُ، وَعَنْ شَبَابِهِ فِيمَ أَبْلَاهُ»^(١).

والعقل يُدرك ببصيرته وفكره أنه لا يمكنه أن يعيش في هذه الحياة كما تعيش البهائم بلا هدف ولا غاية، وإنما عليه أن يستغل كل لحظة من عمره فيما يعود عليه وعلى غيره بالمنفعة، وفي هذا يقول أحمد شوقي:

دَقَّاتُ قَلْبِ الْمَرْءِ قَائِلَةٌ لَهُ: إِنَّ الْحَيَاةَ دَقَائِقُ وَثَوَانِي
فَارْفَعْ لِنَفْسِكَ بَعْدَ مَوْتِكَ ذِكْرَهَا فَالذِّكْرُ لِلْإِنْسَانِ عُمْرٌ ثَانِي

ولا شك أن لكل واحدٍ منا أمانيه وطموحاته التي يرجو تحقيقها في هذه الحياة، وسنة الله تتطلب منا أن نجد ونجتهد لنغيّر حياتنا نحو الأفضل ونحقق طموحاتنا، وبدون العمل ستبقى كما هي، وفي هذا يقول ابن هانئ الأندلسي:

وَلَمْ أَجِدِ الْإِنْسَانَ إِلَّا ابْنَ سَعِيهِ فَمَنْ كَانَ أَسْعَى كَانَ بِالْمَجْدِ أَجْدَرًا
وَبِالْهِمَّةِ الْعَلِيَاءِ يَرْقَى إِلَى الْعُلَا فَمَنْ كَانَ أَرْقَى هِمَّةً كَانَ أَظْهَرَ
وَلَمْ يَتَأَخَّرْ مَنْ يُرِيدُ تَقَدُّمًا وَلَمْ يَتَقَدَّمْ مَنْ يُرِيدُ تَأَخُّرًا

(١) سنن الترمذي (حديث رقم: ٢٤١٦، ج ٤، ص ٦١٢) من حديث عبد الله

ابن مسعود رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

من أجل ذلك، علينا أن نخطط لحياتنا، ونضع الأهداف والغايات النبيلة التي نريد الوصول إليها، ثم علينا أن نسعى جاهدين لتحقيقها. ورغم أن معظمنا يُدرك هذه المعاني، ويحمل من الآمال والطموحات ما يحمله غيره، إلا أن كثيرًا منا يواجه صعوبة في تحقيقها، ومن أسباب ذلك عدم وجود خطة واضحة ومفصلة لديهم يستطيعون السير عليها.

من هنا جاء تأليف هذا الكتاب ليكون مُعينًا لكل واحد منا ليسير وفق برنامج يوميّ يُعينه على الالتزام بكل ما يتعلق بأمور دينه من طاعات وعبادات ونوافل وأوراد، وكذلك الأعمال الأخرى التي يرغب في تحقيقها في هذه الحياة. وبتكرار هذا البرنامج والالتزام به بشكل يوميّ، ستصبح لحياة الإنسان -بإذن الله- مُتعة، ويكون لها عوائدها الجليلة على الفرد وأسرته ومجتمعه.

أولاً: الاستقامة.. المحرك الأول للإنجاز

لا شك أن للاستقامة على دين الله دورًا عظيمًا في رفع إنتاجية المسلم، وجعله يستغل كل لحظة من لحظات عمره فيما يُرضي الله **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى**. ولو أجَلْنَا النظر في واقع المسلم

المستقيم على منهج الله لوجدنا حياته كلها عملاً دؤوباً وإنتاجاً متواصلاً، سواءً أكان في بيته أم خارجه، وسواءً أكان في محرابه أم عمله، وسواءً أكان في يقظته أم نومه.

إن المسلم عندما يُطبّق تعاليم دينه بشكل صحيح فإنه - بلا شك - سيقوم بدور الزوج الصالح والأب الناصح والمربي العارف والمعلم القدوة والصديق الوفي والصاحب المخلص والمستشار الأمين؛ فأَيُّ إنتاج أعظم من هذا؟ وما مقدار الوقت الذي يذهب سدًى لمثل هذا المستقيم على دين ربه، السائر حَذُو خطا نبيه، المقتفي لمعالم هَدْي سلفه، المتطّلع لآفاق رحبة لأُمته؟

والأعمال العديدة والمتنوّعة التي يمارسها المستقيم على دين الله بانسراح صدر ورضى نفس تجلب له ولأسرته ومجتمعه من منافع أخرى لا حصر لها؛ فهي تحميه وأسرته ومجتمعه من الأمراض الصحية والنفسية والاجتماعية وغيرها؛ التي عادة ما يكون سببها البطالة والاعتماد على الآخرين في قضاء مصالح الفرد والأسرة والمجتمع، من قبيل الاعتماد على الخدم في البيوت أو غيرهم من الوافدين في المتاجر والورش.

ثانياً: أحوال المسلم المستقيم في بيته

ليس بخافٍ على أحد أهمية البيت في حياة الإنسان، وأهمية أن يكون هذا البيت سكناً لأهله، يجدون فيه ما لا يجدون خارجه؛ من راحة البال وهدوء الروح واستقرار النفس، وفي ذلك يقول الحق تَبَارَكَ وَتَعَالَى: ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا﴾ [النحل: ٨٠]، أي تسكن فيه النفس.

ولا شك أن الرجل والمرأة عندما يستقيمان على دين ربهما وهدي نبيهما، فإنهما سيجعلان من بيتهما جنة عامرة بالإيمان والمحبة، وسيبذلان جهدهما في تحقيق كل ما يعود عليهما وعلى أسرتهما بالنفع، والله - سبحانه - يقول: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١].

ومن عجائب تشريعات الإسلام أن جعل خدمة الرجل لزوجته، وخدمة المرأة لزوجها عبادة؛ فعندما جاءت أسماء بنت يزيد الأنصارية رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا النَّبِيُّ ﷺ وقالت له: «وَأِنَّكُمْ مَعَاشِرَ الرِّجَالِ فَضَلْتُمْ عَلَيْنَا بِالْجُمُعَةِ وَالْجَمَاعَاتِ، وَعِيَادَةِ الْمَرْضَى، وَشُهُودِ الْجَنَائِزِ، وَالْحَجِّ بَعْدَ الْحَجِّ، وَأَفْضَلُ مِنْ ذَلِكَ

الْجِهَادُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ»، أَجَابَهَا ﷺ بِأَبِي هُوَ وَأُمِّي: «وَأَعْلِمِي مَنْ خَلْفَكَ مِنَ النِّسَاءِ أَنَّ حُسْنَ تَبَعْلٍ إِحْدَاكُنَّ لِرَوْحِهَا، وَطَلَبَهَا مَرْضَاتِهِ، وَاتِّبَاعَهَا مُوَافَقَتَهُ تَعْدِلُ ذَلِكَ كُلُّهُ»^(١).

كما أن الحبيب المصطفى يوصينا بحسن المعاشرة لأزواجنا فيقول: «خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي»^(٢)، ففي هذا التوجيه العظيم منه عليه أفضل الصلاة والسلام، جعل خيرية الرجل مشروطة بخيريته لأهله وأولاده، وهذا يعني أن معاملته الحسنة لأهله عبادة وتقرُّب إليه سبحانه.

والزوجان المستقيمان على دين ربهما تجدهما في كل أحوالهما مجتهدَيْن في الارتقاء بأسرتهما، حريصَيْن على تميُّزها ومساهمتها في البناء والعطاء؛ فهما إما يُدبِّران شؤون بيتهما، يُصلحان أحواله، يُعين بعضهما بعضاً على أداء واجباته المنزلية، والتزاماته العائلية، أو تجدهما يستمتعان بجوٍّ عائليٍّ تسوده المحبة والوئام؛ الزوج مسترسلٌ في ملاطفة زوجته، أو مداعبة أطفاله، والزوجة مُربيةٌ لصغارها، مُهذِّبةٌ لسلوكهم، مُعِينةٌ لهم على استذكار دروسهم.

(١) شعب الإيمان للبيهقي (حديث رقم: ٨٣٦٩، ج ١١، ص ١٧٧).

(٢) سنن ابن ماجه (حديث رقم: ١٩٧٧، ج ٣، ص ١٤٨) من حديث ابن عباس رضي الله عنهما.

ومع تلك الأعباء الكثيرة والشاقة المنوطة بكل واحد منهما، فهما لا ينسيان أن يَجِدَّا ويَجْتَهدا في تطوير ذاتيهما لكي يصلا إلى مراتب السُّمُوِّ الإنساني والكمال البشري؛ فتجد الواحد منهما يقضي سحابة يومه إما مُقَوِّمًا لإنجازاته، أو مراجعًا لرسالته وأهدافه، أو قارئًا، أو كاتبًا، أو متابعًا شؤون مجتمعه وأُمته.

وبجدَّهما واجتهادهما، وتطبيقهما لأوامر ربهما، وشعورهما بواجباتهما تجاه الآخرين، واستحضارهما لرقابة الله لهما، وخشيتهما من غضبه عليهما، فإنهما - بلا شك - سيرتقيان في مدارج الهمم وتُبلِّغ الغايات، حتى يبلغا مراتبَ في الخيرِية لا حدَّ لها.

وقد تفتُر الهممة، وتضعُف العزيمة بسبب زحمة الأعمال وكثرة الأعباء، وعندها يلجأ الواحد منهما إلى الصلاة أو التلاوة أو الذكر، فيختلي بربه يشكو له همومه، ويرجو منه ألطفه ورحماته، فيكون ذلك بمنزلة الشحذ لهمته، والتجديد لعزيمته.

فإذا أقدم الليل بسواده، وتعاقبت النجوم في مطالعها، وهجعت النفوس في مراقدها، اندفعت نفس الواحد منهما

لمناجاة الباري المنان، واستمطرت روحهما الرحمة من الرحيم الرحمن، فانتصبا يناجيان ربهما، ويستجديان منه عطفه ورحمته، ويسألانه التوفيق والتيسير والسداد، ويبيكان بين يديه على تقصيرهما وتفويت الفرص فيما ينفعهما، وفي هذا يقول عبدالله بن المبارك:

إِذَا مَا اللَّيْلُ أَظْلَمَ كَابَدُوهُ فَيَسْفِرُ عَنْهُمْ وَهُمْ رَكُوعُ
أَطَارَ الْخَوْفُ نَوْمَهُمْ فَقَامُوا وَأَهْلُ الْأَمْنِ فِي الدُّنْيَا هُجُوعُ
لَهُمْ تَحْتَ الظَّلَامِ وَهُمْ سُجُودُ أَيْنَ مِنْهُ تَنْفَرُجُ الضُّلُوعُ
وَحُرُسٌ بِالنَّهَارِ لَطُولِ صَمْتٍ عَلَيْهِمْ مِنْ سَكَيْتِهِمْ خُشُوعُ

ثالثاً: أحوال المسلم المستقيم خارج بيته

والمسلم المستقيم حاله خارج بيته كحاله عندما يختلي بنفسه أو يكون مع أسرته؛ فهو لا ينسى ربه، ولا ينسى رسالته في الحياة، ولا ينسى واجباته تجاه مجتمعه وأتمته؛ فإذا كان في المسجد تجده إما مؤدياً لفروض ربه، متحبباً إليه بالنوافل والأذكار، تالياً، ذاكراً، داعياً، أو تجده ملقياً لدرس، أو مُستمعاً لِعِظَةٍ، أو طالباً لنصيحة، أو مسلماً على أخ، أو متفحّصاً لزوايا المسجد، علّه يجد عيباً فيصلحه، أو نقصاً فيُتمّه.

وعندما يكون في مكتبه أو ورشته أو متجره، لا تجده إلا مُنهمكًا في تأدية عمله، شغوفًا بأداء أمانته، سعيًا بإنجاز أعماله، حريصًا على احترام زملائه ومساعدتهم، لطيفًا بزبائنه في معاملته لهم، جريئًا مع مرؤوسيه في تقديم النصح لهم، راغبًا في ملاطفتهم وبذل الود لهم، زاهدًا في التزلف إليهم أو الانتقاص منهم.

إذا أُوكل إليه أمرٌ أنجزه على التمام، وإذا فُوضت إليه مسؤولية رعاها بالعناية والاهتمام، لا يُضيّع أوقاته في القيل والقال، والتملق والابتذال. إذا تصفّح جريدة أو موقعًا فإنما يتصفّحه لغاية، وإذا اتصل بالهاتف فإنما يتصل لإنجاز عمل، لا يُدخل شؤونه الخاصة في لوائمه عمله، ولا ارتباطاته الاجتماعية في أوقات شغله.

إذا قصّرت نفسه في مهمة ألزمها تعويضها، وإذا زلّ لسانه في حق زملائه أو مرؤوسيه حمله ذلك على استدرار الصفح منهم، وإذا طاشت يده في مُلكٍ لا يحلُّ له أدّبها بحزم وألزمها غُرمه، وفي كل هذه الأحوال جعل خالقه نُصب عينيه، واستحضر ضميره من بين جنبه، واستبصر بإيحاءات جنانه، وإرشادات عقله، وخلجات نفسه.

أما عندما يكون في مدرسته أو جامعته، فتجده إما مُنصِتًا لمعلِّم، أو محاورًا لزميل، أو مذاكرًا للدرس، أو باحثًا في مسألة، وإذا كان في درسٍ هيأ نفسه للاستماع والإنصات، والتدليل والإثبات، وألزم عقله التمحيص للمعلومات، والتجلية للمبهمات، والربط بين المفردات، وألزم لسانه السؤال بأدب، والمناقشة بتواضع، والتعليق بصدق.

وإذا استرسل المعلم في الشروحات، وتوسّع في سرد الحقائق والنظريات، استرسل هو في تدوين المسائل، والتفكير في الغوامض، وإذا بادر المعلم بأسئلته، واستثار فكر الطلاب بنقاشاته، اعتصر هو بنات أفكاره وأمهاث خيالاته، فأنتجها دررًا ناطقة، وجواهر من البلاغة لامعة.

يَا طَالِبَ الْعِلْمِ أَنْتَ الشَّمْسُ سَاطِعَةٌ مِنْ فَيْضِ عِلْمِكَ خَيْرَاتٌ سَتَنْهَمِرُ
يَا طَالِبَ الْعِلْمِ أَبْشُرْ قَدْ غَدَوْتَ لَنَا عِزًّا وَمَجْدًا وَبِالْأَمْجَادِ نَفْتَخِرُ
هَذَبْتَ رُوحًا بِأَصْنَافِ الْعُلُومِ وَقَدْ سَمَوْتَ فَوْقَ جُيُوشِ الْجَهْلِ تَنْتَصِرُ

وإذا كان بين زملائه، كان لهم بمنزلة الابن لأبيه في الاحترام، والأخ لأخيه في النصيحة والالتزام، لا يقول فحشًا فيستبحوه، ولا يأتي مُجونا فيحتقروه، ولا لغوا فيزهده، مخالطتهم له صُحبة، ومخالطته لهم مفخرة.

إذا وجد منهم ذا حاجة أجهد نفسه لقضاء حاجته، وإذا رَمَتْه المقادير بين شراذم الخلق وطَّن نفسه على النصيح لهم، وإذا دعتَه الضرورة لطلبٍ مُلِحٍّ أو أمرٍ مُسْتَعَصٍ، استعلتْ نفسه عن الاستجداء، وروَّضها على الطلب بالحسنى، أو الصبر والاحتساب.

وعندما يُذاكر دروسه، تجده في جهادٍ وكرٍّ وفرٍّ؛ لا يتلهى بالصور والزخارف عن الفوائد والمعارف؛ لا ينتقل من عبارة حتى يفهمها، ولا مسألة حتى يفكَّ مُبْهَمَهَا؛ لا يُقْصِر نفسه على الكتاب المدرسي، وإنما يغوص في بطون الكتب، ويراجع تعليقات النُّقاد والمحققين، وشروحات ذوي البصيرة في العلم والدين.

وهو مع كل الالتزامات الأخرى لا ينسى مجتمعه وحقوقه عليه؛ فتجده سائحاً فيه، مختلطاً بأهل بيئته، زائراً متفقداً لأحوالهم، أو ناصحاً ومُعَلِّماً لهم، أو طالباً مسترشداً بعلمهم، لا يمرُّ بفقرٍ إلا واساه، ولا سائل إلا أعطاه، ولا صاحب حاجة إلا سعى في قضائها. إذا أَلَمَّتْ بشخصٍ فاجعةٌ، كان هو أول مَنْ يهبُّ لمواساته، وآخر مَنْ يبقى معه لمؤازرته، المأل الذي يملكه ليس ماله، وإنما مأل صاحب الحاجة إليه.

لذا، تراه راكضاً في هذا الطريق أو ذاك، باحثاً عن صاحب حاجة فيعطيه، أو مُعسرٍ فيقرضه، أو يتيمٍ فيكفله، أو طالب علمٍ فيعينه، أو شاباً يريد الزواج فيتكفل بمهره وعرسه. إذا زاره ضيفٌ فكأنه العيد قد نزل، وإذا زار أحياه أو جاراً فهو كالنسيم الخفيف، لا يستثقل ضيفه فيرحل عنه، ولا يستثقله مضيفه فينزعج منه. يقول الدكتور سالم بن محمد المالك:

اسْتَمِرَّ الْخَيْرَ فِي دُنْيَاكَ وَاجْتَهِدْ وَلَا تُبَالِ بِدَاعِي الشَّرِّ وَالْحَسَدِ
وَاعْمَلْ لِيَوْمٍ جَمِيعُ النَّاسِ تَرْقُبُهُ فِيهِ الْقَضَاءُ قَضَاءُ الْوَاحِدِ الْأَحَدِ
أَفْعَالُكَ الْيَوْمَ تَحْكِي أَيَّ مَنْزِلَةٍ رَوْضَ الْجَنَانِ أَمْ النِّيرَانَ فِي اللَّحْدِ

وإذا رأى منكراً آلمه وأنكره، وعزم على تغييره باللطف والموعظة الحسنة، واستثار أصحاب الغيرة لمعاونته، وأهل العلم لتوجيهه، فتراه لا يستقرُّ به حال حتى يرى ذاك المنكر قد زال، وحال صاحبه قد تبدل إلى خير حال.

رابعاً: والآن حان دورك

سنُبين في المطالب الآتية من هذا الكتاب برنامجاً عملياً يمكن للمسلم تطبيقه في يومه وليلته، ليصل إلى المستويات الرفيعة والغايات النبيلة التي ذكرنا طرفاً منها، ولكي تحصل الفائدة من هذا البرنامج لا بُدَّ من الالتزام به بشكل يومي، وأن

لا يَدَعُ للنفس مجالاً لتأجيله أو اختصاره؛ فإن النفس تميلُ إلى التسويف والراحة، يقول البوصيري:

وَالنَّفْسُ كَالطِّفْلِ إِنْ تَهَمَّلَهُ شَبَّ عَلَى حُبِّ الرِّضَاعِ وَإِنْ تَفْطَمَهُ يَنْفَطِمِ

والراغب في الارتقاء بذاته، والمساهمة في صناعة المجد وبناء الأمة لا بُدَّ له من أن يكون من ذوي النفوس العلية والهمم السنية. يقول ابن نباتة:

حَاوِلْ جَسِيمَاتِ الْأُمُورِ وَلَا تَقُلْ إِنَّ الْمَحَامِدَ وَالْعُلَى أَرْزَاقُ
وَارْغَبْ بِنَفْسِكَ أَنْ تَكُونَ مَقْصَرًا عَنْ غَايَةِ فِيهَا الطَّلَبُ سَبَاقُ

خامساً: مواءمة البرنامج

لقد أعدنا هذا البرنامج ليكون مناسباً للشريحة الكبرى من الناس الذين يملكون الوقت والقدرة على تطبيقه بشكله المتكامل، ولكن هناك من الناس من يتعذّر عليهم الحصول على الوقت الكافي لتطبيق كل ما فيه من أعمال ومهام، أو أن كبر سنّهم أو حالتهم الصحية أو ظروف عملهم لا تُعينهم على ذلك.

كما أن هناك فئة النساء اللائي يصعب عليهن الخروج من البيت وممارسة بعض الأعمال التي سنوردها في البرنامج، وفئة الأطفال وطلاب المدارس الذين سيحتاجون إلى من يُعوّدهم

على الإتيان ولو ببعض ما في هذا البرنامج من أعمال، وهذه قد تكون مهمة الوالدين والمعلمين وأئمة المساجد والمصلحين. من هنا، سنذكر في الفقرات الآتية بعض الملاحظات حول كيفية مواءمة هذا البرنامج ليتناسب مع ظروف الفئات التي ذكرناها.

١- مراعاة ظروف العمل

رغم أننا وضعنا هذا البرنامج ليُعين الجميع على الاستفادة من أوقاتهم بشكل فعّال، ورغم أن معظم الأعمال التي فيه يمكن تطبيقها في أيّ وقتٍ من النهار أو الليل، غير أن هناك من الناس مَنْ تكون وِردياتهم في الفترة المسائية أو الليل، وهؤلاء قد يصعبُ عليهم التوفيق بين ظروف عملهم وتطبيق جميع فقرات هذا البرنامج.

ورغم أن الفترة المسائية أو الليلية تُعدُّ نعمة عظيمة لكثير من الناس؛ ففيها الهدوء وقلة الحركة والالتزامات، وفيها يمكن تحقيق الكثير من الأعمال دون مقاطعة أو إخلال، غير أنه يمكن لمن تكون وِردياتهم ليلاً تكييف فقرات البرنامج التي تتعارض مع ظروف عملهم ليسهل عليهم تطبيقها، وهذا خيرٌ لهم من ترك البرنامج بأكمله.

٢- كيفية تطبيق النساء للبرنامج

معظم المقترحات الواردة في هذا البرنامج يمكن تطبيقها من قبل الرجال والنساء، على حد سواء، ولأنَّ كثيرًا من النساء يبقين في بيوتهنَّ لرعاية شؤون البيت والأطفال، لذلك قد يكون لديهنَّ متسع من الوقت لتطبيق هذا البرنامج أكثر من الرجال.

لكن هناك بعض الأعمال التي - في ظاهرها - تصلح للرجال فقط ولا تصلح للنساء، كالمحافظة على أداء صلوات الجماعة في المسجد، ومثل هذه الأعمال يمكن للمرأة تكييفها لتناسب مع طبيعتها وفطرتها، وظروفها وأوقاتها، ما دام لا يوجد نصٌّ شرعيٌّ يلزمها بأدائها في وقتٍ معيَّن أو كيفية معينة. وكما أوردنا فيما سبق حديث أسماء بنت يزيد الأنصارية (رضي الله عنها)، فالإسلام من رحمته وعدله عوّض المرأة عن الأعمال التي لا تُطبقها أو اختصَّ بها الرجال بأعمالٍ مُيسَّرة تتناسب مع ظروفها وأحوالها.

٣- تربية الأطفال على الاستفادة من هذا البرنامج

كثيرٌ من الأعمال الواردة في هذا البرنامج لا يستطيع الأطفال القيام بها في سِنِّي حياتهم الأولى، ولكن هذا لا يمنع أن يقوم أولياؤهم بتعويدهم عليها بالتدرُّج، حتى وإن كانت بصورة

مبسّطة، ويمكن البدء معهم بالأعمال البسيطة التي سنذكرها في المطلب الأول.

كذلك، فطلاب الصفوف الأولى في المدارس قد يصعب عليهم استيعاب بعض فقرات البرنامج، فضلاً عن تطبيقها، فيمكن البدء مع هؤلاء أيضًا بالأعمال البسيطة التي سنوردها في المطلب القادم، وتدرجيًا يمكن للآباء والأمهات والمعلمين وأئمة المساجد تعويدهم على بعض الأعمال الواردة في المطالب اللاحقة من هذا الكتاب، وكلما كُبر الطفل وصار قادرًا على الإتيان بأعمال أخرى من البرنامج، تم تشجيعه على الإتيان بها.

وأما بالنسبة للبنات، فيمكن أن تتولى الأمهات متابعتهم في البيت لتأدية الأعمال التي تناسب مع سنهنّ وقدراتهنّ، وتتولى المعلمات ذلك في المدارس، وبذلك يتعاون الجميع على تربية أبنائنا وبناتنا على فضائل الأعمال، وتنشئتهم ليكونوا مُحِبِّين للخير لأنفسهم، ولأسرهم، ولمجتمعهم، وبصلاحهم واستقامتهم سيصلح المجتمع بأكمله بإذن الله.

وفي الختام، لا يفوتني أن أتقدّم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى فضيلة الشيخ الدكتور ماجد بن محمد بن سالم الكندي الذي شرفني بمراجعته لهذا الكتاب، وأسدى لي العديد من

الملاحظات الثمينة والنصائح القيّمة، فجزاه ربي خير الجزاء. ولا أنسى كذلك أفضال الأساتذة من واد مزاب تحت إشراف مؤسسة التواصل بغرداية - الجزائر، الذين قاموا بمراجعة هذا العمل المتواضع، واقتراحوا لي من الأفكار والتصحيحات ما لا يُقدَّر بثمن، فلهم مني خالص الشكر والتقدير، وأحسن الله ذكرهم ومثوبتهم في الدارين. والشكر موصولٌ أيضًا إلى أستاذ اللغة العربية خالد بن هلال بن ناصر العبري على مراجعته اللغوية لكتاب، فأجزل الله له المثوبة والعطاء في الدارين.

أسأل الله الذي بيده مقادير الأمور، ومفاتيح القلوب، أن يتوب علينا، ويُلهمنا رشدنا، ويقينا شرور أنفسنا، ويتغمّدنا برحمته، ويبارك في هذا العمل المتواضع، وينفع به جميع المسلمين، ويجعله سببًا لنيل رضوانه، والقرب منه سبحانه، إنه وليّ ذلك والقادر عليه، ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَنَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَنَا اللَّهُ﴾ [الأعراف: ٤٣]، وصلّ اللهم على سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه وسلّم تسليمًا كثيرًا إلى يوم الدين.

صالح بن مطر بن محمد الهطالي

٨ من رجب لعام ١٤٤٢ هـ /

٢٠ من فبراير لعام ٢٠٢١ م

المطلب الأول

إضاءات تربوية في التعامل مع صغار السن

لا بُدَّ لنا أن نعي أهمية الدور المنوط بنا في تربية أولادنا، وغرس العقيدة الصحيحة في نفوسهم، حتى نساهم في إنشاء جيل يحمل راية الإسلام، والمسؤولية الكبرى في هذا ملقاة بالدرجة الأولى على عاتق الوالدين والمربين والمعلمين؛ فرسول الله ﷺ يقول: «مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ، أَوْ يُمَجِّسَانِهِ»^(١).

ويجب أن يعي الوالدان والمربُّون أن التربية بالقُدوة هي أفضل وسيلة لتنشئة الأطفال على الصلاح والاستقامة وحبِّ الخير للناس، كما يقول أبو العلاء المعري:

وينشأ ناشئُ الفتيانِ منَّا على ما كان عودُهُ أبوهُ
وما دانَ الفتى بحجِّي ولكنَّ يُعودُهُ التدبُّنُ أقربوهُ

من هنا وجب علينا أن نراقب أقوالنا وتصرفاتنا، وخاصة أمام الأطفال، لكي لا يكون ما نقوله أو نفعله مناقضاً لما نريد غرسه في نفوسهم. يقول أبو الأسود الدؤلي:

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ١٣٥٨، ج ٢، ص ٩٤) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

لَا تَنَّهُ عَنْ خُلُقِي وَتَأْتِي مِثْلُهُ عَارٌ عَلَيْكَ إِذَا فَعَلْتَ عَظِيمٌ
أَبْدَأُ بِنَفْسِكَ وَأَنْهَهَا عَنْ غِيَّهَا فَإِذَا انْتَهَتْ عَنْهُ فَأَنْتَ حَكِيمٌ

ولكي نُبسِّطَ أمر تطبيق هذا البرنامج على الوالدين والمعلمين، نقترح لهم الأفكار الآتية في التعامل مع الأطفال الصغار الذين وصلوا إلى سنّ التمييز، وقبل وصولهم إلى سنّ المدرسة، ويجب مراعاة تطبيق هذه الأعمال بالتدرُّج بحسب عُمر الطفل وقدرته على الاستيعاب.

أولاً: تعريف الطفل أمور دينه

من الأمور الأساسية التي يجب تنشئة الطفل عليها تعريفه بربه ونبيه وكتابه وأساسيات دينه؛ كأن تسأله الأم بين كل حينٍ وآخر: مَنْ ربك؟ مَنْ نبيُّك؟ ما دينُك؟ ما كتابُك؟ وعليها أن تُلقِّنه الإجابة بعبارات موجزة تناسب سنّه، وبالتكرار يبدأ في حفظها، حتى وإن كان لا يستوعب معانيها.

١- غرس أساسيات العقيدة ومحبة الله

يمكن غرس أساسيات العقيدة في نفس الطفل عملياً من خلال المشاهدات والأحداث؛ كأن نجعله ينظر إلى السماء ثم نخبره أن الله هو الذي خلقها، وحين نجلس على طاولة الطعام نقول له بأن هذا الطعام من عند الله، وبتكرار هذه المشاهدات سيبدأ

بالسؤال والاستفسار عما يراه أو يصادفه، وعلينا استحضار إجابات مناسبة لها. كذلك، علينا أن نكرّر على مسامع الطفل أن كل ما نفعله إنما نفعله لله، وكل ما يأتينا من خير فهو من الله.

وأول ما يجب غرسه في الطفل محبة الله سبحانه، وهذه ستؤدّ عنده الاحترام والإجلال والتعظيم لله والهيبة منه، وذلك خيرٌ له من أن تكون علاقته به قائمة على الخوف منه ومن عذاب جهنم، وإذا استطاع الأبوان غرس هذه المحبة في نفس الطفل بشكلٍ راسخ، فإنه سينشأ على طاعة أوامر الله واجتناب نواهيه بطيب نفس ورحابة صدر.

ومحبة الله هي الحصن الحصين الذي يعصم المسلم في قابل الأيام من الانحراف، مهما عصفت به الشهوات أو الشبهات؛ فالذي ينشأ على حبّ الله تعالى لا يمكن أبداً أن ينكصّ على عقبيه ويعصيه، كما قيل^(١):

تَعْصِي الْإِلَٰهَ وَأَنْتَ تُظْهِرُ حُبَّهُ هَذَا مَحَالٌ فِي الْقِيَاسِ بَدِيعُ
لَوْ كَانَ حُبُّكَ صَادِقًا لَا طَعْنَهُ إِنَّ الْمُحِبَّ لِمَنْ يُحِبُّ مُطِيعُ

وزرع هذه المحبة في نفس الطفل يحتاج إلى مددٍ وعونٍ منه

(١) يُنسب البيتان إلى ابن الرمة، ويُنسبان أيضًا إلى الإمام الشافعي.

سبحانه، ولذلك لا بُدَّ للأبوين من كثرة الدعاء والتضرُّع إلى الله ليُعِينهم على هذه المهمة العظيمة، وعليهما البدء بغرس هذه المحبة في الطفل وهو لا يزال صغيراً، وقد يكون ذلك في بداية الأمر بالإكثار من ذكر أسماء الله وصفاته وعبارات التعظيم والثناء له سبحانه.

ولترديد الآيات القرآنية بصوتٍ نديٍّ على مسامع الطفل تأثيرٌ عظيم في تعويده على سماع هذه الأسماء والصفات المباركة، ويمكن الاستعانة في ذلك بالقراء المشهورين ذوي الأصوات الندية.

ومما يُعِين على ذلك أيضاً ربط كل جميل حول الطفل بالله تعالى، مثل الوردة والنحلة والفراشة والقمر وغيرها من مخلوقات الله، ونقول للطفل بأنها تبدو جميلة لأن الله خلقها، ولأنه جميلٌ يُحبُّ الجمال، ولأنه يراها لتبقى بهذا الجمال.

كما يجب ربط كل خُلق جميل بالله تعالى؛ فالله يحب الرحمة والرفق والعدل والجمال والنظافة... إلخ. أما الأشياء التي تبدو ضارة بالنسبة لنا كالذبابة والفأر وغيرهما، فنُبيِّن للطفل أنها أيضاً من مخلوقات الله، وأنها تساعد على أن يظل الكون من حولنا جميلاً ونظيفاً.

ويمكن الاستعانة في غرس مفهوم محبة الله وتبيان عظمته سبحانه بالمقاطع والصور الجميلة التي تحكي روعة هذا الكون، وبديع صنع الله في خلقه، ويمكن الاستفادة من القصص التعليمية المؤثرة التي تُبين رحمة الله ورعايته لمخلوقاته، سواءً أكانت محكية باللسان أو مقروءة من الكتب، فهي من الأمور المحببة لدى الأطفال.

وعندما يكبر الطفل قليلاً، يمكن أن نُعرِّفه بأسماء الله الحسنى ونشرح له معانيها؛ فالله رحمنٌ، رحيمٌ، ودودٌ، عَفُوٌّ، غَفُورٌ، رَؤُوفٌ، سلامٌ، مَنَّانٌ، كريمٌ، رزاقٌ، لطيفٌ، عالمٌ، علِيمٌ، حَكَمٌ، عَدْلٌ، مُقْسِطٌ، حقٌّ، تَوَّابٌ، مالكُ الملك، نورٌ، صبورٌ.

ولا يكفي أن نشرح له أسماء الجَمال التي تبعث في نفسه الود والألفة نحو خالقه، بل يجب أيضاً ذكر أسماء الجَلال التي تُشعره بأن الله تعالى قادر على حمايته وقت الحاجة، فهو ملجؤه وملاذه، لأنه حفيظٌ، قويٌّ، قادرٌ، مقتدرٌ، متينٌ، مهيمٌ، جبارٌ، منتقمٌ، ذو بطشٍ شديد، مُعَزٌّ، مُدِلٌّ، قابضٌ، باسطٌ، قَهَّارٌ، مانعٌ، خافضٌ، رافعٌ، نافعٌ، ضارٌ، مميتٌ.

وعلينا أن نغرس مراقبة الله **عَزَّجَلَّ** في كل سلوكاته وأفعاله؛ كأن نخبره أن الله موجود معنا، يرانا، ويسمع ما نقول، وأنه

يراقبنا، ومُطَّلَع على ما نفعله، كما يمكن استخدام الأسلوب القصصي لغرس هذه المفاهيم في عقل الطفل، وكثيرٌ من هذه القصص وردت في القرآن الكريم والسنة المطهرة^(١). وبتكرار هذا يُدرك الطفل أنه عندما يكذب فإن الله يراه، وأنه إنْ هو أخذ شيئاً ليس له فالله يراه، وإنْ برَّ أمه أو ساعدها أو أعطى فقيراً فالله يراه، وبذلك سيحبه.

علينا أيضًا تحبيب الجنة إلى نفس الطفل، وأنها أفضل نعيم سيحصل عليه المؤمن، وأن كل شيءٍ فيها جميلٌ لأن الله صنعها بيده، وأن فيها ما لا عينٌ رأت، ولا أذنٌ سمعت، ولا خطرَ على قلب بشر، وأن فيها كلُّ ما تشتهيهِ الأنفس وتلذُّ الأعين.

وفي هذا السن يُفَضَّل أن لا نذكر عنده النار والعقاب وغضب الجبار لأن فيها تخويفاً من الله تعالى، وقد تسلَّب الأمان في نفسه، ونحن نريده أن يُحب الله أولاً. ويمكن البدء بذكر النار والعقاب بعد سنِّ سبع سنوات، أو حينما نشعر أن الطفل يستطيع استيعاب ذلك.

(١) من ذلك قصة بائعة اللبن عندما طلبت من ابنتها أن تخلط اللبن بالماء، فأخبرتها البنّت بأن أمير المؤمنين عمر رضي الله عنه قد نهى عن ذلك، فردّت عليها أمها بأن عمر لا يراها، فقالت البنّت: «إن كان عمر لا يرانا فإن رب عمر يرانا».

ويجب تذكير الطفل بعلم الله الواسع، وقدرته القاهرة، ونعمه العظيمة، ويُفضّل أن يكون كل ذلك من خلال القصص وضرب الأمثال والحوار؛ كأن نقول له: مَنْ خلق هذا؟ مَنْ أعطانا هذا الطعام؟ مَنْ يرزقنا النقود التي نشترى بها؟

وهكذا تدريجيًّا تتبلور مفاهيم العقيدة عند الطفل، وعلى الوالدين متابعة مدى تشربه لها، وعليهما مواصلة التذكير بها، إلى أن يكبر؛ فيعقوب **عَلَيْهِ السَّلَام** سأل أبناءه وهو على فراش الموت: ﴿مَا تَعْبُدُونَ مِنْ بَعْدِي﴾ فأجابوه: ﴿نَعْبُدُ إِلَهَكَ وَإِلَهَ آبَائِكَ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِلَهًا وَاحِدًا وَنَحْنُ لَهُ مُسْلِمُونَ﴾ [البقرة: ١٣٣].

٢- غرس حبّ الرسول في نفس الطفل

بمرور الزمن، وتتابع الفتن، ففُتِرت علاقة المسلمين برسولهم الكريم، حتى اقتصرت - في معظم الأحيان - على الصلاة عليه عند ذكره أو سماع مَنْ يذكره، دون أن تكون بين المسلمين وبينه تلك الرابطة القوية التي أرادها الله - سبحانه - لهم من خلال حبه **ﷺ** والتأسي به في أخلاقه وأفعاله، وصاروا يبحثون عَمَّن يقتدون به في المشاهير من المفكرين والمطربين والممثلين واللاعبين.

من هنا وجب علينا أن نغرس في نفوس أولادنا أن الرسول ﷺ يجب أن يكون أحب إليهم من أنفسهم وأهليهم والناس أجمعين؛ فهو - صلوات ربي وسلامه عليه - يخاطبنا بقوله: «لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ وَالِدِهِ وَوَلَدِهِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ»^(١)، والمولى - سبحانه - يقول: ﴿قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسْكَنٌ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرٍ ۚ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ﴾ [التوبة: ٢٤].

ويجب أيضاً أن نربّي أطفالنا على التأسي والافتداء به - عليه أفضل الصلاة والسلام - في كل أمورهم، كما يخاطبنا سبحانه بذلك في قوله: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ﴾ [الأحزاب: ٢١]، وعلينا أن نوضح لهم أننا نقتدي به لأنه يُمثل الشخصية البشرية الكاملة في أخلاقها؛ فقد زكاه الله في عقله وقلبه ولسانه وعلمه وحلمه وسائر خلقه، فقال: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ [القلم: ٤].

وعندما يُصبح الطفل قادراً على استيعاب مفاهيم أكبر،

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ١٥، ج ١، ص ١٢) من حديث أنس رضي الله عنه.

علينا أن نُبين له أنه **عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ** قد فضّل على سائر الخلق، ومنهم الأنبياء والمرسلون، وأن الله قد عصمه من المعاصي والخطأ في القول والفعل، وأنه سيُكرم يوم القيامة بالمقام المحمود، والحوض المورود، والشفاعة الكبرى للمؤمنين، ونُبين له أنه **ﷺ** أخبرنا بأن «**الْمَرْءُ مَعَ مَنْ أَحَبَّ**»^(١)، ولذلك علينا أن نُحبّه بصدق، ونسعى جاهدين في الاقتداء به، والسير على نهجه وسنته.

ومما يُعزّز هذه المحبة في نفس الطفل كثرة الصلاة عليه **ﷺ** في حضرة الطفل، وسرد القصص المشوّقة عن حياته وسيرته العطرة، بحيث نُبين لهم من خلال هذه القصص نُبل أخلاقه **عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ** في تعامله مع صحابته، ورحمته بهم، وملاطفته لهم، والعناية بشؤونهم، وكيف كان يولي الأطفال حبًّا واهتمامًا بالغين، وكيف كان صحابته الكرام يُبادلونه هذا الحبّ، ويفدونه بأرواحهم.

٣- تحبيب الصلاة إلى الطفل

علينا أن نعلم نحن المربيين أن رأس الأمر وذروة سنام الدين وعماده هو الصلاة؛ فبها يُقام الدين، وبدونها يُهدم والعباد بالله،

(١) رواه جماعة من أهل السنن.

فالله - سبحانه - يخاطب نبيه ﷺ ويخاطبنا بقوله: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا تَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعِيقَةُ لِلتَّقْوَى﴾ [طه: ١٣٢]. ولذا ينبغي أن يكون هدفنا الذي نسعى لتحقيقه من وراء تحبيب الصلاة إلى نفس الطفل قوله سبحانه: ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ [العنكبوت: ٤٥].

وتحبيب الصلاة إلى الطفل يجب أن يكون أولاً بالقدوة الحسنة؛ من خلال التزام الوالدين بالصلاة خمس مرات في اليوم، والتزام جميع من يراهم الطفل حوله من إخوته وأقاربه بها، دون ضجرٍ أو مللٍ، فذلك سيؤثر إيجابياً في نظرته لهذه الشعيرة العظيمة، فيحبُّها لحبِّ المحيطين به لها، ويلتزم بها لما يراه من تعظيمهم لها وحرصهم عليها.

وعندما يُرفع الأذان، على الوالدين أن يُردِّدا كلماته بصوتٍ مسموع ليتعود الطفل عليها، وعلى الأم أن تُعوِّده على الوقوف بجانبها عندما تقوم للصلاة، ليتعرَّف على أفعال الصلاة، وجميلٌ أن تشتري له سجادة صغيرة، وتشتري للبنات جلباباً صغيراً، لغرس الشعور بالجلال والتعظيم لهذه الشعيرة في نفوسهم.

وفي المراحل العمرية الأولى للطفل، على الوالدين أن لا يُنكرا على الطفل إن أساء أعمال الصلاة، أو لم يقم بشيء من

أركانها، أو قام بأعمال فيها عبث؛ كالتصفيق أو الضحك أو اللعب، وعليهما أن لا ينهرا إن قام بأعمال تُشوش عليهما أثناء تأديتهما الصلاة؛ كالمرور أمامهما، أو اعتلاء ظهريهما أثناء السجود.

وعندما يشعر الأبوان أن الطفل صار قادرًا على استيعاب أعمال الوضوء، عليهما تعليمه بعض أحكام الطهارة البسيطة مثل أهمية التحرز من النجاسة كالبول وغيره، وكيفية الاستنجاء، وآداب قضاء الحاجة، وضرورة المحافظة على نظافة الجسم والملابس، مع شرح علاقة الطهارة بالصلاة.

بعد ذلك، يبدأ أن في تعليمه كيفية الوضوء، وتدريبه على ذلك عمليًا، وبصورة متواصلة إلى أن يُتقنه، ثم يُعلّمه كيفية أداء الصلاة، ويُحفظّانه بعض السور؛ كالفاتحة والإخلاص والمعوذتين لقراءتها في الصلاة. ويجب أن لا ننسى التشجيع والتعزيز والإشادة بالتزامه الصلاة، وأن ذلك من أفضل ما يعجبنا في شخصيته، وأنها ميزة تطفئ على باقي الميزات الأخرى التي عنده.

ولا بُدَّ أن يُدرك المرءون أن هناك فروقًا فردية بين الأشخاص، كما أن لكل طفل شخصيته وطبيعته التي تختلف

عن غيره، وحتى عن إخوته الذين يعيشون معه الظروف نفسها، وينشؤون في البيئة نفسها، فما يفيد مع هذا قد لا يُجدي مع ذاك، ويُترك تقدير ذلك إلى الوالدين أو أقرب الأشخاص إلى الطفل.

وعندما يصل الابن إلى سنِّ السابعة يبدأ الأب في اصطحابه إلى المسجد، وتعليمه آداب المسجد وكيفية أداء صلاة الجماعة. وفي هذه المرحلة يجب أن نُشعر الطفل بأهمية الصلاة، وأن ممارسة الرياضة أو اللعب بالهاتف يجب أن لا يكون على حساب تأدية الصلاة في وقتها، فهذا أمر مرفوض. وإذا مرض أو كان مرهقاً، فعلينا تعويده على أدائها قَدْر استطاعته، حتى يعلم أنه لا عذر له في تركها، حتى ولو كان مريضاً.

٤- تحبيب القرآن الكريم إلى الطفل

نعلم جميعاً فضل القرآن وفضل تعلُّمه وتعليمه، فحببنا المصطفى -صلوات ربي وسلامه عليه- يحثنا على ذلك بقوله: «خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ»^(١)، وكان عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ يُشجّع أصحابه على تعلُّم القرآن، فيقول: «اقْرَأُوا الْقُرْآنَ، فَإِنَّكُمْ تُؤْجَرُونَ عَلَيْهِ بِكُلِّ حَرْفٍ عَشْرُ حَسَنَاتٍ، أَمَا إِنِّي لَا أَقُولُ: أَلَمْ

(١) رواه جماعة من أهل السنن.

حَرْفٌ، وَلَكِنَّ الْأَلِفَ حَرْفٌ، وَاللَّامُ حَرْفٌ، وَالْمِيمُ حَرْفٌ»^(١)، ويقول: «الْمَاهِرُ بِالْقُرْآنِ مَعَ السَّفَرَةِ الْكِرَامِ الْبَرَّةِ، وَالَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ وَيَتَتَعْتَعُ فِيهِ، وَهُوَ عَلَيْهِ شَاقٌّ، لَهُ أَجْرَانِ»^(٢).

وحبُّ الطفل للقرآن يُعينه على حفظه وتقويم لسانه، كما أنه إذا أحَبَّه وفهمه سارع إلى العمل به، فكان صدقة جارية لوالديه ومَنْ كان سبباً في تعليمه إياه. وعلينا أن نعي أن لدى الأطفال قدرة هائلة على الحفظ وتخزين المعلومات، ولذا يجب استغلالها في تحفيظهم القرآن منذ نعومة أظافرهم.

من الوسائل المُعينة على تحبيب القرآن إلى الطفل، وتشجيعه على تلاوته وحفظه، تربيته منذ سنٍّ مبكرة على احترام القرآن وتعظيمه، وخاصة عندما يريد تلاوته؛ ومن ذلك إظهار الخشوع والاحترام أثناء لمس المصحف وتلاوته، وعدم وضعه في مكان لا يليق، أو العبث به بصورة تنافي الاحترام. كذلك، يجب تعويده على الالتزام بأداب التلاوة التي منها الطهارة، واستقبال القبلة، والبدء بالاستعاذة والبسملة.

(١) الزهد والرقائق لابن المبارك (حديث رقم: ٨٠٨، ج ١، ص ٢٧٩) من حديث عبدالله بن مسعود رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) صحيح مسلم (حديث رقم: ٧٩٨، ج ١، ص ٥٤٩) من حديث عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا.

ومنها أيضًا إهداؤه مصحفًا خاصًا به، وتسجيل صوته وهو يقرأ، فهذا يُشجّعه ويحثّه على التجويد والتحسين، ومنها الدفع به إلى حلقات المسجد، وتحفيزه وتشجيعه على المشاركة في قراءة القرآن في الإذاعة المدرسية، أو دخول المسابقات القرآنية التي تُقام في المدرسة أو المدينة.

وإضافة إلى الثناء عليه من قِبَل الوالدين والمعلمين كلما أنهى حفظ شيءٍ من السُّور، يمكن استخدام الوسائل المادية كمُحفزٍ له على تلاوة القرآن وحفظه؛ ومن ذلك تحرير شهادة تقدير جميلة باسمه بعد أن يُتِمَّ حفظ شيءٍ من السُّور، أو أخذه في نزهة إلى مكان يُحبّه، أو إقامة حفلة بسيطة له في البيت، أو أخذه إلى أحد المطاعم التي يُحبّها، والسماح له بتناول الوجبة التي يشتهيها، وقد يكون من أكثر هذه الوسائل تحفيزًا إهداؤه المصحف القارئ أو المُحفّظ الآلي، أو جعله يستخدم الحاسوب أثناء التلاوة أو الحفظ.

ويجب مراعاة التدرُّج عند حفظ الطفل للقرآن؛ فيُطلَب منه البدء بحفظ قصار السُّور كالإخلاص والمسد والنصر، ثم يُنتَقَل إلى السُّور الأطول منها، بحسب عمره وقدرته على الحفظ. وجميلٌ أيضًا عندما يُكْمَل حفظ سور الإخلاص

والمعوذتين أن يُعَلِّم طريقة النفث في الكَفَّين عندما يريد النوم، كما سنذكر ذلك لاحقاً.

ثانياً: تعويد الطفل على آداب الإسلام

على الوالدين أن يحرصا على تعليم الطفل آداب الإسلام منذ نعومة أظافره، وأن يُتبع ذلك بحرصٍ بالغ؛ فالصبي في سنِّ حياته الأولى يحبُّ التقليد، ويفرح بالثناء والتقدير، ولذلك عليهما استخدام هذه الوسائل في تعويده على الآداب والفضائل التي سنذكرها.

من هذه الآداب تعويده على غسل يديه قبل الأكل وبعده، وأن يُسمي الله عندما يريد الأكل والشرب، وأن يأكل باليد اليمنى، وأن يحمد الله عندما ينتهي من الأكل، وأن لا يعيب ما يُقدِّم له من طعام، وأن لا يُسْرِف في الأكل والشرب، وأن يُذكِّره بأن هذا الطعام نعمة عظيمة من عند الله تستوجب منا شكر الله عليها.

ومن الآداب الحسنة التي ينبغي تعويده عليها تقبيل يَدَي والديه وجدِّيه وكبار السِّن من إخوته وأقاربه، ومنها توقيرهم ومناداتهم باحترام، كمناداتهم بأبي وأمي وعمي وخالي وعمتي

وخالتي، حتى وإن لم يكونوا من أقاربه، وأن يُطيع والديه إذا أمراه بأمر، وأن يخفض صوته عندما يتحدث إليهما.

من الآداب الجميلة الأخرى تعويده الجراءة على مخالطة الآخرين، وأن يُسلم على كل مَنْ يمرُّ عليه في الطريق، وأن يتحدث إلى الناس باحترام ورزانة، وأن يتجنب الغوغائية أو العبث عند الحركة أو الكلام، وأن يقف عندما يُسلم على شخص، وأن يُصافحه بكلتا يديه، أو على الأقل باليمنى، وأن لا يتقدم في المجلس أو الأكل والشرب مَنْ هو أكبر منه سنًا، وأن يُصغي إلى مَنْ يتكلم ولا يُقاطعه، وأن يخفض صوته عندما يتحدث، ويتكلم بأدبٍ، وبكلمات مسموعة، وعبارات مفهومة.

ينبغي أيضًا تعويده على آداب الاستئذان؛ سواءً عند الدخول على والديه أو إخوته، تلك الآداب التي ذكرها سبحانه في قوله:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ﴾ [النور: ٥٨].

ومنها تعويده على تقليم أظافره، والاعتناء بنظافة جسده، والمحافظة على نظافة وترتيب ملابسه وأحذيته، ووضعها في

الأماكن المخصصة لها، والمحافظة على ترتيب فراشه كلما استيقظ من نومه، والمحافظة على ألعابه وألعاب إخوته وعدم إتلاف شيءٍ منها، والمحافظة على نظافة غرفته وبيته وعدم رمي القمامة على الأرض.

من الأمور الأخرى التي ينبغي الحرص عليها تعريف الطفل بأقاربه وأخذه لزيارتهم، وجميل أن يقوم الأب باصطحاب ابنه عندما يزور أحد الرجال أو الأقارب، واصطحاب الأم ابنتها عندما تزور إحدى قريباتها أو جارئاتها أو صديقاتها، ففي هذا تعويدٌ للأطفال على الجرأة عند مخالطة الآخرين، وتعويدٌ لهم على العادات والتقاليد.

ثالثاً: بناء مقومات النجاح في الطفل

النجاح في الحياة من الغايات النبيلة التي تتوق نفس كل إنسان إليه، والوصول إليه لا يكون بالأمانى، وإنما باكتساب المهارات والأدوات المُعينة على ذلك، وهو لا يحدث بين يومٍ وليلة، وإنما يحتاج إلى جدٍّ ومثابرة، وحرِيٍّ بالوالدين والمربيين أن يبدؤوا غرس خصاله في الطفل وهو لا يزال في سِنِّي حياته الأولى.

١- تنشئة الطفل على المهارات القيادية

قد تكون إحدى أهم الجوانب التي يرغب الأبوان زرعها في طفلهما، سواءً أكان صبيًا أم فتاة، تربيته ليكون صاحب شخصية قيادية مؤثرة في مجتمعه. وحقيقة الأمر إن العمل على إعداد جيل من القادة يثق بنفسه ويتحدى العقبات التي تعترض طريق أمته، يُعدُّ من الأهداف الضرورية في تربية النشء القادم، وذلك للحفاظ على هوية الأمة ورقيها بعيدًا عن التبعية والذوبان والانبهار.

والقيادة لا تعني التحكم في الآخرين، والتعالي وفرض الرأي والفكر عليهم، والأنانية في إبراز الذات، ولكنها قبل كل شيء احترامٌ للذات والآخرين، وثقةٌ بالنفس، وتحملٌ للمسؤولية، وقدرةٌ على إدارة الأمور، وهي تعني النجاح في الحياة، والتأثير الإيجابي في الآخرين، وعلى الأبوين والمربين أن يَعمُوا هذه الحقائق، وتكون لهم بمثابة أهداف يسعون إلى غرسها في الطفل.

ومن الأمور المُعينة على تنمية خصال القيادة لدى الطفل تشجيع الأهل له، وذلك بإعطائه الثقة في نفسه، والثناء على كل شيءٍ جيّد يفعلُه، ويمكن أن يكون ذلك من خلال

تحسيس الطفل بأهميته في الأسرة والمجتمع عمومًا، ووضعه في مواقف كثيرة بصفة مستمرة يكون فيها تحمُّل للمسؤولية، وتدريبٌ ومتابعة على تأدية المهام وإتقانها، بالإضافة إلى تعليمه الذكاء والمرونة والفتنة في إدارة المواقف، وتعيده على سماع قصص القادة والناجحين الذين وضعوا بصماتهم في هذه الحياة.

٢- تعويد الطفل على الكتابة والتحدث بالفصيحة

يعاني أطفالنا من سماع اللهجة العامية من والديهم وعموم أقاربهم في سِنِّي حياتهم الأولى، فيتعرفون على مفردات هذه اللهجة، ويَتقنون تراكيبها وقواعدها، وخطورة ذلك أنهم عندما يذهبون إلى المدرسة يُفاجؤون بأن عليهم معرفة مفردات وتراكيب أخرى غير تلك التي تعودوا النطق بها، وهذا ما يجعلهم لا يُحسِنون التحدُّث بالفصيحة، بل ربما يكرهون ذلك، ويكرهون حتى الكتابة بها.

والحل أن نُعرِّض الطفل في سِنِّي حياته الأولى لساعات طويلة من ممارسة اللغة الفصيحة سماعًا وتحدُّثًا، والوضع الأمثل لذلك أن يلتزم الأبوان أو أحدهما الحديث معه بالفصيحة منذ ولادته، وأن يُعلِّماه كتابة الحروف والأرقام

العربية منذ نعومة أظفاره، وأن يقوموا بنطق الكلمات له نطقاً صحيحاً، ويُعوّده على ذلك.

وفي حالة عدم قدرة الأبوين على التحدث بالفصيحة - كما هو الحال لدى معظم الأسر العربية - يمكن الاستعاضة عن ذلك بإدخال الطفل في روضاتٍ للأطفال تلتزم التحدث بها، فقد يكون في هذا تعويضٌ ولو يسير عن الدور الذي يجب أن يمارسه الأبوان.

٣- تنشئة الطفل على الحس الاجتماعي

يربينا ديننا الحنيف على حُبِّ الخير للآخرين، وبذل المعروف لهم، ومساعدتهم والقيام بشؤونهم إن طلبوا ذلك؛ فرسول الرحمة - عليه أفضل الصلاة والسلام - يقول: «في كُلِّ كَبِدٍ رَطْبَةٌ أَجْرٌ»^(١)، ويقول: «الْمُؤْمِنُ يَأْلَفُ وَيُؤْلَفُ، وَلَا خَيْرَ فِيمَنْ لَا يَأْلَفُ، وَلَا يُؤْلَفُ، وَخَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ»^(٢).

من هنا، على الوالدين أن يحرصا على تنشئة الطفل على

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ٧٢٨، ج ٢، ص ١٨٤) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) الأوسط للطبراني (حديث رقم: ٥٧٨٧، ج ٦، ص ٥٨) من حديث جابر بن عبد الله رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

هذه المعاني منذ نعومة أظفاره، فيبدأ أن بتكليفه بمساعدتهما ببعض الأعمال المنزلية البسيطة التي هي في حدود قدراته، ثم تدريجياً بتوجيهه إلى مساعدة إخوته والآخرين كلما سنحت فرصة لذلك.

وينبغي أيضاً تربيته على الإحساس بالفقراء والأيتام وذوي الاحتياجات الخاصة، وأن هؤلاء لهم علينا حق المساعدة والعون، سواءً مادياً أو معنوياً، وجميلٌ لو توضع خزانة صغيرة في البيت، ويُشجّع الطفل على وضع نقود فيها، ويُخبر بأنها لمساعدة الفقراء والأيتام، وربما توضع عليها صورة مؤثرة لأحد الفقراء أو الأيتام لتذكيره بهم. وجميلٌ أيضاً لو يُعطى كل جمعة مبلغاً من المال، ويُطلب منه وضعه في الخزانة المخصصة بمساعدة الفقراء والأيتام في البيت أو المسجد، أو يُوجّه لدفعها إلى أحد هؤلاء.

ويُعوّد كذلك على البذل والعطاء بدون مقابل إلا من الله؛ كأن تطلب منه الأم أن يعطي أخاه أو صديقه حلوى، ولا تقول له: إن أعطيتك مما عندك سيعطيك مما عنده، وإنما تقول له: أعطه ليحبك الله، ويكتب لك الأجر، ويرزقك غيرها.

ولا شك أن سماع القصص المؤثرة ومشاهدة المقاطع

المتعلقة بأحوال الفقراء واليتامى وذوي العاهات هو مما يزرع في نفس الطفل جانب المحبة والاهتمام بهذه الفئات، ويجعله ينشأ ولديه الرغبة للتخفيف من معاناتهم. وبالتعليم والتوجيه المتواصلين من قِبَل الوالدين للاهتمام بهذه الفئات وغيرها، ستنمو لديه خصال الرحمة بالآخرين، والشفقة عليهم، والرغبة إلى مدِّ العون إليهم.



المراحل الأولى للانطلاق

المطلب الثاني

هناك من الناس، وخاصة الشباب والفتيات، مَنْ يرغبون في التمسُّك بدينهم، والاستفادة من أوقاتهم فيما يعود عليهم وعلى مجتمعهم بالنفع، ولكنهم لا يزالون في بداية الطريق، وقد يصعبُ عليهم الالتزام بالبرنامج الذي سنذكره في المطالب القادمة من المرة الأولى.

لذا، نقترح لهؤلاء وأمثالهم البدء بالبرنامج المبسَّط الآتي الذي راعينا فيه التدرُّج عند تطبيقه؛ بمعنى أن يبدأ الشخص بالأعمال المذكورة في المرحلة الأولى لشهرٍ أو أكثر، إلى أن تطمئنَّ نفسه إلى المحافظة عليها، والالتزام بها بشكل يوميٍّ، ثم بعد ذلك ينتقل إلى الأعمال التي في المرحلة الثانية، ثم الثالثة.

سنكتفي في هذا البرنامج بذكر ثلاث مراحل فقط، ثم بعد ذلك يمكن البدء بالبرنامج الموسَّع، والإتيان منه قَدْر الاستطاعة. ونظرًا إلى أن كثيرًا من الأعمال الواردة في هذا البرنامج المبسَّط سنُفصِّلها في المطالب القادمة، فلن نذكر تفاصيلها أو مشروعاتها هنا، ومَنْ رغب في ذلك فليرجع إلى المواضيع التي ناقشناها فيها.

المرحلة الأولى: البدء بالأعمال المألوفة والبسيطة

غالب الأعمال في هذه المرحلة هي التي تعود كثير من الناس القيام بها، ولكن قد لا يكون بشكل منتظم، ولذلك فإن المطلوب في هذه المرحلة الانتظام في أدائها. والأعمال التي أوردناها في هذه المرحلة يمكن أيضًا تطبيقها من قبل طلاب المدارس، ولذا على الوالدين والمعلمين حثهم على ذلك. ورغم أن هناك أعمالاً كثيرة يمكن سردها هنا، غير أننا سنكتفي بذكر ما يأتي:

١- المحافظة على الصلوات الخمس

الصلوات الخمس هي عماد الدين، والفارق بين المسلم والكافر، وقد حثنا **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** على أدائها في مواضع عديدة في القرآن الكريم، ومنها مخاطبته لنبيه **ﷺ** أن يتصبر في أدائها، ويصبر أهلها عليها. يقول سبحانه: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْلُكَ رِزْقًا لَّحْنُ رِزْقِكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلنَّاقِي﴾ [طه: ١٣٢].

وبحمد الله، فإن غالبية المسلمين يؤدّون معظم الفرائض الخمس، ولكن بعضهم قد يتهاون - أحياناً - في أدائها بسبب زحمة الأعمال أو عدم توفر البيئة المناسبة التي يمكنهم تأدية

جميع الصلوات فيها، وهناك مَنْ يؤدي جميع الفرائض في أوقاتها إلا صلاة الفجر، فتجده يُؤخرها إلى أن يستيقظ للعمل أو الدراسة.

وقد يحتج بعض المتهاونين في تأدية صلاة الفجر بحديث «رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ: عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ، وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَحْتَلِمَ، وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ»^(١)، مع أن النائم المعذور في هذا الحديث هو مَنْ يأخذ جميع احتياطاته للاستيقاظ لصلاة الفجر، من النوم المبكر وتثبيت المنبه، ثم إن غلبه النوم بعد ذلك بسبب إرهاق أو مرض، فحينها قد يُعذر عند الله. من أجل هذا، ما نطلبه في هذه المرحلة هو المحافظة على تأدية جميع الصلوات الخمس في أوقاتها بشكلٍ منتظم، وعدم التهاون في أيٍّ واحدة منها.

٢- الجلوس بعد الصلاة للذكر والدعاء

كثيرٌ من الناس ينصرفون من صلاتهم بمجرد فراغهم منها، وأمثال هؤلاء كالزمزارع الذي يتعهّد شجرة الفاكهة بالريّ والتسميد، ثم عندما يحين قطاف ثمرها يرحل عنها،

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ٤٤٠٣، ج ٤، ص ١٤١) من حديث علي - كرم الله وجهه -.

ولا يأخذ منه شيئاً. من هنا، ننصح أن يبقى الواحد منا بعد الصلاة في مكانه ولو لعدة دقائق لذكر الله، ثم الدعاء لنفسه وأهله وعموم المسلمين.

٣- تلاوة القرآن

غالبية المسلمين يُجِلُّون القرآن ويُعَظِّمُونَهُ، ومع ذلك تجدهم لا يجلسون معه ولو لبضع دقائق لتلاوة شيء من آياته، أو أنهم يكتفون بسماعه من الإذاعة أو الهاتف، مع أننا بيننا في المطلب الأول الأجر العظيم الذي يحصل عليه تالي القرآن. لذا، فلنبدأ الواحد منا في تعظيم القرآن بشكل صحيح، عليه أن يقوم بتلاوته، ولو صفحة واحدة في كل يوم، ومن زاد ضاعف الله له في الأجر.

٤- حُسن المعاملة للوالدين وبقية أفراد الأسرة

الإسلام دينٌ عظيم ليس كسائر الأديان والأنظمة البشرية؛ فكما أنه يحرص على تقوية علاقة الإنسان بربه، فإنه كذلك يأمره أن يجعل صلته بأسرته متينة. وبحمد الله فإن معظم المسلمين حريصون على هذا، ولكن هناك مَنْ تُلهيهم وظائفهم وأعمالهم عن تفريغ بعض أوقاتهم لأسرهم، وأيضاً

بسبب ظهور وسائل التواصل الاجتماعي، وتلهي الكثيرين بها، قلت الأوقات التي يصرفها هؤلاء مع أسرهم.

من هنا، نذكر أنفسنا ونذكر هؤلاء بأن للأسرة حقاً علينا، وقضائنا بعض الأوقات معهم قد يكون من أفضل وسائل المعاملة الحسنة لهم. وإذا كانت ظروف عملك أو دراستك لا تُعينك على الجلوس مع والديك وأفراد أسرتك بشكل منتظم، فعلى الأقل تواصل معهم بالهاتف أو بوسائل التواصل الاجتماعي.

٥- الوصول إلى العمل أو الدراسة قبل الوقت

إن النجاح في الحياة يتطلب منا الالتزام بما نشترطه على أنفسنا من أقوال وأفعال. والعمل والدراسة هما من الأمور التي - في الغالب - أقبلنا عليها عن طوعية ورغبة، ولذلك علينا الوفاء بمتطلباتها على أكمل وجه، وأقل ذلك أن نلزم أنفسنا الوصول إلى مكانهما قبل الوقت، ولو بدقائق، وبشكل منتظم.

٦- المشي لربع ساعة على الأقل في اليوم

معظم الناس في هذا الزمان في حركة دؤوبة بسبب ظروف المعيشة، ولذا لا يحتاجون إلى تذكير بالمشي والحركة، ولكن هناك من تكون طبيعة وظائفهم البقاء في مكاتبهم

لساعات طويلة مع قلة في الحركة، فمثل هؤلاء قد يحتاجون إلى الالتزام بالمشي بشكل يومي للمحافظة على صحتهم.

وللمشي فوائد عديدة غير مجرد تمرين عضلات الجسم وتقويتها. من تلك الفوائد أنه يمكنك خلاله مراجعة ما تحفظه من القرآن، أو استرجاع بعض القضايا والمواضيع التي تهتم المجتمع، ومناقشتها مع نفسك، أو أن تشغل وقتك بذكر الله، أو التفكير في هذا الكون البديع الذي أتقن صنعه ربُّ العزة سبحانه، ﴿صُنِعَ اللَّهُ الَّذِي أَنْقَنَ كُلَّ شَيْءٍ﴾ [النمل: ٨٨].

وعادة التفكير هذه - كما سنُفصّل فيها في المطلب الرابع - من العبادات المهمة التي تزيد من إيمان المرء، وتقوي صلته بربه، ويمكن أن تأخذ صوراً عديدة؛ منها التركيز على ما تقع عليه عينك من مبانٍ وشوارع وسيارات ومارة.

ومن خلال المشي يتعرّف الواحد منا على أحوال الناس، وما يستجدُّ في المجتمع من تغيّرات، فيبحث ذلك في نفوسنا الهمة والرغبة في مساعدة الآخرين، وقد تأتينا الأفكار التي يمكن أن تُعيننا على خدمة الناس والمجتمع، ويمكن أيضاً استغلال المشي لمناقشة مواضيع نافعة مع الأصدقاء والزملاء.

المرحلة الثانية: زيادة الأعمال وتحسينها

في هذه المرحلة يقوم الشخص بتحسين أداء الأعمال التي ذكرناها في المرحلة الأولى، وكذلك إضافة أعمال أخرى سنذكرها. الأعمال في هذه المرحلة يمكن أن تشمل:

١- المحافظة على تأدية الصلوات الخمس في أول وقتها

كنا قد طلبنا في المرحلة الأولى المحافظة على تأدية الصلوات الخمس في أيّ وقتٍ من أوقاتها المشروعة، وما نطلبه في هذه المرحلة هو أن لا يكتفي الواحد منا فقط بذلك، وإنما علينا أن نؤديها في أول وقتها.

وبحمد الله تغيّرت الأمور في هذا الزمان؛ فصارت منبهات الهاتف مُعينة على معرفة دخول أوقات الصلوات، ومكبرات الصوت في المساجد تجعل غالبية الناس يسمعون الأذان. لذا، حاول أن تبادر بالوضوء وأداء الصلاة عندما تسمع الأذان، وإن استطعتْ تأديتها مع الجماعة في المسجد أو المصلى فذلك أولى.

٢- الإتيان بأذكار الصلاة بعد كل فريضة

بعد أن عوّدت نفسك في المرحلة الأولى على البقاء في

مكان الصلاة لبضع دقائق للذكر والدعاء، عودها في هذه المرحلة على الإتيان بالأذكار الآتية بعد كل فريضة، وهي لن تأخذ منك إلا دقائق معدودة: سبحانه الله (٣٣ مرة)، ثم الحمد لله (٣٣ مرة)، ثم الله أكبر (٣٣ مرة)، ثم أكمل المائة بقولك: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

٣- البقاء لبضع دقائق للذكر والدعاء

بعد الإتيان بأذكار الصلاة، حاول أن تبقى في مكانك لعدة دقائق أخرى للذكر والدعاء؛ فتعظيمك الله بالتسبيح والحمد والتكبير والتهليل قد يكون سبباً لاستجابته لدعائك، ولذلك احرص أن لا تُفوّت هذه الفرصة.

٤- تلاوة صفحة واحدة من القرآن عند كل صلاة

بعد أن صارت لك صحبة مع كتاب الله ولو للحظات في كل يوم، حاول في هذه المرحلة أن تجلس مع كتاب الله عند كل صلاة؛ بحيث تتلو صفحة واحدة على الأقل، ولن يستغرق ذلك منك إلا دقيقتين أو ثلاثاً، وإن كانت ظروفك لا تسمح بالتلاوة عند كل صلاة، فيمكنك تلاوة خمس صفحات في أيّ

وقت في اليوم؛ كأن يكون بعد صلاة الفجر أو صلاة المغرب، أو في أي وقت آخر مناسب لك.

٥- التواصل مع الأقارب والجيران والأصدقاء

الإنسان - كما يقولون - مدنيٌّ بطبعه، ويحتاج أن يختلط بالناس، ويُقيم علاقات حسنة معهم، ومن هنا يمكننا البدء بالتواصل أولاً مع الأقارب والجيران والأصدقاء، حتى وإن كان مع شخصٍ واحدٍ فقط في كل أسبوع، وسواءً أكان ذلك بالزيارة، أو الاتصال بالهاتف، أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

٦- انتقاء الصحبة الصالحة للذهاب معهم إلى العمل والدراسة

للصحبة الصالحة فضلٌ عظيم؛ فهم يُؤنسونا في السراء والضراء، ويقفون معنا في الشدائد، ويمدُّون يدَ العون لنا إن أَلَمَّت بنا الضائقات. لهذا، فإن انتقاء أهل الخير والصلاح لمرافقتهم عند الذهاب إلى العمل أو الدراسة قد يكون بداية التخطيط لحياة سعيدة نعيشها. كذلك، فقد يُعيننا هؤلاء على تطبيق هذا البرنامج بالتذكير والتشجيع.

٧- الانصراف من العمل بعد انتهاء الوقت

كما بيَّنا في المرحلة الأولى، فإن الالتزام بالوصول إلى

العمل أو الدراسة قبل الوقت هو من خطوات النجاح في حياتنا، وكذلك فإن الانصراف منها بعد انتهاء الوقت - وليس قبله - سيُعطينا جدية في الالتزام بها وبمتطلباتها، ويجعلنا قدوة لغيرنا.

٨- الاجتهاد في تأدية الوظيفة والتكاليف الدراسية

ذكرنا في مقدمة هذا الكُتيب أن صاحب الهمة العالية، والراغب للوصول إلى أعلى مراتب النجاح لا يمكنه الاكتفاء فقط بممارسة الأعمال كما يمارسها عموم الناس، وإنما عليه الجِدُّ والاجتهاد للتميز في أدائها. لذلك، فإن بذل الجهد للتميز في الوظيفة أو الدراسة يُعدُّ من أساسيات النجاح في الحياة، وعلينا أن نسعى لذلك بصدق، ونذكر أنفسنا بأننا نفعل ذلك رغبة في تحقيق ما قد يعجز الآخرون عن تحقيقه.

٩- المشي لنصف ساعة على الأقل في اليوم

يمكن لمن يحتاج إلى المشي أن يزيده في هذه المرحلة لنصف ساعة على الأقل في اليوم، فكلما زادت حركتنا تحسّنت أحوالنا الصحية، ووقانا الله من الكثير من أمراض العصر التي يعاني منها الناس في زماننا هذا؛ فالمشي يُنشّط الدورة الدموية، ويزيد من كمية الأكسجين التي تصل إلى الدماغ، وبالتالي يجعلنا أكثر نشاطاً وحيوية.

المرحلة الثالثة: الانطلاق لأعمال أكثر وأنفع

في هذه المرحلة يستطيع الواحد منا أن ينطلق بهمة عالية لتأدية أعمال أكثر نفعاً له ولأسرته ومجتمعه، مع المحافظة على الأعمال التي ذكرناها في المرحلة الثانية. الأعمال في هذه المرحلة قد تشمل الآتي:

١- المحافظة على تأدية الصلوات الخمس مع الجماعة

لقد حثَّنا الإسلام على الالتزام بأداء الصلوات الخمس مع الجماعة، وجعل صلاة الجماعة أفضل عن صلاة الفرد بخمسين وعشرين مرة، وقيل بسبع وعشرين مرة. ولا شك أن لصلاة الجماعة من الفوائد العظيمة ما لا يُدرَكها إلا مَنْ حرص عليها، ومنها الشعور بالقرب والمعية من الله، والإحساس برابطة الإسلام العظيمة التي أَلَقَتْ بين قلوب المسلمين فجعلتهم كالجسد الواحد، وهي كذلك تُعين على تنظيم الأوقات بشكلٍ مَتَّزِنٍ بلا تفريط ولا إفراط.

إن المسلم يعيش لتحقيق أهدافٍ سامية، ولذلك يجدُّ ويجهدُ في شؤون هذه الحياة ومتطلباتها، غير أن عليه أن لا يغمس فيها إلى درجة أن ينسى ربه ومجتمعه، ومن هنا فكأن الله - سبحانه - وهو يُطالبنا بأداء الصلوات مع الجماعة، يريدنا

أن نتزع أنفسنا من مشاغل هذه الحياة لنعيش في أجواء إيمانية بعيدة عن ضغوطات العمل والتزامات الحياة، فنعود إلى نفوسنا الهمة، ويتجدد فيها النشاط.

وإذا كان يوجد مسجدٌ بالقرب من بيتك ومكان عملك أو دراستك فيمكنك تأدية الصلاة فيه، وإلا يمكنك الذهاب إلى أحد المصليات، وإذا لم يتيسر لك أيٌّ من ذلك فحاول أن تجد ولو شخصاً آخر تؤدي الجماعة معه. والمرأة - كما نعلم - غير مطالبة بتأدية الصلوات مع الجماعة.

٢- الجلوس بعد كل صلاة والإتيان بأذكار الصلاة

بيننا سابقاً الذكر الذي نقوله بعد كل صلاة، وفي هذه المرحلة حاول أن تزيد على ذلك، كما يلي:

◉ بعد أن تُسَلِّم من صلاتك، تقول: أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ (ثلاث مرات)، ثم: اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ، وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ^(١).

◉ ثم تقول: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، لَا

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ٩٢٨، ج ٢، ص ٨٨) من حديث ثوبان رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، وَلَهُ النَّعْمَةُ، وَلَهُ الْفَضْلُ، وَلَهُ الشَّاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ، وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ^(١)، ثم تقول: اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ، وَلَا مُعْطِي لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ^(٢).

◉ ثم تقول بعد ذلك: سبحان الله (٣٣ مرة)، ثم الحمد لله (٣٣ مرة)، ثم الله أكبر (٣٣ مرة)، ثم تَكْمِلُ المائة بقولك: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (مرة واحدة)، وأما عقب صلاة المغرب والفجر، فتقول لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (عشر مرات).

◉ يُسْتَحَبُّ أَنْ تَقْرَأَ بَعْدَ ذَلِكَ آيَةَ الْكَرْسِيِّ مَرَّةً وَاحِدَةً سِرًّا، ثم تقرأ بعدها قل هو الله أحد والمعوذتين مرة واحدة سِرًّا، وفي المغرب والفجر كرر قراءة قل هو الله أحد والمعوذتين ثلاث مرات.

(١) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ١٦١٠٥، ج ٢٦، ص ٣١) من حديث عبدالله بن الزبير رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٨٤٤، ج ١، ص ١٦٨) من حديث المغيرة ابن شعبة.

٣- الإتيان بالأدعية والأذكار الأخرى

يمكنك الإتيان حسب المستطاع ببعض الأذكار والأدعية التي سنُبينها في المطالب القادمة.

٤- تلاوة صفحتين من القرآن بعد كل صلاة

بعد أن تعوّدتَ في المرحلة الثانية على تلاوة كتاب الله بشكلٍ منتظمٍ، وربما بدأتَ تشعر بأثار ذلك على نفسك وحياتك، وخاصة في الطمأنينة والسكينة وتيسير الأمور والبركة في الرزق وغيرها من الهبات العظيمة التي يمتنُّ بها المولى - سبحانه - على قارئ القرآن، حاول في هذه المرحلة أن تزيد عدد الصفحات التي تقرؤها عند كل صلاة إلى صفحتين، وإذا لم تتمكن من التلاوة عند كل صلاة، فحاول أن تقرأ عشر صفحات في أي وقت في اليوم.

وبعد فراغك من القراءة، جميلٌ أن تدعو بهذا الدعاء المأثور عن رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، ابْنُ عَبْدِكَ، ابْنُ أُمَّتِكَ، نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ، عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمِّيتَ بِهِ نَفْسَكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ

عِنْدَكَ، أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجِلَاءَ حُزْنِي، وَذَهَابَ هَمِّي»^(١).

٥- حفظ آية واحدة من القرآن في كل يوم

بعد أن صار القرآن جزءاً من حياتك، وصرت تتلوه بشكل منتظم، حاول في هذه المرحلة أن تبدأ بحفظ ولو آية واحدة منه في كل يوم، وستجد بركة ذلك بإذن الله. ولا يخفى أن حفظ كتاب الله فيه نوعٌ من التنشيط الذهني، وبسببه يحفظ الله عقول حَفَظَةَ كتابه حتى ولو بلغوا من العمر ما بلغوا، وفيه إثباتٌ للذات بقدرتها على تذليل الصعوبات؛ فكثيرٌ من الناس يتوهم أنه ليس لديه القدرة على الحفظ، ولكن بحفظ ولو آية واحدة في كل يوم سيبدأ ذلك الشعور في التلاشي.

٦- قراءة صفحة واحدة من أي كتاب

كما أن الرياضة حياة الجسد، فالقراءة حياة القلب والعقل، ومن خلالها يتدرّج الإنسان في مراتب السُّمو والرفعة في هذه الحياة وفي الدار الآخرة. من هنا، ننصحك بالبدء بقراءة ولو صفحة واحدة في كل يوم من أي كتاب من الكتب النافعة، ولو

(١) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٣٧١٢، ج ٦، ص ٢٤٧) من حديث عبدالله بن مسعود رضي الله عنه.

جعلت قراءتك في أحد التفاسير أو كتب التجويد لكان ذلك أنفع لك عند التلاوة والحفظ لكتاب الله.

٧- المشاركة في الأعمال الخيرية التي تخدم المجتمع

يُعتبر المرء الذي يعيش لذاته أنانيًا، ومن سُبُل التخلُّص من تلك الأنانية بذل المعروف للناس، وقضاء حوائجهم. وبما أن الآخرين يُقدِّمون لنا شتى أنواع المساعدات والخدمات - حتى وإن كانت أحيانًا بمقابل مالي - فإننا مدينون لهم بذلك، وعلينا أن نبذل ما في وسعنا لمعونتهم وإسعادهم، وفي ذلك عونٌ لأنفسنا وإسعادٌ لها أيضًا، وقد لا يُكلفنا ذلك مالًا أو جهدًا كبيرًا، وإنما مجرد المشاركة في أيِّ عمل يخدم الناس والمجتمع سيعود نفعه - بإذن الله - علينا وعلى الآخرين.

وقد روى أبو هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أن رسول الله ﷺ قال: «مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا، نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ، يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَمَنْ سَتَرْتُ مُسْلِمًا، سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ»^(١). وروى جابر بن عبد الله رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عنه عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ أنه قال: «الْمُؤْمِنُ يَأْلَفُ

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ٢٦٩٩، ج ٤، ص ٢٠٧٤).

وَيُؤْلَفُ، وَلَا خَيْرَ فِيمَنْ لَا يَأْلَفُ، وَلَا يُؤْلَفُ، وَخَيْرُ النَّاسِ
أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ»^(١)، وفي حديث آخر: «خَيْرُكُمْ مَنْ يُرْجَى خَيْرُهُ
وَيُؤْمَنُ شَرُّهُ، وَشَرُّكُمْ مَنْ لَا يُرْجَى خَيْرُهُ، وَلَا يُؤْمَنُ شَرُّهُ»^(٢).



(١) الأوسط للطبراني (حديث رقم: ٥٧٨٧، ج ٦، ص ٥٨).

(٢) صحيح ابن حبان (حديث رقم: ٥٢٧، ج ٢، ص ٢٨٥) من حديث أبي

هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

بين الاستيقاظ وصلاة الفجر

المطلب
الثالث

سنبدأ في هذا المطلب الحديث عن البرنامج العملي الموسَّع الذي نأمل أن يسعى كل واحد منا للاستفادة منه، وسنبدأ مراحل البرنامج بالاستيقاظ من النوم، ثم نتحدث في المطالب القادمة عن الفترات الأخرى في اليوم، إلى أن تنتهي حين نُسلم الروح لبارئها في الليل، ونسعد بنومٍ هنيءٍ بإذن الله. وأوقات المؤمن - كما ذكرنا في مقدِّمة الكتاب - كلها عبادة وطاعة لله، حتى وإن كان يمارس أعمال حياته المعتادة، ولذا فلا عجب أن نجده يرتبط بربه منذ اللحظات الأولى من استيقاظه من النوم، إلى اللحظات الأخيرة قبل نومه في الليل. من هنا، جعلنا هذا البرنامج مساهراً لحركة الإنسان خلال يومه، وحاولنا أن نُنبِّه إلى الأوقات المباركة التي يستطيع الاستفادة منها.

من هذه الأوقات المباركة وقتُ السَّحَر الذي يسبق طلوع الفجر، فهو من الأوقات التي اختصَّها المولى - سبحانه - بالبركة والخير العظيم، وأثنى عليها في كتابه العزيز بقوله: ﴿كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ ﴿١٧﴾ وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾

[الذاريات: ١٧-١٨]، وقوله: ﴿الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَنِتَّةِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ﴾ [آل عمران: ١٧]، فجعل الاستغفار من أفضل الأعمال في هذا الوقت.

ولكي نستفيد من هذا الوقت، علينا أن نحاول الاستيقاظ قبل طلوع الفجر بنصف ساعة على الأقل، والإتيان بما يتسنى لنا من الأعمال الآتية قبل ذهابنا إلى المسجد.

أولاً: الأعمال التي نقوم بها قبل خروجنا إلى المسجد

الاستيقاظ من النوم بعث أصغر، يردُّ الله سبحانه وتعالى به الأرواح إلى أصحابها، كما قال سبحانه: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فِيمِمْسِكَ الَّتِي فَضَى عَلَيْهَا أَلْمُوتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الزمر: ٤٢]، وهو أيضًا بدء يوم جديد لا يدري الإنسان ما سيكون فيه، ولا فلاح له إلا إن كان مرتبطاً بخالقه في كل أحواله، ومن هنا فهو يتقلَّب في ذكر الله حال نومه ويقظته. لذا، فقد كان للشرع الشريف آداب عامة يأتي بها المسلم حين استيقاظه، تصله بخالقه سبحانه، فيكون الافتتاح باسم الله لتشيع البركة، وتستقر النفس، وتطمئن الروح.

وهناك فائدة علمية^(١) للبقاء في السرير ولو للحظات يسيرة بعد الاستيقاظ من النوم؛ فهو يُعين الدماغ على استعادة نشاطه بشكل تام، وفي ذلك احترازٌ من الإصابة ببعض الإعاقات الذهنية، عافانا الله منها جميعاً. من هنا، جاء الهدى النبوي للإتيان بأدعية الاستيقاظ الماثورة التي فيها خيرٌ عظيم، وشكرٌ للمولى - سبحانه - على نعمة النوم التي تُريح النفوس، وتُعيد إليها النشاط.

وتنتشر في زماننا ظاهرة غريبة - وخاصة بين الشباب والفتيات -؛ وهي أنه بمجرد ما يستيقظ الواحد منهم من نومه ويفتح عينيه يتناول هاتفه، ويبدأ في تصفُّح بريده الإلكتروني أو وسائل التواصل الاجتماعي، وهذا له آثارٌ نفسية سلبية على الشخص، كما أنه يُفوّت عليه الكثير من الخير الذي يمكن أن يجنيه من خلال الإتيان بالأدعية الماثورة. لذا، حاول أن تُعوّد نفسك على الإتيان بالآداب الآتية قبل الانتقال من مكان نومك:

(١) «مخاطر الاستيقاظ السريع من النوم»: موقع البوابة، الرابط:

<https://www.albawabhnews.com/701717>

الأدب الأول: مسح الوجه باليدين

جاء في الحديث ^(١) عنه عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ أنه كان إذا استيقظ من نومه، جعل يمسح النوم بيده عن وجهه.

الأدب الثاني: الإتيان بأذكار الاستيقاظ

يروى لنا حذيفة بن اليمان رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أن النبي ﷺ كان إذا قام من نومه قال: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَمَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ ^(٢)، وكان أيضاً يقول: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَانِي فِي جَسَدِي، وَرَدَّ إِلَيَّ رُوحِي، وَأَذِنَ لِي بِذِكْرِهِ ^(٣).

(١) أَبُو عُبَيْدَةَ عَنْ جَابِرِ بْنِ زَيْدٍ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّهُ بَاتَ عِنْدَ مَيْمُونَةَ زَوْجِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَهِيَ خَالَتُهُ. قَالَ ابْنُ عَبَّاسٍ: فَاضْطَجَعْتُ فِي عَرْضِ الْوَسَادَةِ، وَاضْطَجَعَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ وَأَهْلُهُ فِي طُولِهَا، فَتَامَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ حَتَّى انْتَصَفَ اللَّيْلُ أَوْ قَبْلَهُ بِقَلِيلٍ أَوْ بَعْدَهُ بِقَلِيلٍ، فَاسْتَيْقَظَ وَجَعَلَ يَمْسَحُ النَّوْمَ بِيَدِهِ عَنْ وَجْهِهِ، ثُمَّ قَرَأَ الْعَشْرَ الْآيَاتِ الْخَوَاتِمَ مِنْ سُورَةِ آلِ عِمْرَانَ، ثُمَّ قَامَ إِلَى شَنْ مَعْلَقٍ، فَتَوَضَّأَ مِنْهُ فَأَحْسَنَ وَضُوءَهُ، ثُمَّ قَامَ يُصَلِّي، قَالَ: فَقُمْتُ وَصَنَعْتُ مِثْلَ مَا صَنَعَ، ثُمَّ ذَهَبْتُ فَقُمْتُ إِلَى جَنْبِهِ، فَوَضَعَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَدَهُ الْيُمْنَى عَلَى رَأْسِي، وَأَخَذَ بِأُذُنِي يَفْتُلُهَا، ثُمَّ صَلَّى اثْنَتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً، ثُمَّ أَوْتَرَ، ثُمَّ اضْطَجَعَ حَتَّى جَاءَ الْمُؤَدِّنُ فَقَامَ فَصَلَّى رَكْعَتَيْنِ خَفِيفَتَيْنِ، ثُمَّ خَرَجَ فَصَلَّى الصُّبْحَ. رواه الإمام الربيع بن حبيب

في الجامع الصحيح (حديث رقم: ٢٠٣، ج ١، ص ٥٥).

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٣١٢، ج ٨، ص ٦٩).

(٣) سنن الترمذي (حديث رقم: ٣٤٠١، ج ٥، ص ٤٧٢) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

الأدب الثالث: قراءة العشر الأواخر من سورة آل عمران

جاء في الحديث الذي أوردناه قبل قليل أنه عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ كان لا يقوم من مقامه بعد حمد الله وذكره حتى يقرأ العشر الأواخر من سورة آل عمران، وهي بداية من قوله تعالى: ﴿إِن فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ﴾ [آل عمران: ١٩٠] إلى آخر السورة.

الأدب الرابع: السَّوَاك

وهو مستحبٌ في جميع الأوقات، ولكنه في بعض الأوقات أشدُّ استحباباً؛ ومنها عند الصلاة وعند الوضوء. وقد ورد عنه عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ أنه قال: «لَوْ لَا أَن أَشَقَّ عَلَى أُمَّتِي لَأَمَرْتُهُمْ بِالسَّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ وَكُلِّ وُضُوءٍ»^(١). ومن الأوقات التي يُسْتَحَبُّ فيها السَّوَاكِ الاستيقاظ من النوم؛ لثبوت ذلك عن النبي ﷺ أنه «كَانَ إِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ يَشُورُ فَاهُ بِالسَّوَاكِ»^(٢).

والاتفاق قائمٌ على أن السَّوَاكِ ليس تعبدياً، ولكنه أمرٌ معلومة حكمته وهي نقاء الفم في ريحه ولون أسنانه، وقد

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ٩٦، ج ١، ص ٢٩) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٥، ج ١، ص ٤٢) من حديث حذيفة بن اليمان رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

كان المعمول به زمان النبي ﷺ تنظيفه بالسواك، ولا مانع من أي شيء يؤدي إلى الحكمة السابقة، بل قد يجد الناس من منظفات الفم ما هو أبلغ في التنظيف من السواك، وهذا كله التزامٌ بهدي النبي ﷺ، وأخذٌ بسنته.

الأدب الخامس: غُسل اليدين ثلاثاً إلى الرسغين قبل غمسهما في الإناء

وذلك لحديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عن النبي ﷺ قال: «إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ، فَلَا يَغْمِسُ يَدَهُ فِي الْإِنَاءِ حَتَّى يَغْسِلَهَا ثَلَاثًا، فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ»^(١). والنبي ﷺ هنا يُبَيِّنُ عِلَّةَ الأمر في غُسل اليدين قبل غمسهما في الإناء؛ وهي أن المكلف لا يدري أين باتت يده، وما دام لا يدري فلعلَّه لحقته نجاسة لا يعلم عنها، فكان الاحتياط أن يغسلها قبل أن يدخلها في الإناء حتى لا يُصيب ماء الوضوء نجاسة.

الأدب السادس: الوضوء

بجانب مشروعية الوضوء للطهارة، فهو أيضاً لكي يُصبح المؤمن نشيطاً طيب النفس، ويبدأ حياة جديدة مفتوحة بركة ذكر الله وعبادته، ففي الحديث عن أبي عبيدة عن جابر بن زيد

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ٢٧٨، ج ١، ص ٢٣٣).

عن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: قال رسول الله ﷺ: «يَعْقُدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدَاتٍ يَضْرِبُ مَكَانَ كُلِّ عُقْدَةٍ: عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ؛ فَإِذَا اسْتَيْقَظَ وَذَكَرَ اللَّهُ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِذَا تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِذَا صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ؛ فَيُصْبِحُ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانٍ»^(١).

من هنا، عليك أن تتهيأ للصلاة والذكر والدعاء بالوضوء، وتقول عند دخول مكان قضاء الحاجة: بِسْمِ اللَّهِ، ثم تدعو بهذا الدعاء: اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ^(٢)، وبعد الخروج منه تقول: غفرانك^(٣)، ثم تتوضأ مع الحرص على عدم الإسراف في استهلاك الماء؛ امتثالاً لنهي المصطفى ﷺ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عن ذلك عندما مرَّ بسعد بن أبي وقاص رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ فقال له: «مَا هَذَا السَّرَفُ يَا سَعْدُ؟»، فقال سعد: «أَفِي الْوُضُوءِ سَرَفٌ؟»، فردَّ عليه رسول الله ﷺ: «نَعَمْ، وَإِنْ كُنْتَ عَلَى نَهْرٍ جَارٍ»^(٤).

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ١٣٠، ج ١، ص ٣٧).

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٣٢٢، ج ٨، ص ٧١) من حديث أنس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) سنن ابن ماجه (حديث رقم: ٣٠٠، ج ١، ص ١١٠) من حديث عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا.

(٤) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٧٠٦٥، ج ١١، ص ٦٣٧) من حديث

عبدالله بن عمرو بن العاص رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، وقد صحَّحه الألباني في سلسلة الأحاديث

الصحيحة (حديث رقم: ٣٢٩٢).

بعد فراغك من الوضوء تقول: أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ، اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ، وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ^(١)، ثم تلبس أحسن ثيابك^(٢)، وجميل أن تضع عليك بعضاً من الطيب؛ فإنك ستقف بين يدي مولاك تناجيه وتدعوه، وستلمس المصحف، وتسلم على إخوانك المؤمنين في المسجد، وتقف بجانبهم في الصلاة، وكل ذلك يتطلب منك أن تنهياً نفسياً وحسباً لهذه العبادات العظيمة، ومن أفضل تلك التهيئة أن تكون في أحسن هيئة وأزكى رائحة.

إذا كنت أخرت صلاة الوتر إلى آخر الليل، كما سنذكر في نهاية هذا البرنامج، حاول أولاً أن تصلي ركعتين أو أكثر تدعو الله فيهن وأنت ساجد بما تشاء من الأدعية، لأنه ورد في الحديث: «أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ، فَأَكْثِرُوا الدُّعَاءَ»^(٣)، ثم بعد ذلك تصلي الوتر ركعة واحدة.

(١) سنن الترمذي (حديث رقم: ٥٥، ج ١، ص ٧٧) من حديث عمر بن الخطاب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) هناك ظاهرة تفشّت في مجتمعاتنا؛ وهي الإتيان إلى المسجد بلباس النوم (المعروف بالبيجامة)، مع أن هؤلاء يستحيون لبس ذلك في العمل أو عند زيارة أحد، فهل جعلنا المولى - سبحانه - أهون على نفوسنا من البشر؟

(٣) سنن أبي داود (حديث رقم: ٨٧٥، ج ٢، ص ١٥٥) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

إذا كان لا يزال هناك وقتٌ قبل أذان الفجر، فيمكنك قضاءه في الاستغفار والدعاء، فهما من خصائص هذا الوقت، كما بيّنا، وعندما تفرغ حاول أن تبقى في مجلسك وتحفظ شيئاً من القرآن، حسب الخطة التي وضعتها لنفسك، أو تراجع ما سبق لك حفظه من آياتٍ وسور، أو تتلو ما تيسر لك من القرآن.

وبعد أن يؤذن لصلاة الفجر، يُفَضَّل أن تصلي سنة الفجر في بيتك، لما رُوي عنه - عليه أفضل الصلاة والسلام - أنه قال: «...فَعَلَيْكُمْ بِالصَّلَاةِ فِي بُيُوتِكُمْ، فَإِنَّ خَيْرَ صَلَاةِ الْمَرْءِ فِي بَيْتِهِ إِلَّا الصَّلَاةُ الْمَكْتُوبَةُ»^(١).

ثانياً: الأعمال التي نقوم بها في طريقنا إلى المسجد

عندما تتوجّه إلى المسجد لتأدية فريضة الفجر مع الجماعة، حاول أن تشغل لسانك وقلبك بالذكر وتلاوة القرآن، فتقول عند خروجك من البيت: بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ أَنْ نَزِلَّ، أَوْ نُضَلَّ، أَوْ نَظْلِمَ، أَوْ نُظْلَمَ، أَوْ نَجْهَلَ، أَوْ يُجْهَلَ عَلَيْنَا^(٢). بعدها، تدعو بهذا

(١) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٢١٦٣٢، ج ٣٥، ٤٩٧) من حديث زيد بن ثابت رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) روى أبو داود في سننه (حديث رقم: ٥٠٩٥، ج ٧، ص ٤٢٥) من حديث =

الدعاء: اللَّهُمَّ اجْعَلْ فِي قَلْبِي نُورًا، وَفِي لِسَانِي نُورًا، وَاجْعَلْ فِي سَمْعِي نُورًا، وَاجْعَلْ فِي بَصَرِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ خَلْفِي نُورًا، وَمِنْ أَمَامِي نُورًا، وَاجْعَلْ مِنْ فَوْقِي نُورًا، وَمِنْ تَحْتِي نُورًا، اللَّهُمَّ أَعْطِنِي نُورًا^(١).

إذا كان المسجد بعيدًا عن بيتك، فاقرأ ما تيسر من القرآن، مما تحفظه أو من هاتفك، وأما إن كانت المسافة بين البيت والمسجد قصيرة فيمكنك قضاءها في ذكر الله والدعاء.

عندما تريد الدخول إلى المسجد، حاول أن تدعو بهذا الدعاء: بِاسْمِ اللَّهِ، وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي ذُنُوبِي وَافْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ^(٢)، وإذا كان لا يزال هناك مُتَسَّع من الوقت قبل إقامة الصلاة، فيمكنك أن تشغله بما تشاء من الأدعية والأذكار.



= أنس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أن النبي ﷺ قال: «إِذَا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِهِ فَقَالَ بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، قَالَ: يُقَالُ حِينَئِذٍ: هُدَيْتَ، وَكُفِّيتَ، وَوُقِّيتَ، فَتَسْحَى لَهُ الشَّيَاطِينُ، فَيَقُولُ لَهُ شَيْطَانٌ آخَرُ: كَيْفَ لَكَ بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وَكُفِّي وَوُقِيَ؟».

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ٧٦٣، ج ١، ص ٥٢٥) من حديث ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٢) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٢٦٤١٧، ج ٤٤، ص ١٥) من حديث

فاطمة الزهراء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا.

بين صلاة الفجر وطلوع الشمس

المطلب
الرابع

الوقت بين صلاة الفجر وطلوع الشمس من الأوقات المباركة التي حرص النبي ﷺ وصحابته الكرام على الاستفادة منه، ثم تبدل الحال في زماننا فصار الناس يقضونه للاستعداد للعمل أو الدراسة، وهناك من يقضيه في النوم، خاصة في أوقات الإجازات.

أولاً: هدي المصطفى عليه الصلاة والسلام في هذا الوقت

كان من هديه عليه الصلاة والسلام أن يبقى في مصلاه إلى أن تطلع الشمس، ثم ينصرف، ولم يثبت عنه أنه كان يصلي الشروق في موضعه ذلك. روى جابر بن سمرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أن النبي ﷺ «كَانَ إِذَا صَلَّى الْفَجْرَ جَلَسَ فِي مُصَلَّاهُ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ حَسَنًا»^(١)، حَسَنًا: أي مرتفعة.

وعن سِمَاك بن حرب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: قلت لجابر بن سمرة: «أَكُنْتُ تُجَالِسُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ؟ قَالَ: نَعَمْ كَثِيرًا. فَكَانَ لَا يَقُومُ مِنْ مُصَلَّاهُ الَّذِي صَلَّى فِيهِ الْغَدَاةَ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ، فَإِذَا طَلَعَتْ قَامَ»^(٢).

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ٦٧٠، ج ١، ص ٤٦٤).

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ١٢٩٤، ج ٢، ص ٤٦٥).

وقد ذكر **عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ** فضل هذا الوقت عندما قال: «مَنْ صَلَّى **الْغَدَاةَ** (أي صلاة الفجر) **فِي جَمَاعَةٍ** ثُمَّ قَعَدَ يَذْكُرُ اللَّهَ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ، ثُمَّ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ كَانَتْ لَهُ كَأَجْرِ حَجَّةٍ وَعُمْرَةٍ»، قال راوي الحديث: قال رسول الله **ﷺ**: «**تَامَّةٌ تَامَّةٌ**»^(١)، فأَيُّ فضلٍ عظيمٍ أن نحصل على أجر حجة وعمره تَامَتَيْنِ لمجرد جلوسنا في المسجد بعد صلاة الفجر إلى طلوع الشمس، والذي يُقدَّر بحوالي ساعة واحدة؟

وقد اعتاد بعض الناس - وخاصة الشباب والفتيات - قضاء هذا الوقت في النوم، مع أن رسول الله **ﷺ** كان يُوجِّه أصحابه إلى استغلال هذا الوقت فيما يعود عليهم بالنفع في دنياهم وأخراهم؛ ففي حديث صخر الغامدي أن النبي **ﷺ** قال: «**اللهم بارِكْ لَأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا**»، وكان إذا بعثَ سَرِيَّةً، أو جيشاً بعثهم من أولِ النهار^(٢).

وقد كره بعض السلف النوم بعد الفجر، فقد أخرج ابن أبي شيبة في مصنفه بإسناد صحيح عن عروة بن الزبير **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا** أنه قال: كان الزبير ينهى بنيهِ عن التَّصَبُّحِ (أي النَّوْمِ في الصباح)،

(١) سنن الترمذي (حديث رقم: ٥٨٦، ج ٢، ص ٤٨١) من حديث أنس **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ**.

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ٢٦٠٦، ج ٤، ص ٢٤٧).

قال عروة: «إني لأسمع أن الرجل يتصبَّح فأزهد فيه»^(١).

فإذا كنت غير مرتبطٍ بعملٍ أو دراسة، أو كنت في إجازة، حاول أن تستفيد من هذا الوقت، وتبقى في مجلسك للذكر والدعاء وتلاوة القرآن إلى أن تطلع الشمس، ولا يُشترط أن تقوم بهذا العمل في كل يوم ولكن حسب الفراغ والطاقة، ومن كان لديه الوقت والهمة فليحافظ عليه بشكل يومي.

ثانياً: الأعمال التي يمكن القيام بها في هذا الوقت

ولسائل أن يسأل: وكيف أستطيع الاستفادة من هذا الوقت؟ فنقول: يمكنك قضاؤه في واحدٍ أو أكثر من الأعمال الآتية:

- ✓ الإتيان بأذكار الصباح التي سنذكرها بعد قليل.
- ✓ قراءة وردك من القرآن، أو حفظ شيءٍ منه، أو مراجعة ما كنتَ حفظته في السابق.
- ✓ الجلوس في حلقة تلاوة، فهذه تساعدك على تصحيح تلاوتك، وتُعينك على حفظ القرآن وفهم معانيه.
- ✓ تدبُّر كتاب الله، سواءً أكنتَ تقوم بهذا بمفردك، أم بالاستعانة ببعض الكتب المتعلقة بهذا الموضوع، أم بجلوسك في حلقة يُقيمها أحد المشايخ أو طلاب العلم.

(١) مصنف ابن أبي شيبة (حديث رقم: ٢٥٤٤٢، ج ٥، ص ٢٢٢).

✓ يمكنك الاشتغال بغير ما ذكرنا من الأعمال الصالحة، فكلُّ فيه الخير بإذن الله، ولكن لا تتنفلَّ بالصلاة في هذا الوقت، فقد ورد النهي عن ذلك إلى أن تطلع الشمس^(١).

ثالثاً: أذكار الصباح

من الأعمال الجليلة التي يمكنك الإتيان بها في هذا الوقت ما يُعرف بأذكار الصباح، وهذه لن تأخذ منك إلا حوالي خمسين دقيقة، وإن تعدَّرت الإتيان بها في المسجد، فيمكنك أن تقولها وأنت عائدٌ إلى بيتك أو ذاهبٌ إلى عملك، وإن كنت لا تستطيع الإتيان بها جميعها، فأبِ منها ما استطعت، فأحبُّ الأعمال أدومها، كما في الهدي النبوي.

وهناك سننٌ يذكرها أهل العلم يُفَضَّل الإتيان بها عند تلاوة هذه الأذكار، ومنها الطهارة والاستياك والتطيب واستقبال القبلة، ولكن أهمُّ من ذلك أن تُخلص جميع أعمالك لله وحده، وأن تتخلص من الذنوب والمعاصي والآثام بالتوبة النصوح، والأذكار الواردة هي:

(١) روى الإمام الربيع بن حبيب في مسنده (حديث رقم: ٢٩٥، ج ١، ص ٧٧) من حديث ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي ﷺ قال: «لَا صَلَاةَ بَعْدَ صَلَاةِ الْعَصْرِ حَتَّى تَغْرُبَ الشَّمْسُ، وَلَا صَلَاةَ بَعْدَ صَلَاةِ الصُّبْحِ حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ».

✓ اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ بِنِعْمَتِكَ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي، إِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ^(١). وقد ورد أن من قال هذا الدعاء حين يُصبح أو يُمسي، فمات من يومه أو ليلته دخل الجنة.

✓ اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أَشْهَدُ وَأُشْهَدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ وَمَلَائِكَتَكَ وَجَمِيعَ خَلْقِكَ: أَنْكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، وَأَنْ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ (أربع مرات)^(٢). وقد ذكر راوي الحديث أن رسول الله ﷺ بين الأجر العظيم لمن قال هذا الدعاء؛ فَمَنْ قَالَهُ حِينَ يُصْبِحُ أَوْ يُمَسِي مَرَّةً وَاحِدَةً «أَعْتَقَ اللَّهُ رُبْعَهُ مِنَ النَّارِ، فَمَنْ قَالَهَا مَرَّتَيْنِ أَعْتَقَ اللَّهُ نِصْفَهُ، وَمَنْ قَالَهَا ثَلَاثًا أَعْتَقَ اللَّهُ ثَلَاثَةَ أَرْبَاعِهِ، فَإِنْ قَالَهَا أَرْبَعًا أَعْتَقَهُ اللَّهُ مِنَ النَّارِ».

✓ رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ ﷺ نَبِيًّا (ثلاث مرات)^(٣).

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٠٧٠، ج ٧، ص ٤٠٥) من حديث ابن بريدة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنْ أَبِيهِ.

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٠٦٩، ج ٧، ص ٤٠٥) من حديث أنس بن مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) صحيح ابن حبان (حديث رقم: ٨٦٣، ج ٣، ص ١٤٥) من حديث أبي سعيد الخدري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

✓ أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ فَتَحَهُ وَنَصَرَهُ وَنُورَهُ وَبَرَكَتَهُ وَهُدَاهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ^(١).

✓ أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ﷺ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا، وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ^(٢).

✓ اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ (ثلاث مرات)^(٣).

✓ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَضَلَعِ الدِّينِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ^(٤).

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٠٨٤، ج ٧، ص ٤١٧) من حديث أبي مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ١٥٣٦٠، ج ٢٤، ص ٧٧) من حديث ابن عبد الرحمن بن أبزي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عن أبيه.

(٣) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٢٠٤٣٠، ج ٣٤، ص ٧٥) من حديث عبد الرحمن بن أبي بكرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٤) سنن الترمذي (حديث رقم: ٣٤٨٤، ج ٥، ص ٥٢٠) من حديث أنس بن مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

✓ سبحان الله (مائة مرة)، ثم الحمد لله (مائة مرة)، ثم الله أكبر (مائة مرة)^(١).

✓ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ (مائة مرة). وقد ورد أن من قال هذا الدعاء في يوم مائة مرة «كَانَتْ لَهُ عِدَلُ عَشْرِ رِقَابٍ، وَكُتِبَ لَهُ مِائَةُ حَسَنَةٍ، وَمُحِيتَ عَنْهُ مِائَةُ سَيِّئَةٍ، وَكَانَتْ لَهُ حِرْزًا مِنَ الشَّيْطَانِ، يَوْمَهُ ذَلِكَ حَتَّى يُمْسِيَ، وَلَمْ يَأْتِ أَحَدٌ بِأَفْضَلَ مِمَّا جَاءَ إِلَّا رَجُلٌ عَمِلَ أَكْثَرَ مِنْهُ»^(٢).

✓ رَبِّ أَعْنِي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ^(٣). وقد ذكر معاذ بن جبل رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - راوي الحديث - أن رسول

(١) روى أحمد بن حنبل في مسنده (حديث رقم: ٢٧٣٩٣، ج ٤٥، ص ٣٨٧) من حديث أم هانئ بنت أبي طالب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قالت: جئت النبي ﷺ فقلت: يا رسول الله إني امرأة ثقلت فعلمني شيئاً أقوله وأنا جالسة، قال: «قولي: اللَّهُ أَكْبَرُ مِائَةَ مَرَّةٍ، فَهُوَ خَيْرٌ لَكَ مِنْ مِائَةِ بَدَنَةٍ مُجَلَّلَةٍ مُتَقَبَّلَةٍ، وَقُولِي: الْحَمْدُ لِلَّهِ مِائَةَ مَرَّةٍ، فَإِنَّهُ خَيْرٌ لَكَ مِنْ مِائَةِ فَرَسٍ مُسَرَّجَةٍ مُلَحَمَةٍ حَمَلْنِيهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَقُولِي: سُبْحَانَ اللَّهِ مِائَةَ مَرَّةٍ، هُوَ خَيْرٌ لَكَ مِنْ مِائَةِ رَقِيَةٍ مِنْ بَنِي إِسْمَاعِيلَ تُعْقِبُنَّ، وَقُولِي: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مِائَةَ مَرَّةٍ، لَا تَذُرُ ذَنْبًا وَلَا يَسْبِقُهُ الْعَمَلُ».

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٤٠٣، ج ٨، ص ٨٥) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) السنن الكبرى للنسائي (حديث رقم: ١٢٢٧، ج ٢، ص ٨٠).

الله ﷺ أخذ بيده وقال له: «إني لأحبك يا معاذ» فقال معاذ: وأنا أحبك يا رسول الله، فقال رسول الله ﷺ: «فلا تدع أن تقول في كل صلاة: رَبِّ اعْنِي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ».

✓ لا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ^(١).

✓ سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ (مائة مرة)^(٢). رُوي أن من قال هذا الدعاء في يومٍ مائة مرة حُطَّت خطاياه وإن كانت مثل زبد البحر. ورُوي عن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أنه قال: قال رسول الله ﷺ: «كَلِمَتَانِ خَفِيفَتَانِ عَلَى اللِّسَانِ ثَقِيلَتَانِ فِي الْمِيزَانِ حَبِيبَتَانِ إِلَى الرَّحْمَنِ: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ»^(٣).

(١) روى الإمام الربيع بن حبيب في مسنده (حديث رقم: ٨٢٥، ج ١، ص ٢٠٧) من حديث أبي موسى الأشعري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أنه قال: كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فِي سَفَرٍ، فَلَمَّا دَنَوْنَا مِنَ الْمَدِينَةِ كَبَّرَ النَّاسُ وَرَفَعُوا أَصْوَاتَهُمْ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّكُمْ لَا تَدْعُونَ أَصَمَّ وَلَا غَائِبًا إِنَّ الَّذِي تَدْعُونَهُ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَ أَعْتَاقِ رِجَالِكُمْ»، ثُمَّ قَالَ: «يَا أَبَا مُوسَى هَلْ أَذْلَكَ عَلَى كَنْزٍ مِنْ كُنُوزِ الْجَنَّةِ؟» قَالَ: قُلْتُ: وَمَا هُوَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ».

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٤٠٥، ج ٨، ص ٨٦) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٦٨٢، ج ٨، ص ١٣٩).

✓ **سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِنَةَ عَرْشِهِ
وَمَدَادَ كَلِمَاتِهِ (ثلاث مرات) (١).**

✓ **تستغفر الله (مائة مرة) (٢) بما شئت من الصَّيغ، كأن تقول:
أستغفر الله، أو أستغفر الله العليَّ العظيم، أو أستغفر الله
العليَّ العظيم من جميع الذنوب والخطايا وأتوب إليه.**

✓ **تُصلي على النبي ﷺ بما شئت من المرات، وبما تحفظ
من الصَّيغ، ومن أكملها الصلاة الإبراهيمية، وقد وردت
لها صيغٌ عدة أشهرها: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، وَبَارِكْ عَلَى
مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى**

(١) روى مسلم في صحيحه (حديث رقم: ٢٧٢٦، ج ٤، ص ٢٠٩٠) من حديث
ابن عباس رضي الله عنهما عَنْ جُوَيْرِيَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ خَرَجَ مِنْ عِنْدِهَا بُكْرَةً حِينَ صَلَّى
الصُّبْحَ، وَهِيَ فِي مَسْجِدِهَا، ثُمَّ رَجَعَ بَعْدَ أَنْ أَضْحَى، وَهِيَ جَالِسَةٌ، فَقَالَ: «مَا
زِلْتِ عَلَى الْحَالِ الَّتِي فَارَقْتُكِ عَلَيْهَا؟» قَالَتْ: نَعَمْ، قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «لَقَدْ قُلْتُ
بَعْدُكَ أَرْبَعَ كَلِمَاتٍ، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، لَوْ وُزِنَتْ بِمَا قُلْتُ مِنْذُ الْيَوْمِ لَوَزَنَتْهُنَّ: سُبْحَانَ
اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمَدَادَ كَلِمَاتِهِ».

(٢) روى أحمد بن حنبل في مسنده (حديث رقم: ٥٣٥٤، ج ٥، ص ٣١) من
حديث ابن عمر رضي الله عنهما أَنَّهُ قَالَ: كُنْتُ جَالِسًا عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ فَسَمِعْتُهُ اسْتَغْفَرَ
اللَّهَ مِائَةَ مَرَّةٍ، ثُمَّ يَقُولُ: «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ
الرَّحِيمُ» أَوْ «إِنَّكَ تَوَّابٌ غَفُورٌ».

آلِ إِبْرَاهِيمَ فِي الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ»^(١).

✓ بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (ثلاث مرات). وقد ذكر أَبَان بن عثمان عن أبيه أن رسول الله ﷺ أخبرهم بأن مَنْ قال بهذا الدعاء في صباح كُلِّ يوم ومساء كُلِّ ليلة لن يناله ضُرٌّ^(٢).
✓ أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ الْعَامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ^(٣).

رابعاً: تأدية صلاة الضحى

بعد أن تنتهي من هذه الأذكار، وكان لديك مَتَّسَعٌ من الوقت، فيمكنك أن تستغلَّ الوقت المتبقي إلى طلوع الشمس في قراءة شيءٍ من القرآن، وبعد طلوع الشمس تواصل القراءة لحوالي ربع ساعة لكي تتأكد من أن الشمس قد ارتفعت قَدْرَ قوس أو يزيد. هنا حاول أن تصلي سنة الضحى (وتسمى أيضاً

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ٥٠٥، ج ١، ص ١٣٢) من حديث أبي مسعود رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) سنن الترمذي (حديث رقم: ٣٣٨٨، ج ٥، ص ٤٦٥).

(٣) روى الإمام الربيع بن حبيب في مسنده (حديث رقم: ٦٥٢، ج ١، ص ١٦٩) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَجُلًا مِنْ أَسْلَمَ قَالَ: مَا نِمْتُ اللَّيْلَةَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ أَيُّ شَيْءٍ؟» قَالَ: لَدَغْتَنِي عَقْرَبٌ، فَقَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «أَمَا إِنَّكَ لَوُ قُلْتَ حِينَ أَمْسَيْتَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ الْعَامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ لَمْ يَضُرَّكَ شَيْءٌ إِنْ شَاءَ اللَّهُ».

صلاة الشروق)، وهي ركعتان أو أكثر^(١)، ويمكنك أن تصلّيها في المسجد أو البيت، أو في أيّ مكان آخر.

إذا كنتَ لا زلتَ في المسجد، فلا تنسَ أن تدعو بهذا الدعاء عند خروجك منه: بِاسْمِ اللَّهِ، وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي ذُنُوبِي وَافْتَحْ لِي أَبْوَابَ فَضْلِكَ^(٢). وفي طريق عودتك من المسجد، يمكنك أن تستغلّ وقتك في الذكر أو التفكير في هذا الكون البديع، وخاصة وأن وقت الصباح يكون جميلاً بما يؤثر في النفس كثيراً.

خامساً: عبادة التفكير في ملكوت الله

التفكير عبادة عظيمة، مارسها الأنبياء والأتقياء، وهي نورٌ لقلب صاحبها، وطريقٌ موصلةٌ لتعظيم الخالق تَبَارَكَ وَتَعَالَى، مَنْ تبخّر فيها وجد الآيات الباهرات وجميل المعجزات، ورأى قدرة الله تعالى القاهرة والدقة المتناهية في صنع هذا الكون وتسييره، وكل ذلك يجعل العقل يستسلم لمولاه، وينقاد

(١) روى البخاري في صحيحه (حديث رقم: ١١٧٨، ج ٢، ص ٥٨) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أنه قال: «أَوْصَانِي خَلِيلِي بِثَلَاثٍ لَا أَدْعُهُنَّ حَتَّى أَمُوتَ: صَوْمَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ، وَصَلَاةَ الضُّحَى، وَتَوَمُّ عَلَى وَثْرٍ».

(٢) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٢٦٤١٧، ج ٤٤، ص ١٦) من حديث فاطمة الزهراء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا.

لأوامره، ويؤمن بتفردّه بالألوهية والربوبية والوحدانية.

وقد وجهنا سبحانه إلى التفكير في هذا الكون في العديد من الآيات، مثل قوله تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ﴾ [البقرة: ١٦٤]، وقوله: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ۚ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾ [آل عمران: ١٩٠-١٩١].

وفي قوله أيضًا سبحانه: ﴿اللَّهُ الَّذِي رَفَعَ السَّمَوَاتِ بِغَيْرِ عَمَدٍ تَرَوْنَهَا ثُمَّ أَسْتَوَىٰ عَلَى الْعَرْشِ وَسَخَّرَ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ كُلٌّ يَجْرِي لِأَجَلٍ مُّسَمًّى يُدَبِّرُ الْأَمْرَ يُفَصِّلُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ بِلِقَاءِ رَبِّكُمْ تُوقِنُونَ ۚ وَهُوَ الَّذِي مَدَّ الْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْهَارًا وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ يُغْشَىٰ اللَّيْلُ النَّهَارَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ۚ وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُّتَجَوِّرَاتٌ ۚ وَجَعَلْنَا مِنْ أَغْنَبٍ وَزَرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنْوَانٌ وَغَيْرُ صِنْوَانٍ يُسْقَىٰ بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفِضْلُ بَعْضُهَا عَلَىٰ بَعْضٍ فِي

الْأَكْلِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿٤٠﴾ [الرعد: ٢-٤]،
إلى ما هناك من الآيات الكثيرة.

ومن عظيم ثمرات تفكرنا في هذا الكون البديع المترامي
الأطراف أن نعلم أن الله قد جعل كل شيء فيه مُسَخَّرًا لخدمة
الإنسان وليس عدوًّا له، يقول سبحانه: ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ
وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ
رِزْقًا لَّكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَسَخَّرَ
لَكُمُ الْأَنْهَارَ ﴿٣٢﴾ وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ وَسَخَّرَ
لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ﴿٣٣﴾ وَءَاتَاكُمْ مِنْ كُلِّ مَا سَأَلْتُمُوهُ وَإِنْ
تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا إِنْ الْإِنْسَانُ لَظَلُومٌ كَفَّارٌ﴾
[إبراهيم: ٣٢-٣٤]، وقال: ﴿اللَّهُ الَّذِي سَخَّرَ لَكُمُ الْبَحْرَ لِتَجْرِيَ الْفُلُكُ فِيهِ بِأَمْرِهِ
وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٢﴾ وَسَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي
الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الحج: ١٢-١٣].

وفي هذا يقول الإمام الشافعي:

الشَّمْسُ وَالْبَدْرُ مِنْ آيَاتِ قُدْرَتِهِ وَالْبُرُّ وَالْبَحْرُ فَيْضٌ مِنْ عَطَايَاهُ
الطَّيْرُ سَبَّحَهُ وَالْوَحْشُ مَجَّدَهُ وَالْمَوْجُ كِبَرُهُ وَالْحَوْتُ نَاجَاهُ
وَالنَّمْلُ تَحْتَ الصُّخُورِ الصَّمِّ قَدَسُهُ وَالنَّحْلُ يَهْتِفُ حَمْدًا فِي خَلَايَاهُ
وَالنَّاسُ يَعْصُونَهُ جَهْرًا فَيَسْتُرُهُمْ وَالْعَبْدُ يَنْسَى وَرَبِّي لَيْسَ يَنْسَاهُ

ولا شك أن للتفكر فوائد عظيمة أخرى، منها:

١- يُحيي القلب، فيزيده إيمانًا و يقينًا بقدرة الله تعالى وعظمته، وإقرارًا بوحدانيتة وربوبيته، وانقيادًا لأوامره ونواهيه.

٢- يكشف للعبد بديع صنع الخالق العظيم ودقته وروعته، فيزداد قربًا منه سبحانه، ومحبة له.

٣- يزرع في النفس الخوف والخشية من الله **عَزَّوَجَلَّ**، فيزداد المرء تواضعًا لمولاه.

٤- يزيد المؤمن يقينًا بمجيء يوم القيامة، والوقوف بين يدي ربه العظيم، فيبعثه على العمل الدؤوب الصالح، ليكون له زادًا في ذلك اليوم.

٥- يُعين العبد على محاسبة النفس على أخطائها، فيُبْعِدَه عن عصيان الله تعالى ومخالفة أمره.

٦- يُكسب الروح صفاء ونقاءً، ويملأ النفس راحة وسعادةً، ويورثها الحكمة والرأي السديد.

٧- يفتح الأبواب لطلب المزيد من العلم والمعرفة، من أجل استكشاف مكنونات هذا الخلق، واستجلاء أسرارهِ.

من أجل هذا ننصحك أخي بتخصيص ولو شيء يسير من وقتك لممارسة هذه العبادة العظيمة، وستجد - بإذن الله - أثرها عليك وعلى حياتك. ورغم أنه يمكنك تخصيص وقتٍ مُعَيَّن في كل يوم أو أسبوع للاختلاء بنفسك في مكانٍ هادئٍ وإجالة عقلك في عجائب هذا الكون، غير أنه يمكنك القيام بذلك أيضًا عند ممارستك لرياضة المشي، أو حال التنقل بالسيارة، أو بالجلوس مع بعض إخوانك وأصدقائك، والحديث عن عجائب هذا الكون والأسرار المكنونة فيه؛ من خلال تدبر بعض الآيات والأحاديث التي نتحدث عن ذلك.

سادسًا: بعد العودة إلى البيت

عند دخولك البيت تقول: باسم الله، وتُسَلِّم على أهلِكَ، ثم تتناول طعام الإفطار، وتقول في بدايته: اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيمَا رَزَقْتَنَا، وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ، بِسْمِ اللَّهِ^(١)، وتقول بعد الفراغ من الأكل ما رواه أبو أمامة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: كان رسول الله ﷺ إذا رُفِعَتِ المائدة قال: «الْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ غَيْرَ

(١) الدعاء للطبراني (حديث رقم: ٨٨٨، ص ٢٧٨) من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

مَكْفِيٍّ، وَلَا مُودَّعٍ، وَلَا مُسْتَغْنَى عَنْهُ رَبَّنَا»^(١)، أو تقول: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَ وَسَقَى، وَسَوَّغَهُ، وَجَعَلَ لَهُ مَخْرَجًا^(٢).

بعد ذلك، أخرج سجل المهام والمواعيد الخاص بك^(٣)، وألق نظرة على المواعيد والأعمال التي عليك الوفاء بها في ذلك اليوم، أو يمكنك تبين مواعيدك بعد وصولك إلى العمل أو الدراسة؛ فقد صارت هناك العديد من الوسائل والبرامج الموجودة على الهاتف أو الحاسوب التي يمكنها أن تُعينك في تنظيم المهام والمواعيد.



(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ٣٨٤٩، ج ٥، ص ٦٥٨).

(٢) صحيح ابن حبان (حديث رقم: ٥٢٢٠، ج ١٢، ص ٢٤) من حديث أبي أيوب الأنصاري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) ننصح مَنْ لم يلتحق من قبل بدورة في تنظيم الوقت وإدارته أن يُبادر إلى ذلك، وهناك العديد من الكتب ومواقع الإنترنت المتعلقة بهذا الجانب.

في مكان العمل أو الدراسة

المطلب
الخامس

المؤمن يصطحب مراقبة الله له أينما كان، والعمل والدراسة من الأمور التي يمكن أن يُحوَّلها الإنسان إلى عبادة بإحسان النية فيها، والالتزام بأوامر الشرع في كل ما يتعلق بها، والتقيد بشروطها وآدابها. ويستطيع الإنسان كسب الأجر العظيم في هذين الموطنتين من خلال المعاملة الحسنة لزملائه، والأمانة والصدق والإخلاص في أداء المهام المنوطة به، والنصيحة بالتي هي أحسن لزملائه ومرؤوسيه.

أولاً: في طريقك إلى العمل أو الدراسة

عليك أن تجعل جزءاً من برنامجك اليومي التخطيط لكيفية استغلال المسافة بين البيت والعمل أو بين البيت والدراسة في الأمور التي تعود عليك بالنفع، ولا تستزهدِ قِصر ذلك الوقت، فإن الاستفادة منه ولو لدقائق معدودة ستكون لها - بإذن الله - ثمرتها وبركتها عليك مع مرور الأيام والسنوات. وقد لوحظ في هذا الزمان قضاء الناس معظم أوقاتهم عند تنقلهم في السيارات والحافلات في تصفُّح مواقع التواصل الاجتماعي، وفي هذا من تفويت الأوقات الثمينة ما فيه، ولذا سنورد بعد قليل مقترحات كيفية استغلال هذا الوقت.

قبل خروجك من البيت تأكد أنك في أحسن هيئة من الأناقة والتطيب، فأنت ستختلط بإخوانك وزملائك؛ سواءً في السيارة أو العمل أو الدراسة، وعليك أن تحرص أن لا يجد هؤلاء فيك ما يُنفّرهم منك من الملبس غير اللائق أو الروائح المنفّرة، فكما ذكرنا سابقاً فإن كسب قلوب الناس يُعينك على النجاح في حياتك.

ابدأ عند خروجك من البيت بدعاء الخروج الذي أوردناه سابقاً، ثم عندما تركب السيارة أو الحافلة التي تستقلها ادعُ بدعاء الركوب: ﴿سُبْحَنَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا لَهُ مُقْرِنِينَ﴾ (١٣) وَإِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ ﴿[الزخرف: ١٣-١٤]، ثم إن كان مكان عملك أو دراستك يقع خارج حدود السفر، فكبر ثلاثاً، كما كان يفعل المصطفى ﷺ، ثم ردّد دعاء السفر: اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ فِي سَفَرِنَا هَذَا الْبِرَّ وَالتَّقْوَىٰ، وَمِنَ الْعَمَلِ مَا تَرْضَىٰ، اللَّهُمَّ هَوِّنْ عَلَيْنَا سَفَرَنَا هَذَا، وَاطْوِ عَنَّا بُعْدَهُ، اللَّهُمَّ أَنْتَ الصَّاحِبُ فِي السَّفَرِ، وَالْخَلِيفَةُ فِي الْأَهْلِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعَثَاءِ السَّفَرِ، وَكَآبَةِ الْمُنْظَرِ، وَسُوءِ الْمُنْقَلَبِ فِي الْمَالِ وَالْأَهْلِ^(١).

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ١٣٤٢، ج ٢، ص ٩٧٨) من حديث عبد الله بن

وفي طريقك إلى العمل أو الدراسة، يمكنك أن تشتغل أنت ومن معك في الحافلة بسماع محاضرة أو درس، أو نشره أخبار الصباح، أو تقرأون من كتاب وتناقشون فيه، أو تتحاورون في موضوع مفيد، وإذا تعذر ذلك فابق بين الذكر والدعاء، أو التفكير في مخلوقات الله، وما تقع عليه عينك من مشاهد وأحداث، واربطها برسالتك في هذه الحياة وبمبدئك ومصيرك. وعليك إن كنت سائقاً للسيارة أو الحافلة أن تتقيد بقوانين المرور، وأن لا تشتغل بالحديث في الهاتف أو مع الأشخاص الذين معك، فتسبب في وقوع حوادث لك أو لغيرك.

ثانياً: استمتع ببيئة عملك أو دراستك

يمكن لبيئة العمل والدراسة أن تكون سبباً لسعادتك ونجاحك في الدنيا والآخرة، وذلك بإخلاصك النية لله تعالى في كل ما تقوم به من أعمال، وباتخاذك رقابة الله أعظم رقيب، وبتقديمك العون والمساعدة والنصيحة النابعة من القلب لزملائك وأساتذتك ومديريك ومن تتعامل معهم من الزبائن والمراجعين.

إن كنت موظفاً فاحرص على القيام بعملك على أكمل وجه، وإياك وتضييع أوقاتك أو أوقات زملائك فيما لا يعود عليكم أو على عملكم بالنفع. كن حريصاً على تقديم ما يتطلبه منك

العمل من وقتٍ وجهد على أمورك الخاصة، وإن كنت مضطراً لقضاء بعض أمورك الخاصة التي ليس فيها إيضاً بالعمل، فقم بها في أوقات الاستراحة فقط أو استأذن مرؤوسيك فيها.

عليك التقليل من التحدث في الهاتف لأمورك الخاصة، والتقليل كذلك من زياراتك لزملائك وأصدقائك إلا بما يتطلبه منك العمل. كن حريصاً كل الحرص على عدم استخدام الأجهزة والوسائل المتاحة في العمل لأمورك الشخصية، وإن كنت مضطراً لذلك فاستأذن المسؤولين في استخدامها.

إن كنت تتعامل مع مراجعين فاستقبلهم بالبشر، وإياك والعبوس في وجوههم، أو الإغلاظ عليهم في القول، وتذكر أنهم ما جاؤوا إليك إلا لحاجة واضطرار، وإياك واستغلال حاجتهم وضعفهم، وابذل لهم كل ما بوسعك من عونٍ ومساعدة، وإن لم تتمكن من إنجاز معاملاتهم، فاحرص على تطيب نفوسهم بجمل القول، واجعلهم ينصرفون عنك بالبشاشة والرضى، وتذكر أنه كما تدين تُدان.

وإن كنت تاجراً، فاجعل من تجارتك سبباً لنيل رضى الله - سبحانه -؛ وذلك بالنصح لزبائنك فيما هو أنفع لهم لا ما هو أربح لك. إياك واستغلال حاجة الناس باحتكار

بضاعتك، واتق الله في بيعك وشرائك، واحرص أن تكون جميع معاملاتك وفق الشريعة الإسلامية، وتحّرّ الحلال في كل بضائعك، وتجنّب بيع ما فيه شبهة أو حرمة.

لا تنس أن تزكي أموالك؛ فالزكاة طُهرٌ ونماء، كما قال سبحانه: ﴿حُذِّ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا﴾ [التوبة: ١٠٣]، ولا تبخل على نفسك بكثرة الصدقات؛ فإنها تُطْفئ غضب الرب، وتُعين على تفريج الكرب، والشفاء من الأمراض. وقد ورد عنه - عَلَيْهِ السَّلَام - أنه قال: «تَصَدَّقُوا فَإِنَّ الصَّدَقَةَ تَقِي مَصَارِعَ السُّوءِ، وَتَدْفَعُ مِيتَةَ السُّوءِ»^(١)، وفي الحديث المتفق عليه: «مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ، إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ، فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلَفًا، وَيَقُولُ الْآخَرُ: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُمْسِكًا تَلَفًا»^(٢).

وإذا كنت طالبًا، فاحرص على عدم التغيب أو التأخر عن دراستك. كن منتبهًا لما يقوله الأستاذ، ودوّن كل ما تسمعه أو يخطر ببالك أثناء الدرس، وعندما تكون هناك فرصة للنقاش

(١) رواه الإمام الربيع بن حبيب في الجامع الصحيح (حديث رقم: ٣٤٦، ج ١، ص ٨٨)، من حديث ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ١٤٤٢، ج ٢، ص ١١٥)، وصحيح مسلم (حديث رقم: ١٠١٠، ج ٢، ص ٧٠٠) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

والمحاورة، فاحرص على المشاركة فيها، مع مراعاة وقت الأستاذ وأوقات زملائك، وإياك والعبث بالأدوات والأجهزة، أو محاولة إتلافها أو إساءة استخدامها.

حاول أن تستغل أوقات الفراغ والاستراحات في بعض المشي، أو تناول شيء من الطعام، أو استنشاق هواءٍ نقيٍّ بين الأشجار، فبذلك يتجدّد نشاطك، وتعود إليك همّتك، وإن كانت الاستراحة طويلة، فيمكنك استغلالها لمراجعة ما دوّنته في ذلك اليوم من دروس، أو إنجاز التكاليف الدراسية المطلوبة منك.

عندما يحضر وقت الصلاة، توجّه إلى المسجد إن كان قريباً من مقر عملك أو دراستك، وإن كان غير ذلك فتوجّه إلى أقرب مصلى، وعند دخولك المسجد أو المصلى ردّد الدعاء الذي أوردناه سابقاً، ثم صلّ تحية المسجد، وأتبعها بركعتين أو أكثر، حسبما يتّسع الوقت لذلك.

وبعد تأدية فريضة الظهر مع الجماعة، احرص على تأدية صلاة السّنة والعودة إلى العمل مباشرة، إلا إن كنت طالباً غير مرتبطٍ بمحاضرات، أو كنت تمارس أعمالاً حرة، أو كنت تعمل

في مؤسسة تمنح ساعة خاصة للصلاة والغداء، فعندها يمكنك البقاء للذكر والدعاء، ثم صل بعد السنة ركعتين أو أكثر تنفلاً.

ثالثاً: بعد الانتهاء من العمل أو الدراسة

احرص على التقيّد بوقت الخروج، وأن لا تتقدّم عنه، وبعد أن تستقلّ السيارة أو الحافلة لا تنسَ دعاء الركوب، وكذلك دعاء السفر إن كنت مسافراً، وتزيد عليه: **آيُّونَ تَأْيِيُونَ عَابِدُونَ لِرَبِّنَا حَامِدُونَ**^(١)، واحترم مَنْ يركبون معك.

يمكنك قضاء الوقت إلى البيت في سماع الأناشيد الإسلامية أو التحدّث مع زملائك في أمرٍ مفيد، ولكن مع مراعاة أن لا تشتغل عن الطريق إن كنت سائقاً.

بعد وصولك إلى البيت، قل دعاء الدخول: **اللهم إني أسألك خيرَ المَولَجِ وخيرَ المَخرَجِ، بِاسْمِ الله ولِجَنّا، وباسمِ الله خرجنا، وعلى الله ربنا توكلنا**^(٢)، ثم سلّم على أهلِكَ ببشاشة، وحاول أن تنسى هموم العمل، وإن كان هناك متّسع من الوقت قبل أذان العصر، فيمكنك أخذ قسطٍ من الراحة.

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ١٣٤٢، ج ٢، ص ٩٧٨) من حديث عبد الله بن عمر رضي الله عنهما.

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٠٩٦، ج ٧، ص ٤٢٦) من حديث أبي مالك الأشعري.

عندما يحين وقت الصلاة، اتجه إلى المسجد لتأديتها مع الجماعة، وبعد الإتيان بدعاء دخول المسجد، صلّ تحية المسجد، وأتبعها بركعتين أو أكثر حسبما يتسع له الوقت، وإن كان هناك متسع قبل الإقامة، فاملأه بالذكر أو قراءة القرآن.



بين العصر والمغرب

المطلب
السادس

غالبًا ما يقضي الناس هذا الوقت في أمور فيها مصلحة لهم أو غيرهم، وهذا ما نرجوه من وراء هذا البرنامج، ولكن هناك من ينشغل بهذه الأعمال إلى وقت صلاة المغرب، وقد ينشغلون بسبب ذلك عن ذكر الله في وقت الأصيل، الذي اختصه سبحانه - في كثير من الآيات بالذكر والدعاء والتضرع إليه، بل إن بعضهم يأتي لصلاة الجماعة متأخرًا.

أولاً: فضل الذكر في وقت الأصيل

ذكر المولى - سبحانه - هذا الوقت في آيات عديدة من القرآن الكريم، وحثَّ على الذكر الكثير فيه. من هذه الآيات ما تحدَّث عن العشي الذي فسَّره أهل اللغة بأنه الوقت بين زوال الشمس وغروبها، ومنها قوله جلَّ شأنه: ﴿وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ بِالْعِشِيِّ وَالْإِبْكَرِ﴾ [غافر: ٥٥]، وقوله: ﴿وَلَا تَطْرُدِ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ﴾ [الأنعام: ٥٢]. كذلك، فقله سبحانه: ﴿وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا﴾ [طه: ١٣٠] صريح في تخصيص هذا الوقت للتسبيح.

وهناك آياتٌ تحدَّث عن الأصال الذي هو جمع أصيل، وهو الوقت الذي بين العصر والمغرب. من هذه الآيات قوله

عَرَجَلٌ: ﴿وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ﴾ [الأعراف: ٢٠٥]، وقوله: ﴿فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ﴾ (٣٦) رِجَالٌ لَا تُلْهِيمُ تِجْرَةً وَلَا بَيْعَ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ﴾ [النور: ٣٦-٣٧].

من هنا نرى أن الذكر والدعاء في وقت الأصيل والعشي من الأمور التي ينبغي لكل واحد منا أن يحرص عليها، وخاصة في يوم الجمعة الذي ورد عن النبي ﷺ أن فيه ساعة لا يردُّ فيها الدعاء. يقول عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ: «وَفِيهِ سَاعَةٌ لَا يَصَادِفُهَا عَبْدٌ مُسْلِمٌ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي يَسْأَلُ اللَّهَ شَيْئًا إِلَّا أَعْطَاهُ إِيَّاهُ»^(١). لذا، علينا أن لا نغفل عن هذه الأوقات المباركة ونحن نشغل بالأعمال الأخرى.

ثانيًا: الأعمال المباركة الأخرى

هناك العديد من الأعمال الأخرى التي يمكنك القيام بها بين صلاة العصر وصلاة المغرب، ومنها ما يلي:

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ٢٧٩، ج ١، ص ٧٤) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

١- حفظ القرآن وتعلمه

إِنْ كُنْتَ جَعَلْتَ لِنَفْسِكَ بِرَنَامَجًا يَوْمِيًّا تَحْفَظُ فِيهِ كِتَابَ اللَّهِ،
فِيَمَكِّنُكَ قِضَاءَ هَذَا الْوَقْتِ فِي حِفْظِ وَرْدِكَ الْيَوْمِيِّ، أَوْ مَرَاجَعَةِ
مَا حَفَظْتَهُ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ وَالْأَيَّامِ السَّابِقَةِ.

٢- الاشتغال بتلقي العلم وتعليمه

لَقَدْ بَيَّنَّ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ فَضْلَ مَجَالِسِ الْعِلْمِ عِنْدَمَا قَالَ: «مَا
اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَدَارَسُونَهُ
بَيْنَهُمْ، إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ وَغَشِيَتْهُمْ الرَّحْمَةُ، وَحَفَّتْهُمُ
الْمَلَائِكَةُ، وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ»^(١)، وَيَقُولُ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ:
«إِنَّ الْمَلَائِكَةَ لَتَضَعُ أَجْنِحَتَهَا لِطَالِبِ الْعِلْمِ رِضًى لِمَا يَطْلُبُهُ»^(٢).
وَيَقُولُ عَلَيْهِ أَفْضَلُ الصَّلَاةِ وَأَزْكَى التَّسْلِيمِ: «مَنْ سَلَكَ
طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ

الْمَلَائِكَةُ لَتَضَعُ أَجْنِحَتَهَا رِضًا لِطَالِبِ الْعِلْمِ، وَإِنَّ طَالِبَ الْعِلْمِ
يَسْتَغْفِرُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ حَتَّى الْحِيتَانِ فِي الْمَاءِ، وَإِنَّ
فَضْلَ الْعَالَمِ عَلَى الْعَايِدِ كَفَضْلِ الْقَمَرِ عَلَى سَائِرِ الْكَوَاكِبِ، إِنَّ

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ١٤٥٥، ج ٢، ص ٥٨٥) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ١٩، ج ١، ص ١٢) من حديث

أنس بن مالك رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

الْعُلَمَاءُ هُمْ وَرَثَةُ الْأَنْبِيَاءِ، إِنَّ الْأَنْبِيَاءَ لَمْ يُوَرِّثُوا دِينَارًا وَلَا دِرْهَمًا،
إِنَّمَا وَرَّثُوا الْعِلْمَ، فَمَنْ أَخَذَهُ أَخَذَ بِحِطِّ وَافِرٍ^(١)، فاحرص أن
يكون لك نصيبٌ من هذا الفضل، ولو بحضور درسٍ واحدٍ
كل أسبوع، وسواء أقيم في مسجدك الذي تعودت الصلاة فيه
أو في المساجد الأخرى.

وإن كنت ممن آتاهم الله علمًا وقدرة على إلقاء الدروس،
فيمكنك أن تستغل هذا الوقت في تقديم درسٍ أو إلقاء
محاضرة، سواء أكان لعموم الناس أم حتى لأهل بيتك، فحبينا
المصطفى - صلوات ربي وسلامه عليه - يحثنا على ذلك
بقوله: «خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ»^(٢)، ويقول: «إِنَّ اللَّهَ
وَمَلَائِكَتَهُ وَأَهْلَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِينَ حَتَّى النَّمْلَةُ فِي جُحْرِهَا
وَحَتَّى الْحُوتَ لَيُصَلُّونَ عَلَى مُعَلِّمِ النَّاسِ الْخَيْرِ»^(٣). وإن كنت
لا تستطيع ذلك، فيمكنك الاشتغال بمطالعة كتاب، أو سماع
محاضرة، أو كتابة بحث. وبالنسبة للطلاب، فيمكنهم قضاؤه
في حلِّ الواجبات ومذاكرة الدروس.

(١) سنن ابن ماجه (حديث رقم: ٢٢٣، ج ١، ص ١٥٠) من حديث أبي الدرداء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) رواه جماعة من أهل السنن.

(٣) سنن الترمذي (حديث رقم: ٢٦٨٥، ج ٥، ص ٥٠) من حديث أبي أمامة

الباهلي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

٣- زيارة الأقارب والجيران والأصدقاء

من الأعمال الجليلة الأخرى التي يمكن القيام بها في هذا الوقت زيارة الأقارب والجيران والأصدقاء، ففيها صلة وبرٌّ بهم، والرسول عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ جعل صلة الأرحام سبباً لطول العمر وسعة الرزق، عندما قال: «مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُسْطَ عَلَيْهِ فِي رِزْقِهِ، وَيُنْسَأَ فِي أَثَرِهِ، فَلْيَصِلْ رَحِمَهُ»^(١).

وأما الجار فمنزلته عظيمة في الإسلام؛ فقد ورد في حديث أم المؤمنين عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «مَا زَالَ جَبْرِيلُ يُوصِينِي بِالْجَارِ، حَتَّى ظَنَنْتُ أَنَّهُ سَيُورُّهُ»^(٢)، وقال: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكْرِمْ جَارَهُ»^(٣)، وقال: «خَيْرُ الْأَصْحَابِ عِنْدَ اللَّهِ خَيْرُهُمْ لِصَاحِبِهِ، وَخَيْرُ الْجِيرَانِ عِنْدَ اللَّهِ خَيْرُهُمْ لِجَارِهِ»^(٤).

وأما زيارة الأصدقاء فقد بين رسول الله ﷺ أهميتها وفضلها في الحديث الذي رواه أبو هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ: «إِنْ

(١) سنن أبي داود (حديث رقم: ١٦٩٣، ج ٣، ص ١١٩) من حديث أنس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) سنن ابن ماجه (حديث رقم: ٣٦٧٣، ج ٢، ص ١٢١١).

(٣) صحيح البخاري (حديث رقم: ٦٠١٩، ج ٨، ص ١١) من حديث أبي شريح العدوي رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٤) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٦٥٦٦، ج ١١، ص ١٢٦) من حديث عبدالله بن عمرو بن العاص رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

رَجُلًا زَارَ أَخَاهُ فِي قَرْيَةٍ أُخْرَى، فَأَرْصَدَ اللَّهُ عَلَى مَدْرَجَتِهِ مَلَكًا، فَلَمَّا أَتَى عَلَيْهِ، قَالَ الْمَلَكُ: أَيْنَ تُرِيدُ؟ قَالَ: أَزُورُ أَخَا لِي فِي هَذِهِ الْقَرْيَةِ، قَالَ: هَلْ لَهُ عَلَيْكَ مِنْ نِعْمَةٍ تَرْبُّهَا؟ قَالَ: لَا، إِلَّا أَنِّي أَحْبَبْتُهُ فِي اللَّهِ عَزَّجَلَّ، قَالَ: فَإِنِّي رَسُولُ اللَّهِ إِلَيْكَ، إِنَّ اللَّهَ عَزَّجَلَّ قَدْ أَحَبَّكَ كَمَا أَحْبَبْتُهُ»^(١).

ويدخل في الأصدقاء أصدقاء الوالدين، فزيارتهم هي من البرِّ بالوالدين، كما بينها حبيب الرحمن - عليه خير صلاة وأزكى سلام - عندما قال: «إِنَّ أَبْرَّ الْبِرِّ أَنْ يَصِلَ الرَّجُلُ أَهْلَ وَدِّ أَبِيهِ»^(٢). وروى عبدالله بن دينار عن عبدالله بن عمر: أَنَّ رَجُلًا مِنَ الْأَعْرَابِ لَقِيَهُ بِطَرِيقِ مَكَّةَ فَسَلَّمَ عَلَيْهِ عَبْدُ اللَّهِ، وَحَمَلَهُ عَلَى حِمَارٍ كَانَ يَرْكَبُهُ، وَأَعْطَاهُ عِمَامَةً كَانَتْ عَلَى رَأْسِهِ، فَقَالَ ابْنُ دِينَارٍ: فَقُلْنَا لَهُ: أَصْلَحَكَ اللَّهُ، إِنَّهُمْ الْأَعْرَابُ، وَهُمْ يَرْضَوْنَ بِالْيَسِيرِ، فَقَالَ عَبْدُ اللَّهِ، إِنَّ أَبَا هَذَا كَانَ وَادًّا لِعُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، وَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: «إِنَّ أَبْرَّ الْبِرِّ صَلَّةُ الْوَلَدِ أَهْلَ وَدِّ أَبِيهِ»^(٣).

(١) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ٩٢٩١، ج ١٥، ص ١٦٦).

(٢) صحيح ابن حبان (حديث رقم: ٤٣٠، ج ٢، ص ١٧٣) من حديث ابن عمر رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٣) السنن الكبرى للبيهقي (حديث رقم: ٧٧٦٨، ج ٤، ص ٣٠١).

٤- عيادة المرضى

يمكنك استغلال هذا الوقت أيضًا في عيادة مريض في بيته أو في المشفى؛ فرسول الله ﷺ حثَّ على عيادة المريض في كثير من الأحاديث، منها: «حَقُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ خَمْسٌ: رَدُّ السَّلَامِ، وَعِيَادَةُ الْمَرِيضِ، وَاتِّبَاعُ الْجَنَائِزِ، وَإِجَابَةُ الدَّعْوَةِ، وَتَشْمِيتُ الْعَاطِسِ»^(١).

ويقول -عليه أفضل الصلاة وأزكى التسليم-: «مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَعُودُ مُسْلِمًا غُدْوَةً إِلَّا صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُمْسِيَ، وَإِنْ عَادَهُ عَشِيَّةً إِلَّا صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُصْبَحَ، وَكَانَ لَهُ خَرِيفٌ» (الخريف: الثمر المخروف أي المجتنى) فِي الْجَنَّةِ^(٢).

وفي الحديث القدسي: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّجَلَّ يَقُولُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ: يَا ابْنَ آدَمَ مَرِضْتُ فَلَمْ تَعُدْنِي، قَالَ: يَا رَبِّ كَيْفَ أَعُودُكَ؟ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَالَمِينَ، قَالَ: أَمَا عَلِمْتَ أَنَّ عَبْدِي فَلَانًا مَرِضَ فَلَمْ تَعُدَّهُ، أَمَا عَلِمْتَ أَنَّكَ لَوْ عُذَّتْهُ لَوْ جَدْتَنِي عِنْدَهُ؟»^(٣).

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ١٢٤٠، ج ٢، ص ٧١) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) سنن الترمذي (حديث رقم: ٩٦٩، ج ٣، ص ٢٩١) من حديث علي -كَرَّمَ اللَّهُ وَجْهَهُ-.

(٣) صحيح مسلم (حديث رقم: ٢٥٦٩، ج ٤، ص ١٩٩٠) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

هـ- أعمال أخرى

قد يكون هذا الوقت مناسباً أيضاً لأخذ الأهل والأولاد للنزهة أو قضاء حاجيات الأسرة، مع مراعاة الآداب الإسلامية من الخروج من البيت إلى العودة إليه، وخاصة في اللباس الشرعي للمرأة والرجل، وعدم اختلاط المرأة بغير المحارم، وتحري الحلال في الطعام والشراب. كذلك، يجب مراعاة وقت صلاة المغرب والحرص على تأديتها مع الجماعة، وحبذا لو يكون في مسجد به مصلى للنساء لتستطيع هي الأخرى تأدية صلاة المغرب في وقتها.

وقد يكون هذا الوقت مناسباً للمشبي أو الجري أو ممارسة غيرها من الرياضات الأخرى، مع مراعاة التقيد بآداب الإسلام في اللباس وأثناء الاختلاط بالآخرين أو أثناء مزاوله الرياضة نفسها، ومراعاة الانتهاء من الرياضة قبل المغرب بمدة كافية لتتمكن من الاستحمام والوضوء والوصول إلى المسجد قبل إقامة الصلاة.



بعد المغرب إلى أن يحين وقت النوم

المطلب
السابع

كما أوردنا في المطلب السابق، فإن وقت ما قبل أذان المغرب من الأوقات المباركة التي ينبغي أن نشغلها بذكر الله والدعاء، ولذلك حاول أن تصل إلى المسجد قبيل الأذان. وبعد دخولك المسجد، فإن كان وقت الأذان قد حان، وكان هناك متسعٌ لتأدية تحية المسجد قبل إقامة الصلاة فصلِّها، ثم اشغل نفسك بالذكر والدعاء. وبعد فريضة المغرب، حاول أن تبقى في مجلسك للذكر والدعاء قليلاً، ثم صلِّ سنة المغرب وأتبعها بما تشاء من ركعات التنفل، إن لم يكن لديك عملٌ آخر.

أولاً: الأعمال المباركة بين المغرب والعشاء

تكثر في هذا الوقت الأعمال الجليلة التي يمكن تصريف هذا الوقت فيها، ومعظم الأعمال التي ذكرناها في المطلب السابق يمكن القيام بها في هذا الوقت، ولذا فبعد صلاة النافلة يمكنك القيام بواحد أو أكثر من الأعمال الآتية:

١- أذكار المساء

ذكرنا من قبل أذكار الصباح وفضلها العظيم، ومعظم هذه

الأذكار يمكن إعدادتها في المساء، سواءً بين العصر والمغرب، أو بين المغرب والعشاء، أو بعد صلاة العشاء.

٢- أعمال أخرى

بعد الانتهاء من أذكار المساء، يمكنك قضاء الوقت المتبقي في التنفّل أو قراءة القرآن، أو القراءة من كتاب، أو الاختلاء بنفسك ومراجعة ما قمتَ بإنجازه في يومك هذا، ويمكنك أيضًا مزاولة الأعمال الأخرى التي ذكرناها في المطلب السابق، أو أية أعمال غيرها ترى فيها مصلحة ومنفعة لك ولغيرك.

ثانيًا: تأدية صلاة العشاء مع الجماعة

عندما يحين أذان العشاء، حاول التبكير إلى المسجد - إن كنتَ قد خرجتَ منه - ليتسنى لك تأدية تحية المسجد، ويمكنك أن تُتبعها بركعتين أو أكثر، حسبما يتسع لك الوقت، وإن بقي قبل الإقامة متسع، فيمكنك أن تشغله بقراءة القرآن أو الذكر أو الدعاء، أو الاختلاء مع الذات، والتأمل فيما قمتَ به في ذلك اليوم من أعمال.

بعد صلاة الفريضة لا تقم من مجلسك قبل أن يقوم الإمام، ويُحبذ لك البقاء في مجلسك للذكر والدعاء ولو لبضع دقائق

فإن رسول الله ﷺ قال: «إِنَّ الْمَلَائِكَةَ لَيُصَلُّونَ عَلَى أَحَدِكُمْ مَا دَامَ فِي مُصَلَاةٍ الَّذِي صَلَّى فِيهِ مَا لَمْ يُحَدِّثْ، وَتَقُولُ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ لَهُ، اللَّهُمَّ ارْحَمْهُ»^(١). بعد ذلك، صل ركعتين أو أكثر تفضلاً، وإن كنت ممن امتن الله عليهم بقيام الليل، فحاول تأخير صلاة الوتر إلى آخر الليل، وذلك اقتداءً بما جاء عنه - عليه أفضل الصلاة والسلام -: «اجْعَلُوا آخِرَ صَلَاتِكُمْ بِاللَّيْلِ وَتَرًا»^(٢).

وأما إن خفت ألا تستيقظ لقيام الليل، فيمكنك تأخير الوتر لحين موعد نومك، كما جاء عنه ﷺ أنه قال: «مَنْ خَافَ أَنْ لَا يَقُومَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ فَلْيُوتِرْ أَوَّلَهُ، وَمَنْ طَمِعَ أَنْ يَقُومَ آخِرَهُ فَلْيُوتِرْ آخِرَ اللَّيْلِ، فَإِنَّ صَلَاةَ آخِرِ اللَّيْلِ مَشْهُودَةٌ، وَذَلِكَ أَفْضَلُ»^(٣).

ثالثاً: التبكير للنوم بعد صلاة العشاء

كان من هديه عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ التبكير للنوم، وعدم السمر بعد صلاة العشاء، فقد روى أبو برزة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أن رسول الله ﷺ «كَانَ

(١) مسند الإمام الربيع بن حبيب (حديث رقم: ٢٨٨، ج ١، ص ٧٦) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٩٩٨، ج ٢، ص ٢٥) من حديث عبد الله بن عمر رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٣) صحيح مسلم (حديث رقم: ٧٥٥، ج ١، ص ٥٢٠) من حديث جابر بن عبد الله رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

يَكْرَهُ النَّوْمَ قَبْلَ الْعِشَاءِ وَالْحَدِيثَ بَعْدَهَا»^(١)، وتقول السيدة عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: «مَا نَامَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ قَبْلَ الْعِشَاءِ، وَلَا سَمَرَ بَعْدَهَا»^(٢). وكان سيدنا عمر بن الخطاب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ يضرب الناس على ذلك، ويقول: «أَسْمَرًا أَوَّلَ اللَّيْلِ وَنَوْمًا آخِرَهُ؟»

وسبب كراهة السمر بعد العشاء أنه قد يؤدي إلى السهر، ويُخاف منه غلبة النوم عن قيام الليل، أو عن الاستيقاظ لصلاة الفجر وتأديتها مع الجماعة، وهو سبب للكسل في النهار، مما قد يؤدي إلى تضييع حقوق الله وحقوق الناس، والتكاسل عن تحقيق مصالح الدنيا.

وللأسف، صار الكثير من الناس في هذا الزمان - وخاصة الشباب والفتيات منهم - يسهرون معظم الليل، ثم ينامون النهار إلى الظهر، وخاصة في الإجازات، وليتهم يسهرون في قيام الليل أو قراءة القرآن أو تدارس العلم، ولكن معظمهم يلتهمون بالليل والقال، وتضييع الأوقات في التنقل بين وسائل التواصل الاجتماعي، أو التسكع في المراكز التجارية والمنتزهات والمقاهي، مع ما يمكن أن يقعوا فيه - بسبب ذلك - من محظورات شرعية.

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ٥٦٨، ج ١، ص ١١٨).

(٢) سنن ابن ماجه (حديث رقم: ٧٠٢، ج ١، ص ٢٣٠).

ولا شك أن صنيعهم هذا مخالفٌ للسنة الربانية؛ حيث جعل - سبحانه - الليل محلاً للنوم والراحة، والنهار للعمل والكسب، كما قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ﴾ [يونس: ٦٧]، وقال: ﴿وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ۚ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا﴾ [النبا: ١٠-١١]، وقال: ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا﴾ [الفرقان: ٤٧]، ففي الليل سكونة وقرار ونوم وراحة، وفي النهار نشاط وعمل.

وقد استثنى العلماء من كراهة الحديث والسَّمر بعد صلاة العشاء ما كان فيه مصلحة وخير؛ كمدارسة العلم، أو ملاطفة الأهل والأولاد، أو محادثة الضيف، أو الإصلاح بين الناس، أو الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.

رابعاً: أعمال يمكنك القيام بها بعد صلاة العشاء

إن كنت ممن لا تخشى على نفسك تفويت قيام الليل وصلاة الفجر، أو كانت هناك مصلحة للبقاء بعد صلاة العشاء، أو كان الوقت يطول فيه الليل كوقت الشتاء، فيمكنك قضاؤه في واحدٍ أو أكثر من الأعمال التي ذكرناها سابقاً.

كذلك، يمكنك تصريف هذا الوقت في قضاء شيء من مصالح الناس، وقد ذكرنا من قبل قول الحبيب المصطفى - عليه أفضل صلاة وأزكى تسليم - : «مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا، نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ، يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا، سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ»^(١).

يمكنك أيضًا الرجوع إلى البيت، وملاطفة الأهل والأولاد، أو الاستماع إلى نشرة أخبار أو برنامج مفيد في الإذاعة أو التلفاز، أو تصفح مجلة أو جريدة، أو تصفح موقع مفيد في الإنترنت. حاول أن تدرج ضمن الأعمال التي تقوم بها قبل النوم تقويم ما قمت به في ذلك اليوم من أعمال، كما سنبينه بعد قليل، وتهنئة نفسك على ما أنجزته فيه، ومحاسبتها على التقصير. ولا تنس مراجعة جدول أعمالك ليوم الغد، كما بينا سابقاً.

خامساً: النقد والمحاسبة الذاتية

لا ريب أن كل واحد منا يطمح إلى تطوير نفسه، والارتقاء بها إلى مستويات أفضل، ويتمنى أن يراها قد وصلت إلى

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ٣٨، ج ٤، ص ٢٠٧٤) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

المستويات التي وصل إليها غيره من الناجحين والتميّزين، سواءً أكانوا من أقرانه وأصدقائه، أو ممّن لا يمتُّ لهم بأية صلة.

من هنا، على كل راغبٍ في الارتقاء بذاته وتطويرها أن تكون له وقفات مع نفسه، يُقوّم فيها أهدافه، ويُراجع فيها خطته في هذه الحياة، ثم تكون هناك وقفاتٌ أخرى، يُحلّل فيها ما يقوم به من أعمال، وما يُقصر فيه من أمور، يُهنئ نفسه إن أنجزت أعمالاً ذات قيمة، ويرفع من معنوياتها ويدفعها بالتحفيز والتذكير إن قصّرت أو تقاصرت عن أداء المهمات المنوطة بها.

وقد بيّنا في كتابنا «فنُّ النقد والمحاسبة» العديد من الأساليب والطرق التي يمكن استخدامها لتقويم النفس ومعالجة ما يبتابها من قصور، فمن أراد التعرّف على ذلك فليرجع إليه ففيه الكفاية.



عندما يحين وقت النوم

المطلب الثامن

النوم بالنسبة للمؤمن عبادة؛ فهو يتقوّى به على طاعة الله وقيام الليل والاستيقاظ لصلاة الفجر نشيطاً، والمؤمن يستحضر مَعِيَّةَ الله في كل أحواله، ولذلك تجده يقوم بأعمالٍ تستجلب رحمت الله وحفظه ورعايته له حتى وهو نائم، ومن ذلك الاستياك والوضوء.

أولاً: خذ احتياطاتك

لقد بيّن فقهاء الأمة أن هناك مقاصد أو كليات خمس أمرت الشريعة بالمحافظة عليها؛ وهي الدين والنفس والعقل والنسل (أي العِرْض) والمال، ولذا صار لزماً علينا أن لا نتسبّب في الإضرار بأيٍّ واحدٍ منها، سواءً أكانت متعلقة بنا أو بغيرنا. من هنا، فقبل أن تُسلمَ نفسك لبارئها، وتسعدَ بنوم هنيءٍ - بإذن الله-، تأكّد من أن البيت والسيارة وكل مصالحك مُأمّنة ضدّ أيّ اعتداء من قبل مَنْ يمكن أن تُسوّلَ لهم أنفسهم ذلك. تأكّد من إطفاء أنوار السيارة الداخلية والخارجية، وأحكِمْ إغلاق أبوابها، وأغلق بإحكام أبواب ونوافذ البيت أو الشقة التي تسكن فيها، وتأكّد من أنه لو نزل مطرٌ أو هبّت ريحٌ فلن تُسبّب أيّ ضرر.

ولا تنسَ أن تأخذ احتياطاتك الصحية والوقائية بالتأكد من عدم وجود تسرب للغاز أو الماء في البيت أو خارجه، أو صدور أصوات غير طبيعية من الأجهزة، مما يُنذر بوجود أعطالٍ فيها قد تُسبب تلفها أو وقوع صعقٍ كهربائي. تأكد من أن منافذ السلامة في البيت سالكة في حال وقوع أمرٍ - لا سمح الله - يستدعي الخروج الفوري من البيت.

ثانياً: الوضوء وأداء صلاة الوتر

يُفَضَّلُ أن لا ينام الواحد منا إلا على وضوء؛ فنحن عندما يحين وقت النوم نكون محمّلين بأعباء نفسية لما نواجهه طيلة يومنا من صعوبات الحياة، وكل ما يمرُّ بالإنسان في يومه من أحداث قد يراها حال نومه، وقد تُسبب له أحلاماً مُزعجةً، أو تمنعه من الاستقرار في نومه.

لأجل ذلك جاء الهدى النبوي^(١) ليأمرنا بتفريغ الشحنات

(١) من ذلك ما رواه البخاري في صحيحه (حديث رقم: ٢٤٧، ج ١، ص ٥٨) من حديث البراء بن عازب رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: «إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ، فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ، ثُمَّ قُلْ: اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مُنْجَأَ مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ، فَإِنْ مِتُّ مِنْ لَيْلَتِكَ، فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ، وَاجْعَلْنِي آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ».

النفسية المزعجة التي يتعرض لها الإنسان قبل النوم من خلال الوضوء والالتجاء إلى الله **عَزَّوَجَلَّ** بالدعاء، وذلك يؤثر عليه إيجاباً، فيكون في حماية الله وحفظه إلى أن يصبح، وينام قرير العين، هادئ البال، مطمئناً آمناً.

وبعد الوضوء، إن كنت تخشى ألا تستيقظ لقيام الليل، فصلّ الوتر إن كنت قد أجَلَّته إلى وقت النوم، ويمكنك أن تسبقه ببعض الركعات نافلة، أو على الأقل بركتي الشفع، ثم تجلس قليلاً للدعاء لك ولأهلك وإخوانك وعامة المسلمين.

ثالثاً: التهيؤ للنوم

عندما تتهيأ للنوم، لا تنس أن تأخذ احتياطك للاستيقاظ لصلاة الفجر، وذلك بتثبيت المنبه قبل أذان الفجر بنصف ساعة أو أكثر، حسبما درجت عليه في برنامجك اليومي لأداء صلاة قيام الليل.

بعدها، حاول أن تنفث في كفك اقتداءً بالمصطفى -عليه أفضل الصلاة والسلام-؛ فقد روت السيدة عائشة **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا** أن النبي **ﷺ** «كَانَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ كُلَّ لَيْلَةٍ جَمَعَ كَفَّيْهِ، ثُمَّ نَفَثَ فِيهِمَا فَقَرَأَ فِيهِمَا: قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ وَقُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ وَقُلْ أَعُوذُ

بَرَّبَ النَّاسَ، ثُمَّ يَمَسُحُ بِهِمَا مَا اسْتَطَاعَ مِنْ جَسَدِهِ، يَبْدَأُ بِهِمَا عَلَى رَأْسِهِ وَوَجْهِهِ وَمَا أَقْبَلَ مِنْ جَسَدِهِ يَفْعَلُ ذَلِكَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ^(١).

وإن كان لديك أطفالٌ صغار، فيمكنك تلقينهم طريقة النفث في الكفَّين هذه، وكذلك الأدعية التي سنذكرها بعد قليل، وإن كنتَ متزوَّجًا، فاقضِ بعض الوقتِ في مسامرة الزوجة ومداعبتها، فذلك مما يُعينكما على هدوء النفس، وراحة البال، وهناء النوم.

وعندما يحينُ وقت النوم، اضطجع على جنبك الأيمن، امثالًا لما جاء عن النبي ﷺ من الأمر بالاضطجاع على الجنب الأيمن، ثم قل: «بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي، وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمَسَكَتْ نَفْسِي فَارْحَمَهَا، وَإِنْ أَرْسَلَتْهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ»^(٢)، وبعدها تلفّظ بما تحفظ وما تستطيع من الأدعية الآتية إلى أن تكملها أو يغلبك النوم:

١ - تقرأ آية الكرسي، ففيها فضلٌ عظيم، وحرزٌ حصينٌ لك وأنت نائم، وانظر في هذا حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ في سرِّه لقصة أسيره على رسول الله ﷺ، وفيها: «فَقَالَ: دَعْنِي

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ٥٠١٧، ج ٦، ص ١٩٠).

(٢) سنن أبي داود (حديث رقم: ٥٠٥٠، ج ٧، ٣٩١) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

فَإِنِّي أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ يَنْفَعُكَ اللَّهُ بِهَا، قُلْتُ: مَا هُنَّ؟ قَالَ: إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ، فَإِنَّهُ لَنْ يَزَالَ عَلَيْكَ مِنَ اللَّهِ حَافِظٌ، وَلَا يَقْرُبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ»^(١).

٢- تقول: سبحان الله (٣٣ مرة)، ثم: الحمد لله (٣٣ مرة)، ثم: الله أكبر (٣٤ مرة)، لما رواه الإمام علي بن أبي طالب - كرم الله وجهه - أن النبي ﷺ قال لابنته فاطمة عندما جاءت تطلب منه خادماً، فقال لها ولعلي: «أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى خَيْرٍ مِمَّا سَأَلْتُمَا؟ إِذَا أَخَذْتُمَا مَضَاجِعَكُمْ - أَوْ أَوَيْتُمَا إِلَى فِرَاشِكُمَا - فَسَبِّحَا ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَاحْمَدَا ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ، وَكَبِّرَا أَرْبَعًا وَثَلَاثِينَ، فَهُوَ خَيْرٌ لَكُمَا مِنْ خَادِمٍ»^(٢).

٣- إن استطعتَ فاقْرَأْ أواخر سورة البقرة: ﴿ءَاَمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ...﴾ [البقرة: ٢٨٥] إلى آخر السورة، لما رواه أبو يزيد الأنصاري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قال: قال رسول الله ﷺ: «مَنْ قَرَأَ الْآيَتَيْنِ مِنْ آخِرِ سُورَةِ الْبَقَرَةِ فِي لَيْلَةِ كَفَّتَاهُ»^(٣).

٤- إن استطعتَ فاقْرَأْ سورة السَّجدة، فقد ورد أن

(١) صحيح البخاري (حديث رقم: ٢٣١١، ج ٣، ص ١٠١).

(٢) صحيح البخاري (حديث رقم: ٥٣٦١، ج ٧، ص ٦٥).

(٣) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ١٧٠٩٦، ج ٢٨، ص ٣٢٣).

رسول الله ﷺ كان « لَا يَنَامُ حَتَّى يَقْرَأَ الْم تَنْزِيلُ السَّجْدَةِ، وَتَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ »^(١).

٥- إن كنت تحفظ سورة تبارك، فاقرأها إن استطعت ففيها خيرٌ عظيمٌ لمن قرأها؛ فقد أوردنا قبل قليل أن رسول الله ﷺ كان لا ينام قبل أن يقرأها. وروى أبو هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عن النبي ﷺ أنه قال: «إِنَّ سُورَةَ مِنَ الْقُرْآنِ ثَلَاثُونَ آيَةً شَفَعَتْ لِرَجُلٍ حَتَّى غُفِرَ لَهُ وَهِيَ سُورَةُ تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ»^(٢).

وروى ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قال: قال رسول الله ﷺ: «وَدِدْتُ أَنَّهُا فِي قَلْبِ كُلِّ مُؤْمِنٍ -يَعْنِي تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ-»^(٣).

وبعد أن تنتهي من هذه الأذكار تقول: اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْبَجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، اللَّهُمَّ أَمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ^(٤).

(١) مسند أحمد بن حنبل (حديث رقم: ١٤٦٥٩، ج ٢٣، ص ٢٦) من حديث جابر بن عبد الله رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا.

(٢) سنن الترمذي (حديث رقم: ٢٨٩١، ج ٥، ص ١٤).

(٣) المستدرک على الصحيحين للحاكم النيسابوري (حديث رقم: ٢٠٧٦، ج ١، ص ٧٥٣).

(٤) لحديث البراء بن عازب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ السابق ذكره في الحاشية رقم (٩٧).

ملاحظة: قد يعاني بعضنا - أحياناً - من الأرق وعدم القدرة على النوم، وأحياناً ننام لفترة ثم يطير النوم عنا، وهنا ننصح بترك الفراش، والوضوء، ثم تأدية ركعتين أو أكثر في هدوء الليل. وعلاج الأرق كما ورد في سنة المصطفى - عليه الصلَام والسلام - بأن تقول: **اللَّهُمَّ غَارَتِ النُّجُومُ، وَهَدَّاتِ الْعُيُونُ، وَأَنْتَ حَيٌّ قَيُّومٌ، لَا تَأْخُذُكَ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ، يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، أَهْدِيْ لِيْلِي، وَأَنْمِ عَيْنِي** ^(١).

رابعاً: قيام الليل

إن المؤمن الذي يرغب في تقوية صلته بالله لا بُدَّ له من ساعات يختلي بها مع ملك الملوك ومَن بيده ملكوت كل شيء وهو يجير ولا يجار عليه، يسكب بين يديه العبرات، ويستمطر منه الرحمات، ويسأله الوقوف بجانبه في الملمات، ويتملق إليه ليحظى من لدنه بقريب الدرجات ووافر العطايا والهبات.

وإنه لا يخفى على عاقل أن الحياة المعاصرة وما يلفها من صخب ولهُو، وما تُحدثه في عقل المرء وفكره من خدوش،

(١) عمل اليوم والليلة لابن السني (ص ٦٧٦) من حديث زيد بن ثابت رضي الله عنه أنه قال: **شَكَّوْتُ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ أَرْقَا أَصَابَتِي، فَقَالَ: «قُلْ: اللَّهُمَّ غَارَتِ النُّجُومُ، وَهَدَّاتِ الْعُيُونُ، وَأَنْتَ حَيٌّ قَيُّومٌ، لَا تَأْخُذُكَ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ، يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، أَهْدِيْ لِيْلِي، وَأَنْمِ عَيْنِي»** فَقُلْتُهَا، فَأَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ عَنِّي مَا كُنْتُ أَجِدُ.

وما تمتصه وتلتهمه منه من أوقات وطاقات، لِيُحْتَمَ على المؤمن أن يفرَّ إلى رحمان الوجود ورحيمه؛ يستغيث به من حماة الحياة ووطأتها، ويحتمي به من جورها وقسوتها.

وليس هناك من وقت أفضل من تلك الساعات الأخيرة من الليل، يختلس فيها من أنواء الحياة وشقاء ساكنيها، لحظات تسكن فيها نفسه إلى روحانية الأنس باللطيف المنان وقدسيتها التذلل بين يدي الرؤوف الرحيم. يقول محمد بن الحسين الشبلي:

إِذَا كَثُرَتْ مِنْكَ الذُّنُوبُ فِدَاوِهَا بَرِّفْ يَدِي فِي اللَّيْلِ وَاللَّيْلِ مُظْلِمٌ
وَلَا تَقْنَطَنَّ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّمَا قُنُوطُكَ مِنْهَا مِنْ خَطَايَاكَ أَعْظَمُ
فَرَحْمَتُهُ لِلْمُحْسِنِينَ كَرَامَةٌ وَرَحْمَتُهُ لِلْمُسْرِفِينَ تَكْرُمٌ

ومما يمكن أن يُحَمِّسَكَ لقيام الليل أن تتذكر قوله - سبحانه -: ﴿يَا أَيُّهَا الْمَرْمِلُ ۝١ قُرْ أَلَيْلَ إِلَّا قَلِيلًا﴾ [المزمل: ١-٢]، فعندها «تستشعر وتستحضر بقلبك وفكرك أن ربك ومولاك وسيدك الجليل العظيم يدعوك ويناديك - وهو الغني عن طاعتك سبحانه - إلى القيام بين يديه، واللجوء إليه، والتلذذ بمناجاته في ظلام الليل، فهلَّا أجبتَ نداء السماء؟ وناجيتَ ربَّكَ في الظُّلُماء؟ لتكون في الدنيا والآخرة من السعداء»^(١).

(١) «كيف تتحمَّس لقيام الليل؟»: محمد بن صالح آل عبدالله، ص ١٠.

تذكر قول حبيبك ورسولك العظيم - عليه أفضل الصلاة وأزكى التسليم - وهو يقول: «أَفْضَلُ الصَّلَاةِ، بَعْدَ الصَّلَاةِ الْمَكْتُوبَةِ، الصَّلَاةُ فِي جَوْفِ اللَّيْلِ»^(١)، وقوله: «عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ، وَإِنْ قِيَامَ اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ، وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ، وَتَكْفِيرٌ لِلْسَيِّئَاتِ، وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ»^(٢).

ويقول ﷺ بأبي هو وأمي: «مَنْ قَامَ بِعَشْرِ آيَاتٍ لَمْ يُكْتَبْ مِنَ الْغَافِلِينَ، وَمَنْ قَامَ بِمِائَةِ آيَةٍ كُتِبَ مِنَ الْقَانِتِينَ، وَمَنْ قَامَ بِأَلْفِ آيَةٍ كُتِبَ مِنَ الْمُقْنَطَرِينَ»^(٣)، والمقنطرون هم الذين يعطيهم الله أجراً عظيماً. يقول صالح بن عبد الكريم:

بكي الباكون للرحمن ليلاً وباتوا دمعهم لا يسأمونا
بقاع الأرض من شوقٍ إليهم تحنُّ متى عليها يسجدونا

وقد كان قيام الليل - على امتداد تاريخ الأمة - المدرسة الربانية التي تخرج منها قادة الأمة وعلمائها ومفكروها، وأولهم محمد ﷺ؛ فعندما نزل عليه قوله تعالى: ﴿يَأْتِيهَا الْمُرْزَلُ﴾ [المزمل: ١-٢]، قام ﷺ وأصحابه حولاً كاملاً

(١) صحيح مسلم (حديث رقم: ١١٦٣، ج ٢، ص ٨٢١) من حديث أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٢) سنن الترمذي (حديث رقم: ٣٥٤٩، ج ٥، ص ٥٥٢) من حديث بلال رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

(٣) سنن أبي داود (حديث رقم: ١٣٩٨، ج ٢، ص ٥٧) من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.

حتى انتفخت أقدامهم وسوقهم، إلى أن نزلت ﴿إِنَّ هَذِهِ تَذْكِرَةٌ
فَمَنْ شَاءَ اتَّخَذْ إِلَىٰ رَبِّهِ سَبِيلًا﴾ [المزمل: ١٩]، إلى آخر السورة.

من هنا، لن يتأتى لصاحب الآمال العظام والأحلام الجسام الوصول إلى مبتغاه، وتحقيق آماله وأحلامه، إلا أن ينخرط في قافلة عُمَّار الليل وقوَّامه، وينضوي في فلك الذين تبلَّلت منهم الخدود من كثرة البكاء، وتورَّمت منهم الأقدام من طول القيام، وجفَّت منهم الألسن من زفرات التوسُّل والمناجاة.

عَرَّجَ عَلَى الدَّارِ لَاشْطَبَكَ الدَّارُ بَحِثْ خَيْمَ رُهْبَانٍ وَأَحْبَارٍ
وَانْظُرْ هُنَالِكَ أَقْوَامًا كَانَهُمْ خَيْلُ الرَّهَانِ جَرَىٰ بِهِنَّ مَضْمَارُ
شَدُّوا الْحَزِيمَ وَأَرْخَوَابِي أَعْتَتَهُمْ وَسَاعَدَتْهُمْ عَلَى الْمَطْلُوبِ أَقْدَارُ
قَامُوا وَنُمْتُ وَأَرْزَاقُ الْوَرَى قَسَمٌ وَفِي الْمَقَادِيرِ إِيرَادٌ وَإِصْدَارُ



المراجع

(١) **الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان**: محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن مَعْبَد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البُستي (المتوفى: ٣٥٤هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، الناشر: مؤسسة الرسالة، بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٠٨هـ - ١٩٨٨م.

(٢) **الجامع الصحيح**: الإمام الربيع بن حبيب الفراهيدي، الناشر: مكتبة مسقط، الطبعة: الأولى، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م.

(٣) **الدعاء للطبراني**: سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (المتوفى: ٣٦٠هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١٣هـ.

(٤) **الزهد والرقائق لابن المبارك**: أبو عبد الرحمن عبد الله بن المبارك بن واضح الحنظلي، التركي ثم المروزي (المتوفى: ١٨١هـ)، تحقيق: حبيب الرحمن الأعظمي، الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت.

(٥) **السنن الكبرى**: أحمد بن الحسين بن علي بن موسى الخُسْرُو جَرْدِي الخراساني، أبو بكر البيهقي (المتوفى: ٤٥٨هـ)،

تحقيق: محمد عبد القادر عطا، الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة: الثالثة، ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣م.

٦) **السنن الكبرى**: أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (المتوفى: ٣٠٣هـ)، تحقيق: حسن عبد المنعم شلبي، الناشر: مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٢١هـ - ٢٠٠١م.

٧) **المستدرک علی الصحيحين**: أبو عبد الله الحاكم محمد بن عبد الله بن محمد بن حمدويه بن نعيم بن الحكم الضبي الطهماني النيسابوري المعروف بابن البيع (المتوفى: ٤٠٥هـ)، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١١هـ - ١٩٩٠م.

٨) **المعجم الأوسط**: سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (المتوفى: ٣٦٠هـ)، تحقيق: طارق بن عوض الله بن محمد وعبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، الناشر: دار الحرمين - القاهرة، الطبعة: الأولى، ١٤١٥هـ - ١٩٩٥م.

٩) **سنن ابن ماجه**: أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني (المتوفى: ٢٧٣هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، الناشر: دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي، الطبعة: الأولى، ١٤١١هـ - ١٩٩٠م.

(١٠) **سنن الترمذي**: محمد بن عيسى بن سَورَة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (المتوفى: ٢٧٩هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر، الناشر: مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي - مصر، الطبعة: الثانية، ١٣٩٥هـ - ١٩٧٥م.

(١١) **سنن أبي داود**: أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السَّجِسْتَانِي (المتوفى: ٢٧٥هـ)، تحقيق: شُعَيْب الأرنؤوط ومحمد كامل قره بللي، الناشر: دار الرسالة العالمية - بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٣٠هـ - ٢٠٠٩م.

(١٢) **شعب الإيمان**: أبو بكر أحمد بن الحسين بن علي بن موسى البيهقي (٣٨٤ - ٤٥٨هـ)، تحقيق: الدكتور عبد العلي عبد الحميد حامد، الناشر: مكتبة الرشد للنشر والتوزيع بالرياض بالتعاون مع الدار السلفية ببومباي بالهند، الطبعة: الأولى، ١٤٢٣هـ - ٢٠٠٣م.

(١٣) **صحيح البخاري**: محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي، تحقيق: محمد زهير بن ناصر الناصر، الناشر: دار طوق النجاة - بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٢٢هـ.

(١٤) **صحيح مسلم**: مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (المتوفى: ٢٦١هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد

الباقى، الناشر: دار إحياء التراث العربى - بيروت، الطبعة:
الأولى، ١٤١٢هـ - ١٩٩١م.

(١٥) **عمل اليوم واليلة**: أحمد بن محمد بن إسحاق الدينوري،
المعروف بابن السنّي، تحقيق: عبدالرحمن كوثر البرني،
الناشر: دار القبلة للثقافة الإسلامية ومؤسسة علوم القرآن -
جدة / بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١٨هـ - ١٩٩٨م.

(١٦) **كيف تتحمس لقيام الليل**: محمد بن صالح آل عبدالله، الناشر:
مطبعة النرجس - الرياض، الطبعة: الأولى، ١٤١٩هـ.

(١٧) **مسند أحمد بن حنبل**: أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل
بن هلال بن أسد الشيباني (المتوفى: ٢٤١هـ)، تحقيق: شعيب
الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، الناشر: مؤسسة الرسالة
- بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٢١هـ - ٢٠٠١م.

(١٨) **مصنف ابن أبي شيبة**: أبو بكر بن أبي شيبة، عبد الله بن
محمد بن إبراهيم بن عثمان بن خواستي العبسي (المتوفى:
٢٣٥هـ)، تحقيق: كمال يوسف الحوت، الناشر: مكتبة
الرشد - الرياض، الطبعة: الأولى، ١٤٠٩هـ.

