الباب الثالث

مع الله

تمهيد

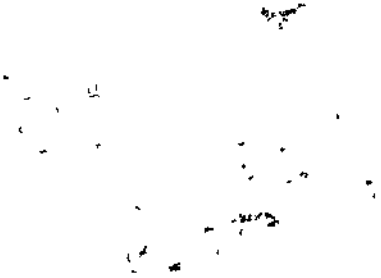
هذا الباب نخصصه لتحقيق أهداف إيمانية، نقترب بها من الله ﷻ، من خلال بعض فوائد إيقاظ الإيمان

الفائدة الأولى، بعنوان [آية نتدبرها]، وتتناول موضوع [اتقوا فتنة] الذي يعرض ضرورة ألا يقر المسلم ما يراه من منكرات، ولكن ينكر ذلك ويسعى جاهداً لتغييره حتى لا يعمه العذاب مع من يرتكبون هذه المنكرات.

ومن فوائد إيقاظ الإيمان. التفكر في الكون، فهو كتاب الله المنظور أو المشهود، وتحت عنوان [ساعة نتفكرها] نجد موضوع[فيه شفاء للناس] ونتأمل من خلاله بديع صنع الله ﷻ في عسل النحل، وما يقوم به النحل من عمل متقن وجهد منظم وفكر عبقري حتى ينتج العسل فيتناوله الإنسان شهياً طيباً شفاءً له من الأمراض

ومن فوائد إيقاظ الإيمان العادات الخالصة، والذّكر والدعاء من هذه العادات، وتحت عنوان[أذكار نقرؤها] نجد موضوع [ورد الإنابة] الذي ورد فيه ثمانية عشر موضعاً في الكتاب العزيز تتناول موضوع الإنابة، لعلها تكون لنا عونًا في الإنابة إلى الله سبحانه وتعالى.

ومن فوائد إيقاظ الإيمان التفكر في نِعَم الله ﷻ عليها، وتعدادها وشكرها، فتحت عنوان [نعمة نحمدها]، نجد موضوع [وجعلنا نومكم سباتًا] الذي يبرز لنا نعمة يغفل عنها البعض ألا وهي نعمة النوم الذي يمنح الإنسان تجديدًا لحيوية جسمه وحفظاً لصحته وسكينة لنفسه ونشاطًا لعقله، ونرى كيف أن حياة الإنسان لا تستقيم بدون النوم.



١- آية نتدبرها:

واتقـــــوا فتنـــــة

٢- ساعة نتفكرها:

فيـــه شـــفاء للنـــاس

٣- أذكار نقرؤها:

ورد الإنابـــــــــة

٤- نعمة نحمدها:

وجعلنـــا نـــومكم ثباتًـــا

١- آية نتدبرها. -

واتقوا فتنة

قال الله تعالى ﴿وَاتَّقُواْ فِتْنَةً لاَّ تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُواْ مِنكُمْ خَآصَّةً وَاعْلَمُـواْ أَنَّ اللّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ﴾[1]

لا نقر منكرًا:

حذر الله تعالى عباده المؤمنين فتنة (أي اختبارًا) ومحنة يعم بها المسيء وغيره لا يخص بها أهل المعاصي ولا من باشر الذنب وحده، وعن ابن عباس(رضي الله عنهما) في تفسير هذه الآية: أمر الله المؤمنين أن لا يقروا المنكر بين ظهرانيهم فيعمهم الله بعذاب قال رسول الله ﷺ "إِنَّ اللَّهَ ﷻ لا يُعَذِّبُ الْعَامَّةَ بِعَمَلِ الْخَاصَّةِ حَتَّى يَرَوْا الْمُنْكَرَ بَيْنَ ظَهْرَانَيْهِمْ وَهُمْ قَادِرُونَ عَلَى أَنْ يُنْكِرُوهُ فَلا يُنْكِرُوهُ فَإِذَا فَعَلُوا ذَلِكَ عَذَّبَ اللَّهُ الْخَاصَّةَ وَالْعَامَّةَ" [رواه احمد، الحديث٥٧ ١٧].

وعن أم سلمة روح النبي ﷺ قالت سمعت رسول الله ﷺ يقول "إِذَا ظَهَرَتْ الْمَعَاصِي فِي أُمَّتِي عَمَّهُمْ اللَّهُ ﷻ بِعَذَابٍ مِنْ عِنْدِهِ فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَمَا فِيهِمْ يَوْمَئِذٍ أُنَاسٌ صَالِحُونَ قَالَ بَلَى قَالَتْ فَكَيْفَ يَصْنَعُ أُولَئِكَ قَالَ يُصِيبُهُمْ مَا أَصَابَ النَّاسَ ثُمَّ يَصِيرُونَ إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ اللَّهِ وَرِضْوَانٍ"[رواه احمد، الحديث٢٥١٨٢]

وعن زينب بنت جحش رضي الله عنها أن النبي ﷺ دخل عليها فزعًا يقول "لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ وَيْلٌ لِلْعَرَبِ مِنْ شَرٍّ قَدْ اقْتَرَبَ فُتِحَ الْيَوْمَ مِنْ رَدْمِ يَأْجُوجَ وَمَأْجُوجَ مِثْلُ هَذِهِ، وَحَلَّقَ بِإِصْبَعِهِ الإِبْهَامِ وَالَّتِي تَلِيهَا قَالَتْ زَيْنَبُ بِنْتُ جَحْشٍ

---

١ - الآية ٢٥ من سورة الأنفال

فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَنَهْلِكُ وَفِينَا الصَّالِحُونَ قَالَ "نَعَمْ إِذَا كَثُرَ الْخَبَثُ" [رواه البخاري، الحديث ٣٠٩٧]

التعاون على فعل الخير

قال الله تعالى. ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ﴾[1]، قال قتادة. تأمرهم بطاعة الله وتنهاهم عن معصية الله، وأن تقوم عليهم بأمر الله وتأمرهم به وتساعدهم عليه فإذا رأيت لله معصية قدعتهم[2] عنها وزجرتهم عنها.

إرشاد المجتمع

إننا لو علمنا أن في بيت من بيوت هذا البلد مريضًا فتاكًا لأحدنا القلق والفزع، ولحملنا الأدوية وجهد الأطباء للقضاء عليه، وهو مرض جسمي، فكيف بأمراض القلوب التي تفتك بدينا وأخلاقنا.

إن الواجب علينا إذا أحسسنا بمرض ديني أو خلقي يفتك بالمجتمع ويجرف اتجاهه الصحيح، أن نبحث -بصدق- عن سبب هذا الداء وأن نقضي عليه وعلى أسبابه قضاء مبرمًا من أي جهة كانت، لا تأخذنا في ذلك لومة لائم، قبل أن ينتشر الداء ويستفحل أمره، فعن النعمان بن بشير رضي الله عنهما عن النبي ﷺ قال: "مَثَلُ الْقَائِمِ عَلَى حُدُودِ اللَّهِ وَالْوَاقِعِ فِيهَا كَمَثَلِ قَوْمٍ اسْتَهَمُوا عَلَى سَفِينَةٍ فَأَصَابَ بَعْضُهُمْ أَعْلاهَا وَبَعْضُهُمْ أَسْفَلَهَا فَكَانَ الَّذِينَ فِي أَسْفَلِهَا إِذَا اسْتَقَوْا

---

١ - الآية ٦ من سورة التحريم.

٢ - أي نهيتهم عنها

مِنْ الْمَاءِ مَرُّوا عَلَى مَنْ فَوْقَهُمْ فَقَالُوا لَوْ أَنَّا خَرَقْنَا فِي نَصِيبِنَا خَرْقًا وَلَمْ نُؤْذِ مَنْ فَوْقَنَا فَإِنْ يَتْرُكُوهُمْ وَمَا أَرَادُوا هَلَكُوا جَمِيعًا وَإِنْ أَخَذُوا عَلَى أَيْدِيهِمْ نَجَوْا وَنَجَوْا جَمِيعًا"[رواه البخاري، الحديث٢٣١٣]

إن التصدِّي للفساد والمفسدين، والسعي لإصلاح أوضاع المجتمعات الإسلامية واجب شرعي وعيني، يجب أن يساهم فيه كل أفراد هذه المجتمعات رجالاً ونساءً، يقول تعالى ﴿وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ﴾[1] فمن شروط تمام الولاية العامة بين أعضاء المجتمع الإسلامي أن يتشارك هؤلاء جميعًا في الإصلاح والتصدِّي للفساد.

وكلما تيسر التعاون مع الآخرين في أمر الإصلاح يكون ذلك أحدى وأولى؛ لأن أهل المنكر متكتلون ومتعاونون، فكيف نواجههم ونحن أشتات متفرقون؟! والله تعالى يحثنا على أن تكون منا أمة تأمر بالمعروف وتنهى عن المنكر، ويجب أن نسعى جميعًا لنكون من تلك الأمة ونفوز مما ادخره الله لها من أجر ونعيم.

الدعوة للخير فريضة.

ونحن جميعًا مدعوون من ربنا ﷻ، ومن رسولنا ﷺ، أن نصلح أوضاع مجتمعاتنا، وألا نقبل التعايش مع المنكرات، حتى لا تلحق بنا لعنة الله تعالى كما لحقت ببني إسرائيل الذين قال عنهم سبحانه ﴿لُعِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ بَنِي إِسْرَائِيلَ عَلَى لِسَانِ دَاوُودَ وَعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ *

---

١ – من الآية ٧١ من سورة التوبة

كَانُوا لا يَتَنَاهَوْنَ عَن مُّنكَرٍ فَعَلُوهُ لَبِئْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ﴾[1]، وحتى لا يحق علينا الهلاك والفتنة التي إذا جاءت عمت الجميع مفسدين وساكتين عن الحق

ولقد رأى أبو بكر الصدِّيق ﷺ الناس يخطئون في فهم هذه الآية الكريمة:﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ لا يَضُرُّكُم مَّن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ﴾[2]، فَقَالَ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّكُمْ تَقْرَءُونَ هَذِهِ الآيَةَ ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ لا يَضُرُّكُم مَّن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ﴾ وَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ "إِنَّ النَّاسَ إِذَا رَأَوْا ظَالِمًا فَلَمْ يَأْخُذُوا عَلَى يَدَيْهِ أَوْشَكَ أَنْ يَعُمَّهُمْ اللَّهُ بِعِقَابٍ مِنْهُ"[رواه الترمذي، الحديث٢٩٨٣].

وأخيرًا:

إن المسلم يحب أن يتمعر وجهه ويتغير عندما يرى منكرًا لا يستطيع تغييره، وذلك هو أضعف الإيمان، ليعتذر بذلك إلى الله ﷻ ويبرأ إليه مما يصنع أصحاب المنكرات، كما يحرص المسلم دائمًا على عدم ارتياد أماكن المعصية لئلا تنزل عليه اللعنة كما نزلت على بني إسرائيل الذين كانوا لا يتناهون عن منكر فعلوه، وحتى لا يكون مساهمًا في انتشار المنكر، كما يسعى عليا توعية من حولنا بأثر المعصية وتخويفهم من عقاب الله الذي يعم الظالم وغيره عندما ينزل، ﴿كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ﴾[3]

*****

١ – الآيتان ٧٨،٧٩ من سورة المائدة

٢ – من الآية ١٠٥ من سورة المائدة

٣– من الآية ١١٠ من سورة آل عمران

٢- ساعة تتفكرها.

فيه شفاء للناس

بعض الناس يتناول عسل النحل فيتلذذ بطعمه ويستمتع بمذاقه الحلو، وهناك من يتعامل مع آيات القرآن فيتناوله على أنه شفاء من كثير من الأمراض يقينًا بقوله تعالى: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾[1]، وبعض الناس يعرف ما أثبتته الدراسات والبحوث العلمية من فوائد غذائية ووقائية وعلاجية له، ولكنْ كثيرون لا يعرفون كيف يتم النحل هذا الشراب، وما في ذلك من بديع صنع الله ﷻ

تصميم محكم:

يُنتج عسل النحل في مصنع فريد في بنائه، ذلك أن هذا المصنع أو الخلية التي يتم فيها لا تتم بطريقة عشوائية، بل يتم بناؤها على تخطيط محكم وقياسات دقيقة من إحدى مهندسات الماء القديرات، حيث تقوم هذه النحلة المهندسة بالطيران والوقوف ثم الطيران والوقوف، محددة بذلك مواقع الشمعات التي تحتاج إليها الخلية من غرف مَلكية وغرف خاصة بالذكور وغرف للشغالات وغرف البيض واليرقات ومستودعات تخزين العسل وطرقات الوصل بين الغرف وغير ذلك من الشمعات، وبعد الانتهاء من هذا التصميم المتقن يقوم العمال بإنشاء الخلية طبقًا له

---

١ - من الآية ٦٩ من سورة النحل

عبقرية البناء:

ويتم بناء عرف الخلية على هيئة شكل سداسي، ويتميز هذا الشكل السداسي عن غيره من الأشكال الهندسية بأنه يسمح باحتواء البناء لعدد أكبر من أفراد الخلية وأكثر محزون من العسل، كما يؤدي بناء العرف هذا الشكل المسدس إلى وفرة كبيرة في مادة الشمع المستخدمة في البناء نتيجة استخدام الجدار الواحد بشكل مزدوج بين خليتين

ويراعي النحل عند بناء العرفات أن تكون أطرافها على ارتفاع ١٣ درجة من كل جانب بحيث لا تكون موازية للأرض مما يساعد على بقاء العسل في عرف الخرين دون تسربه إلى الخارج.

وقد اندهش أحد الباحثين العربيين[1] بهذه العبقرية في البناء فقال:"نحن إذ نتأمل أسرار الخلية لا يسعنا إلا أن نطل على ذكر آية من آياتها هي الحجرات المسدسة، التي تكاد تبلغ درجة الكمال المطلق، فلا تستطيع أن تريد عليه عبقريات البشر مجتمعة أية تحسينات"

قدرات فائقة

تبدأ صناعة عسل النحل بخروج إحدى العاملات في رحلة استكشافية تبحث فيها عن المادة الخام من رحيق الأزهار، وتستعين على ذلك بما وهبها الله تعالى من إمكانات وقدرات فائقة، فإبصارها قد زوده الله تعالى بالأشعة فوق السفسجية التي ترى بها من المسالك والعلامات ما يرشدها إلى هدفها الباشر من

---

١ - هو العالم مترلنك مؤلف كتاب" حياة النحلة"

رحيق الأزهار وهو ما لا يستطيع الإنسان أن يبصره بعينه المجردة

وبعد أن تتفحص العديد من الأزهار لتنتقي أطيبها وتحدد أحدها تبدأ رحلة العودة إلى خليتها، فتصل إليها دون أن تضل الطريق رغم آلاف الأمتار التي قطعتها بعيدًا عنه، ودون أن تدخل خلية غير خليتها رغم التقارب والتشابه الكبير بين خلايا النحل المختلفة، مستعينة على ذلك بما منحها الله من حاسة الإبصار التي تساعدها على تذكر معالم رحلتها وحاسة الشم التي تميز بها رائحة خليتها

هكذا دلل المولى سبحانه الطريق لها ومنحها من قدرات التكيف الوطيفي وما يعينها في رحلات استكشاف الغذاء وجمعه ثم العودة بعد ذلك للبيت، كما قال تعالى: ﴿ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً﴾[1]

وصف راقص:

وحين تعود هذه الباحثة المستكشفة إلى عشيرتها لتخبرهم بما توصلت إليه من مواضع للرحيق الجيد، فتأخذ في وصف هذه المواضع من خلال رقصات دقيقة محددة تحدد بها الاتجاه الذي يسعى أن تسلكه زميلاتها من العاملات لتصل إلى الرحيق، وكذلك تحدد لهن من خلال عدد هذه الرقصات المسافة التي يسعى أن تُقطع

صناعة متقنة.

لكي تنتج النحلة الواحدة مائة جرام من العسل تحتاج إلى زيارة ما يقارب

---

١ – من الآية ٦٩ من سورة النحل

المليون زهرة، فتظل تنتقل من زهرة إلى أخرى وتمتص رحيقها، ثم تعود إلى خليتها فتضع سائلاً من هذا الرحيق بعد مروره بعدد من التفاعلات داخلها ثم تقوم مجموعة من الشغالات بتهوية ذلك السائل بتحريك أجنحتها حتى تتطاير منه الرطوبة ويتركز فيصير عسلاً، ثم يأتي فريق ثالث يعمل على بقاء ذلك العسل نقيًا من خلال تنظيف الخلية بمهارة فائقة وسد الثقوب وتلميع الحوائط بغراء العسل، ويبذل فريق آخر جهدًا كبيرًا في الحفاظ على ثبات درجة الحلية حتى يظل العسل محتفظًا بصلاحيته؛ وذلك من خلال قيام مجموعة من الشغالات عند ارتفاع درجة الحرارة بتحريك أجنحتها عند باب الخلية لإدخال الهواء البارد، وفي المقابل تعمل مجموعة أخرى بالداخل على إخراج الهواء الساخن، أما في الأجواء الباردة فيتجمع النحل فوق أقراص العسل ليقلل المساحة المعرضة من سطحه للجو البارد، كما تزيد حركة التمثيل الغذائي داخل النحلة فترتفع درجة الحرارة في الخلية فيظل العسل محتفظًا بصلاحيته ليأكله الإنسان شهيًا طيبًا

حماية من الدخلاء

ولحماية العسل من أي هجوم بكتيري قد يتعرض له من خارج الخلية تعمل مجموعة من الشغالات على حراسة الخلية من أي تسلل أو اختراق فتقاوم الأجسام الغريبة وتجاهد في إبعادها عن الخلية، أما إذا حدث وتسللت بعض الأجسام الغريبة إلى الخلية رغم هذه الحراسة المشددة فإن الخلية كلها تكون في حالة تغير عام حتى تطرد هذا المعتدي خارج الخلية، وفي حالة العجز عن طرد هذا المعتدي - لكبر حجمه مثلاً- يعمل النحل على تحنيطه بالشمع حتى لا يؤثر في الحالة الصحية للخلية

أجر وشفاء.

هذا الصبيع البديع يخرج إلينا عسل النحل فتناوله شهيًا طيبًا، فيكون عافية لأبداننا، نظرًا لاحتوائه على مجموعات كبيرة متنوعة من العناصر الغذائية[1]، كما أن فيه وقاية وشفاء من كثير من الأمراض كما أخبرنا بذلك المولى سبحانه في قوله تعالى:﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾[2]، وكما أرشدنا إلى ذلك النبي ﷺ حين قال فيما يرويه ابن عباس (رضي الله عنهما) "**الشِّفَاءُ فِي ثَلاثَةٍ فِي شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ كَيَّةٍ بِنَارٍ وَأَنَا أَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيِّ**"[رواه البخاري،الحديث٥٢٤٩]، وعن عبد الله بن مسعود ﷺ قال. قال رسول الله ﷺ "**عَلَيْكُمْ بِالشِّفَاءَيْنِ الْعَسَلِ وَالْقُرْآنِ**"[رواه ابن ماجة، الحديث٣٤٤٣] وكما توصلت إلى ذلك أيضًا العديد من البحوث والتجارب العلمية

فلنحرص على تناول عسل النحل-ولو ملعقة- بصورة يومية، فقد كان النبي ﷺ يحب تناوله، فعن عائشة رضي الله عنها قالت "**كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُحِبُّ الْحَلْوَاءَ وَالْعَسَلَ**" [رواه البخاري، الحديث١١ ٥]

ولا ننسى حين تناوله أن نتذكر بديع صنع الله فيه، ولنحرص على نشر هذا الإعجاز والإبداع فيمن حولنا من الأقارب والأصدقاء والمعارف حتى نفوز بالأجر مع العافية والشفاء

*****

١ - توصلت دراسة أجراها باحث بيولوجي وطبيب هولنديين إلى احتواء عسل النحل على مائتي عنصر غذائي متنوع

٢ - من الآية ٦٩ من سورة النحل

٣- أذكار نقرؤها:

ورد الإنابة

١-﴿إِنَّ إِبْرَاهِيمَ لَحَلِيمٌ أَوَّاهٌ مُنِيبٌ﴾[١]

٢-﴿وَيَقُولُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلا أُنْزِلَ عَلَيْهِ آيَةٌ مِنْ رَبِّهِ قُلْ إِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ أَنَابَ﴾[٢]

٣-﴿وَإِنْ جَاهَدَاكَ عَلَى أَنْ تُشْرِكَ بِي مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ فَلا تُطِعْهُمَا وَصَاحِبْهُمَا فِي الدُّنْيَا مَعْرُوفًا وَاتَّبِعْ سَبِيلَ مَنْ أَنَابَ إِلَيَّ ثُمَّ إِلَيَّ مَرْجِعُكُمْ فَأُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ﴾[٣]

٤-﴿قَالَ لَقَدْ ظَلَمَكَ بِسُؤَالِ نَعْجَتِكَ إِلَى نِعَاجِهِ وَإِنَّ كَثِيرًا مِنَ الْخُلَطَاءِ لَيَبْغِي بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ إِلا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَقَلِيلٌ مَا هُمْ وَظَنَّ دَاوُدُ أَنَّمَا فَتَنَّاهُ فَاسْتَغْفَرَ رَبَّهُ وَخَرَّ رَاكِعًا وَأَنَابَ﴾[٤]

٥-﴿وَلَقَدْ فَتَنَّا سُلَيْمَانَ وَأَلْقَيْنَا عَلَى كُرْسِيِّهِ جَسَدًا ثُمَّ أَنَابَ﴾[٥]

٦-﴿قَالَ يَاقَوْمِ أَرَأَيْتُمْ إِنْ كُنْتُ عَلَى بَيِّنَةٍ مِنْ رَبِّي وَرَزَقَنِي مِنْهُ رِزْقًا حَسَنًا وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالِفَكُمْ إِلَى مَا أَنْهَاكُمْ عَنْهُ إِنْ أُرِيدُ إِلا الإِصْلاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي إِلا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ﴾[٦]

١- الآيه ٧٥ من سوره هود
٢- الآية ٢٧ من سورة الرعد
٣- الآية ١٥ من سورة لقمان
٤- الآيه ٢٤ من سورة ص
٥- الآية ٣٤ من سورة ص
٦- الآية ٨٨ من سورة هود

٧-﴿مُنِيبِينَ إِلَيْهِ وَاتَّقُوهُ وَأَقِيمُوا الصَّلاةَ وَلا تَكُونُوا مِنَ الْمُشْرِكِينَ﴾[1]

٨-﴿وَإِذَا مَسَّ النَّاسَ ضُرٌّ دَعَوْا رَبَّهُمْ مُنِيبِينَ إِلَيْهِ ثُمَّ إِذَا أَذَاقَهُمْ مِنْهُ رَحْمَةً إِذَا فَرِيقٌ مِنْهُمْ بِرَبِّهِمْ يُشْرِكُونَ﴾[2]

٩-﴿أَفَلَمْ يَرَوْا إِلَى مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ إِنْ نَشَأْ نَخْسِفْ بِهِمُ الأَرْضَ أَوْ نُسْقِطْ عَلَيْهِمْ كِسَفًا مِنَ السَّمَاءِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ﴾[3]

١٠-﴿وَإِذَا مَسَّ الإِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَا رَبَّهُ مُنِيبًا إِلَيْهِ ثُمَّ إِذَا خَوَّلَهُ نِعْمَةً مِنْهُ نَسِيَ مَا كَانَ يَدْعُو إِلَيْهِ مِنْ قَبْلُ وَجَعَلَ لِلَّهِ أَنْدَادًا لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِهِ قُلْ تَمَتَّعْ بِكُفْرِكَ قَلِيلاً إِنَّكَ مِنْ أَصْحَابِ النَّارِ﴾[4]

١١-﴿وَالَّذِينَ اجْتَنَبُوا الطَّاغُوتَ أَنْ يَعْبُدُوهَا وَأَنَابُوا إِلَى اللَّهِ لَهُمُ الْبُشْرَى فَبَشِّرْ عِبَادِ﴾[5]

١٢-﴿وَأَنِيبُوا إِلَى رَبِّكُمْ وَأَسْلِمُوا لَهُ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لا تُنْصَرُونَ﴾[6]

١٣-﴿هُوَ الَّذِي يُرِيكُمْ آيَاتِهِ وَيُنَزِّلُ لَكُمْ مِنَ السَّمَاءِ رِزْقًا وَمَا يَتَذَكَّرُ إِلا مَنْ يُنِيبُ﴾[7]

١٤-﴿وَمَا اخْتَلَفْتُمْ فِيهِ مِنْ شَيْءٍ فَحُكْمُهُ إِلَى اللَّهِ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبِّي عَلَيْهِ

١- الآية ٣١ من سوره الروم
٢- الآية ٣٣ من سوره الروم
٣- الآيه ٩ من سورة سبأ
٤- الآية ٨ من سورة الزمر
٥- الآيه ١٧ من سورة الزمر
٦- الآيه ٥٤ من سورة الزمر
٧- الآية ١٣ من سورة غافر

تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ﴾[1]

١٥- ﴿شَرَعَ لَكُمْ مِنَ الدِّينِ مَا وَصَّى بِهِ نُوحًا وَالَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ وَمَا وَصَّيْنَا بِهِ إِبْرَاهِيمَ وَمُوسَى وَعِيسَى أَنْ أَقِيمُوا الدِّينَ وَلَا تَتَفَرَّقُوا فِيهِ كَبُرَ عَلَى الْمُشْرِكِينَ مَا تَدْعُوهُمْ إِلَيْهِ اللَّهُ يَجْتَبِي إِلَيْهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي إِلَيْهِ مَنْ يُنِيبُ﴾[2]

١٦- ﴿تَبْصِرَةً وَذِكْرَى لِكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ﴾[3]

١٧- ﴿مَنْ خَشِيَ الرَّحْمَنَ بِالْغَيْبِ وَجَاءَ بِقَلْبٍ مُنِيبٍ﴾[4]

١٨- ﴿قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآءُ مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَدًا حَتَّى تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحْدَهُ إِلَّا قَوْلَ إِبْرَاهِيمَ لِأَبِيهِ لَأَسْتَغْفِرَنَّ لَكَ وَمَا أَمْلِكُ لَكَ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ رَبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ﴾[5]

*****

١- الآية ١٠ من سورة الشورى
٢- الآية ١٣ من سورة الشورى
٣- الآية ٨ من سورة ق
٤- الآية ٣٣ من سورة ق
٥- الآية ٤ من سورة الممتحنة

٤- نعمة نحمدها

وجعلنا نومكم ثباتًا

خلق الله الإنسان في أحسن تقويم، ويسر له من الوظائف الحيوية ما يساعده على القيام بمهامه وواجباته في حياته، ومن أهم هذه الوظائف التي أنعم الله بها على الإنسان وظيفة النوم، وإليها يشير القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا﴾[1]، وهذا السبات أو الانقطاع عن النشاط والإدراك بالنوم من ضروريات الكائن الحي، ونعمة من نعم الله لا يملك إعطاءها إلا إياه

سر الله في خلقه:

من تدبير الله للبشر أن جعل النوم سباتًا يدركهم فيقطعهم عن إدراكهم ونشاطهم، فتستريح أبدانهم من عناء الجهد الذي يبذلونه في حال صحوهم وانشغالهم بأداء مهامهم وواجباتهم

والذي يلفت النظر ويثير الدهشة أن عملية النوم تتم بطريقة غيبية لا يدرك الإنسان حقيقتها، ولا نصيب لإرادته فيها، فلا يستطيع أن يمنعها أو يتحكم فيها، فالنوم سر من أسرار القدرة الإلهية أودعه الله في خلقه وجعل حياتهم متوقفة عليه، فلا يطيقون أن يظلوا دون نوم فترات طويلة

تجديد لحيوية الجسم:

في اليقظة نتحرك ونعمل، نمشي ونركض، نصعد ونهبط، نأكل ونشرب، نسمع ونرى، نتذكر ونفكر، وهكذا مئات بل آلاف من العمليات والأنشطة

١- الآية ٩ من سورة النبأ

والمهام التي تقوم بها أثناء يقظتنا، وأجهزة الجسم تعمل في حركة دائبة لا تنقطع واستمرار لا يتوقف كي تتمكن من القيام بهذه العمليات، وتلك الأنشطة والمهام في حياتنا، ولكن في نهاية اليوم تصاب هذه الأجهزة بالإرهاق والتعب والإعياء، فتضعف قدراتها ويقل نشاطها، فلا تقدر على الاستمرار في أداء مهامها على الوجه الأمثل، وحينئذٍ يأتي النوم رحمة لهذه الأعضاء حيث السكون والهدوء والراحة، فيمنحها الفرصة كي تتراخى وتستريح بعض الوقت، ويساعدها على استرداد قوتها وطاقتها، وحين يصحو المرء من نومه تتابع عملها وتستمر في أداء وظائفها وكأنها خلقت خلقًا آخر غير الذي كان قبل النوم.

حفظ لصحة الإنسان:

وفي النوم حفظ لصحة الإنسان ووقاية له من الأمراض، فالنوم ترداد مناعة الجسم، حيث إن كريات الدم البيضاء وخلايا المناعة تصبح في وضع منيع وأكثر فاعلية وأقدر على مقاومة الميكروبات عقب ساعات النوم الكافية.

سكينة للنفس:

وكما في النوم راحة للبدن من عناء الجهد، ففيه أيضًا راحة للنفس، حيث تهدأ وتطمئن بعيدًا عن متاعبها وانفعالاتها، بل إن النوم يضفي على الإنسان نوعًا من هدوء البال وراحة الأعصاب وعدم الانفعال، فحين تكون النفس مثقلة بالهمِّ أو مضطربة بالخوف أو غير ذلك، فإذا غشيها النعاس صارت وكأنها نفس جديدة هادئة مطمئنة غير التي كانت قبل النوم، وهذا ما حدث مع المسلمين في غزوة أحد، وقد امتن الله عليهم به في قوله: ﴿ثُمَّ أَنزَلَ عَلَيْكُم مِّنْ

بَعْدِ الْغَمِّ أَمَنَةً نُعَاسًا يَغْشَى طَائِفَةً مِنكُمْ﴾[1]

نشاط للعقل.

وعقب ساعات النوم الكافية يصح دهن الإنسان أكثر توقدًا ويقظة وأكثر إدراكًا واستيعابًا لكل المهمات العقلية أو الذهنية التي يقوم بها خلال يومه، وكذلك فإن أحد القدر الكافي من النوم يزيد من قدرة الإنسان على الإبداع وتطوير قدراته العقلية[2]

شاء للصغار:

ويلعب النوم دورًا مهمًا ومؤثرًا في نمو أنسنا في سنواتهم الأولى خاصة خلال مرحلة الرضاعة، فأثناء النوم تنخفض درجة حرارة الجسم، وتنطفئ الدورة الدموية، وينتظم التنفس وتقل سرعته، وهذا كله من شأنه أن يقلل الطاقة المفقودة من جسم الطفل مما يتيح له الفرصة لاستثمارها في استكمال عملية النمو، لذا يحتاج الطفل في هذه المرحلة إلى عدد كبير من ساعات النوم.

ماذا لو حُرما النوم؟

لو افترضنا أننا حرمنا من النوم أو عجزنا عنه لأي سبب من الأسباب، فإن الحياة لن تستقيم أبدًا، فمن الآثار التي تترتب على فقد النوم اضطراب قُوى الإدراك عند الإنسان، فيدرك الأشياء على غير حقيقتها، ويفقد القدرة على التركيز، وتضعف ذاكرته ويكثر نسيانه، وتنخفض قدرته على التفكير السليم إلى أدنى مستوى، ويصاب بتوتر وتهيج عصبي وانحراف في المزاج، ويؤدي

١- من الآية ١٥٤ من سورة آل عمران

١- موقع islamonline net تاريخ ٢٢- ١- ٠٤ ٢

كذلك إلى فقدان الرغبة في الطعام والشراب فينقص الوزن وتحل العضلات ويفقد الجسم بصارته، وتضطرب وظائفه[1]، كما قد تحدث له نوبات صرع، وإذا استمر هذا الحرمان من النوم فقد ينتهي بحزن الإنسان، بل قد تكون نهايته هي الموت[2]، فالحمد لله الذي منَّ علينا بنعمة النوم

عبادة لنا:

نعمة النوم قد أسبغها الله تعالى على جميع خلقه إلا أنه من فضله سبحانه على المسلمين أن خصهم بأن يكون النوم لهم عبادة يثيبهم عليها، فالمسلم يتعبد لله حين يتوجه إلى فراشه بأن يتوضأ ثم ينام على الشق الأيمن، ويتعبد بالتوجه إلى الله بالدعاء قبل النوم، فعن البراء بن عازب ﷺ قال: قال النبي ﷺ: "إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلاةِ ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الأَيْمَنِ ثُمَّ قُلْ اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ لا مَلْجَأَ وَلا مَنْجَا مِنْكَ إِلا إِلَيْكَ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ فَإِنْ مُتَّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ قَالَ فَرَدَّدْتُهَا عَلَى النَّبِيِّ ﷺ فَلَمَّا بَلَغْتُ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ قُلْتُ وَرَسُولِكَ قَالَ لا وَنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ" [رواه البخاري، الحديث٢٣٩]

وعند الاستيقاظ من النوم يتعبد المسلم لله بأن يقول ما ورد عن النبي ﷺ إذا قام من نومه، فعن حذيفة بن اليمان ﷺ قَالَ كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ

١- هذه النتائج التي تترتب على عدم أو تأخير النوم قد تم إثباتها في العديد من الدراسات والبحوث العلمية حول آثار الحرمان من النوم

٢- انظر، الدكتور أنور حمدي، "النوم أسراره وحمايته"

قَالَ " بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا" وَإِذَا اسْتَيْقَظَ مِنْ مَنَامِهِ قَالَ "الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ"[رواه البخاري، الحديث٥٨٤٩]

إحساس بالنعمة:

هكذا أسبغ الله علينا وعلى جميع خلقه نعمة النوم التي لا يستطيع أحد أن يحيا بدونها، فلنحمد الله على هذه النعمة بأن نوقظ إحساسنا وإحساس من حولنا بها، ثم نحمده سبحانه بألسنتنا وبالتزام تلك الآداب

*****