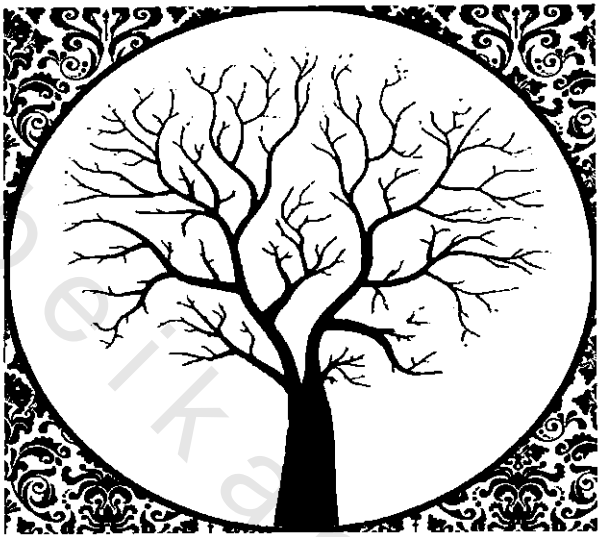

الباب الثانى

الجهاد الأكبر

openkandil.com

المقدمة

تميز الإسلام بأن رؤيته للأديان السماوية السابقة عليه رؤية منطقية عادلة تجعله مرتبطا بها، متوادًّا معها فهو يرتبط باليهودية وبالمسيحية، إن مصدر الرسالات كلها واحد، والإسلام كرسالة نزلت على (محمد)ﷺ، هو رسالة مكملة وجامعة وخاتمة للرسالات السابقة، وقد أنزل اللهُ – عزَّ وجلَّ– كلَّ الديانات هدايةً للبشرية، ومصدر إلهام لتقدمها وكانت الكتب السماوية السابقة على القرآن الكريم متناسبة مع الظروف التى عاشها البشر فى عصرها، حتى أراد الله سبحانه أن يكون الرسول خاتم الرسل وتكون رسالته خاتم الرسالات لتصلح لكل زمان ولكل مكان، وقد استطاع الرسولﷺ برسالته إلى البشرية تغيير وجه الدنيا، وجاء بالإسلام العظيم رسالة إنسانية حضارية للبشر جميعًا رسالة حققت التواصل مع كل البشر فى سلام ومحبة وساندت قضايا الإنسان وأمنه فى وطنه، وعرضه، ودمه.

وسنظل نطمح أن نتأسى بسيرة النبى الكريم وما أرسى من قيم المحبة، والسماحة، والاعتدال وحسن الخلق، والتسامح، والوسطية، وستظل سلوكيات النبى ﷺ فى أوقات الحرب والسلم قدوة للبشرية، وستظل سيرته الشريفة فى معاملاته مع مختلف الشعوب والأمم مثالا يحتذى به البشر فى كل زمان وفى كل مكان حتى تتحقق سعادة الإنسان.

لقد نشر المسلمون حضارتهم فى شتى أنحاء العالم، وحملوا مشاعل

(الجهاد) من أجل المعرفة والعلم حتى كل ربوع العالم فى دور حضارى متميز فى العلم والفن والأدب وعلوم الدين.

إننا حين نعيد تصفح تراث (الجهاد) فى حضارتنا الإسلامية، نزداد ثقة فى أنفسنا ونعتز بانتمائنا إلى الأمة العربية الإسلامية، ونحاول أن نعيد لها ملامحها العظيمة، ومجدها التليد، ونثبت دائما للعالم أن الإسلام لم يكن قط داعيًا للإرهاب.

وآمل أن أكون فى هذه الدراسة قد استطعت تقديم صورة صحيحة للجهاد فى الإسلام تعبر عن مفهومه وضوابطه، وأنواعه، وبعض مما حققه النبى ﷺ والسلف الصالح من بعده.

والله سبحانه ولى التوفيق.

obeikandl.com

الجهاد الأكبر وأهميته وسبل تحقيقه

حين تحدث أمور حاسمة فى حياتنا الاجتماعية، أو السياسية يكون علينا أن نتأمل ما يحدث فى ضوء طبيعة حياتنا، لنقف على أسباب تقدمنا أو تخلفنا عما كنا عليه طوال فترات تاريخنا الماضية، ومن أهم أسباب هذا التراجع الحضارى الذى حدث لأمتنا العربية بعدنا عن القيم الإيجابية التى توجهنا إليها كل الأديان السماوية، فى الوقت الذى التزم فيه الغرب بقيم تقود إلى التقدم مثل إتقان العمل واحترام الوقت، وحسن الإدارة ... وغيرها من القيم العملية.

وقد استطاع الإسلام فى الماضى، بمعجزته العظيمة (القرآن الكريم)، أن ينقل الأمة التى كانت تتكون من قبائل منعزلة عن الحضارة، إلى أمة ذات علم وحضارة كان لها تأثيرها الكبير فى العالم كله، حيث قدم القرآن الكريم منهجا عظيما يعين الإنسان على جهاد النفس، وتزكيتها، وقيامها بدورها العظيم فى إعمار الحياة حتى تصل إلى شعور الرضا والسعادة وقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم نموذجا فذا للإنسان الرائع فى خلقه وسلوكه إذا اقتدى به الإنسان استطاع المجتمع التقدم والرفعة واستعادة الحضارة والرقى. وقد دعى إلى استنفار الجهد وجهاد النفس؛ (الجهاد الأكبر) ببذل الجهد فى صالح الأعمال، واتباع ما دعت إليه الآية الكريمة: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ

وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴾ النحل (٩٧).

فمن يجاهد نفسه، ويلزمها بالعمل الصالح سواءً كان رجلا أو امرأة، وعد الخالق سبحانه أن يجعل حياته أو حياتها سعيدة طيبة ويجزيه أو يجزيها خير الجزاء بالجنة فى الآخرة.

إن العمل بما يوصى به القرآن الكريم، وبما يدعو إليه الرسول صلى الله عليه وسلم .. ييسر الحياة الطيبة السعيدة للإنسان ...

كما ييسر للإنسان جهاده وانتصاره على نزوات النفس، وإلزامها بكل ما يصونها، ويحفظها نقية، كما فطرها الله، هانئة كما يحب لها الخالق سبحانه، ورسوله الكريم صلى الله عليه وسلم سعيدة، تحيا حياة طيبة فى الدنيا، ويرضى عنها الخالق ويدخلها الجنة فى الآخرة ويكون (جهاد النفس) بمغالبة الهوى فلا يتبع الإنسان هوى نفسه الذى يوقعه فى كلّ ما يورده موارد التعاسة والأخطاء.

قال تعالى: ﴿ أَفَرَءَيْتَ مَنِ ٱتَّخَذَ إِلَٰهَهُۥ هَوَىٰهُ وَأَضَلَّهُ ٱللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِۦ وَقَلْبِهِۦ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِۦ غِشَٰوَةً فَمَن يَهْدِيهِ مِنۢ بَعْدِ ٱللَّهِ ۚ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ ﴾ (الجاثية٢٣).

وقال تعالى: ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّىٰهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَىٰهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ﴾ (سورة الشمس الآيات٧– ١٠).

وجهاد النفس، وتطهيرها، له سبل كثيرة منها:

١ـ الاستقامة

والاستقامة على طريق الخير، تكون بالعفة، والاحتشام، وغض البصر عن المحرمات، والعمل بقول الخالق سبحانه وتعالى: ﴿ قَدْ أَفْلَحَ ٱلْمُؤْمِنُونَ

﴿ ١ ﴾ ٱلَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَٰشِعُونَ ﴿ ٢ ﴾ وَٱلَّذِينَ هُمْ عَنِ ٱللَّغْوِ مُعْرِضُونَ ﴿ ٣ ﴾ وَٱلَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَوٰةِ فَٰعِلُونَ ﴿ ٤ ﴾ وَٱلَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَٰفِظُونَ ﴿ ٥ ﴾ إِلَّا عَلَىٰٓ أَزْوَٰجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴿ ٦ ﴾ فَمَنِ ٱبْتَغَىٰ وَرَآءَ ذَٰلِكَ فَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْعَادُونَ ﴾ (سورة المؤمنون الآيات من ١ – ٧).

إن فى الاستقامة سعادة الرجل، والمرأة والأسرة، ورقى المجتمع.

فالإنسان مسئول، وفى مجاهدته لنفسه وإلزامها بكل ما ييسر له القيام بمسئوليته تحقيق لسعادته، وسعادة أسرته ومجتمعه، قال تعالى: ﴿ كُلُّ نَفْسٍۭ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ ﴾ (سورة المدثر الآية ٣٨).

وقال تعالى: ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِۦ عِلْمٌ ۚ إِنَّ ٱلسَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُو۟لَٰٓئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْـُٔولًا ﴾ (سورة الإسراء الآية ٣٦).

وقال سبحانه: ﴿ وَإِنَّهُۥ لَذِكْرٌ لَّكَ وَلِقَوْمِكَ ۖ وَسَوْفَ تُسْـَٔلُونَ ﴾ (سورة الزخرف الآية ٤٤).

وقد بشر الله سبحانه وتعالى هؤلاء الذين ينجحون فى جهاد النفس بالسعادة فى الدنيا وبالجنة فى الآخرة، قال تعالى: ﴿ وَبَشِّرِ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّٰلِحَٰتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّٰتٍ تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ ۖ كُلَّمَا رُزِقُوا۟ مِنْهَا مِن ثَمَرَةٍ رِّزْقًا ۙ قَالُوا۟ هَٰذَا ٱلَّذِى رُزِقْنَا مِن قَبْلُ ۖ وَأُتُوا۟ بِهِۦ مُتَشَٰبِهًا ۖ وَلَهُمْ فِيهَآ أَزْوَٰجٌ مُّطَهَّرَةٌ ۖ وَهُمْ فِيهَا خَٰلِدُونَ ﴾ (سورة البقرة الآية ٢٥).

وقد حملت آيات قرآنية أخرى (البشرى لهم) منها قوله تعالى: ﴿ ٱلتَّٰٓئِبُونَ ٱلْعَٰبِدُونَ ٱلْحَٰمِدُونَ ٱلسَّٰٓئِحُونَ ٱلرَّٰكِعُونَ

ٱلسَّٰجِدُونَ ٱلْءَامِرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَٱلنَّاهُونَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَٱلْحَٰفِظُونَ لِحُدُودِ ٱللَّهِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ ﴾(سورة التوبة الآية ١١٢).

لقد بشر الله الذين نجحوا فى تزكية أنفسهم ومجاهدتها لتنأى عن كل شر، قال تعالى ﴿ ۞ يَسْتَبْشِرُونَ بِنِعْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ وَفَضْلٍ وَأَنَّ ٱللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ ٱلْمُؤْمِنِينَ ﴿١٧١﴾ ٱلَّذِينَ ٱسْتَجَابُوا۟ لِلَّهِ وَٱلرَّسُولِ مِنۢ بَعْدِ مَآ أَصَابَهُمُ ٱلْقَرْحُ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا۟ مِنْهُمْ وَٱتَّقَوْا۟ أَجْرٌ عَظِيمٌ ﴿١٧٢﴾ ٱلَّذِينَ قَالَ لَهُمُ ٱلنَّاسُ إِنَّ ٱلنَّاسَ قَدْ جَمَعُوا۟ لَكُمْ فَٱخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَٰنًا وَقَالُوا۟ حَسْبُنَا ٱللَّهُ وَنِعْمَ ٱلْوَكِيلُ ﴿١٧٣﴾ فَٱنقَلَبُوا۟ بِنِعْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوٓءٌ ۚ وَٱتَّبَعُوا۟ رِضْوَٰنَ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ ﴾ (سورة آل عمران الآيات ١٧١ – ١٧٤).

إن هؤلاء الذين تدربوا على جهاد أنفسهم (الجهاد الأكبر) حتى استطاعوا تقويمها وإيصالها إلى أجمل درجات الإيمان والتقوى والاستقامة وصفهم الله سبحانه بقوله: ﴿ وَٱلْمُؤْمِنُونَ وَٱلْمُؤْمِنَٰتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَآءُ بَعْضٍ ۚ يَأْمُرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَيُقِيمُونَ ٱلصَّلَوٰةَ وَيُؤْتُونَ ٱلزَّكَوٰةَ وَيُطِيعُونَ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥٓ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ ٱللَّهُ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ (سورة التوبة الآية ٧١).

وتتفاوت درجات مجاهدة النفس، كل إنسان حسب قدرته، ومرتبته، ودرجته. حيث تكون المجاهدة بكل طاقات العبادة، والإيمان، والتوبة والتقوى...

قال تعالى: ﴿ ثُمَّ أَوْرَثْنَا ٱلْكِتَٰبَ ٱلَّذِينَ ٱصْطَفَيْنَا مِنْ عِبَادِنَا ۖ فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِّنَفْسِهِۦ ۖ وَمِنْهُم مُّقْتَصِدٌ ۖ وَمِنْهُمْ سَابِقٌۢ بِٱلْخَيْرَٰتِ بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ هُوَ ٱلْفَضْلُ ٱلْكَبِيرُ ﴾(سورة فاطر الآية ٣٢).

أما (الظالم لنفسه): فهو من يكتفى بأداء الفرائض، وقد يقصّر فيها ويقتصر على ترك المحرمات، وقد يقع فيها.

و(المقتصد): هو من يلتزم بأداء الفرائض، ولا يقصر فيها ويلتزم بترك المحرمات، ولا يتهاون أى لا يترك نفسه يقع فى شىء منها.

لكن (المفلح الحقيقى) فى الجهاد الأكبر للنفس: فهو من لا يكفيه ترك المحرمات بل يتقى الشبهات استبراءً لدينه وعرضه، ويدع المكروهات ويجاهد نفسه بترك ما لا بأس به حذرا مما به بأس.

ويتقرب إلى الله بالنوافل، ويتحرى الحق فى كل قول أو فعل فيصدق عليه ما جاء فى الحديث الصحيح (لا يزال عبدى يتقرب إلىَّ بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته كنت سمعه الذى يسمع به، وبصره الذى يبصر به ويده التى يبطش بها، ورجله التى يمشى بها) البخارى من حديث أبى هريرة.

وقد تميل النفس إلى فعل السىء من الأفعال بدافع من (حب الدنيا) أو (حب المال) فيكون على الإنسان أن يعيدها إلى الحق، وتقوى الله، وحسن الخلق ويجاهدها، ويأخذها إلى كل سبيل طيب يسعدها: قال تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ جَٰهَدُواْ فِينَا لَنَهۡدِيَنَّهُمۡ سُبُلَنَاۚ وَإِنَّ ٱللَّهَ لَمَعَ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ﴾ (سورة العنكبوت/ الآية ٦٩).

والفارق كبير بين الإنسان الذى يعمل بما تعلم من شئون العبادات ويأخذ نفسه بالبعد عن الحرام، والالتزام بما أحل الله ... وذلك الذى يتبع هواه، وقد علم بآيات الله لكن لم يعمل بها، فضرب الله له مثلا بالكلب فى أسوأ صورة له. قال تعالى: ﴿ وَٱتۡلُ عَلَيۡهِمۡ نَبَأَ ٱلَّذِيٓ ءَاتَيۡنَٰهُ

ءَايَٰتِنَا فَٱنسَلَخَ مِنْهَا فَأَتْبَعَهُ ٱلشَّيْطَٰنُ فَكَانَ مِنَ ٱلْغَاوِينَ ﴿١٧٥﴾ وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَٰهُ بِهَا وَلَٰكِنَّهُۥٓ أَخْلَدَ إِلَى ٱلْأَرْضِ وَٱتَّبَعَ هَوَىٰهُ ۚ فَمَثَلُهُۥ كَمَثَلِ ٱلْكَلْبِ ۖ إِن تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَث أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَث ۚ ذَّٰلِكَ مَثَلُ ٱلْقَوْمِ ٱلَّذِينَ كَذَّبُوا۟ بِـَٔايَٰتِنَا ۚ فَٱقْصُصِ ٱلْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (الأعراف ١٧٥ - ١٧٦).

وقال تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ ٱللَّهِ إِلَٰهًا ءَاخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ ٱلنَّفْسَ ٱلَّتِى حَرَّمَ ٱللَّهُ إِلَّا بِٱلْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ ۚ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ يَلْقَ أَثَامًا ﴿٦٨﴾ يُضَٰعَفْ لَهُ ٱلْعَذَابُ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِۦ مُهَانًا ﴿٦٩﴾ إِلَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَٰلِحًا فَأُو۟لَٰٓئِكَ يُبَدِّلُ ٱللَّهُ سَيِّـَٔاتِهِمْ حَسَنَٰتٍ ۗ وَكَانَ ٱللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾ (الفرقان ٦٨ - ٧٠).

٢ـ القرآن الكريم

ومن أهم السبل التى تمكن الإنسان من تزكية نفسه، والسمو بها، وتدريبها وتمكينها من الاستقامة، وحسن الخلق، وعمل ما يسعدها فى الدنيا، ويرضى الله سبحانه وتعالى تعلم القرآن الكريم، وفهمه، والاستجابة العملية لأوامره، والانتهاء عن نواهيه.

إن القرآن الكريم، خطاب للإنسان فى كان مكان وكل زمان، وقد حملت آياته الكريمة كل المعانى التى تسعد الإنسان، وتساعده على تزكية نفسه والسمو بروحه من خلال الأفعال، والأقوال التى تؤهله لإعمار الكون العظيم.

لقد كرم الله سبحانه الإنسان وجعل العبادات التى فرضها عليه وسيلة للسمو بروحه ومجاهدة نفسه، وتأهيلا له لعمارة الكون ليستحق أن يكون مستخلفا على الأرض، وتحقيقا لغاية الخالق سبحانه ليكون جديرا بالتكريم، والتحرر من العبودية فعبوديته هى لله الخالق وحده.

والإقبال على القرآن الكريم، وتدبر آياته الكريمة يشعر الإنسان بالطمأنينة والراحة، وتزداد آثاره الرائعة العميقة فى نفس وروح الإنسان حين يهتدى بهديه، ويعمل بأوامره، وينتهى عن نواهيه، لأنه نزل من الخالق سبحانه لإسعاد الإنسان، وصيانة نفسه، وروحه، قال تعالى: ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ ٱلظَّٰلِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴾ (سورة الإسراء – الآية ٨٢).

وآيات القرآن الكريم تحمل بين طياتها (الشفاء) و(الرحمة) للمؤمنين. وتحقيق (الهدى) للنفوس، فتصفى وتهدأ قال سبحانه: ﴿ ذَٰلِكَ ٱلْكِتَٰبُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴾ (سورة البقرة – الآية ٢).

لقد أودع الله سبحانه فى القرآن الكريم كل الهدى والنور للبشر.

قال تعالى: ﴿ قَدْ جَآءَكُم مِّنَ ٱللَّهِ نُورٌ وَكِتَٰبٌ مُّبِينٌ ﴿١٥﴾ يَهْدِى بِهِ ٱللَّهُ مَنِ ٱتَّبَعَ رِضْوَٰنَهُۥ سُبُلَ ٱلسَّلَٰمِ وَيُخْرِجُهُم مِّنَ ٱلظُّلُمَٰتِ إِلَى ٱلنُّورِ بِإِذْنِهِۦ وَيَهْدِيهِمْ إِلَىٰ صِرَٰطٍ مُّسْتَقِيمٍ ﴾ (سورة المائدة – الآية ١٥، ١٦).

ويجد الإنسان فى تلاوته للقرآن الكريم، والعمل بما يتعلمه منه الهدى والنور، والصيانة والشفاء لنفسه وروحه.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدْ جَآءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِى ٱلصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ (سورة يونس – الآية ٥٧).

إن الإنسان يجد السعادة فى شعوره أن لوجوده غاية ولحياته رسالة؛ ولنفسه كرامة، وأنه قوى أمام الأحداث وتجاه شهوات النفس، وأنه قادر على

تحقيق الغايات، وأداء الواجبات، وهو إذا حقق هذه المشاعر اطمأنَّ وشعر بالأمن النفسي يغمر وجدانه، وروحه، ولا سبيل إلى ذلك كلّه إلا بالإيمان بمبادئ الإسلام وقيمه التي تحقق للإنسان كل الصيانه لنفسه، والكرامة لحياته.

قال تعالى: ﴿ وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِيٓ ءَادَمَ وَحَمَلْنَٰهُمْ فِي ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ وَرَزَقْنَٰهُم مِّنَ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَفَضَّلْنَٰهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا ﴾. [سورة الإسراء آية ٧٠]

إنَّ الإنسان مخلوق كريم على الله، خلقه ربه في أحسن تقويم وصوَّره فأحسَن صُوره، خلقه ونفخ فيه من روحه وأسجد له ملائكته، ومَيزه بالعلم والإرادة وجعله خليفته في الأرض ومحور النشاط في الكون، وسخر له ما في السماوات والأرض جميعا، وأسبغ عليه نعمه ظاهرة وباطنة فكل ما في الكون له ولخدمته.

وقد وضع الإسلام الدستور الذي لا يترك الإنسان تائها لا يدرى ماذا يأخذ، وماذا يدع، وكيف يختار موقفه وطريقه في الحياة، ليحقق لنفسه الصيانة، والأمانة، والسعادة، والاستقرار فوضحّ الإسلام الطريق في القرآن الكريم، بما يضمن السعادة والرضا بين أفراد المجتمع جميعا.

قال تعالى: ﴿ إِنَّ هَٰذَا ٱلْقُرْءَانَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ ٱلْمُؤْمِنِينَ ٱلَّذِينَ يَعْمَلُونَ ٱلصَّٰلِحَٰتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا ﴾ (سورة الإسراء – الآية ٩).

وضمنت تشريعات الإسلام وقيمه تحقق صيانة النفس الإنسانية، وسعادتها في الدنيا وفي الآخرة، لكنه حمل الإنسان مسئولية الالتزام بهذه التشريعات في سلوكياته وفي أقواله وأفعاله جميعا، حتى يكون له ما يحب، ويتمنى.

قال تعالى: ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِۦ عِلْمٌ ۚ إِنَّ ٱلسَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُوْلَٰٓئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْـُٔولًا ﴾ (سورة الإسراء – الآية ٣٦). وقال تعالى: ﴿ كُلُّ نَفْسٍۭ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ ﴾ (سورة المدثر – الآية ٣٨).

وفى جهاد النفس وإلزامها بكل ذلك ما يحقق للإنسان كل الرضى والسعادة.

٣ـ الاقتداء بسنة الرسول صلى الله عليه وسلم

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱسْتَجِيبُواْ لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ ﴾ (سورة الأنفال – الآية ٢٤).

على الإنسان أن يتعرف إلى نفسه، وتفكيره ونزعاته، وسلوكياته، ويتأمل دوافع هواه ويتنبه لوساوس الشيطان، وعليه أن يحاول دائما مجاهدة نفسه، والتغلب على عيوبه، والتخلق بأخلاق الرسول صلى الله عليه وسلم، وبأخلاق الجيل العظيم الذى رافقه، وكان معه. وقد وصفها الله سبحانه بقوله: ﴿ مُّحَمَّدٌ رَّسُولُ ٱللَّهِ ۚ وَٱلَّذِينَ مَعَهُۥٓ أَشِدَّآءُ عَلَى ٱلْكُفَّارِ رُحَمَآءُ بَيْنَهُمْ ۖ تَرَىٰهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ ٱللَّهِ وَرِضْوَٰنًا ۖ سِيمَاهُمْ فِى وُجُوهِهِم مِّنْ أَثَرِ ٱلسُّجُودِ ۚ ذَٰلِكَ مَثَلُهُمْ فِى ٱلتَّوْرَىٰةِ ۚ وَمَثَلُهُمْ فِى ٱلْإِنجِيلِ كَزَرْعٍ أَخْرَجَ شَطْـَٔهُۥ فَـَٔازَرَهُۥ فَٱسْتَغْلَظَ فَٱسْتَوَىٰ عَلَىٰ سُوقِهِۦ يُعْجِبُ ٱلزُّرَّاعَ لِيَغِيظَ بِهِمُ ٱلْكُفَّارَ ۗ وَعَدَ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ مِنْهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ﴾ (سورة الفتح – الآية ٢٩).

وهذه الآيات تؤكد أهمية الالتزام بتأدية العبادات، لأنه لا شك أن أداءها على خير وجه، يرتقى بالروح، فتخلق فى عالم نورانى، عالم السعادة والسكينة الصافى.

وبذلك يحقق الإنسان الفلاح والنجاح فى حياته، ورضى الله سبحانه عنه قال تعالى: ﴿ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۝٩ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا ﴾، [سورة الشمس آية ١٠٦] إن الفلاح لا يتحقق للإنسان إلا بتزكية نفسه وجهادها، فالفلاح مرتبط بتزكية النفس وبذلك ترقى السلوكيات، والمعاملات فترقى المجتمعات. إن الله سبحانه يريد لنا العزة والرفعة.

والعبادات جميعها من صلاة وزكاة وصوم وحج تساعد الإنسان على السمو بروحه وتنأى بها عن الشهوات.

فالصلاة تساعد الإنسان على مغالبة الهوى أما تركها فيدفع إلى الضلال، وضعف الإرادة، قال تعالى: ﴿ ۞ فَخَلَفَ مِنۢ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا۟ ٱلصَّلَوٰةَ وَٱتَّبَعُوا۟ ٱلشَّهَوَٰتِ ۖ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غَيًّا ۝٥٩ إِلَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَٰلِحًا فَأُو۟لَٰٓئِكَ يَدْخُلُونَ ٱلْجَنَّةَ وَلَا يُظْلَمُونَ شَيْـًٔا ﴾ (سورة مريم – الآيات ٥٩، ٦٠).

فى أداء الصلاة تحقيق للقوة، والإرادة الإنسانية تمكن من فعالية هواه، ومجاهدة نفسه قال النبى صلى الله عليه وسلم: «الصلاة نور، والصدقة برهان، والصبر ضياء» ... من صحيح مسلم من الأربعين النووية.

٤ـ ذكر الله

إن الاستعانة بذكر الله مجاهدة للشيطان لا تترك له مجالا للوسوسة بأى خاطر شيطانى أو فعل يقود إلى الخطأ والضلال.

قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلَّذِينَ ٱتَّقَوْا۟ إِذَا مَسَّهُمْ طَٰٓئِفٌ مِّنَ ٱلشَّيْطَٰنِ تَذَكَّرُوا۟ فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ ﴾(سورة الأعراف – الآية ٢٠١) يا لها من مجاهدة عظيمة نسلح الإنسان ضد نوازع هوى النفس الأمارة بالسوء

أحيانا ووسوسة الشيطان السيئة دائما قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱذْكُرُواْ ٱللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴾ (الأحزاب – الآيات ٤١، ٤٢)، وقال تعالى: ﴿ إِنَّمَا ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ ءَايَٰتُهُۥ زَادَتْهُمْ إِيمَٰنًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ (سورة الأنفال – الآية ٢).

إن البعد عن قيم الإسلام ومبادئه من أهم أسباب إحباط الأعمال وعدم تحقق الرضا والسعادة للإنسان.

قال تعالى: ﴿ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ كَرِهُواْ مَآ أَنزَلَ ٱللَّهُ فَأَحْبَطَ أَعْمَٰلَهُمْ ﴾ (سورة محمد – الآية ٩)، وقال سبحانه: ﴿ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمُ ٱتَّبَعُواْ مَآ أَسْخَطَ ٱللَّهَ وَكَرِهُواْ رِضْوَٰنَهُۥ فَأَحْبَطَ أَعْمَٰلَهُمْ ﴾ (سورة محمد – الآية ٢٨).

إن خالقنا سبحانه لم يترك الإنسان تائها، ولم يرد له إلا الرضى والسعادة في الدنيا، والجنة في الآخرة وكرّمه، ووضّح له في كتابه العزيز ما له من حقوق وما عليه من واجبات، حتى تعلو مكانته على جميع خلقه ويكون قادرا على إعمار الأرض. قال تعالى: ﴿ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴾ (سورة الأحزاب – الآية ٧١).

٥ ـ التوبة والاستغفار

وكلما اجتهد الإنسان في التقرب إلى الله وتزكية نفسه، فهو يتوب إلى الله ليحظى رحمته، وعفوه.

فقد كتب سبحانه على نفسه الرحمة، قال تعالى: ﴿ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِ ٱلرَّحْمَةَ أَنَّهُۥ مَنْ عَمِلَ مِنكُمْ سُوٓءًۢا بِجَهَٰلَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنۢ بَعْدِهِۦ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُۥ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ (سورة الأنعام – الآية ٥٤).

وقال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ وَيُحِبُّ ٱلْمُتَطَهِّرِينَ ﴾ (سورة البقرة آية ٢٢٢)، وقال سبحانه: ﴿ وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِّمَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَٰلِحًا ثُمَّ ٱهْتَدَىٰ ﴾ (سورة طه – الآية ٨٢).

وتؤكد آيات قرآنية كثيرة هذه الحقيقة العظيمة منها قوله تعالى: ﴿ فَأَمَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَٰلِحًا فَعَسَىٰٓ أَن يَكُونَ مِنَ ٱلْمُفْلِحِينَ ﴾ (سورة القصص – الآية ٦٧).

الآيات الكريمة تعد التائب بجنات تجرى من تحتها الأنهار، قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ تُوبُوٓا۟ إِلَى ٱللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنكُمْ سَيِّـَٔاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُمْ جَنَّٰتٍ تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ يَوْمَ لَا يُخْزِى ٱللَّهُ ٱلنَّبِىَّ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَعَهُۥ ۖ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَٰنِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَآ أَتْمِمْ لَنَا نُورَنَا وَٱغْفِرْ لَنَآ ۖ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ ﴾ (سورة التحريم – الآية ٢٨).

والتائب يثق فى مغفرة الله ورحمته مما يشعره بالسعادة، قال تعالى: ﴿ قُلْ يَٰعِبَادِىَ ٱلَّذِينَ أَسْرَفُوا۟ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا۟ مِن رَّحْمَةِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغْفِرُ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلْغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ ﴾ (سورة الزمر – الآية ٥٣).

والتوبة يلازمها الاستغفار

قال تعالى: ﴿ فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُوا۟ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا ﴾ (سورة نوح – الآيات من ١٠: ١٢).

والاستغفار يطمئن النفس ويحقق لها الراحة وهدوء البال.

وذكر الله طريق من طرق جهاد النفس وإلزامها بكل ما هو جميل فعلا

وقولا. وهو سهل ميسر، لا عنت فيه ولا مشقة، لأنه يعتمد على إنتاج شريعة الإسلام، التى أرادها الخالق سبحانه وجعلها صالحة لكل زمان ومكان.

قال تعالى: ﴿يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلْعُسْرَ﴾، والله سبحانه هو العليم بما يصون النفس البشرية ويصلح حالها، ويسعدها، والخبير بما ينفع الناس فى معاشهم ومعادهم وهو سبحانه الرحيم بهم.

وذكر الله يساعد الإنسان على السمو بنفسه ومجاهدتها الجهاد الأكبر، وإصلاحها، قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِى فَإِنَّ لَهُۥ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُۥ يَوْمَ ٱلْقِيَٰمَةِ أَعْمَىٰ ﴿١٢٤﴾ قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِىٓ أَعْمَىٰ وَقَدْ كُنتُ بَصِيرًا ﴿١٢٥﴾ قَالَ كَذَٰلِكَ أَتَتْكَ ءَايَٰتُنَا فَنَسِيتَهَا ۖ وَكَذَٰلِكَ ٱلْيَوْمَ تُنسَىٰ﴾ [سورة طه – الآيات من ١٢٤: ١٢٦].

لقد ضمن الإسلام للإنسان حين ينجح فى جهاد النفس (الجهاد الأكبر)، حياة طيبة عامرة بالسعادة، والأمان، والصيانة لنفسه وروحه وبدنه. كما أعد له حياة باقية خالدة فى جنة الخلد.

إن جهاد النفس والتزامها بالعقائد التى أمرنا الله سبحانه بالالتزام بها. وحرصها على القيام بالعبادات التى فرضتها علينا تحقق للإنسان سلامة الروح والبدن.

ذلك لأن الله سبحانه خلق الإنسان وأحبه وكرمه، وجعله خليفة على الأرض يعمرها وينعم بما يسره له عليها.

قال تعالى: ﴿ٱلَّذِىٓ أَحْسَنَ كُلَّ شَىْءٍ خَلَقَهُۥ ۖ وَبَدَأَ خَلْقَ ٱلْإِنسَٰنِ مِن طِينٍ ﴿٧﴾ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُۥ مِن سُلَٰلَةٍ مِّن مَّآءٍ مَّهِينٍ ﴿٨﴾ ثُمَّ سَوَّىٰهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِن رُّوحِهِۦ ۖ وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمْعَ وَٱلْأَبْصَٰرَ وَٱلْأَفْـِٔدَةَ ۚ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾ [سورة السجدة – الآيات ٧، ٨، ٩].

إن الإسلام كما تتجلى أفكاره ومناهجه ورؤاه فى كل آية من آيات القرآن الكريم يقدم صورا كثيرة تتكامل فى انسجام تام مع بعضها لتعبر عن حب الخالق سبحانه وتعالى للبشر، ومعاونته لهم ليجدوا الطريق الواضح حتى يحققوا لأنفسهم السعادة والاطمئنان وراحة النفس، وهناءة الروح، وصيانة النفس والنأى بها عن الحزن، والألم، والإحباط، والقرآن الكريم يحث الإنسان على الاستغفار والتوبة وعدم اليأس من رحمة الله، ولاشك أن هذه الآيات الكريمة تمنح الإنسان الفرحة والثقة بالنفس والإقبال على الخير ما دامت الفرص سانحة لرضا الله، والتمتع برحمته وعفوه.

قال تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا۟ فَٰحِشَةً أَوْ ظَلَمُوٓا۟ أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا۟ ٱللَّهَ فَٱسْتَغْفَرُوا۟ لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ ٱلذُّنُوبَ إِلَّا ٱللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا۟ عَلَىٰ مَا فَعَلُوا۟ وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴾ [سورة آل عمران ١٣٥].

ويقول عز وجل: ﴿ وَمَن يَعْمَلْ سُوٓءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُۥ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ ٱللَّهَ يَجِدِ ٱللَّهَ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾ [سورة النساء الآية ١١٠].

وقال سبحانه: ﴿ إِن تَجْتَنِبُوا۟ كَبَآئِرَ مَا تُنْهَوْنَ عَنْهُ نُكَفِّرْ عَنكُمْ سَيِّـَٔاتِكُمْ وَنُدْخِلْكُم مُّدْخَلًا كَرِيمًا ﴾ [سورة النساء الآية ٣١].

إن تأمل هذه الآيات الكريمة وتفهم مراميها يبعد الحزن، والكرب عن النفس الإنسانية. ويقرب الإنسان من الله سبحانه، ويدفعه إلى الخير والتوبة عن المعاصى لينال رحمته وغفرانه.

هل يمكن أن يقرأ إنسان سليم الفطرة هذه الآية الكريمة دون أن يسعى جاهدا أن يتوب إلى ربه لينال غفرانه ورحمته التى وسعت كل شىء.

﴿ أَفَلَا يَتُوبُونَ إِلَى ٱللَّهِ وَيَسْتَغْفِرُونَهُۥ ۚ وَٱللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ [سورة المائدة ٧٤].

إن الاستغفار يفرج الكرب، ويبعد الهم عن النفس وقد وعد الله بالاستجابة والمغفرة، ومنح الرزق الحلال، والذرية الصالحة، والغيث الغزير قال تعالى: ﴿ فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُوا۟ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا ﴾ [سورة نوح ١٠ : ١٢].

إن الاستغفار وذكر الله، يعون النفس، ويزكى الروح، ويبعث الأمن فى الوجدان قال تعالى: ﴿ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ﴾ [سورة الرعد الآية ٢٨].

إن الله سبحانه خلق الإنسان، وهو سبحانه يعلم ما يسعده، وما يحزنه، وما يفيده وما يضره، وهو سبحانه حين يأمره أوامر معينة أو ينهاه عن فعل أشياء أخرى، فهو عليم خبير سبحانه بما يحمل الخير للإنسان، وما ينتج عن فعله شر له وأذى.

والمسلم حين يذكر ربه ويسبحه لاشك يشعر بالأمن، وسعادة الروح كنتيجة سريعة لذكره ربه وتسبيحه له، لذا جاء قول الخالق سبحانه ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱذْكُرُوا۟ ٱللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا ﴾ [سورة الأحزاب الآية ٤١-٤٢].

وقوله سبحانه: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَٰلُكُمْ وَلَآ أَوْلَٰدُكُمْ عَن ذِكْرِ ٱللَّهِ ﴾ [سورة المنافقون الآية ٩].

حتى فى وقت الأزمات الكبرى والحروب يخاطب الخالق الذين آمنوا بقوله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓا۟ إِذَا لَقِيتُمْ فِئَةً فَٱثْبُتُوا۟ وَٱذْكُرُوا۟ ٱللَّهَ

كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ [سورة الأنفال الآية ٤٥].

إن الخالق سبحانه بوعده بالمغفرة يبعد النفس الإنسانية عن مشاعر اليأس؛ المحبطة؛ ويغنيها بالأمل والأمان والطمأنينة، ويسعدها بالتأمل فى قوله سبحانه وتعالى: ﴿ يَٰبَنِيَّ ٱذْهَبُوا۟ فَتَحَسَّسُوا۟ مِن يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَا۟يْـَٔسُوا۟ مِن رَّوْحِ ٱللَّهِ ۖ إِنَّهُۥ لَا يَا۟يْـَٔسُ مِن رَّوْحِ ٱللَّهِ إِلَّا ٱلْقَوْمُ ٱلْكَٰفِرُونَ ﴾[سورة يوسف ٨٧].

٦ـ حسن الصحبة

ومما يساعد الإنسان على جهاد النفس وتزكيتها وتحقيق السعادة لها (حسن الصحبة) واختيار الأصدقاء الأخيار الصالحين. قال تعالى: ﴿ وَٱصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ ٱلَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِٱلْغَدَوٰةِ وَٱلْعَشِىِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُۥ ۖ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۖ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُۥ عَن ذِكْرِنَا وَٱتَّبَعَ هَوَىٰهُ وَكَانَ أَمْرُهُۥ فُرُطًا ﴾ (سورة الكهف – الآية ٢٨).

فللصداقة أثرها فى النفس وسلوكها وتوجهها قال رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم: (المرء على دين خليله، فلينظر أحدكم من يخالل)، فما أجمل الصداقة التى تربط بين أناس يتواصون بمجاهدة النفس هذا الجهاد الأكبر الذى يدفعها دائما إلى فعل الخير، والانتهاء عن الشر هؤلاء الذين وصفهم الرسول صلى الله عليه وسلم بقوله (إن من عباد الله لأناسا ما هم بأنبياء ولا شهداء يغبطهم الأنبياء والشهداء يوم القيامة بمكانهم من الله تعالى، قالوا يا رسول الله، تخبرنا من هم؟ قال: هم قوم تحابوا بروح الله على غير أرحام بينهم، ولا أموال يتعاطونها، فوالله إن وجوههم لنور، وإنهم لعلى نور، لا يخافون إذا خاف الناس، ولا يحزنون إذا حزن الناس).

٧ـ طلب العلم

والاجتهاد فى طلب العلم من أهم السبل التى تحقق للإنسان السعادة والرقى فعلى الإنسان أن يجتهد فى (طلب العلم) ويسعى فى طلب المزيد منه قال تعالى: ﴿ وَقُل رَّبِّ زِدْنِى عِلْمًا ﴾ (سورة طه – الآية ١١٤) فطلب العلم جهاد وعبادة قال صلى الله عليه وسلم: (من سلك طريقا يطلب فيه علما سهَّل الله له به طريقا إلى الجنة)، (وإن الملائكة لتضع أجنحتها لطالب العلم رضا بما يصنع).

وقال صلى الله عليه وسلم: (خيركم من تعلَّم القرآن وعلّمه) رواه البخارى عن عثمان بن عفان).

وقد ذكر الله تعالى العلم مقترنا بالإيمان ﴿ يَرْفَعِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مِنكُمْ وَٱلَّذِينَ أُوتُوا۟ ٱلْعِلْمَ دَرَجَٰتٍ ﴾ (سورة المجادلة – الآية ١١).

كما ذكر الذين أوتوا العلم وأنهم يعرفون قيمة القرآن ويؤمنون به ويتأثرون بما فيه. وقال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلَّذِينَ أُوتُوا۟ ٱلْعِلْمَ مِن قَبْلِهِۦٓ إِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ يَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ سُجَّدًا ﴿١٠٧﴾ وَيَقُولُونَ سُبْحَٰنَ رَبِّنَآ إِن كَانَ وَعْدُ رَبِّنَا لَمَفْعُولًا ﴿١٠٨﴾ وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا ﴾ (سورة الإسراء – الآيات من ١٠٧: ١٠٩).

إن العلم يزيد الإنسان صلابة، وإيمانا، وفطنة وقدرة على تزكية النفس وبصيرة ونورا وقدرة على مقاومة الشهوات، ومجاهدة النفس.

وقد اهتم الإسلام بالعلم، فقد بدأ الخالق سبحانه دعوته لتعلم الإسلام، بقوله تعالى: ﴿ ٱقْرَأْ بِٱسْمِ رَبِّكَ ٱلَّذِى خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ ٱلْإِنسَٰنَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾

﴿ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝٤ عَلَّمَ الْإِنسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴾ (سورة العلق – الآيات من ١ : ٥). ولا شك أن التعليم يمنح الإنسان ثقة، ومقدرة على النجاح فى حياته، ومجاهدة نفسه وإلزامها بكل سلوك طيب.

وقد أشار القرآن الكريم فى آيات كثيرة بالعلم والعلماء منها قوله تعالى: ﴿ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ﴾ (سورة الزمر – الآية ٩).

وجعل الإسلام العلم أساسا هاما لمعرفة الله وطاعته وخشيته قال تعالى: ﴿ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ ﴾. (سورة فاطر – الآية ٢٨).

لقد أكد القرآن الكريم فى كثير من الآيات القرآنية الكريمة فضل العلم وأهميته، فوردت كلمة (علم) فى القرآن الكريم أكثر من سبعمائة مرة وحثت على طلب العلم. قال تعالى: ﴿ وَقُل رَّبِّ زِدْنِي عِلْمًا ﴾ (سورة طه – الآية ١١٤).

إن العلم الذى يحث عليه الإسلام هو كل علم يساعد على إعمار الحياة وإثرائها بالجمال، والمحبة، والسلام والأمان، والخير. ويساعد على بناء الشخصية الجميلة المتوازنة القادرة على العطاء وإسعاد نفسها، وإسعاد من حولها.

إن الإسلام قد أوجب طلب الحق وترك الاستسلام لما يصرف عنه من الأهواء والفتن، فالحق هو العلم، وهو اليقين بكل ما هو جميل وبناء ومعمر للحياة، ومتوجه إلى الخير.

قال تعالى: ﴿ شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴾ (سورة آل عمران – الآية ١٨).

٨ـصلة الأرحام وأثرها فى تزكية النفس

إن (صلة الأرحام) سلوك يأمر به الإسلام ويؤكد أهميته، وضرورته لتحقيق تطهير الأرواح، وصيانة النفوس، فى حياة هانئة سعيدة تسودها الصلات الحميمة والمحبة العظيمة، والسعادة الوارفة.

وقد تحققت تلك الصورة للمجتمع الإسلامى حين اهتم أفراده بالاقتداء بكتاب الله وسنة رسوله صلى الله عليه وسلم، فاستحقوا مخاطبة الله سبحانه لهم بقوله تعالى: ﴿ كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَّهُم مِّنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ﴾ (سورة آل عمران – الآية ١١٠).

إن التراحم فطرة طبيعية فى الإنسان تنميها الأسرة بالتربية الصالحة وقد أكد القرآن الكريم على أهمية صلة الرحم، والوالدين، والأهل والأقارب، ولم يغفل الصلة الحسنة باليتامى والمساكين والجار ذى القربى، والجار الجنب، والصاحب بالجنب، وابن السبيل، وقد رتَّب العلاقات الاجتماعية، وفقا لأهميتها، حتى يضمن قيام المجتمع الإسلامى المتحاب، المتكافل، المؤسس على نظام من العلاقات الاجتماعية التى تبدأ بالمحبة، والإحسان إلى الوالدين، والأرحام، وتمتد إلى بقية أفرد المجتمع. قال تعالى: ﴿ ۞ وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ﴾ (سورة النساء – الآية ٣٦).

وقد أولى القرآن الكريم عناية كبيرة لصلة الأرحام. ورغّب فى الاهتمام بهـذه الصلة، وحذر من إغفالها وتجاهلها، قال تعالى: ﴿ فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِن تَوَلَّيْتُمْ أَن تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ ﴿٢٢﴾ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعْمَىٰ أَبْصَارَهُمْ ﴾ (سورة محمد – الآية ٢٢، ٢٣).

وقال تعالى: ﴿ وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَن يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ ﴾ (سورة الرعد – الآية ٢١). إن صلة الأرحام تملأ النفس سعادة، وتشيع المودة والمحبة بين أفراد المجتمع.

والجهاد الأكبر لنوازع النفس البشرية يلزمها بصلة الأرحام فيتحقق من خلالها سكينة النفس، وسعادة الإنسان.

٩ـ الاستقامة

ومما يساعد على صيانة النفس الإنسانية لتحقيق نجاحها فى تحقيق الرضا والطمأنينة والسعادة إلتزام صاحبها بسلوك (الاستقامة) التى حث عليها الإسلام.

والاستقامة فى سلوك المسلم تعنى اتباع القيم الفاضلة فى كل قول وكل فعل، كما أمرنا الله سبحانه، وتعلمنا من سنة رسوله الكريم، والابتعاد عن الطرق الملتوية.

قال تعالى: ﴿ ۞ قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبُّكُمْ عَلَيْكُمْ أَلَّا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُم مِّنْ إِمْلَاقٍ نَّحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَٰلِكُمْ وَصَّاكُم بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿١٥١﴾ وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّىٰ يَبْلُغَ أَشُدَّهُ وَأَوْفُوا الْكَيْلَ

وَٱلْمِيزَانَ بِٱلْقِسْطِ ۖ لَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۖ وَإِذَا قُلْتُمْ فَٱعْدِلُوا۟ وَلَوْ كَانَ ذَا قُرْبَىٰ ۖ وَبِعَهْدِ ٱللَّهِ أَوْفُوا۟ ۚ ذَٰلِكُمْ وَصَّىٰكُم بِهِۦ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾ (سورة الأنعام – الآيات ١٥١، ١٥٢).

لقد فصلّت هاتان الآيتان الكريمتان كل الأحكام التى أوصانا الخالق سبحانه بالعمل بها، أو بالانتهاء عنها حتى نحقق سلوك (الاستقامة) التى أجمل مفهومها فى هذه الآية الكريمة التى جاءت بعد الآيتين السابقتين.

قال تعالى: ﴿ وَأَنَّ هَٰذَا صِرَٰطِى مُسْتَقِيمًا فَٱتَّبِعُوهُ ۖ وَلَا تَتَّبِعُوا۟ ٱلسُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَن سَبِيلِهِۦ ۚ ذَٰلِكُمْ وَصَّىٰكُم بِهِۦ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾ (سورة الأنعام – الآية ١٥٣).

وقد شرح الرسول صلى الله عليه وسلم هذه الآية الكريمة فخط خطا بيده، ثم قال (هذا سبيل الله مستقيما). وخط عن يمينه وشماله (هذه السبل ليس منها سبيل إلا عليه شيطان يدعو إليه) ثم قرأ (وأن هذا صراطى مستقيما) (رواه النسائى والترمذى).

إن شرح الرسول صلى الله عليه وسلم للآية الكريمة شرح بليغ، سهلا، مقنعا، واضحا يشير إلى أهمية الاستقامة فى سلوك المسلم، فهى اتباع دائم متواصل للقيم الفاضلة فى كل قول وكل فعل، فالاستقامة فى الإسلام هى اتباع لحسن الخلق من إحسان للوالدين، وإنتهاء عن المحرمات.

إن المسلم الذى يعرف الطريق الحقيقى، طريق الاستقامة والذى يعمر قلبه بالإيمان، ليس فى حاجة إلى البحث عن طرق أو أفكار أخرى ترسم

لـه طريقة حياته، أو يتعلم منها كيف يربى أبناءه وبناته، وكيف تكون فى الحياة علاقاته.

قال تعـالى: ﴿ قُلْ إِنَّنِي هَدَىٰنِي رَبِّيٓ إِلَىٰ صِرَٰطٍ مُّسْتَقِيمٍ دِينًا قِيَمًا مِّلَّةَ إِبْرَٰهِيمَ حَنِيفًا ۚ وَمَا كَانَ مِنَ ٱلْمُشْرِكِينَ ﴾ (سورة الأنعام – الآية ١٦١).

إن (الاستقامة) على سلوك الخير والجمال، هى هدية الخالق سبحانه لأصحاب العقيدة الصادقة، والإيمان الراسخ بالله سبحانه الواحد الأحد، حتى ينير الله لهم الطريق، وينزل على قلوبهم السكينة والبهجة ويبشرهم بالجنة، قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلَّذِينَ قَالُوا۟ رَبُّنَا ٱللَّهُ ثُمَّ ٱسْتَقَٰمُوا۟ تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ ٱلْمَلَٰٓئِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا۟ وَلَا تَحْزَنُوا۟ وَأَبْشِرُوا۟ بِٱلْجَنَّةِ ٱلَّتِى كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴾ (سورة فصلت – الآية ٣٠).

ومما يؤكد أهمية الاستقامة أن المسلم يلهج فى صلواته دائما وفى سورة الفاتحة بهذا الدعاء العظيم متوجها إلى الله سبحانه بسؤاله أن يوفقه إلى الاستقامة.

قال تعالى: ﴿ ٱهْدِنَا ٱلصِّرَٰطَ ٱلْمُسْتَقِيمَ ۝٦ صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ ٱلْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ ۝٧ ﴾ (الفاتحة – الآيتان ٦، ٧).

ويهدى الله تبارك وتعالى المؤمنين المعتصمين برحمته إلى الصراط المستقيم ويعدهم برحمته، وفضله.

قال تعالى: ﴿ فَأَمَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ بِٱللَّهِ وَٱعْتَصَمُوا۟ بِهِۦ فَسَيُدْخِلُهُمْ فِى رَحْمَةٍ مِّنْهُ وَفَضْلٍ وَيَهْدِيهِمْ إِلَيْهِ صِرَٰطًا مُّسْتَقِيمًا ﴾ (سورة النساء – الآية ١٧٥).

والقرآن الكريم يقدم للبشر فى كل زمان وفى كل مكان المنهج العظيم الذى تستقيم به حياتهم، ويرضاه الخالق سبحانه لهم، ويكون فى

عملهم بما جاء به سعادتهم، وراحة خواطرهم، وصيانة نفوسهم.

والإيمان بالله سبحانه وتعالى يقترن فى كثير من الآيات القرآنية الكريمة بالاستقامة؛ فمن يؤمن بالله ويلتزم بخلق الإسلام لا يخاف ولا يحزن أبدا ولا خشية عليه فهو مبشَّر بالجنة فى الآخرة، ويرضيه ويسعده فى الدنيا.

قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلَّذِينَ قَالُوا۟ رَبُّنَا ٱللَّهُ ثُمَّ ٱسْتَقَٰمُوا۟ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ (الأحقاف – الآية ١٣).

١٠ـ الحمد لله

ومما يحقق صيانة النفس واستقرارها وتوازنها وسعادتها، إحساس الإنسان بنعم الخالق عليه وشكره على ما منحه له.

الإنسان قادر بنفسه أن يجعل السعادة شعورا دائما لديه، يجابه به الحياة بكل ما بها من صعاب، وذلك بإحساسه بالرضا وشكره الله.

إن الحكمة العظيمة التى تتجلى فى (الحمد لله) تبدو فى (فاتحة الكتاب) حيث يعلمنا الله سبحانه وتعالى أن نحمده بكلمتى (الحمد لله). فبعد البداية (بسم الله الرحمن الرحيم) تأتى مباشرة الآية الكريمة ﴿ ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴾ (سورة الفاتحة – الآية ٢).

فنحن نحمد الله سبحانه فقد سخر لنا الكون الرائع حولنا، ونحمده سبحانه وتعالى طلبا لرحمته، واعترافا بنعمه علينا، وعطاياه لنا والتى لا تعد ولا تحصى.

وهو سبحانه وتعالى رحيم بعباده وشكرنا له سبحانه فى كلمتين اثنتين (الحمد لله).

إن هاتين الكلمتين لهما دلالة بليغة رائعة، حيث تؤكدان إيمان قائلهما بالله، وطاعته له، وإذا قالهما فى صدق ونية خالصة، كانتا دافعا لحسن العبادة والطاعة التى ترضى الله سبحانه فيمنحه السعادة والسكينة ويصلح نفسه، وحياته.

قال تعالى: ﴿ قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِيٓ أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ ٱلَّتِيٓ أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَٰلِحًا تَرْضَىٰهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِيٓ إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ ٱلْمُسْلِمِينَ ﴾ (سورة الأحقاف).

لقد كان دعاء العبد الصالح أن يمنحه الله القدرة على شكره، فيرضى الخالق سبحانه عنه ويصلح له ذريته ويتوب عليه.

إن شكر الله سبحانه على نعمه التى لا تحصى صفة من صفات المؤمنين الذين استجابوا للفطرة السليمة فشعروا بالسعادة، وشكروا الله سبحانه وقد وعد جلت قدرته الشاكرين أن يزيدهم عطاء من نعمه، وتوعد الكافرين الجاحدين بالعذاب الشديد. قال تعالى: ﴿ وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴾ (سورة إبراهيم – الآية ٧)، إن حمد الله وشكره يفيد الإنسان فتصلح نفسه ويطمئن قلبه.

وكما تؤكد بداية سورة الفاتحة أهمية (الحمد لله) فإن خاتمة كل حياة مؤمنة فى الأرض تكون أيضا بالحمد لله، قال تعالى: ﴿ وَءَاخِرُ دَعْوَىٰهُمْ أَنِ ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴾.

١١ـ الصبر

الصبر يصون النفس، ويزكى الروح ويضفى على صاحبه سمتا جليلا، ويمنحه رضا جميلا.

إنه خلق جامع لأخلاقيات كثيرة تنبع منه، وتعود أصولها إليه فالقناعة بالقدر القليل من الحظ (صبر). والزهد أحيانا عن متاع الحياة (صبر) وعدم البطر، وعدم السخط (صبر). والرضا بما أنعم الله به علينا من نعم، وتجنب الشكوى والتذمر لعدم الفوز السريع بما كان أملا لدينا (صبر).

ولا شك أن الإنسان بمقدوره أن يعود نفسه على السلوكيات التى تسعده، وتنأى به عن الضجر والتذمر والأسى والكدر.

إن المسلم يسعى دائما إلى التقرب إلى الله بحسن العبادة، وهذا يعمق فى نفسه مشاعر (الصبر) فيتعود عليها، فتتأدب نفسه بآداب العقيدة القوية ومع تغير أحواله فى مراحل حياته بين عسر ويسر، وفقر وغنى، وحزن وسرور، وصحة ومرض، وقوة وضعف، وصحبة ووحدة، وعمل وفراغ. يظل دائما فى حاجة إلى تعويد نفسه على خلق (الصبر) ليشعر بالأمان، والاطمئنان، حتى يواجه كل المواقف بصلابة وصمود، ودعة، وهدوء. وهذا مما يصون نفسه ويجعله فى منأى عن الإحباط والتعاسة أو الكدر والندامة.

إن من يصبر فى كل الأحوال، ولا يترك لنفسه عنان الثورة ولا يتسرع فى اتخاذ القرارات، لا يندم قط. ومن يصبر ويصمد أمام كل المواقف أو الآلام أو مفاجآت القدر هو الفائز الحكيم، المؤمن، الذى لا يستسلم للجزع

أو الخوف أو الطمع ، أو التسرع والتعجل أو الغضب والطيش، وهو الذى يستطيع الصبر على الشهوات وأهواء النفس، ويتعقل ويتصرف بتروٍ فينأى بنفسه عن الخطأ فى القول أو الفعل، وليس الصبر استسلاما أو رضا سلبيا بالواقع ، لكنه قوة نفسية تمنح صاحبها القدرة على الشدائد والصمود إزاءها، والهجوم على المكاره والثبات أمامها، والتنبه إلى أهواء وشهوات النفس والترفع عنها.

إن (الصبر) صفة من صفات الله سبحانه هو (الصبور) لا يعاجل عباده المذنبين بالعقاب. قال الرسول (صلى الله عليه وسلم): فى الحديث القدسى عن ربه: (إنى أنا الصبور).

والآيات القرآنية الكريمة التى تؤكد أهمية الصبر كثيرة حيث ورد ذكره نحو سبعين مرة، وأعلى القرآن الكريم من قدره كشعبة عظيمة من شعب الإيمان فجعل الله سبحانه (الجنة) جزاء للصابرين.

قال تعالى: ﴿ وَجَزَىٰهُم بِمَا صَبَرُوا۟ جَنَّةً وَحَرِيرًا ﴾ (سورة الإنسان – الآية ١٢). وقال تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ صَبَرُوا۟ ٱبْتِغَآءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا۟ ٱلصَّلَوٰةَ وَأَنفَقُوا۟ مِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرَءُونَ بِٱلْحَسَنَةِ ٱلسَّيِّئَةَ أُو۟لَٰٓئِكَ لَهُمْ عُقْبَى ٱلدَّارِ ﴾ (سورة الرعد – الآية ٢٢).

ووصف الله سبحانه الصابرين بالصدق، والتقوى، والإيمان، قال تعالى: ﴿ ۞ لَّيْسَ ٱلْبِرَّ أَن تُوَلُّوا۟ وُجُوهَكُمْ قِبَلَ ٱلْمَشْرِقِ وَٱلْمَغْرِبِ وَلَٰكِنَّ ٱلْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَٱلْيَوْمِ ٱلْءَاخِرِ وَٱلْمَلَٰٓئِكَةِ وَٱلْكِتَٰبِ وَٱلنَّبِيِّۦنَ وَءَاتَى ٱلْمَالَ عَلَىٰ حُبِّهِۦ ذَوِى ٱلْقُرْبَىٰ وَٱلْيَتَٰمَىٰ وَٱلْمَسَٰكِينَ وَٱبْنَ ٱلسَّبِيلِ وَٱلسَّآئِلِينَ وَفِى ٱلرِّقَابِ وَأَقَامَ ٱلصَّلَوٰةَ وَءَاتَى ٱلزَّكَوٰةَ وَٱلْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَٰهَدُوا۟

وَالصَّٰبِرِينَ فِي ٱلْبَأْسَآءِ وَٱلضَّرَّآءِ وَحِينَ ٱلْبَأْسِ ۗ أُو۟لَٰٓئِكَ ٱلَّذِينَ صَدَقُوا۟ ۖ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُتَّقُونَ ﴾ (سورة البقرة – الآية ١٧٧).

وقد اقترن ذكر (الصبر) فى القرآن الكريم بالقيم النبيلة السامية وبالعبادات والفرائض العظيمة.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾ (سورة البقرة – الآية ١٥٣).

واقترن بالتوكل ووعد الله الصابرين بالأجر الحسن، قال تعالى: ﴿نِعْمَ أَجْرُ ٱلْعَٰمِلِينَ ﴿٥٨﴾ ٱلَّذِينَ صَبَرُوا۟ وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ (سورة العنكبوت – الآية ٥٨).

واقترن بالشكر فى قوله تعالى: ﴿ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ ﴾ (سورة إبراهيم – الآية ٥). ويعمل الصالحات فى قوله تعالى: ﴿ إِلَّا ٱلَّذِينَ صَبَرُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّٰلِحَٰتِ أُو۟لَٰٓئِكَ لَهُم مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴾ (سورة هود – الآية ١١).

وقد جعل الله سبحانه وتعالى خلق (الصبر) موضع الابتلاء فى أحوال الحياة الدنيا مما يؤكد أهميته وضرورته قال تعالى: ﴿ أَمْ حَسِبْتُمْ أَن تَدْخُلُوا۟ ٱلْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ جَٰهَدُوا۟ مِنكُمْ وَيَعْلَمَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾ (سورة آل عمران – الآية ١٤٢).

إن (الصبر) يعطى للإنسان القدرة والصلابة عند مواجهة (بلاء الدنيا) والأمثلة كثيرة فى القرآن الكريم منها صبر (أيوب) على مرضه وفقد أهله.

وصبر (يعقوب) على فراق ولديه يوسف وأخيه، وكيد أبنائه، وكذبهم عليه، وحثنا القرآن الكريم على (الصبر) على طاعة الله وعبادته.

قال تعالى: ﴿رَبُّ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا فَٱعْبُدْهُ وَٱصْطَبِرْ لِعِبَٰدَتِهِۦ ۚ هَلْ تَعْلَمُ لَهُۥ سَمِيًّا﴾ (سورة مريم – الآية ٦٥) وهذا الصبر على العبادات يصل بالإنسان إلى (الصبر) على ما تشتهى نفسه من متاع الدنيا وشهواتها من المحرمات. كما يبعده عن التطلع إلى ما لدى الآخرين من نعم المال أو الأبناء ويساعده على السعادة بما منحه الله من نعم.

الصبر يقوى النفس ويؤهل الإنسان إلى مرتبة الأمانة والقيادة.

إن الإسلام الدين العظيم، خاتم الأديان، يقدم لنا المنهج والدستور لكل خلق عظيم يصون نفس الإنسان ويقوّيها، ويمنحها كل الرضا، والاطمئنان والسعادة فهو يتفق مع الفطرة النقية التى خلق الله سبحانه الإنسان عليها.

١٢ـ التواضع

والتواضع سلوك يرفع من شأن الإنسان، ويصون نفسه، ويعلى من قدره، ويكسبه السعادة فى الدنيا، والجنة ورضا الخالق فى الآخرة. لذا كان خلق (التواضع) خضوع للحق، وقبول له، وخفض للجناح، وشعور صادق بأن الإنسان لا يتميز فوق غيره من عباد الله والتواضع الحقيقى هو التواضع لله، وترك التطاول على عباده.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من تواضع لله رفعه) أخرجه مسلم والنووى والدارمى وأحمد.

وتواضع الإنسان للخالق سبحانه يبدو جليا حين يشعر بذنبه ويحاسب نفسه فيراها أقل مما يريد لها فى الطاعات بل وأقل من غيرها، فيخشع لله سبحانه، ويتقرب إليه. قال تعالى: ﴿وَكَانُوا۟ لَنَا خَٰشِعِينَ﴾ أى متواضعين، (سورة الأنبياء – الآية ٩٠).

والمسلم المتواضع لا يزهو بلباسه. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من ترك اللباس تواضعا لله وهو يقدر عليه دعاه الله يوم القيامة على رءوس الخلائق حين يخيره من أى حلل الإيمان شاء يلبسها) (رواه مسلم وغيره).

أما أهل العلم فينبغى عليهم التواضع، وترك الفخر بما يحسنون إلا أن يضطر العالم إلى ذكر أو إشارة إلى نعمة ربه على وجه الشكر له على ما حباه من علم، وكذلك لابد من (التواضع) من طلبة العلم. وكلما تواضع الإنسان ازداد رفعة عند الناس وعند الله.

وحين يكون التواضع سلوكا للمسلم يقترب منه الناس ويحبونه، فيعيش فى ألفة وود ومحبة مع غيره ولا يلمس من أحد حقدا، أو ظلما، أو ضغينة مما يصون نفسه، ويقوى عزيمته ويفرحه بسعادته.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن الله أوصى أن تواضعوا حتى لا يفخر أحد على أحد ولا يبغى أحد على أحد) (أخرجه مسلم).

ومن الأمور التى تؤكد تواضع الإنسان اتباعه الحق وانقياده له، وطاعته، وإعطاؤه الحقوق لأصحابها وعدم تكبره عليهم أو غمطه حقوقهم مهما كان حالهم.

والمتواضع يحترم الجميع صغيرا أو كبيرا، فهو يتواضع للصغير ويرى أنه إذا كان أكثر منه سنا فربما قد يكون مثل أخيه الأصغر، ويحترم الكبير، لأن هذا أمر طبيعى وبديهى.

ومن التواضع القصد فى المشى. قال تعالى: ﴿ وَعِبَادُ الرَّحْمَٰنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا ﴾ (سورة الفرقان – الآية ٦٣)، فهم يمشون على الأرض مشية سهلة هينة لا كبر فيها، ولا خيلاء.

والمتواضع يخفض الجناح، ويكون لين الجانب على المؤمنين عزيزا على الكافرين، مجاهدا فى سبيل الله، لا يخاف فى الحق لومة لائم، ويعامل الناس فى محبة وسماحة.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَن يَرْتَدَّ مِنكُمْ عَن دِينِهِۦ فَسَوْفَ يَأْتِى ٱللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُۥٓ أَذِلَّةٍ عَلَى ٱلْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى ٱلْكَٰفِرِينَ يُجَٰهِدُونَ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَآئِمٍ ۚ ذَٰلِكَ فَضْلُ ٱللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَآءُ ۚ وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ ﴾ (سورة المائدة – الآية ٥٤).

والقرآن الكريم يحفل بالآيات القرآنية التى تعلى من قدر (التواضع) والمتواضعين. قال تعالى: ﴿ تِلْكَ ٱلدَّارُ ٱلْءَاخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِى ٱلْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا ۚ وَٱلْعَٰقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ ﴾ (سورة القصص – الآية ٨٣).

ولا يعنى التواضع قط عدم الاكتراث بالمظهر الحسن وجمال المنظر، ونظافة الملبس، وأناقته البسيطة المحببة كما لا يعنى التواضع (المذلة) للغير لأى سبب.

قال الرسول صلى الله عليه وسلم: (لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر. فقال رجل: إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسنا ونعله حسنا قال: إن الله جميل يحب الجمال. الكبر بطر الحق (أى رفعه) وغمط الناس (أى احتقارهم).

ولا شك أن الإنسان إذا حسن إيمانه وصلحت أفعاله، اهتدى إلى خلق (التواضع) فكان متحلّيا به، سعيا بما يشيعه فى نفسه من مشاعر الود، والمحبة، والراحة، والأمان والسعادة.

١٣ـ الرحمة

ومما يحمى النفس البشرية ويصونها ويحقق لها السعادة والرضا، أن تتعمق مشاعر المحبة والرحمة هذه النفس، وأن يقتدى الإنسان بالرسول صلى الله عليه وسلم فى تعامله مع كل من حوله برحمة ومحبة.

قال تعالى: ﴿ وَمَآ أَرۡسَلۡنَٰكَ إِلَّا رَحۡمَةٗ لِّلۡعَٰلَمِينَ ﴾ (سورة الأنبياء – الآية ١٠٧).

لقد جاء محمد عليه السلام بدين الإسلام الذى يحمل للبشر على اختلاف أجناسهم وألوانهم من القيم والتشريعات ما يضمن سعادتهم والرحمة بهم.

وكان عليه السلام رحيما بالجميع مسلمين وغير مسلمين كبارا أو صغارا ووصفه القرآن الكريم بالرحمة قال تعالى: ﴿ لَقَدۡ جَآءَكُمۡ رَسُولٞ مِّنۡ أَنفُسِكُمۡ عَزِيزٌ عَلَيۡهِ مَا عَنِتُّمۡ حَرِيصٌ عَلَيۡكُم بِٱلۡمُؤۡمِنِينَ رَءُوفٞ رَّحِيمٞ ﴾ (سورة التوبة – الآية ١٢٨).

إن لنا فى رسولنا الكريم المثال والقدوة وقد خاطبه الله سبحانه بقوله: ﴿ فَبِمَا رَحۡمَةٖ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمۡۖ وَلَوۡ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلۡقَلۡبِ لَٱنفَضُّواْ مِنۡ حَوۡلِكَ ﴾ (سورة آل عمران – الآية ١٥٩).

لقد كان رسولنا الكريم، وأصحابه العظام نماذج رائعة للرحماء الذين تربوا على مائدة الإسلام الرحيمة.

وجزاء (الرحمة) عظيم يشعر به الناس فى حياتهم سعادة، ورضا فى نفوسهم، وفى الآخرة رضا ومثوبة من ربهم، قال تعالى: ﴿ ثُمَّ كَانَ مِنَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلصَّبۡرِ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلۡمَرۡحَمَةِ ۝١٧ أُوْلَٰٓئِكَ أَصۡحَٰبُ ٱلۡمَيۡمَنَةِ ﴾ (سورة البلد – الآية ١٧، ١٨).

ومن أدلة عظمة وجمال الرحمة كسلوك، أن جعله الله تعالى قاعدة لعلاقة الزوجية العظيمة التى تربط بين الزوجين وتكون دعامة للأسرة. قال تعالى: ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (سورة الروم الآية ٢١).

إنه من المدهش حقا أن نعرف من آيات القرآن الكريم أن الحجارة التى نخالها جمادا لايشعر يمكن أن تتصف (بالرحمة) ونرى بلاغة القرآن فى هذا التصوير. قال تعالى: ﴿ ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُم مِّنۢ بَعْدِ ذَٰلِكَ فَهِىَ كَٱلْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً ۚ وَإِنَّ مِنَ ٱلْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ ٱلْأَنْهَـٰرُ ۚ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَا يَشَّقَّقُ فَيَخْرُجُ مِنْهُ ٱلْمَآءُ ۚ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ ٱللَّهِ ۗ وَمَا ٱللَّهُ بِغَـٰفِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴾ (سورة البقرة – الآية ٧٤).

إن صيانة النفس البشرية، يضمنها كتاب الخالق العظيم وسنة رسوله الكريم صلى الله عليه وسلم.

حيث نجد الدستور الذى بين لنا كل شىء وحمل لنا الهدى، والرحمة، والبشرى.

قال تعالى: ﴿ وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ ٱلْكِتَـٰبَ تِبْيَـٰنًا لِّكُلِّ شَىْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ ﴾ (سورة النحل – الآية ٨٩).

ولمشاعر الرحمة بين البشر آثارها العظيمة فى إشاعة الحب والسعادة وتجميع القلوب، وسعادة البشرية جمعاء.

حين تسود مشاعر الرحمة فى المجتمع تختفى الجرائم.

وتحتاج البشرية إلى الرحمة فى معاملة كل فرد لغيره. وفى تعاملات

المجتمعات والدول، حتى لا تنتهك حقوق الإنسان فى أى مكان، وحتى تتوفر صيانة نفوس البشر، وأرواحهم، وحياتهم، ومصالحهم.

١٤ـ التقوى

التقوى: من القيم والسلوكيات التى أشار إليها القرآن الكريم، وأكد تحقق الخير، والأمان، والسعادة والحماية لنفس الإنسان حين يحققها فى سلوكياته فإن التقوى هى خير زاد يتزود به الإنسان فتغنى روحه ويسعد قلبه، وهى خير جهاد للنفس، قال تعالى: ﴿ وَتَزَوَّدُوا۟ فَإِنَّ خَيْرَ ٱلزَّادِ ٱلتَّقْوَىٰ ﴾ (سورة البقرة – الآية ١٩٧)، وقال سبحانه ﴿ وَلِبَاسُ ٱلتَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٢٦).

إن تقوى الله تضمن تفضيل الله سبحانه لعباده المتقين. قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَٰكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَٰكُمْ شُعُوبًا وَقَبَآئِلَ لِتَعَارَفُوٓا۟ ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ ٱللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴾ (سورة الحجرات – الآية ١٣).

والتقوى هى حرص الإنسان على رضا الله سبحانه والخشية من عقابه، وتطبيق شرائع الدين بأداء الصلاة فى أوقاتها، وقراءة القرآن الكريم والعمل بأوامره، والانتهاء عن نواهيه. وهذا كله يضمن صيانة نفس المسلم، وسعادة روحه، وصحة جسده.

قال تعالى: ﴿ يَٰبَنِىٓ ءَادَمَ إِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ رُسُلٌ مِّنكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ ءَايَٰتِى ۙ فَمَنِ ٱتَّقَىٰ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٣٥).

وتؤكد آيات القرآن الكريم أن الله سبحانه يفتح بركاته على المتقين من كل صوب (من السماء والأرض)، قال تعالى: ﴿ وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ ٱلْقُرَىٰٓ ءَامَنُوا۟ وَٱتَّقَوْا۟ لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَٰتٍ مِّنَ ٱلسَّمَآءِ وَٱلْأَرْضِ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٩٦).

وقد وعد الخالق سبحانه بإرسال الأنبياء لهداية الإنسان؛ وكان سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم خاتم الأنبياء، فأتى بالإسلام ومن تبع هدى الخالق لا يضل، ولا يخاف ولا يحزن وقال تعالى: ﴿فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّي هُدًى فَمَن تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (سورة البقرة – الآية ٣٨).

ولم تقتصر «صيانة الإسلام للنفس الإنسانية» على حياته فى الدنيا، وإنما امتدت إلى الآخرة وما يلقى فيها، فمن اهتدى بهدى الإسلام وعمل فى حياته بتعاليمه تبوأ درجة عالية عند ربه ونعمت روحه فى جنة الخلد.

قال تعالى: ﴿انظُرْ كَيْفَ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ ۚ وَلَلْآخِرَةُ أَكْبَرُ دَرَجَاتٍ وَأَكْبَرُ تَفْضِيلًا﴾ (سورة الإسراء – الآية ٢١)، ووعد سبحانه المسلم الذى يتهجّد بالقرآن فى الليل بالمقام المحمود فى الآخرة.

قال تعالى: ﴿وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا﴾ (سورة الإسراء – الآية ٧٩)، وجعل لكل إنسان درجة فى الجنة، تتنعم روحه حسب أعماله فى الدنيا، فلكل نفس رتبة ومقام.

قال تعالى: ﴿إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَنَهَرٍ ﴿٥٤﴾ فِي مَقْعَدِ صِدْقٍ عِندَ مَلِيكٍ مُّقْتَدِرٍ﴾(سورة القمر – الآيتان ٥٤، ٥٥).

والبركات التى يعد الله سبحانه وتعالى عباده المؤمنين المتقين بها ليست بركات مادية فحسب، إنما هى بركات تحيط بروحه وتسعد نفسه، وتحيطه بالطمأنينة والسكينة.

١٥ـ تكريم المرأة

وقد سبق الإسلام كل الدساتير فى صيانة المرأة وتكريمها، فلم يفصل بين معاملته لها، ومعاملته للرجل، حيث أكد القرآن الكريم أن الله سبحانه خلق البشرية من نفس واحدة، وطبيعة واحدة، وفطرة واحدة، ثم بث منها الخالق سبحانه رجالا ونساء ليكون المجتمع المتكامل المتحاب.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُوا۟ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَآءً ۚ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ ٱلَّذِى تَسَآءَلُونَ بِهِۦ وَٱلْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴾ (سورة النساء – الآية ١).

وأعطى الإسلام المرأة كل الحقوق التى للرجل بل زاد لها حقوقا أخرى عند الرجل مزيدا فى صيانة نفسها، ورعايتها.

وقد أمر الإسلام المرأة بعدم التبرج فى مظهرها وملبسها لضمان كرامتها، والبعد بها عن مواقف الفتنة والابتذال، وتزكيتها، والسمو بها.

قال تعالى: ﴿ قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا۟ مِنْ أَبْصَٰرِهِمْ وَيَحْفَظُوا۟ فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ خَبِيرٌۢ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴾ (سورة النور – الآية ٣٠).

وقال تعالى: ﴿ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَٰتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَٰرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا ۖ وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ ۖ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ ءَابَآئِهِنَّ أَوْ ءَابَآءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَآئِهِنَّ أَوْ أَبْنَآءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَٰنِهِنَّ أَوْ بَنِىٓ إِخْوَٰنِهِنَّ أَوْ بَنِىٓ

أَخَوَٰتِهِنَّ أَوْ نِسَآئِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَٰنُهُنَّ أَوِ ٱلتَّٰبِعِينَ غَيْرِ أُوْلِى ٱلْإِرْبَةِ مِنَ ٱلرِّجَالِ أَوِ ٱلطِّفْلِ ٱلَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا۟ عَلَىٰ عَوْرَٰتِ ٱلنِّسَآءِ ۖ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِن زِينَتِهِنَّ ۚ وَتُوبُوٓا۟ إِلَى ٱللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ ٱلْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ (سورة النور – الآية ٣١).

إن المظهر الوقور المحتشم يحقق للمرأة صيانة النفس والروح والاحترام ممن حولها؛ وإبعادها عن مواطن الفتنة، قال تعالى: ﴿ يَٰبَنِىٓ ءَادَمَ لَا يَفْتِنَنَّكُمُ ٱلشَّيْطَٰنُ كَمَآ أَخْرَجَ أَبَوَيْكُم مِّنَ ٱلْجَنَّةِ يَنزِعُ عَنْهُمَا لِبَاسَهُمَا لِيُرِيَهُمَا سَوْءَٰتِهِمَآ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٢٧).

وقد اهتم الإسلام –لمزيد العناية– بصيانة المرأة والسمو بنفسها، أن يأمرها بستر جميع بدنها إن المرأة إذا بلغت المحيض لا يصلح أن يرى منها إلا هذا وهذا (الوجه والكفين).

وألا يكون الزى زينة فى نفسه يلفت النظر ولا يكون شفافا. قال صلى الله عليه وسلم: (سيكون فى آخر أمتى نساء كاسيات عاريات).

ومن صيانة الإسلام لنفس المرأة وروحها، وحياتها وإعلاء شأنها، وتقدير مكانتها، وأهمية دورها، أنه لم يفرق بينها وبين الرجل فى طلب العلم، والمشاركة فى العمل، فى إطار يسوده التوقير والاحترام.

كانت النساء تجتمعن فى مسجد الرسول عليه السلام يسمعن، ويسألن، ويصلين معه، ويتعلمن منه. وشاركت المرأة فى المعارك فى عهد الرسول صلى الله عليه وسلم وقد وفّر الإسلام الحماية والرعاية للمرأة حيث جعل لها كيانا اقتصاديا مستقلا فهى تستطيع أن تمتلك وتتصرف بنفسها، وبلا وسيط؛ ونصّ (القرآن الكريم) فى كثير من

الآيات الكريمة على حقوقها فى الميراث، ومن أمثلة ذلك الآيات الثلاث من سورة النساء التى تتضمن أصول الميراث.

قال تعالى: ﴿ يُوصِيكُمُ اللَّهُ فِي أَوْلَادِكُمْ لِلذَّكَرِ مِثْلُ حَظِّ الْأُنثَيَيْنِ فَإِن كُنَّ نِسَاءً فَوْقَ اثْنَتَيْنِ فَلَهُنَّ ثُلُثَا مَا تَرَكَ وَإِن كَانَتْ وَاحِدَةً فَلَهَا النِّصْفُ وَلِأَبَوَيْهِ لِكُلِّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا السُّدُسُ مِمَّا تَرَكَ إِن كَانَ لَهُ وَلَدٌ فَإِن لَّمْ يَكُن لَّهُ وَلَدٌ وَوَرِثَهُ أَبَوَاهُ فَلِأُمِّهِ الثُّلُثُ فَإِن كَانَ لَهُ إِخْوَةٌ فَلِأُمِّهِ السُّدُسُ مِن بَعْدِ وَصِيَّةٍ يُوصِي بِهَا أَوْ دَيْنٍ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ لَا تَدْرُونَ أَيُّهُمْ أَقْرَبُ لَكُمْ نَفْعًا فَرِيضَةً مِّنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴾ (سورة النساء – الآية ١١).

وقال تعالى: ﴿ ۞ وَلَكُمْ نِصْفُ مَا تَرَكَ أَزْوَاجُكُمْ إِن لَّمْ يَكُن لَّهُنَّ وَلَدٌ فَإِن كَانَ لَهُنَّ وَلَدٌ فَلَكُمُ الرُّبُعُ مِمَّا تَرَكْنَ مِن بَعْدِ وَصِيَّةٍ يُوصِينَ بِهَا أَوْ دَيْنٍ وَلَهُنَّ الرُّبُعُ مِمَّا تَرَكْتُمْ إِن لَّمْ يَكُن لَّكُمْ وَلَدٌ فَإِن كَانَ لَكُمْ وَلَدٌ فَلَهُنَّ الثُّمُنُ مِمَّا تَرَكْتُم مِّن بَعْدِ وَصِيَّةٍ تُوصُونَ بِهَا أَوْ دَيْنٍ وَإِن كَانَ رَجُلٌ يُورَثُ كَلَالَةً أَوِ امْرَأَةٌ وَلَهُ أَخٌ أَوْ أُخْتٌ فَلِكُلِّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا السُّدُسُ فَإِن كَانُوا أَكْثَرَ مِن ذَٰلِكَ فَهُمْ شُرَكَاءُ فِي الثُّلُثِ مِن بَعْدِ وَصِيَّةٍ يُوصَىٰ بِهَا أَوْ دَيْنٍ غَيْرَ مُضَارٍّ وَصِيَّةً مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَلِيمٌ ﴾ (سورة النساء – الآية ١٢).

وقال تعالى: ﴿ يَسْتَفْتُونَكَ قُلِ اللَّهُ يُفْتِيكُمْ فِي الْكَلَالَةِ إِنِ امْرُؤٌا هَلَكَ لَيْسَ لَهُ وَلَدٌ وَلَهُ أُخْتٌ فَلَهَا نِصْفُ مَا تَرَكَ وَهُوَ يَرِثُهَا إِن لَّمْ يَكُن لَّهَا وَلَدٌ فَإِن كَانَتَا اثْنَتَيْنِ فَلَهُمَا الثُّلُثَانِ مِمَّا تَرَكَ وَإِن كَانُوا إِخْوَةً رِّجَالًا وَنِسَاءً فَلِلذَّكَرِ مِثْلُ حَظِّ الْأُنثَيَيْنِ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ أَن تَضِلُّوا وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴾ (سورة النساء – الآية ١٧٦).

معاملة الزوجين كليهما للآخر:

من صيانة الإسلام للنفس الإنسانية؛ تأكيده على أهمية أن يحافظ الزوجان على مشاعر المودة والرحمة بينهما، حتى تستمر الحياة فى هناءة وسعادة.

قال تعالى: ﴿ وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ (سورة الروم – الآية ٢١).

وما أجمل تصوير القرآن الكريم للعلاقة بين الزوجين وقد شاركا فى بناء أسرة متكاملة تسودها السعادة، يرزقهما الخالق من ألوان الطيبات والنعم.

قال تعالى: ﴿ وَٱللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا وَجَعَلَ لَكُم مِّنْ أَزْوَٰجِكُم بَنِينَ وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُم مِّنَ ٱلطَّيِّبَٰتِ ۚ أَفَبِٱلْبَٰطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ ٱللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ ﴾ (سورة النحل – الآية ٧٢).

وقال عز وجل: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُوا۟ رَبَّكُمُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَٰحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَآءً ۚ وَٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ ٱلَّذِى تَسَآءَلُونَ بِهِۦ وَٱلْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴾ (سورة النساء – الآية ١).

إن الإسلام يحترم الأسرة ويضمن بتشريعاته أن يكون فى قيامها سكن النفس، وراحة البال وأن تكتنفها مشاعر المودة والرحمة والمحبة. وأن يكون لكل فرد دوره المهم فى حياتها.

ومن أهم القيم التى تحكم سلوك الإنسان وعلاقته بالآخرين، تلك العلاقة العظيمة بين الأبناء وآبائهم وأمهاتهم. وقد خص الإسلام هذه

العلاقة المهمة بالكثير من آيات القرآن الكريم التى توضح أساليب تعامل الأبنـاء مع آبائهم وأمهاتهم وذلـك للآثار العميقة التى تترتب على هذه العلاقة فى نفسية كل من الأبناء؛ والأمهات، والآباء.

ومما يؤكد اهتمام القرآن الكريم بهذه العلاقة إيراده الكثير من الآيات الكريمة التى تأمر بطاعة الوالدين مباشـرة بعد الأمر بطاعة الله سبحانه وتعالى، طاعة حب وولاء وإقرار بالفضل.

قال تعالى: ﴿ قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبُّكُمْ عَلَيْكُمْ أَلَّا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ﴾ (سورة الأنعام – الآية ١٥١).

وقـال تعـالى: ﴿ وَوَصَّيْنَا الْإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ ﴾ (سـورة لقمان – الآية ١٤).

وأمر الخالق سـبحانه وتعالى برعاية الوالديـن والإنفاق عليهما، إذا كانـا فى حاجة إلى ذلك. قـال تعالى: ﴿ يَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنفِقُونَ قُلْ مَا أَنفَقْتُم مِّنْ خَيْرٍ فَلِلْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ ﴾ (سورة البقرة – الآية ٢١٥).

إن الإسـلام يهتم بتماسك الأسـرة ... ويهتم بتعميق مشاعر المحبة والولاء، والاحـترام والرعاية بين الأبناء والآباء، وهذا مما يصون النفس الإنسانية ويحقق لها الهناءة وهدوء البال؛ والرضا بالحال.

إن مجتمعاتنـا العربيـة تتعرض فى هذا الزمان لكثـير من الأفكار، والثقافـات المختلفة التى تأتى من الغرب وتؤثر فى الشـباب وعلاقاتهم بأسرهم تأثيرات سلبية؛ ولا طريق للتغلب عليها، والنجاة من تأثيراتها

التى تقوض العلاقات الحميمة، إلا بالتمسك بقيم الإسلام وتعاليمه؛ وتطبيق ما أمرتنا به آيات القرآن الكريم، وسنة الرسول العظيم صلى الله عليه وسلم من سلوكيات تحقق لنا سلامة الروح، وطمأنينة النفس، وجمال العلاقات فى الأسرة والمجتمع.

١٦ـ أهمية الكلمة كوسيلة لصيانة النفس الإنسانية

لم يهتم الإسلام بأفعال المسلم فحسب لكنه اهتم بأقواله، وبكل ما ينطق من كلمات، وذلك لما للكلمة من أثر عميق فى حياة الإنسان، وما لوقعها فى وجدانه ومشاعره.

والإنسان مسئول أمام الخالق سبحانه عن كلماته التى ينطق بها، فالمسلم يتحلى فى حديثه بالأقوال الطيبة، لا يشتم، ولا يلعن، ولا يكذب ولا ينافق، وتكون كلماته طيبة تأتى بثمار طيبة.

قال تعالى: ﴿ أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ ٱللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِى ٱلسَّمَآءِ ﴿٢٤﴾ تُؤْتِىٓ أُكُلَهَا كُلَّ حِينٍۭ بِإِذْنِ رَبِّهَا ۗ وَيَضْرِبُ ٱللَّهُ ٱلْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ﴿٢٥﴾ وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ ٱجْتُثَّتْ مِن فَوْقِ ٱلْأَرْضِ مَا لَهَا مِن قَرَارٍ ﴿٢٦﴾ يُثَبِّتُ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ بِٱلْقَوْلِ ٱلثَّابِتِ فِى ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا وَفِى ٱلْءَاخِرَةِ ۖ وَيُضِلُّ ٱللَّهُ ٱلظَّٰلِمِينَ ۚ وَيَفْعَلُ ٱللَّهُ مَا يَشَآءُ ﴾ (سورة إبراهيم – الآيات من ٢٤ : ٢٧).

إن الكلمة الطيبة لها آثارها الطيبة فى النفوس فهى كالدوحة مارقة الظلال عميقة الجذور، قال تعالى: ﴿ إِلَيْهِ يَصْعَدُ ٱلْكَلِمُ ٱلطَّيِّبُ وَٱلْعَمَلُ ٱلصَّٰلِحُ يَرْفَعُهُۥ ۚ ﴾ (سورة فاطر – الآية ١٠).

وحين يلتزم الإنسان بالصدق، والقول السديد تصلح أعماله، وتصفو نفسه، ويفوز برضا روحه، ورضا ربه.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَقُولُواْ قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾ يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَٰلَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴾ (سورة الأحزاب – الآيتان ٧٠، ٧١).

إن نفس الإنسان، تصفو وتهدأ حين يرتاح ضميره بالتزامه الصدق، وبالكلمة الطيبة؛ كما يرضى عنه ربه ويوفقه فى حياته وفى آخرته.

قال صلى الله عليه وسلم: (إن الرجل ليتكلم بالكلمة من رضوان الله تعالى ما يظن أن تبلغ ما بلغت يكتب الله عز وجل بها له رضوانه إلى يوم يلقاه).

وقال صلى الله عليه وسلم: (لا يستقيم إيمان عبد حتى يستقيم لسانه). والكلمة الطيبة تحقق لقائلها رضا واطمئنانا وراحة وقت نطقه لها.

١٧ـ اختيار الأصدقاء

ولم يدع التشريع الإسلامى سلوكا تصلح به حياة الإنسان، ويسهم فى صيانة نفسه وروحه، وصفاء حياته، وتيسير التزامه بنهج الله، إلا وضحه فى القرآن الكريم وحسن اختيار الأصدقاء من الأمور المهمة التى تؤثر فى توجه الإنسان والتزامه بالخير.

وربما وجه الأصدقاء إلى الشر والبعد عن الإسلام إذا أساء الإنسان اختيارهم. لذا نهانا الخالق سبحانه عن سوء اختيار الأصدقاء، قال سبحانه: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تَتَّخِذُواْ بِطَانَةً مِّن

دُونِكُمْ لَا يَأْلُونَكُمْ خَبَالًا وَدُّوا مَا عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ مِنْ أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ ۚ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ ۖ إِنْ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ ﴾ (سورة آل عمران – الآية ١١٨).

إن صحبة من يطيع الخالق تشجع على عمل الصالحات، والبعد عن المنكرات، لذا أمرنا الخالق سبحانه بصحبة الصالحين والابتعاد عن الغافلين عن ذكر الله؛ والعمل الصالح.

قال تعالى: ﴿ وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ ۖ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۖ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ (سورة الكهف – الآية ٢٨).

إن الصداقة التي تسعد روح الإنسان، وتسمو بنفسه، وتشعره بالطمأنينة والرضا، هي تلك الصداقة الجميلة التي تجمع بين إخوان متحابين في الله يتفقون على كلّ خير، ويعملون بتشريعات الخالق العظيم فيكونون مثل من قال عنهم الله سبحانه: ﴿ وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهِمُ الْأَنْهَارُ ۖ وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَٰذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ ۖ لَقَدْ جَاءَتْ رُسُلُ رَبِّنَا بِالْحَقِّ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٤٣).

والصداقة التي يدعو إليها الإسلام تجعل المسلم سعيدا بعيدا عن الضيق، والحزن. فهو يثق أن لديه من الأصدقاء من يهتمون بأمره ويخلصون له مثل من قال تعالى عنهم: ﴿ وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزَنَ ۖ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ ﴾ (سورة فاطر الآية ٣٤).

إن اختيار الصداقة الجميلة تملأ القلوب بالثقة، والنفوس بالود والسعادة وتساهم في ابعاد الحزن عن الإنسان.

١٨ـ الأخوة

والإسلام يهتم بصيانة النفس الإنسانية، وسعادتها، وحياتها فى مجتمع تشيع فيه روح (الأخوة)، والمحبة الصادقة التى تعمر وجدان الإنسان، وتثرى الحياة وتحفز الجماعة إلى كل عمل بناء.

إن الأخوة النبيلة، والمحبة العظيمة التى تحث عليها تعاليم الإسلام، تضمن سعادة النفس. قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِۦ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ ﴿١٠٢﴾ وَٱعْتَصِمُواْ بِحَبْلِ ٱللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُواْ وَٱذْكُرُواْ نِعْمَتَ ٱللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنتُمْ أَعْدَآءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُم بِنِعْمَتِهِۦٓ إِخْوَٰنًا وَكُنتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِّنَ ٱلنَّارِ فَأَنقَذَكُم مِّنْهَا كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ ٱللَّهُ لَكُمْ ءَايَٰتِهِۦ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ ﴾ (سورة آل عمران – الآيتان ١٠٢، ١٠٣).

فالأخوة التى يدعو إليها الإسلام تحقق للبشر باجتماعهم على حب الخالق سبحانه والعمل بتعاليمه كل مشاعر الصفاء والإخاء، وتبعد عن نفوسهم كل الضغائن والبغضاء.

قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلْمُتَّقِينَ فِى جَنَّٰتٍ وَعُيُونٍ ﴿٤٥﴾ ٱدْخُلُوهَا بِسَلَٰمٍ ءَامِنِينَ ﴿٤٦﴾ وَنَزَعْنَا مَا فِى صُدُورِهِم مِّنْ غِلٍّ إِخْوَٰنًا عَلَىٰ سُرُرٍ مُّتَقَٰبِلِينَ ﴿٤٧﴾ لَا يَمَسُّهُمْ فِيهَا نَصَبٌ وَمَا هُم مِّنْهَا بِمُخْرَجِينَ ﴾ (سورة الحجر – الآيات: من ٤٨ : ٤٥).

وتتحقق مشاعر الرحمة والأخوة، والمحبة بين أفراد الأسرة، وأفراد المجتمع، إذا ما التزموا بشرائع الإسلام؛ فهو دين ودنيا، عقيدة وسلوك، لم يترك علاقة بين البشر إلا وضحها بما يضمن صيانة النفس الإنسانية وسموها، وبعدها عن الشر.

١٩ـ الوسطية والاعتدال

ومن السلوكيات التى أراد الإسلام أن ينتهجها المسلم فتسهم فى صيانة روحه وسعادة نفسه (الاعتدال) فى كل شىء، لا إسراف، ولا بخل.

يقول عز وجل عن البخيل: ﴿ وَأَمَّا مَنۢ بَخِلَ وَٱسْتَغْنَىٰ ۝٨ وَكَذَّبَ بِٱلْحُسْنَىٰ ۝٩ فَسَنُيَسِّرُهُۥ لِلْعُسْرَىٰ ۝١٠ وَمَا يُغْنِى عَنْهُ مَالُهُۥٓ إِذَا تَرَدَّىٰٓ ﴾ (سورة الليل – الآيات ٨: ١١).

ولا شك أن سلوك الاعتدال فى (الإنفاق) يحقق التوازن فى حياة الإنسان، وصيانة روحه وإبعاده عن كل ما يؤلم.

قال تعالى: ﴿ وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ ٱلْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا ۝٢٩ إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ ٱلرِّزْقَ لِمَن يَشَآءُ وَيَقْدِرُ ۚ إِنَّهُۥ كَانَ بِعِبَادِهِۦ خَبِيرًۢا بَصِيرًا ﴾ (سورة الإسراء – الآيتان ٢٩، ٣٠) وينهاه عن الإسراف فى الطعام، قال تعالى: ﴿ وَكُلُوا۟ وَٱشْرَبُوا۟ وَلَا تُسْرِفُوٓا۟ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ٣١).

وقد أكدت أحدث الاكتشافات الطبية، علاجا جديدا لكثير من الأمراض عن طريق الغذاء كما، ونوعا.

وسبق القرآن الكريم كل الاكتشافات فى توجيه الإنسان إلى كلّ ما يضمن له السعادة، والرضا والصحة البدنية والنفسية.

٢٠ـ عدم إيذاء الغير

ومما يؤكد اهتمام الإسلام بصيانة النفس الإنسانية، والمحافظة على حياة الإنسان فى عالم تسوده المحبة، وتخيم عليه الطمأنينة والسكينة، وتتميز العلاقات بين أفراد مجتمعه بالمحبة والتكافل.

وقد حرم الإسلام ايذاء الغير:

قال تعالى: ﴿ ۞ قَوْلٌ مَّعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِّن صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَآ أَذًى ۗ وَٱللَّهُ غَنِىٌّ حَلِيمٌ ﴾ (سورة البقرة – الآية ٢٦٣).

وقد أمر الله سبحانه بالابتعاد عن الأذى حتى إذا قدم الإنسان الإحسان مقترنا بإيذاء شعور من أحسن إليه، أبطل الأذى الإحسان.

إن الإسلام بما يدعو إليه من (عدم إيذاء الغير) يؤكد تناسب قيمه مع الفطرة البشرية السليمة التى تأنف من التعرض للغير بأذى يؤلم النفس، أو البدن، أو المال.

ومن حكم الإسلام التى تؤكد اهتمامه بصيانة النفس والبدن والروح، حكمته الواضحة فى تحريم كل ما هو خبيث ضار لروح الإنسان، وجسده وحياته وتحليله لكل ما هو طيب.

فالتحريم ليس لمجرد التحريم، والتحليل ليس لمجرد التحليل. إن التحليل جاء لكل ما يمنح الإنسان صحة فى نفسه وصحته، وروحه، وحياته، وعلاقاته بغيره.

والتحريم جاء لكل ما يحمل الضرر للإنسان فى نفسه وروحه وصحته وحياته، وعلاقاته بمجتمعه.

قال تعالى: ﴿ ٱلَّذِينَ يَتَّبِعُونَ ٱلرَّسُولَ ٱلنَّبِىَّ ٱلْأُمِّىَّ ٱلَّذِى يَجِدُونَهُۥ مَكْتُوبًا عِندَهُمْ فِى ٱلتَّوْرَىٰةِ وَٱلْإِنجِيلِ يَأْمُرُهُم بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَىٰهُمْ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ ٱلْخَبَٰٓئِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَٱلْأَغْلَٰلَ ٱلَّتِى كَانَتْ عَلَيْهِمْ ۚ فَٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ بِهِۦ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَٱتَّبَعُوا۟ ٱلنُّورَ ٱلَّذِىٓ أُنزِلَ مَعَهُۥٓ ۙ أُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُفْلِحُونَ ﴾ (سورة الأعراف – الآية ١٥٧).

والإسلام حين يحرم إمعان النظر إلى ما لدى الغير دون حياء أو فى حسد، أو فى شهوة فهو يبتعد بالإنسان عن مواطن الشهوة، والحسد أو الحقد، والغيرة التى تتعب النفس وتؤلم الروح، وهو بهذا يبث روح (الترفع) والرضا التى تؤدى إلى صيانة الروح الإنسانية وإزكائها.

فيقول سبحانه: ﴿ قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴾ (سورة النور – الآية ٣٠).

والإسلام حين يحرم (القتل) فهو يحفظ النفس البشرية ويصونها، ويجرم قاتلها ويتوعده بالنار مصيرا، قال تعالى: ﴿ مَن قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا وَلَقَدْ جَاءَتْهُمْ رُسُلُنَا بِالْبَيِّنَاتِ ثُمَّ إِنَّ كَثِيرًا مِّنْهُم بَعْدَ ذَٰلِكَ فِي الْأَرْضِ لَمُسْرِفُونَ ﴾ (سورة المائدة – الآية ٣٢).

وقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَن تَكُونَ تِجَارَةً عَن تَرَاضٍ مِّنكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا وَكَانَ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا ﴾ (سورة النساء – الآيتان ٢٩، ٣٠).

وحرم الخالق سبحانه (القمار) لأنه عدوان على حقوق الإنسان، يحدث لدى الطرفين ألما وحزنا كنتيجة طبيعية لأخذ أحدهما ما يملك الآخر، كما يضيع وقته، ويخرب حياته، وعلاقته بأسرته وأحبائه.

وتحريم (الزنى) أيضا يضمن صيانة النفوس، والأرواح والأعراض، وإزاحة الفوضى عن المجتمع، حتى لا تختلط الأنساب، وتكثر الجرائم والنزاعات.

وفـى تحريـم الإسـلام أكل أموال اليتامـى ظلما، حفـظ للنفوس، وللعلاقات الطيبة الحميمة بين البشر. قال تعالى: ﴿إِنَّ ٱلَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَٰلَ ٱلْيَتَٰمَىٰ ظُلْمًا إِنَّمَا يَأْكُلُونَ فِى بُطُونِهِمْ نَارًا ۖ وَسَيَصْلَوْنَ سَعِيرًا﴾ (سورة النساء – الآية ١٠).

كمـا أن تحريـم أكل أموال النـاس بالباطل، يؤكد عظمة الإسـلام وحكمته فى الحفاظ على العلاقات الطيبة بين الناس فى تعاملاتهم.

قـال تعـالى: ﴿وَلَا تَأْكُلُوٓا۟ أَمْوَٰلَكُم بَيْنَكُم بِٱلْبَٰطِلِ وَتُدْلُوا۟ بِهَآ إِلَى ٱلْحُكَّامِ لِتَأْكُلُوا۟ فَرِيقًا مِّنْ أَمْوَٰلِ ٱلنَّاسِ بِٱلْإِثْمِ وَأَنتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ (سورة البقرة – الآية ١٨٨).

وحرم الإسـلام (الربا) ولا شك أن هذا التحريم هام وضرورى لإشاعة المودة والمحبة بين المحتاج والقادر الذى يمنح قرضا، ويسـترده، أكثر ممـا أعطاه ولا شـك أن هذا التحريم يزيح عن النفوس مشـاعر الحقد، والألم، والحزن. ويعمل على إشاعة روح الود، والتراحم ، والتكافل بين البشر.

وصـور (القرآن الكريم) بشـاعة (الربا) فـى قوله تعالى: ﴿ٱلَّذِينَ يَأْكُلُونَ ٱلرِّبَوٰا۟ لَا يَقُومُونَ إِلَّا كَمَا يَقُومُ ٱلَّذِى يَتَخَبَّطُهُ ٱلشَّيْطَٰنُ مِنَ ٱلْمَسِّ ۚ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَالُوٓا۟ إِنَّمَا ٱلْبَيْعُ مِثْلُ ٱلرِّبَوٰا۟ ۗ وَأَحَلَّ ٱللَّهُ ٱلْبَيْعَ وَحَرَّمَ ٱلرِّبَوٰا۟ ۚ فَمَن جَآءَهُۥ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّهِۦ فَٱنتَهَىٰ فَلَهُۥ مَا سَلَفَ وَأَمْرُهُۥٓ إِلَى ٱللَّهِ ۖ وَمَنْ عَادَ فَأُو۟لَٰٓئِكَ أَصْحَٰبُ ٱلنَّارِ ۖ هُمْ فِيهَا خَٰلِدُونَ﴾ (سورة البقرة – الآية ٢٧٥).

وعن تحريم الإسلام لأنواع من المأكولات، والمشروبات أكدت الأبحاث الطبية والعلمية على مدى الزمن أن كل هذه الأنواع لها تأثير سىء كبير على صحة الإنسان وعلى حياته كلها؛ وهكذا يتأكد لنا دائما أن الإسلام

يهتم بصيانة نفس الإنسان وروحه وصحته وحياته كلها وجهاد نفسه حتى تلتزم بكل ما يحقق صيانتها ويضمن سعادتها.

وهذه الآيات القرآنية الكريمة التى تعبر عن حكمة الخالق سبحانه فى خلقه لعباده وعلمه بطبيعتهم التى خلقها عليهم، وبما يناسبها ويصونها، ويزكيها.

يقول تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِنَّمَا ٱلْخَمْرُ وَٱلْمَيْسِرُ وَٱلْأَنصَابُ وَٱلْأَزْلَٰمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ ٱلشَّيْطَٰنِ فَٱجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ (سورة المائدة – الآية ٩٠).

ومن المأكولات التى حرم الله سبحانه وتعالى أكلها وأثبتت الاكتشافات العلمية فى عصرنا هذا أثرها الضار جدا على صحة الإنسان قال عز وجل: ﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةَ وَٱلدَّمَ وَلَحْمَ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ لِغَيْرِ ٱللَّهِ بِهِۦ ۖ فَمَنِ ٱضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾. (سورة النحل – الآية ١١٥).

ولا يهتم الإسلام بصيانة نفس المسلم وصحته فحسب بتحريم أو تحليل أنواع من الأطعمة والأشربة وإنما يعنى أيضا بسلوك الإنسان وطريقة مأكله ومشربه بما يؤكد الدقة فى الاهتمام بصحته ونفسه.

٢١ـ الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر

ومن السلوكيات الجميلة، التى يأمر القرآن الكريم بالعمل بها، لينعم بالرحمة من الخالق سبحانه (الأمر بالمعروف، والنهى عن المنكر) إذ يرقى هذا السلوك بصاحبه حتى يستطيع التأثير فى غيره، وفى توجيههم إلى الخير.

قال تعالى: ﴿ وَٱلْمُؤْمِنُونَ وَٱلْمُؤْمِنَٰتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَآءُ بَعْضٍ ۚ يَأْمُرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَيُقِيمُونَ ٱلصَّلَوٰةَ وَيُؤْتُونَ ٱلزَّكَوٰةَ

وَيُطِيعُونَ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥٓ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ ٱللَّهُ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ [سورة التوبة الآية ٧١].

ومما يؤكد أهمية ومكانة هذا الخلق، أن الله تعالى ذكره مقرونا بالإيمان به سبحانه، كما جعله سمة منحها للمسلمين لتجعلهم خير أمة أخرجت للناس.

قال تعالى: ﴿ كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِٱللَّهِ ﴾ [سورة آل عمران الآية ١١٠].

وقد وصف سبحانه القائمين بالأمر بالمعروف والنهى عن المنكر بأنهم المفلحون. قال تعالى: ﴿ وَلْتَكُن مِّنكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى ٱلْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ ۚ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُفْلِحُونَ ﴾ [سورة آل عمران الآية ١٠٤].

وقد احتل سلوك الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر هذه المنزلة العظيمة من السلوكيات التى حثنا عليها القرآن الكريم ليكون الإنسان قدوة طيبة لغيره، وينصح أخاه المقصر نصيحة مخلصة سمحة حتى يصل الجميع إلى المنزلة السامية الوضيئة التى يريدها الإسلام للمسلمين.

وبهذا ينتشر الخير بين أفراد المجتمع، ويتحقق الترابط وتسود المحبة، حيث يجد المقصر، أو المخطئ من ينصحه بموده ومحبة، وإذا كان الخطأ أو التقصير نتيجة جهل بأمور الدين، أو أمور الدنيا وجد من ينصره، وإذا كان عن عمد، وجد من يحذره من عقاب ربه، ويذكره، فيتحقق الأمان، والطمأنينة فى علاقات الأفراد، فى الأسرة، وفى المجتمع.

وتتأكد صيانة النفوس الإنسانية وحمايتها من مشاعر البغضاء، والبعد بها عن الزلل وكل ما يؤدى إلى العداء، ومجاهدتها لتصل إلى الحق والنقاء.

وقد جعل الله تعالى الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر من مهام رسله الكرام عليهم الصلاة والسلام فقال فى صفة نبينا صلى الله عليه وسلم ﴿ ٱلَّذِينَ يَتَّبِعُونَ ٱلرَّسُولَ ٱلنَّبِيَّ ٱلْأُمِّيَّ ٱلَّذِى يَجِدُونَهُۥ مَكْتُوبًا عِندَهُمْ فِى ٱلتَّوْرَىٰةِ وَٱلْإِنجِيلِ يَأْمُرُهُم بِٱلْمَعْرُوفِ وَيَنْهَىٰهُمْ عَنِ ٱلْمُنكَرِ ﴾ [سورة الأعراف ١٥٧].

وأثنى الله تعالى على القائمين بالأمر بالمعروف والنهى عن المنكر قال: ﴿ ٱلتَّٰٓئِبُونَ ٱلْعَٰبِدُونَ ٱلْحَٰمِدُونَ ٱلسَّٰٓئِحُونَ ٱلرَّٰكِعُونَ ٱلسَّٰجِدُونَ ٱلْءَامِرُونَ بِٱلْمَعْرُوفِ وَٱلنَّاهُونَ عَنِ ٱلْمُنكَرِ وَٱلْحَٰفِظُونَ لِحُدُودِ ٱللَّهِ وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ ﴾ [سورة التوبة ١١٢].

كما أن الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر سبب للنصر وللتمكن فى الدنيا، وهذا ما يؤكد صيانة النفس ومجاهدتها وتحقيق العزة والكرامة لها. قال تعالى: ﴿ ٱلَّذِينَ إِن مَّكَّنَّٰهُمْ فِى ٱلْأَرْضِ أَقَامُوا۟ ٱلصَّلَوٰةَ وَءَاتَوُا۟ ٱلزَّكَوٰةَ وَأَمَرُوا۟ بِٱلْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا۟ عَنِ ٱلْمُنكَرِ ﴾ [سورة الحج الآية ٤١].

وهو سبب للنجاة فى الدنيا والآخرة؛ قال تعالى: ﴿ فَلَمَّا نَسُوا۟ مَا ذُكِّرُوا۟ بِهِۦٓ أَنجَيْنَا ٱلَّذِينَ يَنْهَوْنَ عَنِ ٱلسُّوٓءِ وَأَخَذْنَا ٱلَّذِينَ ظَلَمُوا۟ بِعَذَابٍۭ بَـِٔيسٍۭ ﴾ [سورة الأعراف الآية ١٦٥].

إن الإسلام دين المحبة، والسماحة، والرفق يهدف إلى تهيئة الجو الصالح الذى تنمو فيه الآداب الجميلة، والفضائل النبيلة، وتختفى

الآثام المدمرة، والرذائل المضللة حتى يعيش البشر حياة مليئة بالسعادة، والطمأنينة والرضا وصلاح النفوس والأرواح.

إن صيانة النفس الإنسانية ومجاهدتها وإلزامها بالحق هدف عظيم يحقق للإنسان التوازن بين حاجاته الدنيوية وأخلاقه، وقيمه التى يقتدى فيها بقيم الإسلام وعقائده، وعباداته، التى تسمو بروحه ونفسه.

٢٢ـ الدعاء وأهميته فى جهاد النفس وتقويمها

ومن السلوكيات التى أكد عليها الإسلام، لتحقيق صيانة نفس الإنسان، وروحه وإضفاء الهناءة، والاطمئنان على حياته تأكيد أهمية التجائه إلى ربه، والدعاء لخالقه فى كل وقت، وعند كل موقف يؤرقه. وقد وعد الخالق سبحانه باستجابة الدعاء.

قال تعالى: ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴾ [سورة البقرة الآية ١٨٦].

وتؤكد الآية الكريمة قرب الله سبحانه وتعالى من عباده المؤمنين، وسرعة إجابته دعوة السائلين.

وقال سبحانه: ﴿ أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ ﴾ [سورة النمل الآية ٦٢].

إن الإنسان حين يدعو ربه ينعم بشعور رائع نابع من التجائه إليه واطمئنانه بقربه منه وتوكله عليه.

كان الرسول صلى الله عليه وسلم، يدعو الله أن يزيل عنه الكرب والغم قائلا: (لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض رب العرش

العظيم)، ويقول أيضا (حسبى الله، لا إله إلا هو عليه توكلت وهو رب العرش العظيم).

وفى الآيات القرآنية أمثلة تشير إلى استجابة الله سبحانه لدعاء عباده منها هذه الآية الكريمة: ﴿ وَذَا النُّونِ إِذ ذَّهَبَ مُغَٰضِبًا فَظَنَّ أَن لَّن نَّقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَىٰ فِي الظُّلُمَٰتِ أَن لَّآ إِلَٰهَ إِلَّآ أَنتَ سُبْحَٰنَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّٰلِمِينَ ﴿٨٧﴾ فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ وَنَجَّيْنَٰهُ مِنَ الْغَمِّ ۚ وَكَذَٰلِكَ نُنجِي الْمُؤْمِنِينَ ﴾ [سورة الأنبياء الآيتان ٨٧، ٨٨].

ومما يؤكد أهمية الدعاء، وآثاره العميقة فى نفس الإنسان، هذه الآية الكريمة التى يؤكد فيها الخالق سبحانه استجابته لدعوة مخلوقاته. وذلك مما يمنح الإنسان حين يدعو ربه شعورا بالراحة والاطمئنان وأنه فى حماية ربه، ورحمته، مستمتعا بقدرته سبحانه على استجابة دعوته، وتحقيق رغبته قال تعالى: ﴿ ٱدْعُونِيٓ أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۚ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴾ [سورة غافر الآية ٦٠].

لقد أشارت الكثير من الآيات القرآنية إلى قرب الله تعالى من الإنسان ذلك القرب الذى يطمئنه ويشرح صدره ويمنحه الأمان وهدوء النفس.

ويؤكد الرسول صلى الله عليه وسلم فى حديثه عن ربه هذه المعانى: (أنا عند ظن عبدى بى، وأنا معه، إذا ذكرنى فى نفسه، ذكرته فى نفسى وإذا ذكرنى فى ملأ ذكرته فى ملأ خير منه، وإذا تقرب إلى شبرا تقربت إليه ذراعا، وإذا تقرب إلى ذراعا، تقربت إليه باعا، وإذا أتانى يمشى أتيته هرولة).

٢٣ـ الإيمان بالله

إن الإيمان بالله الخالق سبحانه، يملأ النفس البشرية بالسعادة، ويزكى الروح ويطهرها، ويجعل الإنسان متمتعا بالحياة الطيبة السعيدة.

لذلك كان على الإنسان مجاهدة نفسه وإزكاء روحه للوصول بها إلى الدرجة الرفيعة فيكون أهلا لرضا الخالق سبحانه وتعالى وحسن جزائه لعمله الصالح.

قال تعالى: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴾ [سورة النحل الآية ٩٧].

فالإيمان بالخالق سبحانه وبأنه لا إله إلا الله يحقق استقرار النفس، وثبات القلب، وطهارة الضمير، والصبر أمام أحداث الحياة، وسكينة الروح عند وقع القضاء، والرضا فى كل الأحوال لأن الإنسان المؤمن الذى رضا بالله ربا وبالإسلام دينا، وبمحمد صلى الله عليه وسلم نبيا ورسولا، قد استقرت نفسه ولم تتنازعها الأهواء والصراعات، فتحقق لها الهدوء والأمان.

أما من يفتقدون الإيمان ويبتعدون عن منهج الله فهم كما صورتهم الآية الكريمة:

﴿ وَنُقَلِّبُ أَفْـِٔدَتَهُمْ وَأَبْصَٰرَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا۟ بِهِۦٓ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَنَذَرُهُمْ فِى طُغْيَٰنِهِمْ يَعْمَهُونَ ﴾ [سورة الأنعام الآية ١١٠].

٢٤ـ إبعاد النفس عن الحزن

الإسلام يشرح صدر الإنسان ويبعد عنه القلق، والحزن، ومن مجاهدة الإنسان لنفسه إبعادها عن مشاعر القلق والحزن، ويكفيه الشعور بنعم الله عليه لينشرح صدره.

قال تعالى: ﴿أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ﴾ [سورة الشرح الآية ١].

إن الله سبحانه وتعالى يقدم فى هذه الآية الكريمة حكما عاما لكل من يحب الحق، ويسلك طريق الهدى إليه.

فهو سبحانه يشرح صدر الإنسان الذى يذكره: ﴿فَمَن يُرِدِ اللَّهُ أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ﴾ [سورة الأنعام الآية ١٢٥].

وقال تعالى: ﴿أَفَمَن شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ فَوَيْلٌ لِّلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُم مِّن ذِكْرِ اللَّهِ﴾ [سورة الزمر ٢٢].

والمؤمن يشعر بالسعادة والرضا والأمان فى تفويضه الأمر إلى الله، وتوكله عليه، وثقته بوعده، ورضاه بقضائه، وأمله فى رحمته، قال تعالى: ﴿فَانقَلَبُوا بِنِعْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوءٌ وَاتَّبَعُوا رِضْوَانَ اللَّهِ وَاللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ﴾ [سورة آل عمران ١٧٤].

وقال تعالى: ﴿وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ﴾ [سورة المائدة الآية ٢٣].

وينهى الإسلام عن الحزن.

قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾. [سورة آل عمران الآية ١٣٩]

وقال سبحانه: ﴿وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ﴾.[سورة النمل الآية ٧٠]

وقال تعالى: ﴿لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا﴾. [التوبة ٤٠]

ونفى الحزن عن المؤمنين فقال سبحانه:

﴿فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ البقرة (٣٨، ٦٢، ١١٢.....)

فالحزن له آثاره السيئة على نفسية الإنسان وصحته، والإسلام لحرصه على صيانة نفس الإنسان حرص على التحذير من الحزن.

وقد حذر القرآن الكريم من عمل الشيطان ونجواه للإنسان حتى يحزن.

قال تعالى: ﴿ إِنَّمَا ٱلنَّجْوَىٰ مِنَ ٱلشَّيْطَٰنِ لِيَحْزُنَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ﴾. [المجادلة ١٠]

وصور أهل الجنة فى فرحهم بذهاب الحزن الذى كان يصيبهم فى الدنيا فى قوله تعالى: ﴿ وَقَالُوا۟ ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ ٱلَّذِىٓ أَذْهَبَ عَنَّا ٱلْحَزَنَ ﴾. [خاطر ٣٤].

الحزن غير محبوب ولا مرغوب، وقد استعاذ منه النبى صلى الله عليه وسلم فقال: (اللهم إنى أعوذ بك من الهم والحزن).

وقد أثبتت الدراسات العلمية المعاصرة الآثار السيئة للحزن والقلق على نفسية الإنسان، وصحته وحياته، ويكفى الإسلام عظمة أنه سبق كل اكتشافات العلوم فى التنبيه إلى كل ما يضمن للإنسان السعادة، والسكينة وهدوء البال، وإلى كل ما يبعد به عن الحزن والقلق، وسوء الحال.

والإسلام يحث المسلم على السير والترحال فى الأرض الواسعة، والنظر فى كتاب الكون المفتوح، ليتأمل الجمال والإبداع الذى أبدعه الخالق، من حدائق ذات بهجة ورياض، وجبال، وأودية، وأشجار، ومياه وبحار، وورد، وطيور، وتلال، وجداول، وخمائل.

هذا السير والتأمل يوصى به الأطباء فى عصرنا الحاضر، ففيه رياضة للجسم، وللروح.

ونجد الآيات القرآنية الكريمة وقد سبقت كل علوم الطب فى الحث على السير فى أرض الله الواسعة وتأمل خلق السماوات والأرض.

قال تعالى: ﴿ وَيَتَفَكَّرُونَ فِى خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا بَٰطِلًا سُبْحَٰنَكَ ﴾. (آل عمران ١٩١)

٢٥ـ الصـــلاة

والصلاة .. من العبادات التى تســاعد فى مجاهدة الإنســان لنفسه، وحين نلاحظ ما تحدثه الصلاة من آثار إيجابية على نفســية الإنســان؛ نــدرك الحكمة العظيمة للخالق ســبحانه فى فرضها على المســلم ونقدر عظمة الإسلام فى عنايته بالإنسان وصيانة نفسه وروحه.

فالإنســان إذا عانى من مشــاعر حزن أو خوف أو اكتئاب.. ثم قام للصلاة.. ذهبت عنه هذه المشاعر السلبية جميعها.

وقــد أكد القرآن الكريم هذه الحقيقة فى قوله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱسْتَعِينُواْ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ ﴾. (البقرة ١٥٣).

وكان الرسول صلى الله عليه وسلم إذا أهمه أمر قال: (أرحنا بالصلاة يا بلال) فكانت سعادته وأمنه، وراحته، وهدوء نفسه.

وكان الســلف من الصالحين إذا عانوا ضيقــا فزعوا إلى الصلاة حتى تعود إليهم السكينة وهدوء الخاطر.

وفرضت صلاة الخوف لتؤدى ساعة الحروب حتى تهدأ النفوس.

ولاشــك أننا إذا لاحظنا الداخلين إلى المســاجد للصلاة أو الخارجين منها، نجد ملامحهم الهادئة، ومظهرهم المريح، وبشاشاتهم الجميلة.

وفــى المؤتمرات التى قدمت أبحاثا علميــة رأينا كيف أكد كثير من العلماء بالتجارب العملية، وبالأبحاث الأكاديمية.

وقد اتفق الإعجاز العلمى فى القرآن الكريم والســنة النبوية الشريفة، مع ما جاء بالأبحاث من آثار رائعة لكل العبادات عامة ومنها الصلاة على صحة الإنسان الجسدية والروحية وعلى علاجه وشفائه من الأمراض.

إن الصلاة كعبادة تمنح الإنسان شعورا بالراحة، والسكينة، والإرادة والقـوة فهو يستشـعر وهو يصلى بتلك الصلة العظيمـة بينه وبين ربه، وتكون الصلاة بردا وسـلاما على قلبه ونفسه. فالصلاة دعاء من الأعماق يتوجه به إلى خالقه قائلا (إهدنا الصراط المسـتقيم، صراط الذين أنعمت عليهـم غير المغضوب عليهم ولا الضالين آمين) فى سـورة الفاتحة التى يقرأها فى كل ركعة، فيشـعر بهدوء نفسـه وراحة باله. وحين ينتهى من الصلاة يشـعر أنـه ألقى بكل همومـه وآلامه وآمالـه وأمنياته لدى الخالق سبحانه القادر على العون والإجابة لكل مطلب للإنسان العابد، الذى يذكره ويدعوه فيسـتجيب قال تعالى: ﴿ بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُۥ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُۥٓ أَجْرُهُۥ عِندَ رَبِّهِۦ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [سورة البقرة الآية ١١٢].

الخاتمة

حاولت فى هذا الكتاب تقديم صورة موجزة لكل من الجهاد الأصغر، وما يحققه من سعادة الإنسان، والجهاد الأكبر وما يضمنه الإنسان من سعادة فى الدنيا والآخرة.

وفى عرضى الجهاد الأكبر حاولت تلخيص بعض القيم السلوكية التى تحقق هذه الغاية وهناك كثير من القيم الأخرى التى يمكن أن ينتهجها الإنسان لكن حسب أن قد قدمت هذه النماذج ملخصة فى:

جهاد النفس وإلزامها وتعويدها على كل ما يضم صيانتها بتحقيق مشاعر السكينة لها. تلك السكينة التى تعمر القلب وتمنح الإنسان قوة، وتفاؤلا، وهدوء بال، واستبشار، وثقة بالنفس وبالخالق سبحانه.

وتلاوة القرآن الكريم تشفى النفس، وتسعد الروح وتذهب الحزن، وتسر الخاطر، وتطمئن القلب وتشيع السكينة، وهذه المشاعر كلها يمكن أن تجتمع فيما نسميه سكينة النفس.

إن قراءة القرآن الكريم ترسخ شعور السكينة والطمأنينة فى النفس، خاصة إذا أتلى بإمعان وحضور قلب. قال تعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ قَدْ جَآءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِى ٱلصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ [سورة يونس ٥٧].

ومما يحدث سكينة النفس (تقوى الله وطاعته) فلا يمكن أن تتحقق السكينة سوى للمسلمين الأتقياء فلا يمنحها الله سبحانه لأولئك الذين ختم الله على قلوبهم وعلىٰ سمعهم، وعلى أبصارهم غشاوة.

قال تعالى: ﴿ هُوَ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ ٱلسَّكِينَةَ فِى قُلُوبِ ٱلْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوٓا۟ إِيمَٰنًا مَّعَ إِيمَٰنِهِمْ ﴾. (الفتح ٤)

إن السكينة تملأ قلب من يتقى الله سبحانه ويطيع أوامره ويعمل الصالحات ويعبد الله بإيمان خالص ويتقى محارمه فيكون ممن قال عنهم الله تعالى: ﴿ لَهُمُ ٱلْبُشْرَىٰ فِى ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا وَفِى ٱلْءَاخِرَةِ ۚ لَا تَبْدِيلَ لِكَلِمَٰتِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ هُوَ ٱلْفَوْزُ ٱلْعَظِيمُ ﴾ [سورة يونس الآية ٦٤].

إن المؤمن وحده هو الذى يتقى أثر المصائب على نفسه فيصونه إيمانه ويحفظ نفسه، ويطمئن إلى قدرته سبحانه ورعايته لعباده، فيهتدى قلبه إلى الرضا بقضائه والتسليم بما لا حيلة له فيه فهو يثق أن الله سبحانه هو النافع وهو الضار.. فيظل متمسكا بسكينة النفس ويسلم أمره لله.

قال تعالى: ﴿ مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۗ وَمَن يُؤْمِنۢ بِٱللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُۥ ۚ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَىْءٍ عَلِيمٌ ﴾ [سورة التغابن الآية ١١].

وتتحقق السكينة لنفس الإنسان حين يصبر على مواجهة متاعب الحياة، قال تعالى: ﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَىْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾ [سورة البقرة الآية ١٥٥].

والتحلى بالصبر، يجعل المؤمن متحليا بالسكينة والطمأنينة لأنه اهتدى إلى الطريق الصحيح الذى يجب على الإنسان أن يسلكه عند حلول المصائب فهو بالصبر يملك (سكينة النفس) و(صيانة النفس) فيشعر أن ما أصابه ابتلاء فترتاح نفسه، ويطمئن قلبه.

قال تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾. (البقرة ١٥٣)

والدعاء من أهم المقومات التى تمكن الإنسان من الاستمتاع بشعور السكينة.

فالمسلم يستشعر قرب ربه منه، وأنه سبحانه يستجيب لدعوة الداع المؤمن به، المستجيب لأوامره يفزع إليه داعيا أن يزيل ما به من هم أو كرب فتملأ السكينة قلبه، وتصلح نفسه، وتتوازن مشاعره حين يلجأ إلى (الدعاء) ويثق باستجابة الله له. قال تعالى: ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴾ [سورة البقرة الآية ١٨٦].

الإيمان بالله سبحانه وتعالى والإيمان بقضاء الله وقدره من المقومات الأساسية التى تحقق لنفس الإنسان التوازن، والسمو، والسكينة.

قال تعالى: ﴿ قُل لَّا أَمْلِكُ لِنَفْسِي نَفْعًا وَلَا ضَرًّا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ وَلَوْ كُنتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لَاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَمَا مَسَّنِيَ السُّوءُ ﴾ [سورة الأعراف الآية ١٨٨].

إن فهم وتأمل هذه الآية الكريمة يزيد المؤمن شعورا بالسكينة والطمأنينة، ويذهب عنه الحزن والقلق. ويحقق لنفسه وروحه الصيانة، والاستقرار، فهو يؤمن أن كل ما أصابه مكتوب فتهدأ روحه، وترتاح نفسه، ويشعر بالسكينة، ويذكر دوما أن الله هو مولاه، وأنه يجب عليه أن يتوكل عليه ويركن إلى لطفه فى قضائه، وإلى حكمته فى أفعاله، فتطيب نفسه، ويهدأ باله.

ومن عوامل تحلى الإنسان بسكينة النفس وهدوئها وراحتها، وصيانتها (المحافظة على النعمة).

قال تعالى: ﴿ ذَٰلِكَ بِأَنَّ ٱللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ ۙ وَأَنَّ ٱللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ [سورة الأنفال الآية ٥٣].

إن على الإنسان المحافظة على (نعم الله) ليظل الاطمئنان وتظل السكينة، ملء النفوس.

كما أن (إيمان الإنسان بحكم الله وابتلائه وامتحانه) عامل مهم من عوامل سكينة النفس.

فالله سبحانه له إرادة وحكمة فى تفاوت درجات الناس وفى أرزاقهم والإيمان بهذه الحقيقة يمنح الإنسان سكينة النفس، وهدوء الخاطر.

قال تعالى: ﴿ ٱنظُرْ كَيْفَ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ ۚ وَلَلْـَٔاخِرَةُ أَكْبَرُ دَرَجَٰتٍ وَأَكْبَرُ تَفْضِيلًا ﴾[سورة الإسراء الآية ٢١].

وقال تعالى: ﴿ إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ ٱلرِّزْقَ لِمَن يَشَآءُ وَيَقْدِرُ ۚ إِنَّهُۥ كَانَ بِعِبَادِهِۦ خَبِيرًۢا بَصِيرًا ﴾ [سورة الإسراء الآية ٣٠].

وتتفاوت حظوظ البشر فى الخلق الجسمانى، والخلق النفسى، وفى المواهب، وفى الأرزاق.

أما التفاوت فى الدرجات فى الآخرة فهو أكبر وأعظم والله خبير بعباده، بصير بمن يستحق أن يكون ذا حظ عظيم فى الرزق، ومن يكون رزقه محدودا. وهو دائما عادل فى توزيع نعمه على عباده، ليبتليهم، ويختبرهم، ومن هنا فإن من أسس الشعور بالطمأنينة والسكينة: (الإيمان بالابتلاء والامتحان من الله سبحانه وتعالى لعباده).

قال تعالى: ﴿ أَمْ حَسِبْتُمْ أَن تَدْخُلُوا۟ ٱلْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُم مَّثَلُ ٱلَّذِينَ خَلَوْا۟ مِن قَبْلِكُم ۖ مَّسَّتْهُمُ ٱلْبَأْسَآءُ وَٱلضَّرَّآءُ وَزُلْزِلُوا۟ حَتَّىٰ يَقُولَ ٱلرَّسُولُ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَعَهُۥ

مَتَىٰ نَصْرُ ٱللَّهِ ۗ أَلَآ إِنَّ نَصْرَ ٱللَّهِ قَرِيبٌ ﴾ [سورة البقرة الآية ٢١٤].

وكثيرا ما يستبطئ الداعون إلى الله النصر حتى ليتساءل بعضهم (متى النصر يا رب؟) لكن نصر الله قريب والإيمان بكل هذا يبعث الطمأنينة فى النفس ويدعو إلى التفاؤل فى انتظار زوال الهم والكدر إن حلاوة السكينة والأنس بالقرآن الكريم ترد فى كثير من الآيات القرآنية.

قال تعالى: ﴿ فَأَنزَلَ ٱللَّهُ سَكِينَتَهُۥ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُۥ بِجُنُودٍ لَّمْ تَرَوْهَا ﴾. (التوبة ٤٠) والقرآن الكريم كله جالب للطمأنينة فى النفس، وباعث على هدوء البال وصيانة النفس إن صيانة النفس الإنسانية تنبع من القلب وسكينة النفس، مقرها القلب، والمسلم حين يقرأ القرآن الكريم ويتدبر آياته الكريمة يستمد منها السكينة وهدوء البال.. فما أحوجنا فى زماننا الملىء بما يؤدى إلى التوتر والقلق إلى تلك (السكينة) الجميلة التى تملأ النفس قوة وثقة من خلال تدبر القرآن الكريم، وتقوى الله وطاعته، والتحلى بالصبر، والتوجه إلى الخالق سبحانه بالدعاء والإيمان بقضاء الله وقدره، والمحافظة على نعم الله الكثيرة التى حبانا بها، والتمسك بالظفر بالنجاح فى مواقف ابتلاء الخالق سبحانه لنا.

تم بحمد الله

المصادر والمراجع

أحمد بهجت: مقالات- صندوق الدنيا- جريدة الأهرام القاهرية - نوفمبر ٢٠٠٨.

محمد عبد الله عنان: مواقف حاسمة فى تاريخ الإسلام- الهيئة المصرية العامة للكتاب ١٩٩٧.

د. أحمد شلبى: الإسلام والقتال جـ١٣- الهيئة المصرية العامة للكتاب.

د. أحمد شلبى: من السيرة النبوية المعطرة- الهيئة المصرية العامة للكتاب.

ابن الجوزى: سيرة عمر بن الخطاب.

ابن خلدون: الجزء الثانى.

الترمذى: فضائل الجهاد.

محمد أبو زهرة: نظرية الحرب فى الإسلام...

أنور الجندى: عالمية الإسلام- دار المعارف سلسلة اقرأ ١٩٧٧.

أحمد محمد الحوفى: سماحة الإسلام- الهيئة المصرية العامة للكتاب.

د. محمود حمدى زقزوق: هموم الأمة الإسلامية- الهيئة المصرية العامة للكتاب٢٠٠١.

مسند الإمام أحمد بن حنبل: جـ٥- المكتب الإسلامى للطباعة والنشر- بيروت.

د. محمد عمارة: الحضارات العالمية تدافع أم صراع- مطبعة نهضة مصر للطباعة ١٩٩٨.

عباس العقاد: عبقرية محمد- نهضة مصر ١٩٧٧.

عباس العقاد: حقائق الإسلام. وأباطيل خصُومه - الهيئة المصرية العامة للكتاب سنة ١٩٩٩

سعيد حوى: الرسول ﷺ- مكتبة وهبة.

د. عبد الصبور مرزوق: معجم الأعلام والموضوعيات فى القرآن الكريم جـ١- الهيئة المصرية العامة للكتاب.

ابن هشام: من السيرة النبوية- الهيئة المصرية العامة للكتاب.

السيد يوسف الجمل: الشجرة الزكية فى الأنساب وسيرة آل بيت النبوة.

ايتيين دينيه: محمد رسول الله- ترجمة د.عبد الحليم محمود، وابنه محمد عبد الحليم محمود.

محمد فتح الله كولن: إعلاء كلمة الله أو الجهاد- دار النيل للطباعة والنشر.

محمد فريد وجدى: السيرة المحمدية تحت ضوء العلم والفلسفة.

محمد صالح بن عثيمين: الضياء اللامع من الخطب اللوامع ط٢- الرياض ١٤٠٠هـ.

د. أحمد شلبى: توجيهات كبيرة يقدمها الرسول- الهيئة المصرية العامة للكتاب ٢٠٠١.

ابن كثير. جـ٢.

سيرة ابن هشام.
طبقات بن سعد.
فهمى هويدى: الإسلام والديمقراطية- مركز الأهرام للترجمة والنشر- مؤسسة الأهرام ١٩٩٣.
رجب البنا: المنصفون للإسلام فى الغرب - دار المعارف ٢٠٠٥.
البخارى.
النسائى.
ابن ماجه.
سنن الترمذى.

obeikandl.com