



الإعجاز العلمي والنفسي في الفريضة

دراسة طبية ونفسية عن بيولوجيا الجهاز العصبي والسلوك أثناء الصوم

في نهايات الأعصاب، ولكي يستمر إفراز هذه المواد الهائلة والمستكنة والمزيلة لمشاعر الألم و الاكتئاب لابد أن يمر الإنسان بخبرات حمران ونوع من الم التحمل وأن يتمتع عن تناول المواد والعقاقير التي تثير البهجة وتخدر الألم خاصة الأفيون ومشقاته وبعض العقاقير المخدرة الحديثة.

يحتاج تعلم الصبر والإرادة إلى تدريبات وردت في كثير من دراسات علم النفس الحديثة .. ويمثل الصوم تدريباً يومياً منظماً يساعد الإنسان على تغيير أفكاره واتجاهاته وسلوكه بصورة عملية تطبيقية تشمل ضبط وتنظيم المراكز العصبية المسؤولة عن تنظيم الإحساسات البيولوجية والغرائز من طعام وجنس، وايضاً الدوائر العصبية والشبكات الترابطية الأحدث التي تشمل التخيل والتفكير وتوجيه السلوك.

يساعد الصوم على حدوث تفكك نوعي في الحبل النسيجي Mental Mechanisms وهي حبل وأساليب لا شعورية يلجأ إليها الفرد لتشويه ومسح الحقيقة التي لا يريد أن يطلعا أو يواجهها بصديق، وذلك حتى يتخلص من المسؤولية ومن حالة التوتر والقلق الناتجة عن رؤية الواقع الذي يهدد أمته النفسية واحترامه ذاته.. فهي مثل الأكاذيب التي بلغت درجة التصديق والعباشة على المستوى اللا شعوري.. وهذه الحبل النفسية أنواع متعددة مثل التثيت والإسقاط والابتكار، ولكن أكثرها مقاومة وتشويهاً للواقع ما يسمى بحيلة العقلنة Intellectualization، حيث يستخدم الفرد الفهم الخبيث غير المسؤول محل الفهم الصادق الذي يحرك الإنسان لعمل الخير والإحسان. ولقد وجدت ضعف أغلب هذه الحبل المعوقة للممو الإنساني خلال الصوم واتناء جلسات العلاج النفسي ويحدث هذا الانهيار للحبل الدفاعية مع الصائم العادي كلما ازداد خشوعه وصفقه.. وقد لاحظت ارتباط ذلك بالتساع دائرة الترابط بين التفكير الواعي والعقل الباطن بما يسمى بعملية Information processing وهي تتعامل إعادة برمجة العقل يساعد الصوم على ممارسة خلوات علاجية، وتأمل، مما يساعد الفرد على الخروج من دوامة الصراعات اليومية والتوتر وإعداد الطاقات النفسية والذهنية، وإصدار أوامر للعقل بالتسامح والعفو.

يحدث أثناء الصيام تعديل مستمر للحوار الذاتي وما يقوله الفرد لنفسه طول اليوم من عبارات وجمل تؤثر في أفكاره وانفعالاته. ويمثل الصوم فرصة لغرس معانٍ وإشارات إيجابية مع الاستعانة بالأدوات والدعاء وممارسة العبادات بانتظام .. ويحدث ذلك في إطار مبادئ علم النفس الحديثة حيث يتم التعلق من خلال التكرار وإتباع قاعدة التعليم المتدرج، التعلم بالشاركة الفعلية، وأساليب توزيع التعلم .. كل ذلك في إطار منظومة متكاملة تسمح بإعادة برمجة حقلية للجهاز العصبي والسلوكي .. وتعديل التفكير وتغيير العادات .. وحيث يصبح الصوم عبادة وتأمل .. وأيضاً تعديل للنفس البشرية والتخلص من الانفعالات الاضطرابات النفسية.. وإطلاق طاقات العقل.



الصيام يساعد على الصفاء الذهني

العصبية مع القدرة على خفض المؤثرات الحسية ومنعها من إثارة مراكز الانفعال لديه بدرجة ترتبط بخفض الإنارة في نشاط التكوين الشبكي في المخ .. وهذه الحالة هي درجة من الحرمان الحسي deprivation Sensory، ولقد ثبت أن تقليل المؤثرات الحسية له تأثيرات إيجابية على النشاط الذهني والفكرية على التفكير المترابط العميق والتأمل والإبداع .. وأن الضيق الذاتي له اتبع في أغلب الأحيان وبواسطة الأنبياء والحكماء والمفكرين .. وأنه يمنع الإنسان قدرات عالية على الصفاء والحكمة والتوازن النفسي.

إن تحمل ألم الجوع والصبر عليه يحسن من مستوى مادة السيروتونين Serotonin وكذلك ما يسمى بمخدرات الألم الطبيعية التي يقوم المخ بإفرازها وهي مجموعتان تعرفان بـ: 1- مجموعة الأنورفين Endorphins تتكون من 31 حمضاً أمينياً مستخلصاً من الغدة النخامية Pituitary Gland ولهذا المواد خواص في التهدئة وشكّن الألم أقوى عشرات المرات من العقاقير المخدرة والمهدئة الصناعية 2- مجموعة الإنكفالين Enkephalins وتتركب من عدد 5 أحماض أمينية Amino Acids وتوجد

بلقة هذا العصر .. فيقول صلى الله عليه وسلم : «ليس الصيام من الأكل والشرب وإنما الصيام من اللغو والرفث فإن ساك أحد، أو جهل عليك، فقل إني صائم.. إني صائم» .. في حديث النبي عن أبي هريرة رضي الله عنه، رواد بن خزيمه و ابن حبان والحاكم. ولقد تأكدت من خلال دراسة أكثر من عينة عشوائية من المتطوعين وأصحاب المشكلات النفسية من جوانب الإعجاز العلمي والنفسي في الصوم، وفعاليتها في تعديل التفكير والسلوك والتخلص من العادات غيرالرغوبة وتنمية القدرة على ضبط الذات.

الإعجاز العلمي الحديث عن الصوم في المنهج الإسلامي توجز نقاط الإعجاز العلمي الحديثة عن الصوم في المنهج الإسلامي التالي:

إن الضيق الذاتي الذي يلترزم به الصائم بيولوجياً ونفسياً وسلوكياً .. ابتداء من الامتناع عن الأكل والشرب والجماع، وانتهاء بكف الأذى وغض البصر .. يمنحه تدريباً عالياً وقدرة جيدة على التحكم في المداخلات والمؤثرات

الإسلام حفظ حقوق الإنسان وضمن حق المساءلة لكل مسؤول



الإسلام دين العدل والمساواة

وصغير، الكل سواء في ميزان الإسلام. فإلله تعالى لا يضع حق كل ذي حق وقد بعث رسله فينبينا الحقوق والواجبات وهامو نبينا صلى الله عليه وسلم يقف في حجة الوداع ليذكر الناس بحقوقهم وواجباتهم فيقول: أيها الناس أن دعاءكم وأموالكم عليكم حرام إلى أن تلقوا ربكم، وهي وصية سيكرها صلى الله عليه وسلم في آخر خطبته تأكيداً لها وإبرازاً لخطورة الاعتداء على الأموال والدماء فيوم عرفه هو يوم الإعلان عن حقوق الإنسان فيه أعلن أبو القاسم صلى الله عليه وسلم حق الإنسان في الحياة وفي الملكية، وفصل حقوق النساء وأنها إنسانة لها شأنها في المجتمع فهي نصف نصف الأمة وتند النصف الآخر إذا هي أمة كاملة كل لها الإسلام حقوقها فلها حق العشرة الحسنة وحق التعليم وحق اختيار الزوج وغيرها من الحقوق.

إن الإسلام كل للإنسان كل حقوقه فانظر لحرمة اللعبة فإن لها حرمة عظيمة ولكن حرمة المؤمن عند الله أشد حرمة من اللعبة. يخطب في الناس فحمد الله وأثنى عليه ثم قال: أيها الناس اسمعوا لما سوف أحدثكم عنه فيصرخ سلمان الفارسي: والله لا نسمع ولا نأعي - رجل يقاطع الخليفة أمير المؤمنين رجل فارسي ليس بقرشي ولا هاشمي ولا عربي ولا هو من فرابة الخليفة فيقول عمر: ولم؟ فيرد سليمان: لأنت تليس ثوبين وتكبسنا ثوباً واحداً، أين العدالة؟ فقال عمر: يا عبد الله: قم فأجب فقام عبد الله والناس سكوت فقال: إن أبي رجل طويل لا يكفيه ثوب فأعطيته ثوبي، فوصله بثوبه وليسهما. فقنا قال سلمان: يا أمير المؤمنين الآن قل نسحاً ومر تلح.

نعم، إنها حقوق الإنسان إن من حكك أن تعيش محترماً في كلمتك وفي رأيك وفي بيتك وفي مالك، لا تعيش خوفاً ولا بمشاة ولا إرهاباً ولا تخويفاً وهذا ما كله الإسلام لجميع المسلمين على حد سواء لا فرق بين أبيض وأسود ولا غني وفقير ولا كبير

إن شريعة الإسلام مبنية بناءً متيناً حكيماً لأنها من العزيز الحكيم الحميد فما من مصلحة في الدنيا والآخرة إلا وأرشدت إليه ودلت عليه، ولذا اعتنت الشريعة بحفظ الضمرورات الخمس: حفظ الدين والنفس والعقل والنسل والنمال، فحياة البشر لا تستقيم وأمورهم لا تنتظم إلا بحفظ هذه الضمرورات، البست هي من حقوق الإنسان التي كلها له الإسلام، فالمسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه ولا يخذله وكل المسلم على المسلم حرام دمه وماله وعرضه، كما قال المصطفى صلى الله عليه وسلم.

وهذا موقف بين عليه الإنسان في الإسلام وإنه ليس بهيمة إنه إنسان سميع بصير جعل الله له حقاً ورأياً وكلمة: أتت ثياب من اليمين فوزعها أمير المؤمنين عمر رضي الله عنه على الناس لكل مسلم ثوب وبقي ثوب لأمر المؤمنين فليسه فوصل الثوب إلى ركبته فقال لابنه عبد الله : أعطني ثوبك الذي هو حصتك فأعطاه إياه فوصل عمر ثوبه بثوب ابنه عبد الله وليسهما وصعد

الفتاوى الرمضانية

- ما هو الصوم؟
 - الصوم لغة الإنسان عن أي شيء، قال تعالى على لسان مريم عليها السلام: «إني نذرت للرحمن صوماً لمن أكلم اليوم نسباً».
 - والصوم شرعاً: الإمساك عن شهوتي البطن والفرج من طلوع الفجر الصادق إلى غروب الشمس بيئة التقرب إلى الله عز وجل.
 - بني فرض الصوم؟
 - فرض الصوم في شعبان في السنة الثانية من الهجرة.
 - كم سنة صام رسول الله صلى الله عليه وسلم؟
 - صام رسول الله صلى الله عليه وسلم تسعة رمضان، منها خمسة تسعة وعشرون يوماً.
 - فرض الصوم على ثلاث مراحل، ما هي؟
 - يوم عاشوراء، فقد كان صيامه فرضاً، وقد صامه رسول الله صلى الله عليه وسلم وأمر بصيامه.
 - فرض صوم رمضان على الاختيار بين الصيام والفيضة، قال تعالى: «وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين فمن تطوع خيراً فهو خير له وأن تصوموا خير لكم».
 - الإنزام بصيام رمضان من غير تخيير، قال تعالى: «فمن شهد منكم الشهر فليصمه».
 - ما حكم صيام رمضان؟
 - صيام رمضان ركن من أركان الإسلام وفرض من فروضه.
 - ما الدليل؟
 - الدليل القرآن، والسنة، والإجماع.
 - قال تعالى: «فمن شهد منكم الشهر فليصمه»، وقال: «يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم».
 - وقال صلى الله عليه وسلم: «بني الإسلام على خمس، وذكر منها: «وصيام رمضان».
 - وقد أجمعت الأمة على ركنيته وفرضيته.
 - ما حكم من جحد وجوبه؟
 - من جحد وجوب صيام رمضان فقد كفر.
 - ما حكم من أقر بوجوبه ولم يصمه؟
 - زهيت طائفة من أهل العلم إلى أن من ترك شيئاً من أركان الإسلام الخمسة عمداً فإنه كافر بذلك، روي ذلك عن سعد بن جبير، ونافع، والحكم، وهو رواية عن أحمد اختارها طائفة من أصحابه، وهو قول ابن حبيب من المالكية، ونهت عاينهم إلى أنه عاص يعز في الدنيا بالضرب والحبس لإرتكابه كبيرة من الكبائر العظام، واستأنته بركن من أركان الإسلام؛ وعليه القضاء عند العامة، وذهب مالك إلى أن عليه القضاء والفكارة الكبرى عن كل يوم الطرد عامداً، وقد ذهب على وابن مسعود إلى أن من أفطر يوماً من رمضان عدواً وظلماً لم يجزه صيام الدهر، وذلك لما رواه أبو هريرة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «من أفطر يوماً من رمضان من غير رخصة لم يجزه صيام الدهر».
 - ما حكم من يصوم رمضان ولا يصلي؟
 - صيامه فاسد، لأن شارك الصلاة كسلاً كافر في أرجح قولي العلماء.
 - يم يثبت هلال رمضان وشوال وغيرها من الأهلة؟
 - يثبت هلال رمضان وشوال وغيرها من الأهلة بأحد أمرين، هما:
 - إما برؤية شعبان،
 - أو بإتمام شعبان أو رمضان ثلاثين يوماً.
 - ودليل ذلك ما صرح عن ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «صوموا لرؤيته وأفطروا لرؤيته، فإن غم عليكم فأكثروا العدد».
 - يشاهدة كم يثبت هلال رمضان وهلال شوال؟
 - يثبت هلال رمضان بشاهد واحد، وقيل بشاهدين، وهذا متعب مائل، أما هلال شوال فلا يثبت إلا بشاهدين.
 - هل تشتترط العدالة في هؤلاء الشهود أم لا؟
 - فولان لأهل العلم، أرجحهما تشتترط العدالة في ثبوت هلال شهر شوال دون هلال رمضان.
 - هل يجوز العمل بالحساب في إثبات الأهلة؟
 - لا يجوز العمل بالحساب في إثبات الأهلة، وإنما يجوز العمل بالحساب في العبادات المتعلقة بالتقويم الشمسي كالتصاوت المكتوبة، وصلاة الكسوف والخسوف، وغيرها، وهذا مذهب أهل السنة فأطية، وشذ أهل الأهواء من رافضة وغيرهم في العمل بالحساب.

أسباب محبة الله

هل فكرت يوماً في محبة الله؟

هل أنزلت هذه الكلمة على قلبك يوماً: محبة الله؟ أن تكون حبيباً إلى الله، وأن تحب الله؟ كلنا يفرح بحب أصدقائه له، ويريد الفرح إن كان الحب من كبير عندنا كرئيس في العمل، أو عزيز على النفس مع ماله من مكانه، وكل ذلك لا يخرج عن دائرة المخلوق، أما أن نحبا الخالق فهو شرف عظيم، وفصل كبير.

ولكن محبة الله لا تأتي بالتمني، ولكن تأتي بالعمل، وأراك تسأل: كيف نصل إلى محبة الله؟ وما الوسائل التي تؤدي إلى هذا؟ وإليك الجواب:

يقول الإمام ابن القيم رحمه الله: أحدها: قراءة القرآن بالتدبر والتفهم لعانيه وما أريد منه.

الثاني: التقرب إلى الله بالتواضع بعد الغرائض. فإنها توصله إلى درجة المحبوبة بعد المحبة.

الثالث: دوام ذكره على كل حال باللسان والقلب، والعمل والحال. فتصبيه من المحبة على قدر نصيبه من الذكر.

الرابع: إيتار محابه على محابك عند غلبات الهوى.

الخامس: مطالعة القلب لأسائه وصفاته ومشاهدتها ومعرفتها. فمن عرف الله بأسائه وصفاته وأفعاله أحبه لا محالة.

السادس: مشاهدة بره وإحسانه وآلائه ونعمه الباطنة والظاهرة، فإنها داعية إلى محبته.

السابع: وهو من أعجيبها، انكسار القلب بقلبيته بين يدي الله تعالى.

الثامن: الخلوة به وقت النزول الإلهي لمناجاته وتلاوة كلامه والوقوف بالقلب والتأدب بادب العبودية ثم ختم ذلك بالاستغفار.

التاسع: مجالسة المحبين الصادقين، والتقاط أطياب ثمرات كلامهم.

وقال الحارث المحاسبي رحمه الله: المحبة في دلالة أشياء

لا يسمى المحب محباً إلا عز وجل إلا بها:

- محبة المؤمنين في الله - عز وجل - وعلامة ذلك: كف الأذى عنهم، وجلب المنفعة إليهم.

- ومحبة الرسول -صلى الله عليه وسلم- لله -عز وجل- وعلامة ذلك اتباع سنته، قال الله جل ذكره (قل إن كنتم تحبون الله فاتبعوني يحببكم الله).

- ومحبة الله -عز وجل- في إيتار الطاعة على للعصبية، ويقال: ذكر النعمة يورث المحبة.

- والمحبة أول ووسط وآخر:

- فأولها: محبة الله بالآياتي والذن. قال ابن مسعود -رضي الله عنه-: «جلبت القلوب على حب من أحسن إليها، ومن أحسن من الله من هذا ورحمة ورافة وتجاوزاً إلا الله الحليم الكريم؟

- ووسطها: الامتثال لأوامره واجتناب نواهيه، بحيث لا يفتقد شيئاً أمراً، ولا يجحد شيئاً نهاك عنه، فإذا وقعت المخالفة ذهب الاعتراف بها والانتقال عنها في الحين.

- وأخراها: لمحبة لوجوب حق الله -عز وجل-، قال علي بن الفضيل -رحمة الله عليه-:

إنما يحب الله -عز وجل- لأنه هو الله.

وقال رجل لطاؤوس: أوصني؟ قال: أوصيك أن تحب الله