

سبب لكل خير

التعلق بالله وحده



إنَّ التعلُّقَ بالله سبب لكل خير، وهو روح التوحيد وأساس السعادة، وهل بعثت الرسل ونزلت الكتب إلا لذلك؟ والإنشغال عن ذلك والتفكُّع عنه والتعلق بغيره أعظم خذلان وأكثر حرجاً، وهذه كلمات في هذا الباب أنال الله أن ينفع بها وأن يحقّق لكاتبها الإخلاص والقبول..

النبى صلى الله عليه وسلم يعلّق القلوب بالله:

وفي صحيح مسلم، عن بريدة بن الحصيب رضي الله عنه قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أمر أميراً على جيش أو سرية أوصاه في خاصته بتقوى الله، ومن معه من المسلمين خيراً، ثم قال: «اغزوا باسم الله، في سبيل الله... فإن هم أبوا» [1] فسلمهم الجزية، فإن هم أجابوك فاقبل منهم وكف عنهم، فإن هم أبوا فاستعن بالله وقاتهم.. وعن عثمان بن أبي العاص الثقفي رضي الله عنه أنه شكا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجها يجده في جسده منذ أسلم، فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: «ضع يدك على الذي تألم من جسدك وقل: باسم الله ثلاثاً، وقل سبع مرات: أعوذ بالله وقدرته من شر ما أجد وأحذر» رواه مسلم.

وعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال: «يا غلام إني أعلمك كلمات: احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، رواه الترمذي. وفي سنن أبي داود عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: دخل النبي صلى الله عليه وسلم المسجد ذات يوم، فرأى فيه رجلاً من الأنصار، يقال له أبو أمامة، فقال: «يا أبا أمامة ما لي أراك جالساً في المسجد في غير وقت الصلاة؟» قال: هموم لزممتي وديون يا رسول الله، قال: «ألا أعلمك كلاماً إذا أنت قلته انشعب الله عز وجل منك وقضى عنه دينك؟» قال: قلت: بلى يا رسول الله، قال: «هل إذا أصبحت وإذا أمسيت اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، وأعوذ بك من العجز والكسل، وأعوذ بك من الجبن والبخل، وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال..» قال: ففعلت ذلك، فأنشعب الله عز وجل همي وقضى ديني.

ولما أخبر النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه بأن سبعين ألفاً يدخلون الجنة بلا حساب ولا عذاب قال معلماً بصفتهم: «هم الذين لا يسترقون، ولا ينجفون، ولا يكتسبون، وعلى ربهم يتوكلون» رواه الشيخان، وإنما تركوا ذلك لكمال تعلّقهم بالله.

وعن أبي أيوب الأنصاري رضي الله عنه قال: جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: عظني وأوجز، فقال: «إذا قمت في صلاتك فصل صلاة مؤثّر، ولا تكلم بكلمة تُعزّزُ منه غداً، وأجمع إلا أناساً منك في ديني الناس» رواه أحمد.

قال السعدي رحمه الله في بهجة قلوب الأبرار (ص 169): «هذه الوصية توطئ للنفوس على التعلق بالله وحده في أمور معاشه ومعاده، فلا يسأل إلا الله، ولا يطمع إلا في فضله، ويوطن نفسه على اليأس مما في أيدي الناس، فإن اليأس عصمة، ومن أسس من شيء أسغنى عنه، فكما أنه لا يسأل بلسانه إلا الله، فلا يعلق قلبه إلا بالله، فيبقى عبداً لله حقيقة، سالماً من عبودية الخلق، قد تحرر من رقبته، واكتسب بذلك العز والشرف، فإن الملحق بالخلق يتكسب الذل والسقوط بحسب تعلّقه بهم».

وثبت عن ابن عباس رضي الله عنهما أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «استغنوا عن الناس» رواه البزار والطبراني، وفي سنن ابن ماجه عن سهل بن سعد الساعدي رضي

الله عنه قال: أتى النبي صلى الله عليه وسلم رجل فقال: يا رسول الله دلني على عمل إذا أنا عملته أحبني الله وأحبني الناس، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «أزهد في الدنيا بحبك الله، وأزهد فيما في أيدي الناس بحبك الناس».

وكل حديث رغب فيه النبي صلى الله عليه وسلم عن سؤال الناس فإنه يربي على التعلق بالله، ومن ذلك حديث ابن عمر رضي الله عنهما، أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «لا تزال المسألة بأحدكم حتى يلقي الله تعالى وليس في وجهه مُرعة لحم» رواه البخاري ومسلم. وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «من فتح على نفسه باب مسألة أعزّاه غير فاقة فتح الله عليه باب فاقة من حيث لا يحتسب» رواه البيهقي.

ثمرات التعلق بالله والاستغناء عن الناس:

الكفاية والوقاية:

قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا﴾ [الطلاق/3].

والمعنى أن الله كافيه، فإنه سبحانه بالغ ما يريد من الأمر لا يوفيه شيء، ولا يعجزه مطلب، وعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «من تزلت به فاقة فازلتها بالناس لم تسد فاقته، ومن تزلت به فاقة

فازلتها بالله فبوشك الله له برزق عاجل أو آجل» رواه أبو داود والترمذي.

قال الإمام أحمد: حدثنا هشام بن القاسم، حدثنا أبو سعيد اللؤبدي، حدثنا من سمع عطاء الخراساني قال: لقبت وهب بن منبه وهو يطوف بالكعبة، فقلت: حدثني حديثاً أحفظه عنك في مقامى هذا وأوجز، قال: نعم، أوحى الله تبارك وتعالى إلى نبيه داود عليه السلام: (يا داود) أما وعزتي وعظمتي لا يعتصم عبد من عبادي دون خلقي، أعرف ذلك من نبيته، إلا قطعت أسباب السماء من يده، واسخت الأرض من تحت قدمه، ثم لا أبالي بما أوديتها (هلك).

عز المؤمن باستغائه عن الخلق:

فمن سهل بن سعد رضي الله عنه قال: جاء جبريل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: «يا محمد عش ما شئت فإنك ميت، واعمل ما شئت فإنك مجزى به، وأحبب من شئت فإنك مفارقه، واعلم أن شرف المؤمن قيام الليل، وعزه استغناؤه عن الناس» رواه الطبراني في الأوسط، والعز ضد الذل.

نيل محبة الله:

قال النبي صلى الله عليه وسلم: «إن الله يحب الغني الحليم للعطف، ويبغض البذيء الفاجر السائل للخب» رواه البزار، الجته:

ثبت في مسند أحمد عن ثوبان رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «من يتكلّف لي بواحدة وأنكل له بالجنة»، قال ثوبان: أمّا، قال: «لا تسأل الناس شيئاً، فكان لا يسأل أحداً شيئاً».

وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «عرض على أول ثلاثة يدخلون الجنة: شهيد، وعفيف، متعفف، وعبد أحسن عبادة الله، ونصح لوالديه» رواه الترمذي.

صور من التعلّق بالله والاستغناء عن الخلق:

في الصحيحين عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما: أنه غزا مع رسول الله قبل نجد، فلما قتل رسول الله قبل معه، فأترعته في القافلة في وادٍ كثير العضاة -شجر شوك- فنزل رسول الله عليه وتفرّق الناس في العضاة يستظفون بالشجر، ونزل رسول الله تحت شجرة -شجر الطلح- فعلق بها سيفه، فلما نومة تم إذا رسول الله عليه يدعونه، فجئنا، فإذا عنده أعزاني جالس، فقال رسول الله عليه: «إن هذا أخنط سفي وأنا ثائث، فاستنقظت وهو في يده صنّاً، فقال لي: من ينفذت بني؟ قلت: الله، فها هو ذا جالس، ثم لم يعاقبه رسول الله عليه.

وقال تعالى عن هود عليه السلام: ﴿قَالُوا يَا هود ما جئتنا ببينة وما نحن بشاركي آلِهتنا عَن قَوْلِكَ وَمَا نحنُ لك بمؤمنين﴾ [الأنعام/11].

وقال تعالى عن نوح عليه السلام: ﴿وَأَنبِئْهُمْ بِمَا هُمْ كَافِرُونَ﴾ [النوح/1].

وقال تعالى عن هود عليه السلام: ﴿وَأَنبِئْهُمْ بِمَا هُمْ كَافِرُونَ﴾ [النوح/1].

وقال تعالى عن هود عليه السلام: ﴿وَأَنبِئْهُمْ بِمَا هُمْ كَافِرُونَ﴾ [النوح/1].

وقال تعالى عن هود عليه السلام: ﴿وَأَنبِئْهُمْ بِمَا هُمْ كَافِرُونَ﴾ [النوح/1].

لكل آفة من الأمم يومٌ تفتخر فيه وتعتبره عدا، فكان اليهود يعتبرون يوم السبت من كل أسبوع يوم راحة لهم وصلاة، وكذلك النصارى يعتبرون يوم الأحد يوم عطلتهم وصلاتهم، وقد ضل هؤلاء جميعاً عن اليوم المبارك الذي عبّته الله تعالى حيث هدى الله تعالى أمة الإسلام إليه وهذا من فضائل هذه الأمة التي شرّفها الله تعالى بهذه الرسالة الخالدة، وأن هذا اليوم الذي يعتبر من خير الأيام التي طلعت عليها الشمس هو يوم الجمعة، فما هي الأمور التي حدثت فيه ؟ وما هو فضله ؟

بين النبي صلى الله عليه وسلم فضائل يوم الجمعة، وميزاته في عدة أحاديث، حيث هو اليوم الذي خلق الله تعالى فيه آدم، وهو اليوم الذي أنشده فيه سورة الإنسان، وكذلك من

الذي قبض فيه، وهو اليوم الذي تحدث فيه النخعة والضعة حين يأمر الله تعالى إسرائيل بأن ينفخ في الصور فيسمع الناس نفخة الفرع والضعة حيث يصعق كل مخلوق إلا ما شاء الله تعالى، وهو اليوم الذي تقوم فيه الساعة، ومن فضائل هذا اليوم أن فيه ساعة خصصها الله تعالى من بين الساعات حيث تكثر فيها الرحمات والتفحات، ولا يتركها عبد يسأل الله تعالى إلا أعطاه مسألته ولا يدعو بدعاء إلا استجاب الله دعاءه، وأن الفترة الزمنية بين الجمعة والجمعة كفارة لما بينها إذا اجتمعت الكائيات، كما أن صلاة الجهر في ليلة الجمعة لغير من أفضل الضلوات عند الله تعالى، ويسن أن يقرأ للمسلم في ركعتي الأولى بالسجدة وأن يقرأ في الثانية من سورة الإنسان، وكذلك من

فضائل هذا اليوم أنه من قرأ فيه سورة الكهف أضاء الله له ما بين الجمعتين، وهو إلى جانب ذلك اليوم الذي يجتمع فيه الناس في صلاة الجمعة ويتركون البيع والتجارة ويستمعون إلى الخطبة بإذونات وخشوع فتحمهم الملائكة باجتماعها ويذكرهم الله تعالى فيمن عنده قبياهي بهم ملائكة، كما أن من فضائل هذا اليوم المبارك أن من توفاه الله تعالى فيه فإنه يأمن من فتنة القيرو، ولا يخفى على أحد عظم فتنة القيرو وكيف كان النبي صلى الله عليه وسلم يستعيز منها، وأخيراً على المسلم أن يحرص على أن يقضي هذا اليوم بالطاعات والاستغفار، وأن يكثر فيه من الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم حيث يرد الله تعالى إلى النبي روحه الطاهرة فيرد عليه

الوصايا الغذائية .. من سيرة سيد البشرية

من سيرة الحبيب النبي



«التلبية مجمة لغذاء المريض تذهب ببعض الحزن» صحيح البخاري.

ومن لأفضل حقا أن ترصد الطابقي الدقيق بين ما ورد في فضل التلبية على لسان نبي الرحمة وطبيب الإنسانية وما أفادته التقارير العلمية الحديثة التي توصي بالعودة إلى تناول الشير كغذاء يومي، لما له من أهمية بالغة للحفاظ على الصحة والتمتع بالعافية.

تخفف الكوليسترول وتعالج القلب

أثبتت الدراسات العلمية فاعلية حبوب الشير الفاتقة في تقليل مستويات الكوليسترول في الدم من خلال عدة عمليات حيوية، تتمثل فيما يلي:

أ. تتحد الألياف للحدة الموجودة في الشير مع الكوليسترول الزائد في الأطعمة فتساعد على خفض نسبته في الدم.

ب. ينتج عن تخمر الألياف المخطة في القولون أحماض دسمة تمنع من القولون، وتتداخل مع استقلاب الكوليسترول فتعيق ارتفاع نسبته في الدم.

ج. تحتوي حبوب الشير على مركبات كيميائية تعمل على خفض معدلات الكوليسترول في الدم، ورفع القدرة للمناعة للجسم مثل مادة «ميتا جلوكان» B-Glucan والتي يعتبر وجودها ونسبتها في المادة الغذائية محددا لدى أهميتها

عن عائشة زوج النبي صلى الله عليه وسلم: (إنها كانت إذا مات الميت من أهلها، فاجتمع لذلك النساء، ثم تفرقن إلا أهلها وخاصتها، أمرت ببرمة (قبر) من حجارة أو نحوها) من تلبية، فطبخت، ثم صنع قريد (خبر) بقلت ثم بيل يصرق) فصبحت التلبية عليها، ثم قالت: كلن منها، فإني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: (التلبية مجمة لغذاء القلب وتزِيلُ عنه الهم وتشتطه) المرض، تذهب ببعض الحزن). [أخرجه مسلم في السلام، باب: التلبية مجمة لغذاء المريض، رقم: 2216].

تمة أشياء تبدو في أعيننا بسيطة متواضعة القيمة.. لكن تأملها بعين الحكمة يكشف لنا عن كنوز صحية ندوس عليها ونحن نمضي في طريقنا نحو المدنية المعاصرة، ملظين بالمشجومات ومكتئين بالسكس وليكن معاويا ومعنويا، ومن تلك الكنوز التي أغفلها بصر الإنسان ولم تغفلها بصيرة النبوة.. كنز التلبية!!

وهي حياء يعمل من ملعتين من دقيق الشير يتخللته ثم يضاف لها كوب من الماء، وتطهى على نار هادئة مدة 5 دقائق، ثم يضاف كوب لبن وملعقة عسل لتحل. سميت تلبية تشبيها لها بالنسبة في بياضها ورفتها، وقد ذكرت السيدة عائشة رضي الله عنها أن النبي عليه الصلاة والسلام أوصى بالتداوي والاستطباب بالتلبية قائلا:

تحتوي على عصري البوتاسيوم والمغنسيوم، فالتلبية تصلح لعلاج الاكتئاب، وبالأخص هذا أن الدراسات العلمية تستخدم كلمة «التخفيف من حالات الاكتئاب» ونجد ما يقابلها في حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: «تذهب ببعض الحزن»، وهذه دلالة واضحة على دقة التعبير النبوي الذي أوتي جوامع الكلم. - فيتامين B3: فقد يكون أحد مسببات أعراض الاكتئاب هو التأثير في العملية الفسيولوجية لتوصيل نبضات الأعصاب الكهربائية، وهذا يسبب نقص فيتامين B3، لذلك ينصح مرضى الاكتئاب بزيادة الكمية المأخوذة من بعض المنتجات التي تحتوي على هذا الفيتامين كالشعير.

مضادات الأكسدة: حيث يساعد إعطاء جرعات مكثفة من حياء التلبية الغنية بمضادات الأكسدة (فيتامين E وA) في شفاء حالات الاكتئاب لدى المسنين في فترة زمنية قصيرة تتراوح من شهر إلى شهرين. - الأحماض الأمينية: تحتوي الشير على الحمض الأميني تريبتوفان Tryptophan الذي يسهم في التخليق الحيوي لإحدى الناقلات العصبية وهي السيروتونين Serotonin التي تؤثر بشكل بارز في الحالة النفسية والمزاجية للإنسان. علاج للسرطان وتأخير الشيخوخة: تمثال حياء الشعير بوجود مضادات الأكسدة مثل