الحياة
شرعة ومنهاجا

محمد سلامة الغنيمي

شبكة الألوكة
www.alukah.net

لمن أراد أن يحيا حياة طيبة .. ويعيش عيشة هنيئة

الحَياةُ شِرْعَةً وَمِنْهَاجًا

محمد سلامة جبر

ب. قسم التربية الإسلامية

جامعة الأزهر الشريف

- بيان وجوه الإعجاز العلمى
- بيان الآثار التربوية والإجتماعية
- جميع الأحاديث الواردة صحيحة، موافقة لتصحيح الإمام الألبانى

المقدمة

الحمد لله العليم الحكيم ، مالك الملك ذو الجلال و الإكرام ، الوهاب المنعم البر المتعال ، الحمد لله أن هدانا لحمده، اللهم لك الحمد حمد عبد معترف بالعجز والتقصير أمام رب غفور رحيم، وأشكرك ربى على ما وفقتنا إليه من خير، وسهلت لنا من صعب، ويسرت لنا من عسير، حمداً يوافى نعمك ويكافىء شكرك، حمداً تقينا به سؤ المصير وتدخلنا به جنة النعيم، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، ولاند، ولا مشير، ولا ظهير، ولا وزير، ولا صاحبة، ولا ولد، تعالى الله على ذلك علواً كبيراً.

وأشهد أن سيدنا محمداً عبده ورسوله وصفيه وحبيبه، بعثه الله بالهدى ودين الحق ليظهره على الدين كله، بعثه هادياً ومبشراً ونذيراً وداعياً إلى ربه وسراجاًمنيراً، رؤف رحيم ، كريم حليم، يتكلم بوحى من ربه، لا ينطق عن الهوى، وإنما وحى يوحى، وقد تركنا على المحجة البيضاء ليلها كنهارها لايزيغ عنها إلا هالك، من اتبع هداه فاز بالنعيم و الفلاح، فلا نجاح ولا فلاح، اللهم صلى عليه وسلم صلاة ينال قائلها مغفرة وأجر اً عظيماً وينال بهاشفاعته فى دخول جنة النعيم وينجو بها من عذاب أليم،اللهم صلى عليه وأله أجمعين.

تمر قواعد السلوك ومناهج الحياة فى العصر الراهن باضطراب شديد ووجهات نظر متباينة، ومبادئ متضاربة فيها الفث وفيها الثمين لاتستند إلى مرجعية أصلية، وإنما هى نابعة من إجتهادات من يطلق عليهم مصلحون على إختلاف بيئاتهم وتباين ثقافتهم وإتجاهاتهم، تخضع أرائهم للإتجاهات الفكرية والنزعات الإجتماعية، وبالتالى لاتسلم من الأخطاء ولا تخلوا من التناقضات، بل يشوبها النقص ويعتريها الخلل.

لذلك فإن فالعالم اليوم بحاجة إلى منهج ينظم الحياة، منهج يتصف بالشمول والتكامل والثبات النسبى، منهج لايختلف عليه عاقل، منهج يؤكده العلم ويسير معه

فى إتجاه متوازٍ، لاسيما فى عصر يتسم بتعقد الحياة وصعوبة العيش، نظـــراً للتقـــدم التكنولوجى والإنفجار المعرفى، عصر غابت فيه القيم السماوية وتحكمت فيه المادة، عصر إتسعت فيه دائرة العلاقات الإجتماعية عن ذى قبل.

لذلك تبدو الحاجة إلى النهج الإسلامى الحياتى، الذى وضعة الله تبارك وتعـــالى فى صورة قرآن نزل من السماء لإصلاح الأرض بعد فساد أهلها، وفى صورة أقوال وأفعال وتقارير من رجل اصطفاه الخالق وأدبه وصنعه على عينه لهداية العالمين.

يأتى هذا الكتاب نتيجة لبحث قمت به،للإطلاع على مدى إلتزام المســـلمين بهذا المنهج الحياتى القويم، وفجدت ما لم أكن أتوقعه حيث أن نسبة الملتزمين بالمنهج الإسلامى فى الحياة لا يتجاوز اثنان بالمئة، وعندما بحثت فى الأسباب وجـــدت أن أهم هذه الأسباب هى:-

- غياب أو نقص الوعى و الإلمام بسنته صلى الله عليه وسلم.
- ومن له دراية بهذا الهدى العظيم، يأخذ منه ما يوافق هواه، ويتـــرك مـــا يتعارض معه.
- فضلاً عن كثرة الفتن والمغريات التى تقلل من شأن السنة، ويتعلل هؤلاء بأن السنة لا يدخل تاركها النار، فضلاً عن التكاسل والتهاون أحياناً.
- بالإضافة إلى سيطرة بعض الأفكار الدخيلة على أذهان المسلمين، فيتبعون فى حياتهم ما يسمى بالإتيكيت.

لذلك قررت الشروع فى هذا البحث، كاشفاً وموضحاً لمن يجهله، مبيناً أهميته وفضله على الفرد والمجتمع لمن يتكاسل عنه، عاملاً بقوله صلى الله عليه وسلم " من دعا إلى هدى كان له من الأجر مثل أجور من تبعه لا ينقص ذلك من أجـــورهم شيئا ومن دعا إلى ضلالة كان عليه من الإثم مثل آثام من تبعه لا ينقص ذلك مـــن آثامهم شيئا "[1].

[1] [رواه مسلم (2674)، وأبو داود، والترمذى، وابن ماجة، وأحمد].

وقد استقيت هذا المنهج من القرآن الكريم، ومن صحيح السنة وعزوت الأحاديث النبوية الشريفة إلى مصادرها وغالباً ما أكتفى بالصحاح الستة، و لم أذكر فى بحثى هذا حديثاً ضعيفاً ولا معلولاً، وإنما اقتصرت فيه على الصحيح، واكتفيت فى عزو الأحاديث بذكر المصدر ورقم الحديث لأن ذلك ثابت لا يختلف باختلاف الطبعات، وأقرب إلى الإختصار الذى عنيت به فى هذا البحث، كما اعتمدت فى تصحيح الأحاديث الغير واردة فى البخارى ومسلم أو فى أحدهما، على تصحيح أحد أعلام الحديث المتأخرين، وهو الإمام المحقق الشيخ الألبانى رحمه الله، لأن الرجل قد جمع ما وصل إليه السلف والخلف فى مجال الحكم على الأحاديث، وبالتالى فهو يأخذ بأرجح الاراء، وإذا كان الحديث فى البخارى أو مسلم إكتفينا بتصحيحهما لإجماع الأمة على ذلك.

كما قمت بتقسيم البحث إلى فصول والفصول إلى مواضيع، وأدرجت تحت كل موضوع آدابه، وجعلت لهذه الآداب عناصر مرقمة، حتى يسهل فهمها واستيعابها، فضلاً عن سرعة حفظها واسترجاعها، كل ذلك من باب التسهيل والتيسير على القارىء حتى لا يلتبس عليه الأمر، كما راعيت الإيجاز قدر المستطاع، فلم أعرج على النصوص إلا إذا تطلب الأمر بسط وشرح.

وقد ذكرت أوجه الإعجاز العلمى فى بعض النصوص، لهذه الأسباب:-

- بياناً لصدق نبوة المصطفى صلى الله عليه وسلم.
- إطمئناناً لقلوبنا وتثبيتاً لأنفسنا، " **قَالَ أَوَلَمْ تُؤْمِنْ قَالَ بَلَى وَلَكِنْ لِيَطْمَئِنَّ قَلْبِي** ".
- وتحفيزاً للقارىء على الإلتزام بهذه الآداب.

كما ذكرت بعض أقوال الحكماء والمحققين من العلماء وبعض أبيات الشعر لدورها فى الشرح، وتزييناً للبحث وتحفيزاً للقارىء، لأن النفوس تهوى ذلك وترتاح له.

وأخيراً، أسأل الله الحى القيوم ذا الجلال والإكرام الأحد الصمد الذى لم يلد و لم يولد و لم يكن له كفواً أحد أن ينفع بهذا البحث مؤلفه وقارئه وسامعه، وأن يجعله خالصاً لوجهه الكريم، إنه سميع مجيب.

محمد سلامة جبر

الثالث من شوال 1431

الفصل الأول

المدخل إلى المنهج الإسلامى

- مفهومى المنهج والآداب
- خصائص المنهج الإسلامى
- أهمية المنهج الإسلامى
- محددات المباح

مفهومى المنهج والآداب

المنهج

قال ابن منظور: (نهج) طريق نهج بين واضح وهو النهج قال أبوكبير:

فأجزته بأفل تحسب أثره نهجا أبان بذي فريغ مخرف

والجمع نهجات ونهج ونهوج وطرق نهجة وسبيل منهج كنهج ومنهج الطريق وضحه والمنهاج كالمنهج وفي التنزيل لكل جعلنا منكم شرعة ومنهاجا وأنهج الطريق وضح واستبان وصار نهجا واضحا بينا، والمنهاج الطريق الواضح واستنهج الطريق صار نهجا وفي حديث العباس لم يمت رسول الله صلى الله عليه وسلم حتى تركككم على طريق ناهجة أي واضحة بينة ونهجت الطريق أبنته وأوضحته يقال اعمل على ما نهجته لك ونهجت الطريق سلكته وفلان يستنهج سبيل فلان أي يسلك مسلكه والنهج الطريق المستقيم [1].

يطلق هذا اللفظ ويقصد به النظام أو الإسلوب أو الطريق، فمنهج الحياة يعنى نظام الحياة أو أساليب العيش وطرائقه، كل ما يهم الإنسان فى حياته، أخذاً وعطاءً، نوماً واستيقاظاً، أكل وشراباً، زينة وكسائاً، صمتاً وكلاماً..... كل ما يخص الحياة.

الآداب

عند اللغويين: جمع أدب، وأديب ، وأدباء، وأدب الرجل يؤدب أدباً، وأدبت القوم على أمر كذا أدبهم أدباً، أى جمعتهم عليه.

---

[1] [لسان العرب 383/2]

قال ابن منظور: الأدب الذي يتأدب به الأديب من الناس سمي أدبا لأنه يأدب الناس إلى المحامد وينهاهم عن المقابح وأصل الأدب الدعاء ومنه قيل للصنيع يدعى إليه الناس مدعاة ومأدبة ابن بزرج لقد أدبت آدب أدبا حسنا وأنت أديب وقال أبو زيد أدب الرجل يأدب أدبا فهو أديب وأرب يأرب أرابة وأربا في العقل فهو أريب غيره الأدب أدب النفس والدرس والأدب الظرف وحسن التناول وأدب بالضم فهو أديب من قوم أدباء وأدبه فتأدب علمه واستعمله الزجاج في الله عز وجل فقال وهذا ما أدب الله تعالى به نبيه صلى الله عليه وسلم وفلان قد استأدب بمعنى تأدب ويقال للبعير إذا ريض وذلل أديب مؤدب وقال مزاحم العقيلي وهن يصرفن النوى بين عالج... ونجران تصريف الأديب المذلل [1]

وفى إصطلاح العلماء:-

فهو الامر المطلوب سواء كان مندوباً أو واجباً، قال الاقفهسى: الآداب: جمع أدب وهي اجتماع محاسن الاخلاق ومحاسنس العادات ومنه سميت المأدبة مأدبة لاجتماع الناس فيها والأدب يقع على الاحكام الخمسة فيقال للواجب أدب وكذلك بقية الاحكام.

ووردت فى القاموس الفقهى:

- رياضة النفس بالتعليم، والتهذيب على ما ينبغي.
- استعمال ما يحمد قولا وفعلا.
- الاخذ بمكارم الاخلاق.
- جملة ما ينبغي لذوي الصناعة، أو الفن، أن يتمسك به، كأدب الكاتب.
- الجميل من النظم والنثر.
- عند الحنفية: معرفة ما يحترز به عن جميع أنواع الخطأ.
- عند الشافعية: هو المطلوب سواء كان مندوبا، أم واجبا[2].

---

[1] [نفس المرجع 206/1]

[2] [القاموس الفقهى، ص17]

وقال صاحب معجم لغة الفقهاء: الاداب العامة: مجموعة من القواعد الاخلاقية التى يعتبرها المجتمع أساساً لا يجوز الخروج عليه [1].

إذن فهى كل ما يدل على المحامد وينهى عن القبائح من كتاب الله وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم، قولاً أو فعلاً أو تقريراً، مندوباً أو واجباً، فيما يشمل جميع أنشطة المسلم وممارساته اليومية والحياتية.

خصائص المنهج الإسلامى

هذا المنهج القويم له خصائص وسمات يتميز بها عن غيره من المناهج الوضعية التى تخضع للأهواء وتستسلم أمام النزعات وتتأثر بالإتجاهات، لذاك فهى دائمة التغير والتبديل، بخلاف المنهج الربانى، الذى وضع اسسه وآدابه الحق الذى خلق وبرء، فهو أعلم بمكوناته وأجزائه وما يصلح الفرد والجماعة.

1. الربانيه:-

أول خصائص المنهج الإسلامى ومصدره، فالانسان من صنعه فليس هناك من هو أعلم من الله بمفاتيح فطرة الانسان ودوائه وعلاجه، لان كل صانع أدرى بصنعته قال تعالى: " **وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا** " { الاسراء: 82 }، كما قال تعالى آيضاً: " **إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا** " { الاسراء: 9 }، كما أن النبى صلى الله عليه وسلم كان لا ينطق إلا وحياً، وكان قرآناً يمشى على الأرض، قال تعالى:" **وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَى (3) إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَى (4) عَلَّمَهُ شَدِيدُ الْقُوَى**" {النجم:3،4،5}، **وقال تعالى:" إِنْ أَتَّبِعُ إِلَّا مَا يُوحَى إِلَيَّ وَمَا أَنَا إِلَّا نَذِيرٌ مُبِينٌ**" {الأحقاف:9}، وعن المقدام بن

[1] [معجم لغة الفقهاء،ص36]

معدي كرب رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ألا إني أوتيت القرآن ومثله معه" [1].

ويراد بالربانيه أمران:-

1- ربانيه المصدر 2- ربانيه الغايه

وإذا كان ربانيه المصدر تعنى أنه منهج سماوى وضعه خالق الانسان، إذاً فهو منهج لايأتيه الباطل من بين يديه ولا من خلفه، منهج نزل به جبريل على الصادق الامين، منهج صير الله به البدو سادة للدنيا، غيروا به العلم وفتحوا الدنيا، فسمعت كلمتهم ورفعت رايتهم، لذلك فالمنهج الربانى لا يقف حجرعثرة فى سبيل تقدم البشرية وإزدهارها، كما هو حال الديانات الاخرى، لذلك فلن تجد البشريه الرشدولا الهدى ولا الراحه ولا السعادة إلا حين ترد الفطرة البشرية إلى الربانية.

وإذا نظرنا فى تاريخ البشرية لوجدنا أن المنهج الربانى قد تسلم قياده البشريه بعد ما فسدت الارض وظهر الفساد، قال تعالى: " **ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ** " { الروم: 41 }، وأُنظر إلى المجتمع الجاهلى الذى كانت تشيع فيه مكاره الاخلاق والفرقة وروح العصبية و النزعة القبيلية التى كانت تقودهم إلى القتال وما كانوا عليه من التخلف العقلى الذى أدى بهم إلى السجود لحجرلا يعز ولا يذل، فحينما تسلم المنهج الربانى القيادة تحولوا فى مده زمنية قليله جداً من مجتمع جاهلى إلى مجتمع يكاد يتصف بالمثالية، أدى به الحال إلى أن يقود البشريه ما يقرب من ألف عام فى ظل هذا المنهج الربانى.

فلقد سقطت أمام هذا المنهج الفريد كل المناهج التى وضعها الانسان لتربيه الانسان على مر العصور وتهافتت البشرية على هذا المنهج الربانى القويم فدخل

---

[1] [رواه أبو داود والترمذي والحاكم وصححه وأحمد بسند صحيح، وصححه الألبانى فى صحيح الجامع الصغير (4408)].

الناس فى دين الله آفواجاً، وعندما تخلى المسلم عن منهجه الربانى وتتطلع إلى المناهج الوضعية تخلف وتأخر عن ركب الحضارة، وأطلق على دوله دول العالم الثالث وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم إذ يقول " يا أيها الناس! إني قد تركت فيكم ما إن أخذتم به لن تضلوا، كتاب الله وعترتي أهل بيتي "[1].

2. العبادة:-

يتسم المنهج الإسلامى بخاصية العبادة، حيث يتقرب به المسلم إلى ربه، راجياً ثوابه، ملتمساً رحمته، طالباً رضائه، مما يضفى عليه صفة القداسة، فبإمكان كل مسلم أن يجعل من ممارساته الحياتية اليومية عبادة يؤجر عليها.

يقول ابن القيم: إن أفضل العبادة العمل على مرضاة الرب فى كل وقت بما هو مقتضى ذلك الوقت.

ولكى تتحقق هذه السمة التى يستأهل بها المسلم الأجر والمثوبة من الله، لابد أن يتوافر فيها شرطان:

1. أن يبتغى بها وجه الله وحده، قال تعالى:" **فَمَنْ كَانَ يَرْجُو لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا** " {الكهف: 110}.
2. أن تكون موافقة ملازمة لشرع الله تعالى وهدى نبيه عليه الصلاة و السلام، قال تعالى:" **وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ**" { آل عمران: 85 }

3. الشمول:-

تشمل الآداب الإسلامية الفرد فى حياته الدنيويه وكذلك حياته الاخروية، وحياتة الخاصة والعامة، كما تشمل المجتمع فى علاقه أفراده بعضهم وعلاقتهم بالمجتمعات الاخرى وكذلك علاقه المجتمعات ببعضها البعض، كماتشمل

[1] [أخرجه الترمذى، و أ الطبرانى، وأخرجه الالبانى فى السلسله الصحيحه " 355/4 "]

الانسان بكيانه الجسد والروح قال تعالى:" **حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ذَلِكُمْ فِسْقٌ الْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنِ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ** " { المائده: 3 }.

المنهج الإسلامى شمل الانسان فى كل تصرفاته وحركاته وسكناته ، كل ما يتعلق بالفرد ما يصلحه، وما فيه سعادته فى دنياه وآخرته، قال تعالى:" **أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى** " { القيامه: 36}، بل تعامل معه فى حدود إمكاناته وقدراته التى خلقه الله بها و لم يكلفه فوق ما يبطق.

قال تعالى:" **وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا طَائِرٍ يَطِيرُ بِجَنَاحَيْهِ إِلَّا أُمَمٌ أَمْثَالُكُمْ مَا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ ثُمَّ إِلَى رَبِّهِمْ يُحْشَرُونَ** " { الانعام: 38 }

4. التكامل:-

يقصد بالتكامل، أن المنهج الحياتى الإسلامى ذات طبيعة متكامل فى كل مناحى الحياة، أخلاقية أو إقتصادية أو سياسيه أو دينيه، إلى غير ذلك، ويتحقق من خلال هذا التكامل التوازن والتوافق بين الانسان و نفسه، وبينه وبين المجتمع الذى يعيش فيه، وبين المجتمعات بعضها البعض، قال تعالى: " **الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ** " { المائده: 3 }.

كما أن التكامل يعنى أن إتجهات المنهج الإسلامى فى مجالات العقيده والعباده والسلوك الفردى والاجتماعى ترتد كلها فى وحده محكمه وفى صورة شاملة للحياة كلها أى وحدة المصدر وهو الله، وكذلك إلى وحدة الموضوع وهو الانسان، وأيضاً وحدة الغاية وهى العبوديه لله الواحد الاحد، قال تعالى: " **أَفَلَا**

يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلَافًا كَثِيرًا " { النساء: 82 }، يستنكر القرآن فى هذه الاية عدم تدبر المنكرين له فى تشريعاته و أحكامه و توجيهاته وأوامره ونواهيه، ولو كان من غير الله لوجدو فيه إختلافاً كثيراً فضلا عن الاختلاف القليل، ولكن لانه من عند الله وحده تتره عن كل ذلك بل لو فعلوا لوجدوه متكاملاً متناسقاً متناغماً يكمل ويؤكد ويوضح بعضه بعضاً.

5. الوسطية:-

وهذه الوسطية لاتعنى وسطاً حسابياً أو معيارياً، إنما هى إعتدال وقسط قال تعالى: " **وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا وَمَا جَعَلْنَا الْقِبْلَةَ الَّتِي كُنْتَ عَلَيْهَا إِلَّا لِنَعْلَمَ مَنْ يَتَّبِعُ الرَّسُولَ مِمَّنْ يَنْقَلِبُ عَلَى عَقِبَيْهِ وَإِنْ كَانَتْ لَكَبِيرَةً إِلَّا عَلَى الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُضِيعَ إِيمَانَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِالنَّاسِ لَرَءُوفٌ رَحِيمٌ** " { البقره: 143 } ، فكلمة وسطاً تعنى الافضل وهو التوسط بين الاطراف، لاتفريط ولا مغالاة وهذه المعانى توفرت فى هذه الامة الرائدة لتكون شهيدة على الناس أمام الله.

وإذا كان الانسان يتكون من جسد وروح، ولكل منهما حاجاته ومتطلباته، فإن منهج الحياة الإسلامية قد راعى ذلك بشكل متوازن، بحيث لايطغى الاهتمام بجانب على حساب الاخر، ولكنها أولت كل من الجسد والروح من العناية والاهتمام ما يصلحهما معاً، فلا هى إهتمت بالجسد على حساب الروح كما فعل اليهود، ولا الروح على الجسد كما فعل النصارى، وهى بذلك تقف موقفاً وسطاً بين تطرف الماديين وتشدد الرهبانين قال تعالى: " **وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ** " { القصص: 77 }، وقال تعالى: " **يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ** " { الاعراف: 31 }.، و يبدو ذلك جلياً من خلال قوله صلى الله عليه وسلم " هلك المتنطعون وكررها ثلاثاً " كما نهت أيضاً عن البخل

لأنه يفرط فى حق النفس والاخرين والنهى عن التبذير لأنه إفراطاً فى الانفاق، قال تعالى: " **وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَحْسُورًا** " { الاسراء: 29 }، وقال تعالى: " **وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا** " { الفرقان: 67 }.

6. الواقعيه:-

ينطلق المنهج الإسلامى من منهج واقعى فى النظر إلى الطبيعه الانسانيه من خلال كون البشر مختلفون فيما بينهم، متنوعون فى صفاتهم، متعددون فى فصائلهم، قال تعالى: " **وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْعَالِمِينَ** " { الروم: 22 }، فهذا المنهج الحياتى الواقعى يتعامل مع الفرد على أساس إحتمال الخطأ والاصابه بعيداً عن المثاليه والكمال، فالكمال لايكون إلا لله عز وجل، فهى ليست تتعامل مع مثاليات لاوجود لها فى عالم الواقع، فهو يبغى الوصول بالفرد المؤمن، إلى ذلك الفرد الربانى الذى يسير فى طريق الله ويتجنب طريق الشيطان قال تعالى: " **لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ** " { البقره: 286 }.

7. الوضوح وعدم الغموض:-

يتسم المنهج الإسلامى بالوضوح، لايشوبه نقص، ولا يعتريه شك، ولا يدخله الغموض والابهام، قال تعالى: " **يَا أَهْلَ الْكِتَابِ قَدْ جَاءَكُمْ رَسُولُنَا يُبَيِّنُ لَكُمْ كَثِيرًا مِمَّا كُنْتُمْ تُخْفُونَ مِنَ الْكِتَابِ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ قَدْ جَاءَكُمْ مِنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتَابٌ مُبِينٌ يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ وَيُخْرِجُهُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِهِ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ** " { المائده: 15-16 }،

وقال تعالى: " **وَإِذَا لَمْ تَأْتِهِمْ بِآيَةٍ قَالُوا لَوْلَا اجْتَبَيْتَهَا قُلْ إِنَّمَا أَتَّبِعُ مَا يُوحَى إِلَيَّ مِنْ رَبِّي هَذَا بَصَائِرُ مِنْ رَبِّكُمْ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ** " { الاعراف: 203 }.

8. اليسر والسهولة: -

يتسم المنهج الإسلامى بسهولة مبادئه وتعاليمه، وعدم الارهاق والمشقة فى الالتزام به فهو تسير فى حدود الطاقة البشرية، قال تعالى: " **لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ** " { البقره: 286 }، وقال تعالى: " **يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا** " { النساء: 28 }.

9. ذكر الله قبل الشروع فى العمل: -

إن التسمية وذكر الله قبل الشروع فى أى عمل دينى أو دنيوى، بمثابة سمة من السمات اللأساسية للمنهج الإسلامى الحياتى، يرمى به الشارع الحكيم إلى ربط المسلم دائماً بالله الخالق وتذكيره بصاحب الحول والقوة الذى يقول للشيء كن فيكون، فتغشاه حالة من الطمأنينة والراحة تسكن بها نفسه وتهدأ بها روحه وينشغل بها قلبه، فيزول ما به من قلق وتوتر وغيرها من الإنفعالات النفسية التى تؤثر سلباً على الفرد الخارجى وعلى أعضائه الداخلية، كما أن ذكر الله يذهب الشيطان والوساوس الخبيثة التى قد تنتاب الفرد، فضلاً عن أنه يجعل الفرد على يقين بحاله ومئاله، فيتذكر ما أعده الله من ثواب وما أعده من عقاب.... وكل هذه أمور تجعله يقبل على ما هو شارع فيه بإخلاص وإتقان، فتحصل البركة فى العمل ويكون لذلك مردود ايجابياً عليه وعلى العمل.ويدل عليه قوله تعالى:" **رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ**

وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ، لِيَجْزِيَهُمُ اللَّهُ أَحْسَنَ مَا عَمِلُوا وَيَزِيدَهُمْ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ " { النور: 73،73 }

أهميـــة والحاجة إليه

- المنهج الإسلامى يهذب النفس ويحسن الأخلاق ويقوم السلوك، لأنه نابع من الضمير ومحفوف بالقداسة.
- المنهج الإسلامى يحافظ على سلامة الجسد، ويقيه الأمـــراض والأســـقام، ويبعث على نشاطة، وتحافظ على لياقته، المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف.
- إنه سبيل سعادة الفرد فى دنياه ونعيمه فى آخراه، متى إبتغى بها وجـــه الله تعالى، والله تبارك وتعالى يقول: " **وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آَمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِنْ كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُمْ بِمَا كَـــانُوا يَكْسِبُونَ** " { الأعراف: 96 }، وقال تعالى: " **وَأَنْ لَوِ اسْتَقَامُوا عَلَـــى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقَيْنَاهُمْ مَاءً غَدَقًا** " { الجن: 61 }، وقال تعالى: " **مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَـــةً وَلَنَجْـــزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** " { النحل: 73 }.
- المنهج الإسلامى يقوى الرابطة بين أفراد المجتمع الإسلامى، ويشيع جواً من الألفة والمحبة، ويدعوا إلى التسامح والعفـــو والإيثـــار، ويحـــيى الاخـــوة الاسلامية.
- يوحد الغاية والهمة، فالكل يبتغى مرضات الله، ليس له هـــم إلا الجنـــة، وليس له غاية إلا مرضاة الله أمام هذه الغاية العظمى والهـــدف الاسمـــى، رغبات الأفراد ونزواتهم وشهواتهم فلا رياء ولا تكلف ولا تصنع ولا من، وإنما أخوة وإيثار ومحبة.

- يدعم ويرسخ التماسك الإجتماعى، ويشيع داخل المجتمع الأمن والإستقرار، ليقظة الضمائر ومخافة الرقيب العتيد، فيزداد خيره وينمو ويزدهر.
- المنهج الإسلامى مع الإلتزام به وشيوعه داخل المجتمع المسلم، يعود بذلك للأمة مجدها الزائل، وهيبتها الغائبة وسيادتها الماضية ورقيها المؤمل، ومن ثم يتحقق لها النصر والتمكين، يقول الحق تبارك وتعالى: " **الَّذِينَ إِنْ مَكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآَتَوُا الزَّكَاةَ وَأَمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ** " { الحج: 16 }.
- المنهج الإسلامى يذيب الفوارق الإجتماعية، ويقضى على النزاعات القبلية والعصبيات الجاهلية، والحمية الهوجاء، ويقرر مبدأ المساواة، فلا غنى وفقير، ولا شريف وحفير، ولا وزير وخفير، ولا قريب وغريب، ولكن هناك " إن أكرمكم عند الله أتقاكم "، " يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات "، وهناك " قيمة كل إمرء ما يحسن "، وهناك " لاينظر الله إلى صوركم ولكن ينظر إلى قلوبكم "، وهناك " أنصر أخاك ظالماً أو مظلوماً ".
- المنهج الإسلامى يقرر مبدأ الإصلاح الإجتماعى، ولايجعلة على فئة دون فئة، وإنما يوجبه ويجعله فرضاً عيناً على كل عضو فى المجتمع، فالكل يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر، الكل داخل المجتمع المسلم يحمل رآية الإصلاح، كل مسلم يحمل هم أمته، لديه حمية لشرع الله، يغضب لضياع حقوق الله، ويثور لنصرتة، ومن ثم يكون الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر هو السياج الآمن والجدار المنيع والحصن الحصين الذى يحمى المجتمع ويصونه مما يفسده ويذهب بريحه و ويفتت تماسكه ويهدم وحدته.

محددات المباح في المنهج الإسلامى

من رحمة الله تبارك وتعالى أن جعل الأصل فى الأمور الحلة، إلا ما ورد نص بتحريمه، ومن رحمته ايضاً أن قد وضع للحلال المباح قيوداً وشروطاً، تقف أمام هوى النفس والشيطان، وتضمن الخير وتحول دون الشر.

1) عدم الافساد:-

الإفساد ينافى الغاية التى من أجلها استخلف الله الإنسان على الأرض وهى الإعمار" قال تعالى: **"هُوَ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ"**{هود:61}، وذلك هو ما دفع الملائكة إلى التعجب و التساؤل، قال تعالى: **"وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ"** {البقرة:30}.

وهذا المباح نعمة والنعمة تستوجب شكر المنعم عليها والافساد ينافى الشكر، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ** " {البقره: 172 }، وقال تعالى: " **وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ** " { القصص: 77 }، وقال تعالى: " **وَإِذَا تَوَلَّى سَعَى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْفَسَادَ** " { البقره: 205 }.

2) التوسط بين الاسراف والتقطير: -

التوسط والإتزان هو الأصل فى كل شىء، وأى عمل يخالف ذلك الأصل فضرره أكثر من نفعه، وشره أكثر من خيره، لأنه يعارض الفطرة، قال تعالى: " **يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ**

الْمُسْرِفِينَ " { الاعراف: 31 }، وقال تعالى آيضاً: " **وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا** " { الفرقان: 67 }، كما قال تعالى: " **وَآَتِ ذَا الْقُرْبَى حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا** " { الاسراء: 26 }.وفى التقتير هلاك، قال تعالى: " **وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** " { البقره: 195 }

وقال النبى صلى الله عليه وسلم آيضا " كلوا واشربوا والبسوا وتصدقوا فى غير إسراف ولا مخيلة [1].

وقال إبن عباس " كل ما شئت والبس ما شئت ما أخطأتك إثنتين سرف و مخيلة " نفس المرجع السابق " ، وعن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " كلوا وإشربوا وتصدقوا وإلبسوا ما لم يخالط إسراف ولا مخيله " [2].

3) عدم المخيله:-

قال تعالى: " **وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ** " { لقمان: 18 }، وقال تعالى: " **وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا** " { الاسراء: 37 }، وقال تعالى: " **تِلْكَ الدَّارُ الْآَخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ** " { القصص: 83 }، والايات الداله على تحريم الكبر كثيره.

ومن السنة قوله صلى الله عليه وسلم فيما رواه ابن مسعود، قال: " لا يدخل الجنه من كان فى قلبه مثقال ذره من كبر " فقال رجل: إن الرجل يحب أن

---

[1] [رواه البخارى فى كتاب اللباس ج 7، ص 71 "].

[2] [رواه أحمد والنسائى وإبن ماجه، وحسنه الالبانى فى المشكاه " 1736 "].

يكون ثوبه حسناً، ونعله حسنه، قال: " إن الله جميل يحب الجمال، الكبر: بطر الحق وغمط الناس " [1].

وعن سلمه بن الاكوع – رضى الله عنه – أن رجلاً أكل عند رسول الله صلى الله عليه وسلم بشماله، فقال: " كل بيمينك " قال لاأستطيع، قال: " لا أستطعت " ما منعه إلا الكبر: قال: فما رفعها إلى فيه " [2].

4) عدم التفاخر والتكاثر: –

لقوله تعالى: " **اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ** " { الحديد: 20 }، وقوله تعالى: " **أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ** " { التكاثر: 1}، وقوله تعالى: " **وَلَا تَمْنُنْ تَسْتَكْثِرُ** " { المدثر: 6}.

وهنا تتجلى حكمة الله تعالى، حيث أن النفس البشرية ترغب دائماً فى الإستزادة وتشتهى الثناء وتميل إلى المدح كميلها واشتهائها للطعام والشراب، وهى فى سبيل ذلك مستعدة متأهبة لفعل أى شيء يسكن تلك الشهوة حتى ولو كان على حساب الأخرين، فضلاً عن أنه ينافى العبودية الخالصة لله تعالى، فضلاً عن أنه مرض إجتماعى يحدث الضعينة والحسد.

---

[1] [رواه مسلم "676"، والترمذى " 6711 "، والالبانى فى المشكاه " 8613 " وصححه].

[2] [رواه مسلم " 7311 "، وأحمد " 68371 "، والالبانى فى المشكاه " 8711 " وصححه].

الفصل الثانى

المنهج البدنى الغريزى

- النوم
- اللباس والزينة
- الطعام والشراب
- النظافة والطهارة
- الجماع
- التخلى {قضاء الحاجة}

الـنـــــــــوم

يعد النوم من أعظم النعم ضرورة وأهمية للانسان، قال الله تعالى: " **وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَسْمَعُونَ** " { الروم: 23 }، لاسيما وأن الانسان مخلوق يعيش فى تعب دائم ومشقة لا تنقطع يكابد الحياة وتكابده، قال الله تعالى: " **لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ** " { البلد: 4 }، إذاً لابد له من راحه، تهدأ بها أعصابه وتسكن معها جوارحه، وترتاح فى ظلها أعضائه، ويطمئن بها قلبه، وإلا فلن يصح بدنه، ولن يستقيم حاله، ولن يهدأ مزاجه، ولكى يتحقق ذلك لابد من ليل يكسوه الظلام ويغشاه السكون ويعمه الهدؤ، ولا أدل على أهمية النوم من أن الله تعالى سخر الكون لحدوث الليل اللازم لعملية النوم، قال تعالى: " **وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ** " { القصص: 73 }، وقال تعالى: " **وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا** " { الفرقان: 47 }.

يقول صاحب الظلال: إن السكون بالليل ضروره لكل حى، ولابد من فترة من ظلام تسكن فيها الخلايا الحية وتستكن لتذاول نشاطها فى النوم، ولا يكفى مجرد النوم لتوفير هذا السكون، بل لابد من ليل، ولابد من ظلام، فالخلية الحية التى تتعرض لضوء مستمر تصل إلى حد من الاجهاد تتلف معه أنسجتها لانها لم تتمتع بقسط ضرورى لها من السكون.

معدل نوم الانسان فى الظروف العاديه من 6: 8 ساعات فى اليوم والليلة، يزداد هذا المعدل بالنسبة للاطفال حتى يصل إلى 20 ساعة بالنسبة للوليد، ويقل

مع الكبار حتى أنه ربما وصل إلى 4 ساعات فقط فى اليوم والليلة، أى أن معدل النوم للانسان العادى ثمانى ساعات فى اليوم والليلة.

يقول الغزالى فى بداية الهداية: واعلم أن الليل والنهار أربع وعشرون ساعة، فلا يكن نومك بالليل والنهار أكثر من ثمانى ساعات، فيكفيك إن عشت مثلاً ستين سنه أن تضيع منها عشرين سنه وهو ثلث عمرك.

عد ابن القيم للنوم فائدتان جليلتان:-

إحداهما: سكون الجوارح وراحتها مما يتعرض لها من التعب، فيريح الحواس من نصب اليقظة، ويزيل الاعباء والكلال.

والثانية: هضم الغذاء، ونضج الاخلاط، لان الحراره الغريزية – فى وقت النوم – تغور إلى باطن البدن، فتعين على ذلك، ولهذا يبرد ظاهره، ويحتاج النائم إلى فضل دثار.إنتهى.

والنوم الايجابى يقوى القدرة على ثبوت المعلومات فى الذهن لأن الراحة والنوم يضمنوا إستراحة جميع العمليات العقلية من التعب والارهاق الناتج عن العمل الشاق والنشاط الذهنى ويقوى القدرة على ثبوت المعلومة ويقلل من التشوهات التى تنتج عن كثرة الانطباعات الواردة من المراكز العصبية وذلك مثل: التشويه والتلاشى والانتشار، ولقد أكدت الابحاث أن النوم يؤثر على عمليه الحفظ، والنوم بعد التعلم مباشرة يعمل على تثبيت المعلومات والاخبار فهو جزء هام لوظائف المخ تنظمه الساعة البيولوجية التى تجعل الانسان ينام من 6-8 ساعات ويظل يقظاً فى اليوم لمدة "16-18" ساعة، والنوم هام جداً للجسم وخاصة المخ حيث أن هناك بعض الهرمونات لا تفرز إلا أثناء النوم مثل هرمون النمو وتفرزه الغدة النخامية والمسئول عن وظيفة نمو الانسان وبلوغه خاصة عند الاطفال والحيوية عند الكبار [1]

[1] [كيف تقوى ذاكرتك وتتغلب على النسيان، فؤاد السيسى ص36].

ونظراً لأهمية النوم فلابد من اتباع برنامج مثالى يحصل معه الفرد على عدد الساعات المناسبة، فى الاوقات المناسبة، وبالطريقة و الكيفية المناسبة، ولن يأتى الانسان مهما ارتقى فى سلم العلم و أبحر فى الثقافة و المعرفة، من كلام البارىء العليم، وهدى من لا ينطق عن الهوى.

لذلك فلابد أن يأتى البرنامج الامثل للنوم من كتاب الله وسنة نبيه صلى الله عليه وسلم:

ينقسم المعدل اليومى للنوم إلى ثلاث فترات

***الفترة الاولى*: النوم من بعد العشاء إلى نصف الليل:-**

قال تعالى فى آية الاستئذان " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لِيَسْتَأْذِنْكُمُ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآَيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ**"{النور:58}، فقوله:" **وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ** " إقرار منه سبحانه بإن النوم يبدأ من هذا الوقت، حيث نهى عن الدخول فيه إلا بعد الاستئذان، لانه وقت يكون فيه المرء متحللاً من ملابسه إستعداداً للنوم، فكان من عادة العرب النوم فى هذا الوقت، و لم ينكر القرآن عليهم ذلك.

وكان هذا هو هدى النبى صلى الله عليه وسلم، فقد نهى صلى الله عليه وسلم عن السهر بعد العشاء، فعن ابى برزة – رضى الله عنه –، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم " كان يكره النوم قبلها والحديث بعدها "[1]، وأيضاً عن إبن مسعود –

[1] [رواه البخارى " 771 "، ومسلم " 647 "].

رضى الله عنه – قال: " جدب لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم السمر بعد العشاء، يعنى زجرنا وفى رواية " بعد صلاة العتمة "[1].

وقد رخص النبى صلى الله عليه وسلم السهر بعد العِشاء فى حالة الصلاة أو السفر أو فى

السهر على أمر من أمور المسلمين، وعن عبد الله بن مسعود قال، قال رسول الله صلى الله عليه

وسلم: " لا سمر إلا لمصلى أو مسافر "[2].

وعن عمر بن الخطاب – رضى الله عنه – قال كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يسمر مع أبى بكر فى الامر من أُمور المسلمين وأنا معهما " [3].

وبالنسبة للفائدة الصحية للنوم المبكر، تؤكد الباحثة الفرنسية نيريس دي أن عبارة "النوم المبكر والاستيقاظ المبكر يجعل الإنسان صحيحاً وغنياً وحكيماً" و"إن ساعة النوم قبل منتصف الليل تساوي ثلاث ساعات بعده" فيها بعض الحقيقة،ولقد تبين أن 70% ? من نومنا العميق غير الحالم يحدث خلال الثلث الأول من الليل،وعندما نتجاوز النوم قبل منتصف الليل فإننا نفقد كثيراً من نومنا العابر غير الحالم.

أما ما ورد فى قطع النوم والاستيقاظ بعد نصف الليل، فتدل عليه الايات التى وردت فى القيام و التهجد، مثل قوله تعالى: "**تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ** " { السجده: 16 }، و قوله

---

[1] [رواه بن ماجه، وصححه الالبانى فى سنن بن ماجه " 2435 "].

[2] [رواه أحمد، والترمذى، وقال الالبانى حسن صحيح، وله شاهد عن عائشة مرفوعاً بلفظ: لاسمر إلا لثلاثة مصل أو مسافر أو عروس وإسناده حسن " أنظر السلسلة الصحيحة " 2435 "].

[3] [رواه الترمذى، وأحمد، وإبن حبان فى صحيحه، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2781 "]

تعالى: " إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا " { المزمل: 6 }، و قوله تعالى: " إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَى مِنْ ثُلُثَيِ اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَائِفَةٌ مِنَ الَّذِينَ مَعَكَ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ عَلِمَ أَنْ لَنْ تُحْصُوهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ عَلِمَ أَنْ سَيَكُونُ مِنْكُمْ مَرْضَى وَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَآخَرُونَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَأَقْرِضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرًا وَأَعْظَمَ أَجْرًا وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ " { المزمل: 20 }، وغير ذلك من الايات.

وقد ذُكر عند رسول الله صلى الله عليه وسلم رجل نام ليله حتى أصبح، قال: " ذاك رجل بال الشيطان فى أُذنيه " أو قال " فى أُذنه "[1]، فذلك ذم وتوبيخ منه صلى الله عليه وسلم لمن لم يقطع نومه بالقيام، وعن على بن أبى طالب – رضى الله عنه – ان النبى صلى الله عليه وسلم طرقه وفاطمة فقال: " ألا تصليان؟ " فقلت يارسول الله إنما أنفسنا بيد الله فإذا شاء أن يبعثا بعثنا فإنصرف رسول الله صلى الله عليه وسلم حين قلت له ذلك ثم سمعته وهو مدبر يضرب فخذه ويقول: "وكان الانسان أكثر شئ جدلا "[2].

ومن الفوائد الصحية لهذا الأستيقاظ، أن الإنسان الذى ينام ساعات طويلة على وتيرة واحدة يتعرض للإصابة بأمراض القلب بنسب عالية جداً وتعليل هذه الظاهرة علمياًأن شحوم الدم تترسب على جدران الشرايين الخاصة بالقلب بنسبة كبيرة إذا طالت ساعات النوم مما يؤدى إلى إضعاف عمل هذه الشرايين وفقدها لمرونتها ويحدث لها تصلب فلا تصلح لضخ كميات الدم المناسبة لتغذية عضلة القلب علاوة على أن نبض القلب يبطؤ ومع بطء النبض يبطؤ تدفق الدم فى العروق ولذلك نرى العجب العجاب أن الباحثين فى هذا الأمر لا يعرفون عن

---

[1] [رواه البخارى " 1144 "، ومسلم " 774 "].

[2] [رواه البخارى " 1127 "، ومسلم " 775 "].

الإسلام شيئاً فيقدمون النصائح التى قدمها الإسلام من يقوم الإنسان من نومه بعد أربع أو خمس ساعات لإجراء بعض الحركات الرياضية أو المشى لربع ساعة تقريباً للحفاظ على مرونة الشرايين القلبية ووقايتها من الترسبات الدهنيـــة و الإصـــابة بالذبحة الصدرية [1].

***الفترة الثانية*: من وقت السحر بعد قيام الليل الى الفجر:-**

قال تعالى فى أية الاستئذان " **مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ** "، فى هذه العبارة إقـــرار منه سبحانه ايضا بأن ما بعد قيام الليل إلى ما قبل صلاة الفجر وقت نوم، وكـــان من هديه صلى الله عليه وسلم بعد أن يتم ورده من الليل أن ينام وقت السحر وهو السدس الاخير من الليل، فعن عائشة – رضى الله عنها –قالت: ما ألفاه الســـحر عندى إلا نائماً تعنى النبى صلى الله عليه وسلم [2].

وقد سُألت السيدة عائشة – رضى الله عنها – أيضاً، كيف كانت صـــلاة النبى صلى الله عليه وسلم بالليل؟ فقالت: كان ينام أوله ويقوم آخـــره فيصـــلى ثم يرجع إلى فراشه فإذا أذن المؤذن وثب فإن كان به حاجة إغتسل وإلا توضأ وخرج " [3].

وعنها كذلك قالت: كانت عندى إمرآة من بنى أسد فدخل على رسول الله صل الله عليه وسلم فقال: "من هذه؟ " قلت: فلانه لاتنام الليل فذكر من صلاتها، فقال: " مه عليكم ما تطيقون من الاعمال فإن الله لايمل حتى تملوا [4].

إذاً يتبين لنا من خلال الاحاديث والايات أن ليل المسلم عبارة عن نوم نصـــفه وقيام ثلثه ونوم سدسه، وكان هذا أيضاً دأب نبى الله داود عليه السلام، فعن عبـــد

---

[1] [على فؤاد مخيمر، مجلة التبيان، العدد السبعون:38-39]

[2] [رواه البخارى " 1133 "، ومسلم " 1318 "].

[3] [رواه البخارى " 1146 "، ومسلم " 739 "].

[4] [رواه البخارى " 1151 "، ومسلم " 785 "].

الله بن عمرو بن العاص – رضى الله عنهما – أن رسول الله صل الله عليه وسلم قال له: " أحب الصلاة إلى الله صلاة داود عليه السلام وأحب الصيام إلى الله صيام داود عليه السلام وكان ينام نصف الليل ويقوم ثلثه وينام سدسه ويصوم يوماً ويفطر يوماً " [1].

حتى قال بعض السلف: هذه الضجعة قبل الصبح سنه، منهم أبو هريرة – رضى الله عنه –، وكان نومه هذا الوقت سبباً للمكاشفة والمشاهدة من وراء حجب الغيب وذلك لارباب القلوب وفيه إستراحه تعين على الورد الاول من أوراد النهار [2].

الفترة الثالثة: نوم القيلولة: –

كان من عادة العرب فى الجاهلية النوم والاسترخاء وقت تعامد الشمس، وربما كان ذلك لشدة الحرارة فى ذلك الوقت، وأقرها الأسلام وحث عليها، فقد جعلها الله ضمن أوقات الأستئذان الثلاثة،، بقوله تعالى: " **وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ** " وقد قلنا سابقاً أنهم يضعون ثيابهم استعداداً وتأهباً للنوم، وقال تعالى:" **وَكَمْ مِنْ قَرْيَةٍ أَهْلَكْنَاهَا فَجَاءَهَا بَأْسُنَا بَيَاتًا أَوْ هُمْ قَائِلُونَ**"، وقال تعالى: "**أَصْحَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَئِذٍ خَيْرٌ مُسْتَقَرًّا وَأَحْسَنُ مَقِيلًا** "، فمن النعيم الذى يكون فيه أهل الجنة أنهم يقيلون كما كانوا يقيلون فى الدنيا وأحسن.

وكان النبى صلى الله عليه وسلم وصحابته الكرام يحافظون عليها، فكانوا لايخرجون من بيوتهم فى هذا الوقت إلا لحاجة، وقد أمر صلى الله عليه وسلم بها حيث قال فى حديث أنس: " قيلوا فإن الشياطين لاتقيل " [3].

---

[1] [رواه البخارى " 3420 "، ومسلم " 1159 "].

[2] [إحياء علوم الدين، ج "1 "، ص " 469 "].

[3] [رواه الالبانى فى الصحيحة " 1647 "، وأخرجه أبوا نعيم فى الحلية، والطبرانى فى الاوسط، وقال الالبانى: إسناده حسن].

وقال الغزالى " القيلولة ": سنه يستعان بها على قيام الليل كما أن التسحر سنه يستعان به على صيام النهار.

وقال عبد الله بن شبرمة: نومة نصف النهار تعدل شربة دواء يعنى فى الصيف خصوصاً، وقال بعض الاطباء: نومه القيلولة فى الصيف مبردة، وفى الشتاء مسخنة.

وقيل النوم على ثلاثه أنواع: نومة الخرق " قلة الحيلة " ونومة الخلق ونومة الحمق، فنومة الخرق نومة الضحى ونومة الخلق هى القيلولة، ومن شروط القيلولة أن يكون وقتها قصير فلا يستغرق فى النوم إلى وقت العصر فتفوته الجماعة، بل ينبغى أن ينتبه فيها ليستعد للصلاة.

وقد نشر موقع "سى ان ان" بتاريخ 2007/7/13 بحثاً طويلاً بعنوان " ناموا فى مكاتبكم.... تصحوا "**لمن** يحب أن يغفوا قليلاً فى مكاتبهم، أصبح بإمكانهم الان أن يجابهوا مديرهم بعذر طبى ممتاز،فقد أظهر بحث جديد أن قيلولتهم أثناء العمل تقلل من خطر الاصابة بمشكلات قلبيه خطيرة ربما قاتلة، فذالك دليل عظمة هذه الشريعة و حاجة الإنسانية إليها.

ومن فوائدها الصحية أنها تعيد للجسم نشاطه، وبناءً عليه فقد بدأت عدة شركات وهيئات علمية تشجع العاملين فيها على نوم القيلولة لتقليل الإجهاد وزيادة الانتاج وأظهرت الأبحاث كذلك أن أفضل علاج للشعور بالنعاس هو الحصول على غفوة قصيرة حيث إن تأثير المنبهات مثل القهوة أو الأدوية المنبهة.أ.ه.

عن جابر بن عبد الله أنه غزا مع النبى صلى الله عليه وسلم فأدركتهم القائلة فى واد كثير العضاه فتفرق الناس فى العضاه يستظلون بالشجر فنزل النبى صلى الله عليه وسلم تحت شجرة فعلق سيفه ثم نام فإستيقظ وعنده رجل وهو لايشعر به فقال النبى صلى الله عليه وسلم: " إن هذاإخترط سيفى فقال: من يمنعك؟ قلت: الله، فشام السيف فها هو ذا جالس " ثم لم يعاقبه " [1].

---

[1] [رواه البخارى " 4135 "، و رواه الترمذى، وأحمد].

إذاً النوم الصحى الشرعى ينبغى أن يوزع على هذه الاوقات الثلاثة وهـــم: نصف الليل الاول، والسحر، والقيلولة، **أما النوم فى غير هذه الاوقات مثل**

أ- النوم بعد الفجر " نوم الصبحة ":

فقد حث الله تعالى إلى الإستيقاظ فيه، قال تعالى:" **إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْـــرِ كَـــانَ مَشْهُودًا**" {الإسراء:78} وحث رسول الله صلى الله عليه وسلم على النشاط فى هذا الوقت، ودعا الله أن يبارك لامته فى هذا الوقت من اليوم، فعن صخر بن وداعة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " اللهم بارك لامتى فى بكورها وكان إذا بعث سرية أو جيشاً بعثهم من أول النهار وكان صخراً تـــاجراً فكان يبعث تجارتة من أول النهار فأثرى وكثر ماله " [1]، فهو وقت ملئ بالبركـــة، يشعر به من ينشط فيه،فيجده مختلفاً عن باقى الاوقات.

وعن ابن عمر- رضى الله عنهما – قال: قال رسول الله صـــلى الله عليـــه وسلم: " اللهم بارك لامتى فى بكورها " [2]. وروى أن ابن عباس رأى ابناً له نائماً نومة الصبحة فقال له قم أتنام فى الساعة التى تقسم فيها الارزاق [3].

وعن بعض التابعين أن الارض تعج من نوم العالم بعد صلاه الفجر، وذلـــك لانه وقت طلب الرزق والسعى فيه شرعاً وعرفاً عند العقلاء.

لذلك كره العلماء النوم فى هذا الوقت، قال ابن القيم: " المكروه عندهم، (أى الفقهاء): النوم بين صلاة الصبح وطلوع الشمس فإنه وقت غنيمة وللسير ذلـــك الوقت عند السالكين مزية عظيمة حتى لو ساروا طول ليلهم لم يسمحوا بـــالقعود عن السير ذلك الوقت حتى تطلع الشمس فإنه أول النهار ومفتاحه ووقت نـــزول

---

[1] [رواه أبو داود ، والترمذى، وإبن ماجه، وأحمد، وقال الالبانى فى الترغيب والترهيب صحيح لغيره " 1693 "].

[2] [رواه أحمد، وإبن ماجه، وصححه الألبانى فى صحيح ابن ماجة"2238"].

[3] [أورده بن القيم فى " زاد الميعاد "].

الارزاق وحصول القسم وحلول البركة ومنه ينشأ النهار وينسحب حكم جميعه على حكم تلك الحصة فينبغى أن يكون نومها كنوم المضطر " [1].

وقال آيضاً فى زاد الميعاد: نومه حرمان إلا لعارض أو ضرورة، وهو مضر جداً بالبدن، لإرخائه بالبدن، وإفساده للفضلات التى ينبغى تحليلها بالرياضة فيحدث تكسراً وعياً وضعفاً، وإن كان مثل التبرز والحركة والرياضة وإشغال المعدة بشئ، فذلك الداء العضال المولد لأنواع من الادواء [2].

وقال على – رضى الله عنه – من الجهل النوم أول النهار، والضحك من غير عجب. وكان هشام بن عبد الملك يقول لولده: لا تصطبح بالنوم فإنه شؤم ونكد. وقيل: إن نومة الضحى تورث الغم والخوف، ونومة العصر تورث الجنون. قال الشاعر:-

ألا إن نومات الضحى تورث الفتى غموماً ونومات العصير جنون

وعن العباس بن عبد المطلب أنه مريوماً بإبنه وهو نائم نومة الضحى فوكزه برجله وقال له: قم لا أنام الله عينك أتنام فى ساعه يقسم الله تعالى فيها الرزق بين العباد؟ أو ما سمعت ما قالت العرب: إنهامكسلة مهزلة منسية للحاجة [3]، وكما قلنا أنه نومة الخرق أى قليلوا الحيلة.

وجاء العلم الحديث وأثبت أن أعلى نسبة لغاز الأوزون تكون عند الفجر وهذه النسبة تقل وتنتهى عند طلوع الشمس فهذا الغاز ينشط الجهاز العصبى فمن استيقظ بعد الشمس شعر طوال اليوم بانهيار القوى و الكسل، و كذلك أثبت العلم الحديث أن نسبة الأشعة فوق البنفسجية تكون أكبر عند الشروق فهى مفيدة للجلد وهشاشة العظام. فالإستيقظ مبكراً يمنع الأعراض السابقة الذكر من بطء فى

---

[1] [مدارج السالكين، ج" 1 "، ص" 324"].

[2] [زاد المعاد، ج" 2 "، ص " 208 "].

[3] [المستطرف فى كل فن مستظرف، ص " 496 "].

دقات القلب وسريان الدم ببالشرايين وترسيب المواد الدهنية على جدار الشـــرايين مما يسبب الذبحة الصدرية وغيرها [1].

ويرى الدكتور الراوي أن ريح الصبا التي تهب في ساعات الفجر لهـــا تـــأثير لطيف يحس به الإنسان ويستذوق حلاوته حيث يكون الهواء المشبع بالأوزون،وقد تبين أن لهذا الغاز تأثيرات رائعة على الجملة العصبية والمشاعر النفســـية والنشـــاط العضلي والفكري،كما أن أروع الإنتاجات الصوتية والتلحين الجميل سجلت وقت الفجر الباكر،وهكذا فإن قارئ القرآن الكريم يحس بقابلية عجيبة وقت الفجر مـــن حيث نقاوة الصوت وصفائه والقدرة على التلحين الجميل،هذا عدا عما فيه مـــن خشوع وصفاء. وقد أشار القرآن الكريم إلى سر هذه المعجزة العلمية عنـــد قولـــه تعالى:(وقرآن الفجر إن قرآن الفجر كان مشهوداً) الإسراء[2].

ويؤكد عبد الحميد دياب وأحمد فرفور (مع الطب في القرآن) هذه الحقائق عن فوائد الاستيقاظ المبكر، ويضيفا أن هذا الاستيقاظ يقطع النوم الطويل الـــذي يعرض المسنين للإصابة بالعصيدة الشريانية وخناق الصدر وكثرة حدوث الجلطـــة القلبية،ويضيفا أن أعلى نسبة للكورتيزون في الدم هي وقت الصباح الباكر حيـــث تبلغ 7-22 مكغ/ مل من الدم،وأخفض نسبة لها تكون في المساء ومن المعـــروف أن الكورتيزون هو الهرمون الهام في البدن والذي يعمل على رفع فعاليات الجســـم وتنشيط استقلاباته بشكل عام،ويختم المؤلفان بحثهما بقولهما" وهكـــذا نجـــد أن المسلم الملتزم بدينه هو إنسان فريد بالفعل يستيقظ مبكراً لاستقبال يومه الجديـــد بهمة ونشاط وحيث تكون إمكاناته الذهنية والعضلية في أعلى مستوى مما يؤدي إلى

---

[1] [على فؤاد مخيمر، مرجع سابق].

[2] [روائع الطب الإسلامي ،51]

زيادة الإنتاج في المجتمع.. وإن تعمم هذه الظاهرة في المجتمعات الإسلامية تظهر منها مجتمعات متميزة تدب فيها الحياة منذ مطلع الفجر[1].

ب- النوم بعد العصر: -

قال الامام أحمد: يكره ان ينام بعد العصر يُخاف على عقله [2]. وقال بن القيم: ومن النوم الذى لاينفع آيضاً: النوم أول الليل عقب غروب الشمس حتى تذهب مخمة العشاء وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يكرهه فهو مكروه شرعاً وطبعاً.

وقال أيضاً: نوم النهار ردئ يورث الأمراض الرطوبية والنوازل، ويفسد اللون، ويورث الطحال، ويرخى العصب، ويكسل ويضعف الشهوة، إلا فى الصيف وقت الهاجرة.

أردأ النوم: نوم أول النهار، وأردأ منه: النوم أخره بعد العصر....قال بعض السلف: من نام بعد العصر، فاختلس عقله، فلا يلومن إلا نفسه.ونوم آخر النهار هو نوم الحمق، كما ورد فى الاثر.

ما سبق هو أنفع وأصح النوم للبدن وللعبادة، ومخالفة ذلك فيه تربص لضياع ثواب الاتباع والامتثال للشرع، كما أنه يعرض بذلك البدن للاسقام والاوجاع.

وآيضاً فى الزياده أو النقصان عن هذا المعدل الذى سقناه مخالفة، وتعريض الجسد كذلك للعلل والاسقام، وإليك بعض الاثار الواردة فى ذم كثرة النوم، وقلته عن المعدل السابق.

---

[1] [نفس المرجع السابق، ص52]

[2] [غذاء الالباب فى شرح منظومة الاداب 278/2].

❖ النهى عن كثرة النوم:-

وقال فى شرح أوراد ابى داود: وأما كثرة النوم فله آفات: منها أنه دليل على الفسولة والضعف وعدم الذكاء والفطنة، سبب للكسل وعادة العجز وتضييع العمر فى غير نفع وقساوة القلب وغفلته وموته، والشاهد على هذا ما يعلم ضرورة ويوجد مشاهده وينقل متواتراً من كلام الامم والحكماءالسالفين وأشعار العرب وصحيح الاحاديث وآثار السلف وخلف مما يحتاج إلى الاستشهاد عليه إختصاراً أو إقتصاراً على شهرته [1].

عن جابر قال: سأل رجل رسول الله صل الله عليه وسلم أينام أهل الجنه؟ قال: " النوم أخو الموت، ولا ينام آهل الجنه " [2].

وقد وبخ رسول الله صل الله عليه وسلم الرجل الذى نام حتى أصبح وقال: " ذاك رجل بال الشيطان فى أُذنيه "، وكذلك ما فعله رسول الله صلى الله عليه وسلم مع الامام على وفاطمة [3].

وعن جابر آيضاً قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " قالت أُم سليمان بن داود لسليمان عليه السلام: ياسليمان لا تكثر النوم باليل، فإن كثرة النوم باليل تترك العبد فقيراً يوم القيامه " [4].

وقال لقمان لإبنه: يا بنى إياك وكثرة النوم والكسل والضجر، فإنك إذا كسلت لم تؤد حقا و إذا ضجرت لم تصبر على حق.

---

[1] [غذاء الالباب فى شرح منظومه الالباب 278/2].

[2] [البيهقى فى شعب الايمان، والطبرانى فى الاوسط، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 1087 "]

[3] [كل ذلك قد سبق تخريجه].

[4] [المعجم الصغير للطبرانى، والبيهقى فى شعب الايمان، وإبن أبى الدنيا فى التهجد، والالبانى " 8501 " فى الضعيفه].

وقال الحسن: " يصبح المؤمن حزينا ويمسى حزيناً، وينقلب فى النوم ويكفيه ما يكفى العنيزة " [1]، وقال الفضيل: خصلتان تقسيان القلب: " كثره النوم وكثرة الأكل " [2]، وكان الحسن بن صالح يقول: " إنى لأستحى من الله أن أنام تكلفاً حتى يكون النوم هو الذى يصرعنى، وكان يقال له حية الوادى.

والنوم الزائد عن تسع ساعات لمتوسطى العمر يسبب خمول الذاكرة وتراجعا، كما يؤدى عدم النوم أوالنوم الطويل إلى آثار سلبيه على الذاكرة منها:-

1. الفقدان التدريجى للذاكرة حيث يفقد الانسان جزءاً بعد جزء من إسترجاع المعلومة أو الحدث.
2. فقدان الذاكرة لفترة زمنية معينة حيث يعانى الشخص من فقد أجزاء من الذكريات التى قد حدثت فى فترة زمنية معينة، رغم أنه قد يكون قادراً على تذكر الاحداث التى سبقتها أو تذكر الاحداث التى حدثت بعدها.
3. فقدان الذاكرة للحدث أو المعلومة الجديدة حيث يفقد الانسان جزء من قدرتة على إستعادة الاحداث التى حدثت فى وقت قريب رغم أنه قادر على أن يتذكر ويسترجع الاحداث القديمة [3].

❖ مدافعة النوم: -

مدافعة النوم تورث الافات، و اليقظة أفضل من النوم لمن يقظتة طاعة، ولا ينبغى مدافعة النوم كثيراً أو إدمان السهر، فإن مدافعة النوم وهجره مورث لآفات آخرى من سؤ المزاج وييسه وإنحراف النفس وقلة الفهم وعدم القدرة على العمل، وتورث آمراض متلفة.

---

[1] [شعب الايمان للبيهقى].

[2] [الزهد الكبير للبيهقى].

[3] [كيف تقوى ذاكرتك وتتغلب على النسيان ،، ص " 38 "].

وكان من هدى النبى صلى الله عليه وسلم عدم مدافعة النوم، بل كان إذا غلبه النعاس نام صلى الله عليه وسلم، وقالت السيدة عائشة فى وصف قيام رسول الله عليه وسلم فى الحديث الطويل، قالت: " وكان إذا غلبه نوم أو وجع عن قيام الليل صلى من النهار إثنتى عشرة ركعة، ولا أعلم نبى الله صلى الله عليه وسلم قرأ القرآن كله فى ليلة واحدة ولا صلى ليلة حتى الصبح ولا صام شهراً كاملاً غير رمضان " [1].

وروت السيدة عائشة أيضاً عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إذا نعس أحدكم فى صلاة فليرقد حتى يذهب عنه النوم فإن أحدكم إذا صلى وهو ناعس لعله يذهب يستغفر فيسُب نفسه " [2].

وقد جعل الامام مسلم فى صحيحه باباً كاملاً بعنوان " أمر من نعس فى صلاتة أو إستعجم عليه القرآن أو الذكر بأن يرقد أو يقعد حتى يذهب عنه ذلك "، ولو كان فى مدافعة النوم والسهر خيراً لسبقنا إليه رسول الله صلى الله عليه وسلم.

آداب النـــوم

1. سلوكيات ما قبل النوم:-

عن جابر بن عبد الله أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا كان جنح الليل أو أمسيتم فكفوا صبيانكم فإن الشياطين تنتشر حينئذ فإذا ذهب ساعة من الليل فخلوهم وأغلقوا الابواب واذكروا اسم الله فإن الشيطان لا يفتح باباً مغلقاً وأوكوا قربكم وإذكروا إسم الله وخمروا آنيكم وأذكروا إسم الله ولو أن تعرضوا عليها شيئاً وأصفئوا مصابيحكم " وفى روايه أخرى " أطفئوا المصابيح إذا رقدتم وغلقوا الابواب وأوكوا الاسقيه وخمروا الطعام والشراب " [3].

---

[1] [رواه مسلم " 746 "، والبخارى " 1971 "].

[2] [رواه البخارى " 212 "، ومسلم " 786 "].

[3] [البخارى " 5623 "، ومسلم " 2012 "].

تلكم جملة من النصائح النبوية، والتى تدل على مدى حرص النبى صلى الله عليه وسلم على تربية أُمته وإعتنائه بصحتهم وسلامتهم وأمنهم، " فلقد اهتم الإسلام بصحة أتباعه والتنشئة السليمة لأطفالهم وحمايتهم من التشرد والضياع فمتى أقبل الليل فعلى الصبيان ألا يبقوا خارج منازلهم، وإلا تولتهم شياطين الإنس والجن فأغوتهم وقد يصبحون لصوصا أو مجرمين، وقد يرغمون على ارتكاب الفواحش،والليل يستر عليهم ذلك والشياطين تجيد الإغواء في الظلام،لذ ا أهاب النبي – صلى الله عليه وسلم – بالمسلمين أي يكفوا أطفالهم بالليل ليحفظوهم من الانحراف. فهذا هدى معلم الخير سيدنا محمد – صلى الله عليه وسلم – منذ أكثر من 14 قرنا، وهذه إحصائيات الغرب اليوم التي تؤكد أن في الولايات المتحدة وحدها يهرب مليون طفل من منازلهم سنويا، ربعهم على الأقل لا يعودون إليها. وفي مدينة لندن يفر كل يوم 2500 من المراهقين تحت سن 18 من منازلهم[1]".

2. تنفيض الفراش: –

وذلك على سبيل الوقايه، لانه ربما كان عليه غبار أو حشرات أو غير ذلك فيؤذيه.

عن أبى هريرة — رضى الله عنه –، عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إذا أوى أحدكم إلى فراشه، فليأخذ داخله إزاره فلينفض بها فراشه وليسم الله فإنه لايعلم ما خلفه بعده على فراشه....." [2].

3. عدم النوم فى الشمس: –

عن أبى هريرة – رضى الله عنه — أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا كان أحدكم فى الشمس، فقلص عنه الظل، فصار بعضه فى الشمس، وبعضه

---

[1] [روائع الطب الإسلامى،62]

[2] [البخارى " 6320"، و " مسلم " 2714 "].

فى الظل فليقم " [1]، وعن بريدة بن الخطيب: " أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى أن يقعد الرجل بين الظل والشمس " [2].

إن جميع أجزاء البدن ترتبط ببعضها البعض ارتباطاً وثيقاً، فإذا تعرض جزء من البدن لضؤ الشمس وحرارتها دون الجزء الأخر، أحدث اضطراباً فى وظائف الأعضاء، وخاصة إذا استمر ذلك الوضع لفترة طويلة، ويشعر بذلك من جلس بعضه فى الظل وبعضه فى الشمس.

4. الوضوء:-

قال تعالى: " **إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ** " { البقره: 222 }، وعن البراء قال: قال لى رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا أتيت مضجعك فتوضأ وضوئك للصلاة، ثم إضجع على شقك الايمن....." [3].

5. أن ينوى بالنوم التقوى على الطاعة: -

إن المسلم إذا نوى بنومته التقوى على العبادة، فإن نومه يعد قربة إلى الله، ويؤجر عليه، قال معاذ لأبى موسى: كيف تصنع فى قيام الليل؟ فقال: أقوم الليل أجمع لا أنام منه شئ وأتفوق القرآن تفوقا، قال معاذ: لكنى أنام ثم أقوم وأحتسب فى نومتى ما أحتسب فى قومتى [4].

---

[1] [رواه أبو داود، وأحمد، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 748 "].

[2] [رواه بن ماجه، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 6840 "].

[3] [البخارى " 247 "، ومسلم " 2710 "].

[4] [البخارى " 4341 - 4342 "، ومسلم " 1824 "].

6. النوم على الشق الايمن: -

لقوله صلى الله عليه وسلم: " فإذا أراد أن يضجع فليضجع على شقه الايمن وليقل (سبحانك اللهم ربى بك وضعت جنبى وبك أرفعه إن أمسكت نفسى فإغفر لها وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين) " [1].

وعن أبى هريرة قال: رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم رجلاً مضجعاً على بطنه فقال: " إن هذه ضجعه لايحبها الله " [2].

يقول الباحثون أن الرئة اليسرى أصغر من اليمنى فحين ينام الإنسان على جنبه الايمن يكون القلب أخف حملاً ويكون الكبد مستقراً وغير معلق، أما المعدة فإنها تكون مستلقية فوق الكبد مما يساعدها على سهولة الهضم والتفريغ التى تتراوح ما بين 2.5 إلى 4.5 ساعة، وكذلك إكتشف أن القصبة الهوائية اليسرى بهذا الوضع تسهل وظيفتها فى سرعة تخلصها من الإفرازات المخاطية، أما القصبة اليمنى فإنها تتدرج فى الارتفاع إلى أعلى نظراً لانها مائلة قليلاً كما يسهل تخلصها من إفرازاتها بواسطة الأهداب.

أما الذين ينامون على ظهورهم فإنهم يعطلون جهازاً من أدق الاجهزة وهو جهاز التسخين والتصفية بالأنف ويتنفس الإنسان من فمه بدلاً من أنفه مما يجعله عرضتاً للإصابة بنزلات البرد والذكام وجفاف اللثة والفم فضلاً عن الشخير المزعج ورائحة الفم الكريهة، ويصيب الأطفال بتفلطح الرأس.

والذين ينامون على بطونهم يشعرون بضيق فى التنفس لان ثقل الظهر والهيكل العظمى يقع على الرئتين إضافة إلى أن هذه النومة يبغضها الله ورسوله.

أما النوم على الجانب الايسر فيرى الأطباء أنه غير آمن لان القلب يقع تحت ضغط الرئة اليمنى وهى كبيرة الحجم مما يؤثر على نشاطه وكذلك الضغط على المعدة من قبل الكبد فيؤخر من زمن إفراغها ليصل إلى " 8 " ساعات.إنتهى [1].

---

[1] [سبق تخريجه].

[2] [إبن ماجه، وضعفه الالبانى فى ضعيف بن ماجه، وفى الباب].

7. قراءة آخر آيتين من سورة البقرة: -

عن بن مسعود – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من قرأ بالآيتين من آخر سورة البقرة فى ليلة كفتاه " [2].

وهاتين الأيتين من الآيات الجامعة، فالأولى حوت أركان الإيمان، وفيها التسليم والإنقياد والطاعة التامة، والأخرى ضمنت الدعاء الذى هو مخ العبادة، والذى يعنى اللجؤ إلى الله والتضرع إليه وطلب العون منه جل وعلا.

8. قرآة آية الكرسى: -

عن أبى هريرة – رضى الله عنه – قال: وكلنى رسول الله صلى الله عليه وسلم بحفظ ذكاة رمضان فأتانى آت يحثوا من الطعام فأخذته فقلت لأرفعنك إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقص الحديث فقال: إذا أويت إلى فراشك فإقرأ آيه الكرسى لن يزال معك من الله حافظ ولا يقربك شيطان حتى تصبح وقال النبى صلى الله عليه وسلم: " صدقك وهو كذوب ذاك شيطان " [3]. وهى أعظم آى القرآن، ففيها تمجيد وتوحيد وتعظيم الله تعالى، فهى أعظم اساليب المدح والثناء على الله تعالى.

9. قرآءة سورة الكافرون: -

عن عروة بن نوفل عن أبيه – رضى الله عنهما – أن النبى صلى الله عليه وسلم قال له: " إقرأ قل يا آيها الكافرون، ثم نم على خاتمتها، فإنها براءة من الشرك " [4]. والشرك هو أعظم الذنوب وأثقلها، وهو الذنب الذى يحرم صاحبه من رحمة الله، "**إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُشْرِكْ**

---

[1] (على فؤاد مخيمر، مرجع سابق).

[2] [البخارى " 4008"، ومسلم " 807 "].

[3] [البخارى " 2311 " وأطرافه فى " 3275 ، 5010 "، ومسلم " 1425 "].

[4] [وأبو داود ، والترمذى ، وغيرهم].

بِاللَّهِ فَقَدِ افْتَرَى إِثْمًا عَظِيمًا"[النساء:48]، لذلك حرص النبى صلى الله عليه وسلم على توصية أمته بالتبرئة منه.

10. المواظبة على أذكار النوم: -

عن حذيفة - رضى الله عنه – قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه قال: " بإسمك أموت وأحيا " وإذا قام قال: " الحمد لله الذى أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور "[1].

وعن البراء بن عازب قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه نام على شقه الايمن ثم قال: " اللهم أسلمت نفسى إليك ووجهت وجهى إليك وفوضت أمرى إليك رغبة ورهبة إليك لاملجأ ولا منجا منك إلا إليك آمنت بكتابك الذى آنزلت ونبيك الذى أرسلت " وقال صل الله عليه وسلم: " من قالهن ثم مات تحت ليلتة مات على الفطرة "[2].

وكان صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه كل ليلة، جمع كفيه ثم نفث فيهما، فقرأ فيهما " **قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ** "، " **قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ** "، " **قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ** "، ثم مسح بهما ما إستطاع من جسده، يبدأ بهما على رآسه ووجهه وما أقبل من جسده، يفعل ذلك ثلاث [3]. كأنه يتعوذ بهم.

وفى حديث أبى هريره: " إذا أوى أحدكم إلى فراشه فلينفض فراشه بداخل إزاره فإنه لا يدرى ما خلفه عليه ثم يقول " بإسمك ربى وضعت جنبى وبك أرفعه إن أمسكت نفسى فارحمها وإنأرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين "[4].

وروى الامام على أن فاطمة – رضى الله عنها – شكت ما تلقى فى يدها من الرحى فأتت النبى صلى الله عليه وسلم تسأله خادماً فلم تجده فذكرت ذلك لعائشة

---

[1] [البخارى " 6312 "، والترمذى " 3417 "، وأبوا داود " 5049 " وغيرهم].

[2] [البخارى " 6315 "، ومسلم " 2710 "].

[3] [البخارى " 5017 "، ومسلم " 2192 "].

[4] [البخارى " 6320 "، ومسلم " 2714 "].

فلما جاء أخبرته قال: فجاءنا وقد أخذنا مضاجعنا فذهبت أقوم فقال " مكانك " فجلس بيننا حتى وجدت برد قدميه على صدرى فقال: " آلا أدلكما على ما هو خير لكما من خادم إذا أويتما إلى فراشكما أو أخذتما مضاجعكما فكبرا ثلاثاً وثلاثين وسبحا ثلاثاً وثلاثين وإحمد ثلاثاً وثلاثين فهذا خير لكما من خادم " وعن بن سيرين قال التسبيح أربع وثلاثون [1]. ويستشعر بأثر هذه الوصية النبوية من يؤديها وهو منفعلاً متأثراً بما تحويه من تنزيه لله وحمده وتكبيره.

وفى حديث ابن عمر أنه صل الله عليه وسلم أمر رجلاً إذا أخذ مضجعه قال: " اللهم! خلقت نفسى وأنت توفاها، لك مماتها ومحياها إن أحييتها فاحفظها وإن أمتها فاغفر لها، اللهم! إنى أسألك العافيه " [2].

وكان صلى الله عليه وسلم يقول آيضاً: " اللهم! رب السموات والارض ورب العرش العظيم ربنا ورب كل شئ فالق الحب والنوى ومترا التوراة والانجيل والفرقان أعوذ بك من شر كل شئ أنت أخذ بناصيتة، اللهم أنت الاول فليس قبلك شئ وأنت الاخر فليس بعدك شئ، وأنت الظاهر فليس فوقك شئ، وأنت الباطن فليس دونك شئ، إقض عنا الدين وأغننا من الفقر [3].

يقول ابن القيم: ولما كان النائمُ بمترلة الميت، والنومُ أخو الموت ولهذا يستحيل على الحيِّ الذى لا يموت، وأهلُ الجنَّة لا ينامون فيها كان النائم محتاجاً إلى مَن يحرُس نفسه، ويحفظُها مما يَعْرِضُ لها من الآفات، ويحرُسُ بدنه أيضاً من طوارق الآفات، وكان ربُّه وفاطرُه تعالى هو المتولى لذلك وحدَه. علَّم النبيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ النائمَ أن يقولَ كلماتِ التفويضِ والالتجاء، والرغبة والرهبة، ليَستدعىَ بها كمال حفظِ الله له، وحراسته لنفسه وبدنه، وأرشده مع ذلك إلى أن يَستذكِرَ

---

[1] [البخارى " 6318 "، ومسلم " 2727 "، وفى مسلم التكبير أربعاً وثلاثين].

[2] [مسلم" 2712 "].

[3] [مسلم " 2713 "، والترمذى " 3400 "، وأبو داود " 5051 "، وإبن ماجه " 3831 "].

الإيمانَ، وينامَ عليه، ويجعلَ التكلُّمَ به آخرَ كلامه، فإنه ربما توفاه الله فى منامه، فإذا كان الإيمانُ آخِرَ كلامه دخل الجنَّة، فتضمَّن هذا الهَدْىُ فى المنام مصالحَ القلب والبدن والروح فى النوم واليقظة، والدنيا والآخرة، فصلواتُ الله وسلامُه على مَن نالتْ به أُمتُه كُلَّ خير[1].

آداب الرؤيا

قال تعالى: " **لَقَدْ صَدَقَ اللَّهُ رَسُولَهُ الرُّؤْيَا بِالْحَقِّ لَتَدْخُلُنَّ الْمَسْجِدَ الْحَرَامَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ آَمِنِينَ مُحَلِّقِينَ رُءُوسَكُمْ وَمُقَصِّرِينَ لَا تَخَافُونَ فَعَلِمَ مَا لَمْ تَعْلَمُوا فَجَعَلَ مِنْ دُونِ ذَلِكَ فَتْحًا قَرِيبًا** " { الفتح: 27 }، ورؤيا الصالحين جزء من النبوة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " الرؤيا الحسنة من الرجل الصالح جزء من ستة وأربعين جزء من النبوة "[2].

وما يرى الانسان فى منامه إما أن يكون محققاً فتسمى رؤيا وهى من الله، وإما أن يكون ذلك عبارة عن أضغاث أحلام ويسمى حلم وينسب إلى الشيطان، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " الرؤيا الصادقة من الله والحلم من الشيطان "[3]، وقال الامام بن فخر فى فتح البارى عن شرحه لهذا الحديث: إن قيدت الرؤيا بالصالحة فهو بالنسبة إلى مالا دخول للشيطان فيه، وأما له فيه دخل فنسبت إليه مجازيه، مع أن الكل بالنسبة للخلق والتقديرمن الله، وإضافه الرؤيا إلى الله للتشريف....، وظاهر قوله الرؤيا من الله والحلم الشيطان " أن التى تضاف إلى الله لا يقال لها حلم والتى تضاف للشيطان لايقال لها رؤيا وهو تصرف شرعى، وإلا فكل يسمى رؤيا.

---

[1] [زاد المعاد، 209/3]

[2] [البخارى " 6983 "، ومسلم " 2264 "].

[3] [البخارى " 6984 "، ومسلم " 2261 "].

والان ماذا يفعل صاحب الرؤيا؟ وماذا يفعل صاحب الحلم؟

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا رآى أحدكم رؤيا يحبها فإنما هى من الله وليحمد الله عليها وليحدث بها وإذا رآى غير ذلك مما يكره فإنما هى من الشيطان فليستعذ من شرها ولا يذكرها لأحد فإنها لا تضره، وفى روايه آخرى " الرؤيا الصالحة من الله والحلم من الشيطان فإذا حلم فليتعوذ منه وليبصق عن شماله فإنها لاتضره " [1].

هذه التوجيه النبوى يعبر عن روح الإسلام، فهو يدعوا إلى التفاؤل ويحث عليه وينهى عن التشاؤم وينفر منه، ففى الحديث بالرؤيا الطيبة المحبوبة، إيناس للروح وابتهاجاً للنفس واطمئناناً للقلب وانشراحاً للصدر وجلاء للهم والغم لذلك نسبها إلى الله تعالى، أما الأخرى فهى الكريهة البغيضة، التى تثير التشاؤم وتوغل الصدر وتخلق الهم وتبعث على الخوف، فقد نسبها إلى الشيطان لأن نتائجها من أهدافه ومراميه، وأمر بكتمانها امتثالاً للخوة وتثبتاً للمودة ودعوة للتفاؤل.

ولا يخفى علينا أن موضوع الرؤا والاحلام من الاهمية بمكان نظراً لكثرة الكلام فيه من أوهام وخزعبلات فى عالمنا الاسلامى وخاصة فى الاوساط الشعبية، ولهذه الامور تأويلات وتفسيرات غريبة عن ديننا، ولهذة التفسيرات و اليأويلات مردوداً على سلوك أصحابها.

دعاء الفزع فى النوم ومن بلى بالوحشة: -

عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا فزع أحدكم فى النوم فليقل: أعوذ بكلمات الله التامات من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشياطين وأن يحضرون فإنها لاتضره " [2].

---

[1] [البخارى " 6985، 6986 "، ومسلم " 2261 "، والترمذى " 3453 "].

[2] [أخرجه أبو داود " 3893 "، والترمذى " 3528 "، وحسنه الالبانى فى الترغيب والترهيب " 1601 "].

ما يقول إذا تقلب ليلاً:-

عن عائشة – رضى الله عنها – قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا تضور من الليل قال: " لا إله إلا الله الواحد القهار رب السموات والارض وما بينهما العزيز الغفار " [1].

أذكار الاستيقاظ من النوم:-

كان صلى الله عليه وسلم إذا إنتبه قال: " الحمد لله الذى أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشور " [2]

وقد روى بن عباس أن رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا قام من الليل يتهجد قال: " اللهم لك الحمد أنت نور السموات والارض ومن فيهن ولك الحمد أنت قيم السموات والارض ومن فيهن ولك الحمد أنت الحق ووعدك حق وقولك حق ولقاؤك حق والجنه حق والنار حق والساعة حق والنبيون حق ومُحَّمد حق اللهم لك أسلمت وعليك توكلت وبك آمنت وإليك أنبت وبك خاصمت وإليك حاكمت فاغفر لى ما قدمت وما أخرت وما أسررت وما أعلنت أنت المقدم وأنت المؤخر لاإله إلا أنت ولا إله غيرك [3].

عن أبى هريرة أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا إستيقظ أحدكم فليقل: الحمد لله الذى رد على روحى وعافانى فى جسدى وأذن لى بذكره [4].

---

[1] [النسائى " 2358 "، وإبن حبان " 755 " وغيرهم، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2066 "].

[2] [البخارى " 6324 "].

[3] [البخارى " 6317 "، ومسلم " 769 "].

[4] [الترمذى، والنسائى فى السنن الكبرى، والالبانى فى الكلم الطيب " 27 " وقال إسناده جيد "].

فهذه الأذكار فيها حمد الله والثناء عليه، لعودة النشاط إلى البدن بعد الثبـــات والإستقرار الطويل الذى يشبه الموت، وفيها استذكار لإركان ودعائم الإيمان حتى يستقبل المسلم يوماً جديداً وهو ممتلىء بالإيمان بالله تبارك وتعالى.

اللباس والزينة

شرع الله تعالى اللباس لثلاثة مقاصد:-

المقصد الاول: " ستر العورة ":-

قال تعالى: " **يَا بَنِي آَدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآَتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ذَلِكَ مِنْ آَيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ** " { الاعراف: 26 } من صفات البشر ستر العورات ومن صفات الحيوانات كشف العورات، ولذا عبرسبحانه بقوله " **يابنى آدم** "، فقد جبل الله تعالى الإنسان على الحياء من إظهار العورات، تكريماً للإنسان من حياة البهيمية، وصيانة له من التفسخ والتحلل الذى يؤدى إلى الزنا والفساد، وتبدوا هذه الجبلة فى سلوك آدم وحواء بعد أن بدت لهما عوراتهما، قال تعالى " **فَأَكَلَا مِنْهَا فَبَدَتْ لَهُمَا سَوْآَتُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِنْ وَرَقِ الْجَنَّةِ وَعَصَى آَدَمُ رَبَّهُ فَغَوَى**" {طه:121}، لذلك فستر العورات ليس مجرد عرف أو عادة بيئية وإنما هى فطرة وشريعة أنزلها الله للبشر، وجعلها فى إمكانهم بما يسره لهم من مقدرات وأرزاق.

وينبغى لنا كأباء أن نربى آبنائنا على أن ما يرونه من عرى وخلاعة إنما هى حملة ضخمة، تسير وفق خطة بشعة تتضمنها بروتوكولات حكماء صهيون، ودسائس المستشرقين الغربيين، الهدف من ذلك نشر العرى والخلاعة وتدمير إنسانية المسلمين وحيائهم، والذى يؤدى بدوره إلى الزنا، وبذلك يتم تدمير الاسرة المسلمة، وإنهم يستخدمون فى ذلك شعارات وألفاظ براقة جذابة فى ظاهرها مثل الزينة والحضارة والرقى والموضة و فى الاتجاه المقابل ينسبون إلى الحياء وستر العورة بأنها رجعية وعودة للتخلف وعدم مسايرة التقدم وإلى أخر ذلك، لذلك يجب أن نكون حذرين يقظين بكل هذه الوسائل وأن نحمى آبنائنا من هذه المخاطر، وذلك

بأن نحيط آبنائنا علماً منذ الصغر بأن الزينة الانسانية هى زينة الستر، بينما الزينة الحيوانية هى زينة العرى، وما إلى ذلك من وسائل الترغيب والترهيب حتى تستقيم فطرتهم وإنسانيتهم ويبتعدوا عن عالم البهيمية.

المقصد الثانى:-

الوقاية لما قد يضر البدن من حر أوبرد أو عدو، قال تعالى: " **وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ** " { النحل: 81 }، فاللباس فى الحر يدفع ضرر الشمس عن البدن، بما تحمله من أشعة ضارة وحرارة مرتفعة تؤذى البدن فى حالة وصولها مباشرة إلى البدن، ولذلك كان نبينا صلى الله عليه وسلم يغطى رأسه، وكان شعر رأسه يصل إلى منكبيه أى " يغطى قفاه " حتى لايتعرض مباشرة لأشعة الشمس الضارة.

إن معدل درجة حرارة البدن (37.5°) وإذا إرتفعت درجة حرارة البدن عن هذا المقدار ربما أدت إلى الوفاة، وإذا إنخفضت عن هذا المقدار فإنها تؤدى إلى مضاعفات خطيرة ربما تؤدى آيضاً إلى الوفاة، وكذلك عند تعرض جلد الانسان إلى البرودة يصاب بالالتهابات وبعض الامراض الجلدية.

أما فيما يتعلق بالعدو، فليس المقصود بذلك إرتداء الدروع الحديدية التى تدفع عن البدن فى الحروب فقط بل المعنى أشمل من ذلك،فكل ما يأتى على الانسان من الخارج ليضر به يعتبر عدو له، مثل بعض أنواع الحشرات الضارة التى تنقل العدوى من الانسان إلى الانسان أو من الحيوان إلى الانسان أو تدفع بسموم داخل البدن أو التى تدخل عن طريق الجلد من داخل الانسان وتعيش طوراً من أطوار حياتها داخله كعائل لها، فكل هذا أو غيره قد يضر بالانسان إذا إحتك بالبدن مباشرة بدون حائل.

ومن خلال ما سبق تظهر أهميه اللباس فى الوقاية، فينبغى أن يراعى فيها حالة الجو ومخاطر البيئة التى يعيش فيها الفرد، حتى نقى أنفسنا من مثل هذه المخاطر، قال تعالى: " **وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** " { البقره: 195 }، فالمسلم العاقل، هو الذى يقى نفسه وأهله المهالك، وهذا هو هدى نبينا صلى الله عليه و سلم.

قال بعض الامراء إلى حاجبه: أدخل على عاقلاً، فأتاه برجل: فقال: بم عرفت عقله؟، فقال: رأيته يلبس الكتان فى الصيف والقطن فى الشتاء، والملبوس فى الحر، والجديد فى البرد.

المقصد الثالث: " التزين والتجمل "

المراد بالتزين ما زاد على ستر العورة من تنسيق الملابس وحسن الهندام وما إلى ذلك من من ألوان التزين والتجمل، والتزين فطرة، فطر الله الانسان عليها وجعل حبها من طبعه.

فالانسان يبحث دائماً وفى كل شئ عن الجمال والزينة، وجعل الله تعالى النفوس تسكن وتستريح إلى الجمال والزينة وتأنس بهما وتنفر وتفر من القبيح والمشين الذى لاجمال فيه ولازينة.

يقول الاصمعى: رأيت بدوية من أحسن الناس وجهاً ولها زوج قبيح، فقلت: يا هذه أترضين أن تكوني تحت هذا؟ فقالت: يا هذا لعله أحسن فيما بينه وبين ربه، فجعلنى ثوابه، وأسأت فيما بينى وبين ربى، فجعله عذابى، أفلا أرضى بما رضى الله به؟

فالمظهر هو الهالة المميزة للنجاح، وبقدر اعتناء الأنسان به يحصل على الإحترام والتوقير من الأخرين، فضلاً عن أنه يعكس الصورة الذهنية عن شخصية صاحبه لدى الأخرين، فضلاٍ عن الشعور بالإرتياح والرضا عن الذات، فهو سر النجاح.

وكما أن ستر العوره مطلب من مطالب الجسد، فكذلك التزين والتجمل مطلب من مطالب الروح، وبذلك يكون القرآن قد جمع بين مطالب الروح

والجسد معاً، قال تعالى منادياً البشرية جمعاء، مبيناً بعض نعمه عليهم فقال تعالى: " **يَا بَنِي آَدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُوَارِي سَوْآَتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ذَلِكَ مِنْ آَيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ** " { الاعراف: 26 }، والرياش هو اللباس الفاخر، وإستعير من ريش الطائر، يقول حسان فى مدح الرسول صل الله عليه وسلم:-

وأحسن منك لم تر قط عينى وأجمل منك لم تلد النساء

خلقت مبرأ من كل عيب كأنك قد خلقت كما تشاء

قال تعالى فى معرض المن: " **وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ** " { النحل: 6 }، فيبدوا من الآية الكريمة، أن الانسان يتأثر نفسياً بما يحيط به من أشكال و ألوان ، قال طاووس من زعم أن الثياب لاتغير القلوب فقد كذب، إنى لاغسل ثوبى هذين فانكر نفسى ماداما نقيين.

ولذا فقد حثت الشريعة الاسلامية قرآناً وسنه على التزين والتجمل، قال تعالى: " **يَا بَنِي آَدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ** "{ الاعراف: 31 }، كما ينكر على أولئك المتطرفين الذين يحرمون الزينه، قال تعالى: " **قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آَمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآَيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ** " { الاعراف: 23 }، وقال تعالى آيضاً: " **وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ** " { الضحى: 11 }، والزينة نعمة من نعم الله، لذلك أمر بالتحدث بها أى بإظهارها كوجه من أوجه الشكر عليها.

وهذا هو شأن القرآن الكريم، فهو يهدف إلى جعل المؤمنين شامة وعلامة بين الناس، مميزون عن غيرهم، مؤثرين فى مجتمعاتهم ليحققوا قوله تعالى: " **كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آَمَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ** " { ال عمران: 110 }، فلن تتحقق هذه الخيرية فى أفراد ذو مناظر مهملة وملابس

رثة متسخة، وشعر سائر، بل لابد من التزين والتجمل حتى تأتى الدعوة بثمارهـــا، فضلا عن أنهم متبعون بالاقتداء.

وعن عبد الله بن عمرو رضى الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الله يحب أن يرى أثر نعمتة على عبده " [1].

وعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر فقال رجل إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسنا ونعله حسنة قال **إن الله جميل يحب الجمال** الكبر بطر الحق وغمط الناس " [2].

وعن عمرو بن حريث – رضى الله عنه – كأني أنظر إلى رسول الله صـــلى الله عليه وسلم وعليه عمامة سوداء قد أرخى طرفيها بين كتفيه [3].

وكان سعيد بن المسيب يلبس الحلة بألف درهم ويدخل المسجد، فقيل له فى ذلك فقال: إنى أجالس ربى، وقيل: المرؤة الظاهرة الثياب الطاهرة، وقيـــل آيضـــاً: المظهر عنوان الشخصية، فتلمح أثر المظهر على صاحبه من خلال هـــذا الموقـــف، دخل على الامام أبى حنيفه يوماً رجلاً، له هيبه العالم فجلس بين يدى الامام مـــع الجلوس، فهابه الامام وكان الامام فارداً قدميه فلما جلس الرجـــل إســـتجمعهما الامام، وأخذ طلاب الامام يسئلونه ويجيبهم الامام، إلى أن سأل الرجل ســـؤلاً لا يسئله إلا أحمق فقال الامام آن لابى حنيفه أن يمد قدميه.

وهذه الزينة التى وصى الله تعالى بها عباده لم تأتى على سبيل الاستقصـــاء، وإنما حث عليها وأمر بها وجبل الانسان عليها ولم يترك له العنان فى طلبها، ولكن وضع لها قيوداً وحدوداً لايجوز تجاوزها، وربما كانت الحكمة من عـــدم تفصـــيلها على هيئة صور وأشكال، لان التفصيل يقتضى الالزام فلو تم ذلك لكان لازمـــاً،

---

[1] [رواه الترمذى، و حسنه الالبانى فى المشكاة "4350"].

[2] [رواه مسلم "91"، و أبوا داود، و الترمذى، و ابن ماجة].

[3] [رواه مسلم " 1359 "، وسنن إبن ماجه].

والأخذ بغيره محرماً، والزينة من الامور المتغيرة التى تختلف من مجتمع لأخر ومن عصر لأخر، فكان ذلك منه سبحانه على سبيل التيسير والتخفيف.

من رحمة الله تعالى على بنى آدم أن جعل الاصل فى الأمور الإباحة، فما لم يرد فيه نص لا بالإباحة ولا بالمنع فهو مباح، والمباح لا يصير حراماً إلابنص من الكتاب أو السنة، إلا أن الشارع الحكيم قد وضع ضوابط تحكم تناول الإنسان لما هو مباح، وهذه الضوابط وضعت لسلامة الفرد بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة.

آداب اللباس والزينة

1- تحريم إرتداء الحرير للرجال وجوازه للنساء:-

عن عمر بن الخطاب – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا تلبسوا الحرير، فإن من لبسه فى الدنيا لم يلبسه فى الآخرة " [1].

وعن على – رضى الله عنه – قال: رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم أخذ حريراً، فجعله فى يمينه، وذهباً فجعله فى شماله، ثم قال: " إن هذان حرام على ذكور أُمتى " [2].

وعن حذيفة – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا تشربوا فى إناء الذهب والفضة. ولا تلبسوا الديباج والحرير. فإنه لهم فى الدنيا، ولكم فى الآخرة، يوم القيامة " [3].

2- تحريم التختم بالذهب للرجال وجوازه للنساء:-

وعن أبى موسى إلأشعرى- رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " حُرم لباس الحرير والذهب على ذكور أُمتى وأحل لإناثهم " [4].

---

[1] [رواه البخارى " 948 "، ومسلم " 2069 "].

[2] [رواه أبو داود، والالبانى فى صحيح الجامع " 2274 "].

[3] [رواه البخارى " 5426 "، ومسلم " 2067 "].

[4] [رواه الترمذى، وإبن ماجة].

الإسلام يريد أن يربى الرجال على القوة والخشونة تمشياً مع أدوارهم فى الحياة بعيداً عن مظاهر الضعف والترف والتنعم الذى يحاربه الإسلام، وذلك حتى يكون الرجل قادراًعلى الكفاح و الإنتصار فى معارك الحياة وميادين القتال ايضاً إذا اقتضى الامر، وانظر إلى أثر الترف والتنعم من خلال قوله تعالى:" **أَوَمَنْ يُنَشَّأُ فِي الْحِلْيَةِ وَهُوَ فِي الْخِصَامِ غَيْرُ مُبِينٍ** "{الزخرف: 18}،. ولما كان التزين بالذهب وارتداء الحرير يعدان من مظاهر الترف فقد حرمهما الإسلام على الرجال، ولكنه أباحهماللمرأة مراعاة لمقتضى أنوثتها وما فطرت عليه من حب اللزينة.فضلاً عن الأضرار الصحية الناجمة عن ارتداء الرجال لهما، وتأثيرهما على جينات الذكورة[1].فضلاً عن أن التختم بالذهب للرجال له آثاراً إقتصادية ملحوظة، ويأتى التحريم للرجال ايضاً درئاً للحسد بخلاف المرأة التى لاتخرج إلا عند الضرورة.

3- لعن تشبه الرجل بالمرأة والمرأة بالرجل: -

عن إبن عباس – رضى الله عنهما – قال: لعن النبى صلى الله عليه وسلم المخنثين منالرجال والمترجلات من النساء، وقال إخرجوهم من بيوتكم، قال فأخرج النبى صلى الله عليه وسلم فلاناً وأخرج عمر فلاناً " [2]، وفى روايه أخرى لإبن عباس قال: لعن رسول الله صلى الله عليه وسلم المتشبهين من الرجال بالنساء والمتشبهات من النساء بالرجال [3].

فى تشبه الرجل بالمرأة و المرأة بالرجل يخرج المتشبه أو المتشبهة نفسه عن الفطرة، أى أنه إخراج الشئ من الصفه التى وضع لها، وما ذلك إلا نوع من الغزو الفكرى حيث يضع أصحابه مخططات ومؤامرات تفضى إلى خلخلة المجتمعات الإسلامية واختلاط الأدوار بين أفرادها فتلتبس الواجبات وتضيع الحقوق، فتكون لهم

---

[1] [راجع، ضمن حقائق الإسلام فى مواجهة شبهات المشككين " ص 651 " 2008].

[2] [رواه البخارى " 5886 "،والترمذى، وأبو داود، وغيرهم].

[3] [نفس التخريج السابق].

السيطرة والريادة، ومع ضياع المظهر يضيع الجوهر، فتعمل المرآة عمل الرجل والعكس فتنهار بذلك الاسر المسلمة وينجح اليهود و المستشرقين فى مخططاتهم.

لذلك ينبغى على الوالدين أن يكونوا حذرين من مثل هذه الامور وأن يختارو لأبنائهم من الثياب ما هو بعيد عن تشبه الجنسين ببعضهما البعض.

يقول الغزالى فى ذلك: يرغب إلى الصبى من الثياب البيض دون الملون والابريسم ويقرر عنده أن ذلك شأن النساء والمخنثين وأن الرجال يستنكفون منه ويكرر ذلك عليه، ومهما رآى على الصبى ثوباً من إبريسم أو ملون فينبغى أن تستنكره وتذمه [1].

وعلى هذا النحو ينشأ الولد محباً لدوره مدركاً له، قادراً على تحمل مسئوليتة كرجل، عنده النخوة والغيرة على أُمتة، وبذلك يستطيع أن يقف حجراً عثراً فى وجه الاحتلال سواء أكان عسكرياً أو فكرياً، وكذلك البنت تعرف دورها كأنثى لها دور لايستطيع الذكر أن يؤديه، ولاينفع أن ينوب عنها غيرها فى هذا الدور، بذلك تنشأ محبة لدورها واثقة من نفسها مربية لابنائها.

4- التوسط والتواضع فى اللباس: -

عن عمرو بن شعيب عن ابيه عن جده قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:"إن الله يحب أن يرى اثر نعمته على عبده" [2].

قال ابن العثيمين: وهذا يعنى أن الإنسان إذا كان بين أناس من متوسطى الحال لا يستطيعون اللباس الرفيع فتواضع وصار مثلهم، لئلا تنكسر قلوبهم، ولئلا يفخر عليهو، فإنه ينال هذا الأجر العظيم، أما إذا كان بين أناس قد أنعم الله عليهم ويلبسون الثياب الرفيعة لكنها غير محرمة، فإن الأفضلمثلهم، لأن الله تعالى جميل يحب الجمال.أ.ه[3].

---

[1] [إحياء علوم الدين " ج 3 "، " ص 94 "].

[2] [رواه الترمذى، و صححه الالبانى فى صحيح الجامع (1887)].

[3] [ابن العثيمين، حاشية رياض الصالحين، ص239]

وينبغى التحرز من أن يلبس نهاية ما يكون من الحسن والجودة من الثياب على وجه يشار إليه بالأصابع أو يلبس نهاية ما يكون من الثياب الخلق على وجه يشار إليه بالأصابع فإن أحدهما يرجع إلى الاسراف، والاخر يرجع إلى التقتير، و الاثنان منهى عنهما، وخير الامور أوسطها، فينبغى أن يلبس فى عامة الاوقات الغسيل من الثياب، ولا يتكلف للجديد الحسن عملاً بقوله صلى الله عليه وسلم " البذاذة من الايمان " [1] والحكمة فى ذلك أن فى إرتداء أحسن الثياب يؤدى إلى الحسد، والاعجاب بالنفس، فكان التحرز منه أولى، وأما فى إرتداء الثياب الباليه فهذا ينافى الزينة التى حث الله ورسوله عليها.

كما ينبعى تجنب الثياب الرقاق، لأن الرقيق من الثياب يصف ويكشف ما تحته فيؤدى إلى كشف العورة فالتحرز عنه أولى.

5- إسبال الثياب له وجهان:-

الاول: إن كان خيلاء فهو حرام لقوله صلى الله عليه وسلم:"لا ينظر الله يوم القيامة إلى من جر إزاره بطراً" [2]. وعن أبي ذر رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " ثلاثة لا ينظر الله إليهم يوم القيامة ولا يزكيهم ولهم عذاب أليم " قال فقرأها رسول الله صلى الله عليه وسلم ثلاث مرات فقلت خابوا وخسروا ومن هم يا رسول الله قال:" المسبل والمنان والمنفق سلعته بالحلف الكاذب " [3].

الثانى: إن كان غير خيلاء فهو مكروه، لما رواه بن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله صل الله عليه وسلم قال: " من جر ثوبه خيلاء لم ينظر الله إليه يوم القيامه "، فقال أبو بكر: إن أحد شقى ثوبى يسترخى إلا أن أتعاهد ذلك منه،

---

[1] [رواه أبى داود، وإبن ماجه، أحمد، وغيرهم، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 341 "].

[2] [البخارى (5788)، و مسلم (2087)].

[3] [مسلم (106)، وأبو داود، والترمذي، والنسائي، وابن ماجه].

فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إنك لست تصنع ذلك خيلاء "، قال موسى: فقلت لسالم أُذكر عبد الله من حر إزاره فقال لم أسمعه ذكر إلا ثوبه " [1].

ومن أضرار إسبال الثياب، أنه ربما جر الثوب المسبل الوسخ والنجاسه من الارض، كما أنه يسبب مضايقات ربما تعوق عن الحركه وقضاء الحاجه، وإذا زاد فى الطول فهو إسراف لاحاجه إليه.

6- أحب الثياب إلى النبى صلى الله عليه و سلم:-

قال تعالى حكاية عن يوسف عليه السلام:" **اذْهَبُوا بِقَمِيصِي هَذَا فَأَلْقُوهُ عَلَى وَجْهِ أَبِي يَأْتِ بَصِيرًا وَأْتُونِي بِأَهْلِكُمْ أَجْمَعِينَ**"،{ يوسف: 93}.

عن أم سلمة رضي الله عنها قالت كان أحب الثياب إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم القميص [2]، ظه وهو رواية لأبي داود لم يكن ثوب أحب إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم من القميص، و القميص اس لما يلبس من المخيط الذى له كمان و جيب، وهو مشهور فى زماننا بالجلباب.

عن أنس قال: كان أحب الثياب إلى النبي صلى الله عليه وسلم أن يلبسها الحبرة [3]،وقال ابن بطال: هي من برود اليمن تصنع من قطن وكانت أشرف الثياب عندهم. وقال القرطبي: سميت حبرة لأنها تحبر أي تزين، والتحبير التزيين والتحسين.

ولا تعارض بين الحديثين لأن القميص كان أحب إليه من جهة اللبس فكأنه كان يستريح فى لبسه فهو أميل إلى لبسه أكثر من غيره، وقيل وجه أحبية القميص إليه صلى الله عليه وسلم أنه أستر للأعضاء من الإزار والرداء ولأنه أقل مؤنة وأخف على البدن، ولأن لبسه أكثر تواضعا، والحبرة أحبها إليه رداء، ليس من جهة الكيف بل من جهة النوع.

---

[1] [البخارى " 3665 "، ومسلم " 2085 "].

[2] [رواه أبو داود والنسائي والترمذي وحسنه والحاكم وصححه وابن ماجه و صححه الألبانى فى الترغيب و الترهيب (2028)].

[3] [البخارى " 5813 "، و مسلم " 2079 "].

ويبدوا أن النبى صلى الله عليه وسلم كان يميل إلى رتداء الثياب المريحة فى لبسها، التى تسمح له بسهولة الحركة، والراحة فى الجلوس، والتى لا تكون مصدر إزعاج له، والأستر و الأكثر تواضعاً، هذه هى أهم الصفات التى كان يحرص على توافرها فى لباسه، و لم تمنعه هذه المواصفات من ارتداء المحبر والمزين من الثياب، بل كان صلى الله عليه وسلم يخص مواطن معينة بمثل هذه الثياب.

7- دعاء لبس الثوب:-

عن أنس – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " من أكل طعاماً ثم قال الحمد لله الذى أطعمنى هذا الطعام ورزقنيه من غير حول منى ولا قوة غفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر قال ومن لبس ثوباً فقال **الحمد لله الذى كسانى هذا الثوب ورزقنيه من غير حول منى ولا قوة** غفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر "[1].فالزمه واحرص عليه، وادعوا به وأنت موقن به متدبر له، حتى تنال هذا الثواب العظيم.

8- يستحب الابتداء باليمين:-

قال تعالى: " **فَأَمَّا مَنْ أُوتِيَ كِتَابَهُ بِيَمِينِهِ فَيَقُولُ هَاؤُمُ اقْرَءُوا كِتَابِيَهْ** " { الحاقه: 19 }، وقال تعالى: " **فَأَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ وَأَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ** " { الواقعه: 8-9 }.

وعن عائشة – رضى الله عنها – قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم " يعجبه التيمن فى شأنه كله: فى طهوره، وترجله، وتنعله "[2]. وعن أبى هريرة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا لبستم، وإذا توضأتم، فابدأوا بأيامنكم "[3].

---

[1] [رواه أبو داود، والترمذى، وغيرهم وحسنه الالبانى فى مشكاه المصابيح " 4342 "].

[2] [رواه البخارى " 168"، وأحمد].

[3] [رواه أبو داود، واحمد، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4141 "].

9- دعاء لبس الثوب الجديد:-

عن أبى سعيد الخدرى - رضى الله عنه – قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا إستجد ثوباً سماه بإسم عمامة أو قميصاً أو رداء ثم يقول " **اللهم لك الحمد كما كسوتنيه أسألك خيره وخير ما صنع له وأعوذ بك من شره وشر ما صنع له** " [1].

10- الدعاء لمن لبس ثوباً جديداً:-

قال أبو نضرة فكان أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم إذا لبس أحدهم ثوباً جديداً قيل له **تبلى ويخلف الله تعالى** [2].

وعن أبن عمر – رضى الله عنهما – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم رأى على عمر قميصاً أبيض فقال: " ثوبك هذا غسيل أم جديد " فقال: لا بل غسيل، قال: " **إلبس جديداً وعش حميداً ومت شهيداً** " [3]، هذا الهدى النبوى دعوة لزيادة المودة والمحبة بين المسلمين، وترسيخ للاخوة الإسلامية المقصودة من مبدأ الجسد الواحد، فيحصل التماسك و الترابط الإجتماعى الذى ينشده أى مجتمع يبحث عن الامان و التقدم، وتلمح دقة التعبير النبوى فقد قال غسيل و لم يقل قديم، حتى لايشعر متحدثه بالفقر والحاجة، فكان صلى الله عليه وسلم يأسر القلوب بإسلوبه العذب المملؤ بالرحمة.

---

[1] [الترمذى، وأبو داود، وأحمد، وصححه الالبانى فى مشكاه المصابيح "4342"].

[2] [هذا الحديث هو باقى الحديث السابق].

[3] [رواه بن ماجه، وأحمد، والنسائى فى السنن الكبرى، وإبن حبان فى صحيحه وصححه الالبانى فى السلسه الصحيحه " 352 "].

11- مايقول إذا وضع ثوبه:-

عن على – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ستر ما بين الجن وعورات بنى آدم إذا دخل الكنيف أن يقول **بسم الله** " [1]، وذكر الله مستحب على كل حال.

12- إختصاص مواطن الاجتماع مثل الجمع والاعياد بالتزيين والتنظف:-

عن عائشة – رضى الله عنها – أن النبى صلى الله عليه وسلم خطب الناس يوم الجمعة فرأى عليهم ثياب النجار فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما على أحدكم إن وجد سعه أنيتخذ ثوبين لجمعتة سوى ثوبى مهنتة " [2].

ويأخذ من هذا الحديث آيضاً إستحباب لبس ثياب غير ثياب العمل فى مواطن الاجتماع، وربما تكون الحكمة من ذلك زيادة الالفة والمودة بين المسلمين، إذ النفوس تأنس بالجمال وترتاح إليه.

فينبغى تخصيص بعض الملابس للخروج إلى الصلاة والزيارات والمناسبات الاجتماعية غير ثياب العمل.

ترى الرجل الخفيف فتزدريه وفى أثوابه أسد هصور

وقيل آيضاً

إن العيون رمتك إذ فاجأتها وعليك من مهن الثياب لباس

أما الطعام فكل لنفسك ما إشتهيت وإجعل لباسك ما إشتهتة الناس

---

[1] [رواه بن ماجه " 293 "، وصححه الالبانى فى الارواء " 5 "].

[2] [رواه إبن ماجه، أبو داود، وصححه الالبانى فى المشكاه " 1389 "].

13- إستحباب الابيض والاخضر من الباس:-

أما الاخضر، فلأنه لون ثياب أهل الجنه، قال تعالى: " **أُولَئِكَ لَهُمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهِمُ الْأَنْهَارُ يُحَلَّوْنَ فِيهَا مِنْ أَسَاوِرَ مِنْ ذَهَبٍ وَيَلْبَسُونَ ثِيَابًا خُضْرًا مِنْ سُنْدُسٍ وَإِسْتَبْرَقٍ مُتَّكِئِينَ فِيهَا عَلَى الْأَرَائِكِ نِعْمَ الثَّوَابُ وَحَسُنَتْ مُرْتَفَقًا** " { الكهف: 31 }، وعن رمثة رفاعه التيمى – رضى الله عنه – قال: رآيت رسول الله صلى الله عليه وسلم وعليه " ثوبان أخضران " [1].

وأما الابيض، فعن إبن عباس – رضى الله عنهما – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إلبسوا من ثيابكم البياض، فإنها من خير ثيابكم وكفنوا فيها موتاكم " [2].

ويجوز إرتداء الاصفر والاسود والاحمر وكل ذلك وارد عن رسول صلى الله عليه وسلم. وسئل بعض العرب عن الثياب، فقال:الصفر أشكل، والحمر أجمل، والخضر أقبل، والسود أهول، والبيض أفضل.

14- ترك الترفع فى اللباس تواضعاً:-

عن معاذ بن أنس الجهنى عن أبيه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " من ترك اللباس تواضعاً لله وهو يقدر عليه، دعاه الله يوم القيامة على رؤس الخلائق حتى يخيره من أى حلل الايمان شاء يلبسها " [3].

ويتضح لنا مما سبق أن الاسلام هو الدين الوسط الذى يحافظ على مطالب الروح والجسد معاً، يشبع الجسد بوقايته، ويشبع الروح بأن سمح بل حث على التزين والتجمل الذى هو من أهم مطالب الروح.

---

[1] [رواه النسائى، أحمد، وغيرهم، وصححه الالبانى فى صحيح ابى داود " 3430 "].

[2] [رواه أبو داود، والترمذى، والنسائى وغيرهم، صححه الالبانى فى المشكاه "1638 "]

[3] [رواه الترمذى، والطبرانى فى المعجم ، وحسنه الالبانى فى الصحيحه "]

ولابد تقرير هذه الضوابط والاداب فى أذهان الأولاد بأن نحبب إليهم المحافظة على هذه العادات وأن نبث فى أذهانهم أن الالتزام بالضوابط التى شرعها الله سبيل للفوز فى الدارين، وأن التزين والتجمل وفق الضوابط الشرعية من شيم الرجـــال، وأن من يظهر بمظهر لائق يحترمه الناس ويتـــوددون إليه،ويســـعون إلى مصـــاحبتة وملازمته، وعكس ذلك فالناس تنفر وتبتعد عن الصبى المهمل فى لباسه ومظهره.

ولكى يتعود الصبى على هذه العادات يجب أن يحافظ عليها الآباء والمحيطين به أولاً لان الصبى يسلك كما يسلك من حوله وخاصة البنين، وأيضاً بأن يذكروه كلما نسى منها شئ، على سبيل المثال إذا نسى أن يبداء باليمين فعليه أن يخلع مـــا لبسه بالشمال ويلبسه ثانيه من اليمين وهكذا، ومع الصبى الصغير على الوالدين أن يجهرا بأذكار اللباس وهم يضعون ثيابه عليه وأيضاً وهم يلبسون ثيابهم هم.

الطعام والشراب

الطعام هو الوقود الذى يمد الجسم بالطاقه، والتى بدورها تمكنه من القيام بواجباته وأعماله من حركة وعباده، والجسم عبارة عن الدابة التى تحمل الروح وتسير بها، فإن أكرمته وأحسنت إليه وصل بالروح إلى حيث تريد، والطعام إنما يراد للصحة لا للذة فقد خلقه الله لنا لتصح به أبداننا لتقوى على طاعتة وعبادتة، ولذا قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ** " { **المؤمنون: 51** }، فقد قرن أكل الطيبات بعمل الصالحات، إذن فالغاية من الأكل التقوى به على العبادة، التى من أجلها خلق الخلق جميعاً.

وتدور أحكام الطعام بين مباح ومحرم ومستحب:-

❖ المباح من الطعام و الشراب:-

يشمل كل الطيبات من الرزق،، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ** " { البقره: 172 }و قال تعالى: " **قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ** " { الاعراف: 32 }، و لم يحرم عليهم إلا ما يفسد الانسان ويتعارض مع وظيفة الطعام، قال تعالى: "**وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ** " { **المائده: 88** }.

❖ المحرم من الاطعمة نوعين: -

الاول: ما كان حراماً من جهه مكسبه، أى الطعام الذى حصل من مكسب غير مشروع كالسرقة و الغصب و غير ذلك، قال تعالى: " **وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ** " { المائده: 88 }، وقال تعالى آيضاً: "**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا** " { النساء: 29 }.

الثانى: ما كان محرماًفى نفسه، وهو محدد فى الكتاب و السنة، قال تعالى: " **حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَأَنْ تَسْتَقْسِمُوا بِالْأَزْلَامِ ذَلِكُمْ فِسْقٌ الْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنِ الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا فَمَنِ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِإِثْمٍ فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ** " { المائده:3 }،و قال تعالى:" **قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ** "{الأنعام:145}. ومن السنة، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى عن كل ذي ناب من السباع وعن كل ذي مخلب من الطير [1]، وعن على بن أبى طالب أن النبي صلى الله عليه وسلم نهى عن نكاح المتعة يوم خيبر وعن لحوم الحمر الأهلية [2]، وعلى ذلك فالمحرم من الأطعمة، الميتة و الدم المسفوح ولحم الخنزير وما أهل به لغير الله ولحم الحمر الأهلية وكل ذى ناب من السباع وكل ذى مخلب من الطير.

---

[1] [مسلم (6771)،والنسائى، وأبو داود، وابن ماجة]

[2] [مسلم (1406)،والنسائى، وأبو داود، وابن ماجة].

أما المحرم من المشروبات، فالخمر لقوله تعالى:" **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ** " {المائدة:90}، وعن ابن عمر أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:" كل مسكر خمر وكل مسكر حرام " [1]، وأضرار الخمر معروفة لا تحتاج لتفنيد، ومما هو جدير بالذكر أن الولايات المتحدة أصدرت عام 1919 م قرارا تحرم فيه الخمر وأنفقت ملايين الدولارات للتحذير و الدعاية وصدر حكم بإعدام مائتى شخص وكانت النتيجة انتشار الخمور الفاسدة والحانات السرية حتى اضطرت إلى إلغاء ذلك القرار عام 1923 م، أما الإسلام فقد تعامل مع هذه القضية وفق الطبيعة البشرية، فتدرج بهم فى التحريم، مرة يبين لهم عظم ضررها، ومرة يحرمها عليهم بعض الأوقات، فما زال بهم حتى أهلهم لاستقبال حكم التحريم ، ملما نزلت آية التحريم إمتثل الصحابة لها وامتلاءت شوارعهم وطرقاتهم بالخمور و لم يعودوا لها أبداً.

فكل أنواع المأكولات من الطيبات التى أباحها الله إلا هذه الأصناف التى تفسد البدن وتنقل الأمراض والاسقام والعلل وبالتالى فهى تضعف الجسد وتفسده فلا يستطيع أن يقوم بدوره.

ويجب على الوالدين أن يربوا أولادهم على الحلال، وأن يكونوا حرصين على ألا يدخل جوفهم حرام، وأن يعلموهم الحلال و الحرام وعواقبهما، حتى يتورعوا عن الحرام ويحذروا منه، وينبغى أن يوبخ عندهم الاطعمة المحرمة التى سبق الإشاره إليها، وكذلك ينفر منها لان الله سبحانه إستقبحها بأن حرم أكلها، وذلك حتى يتعود الصبى على الحلال الطيب ومن ثم يبتعد عن النار، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم، فيما رواه بن عباس – رضى الله عنهما – قال: " من نبت لحمه من السحت فالنار أولى به " [2].

---

[1] [رواه البخارى " 5575 "، ومسلم " 2003 "].

[2] [رواه البيهقى فى شعب الايمان، والالبانى فى المشكاه " 1318 "].

كما يجب أن يعلم الأب أيضاً أن ما سيقدمه هو لولده سيقدمه إليه ولده، فإن قدم إليه الحلال الطيب كان ولده باراً به وإن كان غير ذلك فسيكون منه العقوق، قال تعالى: " **لَيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلَا أَمَانِيِّ أَهْلِ الْكِتَابِ مَنْ يَعْمَلْ سُوءًا يُجْزَ بِهِ وَلَا يَجِدْ لَهُ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا** " { النساء:123 }.

❖ أما المستحب من الأطعمة والأشربة:-

فكل ما ذكره الله فى كتابه جل وعلا ممتناً به على عباده فى الدنيا أو على سبيل الوعد بحصوله فى الجنة، لأن الله تعالى لا يمتن على عباده بشىء إلا وفيه خيراًعظيماً لهم، وجعلت الجنة ثواباً للصالحين، ولا يثيب الله إلا بما هو عظيم غزير المنافع و الخيرات.

منها العسل فى قوله تعالى: "**ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**" {النحل:69}، ومنها اللبن فى قوله تعالى:" **وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ**" {النحل:66} ومنها السمك الذى سماه "لحماًطرياً" قال تعالى:" **وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْكَ مَوَاخِرَ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ**" {النحل:14}، ومنها الزيتون فى قوله تعالى:" **وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ**" {التين:1}، ويدل القسم به على عظم شأنه، ومنها الرطب قال تعالى مخاطباًالسيدة مريم:" **وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطْ عَلَيْكِ رُطَبًا جَنِيًّا فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا**" {مريم:25،26}، ومنها اليقطين (القرع العسلى) فى قوله تعالى:" **وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِنْ يَقْطِينٍ**" {الصافات:146}، ومنها ما كان محرماً على بنى إسائيل عقوبة لهم، قال تعالى:" **وَعَلَى الَّذِينَ هَادُوا حَرَّمْنَا كُلَّ ذِي ظُفُرٍ وَمِنَ الْبَقَرِ وَالْغَنَمِ حَرَّمْنَا عَلَيْهِمْ شُحُومَهُمَا إِلَّا مَا حَمَلَتْ ظُهُورُهُمَا أَوِ الْحَوَايَا أَوْ مَا اخْتَلَطَ بِعَظْمٍ**

ذَلِكَ جَزَيْنَاهُمْ بِبَغْيِهِمْ وَإِنَّا لَصَادِقُونَ " {الأنعام:146}، ومنها الرمان، قال تعالى:" **فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ**" {الرحمن:68}، ومنها الحب والعنب فى قوله تعالى:" **فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا وَعِنَبًا وَقَضْبًا**"{عبس:27،28}، ومنها ما فى قوله تعالى:" **فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا**" {البقرة:61}، ومنها ماء المطر قال تعالى:" **هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لَكُمْ مِنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ تُسِيمُونَ**"{النحل:10}.

وإليك بعض ما حث عليه رسول الله صلى الله عليه وسلم من الاطعمة والاشربة:-

عن عائشة رضي الله عنها قالت: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " **التلبينة** مجمة لفؤاد المريض تذهب ببعض الحزن " [1]، وعن أنس أن خياطا دعا النبي صلى الله عليه وسلم لطعام صنعه فذهبت مع النبي صلى الله عليه وسلم فقرب خبز شعير ومرقا فيه دباء وقديد فرأيت النبي صلى الله عليه وسلم يتتبع **الدباء** من حوالي القصعة فلم أزل أحب الدباء بعد يومئذ [2].

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحب **الحلواء والعسل**[3].

وعن جابر أن النبي صلى الله عليه وسلم سأل أهله الأدم. فقالوا: ما عندنا إلا خل فدعا به فجعل يأكل به ويقول: " نعم الإدام **الخل** نعم الإدام **الخل** " [4].

وعن عبد الله بن جعفر قال: رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل **القثاء بالرطب**[5].

---

[1] [رواه البخارى " 5417 "، مسلم " 2216 "].

[2] [رواه البخارى " 2092 "، ومسلم " 2041 "].

[3] [رواه البخارى " 5431 "، ومسلم " 1474 "].

[4] [رواه مسلم" 2052 "، والترمذى، وأبو داود، وإبن ماجة].

[5] [رواه البخارى " 5440 "، ومسلم " 2043 "].

وعن عائشة رضي الله عنها إن النبي صلى الله عليه وسلم قال: " لا يجوع أهل بيت عندهم **التمر** ". وفي رواية: قال: " يا عائشة بيت لا تمر فيه جياع أهله " قالها مرتين أو ثلاثا [1].

وهذه الأطعمة التى وردت فى الكتاب والسنة لها فوائد صحية كثيرة ولو أردنا أن نستقصيها لطال بنا المقام ولكن من أراد الاطلاع على بعضها فعليه بالقراءة فى الكتب الخاصة بالطب النبوى.

آداب الطعام والشراب

❖ النية:-

من آداب الطعام أن ينوى بأكله وشربه التقوى على طاعة الله وعمل الصالحات، وليس مجرد التلذذ والتنعم بشهوة الاكل، قال تعالى: " **وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ** " { البينه: 5}، وقال تعالى أيضاً: " **وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ** " { الذاريات: 56 }.

وبالاخلاص يثيب الله تعالى به العبد على ما يفعله وإن كان شهوة فى طبعه وجبلته، إلا أنه فى حال عبادة لله، قال تعالى: " **مَا كَانَ لِأَهْلِ الْمَدِينَةِ وَمَنْ حَوْلَهُمْ مِنَ الْأَعْرَابِ أَنْ يَتَخَلَّفُوا عَنْ رَسُولِ اللَّهِ وَلَا يَرْغَبُوا بِأَنْفُسِهِمْ عَنْ نَفْسِهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ لَا يُصِيبُهُمْ ظَمَأٌ وَلَا نَصَبٌ وَلَا مَخْمَصَةٌ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَطَئُونَ مَوْطِئًا يَغِيظُ الْكُفَّارَ وَلَا يَنَالُونَ مِنْ عَدُوٍّ نَيْلًا إِلَّا كُتِبَ لَهُمْ بِهِ عَمَلٌ صَالِحٌ إِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ وَلَا يُنْفِقُونَ نَفَقَةً صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً وَلَا يَقْطَعُونَ وَادِيًا إِلَّا كُتِبَ لَهُمْ لِيَجْزِيَهُمُ اللَّهُ أَحْسَنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** " { التوبة: 120 -121 }.

---

[1] [رواه مسلم " 2046 "، الترمذى، وأبو داود، وإبن ماجة].

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم لسعد بن أبي وقاص: "... ولست تنفق نفقة تبتغي بها وجه الله إلا أُجرت بها حتى اللقمة في فيّ إمرأتك... "[1]، وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم في حديث ابي ذر: "... وفي بضع آحدكم صدقة، قالوا يا رسول الله أيأتي أحدنا شهوته ويكون له فيها أجر ' قال: أرأيت لو وضعها في حرام أكان عليه فيها وزر فكذلك لو وضعها في الحلال كان له أجر "[2].

❖ عدم الإسراف في تناول الطعام:-

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما ملأ آدمي وعاء شر من بطن بحسب إبن آدم آكلات يقمن صلبه فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه "[3].

يؤخذ من هذا الحديث ثلاثة أحكام:

أولاً: الاصل في الاكل أن يأكل ما تحصل به الحياة ويتقوى به على الطاعة من صلاة وصوم وغيره، ويتم ذلك بما هو أقل من ثلث البطن وهذا هو المستحب.

ثانياً: جوازملاء ثلث البطن بدليل الحديث السابق.

ثالثاً: الزيادة على ذلك فمكروه لمخالفة الحديث وبه يحصل الثقل والنوم، وحرمه البعض لمخالفته النهي الحاصل في قوله تعالى:" **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ**" {الأعراف:31}كما أنه يلحق بالبدن الأمراض والأسقام فضلاً عن تأخير العبادة وتعطيلها، وقال تعالى:" **اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** " { البقره: 195 }.

---

1 [رواه البخاري " 56 "، ومسلم " 1628 "].

2 [رواه مسلم " 1006 "، وأبو داود، وإبن ماجة].

3 [رواه الترمذي ، النسائي في السنن الكبرى، وإبن حبان في الصحيحه، والالباني في الصحيحه " 2265 "]

وعن أبو هريرة أن رجلا كان يأكل أكلا كثيرا فأسلم فكان يأكل قليلا فذكر ذلك للنبي صلى الله عليه وسلم فقال: " إن المؤمن يأكل في معى واحد والكافر يأكل في سبعة أمعاء " [1].

وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال تجشأ رجل عند رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال:" كف عنا جشاءك فإن أكثرهم شبعا في الدنيا أطولهم جوعا يوم القيامة[2] "

وعن عمران بن حصين رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم قال:" خيركم قرني ثم الذين يلونهم ثم الذين يلونهم ثم يكون بعدهم قوم يشهدون ولا يستشهدون ويخونون ولا يؤتمنون وينذرون ولا يوفون وتظهر فيهم **السمن** [3]"

أضرار الإسراف فى تناول الطعام:-

وقال الشاعر:

وإنك مهما تعط بطنك سولة وفرجك نالا منتهى الذم أجمعا

- **يؤثر على أداء العبادات التى هى غاية المسلم، ووظيفته فى الحياة:-**

إن الطعام الفائض عن احتياج البدن يسبب تثاقل البدن وضعف الحركة مما يؤدى إلى الكسل والفتور عن أداء العبادات.

قالت عائشة رضى الله عنها: إن أول بلاء حدث فى هذه الأمة بعد نبها الشبع فإن القوم لما شبعت بطونهم سمنت أبدانهم فضعفت قلوبهم وجمحت شهواتهم.

وقال عمر بن الخطاب – رضي الله عنه –:إياكم والبطنة في الطعام والشراب فإنها مفسدة للجسم مورثة للسقم،مكسلة عن الصلاة وعليكم بالقصد فيهما فإنه أصلح للجسد وأبعد عن السرف وإن الله تعالى ليبغض الحَبْرَ السمين وإن الرجل لن يهلك حتى يؤثر شهوته على دينه.

---

[1] [البخارى" 5396 "، "5397"، ومسلم"2062"،"2063"]

[2] [رواه الترمذي وابن ماجه والبيهقي، وصححه الألبانى فى الترغيب والترهيب (2137)]

[3] [البخارى (2651)، ومسلم (2535)]

وتقول العرب: أقلل طعامك تحمد منامك، وقيل لا تكثروا الاكل فإنه من أكثر الاكل أكثر النوم، ومن أكثر النوم أقل الصلاه، ومن أقل الصلاة كتب من الغافلين.

- **يصيب العقل بالبلادة والخمول وضعف القدرة على التفكير السليم:-**

إذا امتلاء الجزء الأعلى من المعدة بالطعام، أدى إلى ضيق التنفس الأمر الذى يؤدى تثاقل الذهن وخمول الفكر وضعف القدرة على التفكير وإعمال العقل، مما يؤثر سلباً على الحركة العلمية والعملية التى تحتاج إلى تفكير.

وقال لقمان لإبنه واعظاً: يا بنى إذا إمتلأت المعدة نامت الفكرة وخرست الحكمة وقعدت الاعضاء عن العبادة.

- **يؤثر على الصحة ويسبب الأمراض:-**

وقال ابن القيم: يحتاج البدن إلى ما به يخلف عليه ما حللته الحرارة - لضرورة بقائه – وهو الطعام والشراب ومتى زاد على مقدار التحلل ضعفت الحرارة عن تحليل فضلاته فاستحالت مواد رديئة فعاثت في البدن وأفسدت فحصلت الأمراض المتنوعة بحسب تنوع موادها وقبول الأعضاء واستعدادها وهذا كله مستفاد من قوله تعالى: { وكلوا واشربوا ولا تسرفوا } [الأعراف 31] فأرشد عباده إلى إدخال ما يقيم البدن من الطعام والشراب عوض ما تحلل منه وأن يكون بقدر ما ينتفع به البدن في الكمية والكيفية فمتى جاوز ذلك كان إسرافا وكلاهما مانع من الصحة جالب للمرض أعني عدم الأكل والشرب أو الإسراف فيه [1].

ويؤدي الشره وتناول كمية كبيرة من الطعام تزيد عن طاقة تحمل المعدة إلى ما يسمى بالتخمة والتي تفضي إلى عسرة الهضم وكثرة الغازات وأوجاع

[1] [زاد المعاد:193/3]

الشرسوف واحتقان الكبد والتخمة الشديدة يمكن أن تؤدي إلى توسع المعدة الحاد التي تسبب ضغطاً شديداً على القلب مما يعيق العود الوريدي إليه فتحصل عسرة في التنفس واضطراب في ضربات القلب وتسوء حالة المريض وقد تنتهي بالموت.والتخمة المزمنة تؤدي وتناول كمية كبيرة من الطعام تزيد عن طاقة تحمل المعدة إلى ما يسمى بالتخمة والتي تفضي إلى عسرة الهضم وكثرة الغازات وأوجاع الشرسوف واحتقان الكبد والتخمة الشديدة يمكن أن تؤدي إلى توسع المعدة الحاد التي تسبب ضغطاً شديداً على القلب مما يعيق العود الوريدي إليه فتحصل عسرة في التنفس واضطراب في ضربات القلب وتسوء حالة المري تنتهي بالموت.والطعام الزائد عن حاجة الجسم يتراكم على شكل دهون تترسب تحت الجلد وحول الأمعاء وفي الكبد وحول القلب حيث تحدث عبئاً كبيراً عليه،وتتصلب العروق ويرتفع الضغط الدموي وتكثر الجلطات والفوالج،وتتعب الغدد فيحدث الداء السكري عدا عن تعب الكلى بتكليفها فوق طاقتها من عمليات تصفية الدم وطرح الفضلات،هذا عدا عما ذكرناه من تمدد المعدة وآفات الجهاز الهضمي.إن كثرة الأكل والشرب يعقبها كسل في النفس وبلادة في الفكر وميل إلى النوم الذي هو خسارة ومضيعة لأوقات يمكن أن تكون نافعة في دنيا الإنسان وأخرت أن الإفراط في التغذية عند الأطفال واليفع تؤدي علاوة على زيادة الوزن،إلى النضج المبكر. والذى يؤدى إلى البلوغ المبكر أ. ه [1].

وعد الشيبانى من أنواع السرف:-

الاستكثار من المباحات والالوان فإن النبى صلى الله عليه وسلم عد ذلك من أشراط الساعه وقال: " تدار القصاع على موائدهم واللعنه تنزل عليهم "، وعن عائشه - رضى الله عنها – أنها كانت فى ضيافه فأتيت بقصعه بعد قصعه، فقامت وجعلت تقول: الم تكن الاولى مأكوله، فإن كانت فى هذه الثانيه وفى الاولى ما يكفينا، قد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم ينهى عن مثل هذا إلا أن يكون

---

[1] روائع الطب الإسلامى (19/1) بتصريف].

ذلك عند حاجه بأن يمد من ناحيه واحده فيستكثر من المباحات ليستوفى من كل نوع سيئاً فيجتمع له من كل مقدار ما يتقوى به على الطاعه، على ما حكى أن الحجاج كتب إلى عبد الملك بن مروان يشكوا إليه ثلاثاً " العجز عن الاكل، وعن الاستمتاع، والعى فى الكلام "، فكتب إليه أن إستكثرمن ألوان الطعام، وجدد السرارى فى كل وقت، وأنظر إلى أخريات الناس فى خطبتك.

ومن الاسراف أن تضع على المائده من ألوان الطعام فوق ما تحتاج إليه للاكل، إلا أن يكون من قصده أن يدعوا بالاضياف قوماً بعد قوم إلا أن يأتوا على أخر الطعام فحينئذ لابأس بذلك لانه مفيد.

ومن الاسراف أن يأكل وسط الخبز ويدع حواشيه، أو أن يأكل ما إنتفخ من الخبز كما يفعله بعض الجهال ويزعمون أنه بذلك ألذ ، ولكن هذا إذا كان غيره لايتناول ما ترك هو من حواشيه، فإما إذا كان غيره يتناول ذلك فلا بأس بأن يختار لتناوله رغيفاً دون رغيف.

ومن الاسراف التمسح بالخبز عند الفراغ من الطعام من غير أن يأكل ما يتمسح به لان غيره يستقذر ذلك فلا يأكله، فأما إذا كان هو يأكل ما يتمسح به فلا بأس بذلك.

ومن الاسراف إذا سقط من يده لقمه أن يتركها بل ينبغى له أن يبدأ بتلك اللقمه فيأكلها لان فى ترك ذلك إستخفافاً بالطعام.إنتهى. [1]

الأذكار والأدعية المتعلقة بالطعام والشرا

❖ التسمية فى أوله:-

يستحب للآكل أن يسم الله قبل أن يأكل، قال عمر بن أبى سلمة قال لى رسول الله صلى الله عليه وسلم " سم الله، وكل بيمينك، وكل مما يليك " [2].

---

[1] [الاكتساب فى الرزق المستطاب،: ص: 56 – 61 بتصريف].

[2] [رواه البخارى " 5377"، ومسلم " 2022 " وغيرهم].

فإذا شرع فى الأكل ونسى أن يسمى الله فى أوله، فليقل " **بسم الله أوله وأخره** "، قال رسول الله صل الله عليه وسلم: " إذا أكل أحدكم فليذكر إسم الله تعالى، فإن نسى أن يذكر إسم الله تعالى فى أوله، فليقل " بسم الله أوله وأخره " [1].

كما أن بركة الطعام إنما تكون عند التسمية، فإن الشيطان يستحل الطعام الذى لا يذكر إسم الله عليه فتنفى البركة من الطعام بذلك، فعن حذيفة – رضى الله عنه – قال: كنا إذا حضرنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم طعاماً، لم نضع أيدينا حتى يبدأ رسول الله صلى الله عليه وسلم فيضع يده، وإنا حضرنا معه مرة طعاما، فجاءت جارية كأنها تُدفع فذهبت لتضع يدها فى الطعام، فأخذ رسول الله صلى الله عليه وسلم بيدها، ثم جاء أعرابى كأنما يُدفع، فأخذ بيده، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الشيطان يستحل الطعام أن لا يذكر إسم الله تعالى عليه، وإنه جاء بهذه الجارية ليستحل بها، فأخذت بيدها، فجاء بهذا الاعرابى ليستحل به فأخذت بيده، والذى نفسى بيده إن يده فى يدى مع يديهما " ثم ذكر إسم الله تعالى وأكل [2].

كما روى أن رسول الله صل الله عليه وسلم كان يأكل طعاماً فى ستة من أصحابه، فجاء أعرابى، فأكله بلقمتين فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إما إنه لو سمى لكفاكم " [3].

التسمية أول الطعام تربط المسلم بالرزاق المنعم وتخلق فيه حالة من الطمأنينة تذكره بأن الرزق من عند الله ولا شك أن الذي يأكل وهو بحالة نفسية من الراحة والرضا فإن تمثل الطعام في بدنه ومن ثَمَّ فإن استفادته منه تكون أعظم مما لو كان

---

[1] [رواه أبو داود ، وأحمد، وغيرهم، وصححه الالبانى فى الارواء " 1965 "].

[2] [رواه مسلم " 1163 "، وأبو داود، وغيرهم، وصححه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 1617 "].

[3] [رواه الترمذى ، وإبن ماجه ، وأحمد، وصححه الالبانى فى الارواء " 1965 "].

قلقاً متوتراً أثناء تناوله لطعامه. فالتوتر والقلق يؤديان إلى عسر الهضم وإلى عدد من أمراض السبيل الهضمي والتي تقلل الاستفادة من الطعام المتناول[1].

لذلك ينبغى أن يُعود الصبى على التسميه عند طعامه والجهر بها، وأن لا يمد يده فى الطعام حتى يمدها سيد المأدبة وكبيرها كما كانت تفعل الصحابة مع رسول الله صلى الله عليه وسلم، كما على المربى أن يأخذ بيد من لم يسمى تعليماً وتوجيهاً له، ويقرر عند الصبى أن الشيطان يأكل مع الذى لا يذكر الله على الطعام مما يزيل عن الطعام البركة.

❖ حمد الله فى آخره: -

يستحب لمن فرغ من طعامه أن يحمد الله عليه، لانه نعمة ورزق منه سبحانه وتعالى والنعمة تستوجب الشكر، ويجزى الله الشاكرين أحسن الجزاء، وكما ربط الإسلام المسلم بربه قبل الشروع فى الأكل، ذكره بنعمه بعد تناوله لإحدى هذه النعم التى لاتعد ولا تحصى.

عن أبى أمامه – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم كان إذا رفع مائدته قال: " **الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه، غير مكفى ولا مُودع ولا مستغنى عنه ربنا** "[2].

وعن معاذ بن أنس – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صل الله عليه وسلم: " من أكل طعاماً فقال: " **الحمد لله الذى أطعمنى هذا، ورزقنيه من غير حول منى ولا قوه** غفر له ما تقدم من ذنبه "[3].

---

[1] [روائع الطب الإسلامى، 28]

[2] [رواه البخارى " 5458"، وأبو داود، وإبن ماجه، والترمذى، وغيرهم "].

[3] [رواه أبو داود، والترمذى، وإبن ماجه، وغيرهم وحسنه الالبانى فى الارواء " 1989"].

آداب الجلوس إلى الطعام و الشراب

❖ صفة الجلوس إلى الطعام:-

عن عبد الله بن بسر رضي الله عنه قال كان للنبي صلى الله عليه وسلم قصعة يقال لها الغراء يحملها أربعة رجال فلما أضحوا وسجدوا الضحى أتي بتلك القصعة يعني وقد أثرد فيها فالتفوا عليها فلما كثروا جثا رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال أعرابي ما هذه الجلسة قال رسول الله صلى الله عليه وسلم إن الله جعلني عبدا كريما و لم يجعلني جبارا عنيدا ثم قال رسول الله صلى الله عليه وسلم كلوا من جوانبها ودعوا ذروتها يبارك لكم فيها[1].

وعن أنس – رضى الله عنه – أنه قال: رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم جالساً مُقيعاً يأكل تمراً "[2].

يقول النووى " المقعى " هو الذى يلصق إليته بالارض، وينصب ساقيه، وهى جلسه رسول الله صلى الله عليه وسلم فى الصلاة بإن يحثوا على ركبتيه ويجلس على ظهر قدميه أو بأن ينصب رجله اليمنى و يجلس على اليسرى. وينصح الاطباء بهذه الجلسة لانها تؤدى إلى سرعة الشعور بالشبع ولما لها من فوائد طبيه أخرى، يوردها إبراهيم الراوى قائلاً: أن الجهاز الهضمي يحتاج إلى كمية كبيرة من الدم ليستطيع القيام بما يلزم لاستقبال الطعام الوارد و التهيؤ لهضمه لذا كان الإجراء الطبي الصحيح لذلك وجوب الجلوس و ثني الساقين تحت الجسم لحصر الدم في منطقة الجهاز الهضمي،مع وضع الساق اليسرى منثنية و اليمنى مرتكزة على القدم لجعل المعدة حرة طليقة بعيدة عن أي ضغط مسلط باتجاهها من الخارج.و هذا هو أصح حالة لعمل الجهاز الهضمي.كما يجب الامتناع عن الحركة و السير

---

[1] [رواه أبو داود، وابن ماجه، وصححه الألبانى فى الترغيب والترهيب (2122)]

[2] [رواه مسلم " 3807 "، وأبو داود " 3279 "، وأحمد " 12395 " والالبانى فى المشكاه " 4187 "].

أثناء الطعام لمنع ذهاب الدم إلى العضلات في وقت يكون جهازه الهضمي في أمس الحاجة إليه. وهذا الوضع" جلسة الطعام" التي طبقها أستاذ البشرية سيدنا محمد- صلى الله عليه وسلم - وهو أصح و أسلم في حالة الجلوس على الأرض حول السفرة من استعمال الكراسي حول مائدة الطعام[1].

فضلاً عن أنها تعبر عن التواضع وتنافى الكبر والبطر، فالطعام من نعم الله والله يأمر بالتواضع فلأمتثال به نوع من الشكر.

❖ النهى عن الأكل والشرب واقفاً:-

عن أنس – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه نهى أن يشرب الرجل قائماً، قال قتادة: فقلنا لأنس: فالأكل؟ قال: ذلك أشر وأخبث [2]. و عن بن عباس - رضى الله عنهما – قال: سقيت النبى صلى الله عليه وسلم من زمزم، فشرب وهو قائم [3].

ومن خلال هذين الحديثين وغيرهما نرى أن بعضها ينهى عن الشرب واقفاً والبعض الأخر يبيح ذلك فهل هناك إشكال فيهما؟ يقول الامام النووى فى شرحه لصحيح مسلم: ليس فى هذه الاحاديث بحمد الله تعالى إشكال ولا ضعف بل كلها صحيحة والصواب فيها أن النهى محمول على كراهة التنزيه، وأما شربه صلى الله عليه وسلم قائماً فبيان للجواز فلا إشكال ولا تعارض، وهذا الذى ذكرناه يتعين إليه المصير وأما من زعم نسخاً فقد غلط فاحشاً.

وللشرب قائما آفات عديدة منها: أنه لا يحصل به الري التام ولا يستقر في المعدة حتى يقسمه الكبد على الأعضاء ويترل بسرعة وحدة إلى المعدة فيخشى منه

---

[1] [مقالة بعنوان وضعية الجسم عند تناول الطعام، حضارة الإسلام العدد 10/9 عام 1976]

[2] [/ رواه أحمد، والسنن الكبرى للبيهقى ، وغيرهم، والالبانى فى المشكاه " 4266"].

[3] [البخارى " 1636"، ومسلم " 2027 "، وغيرهم].

أن يبرد حرارتها ويشوشها ويسرع النفوذ إلى أسفل البدن بغير تدريج وكل هـذا يضر بالشارب وأما إذا فعله نادرا أو لحاجة لم يضره ولا يعترض بالعوائد على هذا فإن العوائد طبائع ثوان ولها أحكام أخرى وهي بمنزلة الخارج عن القياس عند الفقهاء [1].

يقول عبد الرزاق الكيلاني: إن الشرب وتناول الطعام جالساً أصح وأسلم وأهنأ وأمرأ حيث يجري ما يتناوله الآكل والشارب على جدران المعدة بتؤدة ولطف. أما الشرب واقفاً فيؤدي إلى تساقط السائل بعنف إلى قعر المعدة ويصدمه صدماً. وإن تكرار هذه العملية يؤدي مع طول الزمن إلى إستراخاء المعدة وهبوطها وما يلي ذلك من عسر هضم. وإنما شرب النبي وقفاً لسبب اضطراري منعه من الجلوس مثل الزحار المعهود في المشاعر المقدسة، وليس على سبيل العادة والدوام [2].

ويؤكد الراوي أن الطعام والشراب قد يؤدي تناوله في حالة الوقوف (القيام) إلى إحداث انعكاسات عصبية شديدة تقوم بها نهايات العصب المبهم المنتشرة في بطانة المعدة، وإن هذه الإنعكاسات إذا حصلت بشكل شديد ومفاجيء فقد تؤدي إلى انطلاق شرارة النهي العصبي الخطير لتوجيه ضربتها القاضية للقلب، فيتوقف محدثاً الإغماء أو الموت المفاجيء، كما أن الإستمرار على عادة الأكل والشرب واقفاً تعتبر خطرة على سلامة جدران المعدة وإمكانية حدوث تقرحات فيها حيث يلاحظ الأطباء الشعاعيون أن قرحات المعدة تكثر في المناطق التي تكون عرضة لصدمات اللقم الطعامية وجرعات الأشربة بنسبة تبلغ 95% من حالات الإصابة بالقرحة، كما أن حالة عملية التوازن أثناء الوقوف ترافقها تشنجات عضلية في المريء تعيق مرور الطعام بسهولة إلى المعدة ومحدثة في بعض الأحيان آلاماً شدية

---

[1] [زاد المعاد: (201/3)

[2] [بحث قام به الطبيب محمد نزار الدكر نشرته موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة www.55a.net نقلاً عن د. عبد الرزاق الكيلاني: " الحقائق الطبية في الإسلام].

تضطرب معها وظيفة الجهاز الهضمي وتفقد صاحبها البهجة والاطمئنان عند تناوله لطعامه وشرابه [1]

❖ النهى عن الأكل متكئاً: –

عن على بن الاقمر سمعت أبا حُجيفة يقول: قال رسول الله صل الله عليه وسلم: " لا آكل متكئً "[2]، وعن عبد الله بن عمرو قال: ما رئي رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل متكئا قط ولا يطأ عقبه رجلان [3]. ولأنه نوع من التكبر المنهى عنه.

فضلاً عن إعاقته لمرور الطعام إلى المعدة بصورة سليمة مما يؤدى إلى أثار صحية سلبية، ويعلق الراوي قائلاٍ: أن الاتكاء يسبب التشنج و الاضطراب و التقلص في عضلات البلعوم فلا يستطيع الإنسان بلع اللقمة في ارتياح و لذة،كما أنه يحدث ارتخاءً في عضلات البطن فلا تستطيع المعدة استقبال الطعام بشكل صحيح. ولأن المعدة تكون بوضعها الصحيح في حالة انتصاب الجذع وارتكازه على الأرض دون لجوئه إلى الارتكاز الجانبي في حالة الاتكاء[4].

الأكل على ما انبسط على الارض:–

عن ابن عباس أن أم حفيد بنت الحارث بن حزن خالة ابن عباس أهدت إلى النبي صلى الله عليه وسلم سمنا وأقطا وأضبا فدعا بهن فأكلن على مائدته وتركهن النبي صلى الله عليه وسلم كالمستقذر لهن ولو كن حراما ما أكلن على مائدة النبي

---

[1] [نفس المرجع السابق].

[2] [رواه البخارى " 5398 "، وأبو داود، والترمذى، وإبن ماجة].

[3] [رواه أبو داود، وصححه الألبانى فى المشكاة"4212"].

[4] [مرجع سابق]

صلى الله عليه وسلم ولا أمر بأكلهن [1]، قال صاحب فيض القدير: المائدة ما يمد ويبسط عليه الطعام كمنديل وثوب وسفرة.

وعن قتادة عن أنس بن مالك قال ما علمت النبي صلى الله عليه وسلم أكل على سُكرجة قط ولا خبز له مرقق قط ولا أكل على خوان قط قيل لقتادة فعلام كانوا يأكلون؟ قال: على السفر [2].

قال صاحب عون المعبود: المائدة هي ما يبسط للطعام سواء كان من ثوب أو جلد أو حصير أوخشب أو غير ذلك، فالمائدة عام لها أنواع منها السفرة ومنها الخوان وغيره فالخوان بضم الخاء يكون من خشب وتكون تحته قوائم من كل جانب والأكل عليه من دأب المترفين لئلا يفتقر إلى التطأطؤ والانحناء، فالذي نفي بحديث أنس هو الخوان، والذي أثبت هو نحو السفرة وغيره والله أعلم.

آداب الشروع فى الطعام

❖ الاكل والشرب باليمين:-

عن عائشه – رضى الله عنها – قالت: كانت يد رسول الله صلى الله عليه وسلم اليمنى لطهوره وطعامه، وكانت اليسرى لخلائه وما كان من أذى [3].

وقال صلى الله عليه وسلم لعمر بن أبى سلمة " يا غلام سم الله وكل بيمينك وكل مما يليك "[4].فاليمين لما هو مكرم مشرف الشمال لما هو مستقذر مستقبح، فضلاً عن أن هذا التشريع من الطب الوقائى، حيث خصصت الشمال لإزالة

---

[1] [البخارى"8737"، ومسلم"6713"].

[2] [البخارى"5386"، والترمذى، وإبن ماجة].

[3] [سبق تخريجه].

[4] [أخرجه أبو داود، وأحمد، والبيهقى فى السنن الكبرى، وصححه الالبانى فى المشكاه " 713 "].

القاذورات والنجاسات فربما تعلق بها شيء من الجراثيم ودخل مع الطعام إلى المعدة فى حالة عدم التخصيص.

❖ الأكل من جانب القصعة والنهى عن الاكل من وسطها:-

قال صلى الله عليه وسلم فى الحديث السابق: " وكل مما يليك "، وقال صلى الله عليه وسلم فى حديث ابن عباس – رضى الله عنهما -: " البركة تنزل وسط الطعام فكلوا من حافيته ولا تأكلوا من وسطه " [1].

وعن ابن عباس – رضى الله عنهما - أيضاً عن النبي صلى الله عليه وسلم: أنه أتي بقصعة من ثريد فقال: " كلوا من جوانبها ولا تأكلوا من وسطها فإن البركة تنزل في وسطها " [2].

❖ إستحباب الاكل بثلاثة أصابع:-

عن كعب بن مالك عن أبيه قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل بثلاثة أصابع، ويلعق يده قبل أن يمسحها " [3].

وقال الشافعى: الأكل بإصبع واحد مقت وبإثنين كبر، ولان الاكل بجميع الاصابع ينافى النظافة وبإصبع واحد يصعب معه الاكل.

❖ أخذ ما يسقط من الطعام: -

يستحب لمن سقط منه لقمة أثناء أكله أن يأخذها ويزيل ما بها من أذى ثم يأكلها، لان فى ذلك صيانة للنعمة وعدم البتر والخيلاء، طالما زال عنها الاذى،

---

[1] [أخرجه الترمذى، وأخرجه الحاكم فى المستدرك، وإبن حبان وصححه الالبانى فى الترغيب والترهيب " 1617"]

[2] [رواه الترمذي وابن ماجه وصححه الألبانى فى المشكاة"4211"]

[3] [رواه مسلم " 2032"، وأبو داود].

وحتى لا يتركها للشيطان، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الشيطان يحضر أحدكم عند كل شيء من شأنه حتى يحضره عند طعامه فإذا سقطت من أحدكم اللقمة فليمط ما كان بها من أذى ثم ليأكلها ولا يدعها للشيطان فإذا فرغ فليلعق أصابعه فإنه لا يدري في أي طعامه تكون البركة" [1].

وعن أنس – رضى الله عنها – قال: كان رسول الله صل الله عليه وسلم: إذا أكل طعاماً، لعق أصابعه الثلاث، وقال: " إذا سقطت لقمة أحدكم فليأخذها، وليمط عنها الاذى وليأكلها، ولا يدعها للشيطان " وأمرنا أن نسلت القصعة وقال: " إنكم لا تدرون فى أى طعامكم البركة " [2].

ولكن يجب أن نأخذ فى اعتبارنا أن الرسول صلى الله عليه وسلم شرط فى ذلك إزالة الاذى، أما فى حالة تعذر إزالة الاذى فلا يجوز أكل ما يسقط، لان فى ذلك إضراراً بالنفس وتعريضها للأذى، وقد نهى الله ورسوله عن ذلك.

❖ لعق الاصابع قبل مسحها:-

عن أبى هريره – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا أكل أحدكم فليلعق أصابعه فإنه لا يدرى فى أيتهن البركة [3].

كان وسيله الاكل فى تلك العصور هى الاصابع، فكان ما يعلق بالأصابع هو جزء مما أكلوه فلم يكن مستقذراً أن يلعقه، أما اليوم فوسيلة الاكل هى المعلقة فما المانع من لعقها؟ وطالما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم أمر بذلك فلابد أن فيها فائده لا نعلمها الان ربما كشف عنها العلم فيما بعد.

---

[1] [أخرجه مسلم " 2033 "، وإبن ماجة].

[2] [رواه مسلم " 1171 "، وأبو داود، والترمذى، وغيرهم].

[3] [رواه مسلم " 2035 "، والترمذى ، وغيرهم].

❖ النهى عن القران ونحو ذلك:-

من آداب الأكل مع الجماعة ألا يقرن الرجل بين التمرتين و ما نحوهما من باب التأدب في الأكل وترك الشره، فعن جبلة بن سحيم قالأصابنا عام سنة مع ابن الزبير فرزقنا تمرا فكان عبد الله بن عمر يمر بنا ونحن نأكل ويقول لا تقارنوا فإن النبي صلى الله عليه وسلم نهى عن القران ثم يقول إلا أن يستأذن الرجل أخاه قال شعبة الإذن من قول ابن عمر [1].

❖ من يأكل ولا يشبع:-

عن وحشي بن حرب بن وحشي بن حرب عن أبيه عن جده رضي الله عنه قال قالوا يا رسول الله إنا نأكل ولا نشبع قال تجتمعون على طعامكم أو تتفرقون قالوا نتفرق قال اجتمعوا على طعامكم واذكروا اسم الله تعالى يبارك لكم فيه [2]. لأن الله يحب الجماعة، ويبارك الله فى أى عمل قائم على الإجتماع و التعاون، وفيه أيضاً دعوة للإثار والتواد.

الآداب الصحية للطعام و الشراب

❖ عدم الاكل من الخبز المرقق المنخول:

عن أبى حازم قال: سألت سهل بن سعد – رضى الله عنه – هل أكل رسول الله صلى الله عليه وسلم النقى؟ فقال: ما رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم النقى من حين أبتعثه الله حتى قبضه الله، فقلت: هل كانت لكم فى عهد

---

[1] [رواه البخارى "5446"، ومسلم"2045"]

[2] [رواه أبو داود وابن ماجه وابن حبان في صحيحه وحسنه الألبانى فى صحيح الترغيب و الترهيب"2128"]

رسول الله مناخل، قال ما رأى رسول الله صل الله عليه وسلم منخلاً من حين إبتعثه الله حتى قبضه، فقلت: كيف كنتم تأكلون الشعير غير متحول؟ فقال: " نطحنه وننفخه فيطير منه ما يطير وما بقى ثريناه فأكلناه " [1].

وعن أنس بن مالك – رضى الله عنه – قال: ما أكل النبى صلى الله عليه وسلم على خوان ولا فى سكرجة ولا خبز له مرقق وفى رواية وما أكل خبزاً مرققاً حتى مات قلت: لقتادة علام يأكلون قال: على السفر [2].

عن أُم أيمن – رضى الله عنها – أنها غربلت دقيقاً فصنعتة للنبى صلى الله عليه وسلم رغيفاً، فقال: " ما هذا "؟ قالت: طعام كنا نصنعه بأرضنا فأحببت أن أصنع لك من رغيف، فقال صلى الله عليه وسلم: " رديه فيه ثم إعجنيه " [3].

يقول الكيلانى: لقد رفض رسول الله صل الله عليه وسلم الرغيف الابيض ذو الدقيق المنخول ورغب فى الاسمر المصنوع من الدقيق الكامل غير المنخول، حدث هذا منذ "14" قرن وعرف الطب الحديث اليوم أهمية النخالة وفائدة إضافتها إلى الخبز فى منع حدوث سرطان القولون الذى كثرت حوادثه فى المجتمعات المتحضرة التى تأكل الخبز الابيض وصارت أكياس النخالة تباع اليوم ليؤكل منها مع الطعام لمنع حدوث الامساك المزمن وللوقاية من سرطان القولون [4].

---

[1] [رواه البخارى " 5413 "، وإبن ماجه، والترمذى].

[2] [البخارى"8731"، والترمذى، وإبن ماجة]، والنقى: الدقيق الابيض، وثريناه: بللناه بالماء، والخوان: طاوله الطعام، السكرجه: الإناء الذى يوضع فيه الكوامخ والمقبلات لتشهى، والمحور: الذى ينخل مره بعد مره، والخوان: هى المائده.

[3] [أخرجه إبن ماجة، وإبن أبى الدنيا فى كتاب الجوع، وصححه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 3274 "].

[4] [مرجع سابق].

❖ النهى عن أكل الطعام الحار:

عن جابر – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " أبـــردوا الطعام الحار فإن الحار غير ذى بركه " [1].

عن أبى هريرة قال: ان النبى صلى الله عليه وسلم أتى بصفحة تفور، فرفـــع يده منها، فقال: " اللهم لاتطعمنا ناراً، إن الله لم يطعمنا ناراً " [2].

ولان الطعام أو الشراب الساخن يؤدى إلى حروق فى الفم واللسان، كمـــا أن التعود عليها يؤدى إلى أمراض خطيرة تصيب الجهاز الهضمى.

❖ تقديم العَشاء على صلاة العِشاء:-

عن عائشة – رضى الله عنها – عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إذا وضع العَشاء وأقيمت الصلاه فابدؤوا بالعَشاء " [3].

والحكمه من ذلك أن المصلى الخاوى البطن، لا يحضره الخشوع فى الصلاة من ألم الجوع وكثرة التفكير فى الطعام، وبذلك يضيع ركن من أركان الصـــلاة، كما أن غدد الجهاز الهضمى تستثار عند رؤية الطعام وتفرز إنزيمات هاضمة، وفى حالة تأخير الاكل تسبب هذه الانزيمات تآكل جدران المعدة محدثة تقرحات بها.

❖ عدم إكراه النفس على طعام لا تستسيغه:-

كان النبى صلى الله عليه وسلم إذا عافت نفسه طعاماً لا يأكله ولا يحمل نفسه عليه، قدم لرسول الله صلى الله عليه وسلم لحم ضب فرفع رســـول الله صـــلى الله

---

[1] [قال الالبانى أخرجه البيهقى بسند صحيح، كما بينه فى الارواء " 2038 "، أخرجه الحاكم، والالبانى فى السلسله الصحيحه وله كلام فيه " 392 "].

[2] [الطبرانى فى الكبير].

[3] [رواه البخارى " 671 "، ومسلم " 558 "].

عليه وسلم يده فقال خالد بن الوليد أحرام الضب يا رسول الله؟ قال: " لا ولكنه لم يكن بأرض قومي فأجدني أعافه " قال خالد فاجتررته فأكلته ورسول الله ينظر فلم ينهني [1].

❖ عدم حبس النفس على نوع واحد من الاطعمة بدون عذر:-

أباح الله تعالى جميع الطيبات، وذكر فى كتابه ألواناً شتى من الأطعمة و الأشربة والتى سبق الأشارة إلى بعضها، كما أنه لم يثبت عن النبى صلى الله عليه و سلم خلاف ذلك، بل كان يأكل الخبز بالخل، و القثاء بالرطب وقد أشرنا إلى بعض الأطعمة التى استحبها النبى صلى الله عليه و سلم، كما أن حبس النفس على نوع واحد من الأغذية مخالف للفطرة وكل ما يخالف الفطرة بلا شك ضرره أكثر من نفعه إن كان فيه منفعة، كما أن فيه تعطيل لما أباحه الله و تفضل به على الإنسان بدون مبرر.

كما أن البدن يحتاج فى بنائه للخلايا الجديدة و فى تعويضه للخلايا التالفة العديد من العناصر و المركبات الغذائية التى تدخل فى بناء الجسد، وهذا قطعاً لن يتوفر فى نوع واحد من الأطعمة مهما كانت قيمته الغذائية، وكنتيجة لذالك يصاب البدن بالأمراض الخاصة بسؤ التعذية ومع الأستمرار فى ذلك يهلك البدن.

❖ الحرص على تناول الأوفق من الأطعمة والأشربة:-

فعن أم المنذر قالت: دخل علي رسول الله صلى الله عليه وسلم ومعه علي ولنا دوال معلقة فجعل رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل وعلي معه يأكل فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم لعلي: " مه يا علي فإنك ناقه " قالت: فجعلت لهم

[1] [رواه البخارى " 8776 "، ومسلم " 6711 " واللفظ له].

سلقا وشعيرا فقال النبي صلى الله عليه وسلم: " يا علي من هذا فأصب فإنه أوفق لك " [1].

وعن عائشة قالت: كان النبي صلى الله عليه وسلم يستعذب له الماء من السقيا. قيل: هي عين بينها وبين المدينة يومان [2].

فمعلوم فى الطب الوقائى أن بعض الأطعمة مفيدة فى وجوة ومضرة فى وجوة أخرى بحسب الحالة الصحية التى عليها الفرد، فينبغى تحرى الأسلم و الأوفق منها.

❖ الشرب على ثلاث دفعات: –

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقسم شرابه إلى ثلاثه مراحل يتنفس بينهما خارج الإناء الذى يشرب فيه.

عن أنس – رضى الله عنه – قال كان رسول الله صل الله عليه وسلم يتنفس فى الشراب ثلاثاً ويقول " إنه أروى وأبرأ وأمرأ، قال أنس فأنا أتنفس فى الشراب ثلاثاً " [3].

وعن أبى قتاده – رضى الله عنه – أن النبى صل الله عليه نهى أن يتنفس فى الإناء أو ينفخ فيه " [4].

يقول النسيمى: وفى تنفس الانسان شرابه إلى ثلاثه فوائد أهمها تذوق الماء والشراب ليدرك مدى صلاحيتها للشرب ودرجه حرارتها وما قد طرأ عليها من فساد أو تغير بمواد قد تكون سامه، فيحجم عن الشراب قبل فوات الاوان بشربها دفعه واحده، وكثيراً ما تأذى أُناس أو ماتوا بتجرعهم سائلاً ضاراً أو ساماً بطريق الخطأ إذ ظنوه ماء. ويرى د. الكيلاني أن الذي يشرب الماء دفعة واحدة يضطر إلى

---

[1] [رواه أحمد، والترمذي، وابن ماجه، وحسنه الألبانى فى المشكاة"4216"]

[2] [رواه أبو داود، وصححه الألبانى فى المشكاة "4284"]

[3] [رواه البخارى " 5631 "، ومسلم " 2028 "].

[4] [رواه مسلم " 267 "]

كتم نفسه إلى أن ينفذ كوب الماء لأن تقاطع طريقي الماء والهواء عند البلعوم يمنع أن يسيرا معاً وعندما يكتم المرء نفسه طويلاً ينحبس الهواء في الرئتين ويضغط على جدارن أسناخها والتي تتوسع بالتدريج مع استمرار هذه العادة حتى يصاب بانتفاخ الرئة والتي يمكن أن تؤدي إلى القلب الرئوي وقصور القلب، وقد ينعكس ذلك مع الوقت على الكبد فتتضخم وتصبح مؤلمة وتنتشر الوذمات في البدن [1].

❖ النهى عن التنفس فى الاناء أو النفخ فيه: –

عن أبى قتاده – رضى الله عنه – أن رسول الله صل الله عليه وسلم قال: " إذا شرب أحدكم فلا يتنفس فى الإناء وإذا أتى الخلاء فلا يمس ذكره بيمينه ولا يتمسح بيمينه " [2].

وعن عبد الله بن عباس – رضى الله عنه – قال: نهى رسول الله صل الله عليه وسلم أن يتنفس فى الإناء أو ينفخ فيه " [3].

عن أبى سعيد الخدرى – رضى الله عنه – أن النبى صل الله عليه وسلم نهى عن النفخ فى الشراب، فقال رجل: القذاة أراها فى الإناء؟ فقال: " أهرقها " قال: إنى لا أَرْوَى من نفس واحد، قال: " فأبن القدح إذا عن فيك " [4].

وربما تكون الحكمه من ذلك النهى، أن النفخ والتنفس فى الإناء فيه خروج عن الاداب العامه كما أنه مجلبه لإزدراء الاخرين، ناهيك عن الاضرار الصحية التى يسببها هواء الزفير المحمل بثانى أُكسيد الكربون.

---

[1] [روائع الطب الإسلامى]

[2] [رواه البخارى " 153، 154،5360 "، ومسلم " 267 "].

[3] [رواه أبو داود، والترمذى، وأحمد].

[4] [سنن الترمذى، وحسنه الالبانى فى الترغيب والترهيب " 2115 "].

❖ النهى عن الشرب من ثلمه القدح: –

وثلمه القدح هى الجزء المنكسر فى حافه القدح. عن أبى سعيد الخدرى – رضى الله عنه – قال: " نهى رسول الله صل الله عليه وسلم عن الشرب من ثلمه القدح، وأن ينفخ فى الشراب " [1].

عن أبى سعيد الخدرى – رضى اللع عنه – قال: نهى رسول الله صل الله عليه وسلم عن إختناث الاسقيه، يعنى: أن يشرب من أفواهها [2].

يقول بن القيم: إن الشرب من ثلمه القدح فيه عده مفاسد أحدهما أن يكون على وجه الماء من قذى أو غيره يجتمع إلى الثلمه، والثانى أنه ربما يشوش على الشارب فلا يتمكن من حُسن الشرب، والثالث أن الوسخ والزهوميه تجتمع فى الثلمه ولا يصل إليها الغسل كما إلى الجانب الصحيح، الرابع أن الثلمه محل العيب فى القدح وهى أرداء مكان فيه فيجب تجنبه، والخامس أنه كان فى الثلمه شق يجرح فم الشارب [3].

❖ النهى عن الشرب من فى السقاء: –

عن أبى هريره قال: نهى رسول اله صلى الله عليه وسلم أن يُشرب من فى السقاء [4].

عن كبشه قالت دخل على رسول الله صل الله عليه وسلم فشرب من فى قربه معلقه قائما فقمت إلى فيها فقطعته [5].

---

[1] [رواه أبو داود، وأحمد، وغيرهم، صححه وحسنه الالبانى فى الترغيب والترهيب " 2116 "].

[2] [رواه البخارى " 5626 "، ومسلم " 2023 "، وأصحاب السنن].

[3] [زاد المعاد 204/3]

[4] [رواه البخارى " 5628 "، ومسلم " 1609 "].

[5] [رواه الترمذى، وإبن ماجه، وصححه الالبانى فى المشكاه " 4281"]

قال النووى: النهى عن الشرب من فى السقاء للتتريه لاحتمال وجود شئ من الهواء فى الماء لذلك إذا غطى فى الجرة أو ربط فم القربه فلا مانع من الشرب من فمها، لكن الاولى ألا يشرب من فى السقاء إمتثالاً للأمر النبوى.

يقول ابن القيم: وفي هذا آداب عديدة منها:

- أن تردد أنفاس الشارب فيه يكسبه زهومة ورائحة كريهة يعاف لأجلها.
- ومنها: أنه ربما غلب الداخل إلى جوفه من الماء فتضرر به.
- ومنها: أنه ربما كان فيه حيوان لا يشعر به فيؤذيه.
- ومنها: أن الماء ربما كان فيه قذاة أو غيرها لا يراها عند الشرب فتلج جوفه.
- ومنها: أن الشرب كذلك يملأ البطن من الهواء فيضيق عن أخذ حظه من الماء أو يزاحمه أو يؤذيه ولغيرذلك من الحكم [1].

الآداب المتعلقة بالنظافة

قال تعالى: " **إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ** " { البقره: 222}، والطهارة هى النظافة، وقد حث عليها القرآن في أكثر من موضع،وسيأتى الكلام عنها بإذن الله.

ومن مظاهر النظافة فى الاكل: -

❖ غسل اليدين قبل الاكل وبعده:-

لا تخلوا اليدين من الوسخ واللوث، من بكتريا وفيروسات ضاره تسبب الامراض وتنقلها، لان الانسان إنما يتعامل بيديه يأخذ ويعطى، لذلك فغسلها فيه وقايه بما قد ينجم من آثار سلبيه قد تنشأ من خلال التصاق الجرثيم بالطعام

[1] [زاد المعاد 204/3]

ودخولها مباشرة إلى المعدة محدثة مرض التيفود وغيره، إما غسلها بعد الاكل حتى يزيل ما علق بها من الزهم ورائحه الطعام، فيظل المسلم طاهراً نقياً طيب الرائحة، قال تعالى: " **مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ** " { المائدة: 6 }، وقال تعالى: " **وَيُنَزِّلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ** " { الانفال:11}، وعن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من بات وفي يده غمر لم يغسله فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه " [1].

❖ ومن مظاهر النظافة ايضاً:

- عدم قضم الخبز بالفم ثم وضعه فى الطعام، لانه ربما تعلق البصاق الذى فى الفم باللقمة، مما يسبب قيام الجليس ومعافاتهم الاكل.
- ضم الشفتين عند الاكل حتى لايتطاير البصاق من الفم، وكذلك حتى لايحدث فرقعة أثناء المضغ.
- و إذا طرأ عليه السعال فاليتحول بوجهه عن الطعام وليضع على أنفه وفمه شئ حتى لا يتطاير الرزاز فى الطعام.
- كما ينبغى ألايتنحم أثناء الاكل ولا يبصق ولا ينطق بألفاظ مستقذرة بحضرة الطعام، وألا يضع قشر الطعام وما تبقى منه من بذر وندى وغيره على المائدة.

❖ عدم تلطيخ الايدى والملابس بالطعام:-

من وجوه النظافة عدم تلطيخ الايدى والملابس بالطعام حتى لا يؤذى الحاضرين ويسبب نفورهم منه باستقزارهم له، ومعافاتهم الطعام، ولا ضرر ولا ضرار، فضلاً عما ينجم من إفساد فى الطعام.

---

[1] [رواه الترمذي وأبو داود وابن ماجه و صححه الألبانى فى الصحيحة (2956)]

فعن عمر بن أبي سلمة قال: كنت غلاما في حجر رسول الله صلى الله عليه وسلم كانت يدي تطيش في الصفحة فقال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم "يا غلام! إذا أكلت؛ فقل بسم الله وكل بيمينك وكل مما يليك " [1].

وقال أحد الحكماء: من نظف ثوبه قل همه، ومن طاب ريحه زاد عقله.

هكذا ينبغى أن يُعود الصبى على المحافظةعلى نظافة يديه وثيابه أثناء الطعام وعدم تلطيخ ثوبه بالطعام، وأن يؤصل ذلك فيه بأن يشبه عنده من يفعل ذلك بالحيوانات، وأن يسخ فى ذهنه أن من يحافظ على نظافتهإنما الشريف النظيف.

كما ينبغى أن يتعلم الصبى أن النظيف يقرب من قلوب الخلق وتقر به العيون وتتعلق به النفوس، حيث أنهم ينفرون ويتقذرون من الصبى الخبيث الرائحه الرث الثياب.

❖ تغطيه الإناء وإيكاء السقاء:

عن جابر – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " غطوا الإناء وأوكئوا السقاء فإن فى السنة ليله ينزل بها وباء، لا يمر بإناء ليس عليه غطاء أو سقاء ليس عليه وكاء إلا نزل فيه من ذلك الوباء " [2].

وعن أبى حميد الساعدى – رضى الله عنه – قال: أتيت النبى صلى الله عليه وسلم بقدح من لبن النقيع ليس مخمراً فقال صلى الله عليه وسلم: " ألا خمرته ولو تعرض عليه عوداً!" قال أبو حميد: إنما أمربالاسقية أن توكأ ليلاً وبالابواب أن تغلق ليلاً [3].

---

[1] [أخرجه الطبرانى فى الكبير، وصححه الالبانى فى الصحيحة " 344 "]

[2] [رواه البخارى " 3280 "، مسلم " 2014 "].

[3] [رواه البخارى " 5606 "، مسلم " 2010 "].

هذا من الطب الوقائى الذى حث عليه رسول الله صلى الله عليه وسلم، وفى تغطيه الاوانى حمايه لما فيها من طعام وشراب من الغبار ومن وقوع الحشرات فيها، التى من الممكن أن تنقل العدوى أو تساعدعلى إنتشارها.

❖ السواك:-

ومن مظاهر النظافة والطهارة إستخدام السواك، وهو مستحب فى جميع الاوقات ولا سيما بعد الانتهاء من الاكل حتى يزيل بقايا الطعام التى تحدث فى الفم رائحة كريهة، هذه الرائحة تؤذى من يتحدث إليه.

ومن فوائد السواك آيضاً أنه يشد اللثة، ويحول دون أمراض الاسنان، ويساعد على الهضم، ومدر للبول، ويساعد على الاقلال من الاكل أثناء الوجبات، وهذا السواك هو هدى نبينا صلى الله عليه وسلم فقد كان يحافظ عليه حتى وهو فى مرض الموت، وكان يحث أصحابه عليه ويذجرهم عن عدم إستخدامه، وقد قال صلى الله عليه وسلم فى حديث أبى هريرة قال: " لولا أن أشق على أُمتى أو على الناس لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة " [1].

عن مقدام بن شريح عن أبيه قال سألت عائشه قلت بأى شئ يبدأ النبى صلى الله عليه وسلمإذا دخل بيته، قالت: بالسواك " [2]، و عن بن عباس – رضى الله عنهما – أن النبى صلى الله عليه وسلم قال:" لقد أُمرت بالسواك حتى ظننت أنه يترل على فيه قرآن أو وحى " [3]. وعن عائشة – رضى الله عنها – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:" السواك مطهرة للفم، مرضاة للرب " [4].

---

[1] [رواه البخارى " 887 "، ومسلم "252 "].

[2] [رواه مسلم " 253 "، وأبو داود، والنسائى، وإبن ماجه ، وغيرهم].

[3] [رواه أحمد، وحسنه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 213 "].

[4] [رواه بن ماجة، وأحمد].

وإن تعزر وجود السواك فالمضمضة تجزئ، وايضاً كل ما من شأنه أن يزيل صفرة الأسنان كالفرشاة، لحديث سويد بن النعمان قال: خرجنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم إلى خيبر فلما كُنا بالصهباء دعا بطعام، فلما أتى إلا بسويق، فأكلنا، فقام إلى الصلاة فتمضمض ومضمضنا " [1].

عن عبد الله بن عباس – رضى الله عنهما – " أن رسول الله صل الله عليه وسلم شرب لبنافدعا بماء فتمضمض وقال: " إن له دسماً " [2].

يقول محمد نزار الدقر: وهذا الهدى النبوى حفظ لصحة الاسنان ووقايتها من النخر والتسوس، ذلك أن بقايا الطعام فى الفم وبين ثنايا الاسنان يمكن أن تتخمر وتنتفخ متحوله ضمن الفم إلى مزرعه جرثوميه خطيره يمكن أن يترعرع فيها الجراثيم وتتكاثر بسهوله مؤديه إلى حالات مرضيه قد تكون وخيمه العواقب [3].

آداب عامة تتعلق بالطعام و الشراب

❖ النهى عن تعيب وذم الطعام:

عن أبى هريرة – رضى الله عنه – قال: ما عاب رسول الله صل الله عليه وسلم طعاماً قط، إن إشتهاه أكله، وإن كرهه تركه [4].

و إنما يستحب مدح الطعام، لأنه مظهر من مظاهر الشكر عليه، فعن جابر – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم سأل أهله الأدم، فقالوا: ما عندنا إلا خل، فدعا به، فجعل يأكل ويقول: " نعم الأدم الخل، نعم الأدم الخل " [5].

---

[1] [رواه البخارى " 5454 "، ومسلم " 938 "]

[2] [رواه البخارى " 211، 5610 "، ومسلم " 358 "].

[3] [روائع الطب الإسلامى]

[4] [رواه البخارى " 3563 "، و مسلم " 2064 "، وغيرهم].

[5] [رواه مسلم " 2052 "، والترمذى " 1839 "، " 1842 "، وأبو داود " 3820 "، " 3821"، وإبن ماجة " 3317 "]

ويؤخذ من هذه الاحاديث عدم إجبار الاولاد على طعام لا يشتهونه، وذلك لان إشتهاء الطعام يجعل غدد الجهاز الهضمى فى الفم والمعدة تفرز إنزيمات تساعد وتسهل من عملية الهضم.

وينبغى أيضاً أن يوجه الصبى إلى عدم العيب فى الطعام، لان ذلك يؤذى غيره، وينفر من الطعام، وربما كان من الحاضرين من يأكله فيعافه لأجل ذلك.

❖ إستحباب تكثير الايدى على الطعام:

كلما زادت الايدى على الطعام، كلما زادت بركة الطعام، أى أنه تناسب طردى.

فعن أبى هريره – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " طعام الاثنين كافى الثلاثة، وطعام الثلاثة كافى الاربعة " [1].

وعن جابر – رضى الله عنه – قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " طعام الواحد يكفى الاثنين، وطعام الاثنين يكفى الاربعة، وطعام الاربعه يكفى الثمانية " [2].

❖ فائده الاجتماع على الطعام:

عن وحشى بن حرب – رضى الله عنه – أن أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم قالوا: يا رسول الله، إنا نأكل ولا نشبع، قال: " فلعلكم تفترقون "، قالوا: نعم، قال: " فاجتمعوا على طعامكم، وإذكروا إسم الله، يبارك لكم فيه " [3].

وعن جابر – رضى الله عنه – أن النبى صل الله عليه وسلم قال: " أحب الطعام ما كثرت عليه الايدى " وفى روايه " ما كان على ضفف " [1].

---

[1] [رواه البخارى " 5392 "، رواه مسلم " 2058 "].

[2] [رواه مسلم " 2059 "، والترمذى " 1820 "، وإبن ماجة " 3254 "].

[3] [أخرجه أبو داود، وإبن ماجه، وإبن حبان فى صحيحه، وحسنه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 2128 "].

وفى هذه الاحاديث حث منه صلى الله عليه وسلم إلى المواســـاة، وتعميـــق العلاقات الاجتماعية بين المسلمين وزيادة المحبه والالفة فيما بينهم، ونبذ الضـــغائن وأمراض النفوس، كما أن الاكل فى جماعة له مذاق خاص يشعر به من إعتاد عليه، كما أن الله سبحانه يبارك فى طعام الجماعة كلما زادت الايدى عليه.

❖ وعظ من يسئ الاكل وتوجيهه: -

عن سلمه بن الاكوع - رضى الله عنه – أن رجلاً أكل عند رسول الله صلى الله عليه وسلم بشماله فقال: " كل بيمينك " قال: لا أستطيع، قال: " أستطعت " ما منعه إلا الكبر، فما رفعها إلى فيه " [2].

ومن آداب الشراب

❖ النهى عن الشرب فى آنيه الذهب والفضه: -

عن حذيفة – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صل الله عليه وسلم: " لا تشربوا فى آنيه الذهب والفضه ولا تأكلوا فى صحافها ولا تلبسوا الحريـــر ولا الديباج فإنه لهم فى الدنيا وهو لكم فى الاخرة " [3].

وعن أُم سلمه – رضى الله عنها – أن رسول الله صلى الله عليه وســـلم قال: " الذى يشرب من آنية الفضة، إنما يجرجر فى بطنه نار جهنم " [4].

---

[1] [الطبرانى فى الاوسط ، وأبو يعلى، وحسنه الالبانى غى صحيح الترغيب والترهيب " 2133 "]

[2] [أخرجه مسلم " 1116 "، وأحمد].

[3] [أخرجه الالبانى فى صحيح الجامع " 13291 "].

[4] [البخارى " 5634 "، ومسلم " 2065 "].

قال النووى: أجمع المسلمون على تحريم الأكل والشرب في إناء الذهب، وإناء الفضة على الرجل وعلى المرأة، و لم يخالف في ذلك أحد من العلماء إلا ما حكاه أصحابنا العراقيون أن للشافعي قولا قديما أنه يكره، كما أن الإجماع منعقد على تحريم استعمال إناء الذهب وإناء الفضة في الأكل والشرب والطهارة، والأكل بملعقة من أحدهما، والتجمر بمجمرة منهما، والبول في الإناء منهما، وجميع وجوه الاستعمال، ومنها المكحلة، والميل، وظرف الغالية، وغير ذلك، سواء الإناء الصغير والكبير، ويستوي في التحريم الرجل والمرأة بلا خلاف، وإنما فرق بين الرجل والمرأة في التحلي لما يقصد منها من التزيين للزوج والسيد.

والتحريم هنا صيانة ووقاية للمسلم من الإصابة بالأمراض الإجتماعية مثل الرياء والكبر اللذان ينافيان الأخوة الإسلامية، ويعملان على تفكيك الوحدة، فضلاً عن كونه نوع من الترف الذى يأباه الإسلام و الذى يقسى القلب ويتنافى مع التكافل الذى وضعه الإسلام، وله أيضاً آثاراً إقتصادية فى نشؤ أزمة نقدية باستعمال ما خصص لها من ذهب وفضة في غير موضعه.

❖ قاعدة الشرب فى جماعة:-

إذا حضر جماعه إلى الشرب، فالسنه حينئذ أن يدار الإناء على الايمن فالايمن بعد المبتدأ، بغض النظر عن من يجلس عن اليمين أو الشمال.

روى أنس بن مالك – رضى الله عنه – أن رسول الله صل الله عليه وسلم أتى بلبن قد شُيب بماء، وعن يمينه أعرابى، وعن يساره أبو بكر – رضى الله عنه –، فشرب، ثم أعطى الاعرابى وقال: " الايمن فالايمن " [1]، وفى الحديث جواز خلط اللبن بالماء إذا علم من يشربه.

وعن سهل بن سعد – رضى الله عنه – أن رسول الله صل الله عليه وسلم أتى بشراب، فشرب منه وعن يمينه غلام، وعن يساره أشياخ، فقال للغلام: "

[1] [رواه البخارى "2352"، ومسلم " 2029 "].

أتأذن لى أن أعطى هؤلاء؟ " فقال الغلام: لا والله، لاأوثر بنصيبى منك أحداً، فتله[1] رسول الله صلى الله عليه وسلم فى يده [2].

ينبثق من هذه القاعدة الإجتماعية النبوية مدى حرصه صلى الله عليه وسلم على درء كل من شأنه أن يعكر صفو العلاقة بين المسلمين، فوضع قاعدة يحترمها الشريف والذليل والغنى والفقير والصغير والكبير، تطمئن بها القلوب وتسكن معها النفوس وتصد الوساوس عن العقول، فلا يظن مسلم أن أخيه تقدم عليه لرفعته ومكانته، فتظل الأخوة قائمة والمحبة ثابته.

❖ إستحباب كون ساقى الناس آخرهم: -

عن أبى قتاده – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " ساقى القوم آخرهم شراباً " [3]، وهذا السلوك ترسيخ لمبدأ الإيثار، فالمسلم يؤثر إخوانه على نفسه ويقدم حاجتهم على حاجته رغم أن تحقيقها بين يديه وفى إستطاعته، فتزداد بينهم المحبة والمؤانسة، كما أنه عنوان لحسن الادب والخلق القويم.

تعويد الأولاد

كان النبى صلى الله عليه وسلم يعود ويوجه من جلس معه على الطعام من الأولاد، لذلك ينبغى أن نعود أبنائنا هذه الآداب منذ الصغر، يقول الامام الغزالى: وأول ما يغلب عليه من الصفات شره الطعام فينبغى أ يؤدب فيه، مثل أن لايأخذ الطعام إلا بيمينه، وأن يقول عليه بسم الله عند أخذه، وأن يأكل مما يليه وأن لايبادر بالطعام قبل غيره، ولا يحدق النظر إليه ولا إلى من يأكل، وأن لا يسرع فى الاكل، وأن يجيد المضغ، وأن لا يوالى لين اللقم، ولا يلطخ يده ولا ثوبه، وأن يعود الخبز القفار فى بعض الاوقات حتى لا يصير بحيث يرى الأدم حتماً، ويقبح عنده

---

[1] [وتله أى وضعه، والغلام هو إبن عباس]

[2] [رواه البخارى " 2351 "، ومسلم " 2030 "، وغيرهم].

[3] [رواه الترمذى، وإبن ماجه، وأحمد، وصححه الالبانى فى سنن الترمذى " 1894 "]

كثره الاكل بأن يشبه كل من يكثر الاكل بالبهائم، وبأن يذم بين يديه الصبى الذى يكثر الاكل ويمدح عنده الصبى المتأدب القليل الاكل، وأن يحبب إليه الإيثار بالطعام وقله المبالاه به والقناعه بالطعام الخشن أى طعام كان [1].

نصائح ابن سينا فى الطعام و الشراب

أنشد بن سينا الرئيس فقال:-

إن شئت أن تنجو من التياث ... فالجوف قسمه إلى ثلاث
للنفس الثلث وللغذاء ... ثلث وما بقيه مكان الماء
قليل ماء بارد يرويك ... وكثرة الفاتر لا يشفيكا
حرصك لا تشرب على الخوان ... إن لم يكن لشرق الانان
لا تأخذ الماء على الطعام ... ولا على الخروج من الحمام
ولاعلى الرياضه القويه ... أو الجماع إنه بليه

وله آيضاً تدبير المأكل:-

أقل ما يؤكل فى النهار ... وبليل مره من المواد
وأكثر الأكلات مرتين ... والاوسط فى يومين
أطل زمان الاكل تستتمه ... ودقق الممضوغ تستهضمه
وكلما يأبى عليك قصمه ... فإنه صعب عليك هضمه
وكلما تختار من شهى ... يكره أن يغذى به دنى
رب مزاج ليس بالسواء ... يصلح بالردى من غذاء
وعاده الانسان مثل القوة ... فلا تضيع من مكان الشهوة
وكل عادة تضر بأهلها ... فاقطع بتدريج الزمان أصلها
وإن تخفف وخامة السمين ... وما يسئ من دهين

[1] [إحياء علوم الدين، 94/3].

فـــشـــبه بالملـــح والحـــريف إنهما عـــون على الـــتـــلطـــيـــف

بعد الـــرياضات يكون الاكل وبـــعـــد ما يخـــرج مـــنك التفل

فـــاطلب لأكلك مكان الراحة وفى مـــكـــان بـــارد ريـــاحـــة

و اجعل لذلك زمـــانـــاً بارداً وكـــن لـــذى التدبير فيه قـــاصد

النظافة والطهارة

قيمه النظافة من أهم القيم الاسلامية، والإسلام ينظر إليها على أنها جـــزء لا يتجزء من الإيمان، الأمر الذى جعلها تحظى بإهتمام بالغ فى الشـــريعة الإســـلامية، إهتمام لا يدانيه إهتمام من الشرائع الأخرى، فلم يعد ينظر إليها على أنهـــا مجـــرد سلوك مرغوب فيه أو متعارف عليه إجتماعياً يحظى صاحبه بالقبول الإجتمـــاعى فقط، بل جعلها الإسلام قضية إيمانية تتصل بالعقيدة، يثاب فاعلها ويأثم تاركها فى بعض مظاهرها، فعن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " الإيمان بضع وسبعون شعبة فأفضلها: قول لا إله إلا الله وأدناها: إماطة الأذى عن الطريق والحياة شعبة من الإيمان " [1].

ومن مظاهر إهتمام الاسلام بها، جعلها سمة من سمات الرجال، وهذه الســـمة جعلتهم ينالون شرف محبة الله تعالى لهم، قال تعالى:"**لَمَسْجِدٌ أُسِّسَ عَلَى التَّقْـــوَى مِنْ أَوَّلِ يَوْمٍ أَحَقُّ أَنْ تَقُومَ فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّـــرُوا وَاللَّـــهُ يُحِـــبُّ الْمُطَّهِّرِينَ** " { التوبه: 108 }، كما جعلها سبحانه وتعالى شرطاً لاقامة عمـــود الدين " الصلاة "، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَـــحُوا بِوُجُـــوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُـــتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ** " { المائده: 6 }، وجعل سبحانه وتعالى التـــيمم بالصعيد الطيب عوضاً فى حالة عدم القدرة على الماء، وذلك من أسمـــى مظـــاهر الاهتمام بالطهارة والنظافة فى الاسلام والتيمم يعكس أيضاً مدى حرص الاســـلام

[1] [رواه البخارى " 9"، ومسلم " 35 "].

على الطهارة، قال تعالى: " **فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ** " { المائده: 6 }، كما أن الله سبحانه وتعالى لم يجعل هذا التكلف من قبيل الحرج والعناء على المؤمنين، ولكن تشريفاً وتكريماً لهم، قال تعالى: "**مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ** " { المائده: 6 }، أى أن هذه الطهارة التى نأمركم بها ليس المقصود منها إرهاقكم بها ولكنها نعمة من نعمنا التى لا تحصى عليكم والتى تستحق الشكر.

وهذه الطهارة التى يريدها الله من عباده ليست مقصورة على الجوانب المادية فقط، من طهارة البدن، والثوب، قال تعالى: " **وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ** " {المدثر:4} وغير ذلك من المظاهر المادية، وإنما هى عامة تشمل المظاهر المعنوية أيضاً، فالإنسان الذى لا يكذب يوصف بأنه نظيف اللسان، والذى لا تمتد يده إلى حق غيره يوصف بأنه نظيف اليد.

والمتأمل حال الطهارة والنظافة فى القرآن الكريم، يجد أن الله سبحانه وتعالى يعاقب على عدم الالتزام بها أشد وأبلغ عقاب، وقد أهلك الله سبحانه وتعالى أمة كاملة لنجاستهم وعدم طهارتهم وهم قوم " لوط " عليه السلام قال تعالى: " **فَأَخَذَتْهُمُ الصَّيْحَةُ مُشْرِقِينَ (73) فَجَعَلْنَا عَالِيَهَا سَافِلَهَا وَأَمْطَرْنَا عَلَيْهِمْ حِجَارَةً مِنْ سِجِّيلٍ** " { الحجر: 73 -74 }، وقد جعلها الله تعالى شرط لصحة الصلاة وجعل التيمم بديلاً وعن الماءهو التيمم، ومن ثم لا تصح الصلاة بدون الطهارة بالماء أوالتراب، وأول ما يحاسب عليه العبد يوم القيامة الصلاة فإن صلحت صلح سائر العمل وإن فسدت فسد سائر العمل وقد حرم الله إتيان المرآة حال حيضها لأنه أذى وبعد إنتهاء الحيض شريطة الطهارة قال تعالى: " **وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ** " { البقره: 222 }، وتأمل نظرة الاسلام إلى من يأتى إمرآته حال

حيضها وقبل طهورها وهى زوجته، فذلك الشخص لم يجعل الله له حد جلد ولا رجم مثل الزنا وشرب الخمر، بل عقوبته أشد من ذلك وهى الطرد من رحمه الله، نسأل الله العفو والعافية، وكذا الحال مع من يأتى المرآة فى دبرها.

ولقد جعل النبى صلى الله عليه وسلم النظافة نصف الايمان، حيث قال صلى الله عليه وسلم: " الطهور شطر الايمان، والحمد لله تملأ الميزان، وسبحان الله والحمد لله تملآن " أو تملأ " ما بين السماء والارض، والصلاة نور، والصدقة برهان، والصبر ضياء، والقرآن حُجه لك أو عليك، كل الناس يغدو فبايع نفسه فمعتقها أو موبقها " [1].

يرد هذا الحديث على من يعتقدون أن النظافة والطهارة إنما هى من إبتكار الغرب، وأن أُمة الاسلام ليس لها علاقة بهابسبب تصرفات بعض المنتسبين إلى الاسلام، فإن كانت بعض الاديان أولت النظافة جزء من إهتمامها فقد جعلها الاسلام نصف الايمان، كما جعلها شرط لبعض العبادات، ويكفى هذا الحديث فى الكلام عن إهتمام الاسلام بالنظافة، ويذكر برناردشو في كتابه حيرة الطبيب انه عندما ابتدأت بريطانيا في استعمار العالم الإسلامي عملت على إجبار سكان جزر السندويتش على ترك الإسلام، فما أن نجحت في ذلك حتى ابتدأت الأوبئة الفتاكة تظهر بينهم وتقضي عليهم بسبب تركهم لتعاليم النظافة في هذا الدين.

ومن خلال ما سبق يتبين لنا مدى تقدير الاسلام للنظافه، لانها من العوامل الاساسيه فى الحفاظ على الصحه، والوقايه مما قد يضر البدن.

---

[1] [مسلم " 223 "، والترمذى، وإبن ماجه]،

مجالات النظافة فى الإسلام:

❖ الوضوء: -

شرع الوضوء للصلوات الخمس فى اليوم والليلة، بما فيها من تعهد للأعضاء الظاهرة من الانسان الاكثر تعرضاً للتلوث، وجعلها شرطاً لقبول الصلاة، قال صلى الله عليه وسلم: " لاتقبل صلاة بغير طهور ولا صدقة من غلول " [1].

كما حث النبى صلى الله عليه وسلم على إصباغ الوضوء، قال صلى الله عليه وسلم: " من توضأ للصلاة فأسبغ الوضوء، ثم مشى إلى الصلاة المكتوبة، فصلاها مع الناس، أو مع الجماعه، أو فى المسجد غفر الله له ذنوبه "

❖ الغسل: -

أوجب الشارع غسل جميع البدن، بعد الجماع وبعد الحيض و النفاس وغير ذلك من المواطن التى يلزم معها الغسل، وحث عليه وندب إليه فى مناسبات عدية وخاصه مواطن الاجتماع والازدحام كالجمع والعيدين، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا جاء أحدكم الجمعة فليغتسل " [2].

كما أن الاسلام وضع حد أقصى لمدة الغسل، وذلك إذا لم يوجد ما يوجب الغسل، فالسنة ألا يمر أكثر من سبعة أيام على آخر غسل، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " حق لله على كل مسلم أن يغتسل فى كل سبعة أيام يغسل رأسه وجسده " [3].

❖ شرع غسل اليدين قبل الاكل وبعده، وقد سبقت الاشاره إليه.

---

[1] [مسلم " 224 "، والترمذى، إبن ماجه].

[2] [البخارى " 877 "، ومسلم " 844 "].

[3] [البخارى " 898 "، ومسلم " 849 "].

❖ غسل اليدين بعد الاستيقاظ من النوم قبل غمسها فى الماء:-

قال رسول الله صل الله عليه وسلم: " إذا إستيقظ أحدكم من نومه، فلا يغمس يده فى الإناء حتى يغسلها ثلاثاً، فإنه لايدرى أين باتت يداه " [1]. لعلة عدم تلوث مياه الشرب، لعدم تأكد نقاء اليد.

❖ النهى عن التبول أو التبرز أو إلقاء القازورات فى الطرق أو فى الاماكن التى يركن إليها الناس للاستراحه مثل الظلال وغيرها:-

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إتقوا اللَّعَّانين قالوا: وما العانان يا رسول الله؟ قال: " الذى يتخلى فى طريق الناس أو فى ظلهمّ " [2].

❖ خصال الفطرة: -

ومن مظاهر النظافة فى الشريعة الاسلامية سنن الفطرة، وهى عبارة عن بعض السلوكيات التى تعتنى بنظافة الانسان، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " الفطرة خمس (أو خمس من الفطره) الختان، والاستحداد، وتقليم الاظافر، ونتف الابط، وقص الشارب " [3].

وعن عائشة –رضى الله عنها–، قال صلى الله عليه وسلم: " عشر من الفطرة: قص الشارب، وإعفاء اللحية، والسواك، وإستنشاق الماء، وقص الأظافر، وغسل البراجم، ونتف الابط، وحلق العانة، وإنتقاص الماء " قال زكريا: قال

---

[1] [البخارى " 162 "، ومسلم " 278 "].

[2] [مسلم " 269 "، وأبو داود].

[3] [البخارى " 5889 "، ومسلم " 257 "].

مصعب: ونسيت العاشرة: إلا أن تكون المضمضة " زاد قتيبه: قال وكيع: إنتقاص الماء يعنى: الاستنجاء [1].

1.قص الشارب وإعفاء اللحية: -

من سنن الفطرة آيضاً قص الشارب، لانه ربما تعلق الطعام به أو تلوث الشراب به إن كان طويلاً، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من الفطرة قص الشارب " [2]. فضلاً عن أنه يناسب الذوق العام.

وكان من هدى النبى صلى الله عليه وسلم وسمته إعفاء لحيته، فقد قال صل الله عليه وسلم: " إنهكوا الشوارب وأعفوا اللحى " [3]

ومن الناحية الطبية فإن الشوارب إذا ما طالت تلوثت بالطعام والشراب وأصبح منظرها مدعاة للسخرية وقد تكون سبباً في نقل الجراثيم). وعندما يقص المسلم شواربه يبدو بمظهر التواضع والإرتياح خلافاً لما يخلفه إطالة الشارب وفتله من مظهر الكبر والجبروت.من هنا نرى النتيجة الرائعة للهدي النبوي العظيم في أن وجه الملتحي أكثر نضارة وشباباً من وجه حليق اللحية،كما أن وجه المرأة المحجبة أكثر حيوية ونضارة من وجه السافرة مهما تقدمت بها السن.هذا عدا عما يسببه حلق اللحية اليومي من تهيج للجلد وتخريب لأنسجته،وعلاوة عما في حلق اللحية من تشبه الرجل بالمرأة ، ومن الناحية الصحية فإن د.عبد الرزاق كيلاني يرى أن عمل الرجل يؤدي إلى كثرة تعرضه لأشعة الشمس والرياح الباردة والحارة والذي يؤثر سلبياً على الألياف المرنة والكلاجين الموجودين في جلد الوجه ويؤدي إلى تخربهما شيئاً فشيئاً إلى ظهور التجاعيد والشيخوخة المبكرة.وقد خلق الله [المصور] اللحية في وجه الرجل للتخفيف من تأثير هذه العوامل،ولم يخلقها للمرأة لأنه سبحانه خلقها للعمل في البيت بعيداً عن تأثير الأشعة الشمسية وتقلبات

---

[1] [مسلم " 261 "، والترمذى ، والنسائى ، وأبو داود ، وإبن ماجه].

[2] [البخارى " 5888 "، ومسلم " 259 "].

[3] [البخارى " 5893 "، ومسلم " 259 "].

الرياح.وسنة الإسلام في قص الشوارب تتفق مع ما دعا إليه الطب،بقص ما زاد عن حدود الشفة العليا فقط وهو ما كان عليه جمع من الصحابة كعمر بن الخطاب وعبد الله بن الزبير،وهو ما ذهب إليه الشافعي ومالك،وإن عدم إزالة الشارب بقصه فقط تتفق مع الطب الوقائي،فالشارب خلق للرجل،وهو المهيأ للعمل وطوارئ البيئة ووجود الشارب يحمي الرجل من طوارئ البيئة وفي تصفية الهواء الداخل عبر الأنف إلى الرئتين،وهذا بالطبع أنفع وأسلم[1].

وكان من هديه صلى الله عليه وسلم إذا توضأ خلل لحيته، لحديث عثمان بن عفان – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم كان يخلل لحيته "[2]. وعن أنس – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم كان إذا توضأ، أخذ كفاً من ماء، فأدخله تحت حنكه، فخلل به لحيته، وقال: " هكذا أمرنى ربى، عز وجل "[3]. تأكيداً لنظافتها وخلوها من الأتربة والغبار.

2. التسوك: –

حث النبى صلى الله عليه وسلم على إستخدام السواك وتطهير الفم من بقايا الطعام، فعن أبى هريره ــ رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " لولا أن أشق على المؤمنين " وفى حديث زهير على أُمتى " لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة "[4].

وسألت عائشه – رضى الله عنها – بأى شئ كان يبدأ النبى صلى الله عليه وسلم إذا دخل بيته؟ قالت: بالسواك "[5].

---

[1] [روائع الطب الإسلامى، نقلاً عن مجموعة من الأطباء]

[2] [الترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 4696 "].

[3] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 4696 "].

[4] [البخارى " 887 "، ومسلم " 252 "].

[5] [رواه مسلم " 253 "، والنسائى، وأبو داود، وإبن ماجه].

وقد سبق الكلام عن آثاره الصحية والإجتماعية فى الفصل الخـــاص بالطعـــام، ويطيب لنا أن نذكر ما أوردته مجلة "المجلة" الألمانية الشرقية في عـــددها الرابـــع [1961] مقالاً للعالم رودات – مدير معهد الجراثيم في جامعة روستوك – يقول فيه (13):"قرأت عن السِّواك الذي يستعمله العرب كفرشاة للأسنان في كتـــاب لرحّالة زار بلادهم،وقد عرض للأمر بشكل ساخر،اتخذه دليلاً على تأخر هـــؤلاء القوم الذين ينظفون أسنانهم بقطعة من الخشب في القرن العشرين.وفكرت! لماذا لا يكون وراء هذه القطعة الخشبية حقيقة علمية؟ وجاءت الفرصة سانحة عندما أحضر زميل لي من العاملين في حقل الجراثيم في السودان عـــدداً مـــن تلـــك الأعـــواد الخشبية.وفوراً بدأت أبحاثي عليها،فسحقتها وبللتها،ووضعت المسحوق المبلل على مزارع الجراثيم، فظهرت على المزارع آثار كتلك التي يقوم بها البنسلين"... وإذا كان الناس قد استعملوا فرشاة الأسنان من مائتي عام فقط فلقد استخدم المسلمون السِّواك منذ أكثر من 14 قرناً.

ويذكر محمد نزار بعد استعراضه لبعض الأبحاث التى تناولـــت عـــود الأراك، وهكذا يمكننا اعتبار المسواك،الفرشاة الطبيعية المثالية،والمزودة بمعجون ربّـــاني،من موادّ مطهرة،ومنظفة تفوق ما تملكه معاجين الأسنان الصناعية من مواصفات،ولعل أهمها أن المعجون المطهر لا يستمر تأثيره أكثر من 20 دقيقة ثم يرجـــع الفـــم إلى حالته العادية،لكن من المنتظر بعد استعمال السِّواك ألا يعـــود مســـتوى الجـــراثيم الفموية إلى حالته إلا بعد ساعتين على الأقل[1].

3.التطيب بالمسك وغيره: –

ومن مجالات تطبيق النظافة فى الاسلام التطيب بالمسك وغيره، من أنـــواع الطيب الذى يسر النفس، ويبهجها، ويبعث على النشاط والقوة، ويسُر المـــؤمنين، ويؤلف بينهم، فقد حث صلى الله عليه وسلم على التطيب وعلى قبول الطيـــب،

[1] [مرجع سابق]

فقال صلى الله عليه وسلم: " حبب إلى من الدنيا، النساء، والطيب، وجعلت قـــرة عيني فى الصلاة " [1].

وعن أبى سعيد الخدرى، أن رسول الله صل الله عليه وسلم ذكر امرأة من بنى إسرائيل حشت خاتمها مسكاً والمسك أطيب الطيب " [2].وعن أبى هريرة، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من عرض عليه ريحان فلا يرده، فإنـــه خفيـــف المحمل طيب الريح " [3].

4.الختان: -

الختان من سنن الفطرة، وهو قطع الجلدة التى تغطى الحشفة، حتى لايجتمـــع فيها الوسخ أثناء الجماع أو التبول، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وســـلم: " إختتن إبراهيم بعد ثمانين سنة وإختتن بالقادوم [4].

قال الالبانى: صح عن النبى صلى الله عليه وسلم، من قوله لبعض الختانـــات: " إخفضى، ولا تنهكى، فإنه أنظر للوجه، وأحظى للزوج "، وله طرق، وشواهد عن جمع من الصحابه، خرجتها فى الصحيحه (2/353-358)، وإنظر تمام المنـــه " ص 67 " [5].

5.الاستحداد: حلق العانه

لما يتجمع فيها من عرق محدثاً رائحة كريهة، ويشير الأطبـــاء إلى أن ناحيـــة العانة وما يحيط بالقبل والدبر،منطقة كثيرة التعرق والإحتكاك ببعضها البعض،وإنه

---

[1] [رواه أحمد، والنسائى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 3124 "].

[2] [مسلم " 2252 "، والترمذى، والنسائى، وأبو داود].

[3] [مسلم " 2253 "، والنسائى، وأبو داود].

[4] [البخارى " 6298 "، مسلم " 2370 "].

[5] [فقه السنه، حاشيه،ص " 43 " ج " 1 "].

إن لم يُحلَق شعرها تراكمت عليه مفرزات العرق والدهن،وإذا ما تلوثت بمفرغات البدن من بول وبراز صعب تنظيفها حينئذ،وقد يمتد التلوث إلى ما يجاورها فتزداد وتتوسع مساحة النجاسة،ومن ثَمَّ يؤدي تراكمها إلى تخمرها فتنتن وتصدر عنها روائح كريهة جداً،وقد تمنع صحة الصلاة إن لم تنظف وقلع عنها النجاسات. وفي حلق شعر العانة أيضاً وقاية من الإصابة بعدد من الأمراض الطفيلية المؤذية كقمل العانة الذي يتعلق بجذور الأشعار ويصعب حينئذ القضاء عليها. كما يخفف الحلق من إمكانية الإصابة بالفطور المظنية.لذا سن الإسلام حلق العانة والأشعار حول الدبر كلما طالت تأميناً لنظافتها المستمرة ولأنها من أكثر مناطق الجسم تعرضاً للتلوث والمرض[1]

6.نتف الابط:-

فهو ايضاً مكاناً لتجمع العرق، فلا تخلوا هذه المواضع من العرق لاصيفاً ولا شتاءً. ويؤكد الطب الحديث على أن نمو الأشعار تحت الإبطين بعد البلوغ يرافقه نضوج غدد عرقية خاصة تفرز مواد ذات رائحة خاصة إذا تراكم مع الأوساخ والغبار أزنخت وأصبح لها رائحة كريهة،وإن نتف هذه الأشعار يخفف إلى حد كبير من هذه الرائحة،ويخفف من الإصابة بالعديد من الأمراض التي تصيب تلك المنطقة كالمذح والسعفات الفطرية والتهابات الغدد العرقية (عروسة الإبط) والتهاب الأجربة الشعرية وغيرها،كما يقي من الإصابة بالحشرات المتطفلة على الأشعار كقمل العانة [2].

7.تقليم الأظافر:-

تقليم الأظافر من علامات النظافة ومن دلالات الجمال، جعلها النبى صلى الله عليه وسلم من خصال الفطرة ومحاسن العادات، لما لها من آثار واضحة على نظافة

---

[1] [روائع الطب الإسلامى، نقلاً عن عبد الزاق الكيلانى وعادل بربور]

[2] [نفس المرجع السابق]

الفرد، فقد تتراكم الفضلات والجراثيم والنجاسات تحتها وذلك يتنافى مع الطهارة المطلوبة، فضلاً عما قد تحدثه من آثار صحية سلبية.

وفي بحث قدمه د.يحي الخواجي ود.أحمد عبد الأخر في المؤتمر العالمي للطب الإسلامي آكدّاً فيه أن تقليم الأظافر يتماش مع نظرة الإسلام الشمولية للزينة والجمال.فالله سبحانه خلق الإنسان في أحسن تقويم،وجعل له في شكل جمالي أصابع يستعملها في أغراض شتى،وجعل لها غلافاً قرنياً هو الظفر يحافظ على نهايتها. وبهذا التكوين الخلقي يتحدد الغرض من الظفر ويتحدد حجمه بألا يزيد على رأس الأصبع ليكون على قدر الغرض الذي وجد من أجله.ومن جهة أخرى فإن التخلص من الأوساخ وعوامل تجمعها يعتبران من اهم أركان الزينة والجمال،وإن كل فعل جمالي لا يحقق ذلك فهو وردود على فاعله.وإن تقليم الأظافر بإزالة الأجزاء الزائدة منها يمنع تشكل الجيوب بين الأنامل والأظافر والتي تتجمع فيها الأوساخ،ويحقق بذلك نظرة الإسلام الرائعة

للجمال والزينة.الأضرار الصحية الناجمة عن إطالة الأظافر:تحمي الأظافر نهايات الأصابع وتزيد صلابتها وكفائتها وحسن أدائها عند الإحتكاك أو الملامسة،وإن الجزء الزائد من الظفر والخارج عن طرف الأنملة لا قيمة له ووجوده ضار من نواح عدة لخصّها الزميلان خواجي وعبد الآخر في عاملين أساسيين:

الأول: تكون الجيوب الظفرية بين تلك الزوائد ونهاية الأنامل والتي تتجمع فيها الأوساخ والجراثيم وغيرها من مسببات العدوى كبيوض الطفيليات،وخاصة من فضلات البراز والتي يصعب تنظيفها،فتتعفن وتصدر روائح كريهة ويمكن أن تكون مصدراً للعدوى للأمراض التي تنتقل عن طريق الفم كالديدان المعدية والزحار والتهاب الأمعاء،خاصة وأنّ النساء هُنّ اللواتي يحضرون الطعام ويمكن أن يلوثن بما يحملن من عوامل ممرضة تحت مخالبهن الظفرية.

الثاني: إن الزوائد (المخالب) الظفرية نفسها كثيراً ما تحدث أذيات بسبب أطرافها الحادة قد تلحق الشخص نفسه أو الآخرين وأهمها إحداث قرحات في العين

والجروح في الجلد أثناء الحركة العنيفة للأطراف خاصة أثناء الشجار وغيره. كما أن هذه الزوائد قد تكون سبباً في إعاقة الحركة الطبيعية الحرة للأصابع،وكلما زاد طولها زاد تأثيرها على كفاءة أصابع اليد أشد،حيث نلاحظ إعاقة الملامسة بأطراف الأنامل وإعاقة حركة الانقباض،وكذا تقييد الحركات الطبيعية للإمساك والقبض[1]. أ.ه

8.غسل البراجم:

والبراجم: هى الكلف التى فوق مفاصل الاصابع، حيث تتجمع بينها الاوساخ، لذلك حث على إزالتها.

9.الإستنجاء.

ويستحب الاتيان بهذه الخصال إسبوعياً، إستكمالاً للنظافة، وقد حدد النبى صلى الله عليه وسلم أقصى وقت لهذه الخصال أربعين يوماً، حيث أنه لو زاد على ذلك الوقت لظهر ضررها وبان أذاها وتركت آثراً، قال أنس – رضى الله عنه – وقت لنا فى قص الشارب، وتقليم الاظافر، ونتف الابط، وحلق العانة، أن لا نترك أكثر من أربعين ليلة " 2.

❖ إكرام شعر الرأس إذا وفر: –

أباح النبى صلى الله عليه وسلم توفير الشعر، وذلك لمن يكرمه ويهذبه، فقد قال صلى الله عليه وسلم فى حديث ابن عمر: " إحلقوا كله، أو ذروا كله " [3]،

---

[1] [مرجع سابق]

[2] [مسلم " 258 "، والترمذى، والنسائى ، أبو داود ، وإبن ماجه].

[3] [أبو داود ، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 1123"]

وقد أمر صلى الله عليه وسلم من وفر شعره أن يكرمه، قال صلى الله عليه وسلم: " من كان له شعر، فليكرمه " [1].

كما أنه صلى الله عليه وسلم نهى عن القزع، عن ابن عمر أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى عن القزع، قال " أبى عبيد الله " قلت لنافع: وما القزع؟ قال: يحلق بعض رأس الصبى ويترك بعض " [2]. حفاظاً على سمت المسلم وهيئته، واستجلاباً للوقار والإحترام، فلا شك أن حلق بعض الرأس دون البعض يجلب الإستهانة بصاحبه ويذهب بالهيبة والوقار، فضلاً عن أن إكرام الشعر والإعتناء به يضفى على صاحبه الجمال والزينة اللذان تأنس بهما النفوس، وتنفر من ضدهما.

❖ تطهير الثياب:-

حث الاسلام على هندمة الملابس وتنسيقها وأمر بتطهيرها، قال تعالى:" **وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ** " { المدثر: 4 }، كما أ وصى النبى صلى الله عليه وسلم أصحابه وهم قادمون من سفر: " إنكم قادمون على إخوانكم فأصلحوا رحالكم وأصلحوا لباسكم حتى تكونوا شامة فى الناس، فإن الله لايحب الفحش ولا التفحش " [3].

وقال النابغة:

رقاق النعال طيب حجزاتهم ... يحيون بالريحان يوم السباسب

يحييهم بيض الولائد بينهم ... وأكسيه الاضاريح فوق المشاجب

يصونون أجساداً قديماً نعيماً ... بخالصه الاردان خضر المناكب

❖ النهى عن التبول فى الماء الراكد: -

نهى النبى صلى الله عليه وسلم، عن التبول فى الماء الراكد، لانه ينجس بذلك، و لا يأمن من أن يأتى غيره فيستعمله، فنهى صلى الله عليه وسلم عنه من قبيل الوقاية والطهارة، فالماء الملوث ينقل الكوليرا والتيفود وشلل الأطفال والتهاب

---

[1] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 500 "]

[2] [البخارى " 5920 "، ومسلم " 2120 "].

[3] [سبق تخريجه].

الكبد المعدي، وينقل ديدان البلهارسيا عند التبول فيه، وينقل الانكلستوما عن طريق التبرز في الطين قرب الشاطئ.

وقال صلى الله عليه وسلم فى حديث أبى هريرة: " لا تُبل فى الماء الدائم الذى لا يجرى، ثم تغتسل منه " [1].

❖ غسل الاناء الذى شرب فيه الكلب: -

قال صلى الله عليه وسلم: " إذا ولغ الكلب فى إناء أحدكم فليرقه، ثم ليغسله سبع مرار"، وزاد فى روايه آخرى " أولهن بالتراب " [2].

ثبت علمياً أن سؤر الكلب يحوى أنواعاً من الميكروبات يصعب إزالتها بالغسل العادى، فتحتاج فى تطهيرها إلى تكرار الغسل واستخدام أقوى المساحيق.

❖ نظافة المسكن: -

عن صالح ابن أبي حسان قال سمعت سعيد بن المسيب يقول: إن الله طيب يحب الطيب نظيف يحب النظافة كريم يحب الكرم جواد يحب الجود فنظفوا - أراه قال: أفنيتكم ولا تشبهوا اليهود، فقال حدثنيه عامر بن سعد عن أبيه عن النبى صلى الله عليه وسلم مثله إلا أنه قال: " نظفوا أفنيتكم " [3].

وأخيراً يجب أن نعلم أبنائنا معنى النظافة، وأنها ليست كلمة تقال وإنما هى سلوك يظهر، ونعلمهم آيضاً أنها من الدين، ونبين لهم مخاطر التهاون فى النظافة وأن يكون المربيين قدوة لهم فى ذلك، وينبغى أن نعلمهم أداب النظافة وصورها، ونخص بالذكر بعض السلوكيات التى يقع فيها الاطفال خاصة مثل: إلقاء أغلفه المأكولات السريعة فى الطرقات وأكل المسليات ورمى القشر فى الطريق، وما إلى ذلك.

---

[1] [البخارى " 239 "، ومسلم " 282 "].

[2] [البخارى " 172 "، ومسلم " 279 "].

[3] [والترمذى، رواه الالبانى فى المشكاه وقال حسن " 4487 "].

الجـــــمـــــاع

لا تتحدد نظرة الإسلام الى الجماع على أنه مجرد إشباعاً لشـــهوة غريزيـــة أودفعاً لتزوة حيوانية، وإنما الإسلام قد سمى وارتقى به إلى مرتبة أجل مـــن تلـــك النظرة الضيقة، ارتقى به الى مترلة العبادة، حيث يدعوا أصحابه إلى الإخلاص فيه، ويضع له أحكاماً، فلا يجوز الا عن طريق زواج شرعى يعلم به الناس، بمهر ومؤخر صداق، كما وضع له آداباً، تعمل على حفظ وسلامة كلاً من الـــزوجين، آدابـــاً تراعى حقوق الاثنين معاً،كما أنها لا تقتصر على الاثنين فقط بل تمتـــد لتشـــمل الحمل المنتظر.

ومن هنا يبدوا الإختلاف بين نظرة الإسلام ونظرة الغرب الغارق فى أوحال الشهوة، حيث أطلقوا العنان فى تحصيلها وإشباعها، بأن صارت مطلوبـــة لـــذتها، فكان نتيجة ذلك أن أباحوا الزنا وحرضوا عليه فإختلطت أنســـابهم، وتفككـــت أُسرهم، وإنعدم البر بينهم، فالإبن لايعترف لأبيه وأُمه بجميل، بل يعتقد أنهم جاءوا به نتجة نزوة حلت بهم، ومن ثم يطيب لنا أن نعرض نظرة الإسلام إليه.

❖ مقاصده:-

يقول إبن القيم: وأما الجماع والباه، فكان هديه فيه أكمل هدى: يحفظ بـــه الصحة وتتم به اللذة وسرور النفس، ويحصل به مقاصده التى وضع لأجلها. فـــإن الجماع وضع فى الأصل لثلاثة أمور هى مقاصده الاصلية:

أحدهما: حفظ النسل، ودوام النوع إلى أن تتكامل العدة التى قدر الله بروزهـــا إلى هذا العالم.

الثانـــــى: إخراج الماء الذى يضر إحتباسه وإحتقانه بجملة البدن.

الـــثـــالث: قضاء الوطر، ونيل اللذة، والتمتع بالنعمة، وهذه وحدها هى الفائـــدة التى فى الجنة، إذ لا تناسل هناك ولا إحتقان يستفرغه الإنزال [1].

❖ منافعه:-

غض البصر، وكف النفس، والقدرة على العفة عن الحرام، وتحصـــيل ذلـــك للمرأة، فهو ينفع نفسه فى دنياه وأخراه، وينفع المرأة، ولذلك كان صلى الله عليـــه وسلم يتعاهده ويحبه ويقول: " حبب إلى من دنياكم النساء والطيب، وفى كتاب " الزهد " للإمام أحمد. فى حديث – زيادة لطيفة، وهـــى: " أصـــبر عـــن الطعـــام والشراب، ولا أصبر عنهن " [2]. [3]

❖ الجماع نوع من الصدقة:-

من سماحة الإسلام ورحمتة، أن جعل الجماع عبادة يؤجر عليها إذا أخلص النية فيه، وكانت إبتغاء مرضاة الله، فهو يجامع ليعف نفسه وزوجته عن الحرام، وهـــو يجامع ليكون سبباً فى إنتاج جيلاً يكثر سواد الإسلام.

عن أبى ذر، أن ناساً من أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم قالوا للنبى صـــلى الله عليه وسلم: يا رسول الله! ذهب أهل الدثور بالأجور. يصلون كمـــا نصـــلى ويصومون كما نصوم. ويتصدقون بفضول أموالهم. قال: " أوليس قد جعل لكم ما تصدقون؟ إن بكل تسبيحة صدقة. وكل تكبيرة صدقة. وكل تحميدة صدقة. وكل تهليلة صدقة. وأمر بالمعروف صدقة. ونهى عن منكر صدقة. **وفى بضـــع أحـــدكم صدقة** " قالوا: يا رسول الله! أيأتى أحدنا شهوته ويكون له فيها أجـــر؟ قـــال: "

---

[1] [زاد الميعاد " ج 3 "، " ص 212 "].

[2] [رواه أحمد، والنسائى، والطبرانى فى الاوسط، وحسنه الالبانى فى صحيح النسائى " 3939 "].

[3] [نفس المرجع السابق]

أرأيتم لو وضعها فى حرام أكان عليه فيها وزر؟ فكذلك إذا وضعها فى الحلال كان له أجراً "[1].

آداب الجماع

❖ الحالة النفسية:-

ينبغى أن يكون الجماع فى جو عاطفى، يملؤه الحب والانسجام، جو تغمره الرحمة والمودة، إمتثالاً لقول الحق تبارك وتعالى: " **وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ** " { الروم: 21 }.

وقد قال النبى صلى الله عليه وسلم: " لايجلد أحدكم إمرأتة جلد العبد ثم يجامعها فى آخر اليوم "[2]، فمضمون الحديث يدل على لزوم تهيئة جو عاطفى مناسب قبل العملية التى يأتى من خلالها أكرم مخلوق.

❖ التزين والتجمل:-

يستحب تزين الزوجين لبعضهما البعض قبل الجماع، حتى يتم الإستمتاع وتحصل اللذة لكليهما، ويعد تزين المرأة بما يسر زوجها حال رؤيته لها، من الامور التى يفاضل بها بين النساء، فعن أبى هريرة – رضى الله عنه – قال: قيل لرسول الله صلى الله عليه وسلم: أى النساء خير؟ قال: " التى تسره إذا نظر وتطيعه إذا أمر ولا تخالفه فى نفسها ولا مالها بما يكره "[3]، فقد وضع الرسول صلى الله عليه وسلم التزين أول صفة فى خير النساء.

وعن جابر بن عبد الله قال: قفلنا مع النبى صلى الله عليه وسلم من غزوة..... قال: فلما ذهبنا لندخل قال: " أمهلوا حتى تدخلوا ليلاً أى عشاء لكى

---

[1] [رواه مسلم " 1006 "، وأبو داود، وإبن ماجة].

[2] [رواه البخارى " 5204 "، ومسلم " 2855 "].

[3] [رواه النسائى، والحاكم، وأحمد، وصححه الالبانى فى الصحيحة " 1838 "].

تمتشط الشعسة وتستحد المغيبة " [1]، إنظر إلى مدى حرص النبى صلى الله عليه وسلم على إعطاء المرأة الفرصة فى التزين والتجمل لزوجها التى يأتيها بعد غيبة، وسبق أن أشرنا إلى أن النبى صلى الله عليه وسلم نهى أصحابه فى الدخول على زوجاتهن ليلاً حتى لايفاجئوهن دون إستعداد منهن.

وكان عبد الله بن عباس يقول: إنى لأحب أن أتزين للمرأة، كما أحب أن تتزين لى، وما قاله بن عباس يعبر عن روح الإسلام فى العدل والانصاف، فالمرأة تحب أن ترى زوجها فى أبهى زينة وأفضل منظر.

❖ الدعاء:-

من أراد الخير لنفسه وأهله، فليفعل ما أمر به الرسول صلى الله عليه وسلم، فعن ابن عباس – رضى الله عنهما – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: بسم الله، اللهم جنبنا الشيطان، وجنب الشيطان ما رزقتنا، فقضى بينهما ولد لم يضره الشيطان أبداً " [2]، فهذا الدعاء تحصيناً للذرية من عدوها اللدود وخصمها الأوحد، كما أن فيه التماس للبركة بذكر الله قبل غرس بذرة الإنسان.

❖ الملاعبة والملاطفة:-

حبب الرسول صلى الله عليه وسلم إلى أصحابه ملاعبة أزواجهم، فقد قال لجابر: " فهلا جارية تلاعبها وتلاعبك "، وكان صلى الله عليه وسلم يقبل نسائه ويلاطفهن.

ويذكر الأطباء أن مقدمات الجماع من الأهمية بمكان فى تيسير عملية الجماع، وإستمتاع الزوجين ببعضهما البعض، فهى تثير الرحم إلى إفراز مادة لزجة تسهل

---

[1] [رواه البخارى " 5079 "، ومسلم " 2438 "].

[2] [رواه البخارى " 141 – 3271 "، ومسلم " 1434 "].

عملية الجماع وتزيد من نشوة الزوجة وإستمتاعها، فهى تهئ أعضاء الزوجين لعملية الجماع.

ومن العدل أن لا يترك الزوج زوجته إلا بعد أن تقضى حاجتها منه هى الاخرى، حتى يتحقق الاستمتاع الذى يعين على العفة والاحصان، فيتم مقصود الجماع.

❖ تحريم إفشاء سر الجماع:-

ومن آدابه أيضاً عدم إفشائه، فقد جعله الإسلام سراً وأمانة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن من أشر الناس عند الله مترلة يوم القيامة، الرجل يفضى إلى إمرأته، وتفضى إليه ثم ينشر سرها " [1]، وفى رواية لمسلم: " إن من أعظم الامانة عند الله يوم القيامة..... ".

قال النووى: فى الحديث تحريم إفشاء الرجل ما يجرى بينه وبين إمرأته من أمور الإستمتاع، ووصف تفاصيل ذلك وما يجرى من المرأة فيه من قول أو فعل ونحوه، فأما مجرد ذكر الجماع، فإن لم تكن فيه فائدة ولا حاجة إليه فمكروه لأنه خلاف المرؤة. وقد قال النبى صلى الله عليه وسلم: " من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت " [2].

❖ تحريم إمتناع المرأة عن فراش زوجها:-

ومن تمام حرص الإسلام على العفة وإشباع الشهوات قبل ثورانها أن ألزم المرأة بطاعة زوجها فى الفراش، وحرم عليها العصيان بأبشع الصور أغلظ العقوبات، حتى لا يلجىء الى ما حرم الله، فضلاً عن تمام المودة والرحمة التى بينهما

---

[1] [رواه مسلم " 1437 " ، وأبو داود].

[2] [رواه البخارى " 6135 "، ومسلم " 48 "].

فمثل هذا السلوك يؤدى الى اضطراب العلاقة بينهما. وما يسرى على المرأة يسرى على الرجل.

عن أبى هريرة – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " إذا باتت المرأة هاجرة زوجها، لعنتها الملائكة حتى تصبح " [1]، وفى رواية أخرى لمسلم: " والذى نفسى بيده أما من رجل يدعوا إمرأته إلى فراشها، فتأبى عليه، إلا كان الذى فى السماء ساخطاً عليها، حتى يرضى عنها ".

❖ تحريم وطء المرأة فى دبرها وفى حالة حيضها:-

عن أبى هريرة – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من أتى حائضاً أو إمرأة فى دبرها أو كاهناً فقد كفر بما أُنزل على محمد " [2].

وعن إبن عباس – رضى الله عنهما – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " لا ينظر الله عز وجل إلى رجل أتى رجلاً أو إمرأة فى دبرها " [3].

وعن خزيمة بن ثابت – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الله لايستحى من الحق ثلاث مرات لا تأتوا النساء فى أدبارهن " [4].

وقال صلى الله عليه وسلم: " ملعون من أتى إمرأة فى دبرها " [5].

والأحاديث فى الباب كثيرة، وربما تكون الحكمة من التحريم قذارة المحل، فضلاً تسبب هذا الفعل فى بعض الأمراض المستعصية والتى أثبتها العلم الحديث،

---

[1] [رواه البخارى " 3237 "، ومسلم " 1436 "].

[2] [رواه الترمذى، وإبن ماجة، وصححه الالبانى فى المشكاة " 551 "].

[3] [رواه الترمذى، والنسائى، وإبن حبان فى صحيحه، وصححه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 2424 "].

[4] [رواه إبن ماجة واللفظ له، والنسائى، وصححه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 2427 "].

[5] [رواه أحمد، وأبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 2423 "].

وقد ذكر الإمام " إبن القيم " فى ذلك جملة من الأسباب تبلغ ثمانية عشره سبب فى " زاد الميعاد " فأرجع إليهم إن شئت.

أما الحائض فقد قال تعالى: " **وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ (222) نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ** " { البقرة: 222-223 }، ويكفى ما ذكره الله تبارك وتعالى فى علة التحريم من كونه أذى.

دخول الخلاء

المقصود بالخلاء هنا: مكان قضاء الحاجة من بول أو غائط، وقد وضع الشارع الحكيم لهذا السلوك الغريزى جملة من الآداب تضمن لصاحبها الإستبراء من النجاسات وتكفل له الراحة والصحة والسلامة من الإسقام وتحصنه من الشياطين وتحمى الناس من الأذى وتصون البيئة من القاذورات والإوبئة. وهذه الاداب تدل على شمول هذه الشريعة الغراء وتمامها، فالاسلام منهج حياة.

❖ ألا يستصحب ما فيه اسم الله:

لما كان الخلاء مكان نجاسة وأمرنا بتعظيم اسم الله، فلا ينبغي أن يستصحب معه ما فيه اسم الله، وجوز العلماء ذلك إن خيف عليه من الضياع أو كان حرزاً.

❖ البعد عن أماكن وجود الناس:

ينبغي الابتعاد عند قضاء الحاجة عن الناس قدر الامكان، والاستتار عنهم، حتى لا يسمع له صوت أو تشم له رائحة، فيتأذوا منه، كما ينبغي أيضاً أن يراعي عند تصميم المنازل أن يكون المرحاض بعيداً قدر الامكان عن أماكن وجود الضيوف.

فعن جابر –رضى الله عنه – قال: خرجنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سفر وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم لا يأتي البراز حتى يتغيب فلا يرى [1].

❖ تجنب طريق الناس أو ظلهم:

عن أبي هريرة رضي الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: اتقوا

اللاعنين! قالوا: وما اللاعنان يا رسول الله؟ قال " الذي يتخلى في طريق الناس، أو ظلهم " [2].

وهذا النهي يدل على حرص الاسلام على النظافة وخاصة الأماكن التي يرتادها الناس فلا ضرر ولا ضرار، وجاء التعبير بقوله اللاعنان، لأن مثل هذا السلوك يجلب اللعنة على صاحبه من المتأذين منه، فضلاً عن كون هذا السلوك الخاطيء من أسباب انتشار الأمراض وظهور الأوبئه حيث تقف الحشرات على فضلات المريض فينتقل منه العدوى الى الشخص السليم.

❖ التسمية والاستعاذة عند الدخول:

يسن لمن أراد أن يدخل الخلاء، أن يجهر بالتسمية، والاستعاذة من الشياطين، لحديث أنس أنه قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا دخل الخلاء قال: اللهم

---

[1] [رواه ابن ماجه، وصححه الألباني في صحيح ابن ماجه " 335 "]

[2] [رواه مسلم " 269 "، وأبو داود].

إني أعوذ بك من الخبث والخبائث "، والخبث والخبائث، ذكران الشياطين وإناثهم [1].

أما البسملة، فلحديث على رضي الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ستر ما بين أعين الجن وعورات بني آدم إذا دخل أحدهم الخلاء أن يقول " بسم الله " [2].

❖ يقدم اليسرى عند الدخول واليمنى عند الخروج:

الخلاء مكان تسكنه الشياطين لقذارته لذا ينبغي ألا تقدم القدم اليمنى عند الدخول حتى لا يكون تكريماً لذلك المكان المستقذر، الذى تسكنه الشياطين.

وربما كانت الحكمة من جعل اليمين لما مكرم والشمال لما هو مستقذر موبخ و ايضاً عند مفارقة ما مكرم مشرف، للتفريق بين ما يستحق التعظيم والإجلال وبين ما يستحق التوبيخ و الإستقذار، فضلا عن إدراك المرء للأماكن التى هو مقبل عليها فيستشعر التشريف للمسجد الذى هو بيت الله فينهل منه، ويستشعر التقبيح للخلاء الذى تسكنه الشياطين فلا يطول مكوثه فيه ويتجنب أذاه. وهكذا يميز المسلم كل ما يحيط به وما هو مقبل عليه.

قال تعالى: " **فَأَمَّا مَنْ أُوتِيَ كِتَابَهُ بِيَمِينِهِ فَيَقُولُ هَاؤُمُ اقْرَءُوا كِتَابِيَهْ**" {الحاقة: 19 }، وقال تعالى:" **فَأَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ، وَأَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ** " {الواقعة: 8-9 }.

---

[1] [رواه الترمذي، وصححه الألباني في المشكاة " 358 "].

[2] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى المشكاه " 358 "].

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعجبه التيمن في شأنه كله: في طهوره، وترجله، وتنعله [1].

وعنها أيضاً قالت: كانت يد رسول الله صلى الله عليه وسلم اليمنى لطهوره وطعامه وكانت اليسرى لخلائه وما كان من أذي " [2].

❖ تعظيم القبلة:

ينبغي لمن جلس لحاجته ألا يستقبل القبلة ولا يستدبرها، فهي وجهة المسلمين على الأرض فينبغي تغطيمها، وقد ورد في ذلك حديثين ظاهرهما التناقض، أولهما حديث أبي هريرة رضي الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إذا جلس أحدكم على حاجته فلا يستقبل القبلة ولا يستدبرها " [3].

أما الآخر فعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: " ارتقيت فوق ظهر بيت حفصة البعض حاجتي فرأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقضي حاجته مستدبر القبلة مستقبل الشام " [4].

وقد جمع العلماء بينهما بان النهي إذا كان في الصحراء أو في الخلا، اما الاباحة إذا كان في البيوت والمنازل فلانها محكمة وبها جدران تحول دونه والقبلة. فعن مروان الاصفر قال: رأيت ابن عمر أناخ راحلته مستقبل القبلة ثم جلس يبول

---

1 [رواه البخاري " 168 "، ومسلم " 268 "].

2 [رواه أبو داود، وصححه الألباني في صحيح أبو داود " 26 "].

3 [رواه مسلم " 265 "، وأحمد].

4 [رواه البخاري " 148 "، ومسلم " 266 "].

اليها فقلت يا لأبا عبد الرحمن أليس قد نهى عن هذا قال بلى وإنما نهى عن ذلك في الفضاء فإذا كان بينك وبين القبلة شيء يسترك فلا بأس " [1].

❖ التوقف عن الكلام مطلقاً:

كره العلماء الكلام عند قضاء الحاجة مطلقاً سواء كان ذكراً أو غير ذلك، ألا إذا اضطر للكلام، كإرشاد الأعمى، أو انقاذ انسان من أذى، لما رواه ابن عمر رضى الله عنهما ان رجلاً مر ورسول الله صلى الله عليه وسلم يبول فسلم فلم يرد عليه [2]، ففي هذا الحديث دلالة على عدم الكلام حتى ولو كان رداً على السلام، وأما إذا عطس فليحمد الله في نفسه بدون تحريك اللسان والشفتين.

والحكمة من ذلك، ألا يلفت انتباه الناس اليه وهو على هذا الحال فيتأذوا منه ويضيقوا به، وهذا سلوك يأباه الاسلام فضلاً عن أن هذا المكان تسكنه الشيطان وكذلك حتى لا ينشغل بالكلام عن تطهير نفسه فربما تلحق النجاسة بثوبه، فضلاً عن تعظيم اسم الله.

❖ البول جالساً:

قالت عائشة رضى الله عنها – " من حدثكم أن رسول الله صلى الله عليه وسلم بال قائماً فلا تصدقوه، ما كان يبول الا جالساً " [3].

---

[1] [رواه أبو داود، وحسنه الألباني في المشكاة " 373 "].

[2] [رواه مسلم "370 "والجماعة الا البخاري]

[3] [رواه النسائي، والترمذي، وابن ماجه، وأحمد، وصححه الألباني في الصحيحة " 201 "].

وعن حذيفة – رضي الله عنه – قال: رأيتني أنا والنبي صلى الله عليه وسلم نتماشى فأتي سباطة قوم خلف حائط فقام كما يقوم أحدكم فبال فانتبذت منه فأشار إليه فجئته فقمت عند عقبه حتى فرغ [1].

الحديث الأول يدل على أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان هديه في البول القعود وما فعله في الحديث الآخر من البول قائماً، إنما فعله لبيان الجواز ومن هنا كان للعلماء فيه أقوال:

■قال النووي: قال العلماء يكره البول قائماً الا لعذر وهي كراهة تنزيه لا تحريم

■قال ابن المنذر في الإشراق: اختلفوا في البول قائماً فثبت عن عمر بن الخطاب –رضي الله عنه – وزيد بن ثابت، وبن عمر، وسهل بن سعد، أنهم بالوا قياماً، قال وروى ذلك عن أنس وعلي وأبي هريرة رضي الله عنهم وفصل ذلك ابن سيرين وعروة بن الزبير ن وكرهه ابن مسعود والشعبي وإبراهيم بن سعد وكان إبراهيم بن سعد لا يجيز شهادة من بال قائماً، وفيه قول ثالث: أنه كان في مكان يتطاير اليه من البول شيء فهو مكروه فإن كان لا يتطاير فلا بأس به وهذا قول مالك قال ابن المنذر: البول جالساً أحب الي وقائماً مباح، وكل ذلك ثابت عن رسول الله صلى الله عليه وسلم.

❖ الاستنجاء باليسرى:

سبق أن أشرنا الى تكريم اليمين في كل شيء، ومن وجوه التكريم أيضاً عدم ازالة النجاسة بها فتقدم لذلك اليسرى تنزيهاً لليمين عن مباشرة الاقذار فعن أبي قتادة

[1] [البخاري " 225 "، ومسلم " 273 "].

قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: لا يمسكن أحدكم ذكره بيمينه وهو يبول ولا يتمسح من الخلاء يمينه ولا يتنفس في الاناء " [1].

وعن سلمان قال: قيل له: قد علمكم نبيكم صلى الله عليه وسلم كل شيء حتى الخراءة قال: فقال: أجل لقد نهانا أن نستقبل القبلة الغائط او بول. أو أن نستنجي باليمين ا وان نستنجي بأقل من ثلاثة احجار ا وان نستنجي برجي عاو بعظم [2].

قال الامام النووي: أجمع العلماء على انه منهي عن الاستنجاء، باليمين ثم الجماهير على انه نهي تنزيه وادب لا نهي تحريم، وذهب اهل الظاهر الى انه حرام وأشار الى تحريمه جماعة من اصحابه، ولا تعويل على اشارتهم قال اصحابنا: ويستحب ان لا يستعين باليد اليمنى في شيء من امور الاستنجاء الا لعذر فإذا استنجى بما فيه باليد اليمني ومسح باليسرى.

❖ تجنب البول في الماء:

ومن مظاهر النظافة أيضاً نهى النبي صلى الله عليه وسلم، عن البول في الماء ثم استخدامه بعد ذلك، فقد أثبت العلم الحديث ان استخدام الماء المختلط بالبول يجلب كثيراً من الأمراض والأوبئة وخاصة فى حالة الماء الراكد، لذلك ينهى المتخصصون عن مثل هذه الممارسات، وتنفق الحكومات أموالاً طائلة لتطهير الماء الجاري الراكد من مثل هذه النجاسات ويتكلفون حملات اعلانية ينفق عليها أموالاً

---

[1] [البخاري "153 "، مسلم واللفظ له " 267 "].

[2] [رواه مسلم " 262 "، واصحاب السنن].

كثيرة لتحذير الناس من هذه الممارسات الخاطئة، وقد نهانا نبينا صلى الله عليه وسلم عن ذلك من أكثر من ألف وأربعمائة سنة.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا يبولن أحدكم في الماء الرائم الذي لا يجري ثم يغتسل فيه " [1].

وعن جابر رضي الله عنه، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم فهي أن يبال في الماء الراكد [2].

كما ورد حديث ضعيف في النهي عن البول في الماء الجاري، لا يسوغ لنا ذكره

❖ الاستبراء من البول:

عد العلماء عدم التحرز من البول وتجنبه من الكبائر، لحديث ابن عباس رضي الله عنه قال: مر رسول الله صلى الله عليه وسلم على قبرين فقال: " أما إنهما ليعذبان، وما يعذبان في كبير، أما احدهما فكان يمشي بالنميمة، وأما الآخر فكان لا يستتر من بوله " قال: فدعا بعسيب رطب فشقه باثنين. ثم غرس على هذا واحداً. وعلى هذا واحداً ثم قال: " لعله أن يخفف عنهما ما لم ييبسا " [3].

وحكمة النهى هنا فى أن عدم التنزه من البول، يؤدي الى نجاسة الثياب والبدون فتبطل معها الصلاة لأن من شروطها الطهارة، فكان الاستبراء منه واجباً، وعدم الاستبراء كبيرة يعذب عليها لما يترتب عليها من إبطال لفروض كثيرة، فضلاً عن أن الإسلام دين يدعوا إلى النظافة والطهارة والله يحب المتطهرين.

---

[1] [البخاري " 239 "، ومسلم " 282 "].

[2] [مسلم "281 "، والنسائي، وابن ماجه].

[3] [البخاري " 216 "، ومسلم واللفظ له " 292 "].

وينبغي التحرز من التبول في المباول، لعدة أسباب أهمها أنه لا يأمن معها من الرشاش، وثانيها البول جالساً أفضل من البول قائماً، وثالثها أنها ربما تؤدي الى كشف عورة، لذلك كان اجتناب هذه المباول أفضل وأحصن.

❖ نضح الفرج بالماء:-

من آداب قضاء الحاجة أيضاً، أنه بعد أن ينتهي ينضح فرجه بالماء، ليدفع عن نفسه الوساوس، فالشيطان يوسوس له في الصلاة، فإذا وسوس له ووجد بللاً، علم أنه من أثر النضح، وهذا هو الثابت من فعل رسول الله صلى الله عليه وسلم، فعن مجاهد عن رجل من ثقيف عن أبيه قال: رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم بال ثم نضح فرجه [1].

❖ إزالة الرائحة الكريهة من على اليد:-

ينبغي لمن أزال النجاسة بيده، أن يدلكها بالأرض، أو أن يغسلها بمسحوق تزول معه الرائحة الكريهة، حتى لا يبقى لها أثر ولا تشم رائحتها في اليد، لحديث أبي هريرة رضى الله عنه – قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا أتى الخلاء، أتيته بماء في قور أو ركوة، فاستنجى ثم مسح يده على الأرض [2].

❖ دعاء الخروج:-

[1] [رواه أبو داود، وصححه الألباني في صحيح أبي داود "161 "].

[2] [رواه أبو داود، وابن ماجه، والنسائي، وحسنه الألباني في المشكاة " 360 "].

عن عائشة رضي الله عنها قالت: كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا خـــرج مـــن الخلاء قال " غفرانك " [1].

[1] [رواه الترمذي، وابن ماجه، وصححه الألباني في المشكاة " 359 "].

الفصل الثالث

المنهج الإجتماعى

- مبادىء العلاقات الإجتماعية
- السلام والمصافحة
- التحدث والإستماع
- المجالس
- آداب الطريق والمشى
- الإستئذان
- الزيارة والضيافة
- عيادة المريض

مبادىء العلاقات الإجتماعية

كان العرب قبل القرآن عبارة عن قبائل متفرقة متنازعة، تسود فيهم العصبية القبلية والهمجية البدوية، فتقوم الحروب بينهم على أتفه الأسباب، تنتشر بينهم الأميه ويتفشى فيهم الجهل، وكان الرق جزءاً أساسياً فى حياتهم، يسخرونهم الأغنياء لخدمتهم ويستعملونهم فى تجاراتهم، ليس لهم حقوق، وليس هناك قوانين وأسس تحكم العلاقة بين الخادم والسيد، فكل سيد يعامل خادمه كيف يشاء.

وكان لديهم بعض العادات الإجتماعية السيئة مثل التقليل من شأن المرأة وإحتقارها، فكانت زوجة الأب تورث مثلها مثل سائر الحيوانات والماديات، وإنتشرت بينهم عادة وأد البنات وهى دفنهم أحياء، فضلاً عن التشاؤم والطيرة خاصة من الأنثى.

وإنتشرت بينهم الكثير من السلوكيات الخاطئة، مثل شُرب الخمر وكانوا يحبونها حباً جماً، وكذلك الميسر فكانوا يراهنون ويقامرون، وبجانب ذلك ساد فيما بينهم التعامل بالربا.

فجاء القرآن الكريم بنهج إجتماعى أخلاقى، كان من نتائجه توحد تلك القبائل المتناثرة المتناحرة فى قالب الأخوة الإسلامية، وأزال الفوارق الإجتماعية، وجعل الأفضلية للأتقى، وأكرم المرأة وأعطاها حقها أُماً وزوجة وبنتاً وأختاً، وألغى العادات والسلوكيات الجاهلية الأثمة، مثل وأد البنات والتعامل بالربا وشرب الخمر ولعب الميسر فسار المسلم للمسلم كالبنيان يشد بعضهم بعضاً، فتعاونوا على نصرة الدين، فسادوا العالم أكثر من ألف عام، وحضارتهم هى الحضارة الباقية الخالدة إلى يوم القيامة، فى حين أن جميع الحضارات القديمة ولت وإندثرت مع مرور الأيام، ولم يبقى منها إلا أطلال خاوية، وأثاراً بالية.

والأن ما هى القواعد والأسس الإجتماعية التى يرتكز عليها المنهج الإسلامى فى الحياة الإجتماعية، التى ربى رسول الله صلى الله عليه وسلم عليها صحابته، فكان منهم ما كان، حتى نربى أبنائنا عليها.

العدالة الإجتماعية:

من أهم المبادئ التى أرساها الإسلام والتى يقوم عليه المجتمع الإسلامى، والأسس التى تؤسس عليها العلاقات بين أفراد المجتمع المسلم، والعدل هو المعيار الذى يدرك من خلاله مدى ثبات المجتمع وإستقراره، فالمجتمع الذى يتفشى فيه الظلم وتضيع فيه الحقوق وتغيب بين أفراده الواجبات، فهو مجتمع جاهلى فوضوى، حيث يتسم أفراده بهيجان النفس وإضطراب القلب وشرود الفكر وذهاب العقل من جراء الخوف والظلم وعدم الشعور بالإستقرار والأمن، فيسود بينهم التراع والشقاق وتتفشى فيهم الجريمة وكل ذلك من أمارات خراب المجتمعات وذهابها، فما قامت الصراعات والثورات وتغيرت الحكومات والأنظمة السياسية والإجتماعية إلا نفوراً من الظلم وبحثاً عن العدل.

أما المجتمع الذى يسود فيه العدل وتعرف فيه الحقوق وتؤدى فيه الواجبات فهو مجتمع يتسم بالثبات والإستقرار، حيث تسكن فيه النفوس، وتطمأن فيه القلوب فتهدأ فيه الضمائر وتهتدى فيه العقول، لشعورهم بالأمان والإستقرار، مما يؤدى إلى رخاء وإزدهار ذلك المجتمع، لانه لاثبات ولاتقدم إلا بالامن والإستقرار، ولاأمن ولاإستقرار إلا بالعدل، وكما قيل: " إن الله يقيم الدولة الكافرة مع العدل، ويهلك الدولة المسلمة مع الظلم "

لذلك عنى الإسلام بالعدل، وجعله حقاً للجميع مع الطبقات والفئات والأشخاص،

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ وَلَوْ عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَوِ الْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ إِنْ يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَى بِهِمَا فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَى أَنْ تَعْدِلُوا وَإِنْ تَلْوُوا أَوْ تُعْرِضُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا** " { النساء: 135 }، فلا فرق بين الغنى والفقير والصغير والكبير والصالح والطالح والضعيف والقوى والكافر والمسلم والحاكم والمحكوم والحقير والعظيم والعدو والصديق... فالكل فى ميزان العدل سواء، روت عائشة.....

، قال تعالى: " **لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ وَأَنْزَلْنَا الْحَدِيدَ فِيهِ بَأْسٌ شَدِيدٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ وَرُسُلَهُ بِالْغَيْبِ إِنَّ اللَّهَ قَوِيٌّ عَزِيزٌ** " { الحديد: **52** }.

المساواة الإجتماعية:

المساواة تعنى: المماثلة والمتشابة فى القدر والقيمة، فالمساواة بين إثنين تعنى أن لهم نفس الحقوق وعليهما نفس الواجبات، ولا فرق بينهم، وعكسها الظلم والإستبداد.

فالمساواة الإجتماعية من أهم المبادئ التى ينادى بها الإجتماعيين والتربويين فهى القاعدة التى تحفظ للبشر حقوقهم، فمن يريد التميز فى ظل مجتمع تغيب فيه المساواة ويسوده التمييز الطبقى والنعصب العرقى فلن يجد النور، لان مثل هذا المجتمع تُقتل فيه المواهب وتضعف فيه القدرات، فالظلم الإجتماعى يؤثر تأثيراً كبيراً على سلوك وأخلاق أفراد المجتمع، فالمجتمع الذى تغيب فيه المساواة الإجتماعية، ويعلوه الظلم ويسوده القهر والإستبداد لفئة دون فئة، يُنشأ أفراد يتسمون بالجبن، والإستهتار واللامبالاة وعدم الإنتماء، لانهم لم يحصلوا على حقوقهم و لم يتلقوا

فرصتهم، فقُتلت بداخلهم المواهب والقدرات الشخصية، وتاهت الطموحات، وكل هذا مبرر كاف لإنتشار الرذائل فى هذا المجتمع.

ومن ثم جاء الإسلام فى أُمة تتسم بالتعدد الطبقى، سادة، وفقراء، ونساء وعبيد، ويسود الظلم بين هذه الطبقات، فالحقوق كلها موكولة إلى طبقة السادة، أما الفقراء فلا حق لهم سوى دريهمات معدودة نظير خدمتهم للطبقة الأولى، والعبيد لايملكون أى حقوق فهم ملك لسيدهم يحق له التصرف فيهم كيفما شاء، ولايخفى على أحد موقف المرأة فى العصر الجاهلى، وكان العرب مع ذلك يرون أنهم أكمل شعب على الإطلاق وأن بقية الشعوب التى سموها بالأعاجم، هى شعوب وضيعة ناقصة.

ولما قام المجتمع الإسلامى، أزال التعدد الطبقى، وألغى الفوارق الإجتماعية وساوى بين الناس جميعاً، قال تعالى: " **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آَدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا** " { الإسراء: 70 }، فالتكريم حاصل لجميع البشر، فجنس الإنسان مكرم عند الله فلا تفرقة بين قبيلة وآخرى، ولا بين جنس وآخر، ولا سلالة وآخرى، ولا فرق على أساس اللون أو الجاه أو اللغة فالكل سواء، فلا يترك الإسلام لجماعة أن تستعلى وتترفع على جماعة آخرى، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا** " { النساء: 6 }، فالأصل واحد وهو آدم عليه السلام.

ومن مظاهر المساواه فى الإسلام، تحقيق العدل مع كل الطبقات والأشخاص قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ وَلَوْ عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَوِ الْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ إِنْ يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَى بِهِمَا فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَى أَنْ تَعْدِلُوا وَإِنْ تَلْوُوا أَوْ تُعْرِضُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا** " { النساء: 678 }.

وروت عائشة: أن قريشاً أهمهم شأن المرأة المخزومية التى سرقت فقالوا: من يكلم فيها رسول الله صلى الله عليه وسلم؟ فقالوا: ومن يجترئ عليه إلا أُسامة بن زيد حِب رسول الله صلى الله عليه وسلم فكلمه أسامة، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " أتشفع فى حد من حدود الله؟ " ثم قام فاختطب ثم قال: " إنما أُهلك الذين من قبلكم أنهم كانوا إذا سرق فيهم الشريف تركوه وإذا سرق فيهم الضعيف أقاموا عليه الحد وأيم الله لو أن فاطمة بنت محمد سرقت لقطعت يدها "[1]، رسول الله صلى الله عليه وسلم يعلن المساواة والعدل حتى ولو أدى إلى قطع يد ابته، فالكل فى الثواب والعقاب سواء؛ لافضل لمخزومى على أعرابى.

ومن مظاهرها أيضاً، المساواة فى الحقوق الواجبة عليهم تبعاً لقدراتهم وإستطاعتهم قال تعالى: " **لِيُنْفِقْ ذُو سَعَةٍ مِنْ سَعَتِهِ وَمَنْ قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا (7) وَكَأَيِّنْ مِنْ قَرْيَةٍ عَتَتْ عَنْ أَمْرِ رَبِّهَا وَرُسُلِهِ فَحَاسَبْنَاهَا حِسَابًا شَدِيدًا وَعَذَّبْنَاهَا عَذَابًا نُكْرًا** "{ الطلاق: 7 }.

بذلك نرى أن الإسلام أتاح للجميع نفس الفرص ونفس الظروف، فما هو معيار التفاضل فى الإسلام؟ وهل يستوى من جد وإجتهد مع من تبلد وركن إلى هواه وشهواته؟ بل من أوضح مظاهر المساواة أن وضع الإسلام للتفاضل بين الناس، لا يجرى فيما لايملكه الإنسان كالخلق والتكوين، وإنما يندرج ضمن قدراته وإستعداداته، كأداء العبادات وفعل الخيرات وطاعة الله ورسوله فكلها أعمال يستطيع كل إنسان القيام بها، فوجه التفاضل فيها بحسب أداء كل شخص لها، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ** " { الحجرات: 67 }.

كما حث القرآن الجميع على التسارع والتسابق فى فعل الخيرات، لينال كل منهم جزائه على حسب عمله وأدائه، قال تعالى: " **وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ**

---

[1] [رواه البخارى " 3475 "، ومسلم " 1688 "].

وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ " { أل عمران: 133 }، وقال تعالى: " سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ آَمَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ " { الحديد: 21 }، وقال تعالى: " إِنَّ الَّذِينَ آَمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " { الكهف: 71 }.

فهكذا مع المساواة والعدالة الإجتماعية أتيحت الفرص أمام الصحابة جميعاً فظهر تفوقهم ونبوغهم، كلاً حسب إمكاناته وقدراته، فتولى بلال المولى الحبشى الاسود مهمة الأذان لانه الاندى صوتاً، وتولى زيد بن حارثة قيادة الجيش فى مؤتة لانه الأصلح، ثم تولى من بعده إبنه أُسامة قيادة الجيش فى تبوك ولم يتجاوز سنه السابعة عشر لانه الأجدر بالمهمه، ولما طلب أبو ذر الإمارة رده النبى صلى الله عليه وسلم لأنها أمانة وليس كفؤ لها، وعزل أبو بكر أمين الأمة أبو عبيده وولى خالداً لان له فطنة فى الحرب ليست فى أبى عبيده، وكان منهم الإقتصادى الذى يسيل المال الحلال بين يديه كالماء مثل عبد الرحمن بن عوف، وعثمان إبن عفان، وكان منهم القائد الفذ الذى تدرس أفكاره وخططه حتى الأن مثل خالد بن الوليد وعمرو بن العاص، وكان منهم الإدارى العبقرى مثل عمر بن الخطاب، وهكذا نبغوا وتفوقوا فى جميع المجالات.

لذلك وجب علينا أن ننشر العدل والمساواة فيما بيننا، وقد أوضحنا خطورة الظلم على المجتمع عامة، فكل من ولاه الله أمراً مهما كان حجمه فليتق الله ولينشر العدل فيه فالوالد فى بيته، والمعلم فى فصله والمدير فى إدارته والموظف فى مكتبه، وهكذا فى كل الأوساط، حتى تتاح الفرص أمام الجميع وينتشر الخير ويعم الرخاء.

وما الارهاب وغيره من الجرائم الإجتماعية، إلا نتيجة للظلم الإجتماعى والتمييز بين الأفراد بنائاً على معايير آثمة ظالمة، حيث ينشأ الصغير فى أسرة تفضل أحد أبنائها على غيره لصغر سن الآخر أو لجمال سمته، فيشعر معه بالقهر والإحباط، وبعد دخول المدرسة، يجد مُدرسه يهتم بأحد الأولاد ويوليه رعاية

وإهتمام أكثر من غيره من الأولاد إما لانه إبن لزميل لـــه، أو يأخـــذ معـــه درس خصوصى أو أنه إبن شخص لامع إجتماعياً، كما يجد أن من هو أقل منه تحصـــيلاً علمياً تفوق عليه فى الدرجات بسبب الغش، وبعد أن يتم تعليمه الثانوى ويلتحق بالجامعة، يجد أن الفرصة الوحيدة للعمل بالجامعة والترقى فى الـــدرجات العلميـــة والوظيفيه لابد أن يكون إبناً لاحد الأساتذة الموجودين بكليتة، وبعد ان يتخـــرج هذا الشاب، لايجد أمامه من فرص العمل إلا بعض الاعمال الدنيويه التى ليست لها علاقة بمجال تخصصه الدراسى فى حين أن الوظائف المرموقة قاصرة على من لديهم المال أو المنصب " الجنيه أو الكارنيه "، وهذا هو التعبير السائد بين الشـــباب، وإذا تغلب الشاب على كل هذه المعوقات وأراد أن يكون أسرة وجد أمامه عدة عراقيل ومسبطات منها أن التسهيلات والمشاريع التى تقوم بها الدولة للشباب مـــن أجـــل الحصول على سكن لا ينالها إلا أصحاب النفوذ، بالإضـــافة إلى غـــلاء الأســـعار وإرتفاع المهور.....، فبالله عليكم ماذا سيكون مثل هذا الشاب؟ يصبح مثل هذا الشاب أمام أعداء الدين والوطن فيسهل عليهم توظيفه لمصالحهم وأهدافهم.

فإذا كنا نريد مجتمعاً إسلامياً كمجتمع الصحابة، علينـــا أن نرســـخ مفهـــوم المساواة فى أذهان أبنائنا قولاً وعملاً، ونكون لهم خير قدوة، ويجب ألا ننس هـــذه المقولة: " **إن الله يقيم الدولة الكافرة مع العدل، ولا يقيم الدولة المســـلمة مـــع الظلم** ".

الإخاء:

بعد أن سرب الإسلام الطمأنينة إلى أفراد المجتمع بإشاعة المساواه بينهم وإقامة العدل فيهم وجعل التفوق والتميز نظير العمل فمن آمن وصدق قوله عمله وســـلم الناس من غوائله ليس كغيره، ومن جد واجتهد فى طلب العلم ليس كغيره عنـــد الله، قال تعالى:" **يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آَمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّـــهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ** " { المجادلة: 66 }، حينئذ إستقرت النفوس وإطمأنت القلوب وإهتدت العقول، ومع ذلك فكان لابد من ربط أبناء المجتمع المسلم، برابطة تعـــبر

عن روح الإسلام فى الوحدة والإجتماع وحرصه على نبذ التعصب والتفرق، رابطة ثابتة مستقرة لاتتغير بتغير الزمن ولا تتأثر بتداخل الثقافات، ليست إشتراكية، ولا رأسمالية..... وإنما هى رابطة إسلامية ربانية.

قال تعالى: " **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ** " { الحجرات: 61 }، والأخوة التى إختارها الإسلام إخوة مبادئ لاأخوة نسب، لأنها أقوى وأوثق من رابطة النسب، فهى التى جمعت بين " صهيب الرومى، وبلال الحبشى، وسلمان الفارسى " وبين أبناء شبه الجزيرة العربية على إختلاف إتجاهم القبيلية " روم وحبشة وفرس وعرب "، أجناس وأوطان وألوان وعادات ومناهج وطباع وغرائز وإتجاهات، فضلاً عن إختلاف الرؤى التى ينظر كل طرف من خلالها إلى الآخر، بين " الفرس و الروم " عداء منقطع النظير، و الفرس والروم ينظرون إلى العرب نظرة إستقلال فهم يرون أن العرب " بدو همج "، لايستطيع أحد العيش معهم، فلم تحاول دولة واحدة منهم غزو العرب رغم سهولة ذلك، وفى الإتجاه الآخر نرى العرب أنفسهم يظنون أنهم خير الأجناس، وأن لهم السيادة على البشر.

رغم كل هذه العوائق والتى يستحيل أن يقضى عليها ويمحى أثرها إلا الأخوة الإيمانية تلك الرابطة التى أزالت ومحت الفوارق العنصرية والعرفية، فلا " أبيض وأسود " ولكن " مؤمن وغير مؤمن " فردت الجميع إلى الأصل " آدم وحواء "، فهما الذى جاء منهم البشر جميعاً ومن ثم فكلهم متساوون، وتكون الأخوة بينهم على حسب إدراك كل منهما للدور الذى خلق الله آدم وحواء من أجله وهى عبادة الله وعمارة الأرض.

وتلك الرابطة إنما هى نعمة من الله وفضل منه، لانها تتعلق بالروح والقلب، وقلوب العباد بين إصبعين من أصابع الرحمن يقلبهما كيف يشاء، فلا يستطيع أحد أن يشتريها ولا يأتى بمثلها، قال تعالى: " **وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي**

الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ " { الانفال: 63 }.

وقد تفوقت هذه الأخوة على أخوة النسب، بحيث لانسب ولاقرابة أمام الأخوة الإيمانية، فهذا أبو بكر الصديق

ومن هنا يقول أنه لن تقوم الأمة الإسلامية، وتعود إلى ريادته ومكانتها التى كانت عليها، ولن تكون لها منعه وقوة علمية وحربية وإقتصادية وفكرية وتجارية و..... إلا بالعودة إلى الأخوة الإسلامية والإنضواء تحت رايتها، فضلاً عن إدراكنا أن ما شاع بين المسلمين من نزاعات وقوميات وحدود وجنسيات إنما هى دعاوى هدم لا إصلاح، دعاوى تفريق وتشتيت لا تلاحم وترابط قام بها أعداء الإنسانية لبعثرة وحدتها وضياع هيبتها.

وقد جعل الإسلام لهذه الأخوة مقومات تفضى إلى المحبة والوحدة وتبيد وتمنع كل عوامل النزاع والكره، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "

المقصود من الإخاء فى هذا الباب هو أن يتأخى مجموعة من الناس فى العقيدة، قال تعالى: " **وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ** " { الانفال: 63 }، كان الصحابة قبل الإسلام عبارة عن قبائل متناحرة متنازعة، فقد كان بين الانصار " الاوس والخزرج " حروب طويلة دامت لسنوات عديدة، وكانوا يحملون لبعضهم البعض من الكره والبغض ما يستحيل معه زواله لو كان على يد بشر، إلا أن الإسلام أخى بين الجميع أوس وخزرج، أنصاراً ومهاجرين، قال تعالى: " **وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ إِخْوَانًا عَلَى سُرُرٍ مُتَقَابِلِينَ** " { الحجر: 13 }، وقال تعالى: " **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ** " { **الحجرات: 01** }، **وقال تعالى: " وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ**

إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَى شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ " { آل عمران: 011 }.

وقد عمق النبى النبى صلى الله عليه وسلم هذا المبدأ فى نفوس المسلمين، بجملة من الأقوال والسلوكيات، فقد قال صلى الله عليه وسلم فى حديث بن عمر: " المسلم أخو المسلم لايظلمه ولا يسلمه ومن كان فى حاجه أخيه كان الله فى حاجته ومن فرج عن مسلم كربة فرج الله عنه كربة من كربات يوم القيامة ومن ستر مسلماً ستره الله يوم القيامة " [1]، ومنه أيضاً قوله صلى الله عليه وسلم فى حديث أنس: " أنصر أخاك ظالماً أو مظلوماً " فقال رجل: يا رسول الله أنصره إذا كان مظلوماً أفرأيت إذا كان ظالماً كيف أنصره؟ فقال: " تحجزه أو تمنعه من الظلم فإن ذلك نصره " [2]. ومنه ما رواه أبو هريرة، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "تهادوا تحابوا[3]". وايضاً عن أنس قال: " يا بني! تبادلوا بينكم؛ فإنه أودّ لما بينكم[4]".

وهكذا كان يتعامل المسلمون مع بعضهم البعض على أساس هذا المبدأ، فكان الواحد منهم يسعى إلى مرضاة أخيه، بل ولديه إستعداد إلى أن يضحى بماله بل وبنفسه من أجل أخيه، فكانوا كالجسد الواحد يتألم بعضهم لتألم البعض الأخر، فكانوا خير قدوة وخير مثال فى العلاقات الإجتماعية.

❖ مقومات الأخوة الإيمانية:

إذا فقدت الأخوة الاساس الذى تقوم عليه، والذى يمدها بالثبات والإستقرار، والذى يعمل على تدعيمها وترسيخها كمبدأ من مبادئ التربية الإجتماعية، لأصابها الزبول وولت مدبرة مع أبطئ ريح، لذلك وضع الإسلام لها مقومات تدعمها وترسخها وتثبت أركانها.

---

[1] [رواه البخارى " 2442 "، ومسلم " 2580 "].

[2] [رواه البخارى " 6952 "، والترمذى " 2255 "].

[3] [رواه البخارى فى الأدب المفرد، وصححه الألبانى فى صحيح الأدب المفرد "240"]

[4] [نفس التخريج السابق]

1. المحبة والولاء:-

الولاء يعنى حب الله ورسوله والمؤمنين الموحدين ونصرتهم، فكل مسلم يجب عليه حب المؤمنين وموالاتهم ونصرتهم، ومن لم يفعل ذلك ووالى الكفار بالحب أو التقليد أو المحاكاه، فقد نقص إيمانه، قال تعالى: " **تَرَى كَثِيرًا مِنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَبِئْسَ مَا قَدَّمَتْ لَهُمْ أَنْفُسُهُمْ أَنْ سَخِطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَفِي الْعَذَابِ هُمْ خَالِدُونَ** " { المائدة: 31 }.

فلا يمكن أن تتحقق الأخوة إلا إذا أحب المسلم أخاه المسلم محبة صادقة تصدر من القلب، قال تعالى: " **وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ** " { التوبة: 36 }، ولأهمية الحب فى قيام المجتمع المسلم، جعله الله تعالى شرط من شروط الإيمان، قال تعالى: " **وَلَوْ كَانُوا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالنَّبِيِّ وَمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مَا اتَّخَذُوهُمْ أَوْلِيَاءَ وَلَكِنَّ كَثِيرًا مِنْهُمْ فَاسِقُونَ** " { المائدة: 81 }، كما جعله النبى صلى الله عليه وسلم أوثق عرى الإيمان، فقال صلى الله عليه وسلم: " أوثق عرى الإيمان الموالاة فى الله والمعاداة فى الله والحب فى الله والبغض فى الله " [1]، وقال أيضاً صلى الله عليه وسلم: " لايؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه " [2]، هكذا قرن النبى صلى الله عليه وسلم المحبة بين المسلمين بمحبتهم أنفسهم، كما أنها سبب لتذوق حلاوة الإيمان وهذا من أكمل دواعى الحب، قال: " ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان أن يكون الله ورسوله أحب إليه مما سواهما وأن يحب المرء لايحبه إلا لله وأن

---

[1] [رواه الطبرانى، والبغوى فى السنة، وصححه الالبانى فى الصحيحة " 998 "].

[2] [رواه البخارى " 13 "، ومسلم " 45 "].

يكره أن يعود فى الكفر كما يكره أن يقذف فى النار " [1]، والاحاديث فى البـــاب كثيرة.

وطالما توافر هذا المبدأ فى مجتمع ما فماذا تجد منهم؟ فمثلهم سيعملون علـــى إرضاء بعضهم البعض، وبالتالى فلن تجد هناك شقاق أو خلاف، وإنما ســـيتفرغوا لنصرة دينهم وأوطانهم، كما فعل صحابة رسول الله صلى الله عليه وسلم، فقـــد سادو العالم فى فترة لاتكاد تذكر.

إذاً فلا سبيل إلى استقرار وتنمية فى العلاقات الإجتماعية إلا بنشر المحبة بـــين صفوف المجتمع، الكل يعمل للكل، والكل يكمل الكل، محبة صادرة من الضـــمير، نابعة من القلب، لانه يرجوا بها إبتغاء مرضاة الله عز وجل، لذلك لن يشوبها المـــراء والمداهنة، بل هى صافية نقية خالصة ومن هنا كان لزاماً علينا أن نكون خير قدوة لأبنائنا، وأن نلقنهم القصص والمواقف التى تشير إلى تلك المحبـــة وفضـــلها، وأن نجنبهم المنافسات التى تثير الشحناء والبغضاء فيما بينهم.

2. الإيثار:-

وهو أن يؤثر غيره بالشئ مع حاجته إليه، وضده الأثرة: وهى إستئثاره عـــن أخيه بما هو محتاج إليه، وعرفه الجرحانى فى التعريفات: أن يقدم غيره على نفسه فى النفع له والدفع عنه، وهو النهاية فى الاخوة.

والإيثار من الفضائل التى إمتاز بها الإسلام دون غيره من الشرائع، فهو أرفـــع درجات السخاء، وأقوى دعائم ومقومات الأخوة الإيمانية، فهو مؤشر بقوة المحبـــة والإخوة، وعمق العلاقات الإجتماعية، وقوة التماسك الإجتماعى، فالإيثار ضـــد الأنانية، وحب الذات، والتى بدورها معول من معاول هدم العلاقات الإجتماعيـــة وتفريقها، والتى تسربت وإنتشرت داخل مجتمعنا الإسلامى، مهددة له بالتفكـــك والتمزق، زرعها الغرب وترك رعايتها للرأسماليين والعالمانيين، لـــذلك يـــأتى دور

---

[1] [رواه البخارى " 16 "، ومسلم " 43 "].

الإيثار حتى تعود الأخوة الإيمانية والترابط والتماسك الإجتماعى داخل الحضر، الذى أصبح التفكك سمة من سماته، فلنربى أبنائنا على الإيثار، كما تربى الجيل الاول عليه.

فقد مدح الله تبارك وتعالى الأنصار الذين أثرو المهاجرين على أنفسهم برغم ما كان بهم من فقر وحاجة، فقد أثروهم بالأموال والأولاد والدور، لذلك بشرهم الله تعالى بأسمى بشارة يبشر بها إنسان، وهو الفلاح، وهذا الفلاح ليسقاصراً على الدنيا فقط بل يتعداه ليشمل الآخرة ايضاً، قال تعالى: " **وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** " { الحشر: 9 }، وليس الفلاح خاص بهم مقصوراً عليهم، بل يمتد ليشمل كل من إقتفى أثرهم وسار على دربهم وإتبع نهجهم، قال تعالى فى الآية التالية: " **وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ** " { **الحشر: 01** }، وقال تعالى: " **وَالسَّابِقُونَ الْأَوَّلُونَ مِنَ الْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارِ وَالَّذِينَ اتَّبَعُوهُمْ بِإِحْسَانٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ وَأَعَدَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي تَحْتَهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ** " { **التوبة: 011** }.

وإعلم أخى المربى أن المربى الكفء من صفاته أن يحول أولاده من المنافسة على الإمتلاك إلى المنافسة على الإيثار، ولك فى رسول الله صلى الله عليه وسلم الاسوة الحسنة والقدوة الصالحة، هو وصحابته، ومن افضل الوسائل التى يكتسب بها الطفل الإيثار ويصبح ضمن قيمة وإتجاهاته، هو إسلوب القصة المشوقة والحكاية المؤثرة والمواقف الخالدة المنتقاه من تاريخ هذه الأمة الناصع، ومنها ما فعله الأنصار مع إخوانهم المهاجرين، وينبغى على الأبوين داخل الاسرة أن تلتزموا بهذا السلوك، فهى أول قدوة فى حياة الإنسان.

ومن الجدير بالذكر، إن المؤاثرة لاتكون إلا فى طاعة الله، كأن تترك مثلاً صلاة الجماعة فى المسجد حتى لاتزعج ضيفك فهذه المؤاثرة مرفوضة، كأن يترك الفرد مساعدة أمه حتى يترك المجال لأخيه، فهذه أيضاً ليست مؤاثرة، فلابد أن ينتبه المربى لمثل هذه الأمور، كما ينبغى للمربى أن يكون يقظاً لماحاً، فإذا لاحظ الإيثار من أحد تلاميذه، فينبغى أن يبادر بالثناء عليه ومدحه ومكافأته، فالله تعالى يقدر ويكافئ على قدر العمل.

3. العفو والصفح:-

من السلوكيات الإجتماعية التى ينبغى أن يبنها الأباء والمربون فى نفوس تلاميذهم وأبنائهم.

وقال إبن منظور فى لسان العرب: العفو: هو التجاوز عن الذنب وترك العقاب عليه وأصله المحو والطمس، أما الصفح: فهو الإعراض عن الذنب.

قال تعالى: " **خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ** " { الأعراف: 677 }، هذه الآية تدل على عظمة هذا السلوك القويم وأهميتة فى التربية الإجتماعية، فالتعبير القرآنى يشير بالاخذ، والعرف يقول أنه كلما كان الإنسان عظيماً وقال خذ، فهذا يدل على أن المأخوذ عظيم فى نفسه، فما بالك إذا كان المعطى هو الله جل وعلا والأخذ هو أحب خلق الله إلى الله، فكيف يكون الشئ المأخوذ، فلابد أنه أعظم القدر، والعفو هو مفتاح السعادة؛ وهو سر النجاح فى معاشرة الخلق؛ فمن تأمل حال الخلق وحدهم غير معصومين من الخطأ، ولو وقف المرء أمام كل خطأ ليقتص لنفسه ما عاش أحد، وإذا تتبعت أحوال الناجحين فى الحياة الإجتماعية، لوجدت من أهم سماتهم الإجتماعية هو العفو، فهو يرقى بالإنسان فالإنتقام وعدم العفو والوقوف على الأخطاء صغيرها وكبيرها، سمة من سمات الحيوان، ويكفى أن العفو من صفات الله تبارك وتعالى، كما أن الإنتقام أيضاً من صفاته ولكن مع من أصر على العصيان وأثر العناد.

من هنا كان العفو من أهم مقومات ودعائم الأخوة، فهو يزيل العداوة والكره ويذهب بالبغضاء والشحناء، لذا تجد العفو محبوب إجتماعياً، ليس له أعداء، لذلك أمر الله تبارك وتعالى به فى كثير من الآيات، وحث عليه بأسمى الأُمنيات، قال تعالى: " **وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَإِنَّ السَّاعَةَ لَآتِيَةٌ فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ** " { الحجر: 38 }، وقال تعالى: " **وَلَا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ** " { النور: 11 }، وقال تعالى: " **الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** " { آل عمران: **011** }، **وقال تعالى: " وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ** " { الشورى: 43 }، وغيرها من الآيات التى تبين فضله وأثره.

وإذا كنا نريد لأبنائنا وتلاميذنا، تربية نفسية صافية من كل ما يعكر النفس ويشوبها، وإذا كنا نريد لهم تربية إجتماعية قوامها الأخوة والمحبة، والأمان والسيادة، وكسب العلاقات الإجتماعية الفعالة، فعلينا بإكسبهم سلوك العفو، فنتمثل ونتشبع به، ونقص عليهم ما يؤثر من المواقف الجليلة، والقصص الرائعة فى العفو، وأن نكافئ ونثيب عليه.

ولا تنس؛ أخى المربى أن تعلمهم أن العفو لابد أن يقابل بالفضل، كما علمنا الله تبارك وتعالى، قال: " **وَإِنْ طَلَّقْتُمُوهُنَّ مِنْ قَبْلِ أَنْ تَمَسُّوهُنَّ وَقَدْ فَرَضْتُمْ لَهُنَّ فَرِيضَةً فَنِصْفُ مَا فَرَضْتُمْ إِلَّا أَنْ يَعْفُونَ أَوْ يَعْفُوَ الَّذِي بِيَدِهِ عُقْدَةُ النِّكَاحِ وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَلَا تَنْسَوُا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ** " { البقرة: 237 }.

4. الصبر وإحتمال الأذى:-

المؤمن يتحمل ويصبر على ما يجده من إخوانه من جفاء وغلظة، وما يلقاه منهم من أذى وإساءة سواء بالقول أو الفعل، فهو يتحمل كل ذلك إحتساباً عند الله وحفاظاً على الأخوة، قال تعالى: " **وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ (11) وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ** " { فصلت: 71 - 78 }، يربى الله تبارك وتعالى المجتمع المسلم على ما يسميه أصحاب علم الإجتماع بثقافة التسامح، فمن أخلاق المسلمين المؤمنين أن يقابلون الإساءة بالإحسان، لانه من خصائص النفوس الكريمة إنها تحب من أحسن إليها، وعفا عنها، وبها تزول العداوة ويصير العدو ولى حميم، ولما كانت هذه الخصلة تحتاج إلى مجاهدة ومثابرة، أتبعها الله بما من شأنه أن يدفع كل عاقل إلى الإلتزام بها والإتصاف والتمسك بها، حتى يكون من أصحاب الحظ العظيم.

وهذه الصفة من أهم الصفات والسلوكيات التى تحافظ على وحدة المجتمع وبقاؤه متماسكاً متفاعلاً، فلو ذهب كل فرد إلى الإنتقام لنفسه ممن إساء إليه، ويدفع السيئة بمثلها لما إنتهى الدور، وعندها صبح المجتمع فى دوامة من البطش والعنف.

5. خصال مذمومة نهى الإسلام عنها:-

و لم يغفل الإسلام تحريم بعض الصفات المذمومة التى توقع العداوة وتنشىء الفتن وتلقى بشرها على المجتمع كله مقطعة أوصال المحبة والأخوة.

❖ الغيبة:-

حرم الله تعالى الغيبه، وهى ذكر المسلم أخيه بما يكره فى غيابه، قال تعالى: " **وَلَا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ** " { الحجرات: 12 }، فقد نفر الله تعالى منها

أبلغ وأشد تنفير، حيث صور الذى يغتاب بأنه يأكل لحماً وهذا اللحم ميتاً ليس هذا فحسب إنما هو لحم أخيه، والنفوس السليمة تجزع وتنفر من سماعه.

وقد نهى الرسول صلى الله عليه وسلم عنها أيضاً، فعن أبى هريره – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " أتدرون ما الغيبه؟ قالوا: الله ورسوله أعلم، قال: " ذكرك أخاك بما يكره " قيل: أفرأيت إن كان فى أخى ما أقول؟ قال: " إن كان فيه ما تقول فقد إغتبته، وإن لم يكن فيه ما تقول فقد بهته " [1].

وعن أبى بكرة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال خطبته يوم النحر بمنى فى حجه الوداع: " إن دماءكم، وأموالكم، وأعراضكم، حرام عليكم كحرمة يومكم هذا، فى شهركم هذا، فى بلدكم هذا، ألا هل بلغت [2].

وعن عائشه – رضى الله عنها – قالت: قلت للنبى صلى الله عليه وسلم: حسبك من صفية كذا و كذا – قال بعض الرواة – تعنى قصيره – فقال: " لقد قلت كلمة لو مزجت بماء البحر لمزجته " قالت: وحكيت له إنساناً فقال: " ما أحب أنى حكيت إنساناً وإن لى كذا وكذا " [3].

والغيبة من الامراض الخلقية والاجتماعية الخطيره، لها آثارها السلبية على الفرد والجماعة تورث الهم والغم والحزن، وتسبب الشعور بالقلق وعدم الإرتياح، من قبيل قول الشاعر:

إذا ساء فعل المرء ساءت ظنونه وصدق ما يعتاده من توهم

---

[1] [رواه مسلم " 2589 "، والترمذى، وأبو داود].

[2] [البخارى " 67 "، " 4662 "، ومسلم " 1679 "].

[3] [رواه أبو داود، والترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 5140 "].

تفقد الإحترام وتذهب بالهيبة، لانشغال صاحبها بهفوات الناس وسقطاتهم، كما تنشأ العداوات والأحقاد وثير البغضاء والكراهية فهى تفرق بين الناس، وتورث العداوة والشحناء، كما أنها كشف للستور وإظهار للغيوب، وفضح للعيوب، لذلك فأثارها مدمرة من شأنها أن تقضى على المجتمع وتذهب بريحه، فكان من رحمة الله علينا أن حرمها وصور حرمتها بأبشع الصور.

ولكن هناك حالات خاصه تباح فيها الغيبه.

قال الامام النووى: اعلم أن الغيبة تباح لغرض صحيح شرعي لا يمكن الوصول إليه إلا بها، وهو ستة أسباب:

الأول: التظلم، فيجوز للمظلوم أن يتظلم إلى السلطان والقاضي وغيرهما ممن له ولاية، أو قدرة على إنصافه من ظالمه، فيقول: ظلمني فلان بكذا.

الثاني: الاستعانة على تغيير المنكر، ورد العاصي إلى الصواب، فيقول لمن يرجو قدرته على إزالة المنكر: فلان يعمل كذا، فازجره عنه ونحو ذلك ويكون مقصوده التوصل إلى إزالة المنكر، فإن لم يقصد ذلك كان حراما.

الثالث: الاستفتاء، فيقول للمفتي: ظلمني أبي أو أخي، أو زوجي، أو فلان بكذا فهل له ذلك؟ وما طريقي في الخلاص منه، وتحصيل حقي، ودفع الظلم؟ ونحو ذلك، فهذا جائز للحاجة، ولكن الأحوط والأفضل أن يقول: ما تقول في رجل أو شخص، أو زوج، كان من أمره كذا؟ فإنه يحصل به الغرض من غير تعيين، ومع ذلك، فالتعيين جائز كما سنذكره في حديث هند إن شاء الله تعالى.

الرابع: تحذير المسلمين من الشر ونصيحتهم، وذلك من وجوه:

منها جرح المجروحين من الرواة والشهود وذلك جائز بإجماع المسلمين، بل واجب للحاجة.

ومنها: المشاورة في مصاهرة إنسان أو مشاركته، أو إيداعه، أو معاملته، أو غير ذلك، أو مجاورته، ويجب على المشاور أن لا يخفي حاله، بل يذكر المساوئ التي فيه بنية النصيحة.

ومنها: إذا رأى متفقها يتردد إلى مبتدع، أو فاسق يأخذ عنه العلم، وخاف أن يتضرر المتفقه بذلك، فعليه نصيحته ببيان حاله، بشرط أن يقصد النصيحة، وهذا مما يغلط فيه. وقد يحمل المتكلم بذلك الحسد، ويلبس الشيطان عليه ذلك، ويخيل إليه أنه نصيحة فليتفطن لذلك.

ومنها: أن يكون له ولاية لا يقوم بها على وجهها: إما بأن لا يكون صالحا لها، وإما بأن يكون فاسقا، أو مغفلا، ونحو ذلك فيجب ذكر ذلك لمن له عليه ولاية عامة ليزيله، ويولي من يصلح، أو يعلم ذلك منه ليعامله بمقتضى حاله، ولا يغتر به، وأن يسعى في أن يحثه على الاستقامة أو يستبدل به.

الخامس: أن يكون مجاهرا بفسقه أو بدعته كالمجاهر بشرب الخمر، ومصادرة الناس، وأخذ المكس، وجباية الأموال ظلما، وتولي الأمور الباطلة، فيجوز ذكره بما يجاهر به، ويحرم ذكره بغيره من العيوب، إلا أن يكون لجوازه سبب آخر مما ذكرناه.

السادس: التعريف، فإذا كان الإنسان معروفا بلقب، كالأعمش، والأعرج، والأصم، والأعمى، والأحول، وغيرهم جاز تعريفهم بذلك، ويحرم إطلاقه على جهة التنقيص، ولو أمكن تعريفه بغير ذلك كان أولى، فهذه ستة أسباب ذكرها العلماء وأكثرها مجمع عليه، ودلائلها من الأحاديث الصحيحة مشهورة [1].

❖ النميمة:-

ومن آداب الحديث أيضاً خلوه من النميمه وهى نقل الكلام بين طرفين لغرض الافساد وزرع العداوة والفتنة بينهم.

---

[1] [رياض الصالحين، " ص 376 "].

وقد حرمها الله ورسوله، قال تعالى: " **هَمَّازٍ مَشَّاءٍ بِنَمِيمٍ** " { القلم: 11 }، وعن حذيفة – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا يدخل الجنه نمام " [1].

وقد أعد الله تعالى للنمام العذاب الاليم فى القبر، فعن إبن عباس – رضى الله عنهما – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مر بقبرين فقال: " إنهما يعذبان، وما يعذبان فى كبير، بلى إنه كبير، أما أحدهما، فكان يمشى بالنميمة، وأما الاخر فكان لايستتر من بوله " [2].

والنمامون هم شرار الناس، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ألا أخبركم بشراركم؟ قالوا: بلى يا رسول الله، قال: " شراركم المشاءون بالنميمة، المفسدون بين الاحبة، الباغون العيوب " [3].

حقاً هم شرار الناس لأنهم يضيعون أوقاتهم وأوقات غيرهم هباءً منثورا بدلاً من ذكر الله وما ينفع الناس، فضلاً عن الأضرار المادية والأدبية التى يلحقونها بالناس، فضلاً عن الفتن والأحقاد التى يذرعونها بين الناس، فهؤلاء لا أمان لهم.

قال الشاعر:-

من نم فى الناس لم تؤمن عقاربه ... على الصديق ملم تؤمن أفاعيه

السيل بالليل لا يدرى به أحد ... من أين جاء و لا من أين يأتيه

الويل للعهد منه كيف ينقضيه ... والويل للود منه كيف يفنيه

❖ الكذب:-

الكذب من كَذَبَ كِذْباً و كِذّاباً: أخبر عن الشئ بخلاف ما هو عليه فى الواقع، وهو سلاح من أقوى وأشد أسلحة إبليس فى إفساد بنى آدم، فهو البداية

---

[1] [رواه البخارى " 6056 "، وصحيح مسلم " 1714 "].

[2] [رواه البخارى " 216، 1387 "، ومسلم " 292 "].

[3] [رواه أحمد، وحسنه الالبانى فى الادب المفرد " 323 "].

لكل معصية، فالكذوب يتعمد الكذب ليغطى ويمحو نقيصة قام بها أو ليجمل سيئة فعلها، أو ليبرر ما يقوم به من أعمال الشيطان، لذلك فهو كما وصفة الصادق الصدوق بأنه يؤدى إلى الفجور، لهذا فقد حاربه الاسلام وحرمه صيانه للفرد والمجتمع من أخطارة وقضائاً على أقوى أسلحه إبليس اللعين.

وقد حرمه الله تعالى فقال: " **وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ** " { الاسراء: 36 }، وقال تعالى: " **مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ** " { ق: 18 }، وقال تعالى: " **فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ** " { البقرة:10 }، وقال تعالى: " **وَيَوْمَ الْقِيَامَةِ تَرَى الَّذِينَ كَذَبُوا عَلَى اللَّهِ وُجُوهُهُمْ مُسْوَدَّةٌ أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِلْمُتَكَبِّرِينَ** " { الزمر: 60 }

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الصدق يهدى إلى البر، وإن البر يهدى إلى الجنه، وإن الرجل ليصدق حتى يكتب عند الله صديقاً، وإن الكذب يهدى إلى الفجور، وإن الفجور يهدى إلى النار، وإن الرجل ليكذب حتى يكتب عند الله كذاباً " [1]، كما أنه خصله من خصال النفاق، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " أربع من كن فيه كان منافقاً خالصاً، ومن كانت فيه خصله منهن كانت فيه خصله من نفاق حتى يدعها، إذا أؤتمن خان، وإذا حدث كذب، وإذا عاهد غدر، وإذا خاصم فجر " [2].

وقيل: رأس المأثم الكذب وعمود الكذب البهتان، أمران لا ينفكان من الكذب، كثرة المواعيد، وشدة الاعذار.

وقال الفضيل: ما من مضغة أحب إلى الله تعالى من اللسان إذا كان صدوقاً ولا مضغة أبغض إلى الله تعالى من اللسان إذا كان كذوباً.

---

[1] [رواه البخارى " 6094 "، ومسلم " 2607 "].

[2] [رواه البخارى " 34 "، ومسلم " 58 "].

لا يكـــذب المـــرء إلا من مـــهـــانـــته أو فـــعـــلـــه الســـؤ أو مـــن قـــلـــه الادب

لبـــعـــض جـــيـــفـــة كلب خير رائحة من كذبة المرء فى جد وفى لعب

ما يجوز من الكذب: -

قال الامام النووى رحمه الله: إعلم أن الكذب، وإن كان أصله محرماً، فيجـــوز فى بعض الاحوال بشروط، مختصر ذلك أن الكلام وســـيله إلى المقاصـــد، فكـــل مقصود محمود يمكن تحصيله بغير الكذب يحرم الكذب فيه، وإن لم يمكن تحصيله إلا بالكذب جاز الكذب، ثم إن كان تحصيل ذلك المقصود مباحا كان الكذب مباحا، وإن كان واجبا، كان الكذب واجبا. فإذا اختفى مسلم من ظالم يريد قتله، أو أخذ ماله وأخفى ماله وسئل إنسان عنه، وجب الكذب بإخفائه. وكذا لو كان عنـــده وديعة، وأراد ظالم أخذها، وجب الكذب بإخفائها. والأحوط في هـــذا كلـــه أن يوري. ومعنى التورية: أن يقصد بعبارته مقصودا صحيحا ليس هو كاذبا بالنســـبة إليه، وإن كان كاذبا في ظاهر اللفظ، وبالنسبة إلى ما يفهمه المخاطب، ولو تـــرك التورية وأطلق عبارة الكذب، فليس بحرام في هذا الحال.

واستدل العلماء بجواز الكذب في هذا الحال بحديث أم كلثوم رضي الله عنها، أنها سمعت رسول الله – صلى الله عليه وسلم –، يقول: ((ليس الكـــذاب الـــذي يصلح بين الناس، فينمي خيرا أو يقول خيرا))، زاد مسلم في روايـــة: قالـــت أم كلثوم: و لم أسمعه يرخص في شيء مما يقول الناس إلا في ثلاث، تعـــني: الحـــرب، والإصلاح بين الناس، وحديث الرجل امرأته، وحديث المرأة زوجها [1].

❖ السخرية والاحتقار:-

حرم الله تعالى إحتقار المسلم أخاه، والاحتقار من حقر يحقر بمعنى ذلَّ، فالحقر يعنى الذله والتصغير والتقليل والاستهانة بالغير، قال تعالى: **" يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَومٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِســـاءٍ عَسَـــى أَنْ**

[1] [رياض الصالحين، ص " 382 – 383 "].

يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ " { الحجرات: 11 }، وقد ذم الله تعالى فاعله، وأعد له عذاباً أليماً، قال تعالى: " الَّذِينَ يَلْمِزُونَ الْمُطَّوِّعِينَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فِي الصَّدَقَاتِ وَالَّذِينَ لَا يَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ فَيَسْخَرُونَ مِنْهُمْ سَخِرَ اللَّهُ مِنْهُمْ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ " { التوبة: 79 }، وكما يسخر الشخص من الآخر، يسخر المعتدى عليه من الساخر يوم القيامة، قال تعالى: " إِنَّ الَّذِينَ أَجْرَمُوا كَانُوا مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا يَضْحَكُونَ (52) وَإِذَا مَرُّوا بِهِمْ يَتَغَامَزُونَ (11) وَإِذَا انْقَلَبُوا إِلَى أَهْلِهِمُ انْقَلَبُوا فَكِهِينَ (10) وَإِذَا رَأَوْهُمْ قَالُوا إِنَّ هَؤُلَاءِ لَضَالُّونَ (15) وَمَا أُرْسِلُوا عَلَيْهِمْ حَافِظِينَ (11) فَالْيَوْمَ الَّذِينَ آمَنُوا مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ (11) عَلَى الْأَرَائِكِ يَنْظُرُونَ (12) هَلْ ثُوِّبَ الْكُفَّارُ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ " { المطففين: 29: 36 }.

وعن أبي هريره – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " بحسب إمرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم " [1].

فيحرم على المسلم أن يشمل حديثة إحتقاراً لغيره، فالله سبحانه يرفع الناس بعضهم فوق بعض، فهو سبحانه قادر على أن يزل المُختَقِر ويرفع المحتقَر، فعن جندب بن عبد الله – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " قال رجل: والله لا يغفر الله لفلان، فقال الله عز وجل: من ذا الذى يتألى على أن لا أغفر لفلان إنى قد غفرت له، وأحبطت عملك " [2].

❖ السباب واللعان وإيذاء الغير:-

[1] [رواه مسلم " 2563، 2564 "].

[2] [إنفرد به مسلم " 2621 "].

حرم الله ورسوله السب واللعن وإيذاء الغير بغير حق تحقيقاً للعدل والرحمه وحفاظاً على الوحدة والمحبة والالفه بين المسلمين، ووقاية ودرءاً للفتنة والفرقه والاختلاف، ومحواً لامراض القلوب قبل علتها من حقد وكره.

قال تعالى: " **وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بِغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدِ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُبِينًا** " { الاحزاب: 58 }.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لعن المؤمن كقتله " [1]، فقد شبه رسول الله صلى الله عليه وسلم لعن المؤمن بالقتل وهو أكبر الكبائر تنبيهاً للمسلمين لما يحدثه اللعان من أثر فى نفس المعتدى عليه. ونفى النبى صلى الله عليه وسلم الشفاعه والشهادو للعانون يوم القيامه، قال: " لايكون اللعانون شفعاء، ولا شهداء يوم القيامة " [2].

ويستثنى من ذلك لعن بعض أصحاب المعاصى غير المعينين، من قوله تعالى: " **وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِبًا أُولَئِكَ يُعْرَضُونَ عَلَى رَبِّهِمْ وَيَقُولُ الْأَشْهَادُ هَؤُلَاءِ الَّذِينَ كَذَبُوا عَلَى رَبِّهِمْ أَلَا لَعْنَةُ اللَّهِ عَلَى الظَّالِمِينَ** " { هود: 18 }، فلم يحدد شخصاً يعنيه، ولعن رسول الله صلى الله عليه وسلم دون تحديد، مثل لعن الواصله والمستوصله، لعن المتشبهين من الرجال بالنساء..إلخ، فكلها ألفاظ تكره.

كما جعل صلى الله عليه وسلم سب المسلم من الفسق فقال: " سباب المسلم فسوق، وقتاله كفر " [3]، وأيضاً من صفات غير المؤمنين السب و اللعن و الفحش فى القول، قال صلى الله عليه وسلم: " ليس المؤمن بالطعان، ولا اللعان، ولا

---

[1] [رواه أحمد، والطبرانى فى المعجم الكبير، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 712 "].

[2] [رواه مسلم "2598 "، وأبو داود].

[3] [رواه البخارى " 48 "، ومسلم " 64 "].

الفاحش، ولا البذى " [1]، وإنما المسلم من حفظ لسانه ويده عن المسلمين، قال صلى الله عليه وسلم: " المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده " [2].

❖ المن على الغير:-

ومن آداب الأخوة، ألا يمن المرء بما أعطى ويعتدّ به، يقصد من الاعتداء إلحاق الاذى والتوبيخ بالمعطى.

والمن يبطل الصدقه، قال تعالى: **"يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآَخِرِ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ صَفْوَانٍ عَلَيْهِ تُرَابٌ فَأَصَابَهُ وَابِلٌ فَتَرَكَهُ صَلْدًا لَا يَقْدِرُونَ عَلَى شَيْءٍ مِمَّا كَسَبُوا وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ "** { البقرة: 264 }.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ثلاثة لا يكلمهم الله يوم القيامه، ولا ينظر إليهم، ولا يزكيهم، ولهم عذاب أليم " قال (أى الراوى): فقرأها رسول الله صلى الله عليه وسلم ثلاث مرات، ثم قال الراوى (أبو ذر): خابوا وخسروا، من هم يا رسول الله؟ قال: " المُسبل، والمنان، والنفق سلعته بالحلف الكاذب " [3].

❖ الهمز والمز:-

قال تعالى: **" يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَومٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ "** { الحجرات: 11 }، وقال تعالى: **" هَمَّازٍ مَشَّاءٍ بِنَمِيمٍ "** { القلم: 11 }، وقال تعالى: **" وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَةٍ "** { الهمزة: 1 }.

الهمزة من الهمز، بمعنى الطعن فى أعراض الناس، ورميهم بما يؤذيهم، واللمزة من اللمز، بمعنى السخرية من الغير، عن طريق الإشارة باليد أو العين أو

---

[1] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 890 "].

[2] [رواه مسلم " 41 "، وأحمد].

[3] [رواه مسلم " 106 "، والترمذى، والنسائى، وأبو داود، وإبن ماجة].

غيرها..... وقيل الهمزة الذى يعيبك فى الغيب، واللمزة الذى يعيبك فى الوجـــة، وقيل العكس، وحاصل هذه الأقوال يرجع إلى أصل واحد، وهو الطعن وإظهـــار العيب، ويدخل فى ذلك من يحاكى الناس فى أقوالهم وأفعالهم وأصواتهم ليضـــحكوا منه. [1]

❖ التنابز بالألقاب: -

التنابز هو التداعى بالألقاب المكروهة، كأن ينادى الشخص بـــأقبح أسمائـــه إزدراءاً له وتعيراً به، فقد نهى الله تبارك وتعالى عنه فى آية السلوك قال تعالى: " **يَـــا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَومٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِـــئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ** " { الحجـــرات: 11 } ، ولكن يستحب للمسلم أن ينادى أخاه بأحب أسمائه إليه.

❖ سوء الظن:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْـــمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًـــا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ** " { الحجرات: 61 }، وقال صـــلى الله عليه وسلم: " إياكم والظن، فإن الظن أكذب الحديث " [2].

يحرم الله تبارك وتعالى سؤ الظن بالمسلم المستور الحال، الظاهر العدالة، النقـــى النظيف، وذلك بدون دليل واضح وبرهان قوى، ففيه هتك لحرمات الأشـــخاص وإستباحة لكراماتهم وحرياتهم، فهو بأمرهم إجتناب كثيراً من الظن، فلا يتركـــوا

---

[1] [التفسير الوسيط: جـــ 15، صـــ 504].

[2] [رواه البخارى " 5144 "، ومسلم " 2563 "].

أنفسهم نهباً لكل ما يوسوس به الشيطان وما يلقيه من شبهات وشكوك تثير القطيعة وعدم التواد فى المجتمع.

وقد عبر جل شأنه بقوله: " **كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ** " للإشعار بأن الغالب على الظن أن يكون باطلاً لاأصل له، فهو لايدرى أى ظنونه تكون صادقة؛ وما دام الامر كذلك فالاولى والاجدر إجتناب الظن كلية.

❖ التجسس وإتباع العورات:-

قال تعالى: " **وَلَا تَجَسَّسُوا** " { الحجرات: 12 }، فالله تبارك وتعالى يحث المجتمع المسلم على الأخذ بالمظهر من أحوال الناس، وينهاهم عن البحث عن الأسرار وتتبع العورات.

والتجسس قد يكون هو الحركة التالية للظن، وقد يكون حركة إبتدائية لكشف العورات، والإطلاع على السوءات والقرآن يقاوم هذا العمل الدينى من الناحية الأخلاقية، فالناس حرياتهم وحرماتهم وكراماتهم التى لايجوز أن تنتهك فى صورة من الصور، ولاتمس بحال من الاحوال، ولايوجد مبرر – مهما يكن – لإنتهاك حرمات الأنفس والبيوت والأسرار والعورات، حتى ذريعة تتبع الجريمة لاتصلح فى النظام الإسلامى ذريعة للتجسس على الناس [1].

❖ التثبت من الأخبار:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَإٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ** " { الحجرات: 6 }؛ يأمر الله عباده المؤمنين بالتثبيت والإستيقان من الأخبار صيانة للمجتمع من الخصام والتفكك، ومن الإندفاعات وراء أخبار الفساق، وذلك لايشبع الشك بين المسلمين، فتستقيم

---

[1] [التفسير التربوى: جـ 3، صـ 324].

الاخوه الإسلامية ولا تعصف بها أخبار وأقوال المشككين والفساق.

التكافل الإجتماعى:

يقصد بالتكافل الإجتماعى، ما قاله الرسول صلى الله عليه وسلم: " مثل المؤمنين فى توادهم وتراحمهم وتعاطفهم، مثل الجسد إذا إشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى " [1]، فالتكافل الإجتماعى بمفهومه الإسلامى يعنى أن تكون أفراد المجتمع متشاركين متضامنين مع بعضهم البعض، محافظين على مصالحهم العامة والخاصة، يدفعون عن بعضهم البعض المفاسد والاضرار، ليس فقط فى النواحى المادية، بل المعنوية أيضاً.

وتأتى فكرة الضمان الإجتماعى فى العصر الحديث، فى نهاية الحرب العالمية الثانية، من منطلق أن السلام الإجتماعى لا يمكن أن يتحقق فى حياة الشعوب إذا ترك الفرد يواجه محنه وشدائده وحاجته، دون أن يشعر بان المجتمع من حوله على إستعداد لمديد المعونة إليه وقت ضعفه ومحنته.

ومن هنا يتضح الفرق بين التكافل الإجتماعى كما بينه القرآن الكريم، منذ أكثر من ألف وأربعمائة عام مضت، كما فى قوله تعالى: " **وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ** " { التوبة: 36 }، فالتكافل الإجتماعى يعم كل فرد من أفراد المجتمع المسلم، طاعة لله ورسوله، وإبتغاء الثواب من الله، فى حين أن التكافل الإجتماعى الذى نادى به العرب قائم على رغبة الفرد، فهو تطوعى.

كما أن التكافل الإجتماعى فى القرآن لايقتصر على المسلمين فقط، بل يتعداهم كل بنى الإنسان على إختلاف دياناتهم ومعتقداتهم؛ ماداموا يعيشون بسلام داخل ذلك المجتمع، وليس بينهم وبين المسلم قتال ولا عداوات؛ من إغتصاب

[1] [رواه البخارى " 6011 "، ومسلم " 2586 "، واللفظ له].

للأموال والدور، فأولئك يشملهم التكافل الإجتماعى القرآنى، قال تعالى: " **لَا يَنْهَاكُمُ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقَاتِلُوكُمْ فِي الدِّينِ وَلَمْ يُخْرِجُوكُمْ مِنْ دِيَارِكُمْ أَنْ تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ** " { الممتحنة: 3 }.

ومن أهم مظاهر التكافل الإجتماعى فى الإسلام، كفاية المحتاجين، من غذاء أو كساء أو إيواء، فقد جعل الله تبارك وتعالى كفايتهم فرض كفاية على الأغنياء، قال تعالى: " **خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ** " { التوبة: 617 }، وقال تعالى: " **وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ (01) وَفِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ** " { الذاريات: 18-19 }، وهذه الآيات وغيرها تعنى بفريضة الذكاة، وفضل التصدق على المحتاجين وثمرته فى الدنيا قبل الآخرة، وأن الصدقة تكون فى السر وتكون فى العلن وأن صدقة السر أفضل من صدقة العلن أو الجهر، ومن واجبات المربى أيضاً أن يلقن الصغير ما جاء فى قوله تعالى: " **الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُتْبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَنًّا وَلَا أَذًى لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ** " { البقرة: 111 }، فالتكافل الإجتماعى فى الإسلام يعتبر أن المحتاج له حق الإعانة على الميسور، ومن ثم لاينبغى على الميسور أن يؤذيه بالقول أو بمجرد الإشارة، ولايمن عليه.

ومن الوسائل الفعالة فى غرس التكافل الإجتماعى لدى الأولاد أن نعطيهم أموال الذكاة أو الصدقات، ليعطوها هم للمستحقين ونبين لهم حقيقة الأمر كما علمنا الله إياه، كما ينبغى للمربين أن يذكروا الأولاد بالفقراء والمحتاجين مع ظهور النعم وفى المناسبات مثل الأعياد، ففى عيد الفطر تأتى صدقة الفطر، وقدرها زهيد يستطيع تقريباً كل فرد أن يشارك بالتكافل الإجتماعى من خلالها، وفى الأضحى تأتى الاضحية، هكذا يكون المجتمع المسلم.

كما لايقف التكافل على الجوانب المادية فقط بل يتعداه كما أسلفنا ليشمل جميع متطلبات الحياة، ومنها نشر العلم داخل المجتمع بين أفراده، وعدم كتمان العلم عمن يطلبه، ومن مظاهره أيضاً إعانة المحتاج، وإغاثة الملهوف.

وإذا غرست أيها المربى فى نفس طفلك منذ نعومة أظفاره التكافل الإجتماعى كما بينه القرآن الكريم، وعلمته القناعة والرضا برزق الله، فقد أنشأت طفلاً صحيحاً نفسياً وإجتماعياً، فمعظم المشاكل التى تواجه الإنسان تكمن فى المال، فمن يحرص على إعانة الأخرين وحمل همومهم، فهو إنسان ينظر للمال على أنه وسيلة وليس غاية، والعكس فمن يعتبر المال غاية فى حد ذاته، هلك فى بحر الطمع والأنانية والبخل وأحاطت به الهموم والغموم وألمت به الأمراض والأسقام الجسدية والإجتماعية، وهلك معه من حوله من أفراد أسرته، فهو لايعتنى إلا بالمال وجمعه فقط، بالإضافة الفقراء والمساكين من أفراد مجتمعه، و لم يكترث هو فى جمعه عن حقوق غيره، فلا يضره أكان عن طريق أخذ أموال اليتامى أو بالنصب وظلم الناس.

ولهذه الأثار المدمرة قال تعالى عن المال: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا إِنَّ كَثِيرًا مِنَ الْأَحْبَارِ وَالرُّهْبَانِ لَيَأْكُلُونَ أَمْوَالَ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يُنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ** " { التوبة: 71 }، **وقال تعالى: " الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا** " { الكهف: 46 }، وقال تعالى: " **زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآَبِ** " { آل عمران: 14 }.

الإصلاح الإجتماعى:

بجانب ما سبق من مبادئ وأسس التربية الإجتماعية، يأتى هذا المبدأ البالغ الأهمية، فالله سبحانه وتعالى يطلب من المؤمن أن يكون إيجابياً فى مجتمعه إذا رآى منكراً ينكره، ويوجه الواقعين فيه إلى الخلاص منه ويحذرهم من خطره، وإذا رآى معروفاً أو خيراً لايمارس يأمر بأدائه ويعرف به وفضله، فالفروض المجتمع الإسلامى إيجابياً يعمل على إصلاح مجتمعه، قال تعالى: " **وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** " { آل عمران: 104 }، وقال تعالى: " **يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ** " { لقمان: 63 }.

فمما لاشك فيه أن أى شئ إذا أحكمت غلقه، فإنه إذا كان هناك من يحاول فتحه فمع مضى الزمن سيفتح، فالله سبحانه وتعالى كما رأينا وضع من المبادئ والاسس الإجتماعية ما يضمن بقاء الجماعة الإسلامية إلى يوم القيامة، ولكن مع وجود النفس الأمارة بالسؤ والهوى والشهوات وشياطين الإنس والجن، كل هؤلاء يدعون إلى الفساد والتحلل من تلك المبادئ والأسس، فكان لابد من الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، درئاً ودفعاً للوساوس والشهوات، بحيث لو تغلب أحدهم على فرد ما وجد من يذكره ويعظه، فيفنى الخير.

ومجتمعاً خالياً من الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، فهو مجتمع يعج بالفتن والشهوات فهو كالسنبلة تأتى بها الريح وتذهب، ويصبح ذلك المجتمع عرضة للإنحراف والهلاك، وهذا ما حدث مع المجتمع المسلم، فيوم أن غاب الامرون بالمعروف والناهون عن المنكر، أصابت المجتمع فتنة المال، ومن بعدها توالت الفتن تترا، فإنحط المجتمع فى وحل من الشهوات والملذات، فتداعت عليه الأمم، وزالت هيبته، واضمحت ريادته، فبعد أن كان سائداً تتبعه الأمم أصبح مسوداً تابعاً لغيره، لايملك حتى رأيه.

ولذلك علق الله تبارك وتعالى خيرية هذه الأمة وأفضليتها على الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، قال تعالى: " **كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ**

وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ آَمَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمُ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ " { آل عمران: 661 }، فقدم الله أداتى الإصلاح الإجتماعى على الإيمان به، لانه يغيرهما لن يكون هناك إيمان، إلا بقدرة الله تبارك وتعالى.

ونظراً لاهمية هذا الإصلاح فى المجتمع، وجه الله تبارك وتعالى رسالة إلى المربين يوجههم فيها إلى ضرورة توجيه الأولاد إلى الامر بالمعروف والنهى عن المنكر، أى دورهم فى اللإصلاح الإجتماعى، وجاءت هذه الوصية على لسان لقمان الحكيم وهو يوصى إبنه، قال تعالى: " **يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ** " { لقمان: 63 }.

فيصبح لزاماً على المربين آبائاً ومعلمين، ليس فقط أن يأمروا هم أبنائهم وطلابهم بالمعروف وينهونهم عن المنكر، بل يوجهونهم إلى القيام بهذا الدور، فيكونون هم آمرون وناهون، وأن يقصوا عليهم ما جاء فى القرآن من قصص تتعلق بهذا الأمر، ويظهر والهم أهميته وضرورته فى الإصلاح وفضله وثوابه عند الله، كيف أنه دور من إصطفاهم الله من رسله وأنبيائه لإخراج البشرية من الظلمات إلى النور، فهم بالقيام بهذا الدور يقتدون بالرسل ويشاركونهم صفة من صفاتهم، حتى يلمس هذا السلوك شفاف قلوبهم، فيرتبطوا به ويشبوا عليه، وينفعلوا له.

إكتساب الآداب والقيم الإجتماعية والسلوكية:

وضع القرآن الكريم جملة من القيم، التى لاغنى للمجتمع بدونها، وتعد معايير للحكم على السلوك، فبدون هذه القيم يقف المجتمع بلا تقدم، قيم يحيى بها الفرد والجماعة، تدفع إلى سلامة الفرد ووحدة الجماعة وتماسكها، بما تبثه من تعاون، وتلقيه من محبة ومودة تذكى روح الأخوة والمساواة، وتقضى على الحقد والكراهية، وتذهب بالغضب والحسد والأنانية أدراج الرياح.

وإليك هذه القيم والأيات التى تشير إليها: -

1. التـــواضـــع:-

التواضع هو ذلك السلوك الفعال فى كسب القلوب وأسر العقول، لذلك لاتجد نبياً إلا متواضعاً، وقد بين الله تعالى لنبه صلى الله عليـــه وســـلم وللمســـلمين أن التواضع هو السر فى إمالة القلوب واستقطابها، وأن الغلظة والتعالى ســـبب البعـــد والنفور، قال تعالى:" **فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْـــبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ** " {آل عمران:687}.

التواضع هو السلوك الذى يمنح القدرة على التعبير عن النفس، وتـــدرك مـــن خلاله السجايا، وتعرض من خلاله الحقائق بمرونة وبشكل سهل بسيط، يضـــفى على صاحبه هالة ووقار يدركه كل من يتعاملون معه، ويعطى انطباعـــاً إيجابيـــاً ، وتوفر عليه البحث عن أساليب معقدة يفرض من خلالها نفسه ورغباته.

وقد مدح الله تعالى المتواضعين وذم المستكبرين وتوعدهم بالعذاب الأليم، قال تعالى: " **لَتَجِدَنَّ أَشَدَّ النَّاسِ عَدَاوَةً لِلَّذِينَ آمَنُوا الْيَهُودَ وَالَّذِينَ أَشْرَكُوا وَلَتَجِدَنَّ أَقْرَبَهُمْ مَوَدَّةً لِلَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ قَالُوا إِنَّا نَصَارَى ذَلِكَ بِـــأَنَّ مِـــنْهُمْ قِسِّيسِـــينَ وَرُهْبَانًا وَأَنَّهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُونَ** " { المائدة: 31 }، وقال تعالى: " **وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ** " { الشعراء: 168 }، وقال تعالى: " **الَّذِينَ يَجْتَنِبُـــونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ إِلَّا اللَّمَمَ إِنَّ رَبَّكَ وَاسِعُ الْمَغْفِرَةِ هُـــوَ أَعْلَـــمُ بِكُـــمْ إِذْ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَإِذْ أَنْتُمْ أَجِنَّةٌ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ فَلَا تُزَكُّوا أَنْفُسَـــكُمْ هُـــوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى** " { النجم: 32 }، وقال تعالى: " **وَنَادَى أَصْـــحَابُ الْـــأَعْرَافِ رِجَالًا يَعْرِفُونَهُمْ بِسِيمَاهُمْ قَالُوا مَا أَغْنَى عَنْكُمْ جَمْعُكُمْ وَمَا كُنْـــتُمْ تَسْـــتَكْبِرُونَ (11) أَهَؤُلَاءِ الَّذِينَ أَقْسَمْتُمْ لَا يَنَالُهُمُ اللَّهُ بِرَحْمَةٍ ادْخُلُوا الْجَنَّةَ لَا خَوْفٌ عَلَيْكُمْ وَلَا أَنْتُمْ تَحْزَنُونَ** " { الأعراف: 13- 17 }.

أما الكبر وهو الترفع والتعالى وإعتقاده أنه فوق الناس، قال تعالى فيه: " **تِلْـــكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَـــا فَسَـــادًا وَالْعَاقِبَـــةُ**

لِلْمُتَّقِينَ " { القصص: 37 }، وقال تعالى: " **وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا** " { الإسراء: 73 }، وقال تعالى على لسان لقمان: " **وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ** " { لقمان: 18 }.

فالتواضع ترسيخ وتدعيم للأخوة والمساواة التى وضعها الإسلام، أما الكبر فهو المرض العضال الذى ينال من الأخوة فيفضى عليها ويضع بدلاً منها الكره والحقد والحسد، فلا أحد يرضى أن يتعالى عليه أحد، لذلك حرمه الله بأشد الألفاظ وأبشع الأوصاف حتى ترتعد منه النفوس، وتتجنبه العقول.

ومما يدل على أهميه فى تربية الأولاد أنه يدخل ضمن ما وصى به لقمان الحكيم ولده، فإحرص أيها المربى على التواضع وغرسه فى نفوس أولادك وحذرهم من الكبر، وبطش الله للمتكبرين، وجازهم زكافئهم على التواضع، وعليك بقصة " قارون وفرعون " فيهما من العظات ما يكفى.

2. الصدق:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ** " { التوبة: 119 }، وقال تعالى: " **إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا** " { الأحزاب: 78 }، وقال تعالى: "**طَاعَةٌ وَقَوْلٌ مَعْرُوفٌ فَإِذَا عَزَمَ الْأَمْرُ فَلَوْ صَدَقُوا اللَّهَ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ** " { محمد: 16 }.

أما الكذب، فقد قال تعالى: " **إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْكَاذِبُونَ** " { النحل: 105 }، وقال تعالى: " **قُلْ سِيرُوا فِي**

الْأَرْضِ ثُمَّ انْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ " { الأنعام: 66 }، وقال تعالى: " **انْظُرْ كَيْفَ يَفْتَرُونَ عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ وَكَفَى بِهِ إِثْمًا مُبِينًا** " { النساء: 81 }.

وقد عرف العلماء الصدق بأنه مطابقة ما ينطق به اللسان، لما هو مستكن فى القلب والوجدان، أما الكذب فهو ضده، وهو الغش الإجتماعى، وتور الحقائق على الناس.

والصدق منهج تربوى إسلامى، فعن أبى هريرة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " من قال لصبى تعال هاك ثم لم يعطه فهى كذبة "[1]، فهكذا نرى نبينا صلى الله عليه وسلم يحرص تمام الحرص على تربية الأولاد على هذه الصفة الحميدة والخلق القويم، وكيف لا، فإن الصدق فى الأقوال يؤدى إلى الصدق فى الأفعال مما يؤدى إلى صلاح الأحوال، وإنتشار البركات والرحمات، وزيادة المحبة والألفة بين أفراد المجتمع، فيتقدم المجتمع ويعمه الرخاء والإزدهار، وعلى النقيض إذا إنتشر الكذب إنتشر معه الفساد والإضمحلال والكساد، بما يؤدى بضعف المجتمع وزوال هيبته لان الكذب يؤدى إلى الفجور كما أخبرنا النبى صلى الله عليه وسلم، وكما قيل " رأس المأثم الكذب " وهو من أقوى أسلحة إبليش فى الإغواء وتسهيل إرتكاب المعاصى، فالكذوب يتعمد الكذب ليغطى ويمحو معصية إرتكبها أو ليتجمل سنية فعلها، أو ليبرز ما يقوم به من أعمال الشيطان، لذلك يجب أن نصون أبنائنا عنه ونحميهم منه.

3. التعاون على البر والتقوى:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تُحِلُّوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا آَمِّينَ الْبَيْتَ الْحَرَامَ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِنْ رَبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآَنُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ**

[1] [رواه أحمد وحسنه الألبانى فى الترغيب والترهيب " 2942 "].

تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّـهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ " { المائدة: 1 }، تشير الآية الكريمة إلى نوعين من التعاون.

النوع الاول: هو الذى إرتضاه الإسلام وحرص عليه وحث عليه المسلمين، وهو التعاون فى كل وجوه الخير التى تعود على الأفراد والجماعات بالنفع، التعاون على طاعة الله ونصرة دينه، التعاون لنصرة المظلوم، التعاون لردع الظالم، التعاون من أجل المصلحة العامة، التعاون للإرتقاء بالمجتمع ونشر العلم والثقافة، وهكذا.

أما النوع الآخر: فهو النوع المذموم الذى حاربه الإسلام، وهو ما كان عليه العرب فى الجاهلية، وهو التعاون على الإثم والعدوان وظلم الناس والإفساد ونشر الرذيلة والفاحشة فقد كان العرب يقولون أنصر أخاك ظالماً أو مظلوماً.

والإنسان كائن إجتماعى بطبعه، لايستطيع العزلة عن المجتمع، فهو يحتاج إلى غيره لإشباع حاجاته الأساسية من كساء وغذاء ودواء وغير ذلك من متطلبات الحياه، وغيره كذلك يحتاج إليه، ومن ثم كان التعاون ضرورة ملحه لابد منها، لذ حث الإسلام عليه وقننه وضبطه، ومن ثم ينبغى أن يتعود الطفل على التعاون المثمر والفعال منذ الصغر، كما ينله على التعاون ضرورة من ضروريات الحياة، فكثيراً من الأنبياء الصالحين طلب نت الله يعينهم بغيرهم، مثل " موسى " عليه السلام، و " ذو القرنين " وغيرهم، حتى يتقدم بهم المجتمع.

4. أداء الأمانة:-

قال تعالى: " **إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا** " { النساء: 58 }، وقال تعالى: " **إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا** " { الأحزاب: 72 }.

يتصور أن مجتمع تضيع فيه الأمانة، فهو مجتمع لا أمان فيه، تضيع فيه الحقوق، ينتشر فيه أمراض القلوب من الحقد والكره والغضب، وهو من علامات قيام الساعة كما أخبرنا بذلك المعصوم عليه الصلاة والسلام، ومن علامات النفاق ويرتبط بالخيانة العديد من الرزائل التى تحط من قدر الإنسان أمام نفسه وأمام مجتمعه.

5. الإتحـــاد:-

قال تعالى: " **وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَى شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ** " { آل عمران: 617 }، يأمر الله تبارك وتعالى فى الآية بالإعتصام وهو التمسك زالتشبث بشريعته، وشبه الشريعة بالحبل زيادة فى الإيضاح وحثاً على التمسك بها، فهى وسيلة الإتحاد والتجمع التى يستمد منها المسلمون قوتهم بالإلتفاف حولها، وتنهانا عن التفرق، التفرق يأتى الضعف والهوان، وإذلال الأمم والشعوب.

وينبغى للمربين أن يبثوا فى نفوس أولادهم قيمة الاتحاد وأثرها على الفرد والمجتمع، والفُرقة والشتات وأثره على الفرد والمجتمع، ويعظوهم ويحثوهم بأيات الله، وقصص القرآن، قال تعالى: " **وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ تَفَرَّقُوا وَاخْتَلَفُوا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْبَيِّنَاتُ وَأُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ** " { آل عمران: 618 }، وقال تعالى: " **وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَا تَنَازَعُوا فَتَفْشَلُوا وَتَذْهَبَ رِيحُكُمْ وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ** " { الأنفال: 11 }.

كما ينبغى أن يروى لهم ما فعله الإستعمار والغرب قديماً وحديثاً، حيث لم يستطيعوا الهيمنة على أرض الإسلام ونهب ثرواتها قديماً لاتحاد المسلمين، فأدركوا أن قوة المسلمين تكمن فى عقيدتهم التى تمدهم بالإتحاد، فحاولوا إضعاف العقيدة وتمزيق الوحدة، فحال المسلمين اليوم كما نراه، لايسر عدواً أو صديق، ومنها

فهناك علاقة طردية بين إرتباط المسلمين بعقيدتهم وبين قوتهم وإزدهار حضارتهم ورقيها.

كما ينبغى خلق المواقف التى تتطلب الإتحاد والتعاون من الآطفال وحثهم عليه ودفعهم إليه، حتى يعتادو عليه.

6. الوفـــاء:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا أَوْفُوا بِالْعُقُودِ أُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِيمَةُ الْأَنْعَامِ إِلَّا مَا يُتْلَى عَلَيْكُمْ غَيْرَ مُحِلِّي الصَّيْدِ وَأَنْتُمْ حُرُمٌ إِنَّ اللَّهَ يَحْكُمُ مَا يُرِيدُ** " { المائدة: 6 }، من القيم الهامة التى لها أثر عميق فى العلاقات الإجتماعية والإنسانية، فهو يعمق الإحترام بين الأفراد والجماعات، وينمى المحبة ويوسع دائرة العلاقات الإجتماعية، والإخلال به، يجلب إختلال العلاقات الإجتماعية داخل المجتمع.

وقد جاء إستعماله فى القرآن الكريم بصيغ مختلفة ومتنوعة، فتارة يأتى الوفاء بعهد الله، كما قال تعالى: " **يَا بَنِي إِسْرَائِيلَ اذْكُرُوا نِعْمَتِيَ الَّتِي أَنْعَمْتُ عَلَيْكُمْ وَأَوْفُوا بِعَهْدِي أُوفِ بِعَهْدِكُمْ وَإِيَّايَ فَارْهَبُونِ** " { البقرة: 11 }، وتارة يأتى بعموم الوفاء، كقوله تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ (5) كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ** " { الصف: 1- 7 }، وقال تعالى: " **وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّى يَبْلُغَ أَشُدَّهُ وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْئُولًا** " { الإسراء: 71 }، وقال تعالى: " **وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّى يَبْلُغَ أَشُدَّهُ وَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ لَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا وَإِذَا قُلْتُمْ فَاعْدِلُوا وَلَوْ كَانَ ذَا قُرْبَى وَبِعَهْدِ اللَّهِ أَوْفُوا ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ** " { الانعام: 681 }.

وهكذا يأتى إهتمام القرآن الكريم فى تربيتة للمسلمين بالوفاء والحث عليه وتنوع الآيات القرآنية المختصة به توحى بعموم المعنى، فلا يقتصر فقط على الوفاء بالمواعيد، والعهود، والكيل والميزان فقط، بل المعنى أشمل من ذلك، وهكذا تتجلى

عظمة التربية القرآنية وروحها، ولكى يحث ويدفع الله تبارك وتعالى المسلمين إلى الوفاء لم يحذرهم من الإخلال به فقط، بل ضرب لنا أروع وأسمى نموذج فى الوفاء، قال تعالى: " **وَمَنْ أَوْفَى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ؟!** " { التوبة: 666 }.

فإحرص أيها المربى على تربية أبنائك عليه، وإذا لم تفعل فإعلم أن أول من يعانى من ضده هو أنت.

الروابط والصلات الإجتماعية:-

عمل القرآن الكريم على ربط أفراد المجتمع المسلم مع بعضهم البعض بعدة روابط وجعل لها آداب وحقوق، وحذر قطع هذه الصلات، دفعاً لتماسك المجتمع وتقوية روابطه، وزيادة المودة والألفة.

- فمنها روابط الأبوة والبنوة، قال تعالى: " **وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا** " { الإسراء: 17 }، وقال تعالى: " **وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا** " { الإسراء: 11 }، وأيضاً قوله تعالى: " **وَإِمَّا تُعْرِضَنَّ عَنْهُمُ ابْتِغَاءَ رَحْمَةٍ مِنْ رَبِّكَ تَرْجُوهَا فَقُلْ لَهُمْ قَوْلًا مَيْسُورًا** " { الإسراء: 13 }، وقال تعالى: " **وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ** " { لقمان:61 }، فلنعلم أبنائنا ونربيهم على بر الوالدين، فقد أكثر الله تعالى: " من التوصية بهما خيراً، حتى أنه قرن الأمر بعبادته بالأمر بالإحسان إليهما، وقرن الأمر بشكره بالأمر بشكرهم.
- ولا تقتصر العلاقات والصلات الإجتماعية على الوالدين فقط بل تمتد لتشمل جميع الأقارب والأرحام، فقد نهى الله قطعها وأمر بوصلها، قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ**

مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا " { النساء: 6 }، وقال تعالى: " **وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ** " { الرعد: 21 }.

- ويوصى أيضاً بالجار القريب، قال تعالى: " **وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا** " { النساء: 36 }، فقد جمع الله فى هذه الآية المستحقسن للإحسان والصلة، ومنهم الصاحب.

فينبغى أن ينظم المربى أوقات للصلة والإحسان إلى هؤلاء المشار إليهم فى الآية ويطلع الصغير عليه، ويشاركه فيها، ومع مرور الوقت يحاسبه هو إذا كان يصل الأهل والأصدقاء والجيران أم لا، ويكافئ عليها.

ومن الجوانب المهمة أيضاً التربية الإجتماعية، أن يحرص المربى على تلقين الأولاد الآداب الإجتماعية، مثل الإستئذان والسلام، والتهادى وغير ذلك.

وأخيراً، فهذا النموذج الأمثل فى التربية الإجتماعية، الذى يضاهيه ولا يضارعه نموذج فهو نموذج من وضع الله الذى يعلم السر وأخفى، الذى يعلم بمكنون النفوس، وما يضرها وما يصلحها، فإذا كنا نريد السلامة لأبنائنا والنجاة من عقاب ربنا فلنتبع ما وجهنا إليه، ولا نأخذ بما يأتى به العقل الضعيف الذى يخطئ ويصيب، وخاصة العقول الغربية الكافرة، فلو كان فى أفكارهم خير لصلحت بها مجتمعاتهم، لكن التفكك والإغراق يعم

مجتمعاتهم، فبتغوا العزة فيما عند الله فهو المعز وهو المـــزل، لا إلـــــه إلا هـــو.

وفيما يلى نعرض لبعض لبعض المواقف الإجتماعية، ونبين آدابها وآثارها:-

السـلام

جعل الله تبارك وتعالى تحية الاسلام " السلام "، تعبيراً عن هـــدف الاســـلام ومقصده من نشر الامن والطمأنينة بين أفراد المجتمع المسلم، ودعوة للمحبه ونشـــر الخير وزيادة فى الالفة والمؤانسة، ونبذ الكراهية والبغضاء والتحصين ضد الحســـد والحقد، وهو مجال لتوسيع العلاقات الاجتماعية وتدعيمها، قال رسول الله صـــلى الله عليه وسلم: " لاتدخلوا الجنه حتى تؤمنوا ولاتؤمنوا حتى تحابوا، أولا أدلكـــم على شئ إذا فعلتموه تحاببتم؟ إفشوا السلام بينكم " [1]، جعله رسول الله صلى الله عليه وسلم شرط المحبة التى هى شرط الايمان، والايمان شرط لدخول الجنة، فكأنما جعل إفشاء السلام شرط على دخول الجنة، فالمسلمين إذا تقـــابلا أقـــرا الســـلام بينهما، لك منى الســـلام ولى منك السلام.

والله سبحانه شرع السلام منذ بداية الخليقة، قال رسول الله صلى الله عليـــه وسلم: " لما خلق الله آدم صلى الله عليه وسلم قال: إذهب فسلم على أولئـــك – نفر من الملائكه جلوس – فاستمع ما يحبونك فإنها تحيتك وتحيه ذريتـــك، فقـــال

[1] [رواه مسلم " 54 "]

السلام عليكم، فقالوا: السلام عليك ورحمة الله، فزادوه: ورحمه الله " [1]، بـــذلك يكون السلام تحية البشرية جمعاً، وليست خاصة بالمسلمين فقط.

ويستحب أن يقول المبتدأ بالسلام: " السلام عليكم ورحمـــة الله وبركاتـــه "، ويرد عليه الاخر بقوله: " وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته "، وله بكل كلمـــه عشر حسنات، والله يضاعف لمن يشاء، عن عمران بن حصين – رضى الله عنه – قال: جاء رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: السلام عليكم فرد عليه ثم جلس، فقال النبى صلى الله عليه وسلم: " عشر "، ثم جاء آخر فقال: الســـلام عليكم ورحمة الله، فرد عليه فجلس، فقال: " عشرون "، ثمجاء آخر فقال: السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، فرد عليه فجلس، فقال: " ثلاثون " [2].

والاحاديث الواردة فى بيان فضل السلام كثيره منها ما رواه عبد الله بن سلام – رضى الله عنه – قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " يا أيهـــا الناس أفشوا السلام، وأطعموا الطعام، وصلوا الارحام، وصلوا والناس نيام تدخلوا الجنه بسلام " [3].

آداب السلام:

❖ قواعد السلام: –

وضع النبى صلى الله عليه وسلم قواعداً للسلام وهى حديث أبى هريره:

- يسلم الراكب على الماشى.
- يسلم الماشى على القاعد.
- يسلم القليل على الكثير.

---

[1] [البخارى " 3326 "، ومسلم " 2841 "].

[2] [رواه أبو داود، والترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4327 "].

[3] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 7865 "]

- يسلم الصغير على الكبير [1].

وينبثق من هذه القواعد إهتمام النبى صلى الله عليه وسلم ببنـــاء العلاقـــات الإجتماعيه على أساس من الاحترام والتقدير، حيث يبدأ دائماً الادنى على الاعلى ولا أقصد الادنى مكانه ولكن الادنى وضعاً، وذلـــك درئـــاً لـــبعض الامـــراض الاجتماعيه مثل " الكبر، والتعالى، والحسد، والبغضاء "، والامراض التى من شأنها أن تزعزع العلاقه بين أفراد المجتمع الواحد.

❖ فضل البدأ بالسلام:-

كما حث النبى صلى الله عليه وسلم وحبب ورغب فى البدء بالسلام، بأحب ما يتمناه إنسان يعرف أن إلهه الله، فعن أبى أمامه الباهلى – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن أولى الناس بالله من بدأهم بالسلام " [2].

وفى رواية الترمذى قيل: يا رسول الله، الرجلان يلتقيان أيهما يبدأ بالســـلام، قال: " أولاهما بالله تعالى " [3]، وهذا من قبيل التحفيز وشحذ الهمم، حتى لا يقـــع المسلم فريسة للشيطان والنفس الامارة، فيتنازعانه، لماذا أبدأ أنا؟ لماذا لا يبدأ هـــو؟ أهو خير منى؟ طالما أن الأمر كذلك فلن أبدأه؟ وهكذا، فتنشأ الفرقة والاخـــتلاف بين أفراد المجتمع المسلم، لذا من أراد ورغب أن يكون أولى الناس بالله وأقربهم إليه منزله فليبدأ أخيه بالسلام.

❖ الزيادة فى ألفاظ السلام:-

يستحب أن يزيد المسلم أخاه فى ألفاظ السلام والترحيب، إمتثالاً لقوله تعالى: **" وَإِذَا حُيِّيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَـــيْءٍ**

---

[1] [رواه البخارى " 6231 "، ومسلم " 2160 "].

[2] [رواه أبوداود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4328 "، " 860 "].

[3] [نفس التخريج السابق].

حَسِيبًا " { النساء: 86 }، وهذا واضح آيضاً فى حديث سلام آدم عليه السلام على الملائكه وقد نص الحديث بقوله:" فزادوه: ورحمه الله "، وعن عائشه – رضى الله عنها – قالت: قال لى رسول الله صلى الله عليه وسلم: " هذا جبريل يقرأ عليك السلام " قالت: قلت: وعليه السلام ورحمه الله وبركاته، وبعض الروايات يحذف قوله وبركاته [1].

❖ السلام على من تعرف ومن لم تعرف:-

ومن آدابه أيضاً أن يسلم المرء على من عرف ومن لم يعرف، لما رواه عبد الله بن عمرو – رضى الله عنهما – أن رجلاً سأل رسول الله صلى الله عليه وسلم أى الاسلام خير؟ قال: " تطعم الطعام، وتقرأ السلام على من عرفت ومن لم تعرف " [2].

وقد أدرك الصحابه ثواب هذا السلوك القويم، فكانوا يسارعون بإلقاء السلام، وكانوا يقصدون الاماكن العامه المليئه بالمسلمين حتى يكثروا من إلقاء السلام عليهم، فعن الطفيل بن أُبى بن كعب أنه كان يأتى عبد الله بن عمر فيغدوا معه إلى السوق، قال: فإذا غدونا إلى السوق لم يمر عبد اللع على سقاط ولا صاحب بيعه ولا مسكين ولا أحد إلا سلم عليه، قال الطفيل: فجئت عبد الله بن عمر يوماً فإستتبعنى إلى السوق فقلت له: ما تصنع بالسوق وأنت لاتقف على البيع ولا تسأل عن السلع ولا تسوم بها ولا تجلس فى مجالس السوق؟ وأقول: إجلس بنا ههنا نتحدث، فقال: ياأبا بطن – وكان الطفيل ذا بطن – إنما نغدو من أجل السلام نسلم على من لقيناه [3].

---

[1] [رواه البخارى " 3217 "، ومسلم " 2447 "].

[2] [رواه البخارى " 12 "، ومسلم " 39 "].

[3] [رواه مالك فى الموطأ، وصححه الالبانى فى الادب المفرد " 770 "].

❖ سلام المرآة على الرجل أو الرجل على المرآة:-

إن كانت المرآة زوجة للرجل أو محرماً من محارمه، فهما كالرجل مع الرجل، فيسن على كل واحد منهما أن يبدأ الاخر بالسلام و وجب على الاخر الرد، لانه قد أمنت الفتنه بينهما، فلا وجه للمنع.

وإن كانت أجنبيه، فإن كانت جميلة يخاف الافتتان بها، لم يسلم الرجل عليها، ولو سلم، لا يجب عليها رد الجواب، و لم تسلم هى عليه إبتدأ، فإن سلمت، لم تستحق جواباً، فإن أجابها كره له [1] لانه يخاف وقوع الفتنه فهو من باب درء المفاسد مقدم على جلب المصالح، كما أن نبينا صلى الله عليه وسلم أمر بإتقاء الشبهات، وحذر من الرعى حول الحمى لانه يوشك أن يقع فيه، لذلك فالافضل الامتناع عن السلام بين الرجل والمرآة الاجنبيه فى زماننا الذى أصبح الاختلاط سمه من سماته، لان السلام يجلب المحبه ولا محبه بين الرجل والمرآة الاجنبيه.

أما المرآة العجوز والتى لاتفتتن بها، جاز للرجل أن يسلم عليها وعليها رد السلام والعكس، وكذالك الامر بالنسبه للجمع من النساء مع الرجل أو الجمع من الرجال مع المرآة الواحدة إذا أمنت الفتنه من جميع الوجوه وهذا هو الثابت من فعل الرسول صلى الله عليه وسلم.

عن أُم هانى بنت أبى طالب – رضى الله عنها – قالت: أتيت النبى صلى الله عليه وسلم يوم الفتح وهو يغتسل وفاطمة تستره بثوب فسلمت [2]. وعن أسماء بنت يزيد – رضى الله عنها – قالت: مر علينا النبى صلى الله عليه وسلم فى نسوة فسلم علينا [3].

---

[1] [الاذكار – للنووى نفلاً عن أبو سعد المتولى " ص 252 "].

[2] [رواه البخارى " 357 "، ومسلم " 336 "].

[3] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4336 "].

وعن سهل بن سعد – رضى الله عنه – قال: كانت فينا إمرآة، وفى روايــه: كانت لنا عجوز – تأخذ من أصول السلق فتطرحة وتكركر حبات من شعير، فإذا صلينا الجمعه، وإنصرفنا نسلم عليها فتقدمه إلينا [1].

❖ إلقاء السلام على المسلم العاصى: –

قال بعض العلماء إن المبتدع ومن إقترف ذنباً عظيماً كترك الصــلاة وعــدم شكر الله على نعمته وإضمار الحقد للناس ينبغى ألا يلقى عليه السلام كمــا قــال الامام " البخارى " وغيره من العلماء، محتجين بحديث رواه البخــارى فى قصــه كعب بن مالك حين تخلف عن غزوة تبوك هو وصاحباه من غير عذر، حيث نهى النبى صلى الله عليه وسلم عن كلامهم.....قال البخارى: وقال عبــد الله بــن عمرو: لا تسلموا على شاربى الخمر، ذلك إن مقاطعتهم من أساليب تغير المنكــر، ومن هذا يعلم أن الفسقه لايستحقون أن يلقى عليهم السلام، فــإن بــدءو هــم بالتحيه وجب الرد عليهم، مع إظهار الامتغاض منهم وعدم البشاشه فى وجوههم أو الترحيب بهم، وذلك كله إذا لم يخف الانسان مفسدة تلحقه فى بدنه أو ماله، أو تضره فى دينه ودنياه، عند إلقاء السلام عليه، كرئيس فى عمل يتحكم فيمن تحــت رئاسته وتخشى بأسه، أو كفاجر ظالم يعتمد على قوته أو منصبه ولاتمكن مقاومته، فإن السلام عليه يكون إضطراراً [2].

عن عبد الله بن كعب قال: سمعت كعب بن مالك يحدث حين تخلــف عــن تبوك ونهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن كلامنا وآتى رسول الله صــلى الله عليه وسلم فأسلم عليه فأقول فى نفسى هل حرك شفتيه برد الســلام أم لا حــتى

---

[1] [رواه البخارى " 5403 "، " 6248 "].

[2] [فتاوى الازهر – عطيه صقر – مايو 1997 – ج " 8 "، ص " 45 "].

أكتملت خمسون ليله وآذن النبى صلى الله عليه وسلم بتوبة الله علينا حين صلى الفجر [1].

❖ السلام على غير المسلمين:-

له وجوه:

1. إبتدائهم بالسلام:-

ذهب أكثر العلماء إلى تحريم إبتداء الكفار المشركين بالسلام وصيغته المعروفه، وقال بعض العلماء: ليس بحرام ولكنه مكروه، لقول النبى صلى الله عليه وسلم فى حديث أبى هريرة، قال: " لاتبدءوا اليهود ولا النصارى بالسلام، فإذا لقيتم أحدهم فى طريق فإضطروه إلى أضيقه " [2].

2. الرد عليهم:-

إما إن بدئوا هم بالسلام، فالرد عليهم واجب ولكن بالصيغه التى علمنا إياها النبى صلى الله عليه وسلم، وهى أن يقول "وعليكم"، للحديث الذى رواه أنس – رضى الله عنه – عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إذا سلم عليكم أهل الكتاب فقولوا: وعليكم " [3]، وعن عبد الله بن عمر – رضى الله عنهما – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا سلم عليكم اليهود فإنما يقول أحدهم: السام عليك، فقل: وعليك " [4].

---

[1] [رواه البخارى " 6255 "، ومسلم " 2769 "]

[2] [رواه مسلم " 2167 "، والترمذى، وأبو داود].

[3] [رواه البخارى " 6257 "، ومسلم " 2163 "].

[4] [رواه البخارى " 6257 "، ومسلم " 2164 "].

3. السلام على جماعه فيهم مسلمين وكفار: –

يستحب إلقاء السلام فى مثل هذه الحاله " يقصد بسلامه المسلمين "، لانه الثابت من فعله صلى الله عليه وسلم، فعن أسامه – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم مر على مجلس فيه أخلاط من المسلمين والمشركين – عبدة الاوثان واليهود – فسلم عليهم النبى صلى الله عليه وسلم "[1].

4. تحيتهم بغير السلام: –

قال النووى: قال أبو سعد: لو أراد تحية ذِمى، فعلها بغير السلام، بأن يقول: هداك الله، أو أنعم الله صباحك ، قلت: هذا الذى قاله أبو سعد لابأس به إذا إحتاج إليه فيقول: صبحت بالخير، أو السعادة، أو العافية، أو صبحك الله بالسرور، أو بالسعادة والنعمه أو بالمسرة أو ما أشبه ذلك، وأما إذا لم يحتاج إليه، فالاختيار أن لا يقول شيئاً، فإن ذلك بسط له وإيناس وإظهار صورة ود، ونحن مأمورون بالاغلاظ عليهم ومنهيون عن ودهم فلا تظهره، والله أعلم[2].

❖ إعاده السلام:–

من السنة إعاده السلام حتى يسمع الملقى عليهم، لاسيما إن كان المُسلَّم عليهم جمع كبير، فيكرر عليهم السلام حتى يسمعوه ويجيبوه بالرد، فعن أنس – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم كان إذا تكلم بكلمة أعادها ثلاثاً حتى تفهم عنه، وإذا أتى على قوم فسلم عليهم سلم عليهم ثلاثاً "[3].

❖ تكرار السلام:–

يستحب إعادة السلام على من تكرر لقاؤه على قرب، بأن دخل أحدهما ثم خرج أو دخل فى الصلاة وخرج منها أو حال بينهم شجرة ونحوهما، مسارعة فى

---

[1] [رواه البخارى " 6254 "، ومسلم " 1798 "].

[2] [الاذكار، ص " 254"].

[3] [رواه البخارى " 94، 95 "، والترمذى].

الخير وزيادة فى المحبه، وليس كما يقول أولياء الشيطان " كثرة السلام تقلل من المعرفه "، بل إن من لا ينطق عن الهوى علمنا أنه يرسخ المحبة ويزيد فى المؤانسة والملاطفة، فلا داعى للإستجابة لمثل هذه الأفكار المسمومة، فعن أبى هريرة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا لقى أحدكم أخاه فليسلم عليه، فإن حالت بينهم شجرة أو جدار أو حجر ثم لقيه فليسلم عليه " [1]، وعنه آيضاً فى حديث المسئ صلاته أنه جاء فصلى ثم جاء إلى النبى صلى الله عليه وسلم فسلم عليه فرد السلام فقال: " إرجع فصلى فإنك لم تصل " فرجع فصلى، ثم جاء فسلم على النبى صلى الله عليه وسلم حتى فعل ذلك ثلاث مرات [2].

❖ إلقاء السلام على الاطفال:-

يستحب إلقاء السلام على الاطفال، لما روى أنس – رضى الله عنه – أنه مر على صبيان فسلم عليهم وقال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يفعله [3]، وهذا الحديث من الاحاديث التى تدل على الاعجاز التربوى فى السنه النبويه، حيث تشير الدراسات والابحاث التربويه الان إلى ضرورة معامله الاطفال معامله يسودها المحبه والالفه، والاهتمام بهم، ومعاملتهم على أنهم أفراد لهم شخصياتهم المستقلة، مما ينمى فيهم شعور الثقه بالنفس وتحمل المسئوليه، والالفه والمحبه مع أفراد مجتمعهم، وبالتالى يشعرون بدورهم الاجتماعى.

---

[1] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 186 "].

[2] [رواه البخارى " 757 "، ومسلم " 397 "].

[3] [رواه البخارى " 6247 "، ومسلم " 2168 "]

❖ السلام عند دخول البيت:-

يستحب إلقاء السلام عند دخول البيت، قال تعالى: " **فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً** " { النور: 61 }، أى أن الله يبارك فى هذه التحيه فتزداد المحبه بين الزوجين، وتقوى به الروابط الاسرية.

❖ السلام فى حاله القيام من المجلس:-

يستحب لمن يجلس فى مجلس ما وأراد أن يفارق الجلوس، أن يلقى على جلسائه السلام، لقوله صلى الله عليه وسلم فى حديث أبى هريره: " إذا إنتهى أحدكم إلى المجلس فليسلم فإذا أراد أن يقوم فليسلم، فليست الأولى بأحق من الأخرة " [1].

❖ إن دخل مكاناً فيه أيقاظ ونيام:-

السنه فى ذلك أن يخفض صوته بالسلام حتى لايوقظ النائم وفى نفس الوقت يسمع اليقظان، فلا يزعج أخيه المسلم بإيقاظه من نومه فربما كان متعب وبحاجة إلى الراحة، فيكون بخفضه صوته قد جمع بين ثواب السلام وإيثار أخيه بالراحة، فلا ضرر ولا ضرار عن المقداد – رضى الله عنه – فى حديثه الطويل قال: كنا نرفع للنبى صلى الله عليه وسلم نصيبه من اللبن فيجئ من الليل فيسلم تسليماً لايوقظ نائماً ويسمع اليقظان، فجاء النبى صلى الله عليه وسلم فسلم كما كان يسلم " [2]، وهذا لون من الادب الرفيع وسمو الاخلاق الذى حرص النبى صلى الله عليه وسلم عليه ليس فقط الالتزام به، بل وتعليمه لاصحابه رضوان الله عليهم.

❖ التسليم بالاشاره دون الكلام:-

---

[1] [رواه أبو داود، والترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 400 "].

[2] [رواه مسلم " 2055 " ، والترمذى].

قال الامام الصعانى فى سبل السلام: تكره أو تحرم الاشاره باليد والرأس، لما أخرجه النسائى بسند جيد عن جابر مرفوعاً " لا تسلموا تسليم اليهود فإن تسليمهم بالاكف والرؤس والاشاره " [1]. لأن فيه تشبهاً باليهود، فضلاً عما فيه من إستهانة بالمسلم عليهم، وعدم إظهار التوقير والإحترام، الذى هو لب الأمر.

❖ التحية بغير السلام:-

شاع فى عصرنا عبارات آخرى غير السلام مثل صباح الخير، بون سوار بعضها عربى والآخر غير عربى، فمن يستعمل مثل هذه العبارات إن كان يقصد بها تقليداً لغير المسلمين فهو مخالف لعقيده الولاء والبراء، وإن كان إستعماله لها مجرد عاده تعود عليها ممن حوله ولا يقصد من ورائها تقليداً لغير المسلمين، فقد حرم نفسه من ثواب السلام، ولا يجب الرد عليه لانه لم يأتى بالصيغه التى شرعها الله ورسوله.

يرى الشيخ عطيه صقر فى الفتاوى: أن له ثواب الدعاء بالخير، ولا يجب الرد عليها، فلو رد بمثل هذه العبارات كان مجرد دعاء، وهو حر بقوله أولا بقوله.

ويرى النووى: أن الافضل عدم الرد بهذه العبارات زجراً لمن بدأ بها فى تخلفه وإهماله تحيه الاسلام، وتأديباً له ولغيره فى الاعتناء بالابتداء بالسلام.

---

[1] [رواه النسائى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 1783 "].

المصافحة

المصافحة باليد بين الرجال سنة، كان يفعلها الصحابة وأقرها النبى صلى الله عليه وسلم، بل حبب إليها، كمظهر من مظاهر الحب والالفه وتقويه الروابط الاجتماعية بين المسلمين وإدخال السرور على المتصافحين، ومن الجدير بالذكر أن المختصين بتنمية الموارد البشرية فى عصرنا هذا من شدة إهتمامهم بها وإدراكهم لأثارها النفسية و الاجتماعية، حدا بهم الأمر إلى أن يطلقوا عليها " فن المصافحة ".

فعن حذيفة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إنالمؤمن إذا لقي المؤمن فسلم عليه وأخذ بيده فصافحه تناثرت خطاياهما كما يتناثر ورق الشجر " [1].

وعن قتادة قال: قلت لأنس أكانت المصافحة فى أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم؟ قال: نعم [2].

قال بن مسعود علمنى النبى صلى الله عليه وسلم " التشهد وكفى بين كفيه "، وقال كعب بن مالك: دخلت المسجد فإذا برسول الله صلى الله عليه وسلم فقام إلى طلحه بن عبيد الله يهرول حتى صافحنى وهنانى [3].

---

[1] [رواه الطبرانى فى الاوسط، وصححة الالبانى فى الصحيحة " 2692 "].

[2] [رواه البخارى " 6263 "، والترمذى " 2729 "].

[3] [البخارى – باب المصافحه " ج 3"، " ص 195 "].

❖ المصافحة بين الجنسين:-

حرم العلماء مصافحة الجنسين بدون حائل، لإمتناع النبى صلى الله عليه وسلم عن ذلك عند مبايعة النساء، كما تقرر أن مس المرأة الاجنبية من زنا اليد، فكل من حرم النظر إليه حرم مسه

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لأن يطعن في رأس رجل بمخيط من حديد خير له من أن يمس امرأة لا تحل له " [1].

أما المصافحة فى وجود حائل، فيقول الشيخ إبن العثيمين: مصافحة المرأة للرجل غير المحرم سواء كانت من وراء حائل أو مباشرة حرام لما يفضى إليه المس من الفتنة وقد وردت فى ذلك أحاديث فى الوعيد عليه وإن كانت غير قوية السند ولكن المعنى يؤيدها، والله أعلم [2]. فهو من باب درء المفاسد مقدم على جلب المصالح.

❖ ما يلازم المصافحة:-

ويستحب أن تصاحب المصافحة الإبتسامة وبشاشة الوجه وطلاقته مع إظهار الاهتمام، لقول النبى صلى الله عليه وسلم لابى ذر " لا تحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تلقى أخاك بوجه طلق " [3].

ولا يخفى ما تحدثه البشاشه والابتسامة من زيادة الالفة والمحبة، وفى المقابل لا ينبغى أن تصاحب المصافحة العبوس أو الاعراض، أو إظهار عدم الاهتمام وما إلى ذلك من السلوكيات التى تأتى بالوحشة وعدم المحبة والمؤانسة بين المتصافحين.

---

[1] [رواه الطبرانى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 226 "].

[2] [فتاوى المرأة " ص 214 "، وزارة الشئون الاسلاميه والدعوة].

[3] [رواه مسلم " 2626 "، والترمذى " 1833 "، وإبن ماجه " 3362 "].

❖ الانحناء والمعانقة:-

قال النووى: وأما المعانقة وتقبيل الوجه لغير الطفل ولغير القادم من سفر ونحوه، فمكروهان، نص على كراهتهما أبو محمد البغوى وغيره من أصحابنا [1].

عن أنس – رضى الله عنه – قال: قال رجل يا رسول الله الرجل منا يلقى أخاه أوصديقه أينحنى له، قال: لا، قال: أفيلزمه ويقبله، قال: لا، قال: أفيأخذ بيده ويصافحة، قال: نعم " [2].

أما بالنسبة للقادم، فلا كراهة فية، لحديث جابر بن عبد الله، قال: لما قدم جعفر من الحبشة عانقة النبى صلى الله عليه وسلم [3]، وعن أنس – رضى الله عنه – قال: كان أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم إذا تلاقوا تصافحوا، وإذا قدموا من سفر تعانقوا [4].

قال الامام البغوى فى شرح السنه؛ بعد أن ذكر حديث جعفر وغيره من مظاهر الاختلاف: " فأما المكروه من المعانقة والتقبيل فما كان على وجه الملق والتعظيم، وفى الحضر، فأما المأذون فيه فعند التوديع وعند القدوم من السفر، وطول العهد بالصاحب وشدة الحب فى الله، ومن قبل فلا يقبل الفم، ولكن اليد والرأس والجبهة، وإنما كره ذلك فى الحضر فيما يرى لانه يكثر ولا يستوجبه كل واحد، فإن فعله الرجل ببعض الناس دون بعض وجد عليه اللذين تركهم، وظنوا أنه قصد بحقوقهم وآثر عليهم، وتمام التحية المصافحة " [5]. فيحصل ما لا يبغيه الإسلام من الوحشة والمنافرة، وغيرهما من الأمراض التى تذهب بهيبة المجتمع المسلم

---

[1] [الاذكار " ص 265 "].

[2] [رواه الترمذى وإبن ماجه، وحسنه الالبانى فى صحيح الترمذى " 2728 "].

[3] [أخرجه أبو يعلى فى مسنده، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2657 "].

[4] [رواه الطبرانى فى الاوسط، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2647 "].

[5] [أنظر تعليق الالبانى على حديث " 2647 " السابق].

وتضعف روابطه، فضلاً عن أن كثرة المعانقة ربما تكون سبباً فى نقل الأمراض بالعدوى، لذلك يؤكد الأطباء على عدم التعانق إلا فى أضيق الحدود، لسهولة وسرعة انتقال الأمراض عن طريق الفم والأنف أو من خلال احتكاك وتلامس بشرتى الوجه الرقيقة، وذلك من الطب الوقائى النبوى.

الكـــــــلام

يقضى معظم الناس أوقاتاً هائلة من أعمارهم فى التحدث والإستماع، وتستغرق المحادثة العادية تقريباً حوالى أربعة آلف أو خمسة آلاف كلمة فى الساعة، لذلك فإن الشخص الذى يتكلم لمدة ساعة ويستمع لمدة ساعة فمن الممكن أن يستغرق حوالى خمس وعشرون ألف كلمة فى ذلك الوقت، ومن الممكن أن يرتفع هذا المعدل يومياً عن مائة ألف كلمة فى اليوم.

ومن هنا تبدو خطورة وأهمية الحديث، فحديث الفرد يعتبر مقياساً حقيقياً لشخصيته، وتعبيراً واضحاً لخبراته بالحياة، وما يكنه بداخله ويطويه فى صدره، إذاً يصبح من المستحيل ألا يظهر فى حديث الفرد شيئاً مما يكنه ويطويه، فالقدور تغلى بما فيها، وكل إنسان ينضح بما فيه، وقد قال أحد الفلاسفة، كما أن الأنية تمتحن بأطنانها، فيعرف صحيحها من مكسورها، فكذلك الإنسان يعرف حاله من منطقه.

وقال ابن المبارك:

وهذا اللسان بريد الفؤاد يدل الرجال على عقله

وما دام الأمر كذلك فليس من الغريب أن يصبح تعلم مهارات الحديث وآدابه أحد فروع المعرفة، والذى يلقى إقبالاً غير عادى بين أوساط مختلفة من الناس، وصنف فى السنوات الأخيرة العديد من المؤلفات العربية والأجنبية فى هذا الفن.

ولن نجد أفضل من الآداب والمهارات التى وضعها الإسلام للحديث متمثلة فى كلام رب العالمين، وهدى من بعثه الله لإخراج الناس من ظلمات الجاهلية إلى نور الإسلام، من حياة البدو وصلفهم، إلى حياة الإسلام الذى جعل الحكمة ضالة المؤمن.

وآداب الحديث موهبة ترتكز على مواهب ذهنية وجسدية وتتأثر بحالة المتحدث النفسية إستقراراً أو إضطراباً، ولا يمنع ذلك من أن آداب الحديث تصقل بالتربية والتوجيه، فلا وجود لإنسان يخلوا من النقص ويوصف بالعصمة بعد موت المصطفى صلى الله عليه وسلم الذى أدبه ربه فأحسن تأديبه، فكل إنسان له أخطائه، ولكن الإختلاف هنا بين من يدرك خطئه وينهض لتجاوزه، وبين من يستكين لخطئه فلا يبادر بالتوبة.

نظراً لحاجة الناس إلى الجلوس والحديث سواء كانت أحاديث علم أو نصح أو بيع أو شراء أو زواج أو حتى سمر

نظراً لأهمية الكلام وخطورته، وضع الإسلام له قواعد وأصول تعبر عن أهميته وتحد من خطورته.

أولاً: قواعد وأصول الكلام

وضع الاسلام للكلام ضوابط تدل على فائدته وتحد من خطره، وآداب تحث على الاحترام والتكريم والتوقير، بما يزيد من المحبه والالفه والمؤانسة بين الجالسين والمتحادثين، كما تعمل على نبذ الكره والبغض والفرقه، آداب تعمل على تجنب الضرر والاذى للمتحادثين.

1. الحرص على الصمت وصون اللسان:-

الأصل فى الكلام الصمت وطول السكوت، قال تعالى: " **مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ** " { ق: 18 }، فلا كلام إلا عند الضرورة وإذا دعت الحاجة لأن كل لفظ مرقوب ومحسوب.

ومن هنا فمتى استوى الكلام وتركه فى المصلحة فالسنة الإمساك عنه، فإن كثرة الكلام فى المباح تقود شيئاً فشيئاً إلى المكروه ومنه إلى الحرام، وقد أوصى النبى صلى الله عليه وسلم بإمساك اللسان، فعن معاذ بن جبل رضي الله عنه قال: " كنت مع النبي (صلى الله عليه وسلم) في سفر فاصبحت يوما قريبا منه ونحن نسير فقلت: يارسول الله أخبرني بعمل يدخلني الجنة ويباعدني من الله قال: لقد سألتني عن عظيم وأنه ليسير على من يسره الله عليه: تعبد الله ولا تشرك به شيئا وتقيم الصلاة وتؤتي الزكاة وتصوم رمضان وتحج البيت ثم قال: ألا أدلك على ابواب الخير؟ الصوم جنة والصدقة تطفئ الخطيئة كما يطفئ الماء النار وصلاة الرجل في جوف الليل قال: ثم تلا (تتجافى جنوبهم عن المضاجع) حتى بلغ (يعملون) ثم قال: ألا أخبرك برأس الأمر وعموده وذروة سنامه؟ قلت: بلى يارسول الله: قال: رأس الأمر الإسلام وعموده الصلاة وذروة سنامه الجهاد **ثم قال: ألا أخبرك بملاك ذلك كله؟ قلت: بلى يا نبي الله فأخذ بلسانه قال: كف عليك هذا فقلت: يا نبي الله وإنا لموآخذون بما نتكلم به فقال: ثكلتك أمك يا معاذ! وهل يكب الناس في النار على وجوههم أو على مناخرهم إلا حصائد ألسنتهم**[1] ". فهكذا يربى رسول الله أمته، فقد أنكر على معاذ تعجبه أيما إنكار، فالكلام عامل من أهم العوامل التى تؤدى إلى الخسران فى الدنيا من حدوث الصراعات وفقد العلاقات وقطيعة الإرحام وقد تنشأ الحروب نتيجة كلمة لا يدركها قائلها.

لذلك شرط النبى صلى الله عليه وسلم على من كان يؤمن بالله و اليوم الأخر أن يلزم الصمت وألا يتفوه إلا بالخير، فعن أبى هريرة – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال: " من كان يؤمن بالله واليوم الاخر، فليقل خيراً أو ليصمت [2].

---

[1] [رواه الترمذي، وابن ماجه، وأحمد، وصححه الألبانى فى صحيح الجامع الصغير (9267)]

[2] [رواه البخارى " 6018 "، ومسلم " 47 "].

فمما لا شك فيه أن المستمع (قليل الكلام) أقوى من من المتكلم، لأن المتكلم لا يمكنه أن يخفى مكنون نفسه وخبايا روحه، فيعبر بلا تعمد عن مدى ثقافته ومقدار خبرته، فيلقى بأفكاره ويطرح أرائه فتصبح فى متناول المستمع، وفى الجهة الأخرى فالذى يطيل السكوت ولا يلقى بكلامه إلا بعد أن يستمع إلى الأخرين فيجمع الأفكار ويقلب الآراء فيحوز خبرة غيره فضلاً عن خبرته فيكون دقيق الكلام صحيح الرأى، ومن ثم فهو مثار إهتمام الناس ومحط أنظارهم يترقبون كلامه، فيكسى بالهيبة ويحط بالوقار ويعامل بتقدير واحترام.

قال الامام على – رضى الله عنه -: إذا تم العقل نقص الكلام، وبكثرة الصمت تكون الهيبه، وقال عمرو بن العاص – رضى الله عنه -: الكلام كالدواء إن أقللت منه نفع، وإن أكثرت منه قتل، وقال بن مسعود ما رأيت أحوج إلى طول سجن من اللسان، وقال الحسن: أعقل لسانك إلا عن حق تقيمه، أو باطل تدحضه، أو حكمة تنشرها، أو نعمة تذكرها.

وقال حكيم: كن صموتاً وصدوقاً فالصمت حرز، والصدق عز، ومن أكثر مقاله سئم، ومن أكثر سؤاله حرم، صمت تسلم به، خير من نطق تندم عليه، ومن قال مالا ينبغى سمع مالا يشتهى.

2. وجوب الكلام فى الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر:-

إذا كان الإسلام قد استحسن الصمت وحرض عليه، فإنه قد أوجب الكلام وحرض عليه إذا كان يدعوا للإصلاح والخير؛ كأن يكون أمراً بمعروف أو نهياً عن منكر، أو دفعاً لظلم، أو شهادة حق، ففى هذه الحالات يكون السكوت فيها إثماً والكلام فرضاً، قال تعالى:" **لُعِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ بَنِي إِسْرَائِيلَ عَلَى لِسَانِ دَاوُودَ وَعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ، كَانُوا لَا يَتَنَاهَوْنَ عَنْ مُنْكَرٍ فَعَلُوهُ لَبِئْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ**" { المائدة: 78،79 }، وقال تعالى:"**وَلَا تَكْتُمُوا الشَّهَادَةَ وَمَنْ يَكْتُمْهَا فَإِنَّهُ آَثِمٌ قَلْبُهُ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ**" { البقرة: 283 }، كما أعد لهؤلاء المصلحون الثواب العظيم والأجر الكبير، فهم المفلحون، قال

تعالى:" **وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ**" { آل عمران: 104}، وقد وصف الله تعالى قولهم قائلاً:" **وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنَّنِي مِنَ الْمُسْلِمِينَ**" { فصلت: 33 }.

ومنه قول سعيد:

وانطق بحيث العى مستقبح واصمت بحيث الخير فى سكتتك

3. الإخلاص:-

هذا الأصل هو حلية المسلم وبغيته وهو سبب عزه وكرامته، وهو الذى يسموا بالكلام من مجرد حروف تخرج من بين الشفاة بدافع غريزى إلى الربانية تلك الغاية التى استحق بها الإنسان التكريم والتفضيل والتى من أجلها خلق، وهى الخاصية التى يرتفع بها المسلم عن متناول الشيطان، " **قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ، إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ**" {الحجر:39،40} فالمسلم لا يتكلم إظهاراً لعلم أو تعبيراً عن ثقافة أو تعالياً على مستمع أو مرآئة للحاضرين، إنما يتكلم إرضاء لربه وينئى عن الكلام طاعة لربه، فالله تعالى يقول:" **قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (162) لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ**" {الأنعام: 162، 163}.

4. الرفق ولين الكلام وطيب العبارة:-

حث الإسلام على التفوه بالطيب من الكلام واللين من الحديث الذى يخرج من روح المسلم فيعبر به عن سمته وحسن خلقه وسماحة دينه، لأن المسلم شامة بين الناس يسعى بينهم بالخير ويحثهم على الفضائل وينهاهم عن القبائح.

كما أن صاحب الكلام اللين والعبارة الطيبة، يأنس به الناس ويطمئنون له ويسكنون إليه، فضلاً عن إقتناعهم بكلامه وإقبالهم على مقاله، فما أحوج العالم

لمثله فى عصر كثرت فيه الشكوك وظهر القلق وغاب الأنيس، فشاعت العيادات النفسية، وزداد تردد الناس إليها ليستمعوا إلى من يريح أعصابهم ويهدأ من روعهم، بالكلام الطيب والعبارات المسكنة التى تدعوا إلى التفاؤل.

لذلك أمر الله تبارك وتعالى موسى وهارون – عليهما السلام – بمراعاة الرفق واللين مع أطغى أهل الارض، وأكثرهم كفراً وإستكباراً فى الارض " فرعون " فما بالك أخى المسلم وأنت تتحدث مع مسلماً موحداً أخاً لك، فكيف يكون لينك معه فى الكلام؟ قال تعالى: " **فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى** " { طه: 44 }، كما وصف سبحانه الكلمة الطيبة بالشجرة الطيبة، التى لها أصل ثابت وفرع شامخ، ينتفع الخلق بثمارها ويستظلون بظلها ويستدفئون بورقها،أما الكلمة الخبيثة فهى كالشجرة الخبيثة تؤذى الناس بشوكها وتقطع عليهم طريقهم فكان إقتلاعها من جذورها أمر نافذ لتجنب خبثها، **قال تعالى:" أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ، تُؤْتِي أُكُلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ قَرَارٍ"** { إبراهيم: 24،25،26 }

وعن عدي بن حاتم رضي الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم، أنه ذكر النار فتعوذ منها وأشاح بوجهه ثلاث مرار، ثم قال:" اتقوا النار ولو بشق تمرة فمن لم يجد **فبكلمة طيبة**[1]"

وعن أبي مالك الأشعري قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن في الجنة غرفا يرى ظاهرها من باطنها وباطنها من ظاهرها أعدها الله لمن **آلان الكلام** وأطعم الطعام وتابع الصيام وصلى بالليل والناس نيام [2]".

---

[1] [البخارى (6023)، ومسلم (1016)]

[2] [رواه البيهقي في شعب الإيمان، وصححه الألبانى فى المشكاة (1232)]

وقيل: لا يجد العجول فرحاً، ولا الغضوب سروراً، ولا الملول صديقاً، كـــلام المرء بيان فضله وترجمان عقله، فأقصره على الجميل، وإقتصر منه على القليل.

وقد حبب الرسول صلى الله عليه وسلم إلى حسن الخلق وحذر من الفحـــش فى الكلام، فعن أبى الدرداء – رضى الله عنه – قال: إن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " ما من شئ أثقل فى ميزان المؤمن يوم القيامة من حســـن الخلـــق، وإن الله يبغض الفاحش البذئ " [1]. والبذئ: هو الذى يتكلم بالفحش وردئ الكلام.

قال تعالى لنبيه صلى الله عليه وسلم: " **وَإِنَّكَ لَعَلى خُلُقٍ عَظِيمٍ** " { القلم: 4 }، وعن عبدالله بن عمرو – رضى الله عنهما – قال: لم يكن رسول الله صلى الله عليه وسلم فاحشاً ولا متفحشاً، وكان يقول: " إن من خياركم أحسنكم أخلاقاً " [2].

ثانياً:آداب ومهارات الكلام

❖ الإعتدال وضبط مستوى الصوت:-

يترك مستوى الصوت أول إنطباع لدى المستمع تجاه المتحدث، وهـــو مـــا يسمى فى علم النفس "بتكنيك الحديث"، فإن كان منخفضاً إلى درجة إستســـماع المخاطب دل ذلك على ضعف ثقة المتحدث بنفسه، وقلـــة الســـيطرة، وضـــعف اليقين، مما يدفع المخاطب إلى الضجر، وانعدام الرغبة فى المتابعة، فإن كان مضطراً إلى الإستماع تغشاه النعاس.

أما إذا كان الصوت مرتفعاً صاخباً أوحى بالريبة والقلق وعدم الثقة بالنفس، فمن الصعب أن يقنع المستمع ببراعة وتوفيق صاحب الصوت الصاخب المرتفع، مما حدا ببعض المشاهير مثل الرئيس المريكى "جورج بـــوش" إلى تلقـــى تـــدريبات صوتية، بعد باء بالفشل فى إنتخابات الرئاسة عام 1988 فقد كان صوته يتســـم

---

[1] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 876 "].

[2] [البخارى " 6203 "، ومسلم " 2150 "].

بالحدة والعنف، وبالمثل فعلت رئيسة الوزراء البريطانية "مارجريت تاتشر"، فقد تلقت تدريبات لتخفيض حدة صوتها، رغبة فى فرض نفوذها بشكل فعال.

وقد شبه سبحانه وتعالى الصوت المرتفع بأبشع الصور وأقبح الأصوات، بصوت الحمير، تأكيداً للنهى وتوبيخاً للفعل، حثاً على الإقلاع عنه ودفعاً للإتزان والإعتدال، حيث أن أصوات الحمير محط سخريه ونفور لبشاعة أصواتها، قال تعالى على لسان لقمان: " **وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ** " { لقمان: 19 }.

ومدح القرآن المؤمنون الذين يغضون ولا يرفعون أصواتهم فى مجلس الرسول صلى الله عليه وسلم فقال: " **إِنَّ الَّذِينَ يَغُضُّونَ أَصْوَاتَهُمْ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ أُولَئِكَ الَّذِينَ امْتَحَنَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ لِلتَّقْوَى لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ عَظِيمٌ** " { الحجرات: 3 }.

ويشير علماء النفس إلى أن علو الصوت يدل على بطلان حُجة صاحبه، وأن الصوت الهادئ المعتدل يدل على صدق صاحبه، وقوة حُجتة، وثقته بنفسه.

فى حين أن الصوت المتزن الذى يتسم بالهدؤ ويعبر عن الثقة فى النفس والتحكم فى العبارات ووضوح النبرات ومرونة الأداء ودقة المعانى، فإن الناس تقبل عليه وتصغى له، لا يشغلهم شاغل ولا يطاردهم وقت.

فضلاً عن أن الصوت المعتدل يزيد من الالفه والطمأنينة وكذلك الاحترام المتبادل، مما يعمل على زيادة العلاقات الاجتماعية، وتوسيع دائرتها.

وذلك هو الثابت من هدى نبينا صلى الله عليه وسلم، إذ يقول ابن القيم:كان إذا تكلم تكلم بكلام مفصل مبين يعده العاد ليس بهذ مسرع لا يحفظ ولا منقطع تخلله السكتات بين أفراد الكلام بل هديه فيه أكمل الهدي، وكان صلى الله عليه وسلم يوجه صحابته ويوصيهم بالتوازن والإعتدال فى مستوى الصوت وإن كانوا يقرؤن القرآن، عن أبي قتادة قال: إن رسول الله صلى الله عليه وسلم خرج ليلة فإذا هو بأبي بكر يصلي يخفض من صوته ومر بعمر وهو يصلي رافعا

صوته قال: فلما اجتمعا عند النبي صلى الله عليه وسلم قال: " يا أبا بكر مـــررت بك وأنت تصلي تخفض صوتك "قال: قد أسمعت من ناجيت يا رسول الله وقـــال لعمر: " مررت بك وأنت تصلي رافعا صوتك " فقال: يا رسول الله أوقظ الوسنان وأطرد الشيطان فقال النبي صلى الله عليه وسلم: يا أبا بكر ارفع من صوتك شيئا " وقال لعمر: " اخفض من صوتك شيئا " [1].

❖ إيضاح الكلام (الفصاحة والبيان):-

البيان هو اسم جامع لكل ما يكشف عن المعنى ويدل على المقصـــود، أمـــا الفصاحة فهى تعنى خلو الكلام من التعقيد، وبعدة عـــن التـــداخل فى الألفـــاظ والمعانى.

ومن هنا ينبغى إستخدام الكلمات الواضحة، والعبارات الفصيحة، والألفـــاظ المستحسنة التى يفهمها المخاطب، والحروف المتمكنة فى مخارجها غـــير قلقـــة ولا مكدودة، لأن ذلك يدل على البراعة فى الأداء ويعبر عن الثقة فى النفس، ويحفـــز المستمع على المتابعة و الإصغاء، أما استخدام الكلمات الضعيفة والألفاظ الهزيلـــة والعبارات الغامضة، فإنها تدل على ضحولة الثقافة وقلة المعرفة والدراية بموضـــوع الحديث، كما تعكس مشاعر الخمول والكسل والتوتر والإنفعال ومـــن ثم عـــدم الرغبة فى المتابعة.

وقالت عائشة – رضى الله عنها – فى صفة كلام نبينا صلى الله عليه وسلم: " كان كلام رسول الله صلى الله عليه وسلم كلاماً فصلاً يفهمه كل من يسمعه [2].

وقال الله تعالى فى معرض المن وذكر النعم:"**الرَّحْمَنُ، عَلَّمَ الْقُرْآنَ، خَلَـــقَ الْإِنْسَانَ، عَلَّمَهُ الْبَيَانَ،**" { الرحمن: 1،2،3،4 }. وقد وصف النبى صلى الله عليه

---

[1] [رواه أبو داود، الترمذي، وأحمد، وصححه الألبانى فى المشكاة "1204"]

[2] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4051 "].

وسلم البيان بالسحر الذى يأسر القلوب ويملك العقول، حيث قال فى حديث عبد الله بن عمرو:" إن من البيان لسحرا [1]".

وقال ابن المعتز البيان ترجمان القلوب وصيقل العقول، وسئل معاوية عمرو بن العاص، من أبلغ الناس؟ قال: أقلهم لفظاً، وأسهلهم معنى، وأحسنهم بديهة.

وهناك بعض الكلمات التى قد يستخدمها المتحدث ولا يفهمها المستمع من أول وهلة، لذلك ينبغى التكرار حتى يحصل المقصود وهو الفهم والإستيعاب، فعن أنس – رضى الله عنه – أن النبى صلى الله عليه وسلم كان إذا تكلم بكلمة أعادها ثلاثاً حتى تفهم عنه، وإذا أتى على قوم فسلم عليهم سلم عليهم ثلاثاً [2]. ومن الخطأ الزيادة على الثلاث، لأنه ينافى المقصود ويبعث على الرتابة والملل، فضلاً عن أنه الثابت من فعل النبى صلى الله عليه وسلم.

❖ النهى عن الثرثره: –

نهى النبى صلى الله عليه وسلم عن الثرثرة وهى كثرة الكلام تكلفاً، لأنها تبعث على الملل الخمول، وتثير الضجر والإزدراء، فضلاً عن كثرة الوقوع فى الهفوات وارتكاب الأخطاء، إضافة إلى أنها تعبيراً عن الأنانية والأثرة والإكتراث بالذات وعدم المبالاة بالأخرين، مما يؤدى إلى النفور والقطيعة، وذلك يتنافى مع مبادىء الإسلام، لذلك فقد وضح النبى صلى الله عليه وسلم قبح هذه الخصلة، وأعلن أن صاحبها هو أبغض وأبعد الناس منه يوم القيامة.

عن جابر – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إن من أحبكم إلى، وأقربكم منى مجلساً يوم القيامة، أحاسنكم أخلاقاً، وإن أبغضكم إلى وأبعدكم منى يوم القيامة، الثرثارون، والمتشدقون، والمتفيهقون " قالوا: يا رسول الله قد علمنا الثرثارون والمتشدقون، فما المتفيهقون، قال: " المتكبرون " [3]،

---

[1] [رواه البخارى"5767"]

[2] [رواه البخارى " 95 "].

[3] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 791 "].

وقد مدح النبى صلى الله عليه وسلم قصر الخطبة مع البيان، فعن عمار قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " إن طول صلاة الرجل وقصر خطبته مئنة من فقهه فأطيلوا الصلاة واقصروا الخطبة وإن من البيان سحرا [1]"

لذلك ينبغى الإبتعاد عن التطويل الممل أو الإقتضاب المخل لأن الإكتفاء بعبارات مبتورة تثير استياء المخاطبين وتشعرهم بالإستخفاف بهم.

وزن الكلام إذا نطقت ولا تكن ثرثارة فى كل ناد تخطب

❖ التواضع والبعد عن التشدق:-

قد حث الإسلام على التواضع فى الحديث ولين الكلام، ودعى إلى استخدام الكلمات المألوفة والعبارات الدارجة المفهومة، ونهى عن التقعر والتشدق فى الكلام باستخدام الكلمات الغريبة والعبارات المعقدة، وقد حذر كل الحذر من هذه الصفة الذميمة التى لا تؤدى إلى بغض الناس فحسب، بل بغض الله عز وجل ايضاً، وذلك هو الخسران المبين.

قال الله تعالى موصياً نبيه بالتواضع:" **وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ**" { الحجر: 88 }، وقال تعالى مبيناً جزاء التواضع:" **تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ** " { القصص: 83 }.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم فى الحديث السابق: وإن أبغضكم إلى وأبعدكم منى يوم القيامة، الثرثارون، والمتشدقون، والمتفيهقون " قالوا: يا رسول الله قد علمنا الثرثارون والمتشدقون، فما المتفيهقون، قال: " المتكبرون.

وعن عبد الله بن عمرو أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " إن الله عز وجل يبغض البليغ من الرجال، الذي يتخلل بلسانه تخلل الباقرةبلسانها [2]". أى الذى يظهر التفصح ويتعمد التشدق، فيتقعر ويتعمق في الكلام ويتكلفه، إستعلاء

---

[1] [رواه مسلم "869"، وأحمد]

[2] [أخرجه أبو داود و الترمذي و أحمد،وصححه الألبانى فى الصحيحة (880)]

على الغير، ورغبة فى التقدير والوجاهة، وحباً فى الظهور، وهذه صفات المتكبرون الذين يمقتهم الله عز وجل، لذلك شبههم بالبقرة ووجه الشبه فى إدارة لسانه حول أسنانه وفمه حال التكلم كما تفعل البقرة بلسانها حال الأكل وخص البقرة من بين البهائم لأن سائرها تأخذ النبات بأسنانها والبقرة لا تحتش إلا بلسانها.

ومن صور التشدق، التكلم بلغة المثقفين فى حضرة أنصاف المتعلمن والعامة، واستخدام المصطلحات والعبارات التى يقتصر فهمها على فئة معينة، بحضرة من لا يدركونها، كأن يستخدم الطبيب المصطلحات الطبية فى خطابه مع عامل بسيط استعلاءً عليه، ومن ذلك ايضاً استخدام الألفاظ الأجنبية ادعائاً للثقافة والمعرفة، فكلها أمور تثير الغضب والنفور، فمن غير المعقول أن يقبل الإنسان على من يتعالى ويتشدق عليه، وأن يأنس به ويطمئن اليه، فمن تواضع لله رفعه وأحبه ومن أحبه وضع محبته فى قلوب الخلق فما زاد الله عبداً بالتواضع إلا عزا.

تواضع تكن كالنجم لاح لناظر على صفحات الماء وهو رفيع
ولا تك كالدخان يعلو بنفسه على طبقات الجوّ وهو وضيع

فمن أراد أن يأسر القلوب ويجذب العقول وتصغى له الآذان فعليه أن يكون التواضع منهجه والبساطة قبلته والرفق بغيته، وأن يكون التكبر مرزول لديه والتشدق ممقوت عنده، إذا هابه أحد هون عليه أمره، وقد أتى النبي صلى الله عليه وسلم رجل فكلمه فجعل ترعد فرائصه فقال له" هون عليك فإني لست بملك إنما أنا ابن امرأة تأكل القديد[1]"

فقد كره النبى صلى الله عليه وسلم إيذاء المخاطب سواء بكثرة الكلام حتى لا يدع له فرصة يبدى فيها المخاطب رأيه، وكذلك بأن يتكبر علي جلسائه ويتشدق عليهم بالالفاظ والكلام، فهؤلاء هم أبعد المسلمين عن رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم القيامة.

[1] [رواه ابن ماجة، وابن سعد فى الطبقات وصححه الألبانى فى الصحيحة (1786)]

❖ ترك مالا يعنيه:-

ينبغى للمتحدث ألا يتحدث فى أمور الناس الخاصة، التى لا تعنيه، بحيث لا يضره السكوت عنها ولا ينفعه الكلام فيها، فعن أبى هريرة – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " من حُسن إسلام المرء تركه مالا يعنيه "[1]. يعد المحدثين هذا الحديث من الأربعة أحاديث التى جمعت فأوعت، فهو يدعوا إلى عدم تتبع العورات، وحفظ الخصوصيات، والإقتصار على الذات، فهو منشأ الإحترام والتوقير ومصدر الهيبة والكرامة، وهو مكمن العزة.

إزهد فيما عند الناس تستعبد قلوبهم... فطالما استعبد الإنسان إحسان

كل إنسان له عالمه الخاص الذى لايريد من أحد أن يتدخل فيه، وإذا بادر شخص ما واقتحم عالمه بغير رضاه فسوف يحاول التصدى له بكل ما يستطيع، فيقع ما يبغضه الإسلام من الكراهية والبغضاء، ناهيك عن إهدار الوقت، والتعب والتغيص الذى يحصل له، فى حين أنه بإعراضه عن التدخل فى أمور الناس واقتحام أسرارهم تحصل له الطمأنينة وراحة البال، وكما قيل من تدخل فيما لايعنيه سمع ما لا يرضيه

وذكر مالك أنه بلغه أنه قيل للقمان:"ما بلغ بك ما نرى؟" يريدون الفضل فقال:" صدق الحديث وأداء الأمانة وترك ما لا يعنينى ".[2]

وروى عن الحسن قال:"من علامة إعراض الله تعالى عن العبد أن يجعل شغله فيما لا يعنيه".

قال الامام الشافعى لصاحبه الربيع: ياربيع لا تتكلم فيما لا يعنيك، فإنك إذا تكلمت بالكلمه ملكتك و لم تملكها.

---

[1] [رواه الترمذى، وإبن ماجه، وصححه الالبانى فى صحيح الترمذى " 2317 "].

[2] [ذكره ابن دقيق العيد فى شرحه للأربعون النووية، ص126]

وقيل: من عرف شأنه، وحفظ لسانه، وأعرض عما لا يعنيه، وكف عن عرض أخيه، دامت سلامته، وقلت ندامته، وإياك وفضول الكلام فإنه يظهر من عيوبك ما بطن، ويحرك من عدوك ما سكن.

إحفظ لسانك لا تقول فتبتلى إن البلاء مُوكلُ بالمنطق

❖ التؤدة والإطمئنان فى الكلام:-

المتحدث اللبق هو الذى يتسم كلامه بالترتيل والترسيل، فضلاً عن التؤدة والتمهل، ليفهم متحدثه مقصوده من الكلام، لاسيما ونحن نعيش فى عصر إختلطت فيه الجنسيات وتنوعت فيه اللهجات، وتعددت فيه اللغات، وتعقدت أمور الحياة مع كثرة مطالبها.

وقد كان نبينا صلى الله عليه وسلم يزين كلامه ويترسل فيه ليترك الفرصة لمستمعه عن التفكر والتدبر، بحيث يمكنه التعلق على فحوى الكلام إذا أراد، لاسيما وقد أكد العلم الحديث على أن الإنسان لايمكنه التركيز وإستيعاب الكلام السريع الذى لايتخلله السكون والتؤدة والتمهل، فعن عائشة – رضى الله عنها – قالت: " إن رسول الله صلى الله عليه وسلم لم يكن يسرد الحديث كسردكم كان يحدث حديثاً لو عده العاد لأحصاه "، أى لو أراد المستمع عد كلماته وحروفه لأمكنه ذلك، لذلك إستوعب الصحابة كلام النبى صلى الله عليه وسلم وحفظوه [1].

عن عائشة قالت ألا يعجبك أبو هريرة جاء فجلس إلى جنب حجرتي يحدث عن النبي صلى الله عليه وسلم يسمعني ذلك وكنت أسبح فقام قبل أن أقضي سبحتي ولو أدركته لرددت عليه إن رسول الله صلى الله عليه وسلم لم يكن يسرد الحديث كسردكم [2].

---

[1] [رواه البخارى " 3567 "، ومسلم " 2493 "].

[2] [رواه البخارى " 3568 "، ومسلم " 2493 "].

ولكن هناك بين الترسل والتأنى والبطء الشديد المصاحب للحذلقة، فالأخير يؤدى إلى نفور السامع وضجره، لان كلام متحدثه يسير الملل.

❖ يبدأ الكلام الأكبر والأعلم:-

من الأدآب التى ينبغى مراعاتها فى الحديث عدم تصدر حديثى السن للكلام وإبداء الرأى فى حضرة من هم أكبر سناً وأكثر علماً، وهذا أمر ترتضيه الفطرة وتكاد تتفق عليه المجتمعات على اختلافها، فبئس القوم الذين لا يبغون تحصيل خبرات من سبقوهم علماً أو سناً، ويرتضون خوض التجارب وتحمل النتائج.

وقد أفرد الإمام البخارى فى صحيحه باباً أسماه إكرام الكبير، وقال فيه: ويبدأ الأكبر بالكلام والسؤال.

وقد نص النبى صلى الله عليه وسلم على ذلك، وأنكر على من خالف، ففى حديث سهل بن أبي حثمة قال انطلق عبد الله بن سهل ومحيصة بن مسعود بن زيد إلى خيبر وهي يومئذ صلح فتفرقا فأتى محيصة إلى عبد الله بن سهل وهو يتشمط في دمه قتيلا فدفنه ثم قدم المدينة فانطلق عبد الرحمن بن سهل ومحيصة وحويصة ابنا مسعود إلى النبي صلى الله عليه وسلم فذهب عبد الرحمن يتكلم فقال **كبر كبر** وهو أحدث القوم فسكت فتكلما فقال تحلفون وتستحقون قاتلكم أو صاحبكم قالوا وكيف نحلف و لم نشهد و لم نر قال فتبريكم يهود بخمسين فقالوا كيف نأخذ أيمان قوم كفار فعقله النبي صلى الله عليه وسلم من عنده [1]، والشاهد قوله كبر كبر، وقال بعض أهل العلم فيه دلالة على اعتبار الكبر، وجمعوا بينه وبين أحاديث اليمين بأن القوم إذا كانوا فى المواجهة يقدم الأكبر، أما إن كانوا عن اليمين والشمال قدم الإيمن تبركاً.

وهنا يتضح مدى حرص الإسلام على شيوع الإحترم والتوقير بين أفراد المجتمع المسلم، ومراعاة النظام ونبذ والعشوائية والهمجية.

تعظيمك الناس تعظيم لنفسك فى قلوب الإعداء طراً والأدواء

---

[1] [رواه البخارى "3173"، ومسلم "1669"]

من عظّم الناس يعظُم فى النفوس بلا مؤونة وينل عز الأعزاء

❖ التأكد من صحة الكلام وعدم ترويج الشائعات:-

ينبغى على المتحدث أن يراعى صحة ما يقوله ويحكية، فيتثبت من كلامه ويرد الأمور إلى مصادرها الصحيحة، فلا يتلفظ إلا بما هو ثابت عنده، لان الكلمة ربما تخرج من لسانه فلا يدرى بها، فيأخذها غيره فيبنى عليها أموراً لاحد لخطورتها، فترويج الإشاعات يؤدى غالباً إلى حدوث النكبات والأزمات التى تلحق بالأفراد والجماعات.

وقد تضاعفت خطورة الإشاعات مع التقدم التكنولوجى والثورة الهائلة فى عالم الإتصالات، فقد ساهم ذلك أيما إسهام فى سرعة وسهولة إنتقال المعلومات عن ذى قبل، لذلك فقد أضحى تصديقها أكثر شراً وأسواء مصيراً، وقد عاين العالم كله الأزمة الإقتصادية التى شاهدتها البورصات الإمريكية التى نتجت عن إشاعة.

لذلك قال الله تعالى: " **وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ** " { الاسراء: 36 }، وقال تعالى أيضاً: " " **مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ** " { ق: 18 }، وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل سمع " [1]، فقد إعتبره الرسول صلى الله عليه وسلم كذاب.

❖ تجنب الحلف بغير الله:-

القسم تعظيم للمقسم به، ولا يجوز للمسلم أن يعظم غير الله تبارك وتعالى لذلك نهى الرسول صلى الله عليه وسلم عن الحلف بغير الله.

عن إبن عمر – رضى الله عنهما – أنه أدرك عمر بن الخطاب فى ركب وهو يحلف بأبيه فناداهم رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ألا إن الله ينهاكم أن تحلفوا بآبائكم فمن كان حالفاً فليحلف بالله وإلا فليصمت " [2].

---

[1] [رواه مسلم " 25 "].

[2] [رواه البخارى " 6108 "، ومسلم " 1646 "].

❖ البعد عن التملق والمداهنة:-

من الناس من يتلون، فيأتى هؤلاء بوجه ولسان وهؤلاء بوجه ولسان آخران، فهو سلوك بغيض وخلق كريه، مذموم صاحبه عند الله ورسوله والناس أجمعين، لأنه يمتثل بسلوك يتنافى مع الأمانة والصدق والإخلاص أى صفات المؤمنين الربانيين، ففى مثلهم قال الله تعالى: " **يَسْتَخْفُونَ مِنَ النَّاسِ وَلَا يَسْتَخْفُونَ مِنَ اللَّهِ وَهُوَ مَعَهُمْ إِذْ يُبَيِّتُونَ مَا لَا يَرْضَى مِنَ الْقَوْلِ وَكَانَ اللَّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطًا** " { النساء: 108 }.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " تجدون الناس معادن: خيارهم فى الجاهلية خيارهم فى الاسلام إذا فقهوا، وتجدون خيار الناس فى هذا الشأن أشدهم له كراهية، وتجدون شر الناس ذا الوجهين، الذى يأتى هؤلاء بوجه وهؤلاء بوجه "[1]. قال القرطبي إنما كان ذو الوجهين شر الناس لأن حاله حال المنافق إذ هو متملق بالباطل وبالكذب مدخل للفساد بين الناس وقال النووي هو الذي يأتي كل طائفة بما يرضيها فيظهر لها أنه منها ومخالف لضدها وصنيعه نفاق ومحض كذب وخداع وتحيل على الاطلاع على أسرار الطائفتين وهي مداهنة محرمة، قال فأما من يقصد بذلك الإصلاح بين الطائفتين فهو محمود، وقال غيره الفرق بينهماأن المذموم من يزين لكل طائفة عملها ويقبحه عند الأخرى ويذم كل طائفة عند الأخرى يأتي لكل طائفة بكلام فيه صلاح الأخرى ويعتذر لكل واحدة عن الأخرى وينقل إليه ما أمكنه من الجميل ويستر القبيح والمحمود أن [2]

وعن محمد بن زيد أن ناساً قالوا لجده عبدالله بن عمر – رضى الله عنهما –: إنا ندخل على سلاطيننا فنقول لهم بخلاف ما نتكلم إذا خرجنا من عندهم، قال: كنا نعد هذا نفاقاً "[3].

---

[1] [رواه البخارى " 3494، 7179 "، ومسلم " 2526 "].

[2] [تحفة الأحوذى ج6 ص145]

[3] [رواه البخارى " 7178 " ، وإبن ماجة].

قل للذى لست أدرى مـــن تلونه أنا صـــح أم على غش يناجيـــنى
إنـــى لأكثر مما سمتنى عـــــجباً يد تشجع وأخرى منك تأسونـــى
تغتـــابنـــى عند أقوام و تمدحنى فى آخرين وكل عنك يأتـــيـــنـــى
هذان شيئان قـــد نافيت بينهما فاكفف لسانك عن شتمى وتزينـــى

❖ ما يفعله من إشتمل كلامه على منهى عنه:-

يتعامل الإسلام مع البشر من منطلق عدم العصمة، واحتمال الخطأ ومن ثم فقد وجه المخطأ إلى ما يصلحه حتى لايتمادى فى خطئه ويصعب معه التغاضـــى عـــن الخطأ، ومن هنا إذا تكلم شخص بحرام، فليستعذ بالله من الشيطان فإنما هو نـــزغ منه، قال تعالى: " **وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّـــمِيعُ الْعَلِيمُ** " { فصلت: 36 }، وبعد الاستعاذه يبادر بالتوبه والاكثار من الاعمـــال والاقوال الصالحه، قال تعالى: " **أُولَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْـــرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَـــامِلِينَ** " { آل عمـــران: 136 }، وقال صلى الله عليه وسلم: " من حلف فقال فى حلفه: باللات والعزى فليقـــل: لا إله إلا الله، ومن قال لصاحبه: تعال أقامرك فليتصـــدق " [1]، وقـــال تعـــالى: " **إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ** " { هود: 114 }.

وللتوبه أركان: أن يقلع عن المعصيه، وأن يندم عليها، وأن يعزم على ألا يعود إليها، ولو تعلق الذنب بحق آدمى فلابد من البراءة منه.

---

[1] [رواه البخارى " 4860 "، ومسلم " 1647 "].

الاستماع

يجهل معظم الناس اليوم أهمية الإصغاء، وخاصة فى ظل التطورات الإقتصادية والسلوكية وما يلزم تلك التطورات من سرعة واستغلال للوقت، فضلاً عن سرعة دوران عجلة الزمان "غياب البركة فى الوقت"، ورغم ذلك فإن الإصغاء له تأثير عظيم فى مجال العلاقات الإجتماعية والعملية والدبلوماسية، ومن هنا فالإنصات الجيد جزء لا يتجزء من الحديث الفعال، فهو وسيلة لكسب ثقة الناس وتأييدهم، الأمر الذى دعى خبراء التنمية البشرية إلى الإعتقاد بأن الإصغاء فن وأنه أساس كل حديث جيد.

والأن نعرض لأهم آداب الأصغاء من خلال منهجنا الإسلامى:-

❖ الانصات باهتمام وتركيز:-

أول آداب الاستماع هو الانصات ومتابعة المتحدث وعدم مقاطعته، فهذا من قبيل الاحترام والتقدير وهو وسيلة فعالة فى كسب القلوب وترك انطباعاً جيداً واثراً حسناً، فإن المتحدث يشعر بالإيناس والطمأنينة إذا بدا على مستمعه الإنصات والرغبة فى الإستماع ، فكم من شخصية ترجع جاذبيتها الى قدرتها على الإنصات بتركيز وإقبال ، وظهورها بمظهر المهتم بما يقال، وفى المقابل كم من شخصية لا يحب الناس مجالستها ويغتمون لحضورها ليس إلا أن صاحبها لا ينصت لهم فيشعرون بأنه لايقدر حديثهم ولا يعبأ بكلامهم، والإنسان بطبعه يهتم بنفسه وبرغباته أكثر من أى شيء أخر، وكما قيل إذا أردت أن تكون مهماً فكن مهتماً.

ولنا فى رسولنا صلى الله عليه وسلم أسوة، فما قاطع متحدثاً قط حتى مع المخالفين له فى الرآى والاعتقاد، كان يسمع وبعد أن ينتهوا، يرد عليه بما يناسبهم.

وكان العلماء يقولون: أول أبواب العلم الاستماع. ومن الحقائق المتعارف عليها فى علم النفس، أن الإنسان يفكر بأضعاف السرعة التى نتحدث بها، لذلك

فإن العقول تكون فى حالة سباق مع الصمت، ومن ثم فالمستمع أقوى من المتحدث، وقد وجه القرآن الى المسلمين الأمر بالإنصات أمام القرآن، للتفكر والتبدبر ونيل الرحمة والهداية، قال تعالى " **وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ**" {الأعراف:204}.

ومن الجدير بالذكر أن الإنصات ليس بالشيء الهين، فالإنسان مجبول على الكلام ومدفوع إلى الرغبه فى الصدارة والتميز، فتجد الكثيرين لا يصبرون أمام هذا الدافع فيحاولون التحدث بدلاً من الإستماع، والعاقل هو الذى يتذكر اثار الإنصات فيكبت جماح نفسه، ومن هنا كانت التأكيد على أهمية الصبر.

❖ تجنب الاستماع إلى الغيبه، الكلام القبيح:-

كما حرم الشرع أن يغتاب المسلم أخاه، حرم كذلك أن يستمع إلى غيبه أخيه دون أن ينكر على قائلها، قال تعالى: " **وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ** " { المؤمنون: 3 }، وقال تعالى: " **إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا** " { الاسراء: 36 }، وعن أبى الدرداء – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " من رد عن عرض أخيه، رد الله عن وجهه النار يوم القيامه " [1].

فمن تمام المرؤة وحسن الخلق، أن يذب المرء عن عرض أخيه وأن يدفع عنه ما يسؤه فى غيبوبته، لأن عدم الذب فيه إقرار، والمقر بالشيء كمن فعله أو شارك فيه.

وسمعك صن عن سماع القبيح كصون اللسان عن النطق به
فإنك عند سماع القبيح شريك لقائله فانتِه

❖ البشاشة والوجه الطلق:-

من آداب الاستماع تحلى المستمع بالبشاشه والوجه الطلق، وتجنب العبوس والكأبة، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا تحقرن من المعروف شيئاً،

[1] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 6262 "].

ولو أن تلقى أخاك بوجه طليق " [1]، وقال صلى الله عليه وسلم: " تبسمك فى وجه أخيك صدقة وأمرك بالمعروف ونهيك عن المنكر صدقة الحديث [2].

الإبتسامة تبث الطمأنينة والإرتياح، تعمل على توسيع دائرة العلاقات الإجتماعية، ولها تأثير فعال فى امتصاص الغضب وكسر الحدة والعنف، لذلك قال الصينيون إذا لم تستطع أن تبتسم فلا تفتح دكاناً.

❖ حفظ السر: -

السر عهد يعهد به المتحدث إلى المخاطب، والله أمر بالوفاء بالعهود، قال تعالى: " **وَأَوْفُواالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْئُولًا** " { الاسراء: 34 }، وقال تعالى: " **إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آَمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآَخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ** " { النور: 19 }.

إفشاء الإسرار من أخطر الوسائل التى تثير الفتن وتفضى الى البغض لأنه ما سمى سراً إلا لخطروة انتشاره وذيعه، والأنسان بطبعه يميل إلى الفضفضة بالهموم والملمات لعله يجد من يريح عنه ويطمئنه، لذلك جعل الإسلام السر أمانة. ومن هنا تجد الأمين على الأسرار يقبل عليه الناس ويفتحون له قلوبهم ثقة فيه.

قال أنس بن مالك أسر إلى النبى صلى الله عليه وسلم سراً فما أخبرت به أحداً بعده ولقد سألتنى أم سليم فما أخبرتها به [3]. وعن جابر بن عبدالله – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا حدث الرجل بالحديث ثم التفت فهى أمانه " [4].

---

[1] [رواه مسلم " 2626 "، والترمذى، وإبن ماجة].

[2] [رواه الترمذى وإبن حبان فى صحيحه، وحسنه الالبانى فى صحيح الترغيب والترهيب " 1716 "].

[3] [رواه البخارى " 6289 "، ومسلم " 2482 "].

[4] [رواه أبو داود والترمذى، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 1090 "].

وقيل: كتمان الاسرار يدل على جواهر الرجال، وكما أنه لا خير فى آنيه لانمسك ما فيها، فكذلك لا خير فى إنسان لا يمسك سره.

قال الحسين بن عبد الله:

لا يكتم السر إلا كل ذى خطر والسر عند كرام الناس مكتوم

والسر عندى فى بيت له غلق قد ضاع مفتاحه والباب مردوم

المجالس

هيئة الجلوس

❖ صفة الجلوس:-

صفة الجلوس وهيئته لها تأثير بالغ على الفرد وجلسائه، حيث أن الجلسة التى لايراعى فيها راحة الإعضاء واستقامتها يبدوا على صاحبها الإضطراب والتوتر وعدم الإستقرار والثقة بالنفس، مما يؤثر على أسلوبه فى الحديث وطريقة تفكيره وتفاعله مع جلسائه، و الجلسة التى توحى بالغرور وعدم الإكتراث بالجلساء لا شك أنها تؤدى إلى النفور والبغض بين الجالسين،وعلى النقيض فإن الجلسة المعتدلة توحى بالإحترام والتقدير للأخرين، وتعبر عن الثقة بالنفس.

لذلك ينبغى أن يراعى فى الجلوس راحة الأعضاء واستقرارها، والتواضع فى الجلوس بما لا يفضى إلى النفور والكراهية، ولنا فى رسول الله أسوة حسنة، فقد كان صلى الله عليه وسلم إذا جلس تواضع فى جلسته و لم يترفع فيها، وكان يستقيم ظهره فى جلسته وتستقر باقى الاعضاء، فكانت جلسته تتسم بالسكون

والخشوع، حتى أن من يراه لأول وهله ربما إرتعد من هذا السكون، فقد كان يجلس محتبياً ومتربعاً.

وكان من تواضعه ألا يمد قدمه فى وجوه الجالسين بل كان يجلس عيهما، يدل على ذلك حديث جبريل، يقول عمر بن الخطاب رضي الله عنه قال بينما نحن جلوس عند رسول الله صلى الله عليه وسلم إذ طلع علينا رجل شديد بياض الثياب شديد سواد الشعر لا يرى عليه أثر السفر ولا يعرفه منا أحد حتى جلس إلى النبي صلى الله عليه وسلم فأسند ركبتيه إلى ركبتيه ووضع كفيه على فخذيه فقال يا محمد أخبرني عن الإسلام فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: أن تشهد أن لا إله إلا الله وأن محمدا رسول الله وتقيم الصلاة وتؤتي الزكاة وتصوم رمضان وتحج البيت... الحديث [1].

ومن صور التواضع ايضاً ألا يميز نفسه بشيء دون الجالسين، ففى قصة اسلام عدى بن حاتم، يروى أنه قدم علي النبى صلى الله عليه وسلم فدعاه إلى مترله فألقت إليه الجارية وسادة يجلس عليها فجعلها بينه وبين عدي وجلس على الأرض. قال عدي: فعرفت أنه ليس بملك وكان.

وعن قيلة بنت مخرمة أنها رأت رسول الله صلى الله عليه وسلم في المسجد وهو قاعد القرفصاء. قالت: فلما رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم المتخشع أرعدت من الفرق [2]. وعن جابر بن سمرة – رضى الله عنه – قال: أن النبى صلى الله عليه وسلم كان إذا صلى الفجر جلس فى مُصلاه حتى تطلع الشمس [3]، وهذه الجلسه، يوصى بها المختصين اليوم ويسمونها بجلسه " اليوجا "، ويعددون من فوائدها، وقد وجهنا النبى صلى الله عليه وسلم إليها من أكثر من ألف عام.

---

[1] [رواه مسلم (8)، وأصحاب السنن إلا النسائى]

[2] [رواه أبو داود، والترمذى، وصححه الألبانى فى صحيح أبى داود (4847)]

[3] [رواه مسلم " 670 "، وأبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 4747 "].

وكان النبى صلى الله عليه وسلم يجلس محتبياً، والاحتباء كما قال إبن منظور هوأن يضم الانسان رجليه إلى بطنه بقوب يجمعها به من ظهره ويشد عليها، قال: وقد يكون الاحتباء باليدين عوض الثوب وإنما نهى عنه لأنه إذا لم يكن عليه إلا ثوب واحد ربما تحرك أو زال الثوب فتبدو عورته ومنه الحديث والاحتباء حيطان العرب أى ليس فى البرارى حيطان فإذا أرادو أن يستندوا إحتبوا لان الاحتباء يمنعهم من السقوط ويصير لهم كالجدار.

وقد نهى النبى صلى الله عليه وسلم عن التحامل على أحد الاعضاء تحاملاً يضر بهذا العضو، عن الشديد بن سويد – رضى الله عنه – قال: مر بى رسول الله صلى الله عليه وسلم وأنا جالس هكذا، وقد وضعت يدى اليسرى خلف ظهرى وإتكأت على أليه يدى، فقال: " أتقعد قعدة المغضوب عليهم [1].

❖ من كان متكئاً وأراد الحديث فليقعد:-

كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يتكأ من تعب أو للراحه، فإذا حدثه أحد وأراد أن يجيبه قعد، وقد صنف البخارى باباً خاصاً بهذا الامر سماه " من إتكأ بين يدى أصحابه "، قال خباب: أتيت النبى صلى الله عليه وسلم وهو متوسد برده قلت: ألا تدعو الله؟ فقعد.

عن عبدالرحمن بن أبى بكرة، عن أبيه، قال: كنا عند رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: " ألا أُخبركم بأكبر الكبائر؟ قالوا: بلى يا رسول الله، قال: " الاشراك بالله وعقوق الوالدين " وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم متكئاً فجلس فقال: " ألا وقول الزور " فما زال يكررها حتى قلنا ليته سكت [2]، وفى الباب أحاديث أخرى نكتفى بما ذكرناه.

وهذا من عظيم خلقه صلى الله عليه وسلم أن يعتدل لمن يحدثه، وصدق الله إذ يقول: " **وَإِنَّكَ لَعَلى خُلُقٍ عَظِيمٍ** " { القلم:4 }، ولنا فيه أُسوة حسنه.

---

[1] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4058 "].

[2] [رواه البخارى " 6273 " " 6274 "، ومسلم " 87 "].

❖ أكرم المجالس جهه القبله:-

عن أبى هريره – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إن لكل شى
سيداً، وإن سيد المجالس قبالة القبله " [1].

لانها الجهه التى يتوجه إلى الله بها، وهى جهة الصلاة، فتحصل بركه الجلوس بالتوجه إليها.

❖ الاستلقاء:-

ورد فى الاستلقاء أحاديث ظاهر الاختلاف منها: -

عن جابر بن عبدالله أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهى عن إشتمال الصماء والاحتباء فى ثوب واحد وأن يرفع الرجل إحدى رجليه على الاخرى وهو مستلق على ظهره [2].

وعن عبدالله بن زيد – رضى الله عنه – أنه رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم مستلقياً فى المسجد واضعاً إحدى رجليه على الاخرى [3].

يدل ظاهر الحديثين على الاختلاف، لكن المحققين من العلماء وفقوا بينهم، فقد قال النووى فى شرحه للحديث الاول (شرح صحيح مسلم)؛ قال العلماء: أحاديث النهى عن الاستلقاء رافعاً إحدى رجليه على الاخرى محمولة على حالة تظهر فيها العورة أو شئ منها، وأما فعله صلى الله عليه وسلم فكان على وجه لا يظهر منها شئ، وهذا لابأس به، ولاكراهه فيه على هذه الصفحه.

---

[1] [رواه الطبرانى فى الاوسط وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2645 "].

[2] [رواه مسلم " 2099 "، وأصحاب السنن].

[3] [رواه البخارى " 475 "، ومسلم " 2100 "].

ولابد أن يؤخذ فى الاعتبار أن إستلقاء الرسول صلى الله عليه وسلم كان فى وقت الاستراحه لا عند إجتماع الناس، ولا عند حديثه معهم، لما هو معروف عنه صلى الله عليه وسلم من الجلوس بين الناس بالوقار والسكينه.

صفات المجلس

وضع الإسلام صفات للمجلس الصالح والمجلس السيىء صيانة للمؤمن ووقاية له، نظراً للآثار البالغة التى تلحق بالفرد من جلسائه خيراً كان أو شراً، فالإنسان يتأثر بأفكار قرنائه لا محالة، لذلك قال النبي صلى الله عليه وسلم محذراً: " الرجل على دين خليله فلينظر أحدكم من يخالل[1] "

❖ عدم مجالسة العصاة والسفهاء ومجالسة الصالحين:-

مثل النبى صلى الله عليه وسلم الأثار التى تلحق الفرد من جلسائه بحامل المسك ونافخ الكير، فالجلوس مع حامل المسك آثاره طيبة أقلها الرائحة الطيبة التى تشرح الصدر وتبعث على السرور والبهجة، أما الجلوس مع نافخ الكير فأقل ضرر ينجم عنه الرائحة الخبيثة، التى تثير الغم والهم. قال صلى الله عليه وسلم فى حديث أبي موسى رضي الله عنه:" إنما مثل الجليس الصالح والجليس السوء كحامل المسك ونافخ الكير فحامل المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه وإما أن تجد منه ريحا طيبة ونافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد منه ريحا خبيثة[2]"

وقد أمر الله عز وجل بالابتعاد وعدم مجالسة العصاة والمستهزئين بالدين، قال تعالى: " **وَإِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي**

---

[1] [رواه أبو داود والترمذي وصححه الألبانى فى صحيح فى صحيح أبى داود (4833)]

[2] [رواه البخارى (5534)، ومسلم(2628)]

حَدِيثٍ غَيْرِهِ وَإِمَّا يُنْسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرَى مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ " { الانعام: 68 }.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من قعد مقعداً لم يذكر الله تعالى فيه كانت عليه من الله ترة، ومن إضطجع مضطجعاً لا يذكر الله تعالى فيه كانت عليه من الله ترة " [1].

❖ الحرص على ذكر الله:-

ينبغى على الجلوس أن يراعوا أن لا يخلوا مجلسهم من ذكر الله تبارك وتعالى، حتى لا يأتى هذا المجلس عليهم حسرة وندامة يوم القيامة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما من قوم يقومون من مجلس لا يذكرون الله تعالى فيه إلا قاموا عن مثل جيفة حمار وكان لهم حسرة " [2]، فقد شبه مثل هذه المجالس الخاليه من ذكر الله بجيفة الحمار، كأبشع ما يكون حالها.

وقال صلى الله عليه وسلم أيضاً: " ما جلس قوم مجلساً لم يذكروا الله تعالى فيه و لم يصلوا على نبيهم فيه إلا كان عليهم ترة، فإن شاء عذبهم، وإن شاء غفر لهم " [3].

ومما لاشك فيه أن ذكر الله يكسب النفوس الطمأنينه، والسكون، قال تعالى: " **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ** " { الرعد: 28 }، فإن إطمأنت قلوبهم سلمت أقوالهم من الغيبه والنميمه وقلوبهم من الغل والحقد والحسد.

---

[1] [رواه ابو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4065 "].

[2] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4064 "].

[3] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الترمذى " 2691 "].

❖ الاقبال على مجالس الذكر والعلم: -

حث النبى صلى الله عليه وسلم صحابته على الاقبال على مجالس الذكر والعلم ومجالس العلماء والصالحين، فمثل هذه المجالس تهذب النفوس وتجدد الايمان وتقويه، وهى فى الجمله لاتخلوا من منفعة، فعن أبى سعيد الخدرى – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " لا يقعد قوم يذكرون الله عز وجل إلا حفتهم الملائكه، وغشيتهم الرحمه ونزلت عليهم السكينه، وذكرهم الله فيمن عنده "[1].

وعنه صلى الله عليه وسلم أنه قال: " ما جلس قوم يذكرون الله عز وجل إلا ناداهم مناد من السماء: قوموا مغفور لكم قد بدلت سيأتكم حسنات "[2]، والاحاديث فى هذا الموضوع كثيره نكتفى بما ذكرناه.

❖ مراعاة نفسيات الجالسين:-

نهى النبى صلى الله عليه وسلم ألا يتحدث إثنين من الجلوس فى أُمور خاصه ويتركوا ثالثهم، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا كانوا ثلاثة فلا يتناجى إثنان دون واحد "[3].

أما إذا كانوا أكثر من ثلاثة فلا بأس إن تناجى ويسر إثنين منهم لبعضهم البعض، قال صلى الله عليه وسلم: " إذا كنتم ثلاثة فلا يتناجى رجلان دون الاخر حتى تختلطوا بالناس من أجل أن يحزنه "[4].

فبينت هذان الحديثان مدى رحمه النبى صلى الله عليه وسلم بأمته ومراعاته لأحاسيسهم ومشاعرهم، كما يبدوا من هذان الحديثان أيضاً مدى حرصه صلى

---

[1] [رواه مسلم " 2700 "، والترمذى، وأبو داود، وإبن ماجة].

[2] [رواه الطبرانى فى الاوسط، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2210 "].

[3] [رواه البخارى " 6288 "، ومسلم " 2183 "].

[4] [رواه البخارى " 6290 "، ومسلم "2184 "].

الله عليه وسلم على درء البغض والكراهيه والوقايه من أمراض النفوس التى تنشأ من جراء الاستهانه بمثل هذه الادآب.

آداب الدخول على الجماعة والجلوس بينهم:

❖ التوسع فى المجالس:-

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انْشُزُوا فَانْشُزُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ** " { المجادله: 11 }، هذه الايه تحث المسلمين على عدم المزاحمه وتضيق المجالس، خاصه المجالس التى يلتف فيها الناس حول واحد منهم، الاولى أن توسع المجالس حتى يأخذ الكل حقه فى المتابعه والمشاركه فى المجلس إن اتيح.

ففيها فوائد عظيمة لهذه الامه منها الرحمة ونشر المودة والتعاون ومراعاة الاخرين، فالمسلمين ينبغى أن يراعى بعضهم بعضاً حتى فى المجالس، حتى يفسح الله لهم فى الدنيا والاخره، ومنه قوله صلى الله عليه وسلم: " خير المجالس أوسعها " [1].

❖ كراهه قيام الرجل من مجلسه والجلوس فيه:-

نهى النبى صلى الله عليه وسلم على من جاء إلى المجلس أن يقيم أحداً من مكانه ليجلس فيه، فعن إبن عمر – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى اله عليه وسلم: " لا يقيمن أحدكم رجلاً من مجلسه ثم يجلس فيه ولكن توسعوا وتفسحوا " وكان إبن عمر إذا قام له رجل من مجلسه لم يجلس فيه [2].

---

[1] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 3285 "].

[2] [رواه البخارى " 911 "، ومسلم " 2177 "].

هكذا تتجلى عظمة هذا المنهج فى المساواه بين الناس ومراعاة الحقوق، قال الامام بن حجر فى شرحه لهذا الحديث: والحكمه فى هذا النهى منع إستنقاص حق المسلم المقتضى للضغائن، والحث على التواضع المقتضى للمواددة، وأيضاً فالناس فى المباح كلهم سواء، فمن سبق إلى شئ إستحقه، ومن إستحق شيئاً فأخذ منه بغير حق فهو غصب والغصب حرام، فعلى هذا قد يكون بعض ذلك على سبيل الكراهة وبعضه على سبيل التحريم.

❖ حال الجلوس بين إثنين:-

لا يجوز لرجل أن يفرق بين إثنين فى الجلوس بينهما إلابإذنهما، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم فى حديث عمرو بن شعيب: " لا يحل لرجل أن يفرق بين إثنين إلا بإذنهما " وفى روايه أخرى لابى داود " لا يجلس بين رجلين إلا بإذنهما " [1]، وذلك من كمال الادب وحفظ المودة ونبذ الكراهيه ومراعاة الخصوصيات، وقد شدد النبى صلى الله عليه وسلم فى النهى حيث قال " لايجوز " إدراكاً لما يحدثة هذا السلوك المشين من آثاراً نفسيه وإجتماعيه.

❖ جلوس الرجل حيث ينتهى به المجلس:-

عن جابر بن سمرة – رضى الله عنه – قال: كنا إذا أتينا النبى صلى الله عليه وسلم جلس أحدنا حيث ينتهى [2].

ففى هذا الحديث تنبيه على أدب من آداب المجالس، حرص عليه الصحابه رضوان الله عليهم وأهملناه فى عصرنا هذا؛ فينبغى أن يجلس الرجل حيث ينتهى المجلس ولا يزاحم الجالسين ويتخطى رقابهم.

---

[1] [رواه ابو داود، والترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 7656 "].

[2] [رواه أبو داود، والترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح أبى داود " 4040 "].

وعن سلمان الفارسى – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لايغتسل رجل يوم الجمعة ويتطهر ما إستطاع من طهر ويدهن من دهنه أو يمس من طيب بيته ثم يخرج فلا يفرق بين إثنين ثم يصلى ما كتب له ثم ينصت إذا تكلم الامام إلا غفر له ما بينه وبين الجمعة الاخرى " [1]، فقد حرص رصول الله صلى الله عليه وسلم على ألا يفرق بين المسلمين أحد حتى ولو كان للصلاة.

❖ إذا رجع الرجل فهو أحق بمكانه:-

عن أبى هريرة – رضى الله عنه – أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " إذا قام أحدكم من مجلسه ثم رجع إليه فهو أحق به " [2].

من مراعاة الحقوق، أن المرء أحق بمجلسه إذا عاد إليه، فقد نبه النبى صلى الله عليه وسلم على هذا الحق، لان مثل هذه الممارسات قد تثير الغضب والكره بين المسلمين، فقضى النبى صلى الله عليه وسلم عليها.

وقد نكر النبى صلى الله عليه وسلم المجلس ليفيد عموم مجالس المسلمين، وأن هذا الحق ثابت فى جميع مجالس المسلمين، لان آثاره ثابته لا تتغير من مجلس لآخر.

وللعلماء رأيين فى حكم مفارقة من قعد إذا رجع الاول، البعض على أنه مستحب وهو مذهب الامام مالك، والبعض حمله على الوجوب، ورجح الامام النووى الاخير.

❖ القيام للداخل: –

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من أحب أن يتمثل له الناس قياماً، فليتبوأ مقعده من النار " [1].

---

[1] [رواه البخارى " 883 " وأطرافه " 910 "، وأحمد].

[2] [رواه مسلم " 2179 "، وأبو داود، وإبن ماجة].

وقال العلامه الالبانى فى تعليقه على هذا الحديث قال: فقه الحديث:

دلنا هذا الحديث على أمرين:-

الاول: تحريم حب الداخل على الناس القيام منهم له، وهو صريح الدلاله بحيث أنه لايحتج إلى بيان.

والآخر: كراهة القيام من الجالسين للداخل، ولو كان لا يحب القيام، وذلك من باب التعاون على الخير، وعدم فتح باب الشر، وهذا معنى دقيق دلنا عليه راوى الحديث معاويه – رضى الله عنه –، وذلك بإنكاره على عبد الله بن عامر قيامه له، وإحتج عليه بالحديث وذلك من فقه الدين، وعلمه بقواعد الشريعه، التى منها " سد الزرائع "، ومعرفته بطبائع البشر، وتأثرهم بأسباب الخير والشر، فإنك إذا تصورت مجتمعاً صالحاً كمجتمع السلف الاول، و لم يعتادو القيام بعضهم لبعض، فمن النادر أن تجد فيهم من يحب هذا القيام الذى يرديه فى النار، وذلك لعدم وجود ما يذكره به وهو القيام نفسه، وعلى العكس من ذلك إذا نظرت إلى مجتمع كمجتمعنا اليوم، قد إعتادوا القيام المذكور، فإن هذه العادة لا سيما مع الاستمرار عليها فإنها تذكره به، ثم إن النفس تتوق إليه وتشتهيه حتى تحبه، فإذا أحبه هلك، فكان من باب التعاون على البر والتقوى أن يترك القيام، حتى لمن نظنه أنه لا يحبه خشية أن يجره قيامنا له إلى أن يحبه، فنكون قد ساعدناه على هلاك نفسه وهذا لايجوز.

❖ القيام من المجلس:-

وعى من أراد القيام من المجلس، أن يسلم على جلسائه، سبق الاشاره إليه فى آداب السلام،

---

[1] [رواه أبو داود، والترمذى ، والطحاوى فى شكل الاثار، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 357 "].

❖ كفارة المجلس:-

جعل رسول الله صلى الله عليه وسلم، الذى لاينطق عن الهـــوى، للمســـلمين حال قيامهم من مجالسهم دعاء هو بمثابة الكفارة للمجلس الذى ربما إشتمل علـــى لغط.

فعن أبى هريره – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من جلس فى مجلس فكثر فيه لغطه فقال قبل أن يقوم من مجلسه ذلك: سبحانك اللهم وبحمدك أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك، إلا غُفر له ما كان فى مجلسه ذلك " [1].

وعن أبى برزه – رضى الله عنه – قال: كان رسول الله صلى الله عليه وســـلم يقول بآخره إذا أراد أن يقوم من المجلس: " سبحانك اللهم وبحمدك أشـــهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك، فقال رجل: يا رسول الله إنك لتقول قولاً مـــا كنت تقوله فيما مضى؟ قال: " ذلك كفارة لما يكون فى المجلس " [2].

---

[1] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى صحيح الجامع " 619 "].

[2] [رواه أبو داود، والحاكم فى مسندركه، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 4068 "].

آداب الطريق

الطريق هو عباره عن ممر عام من حق الجميع أن يستفيدوا منه دون أن يتعرضوا للأذى أو المضايقات، لهذا حذر الشرع الحكيم من الجلوس فى الطرقات، حتى لايعرض الجالسين الماره لآى مضايقات، ونظراً لحاجه الناس إلى الجلوس فى الطرقات من بيع وشراء أو غير ذلك من ضروريات الحياة، وخص النبى صلى الله عليه وسلم الجلوس فيها رحمة منه بالمسلمين، ولكن مع مراعاة الاداب المتعلقه به.

جمعها النبى صلى الله عليه وسلم فى حديث واحد، فعن أبى سعيد الخدرى – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " إياكم والجلوس فى الطرقات " قالوا: يارسول الله مالنا بد إنما هى مجالسنا نتحدث فيها، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " فإذا أبيتم إلا المجلس، فأعطوا الطريق حقها " قالوا: وما حق الطريق يارسول الله؟ قال: " غض البصر، وكف الاذى، ورد السلام، وامر بالمعروف ونهى عن المنكر " [1].

وعن أبى طلحه زيد بن سهل – رضى الله عنه – قال: كنا قعوداً بالأفنيه نتحدث.فجاء رسول الله صلى الله عليه وسلم فقام علينا فقال: " ما لكم ولمجالس الصعدات؟إجتنبوا مجالس الصعدات " فقلنا: إنما قعدنا لغير ما بأس: قعدنا نتذاكر ونتحدث. قال: " إما لا فأدوا حقها، غض البصر، ورد السلام، وحسن الكلام " [2].

---

[1] [رواه البخارى " 2465 " وأطرافه " 6229 "، ومسلم " 2121 "].

[2] [رواه مسلم " 2161 "، وأحمد].

وعن عمر – رضى الله عنه – قال: " إياكم والجلوس فى الصعدات (وفى روايه: الطرق) فإن كنتم لابد فاعلين، فاعطوا الطريق حقه"، قيل: وما حقه؟ قال: " غض البصر، ورد السلام وإرشاد الضال " [1].

وذكر الالبانى فى تعليقه على الاخير عدة روايات، وفى روايه لأحمد: عن أبى سعيد به لكنه ذكر مكان كف الاذى، وأرشدوا السائل، ولفظ أبى طلحه (ذكرناه)....، وورد عن أبى هريرة بلفظ: غض البصر وإرشاد الضال وتشميت العاطس إذا حمد الله ورد التحيه، وفى حديث البراء بلفظ: فردوا السلام وأعينوا المظلوم وأهدوا السبيل، وفى حديث إبن عباس ولفظه: فردوا السلام وغضوا البصر وإهدوا السبيل وأعينوا على الحموله.... وفى حديث وحشى بلفظ: فردوا السلام وغضوا ابصاركم وإهدوا الاعمى وأعينوا المظلوم.

وهذه الآداب هى:-

1. غض البصر
2. رد السلام
3. كف الاذى
4. الامر بالمعروف والنهى عن المنكر
5. إرشاد الضال أو إبن السبيل
6. حسن الكلام
7. تشميت العاطس إذا حمد ورد التحيه
8. إعانه المظلوم
9. الاعانه عى الحموله
10. هداية الاعمى
11. ذكر الله كثيراً

[1] [رواه النسائى فى السنن الكبرى، وصححه الالبانى فى السلسلة الصحيحة " 2501 "].

فهذه إحدى عشر خصله مستقاة من كلام سيد المرسلين تمثل آداب الجلوس فى الطرقات والافنيه التى تعم جميع المسلمين، وإذا كانت هذه الآداب موجهه إلى الجيل الذى عاصر الوحى وصاحب رسول الله صلى الله عليه وسلم، فما بالنا بهذا الجيل، الذى إنتشر فيه الفساد وغابت القيم والآداب الاسلاميه من حياتهم إلا من رحمه الله، فحرى بنا أن نلقن آبنائنا وطلابنا هذه الآداب فى البيوت والمؤسسات العلميه والاجتماعيه ليشبوا عليها ويعتادوها، حتى نقضى على بعض الظواهر المنحرفه التى ظهرت وتفشت فى طرقاتنا وما يفعله شباب النواصى من مضايقات ومعاكسات للماره.

كما أن هذه الآداب تدل على حضارة هذه الامه وصلاحيتها لقيادة العالم إذا تمسكت بدينها، فما ينادى به أصحاب الحريات والحقوقيين أقل بكثير من هذه الحقوق التى وضعها المعصوم عليه الصلاة والسلام.

آداب المشى

❖ الاعتدال فى المشى:-

قال تعالى: " **وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ** " { لقمان: 19 }، فالاعتدال والتوسط شأن الاسلام من كل شئ حتى فى المشى، لان فى الاسراع تعريض الانسان نفسه بذلك للتهلكه وعدم الاكتراث بما يقابله، وإذا فوجئ بعارض فى الطريق من جدار أو دابه أو إنسان أو غير ذلك، ربما لايستطيع مع الاسراع أن يتحكم فى رد فعله، كما أن فى الابطاء ضياع للوقت وتأخير للمواعيد، وربما أدى به طول الوقت إلى النظر حوله فلا يأمن مع ذلك الفتنه، فكان الاقتصاد أولى.

وإليك بعض الاحاديث التى تصف مشيه رسول الله صلى الله عليه وسلم: –

عن على بن أبى طالب – رضى الله عنه – قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم.... إذا مشى تكفأ تكفؤاً كأنما ينحط من صبب لم أر قبله ولا بعده مثله صلى الله عليه وسلم [1]، وفى روايه: إذا مشى تقلع.

وعن إبن عباس – رضى الله عنهما – مرفوعاً أنه صلى الله عليه وسلم " كان يمشى مشياً يعرف فيه أنه ليس بعاجز أو كسلان " [2].

تدل هذه الاحاديث على أن مشية رسول الله صلى الله عليه وسلم كانت مشيه تكفؤ وقد وصف الامام على – رضى الله عنه – هذه المشيه، بأنه كانما ينحط من صبب، والصبب هو الموضع المنحدر، أما التقلع فهو الارتفاع من الارض، فكان يرفع رجليه رفعاً بائناً، وقال بن منظور فى لسان العرب: قال إبن عباس أراد به أنه قوى البدن فإذا مشى فكأنه يمشى على صدر

قدميه من القوة وأنشد:-

الواطئين على صدر نعالهم يمشون فى الدفئ والابراد

وقال إبن القيم: والتقلع: الارتفاع من الارض بجملته، كحال المنحط من الصبب، وهى مشية أولى العزم والهمة والشجاعة، وهى أعدل المشيات وأروحها للاعضاء، وأبعدها من مشية الهوج والمهانة والتماوت، فإن الماشى، إما أن يتماوت فى مشية ويمشى قطعة واحدة كأنه خشبة محمولة، وهى مشية مذمومة قبيحة، وإما أن يمشى بإنزعاج وإضطراب مشى الجمل الاهوج، وهى مشيه مذمومة أيضاً، وهى دالة على خفة عقل صاحبها، ولا سيما أن كان يكثر الالتفات حال مشيه يميناً وشمالاً [3].

---

[1] [رواه الترمذى، وصححه الالبانى فى فى المشكاه " 5790 "].

[2] [رواه المخلص فى فوائد المنتقاه، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2140 "].

[3] [زاد الميعاد، ج " 1 "، ص " 70 "].

وكره بعض السلف المشى البطئ الذى يشعر بضعف صاحبه، فكان عمر بن الخطاب إذا مشى أسرع، ورأى – رضى الله عنه – شاباً يمشى رويداً، فقال: ما بالك أأنت مريض؟ قال: لا يا أمير المؤمنين، فعلاه بالدرة وأمره أن يمشى بقوه "

ومما لاعجب فيه ولا دهشة لاننا تعودنا أن كل ما كان يفعله رسول الله صلى الله عليه وسلم، يأتى به العلم الحديث على سبيل الاختراع والابتكار، ولا يعلم أصحاب هذه الابحاث أن الاسلام سبق العلم إليها، فيوصى علماء التربية الرياضية من خلال ما توصلوا إليه من أبحاث بهذه المشيه التى دعا إليها ديننا الحنيف.

❖ النسلان لمن يشكو التعب من المشى:-

وجه النبى صلى الله عليه وسلم أصحابه حينما شكوا إليه التعب من المشى إلى مشيه النسلان، وهى الاسراع فى المشى، فمن آداب المشى الاسراع فيه لمن يمشى مسافات طويله حتى لايجد مشقه وإعياء فيه، وهى وصيه رسول الله صلى الله عليه وسلم لأصحابه، ويوصى بها المختصون اليوم، فمن يسرع فى المشى يكون كل همه فى الاسراع وبالتالى لايشعر بمشقة المشى.

فعن جابر بن عبد الله – رضى الله عنه – قال: شكا ناس إلى النبى صلى الله عليه وسلم المشى فدعا بهم وقال: " عليكم بالنسلان " فنسلنا فوجدناه أخف علينا [1].

وغجتمع المشاه من أصحابه، فقالوا نتعرض لدعوات رسول الله صلى الله عليه وسلم وقد إشتد السفر، وطالت المشقه، فقال لهم رسول الله صلى الله عليه وسلم:

---

[1] [رواه الحاكم فى مستدركه وقال صحيح على شرط مسلم ولم يخرجاه، والبيهقى فى السنن الكبرى، والطبرانى فى الاوسط، خزيمه فى صحيحه، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 465 "].

" إستعينوا بالنسل، فإنه يقطع عنكم الارض، وتخفون له "، قال (جابر بن عبد الله روى الحديث) ففعلنا، فخففنا له [1].

❖ المشى فى سكينة ووقار:-

قال تعالى: " **وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا** " { الفرقان: 63 }، مدح الله تبارك وتعالى أولئك الذين يمشون مشياً هيناً أى فى سكينه ووقار، وشرفهم سبحانه أيما تشريف بإن إضافتهم إلى إسم من أسمائه.

ومن آداب المشى أيضاً بالاضافه إلى المشى فى وقار وسكينه أن يصاحب ذلك بالعفو وعدم الاكتراث بالجاهلين، الذين يبتعون إزعاج الناس ومضايقاتهم بالقول أو بالفعل، فالمؤمن ينبغى أن لايقف عند كل هفوه ويقيم عليها مشكلة، فمثل هذه المشكلات كثيرة جداً فى طرقاتنا ووسائل المواصلات، تقوم المعارك بين المسلمين بسبب إصطدام أحد الركاب بالاخر وهكذا.

فقد غابت عن أكثرنا إلا من رحمه الله ثقافة الاعتذار وقبول الاعتذار، وهذا لايتناسب مع قوله تالى: " **وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا** " { الفرقان: 63 }، فينبغى على المسلمين أن يلتزموا بهذا الادب القرآنى.

❖ عدم الالتفات:-

من آداب المشى عدم الالتفات يميناً ويساراً، لان ذلك يتنافى مع السكينه والوقار، وربما وقع بصره على عورة غيره، كما أنه قد يؤذى نفسه كأن يتعثر فى حجر لم يراه أو يقع فى حفره أو غير ذلك.

---

[1] [رواه بن حبان فى صحيحه، وأبو يعلم فى مستنده، وصححه الالبانى فى الصحيحه " 2574 "].

وبالاضافه إلى ذلك فكثرة الالتفات من شيم اللصوص، فينبغـــى للمســـلم أن يتأنى بنفسه عن هذه الخصله القبيحة.

فعن جابربن عبدالله أن رسول الله صلى الله عليه وسلم " كـــان إذا مشـــى لم يلتفت " [1]، وعن إبن عباس أيضاً أن النبى صلى الله عليه وسلم " كان إذا مشـــى مشى مجتمعاً ليس فيه كسل " [2].

❖ إذا إضطر الالتفات إلتفت جميعاً:-

فى هذه الحاله ينبغى الالتفات بجميع الجسد، إقتداء بالنبى صلى الله عليه وسلم، فعن عوف

أن النبى صلى الله عليه وسلم " كان لايضحك إلا تبسماً ولا يلتفت إلا جمعاً " [3].

فهذا هو سمت النبى صلى الله عليه وسلم فإذا أراد أن يلتفت لعـــارض مـــا لم يلوى رأسه فقط بل يلتفت بجميع جسده، فإن فى الالتفات بالرأس فقط يدل على خفه وطيش صاحبه.

❖ المشى مع الناس:-

إذا كان إثنين:-

قال إبن عقيل: من مشى مع إنسان فإن كان أكبر منه وأعلم مشى عن يمينـــه يقيمه مقام الامام فى الصلاه وإذا كان سواء إستحب أن يخلى له عن يساره حـــتى لايضيق عليه جهة البصاق والامتخاط.

أما إذا كانوا جماعة:-

---

[1] [رواه الحاكم فى المستدرك، والالبانى فى الصحيحه وصححه" 2086 "].

[2] [رواه أحمد، وصححه الالبانى فى تصحيحه للحديث السابق " 2086 "].

[3] [رواه بن سعد، وقال الالبانى مرسل صحيح فى تعليقه على الحديث السابق].

فلافضل أن يمشوا على جانب أكبرهم وأعلمهم تقديراً وإحتراماً له وإحتفاء به ففى مسلم فى أول حديث فى كتاب الايمان أن يحيى بن يعمر وحميد بن الرحمن أكتفا عبدالله بن عمر أحدهما عن يمينه والاخر عن شماله، فهكذا فعل هذين التابعين مع إبن عمر – رضى الله عنهما – الصاحبى.

❖ التواضع وعدم التبختر والتخايل:-

حرم الله سبحانه وتعالى الكبر، وذم المتكبرين وتوعدهم بأشد العذاب، ووصى الله تبارك وتعالى المسلمين على لسان لقمان – عليه السلام – فى وصيته لابنه، بعدم التخايل والتبختر فى المشى، قال تعالى: " **وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ** " { لقمان: 18 }.

وقال تعالى أيضاً موصياً نبيه صلى الله عليه وسلم: " **وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا** " { الاسراء: 37 }، والمرح هو شدة الفرح، أى لاتمشى فرحاً معجباً بنفسك متكبراً، ثم يعلل سبحانه عن ذلك للنبى بقوله: " **وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا** " أى بوطئك عليها، فحرى بك التواضع وعدم الكبر والتحايل.

❖ غض البصر عما حرم الله:-

فيحرم عليه النظر إلى الاجنبيات والكشف عن عوراتهم، قال تعالى: " **قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ** " { النور: 30 }، وكذا الحال مع النساء فقال تعالى: " **وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ** " { النور: 31 }.

وعن أبى هريره – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال: " إن الله كتب على إبن آدم حظه من الزنا أدرك ذلك لا محالة فزنا

العين النظر وزنا اللسان المنطق والنفس تمنَّ وتشتهى والفرج يصدق ذلك كله أو يكذبه " [1].

❖ إلقاء السلام:-

سبق الحديث عنه فى آداب السلام.

❖ مراعاة نظافة الطريق وسلامته:-

من الاداب التى حث عليها الاسلام، المحافظه على الطريق بكل ما تشمله هذه الكلمه من معان وأساليب، فمنها إزالة الاذى من أحجار وقاذورات وغيره، وكذلك عدم رش الطرقات بالماء والاشياء التى تسبب الانزلاق، وكذلك عدم إحداث الضوضاء وإشعال النيران لما تحدثه من دخان وسخونه، لقوله صلى الله عليه وسلم فيما رواه بن عباس: " لاضرر ولا ضرار " [2].

ويستحب لكل من رآى أذى بالطريق أن يزيله إن إستطاع، لان إماطه الاذى عن الطريق إحدى شعب الايمان.

فعن أبى هريره – رضى الله عنه – عن النبى صلى الله عليه وسلم قال: " الايمان بضع وسبعون أو بضع وستون شعبه فأفضلها قول لا إله إلا الله وأدناها إماطه الاذى عن الطريق والحياء شعبه من الايمان " [3].

---

[1] [رواه البخارى " 6243 " وأطرافه " 6612 "، ومسلم " 2657 "].

[2] [رواه بن ماجه والدارقطنى وصححه الالبانى فى الارواء " 896 "].

[3] [رواه البخارى " 9 "، و مسلم " 35"].

وجعل البخارى لهذا الموضوع باباً فى كتاب المظالم والغصبه سماه إماطــه الاذى، وروى فيه عن أبى هريره – رضى الله عنه – عن رسول الله صلى الله عليه وسلم: " يميط الاذى عن الطريق صدقه ".

الاســتــئــذان

قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْنِسُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ** " { النور: 27 }.

- ❖ على كل مؤمن أن يستأذن قبل الدخول على بيت غيره، للنهى الصــريح فى الآيه ، ويرى جمهور الفقهاء أن الاستئذان واجب أما الســلام فهــو مندوب.
- ❖ وإن رأى القادم أحداً من أهل البيت سلم ثم إستأذن، وإن لم يرى أحــداً قَدم الاستئذان على السلام.
- ❖ الاستئذان يكون ثلاث مرات فقط، فإن لم يؤذن للداخل بعدها إنصرف، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا إستأذن أحدكم ثلاثــاً فلــم يؤذن لهُ فليرجع " [1].
- ❖ بعد المره الثالثه إن لم يرد عليه أحد، أو قيل له إرجع، فليرجع ولا يدخل، لان فى الرجوع طهارة ورقى فى خُلق الداخل، لان فى الالحاح وكثــرة الاستأذان كسر لحياء أصحاب البيت وإحراجاً لهم، ربما تكون أحــوالهم لاتسمح بدخول أحد عليهم، ومن الممكن مع كثرة الاستإذان يأذنوا لــه ويبدوا منهم أمامه ما يكره، فتسؤ العلاقه بينــهم وهــذا لايتماشــى ولا

[1] البخارى " 6245 "، ومسلم " 2154 "].

يتوافق مع مبادئ الشريعه الاسلاميه، قال تعالى: " **فَإِنْ لَمْ تَجِدُوا فِيهَا أَحَدًا فَلَا تَدْخُلُوهَا حَتَّى يُؤْذَنَ لَكُمْ وَإِنْ قِيلَ لَكُمُ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ** " { النور: 28 }.

❖ ظاهر الآيه يدل على أن أصحاب البيوت " الزوج والزوجه " ليس عليهم إستئذان لانه يجوز يجوز بينهم من الامور ما لايجوز مع غيرهم، ولكن الافضل الاستئذان حتى لايفاجئ أحدهما الاخر بما يكره أن يراه عليه، وذلك حتى لايكون القصد من ذلك تخوين بعضهم البعض وإلتماس العثرات، عن جابر بن عبد الله – رضى الله عنهما – قال: " كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يكره أن يأتى الرجل أهله طروقاً " [1]، وهذا الحديث وغيره يوضح مدى حرص النبى صلى الله عليه وسلم على دعم العلاقه بين الزوجين والحفاظ على الثقه التى بينهم، حتى لا تضطرب الحياه الزوجيه كما أن معظم الخلافات الزوجيه تنشأ من فقدان الثقه بين الزوجين.

❖ ينبغى للمستأذن ألا يقف مواجهاً للباب، ولكن يقف على يمينه أو يساره، حتى إذا فتح الباب لا ينكشف أمامه شئ، ولان غض البصر هو الغايه التى من أجلها شرع الاستإذان، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إنما جعل الاستئذان من أجل البصر " [2]، وعن عبد الله بن بشر قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أتى باب قوم لم يستقبل الباب من تلقاء وجهه ولكن من ركنه الايمن أو الايسر ويقول: " السلام عليكم السلام عليكم " وذلك أن الدور لم يكن عليها يومئذ ستور [3]، وقد نهى الرسول صلى الله عليه وسلم أن يتعمد الرجل النظر فى بيت غيره، عن

---

[1] [البخارى " 5243 "، ومسلم " 715 "].

[2] [رواه البخارى " 6242 "، ومسلم " 2153 "].

[3] [رواه أبو داود، وصححه الالبانى فى صحيح أبو داود " 5186 "].

عمر – رضى الله عنه – قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لو أن رجلاً إطلع وقال مره لو أن إمرأ إطلع بغير إذنك فحذفته بحصاه ففقأت عينه ما كان عليك جُناح " [1]، ويتجلى من خلال هذا الحديث حرص النبى صلى الله عليه وسلم على ستر العورات، وحفظ الخصوصيات.

❖ ومن آداب الاستإذان آيضاً أن لايقول المستأذن " أنا " فى الرد على صاحب المترل وإنما يذكر إسمه، بما يجعله يدرك شخصيته، حتى لايختلط الامر على صاحب البيت، وذلك من تمام الاستئذان الذى شرعه الله، عن جابر – رضى الله عنه – قال: أتيت النبى صلى الله عليه وسلم فدققت الباب، فقال: " من هذا؟ " فقلت: أنا، فقال: " أنا أنا؟ " كأنه كرهها [2]، وعن أبى ذر – رضى الله عنه – قال: خرجت ليله من الليالى فإذا برسول الله صلى الله عليه وسلم، يمشى وحده، فجعلت أمشى فى ظل القمر، فإلتفت فرآنى، فقال: " من هذا؟ " فقلت: أبو ذر [3].

❖ هذه بالنسبه للبيوت المسكونه، أما البيوت التى ليس بها سكان أو الاماكن العامه فلا حرج فى دخولها بغير إستئذان.

❖ أما الاطفال الذين لم يبلغوا الحلم، الذين هما فى مرحله الصبا، ولم يصلوا إلى سن التكليف إلا أنهم يعرفون معنى العورة، فهؤلاء مسموح لهم بالدخول بدون إذن فى جميع الاوقات إلا فى أوقات الراحه التى يهيئ الانسان نفسه فيها للنوم فيتحلل من ملابسه.

وهى ثلاث أوقات سماهم القرآن عورات وهما: –

1. قبل صلاة الفجر.
2. وقت القيلوله.

---

[1] [رواه أحمد، والبيهقى فى الكبرى، وصححه الالبانى فى الارواء " 1428 "].

[2] [رواه البخارى " 6250 "، ومسلم " 2155 "].

[3] [رواه البخارى " 6443 "، ومسلم " 94 "].

3. بعد صلاة العشاء.

❖ فهذه الاوقات لا يجوز للصبيان الدخول فيها بدون إذن، كما يجب على الاولياء والمربين تعويدهم على أداب الاستئذان فى هذه الاوقات.

الزيارة

الزيارة من أهم عوامل جلب المحبة والألفة بين المسلمين، وتقوية الروابط والعلاقات الإجتماعية، وهي مستحبة في الظروف العادية بخلاف المجاملة في الأفراح أو المرض أو العزاء، هذه الزيارات لها أحكام خاصة، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من عاد مريضاً أو زار أخاً نادى مناد: أن طبت وطاب ممشاك وتبوأت من الجنة متزلاً " [1].

وقيل: المحبة شجرة أصلها الزيارة، وقيل أيضاً ثلاثة تورث المحبة: الزيارة – الأدب – الهدية، وقال بعض البلغاء: الزيارة عمارة المودة.

وقد عبر عنها الشاعر قائلاً:

أزور محمداً فإذا التقينا تكلمت الضمائر في الصدور

فأرجع لم ألمه و لم يلمني وقد رضي الضمير عن الضمير

وحتى تأتي الزيارة بثمارها المرجوة، فلها آداب لابد أن تؤخذ في الاعتبار:

---

1 [رواه الترمذى، وحسنه الالبانى فى صحيح الترمذى " 2008 "].

❖ أن يكون الغرض منها المحبة في الله:

فعن معاذ بن جبل قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " يقول الله تعالى: وجبت محبتي للمتحابين في والمتبادلين في والمتزاورين في اليوم أظلهم في ظلي يوم لا ظل إلا ظلي " [1].

وعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم: أن رجلاً زار أخاً له في قرية أخرى فأرصد الله له على مدرجته ملكاً. فلما أتي عليه قال: أين تريد؟ قال: أريد أخاً لي في هذه القرية. قال: هل لك عليه من نعمة تربها؟ قال: لا غير أني أحبه في الله عز وجل. قال فناداني رسول الله إليك بأن الله قد أحبك كما أحببته فيه ".[2]

هذه هي الزيارة التي يثيب الله تبارك وتعالى عليها، أما ما يفعله بعض الماديين وأرباب الدنيا من تغير هذا الهدف إلى هدف مادي بحت، فهؤلاء إذا انقطعت أو انتهت المصالح بينهم فلا زيارة ولا سؤال، فتنقطع بينهم العلاقة بمجرد إنتهاء المصالح، فهؤلاء قد قال فيهم النبى صلى الله عليه وسلم فيما رواه أنس أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " من كانت نيته طلب الآخرة جعل الله غناه في قلبه وجمع له شمله وأتته الدنيا وهي راغمة ومن كانت نيته طلب الدنيا جعل الله الفقر بين عينيه وشتت عليه أمره ولا يأتيه منه إلا ما كتب له[3]. وقد صدق رسول الله فلا تجد هؤلاء إلا مبعثرون مشتتون مضطربون لا تجد لهم ولياً حميماً، لايثقون فى أحد، محملون بالهموم والغموم.

---

1 [رواه أحمد، وصححه الالبانى فى المشكاه " 5011 "].

2 [رواه مسلم " 2567 " وغيره].

[3] [رواه أحمد، والترمذى، و صححه الألبانى فى الصحيحة" 404"]

❖ تحديد موعد مسبق للزيارة:

من آداب الزيارة الاطمئنان والإحساس بتقبل المزور لهذه الزيارة، ويتم ذلك بتحديد موعد مسبق لهذه الزيارة حتى يستعد لها المزور بتفريغ وقت لها وتجهيز مكاناً للزيارة وإعداد ما يلزم لها قال تعالى: " **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْنِسُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ** " (النور: 27).

فقد فسر بعض العلماء الاستئناس بأنه الاستئذان قبلها بوقت كاف والبعض الآخر قال المراد به الاستئذان وهو واقف أمام البيت وعلى كلاٍ فقد سهلت وسائل الإعلام والاتصالات الحديثة من عملية الاستئذان، فينبغي يستئذن الزائر قبل الخروج من بيته متجهاً إلى بيت المزور، فإن أحس في كلامه الترحيب والسرور قدم والا فلا، لأنه ربما كان على موعد آخر وتحرج من رفض الزيارة، فينبغي أن يلحظ ذلك الزائر في الاستئذان. والله أعلم.

❖ مراعاة آداب الاستئذان عند الوصول:

وسبق الكلام عنها بالتفصيل في آداب الاستئذان.

❖ اختيار الوقت المناسب للزيارة:

من آداب الزيارة أن **يتحين الزائر الوقت المناسب** للزيارة فلا تكون في أوقات الراحة ولا أوقات العمل فهناك أوقات يتعارف عليها الناس تصلح للزيارة وتختلف باختلاف البيئات، فينبغي التماسها، وكذلك تخير الأيام المناسبة، فلا تكون في

أوقات صلة الرحم فمعلوم أن بعض الناس يخيرون يوماً لصلة الرحم يتنوع بتنـــوع البيئات والظروف أيضاً.

❖ لتكن الزيارة غباً:

ومن آدابها أيضاً الإقلال منها وعدم تكرارها قبل مرور وقت تشـــتاق فيـــه النفوس إليها، فالهدف منها المحبة والشيء إذا زاد عن حده انقلب الى ضده وقـــد كره الله الإسراف والمسرفين.

وقد حث النبي صلى الله عليه وسلم على ذلك حتى تزداد المحبة بين المسلمين وتأتى الزيارة بثمارها، فعبد الله بن عمرو قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " زر غباً تزدد حباً " [1].

وقال الشاعر:

عليك بإغباب الزيارة إنهـــا إذا كثرت صارت إلى الهجر مسلكاً

ألم تر أن الغيث يسأم دائماً ويســـأل بـــالأيدي إذا هو أمسكا

ويقال: الإكثار من الزيارة ممل، والإقلال منها مخل، وقيل: قلة الزيارة أمان من الملالة والملامة.

❖ الإقلال من وقت الزيارة:

ينبغي على من زار قوماً ألا يطول في وقت الزيارة، وأن يراعي ظروف المزور وألا يثقل عليه بالتطويل في وقتها، حتى لا يسأم ويمل المزور من الزائر، فربما كـــان مشغولاً بأمور تهمه، أو احتاج إلى قضاء حاجة، أو له ارتباطات أخرى.

---

1 [رواه الطبراني بإسناد جيد وصححه الألباني في صحيح الترغيب " 2583 "].

فعن أنس بن مالك – رضي الله عنه – قال: عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال لما تزوج رسول الله صلى الله عليه وسلم زينب بنت جحش دعا القوم فطعموا ثم جلسوا يتحدثون وإذا هو كأنه يتهيأ للقيام فلم يقوموا فلما رأى ذلك قام فلما قام قام من قام وقعد ثلاثة نفر فجاء النبي صلى الله عليه وسلم ليدخل فإذا القوم جلوس ثم إنهم قاموا فانطلقت فجئت فأخبرت النبي صلى الله عليه وسلم أنهم قد انطلقوا فجاء حتى دخل فذهبت أدخل فألقى الحجاب بيني وبينه فأنزل الله: "**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتَ النَّبِيِّ إِلَّا أَنْ يُؤْذَنَ لَكُمْ إِلَى طَعَامٍ غَيْرَ نَاظِرِينَ إِنَاهُ وَلَكِنْ إِذَا دُعِيتُمْ فَادْخُلُوا فَإِذَا طَعِمْتُمْ فَانْتَشِرُوا وَلَا مُسْتَأْنِسِينَ لِحَدِيثٍ إِنَّ ذَلِكُمْ كَانَ يُؤْذِي النَّبِيَّ فَيَسْتَحْيِي مِنْكُمْ وَاللَّهُ لَا يَسْتَحْيِي مِنَ الْحَقِّ وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ وَمَا كَانَ لَكُمْ أَنْ تُؤْذُوا رَسُولَ اللَّهِ وَلَا أَنْ تَنْكِحُوا أَزْوَاجَهُ مِنْ بَعْدِهِ أَبَدًا إِنَّ ذَلِكُمْ كَانَ عِنْدَ اللَّهِ عَظِيمًا** " { الاحزاب: 53 } [1].

❖ لا يدخل الزائر إلا في وجود المزور:-

ينبغي ألا يدخل الزائر بيت المزور في غيابه، حتى لو كانوا أقارباً للزوجة لما رواه عبد الله بن عمرو بن العاص، أن نفراً من بني هاشم دخلوا على أسماء بنت عميس، فدخل أبو بكر الصديق، وهي تحته يومئذ فرآهم، فكره ذلك فذكر ذلك لرسول الله صلى الله عليه وسلم وقال: لم أر إلا خيراً. فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إن الله قد برأها من ذلك " ثم قام رسول صلى الله عليه وسلم على

1 [البخارى (4791)، ومسلم (1428)]

المنبر فقال: " لا يدخلن رجل بعد يومي هذا، على مغيبة، إلا ومعه رجل أو اثنان " [1]

❖ إطعام الزائر:

يستحب للمزور أن يطعم زائره فقد وردت أحاديث صحيحة تفيد في أن الصحابة كانوا يأكلون إذا تزاوارو، وقد أفرد الامام البخاري باباً فيمن زار قوماً فطعم عندهم في كتاب الأدب أورد فيه أن سلمان زار أبا الدرداء في عهد النبي صلى الله عليه وسلم فأكل عنده، وقال ابن بطال في شرحه لهذا الباب من تمام الزيارة أن يقدم للزائر ما قصر، وهو مما يثبت المودة ويزيد في المحبة.

❖ دعاء الزائر للمزور إذا أكل عنده:

يجوز أن يأكل الزائر إذا قدم له المزور الطعام، ويستحب للزائر أن يدعوا للمزور.

فعن أنس بن مالك –رضي الله عنه – أنا رسول الله صلى الله عليه وسلم – زار أهل بيت من الإفطار فطعم عندهم طعاماً فلما أراد أن يخرج أو بمكان من البيت فنصح له على بساط فصلى عليه ودعا لهم [2]. وذلك نوع من الإعتراف بالفضل واسداء الجميل وشكر المحسن ودعوة لإستمرار المودة ورسوخها.

---

1 [رواه مسلم (2173)، والترمذي (29)]

2 [رواه البخاري " 6080 "، أبو داود، ابن ماجة].

الضيافة

❖ حكمها:

قال النووي: قد اجمع المسلمون على الضيافة، وأنها من متأكدات الاسلام، ثم قال الشافعي ومالك وأبو حنيفة –رحمهم الله تعالى – والجمهور: هي سنة ليست بواجبة، وقال الليث وأحمد: هي واجبة يوماً وليلة، وقال أحمد – رضى الله عنه – هي واجبة يوماً وليلة على أهل البادية وأهل القرى دون اهل المدن، وتأول الجمهور هذه الأحاديث وأشباهها على الاستحباب ومكارم الاخلاق وتأكد حق الضيف كحديث " غسل الجمعة واجب على كل محتلم " أي متأكد الاستحباب، وتأولها الخطأبي – رضى الله عنه – وغيره على المضطر، والله أعلم [1].

❖ الحكمة منها:

إكرام الضيف من مكارم الاخلاق، التي مدح الله تعالى أصحابها، وحث النبي صلى الله عليه وسلم عليها، وأرسى قواعدها، تعبيراً عن قيمة الرحمة، وامتثالاً للايثار والمواساة وترسيخاً للأخوة، فهي صلة للأرحام، ومودة بين الأخوان والجيران وإعانة لابن السبيل والمحتاج، فهي تبث المحبة في نفوس المسلمين، وتنشر المودة والالفة بينهم فيتحقق معها الوحدة والتماسك الاجتماعي.

---

[1] [شرح النووي على مسلم وباب الضيافة].

❖ فضلها:-

مدح الله تبارك وتعالى ابراهيم عليه السلام قائلاً: " **وَلَقَدْ جَاءَتْ رُسُلُنَا إِبْرَاهِيمَ بِالْبُشْرَى قَالُوا سَلَامًا قَالَ سَلَامٌ فَمَا لَبِثَ أَنْ جَاءَ بِعِجْلٍ حَنِيذٍ** " { هود:69 }، وقال تعالى: " **هَلْ أَتَاكَ حَدِيثُ ضَيْفِ إِبْرَاهِيمَ الْمُكْرَمِينَ** " { الذاريات: 24 }، وكان ابراهيم عليه السلام أول من ضيف الضيوف، فعن أبي هريرة مرفوعاً: " كان أول من ضيف الضيف ابراهيم، وهو أول من اختتن على رأس ثمانين سنة واختتن بالقدوم " [1].

وعلى ذلك فاكرام الضيف سنة قديمة من سنن الانبياء وحث عليها النبي صلى الله عليه وسلم ونفر من تركها فقال: " لا خير فيمن لا يضيف " [2].

آدابـــها:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرم ضيفه جائزته يوم وليلة والضيافة ثلاثة أيام فما بعد ذلك فهو صدقة ولا يحل له أن يثوي عنده حتى يحرجه " [3].

فمن هذا الحديث يتبين لنا آداب الضيافة:

1- اتحاف الضيف واكرامه في اول يوم بليلته من اقامته عنده، فيتكلف له بالبر والالطاف والاكرام.

2- وما بقي من الثلاثة ايام يقدم له ما حضره ولا يزيد على عادته، واختلف العلماء فيما إذا كان اليوم الاول داخل ضمن الثلاثة ايام ام لا.

---

1 [أخرجه الالباني في الصحيحة و حسنه "725 "].

2 [رواه أحمد، وصححه الألباني في الصحيحة " 2434 "].

3 [سبق تخريجه].

3- الزيادة على الثلاثة ايام صدقة يجزي عليها صاحب البيت وذلك إذا لم يكره صاحب البيت هذه الزيادة ولا يحل للمضيف ان يزيد على الثلاثة الا باذنه.

❖ صنع الطعام:-

من آداب الضيافة تقديم الطعام الى الضيف والتكلف له وفق طاقته وقدر استطاعته فقد قال الحق تبارك وتعالى حكاية عن ابراهيم عليه السلام: " **وَلَقَدْ جَاءَتْ رُسُلُنَا إِبْرَاهِيمَ بِالْبُشْرَى قَالُوا سَلَامًا قَالَ سَلَامٌ فَمَا لَبِثَ أَنْ جَاءَ بِعِجْلٍ حَنِيذٍ** " {هود: 69 }، وقد أورد البخاري باباً في صحيحه بعنوان صنع الطعام والتكلف للضيف، وذكر فيه حديث أبي الدرداء فرأى أم الدرداء فقال لها: ما شانك؟ قالت: أخوك أبو الدرداء ليس له حاجة في الدنيا فجاء أبو الدرداء فصنع له طعاماً....." [1].

❖ استعمال أحسن الأخلاق، وترك الضجر عند الضيف:-

من كرم الضيافة أن يحسن المضيف التعامل مع أضيافه، وأن يستعمل معهم أحسن الاخلاق، وأن يترك الغضب والضجر أماهم، حتى لا يشعر الضيف بأنه غير مرغوب فيه من قبل المضيف.

فقد روى البخاري في باب (ما يكره من الغضب والجزع عند الضيف، حدثنا عياش بن الوليد حدثنا عبد الأعلى حدثنا سعيد الجريري عن أبي عثمان عن عبد الرحمن بن أبي بكر رضي الله عنهما أن أبا بكر تضيف رهطا، فقال لعبد الرحمن: دونك أضيافك فإني منطلق إلى النبي صلى الله عليه وسلم فافرغ من

[1] [البخاري " 6139 "، والترمذي " 2413 "].

قراهم قبل أن أجيء. فانطلق عبد الرحمن فأتاهم بما عنده فقال: اطعموا فقالوا: أين رب مترلنا؟ قال: اطعموا! قالوا: ما نحن بآكلين حتى يجيء رب مترلنا. قال: اقبلوا عنا قراكم فإنه إن جاء و لم تطعموا لنلقين منه. فأبوا، فعرفت أنه يجد علي فلما جاء تنحيت عنه فقال: ما صنعتم؟ فأخبروه. فقال: يا عبد الرحمن. فسكت، ثم قال: يا عبد الرحمن. فسكت، فقال يا غنثر أقسمت عليك إن كنت تسمع صوتي لما جئت فخرجت فقلت: سل أضيافك. فقالوا: صدق أتانا به. قال: فإنما انتظرتموني والله لا أطعمه الليلة، فقال الآخرون: والله لا نطعمه حتى تطعمه. قال لم أر في الشر كالليلة ويلكم ما أنتم لم لا تقبلون عنا قراكم هات طعامك فجاءه فوضع يده فقال باسم الله الأولى للشيطان فأكل وأكلوا " [1].

❖ يؤخذ من هذا الحديث جملة من الآداب منها:-

- جواز ترك المضيف ضيوفه مع من ينوب عنه، إذا كان لديه أمر هام، وهذا ما فعله الصديق رضى الله عنه فلا أهم من مقابلة رسول الله صلى الله عليه وسلم.
- تربية الابناء على الكرم وعلى حسن معاشرة الخلق
- ان يحرص المضيف على تناول الطعام مع اضيافه، وهذا السلوك من تمام الكرم والاحسان الى الضيف،وبه تتحقق المودة.
- ينبغي للمضيف أن يلوم أهله إذا احس منهم بالتقصير في بر الضيوف
- من تمام البر بالاضياف ان يترل المضيف على رغبتهم، وأن يترك التمادي في الغضب.

---

1 [البخاري "6140 "، ومسلم " 2057 "].

❖ عدم تقدم الضيف على صاحب المنزل في أمر من الأمور

لا ينبغي للضيف أن يتقدم على صاحب المترل برأي أو في أمر من الأمور، بل ينبغي للضيف أن يصبر الى ما يحمله عليه المضيف، لحديث ابن مسعود رضـــى الله عنه قال: قال لنا رسول الله عليه الصلاة والسلام: " يؤم القوم أقرؤهم لكتاب الله وأقدمهم قراءة، فإن كانت قراءتهم سواء، فليؤمهم أقدمهم هجرة فإن كـــانوا في الهجرة سواء فليؤمهم أكبرهم سناً، ولا يؤمن الرحل في أهله ولا في ســـلطانه، ولا تجلس على تكرمته في بيته، إلا أن يأذن لك أو بإذنه " [1].

يقرر النبي صلى الله عليه وسلم بهذا الحديث أن صاحب البيت أمير في بيتـــه، فينبغي ألا ينازعه في إمارته أحد، حفظاً للود، ووقاية مما قد يثار من كراهيـــة قـــد يكون منشأها التضييق على صاحب البيت في إدارته لأمر بيته وهذا الحق يدل على مدى سماحة الإسلام وعدله وحثه على احترام الحقوق وترتبيبه للأولويات.

❖ الأكل مع الضيف:

الأصل أن الأكل مع الضيف ليس من الواجبات، لحديث أنس –رضي الله عنه – قال كنت غلاماً أمشي مع رسول الله صلى الله عليه وسلم فدخل رســـول الله صلى الله عليه وسلم على غلام له خياط فأتاه بقصعة فيها طعام وعليه وباء فجعل رسول الله صلى الله عليه وسلم يتتبع الدباء قال: فلما رأيت ذلك جعلت أجمعه بين يديه قال: فأقبل الغلام على عمله قال أنس: لاأزال أصب الدباء بعد مـــا رأيـــت

1 [مسلم " 673 " وأصحاب السنن].

رسول الله صلى الله عليه وسلم صنع ما صنع [1]، ففي اقبال الغلام على عمله واقبال النبي صلى الله عليه وسلم على الطعام دلالة على ذلك، ولكن يستحب أن ياكل المضيف مع ضيفه إذا علم أن ذلك يكرمه وانه يستحسن منه ذلك، لحديث أبي بكر السابق.

❖ التكلف للضيف:-

نهى رسول صلى الله عليه وسلم أن يتكلف المضيف لضيفه بما هو فوق طاقته، ويزيد على استطاعته وقدرته، لحديث سلمان رضي الله عنه عن رسول الله صلى عليه وسلم انه قال: " لا يتكلف أحد لضيفه ما لا يقدر عليه " [2]، والحديث له طرق فمن طرقه، عن شقيق قال دخلت أنا وصاحب لي على سلمان رضي الله عنه، فقرب الينا خبزاً وملحاً، فقال: لولا أن رسول الله صلى الله عليه وسلم نهانا عن التكلف، لتكلفت لكم، فقال صاحبي: لو كان في ملحنا سعتر، فبعث بمطهرته الى البقال، فرهنها، فجاء بسعتر، فألقاه فيه، فلما أكلنا قال صاحبي: الحمد لله الذي قنعنا بما رزقنا. فقال سلمان: لو قنعت بما رزقت لم تكن مطهرتي مرهونة عند البقال [3].

ومن آداب الضيافة أيضاً أن لا يضار المضيف بضيفه، كأن يستدين له، أو أن يقدم له رأس ماله، كأن يذبح له ما يتغذى هو وأهله على لبنها، أو أن يرهن ماله من أجله، فهذا يتنافى مع قاعدة (لا ضرر ولا ضرار) كما أن فيه تكليف

---

[1] [البخاري "5435"، ومسلم "2041 "].

[2] [رواه الألباني وصححه في الصحيحة " 2440"].

[3] [نفس التخريج السابق].

للنفس فوق طاقتها ولا يكلف الله نفساً الا وسعها، ولانه يؤدي الى استثقال الضيف، ويحمل على الكراهية، وهذا يتنافى مع مقصود الضيافة.

عيادة المريض

❖ حكمها:

قال الصنعاني في سبل السلام: أما قوله " إذا مرض فعده [1]" ففيه دليل على وجوب عيادة المسلم للمسلم وجزم البخاري بوجوبها فقيل يحتمل إنها فرض كفاية، وذهب الجمهور الى انها مندوبة، ونقل النووي الإجماع على عدم الوجوب. انتهى.

واليك بعض النصوص الواردة فيها:

- عن أبي موسى الاشعري قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " أطعموا الجائع وعودوا المريض وفكوا العاني " [2].
- وعن البراء بن عازب رضي الله عنهما قال: أمرنا رسول الله صلى الله عليه وسلم بسبع ونهانا عن سبع نهانا عن خاتم الذهب ولبس الحرير والديباج والاستبرق وعن القس والميثرة وأمرنا أن نتبع الجنائز ونعود المريض ونفشي السلام " [3].

---

[1] الحديث " حق المسلم على المسلم ست: إذا لقيته فسلم عليه و إذا دعاك فأجبه و إذا استنصحك فانصح له و إذا عطس فحمد الله فشمته و إذا مرض فعده و إذا مات فاتبعه " صححه الألباني في صحيح الجامع "5462 ".

[2] [رواه البخاري " 5649 "، أبو داود "3105 "].

[3] [رواه البخاري "5650 "، ومسلم "2066 "].

- وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال حق المسلم على المسلم خمس: رد السلام، وعيادة المريض، واتباع الجنائز، وإجابة الدعوة، وتشميت العاطس " [1].
- وعنه أيضاً رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " إن الله عز وجل يقول يوم القيامة: يا ابن آدم مرضت فلم تعدني، قال: يارب كيف أعودك أنت رب العالمين؟ قال: أما علمت أن عبدي فلاناً مرض فلم تعده، أما علمت أنك لو عدته لوجدتني عنده؟... [2].

والأحاديث التي وردت في الامر بها كثيرة نكتفي بما أوردناه.

❖ أما فضلها:-

عن ثوبان رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: " إن المسلم إذا عاد أخاه المسلم لم يزيل في خرفة الجنة حتى يرجع " قيل: يا رسول الله وما خرفه الجنة؟ قال: جناها " [3].

وعن علي رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " ما من مسلم يعود مسلماً غدوة الا صلى عليه سبعون ألف ملك حتى يصبح وكان له خريف في الجنة " [4]، الحزين: هو الثمر المجتبى.

وعن جابر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من عاد مريضاً لم يزل يخوض الرحمة حتى يجلس فإذا جلس اغتمس فيها " [5].

---

[1] [رواه البخاري "1240 "، ومسلم "2162 "].

[2] [رواه مسلم "2569"].

[3] [رواه مسلم " 2586 "].

[4] [رواه الترمذي، وصححه الألباني في صحيح الجامع "5767 "].

[5] [رواه مالك، أحمد، وصححه الألباني في المشكاة "1581 "].

وعن معاذ بن جبل رضي الله عنه قال عهد الينا رسول الله صـــلى الله عليـــه وسلم في خمس من فعل واحدة منهن كان ضامناً على الله عزوجل من عاد مريضاً او خرج في جنازة او خرج غازياً في سبيل الله او دخل على امام يريد ذلك تعزيزه وتوقيره او قعد في بيته فسلم وسلم الناس منه [1].

وعن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه انه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " خمس من عملهن في يوم كتبه الله من أهل الجنة، من عاد مريضاً وشـــهد جنازة وصام يوماً راح الى الجمعة وأعتق رقبته" [2].

وعن أبي هريرة رضى الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من عاد مريضاً نادى مناد من السماء طبت وطاب ممشاك وتبوأت من الجنة متزلاً " [3].

❖ الحكمة منه:-

زيارة المريض تعد عامل من عوامل شفائه حيث يروِّح بها عن المريض وفيها تسلية ومواساة له، يستشعر من خلالها المريض مترلته عند الناس، نتيجة إهتمـــامهم به وانزعاجهم لمرضه، مما يؤدى به إلى التفاؤل وارتفاع معنوياته ومقاومته للمرض وعدم استسلامه له، و يولي العلم الحديث أمر الراحة النفسية للمريض عناية فائقة

---

[1] [رواه أحمد، والبزار، والطبراني، وابن خزيمة، وابن حبان، وصححه الألباني في الترغيب والترهيب " 1268 "].

[2] [رواه ابن حبان في صحيحه، وصححه الألباني في صحيح الترغيب والترهيب "3496 "].

[3] [رواه ابن ماجة، وصححه الألباني في صحيح ابن ماجه "1443 "].

حيث يعد الأطباء الاستقرار النفسي للمريض بأنه أول مراحل الشفاء، ولا يجدي العلاج مع القنوط واليأس مهما بلغ قوته.

فضلاً عن أنها تزيد من ارتباط افراد المجتمع المسلم وتعمق شعور الإحساس بالجسد الواحد فهي تبعث على المحبة وتزيد منالألفة و هى تعبيراً وامتثالاً للرحمة التى يجب أن تكون بين المسلمين.

فضلاً عن اشتمالها على فوائد للعائد، فهي تذكره بنعم الله عليه، حينما يرى من بلاه الله بالمرض فيستشعر نعمة الصحة ويتذكر ويشكر ربه ومن ثم يبادر بالتوبة إن كان مسيئاً وفيها أيضاً حث على الإكثار من عمل الخيرات وفعل الطاعات.

وقد اعتل الفضل بن سهل بخراسان ثم برأ فجلس للناس فهنئوه بالعافية وتصرفوا الكلام فلما فرغوا أقبل على الناس فقال: إن في العلل نعماً ينبغي للعاقل أن يعرفها: تمحيص الذنب والتعرض للثواب والايقاظ من الغفلة والاذكار بالنعمة في حال الصحة الاستدعاء للتوبة والحض على الصدقة وفي قضاء الله وقدره الخيار.

❖ عيادة النساء الرجال

قال الإمام البخاري في صحيحه - باب عيادة النساء الرجال، "وعادت أم الدرداء رجلاً من أهل المسجد من الأنصار- حدثنا قتيبة عن مالك عن هشام بن عروة عن أبيه عن عائشة أنها قالت لما قدم رسول الله صلى الله عليه وسلم المدينة وعك أبو بكر وبلال رضي الله عنهما قالت فدخلت عليهما قلت يا أبت كيف تجدك ويا بلال كيف تجدك قالت وكان أبو بكر إذا أخذته الحمى يقول:

كل امرئ مصبح في أهله والموت أدنى من شراك نعله

وكان بلال إذا أقلعت عنه يقول:

وهل تبدون لي شامة وطفيل بواد وحولي إذخر وجليل
وهل أردن يوما مياه مجنة ألا ليت شعري هل أبيتن ليلة

قالت عائشة فجئت إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فأخبرته فقال اللهم حبب إلينا المدينة كحبنا مكة أو أشد اللهم وصححها وبارك لنا في مدها وصاعها وانقل حماها فاجعلها بالجحفة " [1].

ومما سبق يجوز عيادة المرأة، ولكن إذا آمنت الفتنة، كأن تكون كبيرة في السن مثل أم الدرداء، وتكون العيادة في المسجد، أو أن تكون بحضرة محرم مثلما فعلت السيدة عائشة رضي الله عنها مع بلال رضي الله عنه فكان بحضرة أبيها ومعلوم أن بلال كان خادماً لأبيها وأعتقه، أما إذا لم تأمن الفتنة فلا، لأنها من باب سد الذرائع، فربما عادت رجلاً وأحس منها بالاهتمام فحدث نفسه وتحرك قلبه نحوها وذلك ما يأباه الإسلام.

عيادة الرجل المرأة:-

تجوز بنفس الشرط السابق فلا خلاف بين الموطنين.

عن أم العلاء رضي الله عنها قالت عادني رسول الله صلى الله عليه وسلم وأنا مريضة فقال: أبشري يا أم العلاء فإن مرض المسلم يذهب الله به خطاياه كما تذهب النار خبث الفضة " [2].

---

[1] [رواه البخاري "5654 "، ومسلم "1376 "].

[2] [رواه أبو داود، وصححه الألباني في الترغيب الترهيب " 3438 "].

❖ عيادة الصبيان:-

عن أسامة بن زيد قال: كنا عند النبي صلى الله عليه وسلم فأرسلت اليه إحدى بناته تدعوه وتخبره أن صبياً لها أو ابناً لها في الموت. فقال للرسول: " ارجع اليها فأخبرها أن الله ما أخذ وله ما أعطى وكل شيء عنده بأجل مسمى. فمرها فلتصبر ولتحتسب " فقال الرسول فقال: " إنها قد أقسمت لتأتينها " قال: فقام النبي صلى الله عليه وسلم وقام معه سعد بن عبادة ومعاذ بن جبل وانطلقت معهم. فرفع اليه الصبي ونفسه تقعقع كأنها في شنة ففاضت عيناه فقال له سعد: ما هذا يا رسول الله؟ قال: " هذه رحمة حبلها الله في قلوب عباده وإنما يرحم الله من عباده الرحماء " [1].

ويؤخذ من الحديث جواز عيادة الصبيان مواساة أهله، بدليل مصاحبة سعد ومعاذ وأسامة للنبي صلى الله عليه وسلم.

❖ عيادة الكافر:

عن أنس رضي الله عنها أن غلاماً ليهود كان يخدم النبي صلى الله عليه وسلم فمرض فأتاه النبي صلى الله عليه وسلم يعوده فقال " أسلم "، فأسلم " [2].

وقال البخاري في باب عيادة المشرك قال سعيد بن المسيب عن أبيه: لما حضر أبو طالب جار النبي صلى الله عليه وسلم قال ابن حجر: قال ابن بطال: انما تشرع عيادته إذا رجي أن يجيب الى الدخول في الاسلام، فأما إذا لم يطمع في ذلك فلا. انتهى. والذي يظهر ان ذلك يختلف باختلاف المقاصد فقد يقع بعيادته مصلحة

---

[1] [رواه البخاري "5655 "، ومسلم واللفظ له " 2923 "].

[2] [رواه البخاري "5657 "، وأبو داود].

أخرى. قال الماوردي عيادة الذمي جائزة، والقربة موقوفة على نوع حرمة تقترن بها من جوار أو قرابة [1]. انتهى.

ويبدو أن ما ذهب اليه ابن بطال هو الارجح لأنه صلى الله عليه وسلم دعا الصبي وأسلم ودعا عمه أيضاً، و لم يرد خلاف ذلك، والله أعلم.

آداب العيادة:

1. هي حقاً للمسلم يعرفه أو لا يعرفه:-

الأحاديث التي وردت في الأمر للعيادة، عامة، لا تخص القريب عن البعيد ولا من يعرفه على من لا يعرفه، لذلك فحكمها ينسحب على كل مريض.

2. تخفيف العيادة:-

يستحب ألا يطول العائد مدة العيادة. لئلا يثقل على المريض، الا إذا رغب المريض في ذلك.

3. تبدأ العيادة مع ظهور المرض:-

هذا هو الظاهر من الاحاديث الواردة فيها، أما الأحاديث التي وردت فى أن العيادة لا تكون الا بعد ثلاث فكلها ضعيفة.

4. أوقات العيادة:

يستحب أن تكون العيادة في أول النهار وفي آخره، للحديث الذي رواه الامام على بن أبي طالب في بيان فضل العيادة في الابكار والعشي والذي سبق ذكره، وكره العلماء العيادة في وسط النهار، وقال الامام أحمد هو ليس وقت

---

[1] [فتح الباري في شرح صحيح البخاري، باب عيادة المشرك].

عيادة، ونص الامام على أن العيادة في رمضان تكون ليلاً، لأنه ربما رأى من المريض ما يضعفه ولأنه أرفق بالعائد.

5. الدعاء للمريض:

يستحب أن يدعو العائد للمريض بالشفاء والعافية، فعن عائشة أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يعود بعض أهله يمسح بيده اليمنى ويقول " اللهم رب الناس، اذهب البأس، اشف أنت الشافي لا شفاء إلا شفاؤك، شفاءً لا يغادر سقماً " [1].

وعن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه – قال: عادني رسول الله صلى الله عليه وسلم – فقال: " اللهم اشف سعداً، اللهم اشف سعداً اللهم اشف سعداً " [2].

وعن ابن عباس رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه وسلم – قال: " من عاد مريضاً لم يحضره أجله فقال عنده سبع مرات: اسأل الله العظيم لرب العرش العظيم أن يشفيك، إلا عافه الله من ذلك المرض " [3].

6. استحباب تسلية المريض:

عن ابن عباس –رضي الله عنه – أن النبي صلى الله عليه وسلم – دخل على أعرابي يعوده، وكان إذا دخل على من يعوده قال: " لا بأس،طهور إن شاء الله " [4].

---

[1] [رواه البخاري " 5743"، ومسلم " 1291 "].

[2] [البخاري "1296 "، ومسلم "1628 "].

[3] [رواه أبو داود، والترمذي، وصححه الألباني في صحيح الجامع "6388"].

[4] [رواه البخاري "3616 "، "5656 "].

و السنة أن يتكلم العائد مع المريض بما يسليه ويهون عليه مصيبة مرضه، وأن يوصيه بالصبر، وأن يطيب نفسه بالكلمات الطيبة، وأن يذكره بأن المرض يكفر للذنوب إذا صبر المريض من غير سخط.

7. استحباب ترقية المريض:

عن أبي سعيد الخدري – رضي الله عنه – أن جبريل أتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا محمد اشتكيت؟ قال: نعم، قال: بسم الله أرقيك من كل شيء يؤذيك، من شر كل نفس أو عين حاسد، الله يشفيك، بسم الله أرقيك " [1].

وعن أنس –رضي الله عنه – أنه قال الثابت رحمه: ألا أرقيك برقية رسول الله صلى الله عليه وسلم؟ قال: بلى، قال: اللهم رب الناس، مذهب البأس، اشف أنت الشافي لا شفاء إلا شفاؤك، شفاءُ لا يغادر سقماً " [2].

8. توجيه المريض الى ما يصلحه:

عن أبي عبد الله عثمان بن أبي العاص –رضي الله عنه – أنه شكا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجعاً يجده في جسده. فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: ضع يدك على الذي تألم من جسدك وقل: بسم الله ثلاثاً – وقل سبع مرات: أعوذ بعزة الله وقدرته من شر ما أجد وأحاذر " [3]

وعن أبي سعيد الخدري وأبي هريرة رضي الله عنهما: أنهما شهدا على رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: " من قال: لا إله إلا الله والله أكبر صدقه ربه فقال لا إله إلا أنا وأنا أكبر وإذا قال لا إله إلا الله وحده قال يقول الله لا إله إلا أنا

---

[1] [رواه مسلم " 2186 "].

[2] [رواه البخاري " 5742 "].

[3] [رواه مسلم "2202 "].

وحدي وإذا قال لا إله إلا الله وحده لا شريك له قال الله لا إله إلا أنا وحـــدي لا شريك لي وإذا قال لا إله إلا الله له الملك وله الحمد قال الله لا إله إلا أنا لي الملـــك ولي الحمد وإذا قال لا إله إلا الله ولا حول ولا قوة إلا بالله قال لا إله إلا أنـــا ولا حول ولا قوة إلا بي وكان يقول من قالها في مرضه ثم مات لم تطعمه النار " 1.

[1] [رواه الترمذي، وصححه الألباني في صحيح الترمذى " 2727 "].

المصادر والمراجع

1. القرآن الكريم.
2. محمد سيد طنطاوى – التفسير الوسيط – دار السعادة
3. أنور الباز – التفسير التربوى – دار النشر للجامعات، مصر (2007)
4. الإمام البخارى، صحيح البخارى، الطبعة الاولى: دار البيان الحديثة(2002)
5. الإمام مسلم، صحيح مسلم، الطبعة الاولى: دار البيان الحديثة(2004).
6. أبوعبد الله أحمد بن حنبل – مسند أحمد – الطبعة الثانية: مؤسسة الرسالة (1999).
7. أبو داود السجستانى – سنن أبى داود – تحقيق محمد محيى الدين عبد الحميد، دار إحياء السنة النبوية.
8. محمد بن عيسى الترمذى – سنن الترمذى – تحقيق عبد الرحمن عثمان، القاهرة: دار الفكر.
9. إبن ماجة أبو عبد الله محمد بن يزيد القزوينى – سنن إبن ماجة – تحقيق محمد فؤاد عبد الباقى، القاهرة: دار الفكر.
11. أبو عبد الرحمن بن شعيب النسائى – سنن النسائى – ترقيم عبد الفتاح أبو غده، الطبعة الأولى، بيروت، (1986)
11. أبو عبد الرحمن بن شعيب النسائى – السنن الكبرى – بيروت: دار الكتب العلمية (1991).
12. محمد بن عبد الله الحاكم التيسابورى – المستدرك على الصحيحين – بيروت: دار الكتب العلمية (1990).

13. أبو القاسم سليمان إبن أحمد الطبرانى – المعجم الأوسط – القـاهرة: دار الحرمين (1415 هـ).
14. أبو القاسم سليمان إبن أحمد الطبرانى – المعجـم الصـغير – المكتـب الإسلامى، بيروت عمان: دار عمان (1985).
15. أبو القاسم سليمان إبن أحمد الطبرانى – المعجم الكبير – الطبعة الثانيـة، الموصل: مكتبة العلوم والحكم (1983).
16. محمد بن حبان – صحيح إبن حبان – مؤسسة الرسالة.
17. أبو نعيم أحمد بن عبد الله الأصبهانى – حاية الأولياء وطبقات الاصفياء – الطبعة الرابعة، بيروت: دار الكتاب العربى (1405 هـ).
18. أحمد بن الحسين البيهقى – السنن الكبرى – مكـة: مكتبـة دار البـاز (1994). - أحمد بن الحسين البيهقى – السنن الصغرى – مكتبة الدار.
19. أحمد بن الحسين البيهقى – شعب الإيمان – بيروت: دار الكتب العلميـة (1410 هـ)
21. أحمد بن الحسين البيهقى – الزهد الكبير – موقع جامع الحديث.
21. أبو بكر عبد الله بن محمد بن عبيد الملقب بإبن أبى الدنيا – التهجد وقيام الليل – الرياض: مكتبة الرشيد (1998).
22. أبو بكر عبد الله بن محمد بن عبيد الملقب بإبن أبى الدنيا – الجوع – موقع جامع الحديث.
23. 17- أحمد بن على أبو يعلى الموصلى – مسند ابى يعلى – دمشـق: دار المأمون للتراث (1984).
24. 19- مالك بن أنس - الموطأ – الطبعـة الاولى – دمشـق: دار القلـم (1991).
25. محمد بن إسحاق بن خزيمة – صحيح إبن خزيمة – بـيروت: المكتـب الإسلامى (1970).

26. على بن عمر أبو الحسن الدارقطنى – سنن الـــدارقطنى – بـــيروت: دار المعرفة (1966).

27. محمد ناصر الدين الالبانى – السلسلة الصـــحيحة – الريـــاض: مكتبـــة المعارف.

28. محمد ناصر الدين الالبانى – إرواء الغليل – الطبعـــة الثانيـــة، بـــيروت: المكتب الإسلامى (1985).

29. محمد ناصر الدين الالبانى – مشكاة المصابيح - الطبعة الثانية، بـــيروت: المكتب الإسلامى (1985).

31. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح أبى داود – الكويت: مؤسسة غراس للنشر والتوزيع (2002).

31. محمد ناصر الدين الالبانى – صـــحيح الترغيـــب والترهيـــب – الطبعـــة الخامسة، الرياض: مكتبة المعارف.

32. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح وضعيف الجامع الصـــغير – برنـــامج منظومة التحقيقات الحديثة المجانى – من إنتاج مركز نور الاســـلام لأبحـــاث القرآن والسنة بإلاسكندرية.

33. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح وضعيف أبى داود - برنامج منظومة التحقيقات الحديثة المجانى – من إنتاج مركز نور الاسلام لأبحاث القـــرآن والسنة بإلاسكندرية.

34. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح وضعيف إبـــن ماجـــة - برنـــامج منظومة التحقيقات الحديثة المجانى – من إنتاج مركز نور الاســـلام لأبحـــاث القرآن والسنة بإلاسكندرية.

35. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح وضعيف الترمذى - برنامج منظومة التحقيقات الحديثة المجانى – من إنتاج مركز نور الاسلام لأبحـــاث القـــرآن والسنة بإلاسكندرية.

36. محمد ناصر الدين الالبانى – صحيح وضعيف النسائى - برنامج منظومة التحقيقات الحديثة المجانى – من إنتاج مركز نور الاسلام لأبحاث القرآن والسنة بإلاسكندرية.

37. تحقيق محمد ناصر الدين الالبانى – الكلم الطيب لإبن تيمية – الطبعة الثالثة، بيروت: المكتب الإسلامى (1977).

38. سعيد أبو جيب – القاموس الفقهى لغة وإصطلاحاً – الطبعة الثانية، دمشق سورية: دار الفكر(1408 هـ).

39. محمد رواس قلعجى، حامد صادق قنيبى – معجم لغة الفقهاء – الطبعة الثانية: دار النفائس (1988).

41. محمد بن مكرم بن منظور – لسان العرب – بيروت: دار صادر.

41. السيد سابق فقه السنة، الطبعة الثانية، القاهرة: دار الفتح للإعلام العربى (1999).

42. محمد بن إسماعيل الصنعانى – سبل السلام – الطبعة الرابعة: مكتبة مصطفى البابى الحلبى (1960).

43. أبى حامد الغزالى إحياء علوم الدين، القاهرة: دار الحديث(2004).

44. محمد بن الحسن بن فرقد الشيبانى ألإكتساب فى الرزق المستطاب، القاهرة: مكتبة الاسرة (2008).

45. أبى عبد الله محمد بن أبى بكر المعروف بابن قيم الجوزية زاد الميعاد فى هدى خير العباد، الطبعة الاولى، القاهرة: مكتبة الرحاب (2007).

46. أبى عبد الله محمد بن أبى بكر المعروف بابن قيم الجوزية، تحفة المودود فى أحكام المولود، القاهرة: مكتبة التوفيقية.

47. أبى عبد الله محمد بن أبى بكر المعروف بابن قيم الجوزية مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، الطبعة الاولى، القاهرة: مكتبة الرحاب (2007).

48. شهاب الدين محمد الإبشيمىالمستطرف فى كل فن مستظرف، الطبعة الاولى، القاهرة: مؤسسة المختار(2006).

49. محمد بن أحمد بن سالم السفارينى غذاء الألباب شرح منظومة ألآداب، الطبعة الثانية، بيروت: دار الكتب العلمية (2002).

51. عبد الرحمن بن الجوزى، صيد الخاطر، تحقيق محمد الغزالى، نهضة مصر

51. موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة www.55a.net

52. روائع الطب الإسلامي، محمد نزار الدقر، موقع موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنةwww.55a.net

53. بحث قام به د/ محمد نزار الدكرنشرته موسوعة الإعجاز العلمى فى القرآن والسنة.

54. أبى زكريا يحيى بن شرف النووى، الأذكارالنووية، القاهرة: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

55. الإمام أبى زكريا يحيى بن شرف النووى، رياض الصالحين، القاهرة: مكتبة الصفا.

56. أحمد بن عبد الرحمن بن قدامة-مختصر منهاج القاصدين –مكتبة الصفا، القاهرة (2002).

57. مجموعة علماء، حقائق الإسلام فى مواجهة شبهات المشككين،المجلس الأعلى للشئون الإسلامية، (2008) الطبعة الخامسة، القاهرة

58. مجموعة علماء- فتاوى المرأة، وزارة الشئون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد بمنطقة تبوك منفذ حالة عمار (1414 هـ).

59. مجموعة علماء- فتاوى لأزهر إنتاج موقع وزارة الأوقاف المصرية www.islamic-council.com.

61. إبن مفلح، الآداب الشرعية، موقع الأسلام

61. غادة محمد سعيد الكرش وترهلات البطن عند النســـاء، الطبعـــة الاولى، القاهرة: دار الرضة(2004).

62. فؤاد السيسى كيف تقوى ذاكرتك وتتغلب على النسيان، القـــاهرة: دار القيروان (2009).

63. عائض بن عبد الله القرنى، لا تحزن، مكتبة العبيكان، الطبعة الحادية عشـــر (2009)

هذا الكتاب منشور في