

أم عبدالرحمن بنت مصطفى بخيت

# سباق القلوب

## إلى رمضان

رَبِّهِمْ لَأَنْزِلُنَا أَفْوَاجًا وَيُنَادِيهِمْ أَلِمْ لِيَوْمَ هَذَا بِلَا حِسَابٍ لَقَدْ أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرًا وَإِنَّ أَوْلَىٰ لِلسُّعَادِ لَأَنْزِلُنَا إِلَيْكَ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرًا وَإِنَّ أَوْلَىٰ لِلسُّعَادِ لَأَنْزِلُنَا إِلَيْكَ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرًا وَإِنَّ أَوْلَىٰ لِلسُّعَادِ لَأَنْزِلُنَا إِلَيْكَ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرًا

شبكة  
الألوكة  
www.alukah.net



هذا الكتاب منشور في



## سباق القلوب إلى رمضان

إن الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا. من يهده الله فلا مضلَّ له، ومن يضلل فلا هاديَّ له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله.

## أما بعد:

مع مرور كل عام يتجدد الشوق والحنين إلى رمضان شوقاً يلامس القلب ويهز الوجدان شوقاً يُرسل الروح في رحلة إيمانية ممتعة إلى عنان السماء ومن بين تلك المشاعر المتلهفة والمترقبة، نجد السؤال الذي يطرح نفسه دوماً: هل قلبي مستعد ليعيش روحانية هذه الأيام؟ هل قلبي مستعد ليسبقني في رحلة الإيمان؟

لقد كان السلف رحمهم الله يعيشون عامهم كله وكأنه رمضان. فقد كانوا يقضون ستة أشهر يدعون فيها الله عز وجل أن يبلغهم رمضان ثم بعد رمضان يدعونه ستة أشهر أن يتقبله منهم، وكان ليس لهم همٌّ طوال العام إلا:

١. التحسر على فراق رمضان مع التوبة والاستغفار عن أي تقصير صدر منهم فيه.
٢. الشوق للقياء من جديد مع اجتهادهم في إعداد العدة لاستقباله.

فماذا عنك أنت يا رفيقي؟ ماذا أعددت لإستقبال رمضان؟

فالإعداد للعمل هو علامة توفيق، ودليل على الصدق في الشوق إليه

يقول الله تعالى: {وَلَوْ أَرَادُوا الْخُرُوجَ لَأَعَدُّوا لَهُ عُدَّةً وَلَكِنْ كَرِهَ اللَّهُ انْبِعَاثَهُمْ فَثَبَّطَهُمْ وَقِيلَ اقْعُدُوا مَعَ الْقَاعِدِينَ} [التوبة: ٤٦]

ويقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (تعرف إلى الله في الرخاء، يعرفك في الشدة) [جامع العلوم والحكم] وقد وضع الشيخ عبد الكريم الخضير حفظه الله هذا المعنى حينما علق عن علاقة الناس بالقرآن في رمضان، فالشخص يدخل رمضان ويرغب أن يجتهد القرآن في يوم، وهناك من يرغب في قراءة خمسة أجزاء باليوم، فكيف لهم بذلك وهم لا يقربوا القرآن في أيام رخائهم (طوال العام).

وذكر كذلك حال الناس في العشر الآواخر من رمضان حين يذهبون إلى مكة ويعتكفون بالمسجد الحرام "أفضل البقاع وأقدسها" يلتمسون ليلة القدر، والمفترض منهم أن يكونوا ملازمين لكتاب الله ويكثروا من الذكر والتلاوة والصلاة والدعاء ولكنهم لا يستطيعون، وإنما يلتفتون حولهم للبحث عن من يقضون أوقاتهم معهم، وما ذلك إلا لأن أغلب أوقاتهم في الرخاء (طوال العام) كانت معمورة بالقييل والقال، لذلك حينما أتى وقت الشدة "رمضان" لم يجدوا العون على العبادة. [دورة الأترجة القرآنية]

فاجتهد في المواظبة على العبادات والتقرب من الله طوال العام ليكون لديك القدرة على الإحسان في عبادتك في رمضان.

واعلمي أن الاجتهاد في العبادة يولد الشوق لله عز وجل وإلى رؤيته، ويورث القلب خشية وانكسارا وتعظيما له سبحانه مما يولد إحسانا في العبادة، فتجدي نفسك تعبدينه وكأنك تربيته.

وتذكري أن الاستعداد لرمضان والتجهز له يا رفيقتي يختلف من شخص لآخر، وعلى قدر اجتهادك فيه يكون أجرك عند الله، لقوله تعالى: { هُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ اللَّهِ وَاللَّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ }  
[آل عمران: ١٦٣]

فأي درجة ترغبي أن تنالها بقربك من الله؟

وأي استعداد تنوين القيام به ليسبقك قلبك إلى رمضان؟؟

...

...

**الإستعداد:**

(للعادة لذة لا يشعر بها إلا من استعد لها، ولها أنسام لا يغتنمها إلا من انتظر هبوبها)  
والعبادة لابد من التمهيد إليها بالنية والأعمال الصالحة حتى تؤتي ثمارها خاصة في رمضان، يقول الفضيل رحمه الله:  
(إنما يريد الله منك نيتك وإرادتك.)

وحتى يسبقك قلبك إلى رمضان فلا بد من أربع خطوات:

١. تطهير القلب.

٢. التهيئة النفسية.

٣. التخطيط.

٤. البدء في التدريب.

فدعينا نتأمل هذه الخطوات واحدة تلو الأخرى.

**تطهير القلب:**

هل تأملت حال قلبك في كل يوم يمر عليك؟

هل تابعت كل ما يمر عليه من شواغل؟

أعني:

كيف هو قلبك يا رفيقي بعد أن تصفحت شبكات الانترنت بكل ما فيها من مرئيات وصور وكلمات؟  
كيف هو قلبك بعد إنتهاءك من تلك الزيارة الطويلة بكل ما فيها من مأكولات ومشاهدة ملابس النساء  
والقيل والقال؟

كيف هو قلبك بعد تلك المكالمة الطويلة التي تعدت السلام والاطمئنان على الأحوال وانتقلت إلى تبادل  
أخبار فلانة وعلانة؟

كيف هو قلبك بعد قضاءك ساعات للبحث عن وصفة جديدة وساعات أخرى لتنفيذها بدون أن ترطي  
لسانك بذكر الله؟

كيف هو قلبك بعد الإنغماس في العمل يوما كاملا بدون التفكير في آيات الله؟

بالتأكيد أصبح قلبك مفتونا وذهنك مشغولا بكل هذا لفترة من الزمن، وفي خلال كل ذلك غفل قلبك عن  
الإقبال على الله تعالى ولم يكن مشتاقا للقائه ومناجاته وذكره كما كان قبلها.

فكيف لقلب كهذا أن يسبقك إلى رمضان ويجعل روحك تسبقك لعنان السماء؟؟

يقول ابن القيم رحمه الله: (الوصول إلى المطلوب موقوف على هجر العوائد وقطع العلائق وتذليل العوائق)  
[الفوائد]

فالمطلوب هو زيادة القرب من الله عز وجل والإشتياق له والتعلق به.

والعوائد التي نحتاج لهجرها هي العادات التي اعتدنا عليها وأصبحت تعوق طريق قربنا من الله عز وجل. وكل هذا يمكن تحقيقه بتذكير أنفسنا بالمقصد من الصيام وهو "التقوى"، يقول الله تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ} [البقرة: ١٨٣]

يقول ابن كثير رحمه الله: (وقد قيل إن عمر بن الخطاب رضي الله عنه سأل أبي بن كعب عن التقوى، فقال له: أما سلكت طريقاً ذا شوك.

قال: بلى.

قال: فما عملت.

قال: شمرت واجتهدت.

قال: فذلك التقوى

وقد أخذ هذا المعنى ابن المعتز فقال: خل (أي اترك) الذنوب صغيرها وكبيرها ذاك التقى، واصنع (أي افعل) كماش (كمن يمشي) فوق أرض الشوك يخذل ما يرى، لا تحقرن صغيرة إن الجبال من الحصى .) [تفسير ابن كثير]

وقال ابن القيم رحمه الله: (قال طلق بن حبيب: "إذا وقعت الفتنة فأطفئوها بالتقوى، قالوا: وما التقوى؟)

قال: أن تعمل بطاعة الله على نورٍ من الله ؛ ترجو ثواب الله،

وأن تترك معصية الله على نورٍ من الله؛ تخاف عقاب الله".) [بدائع الفوائد]

فاجتهدى يا رفيقتي بمعالجة قلبك من الآن.

من خلال تفرغ قلبك وعقلك من كل تلك الملهيات والتخلص من كل ما قد يشغلك ويلهيك عن الاشتياق للقرب من الله عز وجل.

○ فتلك الزيارات الطويلة يمكن استبدالها بزيارات قصيرة ومتفرقة تؤدي الغرض، مع تحويل الزيارة إلى مجالس لذكر الله والتقرب إليه.

كما كان ابن مسعود رضي الله عنه يقول: (اجلسوا بنا نردد إيماناً)،

وكان معاذ رضي الله عنه يقول: (اجلسوا بنا نؤمن ساعة)

○ اختصري من وقت المكالمات، واقتصري على الاتصال للسؤال عن الأمور الهامة والضرورية.

○ اختصري من وقت تواجدك بمواقع التواصل الاجتماعي، واكتفي منها بإثنين أو ثلاثة تكويني في

حاجة ملحة لها.

- اخرجي من جميع الجروبات في وسائل التواصل الاجتماعي والتي تمتلأ بالدردشة وتضييع الأوقات إلا إذا كانت ذو فائدة عظيمة (أي لا بد أن يكون ٩٠% من الوقت الذي تقضيه فيها مليء بالفائدة).
- رطبي لسانك بذكر الله وقت إنشغالك بالأعمال (وقت ترتيب البيت، الطبخ، الجلوس بين الأبناء، أوقات الانتظار بالمواقف أو السيارات أو في العيادات وغيرها،...).
- اقتنصي من وقتك خمسة دقائق كل ساعة لترتاحي ذهنيًا من أعمالك واستعيدي نشاطك باستغلالها في ذكر الله والدعاء وتلاوة آيات من القرآن.

بإختصار، حولي كل دقيقة في حياتك إلى ذكر الله، واستغلي طاقتك في زيادة الإيمان.

ولا تنسي التوبة والإستغفار من كل ما اقترفتيه من ذنوب (صغيرة كانت أو كبيرة) مع الإلحاح على الله بالدعاء لتبليغي رمضان بقلب طاهر ومشتاق.

يقول الشيخ الشنقيطي حفظه الله: (خير ما يستقبل به مواسم الطاعات "كثرة الاستغفار" لأن ذنوب العبد تحرمه التوفيق !!)

ما ألزم عبد قلبه الاستغفار... إلا زكى، وإن كان ضعيفا قويا، وإن كان مريضا شفي، وإن كان مبتلى عوفي، وإن كان محتارا هدي، وإن كان مضطربا سكن..

وإن الاستغفار.. هو الأمان الباقي لنا بعد رسول الله صلى الله عليه وسلم!! (١.هـ)

ويقول ابن كثير رحمه الله: (ومن أئصف بهذه الصفة - أي: صفة الاستغفار - يسر الله عليه رزقه، وسهل عليه أمره، وحفظ عليه شأنه وقوته؛ ولهذا قال: {يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا} [تفسير ابن كثير])

والاستغفار لا يقتصر على التردد باللسان فقط بل من فضل الله ورحمته أن جعله أسلوب حياة، حيث تنوعت وسائله وتخللت الكثير من أعمالنا اليومية، وللمزيد من التفاصيل، فضلا اطلعي على مقالي (التوبة أسلوب حياة)



## التهيئة النفسية:

حتى يسبقك قلبك إلى رمضان، لا بد أن تكوني مستعدة نفسياً وإيمانياً وأن تكوني مقبله على الله بقلبك وروحك قبل جسديك.

يقول أحد الصحابة: (الإيمان يزيد وينقص،

قيل له: وما زيادته ونقصانه،

قال: إذا ذكرنا الله ووجدناه وسبحناه فتلك زيادته، وإذا غفلنا ونسيناه فذاك نقصانه)

وقال أبي الدرداء رضي الله عنه: (إن من فقه المرء أن يعرف إيمانه هل هو في زيادة أو نقص؟)

فمن التهيئة النفسية أن تكوني على علم بحقيقة علاقتك بالعبادات لتعلمي من أين ينبغي لك البدء، وذلك من خلال معرفة:

- كيف هو حالك مع القرآن؟ تلاوة وحفظاً ومراجعة واستماعاً؟ وفي كم يوم تختمي القرآن؟
- كيف هو حالك مع الأذكار؟ هل لسانك رطباً بذكر الله على مدار اليوم؟
- وماذا عن نوافل الصلاة؟ كم نافلة تصليها؟ وهل أنت مواظبة عليها؟
- وقيام الليل؟ هل واطبت ولو على ركعتين بعد العشاء؟
- وماذا عن الصيام؟ هل كنت مواظبة عليه على مدار الشهور السابقة؟ وهل أعطيتيه حقه ولو بصيام الثلاثة أيام القمرية من كل شهر؟
- وماذا عن غيرها من الأعمال الصالحة والصدقات والتوبة والمداومة على الاستغفار؟

فانظري يا رفيقتي لحقيقة علاقتك مع العبادات وأكثر من الدعاء بتجديد الإيمان لقوله صلى الله عليه وسلم: (إن الإيمان ليخلق في جوف أحدكم كما يخلق الثوب، فاسألوا الله أن يجدد الإيمان في قلوبكم) [رواه الألباني في السلسلة الصحيحة]

## التخطيط

من الأخطاء الشائعة في التخطيط لرمضان هو النظر لخطط رفيقاتك والشعور بالحماسة للإقتداء بهن حتى لو كانت خططهن تفوق قدراتك بمراحل وتكلفك فوق ما تطيقين مما يتسبب لك بالمل والنفور وهذا مما نهى عنه الرسول صلى الله عليه وسلم، فقد روي عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها أنها قالت: (كانت عندي امرأة من بني أسد، فدخل علي رسول الله صلى الله عليه وسلم، فقال: مَنْ هذو؟

قلت: فلانة، لا تنام بالليل.. تذكر من صلاتها

فقال: مه، عليكم ما تطيقون من الأعمال، فإن الله لا يمل حتى تملوا) [رواه البخاري]



وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن الدين يسر، ولن يشادَّ الدين أحد إلا غلبه، فسددوا وقاربوا وأبشروا، واستعينوا بالغدوة والروحة وشيء من الدلجة) [رواه البخاري ومسلم]  
وقد علق الحافظ ابن رجب قائلًا: (معنى الحديث: النهي عن التشديد في الدين، بأن يُحمَّل الإنسان نفسه من العبادة ما لا يحتمله إلا بكلفة شديدة، وهذا هو المراد بقوله صلى الله عليه وسلم: (لن يشاد الدين أحد إلا غلبه)  
يعني: أن الدين لا يؤخذ بالمغالبة، فمن شاد الدين غلبه وقطعه). انتهى كلامه

### أفضل أوقات العبادة:

من المهم جدا يا رفيقي أن تعتني باختيار الوقت الذي سيحلّق فيه قلبك إلى عنان السماء، لأن هذا من أكثر ما يعينك على الإنجاز، وأفضلها هي ما ذكرها حبيبنا المصطفى صلى الله عليه وسلم حين قال: (واستعينوا بالغدوة والروحة وشيء من الدلجة)

أما "الغدوة" فهي "أول النهار" من بعد صلاة الفجر وحتى الضحى، وهي من أفضل أوقات قضاء الأعمال حيث يكون البدن والذهن في قمة النشاط.  
كما أنه من الأوقات المباركة (في الوقت والجهد والعمل والرزق) لقوله صلى الله عليه وسلم: (بورك لأمتي في بكورها). [صحيح الجامع]

وأما "الروحة" فهي "آخر النهار" أي من بعد العصر حتى قبيل المغرب، وتعتبر من أفضل الأوقات لمحاسبة النفس والتوبة والاستغفار قبل رفع الأعمال اليومية إلى الله عز وجل لقوله صلى الله عليه وسلم: (يتعاقبون فيكم ملائكة بالليل وملائكة بالنهار، ويجتمعون في صلاة الفجر وصلاة العصر، ثم يعرج الذين باتوا فيكم فيسألهم وهو أعلم بهم: كيف تركتم عبادي؟

فيقولون: تركناهم وهم يصلون وأتيناهم وهم يصلون). [رواه البخاري]  
قال الحافظ ابن حجر رحمه الله تعقياً على الحديث: (فيه: أن الأعمال تُرفع آخر النهار، فمن كان حينئذ في طاعة بُورك في رزقه وفي عمله، والله أعلم، ويترتب عليه حكمة الأمر بالمحافظة عليهما والاهتمام بهما - يعني صلاتي الصبح والعصر) انتهى كلامه.

وأما "الدلجة" وهو "الليل" وأفضله الثلث الأخير من الليل لتزول الله تعالى وكونه أرجى أوقات إجابة الدعاء، لقوله صلى الله عليه وسلم: (يتزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر يقول: من يدعوني فأستجيب له، من يسألني فأعطيه، من يستغفري فأغفر له) [رواه البخاري]

## التدرج في التخطيط:

حين تبدئي بالتخطيط يا رفيقتي قد تدفعك الحماسة للرغبة في القيام بالعبادات دفعة واحدة بما يفوق ما اعتدت عليه بمراحل وتجدي نفسك في بداية رمضان تبدأي العبادة بحماس شديد ثم ما تلبسي أن تشعرى بالضغط والتوتر من عدم القدرة على إتمام أهدافك رغم محاولاتك الكثيرة واجتهادك بالضغط على نفسك فتجدي نفسك افتقدت متعة القرب من الله عز وجل وبعدها تبدأ تنهار حماسك وتفتر همتك رويدا رويدا حتى تنفدت منك زمام الأمور وهنا يتسرب الحزن والهمل والشعور بقله الإيمان.

لذلك لابد عند التخطيط من مراعاة ما سيزيد إيمانك ولو كان اليسير من العمل لقوله تعالى: {هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا} [الفتح: ٤]

فحتى يزداد الإيمان، لابد من تحقيق السكينة في قلوبنا، وحتى تتحقق السكينة فلا بد من التأني والتدرج بالعبادات بما يتوافق مع طاقاتنا وأوقاتنا ومسئولياتنا تجاه الزوج والأبناء، والأهم من كل هذا أن يتوافق مع ما يحقق الاستمتاع والتلذذ بها.

لذلك الإيمان هو أهم ما ينبغي أن تسعى إليه في رمضان، لقوله صلى الله عليه وسلم: (من صام رمضان إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه) [رواه البخاري]

## التنوع بالعبادات:

اذن اتفقنا يا رفيقتي، أنه عند التخطيط لابد من التدرج في العبادة بالقدر الذي يحقق لك سكينه القلب والاستشعار بلذة القرب من الله مع الاهتمام بالإكثار من أنواع العبادات كما كان يفعل حبيينا المصطفى صلى الله عليه وسلم.

يقول ابن القيم رحمه الله: (وكان من هديه — صلى الله عليه وسلم — في شهر رمضان: الإكثار من أنواع العبادات، فكان جبريل - عليه السلام - يدارسه القرآن في رمضان، وكان إذا لقيه جبريل أجود بالخير من الريح المرسلة، وكان أجود الناس، وأجود ما يكون في رمضان، يكثر فيه الصدقة، والإحسان، وتلاوة القرآن والصلاة والذكر، والاعتكاف، وكان يخص رمضان من العبادة ما لا يخص غيره به من الشهور).

أما بالنسبة لك يا رفيقتي، فها هي مقترحات للتنوع في العبادات:

١. احتساب الاجر:

يقول النبي صلى الله عليه وسلم: (إنما الأعمال بالنيات، وإنما لكل امرئ ما نوى، فمن كانت هجرته إلى الله ورسوله، فهجرته إلى الله ورسوله، ومن كانت هجرته لدنيا يصيبها، أو امرأة ينكحها، فهجرته إلى ما هاجر إليه) [رواه البخاري ومسلم]

فما رأيك يا رفيقي أن تجعل كل عاداتك عبادات فتتالي أجراها في الدنيا والآخرة من خلال تجديد النية دوما لتكون خالصة لله عز وجل مع احتساب الأجر طلبا لمرضاة الله عز وجل.

- فيمكنك احتساب اجر ادخال السرور على أهل بيتك وإمالة الأذى عن الطريق من خلال ترتيب البيت وتنظيفه.
- ويمكنك احتساب اجر افطار صائم من خلال تحضير الطعام لأهل بيتك.
- ويمكنك احتساب اجر الكلمة الطيبة صدقة حين تستقبلينهم بالترحيب والدعاء.
- وغيرها من العادات التي لو قمت بها بنية العبادة واحتسبت الاجر فيها لتحولت الى عبادات تؤجرني عليها.

## ٢. الصلاة المفروضة:

تذكرني يا رفيقي أنها فريضة وأنها أول ما يُحاسب عليه الإنسان يوم القيامة فأوليها إهتمامك قبل التفكير بالنوافل وقيام الليل، واجتهدي في إعطاؤها حقها، واحرصي على الخشوع فيها مهما بلغت إنشغالاتك، مع الحرص على أدائها في أول وقتها.

## ٣. القرآن:

القرآن ورمضان توأمان لا ينفصلان، فالقرآن هو غذاء الروح وهو منبع الراحة والسكينة والطمأنينة. فإن خلي الجسد من المأكول والمشرب في نهار رمضان، فلا بد من تغذية روحه بآيات الله. وإن خلي الجسد من صحبة الأقران بالليل فلا أنيس له أفضل من آيات الله. يقول ابن القيم رحمه الله: (صوت القرآن؛ يسكن النفوس، ويطمئنها ويوقرها، وصوت الغناء؛ يستفزها، ويزعجها، ويهيجها). [بدائع التفسير]

وللقرآن كذلك أثر بليغ في العقول والقلوب، يقول ابن الجوزي: (إن مواعظ القرآن تذيب الحديد، وللقوم كل لحظة زجر جديد، وللقلوب النيرة كل يوم به وعيد، غير أن الغافل يتلوه ولا يستفيد) [مدارج السالكين]

لذلك كان من هدي السلف الإهتمام بكثرة تلاوته في شهر رمضان، فكان بعضهم يختمه في قيام رمضان في كل ثلاث ليالٍ، وبعضهم في كل سبعٍ، وبعضهم في كل عشر. وكان منهم من يقرأ القرآن في كل ليلتين في رمضان خاصة في العشر الأواخر. وكل هذا يسير على من يسره الله عليه، بشرط أن تتدربي عليه كثيرا لأشهر قبل رمضان مع الاجتهاد أن تكون تلاوتك بالحدرد (تلاوة سريعة مع عدم الإخلال بأحكام التجويد)، وإليك بعض النصائح التي تعينك في التدرج مع القرآن:

\*انظري كم صفحة تقرئين يومياً، وتدرجي في زيادتها حتى تصلي إلى ما لا يقل عن جزء يومياً.  
\*احرصي أن يكون هناك خمسة دقائق كل ساعة تتلين فيها كتاب الله عز وجل لتجددي الوصال بينك وبين كتاب الله بعيداً عن ملهيات الحياة.

\*احرصي أن يكون لك ما لا يقل عن ختمة في الشهر، وإن كنتِ تختمين مرة شهرياً فتدربي على ختمتين، وإن كنتِ تختمين إثنتين فتدربي على ثلاثة وهكذا. واجتهدي في التلاوة بالحدر لتستطيعي ختم القرآن أكثر من مرة بالشهر.

\*لا تحرمي نفسك من الاستماع للقرآن فهو مما يجدد الإيمان ويسكن النفس ويغمر الروح برحمة من الله، لقوله تعالى: { وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ } [الأعراف: ٢٠٤]

#### ٤. الدعاء:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ( الدعاء هو العبادة ) [رواه الترمذي]

وقال الله تعالى: ( وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ) [غافر: ٦٠]

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن ربكم تبارك وتعالى حييٌّ كريمٌ يستحيي من عبده إذا رفع يديه إليه أن يردهما صيفراً) [صحيح أبي داود]

فلا تحرمي نفسك من لذة الدعاء لنفسك ولغيرك ولا تنسيني يا رفيقتي من دعوات بظهر الغيب.

#### ٥. النوافل:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن الله تعالى قال: ما تقرب إلي عبدي بشيء أحب إلي مما افترضت عليه، ولا يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته، كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها، ولئن سألني لأعطينه، ولئن استعاذني لأعيذنه) [رواه البخاري]

فاسعي يا رفيقتي إلى محبة الله، فوالله لن تجدي نعيماً في الدنيا ولا في الآخرة بدون محبته. والنوافل تشمل الصلاة والصيام

أما الصلاة:

يقول ابن القيم رحمه الله: (فاعلم أنه لا ريب أن الصلاة قرة عيون المحبين، ولذة أرواح الموحدين، وبستان العابدين ولذة نفوس الخاشعين، ومحك أحوال الصادقين، وميزان أحوال السالكين، وهي رحمة الله المهداة إلى عباده المؤمنين، هداهم إليها، وعرفهم بها، وأهداها إليهم على يد رسوله الصادق الأمين، رحمة بهم، وإكراماً لهم؛ لينالوا بها شرف كرامته، والفوز بقربه، لا حاجة منه إليهم، بل منة منه، وتفضلاً عليهم، وتعباً بها قلوبهم وجوارحهم جميعاً، وجعل حظ القلب العارف منها أكمل الحظين وأعظمهما؛ وهو إقباله على ربه سبحانه،



وفرحه وتلذذه بقربه، وتنعمه بحبه، وابتهاجه بالقيام بين يديه، وانصرافه حال القيام له بالعبودية عن الالتفات إلى غير معبوده، وتكميله حقوق عبوديته ظاهراً وباطناً حتى تقع على الوجه الذي يرضاه ربه سبحانه). انتهى  
ويمكنك البدء بركعتين سنة الفجر وركعة الوتر لما ورد عن فضلها،  
ثم فيما بعد أضيفي إليهما ركعتي الضحي وركعتان قيام الليل بعد العشاء،  
وبعدا بفترة أضيفي السنن الرواتب، وأخيرا قيام الليل خاصة في الثلث الأخير منه.  
واجتهدي يا رفيقتي في القيام ولو بركعتين بعد العشاء لتكويني ممن يصيبوا ليلة القدر، لقول عبد الله بن مسعود: (من قام الدهر أصاب ليلة القدر)

وأما الصيام، فيمكنك البدء بالثلاثة أيام القمرية من كل شهر ثم يومي الإثنين والخميس من كل إسبوع وتستمري عليهما حتى يحين رمضان.

## ٦. الأذكار:

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لإعرابي: (لا يزال لسانك رطباً من ذكر الله عز وجل). [جامع العلوم والحكم]

يقول ابن القيم رحمه الله: (وبالذكر يصرع العبد الشيطان، كما يصرع الشيطان أهل الغفلة والنسيان. قال بعض السلف: إذا تمكن الذكر من القلب، فإن دنا منه الشيطان صرعه كما يصرع الإنسان إذا دنا منه الشيطان، فيجتمع عليه الشياطين، فيقولون: ما لهذا؟ فيقال: قد مسه الإنسي. وهو (أي الذكر) روح الأعمال الصالحة؛ فإذا خلا العمل عن الذكر كان كالجسد الذي لا روح فيه، والله أعلم) [مدارج السالكين]

ويقول الشيخ الشنقيطي حفظه الله: (أعظم الغفلة أن يغفل الإنسان عن مقامه عند ربه، إذا أردت أن ترى مقامك عند الله فانظر إلى حرصك على ذكر الله)

والذكر يشمل أذكار الصباح والمساء، وأذكار بعد الصلاة، والاستغفار والحمد والتكبير والتهليل والحوقلة، وتلاوة القرآن وغيرها، فاجتهدي يا رفيقتي أن يكون يومك معموراً بذكر الله ليذكرك الله في الملاء الأعلى على مدار اليوم لقوله تعالى: {فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ} [البقرة: ١٥٢]

## ٧. حفظ الجوارح:

معلوم أن أعمال الجوارح تابعة لأعمال القلوب ولازمة لها، لذلك كلما كان باطنك صالحاً يا رفيقتي كلما ظهر ذلك في محافظتك على جوارحك من الذنوب والمعاصي.

يقول شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله: (القلب هو الأصل، فإذا كان فيه معرفة وإرادة سرى ذلك إلى البدن بالضرورة، لا يمكن أن يتخلف البدن عما يريد القلب؛ ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح: (ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت إذا صلحت لها سائر الجسد، وإذا فسدت، فسد لها سائر الجسد، ألا وهي القلب). وقال أبو هريرة: (القلب ملك والأعضاء جنوده، فإذا طاب الملك طابت جنوده، وإذا خبت الملك خبت جنوده). فإذا كان القلب صالحاً بما فيه من الإيمان علماً وعملاً قليلاً لزم ضرورة صلاح الجسد بالقول الظاهر والعمل بالإيمان المطلق، كما قال أئمة أهل الحديث: قول وعمل، قول باطن وظاهر، وعمل باطن وظاهر، والظاهر تابع للباطن لازم له، متى صلح الباطن صلح الظاهر، وإذا فسد فسد) [مجموع الفتاوى]

#### ٨. الصدقات:

رُوي عن ابن عباس رضي الله عنه أنه قال: (كان رسول الله صلى الله عليه وسلم أجودُ الناس، وكان أجود ما يكون في رمضان، حين يلقاه جبريل، وكان جبريلُ يلقاه في كلِّ ليلة من رمضان فيُدارِسُه القرآن، فلرَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم حين يلقاه جبريلُ أجودُ بالخيرِ من الريحِ المرسلَةِ). [رواه البخاري]

ولذلك كان الشافعي يقول: (أحب للرجل الزيادة بالجود في شهر رمضان اقتداءً برسول الله — صلى الله عليه وسلم —، ولحاجة الناس فيه إلى مصالحهم، ولتشاغل كثيرٍ منهم بالصَّوم والصلاة عن مكاسيهم)

## البدء في التدريب:

هل سمعت سابقاً يا رفيقتي عن أي رياضي قام بالمشاركة في سباق بدون قضاء أشهر في التدريب والاستعداد؟

بالطبع لا، فهو يحتاج إلى الكثير من التمرين والتدريب ليفوز بالسباق، فالمنافسة لا تبدأ من لحظة بداية السباق بل المنافسة الحقيقية تكون في الاستعداد لأطول فترة ممكنة لضمان الفوز والنجاح.

لذلك كان السلف رحمهم الله يقولون: (رجب شهر الغرس، وشعبان شهر السقي، ورمضان شهر جني الثمار، فإذا أردت جني الثمار في رمضان؛ فلا بد من الغرس في رجب وسقي ذلك الغرس في شعبان.) ولذلك حتى يسبقك قلبك إلى رمضان، فلا بد من الاجتهاد من الآن والتدريب على مختلف أنواع العبادات والتدرج فيها.

ولو تأخرت بالبدء فلا تتأخري عن شهر رجب، ففيه يكون غرس الأعمال الصالحة من صيام وقيام وتلاوة للقرآن وغيرها، ثم تسقيها في شعبان بتعهدا والصبر عليها وعدم التفريط فيها متأسية برسول الله صلى الله عليه وسلم حيث روي عن عائشة رضي الله عنها أنها قالت عن صيام رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ولم أره صائماً من شهر قط أكثر من صيامه من شعبان. كان يصوم شعبان كله. كان يصوم شعبان إلا قليلاً) [رواه مسلم]، وحينما يأتي رمضان يكون دور الحصاد لتلك العبادة حيث انتهى وقت مجاهدة الطاعات وبدأ وقت التلذذ والاستمتاع بالقرب من الله عز وجل.

يقول ابن القيم رحمه الله: (لا يزال المرء يعاني الطاعة حتى يألفها ويحبها، فيُقيض الله له ملائكة تؤزّه إليها أزا، توقظه من نومه إليها، ومن مجلسه إليها). [الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي]

وتذكري يا رفيقتي أن السباق الحقيقي مع رفيقاتك، هو من يسبق قلبه إلى رمضان بشوق وصدق وإخلاص وبدون رياء وليس السباق على من سيكون أكثر أعمالاً وطاعات.

لقوله تعالى: {وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُونَ \* أُولَئِكَ الْمُقَرَّبُونَ \* فِي جَنَّاتِ النَّعِيمِ \* ثَلَاثَةٌ مِنَ الْأَوَّلِينَ} [الواقعة: ١٠-١٤]

ولا تنسي يا رفيقتي أن تبديني التدريب بالدعاء، يقول الشيخ السعدي رحمه الله: (إذا دعوت الله أن يبلغك رمضان فلا تنسى أن تدعوه أن يبارك لك فيه، فليس الشأن في بلوغه إنما الشأن في ماذا ستعمل فيه)

## جهاد الأم في رمضان:

لا شك يا رفيقتي أن للأم دور بالغ وعظيم تجاه أسرتها، فهي الأم، والمربية والمعلمة، ومنبع المودة والرحمة والحب والحنان، مما يترتب عليه الكثير من المسؤوليات والإلتزامات تجاه أسرتها حتى أنها قد لا تجد وقت تجلس فيه لتلاوة

القرآن أو صلاة القيام، وكل هذا يتسبب لها في الحزن الشديد والخشية من فوات رمضان بدون أن يكون لها نصيب من العبادات التي يمارسها من حولها.

ولكن هل تعلمين أن كل هذه المسؤوليات التي على كاهلك، لو احتسبتها طاعة لله عز وجل ستكونين في عبادة وسيكون لك من الأجور الكثير كون رعايتك كانت تكليف من الله عز وجل لك، يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (كلكم راع ومسئول عن رعيته، فالإمام راع، وهو مسئول عن رعيته، والرجل في أهله راع، وهو مسئول عن رعيته، والمرأة في بيت زوجها راعية ومسئولة عن رعيته، والخادم في مال سيده راع، وهو مسئول عن رعيته) [رواه البخاري]

وليس ذلك فقط بل وعذك الله بأن أجرك لن يضيع إن أحسنت العمل حين قال: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا﴾ [الكهف: ٣٠]

وكذلك قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن لك من الأجر على قدر نصبك ونفقتك) [صحيح الجامع] فهو سبحانه لن يكلفك بعمل إلا ويزداد بها أجرك وقربك منه إن فعلتها خالصة لوجهه سبحانه واحتسبتي الأجر فيها.

هذا بالإضافة يا رفيقتي إلى أنك ستحني الكثير من الفوائد:

١. منها أن تستشعري اللذة الحقيقية للعبادة لصدق شوقك إليها، تلك اللذة التي قد يفتقدها من تيسر له أمر عبادته ولم يعاني فيها.
٢. ومنها أن تشعري بالرضا والسكينة تغمرك كونك الآن في عبادة "رعايتك لأسرتك" ومع ذلك ترغبي في المزيد من القرب لله عز وجل بصلاة القيام وتلاوة قرآن وغيرها.

مع أهمية الأخذ بالأسباب لاقتناص الدقائق واللحظات التي يمكنك فيها الاختلاء للدعاء والمناجاة أو تلاوة آيات من القرآن أو صلاة ركعتين خفيفتين (حتى لو كانت مناجاتك في همس وأنت جالسة بين أبناءك تحضرين الطعام).

يقول ابن القيم رحمه الله: (إذا أصبح العبد وأمسى وليس همه إلا الله وحده تحمّل الله عنه سبحانه حوائجه كلها، وحمل عنه كل ما أهمه، وفرغ قلبه لمحبتة، ولسانه لذكره، وجوارحه لطاعته، وإن أصبح وأمسى والدنيا همه حمّله الله همومها وغمومها وأنكادها ووكله إلى نفسه، فشغل قلبه عن محبته بمحبة الخلق، ولسانه عن ذكره بذكرهم، وجوارحه عن طاعته بخدمتهم وأشغالهم) [الفوائد]

فاجتهدي يا رفيقتي في التفكير في الله آناء الليل والنهار، ولا تحرمي نفسك من لذة مناجاته والدعاء إليه وترديد الأذكار ولو بصوت هامس يتبه له أبناءك، فيرسخ في أذهانهم ويقتدوا بك ويتذكروك في دعائهم.

## العبادة وفترة الحيض والنفاس:

تعتبر هذه الفترة من أكثر الفترات حزنا لكثير من النساء والفتيات حيث ينظرن لفترة الحيض والنفاس على أنها فترة حرمان من القرب من الله سبحانه وتعالى.



ولو تأملوها بحق وتفكروا فيها لتيقنوا أنهن في عبادة "عبادة ترك الصلاة والصيام"، فإمتناعهم عن الصلاة والصيام كان طاعة لله عز وجل، ومع ذلك لم يجرمهن من أجرها لقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا مرض العبد أو سافر كتب له مثل ما كان يعمل مقيماً صحيحاً) [رواه البخاري]

والعبادة لا تقتصر على الصلاة والصيام بل هناك الكثير من أنواع العبادات كتلاوة القرآن والدعاء وترديد الأذكار والدعوة إلى الله عز وجل وغيرها.

لكن أهم شيء هنا يا رفيقتي هو التدريب عليها كثيراً وقت الرخاء (وقت الطهر) ليعينك الله على ممارستها في وقت الشدة (وقت الحيض)، وعلى قدر اجتهادك وقت الرخاء، تكون إعانتك في وقت الشدة.

أما فيما يخص تلاوة القرآن فقد ذكر الشيخ ابن عثيمين رحمه الله: (يجوز للحائض أن تقرأ القرآن من التفسير وغير التفسير إذا كانت تخشى أن تنسى ما حفظته. فإن كان من التفسير لم يشترط أن تكون على طهارة، وإن كان من غير التفسير بأن يكون من المصحف فلا بد أن تجعل بينها وبينه حائل من منديل أو قفاز أو نحوه؛ لأن المرأة الحائض وكذلك من لم يكن على طهارة لا يحل له أن يمسه المصحف) انتهى كلامه رحمه الله.

وقال الشيخ الطريفي حفظه الله عن العشر الأواخر: (المرأة الممنوعة من الصلاة بعذر الحيض لها الجلوس في مصلاها ليالي العشر بلا صلاة، تقرأ وتذكر الله وتدعوه ويرجى لها إدراك أجر العشر و ليلة القدر)

وهمسة أخيرة يا رفيقتي: أحكام الطهارة لا يترتب عليها صحة الصوم فقط، بل ينبغي أن تتعلميها من أجل صلاتك التي تصلينها خمسة مرات باليوم، فلا تهملين تعلمها طوال العام ثم تأتي في رمضان تسألي عنها. فمعرفة هل طهرت أم لا من أجل الصلوات الخمسة أهم بكثير من معرفة هل طهرت من أجل الصيام.

## أبناؤنا ورمضان:

هل تمنيت يوماً أن يكون أولادك من الصالحين المقربين لله عز وجل حين يكبرون؟  
عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (سبعة يظلهم الله تعالى في ظله يوم لا ظل إلا ظله...  
( وذكر منهم: (وشاب نشأ في عبادة الله) [رواه البخاري]

يقول الشيخ بن العثيمين رحمه الله تعليقا على الحديث: (نشأ منذ الصغر وهو في العبادة، فهذا صارت العبادة كأنها  
غريزة له، فألفها وأحبها، حتى إنه إذا انقطع يوماً من الأيام عن العبادة تأثر) [شرح صحيح البخاري]

لذلك ينبغي عليك إعانة أبنائك على الطاعة منذ الصغر، إعاتهم بتيسيرها لهم وغرس حبها في قلوبهم خاصة في مواسم  
العبادات.

وذلك من خلال التحدث إليهم عنها وتشويقهم إليها وذكر أحوال السلف فيها مع تحفيزهم ومكافئتهم على ممارستها  
بشرط أن تكوني - أنت - قدوة حسنة لهم فيها.

فقبل حلول رمضان بأشهر، تبدئي بتهيئتهم نفسياً بالتحدث عن فضل هذا الشهر، واستعداداتكم لصناعة زينة رمضان  
معا لإدخال السرور على قلوبهم وترك ذكريات جميلة تدوم معهم طوال العمر.

ثم تتفقا على أهمية تدريبهم على الصيام قبل قدوم رمضان بفترة، فإن كانت أول مرة لهم يصومون فيها، لتكون البداية  
بصوم اليوم من الفجر حتى الظهر ثم بعد فترة التدرج حتى العصر وبعد ذلك الصيام حتى المغرب.

ثم يكون الصيام ليوم واحد بالاسبوع، وبعد ذلك يكون الصيام يومي الإثنين والخميس والاستمرار على ذلك حتى  
رمضان ليكونوا قادرين على صيام الشهر كاملاً بعون الله.

أما فيما يخص الصلاة، فيمكنك دعوتهم ليصلوا معك (أو وحدهم) أربعة ركعات بعد صلاة العشاء بنية قيام الليل  
ليتدربوا على قيام الليل وليكون لديهم القدرة على صلاة التراويح في رمضان بعون الله، كون صلاة التراويح يكون لها  
ذكريات جميلة وأثر عميق في النفس.

أما تلاوة القرآن، فيمكنك حثهم على تلاوة ما لا يقل عن نصف صفحة يومياً ثم زيادتها إلى صفحة ثم صفحتين  
وهكذا بما تناسب مع طاقتهم وقدراتهم، مع الاهتمام بتفسير بعض الآيات ليتدبروها.

## أبناؤنا ورمضان في بلاد الغرب:

وإن كنت تعيشين في بلاد الغرب، فتحتاجي أن تبتهدي أكثر مع أبناءك يا رفيقتي، فأنت تعلمين جيدا صعوبة الحياة بالغرب والجو المليء بالفتن والشهوات، وتعتبر مواسم العبادات هذه من أكثر ما يجدد الإيمان في قلوبنا نحن الآباء والأمهات وكذلك الأبناء، وأهم ما يجب عليك القيام به هو أن تشعرُوا أن رمضان هو شهر الفرح والإيمان مع الإهتمام بتزيين البيت والاستماع لآيات القرآن ليل نهار، ولا تنسي أهمية الذهاب إلى المسجد لصلاة التراويح إن أمكن.

## الفتور في رمضان:

يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن لكل عمل شرة، ولكل شرة فترة، فمن كانت شرته إلى سنتي فقد أفلح، ومن كانت فترته إلى غير ذلك فقد هلك) [صحيح الترغيب]

وقد شرحه الشيخ الشنقيطي حفظه الله فقال أن الإنسان حين يُقبل على العمل الصالح يشعر برغبة شديدة وشرهة في الطاعة تجعله يود لو أن جميع حركاته وسكناته في طاعة الله من لذة وحلاوة الإيمان التي وجدها في العبادة. لكن هذه الرغبة تكون لفترة ثم يجد نفسه قد ألف الطاعة فيصيبه الفتور وضعف الإيمان لحكم بالغة، منها أن يظهر فيها صدق الصادق، فبعض الناس إذا أصابه الفتور استمسك، وأصبح في دعاء وإنابة لله عز وجل، وخوف أن يُسلب منه ذلك العمل الصالح، فهذا تجده يحافظ على قيام الليل والنوافل والطاعات، فإذا قصر قليلا تألم وانزعج كأنه فقد حياته، وهؤلاء هم أعلى الناس مقاما في العمل الصالح.

والبعض إذا أصابه الفتور استسلم وفرط في العبادات كلها وربما لم يستطع العودة لما كان عليه. فالإنسان إذا شعر بلذة العبادة وحلاوتها، لا بد من الفتور بعدها ليجدد النية وليتجدد الشوق فيعود للعمل الصالح بحرص أكثر وشوق أكبر. [من محاضرة حياة القلوب]

ويقول ابن القيم رحمه الله: (فتخلل الفترات للسالكين أمر لازم لا بد منه، فمن كانت فترته إلى مقاربة وتسديد، ولم تُخرجه من فرض، ولم تُدخله في محرّم، رُجي له أن يعود خيرا ممّا كان، قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه وأرضاه: إن لهذه القلوب إقبالا وإدبارا، فإذا أقبلت فخذوها بالتّوافل، وإن أدبرت فألزموها الفرائض.

وفي هذه الفترات والغيوم والحُجب -التي تُعرض للسالكين- من الحكّم ما لا يعلم تفصيله إلّا الله، وبها يتبين الصادق من الكاذب، فالكاذب ينقلب على عقبيه، ويعود إلى رسوم طبيعته وهواه، والصادق ينتظر الفرج ولا ييأس من روح الله، ويلقي نفسه بالباب طريقا ذليلا مسكينا مستكينا، كالإناء الفارغ الذي لا شيء فيه البتّة، ينتظر أن يضع فيه مالك الإناء وصانعه ما يصلح له، لا بسبب من العبد، وإن كان هذا الافتقار من أعظم الأسباب، لكن ليس هو منك، بل هو الذي منّ عليك به، وجرّدك منك وأخلاك عنك، وهو الذي يحول بين المرء وقلبه) [مدارج السالكين]

وللتغلب على ذلك الفتور:

١. لا تنتظري حتى يتمكن منك الفتور، ولكن إذا شعرت ببعض التقصير فسارعي بتحديد نشاطك بالتنوع بالعبادة.
٢. عند الحماس لممارسة الطاعة، اجتهدي بالعبادة، وعند الفتور حافظي على الفرائض والتزمي باليسير من النوافل فقد سئل النبي صلى الله عليه وسلم: أي الأعمال أحب إلى الله؟ قال: (أدومها وإن قل). [رواه البخاري]
٣. لا تتركي نفسك للفراغ بل دوما اشغلي نفسك بعمل نافع واجعليه همك الذي تفكري فيه ليل نهار، فالفراغ يؤدي إلى الملل وارتكاب المعاصي مما يجعلك تبتعدي عن الطاعات.
٤. اجتهدي في التنوع في العبادات فإن تكاسلت عن تلاوة القرآن فعليك بالاستماع، وإن تكاسلت عن الإستماع فعليك بركعتين تناجي فيهم الله بذل وإنكسار، وإن تكاسلت عن ذلك فعليك بالقراءة في التفاسير، وإن تكاسلت عن ذلك فعليك بقراءة الكتب التي ترقق القلوب وتجدد الإيمان، وإن تكاسلت عن ذلك فعليك بالاستماع للمقاطع الصوتية التي تنعش القلوب وتحببه وغيرها.
٥. المداومة على الاستغفار وذكر الله مع التذلل لله عز وجل كما كان يفعل الأنبياء عليهم السلام لقوله تعالى: (رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ) [الأعراف: ٢٣]، وقوله تعالى: (وَاللَّا تَغْفِرُ لِي وَتَرْحَمْنِي أَكُنُّ مِنَ الْخَاسِرِينَ) [هود: ٤٧]
٦. ذكرى نفسك دوما بقوله تعالى: {هم درجات عند الله} [آل عمران: ١٦٣]، وانظري أي درجة ترغبي أن تكوني وجاهدي نفسك لتتاليها.

### أخطاء رمضانية منتشرة:

- رغم كثرة التوعية والتذكير برمضان كل عام إلا أنه ما زال هناك العديد من الأخطاء التي ما زالت منتشرة، ربما بحكم العادة أو النسيان أو غيرها، فانتبهي لها يا رفيقتي وتجنبيها قدر الإمكان:
١. عدم تبيت النية من الليل لصيام رمضان، لقوله صلى الله عليه وسلم: (من لم يبيت الصيام من الليل فلا صيام له) [رواه النسائي]، وفي رواية: (من لم يبيت الصيام قبل الفجر فلا صيام له)
  ٢. الإسراف بالزيارات والعزومات للتواصل مع الأصدقاء وصلة الأرحام وكأنه لم يكن هناك عام بأكمله لمثل تلك التجمعات، غافلين أن شهر رمضان هو شهر زيادة التواصل مع الله عز وجل وليس زيادة التواصل مع البشر. ولا يعني ذلك مقاطعة الزيارات، ولكن المقصود عدم المبالغة فيها وتضييع الأوقات في التحضير قبلها، وفي أثناء الزيارة وما يترتب بعدها من إضاعة المزيد من الأوقات في الترتيب والتنظيف وإرهاق للحسد والإسراف في الأموال وارتكاب المعاصي المترتبة على كثرة القيل والقال والهمز واللمز والغيبة والنميمة.



٣. الإسراف في الأكل والشرب، وكأنهم كانوا في حرمان طوال النهار ويرغبوا في تعويضه ليلاً فيضيع بعض الحكم من الصيام وهي استشعار ما يمر به الفقراء من قلة الطعام، وكذلك السيطرة على شهوة الأكل والطعام، متناسين قول الله تعالى: {وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين} [الأعراف: ٣١]
٤. الغضب والسباب وسوء الخلق بسبب الجوع رغم أن الصيام هو لتهديب الأخلاق، لقوله صلى الله عليه وسلم: (الصوم جُنَّةٌ، فإذا كان يوم صوم أحدكم، فلا يرفث ولا يصخب، فإن ساء به أحدٌ، أو شاتمهُ، فليقل: إني صائم) [رواه البخاري ومسلم]
٥. تأخير الإفطار وتعجيل السحور وهذا مخالف لهدى النبي صلى الله عليه وسلم.
٦. الجهل بمفطرات ومفسدات الصيام.
٧. الصيام عن المعاصي والذنوب نهاراً والنهوان فيها ليلاً بعد الإفطار (كالهمز واللمز والنميمة ومشاهدة المسلسلات والاستماع للأغاني وغيرها).
٨. النوم في النهار من أجل السهر ليلاً مما فيه من تضييع للأوقات وتعطيل للحياة والمسئوليات والحرمان من العبادة.
٩. تركيز الزوجة على عبادتها والغفلة عن حقوق الأبناء والزوج.
١٠. تحري ليلة القدر وترك العبادة بعدها.

### مفطرات ومفسدات الصيام:

(الخلاصة أن جميع المفطرات لا يفطر بها الإنسان إلا بشروط ثلاثة:

أولاً: أن يكون عالماً بالحكم الشرعي.

ثانياً: أن يكون متذكراً للحكم الشرعي وقت القيام بما يفطر.

ثالثاً: أن يكون الإفطار بإختياره وليس مُكره عليه)

[فتاوى الشيخ ابن عثيمين بتصرف يسير]

ويقول ابن تيمية رحمه الله: (والمفطرات على نوعين:

فمن المفطرات ما يكون من نوع الاستفراغ كالجماع والاستقاءة والحيض والاحتجام، فخرج هذه الأشياء من البدن مما يضعفه، ولذلك جعلها الله تعالى من مفسدات الصيام، حتى لا يجتمع على الصائم الضعف الناتج من الصيام مع الضعف الناتج من خروج هذه الأشياء فيتضرر بالصوم. ويخرج صومه عن حد الاعتدال.

ومن المفطرات ما يكون من نوع الامتلاء كالأكل والشرب. فإن الصائم لو أكل أو شرب لم تحصل له الحكمة المقصودة من الصيام.) [مجموع الفتاوى]

(ومفسدات الصيام (المفطرات) سبعة. وهي:

١. الجماع (سواء أنزل أم لا): ويجب فيها التوبة، وإتمام صيام ذلك اليوم، والقضاء والكفارة المغلظة.

٢. الاستمناء (وهو إنزال المني باليد أو غيرها): فمن استمنى في نهار رمضان، وجب عليه التوبة، وأن يمسك بقية يومه، وأن يقضيه بعد ذلك.
- وإن توقف عن الاستمناء قبل أن يُتزل، فعليه التوبة، وصيامه صحيح.
٣. الأكل والشرب (هو إدخال الطعام والشراب إلى المعدة عن طريق الفم أو الأنف لقول النبي صلى الله عليه وسلم: وبالغ في الاستنشاق إلا أن تكون صائماً) هذا يفطر وعليه القضاء.
٤. ما كان بمعنى الأكل والشرب (كحقن الدم والإبر المغذية وغسيل الكلى) فهذا يفطر وعليه القضاء.
٥. إخراج الدم (بالحجامة لقول النبي صلى الله عليه وسلم: أفطر الحاجم والمحجوم - وبالتبرع بالدم): وهذا يفطر وعليه القضاء.
- ومن أصابه نزيف فصيامه صحيح لأنه بغير اختياره.
- ونزول الدم بخلع الضرس، أو شق الجرح، أو تحليل الدم، لا يُفطر.
٦. القيء عمداً لقول النبي صلى الله عليه وسلم: من ذرعه (أي غلبه) القيء فليس عليه قضاء، ومن استقاء عمداً فليقض.
٧. خروج دم الحيض أو النفاس من المرأة لقول النبي صلى الله عليه وسلم: أليس إذا حاضت لم تصل ولم تصم. فمتى رأت المرأة دم الحيض أو النفاس فسد صومها ولو كان قبل غروب الشمس بلحظة.
- وإذا أحست المرأة بانتقال دم الحيض ولكنه لم يخرج إلا بعد غروب الشمس صح صومها، وأجزأها يومها.
- والحائض أو النفساء إذا انقطع دمها ليلاً فنَوَتِ الصيام ثم طلع الفجر قبل اغتسالها فمذهب العلماء كافة صحة صومها)

[الإسلام سؤال وجواب]

## العشر الأواخر من رمضان:

في منتصف شهر رمضان يكتمل البدر يا رفيقتي وبعد إكتماله يبدأ في النقصان وتبدأ العشر الأواخر من رمضان، فأحسني فيما بقي ولا تبالي في تقصيرك بالأيام السابقة، يقول الله تعالى: {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا} [الزمر: ٥٣]

فالعبرة بخواتيم الأعمال وليس بالتقصير في البدايات، يقول ابن الجوزي: (إن الخيل إذا شارفت نهاية المضمار بذلت قصارى جهدها لتفوز بالسباق.. فلا تكن الخيل أظن منك! فإنما الأعمال بالخواتيم.. فإنك إذا لم تحسن الاستقبال لعلك تحسن الوداع!!)

وقد كان هديه صلى الله عليه وسلم أن يتفرغ للعبادة في هذه الأيام، يقول الشيخ عبد العزيز الطريفي حفظه الله: (انقطاع النبي صلى الله عليه وسلم في العشر بالاعتكاف، مع كونه يدير دولة الإسلام ويفتي الأنام والأمة تحتاج إليه، دليل على أن الأولى تأجيل المصالح لأجل هذه العشر). وعن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها أنها قالت: (كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا دخل العشر شد مئزره وأحيا ليله وأيقظ أهله) [رواه البخاري]

والأصل في إحياء الليل هو القيام لما ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم: (من قام رمضان إيماناً واحتساباً غُفر له ما تقدم من ذنبه) [رواه مسلم]

وقد قال رجل للحسن: (يا أبا سعيد ما أفضل ما يتقرب به العبد إلى الله من الأعمال؟ قال: ما أعلم شيئاً يتقرب به المتقربون إلى الله أفضل من قيام الليل)

ورغم أن الأصل في إحياء الليل هو الصلاة إلا أن بعض العلماء قالوا أن إحياء الليل قد يشمل جميع الطاعات: قال الحافظ: (وأحيا ليله) أي سهره بالطاعة.

وقال النووي: أي استغرقه بالسهر في الصلاة وغيرها.

وقال في عون المعبود: أي بالصلاة والذكر وتلاوة القرآن.

وأيا كان نوع الطاعة التي تنوینها يا رفيقتي، تذكري أن أهم شيء فيها هو الانقطاع عن التفكير في الناس لتتفرغي للتفكير في الله سبحانه وتعالى.

يقول الله تعالى: (وَأذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا) [المزمل: ٨]

قال ابن كثير: (أي: أكثر من ذكره، وانقطع إليه، وتفرغ لعبادته إذا فرغت من أشغالك وما تحتاج إليه من أمور دنياك؛ كما قال تعالى: (فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ) [الشرح: ٧]؛ أي: إذا فرغت من أشغالك، فانصب في طاعته وعبادته؛ لتكون فارغ البال) [تفسير ابن كثير]

وقال ابن سعدي رحمه الله: (أي: انقطع إلى الله تعالى؛ فإن الانقطاع إلى الله والإنابة إليه، هو الانفصال بالقلب عن الخلاق، والاتصاف بمحبة الله، وكل ما يقرب إليه ويُدني من رضاه)

وانتهبي يا رفيقتي أن يثنيك الشيطان عن العبادة بزعم أنك تصلي وتقرأى بلا خشوع ولا حضور قلب ولا لذة، فالهدف الحقيقي من العبادة هو التقرب لله عز وجل حتى لو لم تستشعري لذة العبادة من البداية، فاصبري وتذلمي وانكسري بين يديه سبحانه وادعيه كثيرا ألا يحرمك من استشعار لذة عبادته، لعل الله يرزقك بها ولو بعد حين. فإنك لو استسلمت وتركت العبادة لعدم إستشعارك لذتها، فبأي وجه تطلبي اللذة وترجيها.

وانتهبي يا رفيقتي ألا تكوني ممن يُجتهدوا بالطاعة ليلا، ويكسلوا عنها ويفتروا نهارا، فرغم فضل إحياء الليل في رمضان وخاصة العشر الأواخر، إلا أن شهر رمضان كله هو شهر عباده في ليله ونهاره.

وإليك بضعة النصائح التي تعينك على هذه العشر:

١. أن توقني أنه لا حول لك ولا قوة إلا بعونه سبحانه، فرديديها دوما واطلبي منه العون في كل صلاة مستشعرة قوله تعالى: {إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ} [الفاتحة: ٥]
٢. ذكّري نفسك دوما أن هذا قد يكون آخر رمضان يمر عليك، فكيف تريدين أن تودعيه؟
٣. اكثري من الخلوات مع الله عز وجل ولو كانت لمدة خمسة دقائق في كل ساعة.
٤. نوعي بين العبادات، وتمسكي بالعبادات التي ينشط لها قلبك وترغي بالاستزادة منها.
٥. إذا فتح الله عليك بعبادة، فإياك أن تُعجبي بنفسك فيها حتى لا يُحبط عملك، بل اجتهدي في التذلل والإنكسار بين يدي الله ونسب الفضل إليه، وتذكري أن العبرة بقبول العمل وليس بكثرتة.

## ليلة القدر:

رغم أنه لا يوجد نص صريح بأي ليلة هي ليلة القدر، إلا أن عادة الناس الإهتمام بليلة سبعة وعشرين وإهمال باقي الليالي، وهذا مخالف لوصية حبيبنا المصطفى صلى الله عليه وسلم، فعن عبادة بن الصامت رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم خرج يُخبر بليلة القدر، فتلاحى رجالان من المسلمين، فقال: (إني خرجت لأخبركم بليلة القدر، وإنه تلاحى فلان وفلان فرُفعت، وعسى أن يكون خيرا لكم، التمسوها في السبع والتسع والخمس) [رواه البخاري] وقال أهل العلم أن الحكمة من إخفائها هي تنشيط المسلم لبذل الجهد في العبادة والدعاء والذكر في العشر الأخير كلها.

فاحرصي يا رفيقتي على الاجتهاد في العشر الأواخر كلها تحريا لليلة القدر، واحرصي على حث من حولك من أبناء زوج وأهل ورفيقات، محتسبة الأجر ومتذكرة قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (رحم الله امرأة قامت من الليل فصلت، وأيقظت زوجها؛ فإن أبي نضحت في وجهه الماء) [صحيح أبي داود]



ولا تنسي سؤال الله العفو والعافية في كل ليلة، قال ابن رجب: (وإنما أمر بسؤال العفو في ليلة القدر بعد الإجتهد في الأعمال فيها وفي ليالي العشر لأن العارفين يجتهدون في الأعمال ثم لا يرون لأنفسهم عملا صالحا ولا حالا ولا مقالا فيرجعون إلى سؤال العفو كحال المذنب المقصر". [لطائف المعارف]

وقال الشيخ عبد العزيز الطريفي لمن عجز عن القيام لعذر بيّن: (من عجز عن قيام العشر لعذر بيّن وصلى العشاء والفجر جماعة حصل على أجر قيام العشر وإدراك ليلة القدر، صح هذا عن ابن المسيب وغيره وفضل الله واسع)

### ما بعد ليلة ٢٧:

جرت العادة انصراف الناس الى حياتهم بعد انتهاء ليلة ٢٧ وكان رمضان انتهى بالنسبة لهم.

وهذا مخالف لهدي النبي صلى الله عليه وسلم الذي قال: (التمسوا ليلة القدر في آخر ليلة) [صحيح ابن خزيمة] فليلة القدر ليست مؤكدة أنها ليلة السابع والعشرين، بل قال بعض أهل العلم أنها تتغير كل عام، قال الشيخ بن عثيمين رحمه الله: (وإذا تأملنا الأدلة الواردة في ليلة القدر تبين لنا أنها تنتقل من ليلة إلى أخرى وأنها لا تكون في ليلة معينة كل عام، فالنبي صلى الله عليه وسلم) أرى ليلة القدر في المنام وأنه يسجد في صبيحتها في ماء وطين، وكانت تلك الليلة ليلة إحدى وعشرين، وقال عليه الصلاة والسلام: (تحروا ليلة القدر في العشر الأواخر من رمضان)) انتهى كلامه

وقد كان من هدي الرسول صلى الله عليه وسلم والصحابة رضوان الله عليهم ومن بعدهم من السلف الصالح، أن يهتموا بإتقان أعمالهم للنهاية ومنها اتمام العباداة إلى آخر يوم من شهر رمضان.

فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: (إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملا أن يتقنه) [رواه البيهقي] وقال كذلك: (من قام رمضان إيمانا واحتسابا غُفر له ما تقدم من ذنبه) أي من قام رمضان كله. وبالتالي فإن تفويت أي يوم من رمضان قد يحرمك من هذا الفضل أو قد يُنقصه، فاحرصي على إتمام العباداة حتى آخر لحظة في رمضان.

## آخر فهار في رمضان:

لقد كان من هدي النبي صلى الله عليه وسلم والصحابة رضوان عليهم والسلف الصالح أن يستغفروا بعد إتمام أعمالهم سواء كانت حج أو صيام أو صلاة أو وضوء أو تلاوة أو غيرها، وفي الأدعية الواردة عن النبي صلى الله عليه وسلم خير دليل على ذلك، فاحرصي يا رفيقتي على الاستغفار بعد كل عمل تنهيه ومنها الاستغفار في آخر يوم من رمضان.

يقول ابن رجب عن السلف الصالح: (وكانوا مع اجتهادهم في الصحة في الأعمال الصالحة يجددون التوبة والإستغفار عند الموت ويختمون أعمالهم بالإستغفار وكلمة التوحيد) [لطائف المعارف]

وأما الحكمة من الاستغفار، فقد وضحها الشيخ السعدي في تفسيره لقوله تعالى: {ثُمَّ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ وَاسْتَغْفِرُوا لِلَّهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} [البقرة: ١٩٩]

فقال رحمه الله: (فالاستغفار للخلل الواقع من العبد في أداء عبادته وتقصيره فيها، وذِكْرُ اللَّهِ هو شُكْرُ اللَّهِ على إنعامه عليه بالتوفيق لهذه العبادة العظيمة والمِنَّة الجسيمة،

وهكذا ينبغي للعبد كلما فرغ من عبادة أن يستغفرَ الله عن التقصير، ويشكره على التوفيق، لا كمن يرى أنه قد أكمل العبادة ومنَّ بما على ربه، وجعلت له محلاً ومترلاً رفيعة،

فهذا حقيق بالمقت وردّ العمل كما أن الأول حقيق بالقبول والتوفيق لأعمال أخر) [تفسير السعدي]

وكذلك يقول ابن تيمية رحمه الله: (الاستغفار يُخرج العبد من الفعل المكروه، إلى الفعل المحبوب، من العمل الناقص، إلى العمل التام. ويرفع العبد من المقام الأدنى، إلى الأعلى منه، والأكمل؛ فإن العابد لله، والعارف بالله في كل يوم، بل في كل ساعة، بل في كل لحظة يزداد علماً بالله. وبصيرة في دينه، وعبوديته، بحيث يجد ذلك في طعامه، وشرابه، ونومه، ويقظته، وقوله، وفعله. ويرى تقصيره في حضور قلبه في المقامات العالية، وإعطائها حقها، فهو يحتاج إلى الاستغفار آناء الليل وأطراف النهار؛ بل هو مضطر إليه دائماً في الأقوال والأحوال، في الغوائب والمشاهد؛ لما فيه من المصالح وجلب الخيرات، ودفع المضرات، وطلب الزيادة في القوة في الأعمال القلبية، والبدنية اليقينية الإيمانية... اهـ) [مجموع الفتاوى]

## استقبال العيد بالفرح أم بالحزن:

في كل عيد يتجدد القول "كيف نفرح بالعيد وقد امتلأت قلوبنا أحزاناً لفقد عزيز أو لغربتنا عن الأهل والأحباب أو حتى لأحوال المسلمين التي تزداد سوءاً يوماً بعد يوم"

وهذا القول مخالف لشرع الله فالفرح بالأعياد هي سنة إلهية مشروعة لقوله صلى الله عليه وسلم: (للصائم فرحتان: فرحه حين يفطر، و فرحة حين يلقي ربه) [رواه مسلم]

فانتبهي يا رفيقتي حتى لا تكوني من هؤلاء وتذكري قوله تعالى: {وَمَنْ يُعْظَمِ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ} [الحج: ٣٢]

فأعياد المسلمين ليست لمجرد الفرح واللعب والتزاور، ولكنها من شعائر الدين وعباداته، يقول ابن حجر: (إظهار السرور في الأعياد من شعائر الدين) [فتح الباري]

والسنة أن يُظهرها المسلمون ويفرحوا بها فهي من العبادات التي يتقرب بها المسلم إلى الله.

واعلمي أنه لا تعارض مطلقاً بين إظهار الفرح بالعيد، والتألم لمصائب الغير؛ فإن المسلم يظهر فرحه بالعيد، إظهاراً لدينه، وإعلاءً لشأنه، وهو مع ذلك يجزن في قلبه لمصائب الآخرين. بالضبط كمن فقدت عزيزاً ورزقت بمولود في نفس الوقت، هل ستحزن لخروج هذا المولود أم ستفرح رغم الحزن الذي يغمر قلبها لفقيدها؟

ولا تنسي التكبير في ليلة العيد يا رفيقتي، يقول الله تعالى في آيات الصيام: {ولتكمّلوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون} [البقرة: ١٨٥]

يقول السعدي رحمه الله في تفسيره: (وهذا - والله أعلم - لثلاث يتوهم متوهم، أن صيام رمضان، يحصل المقصود منه ببعضه، دفع هذا الوهم بالأمر بتكميل عدته، ويشكر الله تعالى عند إتمامه على توفيقه وتسهيله وتبيينه لعباده، وبالتكبير عند انقضائه، ويدخل في ذلك التكبير عند رؤية هلال شوال إلى فراغ خطبة العيد.) [تفسير السعدي]

وأخيراً لا تنسي يا رفيقتي قيام ليلة العيد وما يليها من ليالي وأسابيع وشهور، فلقد كنتِ على طاعة لشهر كامل ولا ينبغي لك أن تكوني كمن نقضت غزلها من بعد قوة لقوله تعالى: {وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِي نَقَضَتْ غَزْلَهَا مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ} [النحل: ٩٢]

يقول الشيخ السعدي في تفسير هذه الآية: (وذلك {كَالَّذِي} تغزل غزلاً قوياً فإذا استحکم وتم ما أريد منه نقضته فجعلته {أَنْكَاثًا} فتعبت على الغزل ثم على النقض، ولم تستفد سوى الخيبة والعناء وسفاهة العقل ونقص الرأي) [تفسير السعدي]

## الاحتفال بالعيد:

وها قد أتى العيد بنسماته وأفراحه، وبدأ الاستعداد لصلاة العيد، تلك الصلاة التي أمرنا الرسول صلى الله عليه وسلم بالخروج إليها جميعاً (كبار السن وصغارهم من النساء، والحائض والنفساء وغيرها) للمشاركة بفرحة العيد. فعن أم عطية رضي الله عنها قالت: (أمرنا رسول الله صلى الله عليه وسلم أن نخرجهن في الفطر والأضحى: العواتق والحيض ذوات الخدور، أما الحيض فيعتزلن الصلاة ويشهدن الخير ودعوة المسلمين) [رواه البخاري ومسلم]

وصلاة العيد هي من أكثر ما يدخل السرور على القلب في العيد خاصة مع تهنئة المصلين بعضهم لبعض بعد الصلاة سواء كانت التهنئة وجها لوجه أو بالهاتف أو برسالة، فلهذه لذة وطعم يختلف عن التهنئة قبل صلاة العيد.

ومن الآداب الخاصة بالعيد:

١. الاغتسال
  ٢. لبس الملابس جديدة (إن أمكن)
  ٣. التكبير بصوت مسموع للنفس
  ٤. التهنئة
  ٥. اللهو والمرح بما أحله الله
  ٦. تبادل الزيارات
- وغيرها

أما الأطفال يا رفيقتي فيمكنك ادخال السرور عليهم والاحتفال معهم بالعديد من الوسائل:

١. تزيين البيت بالبالونات والزينة.
٢. شراء الهدايا وتغليفها بغلاف جميل وجذاب للأطفال.
٣. صنع الحلويات والوجبات الخفيفة والتي عادة يراها الأطفال في المناسبات الأخرى المحرمة ليتربى الطفل على أن أعياد المسلمين المشروعة فيها من المتعة والمرح والاستمتاع ما يفوق غيرها.
٤. اعطاء عيديات للاولاد ليفرحوا بها - إن أمكن -
٥. تعليمهم ان الله شرع زكاة الفطر ليفرح الفقراء بالعيد ايضا.
٦. تعليمهم التكبير لصلاة العيد بصوت عالي لقوله تعالى: { وَمَنْ يُعْظِمْ شَعَائِرَ اللَّهِ }

ولكل أم مغتربة ببلاد الغرب، اهتمي جدا بهذه التفاصيل الصغيرة، فطفلك يرى أعياد غير المسلمين طوال العام كأعياد الميلاد والكريسماس وغيرها، ويتمنى لو لديه شيء يحتفل به معهم أو يتلقى فيه هدايا، فاستغلي عيدي الفطر والأضحى لذلك، ويمكنك إعطاؤهم بعض الهدايا الرمزية (حلويات وبلونات في أكياس ملونة) ليأخذها لمدرسته ويعطيها لزملائه كما يفعلون هم في أعياد ميلادهم فيشعر وقتها بالفخر وعدم الحرمان.

## قلبك في العيد:

لقد ذقتي طعم القرب، وأدمن لسانك الذكر فلا تُضيّعي تلك الشحنات الإيمانية الرائعة بالاحتفالات التي فيها إضاعة للأوقات وبعض المخالفات الشرعية ولا تكوني ممن قال الله فيهم: {وَعَصَيْتُمْ مِّنْ بَعْدِ مَا أَرَأَكُمْ مَّا تُحِبُّونَ} [آل عمران: ١٥٢]

خافي على قلبك يا رفيقتي ولا تكوني سببا في أن يُسلب حلاوة الإيمان فلتفرحي بالعيد وعظّمي الله في قلبك ولا تفترّي عن العبادات وإلا ستجدي نفسك وقد أصابك الفتور بعد أول يوم من أيام العيد ووقتها ستتعجّبي وتتسألني عن السبب؟ والسبب يا رفيقتي هو أنك انشغلت بالاحتفالات والزيارات وغفلت عن قرآنك، وربما سهوت عن صلاة القيام التي واظبتِ عليها شهرا كاملا. فكيف ترغبي لقلبك أن يستمر على حاله وقد نسيت إمداده بغذاء الروح من التلاوة والذكر وصلاة القيام والصيام؟ وتذكري أن الإيمان يزيد وينقص، وزيادته لا تكون إلا باستمرار الطاعات. فإن اعتدت القيام فلا تتركه وإن اعتدت التلاوة فلا تهمل مقدار وردك الذي اعتدته.

وإن اعتدت الصيام فلديك الستة أيام من شوال، وكذلك يومي الإثنين والخميس من كل إسبوع. وكلما راودتك نفسك الأمانة بالسوء فذكرها بقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (يا عبد الله، لا تكن مثل فلان، كان يقوم الليل فترك قيام الليل) [رواه البخاري]

## وأخيرا... ماذا بعد رمضان؟

ماذا سيكون حالك بعد رمضان يا رفيقتي؟ وما هي العلامات التي تبشرك بأن الله قد قبل طاعتك في رمضان؟ الجواب في كلام أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها حين سألت رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الآية: {وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ} [المؤمنون: ٦٠] فقالت: (أهم الذين يشربون الخمر ويسرقون؟ قال: لا يا بنت الصديق، ولكنهم الذين يصومون ويصلون ويتصدقون، وهم يخافون أن لا تُقبل منهم، أولئك يسارعون في الخيرات وهم لها سابقون) [صحيح الترمذي] فأولئك رغم اجتهادهم في العبادة إلا أنهم لم يعتمدوا عليها ولم يكتفوا بها خشية أن لا تكون كافية وأن لا تُقبل، بل سارعوا بالاستمرار بالعبادة والزيادة منها رجاء أن يتقبلها الله منهم.

يقول ابن القيم رحمه الله: (فإن الله جعل الإخلاص والمتابعة سببا لقبول الأعمال فإذا فقد لم تُقبل الأعمال) [الروح]

ولقد يسر الله لك ما يعينك على الإستمرار بالطاعة، وهو صيام الست من شوال، مع الإهتمام بقضاء الأيام التي فطرت بها أولاً، ومما يهون عليك في البدء بالقضاء الحديث القدسي: (ما تقرب إليّ عبدي بشيء أحب إليّ مما افترضته عليه) [رواه البخاري]

فإنه يجب اهتمامك بإتمام فرضك قبل أن تقومي بالتطوع.

وقد ذكر الشيخ ابن باز رحمه الله: (أن العلماء نصّوا على أن أجر القيام بالواجب أكبر من أجر القيام بالمستحب، وأن البدء بالواجب أسرع في براءة الذمة. وحديث: (من صام رمضان ثم أتبعه ستاً من شوال كان كصيام الدهر) [رواه مسلم]، يقتضي ظاهره اشتراط الانتهاء من قضاء رمضان ثم صيام الست من شوال ليحصل الأجر المذكور.) [فتاوى ابن باز]

ومن وسائل الثبات بعد رمضان:

١. الاستعانة بالله عز وجل وسؤاله الثبات.
٢. أن تجعل من رمضان نقطة إنطلاق لك، وتذكري أن من لم يختم القرآن في شوال، ولم يصم بضعة أيام فغالباً لن يفعل طوال العام حتى يحين رمضان آخر.
٣. اجتهدي في البحث عن الصحبة الصالحة التي تعينك على الطريق، لقوله صلى الله عليه وسلم: (مثل المجلس الصالح كمثل صاحب المسك إن لم يُصَبِّك منه شيء أصابك منه ريحُه، ومثل المجلس السوء كمثل صاحب الكير إن لم يُصَبِّك من سواده أصابك من دُخانِه) [الترغيب والترهيب]
٤. التنوع في الطاعات، فالنفس ملولة بطبعها، والطاعات كثيرة ومتنوعة من تلاوة وصيام وقيام الليل والدعاء والذكر والصدقة وعبادة المريض وغيرها.
٥. سأل النبي صلى الله عليه وسلم: أي الأعمال أحب إلى الله؟ قال: (أدومها وإن قل). وقال: (اكلفوا من الأعمال ما تطيقون) [رواه البخاري]
٦. فاحرصي على وضع حد أدنى لعباداتك تلتزمي بها وقت فتورك، وفي وقت نشاطك زيدي عنها بما استطعت. البعد عن المعاصي، والاهتمام بكل ما سيحاسبك الله عليه كالوقت والصحة والمال وغيرها، الفراع هو أول باب للبعد عن الله وحرمان لذة الطاعة كونه بيئة مناسبة لارتكاب الذنوب لا شعورياً.

وفي الختام أقول: يا رفيقتي

أينما كان محلي في قلبك، لا تنسيني من دعائك فلعلك أقرب مني إلى الله منزلة، ولك دعوة لا ترد فلا تحرميني منها؛ ولن يضيع لك أجر فهناك ملك يقول ولك بالمثل. أسعد الله قلباً ضم إسمي بدعائه غيباً وأنا لا أعلم. وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

أم عبد الرحمن بنت مصطفى بخيت

رمضان ١٤٣٨ هـ - ٢٠١٧ م



## المحتويات

٥	الإستعداد:
٥	تطهير القلب:
٨	التهيئة النفسية:
٨	التخطيط:
٩	أفضل أوقات العبادة:
١٠	التدرج في التخطيط:
١٠	التنوع بالعبادات:
١٥	البدء في التدريب:
١٥	جهاد الأم في رمضان:
١٦	العبادة وفترة الحيض والنفاس:
١٨	أبنائنا ورمضان:
١٩	أبنائنا ورمضان في بلاد الغرب:
١٩	الفتور في رمضان:
٢٠	أخطاء رمضانية منتشرة:
٢١	مفطرات ومفسدات الصيام:
٢٣	العشر الأواخر من رمضان:
٢٤	ليلة القدر:
٢٥	ما بعد ليلة ٢٧:
٢٦	آخر نهار في رمضان:
٢٧	استقبال العيد بالفرح أم بالحزن:

٢٨ ..... الاحتفال بالعيد:

٢٩ ..... قلبك في العيد:

٢٩ ..... وأخيرا... ماذا بعد رمضان؟