

الثلاثون القلبية للانتفاع برمضان

بترتيب جديد وزيادة يسيرة

شعبان ١٤٤٦ هـ

كتبها

محمد بن عبد العزيز نصيف

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي أكرمنا بـرمضان، والصلاة والسلام على خير من صام وقام، وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان؛ فهذه بضع وثلاثون وقفة بل خطوة في سير القلب إلى الله في رمضان وقد جعلتها تحت ثمانية عناوين:

١/ ما الهدف؟ ٢/ بدء السير. ٣/ تقوية السير. ٤/ الصلوات الخمس ، والمراقبة.

٥/ التراويح ، والمراقبة. ٦/ الحماية والرعاية لغرس المراقبة. ٧/ محطات منسية.

٨/ العشر الأواخر ، وذروة السير.

، نفعمي الله وإياكم بها، وجعلنا من المقبولين في الشهر الكريم.

أولاً: ما الهدف؟

قد يكون الهدف من صيام رمضان معروفاً لكنه قد ينسى في زحمة رمضان فكان لابد من التذكير به في ثلاث وقفات:

(١)

بين الله أن ثمرة الصيام لعموم المؤمنين هي التقوى فقال: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: ١٨٣]، وبين سيد الصائمين -عليه أفضل صلاة وأتم تسليم- مكان التقوى فقال -مشيراً إلى صدره الشريف- "التقوى ههنا"، وعليه فإن الثمرة المرجوة من الصيام (ثمرة قلبية) في المقام الأول.

(٢)

إذا ثبت أن ثمرة الصيام محلها القلب فينبغي أن يكون التركيز الأكبر عليه ، ولا ينبغي أن تشغلنا أعمال الجوارح المشروعة في رمضان - وهي مهمة جداً، لا غنى عنها- عن الأعمال القلبية المصاحبة لها، فليكن هدفنا في رمضان إحياء (تقوى الله) وزيادتها في قلوبنا، مع تقواه -سبحانه- في جوارحنا.

(٣)

تقوى الله وإن تعددت صورها وآثارها إلا أنها ترجع ابتداءً إلى شيء يزرع في القلب اسمه المراقبة؛ فلنجعل هدفنا المحدد الأخص في الشهر الكريم (تقوية مراقبة الله).

ثانيًا : بدء السير

لا تكفيك معرفة الهدف بل لابد أن تعرف كيف تسير إليه؟ وهذه أربع وقفات لعلها تنير الطريق نحو الهدف:

(١)

لا بد لمن أراد أن يخطو أول الخطوات في مقام المراقبة من العلم بماهية المراقبة وثمارها... إلخ، وسبيل ذلك القراءة أو السماع فلتقرأ عن منزلة المراقبة، ولتستمع عن اسم الله: "الرقيب"... أدم التأمل في أحسن ما قرأت وسمعت طوال الشهر الكريم ، واجعل ذلك وردًا لك حتى ترسخ المعاني العظيمة في قلبك.

(٢)

عرف ابن القيم المُرَاقِبَةُ بأنها دَوَامُ عِلْمِ الْعَبْدِ، وَتَيَقُّنِهِ بِاطِّلَاعِ الْحَقِّ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى عَلَى ظَاهِرِهِ وَبَاطِنِهِ؛ ففي هذا التعريف ثلاثة أمور:

١/ العلم باطلاع الحق -سبحانه- على الظاهر والباطن، و هذا العلم عظيم الأثر على القلب.

٢/ وصول هذا العلم إلى درجة اليقين، وهذا أعظم.

٣/ دوام هذا العلم اليقيني واستمراره، وهذا أعظم وأعظم.

ولذلك فالطريق ليس سهلا ، والمطلوب ليس مما يناله كل أحد.

(٣)

لابد لمن أراد أن يمتلأ قلبه بمعنى من المعاني - والمعنى الذي نهدف إليه في شهر رمضان هو المراقبة - من أمرين:

١/ كثرة ذكره، لأن الذي يتكرر... يرسخ ويتقرر.

٢/ الانشغال به عن غيره لمدة من الزمن .

وبتعااض الأمرين ينتقل المعنى من (فكرة عقلية) إلى (شعور قلبي) - بإذن الله تعالى -.

(٤)

المراقبة التي نريد أن تسكن في قلوبنا كالزراع لا بد لها من (وقت) كاف كي تثبت، ولا بد لها من (تعميق) كي ترسخ، ولا بد لها من (رعاية) لتنمو في القلب وتزيد، والله وحده المستعان.

ثالثاً : تقوية السير

لتقوية السير نحو الهدف لابد من عزلة ، وهنا ثلاث وقفات :

(١)

" ما نفع القلب مثلاً عزلة ، يدخل بها ميدانَ فكرة " ، حكمة جلييلة تستحق أن تقف معها وتطيل التأمل لتعرف كيف تدخل ميدان الفكرة، فتخرج من رمضان بأنفع شيء لقلبك؟

(٢)

إن من أعظم ما يعين على إصلاح القلب أن يعطي الإنسان نفسه حظاً من (العزلة الشرعية) بغرض التفكير والتأمل في الحقائق التي يريد (تعميق) الإيمان بها في قلبه ، ومن الأدلة الشرعية على مشروعية العزلة : سنة الاعتكاف ، وسيأتي الحديث عن الاعتكاف في عنوان خاص.

(٣)

المراقبة التي تريد غرسها في قلبك تحتاج إلى (وقت) تفرغ فيه نفسك عن الشواغل والمشوشات الحسية، لأن هذه الشواغل والمشوشات تمنع من مراقبة الله أو تضعفها في القلب بحيث تزول المراقبة عن القلب لأدنى شهوة تترين أو فتنة تتعرض، وبعبارة أسهل أقول: أعط نفسك ما لا يقل عن عشر دقائق يومياً خلال الشهر المبارك تجلس فيها وحدك وتفكر فيها في الحقيقة الغائبة، وهي: أن الله ينظر إلى قلبك ويعلم ما يدور بخاطرك - إلى أن تسكن جوارحك ويبدأ قلبك بالاستحضار لهذا الأمر بل والتلذذ به...وقد يحركك هذا للدعاء فادعُ، أو للبكاء فابكُ، أو للصلاة فصلِّ، أو لقراءة القرآن فاقْرأ، أو للذكر فاذكر، ومن الله وحده المدد والعون.

رابعًا: الصلوات الخمس، والمراقبة

الصلوة مدرسة عظيمة لغرس المراقبة وتعميقها، مع أنها صورة حية لضرب من العزلة، وههنا أربع وقفات

(١)

إن الوصول إلى استدامة شعور القلب بإطلاع الرب هدفٌ بعيد جداً ، لذا كان لا بد من هدف أقرب منه يوصل إليه، وهو دوام المراقبة أثناء الصلاة، وهو ليس بالهدف الهين السهل أبداً، لكنه في حيز الإمكان... فلنجعله من أهم أهدافنا في رمضان .

(٢)

إن مراقبة الله أصل عظيم في الخشوع في الصلاة ، ، وفي الحديث الذي في سنده كلام وقوي بشواهد: " صلِّ صلاة مودع ، كأنك تراه..." ، ولهذه المراقبة وسائل تعين عليها، وتوصل بإذن الوهاب إليها.

(٣)

الاستعداد النفسي للوقوف بين يدي الله في الصلاة أصل مهم في التحقق بمراقبة الله في الصلاة، وقد شرعت لنا أمورٌ كثيرةٌ تعيننا على هذا الاستعداد، لكننا نغفل عنها فوجب التذكير والتذاكر بيننا بها؛ فمن ذلك :

١/ التردد مع الأذان، ونستشعر فيه أننا مدعون للقاء الملك الكريم في بيته.

٢/ الوضوء، وتذكر فيه أن ذنوبنا تتساقط مع الماء ونحن صامتون، فكيف إذا وقفنا بعدها وسألنا رب العالمين؟!

٣/ المشي إلى المسجد، وهو اقتراب من بيت الله.

٤/ الدعاء عند دخول المسجد : "...وافتح لي أبواب رحمتك"، والله يسمعنا —سبحانه—.

هذا غيظ من فيض ، والإطالة تبعث على الملل، "فليُقس ما لم يُقل".

(٤)

مما يقوي استشعار مراقبة الله في الصلاة أن نتذكر أنه -سبحانه- السميع... فمع كل ذكر من أذكار الصلاة استشعر أن الله يسمعك، وأنتك تناجيه جلّ في علاه... وهكذا كرر المحاولة في كل صلاة إلى أن يعم الشعور الجميل معظم الصلاة ثم تسري الطمأنينة إلى ما بعد الصلاة...ومن الله وحده المدد.

خامسًا: التراويح، والمراقبة

التراويح صلاة لكنها صلاة مخصصة يميزها الطول نسبيًا، والتفرغ عن الشواغل غالبًا، مع الشوق لها لأنها تُشرع شهرًا في السنة، وههنا خمس وقفات:

(١)

من الأوقات الجميلة المناسبة كي يخلو الإنسان بنفسه ليتفكر ويتأمل ما قبل صلاة التراويح حيث يبكر المؤمن للمسجد مستحضرا هذا الأمر العظيم وهو أن الله يراه، ويحاول استدامة هذا الأمر و(ترسيحه) في قلبه حتى تحين الصلاة... وأثر هذه الجلسة على العشاء والتراويح كبير بإذن الله... اللهم افتح علينا فتحًا من عندك يملأ قلوبنا يقينا وإيمانًا.

(٢)

مما ينفع القلب في التراويح أبلغ نفع أن يتذكر المؤمن أن الصيام شرع كي يصل بقلبه إلى التقوى، وهنا يسأل العبد نفسه سؤالاً: عندما ينظر الله إليّ في صلاة التراويح فهل سيراني قد حققت المهمة وجنيت الثمرة أم أني عنها بعيد؟ و مع هذا السؤال تبدأ محاسبة العبد نفسه، ويحاول التخلص من كل ما يلوث قلبه ، ويستغفر من كل ما حصل طوال نهاره -وربما بعد فطره- من أعمال تعارض التقوى، وبدوام هذا المحاسبة و(الرعاية) في كل ليالي الشهر تزيد التقوى ويسطع نورها في القلب... بإذن الرب.

(٣)

إذا استمعت إلى قراءة الإمام في صلاة التراويح فاجعل من أول أولوياتك البحث عن الآيات التي يمكن أن تزيد من (تقوى الله) في قلبك... وهذا أحد مقاصد إنزال القرآن؛ قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ أَنْزَلْنَاهُ قُرْآنًا عَرَبِيًّا وَصَرَّفْنَا فِيهِ مِنَ الْوَعِيدِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ أَوْ يُحْدِثُ لَهُمْ ذِكْرًا

﴿طه: ١١٣﴾...وابحث خصوصاً عما يعرفك بالله أكثر فإن التقوى تزيد بمعرفته سبحانه،
ملاً الله قلبي وقلبك بالتقوى...

(٤)

من خرج من صلاة التراويح كل ليلة وقد تزود بشيء ولو يسير من التقوى فقد خرج بخير كثير...

(٥)

هل تستطيع أن تصلي وحدك في المنزل قبل الفجر لنصف ساعة يومياً طوال شهر رمضان؟
إن هذا الأمر ثقيل على النفس إلا أن له (ثمرة) عظيمة تفوق صلاة التراويح؛ إذ هو أدعى للإخلاص،
وأعظم في التربية على القيام، مع كونه أحضر للقلب ، وأجمع للنفس؛ فالوقت أهدأ، والنفس أسكن،
ولا أحد يراك...إلا الذي خلقك وهداك.

سادسًا: الحماية والرعاية لغرس المراقبة

قد مضى في بداية هذه الكلمات أن المراقبة تحتاج إلى وقت وتعميق وحماية ورعاية، وهذه ثمان وقفات ذات صلة :

(١)

(المعركة الداخلية) بينك وبين نفسك أهم من كل المعارك الخارجية؛ فلا تصدق من يوهمك خلاف ذلك.

(٢)

قطع المادة الفاسدة عن القلب أصل أصيل في إصلاحه، ومن أهم مصادر إمداد القلب بما يفسده العين واللسان والأذن، فراقب ما يصدر من هذه الثلاثة أشد المراقبة.

(٣)

والعين والأذن واللسان من أهم مصادر إصلاح القلب؛ فلا تحرم نفسك من (نظرٍ) يوصل إلى التفكير، و(سماعٍ) يوصل إلى التدبر، و(ذكر) لله يصحبه تذكر.

(٤)

من أعظم المؤثرات على القلب العين، ولذلك لا تستغرب إذا لم تجد قلبك في التراويح كما تريد إذا نظرت إلى الحرام قبلها.

(٥)

إن تقوية الشعور بالمراقبة يحتاج إلى وقت، ومما يعين على الاستمرار -بل قد يعجز الإنسان عن الاستمرار بدونه- ثلاثة أمور يومية: المشاركة والمراقبة والمحاسبة؛ أما المشاركة فهي أن تجلس في بداية يومك جلسة هادئة مع نفسك تذكرها بهدفك في رمضان، وما تصبو إليه من تقوية المراقبة في قلبك، وتذكرها في تلك الجلسة باطلاع الله عليك وما يتبع ذلك من معانٍ، ثم تشتط على نفسك أن تراقب الله سبحانه وتعالى في كل أقوالك وأعمالك... إلخ... وللحديث بقية.

(٦)

يحتاج العبد بعد المشاركة إلى مراقبة نفسه طوال يومه، ومن الأمور المساعدة على المراقبة:

١/ تقسيم اليوم -عبر منبه الجوال- مثلاً- إلى ساعات كلما مضت ساعة راعيت أمر الله فيها ولم تقبل بقول أو سماع غيبة -مثلاً- شعرت بالإنجاز وحمدت الله، وكلما زلت في ساعة أخرى فنظرت إلى ما لا يرضي الله -مثلاً- استغفرت على أقل تقدير، وإن صليت ركعتي التوبة المشروعة في الحديث الصحيح كان أحسن.

٢/ انظر إلى الصلوات الخمس -بكل ما يتبعها- على أنها محطات تذكيرية تذكرك بالهدف المرجو الذي تسعى إليه، مع كونها هي في نفسها من وسائل تقوية المراقبة كما مرّ... وللحديث بقية.

(٧)

في نهاية اليوم نحتاج إلى المحاسبة على التزامنا بالمشاركة والمراقبة ثم الاستغفار والتوبة من الخلل والتقصير والعزم على يوم قادم أفضل، وقد تكلم أهل العلم على هذه الثلاثة: المشاركة والمراقبة والمحاسبة بشئ من التفصيل فتحسن مراجعة كلامهم، والاقتباس من أنوارهم.

(٨)

" وإنما السيل اجتماع النقط " معنى لا يحسن أن يغيب عنا في شهر الصيام، قد يتأخر المدد وقد يكون ضعيفا لكن لا بد من الاستمرار.

سابعًا: محطات منسية

بقي للحديث بقية في أمور نقوم بها في رمضان بجوارحنا، وقد لا نعتني فيها كثيرا بقلوبنا، فلزمت هاتان الوقفتان:

(١)

السحور... وما أدراك ما السحور... لحظات هادئة جميلة فكيف إذا نورتها بشي من استشعار مراقبة الله الذي يحب منك هذا العمل ، ويشيك عليه... تذكر أن الله يراك وأنت تقتدي برسول الله صلى الله عليه وسلم فتسحر.

(٢)

وللفطور طعم خاص يجده الصائمون ، وهم ينتظرون الأذان... ابحث عن قلبك هناك تجده بيسر بإذن الله.

(٣)

ما من عمل نعمله في رمضان أو غيره إلا والله معنا، يرانا ويسمعنا... فلا تحرم نفسك من تذكر تلك المعية ما استطعت إلى ذلك سبيلا، وبالله التوفيق.

ثامناً: العشر الأواخر، وذروة السير

من بلغه ربه العشر الأواخر فقد بلغه الموسم الأعظم، وههنا وقفتان:

(١)

من السنة في العشر الاعتكاف ، ولعل كل ما سبق من وقفات هيأك لاعتكاف حقيقي تعكف فيه على ربك تراقبه وتناجيه وتطيل له القيام، وتستشعر معيته في الصيام ، ولا تنس أن المقصود الأعظم من الاعتكاف : البعد عن الخلق والتوجه إلى الخالق، وكثيرا ما يفوت هذا المقصود إذا خالط المعتكف الناس فانشغل بهم عن رب الناس.

(٢)

إن لم يتيسر لك الاعتكاف فلا أقل من المحافظة على ما بدأت به شهرك من سعي نحو المراقبة بالعزلة والصلاة وغير ذلك مما مضى التنبيه عليه، واعلم أن القليل مع القبول كثير، وربنا غفور شكور.

وفي الختام أيها القارئ الكريم... قلبك قلبك، فهو أحسن ما تلقى به ربك: ﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا

بَنُونَ ﴿٨٨﴾ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴿٨٩﴾﴾ [الشعراء: ٨٨ - ٨٩]

والحمد لله أولاً وآخراً ، وظاهراً وباطناً.