

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ
كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا مِن قَبْلِكُمْ
لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

﴿ البقرة - الآية: 183 ﴾

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة:

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، من يهدي الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وأشهد أن محمداً عبده ورسوله، صلى الله عليه وعلى آله ومن اهتدى بهديه، ودعا بدعوته وسار على سنته إلى يوم الدين.

ثم أما بعد، فهذه الرسالة "الصيام والتربية على التقوى" خلاصة بحث طويل لسنوات خلت، حول الأبعاد التربوية للصيام. ولقد راودتني فكرة جمعها في كتاب، لإتاحة الانتفاع بها على أوسع نطاق، بعد أن حسبت أنها بتوفيق من الله، إضافة نوعية للكتابات المنجزة في موضوع الصيام، والتي على كثرتها، قلما تهتم بالجانب التربوي، أو تعرج عليه دون تركيز.

ومما حفزني للاهتمام بالجانب التربوي للصيام، كون العبادات لم تحظ عبر التاريخ الإسلامي بالتأليف التربوي، وإنما طغى عليها التصنيف الفقهي. ويرجع سبب ذلك إلى حصر العبادات في دائرة ما هو غير معقول المعنى، العصي على التفسير والتعليل والتحليل، وأن ممارستها مطلوبة لغير ذاتها، تحقيقاً لتمام العبودية والامتثال لأمر الله، من دون أي غرض آخر.

ثم إنني أعتقد أن التجديد في مجال العبادات، لا يتصور إمكانه إلا في الاتجاه التربوي، المؤسس على الاستيعاب العميق للتراث الفقهي، واستلهام المقاصد العامة للعبادات، والمقاصد الخاصة بكل عبادة على حدة، كما ورد النص عليها في الكتاب والسنة.

من هذا المنطلق، حاولت في هذه الدراسة تتبع مدى تحقق غاية التقوى في الصيام المفروض، على ضوء الآية الكريمة: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون) حيث ركزت في تناولي التربوي على التقوى بمعناها التركي والوقائي، مستجلباً أبعادها في مختلف شعائر الصيام بدءاً من الإمساك عن الطعام والشراب والجماع، والاحتراز من ذنوب الجوارح كلها، وانتهاءً بالاعتكاف.

فالله أسأل أن ينفع بهذا العمل، ويجعله خالصاً لوجهه، ويغفر لنا ما وقعنا فيه من زلات، ويؤفقتنا لإنجاز أبحاث أخرى في هذا الباب، والحمد لله أولاً وأخيراً.

عبد السلام الأحمر

القنيطرة في 18 شعبان 1424

الموافق ل 14

أكتوبر 2003

ahmersalam@yahoo.fr

الفصل الأول: التقوى غاية التربية الإسلامية

- 1 - رمضان شهر التربية على التقوى
- 2 - دور التقوى في الاستقامة
- 3 - روحانية رمضان وتحقيق التقوى
- 4 - تضافر العبادات لتحقيق التقوى

1 - رمضان شهر التربية على التقوى

يقول الله تعالى (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون)¹.

¹ - البقرة: 183.

فمن غير شك أن ربط القرآن الكريم بين الصيام المكتوب وتحقيق التقوى، له دلالة ومعنى ينكشفان لمن عمق النظر، وأطال الفكر في طبيعة الصوم ومقتضياته الوجدانية والسلوكية.

ومن غير شك أيضاً أن جميع العبادات المفروضة والتكاليف الشرعية الأخرى ، تربي الممارس لها على اكتساب التقوى بمعناها الواسع ، المشتمل على فعل الأوامر وترك المنهيات ، خوفاً من النار وطمعاً في الجنة، لكن ثمة في شعيرة الصيام ما يجعلها أقدر على إكساب النفس صفة التقوى خلال شهر واحد، وهو ما سنعمل على تحريره وتتبعه .

وبداية يحسن أن نبحث العلاقة بين الصوم والتقوى، ومدى التقارب الموجود بين دالتيهما.

نقول صام صوماً وصياماً أي أمسك ، وصام الفرس : قام ولم يعتلف ، وصام الماء والريح ونحوهما: ركد، وفي الشرع: أمسك عن الطعام والشراب من طلوع الفجر إلى غروب الشمس.

أما التقوى فهي من اتقى الشيء بمعنى حذره وتجنبه ، واتقى الله خاف عقابه فتجنب ما يكره، واتقى بالشيء: جعله وقاية له من شيء آخر، والتقوى: الخشية، والخوف، والوقاء ما وقيت به شيئاً، والتقوى شرعاً: خشية الله بفعل أو امره واجتتاب نواهيه.

فالصوم إذن توقف وإحجام، و بالمدوامة عليه لمدة شهر كامل يصير تمريناً واعتياداً لممارسة الترك والامتناع والانتهاز، وكل ذلك يمد عملية التقوى بما تحتاجه من القدرة على الاجتتاب لما نهى الله عن فعله وحرّم تجاوز حدوده.

فالهدف التربوي الذي يتحقق بالصوم، حسبما تبين من دلالاته اللغوية والشرعية، لن يكون غير التقوى بمعناها الأساسي وهو الاحتراز والحرز والحيطه واليقظة.

وأقول بمعناها الأساسي، لأن التقوى من عقاب الله لا تكون فقط بترك المنهيات ، وإنما أيضاً بفعل المأمورات.

وإذا أمعنا النظر في الآيات القرآنية والأحاديث النبوية، التي تضمنت الدعوة إلى التقوى، تأكدنا أكثر بأن المعنى الغالب على صفة التقوى هو الترك بدرجة أولى.

من ذلك قوله تعالى في هذه الآيات: (أفمن يتقى بوجهه سوء العذاب يوم القيامة وقيل للظالمين ذوقوا ما كنتم تكسبون)¹ (وإن منكم إلا واردها كان على ربك حتماً مقضياً ثم ننجي الذين اتقوا ونذر الظالمين فيها جثياً)². (يا أيها الذين آمنوا لا تاكلوا الربا أضعافاً مضاعفة واتقوا الله لعلمكم تفلحون، واتقوا النار التي أعدت للكافرين)³.

ونفس الاتجاه تسير فيه معظم الأحاديث النبوية في الموضوع ومنها: ما رواه عبد الله بن عمر رَضِيَ اللهُ عَنْهُ، قال: قيل لرسول الله ﷺ، أي الناس أفضل؟ قال: "هو التقي النقي، لا إثم فيه ولا بغي ولا غل ولا حسد"⁴.

1 - الزمر: 23

2 - مريم: (71-72)

3 - آل عمران: (130-131)

4 - صحيح ابن ماجه

وما رواه جابر بن عبد الله رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: "اتقوا الظلم فإن الظلم ظلمات يوم القيامة ، واتقوا الشح فإن الشح أهلك من كان قبلكم ، حملهم على أن سفكوا دماءهم واستحلوا محارمهم " ⁵ .
فهذه النصوص كلها حثت على اجتناب معاصي وآثام وذنوب محددة ، وتوقيتها انقاء لنار جهنم .

لذا يظل فعل كل أمر واجتناب كل نهى لدى المؤمن، موجهاً بالحدز من جهنم أكثر من الظفر بنعيم الجنان ، وعلى هذا الترتيب، لأن الكائن الحي بله الإنسان حريص بفطرته على تفادي الأخطار وانقاء الأضرار، أكثر من حرصه على تحصيل الملذات وإحراز المنافع .
فالحيوان في الغابة بدافع غريزته ينزعج لأدنى صوت، ويحتاط لنفسه إزاء أي وضع غير مألوف، ليطيل بقاءه على قيد الحياة .

والإنسان نفسه تكون له ردود فعل سريعة وتلقائية تجاه بوادر الخطر ومؤثراته المباغتة، فينتفض خوفاً وفزعاً دون إدراك أو تفكير، في حين أنه قد لا يكاد يتحرك لتحصيل متعة واكتساب مغنم .
من هنا ندرك أن حاجة الإنسان إلى زيادة قدرته على ممارسة التقوى أكثر إلحاحاً وأوسع نفعاً، لارتباط نجاة الإنسان بها قبل الموت وبعده .
وهذا ما يفسر لنا مكانة التقوى في دين الله، ولماذا هي الهدف التربوي العام من صيام رمضان .

2- دور التقوى في الاستقامة على الدين:

⁵ - رواه مسلم .

تنقسم تكاليف الدين إلى قسمين لا ثالث لهما ، قسم الأوامر وقسم
النواهي حيث يحتاج المكلف إلى نوعين من القدرات لممارسة التدين:
-0قدرة يتمكن بها من فعل الأوامر، ليقدم عليها بعزم وثبات
لا يشوبه تردد أو كسل.

-1 وقدرة أخرى تمكنه من الامتناع عن المنهيات والمحرمات
بحزم ودسم يجعلانه في منأى عن الوقوع في
المحظورات.

فممارسة الدين بعباداته ومعاملاته، تكسب النفس هذين القدرتين
الأساسيتين، لسلوك طريق العبودية الحقة لله تعالى، والسير على صراطه
المستقيم، والتخلي بالفضائل والتخلي عن الرذائل. وكل ضعف في إحدى
القدرتين يؤدي إلى اختلال الطاعة والانضباط لشرع الله ومراده من عباده.
ولذا اقتضت حكمة الله أن تكون الغاية التربوية للصيام هي تقوية
القدرة على الانتهاء كما يقوي غيره من العبادات الأخرى القدرة على
الائتمار.

وإسناد مهمة التربية على التقوى لصيام رمضان، وتخصيصه بذلك
بصورة واضحة، ينسجم تماما مع أولوية الترك على الفعل في خطاب
الشرع، ومع غلبة معنى الاجتناب على معنى العمل في مدلول التقوى.
فقد ربط القرآن الكريم فلاح المؤمن بترك الممنوعات أكثر مما ربطه
بفعل الواجبات، كما هو واضح في سورة المومنون حيث قال جل وعلا:
(قد أفلح المومنون الذين هم في صلاتهم خاشعون والذين هم عن اللغو
معرضون والذين هم للزكاة فاعلون والذين هم لفروجهم حافظون إلا على

أزواجهم أو ما ملكته أيما نهم فإنهم خير ملومين فمن ابتغى وراء ذلك فأولئك هم العادون والذين هم لأماناتهم وعهدهم راحون والذين هم على صلواتهم يحافظون أولئك هم الوارثون الذين يرثون الفردوس هم فيها خالدون¹.

فعدد النواهي المجتنبه في هذه الآيات، أكثر من عدد الأوامر المنفذة، كما أن الكلام عن الأوامر جاء مقتضباً وجاء عن بعض النواهي مفصلاً. ونفس الملاحظة تنطبق على ما وصف به عباد الرحمن في القرآن قال تعالى: (وعباد الرحمن الذين يمشون على الأرض هوناً وإذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاماً والذين يبنيون لربهم سجداً وقياماً والذين يقولون ربنا اصرف عنا عذابك جحيم إن عذابها كان غراماً إنما ساءت مستقراً ومقاماً والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواماً والذين لا يدعون مع الله إلهاً آخر ولا يقتلون النفس التي حرم الله إلا بالحق ولا يزنون ومن يفعل ذلك يلق آثاماً يضاعفه له العذاب يوم القيامة ويخلد فيه مهاناً)². فانتقاء المنهيات هو السمة البارزة لعباد الرحمن في هذا الوصف الجامع، كما ذكر التزامهم بطلب النجاة من النار ووعدهم بعذابها المقيم، ولم يشفع ذلك بطلب الدخول إلى الجنة، مما يفيد استحكام الخوف من الجحيم في نفوسهم أكثر من الرغبة في جنات النعيم. وجاء الكلام عن اجتنابهم للشرك والقتل المحرم والزنا، مضافاً إلى التخويف من الخلود في العذاب المضاعف يوم القيامة.

¹ - المؤمنون: (11-1)

² - الفرقان: (63-69).

ومن جهة أخرى نجد أحاديث الرسول ﷺ تدعو إلى أن يتعامل المكلف مع المنهيات بحزم أكبر، ويوطن نفسه على عدم الاقتراب منها، في حين يتعامل مع الأوامر بقدر الاستطاعة، فيقول رسول الله ﷺ: "إن الله فرض فرائض فلا تضيعوها، وحد حدوداً فلا تعتدوها، وحرم أشياء فلا تنتهكوها، وسكت عن أشياء رحمة لكم غير نسيان فلا تبحثوا عنها"¹.

فالمؤمن مطالب في هذا الحديث بامتناعات ثلاث وعمل واحد، وهو أداء الفرائض، والذي طولب فيه بعدم الدخول في دائرة التضييع لها، وهذا ما يعتبر نوعاً من التساهل والتيسير بشأنها، أما الحدود والمحرمات فلا يقبل فيها إلا الانتهاء جزماً وقطعاً.

ويؤكد هذا الاتجاه أيضاً حديث آخر، قال رسول الله ﷺ: "إذا أمرتكم بشيء فأتوا منه ما استطعتم وإذا نهيتكم عن شيء فدعوه"².

قال الإمام النووي في شرح هذا الحديث: "ويدخل فيه ما لا يحصى من الأحكام كالصلاة بأنواعها، فإذا عجز عن بعض أركانها أو بعض شروطها أتى بالباقي، وإذا عجز عن بعض أعضاء الوضوء أو الغسل غسل الممكن.. ثم قال وأما قوله ﷺ: "وإذا نهيتكم عن شيء فدعوه" فهو على إطلاقه، فإن وجد عذر يبيحه كأكل الميتة عند الضرورة أو شرب الخمر عند الإكراه... فهذا ليس منهيّاً عنه"³.

ويعكس كذلك حرص الشرع على عدم موقعة المكلف للمحظورات إلا في حالة الضرورة القصوى، إلزامه بتحري التقوى إلى أبعد الحدود عند

¹ الدارقطني.

² - رواه مسلم

³ - شرح النووي على صحيح مسلم ج 9 / ص 102 دار إحياء التراث العربي الطبعة الثانية .

اللجوء إلى الرخص المشروعة ، فإذا اضطر إلى قول الكذب والزور والكفر، وارى بقول ما ظاهره الكذب وباطنه الصدق.

ونختم هذه الجولة عبر النصوص الشرعية، بالنظر في أربعة أحاديث اعتبرها المحدثون جامعة لما فصل في غيرها، أما أحدها فهو "إنما الأعمال بالنيات" والثاني: "الحلال بيّن والحرام بيّن وبينهما أمور مشتبهاة فمن اتقى الشبهات فقد استبرأ لدينه وعرضه ومن وقع في الشبهات وقع في الحرام..". والثالث: "من حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه" والرابع: "ازهد في الدنيا يحبك الله وازهد فيما في يدي الناس يحبك الناس". وهذه كلها أحاديث صحيحة وكلها عدا الأول تنهى عن شيء حرمه الدين و نفر منه. وهكذا يتبين لنا المكانة الرفيعة التي تحتلها التقوى في تحقيق الاستقامة على الدين.

3- روحانية رمضان وتحقيق التقوى:

من المعلوم في علم التربية، ضرورة توفير بيئة تربوية لإجراء مختلف عملياتها في ظروف ملائمة، تيسر على المتربي مهمة الاستيعاب والاكتمال وترفع مستوى تفاعله فكرياً ووجدانياً وسلوكياً مع معطيات التربية المنوطة.

فإذا نظرنا من خلال هذه البديهية التربوية إلى صيام رمضان، باعتباره من أهم الوسائل التي شرعها رب الناس، والعالم بأحوالهم وحاجاتهم، وما يصلح نفوسهم ويزكيها ويطهرها، وجدنا أن شهر رمضان بيئة تربوية فريدة، هيأتها العناية الإلهية لتكون محققة للهدف من الصيام، وهو ترسيخ صفة التقوى في نفوس الصائمين.

فزمن الصيام المكتوب لا يعدو شهراً واحداً في السنة، مما يغري النفس بملازمة التعبئة الكافية للقيام بمقتضياته العملية، والصبر عليها واستمرار الهمة لذلك.

وما يحمله الصيام من تغيير وانقلاب جذري، في عادات الطعام والشراب والنوم وما يتعلق بها، يجعل النفس تشتاق إلى العيش في أجواء نظام جديد للحياة ، يكسر نمطها الذي غدا مملاً ومكروراً. ثم هناك توافر الحوافز الإيمانية للإقبال على صيامه بعزم وحماس ونشاط، فخطاب الشرع بهذا التكليف ورد في القرآن والسنة مشبعاً بعبارات الترغيب والتيسير والقصد إلى الرحمة والإحسان.

قال تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون أياماً معدودات فمن كان منكم مريضاً أو على سفر فعدة من أيام أخر)¹. وتختم آيات فرض الصيام بقوله تعالى: (يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون).

وتعضد السنة القرآن في حثه على الصيام وتحبيبه للنفوس، بأحاديث في فضل الصيام منها قوله صلى الله عليه وسلم: فيما رواه أمامة قال: "أتيت رسول الله ﷺ فقلت: مرني بعمل يدخلني الجنة، قال عليك بالصوم فإنه لا عدل له ثم أتيت الثانية فقال عليك بالصيام"². وعن أبي سعيد

¹ - البقرة (183-184)

² - رواه أحمد والنسائي والحاكم وصححه .

الخدري رَضِيَ اللهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ: "لا يصوم عبد يوماً في سبيل الله إلا باعد الله بذلك اليوم النار عن وجهه سبعين خريفاً"¹.

فالإقبال على الله والانخراط في عبادته والابتعاد عن معاصيه وقبائح الأفعال، يتأتيان في رمضان أكثر من غيره من الشهور، وتظل أيامه ولياليه نفحات علوية مباركة تنتسم عبرها الأرواح وتخفق بها القلوب، فإذا هي طيبة منشرحة، وإلى ربها منيية راغبة .

ذلك لأن تغييراً عظيماً يحصل مع بزوغ هلال هذا الشهر في عالم الغيب ، كما أخبرنا عنه رسول الله ﷺ فإذا أبواب الجنة مفتحة إشعاراً بتعلق نفوس الصائمين بها، وإذا أبواب الجحيم مغلقة إيذاناً بنفور القلوب منها ، وإذا الشياطين مسلسلة حتى تتحرر القلوب من وساوسها ونفخها ونفثها وتزينها للمنكر والفواحش .

فعن أبي هريرة رَضِيَ اللهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ: — لما حضر رمضان — "قد جاءكم شهر مبارك افترض عليكم صيامه، تفتح فيه أبواب الجنة، وتغلق فيه أبواب الجحيم ، وتغل فيه الشياطين، فيه ليلة خير من ألف شهر، من حرم خيرها فقد حرم"². وفي رواية أخرى زيادة وينادي فيه ملك يا باغي الخير أقبل ويا باغي الشر أقصر حتى ينقضي رمضان.

فما أنسب هذا الشهر لتدريب القلوب على التقوى، باتقاء الميل مع الأهواء واتباع الشهوات، بعد أن صفت الشياطين، وضعفت نتيجة ذلك في النفوس نوازع الانحراف والزيغ، واتجهت القلوب إلى ربها خانعة خاشعة.

¹ - رواه الشيخان

² - رواه أحمد والنسائي والبيهقي.

كما أن أحاديث أخرى قطعت على النفس طريق الفطر في رمضان،
لغير عذر مشروع، حتى تتوطد عزميتها على صيامه دون تراخ أو تقاعس.
قال عليه السلام: "من أفطر يوماً من رمضان في غير رخصة رخصها الله له، لم
يقض عنه صيام الدهر كله وإن صامه"¹.

وإلى جانب هذه العوامل، تتضاف أجواء رمضان الخاصة في واقع
المجتمع المسلم، فالكل ممسك، وحلق الوعظ والإرشاد تغشاها جموع
المصلين في المساجد، ويزداد تردد الناس على بيوت الله لصلاة التراويح
وما تيسر لهم من الصلوات الخمس.

وللإمساك أثر بليغ في ذات الصائم، لما يحدث من ارتخاء في
الأعضاء، فيخف ضغط الجسم على الروح، فتتكسر شهواته وتتناقض
اندفاعاته، فتكون الغلبة لأشواق الروح وإملاءات الوجدان، فيتهيأ الكيان
برمته للاغتراف من فيوضات هذا الشهر الربانية.

4 - تضافر العبادات في رمضان لتحقيق التقوى

للعبادات الإسلامية وظيفة تطهيرية أكدتها آيات وأحاديث كثيرة،
وللصوم طريقته الخاصة في تحقيق طهارة القلب من طغيان الشهوات، بدءاً
بالتحكم في شهوتي البطن والفرج، ومروراً بتطهير الجوارح وانتهاءً
بتطهير النفس.

¹ - رواه أبو داود وابن ماجه والترمذي.

وقبل العودة لهذا النوع من الطهارة بما يلزم من التفصيل، نوضح أن المعنى الغالب للطهارة عن طريق العبادات هو محو الذنوب الصغائر من صحائف العباد، باعتباره من نتائج القيام بها كما هو ظاهر من نصوص الشرع: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه"¹ وقال أيضاً: "الصلوات الخمس والجمعة إلى الجمعة، ورمضان إلى رمضان مكفرات لما بينهن إذا اجتبت الكبائر"². وللعبادات دور تطهيري بمعنى آخر، وهو تنقية القلوب مما ران عليها من أرجاس الآثام وما استحکم فيها من الميولات المنحرفة أو انطبع عليها من الخصال الذميمة والأخلاق الدنيئة.

فالقصد إلى إصلاح القلب وتقوية صلته بالله وإكسابه خشية والتقوى هو الغاية الكبرى لكل الطاعات المفروضة والمندوبة على السواء.

فأول عمل يكون القلب معني به قبل الجوارح هو الإيمان الجازم الذي لا يشوبه شك أو ريب قال تعالى: (ولكن الله حبيب إليكم الإيمان وزينه في قلوبكم وكره إليكم الكفر والفسوق والعصيان)³.

والعبادات المفروضة تسعى إلى ترسيخ الإيمان في القلب وإعطائه صوراً عملية يزداد بها القلب خشية وطهراً. قال تعالى مثبناً للصلاة وظيفة التطهير: (لمسجد أسس على التقوى من أول يوم أحق أن تقوم فيه، فيه رجال

1 - متفق عليه.

2 - رواه مسلم.

3 - الحجرات: 7.

يحبون أن يتطهروا والله يحب المطهرين)¹، وفريضة الزكاة تطهر وتزكي
النفوس (خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها)².

ومناسك الحج تطهر القلب كذلك وتكسبه التقوى (ومن يعظم شعائر الله
فإنها من تقوى القلوب)³.

أما الصوم فعبادة تسعى إلى زيادة التقوى في القلب، من خلال
الإمساك عن شهوتي البطن والفرج، وتجنب قول الزور والعمل به. قال
تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم
لعلكم تتقون)⁴.

ولكي يبلغ صوم رمضان أعلى الدرجات في تحقيق التقوى، يتضافر
فيه الإمساك عن الشهوات، مع صلاة التراويح وزكاة الفطر وتلاوة القرآن،
لتتوفر للقلب كل أسباب التقوى والتطهير وتتجه إليه تأثيراتها الكثيفة
والمتوالية.

فالصلاة الموكول إليها ضمان تحقيق التقوى على مدى الدهر، كما
هو ثابت في قوله تعالى: (وأقم الصلاة إن الصلاة تنهى عن الفحشاء
والمنكر)⁵ تعرف خلال أيام رمضان تطوراً في الكم، عن طريق صلاة
التراويح، وتطوراً في الكيف بأدائها غالباً في جماعة كبيرة يتأني فيها
الخشوع المطلوب، حيث يقبل الصائمون على الصلاة في المساجد وقت
الظهيرة، بعد أن يتوفر لهم الوقت اللازم لتناول وجبة الغذاء. وفي وقت

1 - التوبة: 108.

2 - التوبة: 103.

3 - الحج: 32.

4 - البقرة: 183 - 184.

5 - العنكبوت: 45.

صلاة العصر يكونون قد فرغوا من عملهم، أما صلاة العشاء فيحملهم عليها الحرص على أداء التراويح جماعة. ويقبلون على صلاة الصبح في المسجد لأنهم استيقظوا لتناول السحور، وغالبوا النوم الذي عادة ما يجرمهم من صلاة الصبح في وقته الأول.

وأثناء صلاة التراويح يحصل استماعهم لتلاوة القرآن وختمه على مدى الشهر، فتقرع مواعظه ونداءاته إلى التزام التقوى أسمعهم، ويتكرر عليها وعده بالجنة ونعيمها، ووعيده من النار وسعيرها، مما يزيد قلوبهم خشوعاً وخضوعاً ووجلاً.

كما أن دروس الوعظ المقدمة في المساجد، وعبر وسائل الإعلام في عصرنا الحديث، تدعم وسائل التربية على التقوى في هذا الشهر المبارك سيما عندما تتكيف مع مستويات المخاطبين الثقافية وتتفاعل مع واقعهم الاجتماعي والأخلاقي.

أما عبادة الزكاة فلم تغب هي الأخرى عن شهر العبادات هذا، وإنما حضرت من خلال زكاة الفطر التي تسمح فرضيتها على الجميع، كباراً وصغاراً أغنياء وفقراء، بأن تساهم بقدر أوفى في اكتمال أوجه التقوى في النفس، التي تصبح قادرة على اتقاء الشح والبخل والأنانية والمسارة إلى البذل والعطاء والإنفاق في سبيل الله.

ولزكاة الفطر دور في رفق عملية التطهير من الذنوب والهفات، التي قد تحدث في ممارسة الصيام نفسه. فعن ابن عباس رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قال: "فرض رسول الله صلى الله عليه وسلم زكاة الفطر طهرة للصائم من اللغو والرفث وطعمة للمساكين"¹.

¹ - رواه أبو داود وابن ماجه والدارقطني.

وإذا أقررنا بأن غاية الصوم هي تحصيل التقوى في النفس من فتنه المطعومات بالأساس، أدركنا حكمة الشرع الذي جعل إطعام مسكين عوضاً عن صيام يوم من رمضان، حيث يلتقي الإطعام والإمساك عند هدف واحد، وهو تحرير النفس وتطهيرها من سيطرة حب المادة المغذية، التي إذا لم يتيسر الإمساك عنها بالصوم حل محله بذلها للمحتاج افتداءً، فالتقوى التي هي مراد الشرع تتحقق إذن بالصوم عن المطعومات أو بالتصدق بها على الفقراء من تفضيل الصوم وتأكيده أسبقيته ونجاعته في إباحة التطهير والتقوى.

قال تعالى " (وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مساكين فمن تطوع خيراً فهو خير له وأن تصوموا خير لكم إن كنتم تعلمون)¹.

بقي أن نذكر انضمام عبادة الحج، أو لنقل مناسكه كلها عدا الوقوف بعرفة والمبيت بمنى ونحر الهدي، للإسهام في تحقيق التقوى خلال شهر رمضان بالنسبة لمن تأتى لهم القيام بعمره فيه، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "عمره في رمضان تعدل حجة"². وتشارك العمرة مع الحج في إلزام النفس أخلاق التقوى، قال تعالى: (فمن فرض فيهن الحج فلا رفث ولا فسوق ولا جدال في الحج وما فعلوا من خير يعلمه الله وتزودوا فإن خير الزاد التقوى واتقون يا أولي الألباب)³.

في ظل هذه الاعتبار ، يعد رمضان موسم العبادات المتميز في السنة كلها، حيث يشعر فيه المكلف بأن عبادته قد عرفت تحسناً كبيراً شمل

¹ - البقرة: 185.

² - رواه أحمد وابن ماجه.

³ - البقرة: 196.

الصوم والصلاة والانفاق والذكر وتدبر القرآن وسماع المواعظ والدعاء والطواف بالكعبة لمن اعتمر فيه، وأن فيض روحانيته المتدفق عبر هذه الطاعات المختلفة، قد غمر قلبه بالخشية والاستقامة والتقوى.

الفصل الثاني: التربية عليالترك أساس التقوى

- 1 - موقع الترك في السلوك الشرعي
- 2 - الصيام خير تدريب على الترك
- 3 - الصيام والتربية على اتقاء حدود الله
- 4 - التوبة قمة الترك ودروة التقوى
- 5 - تحقيق التقوى في الاعتكاف الرمضاني

1 - موقع الترك في السلوك الشرعي

يمثل الترك الشق الثاني من التكليف الشرعي، والوجه الآخر للسلوك الإيماني، الذي يتكامل مع فعل الأوامر من المفروضات والمندوبات. واعتباراً لارتباط الترك بالتقوى، التي هي غاية صيام رمضان، فسنعقد معه وقفة عميقة تبرز موقعه في السلوك الشرعي. ومن الطريف في هذا، أن أول تكليف شرعي للإنسان يتكون من نفي (أي ترك)، ثم بعده إثبات، عند إعلان شهادة التوحيد "لا إله إلا الله. فنبدأ جميع الآلهة المعبودة بغير حق، خطوة حاسمة في الوصول إلى المستحق للألوهية والإقرار بوحدانيته. فهذا الترك القلبي المتلو بترك عملي هو الحجر الأساس في بناء عقيدة التوحيد، وقاعدة التكليف بالعبادات والمعاملات والأخلاق.

ومن هذا المنطلق، ندرك كيف يحضر بعد الترك في كل ما شرعه الإسلام من أفعال وأوامر وطلب الالتزام به، إلى جانب المنهيات التي شدد في طلب التوقي منها وتركها.

وإذا دققنا النظر في خصوصية الكائن البشري باعتباره مطوقاً بأمانة الاستخلاف في الأرض، وما تقتضيه من مسؤولية جسيمة، تبين لنا بأن التكاليف الشرعية جاءت منسجمة تماماً مع تكوين الذات الإنسانية، المشتملة على نفخة روحية علوية تدفع بالإنسان دوماً صوب العلياء والسمو والاعتصام بحبل الله المتين، وعلى قبضة طينية تجذبه أبدأً إلى الانغماس في الماديات والولوغ في أحوالها الوسخة.

فأداء المسؤولية على الوجه الصحيح، يتوقف على مدى توظيف المكلف لهذين المكونين في ذاته، ومدى قدرته على توجيه دوافع الروح نحو ربها، وكبح جماح الجسد إلى مناطق الحظر المحرمة.

ولقد ابتلي الإنسان في هذه الحياة بأوامر الدين التي غالباً ما تحتوي على مشاق لاحظ للنفس في الميل إليها، بل تحتاج إلى تصميم وعزم ، واقتحام الصعاب والمعاناة ، لتنفيذها والمواظبة على فعلها، وابتلي أيضاً بمنهيات كثيراً ما تتعلق بها النفس وتجذبها نوازع الشهوة إليها.

فلا يكون خلاصها إزاء الأوامر إلا بحمل النفس على فعلها، وإزاء النواهي إلا بحمل النفس على تركها بحيث يظل مسلكها الصحيح في السير على الصراط المستقيم، هو مخالفة هوى النفس بالإقبال حين تدبر والإدبار حين تقدم.

فالصبر على المكاره هو طريق الجنة في حين أن الميل مع الشهوات هو طريق النار. قال تعالى: (ونفس وما سواها فألهمها فجورها وتقواها قد أفلح من زكاها وقد خاب من دساها)¹.

واكثر ما يبرز منحى الترك في الأعمال القلبية الباطنية ، قبل أن يترجم إلى سلوك على مستوى الجوارح، ذلك لأن القلب هو مجال الاختيار بين الحب والبغض، والميل والنفور، وقصد الفعل أو قصد الترك، بحيث يكون أمام النفس خياران لا ثالث لهما تجاه كل أمر أو نهي، هما الفعل أو الترك. فإذا قابلت النفس أمر الله بالفعل ونهيه بالترك أفلحت، وإذا خالفت المطلوب الشرعي، فقابلت الأمر بالترك والنهي بالفعل خابت وخسرت. ولبيان موقع الترك في أعمال محمودة وأوامر مطلوبة، نسوق بعض تعاريفها المركزة.

فالتوحيد هو ترك الشرك، والإسلام هو ترك التمرد على مراد الله وشرعه، والتوبة هي ترك المعصية والتصميم على عدم الرجوع إليها، والحلم ترك الانتقام والانفعال عند سورة الغضب، والزهد هو ترك الميل إلى الدنيا والإعراض عنها، والورع هو ترك الشبهات خوفاً من الوقوع في المحرمات.

وهكذا يمكن صياغة تعريف كل تكليف شرعي، بما يبرز بعد الترك فيه.

ولعل اهتمام الشرع بالترك في سلوك المؤمن ، ينبني على كونه عمل قلبي أساساً لا يأتيه إلا الصادقون مع الله، فهو غالباً ما يكون بعيداً عن دائرة الرياء المعرض لها إنجاز الأوامر.

¹ - الشمس 7-10

وأمامنا دليل ساطع من الصوم ذاته الذي تولى الله بنفسه الجزاء عنه لأنه ترك لا يعلم حقيقته ومداه إلا الله سبحانه ، فقال في الحديث القدسي "كل عمل ابن آدم يضاعف الحسنة بعشر أمثالها إلى سبعمائة ضعف. قال الله تعالى: إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به يدع شهوته وطعامه من أجلي"¹.

كما أن الترك يتطلب مجاهدة للنفس ومخالفة لمرادها، بدرجة أكبر مما يتطلبه فعل الأوامر، ومن ثم يزيد تأثير ترك المنهي عنه عن تأثير فعل المأمور، في إحقاق العبودية لله وإلزام النفس التقوى والاستقامة. ومن جهة ثالثة فإن فعل الأوامر قد يحتاج إلى قدرة جسيمة ومالية، وإلى توفر ظروف خاصة، وهو ما يجعل القيام بها عسيراً ومضنياً، وربما ممتعاً، أما ترك المنهيات فلا يتطلب في الغالب الأعم إلا عزيمة نفسية وإرادة قلبية، وهو ما لا يعجز أي إنسان صادق في إيمانه بالله، وابتغاء رضوانه وجنته والنجاة من عذاب الجحيم في الدار الآخرة.

2 - الصيام خير تدريب على الترك

يتوقف القيام بمطلوب الشرع من المكلف كما أكدنا من قبل، على امتلاك القدرة على فعل الأوامر، والقدرة على اجتناب المنهيات، وذلك ما يحتاج فيه إلى تربية مركزة تتعود بها النفس على فعل الواجب وترك الحرام مدة طويلة، حتى تتمكن من هاتين القدرتين الضروريتين لتحمل عبء التكليف على نحو يرضاه الله.

¹ - رواه مسلم

وتعتبر مختلف الطاعات مجالاً واسعاً لممارسة الفعل والتنفيذ، في حين تعد المحرمات مجالاً لممارسة الانتهاء والترك.

فالصلاة المفروضة خمس مرات في اليوم، هي أنجح وسيلة وخير تدريب على الفعل الصالح والسلوك القويم. ولقد أخذ التمرين على الفعل الحيز الأكبر من تكاليف الدين – والصلاة مثال بارز لذلك – لأن حاجة المكلف لاستعمال قدرة الفعل أشد من حاجته لاستعمال قدرة الترك، نظراً لكثرة الواجبات العينية، والكفائية والتي يتسع نطاقها على قدر حرص النفس على زيادة الثواب الأخروي، واستشعارها للمسؤولية بين يدي الله تعالى، فنتطوع بفعل مبرات وتوجبها على نفسها بنفسها.

أما مجال الترك فمحدود، وليس لأحد أن يزيد فيه أو ينقص منه شيئاً، وكلما استقام المجتمع على الإسلام، توارت عنه المحرمات والمنكرات، وصار المكلف معفى من الانتهاء عنها، لأن المجتمع صار خلوا منها. واعتباراً لهذه الحقيقة، فإن الشرع أحياناً يعمد إلى مباحات، فيجعلها محرمة حرمة مؤقتة، لتكون موضوعاً للتدريب على الترك، وإعداد النفس لممارسته إزاء المحرمات المؤبدة.

وهذا هو الحاصل في رمضان والصيام عموماً، حيث إن ما يقع الإمساك عنه وتركه من مطعومات ومنكوحات ليس محرماً في أصله، وإنما تنحصر حرمة ما بين طلوع الفجر و مغرب الشمس.

فالصيام المفروض تدريب رباني، على رفع مستوى الترك لمدة شهر كامل، حتى يتسنى للمؤمن أن يقوم بأعباء الدين بكفاءة واقتدار عاليين.

وما كان الله الرحمن الرحيم، الذي أقام الدين على اليسر ورفع الحرج، ليتعبدنا بالأمر والنهي، ثم لا يشرع لنا من الشرائع، ما يجعلنا أقدر على فعل الأمر واجتناب النهي.

فأين من هذا اليسر الشرائع الوضعية، التي توفر أسباب الانحراف، ثم تعاقب من أدت به إلى الإخلال بحق الغير وحرية. فالقوانين الغربية مثلاً تسمح بإنتاج الخمر واحتسائها في الحانات والمنازل، ثم تعاقب من انتهى به ذلك إلى السكر، وفقدان السيطرة على نفسه وإزعاج الناس. إن الإسلام حين طلب من المسلم ترك شرب الخمر، طلب من الدولة الإسلامية الامتناع عن إنتاج الخمر واستيراده وبيعه في الأسواق، ولعن كل الأطراف المساهمة في ترويجه بأي طريقة من الطرق.

والمسلم وهو يتدرب في شهر رمضان على ممارسة التقوى، مدعو للتدرج في مستويات الترك من الأدنى إلى الأعلى، حتى يحرز القدرة المطلوبة، فينتهي عن كل ما نهى عنه الله ورسوله.

ومستويات الترك في الصيام هي:

أولاً: ترك الطعام والشراب والجماع بنية طاعة الله.

ثانياً: ترك ذنوب الجوارح مثل اللغو والرفث والنظر والسمع

المحظورين.

ثالثاً: ترك ذنوب القلب مثل الظن السوء والحسد والرياء.

وزاد الغزالي مستوى رابعاً وهو ترك كل ما سوى الله وملازمة ذكره

وحده سبحانه.

إن الترك الذي يريده الشرع من المكلفين هو ترك كل عمل موصوف بالحرام، وفي رمضان الذي هو شهر التدريب على الترك، يطلب من الصائم اجتناب المحرمات المؤبدة ليلاً ونهاراً، واجتناب حتى بعض المكروهات، ليكون الترك شاملاً وعماماً، تكتسب به النفس القدرة اللازمة على ممارسة الترك كلما واجهها محذور.

ومن أساليب الشرع في هداية النفس إلى فعل الترك، إحاطته بأوامر إذا تصدت النفس لفعلها يسرت عليها مهمة الاجتناب، بحيث يتداخل الفعل والترك ويتكاملان في عدة تكاليف شرعية.

ومن قبيل ذلك، الأمر بالزواج مساعد على الإحصان وترك الزنا، والأمر بالكف والكسب معين على ترك السرقة وأكل أموال الناس بالباطل. كما أن كل ترك مراد من الشرع تمهد له تروك أخرى أيسر منه، فترك الزنا يمهد له ترك الخلوة والنظر والتبرج، وترك دخول البيوت بغير استئذان، وترك سفر المرأة بغير محرم.

وتطبيق هذه القاعدة في صيام رمضان واضح، حيث الامتناع عن الطعام والشراب والجماع الذي هو امتناع يسير، مقارنة بما يمهد له من الامتناع عن المحرمات وكبائر الذنوب، مثل التعامل بالربا والسرقة وأكل مال اليتيم والاحتكار والزنا وشهادة الزور والغيبة والقذف وكل المنهيات الباقية.

وهذه النتيجة لخصها الحديث النبوي بكلمتين وهما: "الصيام جنة" أي وقاية من كل المعاصي والآفات.

3 – الصيام والتربية على اتقاء حدود الله

من القواعد المقررة في الشرع، أن ما يؤدي إلى نتيجة ما يصير له حكمها، فإن كانت واجباً، فما أدى إليها واجب، وإن كانت حراماً، فما أدى إليها حرام. وبذلك تظل المسافة واسعة بين الحلال والحرام ليسهل على المكلف لزوم التقوى، وقد تيسر عليه فعل الواجب واجتناب الحرام. لكن في رمضان الذي هو شهر التقوى، نجد أن هذه القاعدة غير معتبرة نظراً لكون أهم الممنوعات طالتها المنع بصفة مؤقتة فحسب، وأن الصائم يمكنه أن يقلص المسافة بينه وبينها إلى أدنى حد. فالطعام والشراب المحرمان في نهار رمضان، قريبان من الصائم ويدخرهما في منزله ويعدهما لفظوره بعد المغرب. والشرع أباح له أن يقترب منهما إلى حد أن يبلغ بهما فمه عند المضمضة بالماء أثناء الوضوء، وعند ذوق الطعام لمعرفة جودة طبخه، دون أن يبيح له بلعها، فإذا نزل شيء من ذلك إلى جوفه ولو غلبة، لزمه القضاء عند بعض المذاهب. وأجاز الشرع الحكيم للصائم، أن يقبل زوجته ويلمس جسمها ويضمها، دون التمادي في ذلك إلى حين الإنزال المفسد للصيام. إن الشرع لم يمنع هذين العملين، رغم احتمال إفضائهما إلى الإفطار وانتهاك حرمة رمضان، ليعود الصائم ملازمة الحدود الفاصلة بين الحلال والحرام، ولو كانت أدق من الشعر، فيستطيع بذلك قضاء بعض حاجاته، دون تخطي الحواجز الشرعية القائمة، وأن يمتلك أمر نفسه في أصعب الظروف وأخطر المواقف. وأمثلة أخرى لهذا النهج الرمضاني الفريد في التربية على التقوى، أنه يباح للصائم الكلام ويحظر عليه النطق بالزور والرفث، وكل أقوال

السوء، فاللسان عندما ينطلق بالكلام ويستترد فيه يوشك أن يدخل منطقة الحظر والصائم لا يشعر، كما يباح له الشجار الخفيف ما لم يتحول إلى سب وشتم وقتال تحت تأثير الغضب والمزايدات الكلامية.

فعند زحمة الغضب، وبداية فقدان السيطرة على توتر الأعصاب، يجب أن يمسك الصائم عن الجدال، ويذكر نفسه ومحاوره بأنه صائم، واضعاً بهذا الموقف حداً لتصعيد كلامي، سيؤدي لا محالة إلى محاذير وتصرفات مذمومة.

وهكذا يلاحظ أن خطة رمضان الشرعية في التربية على التقوى، تستهدف مختلف فئات المؤمنين، على ما يكون بينهم من الفروق الفردية في الاستعداد الذاتي، لممارسة درجات الامتناع في أصعب مستوياتها، حتى يتمرسوا بذلك أكثر على ضبط أنفسهم في آخر خطوات الميل قبل أن تنزل أقدامهم.

ولقد أثبت القرآن هذه الخاصية للمتقين، فبين أنهم قادرون على التراجع عن اقتحام الحرام في آخر لحظة، حيث لم يعد يفصلهم عن تجاوز الحد إلا حركة بسيطة كثيراً ما يغلب فيها الشيطان الأدمي فيدفعه إلى الحرام، قال تعالى: (إن الذين اتقوا إذا مسهم طائف من الشيطان تذكروا فإذا هم مبصرون وإخوانهم يمدونهم في الغي ثم لا يقصرون)¹.

فالمتقون إذا أصابهم الشيطان بوسوسته، وأصبحوا قاب قوس أو أدنى من الانحراف، تذكروا عقاب الله، فإذا غشاوة الهوى تنزاح عن أعينهم، فيبصرون الخطر الوشيك فيتوقفون على عجل. أما غير المتقين الذين تأخروا

¹ - الأعراف: 201.

مع الشياطين، فإنهم يزينون لهم سبيل الضلال والغواية فلا يستطيعون أن يمتنعوا عن الوقوع في الإثم.

فالمتقي قد يغفل لحظة ويقوم بالخطوات الأولى نحو المعصية، وكأن غشاوة الشهوة حالت دون تذكره الله وحسابه الشديد، لكنه عندما يوجد من يذكره، حتى ولو لم يفصله عن الذنب إلا خطوة يسيرة، فإنه يتذكر ويبصر فيتوب من قريب، في حين أن غير المتقي يزل ويرتمي في أحضان الخطيئة.

ولقد بين لنا حديث رسول الله ﷺ أن التقوى الحقة قادرة على انتشال صاحبها من براثن الإثم في اللحظات الأخيرة للوقوع فيه.

قال ﷺ: "بينما ثلاثة نفر يتمشون أخذهم المطر، فأووا إلى غار في جبل، فانحطت على فم غارهم صخرة من الجبل فانطبقت عليهم، فقال بعضهم لبعض انظروا أعمالا عملتموها صالحة لله فادعوا الله تعالى بها لعل الله يفرجها عنكم، فقال أحدهم: ... وقال الآخر اللهم إنه كانت لي ابنة عم أحببتها كأشد ما يحب الرجال النساء، وطلبت إليها نفسها فأبت حتى آتيتها بمائة دينار، فتعبت حتى جمعت مائة دينار فجننتها بها، فلما وقعت بين رجليها، قالت يا عبد الله اتق الله ولا تفتح الخاتم إلا بحقه، فقمت عنها. فإن كنت تعلم أنى فعلت ذلك ابتغاء وجهك فافرج لنا منها فرجة ففرج لهم.. الحديث.

فعبادة الصيام تربي في النفس القدرة على ممارسة التقوى، حتى في أصعب مراحلها، عندما يلتصق حدا الحلال والحرام ببعضهما ببعض، ويعظم خطر الاشتباه بينهما، وبين الصواب والخطأ، وبين الفضيلة

والرذيلة، وهو ما يصادفه المكلف في عدة أمور شرعية، عند التماس الوشيك بين المحمود والمذموم، والمشروع والمحظور.

ومن الأمثلة على ذلك الأعمال الظاهرة التي تحتل انقلاب النية فيها من المطلوب إلى الممنوع، فالذي يظهر إنفاق المال أمام الناس، تصير نيته في حفز غيره على حذو حذوه، قريبة جداً من التطور إلى قصد المراعات ونيل رضى الناس والسمعة الطيبة لديهم.

فما من عمل مما يبتغى به وجه الله والدار الآخرة، إلا تتجاذبه أهواء النفس وحظوظها الدنيوية. فيحتاج المومن إلى ضبط نفسه عند حدود الشرع دون أن تدفع به دقتها الشديدة، إلى تعديها والانتقال إلى رقة المحظور.

4 - التوبة قمة الترك وذروة التقوى

تعرفّ التوبة بأنها الندم على ما سلف من الذنب في الماضي، والإقلاع عنه في الحال، والعزم على أن لا يعاود في المستقبل. فهي تمثل أقوى ترك للذنب، لأنها تقتضي عدم العودة إليه أبداً في المستقبل، إنها ترك نهائي وحاسم يجعل التوبة بحق أعلى مراتب التقوى على الإطلاق.

فالتوبة هي خير ما يتهيأ به المؤمن لاستقبال شهر رمضان الكريم، فإذا بزغ هلاله تطلعت النفوس إلى رحمة الله المبسوطة في أوله، والمغفرة الشاملة في وسطه، والعنق من النار المتاح في آخره.

وكان التشمير إلى انتهاز الظروف المواتية للتطهر من المعاصي والآثام، الصغائر منها والكبائر. فالشياطين التي تزين للإنسان انتهاك المحرمات والاستمرار عليها، وتعرقل تراجعها عنها، تكون مصفدة في شهر الصيام الذي أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان.

وأبواب الجنان مفتحة في وجه التائبين والعابدين، وأبواب النيران موصدة لغلبة التقوى والصلاح على القلوب في هذا الشهر الفضيل. إن التطهر الذي يتيحه صيام رمضان بمغفرة ذنوب العبد الفارطة، كما في الحديث النبوي: "من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه"¹. هذا التطهر يظل غير مكتمل، إذ لم تسبقه أو تتخلله التوبة من الذنوب الكبائر، التي لا تمحوها أية عبادة مفروضة وإنما تمحوها التوبة الصادقة.

فالتوبة لها شأن عظيم في محو أوزار الآثام عن النفس، ولا ترقى إلى درجاتها المفروضات من صلاة وصيام وزكاة وحج، لأن هذه كلها إنما تكفر عن صاحبها الذنوب الصغائر ليس إلا. والحكمة في ذلك أن هذه العبادات لو كفرت الكبائر مع الصغائر، لأصبحت داعية النفس للجرأة على الخطايا والزلات كلها، وانقلب دورها من التطهير إلى التدنيس ومن التوقي إلى التأثيم. فالصيام المكتوب وحده لا ينهض بمهمة التطهير من الذنوب والمخالفات، إلا إذا أزرته التوبة النصوح، بالإقلاع النهائي عن الكبائر المقترفة سلفاً، وعن الصغائر المرتكبة بإصرار. والالتقاء الحاصل بالصوم، أهون على المرء من الإقلاع التام والدائم عن معاصي استأنست بها النفس مدى طويلاً، واعتادت فعلها حتى كادت لا تقوى على مفارقتها. ومن ثم فإن أثر الامتناع عن الكبائر، يحدث تغييراً جذرياً وعميقاً في قلب التائب، يفوق التأثير الذي يحدثه في النفس امتناعها بالصيام عن

¹ - متفق عليه.

مطعومات ومشروبات ومنكوحات، لأنها تعلم أن حظرها سيرفع عنها مع ارتفاع آذان المغرب، لتقبل على إرواء غليلها بعد معاناة الجوع والعطش ومقاساة ألم الامتناع طيلة اليوم.

فالفرق بين الامتناع بالتوبة والامتناع بالصيام، أن الأول تقوى مستمرة، بينما الثاني تقوى محدودة.

فالامتناع المطلوب في صيام رمضان أدنى، لكنه متكرر بعدد أيام الشهر ليكون تمريناً تربوياً للنفس، على اكتساب القدرات اللازمة لممارسة أعلى مستويات الامتناع والتقوى، التي تشترط لصحة التوبة وقبولها. وما من ذنب من الصغائر أو الكبائر لم تشمله توبة، إلا ويبقى خارجاً عن دائرة التقوى مادام يختفي عن السلوك لفترة معينة، ثم يعود للظهور فيه تارة أخرى.

كما أنه ليس من التقوى في شيء استمرار ذنب مهما هان شأنه، والرضا به دون خوف إفساده للقلب والاستدراج به إلى كبائر مهلكة. إن حقيقة التقوى هي أن تبلغ النفس حداً أعلى من اليقظة والحذر والخشية، تجعلها ملازمة للتوبة، ليس من الذنوب الصغائر وحسب، وإنما أيضاً من أعمال صالحة، لم توقن بأنها أدتها على أحسن وجه مستطاع، بل وتتوب من كل خلل أو تقصير في القيام بأعباء الدين، سواء علمته أو جهلته.

ففي الصحيح عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه كان يدعو في صلاته فيقول: "اللهم اغفر لي خطيئتي وجهلي، وإسرافي في أمري، وما أنت أعلم به مني. اللهم اغفر لي جدي وهزلي، وخطئي وعمدي وكل ذلك عندي.

اللهم اغفر لي ما قدمت وما أخرت، وما أسررت وما أعلنت، وما أنت أعلم به مني" ¹.

وما أكثر الأحوال والسلوكات والمألوفات والخصال التي تترسخ في النفس، فتعيقها عن أداء المسؤوليات ومقاربة الكمالات وإنجاز الصالحات، ولم يعرف لها حكم في الشرع يمنعها أو يدعو إلى التطهر منها. فلا ينفع في استئصالها من الذات إلى التوبة الصادقة، التي تقصم علاقة النفس بالذنوب والصفات المذمومة، وتطهرها من رواسبها وآثارها المتمكنة في القلب.

وهكذا يبدو مجال التوبة متسعاً على قدر همة الصائم ورغبته، في تطهير نفسه من كل أنواع الزلل والخلل، وحرصه على بلوغ الدرجات العلى من التقوى في شهر التقوى.

5 - الاعتكاف الرمضاني تحقيق للتقوى الشاملة

تتضمن الأدلة اللغوية للاعتكاف، معاني الإقبال على شيء ما، و حصر النفس عليه، و الانصراف عما سواه، و الانغماس الكامل فيه، و هي كلاها معاني مندرجة في مفهوم التقوى، الذي يعد الاعتكاف أقوى وسائل تحقيقه، وأكثرها نجاحاً وفعالية على الإطلاق، كما سنبين ذلك بعد حين .
فالاعتكاف اصطلاحاً، هو إقامة المسلم المميز في المسجد للذكر والصلاة وتلاوة القرآن مع الصوم.

وهو سنة من أفضل أعمال الطاعة التي داوم عليه الرسول ﷺ وأزواجه واعتكفن بعد وفاته، وكذا كان يفعل صحابته رضي الله عنهم.

¹ - رواه البخاري ومسلم

والتربية على التقوى في رمضان، تسلك طريقتين متكاملتين:

الأولى: الامتناع عن المفطرات المادية و السلوكية، في خضم المجتمع وهي متاحة ومائلة للعيان، ويوشك الصائم أن يواقعها إذا لم يوطد نفسه على اجتنابها ومقاومة النزوع النفسي إليها.

والثانية: اعتزال المجتمع حيث تنتشر تلك المفطرات، ومفسات الصوم من كلام آثم أو نظر محرم، والانقطاع في المسجد للصلاة والذكر والعبادة.

فالاعتكاف يعزل النفس عن مجال الشهوات والمحظورات، وما يذكر بها أو يقود إليها من العيال والأولاد، والأصدقاء والأموال والدور والممتلكات، فالاحتكاك بأي منها يهيج في النفس الولوع بها، وينمي الحرص عليها، والاستزادة منها على حساب الإقبال على الله و الانشغال بطاعته.

وللاعتكاف علاقة متينة بالصوم، الذي يعد جزءا من حقيقته وشرطا في تحققه، فلا معنى البتة لاعتكاف بدون صوم يرفد طبيعته الاعترالية بإمكاناته الكبيرة، لممارسة التقوى ولزوم حدودها، سيما والاعتكاف الرمضاني سن في العشر الأواخر، بعد أن قطعت النفس أشواطاً في التمرن على فعل التقوى، قبل أن تنتقل إلى محطة الاعتكاف، لتختتم شهر الصيام ببلوغ أوج التقوى، بكل ما تسعه دلالتها من معاني الترك و الاحتراز من الآثام والذنوب، إلى جانب معاني الإقدام والإقبال على الطاعات من صلاة و صيام وذكر وتلاوة القرآن الكريم.

أما الاختلاء بعيدا عن الناس في مكان مقفر، فهو عزلة لها فوائدها التربوية المعلومة، والمقاربة لفوائد الاعتكاف دون أن تتساوى معها تماما، فمن شروط الاعتكاف أن يكون في مسجد جامع تقام فيه الجمعة، حتى لا يضطر المعتكف لقطع اعتكافه بالخروج إلى حيث تقام، وإن كان بعض العلماء أجاز ذلك.

و يشترط في المسجد موضع الاعتكاف، أن يكون مباحا للناس جميعا غير مخصوص لفئة معينة، و يجوز للمعتكف الخروج من معتكفه لحاجة لا غنى له عنها، مثل جلب طعام أو لباس أو الاغتسال من جنابة أو ماشابه، و إذا خرج لسبب غير ملح بطل اعتكافه، وعليه ألا يطيل المكث خارج المعتكف أكثر مما تقتضيه الضرورة.

وأثناء خروجه، يمنع عليه وطء زوجته أو تقبيلها أو لمسها بشهوة، فقد كان الصحابة يفعلون ذلك، إذا خرجوا في ليالي رمضان لحاجة طارئة، فنزل القرآن بتحريم ذلك: (ولا تبشروهن وأنتن محضون في المساجد)¹. والمعتكف إذا خرج لما ذكر، فإنه لا يمنع من اقتراف الصغائر واللمم فحسب، بل يمنع أيضا من حضور جنازة، أو عيادة أحد أبويه المريض، أو أداء شهادة واجبة أمام القاضي، و مثل ذلك.

كما يمنع داخل معتكفه، بأن يشغل نفسه بغير الصلاة و الذكر وتلاوة القرآن، فلا يجوز له أن يتعلم العلم أو يعلمه غيره، لأن ذلك قد ينأى بالقلب عن حال الخشية والإنابة والضراعة المتوسل إليها في الاعتكاف. مما تقدم يمكن استنتاج بعض الخصائص، بخصوص دور الاعتكاف في تحصيل التقوى وهي كما يلي:

¹ - البقرة: 187.

1- ليس الاعتكاف عزلة تامة عن الناس والحياة، فلو كان كذلك

لما بقي للمعتكف أي مجهود يبذله، لتحصيل التقوى عند انعدام خيارات الزيف والانحراف . وإنما الاعتكاف الذي يشترط وقوعه في مسجد مباح لكل المصلين، يظل مفتوحا على إمكانية إفساده بالتطلع إلى مخالطة الأهل والأولاد، و معايشرة الأصدقاء والأصحاب، أو الميل مع رغبات النفس وشهوات الجسد، مما يعد خرما لنظام الامتناع الصارم المتبع في الاعتكاف.

فلا يبتنع الصائم من اعتكافه في تعزيز التقوى المكتسبة في بداية رمضان ووسطه، إلا إذا أحسن الاستفادة من أجواء الاعتكاف في تقوية التزام التقوى، باجتناب كل سلوك لا يناسب روحانيته العالية، وما يتاح فيه للنفس من إقبال منقطع النظير على عبادة الله والذكر والاستغفار.

2 – نلاحظ أنه في الاعتكاف تتسع دائرة الممنوعات، لتضم

بعض المباحات للصائم غير المعتكف ، بل وتضم أكثر من ذلك بعض الطاعات، مثل زيارة الوالدين وعبادة المريض، والصلاة على الجنائز.. حيث إن اجتناب هذه الأمور ينطوي على قدر كبير من المشقة، لما يترتب عليه من حبس النفس على طاعات محددة، ويصبح كل تملل عنها يمينا أو يسارا، إخلالا بروح الاعتكاف وشروطه.

إن الاعتكاف بهذا الاعتبار، ارتقاء بالنفس من مستوى في التربية على التقوى، إلى مستوى أعلى منه وأصعب، سعيا لتحقيق هدف التقوى في صورة أسمى وأرسخ.

3 - لم يفرض الشرع الاعتكاف على الصائمين، ولم يحدد له عددا معيناً من الأيام، وإنما بين أقله وهو يوم وليلة، تاركاً للصائم حرية ممارسته بشروطه المعلومة، حتى تبقى بادرة الانخراط فيه بيد المكلف، يكيّفه مع ظروفه الخاصة واستعداداته الشخصية، للإفادة من عطاءاته في تنمية قدرات التقوى، وتعميق جذورها في النفس.

ذلك أن الإرادة الصادقة لتحقيق مقام التقوى، والوصول إليه، هي الأساس الذي تنطلق منه محاولات التربية لإصلاح الإنسان بالهدى الرباني، وماعداها إنما هي وسائل لا تغني شيئاً في غياب التوجه الإرادي المذكور، وهي متاحة للناس للعمل بها ومن خلالها في عبادة الصيام لعلمهم يتقون.

الفصل الثالث:

توظيف الصيام للجسد في تربية النفس على التقوى

- 1 – التقوى بين صوم الجسد وصوم النفس
- 2 – ضبط شهوتي البطن والفرج أساس التقوى
- 3 – الوقاية الصحية والتقوى النفسية
- 4 – أثر تقوى النفس في تخفيف النوم

1 - التقوى بين صوم الجسد وصوم النفس

الإنسان جسد طيني نفخت فيه روح علوية، فامتزج العنصران امتزاجاً كاملاً، وتبادلا التأثير بينهما حتى صارا شيئاً واحداً، وغذا اعتبار تكوين الذات البشرية على هذا النحو مطلوباً في فهم حقيقة الإنسان، وإدراك دوافع سلوكه في شتى مظاهره الجسدية والنفسية على السواء.

ونجد التوظيف الأمثل للعلاقة بين الجسم والنفس حاضراً بقوة في مختلف العبادات الإسلامية، وضمنها الصوم الذي يمارسه الإنسان بشقيه الجسدي والنفسي، حيث كلما تعاضداً وتكاملاً وتوافقاً وانفقا، كان الصوم صحيحاً ومحققاً لكل أهدافه التربوية، وكلما تنافرا واختلفا لم يبق للصيام آنذاك وجود يذكر.

وسيكون منطلق بيان العلاقة بين الجسم والنفس قوله تعالى: (يا أيها الذين آمنوا آمنوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ)، قال بعض المفسرين: "إن معنى (تتقون) هنا أي تضعفون، فإنه كلما قل الأكل ضعفت الشهوة، وكلما ضعفت الشهوة قلت المعاصي"¹.

وهذا التفسير يبدو مقبولاً في إطار تبادل التأثير بين الجسم والنفس، إذ إن الجسم كلما قوي بالطعام والشراب نشطت فيه الشهوات، ودفعت بالجسم نحو إشباعها، وغلبت على النفس فطمست البصيرة وأسكتت صوت الفطرة، الداعي إلى العفاف والطهر والفضيلة.

وإذا كانت غاية الصيام العظمى هي التقوى واجتناب المنهيات، من فواحش وآثام، فإن كسر قوة الجسد، سيكون بلا ريب ردعاً كبيراً له عن محاولة الاقتراب أو التحرك باتجاه المحرمات.

¹ - الجامع لأحكام القرآن. القرطبي، 2/185، دار الشعب، 1372 ط 2.

ويؤكد ذلك عبارات الحديث النبوي عند استعمال كلمة "وجاء" أي

قاطع في قوله صلى الله عليه وسلم: "يا معشر الشباب من استطاع الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع، فعليه بالصوم فإنه له وجاء"¹. وعند استعمال كلمة "جنة" والتي معناها وقاية في قوله عليه السلام: "الصوم جنة وإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب، فإن سابه أحد فليقل إنى امرؤ صائم"².

فعلاوة على كون القوة العضلية التي تغري بالانتقام والبطش

بالخصم، تنكسر وتترجع بسبب فراغ البطن من المواد المغذية، التي تزود الخلايا بالطاقة اللازمة، فإن مراعاة آداب الصوم وغاية التقوى منه – وهو عمل نفسي – يصبح مقدوراً عليه بفضل الحالة التي صار عليها الجسد من الارتخاء والفتور، والتي يتعزز عندها قصد التقوى بالإقرار الصريح "إنى امرؤ صائم"، فلو أن الصائم اكتفى بالصمت ولزوم الهدوء عند سماع السب والشتم، لأمكن أن يخرج عن سكونه مع توالي العدوان عليه، ولكنه عندما يعلن أنه ملزم بروح الصوم، التي هي التقوى بترك اللجاج والخصام والجدال، يكون لذلك وقع حاسم على نفسه وجسمه، يزيد من قدرته على الامتناع عن التخاصم والتعارك.

بل وأكثر من ذلك يكون له أثر حسن على الخصم، الذي سيجعله

يتراجع من قريب ويتوب إلى رشده.

¹ - رواه البخاري

² - نفسه.

إن القوة الجسيمة المندفعة، غالباً ما تطغى على القوة الروحية، فتكون لها المبادرة بتوجيه الإنسان إلى المحرمات والمهلكات، بعد أن يتقلص تأثير العقل والوجدان بسبب هياج الشهوات والتهاب نارها.

ومن ثم تحتاج النفس إلى ما يخمد حرارة الشهوات الجسدية، ويلجم القوة العضلية لتصير أكثر طواعية لإملاءات الروح الإيمانية وتطلعاتها التطهيرية، وهذا عين ما يحصل تماماً عن طريق الصيام.

والمدقق في عبادة الصوم، يلاحظ تطبيقات كثيرة لتوظيف التأثير المتبادل بين الجسم والروح، في تحقيق التقوى زيادة عما ذكر.

فمن مثال تأثير النفس في الجسد من خلال الصوم، أن الإنسان عندما ينوي صيام رمضان عند بزوغ هلاله، ويجدد هذه النية كل ليلة، يكون جسمه أكثر استعداداً لتحمل الجوع والعطش، إذ قد ينحدر إحساسه بهما إلى أدنى درجة، أو لو صام بدون نية لعانى من الجوع واضطراب المزاج ما يرهقه ويشق عليه.

وإذا صاحب نية الصوم الرضى الكامل والابتهاج به، فإن قوة هذا التوجه يغلب تماماً على انتفاضات الجسد واندفاعاته، فيحولها من الممانعة والاعتراض، إلى الدعم والمساندة، فتصير النفس مبادرة، والجسد مؤازراً في التزام الصيام وآدابه وكل مقتضياته.

ومن مثال تأثير الجسم في النفس، أن حالة الإمساك عن المفطر، لها أثر بليغ في مجارة النفس للجسم، وانضمامها لحال الامتناع الذي يواكب الصوم، فتمتتع هي الأخرى ليس عن مطالبته بالاستجابة لحاجات الطعام والجماع فحسب، وإنما عن الموافقة على قيامه بأي سلوك يتنافى مع اتجاه

التقوى، مثل الغيبة والرفث والشتم والظلم وشهادة الزور والغش وخيانة الأمانة وما شابه ذلك.

وهكذا يتواصل التأثير المتبادل بين صوم الجسم وصوم النفس، للارتقاء بالتقوى إلى درجاتها العليا، حيث تفيض تقوى القلب على البدن وجوارحه كلها، فتستر جميع سوءاته ومساوئه فإذا هو طاهر نقي تقي. قال تعالى: (يا بني آدم قد أنزلنا عليكم لباساً يواري سوءاتكم ووريشاً ولباساً التقوى ذلك خير ذلك من آيات الله لعلمهم بذكرهم)¹.

2- ضبط شهوتي البطن والفرج أساس التقوى

الصوم هو الإمساك عن شهوتي البطن والفرج، من طلوع الفجر إلى غروب الشمس بنية خالصة لله تعالى. ولقد اقتضت حكمة الله تحريم المطعومات والمشروبات والمنكوحات المشروعة والمباحة في غير أيامه، لتكون مجالاً للتدريب على اكتساب القدرة على الامتناع، وممارسة الترك لمدة شهر كامل قصداً إلى تنمية التقوى في النفس، والارتقاء بها إلى أعلى الدرجات، لتمكين الصائم بعد رمضان كما هو الحال خلاله من الانتهاء عما حظره الشرع وأنكره من الفواحش والآثام.

فشهوة البطن، التي يستهدف الصوم تهذيبها وإحكام ضبطها في المقام الأول، هي الباعث الأقوى على الكثير من كبائر الذنوب والمعاصي، فكلما خف ضبطها جمحت بالنفس إلى تجاوز حدود الشرع واقتحام محارمه. وليس من قبيل الصدف أن تكون أول خطيئة آدم وحواء بسبب هذه الشهوة، عندما أكلا من شجرة في الجنة، كما حكى لنا القرآن الكريم، (وولنا

¹ - الأعراف: 26.

يا أحمه اسكن أنته وزوجك الجنة وكلا منما رمحاً حيه هتتما ولا تقربا هذه
الهجرة فتكونا من الخالمين)¹.

ويندر في الذنوب ذنب لا تدفع لارتكابه شهوة البطن إذا أطلق لها
اللجام. فجرائم السرقة والقتل ، وشرب الخمر ولعب القمار والغش في
التجارة أو الحرفة، وأخذ الرشوة والتعامل بالربا والاستيلاء على ملك الغير
وماله وشهادة الزور، وتطفيف الميزان والتدليس في البيع، والحلف الكاذبة
عليه، والاحتكار وخيانة الأمانات، واختلاس المال العام وما شابه ذلك إنما
يكون الداعي إليه هو إشباع شهوة البطن، والاستجابة لإلحاحها المتواصل
والخضوع لسلطانها القاهر.

كما أن هيمنة هذه الشهوة على النفس الإنسانية، وانشغالها بتحصيل
م لذاتها دون اقتصاد، يورثها الجشع والطمع، الذي لا يقف عند حدود الشرع
ومكارم الأخلاق.

وتوقعها في الغفلة عن الله والدار الآخرة، فتجر النفس إلى الانغماس
في طلب الدنيا ومباهجها، والحرص على متاعها الفاني، والبخل بأداء
حقوق الله وحقوق العباد، والتنافس مع أصحاب الدنيا على حطامها الزائل.
كما حذر رسول الله صلى الله عليه وسلم عندما قال: "ما الفقر أخشى عليكم
ولكني أخشى أن تبسط الدنيا عليكم كما بسطت على من كان قبلكم فتنافسوها
كما تنافسوها فتهلككم كما أهلكتهم"².

وأما شهوة الفرج التي تأتي في المقام الثاني، من حيث قصد الصوم
إلى ضبطها والأخذ بزمامها، فتحمل الإنسان على مقارفة الفواحش وتدني

1 - البقرة: 35.

2 - متفق عليه.

العرض، ونسل لقطاع لا يعرفون لهم أباً ولا أمّاً، وتدمير الحياة الزوجية وتشريد الأبناء وإشاعة الزنا والشذوذ الجنسي، ونشر الانحلال والفجور بشتى أنواعه.

وكل هذه الرذائل تؤدي غالباً إلى جرائم القتل والاعتصاب، والخيانة الزوجية والإجهاض ونسبة الأبناء إلى غير آباءهم. بل إن إطلاق العنان لشهوة الجنس، يوقع في فضائع مخجلة ومذلة، ومنكرات في غاية الإبادة والفحش مثل زنا المحارم واللواط والسحاق.

وإذا فقد الإنسان السيطرة على هذه الشهوة وصار هدفه في الحياة إرواءها من كل طريق، فإنها تحجب عقل المرء وتطمس فطرته، وتتحدربها إلى درك البهائم، بل وأدنى من درجة البهائم التي ينضبط عندها التناسل بأوقات معلومة.

إن من يفلت منه لجام فرجه، تستعبده شهوته ويستبد به الهوى، فيميل معه حيث مال، وإن كان في الاتجاه المعاكس للحق والعدل والفضيلة، فيغدو سلوكه غير سوي ورأيه غير نزيه.

فمن استطاع أن يملك قياد نفسه، بضبط هاتين الشهوتين شهوة البطن وشهوة الفرج، فهو لما دونهما من الشهوات أضبط، وعلى تطويعها لمراد الشرع أقدر، وهو الحر حقاً والأقوى صدقاً.

ولقد نبهنا رسول الله صلى الله عليه وسلم، إلى انقضاء مغبة الافتتان بالدنيا والنساء فقال: "إن الدنيا حلوة خضرة وإن الله تعالى مستخلفكم فيها فينظر كيف تعملون فاتقوا الدنيا واتقوا النساء"¹.

¹ - رواه مسلم

فالصوم لمدة شهر كامل ، يكسر هاتين الشهوتين، ويغض من فورتها، ويجعلها أكثر سلاسة وأكثر ترويضاً، لأن شهوة البطن تقوى باعتياد الأكل عند الجوع، والصوم خرق لتلك العادة وتغيير للمألوف، مما يجعلها تخبو وتراجع إذا روعيت آداب الصيام وابتغي به تحقيق التقوى بالفعل.

كما أن شهوة الفرج التي تنتعش وتنشط بالتهام الأطعمة في فترات متقاربة، تتأثر بالصوم لما يحصل في قوى الجسم من ارتخاء طارئ ، غير معهود من عضلات الجسم ووظائفه، فينتشر الفتور في كل أعضاء الجسم وأوصاله وأعصابه، مما يسهل عملية تطويع النفس وصرف همها إلى تحقيق مقاصد الصوم التربوية.

3 - الوقاية الصحية والتقوى النفسية

من نتائج ما أكدناه من الترابط التام بين النفس والجسم من قبل، وما يترتب عليه من التأثير المتبادل بينهما، أن اعتلال أحدهما يؤدي إلى اعتلال الآخر، وأن علاج آفة في أي منهما، قد لا يحصل إلا بتشخيص أسبابها في الآخر، والعمل على وقفها.

فما من مرض يصيب عضواً في الجسم، إلا وله أثر واضح في النفس، يتغير معه مزاجها، ويتعكر صفوها، وقد تصاب هي أيضاً بعاهة مزمنة، إذا اشتد المرض أو استحال براءه.

فالكثير من الأمراض النفسية الحادة، يكون سببها الخوف والهلع، الناجمان عن مرض عضوي، خصوصاً لدى ضعيفي الإيمان بالله، واليقين في رحمته وإحسانه لخلقه، والرضى بمشيئته وقضائه.

في حين أن صحة الجسم وسلامته من العلل، يجعل النفس في صحة وعافية، تتمكن بهما من القيام بمهامها في الجسم على أحسن ما يُرام. وفي المقابل، فمعظم الأمراض البدنية، قد يكون سببها اضطراب النفس واختلال صحتها وتوازنها، مثل أمراض القلب والشرابين والأعصاب والمعدة، وآلام الرأس ومرض السكر والأسنان وغيرها كثير. ومن الملاحظ أن بعض الدراسات الطبية، تتناول الصوم في جانبه الجسمي، مستعرضة ما له من فوائد على صحة الجسم وحيويته، دون أي ربط يذكر مع الجانب النفسي، وما يلزم من تكامل بين النفس والبدن. فالنفس التي لم تطمئن بالإيمان بالله، والانخراط في عبوديته وطاعته، والأنس بمعيته وقربه، لا يمكنها أن تنعم بالاستقرار في عالم الدنيا، المزدهم بالآلام والمنغصات والتقلبات المثيرة للمخاوف والهواجس، الشاغلة للبال والمقلقة له في كل حال. فالصيام علاج للروح وتقوية لوظائفها، قبل أن يكون علاجاً للجسد من علله وأسقامه، أو وقاية له من الآفات والأمراض. والذي يتأكد بتعميق النظر في الصيام، أنه يحقق بالإمساك عن المفطرات، تقوى للنفس وتقوى للجسد، إذ القاعدة الصحية لكل منهما واحدة، تقوم على مبدأ الوقاية والاحتراز من المهلكات المادية والمعنوية، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ما ملأ ابن آدم وعاء شراً من بطنه"¹. وقال الحارث بن كلدة من أطباء العرب: "المعدة بيت الداء والحمية رأس الدواء"².

¹ - رواه الترمذي.

فالامتناع عن الطعام والشراب والجماع طيلة أيام رمضان، ينمي في النفس القدرة على اتقاء المحرمات الشرعية، والتي إذا أدمنت النفس انتهاكها صارت معلولة بعلل خطيرة، تُلحق الضرر بالنفس والجسم معا.

فالظلم على سبيل المثال، وهو من المحرمات التي تتساق إليها النفس بدافع إشباع شهوتي البطن والفرج، عندما تتعوده قد يستحكم فيها، فيصيبها بالغلظة والقسوة والطغيان، وتززع منها الرحمة والعدل والنزاهة والكرامة، وتستمرئ فعله، فتتجرأ على أنواع من الظلم أشد وأشنع، وهو ما سيجعلها تعاني صراعاً داخلياً، نتيجة تأنيب الضمير ولو كان أحياناً ضعيفاً، وربما قوى أحياناً أخرى، فخلف قلقاً واضطراباً ينعكس سلباً على الصحة الجسيمة مع طول الأمد.

ومن جهة أخرى فإن الامتناع عن المفطرات البطنية والفرجية، من شأنه أن يكسب الجسم القدرة على تجنب كثرة الأكل والشراب، وإطلاق العنان للشهوة الجنسية، حيث إن التوسع في الاستجابة لهاتين الشهوتين، يؤدي إلى الإسراف المرهق لعضلات الجسم وأعصابه، والمنهك لوظائفه وأجهزته، وهو ما يؤدي غالباً إلى حصول اختلالات مزعجة، في نظام الجسم وتوازنه، تنتج عنها أسقام وعلل جسمية.

كما قد تتجم عنها اعتلالات نفسية، أقلها الركون إلى الدنيا والانغماس في ملذاتها، وجعلها غاية مطلوبة في ذاتها، لا مجرد وسيلة لغاية أعظم وأشرف.

وقديما هجا الحطيئة الزبرقان بن بدر بهذين البيتين :

2 - جامع العلوم والحكم، ابن رجب الحنبلي، دار المعرفة، ط 1، 1408 - ورفعه بعضهم إلى رسول الله

دع المكارم، لا ترحل لبغيها واقعد فأنت الطاعم الكاسي
فشكاه لأمير المؤمنين عمر بن الخطاب لأنه أهانه إهانة بليغة لا صبر
للكريم عليها.

وعندما تتقل الأمراض الجسم، ينعكس ذلك على النفس بالميل إلى
الكسل في أداء الواجبات، والتقاعس عن المبادرة إلى فعل الصالحات،
والانزلاق إلى تسويغ تقصير النفس في طلب الكمال وتحمل المسؤوليات.
فقد ثبت عن عمر بن قيس أنه قال: "إياكم والبطنة فإنها تقسي القلب"
وعن أبي سليمان الداراني قال: "إذا أردت حاجة من حوائج الدنيا والآخرة
فلا تاكل حتى تقضيها، فإن الأكل يغير العقل"¹. وعن ابن عباس رضي الله
عنه قال: "إياكم والبطنة من الطعام فإن العبد لن يهلك حتى يؤثر شهوته
على آخرته"²

فالصيام جنة، ووقاية شاملة من كل ما يضر الإنسان في نفسه أو
جسمه، ويحول دون الحفاظ على تماسك الذات، وتناسق مكوناتها، أو يحد
من حيويتها ونشاطها، أو يخل بعناصر صحتها وسلامتها، وكل ذلك سعيا
إلى إعداد الإنسان التقى والقوي الأمين.

4 - الصيام والتحكم في النوم

النوم غريزة، تحكمها قوائد بين مضبوطة لدى جميع الكائنات
الحيوانية، باستثناء الإنسان الذي يشذ عنها، فيعبد بنظام نومه ويخضعه

¹ - جامع العلوم والحكم، مرجع سابق، ص 426 .

² - الفردوس بمأثور الخطاب، لأبي شجاع الديلمي، تحقيق السعيد بن بسويون زغلول ج 1 ص 384 دار
الكتب العلمية، بيروت سنة 1986.

لأهوائه و أحواله، في سهر اللال و نيام النهار، و يقلص ساعات نو مه إلى أدنى حد، أو يزيد فيها حتى تشغل حيزا أوسع من حياته.

والتدبير السوي للنوم، يوفر للإنسان صحة جيدة و مجالا هاما من الوقت إذا أحسن توظيفهما، أحرز الفوز و غاية الأمان في دنياه و آخرته. فقد لا يتسع النهار للأعمال المطلوب إنجازها لتحقيق أمنية المرء و بلوغ غايته، فيضطر إلى الأخذ من ليله ما يسد حاجته.

لكن من كانت غايته نيل رضى الله و النجاة من عذاب جهنم و الخلود في الفردوس يتفياً ظلالها و يأكل من ثمارها و لحم طيرها و يتلذذ بحور عينها و يفترش زرابيها و يتمتع بصره بآيات جمالها الباهر في قصورها و حقولها الممتدة بلا حدود، فهو أولى بأن يسهر الليلي، و يعمرها بالذكر و الصلاة و الدعاء و الاستغفار، و أن يكون شحيا بوقت نومه أن يزيد عن حد الضرورة، و أن تقوت به فرص العبادة في جوف الليل، العالفة القدر و الشأن.

فالمؤمن الفطن لفوائد قيام الليل، يتجافى جنبه عن الفراش خوفا من أن تستميله لذة المضجع و دفاء المرقد، فلا يشعر إلا وقد مرت من عمره ساعات طوال و كأنها دقائق معدودات.

قال تعالى مثبتا هذه الحالة لعباده الصالحين: (تتجافى جنبهم عن المضاجع يدعون ربهم خوفا و طمعا و مما رزقناهم ينفقون فلا تعلم نفس ما أخفى لهم من قرة أعين جزاء بما كانوا يعملون)¹.

إن علم الإنسان لا يحيط أبدا بحقيقة ما توارى عن البصر، في طبي الغيب الأخرى من نعيم أبدي، مهما أطلق العنان لخياله ليسبح في فضاء

¹ - السجدة: 16 - 17.

الأحلام اللامنتهي، و أجهد نفسه في محاولة تصور روعة الجنة، و تناهي متعها في اللذة والجلال والجمال. (إن المتقين هي جنات ومعيون أخذين ما آتاهم ربهم إنهم كانوا قبل ذلك محسنين كانوا قليلا من الليل ما يهجعون وبالأسفار هم يستغفرون وفي أموالهم حق للسائل والمحروم)¹.

وأكدت السنة فضل قيام الليل فقال الرسول ﷺ: "أفضل الصلاة بعد المكتوبة الصلاة في جوف الليل"²، و قال أيضا: "أنقل صلاة على المنافقين صلاة العشاء و صلاة الفجر ولو يعلمون ما فيهما لأتوهما ولو حبوا"³، و قال عليه السلام: "أحب الصلاة إلى الله صلاة داود كان ينام نصف الليل و يقوم ثلثه، و ينام سدسه"⁴.

و قال الحسن البصري: "لم أجد من العبادة شيئا أشد من الصلاة في جوف الليل"⁵.

فهذه الأدلة تؤكد مكانة قيام الليل في الطاعات وعلو مرتبته عند الله، مما يجعل امتلاك القدرة على مقاومة النوم وحسن تدبيره، مطلب كل مؤمن حريص على اغتنام أوقات العبادات، وتبوؤ أسمى الدرجات في أعلى الجنان.

ومن ثم فإن من الأهداف التربوية لشهر رمضان، تدريب الصائم على صيام النهار وقيام الليل، إذ الصيام والقيام عبادتان متلازمتان ولا

1 - الـأريان 15 - 19.

2 - صحيح ابن خزيمة.

3 - رواه مسلم. 1/451.

4 - رواه البخاري.

5 - مختصر منهاج القاصدين. ابن قدامة المقدسي ص: 59. المكتب الإسلامي.

تكادان تفترقان، حتى إنه إذا وصف شخص بكثرة العبادة قيل إنه صّوام قوام.

ولعل هذا الارتباط يكشف جانباً من حكمة إقبال الصائمين على أشكال من قيام الليل، ذلك أن الصيام إذا روعيت آدابه واستلهمت روحه، أفضى بالصائم إلى أحوال روحية وجسمية، كانت له خير معين على مغالبة النوم وإخضاعه للتحكم، بما يتيسر معه السيطرة عليه بقدر إفادة الذات من عطاء الصوم ومنحه وهذه بعضها:

1- إن الصيام المتواصل إذا صدقت فيه النية وخلصت العبادة به لله، ارتقت به الروح إلى درجات عالية من العبودية الكاملة والإنابة التامة، يزيد بها استعدادها لفعل الطاعات، المتضمنة لأشد المشاق، والمخالفة لأعتى الشهوات والأهواء.

فعلى قدر غلبة توجهات النفس الروحية على نزوات الجسد وغرائزه البهيمية، يتمكن الصائم من تشغيل ذاته في عبادة الله وذكره وتقديسه، متى شاء ذلك وكيف شاء، لا يصدده عن ذلك غمضة جفن بليل، كما لن تصده عن الصيام لذعة جوع بالنهار.

وعلاوة عما ذكر، أنى لراغب الجنة وراهب النار، الذي يتعقبه الموت في كل آن، وترفع الملائكة صحائف عمله لملك السماوات والأرض تهيئاً للحساب الشديد يوم العرض على الله، أنى له أن يؤثر لذة النوم على لذة القيام والصراعة بين يدي الخالق المتعال في سكون الليل وخلوته. وأنى له أن يذم النوم فيأتي على نصف عمره، وهو بإمكانه أن يقوم فيه ويتزود منه بأعمال يرجو أن يتقل بها ميزان حسناته يوم القيامة، وإذا

غابت هذه الحقائق عن البال وغفل عنها الفؤاد طيلة العام، فإن رمضان فرصة مواتية لتدارك ما فات المرء من قيام الليل، وعساه يكون بداية لاعتياده وتعهده.

2- إن التغيير الطارئ في نظام التغذية، يؤدي إلى تغيير في

عادات الصائم، ومنها المتصلة بنظام نومه، حيث يتأخر في

الذهاب إلى فراشه، بسبب الانشغال بأداء التراويح في

المسجد وتناول العشاء بعدها، ويستيقظ وقتا غير يسير لتناول

السحور وأداء صلاة الصبح، ومعلوم أن قيام الليل يكون في

أوله ووسطه وآخره مع تفضيل ثلثه الأخير، وأن كل عمل

محمود بالليل يعد قياما وأفضله الصلاة.

فهذا الانقلاب في العادات المرتبطة بالأكل والنوم، تفتح أمام النفس

إمكانيات تكيفات جديدة، و تغييرات معينة في المألوفات السابقة، وتحرر

الذات من قيودها المكبلة للإرادات، والمعيقة لتكونها وثباتها على قرار

يخالف ما درجت عليه النفس ردحا من الزمان.

وإذا راعى الصائم آداب الصيام، واكتفى في مأكله ومشربه بما يقيم

صلبه، ازدادت بذلك قدرته على مقاومة النوم و ضبط أوقاته، لأن كثرة

الطعام محوجة إلى كثرة الشراب، وهو ما يستدعي عند الهضم استرخاء

في عضلات الجسم والأعصاب، وذلك ما يجلب النوم ويزيد الحاجة إليه.

3- إن انحصار صيام رمضان في أيام معدودات، يجعل النفس

تهون من شأن المشاق المعترضة لها في صيامه و قيامه و،

هذه حكمة إلهية لاستئناس النفس بأعمال صعبة عليها في

المعتاد، لكن إذا ذاقت حلاوتها، و تبدد ما لديها من أوهام
حول عدم استطاعتها فعلها، أمكنها آنئذ أن تواظب عليها بعد
رمضان.

فهذا واحد ممن أنعم الله عليهم بالتوفيق لقيام الليل يقول: (أهل الليل
في ليالهم ألد من أهل اللهو في لهوهم، و لولا الليل ما أحببت البقاء في
الدنيا)¹.

وتعتبر ليلة القدر العظيمة القدر، خير حافز للصائمين على قهر
النوم، بعد أن قهرهم في الشهور الأخرى، فهي ليلة مباركة، فيها أنزل الله
القرآن من اللوح المحفوظ إلى السماء السابعة وفيها يعلم الله ملائكته بما
قدره في السنة القادمة من الأعمال الموكولة إليهم، و هي في فضلها خير
من ألف شهر، و تحضر فيها الملائكة صلاة المصلين و ذكر الذاكرين،
فتدعو لهم بالخير و تبارك عبادتهم و قيامهم.

فكل هذه الخصائص و المميزات تتضافر لتعبئة النفس لإحياء هذه
الليلة، و تدفع الحريصين على الفوز بفضلها، إلى قيام ليالي رمضان كلها،
أو ليالي العشر الأواخر منه، أو على الأقل قيام ليلة السابع والعشرين،
لاختلاف آراء العلماء في أي ليلة هي، بحسب اختلاف دلالات الأحاديث
النبوية، و أقوال الصحابة رضوان الله عليهم في موضوعها.

نخلص إذن مما تقدم إلى أن التقوى المهيمنة على شعيرة الصيام
و القائمة على الترك، لا تتوقف عند ترك الطعام و الشراب و الجماع في
نهار رمضان، و إنما تمتد إلى ليله، لتقضي بضبط الشهوة المطبقة على

¹ - مختصر منهاج القاصدين، مرجع سابق ص 60 .

الآدميين في الليل و هي النوم، عن طريق ترك الإكثار منه واجتزاء بعض سويعاته للعبادة.

وإذا كان النوم مظنة الخمول و الكسل والاسترخاء بل هو ضرب من الموت – رغم أن قدرا منه ضروري و حيوي – فإن القيام في الليل يربي النفس على اليقظة والعزيمة القوية، و يمد القلب باليقين و البصيرة، (أمن هو قائمته آناء الليل ساجدا وقتانما يحذر الآخرة ويرجو رحمة ربه. قل هل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون إنما يتذكر أولو الالباب) ¹.

إن التقوى باعتبارها غاية تربية شاملة، لكل ما هو محرم أو مكروه أو مذموم في الشرع، تحتاج إلى أن يكون التدريب عليها متنوعا وشاملا، حتى تترسخ في النفس، و تتحقق لها القدرة اللازمة للامتناع عن كل ما هو محظور ومبغوض شرعا، وكل ما لا يليق ولا يجمل في سلوك المؤمن بالله.

فمن هذا المنطلق يمكن للمتأمل في شعيرة الصيام أن يبصر حضور هدف التقوى في كل الطاعات و الأخلاق المزاولة في رمضان.

¹ - الزمر: 9 - 10.

الفصل الرابع:

التقوى أساس التربية على المسؤولية

- 1 – لا تقوى إلا بإرادة
- 2 – المراقبة الذاتية في الصيام عماد التقوى
- 3 – التقوى مسؤولية الصائم

1 _ علاقة التقوى بالإرادة

يتوقف صلاح الأعمال وثبات ثوابها عند الله، على صحة الإرادة،

وكل سلوك إنساني فهو انعكاس لإرادة سابقة عليه، وسواء في ذلك أكان هذا السلوك فعلاً أم كان تركاً.

ولقد اعتمد الإسلام طريقتين في تربية الإرادة وتقويتها، فكلف النفس

بفعل ما لا يحمل في ذاته شيئاً يدفعها إلى فعله، من منافع حسية ومغانم

مادية. ويتطلب القيام بها غالباً قدراً كبيراً من الجهد والتضحية واحتمال

المشقة. ومثال ذلك الصلاة والزكاة والحج والجهاد في سبيل الله،

والنصيحة، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وكل الأخلاق الحميدة.

فهذا الصنف من التكاليف يربي في النفس إرادة الفعل، وتنفيذ

الأوامر، والمبادرة إلى الخيرات.

وكلفها من جهة ثانية بترك واجتناب ما تتعلق النفس بفعله، لإشباع

شهوة، أو إرضاء نزوة ويكون الامتناع عنه شاقاً على النفس ومخالفاً

لهواها، ومثال ذلك الصيام، ومجانبة كل ما حرمه الله من النيات والعزائم،

والأقوال والأفعال، والمشاعر والأخلاق.

فالصيام هو أنجع وسيلة شرعية لتربية إرادة الترك في النفس، وقد تنبه لذلك أحد علماء الغرب و يدعى "كيهارت" فألف كتابا حول تقوية الإرادة أكد فيه أن الوسيلة الأكثر فعالية في تقوية الإرادة هي الصوم . وتوجد في الغرب مصحات خاصة لعلاج بعض الأمراض الجسمية والنفسية عن طريق ما يسمى بالصوم الطبي.

والصيام الإسلامي يقوي إرادة الصائم لاعتبارات عديدة منها:

1 – الصيام يقع على مطعومات ومشروبات ومنكوحات معتادة

للنفس، ودأبت على التلذذ بها، وإف الارتواء منها منذ الصغر، مما يجعل حرص النفس عليها في درجة حرصها على الحياة، ويجعل الامتناع عنها لمدة يوم كامل، منطويا على عناء شديد، ومعاناة كبيرة.

2 – ارتفاع درجة مكابدة الامتناع بالصوم، مقارنة بغيره من

الامتناعات الواقعة على المنهيات المؤبدة، حيث يظل الصائم مكابداً للأثر الامتناع عن المفطرات في نفسه، من طلوع الفجر إلى مغرب الشمس. وهذا ما ينمي في قلبه إرادة الترك والانتها، بشكل سريع ومركز.

3 – إن تخصيص شهر كامل لممارسة الامتناع والتدريب على

الترك، في إطار تعبئة مجتمعية شاملة، محاطة بأجواء روحانية استثنائية، وفي صورة ما يسمى اليوم "حملة عامة". كل هذه العوامل الخارجية تصنع الظروف الملائمة لتنمية إرادة الترك والاجتناب، أكثر مما يحصل بالانتها عن محظور، قد لا يطول احتكاك النفس به، أكثر من لحظة يسيرة.

4 – اختلاف حالة الامتناع بالصوم، عن باقي الامتناعات من حيث

ظروف الصوم الخاصة، والتي يمتنع فيها الصائم عن المفطرات الشهية،

وهي معه في المنزل ليس بينه وبينها، إلا أن يريد تناولها دون أن يطلع عليه أحد إلا الله، ومع ذلك فهو يختار من تلقاء نفسه الصبر عليها، وكبح جماح شهوته والتزام الامتناع عنها، مما يقوي في نفسه إرادة الامتناع، بصورة لا تتأتى في باقي المنهيات، التي قد يتطلب اقتحامها مجهوداً كبيراً، أو التعرض لأعين الناس ومراقبتهم، وربما إلى متابعة المجتمع القانونية لسلوكه.

فمعظم المحرمات إنما يحسم اجتنابها من الخطوة الأولى، بالتولي عنها والانصراف إلى عمل آخر، إذا تدخلت إرادة الترك ولم تمهل إلى حين انقلابها إلى إرادة الفعل، المفضية إلى تعدي حدود الله. يقول الإمام ابن قيم الجوزية في هذا الصدد: "واعلم أن الخطرات والوسوس تؤدي متعلقاتها إلى الفكر، فيأخذها الفكر، فيؤديها إلى التذكر، فيأخذها الذكر فيؤديها إلى الإرادة، فتأخذها الإرادة فتؤديها إلى الجوارح والعمل، فتستحكم فتصير عادة، فردها من مبادئها أسهل من قطعها بعد قوتها وتامها"¹.

فالنفس البشرية تتعرض باستمرار لضغوطات مختلف الشهوات، التي يمتطيها الشيطان، ويؤجج أوارها، ويزين إشباعها من الحرام، لكن مسالكه في جسم الإنسان، كما يقول الإمام ابن كثير، تضيق بالصوم، فيتعرق عملها، وتراجع وسوسه، وذلك ما يمثل فرصة سانحة للصائم ليمارس إرادة الترك.

¹ - الفوائد: ص: 174. دار الكتب العلمية، ط 2، 1973

أما إذا كانت إرادة الترك عنده ضعيفة، فإنها قد تتغير إلى إرادة الفعل بإيعاز من النفس الأمارة بالسوء، التي عرفها الغزالي بقوله: "هي التي تركت الاعتراض وأذعنت وأطاعت لمقتضى الشهوات ودواعي الشيطان"². وتوصف النفس المقاومة لشهوات الجسد ونزواته الحيوانية، بأنها لوامة تلوم صاحبها على تقصيره في فعل الأمر، وتراخيه على ملازمة الانتهاك عن ممنوعاته، وإذ تحقق منها ذلك في أكمل صورة، صارت نفساً مطمئنة وهي حسب تعريف الإمام الغزالي أيضاً: "التي سكت تحت الأمر وزايلها الاضطراب بسبب معارضة الشهوات"². وهكذا الصائم عندما تتقوى إرادة الترك عنده، تهدأ رعونات نفسه الشهوانية فيحصل له الاطمئنان.

2 - المراقبة الذاتية في الصيام عماد التقوى

يمتاز الصوم عن غيره من العبادات بطابعه الفردي الشخصي، حيث تُسند مراقبة الممارس له لذات الصائم نفسه، ومدى خشيته لله المطلع على سريرة العبد وعلانيته. ولقد أحيطت عبادة الصيام بالسرية الكاملة خلافاً لغيرها من العبادات الأخرى، التي يأتيها المكلف في علانية واضحة، لتكون مجالاً خصباً، وظرفاً مناسباً، لتنمية المراقبة الذاتية وتقويتها في النفس.

² - إحياء علوم الدين، ج 3/ص 3، دار الفكر، 1995

² - نفسه

فالصوم يربي النفس على المراقبة الذاتية، التي تبلغ أوجهاً طيلة فترة الإمساك، إذ تظل عين القلب ترأب حركة الظاهر والباطن، كي لا يزيغها عن مقتضيات الصوم وآدابه، فيصدر عنهما ما يبطل هذه العبادة أو يفسدها. فالصائم يرأب مراقبة الله له، وكلما قوي إيمانه بالله وصفاته وأسمائه مثل: العليم، السميع، البصير، الرقيب ازدادت مراقبته لذاته، وأيقن أن لا ملجأ من الله إلا إليه، وأنه لا ينفعه مع الخالق القادر العدل إلا تمحيض العبودية له وامتنال الأمر واجتتاب المنهي عنه. ولذا اختص الله الصوم بنفسه، لأنه وحده الذي يرأب قلب عبده، ويعلم ما يكنه من صدق وإخلاص وخشية وتقوى، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما يرويه عن ربه: (قال الله تعالى: "كل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به")¹.

فالصوم مسؤولية جسيمة، لا يمكن للنفس أن تؤديها على الوجه الصحيح، إلا إذا التزمت غاية الحذر والخوف واليقظة، تجاه الأعمال المخلة بصحة الصوم وكماله.

قال رسول اله صلى الله عليه وسلم: "الصوم أمانة فليحفظ أحدكم أمانته"².

وإذا كانت المراقبة الذاتية تنصب على حال النفس عند الأمر وعند النهي، لتحديد مدى تحقق تقوى الله فيهما، فإن الغالب على استعمال الشرع لمصطلح المراقبة، هو أنها تكون إزاء المنهيات أكثر من المأمورات.

¹ - متفق عليه.

² - رواه مسلم.

قال تعالى: (كيفه يكون للمشركين محمد عند الله وعند رسوله إلا الذين عاهدتهم عند المسجد الحرام فما استقاموا لكم فاستقيموا لهم إن الله يحب المتقين كيفه وإن يظهروا عليكم لا يرقبوا فيكم إلا ولا ذمة يرضونكم بأفواههم وتأبى قلوبهم وأكثرهم فاسقون)¹.

فقد أشارت هذه الآية إلى أن المشركين إذا غلبوا على المسلمين لن يراعوا الرحم والقرابة ولا الحلف والعهد ولا الأمان والضمان، وأنهم سيؤسسون على الأعراف والأخلاق بأقدامهم دون أن يراقبوا أنفسهم فيما يفعلون.

وقال الإمام ابن قيم الجوزية في مدارج السالكين وهو يتحدث عن مراقبة العبد لمراقبة الله له: "وهي توجب صيانة الباطن والظاهر، فصيانة الظاهر، بحفظ الحركات الظاهرة، وصيانة الباطن بحفظ الخواطر والإرادات والحركات الباطنة، التي منها رفض معارضة أمره وخبره، فيتجرد الباطن من كل شهوة وإرادة تعارض إرادته ومن كل شبهة تعارض خبره، ومن كل محبة تزام محبته"².

ولما كان العمل المطلوب من الصائم في رمضان هو الإمساك والاجتناب للمحظورات الطارئة والدائمة، فإن المراقبة التي يجري التمرين عليها في أيامه، هي مراقبة مدى الانتهاء عن المهني عنه، والتوقي من الممنوعات والأمور المشتبهات بالحرام، سواء كانت أفعال الجوارح أو خواطر القلب الباطنة.

1 - التوبة: 6 - 8.

2 - مدارج السالكين، ج 2/ص 68، تحقيق محمد حامد الفقي، دار الكتاب العربي ط 2، 1973، بيروت.

فالصائم مدعو لمراقبة صارمة لجوارحه، فيمتنع عن مد عينيه لمحاسن النساء، ويصرف سمعه عن كلام الفحش والبداءة، والطعن في الأعراض، ويكف لسانه عن الرفث والفسوق، والغيبة واللغو والمرء، والكذب وقول الزور، وكل عثرات اللسان وسقطاته.

ويمسك يديه عن القيام بأي عمل جرمه الشرع أو كرهه ودعا إلى تركه، ويحبس رجليه عن السعي بهما إلى الأماكن التي يعصى فيها الله وتنتهك حرماته.

إضافة إلى أنه مطالب بالجمام شهوتي البطن والفرج، واجتناب الاستجابة لإلحاحهما بابتلاع مطعوم، أو احتساء مشروب، أو التماذي في مقدمات الجماع بالكلام أو النظر أو اللمس.

وأما مراقبة القلب فيلزم الصائم أن يوليها عناية كبيرة، نظراً لما يغلب على القلب من سرعة التقلب، وما يرد عليه من الخواطر والأفكار والإرادات، التي توشك أن تقطع حبل التقوى في أية لحظة، إذا لم تحكم المراقبة على خلجات القلب وحركاته. قال ابن عمر رضي الله عنه: "لا يبلغ العبد حقيقة التقوى حتى يدع ما حاك في الصدر".

ومن أفعال القلب الأثيمة التي يجب أن تركز المراقبة الذاتية على مدى تحقق التطهر منها: استئثار الصوم واستعجال انتهاء أيامه، وما يفضي إليه هذا الموقف من اعتراض على شرع الله ورفض الامتثال لطاعته، أو مخالفة مقاصد عبادته وجحود فضله وكرمه ورحمته.

وكذا فساد نية الصيام، بأن تتجه إلى الرغبة في مسايرة المجتمع واحترام أعرافه، أو ابتغاء فوائد الصوم الصحية والنفسية لا غير، وكل قصد من هذا القبيل يفرغ الصيام من صفته التعبدية.

وإلى جانب مجالات المراقبة الذاتية المذكورة، فإن الصائم يراقب أوقات الإفطار والإمساك، ويتابع ما يحصل فيها من تغير مستمر، كما يضبط أوقات الصلوات الخمس، ويراقب التوازن في طعامه وشرابه، حتى لا يقع في الإسراف، فيخل بروح الصيام ومقاصده التربوية.

3 - التقوى مسؤلية الصائم

إن ركن الصيام كغيره من الأركان والعبادات الأخرى، وسيلة تربوية شرعية، فهو بهذا الاعتبار يحقق أثره التربوي، ويبلغ غايته التي حددها له الشارع، وهي التقوى، بوجود استعداد لدى الصائم للتفاعل مع طبيعة الصيام وعطاءاته التربوية، وتوظيفها في الاتجاه المطلوب لتحقيق التقوى. والمتأمل في الآية التي أخبرت بفرضية الصيام، يلاحظ في معناها وإيحائها ما يؤكد هذه الحقيقة، قال تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون)، فكلمة لعلكم تتقون، معناها رجاء أن تتقوا بحيث إن حصول التقوى ليس نتيجة مترتبة على الصوم بطريقة آلية وحتمية، وإنما هي رهينة بذات الصائم ووعيه بمقصد الصيام، ومجاهدته لنفسه واجتهاده في تحصيل التقوى، بأداء صيام رمضان على أكمل وجه مستطاع.

وتتحدد مسؤولية الصائم في اكتساب التقوى بالصيام، أولاً على مستوى النية التي توجه تعامل الذات مع هذه العبادة، فإذا كان المقصود من القيام بها هو نيل رضى الله والزيادة في طاعته وتقواه، حصلت النفس من التقوى على قدر صدقها في نيتها، وحرصها على إحراز أكبر استفادة تربوية.

وإذا تزحزح القصد من الصيام عن تحصيل التقوى، إلى تقديم اعتبارات أخرى واستهداف غايات مغايرة لما رتبته الشرع على الصيام، استحال تحقيق التقوى، أو لم يتحقق منها إلا القدر اليسير. فالصائمون قد يستوون كلهم في الإمساك عن المفطرات، والامتناع عن المفسدات، لكنهم يختلفون في درجات التقوى الحاصلة في قلوبهم، بحسب تفاوت نياتهم تفاوتات واسعة.

وهذا ما يؤكده الحديث المشهور: "إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى.."¹.

وأرى أن من المعاني المعلومة في علوم النفس والتربية، والتي يمكن أن يستوعبها هذا الحديث الجامع، هو أن الآثار التربوية لسلوك ما تكون نابعة من النية التي صاحبته. والله تبارك وتعالى عندما يربط في كتابه العزيز بين تشريع عبادة وآثارها في الوجدان والسلوك، إنما يريد بذلك توجيه إرادة العبد لتحقيقها والاجتهاد في الاتصاف بها.

فإذا أدى شخص فريضة الصيام، ولم يلمس من نفسه زيادة في تقوى الله، ونفوراً من محارمه، وتهيباً لحدوده، فعليه أن يراجع نيته وطريقة

¹ - رواه الشيخان.

ممارسته لشعيرة الصيام، ويحمل نفسه مسؤولية ضعف واختفاء آثارها المنصوص عليها في الشرع.

فقد توالى الأدلة على أن الله تعالى يعطي التقوى لمن يستحقها، ويسلك طريقها، وهو سبحانه الأعم بما تنطوي عليه الصدور من قصد ونية حيث قال: (فأنزل الله سكينته على رسوله وعلى المؤمنين وألزمهم كلمة التقوى وكانوا أحق بها وأهلها وكان الله بكل شيء عليماً)¹. وأكد سبحانه حصول التقوى في النفس بقصدها وتحريها في تكاليف الشرع، فقال: (والذين اهتدوا زادهم هدى وآتاهم تقواهم)².

وأوضح أثر الأعمال الصالحة والأخلاق الحميدة في جلب التقوى للقلب، فقال: (يا أيها الذين آمنوا كونوا قوامين لله شهداء بالقسط ولا يجرمنكم شنآن قوم على ألا تعدلوا اعدلوا هو أقرب للتقوى واتقوا الله إن الله خبير بما تعملون)³.

والخطاب هنا وإن كان موجهاً للسلوك الجماعي، فإنه ينطبق على السلوك الفردي أيضاً. وبين سبحانه ترسخ التقوى في النفس، ومسؤولية الإنسان عن تمتيتها، بملزمة الطاعات ومجانبة المعصيات، فقال: (وما تفعلوا من خير يعلمه الله وتزودوا فإن خير الزاد التقوى واتقون يا أولي الألباب)⁴.

¹ - الفتح 26

² - سورة محمد: 18.

³ - المائدة: 9.

⁴ - البقرة: 196.

فرمضان هو أنسب مجال لرفع مستوى التقوى وزيادتها، وعلى الصائم أن يراقب نفسه ويحاسبها ليعلم هل يأنس منها رفضاً للمعاصي والآثام، واستقباحاً لما قبحه الشرع، وإنكاراً لما أنكره، وهل يحصل له ذلك تجاه أي محذور، أم أن هناك فتن مازالت النفس ترتبك أمامها، ولا تأمن الاندفاع إليها، حتى تجعلها من أولويات مجاهدتها وضراعتها بين يدي الله، بالأدعية المأثورة في هذا الباب من مثل (اللهم يا مقلب القلوب ثبت قلبي على طاعتك)¹، ودعاء (ربنا وآت نفوسنا تقواها وزكها أنت خير من زكاها، أنت وليها ومولاها)²، ويتعوذ من شرور نفسه، وسيئات عمله وما الله أعلم به منه، فإن الدعاء والاستغفار ملازمان لمراقبة النفس، فضلاً عن كونه يرد البلاء ويكسب النفس الثبات عند الابتلاء.

¹ - المستدرك على الصحيحين، وسنن الترمذي

² - رواه مسلم

الفصل الخامس: التربية على أخلاق التقوى

- 1 – التربية على الصبر
- 2 – التربية على العفة
- 3 – التربية على الحياء
- 4 – التربية على القناعة
- 5 – التربية على الزهد
- 6 – التربية على الحلم

1 - التريية على الصبر

تتضح علاقة الصبر بالتقوى أول ما تتضح على مستوى الدلالة اللغوية، حيث معناه الحبس والكف. قال الإمام ابن قيم الجوزية "أصل هذه الكلمة هو المنع والحبس فالصبر حبس النفس عن الجزع واللسان عن التشكي والجوارح عن لطم الخدود وشق الثياب ونحوهما"¹ وقال الجرجاني في التعريفات: "الصبر ترك الشكوى من البلوى لغير الله لا إلى الله".

فالصبر إذن من أنواع الكف والترك المفضية إلى التقوى. والصوم لا يحتاج إلى خلق، قدر حاجته إلى الصبر، ولذلك سمى رسول الله صلى الله عليه وسلم رمضان بشهر الصبر، عندما قال لأحد الصحابة: "صم شهر الصبر ويوماً من كل شهر"². ومن المؤكد أن عظم الجزاء للصائم، واختصاص الله به كما في حديث "الصوم لي وأنا أجزي به يدع طعامه وشرابه من أجلي" يعود إلى توقف الصوم على الصبر الذي يوفى المتصفون به أجرهم بغير حساب. وأيضاً لأن الصبر من أمهات الفضائل، قال علي رضي الله عنه: "الصبر من الإيمان بمنزلة الرأس من الجسد، فإذا ذهب الصبر ذهب الإيمان"³ وقيل الإيمان نصفان نصف صبر ونصف شكر.

1 - عدة الصابرين، تحقيق زكريا علي يوسف، ص 7، دار الكتب العلمية، بيروت.

2 - رواه أحمد والبيهقي.

3 - مصنف ابن أبي شيبة، تحقيق كمال يوسف الحوت ج 6/172 مكتبة الرشد بيروت.

فمن اكتسب القدرة على الصبر، لم يعجزه الاتصاف بالمزايا الحميدة والخصال الرفيعة، لأنها كلها تصير متيسرة باكتساب الصبر، الذي إن كان عن شهوتي البطن والفرج سمي عفة، وإن كان في قتال سمي شجاعة، وإن كان في كظم غيظ، سمي حلمًا، وإن كان في فضول عيش سمي زهدًا، ولهذا أخبر رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه "ما أعطي أحد عطاء خيرا وأوسع من الصبر"¹ حيث يكون هو المعول عليه في إنجاز تكاليف الدين سواء منها ما كان أمراً أو نهياً.

والملاحظ أن الصوم من حيث كونه إمساكاً وامتناعاً، فهو يربي النفس على نوع خاص من الصبر، وهو الصبر على ترك المنهي عنه، ولعل هذا ما يفسر قول الرسول صلى الله عليه وسلم بأن "الصوم نصف الصبر"² لأن الصبر على تكاليف الشرع يكون على فعل الأوامر، ويكون على ترك المنهيات، وهي في صيام رمضان المطعومات والجماع واللغو والرفث والسب والشتم. ويصح هذا التقسيم أيضاً زيادة على ما ذكر، إذا اعتبرنا الصبر على النوائب صبراً على ترك الشكوى لغير الله وترك التسخط والضجر.

وللدكتور يوسف القرضاوي حفظه الله، تفسير آخر لقول الرسول صلى الله عليه وسلم "الصوم نصف الصبر"، "وهو أن في الإنسان قوى ثلاثاً: قوة كالتي في البهائم، وقوة غضبية كالتي في السباع، وقوة روحية كالتي في الملائكة، فإذا تغلبت قوته الروحية على إحداهما، كان ذلك

¹ - رواه البخاري

² - رواه ابن ماجه.

نصف الصبر . وفي الصوم يتغلب المسلم على قوته الشهوانية من بطن وفرج، فكان الصوم حقاً نصف الصبر"¹.

ولأبي طالب المكي كلام في هذا الصدد يؤكد أهمية الصبر في الانتهاء عن الذنوب والآثام فيقول: "واعلم أن كثرة معاصي العباد في شيئين: قلة الصبر عما يحبون وقلة الصبر على ما يكرهون"²،
فما تحبه النفس وتميل إليه يدخل في دائرة الشهوات وسبل إشباعها المحرمة، وما تكرهه من مشاق وتضحيات ومجاهدة، هو سبيل الفلاح والسعادة في الدنيا والآخرة.

ومن هنا نتبين مدى ارتباط التقوى بخلق الصبر، حيث إن من حرم الصبر حرم التقوى لا محالة، وواقع المحارم والمناكر .
ويقول أبوبكر المكي أيضاً في هذا الصدد: "والتقوى والصبر معنيان أحدهما منوط بالآخر، لا يتم كل واحد منهما إلا بصاحبه، فمن كانت التقوى مقامه كان الصبر حاله، فصار الصبر أفضل الحالين، من حيث كانت التقوى أعلى المقامات، إذ الأتقى هو الأكرم عند الله، والأكرم على الله هو الأفضل"³.

فالصيام هو خير تدريب على الصبر، لأن الصائم يتمتع بمحض إرادته عن تناول الطعام والشراب والجماع وهي طوع يده، وللنفس بها ولوع واعتياد، تتزود منها على فترات متقاربة من اليوم، لكن الصوم يوقف الاستجابة الفورية لداعي الشهوة، ويضع لها برنامجاً آخر يخالف مراد

¹ - العباداة في الإسلام ، ص 276 مؤسسة الرسالة ، ط 19

² - قوت القلوب ج 1/197 ، نقلا عن كتاب الصبر في القرآن للعلامة يوسف القرضاوي مؤسسة الرسالة ، ط 2

³ 3 - نفسه ص 63

النفس ومألوف الجسد. فيكون ذلك أدعى لها لتعلم الصبر على مدى ثلاثين يوماً.

ويمكن للمكلف إذا دعت أحواله الخاصة لمزيد من الصبر أن يلجأ إلى صيام النوافل ليرفع قدرته من الصبر على ما يواجهه في حياته، من صعاب وتحديات نفسية أو مالية أو اجتماعية.

وفي هذا الإطار نفهم أن رسول الله صلى الله عليه وسلم أوصى الشباب الذين لا يستطيعون التزوج بالصيام، حتى لا ينفذ صبرهم فيرتمون في أحضان الفاحشة.

كما نفهم لماذا انتصر المسلمون على أعدائهم في معارك شهيرة في شهر رمضان منها: معركة بدر الكبرى، وفتح مكة، وفتح الأندلس، وموقعة الزلاقة، وموقعة عين جالوت، وغيرها كثير.

والصبر هو الشرط الأول للنصر بعد الإيمان، قال تعالى: (يا أيها النبي حَرِّضِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنَّ يَكُنْ مِنْكُمْ مَحْسُرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا الْمُؤْتَبِينَ)¹.

فالصبر شرط أساسي في كل عمل شرعي وكل خلق كريم و كل إنجاز حضاري.

2 - التربية على العفة

تعرف العفة بأنها الكف عما لا يحل ولا يجمل من قول أو فعل، فهي من أخلاق التقوى ومظاهرها في السلوك المنظور على مستوى الجوارح، عندما تمتنع بتوجيه من القلب عن الاقتراب من المحظورات الشرعية.

¹ - الأنفال 65

فخلاقاً لما هو شائع من أن العفة إذا أطلقت ينصرف مفهومها إلى ضبط شهوة الفرج والامتناع عن قضائها في الحرام، فإن مفهومها عام للسلوك البدني كله، كما سيتضح ذلك من الأمثلة الآتية:
ولتكن البداية بعفة الفرج نفسها، والتي هي إحدى نتائج التقوى المطلوب تحققها بالإمساك عن شهوة الفرج من طلوع الفجر إلى مغرب الشمس.

فمن المعلوم أن الامتناع عن الطعام طيلة أيام رمضان ، يؤثر على القوة الجنسية ويؤدي إلى انكسار في شهوتها، فتصبح أكثر طواعية للضبط والترويض، وهو ما يفهم من ظاهر الحديث النبوي. "من استطاع الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج. ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء"¹. والوجاء هو رض الخصيتين وقيل رض عروقهما ومن يفعل به ذلك تنقطع شهوته، ومعناه أن الصيام قانع شهوة النكاح.
ومن شأن الصيام أن يكبح جماح الشهوة، بغير تأثير الجوع على الطاقة الجسمية، وذلك عندما يملأ النفس طهراً وعفافاً، ويجعلها تتسامى عن التفكير في الفواحش أو محاولة الاقتراب منها، سيما وأن بعض الناس يرون بأن الصيام قد يكون مهيجاً للشهوة، وإن كان رد عليهم بأن ذلك، إنما قد يحصل في بدايته وليس عند استمراره.
والراجح أن الصيام قانع لشهوة الفرج بانعكاساته الروحية والجسمية على السواء.

ويرتبط بعفة الفرج عفة العين ، والتي تظل أكثر عرضة للنظر الحرام، الذي هو أوسع مدخل لاقتراف الزنا. ويلحق بالعين الأذن التي عن

¹ - رواه البخاري .

طريق السمع لما لا يليق من الرفث واللغو والغناء الإباحي، تكون هي الأخرى من أبواب الزنا والفاحشة.

فصرف هاتين الحاستين عن مقدمات الفاحشة، يعد من أقوى أسباب العفة التي توفرها أجواء رمضان الروحانية وتصنعها نية التقوى في أعماق القلوب.

وأما عفة اللسان فتتحقق بالصوم على نفس المنوال، حيث يوجد تأثير مباشر للصوم على كمية الريق التي تستنفذ بالكلام، عندما تتناقص بسبب الإمساك ونضوب الماء في خلايا الجسم، فتتعرقل حركة اللسان وتتناقل، لتلمي خيار الصمت والإيجاز في الكلام.

وموازاة مع هذا الردع الفيزيولوجي، تتعاضد في النفس قدسية شهر رمضان، وما تستوجبه من الاجتهاد والمجاهدة، لإحراز تقوى القلب والجوارح بتوجيه من أحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم في الموضوع ومنها:

"ليس الصوم من الطعام والشراب، إنما الصوم من اللغو والرفث" و"من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه"¹.

فهذان الحديثان يؤكدان ارتباط صوم اللسان بصوم البطن والفرج، حيث لا تكتمل التقوى بدون كف اللسان عن قول السوء والبهتان. وقد كانت الأقوام السابقة تصوم عن الكلام إلى جانب المفطرات الأخرى، فأباح الله لهذه الأمة الكلام أثناء الصيام، لأنها قادرة على إثبات الصمت عندما يقبح الكلام.

¹ - رواه البخاري.

وتتقوى عفة اللسان بالصوم تحت تأثير الاتجاه العام للإمساك، وهيمنة

روح التقوى على النفس، حيث يتزايد الحذر من زلات اللسان وانعكاسها على السلوك الإنساني، لأنها الأكثر وقعاً في تحديد معالم أخلاقه وشخصيته، كما أخبرنا النبي صلى الله عليه وسلم فقال: "إذا أصبح ابن آدم فإن الأعضاء كلها تكفر اللسان، تقول: اتق الله فينا، فإنما نحن بك، فإن استقمت استقمنا، وإن اعوججت اعوججنا"¹.

وأما عفة البطن فهي نتيجة متأتية بالإمساك، عن شهوة الطعام والشراب، ومكابدة الجوع بسبب ذلك أياماً متوالية، إذا حمل الصائم نفسه على اكتسابها، وتوذاها من إمساكه.

فمواجهة عضات الجوع والعطش في نهار رمضان، يجعل شهوة الطعام خاضعة لسيطرة النفس وسلطان القلب، فيمكن لجمها كلما تطلعت إلى إشباع محرم، عن طريق مد اليد إلى مال الغير وملكه، أو التحايل على حقه واختلاسه منه خفية أو عنوة.

وهكذا يمكننا الحديث أيضاً عن عفة اليد، عندما يأبى القلب الانصياع لشهوات الجسد الملحاحة، فنتقبض اليد عن الفعل المحرم، إذ لا معنى للعفة إلا إزاء مفاتن قائمة لجذب النفس إلى مواقعتها، بعد أن تعيا كوابحها عن تحقيق الارتداد الذاتي والامتناع الطوعي.

وأصل أنواع العفة المذكورة هو عفة القلب، والتي هي أشرف وأعظم عندما تسكنه التقوى والخشية، فينأى عن خواطر السوء والظن السوء، ويمتنع عن الحقد والحسد وعن الرياء وازدراء الآخرين، وتتبع عوراتهم

¹ - رواه الترمذي والمنذري في الترغيب والترهيب وابن عبد البر في التمهيد .

وعيوبهم، أو التسرع في إدانتهم بالإثم والذنس، دون التماس الأعذار لهم، أو تفهم أوضاعهم، وسؤال الله لهم الستر والعافية.

3 - التربية على الحياء

عرف الشريف الجرجاني الحياء بأنه انقباض النفس من شيء، وتركه حذراً من اللوم فيه، وهو نوعان: نفساني وهو الذي خلقه الله في النفوس كلها، كالحياء من كشف العورة.. وإيماني، وهو أن يمتنع المؤمن عن فعل المعاصي خوفاً من الله تعالى¹.

فالحياء، حالة نفسية تمنع الإنسان من فعل عمل وتحمله على تركه، فهو وجه آخر للتقوى.

وجاء في تعريف الجنيد رحمه الله للحياء، أنه خلق يبعث على ترك القبائح، ويمنع من التفريط في حق صاحب الحق².

فمفهوم الحياء يرتبط بمعاني الترك والاجتناب والامتناع، المحققة لمعنى التقوى، حيث لا بد أن يكون الحي متقياً، وأن يكون المتقي حياً. وإذا كان الحياء والتقوى يلتقيان عند نتيجة واحدة وهي الامتناع عن المحظور، فإن ثمة فرقاً بينهما، مرده إلى كون الباعث على التقوى في الغالب هو خوف العقاب، كما أوضحنا من قبل، في حين أن الباعث على الحياء، هو التعظيم والإجلال والهيبة والمحبة.

¹ - التعريفات، دار الكتب العلمية، بيروت.

² - مدارج السالكين، مرجع سابق ج 2/259

فعندما يلزم الصائم الإمساك عن المشتبهات تعظيماً لله الأمر بالصيام،
ومراعاة لمقام ألوهيته، وما يستحقه سبحانه من العبودية الكاملة، فإن ذلك
هو الحياء.

وعلى معنى التعظيم والإجلال دل الحديث القدسي الذي أخبر الله فيه
عن اختصاصه بالصوم في ترتيب الجزاء عليه للصائم الذي يترك طعامه
وشرابه ابتغاء وجهه الكريم. "كل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا
أجزى به يترك طعامه وشرابه من أجلي"¹.

فالذي يجعل الصائم يتحمل الجوع والحرمان طيلة أيام رمضان،
بعيداً عن بصر البشر وعلمهم، هو الحياء الناجم عن صحة الإيمان، ففي
الحديث "والحياء شعبة من الإيمان"².

وبين الرسول صلى الله عليه وسلم للصحابة رضوان الله عليهم، بأن
الحياء هو صون النفس عن الذنوب والمعاصي واستحضار الآخرة. "من
استحى من الله حق الحياء فليحفظ الرأس وما وعى، وليحفظ البطن وما
حوى، وليذكر الموت والبلى، ومن أراد الآخرة ترك زينة الدنيا، فمن فعل
ذلك فقد استحى من الله حق الحياء"³.

فإذا حفظ الصائم ما يحويه رأسه من اللسان والعين والأذن، فتجنب
اللغو، والرفث، والسب، والشتم، وإرسال النظر إلى العورات، وسماع
الزور، والكذب، والفحشاء، بحسب ما يقتضيه الصيام. وحفظ ما يحويه
بطنه من المعدة والفرج، عن أكل المطعومات أو إيقاع الجماع في نهار

1 - متفق عليه

2 - متفق عليه.

3 - رواه الترمذي.

رمضان، فقد نقله صومه إلى مقام الحياء الذي يردع صاحبه عن تجاوز حدود الله وانتهاك حرماته، كما أكد ذلك رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح: "إن مما أدرك الناس من كلام النبوة الأولى: "إذا لم تستح فاصنع ما شئت"¹. حيث إن الحياء هو المانع للنفس من فعل القبائح واقتراف الدنيا والآثام فإذا فقد المرء الحياء لم يحل بينه وبين المنهيات شيء.

ف للصيام روحانيته الفريدة التي تغمر القلب بالإيمان والخشية والتقوى، التي تغشى النفس، مادامت تشعر أنها في حالة صيام وإمساك، أي في وضع جديد يختلف عن الأيام العادية في باقي السنة. فالإحسان بقدسية رمضان يحمل النفس على الاستحياء من الله تعالى، ويدفعها إلى أخذ غاية الحذر والحيلة، حتى لا يصدر عنها سلوك يتنافى وحرمة رمضان، حتى أن كثيراً من الناس، بتأثير هذه الحرمة المطبقة يتورعون عن أعمال عديدة لا بأس بفعلها في رمضان، مثل ذوق الطعام أو تقبيل الرجل لزوجته، حيث إن روح التقوى التي ترخي بظلالها على النفوس في أجواء رمضان، تحمل الصائم على سحب المنع على بعض الأفعال لأدنى شبهة، أو زيادة في الاحتياط والورع.

ولهذا فبعد أن يمسك الصائم عن المفطرات الرئيسية من طعام وشراب وجماع، فإن عليه أن يستحيي تلقائياً من ارتكاب أعمال مشينة ومنافية لطابع الطهر المهيمن على شعيرة الصيام، فيترك اللغو والرفث والشتم وما شابه ذلك.

¹ - رواه البخاري

وهذا ما يؤكد الحديث النبوي "من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه"².

4 - التربية على القناعة

إذا تأمل المرء علاقة القناعة بالتقوى، أشكل عليه أيتهما الوسيلة وأيتهما النتيجة؟ والذي يوضح هذا الإشكال جملة تساؤلات منها: أن من لا يتقي الله أنى له أن يقنع ويصبر على إلحاحات الشهوات المتواصلة؟ وفي المقابل أليست القناعة أهم وسائل التقوى عندما توقف الانسياق مع ضغوطات الشهوات، وخصوصاً أقواها وهي شهوة البطن؟ والمخرج من الإشكال يكمن في بيان أن التقوى أعم من القناعة، التي يحتاج الإنسان إلى ممارستها قدراً أولياً من التقوى، حتى إذا قنعت النفس ورضيت بما تيسر لها من المكاسب، ووظفت على ذلك ترققت به إلى أسمى درجات التقوى.

فالقناعة وهي الرضى بالقسم، تنشأ لامحالة عن إرادة التقوى واستشعار الحاجة إليها وإدراك أهميتها، والقصد إلى بلوغ شأن كبير في تحقيقها.

بعد هذه الخطوة، يأتي دور الصيام ليدفع في اتجاه القناعة بسلوك أساسي فيه، وهو الترك والامتناع عن الطعام والشراب والجماع لفترات طويلة نسبياً، حتى تألف النفس خلالها الاكتفاء بالقليل والاستغناء به عن الكثير.

² - رواه البخاري

فإذا ترسخت فيها هذه القدرة بالكف عن المطعومات المحرمة مؤقتاً في نهار رمضان، صارت قادرة على استخدام خلق القناعة إزاء المحرمات المؤبدة، ورضيت منها بالقليل المباح، و قنعت به عن الكثير غير المباح. ويمكن تحديد طريقة رمضان في تدريب النفس على القناعة في الأمور الآتية:

أولاً: نية الصوم المنشئة لإرادة الإمتناع عن المفطرات من طلوع الفجر إلى مغرب الشمس، و تحمل عناء الجوع والعطش والحرمات بما يلزم من الصبر والإحتساب لله عز وجل.

ففي آخر أيام شعبان تتعاضد إرادة الصيام، وتتمكن في النفس يوماً بعد آخر، مع توالي الاستعدادات النفسية والمادية لاستقبال شهر رمضان، وعند دخوله يببب المكلف نية الصوم من الليل عند تناول وجبة السحور. وهذه التعبئة النفسية لمواجهة الصوم، تورث القلب رضى وتسلماً بالصيام، بل سعادة رودية تجعلها متجلمة بالصبر والعفاف، فيتوارى إحساسها بالجوع والعطش تماماً أو يكاد، فتخمد شهوات الجسد وتستكين فورتها، فتمتلئ النفس قناعة و استغناء.

قال الشاعر: والنفس راغبة إذا رغبتها وإذا ترد إلى قليل تقنع
و قال أبو العتاهية :

والنفس تشبع أحياناً فيرجعها

نحو المجاعة حب العيش و البطر

والخطوة الحاسمة في التربية على القناعة، هي رغبة النفس في التحلي بها، حيث تتوجه طاقات الروح والجسد معاً، لتنفيذ عزيمة النفس وإيقاف كل ما يعرقلها في كيان الإنسان ذاته.

ثانياً: دعم إرادة الصوم بالبيئة المحيطة، حيث تتكيف حركة المجتمع برمته مع شهوة الإمساك فيتغير توقيت العمل ووجبات الطعام، ويزداد الإقبال على بيوت الله لأداء الصلوات الخمس وصلاة التراويح و الإستماع للمواعظ، و تقفل المقاهي أبوابها، و يصير الإمساك طابعا مهيمناً على حال الناس في الشوارع و الأسواق و أماكن عملهم.

ويغدو الصائم قانعا بما أخذه في سحوره الذي قد لا يعدو تمرات أو جرة ماء. اتبعا لهدى رسول الله ﷺ: "تسحروا فإن السحور بركة"¹. وقول الرسول ﷺ إنه بركة، يدل على حصول القناعة به في ظل توجه العام نحو الصوم، والتوق إلى عبادة الله و استجلاب رضاه، والتعرض لنفحات عفوه وغفرانه.

ثالثاً: ارتفاع روحانية الصائم خلال رمضان، فتزداد بها قدرته على ممارسة القناعة واستشعارها، ومما يحصل به ذلك ما يلي:

1- إقباله بعد مدار سنة على صوم رمضان بشوق ولهفة وانشراح صدر، وذلك لأن النفس الإنسانية مولعة بالتغيير ونبذ المألوف ولو كان أحسن مما انتقلت إليه، فضلا عن الباعث الأول، وهو الرغبة الجامحة في اغتنام الأجر العظيم الموعود، لمن صام لله بصدق وإخلاص.

¹ - رواه الشيخان.

2-استحضار الصائم لمقصد التقوى في صيامه، حيث تعزف نفسه عن التفكير في الجوع وما يسده، بل قد يتدنى عنده الإحساس بالحاجة إلى الطعام والشراب إلى حد التلاشي التام. ويكفيه ما تزود به في سحوره، و أنه سيفطر مع غروب الشمس. وإذا ألم به شيء من الجوع والخور في قوته العضلية، أسعفه تذكير نفسه بأن الأجر يعظم بزيادة المعاناة، وأن المقابل المرتب للصوم من الثواب والمغفرة، تتضاءل أمامه كل المشاق الناجمة عن الصوم. وحينئذ تتجدد طاقته على الصبر والإحتمال وتثبت قناعته.

3-اعتبار ما يوحي به الصوم للنفس المؤمنة، من ضرورة أخذ الحذر والتزام اليقظة تجاه المتاع الدنيوي، الذي به تكون غواية النفس و طغيانها، و به يستدرجها الهوى و الشيطان إلى معصية الرحمان، وعن طريق الاستغراق في طلبه دون توازن و اقتصاد يحصل الافتتان به، و الغفلة عن الله و نعيم الآخرة.

وهكذا تبصر النفس الصائمة في أنوار رمضان التي تشرق في الروح، أنها مطالبة بلزوم القناعة في هذا الشهر المبارك خاصة، حتى تحافظ على عبادة الصوم و تصونها عن الرغبات الجسدية المعكرة لصفوها والمغيرة لظهرها.

4-إذا استوعبت النفس روح الصيام، و استلهمت مقصد التقوى في فعل الإمساك ، اتضحت لديها معانيه العميقة و حكمه

الغزيرة، ومنها تحصيل القناعة التي هي باب العزة والكرامة
ومناطق غنى النفس، ففي الحديث "يا أيها الناس إن الغنى ليس
عن كثرة العرض، ولكن الغنى غنى النفس، وإن الله يوفي
عبده ما كتب له من الرزق، فأجملوا في الطلب، خذوا ما حل
ودعوا ما حرم"¹.

فالقناعة توصل النفس إلى حالة الكفاف والاستغناء، وما يصاحبها
من رضى وسعادة، بنفس القدر الذي يوصل إلى ذلك وفرة المال والعتاد،
بل إن الذي حرم القناعة لا يشعر أبدا بالاستغناء، وإنما يحمله جسعه
وحرصه على ازدياد ما في يده، والطمع في الزيادة التي لا تقف عند حد.
ولهذا قيل "العبد حر ما قنع والحر عبد ما طمع"، وفي هذا المعنى
قيل "عز من قنع وذل من طمع".

و قال الشاعر :

العيش لا عيش إلا ما قنعت به

قد يكثر المال و الإنسان مفقر

و قال آخر:

قناعة المرء الرضى و حرصه أقصى العدم

فكل هذه الدرر الثمينة، إذا طالعته النفس، و جال الفكر في مثلها
أثناء الصوم، زادت تمسكها باكتساب خلق القناعة و تتميته، باعتباره أوسع
أبواب التقوى، و أبرز نتائجها في سلوك الصائمين الورعين، الذين يسعهم
الحلال، و يستغنون به عن كل كسب حرام أو به شبه بالحرام.

¹ - مجمع الزوائد ج 4 ص 70، دار الريان للتراث، القاهرة 1407

5 - التربية على الزهد

ما من شك أن الخلق الأقرب لروح الصوم، والمناسب لمقصده العام هو الزهد، لقيام الصوم على الإمساك عن الطعام و الشراب طيلة أيام شهر رمضان.

فالزهد ضد الرغبة و الحرص على الدنيا، قال ابن قيم الجوزية:
"الزهد أقسام زهد في الحرام وهو فرض عين، وزهد في الشبهات وهو بحسب مراتب الشبهة، فان قويت التحقت بالواجب، وان ضعفت كان مستحباً. وزهد فى الفضول، وزهد فيما لا يعنى من الكلام والنظر والسؤال واللقاء وغيره، وزهد فى الناس، وزهد فى النفس ابحيث تهون عليه نفسه فى الله، وزهد جامع لذلك كله وهو الزهد فيما سوى الله، وفى كل ما شغلك عنه، وفضل الزهد إخفاء الزهد، وأصعبه الزهد فى الحظوظ. والفرق بينه وبين الورع، أن الزهد ترك ما لا ينفع فى الآخرة، والورع ترك ما يخشى ضرره فى الآخرة، والقلب المعلق بالشهوات لا يصح له زهد ولا ورع"¹.
فللزهد صور عديدة بحسب اختلاف العلماء فى مفهومه، فيرى بعضهم أنه قصر الأمل و ليس بأكل الخشن ولبس الرقع، و يرى آخرون أنه بغض المحمدة والثناء، وقيل ترك الدنيا كلها، وقيل إن الزهد فى الدنيا يكون بالقلب فقط و إن توسع المرء فى الانتذاذ بالطيبات مأكلا وملبسا ومركبا ومنكحا.

قال أحد الشعراء:

ليس بالزاهد فى الدنيا امرؤ

يلبس الصوف ويهوى الرقعا

¹ - الفوائد ، مرجع سابق ص 118

وقال ابن زفر الصقلي

راعك الزهد إنما الزهد رفض

لفضول تلهي وتطفي وتردي

لكن عند التحقيق يتضح بأن كل هذه الصور من الزهد، تعتبر درجات يترقى فيها الصائم بصومه عن المفطرات المشبعة لشهوتي البطن و الفرج، اللتين إن تمكن من القبض بزمامهما، كان بمقدوره أن يتدرج في زهده عن الدنيا والمحظورات الشرعية، انطلاقاً من كبح شهوات الجسد الأكثر اندفاعاً، إلى صد رغبات القلب الأسرع انزلاقاً والأصعب مراساً. فإذا صبر الجسم على شهواته الحسية، سرت من هذه المعاناة آثار الطاعة والامتناع إلى أعماق النفس، فجعلتها أكثر استعداداً للزهد في كل فعل، أو حال أو سلوك باطني مكروه في الشرع و الذوق السليم. وعند التأمل في أقوال العلماء، نجدها تبوء الزهد مكانة مرموقة من الدين، حيث اعتبر بعضهم الزهد أحد أصول الاستقامة والتزكية والتي نظموها في البيتين التاليين:

أمهات الدين عندنا كلمات

أربع من كلام خير البرية

اتق الشبهات و ازهد ودع

ما ليس يعينك و اعملن بنية

وقال أبو واقد الليثي "تابعنا الأعمال فلم نجد شيئاً أبلغ في طلب

الآخرة من الزهد في الدنيا"¹

ومن الآيات الشاهدة بمحورية الزهد في سلوك المتدين نذكر ما يلي:

¹ - مختصر منهاج القاصدين ، مرجع سابق ، ص 59

(تلك الدار نجعلها للذين لا يريدون ملأوا في الأرض ولا فسادا
والعاقبة للمتقين)¹, (وأما من خافه مقام ربه ونهى النفس عن الهوى فإن
الجنة هي المأوى), (وما الحياة الدنيا إلا لعبه و لهو و للدار الآخرة خير
للذين يتقون)² (الأنعام 32)

فالزهد كما يقول الإمام الغزالي: (يقتضي مرغوبا عنه و مرغوبا فيه
و هو خير من المرغوب عنه, و شرط المرغوب عنه أن يكون هو أيضا
مرغوبا فيه بوجه من الوجوه)³ ذلك أن زهد الإنسان في الدنيا ومباهجها
رغم انجذاب النفس إليها، إنما يقوى على قدر إيمانه وتصديقه باليوم الآخر،
وما أعدّه الله فيه للمتقين من فوز بالنعيم ونجاة من سعير الجحيم.
والزهد ثمرة الإيمان في سلوك الإنسان، يجعل النفس تزدري ما هو
مائل أمام النظر من متاع الدنيا، و تستهين به وتحتقره مقابل ما أيقنت
بوجوده في الحياة الأخرى من حساب شديد، يفضي إما إلى الظفر مرتين:
أولا عند النجاة من عذاب جهنم وثانيا عند الفوز بالخلد في الجنة، وإما إلى
الخسران مرتين: أولا بالتعرض إلى النيران وثانيا بالحرمان من التمتع في
الجنان.

فلسان حال الصائم يفصح عن زهده في الدنيا المجسدة في أعتى
شهواتها على الإطلاق وهي شهوتي البطن و الفرج، وهذا الحال المعيش
والمحسوس لكل خلايا الجسد والمدرّك بالعقل والوجدان على مدى أيام

1 - القصص: 83.

2 - الأنعام: 32.

3 - إحياء علوم الدين. مرجع سابق ج 4، ص: 185 .

الشهر المبارك، يرسخ به في النفس اعتياد الرغبة عن الطعام والشراب و
الجماع، وهي مقرونة بالرغبة في نيل مرضاة الله ومتاع الجنة .
وهكذا تأنس النفس الزهد، و تتربى عليه خلال أيام رمضان، وتتمو
قدرتها على ممارسته بعده، إن هي عقدت العزم على ذلك وسعت إلى
تعزيره بصيام النوافل، وحافظت ولو على الحد الأدنى منها مثل صيام ثلاثة
أيام من كل شهر.

فالصوم يعين على الزهد من حيث إنه يزيد من تحكم الإنسان في
رغبته في الدنيا، و ترتفع به قدرته على ضبط شهواته، التي تدفعه في
طلب الزيادة من متعها وحلاوتها، حتى يحقق التوازن المحمود فلا يغلب
الحلال شكره ولا الحرام صبره.

فالنفس البشرية مجبولة على إلف ما تعود عليه من أفعال وأحوال، و
تتأثر إلى حد بعيد بأوضاع الجسد وممارساته، كما بما تحتك به من أجواء
و وقائع في البيئة المحيطة.

وهذه الخاصية توظف في التربية لتغيير ما بالنفس من عادات
وأخلاق واستبدال غيرها بها، حيث يصبح بمقدور أي إنسان إذا شاء أن
يعيد بناء ذاته وتقويم طباعها وعاداتها ومعتقداتها وأهوائها، بنقلها من وسط
إلى آخر أنسب لاكتساب الخلق المطلوب، و تنمية ما كان ضعيفا من
الخصال الحميدة.

ولقد تنبه الشيخ البصري لهذه الحقيقة في نظمه حيث قال:
والنفس كالطفل إن تهمله شب على

حب الرضاع وإن تطفمه ينفطم

وهذا المبدأ النفسي التربوي يوظف على أوسع نطاق في جميع العبادات والطاعات وكل التكاليف الشرعية، وأحسب أنه أوضح ما يكون في شعيرة الصيام.

والزهد واحد من أخلاق التقوى التي تتجلى فيها تلك القاعدة النفسية الأساسية في كل تهذيب وإصلاح فكري وسلوكي راشد. لكن نؤكد جزماً أن هذا القانون النفسي التربوي، لا يكون له أثر يذكر إلا لدى من حافظ على طابع التقوى المطلوب في شهر رمضان، فأقتصر على الحد الضروري من الطعام والشراب، و خالف ما صار يغلب على حال الصائمين اليوم من زيادة الاستهلاك والتوسع في الاستجابة لإلحاح الجسم في ليالي الصوم.

6 - التربية على الحلم

يعتبر الحلم من الأخلاق العالية، التي يكسبها صوم رمضان لمن التزم آدابه وراعى مقاصده، لا سيما من يتوخى تنمية سلوكه، و يروم تحقيق التقوى في جميع صورها المتاحة بالإمساك. ونظرة سريعة على مفهوم الحلم تكشف عن علاقته العريضة بالتقوى عموماً، و التقوى المتأتية في رمضان خصوصاً. فقد عرف "الراغب الأصفهاني" الحلم بأنه إمساك النفس عن هيجان الغضب و التحلم إمساكها عن قضاء الوطر إذا هاج الغضب. ويرى الإمام ابن القيم الجوزية، "أن الحلم قرين الصبر و بين الفرق بينهما بأن الصبر ثمرة الحلم و موجهه فعلى قدر حلم العبد يكون صبره"¹.

¹ - عدة الصابرين، مرجع سابق ص 276

فالحلم من الأخلاق العالية، التي يتوق إلى الاتصاف بها المؤمنون، الحريصون على الإقتداء برسول الله وصحابته الأخيار، الذين وصفهم الرب سبحانه بصفة الحلم في معرض الثناء عليهم (ومحباد الرحمان الذين يمشون على الأرض هونا وإذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما).

بل إن الحلم من صفات الله تعالى، التي تكرر وصف نفسه بها في القرآن الكريم، وتجلت في إمهال الظالمين والعصاة، وعدم معاجلتهم بالعذاب مع توالي عتوهم وشناعة صنيعهم.

ومن الأمثلة التي ساقها لنا القرآن الكريم في هذا الصدد (و قالوا اتخذ الرحمان ولدا لقد جننته شيئا إذا يكاد السماوات والأرض يتفطرن منه وتنشق الأرض وتخر الجبال هدا أن دعوا للرحمن ولدا و ما ينبغي للرحمن أن يتخذ ولدا)¹.

فهذا الإدعاء الباطل في حق الله العلي الكبير جرم عظيم، يبرز هوله كون السماوات والأرض والجبال على ضخامتها بالقياس إلى حجم الإنسان، تكاد تتصدع من فضاة هذا القول البهتان. ومع ذلك فإن حلم الله يسع هذا السلوك المشين، تاركا المجال لأصحابه أن يتداولوه حيناً من الزمان، لعلهم يكتشفون زيفه وبشاعته، فيرجعون عنه ويتوبون منه، فينالهم بمغفرة و رحمة من عنده.

وما ذلك إلا لأنه افتراء يضر قائله، ويهوي بهم في ظلمات الشرك والضلالة والجهالة، ولا يضر الله شيئا، ثم إن الله العليم بحال خلقه من آدميين الكثيري الزيغ والانحراف واتباع الأهواء، ما كان سبحانه ليعجل

¹ - مريم 89 - 93.

لهم العقاب كما يعجلون المعاصي وسوء الأدب، (ولو يؤاخذ الله الناس بظلمهم ما ترك عليهما من حابة و لكن يؤخرهم إلى أجل مسمى)¹.
وقد يبدو الاتصاف بالحلم أمراً مستحيلاً في نظر بعض الناس، لاسيما من كان منهم سريع الانفعال. لكن انتهاء شهر رمضان ومنحه التربوية، في استئناس النفس بهذا الخلق الحميد، قمين بأن يجعل التدريب عليه بداية موفقة، لاكتسابه في رمضان و تتميته خارجه، مع الاستعانة في ذلك بالتوجيه التربوي النبوي (إنما العلم بالتعلم وإنما الحلم بالتحلم)² وبأقوال الأئمة الأعلام و منهم ابن قيم الجوزية الذي يؤكد بأن المجاهد لنفسه (إذا زاول شيئاً واعتاده وتمرن عليه صار له ملكة وسجية وطبيعة قالوا والعوائد تنتقل الطباع)³.

فرمضان يوفر للنفس جو الطهر والتسامي عن الإستجابة لدواعي الغضب والانفعال بالقول و العمل، عندما تتحسس النفس كوابح الإمساك تقرمل اندفاعاتها وردود فعلها، فإذا هي تمارس الحلم بتأثير تلقائي لروح الصوم المهيمنة على القلب والجوارح، وما ينشأ عنها من سكينة فردية تسري إلى اللسان واليد والبصر، ومن سكينة جماعية، جراء حرص معظم الصائمين على صون إمساكهم، عما يفسده من قول السوء أو عمله، ومن دواعي الضجر والضيق، والانفعال المنفلت عن حكم العقل ومقتضيات المروءة.

¹ - النحل: 61.

² - وثقه أبو حاتم و أبو زرعة و ابن حبان و ضعفه جماعة [مجمع الزوائد ج 1 ص 128].

³ - عدة الصابرين. مرجع سلبق ص: 276.

ففي ظل الظروف الرمضانية الروحية، تخمد سورة الغضب وثورة شهوة الانتقام وكيل الصاع صاعين، لمن يحاول إقلاق الراحة الشخصية أو انتقاص قدر الذات، مما يجعل الصائم أقدر على ضبط نفسه وكبت نزواته، حتى ولو كان مصابا بخلل عصبي طارئ أو وراثي يجعله يهيج غضبا وسبا وشتما لأدنى سبب.

إن الصائم يتذكر حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم "إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يصخب و لا يشتم ، و إن أحد سابه أو قاتله فليقل إني صائم"¹، فقول "إني صائم" عندما يقابل بها من يخاصمه و يناوشه، هي مفتاح الحلم والصبر ورباطة الجأش، بحيث ما أن يتلفظ بها حتى تتراجع في ذاته الاستعدادات التي يحركها الغضب لممارسة الصخب والشجار والعراك، فينطفئ هياجه ويستكين قلبه.

وإذا واطب الصائم على لزوم الهدوء، و تحاشى اللجاج والصدام مع الناس في الطريق والعمل والمجامع، و اجتنبه على الخصوص في بيته مع زوجته وأبنائه، حيث تكثر أسباب الإنفعال والصراخ في وجه الأبناء، فإنه من دون شك سيذوق حلاوة الحلم و الأناة وينبذ التسرع في الأمور و المواقف، وسيتبين أن الحلم قوة لمن تخلق به، وهو خير معين على تذليل كثير من الصعاب، و حل للعديد من المشاكل سواء داخل الأسرة أو في مجال المعاملات داخل المجتمع.

قال الشاعر:

والحلم أفضل ناصر تدعوه

¹ - رواه الشيخان.

فألزمه يكفيك قلة الأنصار

ورب صديق أو قريب لا يكون بوسعك اتقاء ضرره إلا بالحلم معه،
والتغاضي عن مماراته ومعاملته بالمثل، أو محاولة نصحه أو تقويمه
بسرعة وهو كاره.

وذي رحم قلمت أظفار ضغنه بحلمي عنه وهو ليس له حلم
فالحلم إذن وجه من أوجه التقوى العديدة التي يتربى عليها الصائم في
رمضان ويتدرج في مراتبها على قدر إرادته ووعيه بمقاصد الصوم
وحرصه على الانضباط لها.

والحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات.