



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه اجمعين
رب يسر وأعن وتمم بخير يا كريم

شَهْرُ رَمَضَانَ

بِنَا كُنْهِمْ لَعَلَّوْنَ الْكُتَابَ وَبِنَا كُنْهِمْ قُدْرَتُوْنَ

لِللَّهِ مَنَنْتَ الرَّائِيَةَ
كَلِمَةُ قُلُوبٍ تَحْكُمُهَا قِيَمٌ

أَوَّلُ حَمِيَّةٍ

قال الله تعالى: ﴿ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ ﴾ .

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: « إِذَا كَانَ أَوَّلُ لَيْلَةٍ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ صُفِّدَتِ الشَّيَاطِينُ، وَمَرَدَةُ الْجِنِّ، وَغُلِّقَتِ أَبْوَابُ النَّارِ، فَلَمْ يُفْتَحْ مِنْهَا بَابٌ، وَفُتِحَتِ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ، فَلَمْ يُغْلَقْ مِنْهَا بَابٌ، وَيُنَادِي مُنَادٌ: يَا بَاغِيَ الْخَيْرِ أَقْبِلْ، وَيَا بَاغِيَ الشَّرِّ أَقْصِرْ، وَاللَّهُ عَتَقَاءُ مِنَ النَّارِ، وَذَلِكَ كُلُّ لَيْلَةٍ » (صحيح الترمذي) .

وعن الزهري قال: «تسبيحة في شهر رمضان أفضل من ألف تسبيحة في غيره».

إخوتي في الله كل عام وأتم بخير، قد أظلكم ضيف عزيز كريم، أيامه خفيفة، ونفحاته كريمة، وأجوره عظيمة، يفرح المؤمنون بدخوله، ويعدون العدة لاغتنام أوقاته والتزود من حسناته قدر استطاعتهم؛ ليعتق الله رقابهم من النار، ويدخلهم الجنة مع الأبرار، ويرفع درجاتهم مع الصديقين، ويحجب دعواتهم، ويغفر لهم ما قد مضى من ذنوبهم .

اللهم اجعل رمضان حجة لنا لا علينا.

المحاذير

1. لا تشغل بغير الله في الصيام ولا في الليل .
2. لا تشغل بالتليفون، ولا بالتلفزيون، ولا بالثابت ولا بالناص .
3. لا تكثر الخروج من البيت؛ وليسعك بيتك .
4. لا تشارك في العزومات واحذر الاختلاط .
5. لا تضيع وقتك؛ وخصوصاً أوقات غفلة الناس مثل الوقت بين المغرب والعشاء .
6. لا تشغل بالكلام ولا بالجسد .
7. لا تصاحب إلا مؤمناً، ولا يأكل طعامك إلا تقي .
8. لا تكثر الأكل والشرب بل اقتصد ولا تملأ بطنك .
9. لا تبحث عن المشاكل، تغافل عن كل ما يسببها في البيت أو العمل .
10. لا تكثر من مخالطة البشر، ابحث عن خلوة حصينة تجد فيها قلبك تجد فيها ربك .

الوصايا

1. أُنِيتَ لله عزوجل بنية صادقة أنك تصوم رمضان أول مرة .
2. لا بد من تحرير النية كل ليلة كل ليلة بالصيام إيماناً واحتساباً .
3. إذا صُمت فليصم سمعك، وبصرُك، ولسانُك ولا تجعل يوم صومك كيوم فطرك .
4. اطرِدِ الكسل والخمول وتُبْ مِنَ البطالة واعمل لله بنشاط بُغية أن يغفر الله لك ما تقدم من ذنبك .
5. احرص على صدقة كل يوم، أو إفطار صائم .
6. اجتهد في التركيز وحضور القلب في الدعاء والصلاة .
7. اختر مسجداً هادئاً يطيل الصلاة لتغتتم أجر القيام فيغفر الله لك ما تقدم من ذنبك .
8. اجعل لنفسك برنامجاً ثابتاً كل يوم فالمدومة أصل الثبات، والمتابعة أصل الزيادة .
9. اهتم جداً بحضور القلب عند الإفطار، وعند السحور؛ أهم ساعتين في اليوم وأكثرهما الدعاء .
10. الكثرة مطلوبة: أكثر الذكر، أكثر الصلاة، أكثر الدعاء، أكثر الصدقة .



- سؤال :** هل تتذكر أول رمضان صمته في حياتك ؟ (أرجو أن تعلقوا الآن بالابتسامة وجهك) .
- ◆ هل تتذكر فرحتك يومها بأذان المغرب ؟
 - ◆ ثم .. هل تتذكر أول رمضان صمته بعد الالتزام ومعرفة الدين وبداية السير إلى الله ؟
 - ◆ هل تتذكر يومها عمق الدعاء بطلب المغفرة والعق من النار والطمع في الجنة الذي يخالطه البكاء ؟
 - ◆ هل تتذكر كيف كانت روحك في أول رمضان هذا هائمة بين القيام والقرآن والوتر والدعاء والذكر والبكاء في فرحة غامرة وانشغال يسعد به القلب ؟

السؤال الآن : أين ذهب هذا كله ؟ وما السبب في ضياع هذا كله ؟ وكيف نستعيد هذا كله ؟ وهل أعيتت رقيبتك من النار من أول مرة ؟

أما السبب : فلا شك أنه هموم ومشاعل وفتن وشهوات الدنيا .
ولا شك أيضًا أن صيام رمضان صار عادة ، فصرت تصوم كالعادة ، وتقطر كالعادة ، وتتسحر كالعادة ، وتصلي التراويح كالعادة ، وهذا بلا شك أحد أخطر أسباب فقدان وصول أثر العبادات إلى القلب ، فما الحل إذا ؟ الحل : علاج تتناوله ، لا لمجرد أن تقرأه أو تعجب به أو تتمناه ، خطوات العلاج :

١. ضريبة البداية :

قال الله تعالى : ﴿ وَتَقَلَّبُ أَعْيُنُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ أَوَّلَ مَرَّةٍ ﴾
إنها قضية أول مرة !! أن يرى الله من قلبك أن قلبك مستعد : ﴿ وَكَلِمَاتُ الْخُرُوجِ لَا أَعْدُوا لَهُ عِدَّةً ﴾ .
العلاج الوحيد هو أن تصوم رمضان هذه السنة وكأنك تصومه لأول مرة ، خذ بهذه الوصايا :

- ◆ أحرص على أن تشعر بالجوع فعلاً ، ولا تكثر الأكل أو الشرب في الليل ، تناول وجبة خفيفة عند الإفطار ووجبة خفيفة في السحور .

◆ قاوم الشعور بالنوم ولا تستسلم للكسل ، قال تعالى في المنافقين : ﴿ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا ﴾

- ◆ ضع لنفسك برنامجاً خفيفاً للعبادة والعمل موزعاً على ساعات اليوم ، مثلاً :
- ◆ أكثر من الصلاة في النهار ، ركيعات خفيفة في الضحى ، ومثلها بين الظهر والعصر .
- ◆ حدد لنفسك عدد صفحات من القرآن : صفحتين كل ساعة أو حتى صفحة واحدة .
- ◆ ركعتان خفيفتان في جوف الليل تغتنم بهما وقت التنزل الإلهي واستجابة الدعاء .
- ◆ حدد لنفسك مجموعة من الأذكار - عشرة أنواع على الأقل - وتقول كل واحد منها عشر مرات أو عشرين مرة ببساطة في خلال النهار ، مثلاً :

- * استغفر الله الذي لا إله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه .
- * اللهم صل على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .
- * حسبي الله لا إله إلا هو عليه توكلت وهو رب العرش العظيم . حسبنا الله ونعم الوكيل .
- * سبحان الله ، الحمد لله ، لا إله إلا الله ، الله أكبر . سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم .
- * لا إله إلا الله وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد يحيي ويميت وهو على كل شيء قدير .
- * ربنا ظلمنا أنفسنا وإن لم تغفر لنا وترحمنا لنكونن من الخاسرين .
- * يا حي يا قيوم .. يا حي يا قيوم .. يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث ، أصلح لي شأني كله ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين ولا أقل من ذلك .
- * ربنا آتانا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقتنا عذاب النار .
- * لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين ، لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم .

ثم قم بتوزيع الذكر أثناء النهار بحيث يكون النهار كله مشغولاً بالذكر مثلاً :

تحدد كل نصف ساعة ذكر تقوله عشر مرات ثم بعدها برقع ساعة تقول الذكر الثاني عشر مرات وهكذا أثناء النهار حتى لا يكون طول النهار خولاً ثم بعد الإفطار والقيام نوماً أو سمراف غير طاعة ليلاً وهذا ما يضييع رمضان كل سنة فالوصية أن تشغل وقتك كله بعبادة مع حضور القلب .



٢. تعلم الشوق :

الشوق : انزعاج القلب للرغبة في غائب .

رطب الله قلوب المشتاقين بقوله : ﴿ مَنْ كَانَ يَرْجُو لِقَاءَ اللَّهِ فَإِنَّ أَجَلَ اللَّهِ لَآتٍ ﴾ .
وبشرهم النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بقوله : « مَنْ أَحَبَّ لِقَاءَ اللَّهِ أَحَبَّ اللَّهُ لِقَاءَهُ » (متفق عليه) .

اغرس الشوق في قلبك ليثور :

وأعلاه : الشوق لرؤية وجه الله الكريم ، ثم الشوق لحديث خاص مع النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (على انفراد) .
ثم تنزّل بالشوق حتى تستطيع أن تشير شوقك إلى معانٍ ، مثل : أن تقف تصلي وتتلو القرآن ، وتظل قائماً حتى تشتاق للركوع ، فإذا ركعت تظل تسبح حتى تشتاق للرفع ، ويشتاق سمعك أن يسمع من نفسك :
سمع الله لمن حمده ، فترفع وتظل تحمد الله وتثني عليه وتدعوه حتى تشتاق للسجود .
ثم تهوي إلى السجود ، وتظل تسبح وتدعو ساجداً مستشعراً القرب حتى تشتاق لقول : رب اغفر لي ..
فتجلس ، وتكرر « رب اغفر لي » حتى يغلبك الشوق للعودة إلى القرب مرة أخرى فتسجد .
واعلم - أيها الحبيب المشتاق - أن هذه أفضل طريقة للتخلص من السرحان في الصلاة .
وبعدھا : تشتاق إلى الإفطار وأنت صائم ، فإذا أفطرت اشتقت للصيام ، وهكذا يستطيع الشوق أن يدفع الملل من حياتك ورتابة العادة ، فإذا انشغلت بالقرآن اشتقت للذكر ، وإذا انشغلت بالذكر اشتقت للدعاء وهكذا تأتي كل العبادات بشوق فتأتيها بهمة وشغف وحب .

٣. خلع العادات :

الوصول إلى المطلوب موقوف على هجر العوائد ، وقطع العلائق ، وتخطي العوائق .

فأول خطوة : ألا تجعل لك عادةً في النوم ، ولا في الأكل ، ولا في الشرب ، ولا في العبادة ، كن دائم التغيير فالنفس تملم سريعاً وإذا ملّت توقفت ، فلا تحكّمك عادة ، ولا تسلط عليك رغبة ، ولا تستأسد عليك نفس ، ولا تحتكرك رغبة ولا تستعبدك شهوة !

كان رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يغير من عاداته دائماً ، فيصوم حتى يقول الناس : لا يفطر ، ويفطر حتى يقولوا : لا يصوم ، ويقوم من الليل أوسطه وأوله وآخره ، وكان يطيل أول ركعتين وأحياناً يقصرهما ، وهكذا .. لا تجعل عادة تحكّمك .

والخطوة الثانية : هي قطع العلائق ، فتقطع كل ما يتعلق بقلبك به سوى الله عز وجل ، ولا يكون فيه غير الله سبحانه ، ومحبهته جل وعلا ، والسعي في رضاه ، فتنزح من قلبك حب الدنيا والانشغال بها والسعي فيها والهم بها « مَنْ كَانَتْ الآخِرَةُ هِمَّةً . جَعَلَ اللَّهُ غَنَاهُ فِي قَلْبِهِ وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ »
تنزع من قلبك حب نفسك والاستجابة لكل مطالبها ، فإن النفس إن طأوعتها في كل ما تطلب حادتك بعيداً عن جادة السير إلى الله ، فعليك بترويضها على الاستجابة لما يرضي الله عز وجل وتطويعها لذلك .
تنزع من قلبك حب منصبك ، حب وجاهتك ، حتى حب المباحات في حياتك وكل ما يعطلك عن الله وطلب مرضاته ، فتحبهم لله ، وتحب فيهم إعانتهم لك على الطاعات والعبادات والسير قدماً في الطريق إلى الله سبحانه وتعالى فتقطع كل ما تعلق به قلبك مما يقطعك عن الوصول إلى مرضاة الله .



نم تخط العوائق :

وعليك أيضًا بالتخلص تمامًا من بعض العادات التي هي عوائق تعوق عن الوصول إلى العتق المطلوب ، مثل عادة كثرة النوم ، وعادة كثرة الأكل ، وعادة كثرة الكلام ، وعادة استعمال التلفزيون ، وعادة الخروج من البيت ، وعادة اللامبالاة بضيق الوقت ، وعادة كثرة الاختلاط بالبشر ، وأمثالها كثير التي تفسد القلب وتضيع الوقت .

٤ . الزيادة

قال تعالى : ﴿ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا الْحُسْنَىٰ وَزِيَادَةٌ ﴾ : والزيادة لأهل الزيادة وقال تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ اهْتَدَوْا زَادَهُمْ هُدًى وَآتَاهُمْ تَقْوَاهُمْ ﴾ . كلما ازدادوا هدىً زادهم تقوى وكلما ازدادوا تقوى زادهم هدى .

اعلم - أيها الرباني المتعبد - أن العبد إن لم يكن في زيادة من دينه فهو في نقصان ، فلا تتوقف عند عباداتك وترى نفسك أنك اكتفيت ! بل عليك أن تتدرج في الطاعات وتستزيد منها . فمثلا في الذكر تبدأ بعشر مرات تحصيها على أناملك ، وتزيدها إلى عشرين ، ثم خمسين ، ثم مائة ، وهكذا دون أن تشعر بالمشقة في ذلك إذ أنك قد دربت نفسك وعودتها .

وفي القيام تبدأ بركعتين خفيفتين بعشر آيات « مَنْ قَامَ بِعَشْرِ آيَاتٍ لَمْ يُكْتَبْ مِنَ الْعَافِينَ » ، ثم تزيدها إلى خمسين ، ثم مائة « وَمَنْ قَامَ بِهَايَةِ آيَةٍ كُتِبَ مِنَ الْفَائِزِينَ » ثم تزيدها فتقوم الليل بألف آية وتكتب من المقنطرين ذوي الحسنات أمثال الجبال وقد سهل عليك ذلك « وَمَنْ قَرَأَ بِأَلْفِ آيَةٍ كُتِبَ مِنَ الْمُقْنَطِرِينَ » (السلسلة الصحيحة) ، فلا يتعبك كثرة القيام والركوع والسجود .

انظر إلى الصحابة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ حين سألوا رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : إذا نكثت ؟ فيقول لهم النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ « الله أكثر » ، فكلما أكثرت من عباداتك وطاعاتك أكثر الله لك من نعمائه واجتبائه واصطفائه وقربه ووده ، وفتح لك من أبواب الخير ما لا يفتح إلا لأوليائه الصالحين الذين أتوه يمشون فأتاهم - جل وعلا - هرولة!

وانظر أيضًا إلى أبي بن كعب رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عندما سأل النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي أَكْثَرُ الصَّلَاةَ عَلَيْكَ فَكَمْ أَجْعَلُ لَكَ مِنْ صَلَاتِي؟ وكلما استتراد زاده : « مَا شِئْتُ ، فَإِنْ زِدْتُ فَهُوَ خَيْرٌ لَكَ » (صحح الترمذي) فكل زيادة في طاعة فهي خير لك ، وكل تقليل في مباح أو شهوة فهو خير لك .

فهل من مشمر :

قال النبي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ذات يوم لأصحابه : (ألا هل مشمرٌ للجنة فإن الجنة لا خطر لها هي ورب الكعبة نورٌ يتلألأ وريحانةٌ تهتز وقصرٌ مشيدٌ ومهرٌ مطردٌ وفاكهةٌ كثيرةٌ نضيجةٌ وزوجةٌ حسناءٌ جميلةٌ وحلٌّ كثيرةٌ في مقام أبرد في حبرةٍ ونصرةٍ في دارٍ عاليةٍ سليمةٍ بهيةٍ) قالوا : نحن المشمرون لها يا رسول الله قال : (قولوا : إن شاء الله) . هيا شمر وانطلق ، تدرج وزد ، تقبل الله منا ومنك .

كتبها فضيلة الشيخ

عبد الحسيب بن عبد الحسيب

