



الابتلاء هو التميص والاختبار والامتحان، من بـلاه يـبلوه أي جـرـه واختـبرـه، فالله تعالى يـبتلي الإنسان ليـختـبرـه ويـمـتـحـنهـ، حتى يكون جـزـاؤـهـ علىـ قـدـرـ أـدـائـهـ فـيـماـ أـلـقـيـ عـلـيـهـ وـأـنـيـطـ بـهـ منـ اـخـتـارـاتـ وـابـتـلـاءـاتـ، فـيـكـوـنـ الجـزـاءـ منـ جـنـسـ الـعـمـلـ.

لا يقتصر البلاء على الكافر دون المسلم، ولا على المسلم دون الكافر، وإنما يشتمل جنس الإنسان مسلماً كان أم كافراً، ما دام يعيش على ظهر الأرض، التي خلقها الله لتكون داراً لاختبار الإنسان، لأنه المخلوق الذي قبل الأمانة وتحمل تبعاتها، في الوقت التي أبـتـ جـمـيـعـ المـخـلـوقـاتـ أـنـ يـحـمـلـهاـ، فـتـصـدـرـ لـهـ إـلـيـانـ، قـالـ اللهـ تـعـالـيـ: (إـنـاـ عـرـضـنـاـ الـأـمـانـةـ عـلـىـ السـمـاـوـاتـ وـالـأـرـضـ وـالـجـبـالـ فـأـبـيـنـ أـنـ يـحـمـلـنـاـ وـأـشـفـقـنـ مـنـهـاـ وـحـمـلـهـاـ إـلـيـانـ إـنـهـ كـانـ ظـلـومـاـ جـهـوـلـاـ) {الـاحـزـابـ: 72}.

كما جعل سبحانه الآخرة داراً للجزاء، يجازى فيها كل إنسان على قدر تحمله وأدائـهـ للأمانةـ التيـ تـصـدـرـ لـهـ فيـ الدـنـيـاـ، قـالـ تعالىـ: (فـالـيـوـمـ لـاـ تـظـلـمـ نـفـسـ شـيـئـاـ وـلـاـ تـجـزـونـ إـلـاـ مـاـ كـنـتـ تـعـمـلـونـ) {يسـ: 54}، وـقـالـ تعالىـ: (فـالـاـ هـبـطـاـ مـنـهـاـ جـمـيـعـاـ بـعـضـكـمـ لـيـعـضـ عـدـوـ فـإـمـاـ يـأـتـيـنـكـمـ مـنـيـ هـدـىـ فـمـنـ اـتـيـعـ هـدـايـ فـلـاـ يـضـلـ وـلـاـ يـشـقـيـ * وـمـنـ أـعـرـضـ عـنـ ذـكـرـيـ فـإـنـ لـهـ مـعـيـشـةـ ضـنـكـاـ وـنـحـشـرـهـ يـوـمـ الـقـيـامـةـ أـعـمـىـ) {طـهـ: 123-124}.

الـبـلـاءـ كـمـاـ يـشـمـلـ الـمـسـلـمـ وـغـيـرـ الـمـسـلـمـ، فـهـوـ أـيـضاـ أـمـرـ حـتـمـيـ لـاـ يـخـلـوـ مـنـهـ أـحـدـ، قـالـ تـعـالـيـ: (أـحـسـبـ النـاسـ أـنـ يـتـرـكـوـاـ أـنـ يـقـولـواـ آمـنـاـ وـهـمـ لـاـ يـفـتـنـونـ) (2) وـلـقـدـ فـتـنـاـ الـذـينـ مـنـ قـيـلـهـمـ فـلـيـعـلـمـنـ اللـهـ الـذـينـ صـدـقـواـ وـلـيـعـلـمـنـ الـكـانـيـنـ) {الـعـنكـبـوتـ: 3-2}، وـقـالـ تعالىـ: (الـذـيـ خـلـقـ الـمـوـتـ وـالـحـيـاةـ لـيـبـلـوـكـمـ أـيـكـمـ أـحـسـنـ عـمـلـاـ وـهـوـ الـعـزـيزـ الـغـفـورـ) {الـمـلـكـ: 2}، وـقـالـ تعالىـ: (أـمـ حـسـبـتـمـ أـنـ

تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثْلُ الدِّينَ خَلَا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسْتَهُمُ الْبَاسَاءُ وَالضَّرَاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّىٰ يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَىٰ نَصْرُ اللَّهِ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ) {البقرة: 214}.

يقول ابن الجوزي: ليس في الدنيا أشد بلهاً من يريد معاملة الحق سبحانه على بلوغ الأغراض، فأين تكون البلوى إذن؟ لا والله، بل لابد من انعكاس المرادات ومن توقف أجوية الأسئلة، ومن تشفى الأعداء في أوقات، فاما من يريد أن تدوم له السلمة والنصر على من يعاديه، والعافية من غير بلاء فما عرف التكليف، ولا فهم التسليم (1).

الابتلاء يكون في الخير والشر، بالسراء والضراء، بالسعادة والشقاء، بالراحة والرفاهية والكد والتعب، فيبتلى الإنسان بما يسره وبما يسوؤه، ولا يكون بالضراء فقط، فلابد أن يكون صابراً على الضراء، شاكراً على السراء.

قال تعالى: (كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَبَلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةٌ وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ) {الأنبياء: 35}.

وقال تعالى: (وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَّةٍ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُمْ بِالْبَاسَاءِ وَالضَّرَاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ) {الانعام: 42}.

وقال تعالى: (وَقَطَّعْنَاهُمْ فِي الْأَرْضِ أُمَّمًا مِنْهُمُ الصَّالِحُونَ وَمِنْهُمْ دُونَ ذَلِكَ وَلَئُونَاهُمْ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ) {الأعراف: 168}.

وقال تعالى: (قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَىِي فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْفَى * وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى) {طه: 123-124}.

فالابتلاء بالشر معلوم ومشهور، أما الآخر فلا يظنه كثير من الناس ابتلاء، فهم لا يعلمون أنّ ما أنعم الله به عليهم من بركة في المال أو الأولاد أو الصحة، وما إلى ذلك من نعم الله التي لا تعد ولا تحصى، إنما هو اختبار وامتحان من الله، فالمنع جل وعلا يستودع هذه النعم عند أصحابها ليرى كيف يتصرفون فيها، أيتكبرون ويفسدون في الأرض، مثل ما فعل فرعون، أم يخلون وينعنون ما أمر الله به، مثل ما فعل قارون، أم يسخرون علمهم الذي أنعم الله به عليهم، في الرياء، والاستعلاء على الخلق، ولا يتقوّن الله فيه، مثل ما فعل بلعام بن باعوراء.

إن الابتلاء بالخير أشد وأثقل من الابتلاء بالشر، فقد زين الله سبحانه وتعالى الخير للإنسان وجبله عليه، فالنفس تهوى الخير وتتطلع إليه، وت ked الأبدان وترهق العقول وتزهق الأرواح من أجل تحصيل المنافع ودفع المضار، قال تعالى: (لَقْدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبِدٍ) {البلد: 4}، وقال تعالى: (رُزِّيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَيْنَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقْنَطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ) {آل عمران: 14}.

وقال تعالى: (الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْأَبْاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَّا) {الكهف: 46}.

فالخير دائماً مزين محفوف بالشهوات، تتطلبه النفس الأمارة وتحث صاحبها على اكتسابه و الحصول عليه بشتى الطرق والوسائل، سواء أكان حلالاً أم حراماً، فهو من أهم حبائل الشيطان ومكايده، التي يوقع بها الإنسان في المعصية، فهو من الأمور التي يشارك الشيطان فيها الإنسان، بحضوره على جمعها واكتسابها من طرق الحرام، قال تعالى: (وَاسْتَفْرَزْ مَنِ استَطَعْتَ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ وَأَجْلِبْ عَلَيْهِمْ بِخَيْلَكَ وَرَجْلَكَ وَشَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأُوْلَادِ وَعَدْهُمْ وَمَا يَعِدُهُمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا) {الاسراء: 64}، ولا يخفى على أحد مدى قوة إبليس في الإغراء والتزيين.

وقد حذر الله تبارك وتعالى من هذا النوع من الابتلاء، قال تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوًا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ * إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ) {التغابن: 1-2}.

14-15)، ومما لا شك فيه أن الله لا يستخدم أسلوب النداء إلا لاسترعي الآذان ويجذب العقول لأهمية ما سيلقي عليهم من توجيهات، وكان ما ألقاه الله هو التحذير من أحب النعم إلى الإنسان.

فضلاً عن أن المبتلى بالضراء، يسهل عليه الصبر والاحتمال، فليس أمامه سوى الصبر، ولا يوسعه إلا الرضا، ولا تتحقق له الراحة إلا بالقناعة، فالمبتلى بالفقر لا يستطيع شرب الخمر لأنها لا يملك ثمنها، وليس بإمكانه منع زكاة لأنها لم تجب عليه، ولا يستطيع التكبر، لأنه لا يملك مقوماته، هذا بخلاف من يستطيع أن يرتكب مثل هذه المعااصي، لأنها في إمكانه وتحت طائلته وفي مقدراته.

يقول صاحب الظلال: الابتلاء بالشر مفهوم أمره ليكتشف مدى احتمال المبتلى ومدى صبره على الضر ومدى ثقته في ربه ورجائه في رحمته، فأما الابتلاء بالخير فهو في حاجة إلى بيان أن الابتلاء بالخير أشد وطأة وإن خليل للناس أنه دون الابتلاء بالشر، وإن كثرين يصمدون للابتلاء بالشر ولكن القلة القليلة هي التي تصمد للابتلاء بالخير، كثيرون يصبرون على الابتلاء بالمرض والضعف ولكن قليلون هم الذين يصبرون على الابتلاء بالصحة والقدرة ويبحرون جمام القوة الهائجة في كيانهم، الجامحة في أوصالهم، كثيرون يصبرون على الفقر والحرمان فلا تتهاوى نفوسهم ولا تزل ولكن قليلون هم الذين يصبرون على الثراء والوجدان وما يغريان به من متاع وما يثيرانه من شهوات وأطماع.أ.ه

عن أبي الدرداء قال: "خرج علينا رسول الله صلى الله عليه وسلم ونحن نذكر الفقر ونخوفه ، فقال " الفقر تخافون ؟ والذي نفسي بيده لتصبن عليكم الدنيا صبا حتى لا يزيغ قلب أحدكم إزاغة إلا فيه ، وأيم الله لقد تركتكم على مثل البيضاء ليلاً ونهاراً سواه ". قال أبو الدرداء: صدق - و الله - رسول الله صلى الله عليه وسلم تركنا - و الله - على مثل البيضاء ليلاً ونهاراً سواه " (2). فالنبي صلى الله عليه وسلم ينكر على الصحابة خشيتهم من الفقر، وينبهم بأن الدنيا ستذهب خيراتها من فوقهم صباً، وقد صدق رسول الله في نبوئته، حتى أصبح الغنى أمراً عجيباً، وسادت الأمة مع الفقر وتختلفت مع الغنى، فالذى اقتل الناس من أجله إنما هو المال، وهو الذى دمر كثيراً من البيوت.

وقد دل قوله تعالى:(كَلَّا إِنَّ الْإِنْسَانَ لِيَطْغَىْ أَنْ رَأَهُ اسْتَغْنَى) {العلق: 6,7}، على ذم الغنى إن كان سبب الطغيان. وسئل أبو حنيفة رحمه الله تعالى عن الغنى و الفقر فقال: وهل طغى من خلق الله عز وجل إلا بالغنى وتلا هذه الآية المتقدمة. والمحققون يرون الغنى والفقير من قبل النفس لا في المال. وكان الصحابة رضي الله تعالى عنهم يرون الفقر فضيلة (3).

يقول ابن عوف ابتلينا بالضراء فصبرنا، وابتلينا بالسراء فلم نصبر، ويقول أحد السلف كنا فقراء متآخين فلما تغانينا وتغانيها حمل بعضنا السيف على بعض، ومر قيس بن زهير في قومه فوجدهم فقراء فقال الحمد لله، قالوا مالك، قال يتعاونون ويتساعدون، ثم مر بعد سنة فإذا هم أغنياء عندهم خيل وبقر وإبل، فغضب، قالوا مالك، قال يتقاولون، وما مر على كلامه أشهر إلا وقعت مقتلة بينهم.

وقيل:

وقد يهلك الإنسان كثرة ماله *** كما يذبح الطاووس من أجل ريشه

فالغنى له أسباب وتأثيرات منها الحسد والضغينة والبغضاء والشحنة والتناحر وترك الطاعة عند الكثير من الناس بسبب اشتغالهم بأموالهم من دون الله.

قدر الابتلاء:-

طالما أن الابلاء أمر حتمي، لا خلاص ولا فكاك منه، فإن من رحمة الله تبارك وتعالى أن نوع من قدر البلاء، بحسب طاقة كل إنسان، فالناس متفاوتون فيما بينهم، فمنهم من يتحمل الفقر، ولا يقف أمام الغنى، ومنهم من يتتحمل موت الأقارب ولا يتحمل الفقر، ومنهم من يتتحمل نقص الأولاد ولا يتتحمل نقص الأموال وهكذا، فالله تبارك وتعالى ساوي بين الناس جميعاً في السراء والضراء، ولكن اختللت المقادير من إنسان آخر، قال تعالى: **(تَلَّكَ آيَاتُ اللَّهِ نَتَّلُوهَا عَلَيْكَ بِالْحَقِّ وَمَا اللَّهُ يُرِيدُ ظُلْمًا لِّلْعَالَمِينَ)** {آل عمران: 108}.

وعلى ذلك فالله تعالى نوع في مقادير الابلاءات ومن صورها كلٌ حسب طاقته، قال تعالى: **(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلَتْهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ)** {البقرة: 286}.

وقال الحسن: تساوى الناس في العافية فإذا نزل البلاء تباينوا.

وقيل: على قدر العزائم يُبتلى الناس بال المصائب.

فلا يلبس الشيطان على أحد أن الله أختص بالمصائب والبلاء، فالله تعالى لا يظلم أحداً، فاعلم أنه لا يخلو من البلاء أحد، وانظر حولك، وتيقن من أن ما ابتلاك الله به لا يزيد على طاقتك، بل تستطيع أن تسعه وتحمله، فاستعن بالله ولا تعجز.

قال تعالى: **(وَلَئِلَّا يُكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَيَشَرِّ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ)** {البقرة: 155 – 156}.

بعد أن أكد الله تبارك وتعالى حتمية الابلاء بين مقصوده من هذا الابلاء، وما ينبغي أن يكون عليه المبتلى، فقد بين الداء والدواء:-

1. التحلي بالصبر من غير سخط أو يأس، فلا يشكوا المبتلى ربه إلى أحد من خلقه، ولا يظهر الجزع، وما يتبعه من أعمال وأقوال تخل بالصبر.

2. التسليم التام والانقياد الكامل لحكم الله وقضائه، فنحن عباده يتصرف فيينا كيف يشاء "إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ".

3. حصول الشكر على ما أنعم الله به عليه وذلك بالنسبة للابلاء بالخير، فالنعمه تستوجب الشكر.

الابلاء للمؤمن نعمة، وللكافر نعمة:-

قال تعالى: **(وَلَيُمَحِّصَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَيَمْحُقَ الْكَافِرِينَ)** {آل عمران: 141}، والتمحیص هو التنقية والتخلیص، وهو بمعنى الابلاء والاختبار، أما المحق فهو محو الشيء والذهاب به.

قال النبي صلى الله عليه وسلم: (ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها خطايا) (4)، وقال النبي صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ اللَّهَ إِذَا أَرَادَ بَعْدَ خَيْرًا عَجَلَ لِهِ الْعِقَوبَةَ فِي الدِّنِيَا وَإِذَا أَرَادَ بَعْدَ شَرًا أَمْسَكَ عَنْهُ حَتَّى يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِذَنْبِهِ) (5)

فالابلاء للمؤمن نعمة من ربه يلقاها عليه ليمحصه وينقيه ويزيل عنه بصره عليه ورضائه بقضائه، ما قد يكون في صحيحته من الذنوب والآثام، حتى يأتي يوم القيمة بصحيفه بيضاء نقية لا يرى فيها إلا الخير، فيكون من أهل اليمين، ولا يخلو إنسان من الذنوب الصغيرة ، على الأقل، لذلك فهي رحمة من الله لأن المؤمن يستطيع الصبر وتحمل ابتلاء الدنيا، ولا يقدر عليه في

الآخرة، لذلك كان بعض السلف يسألون الله البتلاء، لينالوا جزاء الصبر عليه.

قال تعالى: "الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَواتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهَتَّدُونَ" [البقرة: 156 - 157]، بينت الآية ما أعده الله للمبتليين الصابرين، بجانب تكير الذنب ومحوها، فمما أعده الله لهم، صلوات من ربهم، وصلات الله على العبد إقباله عليه بالثناء والعطف والمغفرة، فينال خيري الدنيا والآخرة، فضلاً عن تحمد الله تعالى له بالرحمة والإحسان، وفي النهاية هم المهتدون المتبعون صراط الله المستقيم.

أقرب ما يكون العبد من الفرج مع كثرة البلاء، ومن الأمثل السائرة: اشتدي أزمة تنفرجي، وإنما يكون الفرج عند كثرة البلاء، لأنَّه يكون مضطراً، والبارئ سبحانه وتعالى وعد المضطربين بالإجابة وكشف السوء، فضلاً عن أنه وعد الداعي مطلقاً بالإجابة (6).

وقال تعالى: (وَمَا أَرْسَلْنَا فِي قَرْيَةٍ مِنْ نَبِيٍّ إِلَّا أَخَذَنَا أَهْلَهَا بِالْأَبْسَاءِ وَالضَّرَاءِ لَعَلَّهُمْ يَضَرَّعُونَ) [الأعراف: 94]، وقال تعالى: (أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفاءَ الْأَرْضِ إِلَّا مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ) [النمل: 6].

ما يقوله المبتلى:-

عن أم سلمة قالت: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : " ما من مسلم تصيبه مصيبة فيقول ما أمره الله: إنما لله وإنما إليه راجعون اللهم ! آجرني في مصيبتي واخلف لي خيراً منها ". إلا أخلف الله له خيراً منها قالت: فلما مات أبو سلمة قلت: أي المسلمين خير من أبي سلمة ؟ أول بيت هاجر إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم ثم إنني قلتها فأخلف الله لي رسول الله صلى الله عليه وسلم (7)

فإذا قال المبتلى هذا الدعاء، وهو صابرٌ محتسبٌ، آجره الله على مصيبته وجزاه الجزاء الأوفي، وأخلف عليه خيراً منها.

ما يقول من رأى مبتلى:-

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من رأى مبتلى فقال: الحمد لله الذي عافاني مما ابتلاك به وفضلي على كثير من خلق تفضيلاً، لم يصبه ذلك البلاء " (8)

آداب وأساليب مواجهة البتلاء بالخير:

الشكر:-

حصول الشكر من العبد، هو الغاية من البتلاء بالخير، قال تعالى: (وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ) [إبراهيم: 7]، فلعل الزيادة على الشكر، وقال تعالى آمراً رسوله صلى الله عليه وسلم: (وَقُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ وَلِيٌّ مِنَ الذُّلِّ وَكَبِرُهُ تَكْبِيرًا) [آل إسراء: 111].

وقال تعالى: (مَا يَفْعُلُ اللَّهُ بِعَذَابِكُمْ إِنْ شَكَرْتُمْ وَأَمْنَתُمْ وَكَانَ اللَّهُ شَاكِرًا عَلَيْمًا) [النساء: 147].

وعن أنس - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إن الله ليرضي عن العبد يأكل الأكلة فيحمده عليها، ويشرب الشربة فيحمده عليها) (9)، فالحمد يستجلب رضي الله عز وجل، ومن رضي الله عنه أصابه الخير من حيث لا يدرى.

أما من ينكر فضل الله ونعمته عليه، فهو الجحود، ومن جحد نعمة الله فمصيره مصير قارون، قال تعالى: (قَالَ إِنَّمَا أُوتَيْتُهُ

عَلَى عِلْمٍ عِنْدِي أَوْلَمْ يَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ قَدْ أَهْلَكَ مِنْ قَبْلِهِ مِنَ الْقُرُونِ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ قُوَّةً وَأَكْثُرُ جَمِيعًا وَلَا يُسَالُ عَنْ نُوبِهِمُ الْمُجْرِمُونَ} {القصص: 78}، وقال تعالى: (وَكَذَلِكَ أَنَزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ فَالَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يُؤْمِنُونَ بِهِ وَمَنْ هُوَ لَاءٌ مَنْ يُؤْمِنُ بِهِ وَمَا يَجْحَدُ بِآيَاتِنَا إِلَّا الْكَافِرُونَ} {العنكبوت: 47}، فمن يرعى الفضل لنفسه، وينكر نعمة الله الظاهرة والباطنة، فهذا الجحود والنكران لا يكون إلا من الكافرين، وقال تعالى: (يَعْرِفُونَ نِعْمَةَ اللَّهِ ثُمَّ يُنْكِرُونَهَا وَأَكْثُرُهُمُ الْكَافِرُونَ} {النحل: 83}.

إذن غاية الابتلاء بالنعم هو حصول الشكر، ومن شكر زاده الله، ورضي عنه، ومن جحد وأنكر غضب الله عليه، وأعد له عذاباً أليماً.

المجاهدة:-

ينبغى للإنسان أن يجاهد نفسه على العبادات والطاعات، وأن يلومها على تقصيرها، إذا قصرت أو فترت أو توانت عن أداء الفضائل، أو كسلت عن شيء من المناسب والأوراد.

كما ينبغي أن يجاهد نفسه الأمارة والشيطان، بالتحكم في الشهوات والملذات، وأن يجتهد في الابتعاد عن مصادر الفتنة، وموقع الشبهات، حتى لا يقع في شراكها، فاتباع الأوامر واجتناب النواهي في ظل المغريات والفتنة التي يلقاها الشيطان في طريق الإنسان، ليس بالأمر الهين اليسير، بل هو الأمر الذي يحتاج إلى شخصية لا تقف أمام الشهوات، ولا يستحوذ عليها الشيطان، شخصية تتصف بالجلد والمثابرة، لا تستكين المغريات ولا تهوى في مواجهة الملذات ولا تصرعها الفتنة.

فمن جاهد وقاوم واستعان بالله، هداه الله ووفقه الله وجراه الجزاء الأوفي، قال تعالى: (وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهَيْنَاهُمْ سُبُّلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ} {العنكبوت: 69}.

والمجاهدة هي مقصود الابتلاء والغاية منه، حتى يتبين صحيح الإيمان من غيره، قال تعالى: (وَلَنَبُلوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ} {محمد: 31}.

ومن جاهد في الله أعزنه الله، ومن تقرب من الله، تقرب الله منه، قال النبي صلى الله عليه وسلم في الحديث القديسي: (إذا تقرب العبد إلى شبراً تقربت إليه ذراعاً، وإذا تقرب العبد إلى ذراعاً تقربت منه باعاً، وإذا أتاني يمشي أتيته هرولاً) (10).

كما أن الشهوات طريق النار، والمجاهدة هي طريق الجنة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " حجبت النار بالشهوات، وحجبت الجنة بالمكاره" (11).

ومما يعين على المجاهدة، مصاحبة الأخيار، والسير على نهج الأبرار، وأولهم النبي صلى الله عليه وسلم، وكثرة الإطلاع على سير وقصص السلف الصالحة، فهم قدوة المجاهدة.

قال تعالى: (وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاءِ وَالْعَشَيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلَنَا قَلْبُهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ قُرُطاً} {الكهف: 28}.

المراقبة:-

يجب أن يعلم الإنسان أن الله مطلع عليه، مراقب له أينما كان في بر أو بحر أو جو أو ظلمة أو ضياء، وأن هناك من يسجل عليه كل قول أو فعل.

قال تعالى: (إِنَّ اللَّهَ لَا يَخْفِي عَلَيْهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ} {آل عمران: 5}، وقال تعالى: "الَّذِي يَرَاكَ حِينَ تَقُومُ *

وَتَقْلِبُكَ فِي السَّاجِدِينَ } {الشعراء: 218 – 219}، وقال تعالى: (هُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يَعْلَمُ مَا يَلْجُ فِي الْأَرْضِ وَمَا يَخْرُجُ مِنْهَا وَمَا يَنْزَلُ مِنَ السَّمَاءِ وَمَا يَعْرُجُ فِيهَا وَهُوَ مَعْلُومٌ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ) {الحديد: 4}، وقال تعالى: (يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ) {غافر: 19}.

العلم بحقيقة الدنيا وحقيقة الآخرة:-

قال تعالى: (وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوَ لَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهُيَ الْحَيَاةُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ) {العنكبوت: 64}.

يبين الله تعالى في الآية حقيقة الدنيا فما هي إلا دار تعب وشقاء، فمتعها قليل وشقاؤها كثير، وما فيها من لذة فهي مكدرة، لا تستقيم لأحد، أما الآخرة فهي دار المستقر والقرار، والدنيا إذا ما قُرنت بالآخرة فما هي إلا لعب ولهو.

فالعقل هو الذي يستجمع قواه للآخرة، لا الذي تضره تواقه الدنيا الزائلة الفانية، فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من كانت الآخرة همه جعل الله غناه في قلبه وجمع له شمله وأنته الدنيا وهي راغمة، ومن كانت الدنيا همه جعل الله الفقر بين عينيه وفرق عليه شمله ولم يأته من الدنيا إلا ما قدر له) (12)

محاسبة النفس:-

حت الله سبحانه وتعالي على محاسبة الإنسان نفسه أولاً بأول، حتى يكون دائمًا متأهلاً مستعداً لقاء الله، قال تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تَنْتَظِرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) {الحشر: 18}.

ومحاسبة النفس سلوك يساعد على دعم الواقع الداخلي للفرد وتقوية النفس اللوامة التي تساعد على تقويم سلوكه، وتدفعه إلى إتباع الحق والهدى بصورة متزايدة، ويتصرف بعد معرفة سليمة صادقة، ويسعى إلى ما يرضي الخالق - سبحانه وتعالي - ولعل عبارة " الضمير الحي " أقرب ما تكون إلى معنى " النفس اللوامة "، وفي العصر الحاضر فالضمير الحي الذي يحاسب النفس ويوجهها إلى فعل الخير بعد أن يوقظ فيها الإحساس بالخطأ والصواب، وضمان استمرارية صحة هذا الضمير هو الهدف الأساسي للتربية في الإسلام " (13)

آداب وأساليب مواجهة الابتلاء بالشر والمصائب والهموم:

الصبر:-

أصل هذه الكلمة هو المنع والحبس فالصبر حبس النفس عن الجزع واللسان عن التشكي، والجوارح عن لطم الخدود وشق الثياب ونحوهما، ويقال: صبر يصبر صبراً وصبر نفسه، قال تعالى: (وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاءِ وَالْعَشِيِّ يُبَدِّلُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِيَّنَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلَنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا) {الكهف: 28}

وقد حث الله تعالى عليه وذكره في القرآن الكريم في نحو تسعين موضوعاً، كما أمر بالاستعانة به، قال تعالى: (وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاطِئِينَ) {البقرة: 45}، وجعل جزاء الجنة والنجاة من النار من حظ الصابرين، قال تعالى: (إِنَّى جَزِيَّتُهُمُ الْيَوْمَ بِمَا صَبَرُوا أَنَّهُمْ هُمُ الْفَائِزُونَ) {المؤمنون: 111}، كما أخبر سبحانه وتعالي أن الإنسان في خسران وأكد ذلك بالقسم وبالنون، واستثنى من ذلك أولئك المؤمنين الذين يتواصون بالحق والصبر، قال تعالى: " وَالْعَصْرُ * إِنَّ إِلْمَسَانَ لَفِي خُسْرٍ * إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ " {العصر: 1-3}، وأمر نبيه صلى الله عليه وسلم بالصبر وأن يجعله لله حتى تهون عليه جميع المصائب والأحزان، قال تعالى: " وَاصْبِرْ وَمَا صَبَرُكَ إِلَّا

بِاللَّهِ وَلَا تَحْزُنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُنْ فِي ضَيْقٍ مِمَّا يَمْكُرُونَ * إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقُوا وَالَّذِينَ هُمْ مُحْسِنُونَ " {النحل: 127-128}، وكذلك أخبر الحق جل وعلا أنه في حالة اجتماع الصبر مع التقوى، لا ينفع معهما كيد العدو، ولو كان ذا تسلط، قال تعالى: إِنْ تَمْسَسْكُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤُهُمْ وَإِنْ تُصِبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُو بِهَا وَإِنْ تَصْبِرُو وَتَتَقَوَّا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ} {ال عمران: 120}، وكذلك أخبر سبحانه أن معيته إنما تكون مع من يتصرفون بالصبر، قال تعالى: (وَأَطْبِعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَا تَنَازِعُوا فَتَفَشَّلُوا وَتَذَهَّبَ رِيحُكُمْ وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ) {الأنافال: 46}.

كما رغب سبحانه وتعالي في الصبر أيا ما ترغيب، وذلك بأن جعل المتسدين ينالون محبة الله ورضوانه، قال تعالى: " وَكَأَيْنَ مِنْ نَبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ رَبِيعُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابُهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ " {ال عمران: 146}.

وتأمل الآيات القرآنية التي تخبر عن جزاء الصابرين، فسوف تجد أن الله تعالى أعطى على الصبر ما لم يعطه لغيره، قال تعالى: (فُلْ يا عِبَادِ الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا رَبَّكُمْ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَأَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةٌ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِعَيْرٍ حِسَابٍ) {الزمر: 10}، وقال تعالى: (مَا عِنْدَكُمْ يَنْفُدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَجَزِينَ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ} {النحل: 96}.

كما أنه جمع للصابرين أموراً لم يجعلها لغيرهم، فقال تعالى: " أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَواتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهَتَّدُونَ " {البقرة: 157}.

فالصبر هو السلاح الفعال الذي أعطاه الله لعباده المؤمنين، ليستعينوا به ضد المصائب والمكايد والهموم، وما يعصف بهم من رياح الدنيا، وقد جربه من كان قبلنا، وانظر في سير الأنبياء والمرسلين، فهذا " نوح " عليه السلام ظل يدعو قومه ألف سنة إلا خمسين عاماً ومع ذلك لم يؤمن له إلا القليل، فصبر واستمر في دعوته حتى أهلكهم الله، وهذا " إبراهيم " عليه السلام يُحرم الذرية مع كبر سنه ويجمع له الحطب ويلقى في النار ويترك ولده بعد ما رزقه الله إياه على كبر ونجا من الذبح في واد غير ذي زرع، ومع ذلك صبر فجزاه الله خيراً، وهذا " يعقوب " عليه السلام يعلم أن أبناءه كادوا لأخيهم ومكرروا به ومع ذلك يقول " فصبر جميل "، و "أيوب " عليه السلام الذي ابتلاه الله بأشد أنواع البلاء وأخذ منه ما أصاب من الدنيا، فصبر حتى عوضه الله خيراً، وهذا " نبينا صلي الله عليه وسلم " يتحمل الجوع والإيذاء وموت الأهل والأحباب والتغريب عن الوطن والطعن في العرض وهو مع ذلك ظل صابراً محتسباً، حتى أعزه الله ونصره وجعل كلمته العليا.

التسليم والانقياد التام لله عز وجل " الإيمان بالقضاء والقدر " :-

إن الإيمان والإذعان والانقياد والتسليم التام بأنه لا يحدث أي شيء في هذا الكون كبر أو صغر مهما كان من أمره إلا وهو مطابق لقضاء الله تعالى وقدره، يعتبر ذلك جزءاً لا يتجزأ من عقيدة المسلم، ولا يكتمل إيمانه إلا بها، قال تعالى: (مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ تَنْزَلَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ * لِكَيْ لَا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَغْرُبُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلُّ مُخْتَالٍ فَخُوْرٍ) {الحديد: 22-23}، فهاتان الآياتان قد أقيمت الثقة والرضا والاطمئنان بقضاء الله وقدره في قلوب المؤمنين، قال تعالى: " فُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلَيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ " {التوبه: 51}.

وهناك فوائد نفسية من جراء الإيمان بالقضاء والقدر منها:

* هون المصائب على العبد، الإنسان إذا علم أنها من عند الله، هانت عليه المصيبة، كما قال تعالى: (مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ

إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ {التغابن: 11}، قال علامة - رحمة الله - : " هو الرجل تسيبه المصيبة، فيعلم أنها من عند الله، فيرضي ويسلم " (15).

* أن الإنسان متى اعتقاداً جازماً أن ما قضاه الله - تعالى - في علمه لابد أن يتم، وأن ما قدره لابد أن يكون متى اعتقاد ذلك انطلق في هذه الحياة ليؤدي ما يجب عليه نحو خالقه - عز وجل - ونحو عقيدته، ونحو ذاته، ونحو غيره، يؤدي التكاليف التي كلف بها بكل نشاط وإقدام وإخلاص وإتقان ثم بعد ذلك يترك النتائج لله - عز وجل - يصرفها كيف يشاء(16).

* كما أن الإيمان بالقضاء والقدر يجعل الإنسان في حالة انتicipation واستسلام لأمر الله، لا يفاجأ بما يحل به، لأنَّه اختيار الله، ومن ثم إن كان خيراً سكر، وإن كان غير ذلك صبر وفي كلِّ خير، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " عجبًا لأمر المؤمن إن أمره كله خير وليس ذاك لأحد إلا المؤمن إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له (17)"

الدعاء:-

أمر الله تبارك وتعالى بالدعاة، وحث عليه، قال تعالى: **(وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ) {البقرة: 186}**، فلا وساطة في الدعاء حتى ولو كان النبي صلى الله عليه وسلم.

كما أن الدعاء من أسباب نزول البلاء، قال تعالى: **(وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَى أُمَّ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخْذَنَاهُمْ بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَّسِرَّعُونَ) {الأنعام: 42}**.

والبلاء مفيد في الوقاية والعلاج، أما الوقاية فلقوله صلى الله عليه وسلم: " لا يرد القضاء إلا الدعاء، ولا يزيد في العمر إلا البر " (18)، وكان النبي صلى الله عليه وسلم يتبعون شدة الابتلاءات، فعن أبي هريرة قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يتبعون من جهد البلاء ودرك الشقاء وسوء القضاء وشماتة الأعداء (19)، والأحاديث في الباب كثيرة.

المواظبة على أداء الصلوات:-

تعد الصلاة من أهم أساليب مقاومة الهموم والغموم، قال تعالى: **(وَاسْتَعِنُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاسِعِينَ) {البقرة: 45}**، والاستعانتة هي طلب العون والمدد، فهذا أمر من الله تعالى للمؤمنين، والنداء لجذب انتباهم لما سيلقى عليهم، فيأمرهم سبحانه بالاستعانتة بالصبر مع الصلاة، على ما يواجهونه من مهمات وملمات ومما تعصف به الحياة من كدر وهم وغم وأحزان، وما يلاقونه من شدائٍ، فقد أذاقهم قريش ألوان وصنوف العذاب، وحدث لهم في صدر الدعوة ما لا يطيقه غيرهم، كما نبههم الله إلى أن الصلاة كبيرة ثقيلة إلا على الخاسعين، لذلك فلابد من الخشوع في الصلاة حتى تأتي الطمأنينة من خلالها.

من أعظم النعم - لو كنا نعقل - هذه الصلوات الخمس كل يوم وليلة كفارة لذنبنا، رفعه لدرجاتنا عند ربنا، ثم هي علاج عظيم لamasina، ودواء ناجح لأمراضنا، تسکب في ضمائركنا مقادير زاكية من اليقين، وتملا جوانحنا بالرضا، أما أولئك الذين جانبوا المسجد، وتركوا الصلاة، فمن نك إلى نك، ومن حزن إلى حزن، ومن شقاء إلى شقاء " فتعساً لهم وأضل أعمالهم " (20).

تعد الصلاة بالنسبة لكثير من الناس طريقة فعالة للتغلب على التوتر والمعاناة، حيث يساعدهم إيمانهم بحب الله وبعدلاته

على الصبر، وتساعدهم الصلاة على الثبات عند المحن والصعاب، فهم عندما يصلون بقلة حيلتهم وبعزمهم الله، وهذا الخضوع لله يمنهم القوة والشجاعة، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى القوة المؤثرة على الجسد، فالأشخاص الذين يصلون يكونون أقل عرضة لارتفاع ضغط الدم، والسكتة الدماغية، كما تساعدهم الصلاة – نفسياً – على تحويل الفلق إلى هدوء وسكون (21)، كما تعمل الصلاة على التغلب على الانفعالات والشعور بالأمن ومواجهة مصاعب الحياة(22).

اليقين بفرج الله تعالى وعدم اليأس:-

ينبغي على المسلم أن يؤمن بأن الله سبحانه وتعالى جعل مع العسر اليسر، ومع الحزن الفرج، وأنه كلما اشتد الهم والضيق قرب الفرج.

قال تعالى: (حَتَّىٰ إِذَا اسْتَيَّسَ الرُّسُلُ وَظَلَّوْا أَنَّهُمْ قَدْ كُذِّبُوا جَاءُهُمْ نَصْرٌ نَّجِيَ مَنْ نَشَاءُ وَلَا يُرَدُّ بِأَسْنَا عَنِ الْقَوْمِ الْمُجْرِمِينَ) {يوسف: 110}، وقال تعالى: (فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا * إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا) {الشرح: 5-6}، أكد سبحانه وتعالى على أن اليسر لا يحصله عن العسر شيء فهما متلازمان لا يفترقان، وإعادة الآية حتى يؤمن أولئك الذين غلبت عليهم الهموم والأحزان من فرج الله تعالى، وقال تعالى: (وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلُ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا) {الطلاق: 4}.

يقول الشاعر:

كم فرج من بعد يأس قد أتى *** وكم سرور قد أتى بعد الأسى

من يحسن الظن بذى العرش جنى *** حلو الجنى الرائق من شوك السفا

فمن أيقن من ابتلاء الله وأتبعه بإيقانه بالفرج هانت عليه بلواه، فماذا بعد العسر إلا اليسر.

النظر إلى المبتلين:-

من أساليب مواجهة الابتلاءات، هو النظر والتعزى في أهل البلاء، فمن نظر في بلوى من هو أشد منه تضرر وعلم أن بلاءه أهون من بلاء غيره فهان عليه بلاءه، وسكنت نفسه.

وهذا الأسلوب شاع وكثير في القرآن الكريم، خاصة فيما نزل قبل الهجرة، فكان جله قصص من قصص الأولين نزلت تسلية وتقوية للرسول صلى الله عليه وسلم تعينه على الصبر والمجاهدة، قال تعالى: (وَسَكَنْتُمْ فِي مَسَاكِنِ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ وَتَبَيَّنَ لَكُمْ كَيْفَ فَعَلَنَا بِهِمْ وَضَرَبَنَا لَكُمُ الْأَمْثَالَ) {إبراهيم: 45}.

وعندما حزن رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو ما قاله أهل الكتاب وما طلبوه من أن ينزل عليهم كتاباً من السماء، فوجه الله تعالى ما حدث مع "موسى" عليه السلام وهو أكبر مما حدث معه، ليسكن قلبه وتهداً روحه، قال تعالى: (سَأَلَكَ أَهْلُ الْكِتَابِ أَنْ تُنَزِّلَ عَلَيْهِمْ كِتَابًا مِنَ السَّمَاءِ فَقَدْ سَأَلُوا مُوسَى أَكْبَرَ مِنْ ذَلِكَ فَقَالُوا أَرِنَا اللَّهَ جَهَرًا فَأَخَذَتْهُمُ الصَّاعِقَةُ بِظُلْمِهِمْ ثُمَّ أَخْذَدُوا الْعِجلَ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَتْهُمُ الْبَيِّنَاتُ فَعَفَوْنًا عَنْ ذَلِكَ وَآتَيْنَا مُوسَى سُلْطَانًا مُبِينًا) { النساء: 153}.

الخوف:-

الخوف عبارة عن انفعال داخلي نتيجة توقع مكره في المستقبل، والخوف من الله إما أن يكون لمعرفة الله تعالى ومعرفة صفاتيه، والخوف من عقابه، فإنه سبحانه وتعالى قادر على إهلاكخلق جميعاً، وإذا أهلكم لا يسأل عن ذلك، قال تعالى: (لَا يُسْأَلُ عَمَّا يَفْعَلُ وَهُمْ يُسْأَلُونَ) {الأنباء: 23}، فهو سبحانه وتعالى غني عنهم، قال تعالى: (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا

لِيَعْبُدُونَ (الذاريات: 56)، وإنما أن يكون خوف الله بسبب كثرة الذنوب والخطايا، وأخوف الخلق من الله تعالى أعلمهم به، قال تعالى: **(وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِ وَالْأَنْعَامُ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ)** {فاطر: 28}.

وتبدو ثمرة الخوف من الله تبارك وتعالى في هذا المجال، فإن من خاف أحداً جمع كل همه وخارطه في العمل لإرضائه وتجنب عقابه، ولم يشغله غيره، فمن كان خوفه من الله، شغله خوفه عن التفكير في ملذات الدنيا وفوائط حظوظها، والعمل للأخرة، فلا تشغله التوافه، ولا تضره الهموم والأحزان، كما أنه يسعد بالابتلاء ويتخذ وسيلة لإرضاء مولاه جل وعلا، فلا توقفه المصائب، تزعجه الملمات، ولا يؤثر فيه ضيق العيش وأذى الخلق، لأنه مشغول عن كل ذلك بما هو أهم منهم، فتكتسب نفسه قوة وعزيمة لا يقف أمامه شيء من أمور الدنيا.

ولذلك حث الله تبارك وتعالى عليه ورثبه في مواطن كثيرة تخرج عن الحصر، فقد جمع الله تعالى للخائفين صفات وفضائل، مثل الهدى والرحمة، قال تعالى: **(وَلَمَّا سَكَنَ عَنْ مُوسَى الْغَضَبُ أَخَذَ الْأَلْوَاحَ وَفِي نُسْخَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةً لِلنَّاسِ هُمْ لِرَبِّهِمْ يَرْهَبُونَ** {الأعراف: 154}، والعلم كما في قوله تعالى: **(وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِ وَالْأَنْعَامُ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ)** {فاطر: 28}، والرضا قال تعالى: **(جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبُّهُ** {البيت: 8}.

كما جعل سبحانه وتعالى الأفضلية عنده لمن زاد خوفه منه وتقواه، قال تعالى: **(يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِيلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَلَّكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ** {الحجرات: 13}، ووصى به، قال تعالى: **(وَلَلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَلَقَدْ وَصَّنَّا الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَإِيَّاكُمْ أَنْ اتَّقُوا اللَّهَ وَإِنْ تَكْفُرُوا فَإِنَّ اللَّهَ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ غَنِيًّا حَمِيدًا** {النساء: 131}، وجعله شرط الإيمان، قال تعالى: **(إِنَّمَا نَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أُولَئِكَاهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَحَاقُونَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ** {آل عمران: 175}، وانظر جزء الخوف، قال تعالى: **(وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّتَانِ** {الرحمن: 46}.

وما حمل الأنبياء والرسل والصالحين على تحمل ما لقوه في سبيل دعوتهم إلا خوفهم من ربهم جل وعلا.

الرجاء:-

الرجاء هو حالة من الارتياح تحدث للفرد من جراء أخذه بأسباب الحصول على شيء وعدم التقصير في سبل الحصول عليه، لذلك فهو يأمل فيه وينتظر وقوعه.

فالعبد إذا بذر الإيمان، وسقاوه ماء الطاعات، وطهر القلب من شوك الأخلاق الرديئة، وانتظر من فضل الله تعالى ثبيته على ذلك إلى الموت، وحسن الخاتمة المفضية إلى المغفرة، كان انتظاره لذلك رجاءً محموداً باعثاً على المواظبة على الطاعات والقيام بمقتضى الإيمان إلى الموت، وإن قطع بذر الإيمان عن تعهده بماء الطاعات أو ترك القلب مشحوناً برذائل الأخلاق، وانهمك في طلب لذات الدنيا، ثم انتظر المغفرة، كان ذلك حماقاً وغوراً..... وحال الرجاء يورث طريق المجاهدة بالأعمال، والمواظبة على الطاعات كيما تقلب الأحوال، ومن آثاره التلذذ بدوار الإقبال على الله عز وجل، والتنعم بمناجاته، والتلطف في التملق له(23).

وقد حث الله تعالى في آيات متعددة منها قوله تعالى: **(قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ** {الزمزم: 53}، وقوله تعالى: **(إِنَّ الَّذِينَ يَتَّلَقَّنَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنْفَقُوا**

فالرجاء يبعث في النفس الطمأنينة والراحة، فالنفس المؤمنة تأمل مغفرة الله ورضوانه لذلك فهي تعمل لما ترجوه، حتى تحدث لها الراحة التي يبغيها، ومن ثم فالنفس التي يشغلها السعي لرضى ربها، لا تقف عند غيره، ولا يضرها ما تلقىه الدنيا عليها من مصائب وابتلاءات.

لذلك فالخوف والرجاء يكملان بعضهما البعض، فالخوف بدون الرجاء ربما يفضي إلى اليأس والقنوط فيتحول فوائده على النفس إلى العكس، وكذلك فالرجاء بدون الخوف، ربما يفضي إلى الأمان من مكر الله، وعدم الأخذ بالأسباب فيجنب مع ذلك للدنيا من ملذات وشهوات فيضيئ أثره وفائدته.

فيجب على المربيين الحذر في أثناء محاولات إكساب أولادهم الخوف والرجاء فالإسراف في إكسابهم والمبالغة فيه تأتي بنتائج عكسية على نفسية الأولاد، كما ينبغي ألا يقوم بهذا الدور إلا عالم خبير بنفوس أولاده حتى يكون على دراية بأين ومتى وكيف يلقهم ذلك، كما ينبغي ألا يبدأ في إكسابهم وتلقيهم الخوف والرجاء إلا في سن متقدمة، مع استخدام الوسائل المناسبة.

التوكل على الله وتغويض الأمر إليه والاحتساب:-

قال الإمام أحمد: التوكل عمل القلب ومعنى ذلك أنه عمل قلبي ليس بقول اللسان ولا عمل الجوارح.

قال تعالى: (الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشُوْهُمْ فَزَادُهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنَعْمَ الْوَكِيلُ) {أول عمران: 173}، وقال تعالى: (وَتَوَكَّلُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ وَسَبِّحْ بِحَمْدِهِ وَكَفَيْ بِهِ بِذُنُوبِ عِبَادِهِ خَيْرًا) {الفرقان: 58}، وقال تعالى: (وَمَا لَنَا أَلَا نَتَوَكَّلُ عَلَى اللَّهِ وَقَدْ هَدَانَا سُبُّلُنَا وَلَنَصِيرُنَ عَلَى مَا آذَيْتُمُونَا وَعَلَى اللَّهِ فَلَيَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ) {إبراهيم: 12}، وقال تعالى: (إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجَلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادُتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ) {الأنافاس: 2}.

وعن ابن عباس - رضي الله عنهما - قال: "حسبنا الله ونعم الوكيل" قالها "إبراهيم" عليه السلام حين ألقى في النار، وقالها "محمد" حين قالوا له: "إن الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فزادهم إيماناً وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل" (24)

يقول ابن القيم: "من علم أن الله على كل شيء قادر، وأنه المتفرد بالاختيار والتدبير، وأن تدبيره لعبد خير من تدبير العبد لنفسه وأنه أعلم بمصلحة العبد وأقدر على جلبها وتحصيلها منه وأنصح للعبد لنفسه وأرحم به منه بنفسه، وأبر به منه بنفسه، وعلم مع ذلك أنه لا يستطيع أن يتقدم بين يدي تدبيره خطوة واحدة ولا يتأخر عن تدبيره له خطوة واحدة فلا متقدم له بين يدي قضائه وقدره ولا متاخر، فألقى نفسه بين يديه وسلم الأمر كله إليه، وانظر بين يديه انطراح عبد مملوك ضعيف بين يدي ملك عزيز قاهر، له التصرف في عبده بما يشاء، وليس للعبد التصريف فيه بوجه من الوجه، فاستراح حينئذ من الهموم والغموم والأنكاد والحسرات، وحمل كل حوائجه ومصالحة من لا يبالي بحملها ولا يثقله ولا يكتثر بها. فتولاها دونه وأرأه لطفه وبره ورحمته وإحسانه فيها من غير تعب من العبد ولا نصب، ولا اهتمام منه لأنه قد صرف اهتمامه كله إليه وجعله وحدة همه. فصرف عنه اهتمامه بحوائجه ومصالح دنياه، وفرغ قلبه منها، فما أطيب عيشه وما أنعم قلبه وأعظم سروره وفرحه.

وأما من أبى إلا تدبير نفسه واختياره لها واهتمامه بحظه دون حق ربه فلا وما اختاره وولاه ما تولى فحضره الهم والغم والحزن والنكد والخوف والتعب وكف البال وسوء الحال، فلا قلب يصفو، ولا عمل يذكر، ولا أمل يحصل، ولا راحة يفوز بها، ولا لذة ينتهي بها، بل قد حيل بينه وبين مسرته وفرجه وقرة عينه، فهو يكدر في الدنيا كدح الوحش ولا يظفر منها بأمل

ولا يتزود منها لمعاد(25). انتهى.

النظر إلى الجوانب الإيجابية:-

قال تعالى: (كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ) {البقرة: 116}.

وعندما ظن المسلمون في صلح الحديبية من خلال بنود الصلح والتي وافق عليها النبي صلى الله عليه وسلم أن هذه البنود استسلام فأظهر المسلمين حزنهم وغضبهم، نزل القرآن الكريم بتوجيههم إلى النظر في الجوانب الإيجابية في الصلح، قال تعالى: (وَعَدَكُمُ اللَّهُ مَغَانِمَ كَثِيرَةً تَأْخُذُونَهَا فَعَجَلَ لَكُمْ هَذِهِ وَكَفَ أَيْدِي النَّاسِ عَنْكُمْ وَلِتَكُونَ آيَةً لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَهُدِيَّكُمْ صِرَاطًا مُسْتَقِيمًا) {الفتح: 20}.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "فيما رواه أبو هريرة قال: (لا يفرك مؤمن مؤمنة إن كره منها خلق رضي منها آخر) (26).

فينبغي علينا أن نوجه أنفسنا وأبناءنا إلى أن أي ابتلاء له جوانب إيجابية وسلبية فلماذا ننظر في الجانب السلبي فقط ونعد أنفسنا ونرهق عقولنا ونضيق علينا دنيانا، فلننظر في الجوانب المشرقة من الابتلاء، حتى تسعد أنفسنا وتهدا عقولنا وترتاح ضمائernا، ولنحمد الله على كل حال.

فك من الرجال قد حولوا المصائب إلى فرص استفادوا منها أيمما استفاداته، وهذا ابن تيمية كتب الفتاوى عشرين مجلداً وهو مسجون وغيره كثيرون، ومنهم أيضاً من حفظ القرآن وهو مسجون.

فلالمصائب والابتلاءات فوائد ظاهرة منها إنها تعود الصبر، وتذكر العبد بربه، وضعفه وقرب نهايته. ألا يكفي هذا.

البذل والعطاء:-

أمر الله تبارك وتعالي بالإحسان والتتسابق إلى فعل الخيرات، قال تعالى: (وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ مُصَدِّقًا لِمَا بَيْنَ يَدَيْهِ مِنَ الْكِتَابِ وَمُهَمِّنَا عَلَيْهِ فَاحْكُمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَلَا تَتَبَعِّغْ أَهْوَاءَهُمْ عَمَّا جَاءَكَ مِنَ الْحَقِّ لِكُلِّ جَعْلَنَا مِنْكُمْ شُرْعَةً وَمِنْهَا جَاءَ وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَكُمْ لِيَلْوُكُمْ فِي مَا أَتَاكُمْ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ إِلَيَّ اللَّهُ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيَنْبَيِّكُمْ بِمَا كُنْتُمْ فِيهِ تَخْتَلُفُونَ) {المائدة: 48}، وقال تعالى: (وَابْتَغِ فِيمَا أَتَكَ اللَّهُ الدَّارُ الْآخِرَةِ وَلَا تَنْسَ نَصِيبِكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ) {القصص: 77}.

كما نفي الله سبحانه وتعالي الحزن والخوف عن عباده المتقين، قال تعالى: (الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أُمُوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُنْبِغِونَ مَا أَنْفَقُوا مَنَا وَلَا أَدْى لَهُمْ أَجْرٌ هُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزُنُونَ) {البقرة: 262}، وأيضاً أقر سبحانه بأن الصدقة تثبت النفس إذا كانت ابتعاء مرضاه الله، لأن النفس إذا رضيت بالتحامل على الإنفاق قل طمعها وإتباعها لشهواتها، وتخطرت درجة النفس الأمارة بالسوء، لأن المال شقيق الروح، قال تعالى: (وَمَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أُمُوَالَهُمْ ابْتِغَاءَ مَرْضَاهُ اللَّهُ وَتَبَيَّنَ مِنْ أَنفُسِهِمْ كَمَثَلِ جَنَّةٍ بِرِبْوَةٍ أَصَابَهَا وَابْلَ فَاتَّ أَكْلُهَا ضَعْفَيْنِ فَإِنْ لَمْ يُصِبْهَا وَابْلٌ فَطَلٌ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ) {البقرة: 265}.

وهذه الحقيقة القرآنية هي من أهم مكتشفات علم النفس الحديث، فهو يسعى إلى إثبات أن سعادة الإنسان وقدرته على إدراك كنه نفسه لن يتأنيا بغير تضحية النفس في سبيل الغير وتعويذ المرء نفسه الخضوع لنظم خاصة، فالإنسان بطبيعة أناني ينقداد وراء دوافعه المباشرة، وقد أثبتت اختبارات الصفات الشخصية والتجارب الطبية لعلماء النفس أن الاتجاه في هذا الطريق

يؤدي إلى انكمash الشخصية، واضطراب العواطف، والأعصاب، والتخبّط الفكري والشقاء وسوء النظام، أما الاتجاه إلى فعل الخيرات والتضحية لسعاد الآخرين والتعاون معهم واللجوء إليهم فدليل سعادة الفرد وتوفير حياة هادئة (27) وعلى المربين والآباء غرس هذا الأسلوب في الطفل منذ نعومة أظفاره، حتى يصير طبعه ودائه عند الكبر.

- (1) [عبد الرحمن بن الجوزى، صيد الخاطر، تحقيق محمد الغزالى، نهضة مصر، ص: 215].
- (2) [رواه ابن ماجة، وحسنه الإلبانى في الصحيحه 688].
- (3) [شهاب الدين محمد الإيشيمى المستظرف في كل فن مستظرف، الطبعة الاولى، القاهرة: مؤسسة المختار(2006) ج.437].
- (4) [رواه البخارى " 5642 - 5641 "، ومسلم " 2573].
- (5) [رواه الترمذى، وصححه الإلبانى في صحيح الجامع " 308].
- (6) [الإمام الحافظ عبد الرحمن السيوطي ، مختصر كتاب الفرج بعد الشدة المسمى الأرج في الفرج ، تحقيق محمد فتحى النادى، دار النشر للجامعات، مصر الطبعة الأولى -، 2008 " ص 55 - 56].
- (7) [رواه مسلم " 918 "، والتزمذى، والنمسائى، وأبو داود، وإبن ماجة].
- (8) [رواه الترمذى، وصححه الإلبانى في الصحيحه " 602].
- (9) [رواه مسلم " 2734].
- (10) [رواه البخارى " 7536 "، ومسلم " 2675].
- (11) [رواه البخارى " 6487 "، ومسلم " 2823].
- (12) [رواه الترمذى، وصححه الإلبانى في صحيح الجامع " 6510].
- (13) [يوسف رشاد الأسلوب الأمثل في تربية البنات في الإسلام، الطبعة الاولى، القاهرة: دار إبن الجوزى(2006). نقاً عن الدور التربوى للوالدين " ص 148].
- (14) [عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين لإبن القيم " ص 17].
- (15) [محمد بن صالح العثيمين _ شرح العقيدة الوسطية _ تحقيق أبو عبد الرحمن نبيل بن صالح سليم ، دار العقيدة ، ط 1 ، 2003 " ص 404].
- (16) [محمد سيد طنطاوى _ العقيدة وألأخلاق _ مجمع مطبع الأزهر الشريف ، 2008 " ص 88].
- (17) [رواه مسلم " 2999].
- (18) [رواه الترمذى، والحاكم في مستدركه، وحسنه الإلبانى في الصحيحه " 154].
- (19) [رواه البخارى " 6347 "، ومسلم " 2707].
- (20) [عائض بن عبد الله القرنى، لا تحزن، مكتبة العبيكان، الطبعة الحادية عشر (2009)، " ص 62].
- (21) [آرثر روشن، 2001 : 72].
- (22) [أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة الأزهر _ مدخل العلوم السلوكية " ص 61-62].
- (23) [أحمد بن عبد الرحمن بن قدامة_ مختصر منهج الفاسدين_ مكتبة الصفا، القاهرة (2002)" ص 298 - 299 " بتصريف].
- (24) [رواه البخارى " 4563].
- (25) [الإمام شمس الدين محمد بن أبي بكر بن قيم الجوزية _ الفوائد _ دار الريان للتراث ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، 1987 " ص 209].

(26) [رواه مسلم " 1469].

(27) [أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة الأزهر _ مدخل العلوم السلوكية " ص 63].

المصادر: