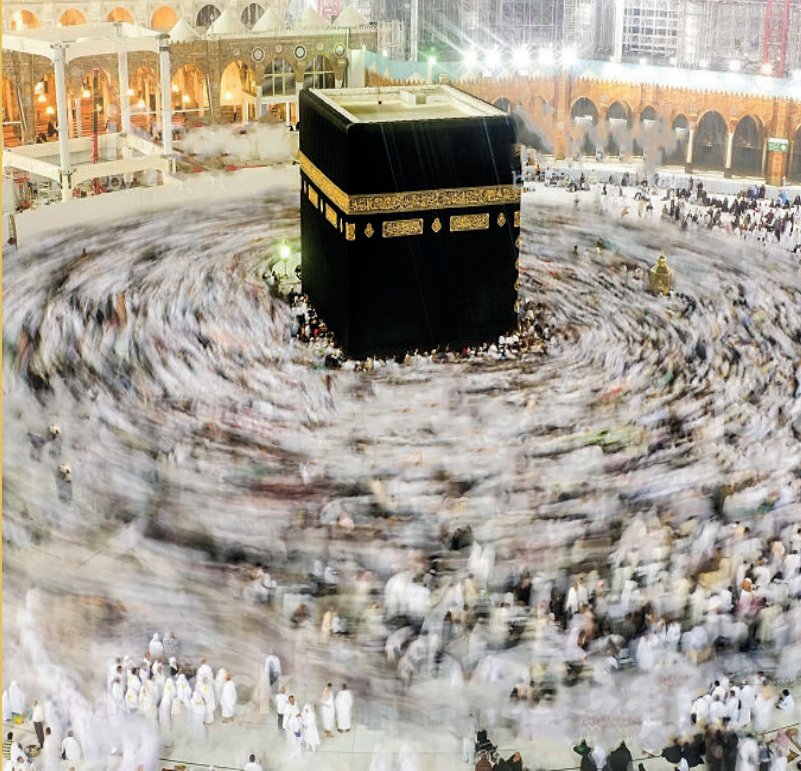


إكسبير مكة



المستعد المصطفى



إكسبير مكة

ان رحلة الحج صورة مصغرة لرحلة الحياة على الأرض لان الأيام معدودة والنهاية بلا شك معروفة، ليس هناك متسع من الوقت لذلك يسارع الحاج إلى فعل الخيرات وتجنب المنكرات لحصد كثير من الحسنات، ذلك انه لو قاس المسلمون أعمارهم على الأرض بمدة فترة الحج لا مثلت القلوب بالحب والسلام، ولكن نبقى بشر نصيب ونخطأ نعيش في عالم غير ملائكي، فيه الغلظة والشدّة والعنف والقسوة والظلم، نرجو رحمته عز وجل وشفاعة رسوله الكريم للتجاوز عنا مصداقا لقوله عز وجل في سورة الأعراف "ورحمتي وسعت كل شيء".

المستعد المصطفى

كاتب و مدرب معتمد، خبير في التواصل و الجودة ونحفيذ الفريق داخل المقابلة

إكسبريس

الكاتب : المستعد المصطفى

التقديم : المعالج النفسي و المدرب الأستاذ سعيد بريولة

رقم الإيداع القانوني : 2019MO5130

ISBN : 978-9920-38-637-1

مطبعة : SVIM

للاتصال : elmoustaid.mustapha@gmail.com

السنة : 2019

إهداء

إلى من صقل قلبي بالمحبة والحنان أمي رحمها الله ،
إلى من كان لي خير عون وسند زوجتي ،
إلى من ادعوا لهم بالصلاح وأحب أن اذكر بدعواتهم لي
أبنائي ،
إلى جميع القراء راجيا من المولى عز وجل أن ينال إعجابهم.

فهرس

4	تقديم
5	مقدمة
7	الحج شحن للنفس البشرية بالطاقة الايجابية
10	الطواف بالبيت توافق مع نظام الكون
12	فوائد نفسية للحج
14	التلبية استسلام وتصفية وتهذيب للنفس
15	الامتناع عن الجدال والتربية على الذكاء العاطفي
17	عرفات مكان لتخلية القلوب من الذنوب وشحنها بالعطايا الربانية
19	رحلة الحج كلها شفاء
21	العلاج بالمشي والصلاة
25	العلاج بالقصص القرآنية
32	رؤية الكعبة شفاء ونور
33	إكسير مكة
37	خاتمة
39	مراجع

تقديم

انه لمن دواعي السرور ان أتشرف بتقديم هذا الكتاب تحت عنوان "إكسير مكة" لمؤلفه المدرب والصدیق المستعد المصطفى , وما للعنوان من معنى و دلالات ، أجمل شرح اثار فضولي للإبحار في عالم هذا الكتاب هو ما قدمته معاجم التفسير لهذه الكلمة المتداولة في اللغة الفرنسية بـ "Elixir" هي أنها ذات أصل عربي والتي تحمل المعاني التالية : جوهر الشيء - مادة تحول المعدن الحسيسة إلى ذهب - مادة تطيل الحياة إلى ما نهاية - سائل طبي معالج .

أود في البداية أن اكشف بكل صدق عن الحوافز والأسباب التي جعلتني أوافق على مسألة تقييم هذا الكتاب الذي شرفني به المؤلف , والذي اعتبره من خيرة المدربين الدين أشرفت على تكوينهم شخصيا بالمؤسسة التي اشرف عليها " ICCPNL " Institut Casablancaise de Coaching et PNL.

خلال أيام الحج لهذه السنة توصلت برسالة عليها صورة للكاتب وهو في مشهد متوجه نحو عرفات مشيا بلباس إحرامه ، يطلب مني فيها بقبول تقديم كتابه المقبل حول رحلته الروحية إلى الحج .

لا اخفي حجم وتقل المسؤولية التي كلفني بها ، ذلك أنني اعتبرت نفسي لست مختصا في مجال العلوم الدينية والشرعية وبالتالي ، لا يمكنني أن أفيد الكاتب كثيرا في هذا المجال الذي ينوي الكتابة فيه .

إلا أن المفاجأة كانت مذهلة حينما توصلت بالنسخة الأخيرة من الكتاب , فافتنعت بأنني يمكن أن أتشرف بتقييم هذا العمل من خلال مجال تخصصي , فأدركت إذا أن الكاتب عرف كيف يحدد هدفه من خلال مقاربتة لموضوع الكتاب من وجهة نظر علوم البرمجة اللغوية العصبية ومدى نجاعتها وقدرتها على برمجة عقولنا ، وكما أكدت هذه العلوم أن مدة 21 يوم كافية للإنسان من اجل تغيير سلوكه بآخر , وما رحلة الحج لمدة شهر تقريبا إلا فرصة ربانية لشحن القلوب والعقول بكثير من المحبة والإيمان والرقى بالسلوك لأعلى مراتب حسن الخلق و الإحسان .

من وجهة نظري كخبير مسلم في ميدان التنمية البشرية والعلوم النفسية أود أن انوه وأشيد بالمصادر العلمية التي اعتمدها الكاتب ، وكذلك بالاستنتاجات المفيدة التي خلص إليها , وأتمنى في المستقبل القريب ان تقام بحوث مماثلة بهدف التنقيب واكتشاف مزيد من الكنوز التي يزخر بها ديننا الحنيف والحقائق العلمية المتجلية في القرآن الكريم والتي يجتهد العلماء الإجلاء ليل نهار للكشف لنا عن أسرار هذا الإعجاز العلمي .

كما اغتنم هذه الفرصة لتوجيه رسالة صادقة لكل المهتمين والباحثين في مجال التنمية البشرية والذي للأسف الشديد تم اختراقه من طرف بعض الأشخاص الذين لا يتوفرون على التكوين الأكاديمي اللازم بمؤسسات علمية معتمدة من طرف هيآت دولية مشهود لها بمصداقيتها , وذلك بهدف إعطاء صورة مشرفة ونبيلة عن هذه العلوم .

جعل الله هذا العمل خالصا لوجهه الكريم وأتمنى لكم أعزائي القراء رحلة ممتعة وسعيدة في رحاب "إكسير مكة"

سعيد بريولة : مدرب دولي معتمد في البرمجة اللغوية وعلم النفس

مقدمة

خير ما افتتح به رحلتي إلى اظهر بقاع الأرض هذه العالم الآية الكريمة من كتاب الله عز وجل من سورة آل عمران (الآية 96-97)

"إِنَّ أَوَّلَ بَيْتٍ وُضِعَ لِلنَّاسِ لَلَّذِي بِبَكَّةَ مُبَارَكًا وَهُدًى لِّلْعَالَمِينَ * فِيهِ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ مَّقَامُ إِبْرَاهِيمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ آمِنًا وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ". صدق الله العظيم

مما لا شك فيه أننا لو قمنا باستطلاع للرأي ووضعنا السؤال على اغلب مسلمي العالم حول أعظم مكان يتمنوا أن يزوروه في حياتهم، فإن الجواب سيكون بالتأكيد " بيت الله الحرام ".

إنها رحلة العمر التي يتمنى المسلم أن يقوم بها قبل الرحيل عن هذه الدنيا ليلقى الله بقلب سليم وذنب مغفور وسعي مشكور ، لذلك يحرص الحاج قبل الذهاب أن يتعلم كافة المناسك ويحفظها عن ظهر قلب، لذلك يواظب على حضور دروس التأطير الديني الذي تشرف على القيام به عندنا هنا في بلدنا المغرب وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية عبر ربوع تراب المملكة وذلك طبقا للتوجيهات الملكية لأمير المؤمنين جلالة الملك محمد السادس ، حيث دعا حفظه الله في رسالته السامية الموجهة لوفد الحجاج المغاربة برسم موسم حج سنة 1440 هـ ، إلى التحلي بفضائل بلدهم، وتجسيد حضارته وهويته في التشبث بالمقدسات الدينية والوطنية، القائمة على الوسطية والاعتدال، والوحدة المذهبية ، كما نوه جلالتة بالجهود المبذولة والمشاركة بين المملكة المغربية والمملكة العربية السعودية الشقيقة، من اجل ضمان سير هذا الموسم العظيم على الوجه المطلوب .

وبدوري كواحد من أفراد حجاج بيت الله لهذه السنة ، اغتنم هذه المناسبة لأتقدم بخالص الشكر والامتنان للمؤطرين الدينيين ومرشدي عمالة عين السبع الحي المحمدي على ما بدلوه من جهد كبير لمدة تزيد عن أربعة أشهر من اجل تلقين الحجاج كافة المناسك من دروس نظرية وأخرى تطبيقية ، فتعلمنا مثلا كيفية الطواف وطريقة لباس الإحرام والسعي بين الصفا والمروة ...، حيث قمنا بتدريبات تطبيقية وكاننا نؤدي هذه المناسك حقيقة، ولقد استمر التواصل معنا حتى ونحن في الحج فكانوا ،جازاهم الله خيرا لا يدخرون جهدا ، في الإجابة عن مختلف تساؤلاتنا عبر وسائل الاتصال الاجتماعية ، وفي حالة سهو أو إخلال في أداء بعض المناسك ينصحوننا بالواجب الشرعي الواجب القيام به من فدية أو صدقة أو صيام، آخذين بعين الاعتبار الظروف الصحية للحجاج وعامل السن والازدحام في التنقل، باختصار جميع الظروف الخارجة عن الإرادة مما تسبب في التقصير في أداء بعض المناسك .

تعتبر رحلة الحج وسيلة وغاية عند كل المؤمنين لتحقيق سعادة كبرى لا يمكن أن تنجز بالمال أو الجاه أو غير ذلك من زينة الدنيا ، ذلك أن الحاج وهو في تلهف لزيارة بيت الله ومسجد رسوله فهو في سعادة لا يمكن أن يشعر بها غيره و ذلك من شدة الالهفة والشوق والحنين.

فأنا أذكر حلماً ولا أنساه أبداً وقد كنتُ في صلاة التراويح من رمضان 1439 هـ ، أدعو الله عز وجل كل يوم أن يرزقني زيارة الكعبة، وبعد أيام من انتهاء شهر رمضان تلقيت خبرا سارا من طرف بعض الجيران الذين حضروا قرعة الحج، يبشرونني بصدور اسمي ضمن قائمة المرشحين لأداء فريضة الحج للسنة المقبلة . اعتبرت هذه البشارة مكافأة منه عز وجل بان اختارني ضيفا عنده في اظهر بقاعه ،لقد أحسست بسعادة لا يمكن وصفها في تلك اللحظة، وسبحان الله إذا كان خبر تصدر لائحة ضيوف الرحمن

لهذه السنة يعطي هذا الإحساس بالسعادة، فكيف بمن يرى الكعبة ويلمسها ويطوف حولها ويستمتع بمشاهدتها، ما هو حجم السعادة التي يحصل عليه ؟ وهذا ما سأشرحه بإيجاز في الفصل الموالي تحت عنوان " الطواف بالبيت توافق مع نظام الكون " .

إن أداء الحج يترك أثرًا عظيمًا في نفس المؤمن، فهو يعلم المسلم النظام والصبر والتواضع والتسامح وحسن المعاشرة وطيب الملاطفة ومراقبة الله عز وجل. فما أروعها من دورة تدريبية تربوية وثقافية، تتولى فيها التدريب على قوة الإخلاص والخير والصفاء الكامنة في القلوب والضمائر. ثم إن شعور المسلم بأنه قبل حجه عند الله يجعله يحس بالطهارة القلبية، فيراقب نفسه ويجاهدها بأن لا يعود إلى الذنوب مرة أخرى، حتى لا يلطخ هذا النقاء الذي أكرمه الله به.

تشمل عبادة الحج جميع العبادات من إقرار بتوحيد الله والعبودية له وحده وفيها الصلاة والصيام والزكاة بالإضافة إلى حسن الخلق، مصداقًا لقوله تعالى في سورة البقرة " فلا رفث ولا فسوق ولا جدال في الحج"، ثم الدعاء الذي هو مخ هذه العبادة .

يمكن إيجاز المراحل الواجب على الحاج إتباعها كالتالي :

بداية يجب على الحاج إن ينوي الحج من الميقات ويلبس لباس الإحرام، وبعد الوصول إلى مكة يجب عليه إن يطوف حول الكعبة سبعة أشواط ثم يسعى بين الصفا والمروة سبعة أشواط ، ثم يتوجه إلى منى يوم 8 ذي الحجة، وفي اليوم الموالي يتوجه إلى عرفات ليقف فيها طيلة اليوم حتى غروب الشمس ويدعو الله بما شاء ، ثم يعود إلى مزدلفة لكي يتوجه في الصباح إلى منى حيث يرجم الشيطان بالحصى، وينحر الأضاحي ويحلق الرأس ويرجع إلى مكة ليطوف حولها، ثم يعود إلى منى ليرمي الجمرات خلال الثلاثة أيام المسماة بأيام التشريق ، لينهي مناسكه بطواف الوداع .

الحج شحن للنفس البشرية بالطاقة الايجابية

إن رحلة الحج على ما فيها من مشقة وتعب وغربة وصعوبات، تعتبر حلم كل مؤمن لما يحس به من راحة نفسية كبيرة بعد الحج، وقد حدث ذلك معي خلال رحلتي لهذه السنة حيث أنني بعد أن انتهيت من أداء مناسك الحج كلها، غمرني إحساس كبير بالرغبة والشوق إلى الرجوع إلى أرض الوطن وحضن الأهل والأبناء، ولكن ما إن أمضيت بعض الأيام بالبلاد حتى أصبحت أتمنى الرجوع على الفور وتمنيت الحج إلى بيت الله كل عام .

حاولت البحث عن السبب في هذا الإحساس فوجدت الجواب في الطاقة الربانية التي شحننتني بها هذه الأماكن المقدسة ، ذلك ان شعائر هذه العبادة ارتبطت في وجداني وإحساسي كما هو الشأن بالنسبة لجميع الحجاج والمعتمرين بطاقة هذه الأماكن المقدسة ذات تكوين ذبذبي خاص وما تحتوي عليه من صفات تنظيمية محكمة لحياة المسلم، مما يحقق التوازن والانسجام بينه وبين ما في الكون لينتج عن ذلك شفاء لما في الصدور، إي إدخال التوازن في جوهر الإنسان .

أكبر مثال على هذا الانسجام هو الكعبة المشرفة كمركز إشعاعي وما تحدته من توازن نوراني روحي منظم لكافة البشر، وفي حالة الصلاة عندما نتوجه إلى الكعبة يحدث رنين ذبذبي بيننا وبين المكان، مما يدخل هذه الطاقة الذبذبية المنظمة إلى مراكز طاقة جسم الإنسان في فترة الصلاة، وتكرر في كل فترة صلاة ليعود بعدها المصلي لحياته اليومية مشحونا بها، مما يدخل التوازن في العمل ويؤدي إلى الإتيان والإحسان، بعد تفريغ القلب من جميع المعتقدات والتراكمات السلبية والظنون السيئة من غل وحسد وشك وريبة ووسوسة .

يؤكد علماء البرمجة اللغوية العصبية أن الذي ينهك قوى الإنسان هو كثرة الهموم والمشاكل التي يتعرض لها في حياته، وأن أفضل طريقة لإعادة التوازن له هو أن يفرغ هذه "الشحنات السلبية" المتراكمة بفعل الأحداث التي يمر بها ، وعملية التفريغ هذه ضرورية ليتمكن الإنسان من العيش حياة أفضل وليستطيع استثمار طاقاته بشكل أفضل.

ولذلك يقوم كثير من الناس برحلات سياحية إلى مختلف بقاع العالم قصد الترفيه واستعادة النشاط والحيوية والطاقة التي تقلصت بسبب التراكمات السلبية ، ولكن إذا نظرنا للعالم الغربي فإننا نجد لديهم أكبر نسبة للاكتئاب على مستوى العالم، فهم يكتشفون العلاج ولكن لا يعرفون الطريق الصحيح لتطبيقه، والعجيب أن الإسلام ومنذ أربعة عشر قرناً أعطانا الطريق الصحيح لإعادة توازن الإنسان وتفريغ ما تراكم فيه من سلبيات.

بلغة المعلومات إن رحلة الحج شبيهة بعملية إعادة تحديث برنامج تشغيل الكمبيوتر، ذلك أن الجهاز يحتاج إلى هذه العملية كل فترة لكي لا يتوقف نهائياً عن العمل ، بنفس الشكل تمكن عبادة الحج لمن أداها بشكل صحيح من التخلص من الشحنات السلبية وشحن أخرى ايجابية.

في الحج تصغر ملذات الدنيا وتترأى الحياة من عدسة الحقيقة الصافية في السجود وفي التسبيح، وحين نردد التلبية تتجرد الروح من كل شيء ومن كل أمل سوى الجنة ورضا الله وتنسى كل الهموم سوى هم الذنوب ، فتصبح الحياة بعيدة عن مغريات الدنيا أو ضغوط الآلام ، بذلك تتضح الأهداف وتهون الدنيا في عيني الحاج لأنه سلم كل أمره للباري عز وجل مهلاً ومكبراً " الله أكبر من كل هم ، الله أكبر من كل ألم الله أكبر من كل خوف".

وقد كشف لنا رسول الله عليه الصلاة والسلام عن سر هذه الراحة النفسية بعد التحرر من الذنوب والأخطاء في الحديث الذي رواه ابن حبان في صحيحه قوله صلى الله عليه وسلم " تابعوا بين الحج والعمرة فإنهما ينفيان الفقر والذنوب كما ينفي الكير خبث الحديد والذهب والفضة وليس للحجة المبرورة ثواب دون الجنة " .

ولكن إذا كان الحج ينفي الذنوب فكيف ينفي الحج الفقر؟ كما رأينا فإن هذه الرحلة تعيد للجسم طاقاته فيصبح أكثر قابلية للعمل وكسب الرزق ولذلك فإن الحج يساعد الإنسان على القضاء على اليأس، والعدم والشكوى من قلة الرزق.

ذلك أن مناسك الحج من سعي وطواف شرعها الله لتكون دورة تدريبية كاملة يمكن تسميتها بلغة علم البرمجة اللغوية العصبية " بروتوكولات " لتحفيز العقل على السعي وعدم الاستسلام واليقين في الله الرزاق الكريم ، حيث انه لو فهم المسلمون لدى ادائهم منسك السعي بين الصفا والمروة روحها وسرها لعرفوا جانب مهم في حقل معرفة الله، وكيف نربي الشخصية المسلمة على اليقين والأمل وحسن الظن بالله ، وهنا لابد أن نستحضر الخلفية التاريخية لمنسك السعي بين الصفا والمروة .

إبراهيم عليه السلام بلغه الكبر لم يُرزق ولداً ، فدعا ربّه أن لا يتركه فرداً ، فاستجاب له ، ورزقه من جاريته هاجر ولداً سمّاه إسماعيل فأمر الله إبراهيم أن يهاجر بالطفل والأم إلى مكة حيث الأرض القاحلة المجذبة آنذاك ، ويسكنهما هنا.

امتثل إبراهيم عليه السلام لأمر ربه، وذهب بهما إلى صحراء مكة وأسكنهما في تلك الأرض ، وهم بالرجوع ، فضجّت زوجته بالبكاء ، إذ كيف تستطيع أن تعيش امرأة وحيدة مع طفل رضيع في مثل هذه الأرض؟

بكاء هاجر ومعه بكاء الطفل الرضيع هزّ سيدنا إبراهيم من الأعماق ، لكنه لم يزد على أن ناجي ربّه قائلاً { رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ دُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُمْ مِنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ } [إبراهيم : 37] ، ثم ودّع زوجته وطفله بحزن وألم عميقين .

لم يمض وقت طويل حتى نفذ طعام الأمّ ومائها، وجفّ لبنها. بكاء الطفل أضرم في نفس الأم نارا ، ودفعها لأن تبحث بقلق واضطراب عن الماء. اتجهت أولاً إلى جبل الصفا فلم تجد للماء أثراً ، ثم رأت عند المروة بريقاً أسرع إلىه فما وجدت شيئاً ، وهكذا جالت سبع مرات بين الصفا والمروة بحثاً عن الماء. وفي النهاية وبعد أن أشرف الطفل على الموت ، انفجرت عند رجله فجأة عين زمزم ، فشرب الطفل وأمه ونجيا من الموت المحقق.

الماء ، رمز الحياة ، وانفجار العين جرّ الطيور من الأفاق نحو هذه الأرض ، والقوافل شاهدت حركة الطيور ، فاتجهت هي أيضاً نحو الماء وبركة هذه العائلة تحولت أرض مكة إلى مركز حضاري عظيم.

ليس سعي المسلمين بين الصفا والمروة مجرد ذكرى لحادثة تاريخية، وإنما هو حكم شرعي قديم من ملة أبينا إبراهيم عليه السلام، تلك الملة الحنيفة التي جاء بها محمد صلى الله عليه وسلم ، فيجب على الساعي بينهما أن يقصد بسعيه عبادة الله؛ امتثالاً لقوله عز وجل (إن الصفا والمروة من شعائر الله) سورة البقرة، وهذا يتعلق بقصد القلب تم لا بد من عمل بدني يتم له القصد ويكمله، ليحصل له التأثير في نواحي سلوكه، فيكتسب من سعيه النشاط في أعماله الدينية والدنيوية بلا كلل ولا فتور، مُتطلعا إلى لطف الله ورحمته، واثقاً

به، معتمدًا عليه، قائما بحقيقة التوكُّل التي قامت بها أم إسماعيل، معالجا أقداً الله بأقداره الأخرى، كما عالجتها أم إسماعيل، مميزاً بين حقيقة التوكُّل الذي قامت به أمُّه وبين طريقة اليأس والقنوط التي رفضتها من الأساس.

الطواف بالبيت توافق مع نظام الكون

في عام 1977 حاول فريق من الباحثين المسلمين التعرف على مركز الكرة الأرضية بقصد تيسير الصلاة للمسلمين ، وتسهيل تعريفهم باتجاه القبلة الدقيق في أي مكان في العالم ، فكانت المفاجئة بأن وجدوا أن بيت الله الحرام هو مركز اليابسة على الكرة الأرضية ، وعندما تمت إعادة التجربة عدة مرات بغرض إخراج نتائج أخرى كانت تلك هي النتيجة الظاهرة.

وعن قصة هذا الاكتشاف الغريب يروي العالم المصري الدكتور حسين كمال الدين، كباحث مختص في علم الفلك الطبوغرافي (1913-1987) ، أنه بدأ يرسم خريطة جديدة للكرة الأرضية لتحديد اتجاهات القبلة بهدف مساعدة إي شخص في العالم على تحديد ومعرفة مكان القبلة ، نظرا لكون العديد من المسلمين حينما يتواجدون ببلدان أجنبية ، أو بأمكنة ليست بها مساجد يجدون صعوبة في تحديد مكان القبلة.

وبعد أن وضع الخطوط الأولى لإعداد هذه الخريطة ورسم عليها القارات الخمس، ظهر له فجأة هذا الاكتشاف العجيب وهو أن موقع مكة المكرمة يوجد في وسط العالم وأن اليابسة على سطح الكرة الأرضية موزعة حول مكة توزيعاً منتظماً ، وكرر المحاولة فإذا به يكتشف أن مكة هي أيضاً مركز الأرض اليابسة، حتى بالنسبة للعالم القديم يوم بدأت الدعوة للإسلام.

ويضيف العالم الدكتور حسين كمال الدين في بحثه **المرشد لاتجاهات القبلة للصلاة** : " لقد بدأت بحثي برسم خريطة تحسب أبعاد كل الأماكن على الأرض، عن مدينة مكة، ثم وصلت بين خطوط الطول المتساوية لأعرف كيف يكون إسقاط خطوط الطول وخطوط العرض بالنسبة لمدينة مكة، وبعد ذلك رسمت حدود القارات وباقي التفاصيل على هذه الشبكة من الخطوط، واحتاج الأمر إلى إجراء عدد من المحاولات والعمليات الرياضية المعقدة، بالاستعانة بالحاسب الآلي لتحديد المسافات والانحرافات المطلوبة، وكذلك احتاج الأمر إلى برنامج للحاسب الآلي لرسم خطوط الطول وخطوط العرض، لهذا لإسقاط الجديد، وقدراً اكتشفت أنني أستطيع أن أرسم دائرة يكون مركزها مدينة مكة وحدودها خارج القارات الأرضية الست، ويكون محيط هذه الدائرة يدور مع حدود القارات الخارجية."

مكة إذاً، بتقدير ومشينة من الله عز وجل هي قلب الأرض، وهي بعض ما عبر عنه العلم في اكتشاف العلماء بأنها مركز التجمع الإشعاعي للتجاذب المغناطيسي، وخير دليل على قوة هذا الانجذاب هو ذلك الإحساس العجيب الذي يتذوقه كل من زار مكة حاجاً أو معتمراً بقلب منيب، فهو يحس أنه ينجذب فطرياً إلى كل ما فيها، أرضها وجبالها وكل ركن فيها، حتى ليكاد لو استطاع أن يذوب في كيانها مندمجاً بقلبه وقالبه. كل مسلم مهما سافر وراح بلداناً أخرى تبقى مدينه واحدة بقلبه يكن لها الحب والشوق . مدينة عند زيارتها تحقق الأحلام بالدعاء ترتاح فيها النفسية ، ارض وطأت عليها قدم اشرف الخلائق محمد صلى الله عليه وسلم.

وتوصل كذلك عالم أمريكي في علم الطبوغرافيا إلى نفس النتائج بعد أن قام بعدة تجارب وبحوث بواسطة الخرائط الأرضية وغيرها من الآلات والأدوات العلمية الحديثة ، فإذا به يكتشف عن غير قصد وبدون ان يكون مدفوعاً بأية عقيدة دينية ، ان مركز تلاقي الإشعاعات الكونية هو مكة.

هذا الاكتشاف العلمي واضح في قوله عز وجل تعالى في سورة الشورى {وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ قُرْآنًا عَرَبِيًّا لِّنُنذِرَ أُمَّ الْقُرَى وَمَنْ حَوْلَهَا وَنُنْذِرَ يَوْمَ الْجَمْعِ لَا رَيْبَ فِيهِ فَرِيقٌ فِي الْجَنَّةِ وَفَرِيقٌ فِي السَّعِيرِ} ، ومن ثم يمكن التعرف على الحكمة الإلهية في اختيار مكة بالذات ليكون فيها بيت الله الحرام، واختيار مكة بالذات لتكون

نواة لنشر رسالة الإسلام للعالم كله، وفي ذلك من الإعجاز العلمي في القرآن الكريم الذي أظهر أفضلية مكانها عن سائر البقاع.

وأما طواف الحجاج حول الكعبة بالبيت العتيق ، فهو تشبه منهم بالملائكة الحافين بعرش الله، الطائفيين به، المسبحين حوله، وفي هذا سُمُو للروح وتعلق بمكان تشتاق إليه أفئدة المؤمنين وتنتعش أرواحهم بالطواف حوله وألسنتهم على اختلافها تتضرع بالدعاء والتوسل إلى رب النعم الذي عرشه في السماء تطوف حوله الملائكة ويطوف حول بيته العتيق بالأرض عباده المسلمين .

أتبت العلم إن كل شيء في هذا الكون يدور ويطوف حول مركز محدد، فالإلكترونات في الذرة تدور حول النواة، والكواكب تدور حول الشمس، والنجوم في المجرة تدور حول مركز المجرة، والمجرة تدور حول مركز لتجمع المجرات وهكذا ، ولو تأملنا جميع هذه الدورات نلاحظ أنها تتم من اليسار إلى اليمين، وسبحان الله لو تأملنا حركة الحجاج حول الكعبة نلاحظ أنها تتم بنفس الاتجاه أي من اليسار إلى اليمين، وكأننا عندما نطوف حول بيت الله إنما نتناغم مع حركة الكون كله، فكل شيء يسبح بحمد الله ويمتثل أمره ونحن في طوافنا نسبح بحمد الله ونمتثل أوامره، وهو أعظم درس في تعلم مهارات الصبر والتناغم مع مشيئة الله عز وجل والاستلام لإرادته بدون سخط أو ضغينة أو نقص أو مقاومة مع اليقين التام في حسن الاستجابة وحلول البركة بكافة تجلياتها في حياة الطائفيين من صحة ورزق ويسر وسعادة. وتحدثنا حديثا علوم التنمية البشرية عن قانون " التناغم - اللاتعلق - عدم المقاومة " لتخليص النفس من المعاناة والسخط والشكوى والرضي بالقضاء خيره وشره ذلك أن السير ضد التيار يخلق المتاعب وإن السير باتجاهه يخلق الرضا والطمأنينة والقبول .

فوائد نفسية للحج

قد يعتقد بعض المستشرقين وبعض المشككين في المناسك التي يقوم بها الحجاج من طواف حول الكعبة ورمي للجمرات ووقوف بعرفات ، أن المسلمين يتبعون عادات لا فائدة منها ويطبقون طقوساً ناتجة عن الخرافات والأساطير القديمة وللإجابة على هؤلاء قمت بعملية بحث وتأمل لهذه العبادات مستعينا بما توصلت إليه من نظريات وكذلك ، بفضل التكوين الأكاديمي الذي حصلت عليه في مجال علوم البرمجة اللغوية العصبية والتنمية الذاتية، فوجدت في كل منها فائدة عظيمة تثبت ما توصل إليه علماء الغرب أنفسهم ذلك أن الأساليب التي ينصح بها هؤلاء المعالجون هي موجودة وراسخة في تعاليم ديننا الحنيف .

في كتابه "مئة طريقة لتحفيز نفسك"، لمؤلفه ستيف تشاندلر يحكي فيه عن تجربة قام بها لصالح مجموعة من المشاركين في إحدى ورشاته حيث ما إن دعاهم إلى كتابة لائحة بالأشياء السلبية التي لا يريدونها حتى استرسلوا طويلاً في التعبير عن مخاوفهم وشكواهم الشيء الذي اضطرهم إلى تحريك أصابعهم وأيديهم حتى لا يصابوا بتشنج عضلي من جراء الكتابة ، فحينها أدرك هذا المدرب قوة السلبية وتأثيرها في حياتنا وهو نفس الاستنتاج الذي أكدته بعض الدراسات التي أجرتها إحدى الجامعات في كاليفورنيا ، حيث توصلت إلى أن مجموع الأفكار التي تدور بعقولنا يومياً تصل إلى 80 ألف فكرة تقريباً ، منها 60 في المائة مما نقوله لأنفسنا تكون سلبية وتعمل ضد مصلحتنا . عندما نطرح على عقلنا سؤالاً ما، فهو يحاول جاهداً أن يكتشف الإجابة من أجلنا إذا سألناه مثلاً "لماذا الحياة بائسة للغاية؟"، فإن عقلنا سوف ينشغل بمحاولة الإجابة على هذا السؤال، وسوف يبحث في كل النواحي السلبية من حولنا من أجل إيجاد الإجابة المناسبة. والأمر صحيح كذلك إذا طرحنا عليه سؤال حول كيف يمكن أن نعيش سعداء ، فالأجدر بنا إذا أن نوجه لأنفسنا أسئلة تركز على الجانب الإيجابي للحياة .

لذلك ينصحنا الله عز وجل بحسن الظن بالله كما يقول سبحانه وتعالى في الحديث القدسي " أنا عند ظن عبدي بي " وإن كل ما أصاب المؤمن كله خير؛ إن أصابته سرّاً شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراً صبر، فكان خيراً له . فمع الضيق فرج ومع الشدة سعة وفي رحم كل ضائقة انفراج ومفتاح لحلها ، فصنع الله عجيب فسبحان مبدل الأحوال من ضعف إلى قوة ومن ذل إلى عزة ، ومن فقر إلى ثراء . ولصحة نفسية جيدة ينصح أطباء علم النفس الذين يعانون من الاكتئاب بالابتعاد عن السلبيات، وعدم إطالة التفكير بها، وتجنب النظر إلى الجوانب السيئة من كل الأمور التي تحدث، ومحاولة السيطرة على الأفكار السلبية، وعدم ترك المجال لها لتسيطر على صاحبها، ومحاولة إعطاء الأفكار الإيجابية قيمة أكبر، لكي لا يتسنى للأفكار السلبية معاودة الظهور مرة أخرى في حال غياب الأفكار الإيجابية.

إن أحسن موقف يتخذه العبد في حياته للسيطرة على الأفكار السلبية التي توسوس بها نفسه الأمانة هو التمرد عليها ، حينما يقول لها " لا " يكون موقفه أقوى من الموقف الذي اتخذه حينما قال لها "نعم" وطاوعها ، فمن الأمور النفسية المعروفة أن النفس الإنسانية تميل إلى اللهو واللعب والشهوات، والأمور السهلة اليسيرة التي لا تنفع الإنسان في دينه ولا في دنياه ، ويزيد الأمور سوءاً وصعوبة تزيين الشيطان لتلك الأمور إلى النفس، ووسوسته إليها بأنها نافعة ، وجالبة للراحة النفسية، إلى غير ذلك من الأوهام والوساوس، ذلك أن هدف الشيطان من تزيين هذه الأمور للعبد ، وزخرفتها له، هو الإيقاع بالإنسان في استئثار الطاعات، والتكاسل عن القيام بالواجبات، واستصعاب الفرائض والنوافل، وهنا نستحضر قصة

سيدنا إبراهيم عليه السلام حين أراد الامتثال لأمر الله تعالى بذبح ابنه إسماعيل، فاعترضه الشيطان، فرماه إبراهيم عليه السلام بسبع حصيات، فانطلق، ثم اعترضه مرة أخرى فرماه بسبع حصيات، ثم اعترضه مرة ثالثة فرماه بسبع، ثم أضجع إبراهيم عليه السلام ابنه على جبينه وأجرى السكين على عنقه ولكنها لم تقطعه بإذن الله ففداه الله بكبش عظيم .

فرمي الجمرات شعيرة من أعظم شعائر الإسلام التي يقوم بها الحاج لترويض النفس على الجهر بلا أمام وسواس الشيطان وان موقفه ثابت وليس متذبذب وانه مصر على مخالفته بإيمان وقوة وان قول نعم للشيطان تعني الخضوع والخنوع والاستسلام لعدوه ، مثل المدمن الذي لم يستطع أن يقول لا للإدمان. ما يقوم به الحاج في الحج من رمي للجمرات هو تطبيق عملي وتدريب للنفس على عدم الاستجابة والانصياع لوسواس الشيطان ، فعندما يرمي المنطقة التي تعبر عن إبليس، فإنه عند ذلك يتخيل أن الشيطان موجود فيقوم برميهِ بالحصى، ويتصور مع كل حصاة يرميها به، أنه في حالة حرب معه وأنه عدو له وأنه يجب أن يحذر منه ومن وسوسه.

فأولو الألباب من الحجاج يعثون بهذا الرجم لمواقف الشيطان، ويأخذون من ذلك دروساً وعبراً؛ ليعاملوا كل شيطان من شياطين الجن والإنس بالرجم المعنوي، الذي هو لعنه وبغضه وعصيانه والابتعاد عنه، فيعرفون كما عرف أبوه إبراهيم أن كل من يحاول صدهم عن أمر الله أو فتنهم عن دين الله، أو إشغالهم عن ذكر الله بأي أسلوب ، فهو شيطان ، فيرجمونه ببغضه ورفض ما يبثه أو ينفث في نفوسهم ، وهذا من بعض فوائد الحج.

فإبراهيم عليه السلام علم المسلمين تعليماً عملياً رائعاً في فن إدارة العواطف النفسية وهو " **الصدق الحقيقي مع الله**" ، بأن يفضلوا إرادة الله على إرادة أنفسهم ويبادروا إلى التنفيذ، فنجح في الامتحان، فكافأه الله وشلّ حركة السكين عن حلق ابنه، وفداه بذبح عظيم، وجعلها سنة مؤكدة باقية في المسلمين إلى يوم القيامة؛ ليعاملوا الله معاملة المحب لحبيبه، فيضحوا بمرادات أنفسهم ومحبوباتها في سبيل مراد الله ومحبوته، فإذا عرف الحجاج هذا المقصود الإلهي، والحكمة العظيمة من تشريع الهدى والأضاحي، وأدركوا هذا السرّ العظيم، عادوا يحملون لباب الدين الصحيح، الذي يجعلهم لا يتوانون في تنفيذ شيء من أمر الله، لا تمنعهم لذة النوم وشهوة الفراش عن المبادرة إلى صلاة الفجر؛ تفضيلاً لمحسوب الله على محبوب أنفسهم، ولا يمنعهم الطمع في المادة والجشع في الربح عن ترك الغش، والتدليس ، وإنفاق السلع بالأيمان الكاذبة، بل يتركون جميع هذا؛ تفضيلاً لما يُحبه الله من الصدق على ما تحبه نفوسهم من الطمع، ولا يمنعهم حب الشهوة والطمع في اللذة عن غض البصر والتزام العفة بحفظ فروجهم؛ تفضيلاً وتقديم ما يحبه الله على ما تحبه نفوسهم وتشتهيه، ولا يمنعهم الشحّ وحب الحياة عن الإنفاق في سبيل الله، والجهاد بأنفسهم وأموالهم؛ تقديماً لما يريد الله منهم على ما تريده أنفسهم الأمانة بالسوء.

وبالفعل بعد ممارسة هذه العبادة يحس الحاج وكأنه وُلد من جديد كما جاء في الحديث الذي أخرجه البخاري ومسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه انه قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول " من حج فلم يرفث ولم يفسق رجع من ذنوبه كيوم ولدته أمه " .

التلبية استسلام وتصفية وتهذيب للنفس

بعد أن فارق الحاج أهله وبلده متجها نحو مكة المكرمة يشرع في التلبية ابتداء من المواقيت ، جمع ميقات، حيث تُعرّف المواقيت أنها الأماكن التي شرعت لنا بالإحرام من عندها، إعلاناً ببدء مناسك عبادتي الحج، والعمرة، وقد حدّد لكل منطقة ميقاتاً خاصاً، فأهل المدينة المنورة يُحرمون من ذي حليفة، أو أبار علي كما تعرف في وقتنا الحالي، أما أهل بلاد الشام فيُحرمون من الجحفة الواقعة في المنطقة الشماليّة الغربيّة من مكة المكرمة، في حين يحرم أهل العراق من ذات عرق، وأهل اليمن من يللم.

يجب على الحاج قبل لبس الإحرام الاغتسال وإزالة شعر العانة وتقليم الأظافر، ومن ثمّ الوضوء، وارتداء رداء وإزار أبيضين نظيفين، وطاهرين، ثمّ التطيّب، وصلاة ركعتين خارج أوقات الكراهة المحددة شرعاً، وبعدها ينوي المسلم بالقلب واللسان قائلاً: "اللهم إني أريد العمرة فيسرّها لي وتقبلها مني، " وان كان ينوي الحج ينوي ذلك ، ويشرع في التلبية.

إن الشروع في ترديد التلبية وبصوت مجلجل جماعي بين الحجاج ، و بإحساس مرهف هو استجابة رائعة واستسلام متكرر لخالق عظيم رحيم، مما يزيد في تقوية عزائمهم وصفاء نفوسهم لتصبح هادئة في سكون تام، باكية من شدة الشوق والإيمان، استجابة لنداء الله ، منسلخين من جميع مفاخر الحياة ، متساوين لا فرق بين غنيهم وفقيرهم، بزي واحد كالأموات مرددين:

" لبيك اللهم لبيك، لبيك لا شريك لك لبيك، ان الحمد والنعمة لك والملك، لا شريك لك ".

وفي ذلك اعتراف وإشعار كامل بحقيقة العبودية لله وحده وتأخي ومحبة بين جميع المسلمين ذلك ان تكرارها باللسان وانشغال القلب بها تأكيد وتثبيت لمعاني الإيمان والتوحيد والشعور بفضل الله وبقربنا إليه .

الامتناع عن الجدل والتربية على الذكاء العاطفي

هنالك عادات نادرًا ما نلتفت إليها، مثل الجدل، فهذه العادة السيئة كثيراً ما تورث الخصام مع الآخرين وتسبب ضياع الوقت والجهد، إلا المجادلة بالتي هي أحسن، وهذه قليلة في عصرنا هذا، ومن أسس الحج الصحيح تجنب الجدل والمناقشات العقيمة. إذا، الحج هو تمرين على رياضة الامتناع عن الجدل وممارسة التغاضي والصمت.

وبالرجوع إلى الدراسات والأبحاث التي قام بها علماء نفس أمريكيون حول الذكاء العاطفي، حيث خلصت كلها في توصياتها إلى ضرورة تمرين النفس على قلة الجدل لأن ذلك يسبب الخصام مع الآخرين، وهي نفس التعاليم التي جاء بها الإسلام منذ ما يزيد عن ألف سنة في أسرار الحج ومنافعه، من تربية للنفس على العفاف والهدوء والأدب العالي قبل أن يتوصل إليها علماء الغرب، كما قام بذلك من خلال الدراسة التي أنجزها عالم النفس الأمريكي دانيال جولمان حول الذكاء العاطفي، حيث يعرفه بأنه فن إدارة العواطف عبر القدرة على تهدئة النفس والتخلص من القلق الجامح، و التهجم، و سرعة الاستثارة، و ضبط النفس عبر التحكم في المشاعر في حالة وقوع الأسى، و أن من يفتقرون إلى هذه المقدرة، يظل كل منهم في حالة عراك مستمر مع الشعور بالكآبة، أما من يتمتعون بها فهم ينهضون من كبوات الحياة و تقلباتها بسرعة أكبر لأن لهم القدرة على حث النفس على الاستمرار في مواجهة الاحباطات، و التحكم في النزوات، و تأجيل الإحساس بإشباع النفس و إرضائها، و القدرة على تنظيم الحالة النفسية، و منع الأسى أو الألم من شل القدرة على التفكير.

وقد تطرقت إلى هذا الموضوع بشرح مفصل في كتابي الصادر بالفرنسية سنة 2015 تحت عنوان :

” Intelligence émotionnelle dans le vécu marocain Mythe ou Réalité ”

(الذكاء العاطفي في الواقع المغربي واقع أم خيال) ، حيث تطرقت فيه بالتفصيل للتعريف بهذا النوع من الذكاء كواحد من تسعة ذكاءات أخرى متعددة ، وقد حاولت مقارنته انطلاقاً من بعض الحالات في واقعنا المغربي ، سواء في كيفية التعامل داخل الأسر، أو في مجال المقابلة، أو في المجال الصحي والتربوي. الذكاء العاطفي كما عرفه مكتشفه عالم النفس الأمريكي دانييل جولمان في كتابيه الشهيرين ، هو فن إدارة العواطف و كذلك طريقة معاملة وأسلوب نستخدمه من أجل مساعدة الآخرين لدرجة أن من يتميز بهذه المهارة العاطفية يكون إنسان محبوب وجذاب الكل يشنق إلى صحبته لأنه يملك سلعة اجتماعية ذات قيمة خاصة تجعل كل من يلتقي به يحس أنه بخير . إنهم الأرواح التي يلجأ إليها الآخرون عندما يحتاجون إلى العاطفة أشد الاحتياج، فنحن جميعاً جزء من طاقم إنساني يجمعنا معاً، نتبادل فيه العواطف لنكون في حالة أفضل أو أسوأ.

عندما يتفاعل شخصان معاً، تنتقل الحالة النفسية من الشخص الأكثر قوة في التعبير عن مشاعره إلى الشخص الآخر الأكثر سلبية و عموماً هذا ما نراه في تناسق حركات أجسام المتولين عاطفياً أثناء حديثهم، وقد أكد ذلك باحث سويدي حيث وجد أن الناس حين يرون وجهاً باسم أو غاضباً، تظهر على وجوههم الحالة النفسية نفسها من خلال تغيرات طفيفة في عضلات الوجه، كما لو كانت تتم بأجهزة استشعار الكترونية لا تظهر للعين المجردة.

إن التوافق في الأمزجة هو جوهر علاقة الألفة، كما أن أحد العوامل المؤثرة في التفاعل بين الناس هو مدى الدقة التي يتم فيها التزامن العاطفي بينهم. فإذا كانوا خبراء في التناغم مع حالات الآخرين النفسية، أو قادرين على استيعاب الآخرين تحت سيطرتهم، عندئذ يسهل تفاعلهم أكثر على المستوى العاطفي وعلى النقيض من ذلك فإن من يفتقرون إلى مقدرة إرسال و استقبال العواطف، يعانون من المشاكل في علاقاتهم مع الآخرين، و لا يشعر من يتعاملون معهم بالراحة، حتى من دون أن يدركوا سبباً لهذا الشعور.

وهنا نستشعر أهمية الحكمة الإلهية في حث الحاج على فعل الخير قولاً وعملاً من كلمة طيبة ومواساة وتعاون ، وهي مجموعة الانفعالات التي تؤكد على عمق تمكن الحاج على المستوى العاطفي من تفهم الحالة المزاجية لدى باقي إخوانه الحاج .

ولو تدبرنا الآية من سورة البقرة حيث يقول الله تعالى «الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ» فإن من أراد أن يعمل بهذه الآية، فعليه ألا يتدنّى إلى الرفث، ولا يتدنس بالفسوق، ولا ينطق بالفحش، بل ولا يشغل نفسه بالجدل والنقاش الذي لا طائل وراءه، ولا ينظر نظرة مريبة، ومن يلزم نفسه بهذا كله في أيام الحج، فإن أثر ذلك سيبقى له بإذن الله بعده، ولو درساً يتذكره كلما مالت به السبل، أو زاغ عن الطريق ، وهو ما يسمى في علوم البرمجة اللغوية بالرابط (Ancrage).

إذا ، على المؤمن أن يكون بعيداً عن الجدل الذي يثير العداوات والشحناء، فالحج وسيلة للمحبة والتعاون والصفاء، ومن حكمه العظيمة ترك ما يسبب البغضاء من رفث أو فسوق أو جدال، فهو وسيلة عظيمة إلى صفاء القلوب واجتماع الكلمة والتعاون على البر والتقوى، والتعارف بين عباد الله في سائر أرض الله. فإذا صدر من الحاج لأخيه غيبة فيجب عليه أن يتوب إلى الله منها ويطلب السماح من أخيه، حتى تكون الكلمات في الحج كلها تدعو إلى الخير والبر والتقوى والتعاون على الخير والصفاء، والبعد عن كل ما يسبب الفرقة والاختلاف. أما الجدل بالتي هي أحسن فهذا مطلوب دائماً في كل وقت، قال تعالى في سورة النحل " ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن " فلا حرج إذا، في الجدل بالتي هي أحسن لإزالة الشبه وإيضاح الحق بأدلته، مع البعد عن أسباب الشحناء والعداوة ، مصداقاً لقوله عز وجل في سورة البقرة " وما تفعلوا من خير يعلمه الله ".

وفي هذا حث وتحريض على أنواع الخير، فعلى الحاج أن يحرص على فعل الخير بكل وسيلة، والله سبحانه يعلمه ويجازي عليه، والخير يشمل القول والعمل؛ فالكلمة الطيبة والنصيحة والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر كله خير، والصدقة والمواساة وإرشاد الضال وتعليم الجاهل كله خير، فجميع ما ينفع الحاج أو ينفع المسلم من قول أو عمل مما شرعه الله وما أباحه جل جلاله كله خير.

عرفات مكان لتخلية القلوب من الذنوب وشحنها بالعطايا الربانية

هناك العديد من الروايات فيما يخص تسمية عرفات , أشهر ما قيل فيها هو أن سيدنا إبراهيم وابنه إسماعيل أتاهما جبريل عليه السلام ، فعلم سيدنا إبراهيم المناسك حتى أوصله إلى عرفات وقال له أن الحجاج يتعارفون فيها ، فسمي هذا الموقع عرفة ، وهناك قول آخر وجيه ، وهو أن الحجاج إذا وقفوا في عرفة أشهدوا للحق سبحانه بالربوبية والجلال والصفدية وبِعَظِيم أنعامه عليهم ، وشهدوا على أنفسهم بالفقر والذلة والمسكنة وشدة الحاجة والعبودية.

وهو كذلك يوم إكمال الدين ويوم إتمام النعمة ويوم الرضوان ؛ لأنَّ أعظم النعم نعمة الدين، التي ينال أهلها سعادة في الدنيا و أخرى في الآخرة، وقد تَمَّت في ذلك اليوم، وأما تسميته يوم الرضوان، أي أن الله عز وجل رضي لهم بدينهم، الذي تمسكوا به وهو الإسلام، فهي بشارة بِشَرِّهم بها في ذلك اليوم، فلا يوم أكمل ولا أشرف من اليوم الذي بشرهم فيه بإكمال الدين، فهذا اليوم يوم صِلَّة الواصلين؛ كما يقول عز وجل في سورة المائدة " الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتِمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيْتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا ".

والحاج وهو واقف بعرفة داعيا متوسلا للمولى عز وجل أن يغفر له الله ذنوبه يستشعر كذلك الموقف العظيم ليوم القيامة الذي يجتمع فيه الناس على حالة واحدة، وفي مستوى واحد، ومُعْتَبِرًا بموقف إخوانه المسلمين، الذين اجتمعوا من كل جنس، آتين من كل فج عميق لمقصد واحد هو وجه ربِّ العالمين، يسألونه الرحمة وغفران الذنوب، وينظر فيه إلى حقيقة المساواة في هذا الدين الإسلامي، الذي لا يتميز في إقامة شعائره أحد على أحد مهما اختلفت شخصياتهم، وألوانهم وعرقهم ، كل حاج يرجو النجاة متضرعا إلى الله بالرجاء والرحمة لتتحقق المغفرة والعق من النار كما ورد عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله صلي الله عليه وسلم قال: "ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيها عبدا من النار، من يوم عرفة، وأنه يباهي بهم الملائكة"،

ومن اجل ذلك تتأهب الخلائق الوافدة للحج إلي الوقوف بعرفة، وتستعد للقيام بهذه الرحلة الروحية، وتتنافس في السبق إلي موقف الرضا، والرحمات ومكان نزلات المنح الإلهية، والعطايا الربانية، فيدفعهم طمعهم إلي ساحة الكرم، ويسرقون أملهم إلي حمي المضيف العظيم، يرجون عطفه ويلتمسون مغفرته، والقلوب إذ تستجيب لهذه الدعوة الربانية، وتتهافت علي ساحة الجلال والنفحات الرحمانية، فما ذلك إلا أنها تري فيها سعادتها وحياتها، وتحس الأرواح بأن فيها متعتها وأنسها، وتشعر بلذة وفي ذلك فليتنافس المتنافسون مصداقا لقول رسول الله صلي الله عليه وسلم: "الحج عرفة".

ومقارنة بين نجاعة الطب النفسي و توبة يوم عرفات في الكشف عن أسرار النفس ، نجد أن مهمة الطبيب النفسي تقتضي الدخول في نفس مريضه ليصل إلى حقيقة الصراع الناتج عن مجموعة من التناقضات والشهوات والرغبات ،كالصراع بين الفضيلة والرذيلة والصدق والكذب وبين الصراحة والنفق وبين الأمانة والخيانة ، وباختصار مجموع الصراع الأبدي بين التقوى والفجور ، ولا يمكن للطبيب أن يصل إلى أسرار النفس من اجل تحريرها إلا من خلال اعتراف صاحبها ، ذلك أن أسرار النفس الأمانة عالم مظلم شديد العتامة، تكمن فيها الغرائز وتكمن فيها الصفات الحيوانية كلها . على العكس من ذلك ،فان يوم عرفات لا يحتاج العبد إلى كل هذه المراوغات والإنكار والجلسات النفسية ، بل هناك اعتراف مطلق لله سبحانه وتعالى بالتوبة الخالصة النصوح ، فالتوبة اصدق لأنها اعتراف بلا كذب ولا خداع والحاج يستجمع كل ماضيه في ذاكرته في لحظة بما في ذلك خطاياه وذنوبه ،ويعترف اعترافا مفصلا بدقائق ما فعل لأنه من خلال إيمانه يعلم أن الله سبحانه مطلع عليه يعلم خائنة الأعين وما تخفي الصدور ،والتائب يلج في الدعاء وهو موقن بالإجابة لأنه يعلم انه يخاطب ربا غفورا رحيمًا .

إن قمة الخضوع و التواضع والتدلل لله عز وجل هو بعد النهاية من عرفات و التوجه نحو مزدلفة أو المشعل الحرام للمبيت بها فوق أرض جرداء بلباس الإحرام حيث تنعدم كافة وسائل الراحة والترفيه من مكيف للهواء وسرير مريح وغرفة نوم ... الحاج مأمور فقط بذكر الله ، سواء عند الجبل أم بعيداً منه حسب ما يتسنى له ، فيذكر الله بالتذكير والتلهيل والتلبية والتحميد والدُّعاء، ويكون مجتهداً في ذلك.

وهو درس مفيد للتخلص من الماديات والتعلق بها لأنها فانية وما عند الله لا يفنى ، ولهذا كان الرسول يخاف على أمته من الدنيا و يحذرهم منها في كثير من المواقف.

روى الترمذي، عن عبد الله بن مسعود قال: نام رسول الله على حصير، فقام، وقد أثر في جنبه، فقلنا يا رسول الله، لو اتخذنا لك غطاءً تنام عليها فقال: "مَا لِي وَمَا لِلدُّنْيَا، مَا أَنَا فِي الدُّنْيَا إِلَّا كَرَائِبٍ اسْتَنْطَلَتْ تَحْتَ شَجَرَةٍ، ثُمَّ رَاحَ وَتَرَكَه".

ومع أن الدنيا تغيرت بعد ذلك مع رسوله الكريم بعد أن كان مطارداً، ولا يجد من ينصره أصبح رئيس دولة، وممكن في الأرض، وأصبح عنده بيت مال، وتأتي له الغنائم، والجزية من أماكن كثيرة جداً، ومع ذلك لم يتغير وظل كما هو إلى أن مات ، حيث أن الحياة على الأرض بالنسبة له عليه الصلاة والسلام شبيهة بفترة القيلولة التي قضاها تحت ظل شجرة في صحراء واسعة جداً مر عليها في يوم من أيام حياته، واليوم مضى وانتهى .

يصبح مفهوم حياة الإنسان على وجه الأرض من منظور ديننا الحنيف يساوي لشيء ، إذا قارننا بين عمر الإنسان في الأرض و الفترة التي سيعيشها في القبر حيث يوجد أموات منذ آلاف السنين وما فوق فبعدها قيامة ويوم بعث ، ثم خلود وحياة إلى ما لا نهاية، إما جنة أو نار. إذا، وبمنطق الرياضيات فإن الشيء الذي يقارن بلا ما لانهاية يساوي صفر ، فحينما نحسب حياة الإنسان على وجه الأرض مثل من استراح في وقت القيلولة فقط، تحت ظل شجرة في يوم من الأيام، فالفترة تساوي صفراً؛ لأنها تقاس إلى ما لا نهاية بيوم القيامة.

هكذا هي الدلالة الإنسانية للزمان في الإسلام حضارية بامتياز ، حيث أن عمر الإنسان لا يحدد بالزمن الذي عاشه بل بنوع العمل الذي أذاه ، فالقيمة بالنتائج التي يتركها والأفعال والانجازات البشرية وليس كمية الثراء أو الجاه أو النفوذ الذين وصل إليهم ، كما جاء في قوله صلى الله عليه وسلم " إذا مات ابن آدم انقطع عمله إلا من ثلاث، صدقة جارية ،أو علم ينتفع به ،أو ولد صالح يدعو له " .

رحلة الحج كلها شفاء

ماء زمزم شفاء وطاقة

تعتبر بئر زمزم أقدم بئر في العالم، وقد ثبت طبيياً أن ماء زمزم خال تماماً من أي فيروسات أو بكتيريا أو كائنات دقيقة، وثبت أيضاً أن هذا الماء يشفي من الأمراض المستعصية، بل إن هنالك دلائل تشير إلى أن ماء زمزم يحوي طاقة أكبر من الماء العادي، وربما تعجز الصفحات عن سرد قصص كثيرة لأناس يئس الطب من شفائهم، وعندما جاؤوا للحج أو العمرة وأخلصوا النية وشربوا من هذا الماء بقصد الشفاء شفاهم الله تعالى ، ولذلك يمكنني أن أقول بأن رحلة الحج كلها شفاء، فسبحان الله! وصدق النبي الأعظم عليه الصلاة والسلام عندما قال " ماء زمزم لما شرب له "

قصة واقعية لسيدة مغربية شفيت ببركة ماء زمزم

هي السيدة ليلي لحو، صاحبة الكتاب الشهير " فلا تنسى الله " ، تحكي فيه أنها أصيبت بمرض السرطان الذي شخصه لها الأطباء بباريس ، وأكدوا لها بأنه مرض فتاك لا ينفع معه أي علاج، وانه بدأ ينتشر في جميع أجزاء جسمها ، وبذلك فلا سبيل لنجاتها من موت محقق. وقبل العودة إلى المغرب ، اقترح عليها زوجها أن تُسافر إلى مكة لأداء العمرة ، وهناك كما تقول السيدة ليلي لحو اعتكفت في بيت الله ، وداومت على الشرب من ماء زمزم مكتفية بقليل من الأكل طوال اليوم، وأمضت أيامها في الصلاة وتلاوة القرآن والدعاء ، وأنها لم تعرف الليل من النهار مدة أربعة أيام تتلو فيها القرآن الكريم من أوله حتى نهايته، و كانت تطيل السجود في صلواتها وتبكي بحرارة على ما فاتها من خير وعلى ما أضاعته من فرائض. و فجأة، بعد عدة أيام وجدت أن الكويرات الحمراء التي كانت تشوه جسدها اختفت نهائياً وأحست أن شيئاً ما حدث وقررت العودة إلى باريس للتشاور مع الأطباء، وهناك كانت دهشة الأطباء الذين أعادوا الكشف عدة مرات غير مصدقين الحالة الغريبة الموجودة أمامهم، فقبل أيام أخبروها أن السرطان في كل مكان من صدرها والآن لا أثر لهذا السرطان، ماذا حدث؟ إنها آية الله في بركة ماء زمزم.

الفوائد الصحية للوضوء

الوضوء ينشط خلايا الجلد ويزيل التراكمت والسموم التي تعلق عليه، ويؤدي إلى نشاط الجسم بشكل عام، فالمضمضة تخلص الفم من الجراثيم الموجودة بشكل دائم في اللعاب وعلى الأسنان واللسان وفي جميع أجزاء الفم، وبالتالي صيانة الفم من أمراض اللثة والتهاباتها ومن تسوس الأسنان، وتقوي عضلات الفم والوجه وتقيه من التهابات المجاري التنفسية. أما غسل الأنف واستنشاق الماء فيخلصه من الجراثيم الموجودة فيه، بحيث أن الذي يحافظ على الوضوء بشكل جيد يبقى الأنف من الأمراض ويمنع الجراثيم من الانتقال إلى الجهاز التنفسي.

كذلك، فإن غسل الوجه جيداً أثناء الوضوء، يخلص العين من الغبار والجراثيم ويحميها من الالتهابات المختلفة، و غسل اليدين يزيل بقايا العرق من على سطح الجلد ويفتح مسامات الجلد ليستطيع التنفس بشكل جيد، بالإضافة إلى إزالة الشحوم والدهون المتراكمة على جلد الوجه واليدين بسبب إفرازات الجلد، مما ينعكس إيجابياً على الحالة الصحية للجسم.

كما أن غسل القدمين مع تدليكهما جيداً بقي الجلد في هذه المنطقة من الإصابة بفطر القدمين.

وتزيد كذلك عملية غسل الوجه واليدين والقدمين وتدليكهما في تنشيط جريان الدم في الأوعية التي تحت الجلد، مما ينعكس إيجاباً على الحالة النفسية للمؤمن فيزداد اطمئنانه وسكينته، وهذا من أسرار الوضوء حيث ينصح الأطباء النفسانيون مرضاهم بالوضوء في حالة القلق والتوتر، ولذلك أوصى صلى الله عليه وسلم المؤمنين بالوضوء أثناء الغضب، ذلك أن المؤمن عندما يؤدي الوضوء وهو متجه بقلبه إلى الله تعالى، فإنه يكون بحالة صلاة مع نور السموات والأرض، وبهذا التوجه والتفاعل يشرق النور الإلهي في قلبه منعكساً على وجهه وجوارحه فيسمها بسمه خاصة مميزة، وفي الوضوء ارتقاء روعي متواصل يشعر بحلاوته كل مخلص لربه أثناء تَوَضُّعِهِ، ولذلك يحافظ على الطهارة طيلة يومه وكثيراً ما يتوضأ على وضوئه السابق لما يجد فيه من سعادة وطمأنينة وراحة نفسية تحقق له التوازن اللازم لضبط التصرفات والسلوك

العلاج بالمشي والصلاة

في إحدى الدراسات التي قامت بها جامعة هارفارد الأمريكية ، أثبت من خلالها الباحثون أن رياضة المشي تساعد في تخفيض الإصابة بأمراض القلب بنسبة 40 بالمائة عند النساء والرجال على حد سواء. وأكدت الدراسة أن المشي يحسن التنفس عند الإنسان، ويعزز نظام المناعة، ويقضي على الكآبة، ويساعد على الوقاية من نخر العظام، ويساعد على التخفيف من مرض السكر، كما يساعد على السيطرة على الوزن الزائد الذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بأمراض القلب ومرض السكر ، ولذلك بدأ الأطباء ينصحون الناس بالمشي بدلاً من استخدام السيارات .

في عبادة الحج يعتبر المشي أمراً أساسياً في هذه العبادة ، وكما أكدته الأبحاث فإن رياضة المشي تساعد على شفاء الكثير من الأمراض المزمنة والمستعصية العلاج، وتعتبر كذلك علاجاً أساسياً ينصح به في طب الشيخوخة وإطالة العمر، ويقول الأطباء إن المشي الطويل يشفي من سرطان القولون ويعالج آلام الظهر ويحسن الذاكرة ويزيد قوة التركيز. وقد حدثنا الله عز وجل عن هذه المنافع في سورة الحج (ليشهدوا منافع لهم) ، في وقت كان الناس في أوروبا يعتقدون أن الحج ما هو إلا عذاب للنفس وعقوبة وعمل لا منفعة منه، ويؤكد علماء النفس أن المشي يكسب الإنسان احتراماً لذاته وشعوراً بالارتياح وينصحون بأن يكون اللباس والحذاء مريحين لتحقيق أفضل النتائج، وهذا ما أمرنا به الإسلام من خلال لبس لباس الحج والنعلين، فسبحان الله الذي أمرنا بهذه النصائح رحمة بنا.

كما ان في كل ركن من أركان الصلاة أسرار جسمية ونفسية ، وأهم ما يميز الصلاة الحركة فيها والحركة في الصلاة ، مفهوم متعمق، يتميز بالاتساع والحكمة. والحديث عن هذه الأسرار متجدد ، لا ينفد عطائه، ولا يمكن أن نسبر أغواره ، أو نحيط بأسراره، لأن الحركة هي الحياة نفسها ، فإذا توقفت الحركة ، توقفت معها معالم الحياة. والحركة في الإنسان ، سر من أسرار وجوده، وأسرار الحياة فيه ، فكل ما في داخل الإنسان من حياة كله في حركة ، والحياة تبدأ من الخلية ، وحياة الخلية حركة دائمة إن لم تتحرك سبحانه في خلقه ، بل هو من فيض حكمته وإحاطة علمه والأعضاء كلها في حركة ، فالقلب في انتظام دقاته والتنفس في تتابع حركاته ، وكل ما في داخل الإنسان من أحشاء، وما في خارجه من أعضاء لا تستقيم إلا بالحركة .

أما فوائد الصلاة النفسية فهي كثيرة من أهمها الراحة النفسية وقد صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم حينما كان يخاطب بلال "أرحنا بها يا بلال" ، وبهذا المعنى النفسي تكون الصلاة راحة من عناء الدنيا وما فيها إلى اتساع رحمة الله وفضل عطائه ، وكان الرسول أيضاً كلما حز به أمر فزع إلى الصلاة لما فيها من صلة بالله والاستعانة به مصداقاً لقوله عز وجل في سورة البقرة (واستعينوا بالصبر والصلاة وإنها لكبيرة إلا على الخاشعين) .

الصلاة في الإسلام موسوعة نفسية كل ركن فيها يرفع روح المؤمن درجات حتى تعرج إلى ربها فتخشع وتخضع وتسبح وتحمّد وتدعو وتبتهل وتناجي ، حتى تصل إلى درجة الإحسان في العبادة ، مرتبة التصور وتركيز الانتباه التي يعالج بها علماء النفس علل النفس وأفاتها ، وكل ذلك يتحقق بفضل الصلاة كجزء من الله ، وسوف نتحدث عن أهمية الخشوع في الفقرة الموالية من خلال تجربة تصوير الدماغ أثناء الخشوع في الصلاة والتي قام بها العالم اندريو نيوبورغ .

الصلاة بكل أبعادها تصل بالنفس إلى حقيقة التزكية وتصل بالسلوك إلى حقيقة الطهر والاستقامة ، ولا يمكن لأي منهج بشري سواء كان رياضة أو ديناً وضعياً أو فلسفة معينة ، أن تصل إلى حقيقة ما تصل إليه الصلاة ، فالفرق شاسع بين خالق يشرع برنامجاً ويهدي إليه وبين عباد هم أنفسهم يحتاجون للهداية .

الصلاة واتخاذ القرارات الصائبة

من بين الكتب التي تطرقت لموضوع تأثير الصلاة في تحسين حالة الدماغ وتحسينه ومساعدة الإنسان على التأقلم مع محيطه من أجل حياة أفضل هناك كتاب "How God changes your brain" بمعنى كيف يغير الله عقولنا ، لمؤلفه اندريو نيوبيرغ وهو باحث مختص في علم الأعصاب بجامعة بنسلفانيا ، حيث أعطى فيه دراسات علمية بالصور عن ما يحدثه الإيمان من تغيرات في دماغ الإنسان .

وتجدر الإشارة بأنه بالرغم من أن هذا الباحث غير مسلم وأنه التزم في وضع تجاربه بشكل حيادي نتيجة دراسته للدماغ من خلال تقنيته المعروفة باسم SPECT :

"Single Photon Emission Computed Tomography" ولمزيد من المعلومات حول الموضوع

يمكن تصفح الموقع www.andrewnewberg.com/change.asp

وفي دراسة قام بها هذا الباحث قام بنشرها بمجلة ELSEVIER سنة 2015 تحت عنوان :

"A case series study of the neurophysiological effects of altered states of mind during intensive Islamic prayer "

حيث قام بتصوير دماغ مجموعة من المصلين المسلمين , فعرض الصور على الماسح الضوئي

(brain scan) حيث تبين له ان العبد حينما يكون متخشعا ،قريباً جداً من ربه أثناء الصلاة، وبخاصة أثناء السجود تنشط منطقة الناصية وهي المنطقة الأمامية من الدماغ كما سنرى في البيان التالي ، بينما تهدأ المنطقة الخلفية منه



المصدر: موقع واحة الإعجاز العلمي في القرآن الكريم

مقال تحت عنوان " الصلاة تعيد برمجة العقل " بقلم المهندس عبد الدائم الكحيل

خلص البحث إلى أن منطقة الناصية مسؤولة عن التفكير الإبداعي وعن اتخاذ القرار، ولذلك فإن الصلاة بخشوع تساعد الإنسان على اتخاذ القرارات بشكل سليم، وهنا يجب التذكير بصلاة الاستخارة كأعظم سر من أسرار هذه الحكمة الربانية التي وضعها في الصلاة لاتخاذ القرار .

ويفيد الباحث في إعجاز القرآن والسنة المهندس عبد الدائم الكحيل في مقاله الذي استشهد فيه بنتائج هؤلاء العلماء الغربيين حول تأثير الصلاة بأنه ليست المرة الأولى التي يفحص فيها العلماء أموراً روحية. ففي عام 1998، برزت الأهمية العلاجية للصلاة حين درس علماء في الولايات المتحدة مجموعة من مرضى القلب وجدوا أنهم يعانون من مضاعفات أقل بعد فترة من الصلاة.

وأخيراً خلص هذا الباحث الإسلامي إلى أن الصلاة على منهج النبي صلى الله عليه وسلم هي أشد تأثيراً على آلية عمل الدماغ، ولو بحث العلماء تأثير الصلاة بخشوع، لرأوا نتائج مبهرة، فالصلاة على الطريقة البوذية أو صلاة الرهبان، ليست ذات أثر كبير لأنها تفتقر للخشوع الحقيقي الذي يجعل المؤمن في حالة القرب من الله تعالى، وتفتقر إلى المعاني العظيمة التي تحملها كلمات القرآن، وهذا يعني أن الصلاة الإسلامية تزيد من إحساس المؤمن بالأمان والرضا والسعادة، ذلك أن في صلاة المسلمين استظهار لآيات من القرآن الكريم وأذكار وأدعية وحركات من سجود وركوع في خشوع وطمأنينة وتركيز على الاستسلام للخالق عز وجل، وليس كما في بعض الممارسات حيث يتم التركيز على الطقوس وكلمات للوصول إلى مرحلة التحرر الروحي وهو ما يسمى "بالمانترا" عند ممارسي رياضة الاسترخاء كاليوغا مثلاً .

ينصح مدربو هذه الرياضة المتأملين بترديد بعض الأصوات الداخلية بالتركيز على كلمة "أوم" من أجل الارتقاء الروحي ذلك أن تركيز العقل المكثف على المانترا تماماً مثل المزارع المُرَكَّز عقله على ابنه المريض، حيث أن التركيز الثابت للعقل على أي فكرة ينتج الطاقة الداخلية الضرورية لرفع العقل إلى مستوى الفكرة المركز عليها، وهنا يكمن الفرق، ففي هذه الممارسة التأملية يتم التركيز على فكرة، بينما في الإسلام هناك استسلام وخشوع وترتيل لآيات قرآنية تعرج بروح المصلي إلى ملكوت الخالق عز وجل مستشعرين عظمتهم وهيبة الوقوف أمام جلاله .

وفي تعريف آخر للمانترا حسب موقع الموسوعة الحرة ويكيبيديا، فإن كلمة "مانترا" السنسكريتية تتكون من كلمة "مان" وتعني التفكير، وكلمة "ماناس" وتعني الروح، ومن كلمة "ترا" التي تعني "تحرير"، فيصبح معناها "تحرير الروح أو العقل"، وهناك من يقول أن "ترا" تترجم إلى "أداة" مما يجعل معناها "أداة التفكير".

في تراثنا الإسلامي اقرب كلمة عربية مرادفة لهذه الكلمة هي "الذكر" بالمعنى الصوفي الإسلامي والتي تستعمل لارتقاء الروح. وقد يكون هناك تشابه مع فكرة التسبيح الإسلامية التي تتطلب ترديد كلمات محددة من استغفار وتوحيد وصلاة على رسول الله سيدنا محمد، لتنقية النفس أو لطلب المغفرة واليسر والبركات، وبصفة عامة مادام هناك اختلاف في الطقوس يرفض المسلمون فكرة المانترا .

وعن تساؤل طرح على الباحث الإسلامي عبد الدائم الكحيل حول الفرق بين الصلاة والتأمل، أجاب أن التأمل يستخدم في رياضة اليوغا عند غير المسلمين، وأنه كرياضة مفيد للإنسان، وهذا مجرب في الغرب وفي الصين وأعطى نتائج، فكيف بممارسة الخشوع وهو أكثر تركيزاً وأكثر تنشيطاً لخلايا الدماغ؟ إن الخشوع والصلاة وتدبر القرآن يمكن أن يكون علاجاً لأي مرض كان.

وفي ختام بحثه حول هذا الموضوع يوصي الباحث الإسلامي عبد الدائم الكحيل العالم بضرورة إجراء تجارب وبحوث على تأثير الصلاة وذكر الله والخشوع والصلاة على النبي وتأثير الاستماع إلى القرآن الكريم، لنثبت من خلالها أن الإسلام هو الدين الحقيقي، ولا ينبغي أن نكتفي برفع الشعارات بحسبنا للمصطفى عليه الصلاة والسلام، بل ينبغي أن نخاطب كل قوم بما يفقهون، والغرب لا يفقه إلا لغة البحث العلمي. وهنا أود أن استشهد بمشهد عايشته بإحدى الندوات العلمية التي حضرتها بمدينة الدار البيضاء

ببلدي المغرب , سنوات مضت حول موضوع السعادة حيث فاجأنا المحاضر في نهاية الندوة بسؤال مثير. قام أولاً بدعوتنا كحضور للتمعن بالنظر في مشهدين على شاشة العرض ، أحدهما يعبر عن رجل يصلي بالطريقة الإسلامية وآخر لرجل في طقس تعبدى لبقرة, فبادر بطرح السؤال علينا عن من هو الأحق بدخول الجنة من هذين العابدين , وكان الجواب بالإجماع أن المسلم هو الذي سيدخل الجنة ، وإذا بالحضور يفاجأ بسؤال المحاضر وهل قمتم بواجبكم كمسلمين بتوجيه متعبد البقرة إلى الدين الصحيح ؟

وعودة إلى موضوع تأثير الصلاة والخشوع فيها ، يجب التنبيه أن الصلاة الإسلامية هي صلاة توفيقية وليس للبشر تدخل في نظامها الحركي بما فيه من قراءة وتسييح وهي نظام ثابت محكم تبدأ بالتكبير وتنتهي بالتسليم، فقد نزل بها جبريل عليه السلام وعلم رسول الله كيفية أدائها وأركانها ومواقيتها كما أرادها الله لعباده ، على عكس اليوجا التي في حركاتها سجود واتجاه نحو كوكب الشمس تم تركيز على أشياء عبر ترديد كلمات "الماناترا" كما شرحنا في السابق . على العكس من ذلك ، الصلاة في الإسلام هي مظهر من مظاهر التوحيد لجلاله الواحد الأحد فالاتجاه نحو قبلته وترديد آيات الثناء عليه والسجود له وحده ، وقد خلق الله هذا السجود مند دم عليه السلام فسجد الملائكة تعظيماً وتسبيحاً بقدرته .

ذلك انه في ترديد سور القرآن أثناء الصلاة فان الكلام كلام الله سبحانه، وهو صفة من صفاته التي تصل إلى الكمال وتنتهي بمقاصدها إلى مطلق الحكمة وكمال الإحاطة والعلم، فإذا انتهى جوهر التلاوة إلى الاطمئنان فان طريقة الأداء والالتزام بأداب القراءة المتواتر يوصل إلى اطمئنان النفس وهدوء المشاعر واستقرار العاطفة وسعادة الوجدان .

العلاج بالقصص القرآنية

لعلاج كثير من الحالات النفسية المضطربة ، تعتمد أساليب التطوير الذاتي الحديثة على تقنية سرد القصص (les métaphores)، من أجل مساعدة الشخص المضطرب على التحول من حالة سيئة إلى حالة أكثر انشراح وتقه بالنفس، وغير ذلك من حاجيات نفسية حسب تشخيص الحالة المعروضة ، وتساعد هذه القصص في تحفيز الأشخاص وزرع أفكار جديدة وكذلك في القضاء على الخوف والوساوس، وإعادة تشكيل وفهم المشاكل المعقدة والمستعصية بمنظور أكثر ليونة وقابلية في التحقيق ، وذلك بفعل سلسلة تسرب هذه القصص إلى قلوب الناس وعقولهم الباطنية وبغير انتباه ، بعكس الأوامر والنواهي أو تلقين المعلومات لأنها تصدر جافة بدون أي رابط يشد الانتباه إليها .

والعجيب أن القرآن الكريم يحتوي على أعظم سمات السرد القصصي ، فلقد سميت سورة كاملة بسورة القصص وقال بها تعالى:

" نَحْنُ نُقْصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ "

"فَأَقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ"

"لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَابِ"

بل أكثر من ذلك فإن أغلب القصص الواردة في القرآن الكريم تهدف لتحسين حالة المؤمن النفسية ، لما تتضمنه من حكم وامتنال وعبر وموعظة وحوار بين الأنبياء والناس، وبين الله تعالى وأنبيائه، وتارة بين إبليس وآدم ، كلها غنية جداً وتتناول كل الحالات النفسية التي قد يعاني منها الإنسان، كما سنبين لاحقاً من خلال بعض السور والتي أنزلت في القرآن بهدف التخفيف والمواساة، وعلاج أنواع من المشاكل ليتحقق الفرج والشفاء برحمته عز وجل، كما قال تعالى في سورة بونس (يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ * قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ).

1 حالة المكر والغدر واليأس

سورة يوسف نزلت في عام الحزن وهي السورة الوحيدة في القرآن، التي تقص قصة كاملة بكل لقطاتها. قال الله تعالى عنها أنه سيقص على النبي (صلى الله عليه وسلم) "أَحْسَنَ الْقَصَصِ" ، وبالفعل كما يقول علماء الأدب ، وخاصة المتخصصين في علم القصة فهي تبدأ بحلم، وتنتهي بتفسير هذا الحلم.

من الطريف أن قميص يوسف استخدم كأداة براءة لإخوته فدل على خيانتهم ، ثم استخدم كأداة براءة بعد ذلك ليوسف مع نفسه مع امرأة العزيز فبرأه ، ثم استخدم للبشارة فأعاد الله تعالى به بصر والده. نلاحظ أن معاني القصة متجسدة وكأننا نراها بالصوت والصورة وهي من أجمل القصص التي يمكن أن نقرأها ومن أبدع ما تتأثر به لكنها لم تجيء في القرآن لمجرد رواية القصص وهدفها جاء في آخر سطر من القصة وهو انه من يتق ويصبر ، فإن الله لا يضيع اجر المحسنين .

فمحور القصة الأساسي هو: تق في تدبير الله - اصبر - لا تيأس

الملاحظ أن السورة تمشي بوتيرة عجيبة .. مفادها أن الشيء الجميل، قد تكون نهايته سيئة والعكس،، فيوسف أبوه يحبه، وهو شيء جميل، فتكون نتيجة هذا الحب أن يُلقى في البئر، ثم الإلقاء في البئر شيء فطيع فتكون نتيجته أن يُكرّم في بيت العزيز،، ثم الإكرام في بيت العزيز شيء رائع فتكون نهايته أن يدخل يوسف السجن. ثم أن دخول السجن شيء بشع فتكون نتيجته أن يصبح يوسف عزيز مصر.

الهدف من ذلك هو تنبيه العبد إلى أن الكون شيء فوق مستوى إدراكه فلا يجب أن يشغل نفسه به وعليه أن يدعه لخالقه يسيره كما يشاء وفق علمه وحكمته ، وانه عندما يقع حدث لا يجب على المؤمن أن يصاب بالإحباط لأنه لم يفهم بعد الحكمة من ذلك بل يجب عليه أن يتق في تدبير الله للأمور.

كما تفيد أن الإنسان لا يجب أن يفرح بشيء قد يكون ظاهره رحمة لكنه يحمل في طياته العذاب أو العكس. العجيب أن في هذه السورة، لا نجد ملامح يوسف النبي، بل نجدها في سورة "غافر"، أما هنا فقد جاءت لتقول لنا أن يوسف الإنسان واجه حياة شديدة الصعوبة منذ طفولته ، واته لم يأت بمعجزات ، بل كان إنسانا عاديا ولكنه اتقى الله فنجح ، وهي عظة لكل شاب مسلم مبتلى أو عاطل ويبحث عن عمل ، وهي أمل لكل من يريد أن ينجح رغم واقعه المرير ، وهي أكثر السور التي تحدثت عن اليأس وكأنها تقول لنا : أن الله قادر فلما اليأس مصداقا لقوله تعالى في سورة يوسف ، على لسان سيدنا يعقوب مخاطبا أبنائه ليتحسسوا خبر يوسف (ولا تيأسوا من روح الله انه لا ييأس من روح الله إلا القوم الكافرون) .

إن يوسف رغم كل ظروفه الصعبة، لم ييأس ولم يفقد الأمل فهي قصة نجاح في الدنيا والآخرة، في الدنيا، حين استطاع بفضل الله ثم بحكمته في التعامل مع الملك، أن يُصبح عزيز مصر ،وفي الآخرة: حين تصدّى لامرأة العزيز ورفض الفاحشة ونجح.

لقد نزلت هذه السورة في عام الحزن على رسول الله صلى الله عليه وسلم في أشد أوقات الضيق وهو على وشك الهجرة وفراق مكة.

هذه السورة كما قال العلماء ما قرأها محزون إلا سُرّي عنه.

تولى الله أمر يوسف، فأحوج القافلة في الصحراء للماء ليخرجه من البئر، ثم أحوج عزيز مصر للأولاد ليتبناه ،ثم أحوج الملك لتفسير الرؤيا ليخرجه من السجن، ثم أحوج مصر كلها للطعام ليصبح عزيز مصر. إذا تولى الله أمرا لعبدها هيا له كل أسباب السعادة وهو لا يشعر، فقط عليه القول بصدق:

{وَأَقْوِضْ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ}.

2 حالة الحزن

كثير هي القصص الواردة في القرآن الكريم تحكي لنا عن قصص سير كثير من الأنبياء كسيدنا إبراهيم وموسى وعيسى عليهم السلام وعن شدة صبرهم وما تعرضوا له من ابتلاءات ، ولكن قوة عزيمتهم وثقتهم بالله حالت دون استمرار الأحزان ، التي تحولت إلى فرج وعزة ونصر وتمكين . ولا ننسى قصة خير الأنبياء سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم والمتاعب التي اعترضته أثناء نشره للدعوة من اهانة وتكذيب وتسفيه ...، لتعلم في الأخير دروسا بالغة تشمل كل نواحي الحياة ، مهما كانت الظروف

والمشاكل فإننا سنجد العلاج في هذه السيرة النبوية الشريفة ، و مهما اشتد الكرب والحزن فإن الله موجود معنا ، كما جاء في موقف نبيه الكريم في سورة التوبة " إذ يقول لصاحبه لا تحزن إن الله معنا "

3 حالة الإحساس بالوحدة والكرب الشديد

تعتبر كذلك قصة سيدنا يونس ، درساً بالغاً لمن فقد الأمل ووجد نفسه وحيداً في أخطر الأحوال يصارع الموت بلا منقذ ولا مغيث ، فالعبرة منها أن سيدنا يونس عندما وجد نفسه وحيداً في ظلمات البحر وظلمات بطن الحوت ، لم يفقد الأمل من الله تعالى وهو يمر بأصعب الظروف ، فذكر الله وسبح وكانت النتيجة أن الله عز وجل نجاه بمعجزة ، فأصبح دعاء سيدنا يونس " لا اله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين " المفتاح الرباني والدعاء المستجاب لكل من أحس بالضيق والغم ، فكما نجا الله سيدنا يونس فإن الإله العظيم قادر على أن ينجينا ويكرمنا ويرزقنا من حيث لا نحسب .

4 حالة الإحساس بالظلم

لكل من يعاني من الظلم والاستهزاء والاحتقار ، سيجد في قصة سيدنا نوح كثير من الأحداث والعبر ، حيث دعا عليه السلام قومه إلى إتباع طريق الله ولم يترك وسيلة للإقناع إلا واتبعها ، ولكن لم يؤمن معه إلا القليل ، بل كدبه قومه واستهزؤوا به إلى حد اتهامه بالجنون كما ذكر سبحانه وتعالى في سورة القمر (كَذَّبَتْ قَبْلَهُمْ قَوْمُ نُوحٍ فَكَذَّبُوا عَبْدَنَا وَقَالُوا مَجْنُونٌ وَازْدُجِرَ فَدَعَا رَبُّهُ أَنِّي مَغْلُوبٌ فَأَنْتَصِرْ) ، وهي آية مليئة بالمعاني والعبر ترفع من معنويات المؤمن ، وبخاصة من يشعر بالظلم ليتيقن بأن الله لن ينساه أيضاً وسوف ينصره في هذه الدنيا على من استهزأ به ، وبخاصة عندما يدعو الله بإخلاص.

5 حالة المرض الشديد والألم

قد يبتلى العبد في حياته بالإصابة بمرض عضال لم ينفع معه علاج ، فتكون فرصة للوسوسة وزرع اليأس من فرج الله بالنسبة للشيطان و النفس الأمارة ، ليقنط العبد المصاب من رحمة الله لكي يصرف عن ذكر الله واللجوء إليه ، وما قصة سيدنا أيوب عليه السلام إلا مثال للعبد الذي عانى وتآلم كثيراً بسبب الورم الذي حل بجسمه ، وعانى منه سنين طويلة ولكن لأنه عبد صالح لا يفقد الأمل من الله تعالى ، فلجا إليه ودعا فاستجاب له وشفاه بأهون الأسباب ، كما جاء في سورة الأنبياء في قوله تعالى :

(وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنَّا عُنْدَنَا وَذَكَرَى لِلْعَابِدِينَ) .

6 حالة التشاؤم والنظر للقدر بسخط

حينما نحزن لفقد قريب أو مرض حبيب أو فوات نعمة أو نزول نعمة ، قد ننسى أو نجهل أنه قد يكون وراء تلك الأزمة؛ منحة ربانية، وعطية إلهية، وتعد قصة سيدنا موسى مع سيدنا الخضر نموذجاً للقصص التي جاء بها القرآن الكريم لتجسيد وشرح هذه الحكمة الربانية ، حيث إن سيدنا موسى خلال رحلته استنكر التصرفات الغريبة لسيدنا الخضر ضناً منه أنها كلها أفعال مشيئة ، من إحداث ثقب بالسفينة وقتل نفس وبناء جدار بقرية رفض سكانها أن يستقبلوهم ، وفي نهاية الرحلة حينما استفسر سيدنا موسى عن الموضوع أخبره سيدنا الخضر بالحقيقة وبالحكمة الربانية في سير الأمور بهذا الشكل ، حيث أن السفينة كانت لأناس

مساكين يعملون في البحر وكان هناك مَلَك ظالم يأخذ أفضل السفن ويترك السفن التي فيها عيب أو نقص فلما رأى الثقب الذي صنعتته تركها لهم، وأما قتل الغلام لأنه كافر وسيُتعب والديه بكفره وعناده وكبره وضرر موته على والديه أقل مفسدة مما سيفعله بهما لو كان حياً وسيبدلهما الله بولد مؤمن يُدخل السرور على قلوبهما، وأما الجدار الذي في القرية فتحته كنز لولدين يتيمين كان أبوهما مؤمناً، فأراد الله أن يبقى الكنز تحت الجدار القديم ولا ينهار حتى يبلغا سنّ الرشد .

الإيمان بالقدر من أحد أركان الإيمان الستة ، وهو أصلٌ من أصول الدين الإسلامي، ولا يصح الإيمان إلا به كما دلّ على ذلك كتاب الله وسنة رسوله ،فهو وحده سبحانه وتعالى خالق العباد وأفعالهم، وخالق السماوات والأرض، ولا صغيرة ولا كبيرة ولا متحرك ولا ساكن إلا هو خالقه ومقدّره . فمتى تثبت هذا الإيمان تثبتت باقي أمور العقيدة ، فكما بين لنا من الغيبات في كتابه وسنة نبيّه ما لم نكن لنعلمه لولاه سبحانه، فهو أيضاً أخفى علينا أموراً استأثر عليها في علم الغيب عنده، فلا سبيل لمعرفة هذه الأمور إلا من خلال عالم الغيب والشهادة، ولا يسع المسلم إلا الإيمان بها والتسليم؛ لينتج عن ذلك قلباً ثابتاً مطمئناً بعيداً عن الاضطراب والشك وان كل شيء بقدر الله وحده لحكمة يعلمها وما على المؤمن إلا الاستسلام والقبول لينال الرضا والراحة النفسية من كل شكوك ووساوس تحبط عزيمته ويقينه وثقته في قدرته سبحانه وتعالى وتسخيره للكون من أجل مصلحتنا .

قبل نهاية هذا الفصل حول العلاج بالقصاص القرآنية وقيل ان أتطرق إلى موضوع المجاز في الخطاب القرآني في الفقرة الموالية .، انصح قارئ هذا الكتاب كلما شعر بحيرة وضياح أن يجمع همومه ويرحل بها إلى الله فعنده فقط سيجد النجاة وراحة البال وطمأنينة القلب ، ففي ترتيل وسماع كتابه الكريم شفاء وتخفيف للأحزان وبشارة الفرج والسور ، وهي وصفة مجربة كانت لي شفاء وطمأنينة وراحة ويسر بعد عسر في كثير من الأحداث التي طرأت بحياتي، لا يسعني المجال هنا لسردها بالتفصيل والدليل والبرهان . فلا بد في الحياة الدنيا من بلايا ومحن واختباراتٍ، فهذه طبيعتها ، وتلك سننها ، وما خلق الله الحياة إلا لابتلاء العباد ، لكن المؤمنين لما تحل بهم الشدائد يستبشرون بقرب الفرج ويعلمون أن مع العسر يسرا ولكل ضيق مخرجا ، فالله يكشف البلايا ويعلم الخفايا ، لذلك كان صلى عليه وسلم يوصي أصحابه بالتفاؤل بالخير والبشرى الحسنة، ليقينه بان الله رحيم بعباده لطيف بهم. واختتم بتوجيه نفسي ونصيحة ثمينة قالها الخبير الدولي في التنمية البشرية والبرمجة اللغوية العصبية، الدكتور إبراهيم الفقي رحمه الله ، لما لمست فيها من كنز ثمين لمن يريد أن يكسر قيود اليأس والاستسلام ويعيش بالأمل والحب والكفاح .

تذكر

أن الشتاء هو بداية الصيف
والظلام بداية النور
والضغوط هي بداية الراحة
والتوتر هو بداية السعادة
والفشل هو بداية النجاح
لذلك

عش كل لحظة كأنها
آخر لحظة في حياتك
عش بالإيمان
عش بالأمل
عش بالحب
عش بالكفاح
عش بالتطبع بأخلاق الرسول صلى الله عليه وسلم
والصحابه الكرام والأولياء الصالحين
وقدر قيمة الحياة

7 إعادة تشكيل الحقيقة وإسداء الموعظة في القرآن والسنة بأسلوب تصويري مجازي

تشكل الرموز والأمثال والاستعارات بالإضافة إلى القصص إحدى التقنيات المعتمدة حالياً من طرف العديد من المدارس النفسية من أجل تحفيز العقل اللاواعي للإنسان من أجل تغيير الأفكار نحو الأحسن ، و تشكيل حقيقة مغايرة بالمعنى والصور والصوت من أجل تحفيز الإنسان نحو التفاعل والانجاز (Ressources).

و ذلك ما تقوم به حالياً الشركات في وصلات إشهارها قصد إقناع المستهلك لشراء المنتج عبر مخاطبة عقله اللاواعي كمثال صور للسعادة والحرية والمغامرة التي نجدها مثلاً في إعلانات شركة كوكاكولا... ويعمل رجال المبيعات ليل نهار من أجل خلق رابطة وئام عميقة مع العملاء ، و استنباط معاييرهم و قيمهم و توقعاتهم ، و إشباع رغباتهم و احتياجاتهم ، و تطوير الطرق الفعالة لمعالجة خيبة أمل و ندم المشتريين أو الاعتراضات المستقبلية .

كما تعد تقنية إعادة تشكيل الحقيقة عبر الصور والاستعارات اللفظية خطوة ناجحة من أجل التعامل مع النفس ومع المحيط حولنا ، بصورة تليق بالنجاح المرغوب، أو بمعنى أكثر دقة بالشكل الذي نرغب أن تجد نفسنا فيه، حيث يعني ذلك توجيه العقل نحو الاستعداد لإحداث تغيير جذري، يحقق لصاحبه النجاح دون شك.

قبل سنين من اكتشاف هذه التقنيات في فن التواصل، نلاحظ ان القرآن الكريم غني بالقصص؛ وأخبار الغيب؛ والمواعظ التي يخاطب بها صنوفاً مختلفة من الناس تتعاقب مع تعاقب الزمان، فالقرآن يركز في خطابه على كل الغرائز المحيطة بالإنسان من حب للمال والتملك وحب الخلود والتكبر .. مخاطباً العقول بأسلوب تصويري يمتاز بالتنشيق وحسن النظم وقوة الإقناع وشدة التأثير عبر صياغة خطاب مقصود وحروف محكمة تؤدي جرساً وإيقاعاً دقيقاً لا يتم المعنى إلا بها ، كما نستنتج مثلاً في سورة لقمان وهو يوجه النصيحة لابنه في قوله تعالى " وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ " أي لا تمل بوجهك عن الناس تكبراً واقبل عليهم بكل تواضع وان أبشع صور الكبرياء هو طريقة المشي بزهو وخيلاء ومباهاة لان ذلك مقيت لدى الله تعالى ،ثم أمره بالترام التوسط بين الإفراط والتفريط في أمرين أساسيين وهما المشي والكلام أي لا تبطئ في مشيك ولا تسرع ، واجعل مشيك متوسطاً بينهما، وكذلك الصوت عند الحديث فلا تخفضه كثيراً فلا يسمعك مخاطبك، ولا ترفعه كثيراً فيكون صوتاً منكراً مبغوضاً كأصوات الحمير،ويمكن لنا أن نفهم من هذه الوصية أن سبيل الاعتدال بين الإفراط والتفريط في غالب أمر الحياة هو السبيل الأفضل للنجاح

القرآن الكريم يمتلئ بالمجاز الذي هو ذروة اللغة وسنام بلاغتها ، ومن ذلك : التعبير عن الإيمان بالنور وعن الكفر بالظلمات ، كما في قوله تعالى في سورة البقرة : { اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أُولَئِكَ هُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ } والتعبير عن القرآن بالحبل لأن فيه النجاة ، كما في قوله تعالى في سورة آل عمران: { وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا } ، والتعبير عنه بالنور لأن فيه الهداية ، كما في قوله تعالى في سورة الشورى

{ وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَّشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ } ، والتعبير عن المؤمن بالحي الذي يسمع ويبصر فيستفيد

بما يسمع ويبصر ، وعن الكافر بالميت الذي لا يسمع ولا يبصر لأنه لا يستفيد بهما ، وهذا في قوله تعالى في سورة النمل : { إِنَّكَ لَا تَسْمَعُ الْمَوْتَى وَلَا تَسْمَعُ الصُّمَّ الدُّعَاءَ إِذَا وَلُّوا مُدِيرِينَ * وَمَا أَنْتَ بِهَادِي الْعُمَى عَنْ ضَلَالَتِهِمْ إِنْ تَسْمَعُ إِلَّا مَنْ يُؤْمِنُ بِآيَاتِنَا فَهُمْ مُسْلِمُونَ } ، والتعبير عن التواضع ولين الجانب بخفض الجناح في قوله تعالى في سورة الإسراء : { وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا } ، وقوله تعالى في سورة الشعراء : { وَأَخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ } ، ومعلوم أنه ليس للمؤمن جناح يخفضه عند والديه ، ولا للرسول صلى الله عليه وسلم جناح يخفضه للمؤمنين ، وإنما هو مجاز عن التواضع ولين الجانب ، كما يعبر عن التواضع باللين ، وعن القسوة بغلظة القلب كما في قوله تعالى في سورة آل عمران { فِيمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِظَ الْقَلْبُ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ } ، والتعبير عن الرعاية والحفظ بالعين ، كما في قوله تعالى في سورة القمر (وَحَمَلْنَاهُ عَلَى ذَاتِ أَلْوَاحٍ وَدُسْرٍ * تَجْرِي بِأَعْيُنِنَا جَزَاءً لِمَنْ كَانَ كُفِرَ) ، والسفينة لا تجري في أعين الله ، تعالى الله ، وإنما هو تعبير مجازي عن رعاية الله تعالى وحفظه لأهل السفينة ، وكذلك قوله تعالى مخاطبا الرسول صلى الله عليه وسلم (فانك بأعيننا) ، ومعلوم أن رسول الله لم يكن في عين الله ، وإنما هو تعبير مجازي عن الرعاية والحفظ ، وقوله تعالى في سورة الإسراء { وَمَنْ كَانَ فِي هَذِهِ أَعْمَى فَهُوَ فِي الْآخِرَةِ أَعْمَى وَأَضَلُّ سَبِيلًا } ، والعَمَى يُطْلَق في الحقيقة على البصر ، فهل من كان أعمى البصر في الدنيا يكون أعمى في الآخرة ، وما ذنبه إن كان مؤمنا بالله ، أم أن المعنى المقصود : من كان في الدنيا أعمى البصيرة كان في الآخرة أعمى البصر جزاء كفره ، وعلمنا ذلك بقريضة قوله تعالى { وَأَضَلُّ سَبِيلًا } ، فالضلال يُلازم عمى البصيرة ولا علاقة له بعمى البصر.

والأمثلة كنيرة لا يسع المجال للاستدلال بها كاملة لما وضعه الله من حكمة وأسرار وإعجاز علمي في كتابه الكريم ، حيث أكدت التجارب العلمية في هذا المجال عظمة كتابه وإعجازه وقدرته على الشفاء ، مثل التجربة التي قام بها الدكتور احمد القاضي الذي يعمل مع فريق متكامل بولاية فلوريدا بأمريكا بعيادة طبية اسمها "اكبر" ، حيث عرضوا شريط لسماع لقران على مجموعة من المرضى لا يعرفون اللغة العربية ولا يعرفون القران وبعد فحص النتائج الفيسيولوجية لقياسات وظائف الأعضاء والنبض وضغط الدم وجدوا أن نسبة الاستقرار والهدوء وصلت 90 في المائة ، وهذه الحقيقة هي ما تؤكدتها الآية الكريمة في سورة الرعد {أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ } .

رؤية الكعبة شفاء ونور

عند وصولي إلى البيت الحرام انتابني شعور ما أحسست به من قبل ،استشعرت وأنا أقف لأول مرة أمام الكعبة المشرفة أنني في ضيافة ملك الملوك و لسان حالي يقول هنا مكة المكرمة، هنا البيت الحرام، هنا الوادي غير ذي الزرع الذي جاءه إبراهيم الخليل عليه السلام وترك فيه زوجه وولده ، هنا سعت هاجر بين الصفا والمروة تبحث لرضيعها عن ماء، وهنا تفجر ماء زمزم بين أقدام الرضيع إسماعيل عليه السلام، هنا أصالة التوحيد، وعراقة التاريخ، ولحمة الانتماء. فما شعرت حتى كف لساني عن التلبية ليبدأ في ترديد الدعاء " اللهم زد هذا البت تشريفا وتعظيما وتكريما ومهابة وزد من شرفه وعظمه ممن حجه أو اعتمر إليه تشريفا وتكريما وتعظيما، اللهم أنت السلام ومنك السلام فحينا ربنا بالسلام" .

بيت عظمه الله بان جعله أول بيت وضع للناس مباركا وهدى للعالمين مباركا تعم بركته نواحي الحياتين لمعظميه ، ففي الدنيا سعة رزق ومتعة النفوس وامن القلوب ، وفي الآخرة فوز بلقاء الله بذنب مغفور وسعي مشكور . بيت يطوف به الجاني فيغفر ذنبه ويلوذ به الخائف فيؤمن خوفه .

بيت له مكانته الكبرى في الأرض والسماء منذ القدم، فقد أرى الله سبحانه وتعالى نبيّه إبراهيم مكانه وأمره أن يشيده بإخلاص وطهارة عقيدة، فبناه خليل الله أبونا إبراهيم عليه الصلاة والسلام بمساعدة ابنه إسماعيل وهما يرددان : { ربنا تقبل منا انك أنت السميع العليم، ربنا واجعلنا مسلمين لك ومن ذريتنا امة مسلمة لك وارنا مناسكنا وتب علينا انك أنت التواب الرحيم } (سورة البقرة) .

إن الذي يذهب في رحلة الحج ويخلق في رحاب المشاعر الطاهرة ويمتع نظره بتأمل الكعبة المشرفة سوف يجد قوة ونشاطاً وسعادة في نفسه، فاللون الأسود الذي يتجلى على الكعبة وما كُتب عليها من آيات بالذهب يعطي إحساساً بالحيوية والنشاط، بل يساعد على تفريج الكروب و الشفاء من الأمراض لأن الاتصال بذِي العزة قوي ومتين والدعاء بما شاء العبد مجيب .
وهنا أود أن اطرح السؤال :إذا كان الأطباء ينصحون من يعاني من الاكتئاب بالنظر إلى أشياء مثل شجرة أو منظر جميل أو لون محدد ، كيف لمن ينظر إلى بيت الله ؟

إن النظر إلى الكعبة المشرفة يمنح المؤمن طاقة إضافية بفعل الألوان المهيبة التي يراها، فإذا كان الأطباء كما جاء في التساؤل ، يعالجون مرضاهم بالنظر إلى أشياء أو لون محدد، تم يتنفس بعمق ويتخيل انه قام بطرد جميع السلبيات ، فكيف بمن يجلس أمام الكعبة ويتأملها بألوانها الزاهية ويتخيل مستشعرا رحمة الله ومغفرته للذنوب، وهو متيقن بأنه سيعود بفضل كبير من الله تعالى كما ولدته أمه خاليا من الذنوب والمعاصي، وان حجه المبرور ليس له جزاء إلا الجنة .

إكسير مكة

إن أعظم كنز احتفظ به في هذه الرحلة الربانية إلى البقاع المقدسة لا يمكن سرده في بضعة سطور، ذلك أن علو المقام وما خلفه في نفسي من نفحات ربانية، تهتز لها روحي وجسدي كلما سمعت اسما من هذه الأماكن أو شاهدها بالصور، رحلتي هذه من أجل الظفر بكنز ثمين شبيهة بما جاء في كتاب "البطل بألف وجه" لمؤلفه جوزيف كامبل حيث يوضح الكاتب أن جميع الحكايات تمر بنفس المراحل السبعة عشر. تبدأ بالمغادرة تم البدء، وأخيرا العودة، فهناك شخصية رئيسية "بطل" يبدأ بالخروج من نطاق عالمه المعتاد أو "المنطقة المألوفة" إلى نطاق عالم خاص "المنطقة الغير المألوفة" ليوافق الامتحان والصعوبات والاختبارات، وعليه أن يتحمل المشاق لكي يحصل على الكنز الذي يبحث عنه أو القوة التي يحتاجها، عملا بالحكمة "في الكهف الذي تخشى دخوله، تجد الكنز الذي ترغب فيه".

يعود البطل في النهاية إلى عالمه الطبيعي مع الكنز الذي حصل عليه والذي يستخدمه لخدمة أفراد قريته أو وطنه، ومساعدتهم بعد هذه المغامرة بعد أن حصل على الحكمة وامتلك القوة من العالم الذي انتقل إليه وبالتالي حياته اليوم ليست كما كانت قبل أن يصبح بطلا. وقد سبق لي أن كتبت مقالا بالموضوع نشره بتاريخ 14 أكتوبر 2018 بجريدة Aujourd'hui le Maroc تحت عنوان :

"Le voyage du héros en chacun de nous"

من أحسن ما اكتشفته في هذا البحث هو أن الكنز أو الجواهر الذي يحصل عليه البطل هو مصطلح عربي لكلمة "إكسير" ويشرح قاموس المنهل مصطلح الكلمة كما يشار إليها بالفرنسية "Elixir" أنها جوهر الشيء، وهذه التسمية ذات الأصل العربي تؤكد أن الحضارة العربية لها سبق ورصيد غني. فإذا قمنا بمقارنة بينها وبين باقي اللغات الأكثر تداولاً حالياً كالفرنسية والانجليزية، نجد أن اللغة العربية تمتاز بسعتها، فعدد كلمات اللغة الفرنسية (25) ألف وكلمات اللغة الانجليزية (100) ألف، أما اللغة العربية فعدد كلماتها يقارب نصف مليون كلمة. فمعجم لسان العرب يحتوي على (80) ألف مادة (لا كلمة)، ومواد اللغة العربية تنفرع إلى كلمات، فإذا فرضنا أن نصف مواد المعجم منصرفة فإن عدد ما يشتق منها سيصبح نصف مليون كلمة. ذلك أن اللغة العربية تتميز بطريقة عجيبة في التوليد والاشتقاق، فإذا أخذنا مثلاً كلمة "كتب" واشتققنا منها (كاتب) و(مكتبة) و(مكتوب) و(مكتب) وجدنا أن الحروف الأصلية موجودة في كل كلمة من الكلمات المشتقة وان معنى الكتابة موجود أيضاً.

على عكس اللغات الأوروبية حيث لا توجد في كثير من الأحيان أية صلة بين كلمات الأسرة الواحدة، فكتب في الانجليزية (write) والكتاب (book) ومكتبة (library)، ولا علاقة بين حروف هذه الكلمات، وهذا ما جعل اللغة الانجليزية تختلف من جيل إلى جيل، ولا توجد الصلة بين ماضيها وحاضرها.

يمكن الاستنتاج بكل فخر واعتزاز أن اللغة العربية لغة شريفة القي الله عز وجل عبر كتابه الكريم مسؤولية حمل الرسالة إلى البشر على كاهل أصحاب هذه اللغة في قوله تعالى {وَإِنَّهُ لَنَنْزِيلُ رَبِّ الْعَالَمِينَ نَزَلَ بِهِ الرُّوحُ الْأَمِينُ عَلَى قُلُوبِكُمْ لِتَكُونَ مِنَ الْمُنْذِرِينَ بِلِسَانٍ عَرَبِيٍّ مُبِينٍ} (سورة الشعراء).

إذا تأملنا الخطاب القرآني وجدنا الإبداع ظاهراً في احتوائه أفصح الألفاظ الرائعة المعبرة؛ التي يستحسنها السمع، ففي أية مفردة تكون الحروف متألّفة، فنجد البليغ الرصين والفصيح القريب، ولو استعرضناه كله مراراً وتكراراً ما رأينا فيه لفضاً هجيناً مذموماً أو تقيلاً كريهاً، مما تنفر منه الطباع المهذبة وتمتقته الأسماع المرهفة. وقد شهد جل علماء اللغة العربية أن ألفاظ القرآن هي لب كلام العرب وزبدته.

وأخيراً سأجيز "أكسير" أو الكنز، أو الجوهر الذي ظفرت به في هذه الرحلة الربانية كالتالي وهي على شكل استنتاجات وشعور شخصي وليس توجيهات أو أملاءات، الهدف منها فرض رأيي الشخصي، قد يحتمل أن ارتكب أخطاء بسبب سهو أو نسيان، لأننا بطبيعتنا بشر غير معصومين من الأخطاء، وهو وحده سبحانه وتعالى الموصوف بالكمال.

أولاً، أتمنى من كل المسافرين إلى هذه البقاع المقدسة أن يعملوا على ترك الانطباع الحسن من سلوك المسلم، وسلوك أبائنا وأجدادنا ووعاظنا وعلماؤنا الذين ربونا على الالتزام بالدين والخلق الحسن الفاضل، وأن يكون هذا الالتزام على أساس الدين الذي يتعبد به الله سبحانه وتعالى، كالأمانة واجتناب المحظورات شرعاً ونظماً في البلد المضيف والالتزام بالأدبيات في المأكل والمشرب والملبس والمحافظة على نظافة الأمكنة، وهو حق مشروع لكل شخص، مع ملاحظة أن الإسراف والتبذير غير مقبول شرعاً وعرفاً، وهذا لا يعتبر حرية شخصية؛ لأنه يعطي انطباعاً سلبياً.

لقد كان المسافرون الأوائل من بلدان المسلمين في تعاملهم الحسن وأمانتهم وصدقهم وسلوكهم الحميد قدوة حسنة، وأسهم ذلك في دخول أمة وشعوب في الإسلام، وما أحوجنا أن نتأسى بهم وأن نسهم في تصحيح الصورة المغلوطة عن المسلمين، وأن نكون خير دعاة وسفراء لأوطاننا وديننا، وخير مثال على ذلك هو نموذج ماليزيا التي دخل إليها الإسلام عن طريق التجار المسلمين، وكيف أصبحت هذه الدولة في ظرف وجيز نموذجاً للتنمية الاقتصادية بعد أن انتقلت من اقتصاد قائم على الزراعة إلى اقتصاد قائم على التصنيع والتكنولوجيا، وتقلصت فيه نسبة الفقر من نسبة 50 في المائة إلى 2 في المائة حالياً.

إلا أن أكبر سر في نهوض هذا البلد هو الإنسان، كما صرح بذلك رئيس وزراء ماليزيا السابق السيد ماهاتير محمد: "إن أهم ثروة في أي دولة هي شعبها". الشعب الماليزي يعد من أفضل الشعوب المحبة للسلام ونموذج يقتدي به في التعايش السلمي بين كافة الطوائف المشكلة له في ظل ملكية برلمانية وحكومة منتخبة، حيث يستمعون ويحترمون آراء بعضهم البعض ويجتهدون في إيجاد حلول لجميع المشاكل التي تطرح بفضل مراكز الإنصات المتواجدة داخل المعامل، وقد لامست شخصياً هذا السلوك الراقي في حسن التعامل والأخلاق الطيبة، من خلال احتكاكي مع مجموعة من الحجاج الماليزيين خلال موسم الحج، حيث انبهرت بدقة تنظيمهم وحرصهم على حسن المعاملة من ابتسامة وأدب وتسامح وتقديم الاعتذار ونظافة الأمكنة وتجنب التدافع أثناء الازدحام، سواء داخل الحرم المكي أو المسجد النبوي أو في الحافلات أو أثناء رمي الجمرات أو أثناء حدوث أية فوضى، تتحول هذه الجماعات إلى نظام محكم ومضبوط في خمسة دقائق مثل خلية نحل نشطة لها أزيز عجيب الكل يرتب حاجياته ويصطف بلطف واحترام وسط الوفود.

التحقت بمعاهد وزرت جامعات وحضرت تجمعات، وشاهدت فئات مختلفة المستويات، فلم أشهد مثل دقة هذا النظام، والذي ما إن أطلت التأمل فيه أثناء تواجدي بالحج، حتى تغرغر عيناى بالدموع. فسبحان الذي اصطفاهم وعلمهم درساً في النظام والانضباط، لو سارت عليه كثير من الشعوب لصلحت لهم الحياة.

أحياناً كان يفاجئني بعضهم بعد نهاية الصلاة بعناق حار ويقدم لي هدية، أتذكر مرة كنت في الحرم المكي فالتقيت بشاب ماليزي فلما عرفني أنني من المغرب عبر لي عن رغبته في زيارة المغرب، كان أول سؤال طرحه علي كالتالي:

"ما هي المعالم الإسلامية الأخرى في بلدكم التي يمكنني زيارتها بالإضافة إلى مسجد القرويين الذي يعد أقدم جامعة في العالم؟"

يجب علينا كمسلمين أن نكون في مستوى المسؤولية الربانية الملقاة على عاتقنا لأننا سفراء لهذا الدين الحنيف، إذ من خلال تعاملاتنا نقدم القدوة الحسنة ونكون سببا في إسلام الكثير من الناس ، ذلك انه ليس معنى أن نكون مسلمين بالفطرة نصوم ونصلي ونحج أننا بالفعل مؤمنين ، فالإيمان الحقيقي هو توافق وتطابق وتكامل بين القول والعمل ، فما قيمة المسلم إن كان يصلي ويكذب أو يغش مثلا ، ولذلك يقول الله سبحانه وتعالى مخاطبا نبيه في سورة يوسف { وما اكتر الناس ولو حرصت بمؤمنين } .

جميع الوعود الربانية في القرآن الكريم من وعد بالنصر والتمكين والرفعة والعزة والوعد بان لا يجعل الله للكافرين علينا سبيلا ، كل هذه الوعود إنما وردت للمؤمنين وليست للمسلمين ، ولذلك إذا أردنا الرفعة والعزة والتمكين يجب أن نكون مؤمنين وهم الذين ذكر الله أوصافهم في قوله تعالى { التائبون العابدون الحامدون الراكعون الساجدون الآمرون بالمعروف والناهون عن المنكر والحافظون لحدود الله وبشر المؤمنين } (سورة التوبة) .

ومن واجبا كحاج أن نكون ممتنين وشاكرين لكل الدين سخرهم الله لنا لأداء مناسكنا في أحسن الظروف من سلطات ومرشدين ، وعمال نظافة الدين يعملون ليل نهار سواء بالمسجد النبوي أو الحرم المكي من أجل الحفاظ على طهارة وجمالية هذه الأماكن المقدسة خدمة لضيوف الرحمن .

في استطلاع قام به المذيع احمد الشقيري في برنامجه الشهير " خواطر " حول كيفية تدبير أشغال الصيانة والنظافة بالحرمين ، جاء فيه أن عدد عمال النظافة يفوق 1800 عامل يشتغلون على مدار الساعة وسط كثافة بشرية هائلة لتنظيف الحرم المكي، يقسمون إلى أربع ورديات وفرق: فريق للأعمدة والجدران والأسقف والقباب، وآخر للأرضيات وآخر للدرج وفريق للسجاد، مجهزون بالمعدات اللازمة من آليات التنظيف و مكائن الغسل والرافعات وعربات نقل المخلفات وغيرها ، بحيث انه يتم تنظيف ما يزيد عن 40000 قطعة سجاد ويتم تعطير كل سجاد الحرم بشكل يومي ، إذ بفضل هذه الروائح الزكية يتمكن المصلين من الخشوع في صلواتهم ، إضافة إلى 1300 دورة مياه تحت الأرض مجهزة بمعدات ومواد تحارب البكتيريا وتعطي روائح طيبة . كما عملت إدارة الحرمين على توسيع الحرمين عبر إحداث مظلات كبيرة بساحة المسجد تفتح وتغلق بوسائل تكنولوجية حديثة .

ويتم تطيبب الحرم الشريف بماء الورد، وتبخر جنبات المسجد الحرام ست مباخر، كما يتم تبخير كسوة الكعبة والحجر الأسود خمس مرات يوميا.

بالإضافة إلى الحرص على نظافة هذه الأمكنة ، الشيء الذي استهواني كثيرا وترك في نفسي انطبعا جيدا عن الشعب السعودي هو الكرم ، حيث لا يخلو وسط داخل الحرمين من سفرات الأكل التي قد تصل إلى ما يزيد عن 122000 وجبة ، يتنافس على تقديمها في سبيل الله اسر سعودية منذ سنين، حيث أصبحت عادة عريقة تتوارث بين أجيال هذه الأسر . ويبقى السؤال أليس من واجبا كضيوف بهذا البلد أن نمتن ونشكر هذه الدولة وشعبها على هذه الخدمات الجليلة ؟

يقول النبي صلى الله عليه وسلم " من لا يشكر الناس لا يشكر الله " بمعنى أن من كان من طبيعته وخلقه عدم شكر الناس على معروفهم لا يشكر الله لسوء تصرفه ولجفائه. فيجب على المسلم أن يشكر كل من أحسن إليه ، كما يجب عليه شكر الله على تسخيره لعباد لكي يقدموا له معروف و يحسنوا إليه ، والله عز وجل يحب من عباده أن يشكروا من أحسن إليهم وأن يقابلوا المعروف بالمعروف، كما قال عليه الصلاة والسلام في الحديث الصحيح " من صنع إليكم معروفا فكافنوه، فإن لم تجدوا ما تكافنوه فادعوا له حتى تروا أنكم قد كافأتموه "

عملا بهذا الحديث الشريف وتفعيله على ارض الواقع قمت، أثناء تواجدي بالمسجد النبوي بالمدينة المنورة بزيارة للرئاسة العامة لشؤون الحرمين الشريفين ، حيث حظيت بحسن الاستقبال وقمت بصياغة رسالة

شكر إلى الرئاسة و إلى المشرفين على شؤون المسجد النبوي ، فاللهم بارك جهود المكلفين بشؤون الحج بالمملكة العربية السعودية الشقيقة و جازيهم خيرا و انفع بجهودهم الأمة الإسلامية حتى يتمكن جميع الحجاج من أداء مناسكهم في أحسن الظروف , هذه الجهود التي لمستها حقيقة والله على ما اشهد رقيب ، من ترحيب وتنظيم وحرص على سلامة وامن الحجاج بدون تمييز في العرق أو الجنس . فالمسؤولية الملقاة هي تشريف وتكليف ، فعراقة تاريخ هذه الدولة المسلمة التي شرفها الله بخدمة أطهر بقاعه ، وكلفها كذلك بتقوية عمق الانتماء لهذه الأمة الإسلامية العظيمة ، فكأن الحج صياغة جديدة وقوة فريدة في ربط المسلم بأمته وشعوره بأنه فرد من أمة، وحاضر له تاريخ، وواقع له أمجاد، فمن يحج يخرج بهذه المعاني بأقوى ما يمكن.

خاتمة

إن رحلة الحج شحن للروح وتذكرة لأولي الألباب، فتبارك من سن الحج وشرع مناسكه وعلق به القلوب وسبحان من ساق إليه بعد انتظار طويل جموع بشرية جاءت من كل فج عميق، وسبحان من أعطى وكفل ويسر لعباده أن تطأ أقدامهم بقاعه المقدسة .

بفضل هذه الرحلة الربانية تعلمت كثيرا من العبر والدروس أهمها :

أولا ، الارتباط الوثيق بالله لأنه وحده الرزاق الوهاب مع الأخذ بالأسباب من سعي وحركة ، ثانيا ، القناعة والبساطة والرضي باليسير ، فمن ملك قوت يومه ونفقتة ومسكنه الذي يأوي إليه؛ فقد ملك الدنيا بما فيها، لا فقر يشغله بالعناء منه، ولا غنى يطغيه ويغرق فيه، فرزق العباد على الله تعالى، لا ينقصه أحدٌ ولا يقدّر على زيادته أحدٌ، وهو حاصلٌ عليه واصلٌ إليه لا محالة، ومهما بذل جهده وسعى في الأرض، فلن يحصل إلا على ما كتبه الله تعالى له، فلا يتذمّر ولا يشكو من القدر.

إن المشوار في هذه الدنيا جد قصير وان الحياة الحقّة هي حياة الروح لا حياة البدن وان الروح هي التي تستحق أن نبحث لها عن السعادة والصفاء بتزويدها بالخير والحسنات لأنها ستحاسب يوم القيامة ، بان نقف وقفة تأمل مع أنفسنا وطرح الأسئلة : ماذا عملنا على هذه الأرض التي نعيش عليها؟ ما هي سيرتنا وما هو ذكرنا بعد أن نغادر الدار الفانية ؟ ماذا نريد أن يقال عنا بعد مماتنا ؟ ما نوع الأعمال التي نود أن نذكر بها ؟ وهي نفس الأسئلة التي تعتمدها بعض المدارس في العلاج النفسي من اجل تحفيز المريض على إعطاء معنى لحياته، وإحداث توازن شامل في شخصيته بين ماهو مادي وروحي، لثنيه عن تعاطي الكحول والمخدرات أو الانتحار، حيث أصبحت آفة العصر التي تعاني منها حاليا المجتمعات الغربية بسبب فقدان البوصلة مع كل ما هو روحي، فالحياة والموت بالنسبة لهم سيان فراغ و عدمية . ولذلك تعتمد أساليب العلاجات الموجزة على مساعدة الذين يعانون من هذه المعانات النفسية على تحديد الرؤيا، أي المعنى الذي يعطونه لوجودهم في هذه الحياة و الذي من اجله يعيشون ، و لكي تحقق هذه الرؤيا وتكون جاهزة لابد أن تكون لها غاية ، والغاية لا يجب أن تكون مرتبطة فقط بما هو مادي ، كتشديد منزل فسيح أو انجاز مقولة لان النجاح في هذه الحالة هو دنيوي مؤقت وليس دائم ، بينما حينما تكون الغاية روحية مبنية على ما هو اسمي كخلق فرص للشغل للعاطلين وكفالة يتيم ومساعدة مريض ... ابتغاء مرضاة الله تعالى والتقرب منه ، يصبح النجاح دائما ومستمر في الزمن وليس مقصورا على النجاح المادي الدنيوي الذي ينتهي في الدنيا .

عندما يكتشف الإنسان التائه هدفه الاسمي في هذه الحياة ينتشر هذا الإيمان كمحفز يكون هو المحدد لجميع نشاطاته وتحركاته لذلك تصبح رسالة الحياة مرتبطة بمدى تجديد هذا الوعي الروحي والالتزام به. إذ لا يمكن المغامرة في عيش أحداث لا تتوافق مع هذه القيم التي وصلت إليها الروح بعد صراع نفسي وبعد أن وصلت إلى سلام داخلي ومحبة عامة وشعور بالسعادة يتدفق بشكل طبيعي كلما ساهم الإنسان في مساعدة الآخر ، وترك بصمات الإحسان والخير كدليل على حسن تأدية الرسالة .

الحج صفة قوية لمن يعتقد أن الحياة مجرد توقعات ومعادلات لا تقبل التغيير ذلك أننا قد نفاجأ خلال الحج بإحداث لم نكن نضعها في الحساب ، فقد نمرض أو نتعب أثناء التنقل بين المشاعر ، أو ربما قد نفقد شيئا عزيزاً علينا ، أو نسمع خبراً مزعجاً ، أو ربما نحسن فيساء إلينا ، أو نصاب بالهم والحزن ، أو يضيع مالنا أو نسرق بإهمال منا أو من غير إهمال ، وغير ذلك من الابتلاءات، لكي نفهم بأن الحج مدرسة للأخلاق ، وتهذيب للنفس ، وسمو بها إلى أعلى المقامات ، وهو اختبار عملي للصبر والأخلاق ، لذا علينا أن نعلم بأن هذا كله ابتلاء من الله تعالى ليمتحن صبرنا وثباتنا وصدقنا أو لحكمة أخرى أرادها الله سبحانه ، فيجب

التحلي بالصبر والإكثار من قول " قَدَّرَ الله وما شاء فعل " والحذر من قول "لو أني فعلت لكان كذا وكذا" ولكن استرجاع أنفسنا بتذكر قول الله عز وجل { ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة وأولئك هم المهتدون } سورة البقرة.

الحج تذكرة بالموت الذي يستوي فيه الكبير والصغير والذكر والأنثى والغني والفقر وفيه درس عظيم في المساواة والعدل، حيث جميع الحجاج سواسية كأسنان المشط.

إن رحلة الحج صورة مصغرة لرحلة الحياة على الأرض لأن الأيام معدودة والنهاية بلا شك معروفة ، ليس هناك متسع من الوقت لذلك يسارع الحاج إلى فعل الخيرات وتجنب المنكرات لحصد كثير من الحسنات، ذلك انه لو قاس المسلمون أعمارهم على الأرض بمدة فترة الحج لامتألت القلوب بالحب والسلام ، ولكن تبقى بشر نصيب ونخطئ نعيش في عالم غير ملائكي , فيه الغلظة والشدة والعنف والقسوة والظلم ، نرجو رحمته عز وجل وشفاعة رسوله الكريم للتجاوز عنا مصداقا لقوله عز وجل في سورة الأعراف {ورحمتي وسعت كل شيء}.

اسأل الله بمنه وكرمه أن يجعلنا من المقبولين ، وأن نكون ممن أدرك موعظة الحج فاستفاد وأفاد وعمل وطبق ، فكانت حياته رحلة حج ، رحلة عبادة وطاعة لا يوقفها شيء حتى تصل لجنات الفردوس، اللهم آمين وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

مراجع

- موقع واحة الإعجاز العلمي في القرآن الكريم للمهندس عبد الدايم الكحيل
- ويكيبيديا الموسوعة الحرة الدكتور حسين كمال الدين
- " أيقظ قدراتك واصنع مسنفلك " للدكتور إبراهيم الفقي - دار الراجية للنشر والتوزيع (2008)
- فيلم وثائقي " نهضة ماليزيا" - موقع الجزيرة العربية
- موقع الشبكة الإسلامية إسلام ويب www.islamweb.net
- " فلا تنس الله " لكاتبته ليلي لحو - مطبعة النجاح الجديدة (1984)
- " مائة طريق لتحفيز نفسك" لمؤلفه ستيف تشاندلر (2004)
- مناسك الحج - ويكيبيديا الموسوعة الحرة
- الصلاة وإسرارها النفسية لمؤلفه الدكتور محمد يوسف خليل - سلسلة ثقافتك الإسلامية - الكويت 2002
- تبصير المناسك بأحكام المناسك لمؤلفه عبد المحسن حمد العباد البدر - مكتبة الملك فهد -الرياض (2015)
- حلقات برنامج خواطر للإستاذ احمد الشقيري
- How God changes your Brain" Andrew Newberg and Mark Robert Waldman - Ballantine Books (2010)
- 100 ways to motivate your self - Steve Chandler -Kindle edition(2016)
- The hero with a thousand faces - Joseph Campell - Pantheon Books (1949)
- ELSEVIER : journal of physiology- Paris109(2015) 214-220
- L'intelligence émotionnelle Comment transformer ses émotions en intelligence- Daniel Goleman .Editions du club de France Loisirs, (Paris 1997)
- Journal Aujourd'hui le Maroc - article: le voyage du héros en chacun de nous - (14 octobre 2018)