هل أنت لائق رمضانيا؟



عندما نحاول أن نلتحق بدورة خارجية أو وظيفة جديدة يـُطلب منا أن نحضر شهادة "لائق صحيا ً"؛ حتى يـُسمح لنا بالانخراط في هذه الدورة أو هذا العمل، وللحصول على هذه الشهادة، نقوم بعمل عدد من الاختبارات، كاختبارات النظر والسمع والتنفس والدم التي تثبت لياقتنا الصحية، وفي النهاية عندما تـُمنح لنا تلك الشهادة نشعر بالراحة والسعادة ونسارع لتسليمها لنحظى بما نريد. ونحن في الأيام القليلة القادمة على وشك الالتحاق بمهمة ودورة ليست ككل الدورات، وسنمارس ركنا ً من أركان الإسلام، وهنا لن يـُطلب منا أن نقدم شهادة "لائق صحيا ً"؛ ولكن نحن من سنطبقها على أنفسنا، والسبب أننا نرغب في أن نحصل على الشعور بالرضاعن النفس، آملين أن نفوز بفرحتي الصائم التي و ُعد بهما، وحتى نحظى بما نرى، علينا أن نطيق على القلب والجوارح عددا ً من الفحومات لنرى مدى استعدادها لهذا الشهر الفضيل، بل ونصلح ما اختل منها طوال العام من أجل أداء أفضل وعبادة أكثر إتقاناً. كل ما تحتاجه منك تلك الفحوصات والعلاج بعض الوقت، ولكن النتيجة كبيرة بإذن ا□، فهل أنت مستعد لأن تمنح نفسك ومستقبلك بعض الوقت؟ إذن فلنبدأ معا ً بدخول غرفة الفحص. - عيادة القلب: في محاضرة للأستاذ علي أبوالحسن قال جملة جميلة أحب أن أنقلها لكم، تلخص مفهوما ً غاية في الأهمية قال: "إنَّ الرسول (ص) جاء ليهدم أصنام الشعور قبل أن يهدم أصنام الصخور؛ حيث أمضى الجزء الأوَّل من دعوته في تخليص الناس من صفاتهم الجاهلية وإبدالها بصفات أرقي"، وعرَّف الأستاذ علي أبوالحسن صنم الشعور بأنَّه: هو ما اعتاد الشخص على

ممارسته حتى أصبح يمارسه دون شعور، ولا يستطيع الخلاص منه؛ في ُفقده حريته، كأن تقول مثلاً: أنا لا أستطيع أن أبدأ يومي أو أفكر دون كوب القهوة. وهنا في غرفة الفحص لابِّد وأن تعرض نفسك على جهاز فحص أصنام الشعور لديك.. هل هناك عادة استحوذت عليك وأفقدتك حريتك، وأصبحت عبدا ً لها، كتثبيط المتفائلين أو الحقد على أفكار الغير أو تتبع العورات؟ والنتيجة سرية جدًّا ً ولن يطَّلع عليها غيرك. الجهاز الثاني في غرفة الفحص: هو جهاز مهم أيضا ً خاص بفحص أمراض القلوب، والتي منها: النفاق، والرياء، ومرض الشبهة والشك والريبة، وسوء الظن، والحسد والغيرة، والكبر والإعجاب بالنفس واحتقار الآخرين والاستهزاء بهم، والحقد والغل، واليأس، والهوى ومحبة غير ا□، والخشية والخوف من غير ا□، والوسواس، وقسوة القلوب، والتحزب لغير الحق. ونحن هنا فقط للفحص، أما إذا أردت التشخيص المفصل والعلاج الفوري فعليك التوجه إلى العيادات المتخصصة لمثل ذلك، وهذا تجده في الكثير من الكتب التي تتناول تعريف كل مرض وكيفية التعامل معه، أمَّا الجهاز الثالث فهو جهاز يعطيك نتيجة فحص شاملة عن القلب، ومعايرة هذا الجهاز تعتمد على تعريف وضعه المختصون عن سلامة القلب، ملخصها: إنَّ "القلب السليم هو القلب الذي لا يشتهي شهوة لا ترضي ا□، كما أنّه لا يصدق خبرا ً يتناقض مع وحي ا□، ثمّ إنّه لا يحكم بغير شرع ا□، ولا يعبد غير ا□". انظر إلى نتيجة الفحص، إذا وجدت خللا ً ما فالعلاج بسيط وهو توبة نصوح إلى ا□ مع الدعاء أن يرزقك هذه التوبة. وقبل أن تخرج من عيادة القلب، عليك أن تستمع إلى هذا الحديث عَن أبي ه ُريرة قال: قال رسول ا□ (ص): "إن "ا□ لا ينظر إلى صوركم وأموالكم، ولكن ينظر إلى قلوبكم وأعمالكم". - عيادة النظر: الجهاز الأوَّل في عيادة النظر يحدد لك النسبة المئوية لحسن استخدامك لعينيك وبصرك، من حيث غض البصر عن المحرمات، وقراءة القرآن، وتعلم العلم، وحضور الدورات، وتنمية الشخصية عن طريق القراءة والمشاهدة، وعلى أساس هذه النسبة حدد مدى استفادتك من عينيك وبصرك بالطريقة الصحيحة، وإلا ستحتاج إلى تقوية الجهاز المناعي ضد المغريات الخارجية، وتقوية همتك باستخدام عينيك بالبحث عن كل ما يؤدي لعلو الهمة. في العيادة أيضا ً جهاز حساس جدًّا ً يقيس درجة "التأمل في الكون للعين"، فبمجرد أن تضع عينيك ستعرف هل أنت من الذين ذكرهم ا□ في كتابه حيث قال: (إِنَّ َ فِي خَلَاْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأرْضِ وَاخْتَلافِ اللَّّيَاْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لأُولَيِ الألـ°بـَاب ِ * الـَّذ ِين َ يـَذ ْكُـر ُون َ اللَّه َ قيياَمًا و َقُع ُودًا و َعَلـَى ج ُنـُوب ِهـِم ْ وَيَتَهُ كَاَّرُونَ فَي خَلَاْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقَّتَ هَذَا بَاطِيلا سُبِ°حَانَكَ فَقِينَا عَذَابَ النِّاَارِ) (آل عمران/ 191-190). أم أنك من الغافلين، فإذا سمعت أصواتا ً غريبة تصدر من الجهاز، فاعرف أن عليك إعادة حساباتك مع هذا الكون، تأمل أكثر وتزوِّد إيمانيا ً، فالتأمل عبادة العقلاء. أما جهاز الكشف عن الغدة

الدمعية فلا ترهق عينيك بالكشف عليه إذا كنت تعرف أن عينيك تدمع عند قراءة القرآن أو من خشية ا□، أما إذا كنت غير ذلك فننصحك بهذا الكشف لتتعرف على السبب الحقيقي لقسوة العين. جهاز "قوة العين": يحدد المرات التي استيقظت فيها ليلا ً أو في الثلث الأخير من الليل لتصلى وتدعو ا□ بما تشاء، فإذ كانت هذه المرات قليلة أو معدومة فابدأ في وضع جدول تدريجي للتعود على القيام ليلاً، حتى ولو بدأت بدقائق قليلة قبل أذان صلاة الفجر. -عيادة الفم": كثيرة هي الأجهزة التي تعرضت لها، ولكن مثل تلك الفحوصات مهمة بين حين وآخر لنتعرف على درجة إيمانياتنا ونقيس قربنا أو بعدنا عن الطريق الصواب. ومن الاختبارات المهمة التي ستمر بها أثناء الفحص هو جهاز قياس الطريقة السليمة لاستخدام فمك ولسانك، سواء في دعاء، أو ذكر، أو شكر □، أو كلمة طيبة، أو في الأكل من حلال، وقد قيل: إن من علامة محبتك □ أن تكثر من ذكره. وفي شرح لـ د. محمد راتب النابلسي عن الذكر قال: "هذا الذكر يسمى في البرمجة اللغوية العصبية التكرار الكثيف، أحيانا ً إذا كررت شيئا ً بكثافة تتعلق به، وتقبل عليه". ومن أو ّل الجوارح التي تدعو وتذكر وتشكر اللسان، عن أبي هريرة (رض) قال: قال رسول ا□ (ص): "كلمتان خفيفتان على اللسان، ثقيلتان في الميزان، حبيبتان إلى الرحمن، سبحان ا□ وبحمده، سبحان ا□ العظيم". والآن، انظر إلى الجهاز واقرأ درجة استهلاك لسانك في الذكر والدعاء والكلمة الطيبة والشكر؛ فإذا كانت أقل مما تطمح إليه دوام على الذكر وشكر النِّعَم، وتعلم كيف تتحكم في كلماتك قبل أن تخرج وتصبح أنت أسيرها، وارفع يدك وابتهل إلى خالقك ليرزقك حسن الدعاء وحسن العمل. ابدأ يومك بأذكار الصباح واختمه بأذكار المساء، تعهد فمك بالنظاقة الحسية والمادية، واطمح دائما ً بدرجة عالية عند الكشف على جهاز الفم، وتذكر قول ا[تعالى: (أَلَام ْ تَرَ كَي ْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلَمَةً طَيرِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيرِّبَةٍ أَصْلاُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهُا فِي السَّمَاءِ * تأؤْتِي أُكُلُهَا كُلُّ حيِنٍ بِإِذْنِ رَبِيَّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهَ الأمْثْالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَدَدَّكَّ رَوْنَ * وَمَثَلُّ كَلَمَةٍ خَبِيثَةٍ كَسَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثُتَتْ مِن ْ فَو ْقِ الأر ْضِ مَا لَهَا مِن ْ قَرَارٍ) (إبراهيم/ 26-24). - عيادة السمع: أو ّل نصيحة يوجهها لك الطبيب المختص بالأذن، هي عدم إدخال جسم صلب داخل أذنك حتى لا يتلفها، ربما لدرجة لا يمكن إصلاحها، بل هذه النصيحة كثيرا ً ما نكررها على أبنائنا خوفا ً من أن يقوموا بذلك ويؤذوا جهاز السمع لديهم. وكما أن هناك أثرا ً سلبيا ً من الجسم المادي للأذن، هناك أثر سلبي لبعض الكلمات والجمل التي يمكن أن تؤذينا وجهاز السمع لدينا. وحتى لا ترهق نفسك بالكشف عن مستوى السمع لديك، وجه لنفسك هذه الأسئلة قبل أن تستمر في سماع شيء معين: ما فائدة ما أسمعه؟ وهل يؤذينا سماعه؟ وما هو الأفضل أن أسمعه؟ والأذن أمانة لديك فانظر كيف تعتني بتلك الأمانة (و َلا ترتق فُ ما لري سُ لرك بيه على عيلام والسّاء مع والديلة والديلة والديلة والديلة والديلة والمستماع والسام وحادر من مسألة مهمة وهي: "فالعينان أول عنه كان عند ما سنة وهي: "فالعينان وناهما الاستماع واللسان زناه الكلام، واليد زناها البطش، والرجل زناها الخلط الفرخ ولكذبه واليد زناها البطش، والرجل زناها الخلط والقدمين: ويمدق ذلك الفرح ويكذبه والقد والقدمين: جهاز العيادة لن يقيس درجة هشاشة عطامك، ولكن سيقيس مدى هشاشة عطائك وحنانك، ولن يقيس عدد الخطوات التي يمكن أن تمشيها في الدقيقة، ولكن سيقيس خطواتك نحو المساجد ونحو عمل الخير ونحو عملك الذي تحرص على أدائه في وقته وبإتقان، سيقيس عدد المرات التي ذهبت فيها لتبر والديك وتصل رحمك وتعود مريضا وتواسي مكروبا وتجيب دعوة لأخيك. إذا كنت غير متأكد من نتيجة الفحص فأج لم حتى تعيد ترتيب خطواتك وطريقة حياتك من أجل نتيجة أفصل. كل الأجهزة السابقة موجودة في داخلك، داخل ضميرك، نفسك اللوامة، حاول أن تستعملها بين الحين والآخر رمضان، وارزقنا فيه من المالحات ما يرضيك عنا، واجعلنا فيه من عتقائك من النار، رمضان، وارزقنا فيه من المالحات ما يرضيك عنا، واجعلنا فيه من عتقائك من النار، اللاهم إنا نسألك برحمتك التي وسعت كل شيء أن تغفر لنا وتتوب علينا وتحسن خاتمتنا، الميرس."