خطبة جمعة مفرغة

بعنوان

أضرار ضيق الصدر والقلق وعلاجها

لفضيلة الشيخ

يحيى بن علي الحجوري

حفظه الله

الجمعة ٢٢ شوال ١٤٤٤ هجرية

مسجد إبراهيم شحوح سيئون

✍ أبو عبد الله زياد المليكي

إن الحمد لله، نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمدًا عبده ورسوله.

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ} [آل عمران: 102].

{يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاء وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا} [النساء: 1].

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا * يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَن يُطِعْ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا} [الأحزاب: 70-71]

أما بعد أيها الناس: امتن الله عز وجل على نبيه بقوله :{أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ (1) وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ (2) الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ (3) وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ (4)}[الشرح:1،4].

هذه منّة عظيمة من الله على نبيه أن شرح له صدره، فإن ذلك هو أساس تحمل الرسالة، وتحمل أعباء الإبلاغ والصبر على الأذى، أساس القوة، أساس النشاط، انشراح الصدر أساس الهداية،{أَفَمَن شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ}[الزمر:22].

فمن شرح الله صدره سار على نور من الله، وتوفيق وهداية وتسديد، وقال الله عز وجل :{فَمَن يُرِدِ اللَّهُ أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ}[الأنعام:125].

والإسلام هو : الاستسلام لله والإنقياد له بالطاعة والخلوص من الشرك، والولاء الصحيح والبراء الصحيح، فإذا من شرح الله صدره للإسلام ولتعاليمه وأخذ الدين من جميع جوانبه هذه هداية أراد الله

هداية عبد شرح صدره لذلك، ونبي الله موسى عليه الصلاة والسلام لما أمره ربه أن يذهب إلى فرعون:{اذهب إلى فرعون إنه طغى} ألهمه الله عز وجل دعاء عظيما بانشراح الصدر،{ قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي (25) وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي (26) وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّن لِّسَانِي (27) يَفْقَهُوا قَوْلِي (28) وَاجْعَل لِّي وَزِيرًا مِّنْ أَهْلِي (29) هَارُونَ أَخِي (30) اشْدُدْ بِهِ أَزْرِي (31) وَأَشْرِكْهُ فِي أَمْرِي (32) كَيْ نُسَبِّحَكَ كَثِيرًا (33) وَنَذْكُرَكَ كَثِيرًا (34) إِنَّكَ كُنتَ بِنَا بَصِيرًا (35) قَالَ قَدْ أُوتِيتَ سُؤْلَكَ يَا مُوسَىٰ (36)}[طه:25،36].

أي استجيب لك، نبي الله موسى عليه الصلاة والسلام حين كلفه الله عز وجل إبلاغ الرسالة ألهمه الله هذا الدعاء، لأنه عليه الصلاة والسلام يعلم أنه إذا ضاق الصدر تلعثم اللسان، فلا يستطيع ضيق الصدر أن يفصح المقصوده، ولا يستطيع ضيق الصدر البيان، فضيق الصدر يؤدي إلى الإرتباك، وعدم حسن التصرف في الأقوال والأفعال كما قال الله سبحانه وتعالى:{ وَإِذْ نَادَىٰ رَبُّكَ مُوسَىٰ أَنِ ائْتِ الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ (10) قَوْمَ فِرْعَوْنَ ۚ أَلَا يَتَّقُونَ (11) قَالَ رَبِّ إِنِّي أَخَافُ أَن يُكَذِّبُونِ (12) وَيَضِيقُ صَدْرِي وَلَا يَنطَلِقُ لِسَانِي}[الشعراء:10،13].

ومعنى ذلك: أن نتيجة ضيق الصدر القلق، عدم انطلاق اللسان، تلاشي المعلومات، عدم حسن التصرفات، فضيق الصدر لا يتمالك نفسه، ولا يضبط أفعاله وأقواله، لا تنضبط،

ومن أجل ذلك كتب أبو بكرة رضي الله عنه إلى ابنه قاضي سجستان أن لا يقضي بين اثنين وهو غضبان الحديث في الصحيحين عن أبي بكر رضي الله عنه، لأنه إذا قضى حال غضبه سيقضي في حال قلق فلا يضبط كما يضبط من يقضي في حال انشراح الصدر وطيب النفس وهدوء البال، وكذا الفتوى عند أهل العلم تلحقه بذلك، وهكذا سائر المقلقات تؤثر على الإنسان وعلى سداد تصرفه، فنهى

رسول الله صلى الله عليه وسلم عن ذلك، وقال عليه الصلاة والسلام :"لا صلاةَ بحَضْرَةِ طعامٍ ، ولا وهو يُدافِعُه الأخْبَثان.رواه مسلم من حديث أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها.

فإنه إذا صلى في ذلك الحال في حال مشادة مع نفسه وقلق نفسي وهكذا إما بمدافعة الأخبثين أو مع جوع شديد والطعام موضوع يصلي مقلقا، فنهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن ذلك لأنه إن صلى والحال هذا لا يخشع في صلاته، لا يخشع، سيصلي صلاة بغير طمأنينة ولا هدوء بال، وهكذا أمر رسول الله صلى الله عليه وسلم بالإبراد حال اشتداد الحر، إذا اشتد الحر فأبردوا فإن شدة الحر من فيح جهنم، قال أهل العلم أمر بالإبراد في الظهر في حال إذا صلى مع التهاب جسمه بالحرارة يصلي وهو مقلق غير خاشع غير مطمئن فلا يؤدي الصلاة كما أراد الله، فأمر رسول الله صلى الله عليه وسلم بتأخير الصلاة عن أفضل وقتها، فإن أفضل الصلاة أول الوقت، ولكن لحصول القلق في ذلك الوقت أخرت الصلاة إلى وقت يؤدي الصلاة وهو في ذلك مطمئن.

وإن من أعراض القلق النفسي في حال ضيق الصدر لهو أشد شدة الوساوس، فإنه إذا حصل عند الإنسان قلق انتابته الوساوس، وانتابه عدم ضبط أموره في صلاته أو في غيرها، وثبت في الصحيح عند الإمام مسلم، عن عثمان بن أبي العاص رضي الله عنه، أنه قال: يا رسول الله حال الشيطان بيني وبين صلاتي، يلبس علي قراءتي، فالشيطان مقاصده القلق للإنسان أن يرهقه بالقلق بشتى الوسائل في صلاته وفي غيرها، فأمره النبي صلى الله عليه وسلم أن يستعيذ منه قال : ذاك شيطان يقال له خَنزب، وفي لفظ خِنزب بكسر الخاء، فإذا أحسست ذلك فاستعذ بالله منه وانفث عن يسارك، قال ففعلت أذهب الله عني ذلك، فهذا عرض وعلاج، هذا أعراض هذا القلق تنتج عن

الإنسان أنه لا يحسن التصرف حتى في شيء يتقنه، سواء كان في قراءة يتقنها، أو موضوع يريد أن يلقيه، أو كلام يريد أن يتحدث فيه، أو غير ذلك، إذا انتابه القلق تلاشت عنه المعلومات وساءت به التصرفات، ولهذا أمر الإنسان إنه إذا خرج إلى الصلاة يخرج غير مقلق يخرج بسكينة بهدوء بال، يخرج بذكر، ففي الصحيح أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:"إذَا أتيْتُمُ الصّلاة

فلا تأتوها وأنتم تسعون، واتوها وأنتم تمشون، فَعلَيْكُم بالسّكِينَةِ والوقار، فَما أدْرَكْتُمْ فَصَلُّوا وما فَاتكُمْ فأتِمُّوا.

فأمر رسول الله صلى الله عليه وسلم في حال إتيان هذه العبادة أن يأتي الإنسان إليها بهدوء بغير قلق بغير انزعاج، فإنه إذا أتى مقلقا أتى في حال قد جهشه النفس قد لا يخشع في صلاته.

وقال عليه الصلاة والسلام :" التأني من الله والعجلة من الشيطان، العجلة هي نتائج القلق النفسي، وعدم التأني ووضع الخطى في مواضعها، لهذا عباد الله القلق سيطر على كثير من الناس في أوقاتهم، وحياتهم، ومجتمعاتهم، ومخاطباتهم، وتصرفاتهم، فما أسباب ذلك وما علاجه ووقايته، هذا المرض الذي سبب لكثير من الناس ما سبب وما جلب، لا شك أن أسباب ذلك هو عدم العناية بطاعة الله عز وجل، فإن الله خلق الإنسان كونه ركبه لعبادته، فإذا أقبل على عبادة الله عز وجل زالت عنه المهلكات والمقلقات ورضي عنه ربه، وطمأن قلبه وشرح صدره، ويسر أمره، وإذا أعرض عن ذلك انتابته والمهلكات والمقلقات بدليل قول الله عز وجل :{فَإِمّا يَأتِيَنّكُم مّنّي هُدًى فَمَنِ اتّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ (123)}[البقرة:123]

فالذي يتبع هدى الله الذي أرسل به رسول الله صلى الله عليه وسلم فإنه لا يضل في هذه الدنيا، بل يمشي على صراط مستقيم، وهدي قويم على نور من الله، منشرح الصدر، مطمئن البال، ومن أعرض عن

ذكري انظروا النتيجة فإن له معيشة ضنكا، وهذا الضنك من أشده القلق النفسي، والقلق القولي والفعلي، معيشة ضنكا، ونحشره يوم القيامة أعمى، ونظير ذلك قول الله سبحانه وتعالى:{مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (97)}[النحل:97].

ومن الحياة الطيبة هو هدوء البال، طمأنينة النفس، الرضا بالله وعن دين الله وعن شرع الله، وأن يكون الإنسان في قناعة من سيره على بينة من أمره:{الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (28)}[الرعد:28].

إن هذا المرض مرض القلق النفسي والضيق الصدر ليعتري الإنسان بسبب الأقوال والأفعال التي تنتابه، وقد لا يسلم من ذلك أحد، قال الله عز وجل لنبيه :{وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ (97)} [الحجر:97].

فهو مع أنه منشرح الصدر لكن قد يحصل ذلك بما لا يؤثر على انشراح صدره وقوة إيمانه، يحصل الألم:{قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ}[الأنعام:33]

وإذا حزن الإنسان أو اهتم الإنسان فإنه يضيق صدره، فأرشده إلى العلاج من ذلك قال :{قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ ۖ فَإِنَّهُمْ لَا يُكَذِّبُونَكَ وَلَٰكِنَّ الظَّالِمِينَ بِآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ (33)}[الأنعام:33].

أي لا يستطيعون تكذيبك فاطمئن أن النصر معك، ولقد نعلم إنك يضيق صدرك بما يقولون، ودله على الوقاية من ذلك فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين، واعبد ربك حتى اليقين، وهذا والله علاج عظيم من القلق، من ضيق الصدر وهو التسبيح والإقبال على الذكر لله سبحانه وتعالى، سبح بحمد ربك وكن من الساجدين، تسبيح، والصلاة،:{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ}

واستعينوا بالصبر والصلاة ففيها عون من الله على دفع القلق، أرحنا بها يا بلال، وجعلت قرة عينه في الصلاة، فادفع عنك القلق أيها المسلم بهذه الطاعات لله سبحانه وتعالى، بذكر الله، ألا بذكر الله تطمئن القلوب، أفمن شرح الله صدره للإسلام فهو على نور من ربه، وهكذا قول النبي صلى الله عليه وسلم مبينا علاجا عظيما من القلق النفسي الذي يعتري صاحبه بسبب معاصي، القلق يبعث فيك ضيق الصدر نتيجة تضيق الصدر القلق، ويبعث فيك معاصي نتائج ذلك، وهو أساسه صادر عن معاصي واعبد ربك حتى يأتيك اليقين، علاجه عبادة الله، ذكر الله، ففي الصحيحين في دعاء الكرب أرشد النبي صلى الله عليه وسلم إلى ذكر الله" لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض ورب العرش الكريم، علاج من القلق، علاج من هذا الضيق، من هذا الحرج الصدري، وهكذا من حديث عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده، أن النبي صلى الله عليه وسلم قال في علاج ذلك القلق عند النوم الأرق وعدم النوم والتقلب أن يقول هذا الدعاء أن يذكر الله سبحانه وتعالى، أعوذ بكلمات الله التامات من غضبه وعقابه وشر عباده ومن همزات الشيطان وأن يحظرون، أرشده إلى علاج من هذا القلق النفسي الذي قد يهلكه، والله إن القلق النفسي والضيق الصدري الناتج عن المعاصي لله سبحانه وتعالى، أنه قاتل فقد يجلب لصاحبه الجنون، والوساوس الشديدة، والأمراض النفسية بشتى أنواعها، بل والأمراض الجسدية، قال الله سبحانه وتعالى عن المنافقين الذين هم في أشد القلق، والكفار أيضا في أشد القلق:{فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ (31)}

أخبر عن المنافقين على أنهم يعني يغتاظون من المؤمنين، يغتاظون ، وإذا لقوا الذين آمنوا:{ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الْأَنَامِلَ مِنَ

الغَيْظِ} انظر إلى شدة في صدورهم، وحرج في صدورهم، هذا مرض فتاك يهلكون به، يقتلهم الحسد، يقتلهم الغيظ ويعود عليهم بالأضرار، فلا تظن الحاسد ولا تظن الغائظ ولا تظن الكائد أنه في عافية، خاصة لأهل الحق والهدى إنما هذا بلوى عليه يقتل نفسه، قال الله سبحانه وتعالى :{وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الْأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ ۚ قُلْ مُوتُوا بِغَيْظِكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ (119)}[آل عمران :119]

وما قال الله لهم موتوا بغيظكم يعني لغير ما أمر يترتب على ذلك، بل لنتيجته، وأنه فعلا يضرون أنفسهم، وأن ذلك يهلكهم، وأن ذلك يضر صحتهم، وأن ذلك يضر أوقاتهم، وأن ذلك يضر قلوبهم، فإنه إذا اشتد على الإنسان القلق النفسي والحسد ما يفعل إلا ما أراده الله إن الله بما يعملون محيط، ولا ينفذ له مراده فيبقى في مهالكة مع نفسه ومشادة نفسية تسبب له ذلك أضرارا شديدة،{إِن فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرٌ مَّا هُم بِبَالِغِيهِ ۚ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ ۖ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ (56)}[غافر:56].

كم ترون من أصحاب الأمراض النفسية، والأمراض القلبية ممن يصاب بالأمراض الفتاكة نتائج تلك الأمراض الصادرة عن المعاصي، فأمراض تولد أمراض:{فَلَمَّا زَاغُوا أَزَاغَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ ۚ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ (5)}[الصف:5].

هذا يصاب بسكتة قلبية، هذا يصاب بجلطة، هذا يصاب بسكر، هذا يصاب بهسترة ووساوس، هذا يصاب أيضا بشدة انفعال، هذا يصاب بسوء الخلق، سوء الخلق مقصد شيطاني هو القلق النفساني، ففي الصحيحين من حديث أبي هريرة رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:"يَعْقِدُ الشَّيْطَانُ على قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هو نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ يَضْرِبُ كُلَّ عُقْدَةٍ عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ، فَارْقُدْ، هو بذلك يريد يجعله ضعيفا كسلانا خبيث النفس عليك ليل طويل فارقد، إذا أصبح

ولم يكن ذكر الله نال الشيطان منه يقصده، قال:" فَإِنِ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ، انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنْ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنْ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، أي كلها، فأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ، زال عنه القلق، زال لأنه ذكر الله، زال لأنه أقبل على ربه، زالت مكائيد الشيطان له، قال : وإلا أي إن لم يفعل ذلك أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسْلَانَ.

ظفر به الشيطان، فما ظنك بإنسان يصبح على هذا الحال، الشيطان يبيت يعقد عليه ويصبح خبيث النفس في غاية من القلق، ويصبح كسلانا في غاية من الفتور، ربما يكون وزنه كذا وكذا لا يستطيع أن يقوم بأدنى عمل، ضعيف هزيل بسبب هذا القلق، ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم :" المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، ليس معناه أن أصحاب الوزن الكثير خير عند الله من صاحب الوزن الخفيف لا، القصد قوي الإيمان، ثابت الأركان، كل ما قوي إيمانه كان أحب إلى الله عز وجل، لأن بقوة الإيمان يخرس الشيطان، فانظر إلى هذا الذي يتلاعب عليه الشيطان فينام ليله كله، يا أيها الناس حافظوا على أنفسكم من المقلقات فإن هذه أثرت على الناس أضرارا وأخطارا، فأدنى كلمة تغضبه، وقال النبي صلى الله عليه وسلم: لا تغضب، لا تغضب، لا تغضب، فبحالة القلق والغضب وما إلى ذلك يحصل منه الطلاق، يحصل منه القتل بغير إرادته، يحصل منه سوء الخلق بغير إرادته، سوء التصرف بغير إرادته، ما أن يزول عنه ذلك إلا ويندم، ويأسف غاية الأسف على ما حصل منه من سوء التصرف لقلقه لانه صدر منه ذلك في حالة عدم استيعاب الأقوال والأفعال شدة القلق به، وروى مسلم في صحيحه أصل أصيل في إزالة القلق، عن أبي هريرة رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:" من نفس عن مسلم كربة، في لفظ عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة، فإذا أصل أصيل في

إزالة القلق عنك والشدائد عنك السعي محبة الخير للمؤمنين، والسعي في مصالحهم، وجلب الخير إليهم، والسماح معهم"رحم الله رجلًا سمحًا إذا باع، وإذا اشترى، وإذا اقتضى.

سائر شؤونه وهو في السماحة يجد راحة، يجد راحة نفس، وزوال القلق عنه بهذه العبادة العظيمة حب الخير للمؤمنين، لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه، وبازدياد الإيمان النفي هنا لكماله، وبازدياده ينشرح الصدر ويحصل الخير الكثير للإنسان، قال : من نفس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة، ومن يسر على معسر يسر الله عليه في الدنيا والآخرة، كلها فرج كلها كلها راحة

نفس، كلها إزالة الشدائد والمقلقات، يسر على معسر يسر الله عليه في الدنيا والآخرة، وقد تيسر عليه في أشياء لا ضرر عليك فيها بقول أو فعل أو شفاعة أو إحسان أو دلالة على خير أو تعليم أو تفقيه وإبعاد الشر عنه والجهل يسر الله عليه في الدنيا والآخرة، والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه، وما ظنك بإنسان الله يعينه، ومعه في عونه بسبب أنه ساعي في مصالح المؤمن ونفع المؤمن ودفع الشدائد عن المؤمن في بتبشيره لإدخال السرور عليه بإزالة المقلقات عنه، فالأضرار عنه بما يستطيع، فاتقوا الله ما استطعتم، إلى آخر الحديث وفيه: ومن سلك طريقا يلتمس فيه علما سهل الله له به طريقا إلى الجنة، وهذا والله سبب عظيم من إزالة المقلقات والمهلكات وهو سلوك طريق العلم، فانه سبيل الجنة، {وَأَنَّ هَٰذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ ۖ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَن سَبِيلِهِ ۚ}[الأنعام:153].

إن المقلقات تنتاب الإنسان بالضعف الإيماني في التوكل على الله، فإذاثبت التوكل عند الإنسان تنحى عنه الشيطان كما في حديث أنس إذا خرج من بيته قال: بسم الله توكلنا على الله لا حول ولا قوة إلا

باللّٰه، قال الشيطان : هديت وكفيت، قال في الحديث: وتنحى عنه الشيطان، ما ظنك بإنسان هدي وكفي تزول عنه المقلقات، يمشي منشرح الصدر، حتى الأذى يدفعه اللّٰه عنه:{إِنّ اللّٰهَ يُدَافِعُ عَنِ الّذِينَ آمَنُواۗ إِنّ اللّٰهَ لَا يُحِبُ كُلّ خَوّانٍ كَفُورٍ (38)}[الحج:38].

وهكذا قراءة القرآن ليس مثل كتاب اللّٰه في إزالة المقلقات شيء،: {اللّٰهُ نَزّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبّهُمْ ثُمّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللّٰهِ}[الزمر:23]

هذا حال راحة، حال راحة يجدها الإنسان حال خشية، حال قرب من اللّٰه سبحانه وتعالى، سواء في الصلاة أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد، أو في مثل هذا في قراءة القرآن، حالة يجد فيها السعادة.

فيطمئن قلبه، تقشعر جلودهم وقلوبهم إلى ذكر اللّٰه، ذلك هدى اللّٰه يهدي به من يشاء.

وقال : { يَا أَيُهَا النّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مّوْعِظَةٌ مّن رّبّكُمْ وَشِفَاءٌ لّمَا فِي الصّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لّلْمُؤْمِنِينَ (57) قُلْ بِفَضْلِ اللّٰهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَٰلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مّمّا يَجْمَعُونَ (58)}[يونس:57 58].

فإذا قراءة القرآن تتضمن أمور كثيرة منها الرحمة، منها الهدى، منها الموعظة، كلها عائدة على القلب، وعلى الصدر بالانشراح، وبالراحة والطمأنينة وإزالة المقلقات.

والإيمان بالقدر أمر عظيم في زوال المقلقات، فإن اللّٰه يقول :{مَا أَصَابَ مِن مّصِيبَةٍ إِلّا بِإِذْنِ اللّٰهِۗ وَمَن يُؤْمِن بِاللّٰهِ يَهْدِ قَلْبَهُ}[التغابن:11].

يؤمن بالقدر "أنّ ما أصابَه لم يكن ليُخطِئَه وما أخطئه لم يكن ليُصيبَه. يبقى منشرح الصدر على هذا الحال، مطمئن البال، مقبل على اللّٰه سبحانه وتعالى صالحا معنقا لهذه المعاني، إيمان بالقدر يوفر على الإنسان أمور كثيرة، الإيمان بالقدر:{مَا أَصَابَ مِن مّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا

فِي أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا ۚ إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (22)}[الحديد:22].

والقناعة يا عباد الله أمر مهم في زوال القلق، فغالب من ينتابهم القلق أهل الدنيا، بسبب الهلع، سبب التوقعات والمقلقات، هكذا خوف من الفقر، خوف من كذا، قد قال النبي صلى الله عليه وسلم :" قد أفلح من أسلم و رُزِقَ كفافًا ، و قنّعَه اللهُ بما آتاه.

توفر عليه أنه لا يأكل الحرام القناعة فيستريح في صدره ونفسه، يوفر عليه أن لا يحسد الناس على دنياهم، ويستريح في نفسه وقلبه، يوفر عليه أن يرضى بالله وبعطاء الله ورزق الله وفضل الله وبأقدار الله، فيستريح في نفسه ويوفر على نفسه، ذاق طعم الإيمان من رضي بالله رباً وبالإسلام دينا، وبمحمد رسولا، هذا الذي يسير على هذا يستريح نفسه ويذوق ويتلذذ بطاعة الله، فأين يصله القلق؟ ما يصل القلق إلى قلبه والحال هذا إذا كان مع الله سبحانه وتعالى، بل إن طعم الإيمان في قلبه ما دام راضياً بالله وشرع الله ودين الله ومطبقا لأحكام الله محافظاً لحدود الله، احفظ الله يحفظك احفظ الله تجده تجاهك، وهذا شامل أنه يحفظك من المهلكات والمقلقات إذا حفظت حدوده وحقوقه وأوامره ونواهيه، ومن انتبات الناس هذه المقلقات والمهلكات إلا بالتفريط عن هذه الطاعات والله المستعان.

الخطبة الثانية

الحمد لله، نحمده حمدا كثيرا، ونشكره شكرا كثيرا، إنه كان بنا بصيرا، وأشهد أن لا إله إلا الله ، وأن محمدا عبده ومصطفاه، صلى الله عليه وعلى آله وأصحابه الهداة، أما بعد أيها الناس : إن أمر الطمأنينة وأمر السكينة لا هي أمر عظيم، قال الله عز وجل:{فَأَنزَلَ السَّكِينَةَ عَلَيْهِمْ وَأَثَابَهُمْ فَتْحًا قَرِيبًا (18)}

فدل على أن النصر والفتح هو نتيجة السكينة التي تحصل في القلب، وهكذا النبي صلى الله عليه وسلم يعلمهم إياها عليكم بالسكينة فإن البر ليس بالإيضاع، والطمأنينة في العبادة، والطمأنينة في القول، والطمأنينة في المعتقد، أنك على بينة وحقيقة:{فَمَاذَا بَعْدَ الْحَقِّ إِلَّا الضَّلَالُ ۖ فَأَنَّىٰ تُصْرَفُونَ (32)}[يونس:32].

والطمأنينة بالرزق، والطمأنينة بالثقة بالله سبحانه وتعالى، والطمأنينة بأن الله سبحانه وتعالى لا يريد بعبده المؤمن إلا خيرا، إن أمر المؤمن كله له خير، إذا وفقك الله لذلك فقد وفقك لأسباب سعادتك ونجاتك وظفرك بنفسك وبحسن تصرفك وأقوالك وأفعالك، كل عمل يحتاج منك أن تسير عليه على سكينة، على طمأنينة، حتى الصلاة لو أديتها بغير طمأنينة ما صحت منك، كل عمل يحتاج منك إلى أن تضبطه، فإنك إذا تكلمت بكلام بغير سكينة ولا طمأنينة قد يؤد بك إلى الهلاك، ففي الصحيحين من حديث أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:" قال ان العبد ليتكلم بالكلمة يهوي بها في النار سبعين خريفا.

ما سبب هذه الكلمة؟ تكلم بها بغير ضبط، ما تبين فيها، ما تأنى فيها، ما وزنها، خرجت بقلق، بغير تفكير فيها، يبينه الحديث الآخر، إن العبد ليتكلم بالكلمة ما يلقي لها بالاً من سخط يكتب الله له بها سخطه إلى يوم يلقاه، وإن العبد ليتكلم بالكلمة ما يلقي لها بالاً من رضوان الله

جاءت بتوفيق، يكتب الله له بها رضوانه إلى يوم يلقاه، إلى يوم يلقاه، وفي الصحيح قولوا خيرا تغنموا، فالكلام الموزون والفعل الموزون المضبوط الذي لا يصدر عن ارتباك وقلق وضيق صدر كل ذلك نتائجه خيرية، والكلام والقول والفعل الذي يصدر عن قلق وعن ضيق صدر وعدم ارتياح لذلك كل ذلك يصدر إن لم يكن فيه ضرر عليه يكون يحتاج فيه إلى استغفار وتوبة في مجلسه وزلل وخطل ورفث في القول والفعل.

فيا أيها المسلمون: إن هذه المقلقات والمهلكات سببها المخالفات، وإلا فعندنا بيان ربنا سبحانه وتعالى د، كتاب ربنا وسنة نبينا فيها النجاة من سائر المضرات، والدلالات على سائر الخيرات، قال الله سبحانه وتعالى:{هَٰذَا كِتَابُنَا يَنطِقُ عَلَيْكُم بِالْحَقِّ ۚ إِنَّا كُنَّا نَسْتَنسِخُ مَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ (29)}[الجاثية:29].

وقال :{إِنَّ هَٰذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ}[الإسراء:9].

وهذا شامل لكل حال قويم، سواء كان مما يعود على قلبك وعلى صدرك أو على قولك أو على فعلك أو على حسن خلقك أو على بيعك وشرائك ومعاملاتك، هذا كتاب الله بالأعراض عنه الشقاوة والتعاسة كما دل عليه ما سبق ذكره، ونسأل الله عز وجل السلامة والعافية، وأن يتوفانا على الإسلام والسنة، وأن يسددنا في الأقوال والأفعال، والحمد لله رب العالمين.