



هم الليل



بإسم: يوسف عبد الرحمن
y.abdul@alanba.com.kw

والنهار

أواه، إلى من المشتكى؟ انظر إلى الناس حولك ترى عجباً. صدق جبران خليل جبران عندما قال: ما تعاطف فرحك أو حزنك إلا صغرت الدنيا في عينيك. سبحان الله، أحوالنا جميعاً تندرج في هم الليل والنهار، ومن منا أساساً ليس في قلبه هم أو قصة حزن أو مطلب، وتتراوح هذه الهموم ما بين هم تافه ومظلومية أو معصية أو ذنب!

تسجد جباهنا لتلامس الأرض في صلواتنا كي نكون قريبين من ربنا، ساجدين ضارعين لتفريج همومنا من حزن وألم وغم وكرب وضيق.. وأحياناً، والله، نفر من هذه الدنيا بما رحبت إليه وحده.

وما أبلغه من شعر عندما قال الشاعر:
يا مشتكى الهم دعه وانتظر فرجا
ودار وقتك من حين إلى حين
ولا تعاند إذا أصبحت في كدر
فإنما أنت من ماء ومن طين
على بعض المرات، أقول الحمد لله في نعمة الإسلام والقناعة والرضا.

وتقولون: كيف؟
عندما تدرس الشريعة الإسلامية الوسطية الحق تشعر بان هذه الشريعة الخالدة جعلت من الحياة منهج حياة، لأنها تمتاز بالربانية والعملية والشمولية، وتمتاز بالجرد والعطاء والاستمرار، وتمتاز بالتوازن بين المادة والروح، وتمتاز بالتعادل بين مصلحة الفرد ومصلحة الجماعة، واليسر والبساطة والمعقولة، واخيراً بالاصالة والنجاة والتوحيد.

نبدأ بتحديد الهموم، وهو البيت، فهل هو نعمة أم نقمة؟ قال تعالى: (والله جعل لكم من بيوتكم سكناً) النحل - الآية 80. إذن، البيت سكن ناوي إليه في المأكول والمشرب والنوم والراحة لكن ماذا إذا تحول إلى جحيم لا يطاق؟ هنا نتذكر من لا مسكن لهم، ممن يعيشون في الشوارع والأرصفة والملاجئ والخيمات المؤقتة، أو شواطئ البحر، والحدائق العامة، يعانون التشتت والحرمان من نعمة المسكن، فكر ثم قارن واحكم. عندما تسأل الكوييتي عن اولوياته التي تسبب له الهم يقول لك: الصحة والتعليم والسكن والأمن.

وإن زاد بطره قال «زيادة الرواتب»، أما المقيم فسيصرخ في وجهك: الاحترام ثم الاحترام لي دون تجريح أو طاووسية أو تكبر، ثم الاجارات المتروكة لاجتهاد الملك والتي ترهق الرواتب الدنيا من الموظفين.

الهموم في حياة الناس كثيرة، لكن الملاحظ أن الابتسامة بدأت تغيب عن وجوه الناس في الكويت، وقد ضحكت مرات عديدة، وأنا أرى من يرفع شعار «ابتسم أنت في الكويت»! نعم.. ابتسم عندما أخرج إلى دوامي، وأصل إليه بعد ساعتين من الزحام! وهنا فقط أقول: يا رب يطلقون يد عبدالفتاح العلي حتى لا أرى نصف مليون سيارة تسرح وتمرح وهي مخالفة في شوارعنا.. ويقولون: ابتسم! كيف؟!

من يفتح ملف العمالة الوافدة أو يجروء على اتخاذ قرارات صائبة به؟! ماذا عن الوساطة والفساد الإداري؟! يتخرج عشرات الطلاب بنسب عالية ويظلون يعانون شهوراً أو سنين بينما الأقل منهم في درجاته «تعين وخلص» وفي أحسن الدواوين والوزارات!

من الذي التفت إلى قضايا المتقاعدين وهمومهم؟! كرة الثلج القادمة من غير محددتي الجنسية، ما حلولها السريعة التي تعالج قنبلة في علم الغيب؟! ولعل أحداث الصليبية الأخيرة دليل. سألت شاباً في الثلاثين: لماذا لا تضحك عزيزي وأنت في أول شبابك؟! فقال: أسمع بالقرض البائوني؟! قلت: لا.

قال: اسأل عنه تكيش ثم قرض ثم قرض آخر، كله ربا مركب والحسابة بتحسب! قلت: عامل طابوق بناء في الخرسانة: لماذا لا تضحك؟! فقال: يا بوي اسعاركم ولعة والجنية في المنازل! إذن، هناك مشكلة عند الناس جميعاً، وهي همّ إما بالليل أو بالنهار أو مجتمعين وبالليل والنهار..

فما الحل؟ خاصة إذا عرفنا أن الهم يلهم الهاماً فهو ملهم، والهمة الصبر (فالهمها فجورها وتقواها)، والهمه شيئاً أو عز إليه وأوحاه. «الاستراحة» تحاول سحب هذا الكم من همومكم وأحزانكم، لنصنع الابتسامة على شفاهكم، ولتظهر لنا أسنانكم البيضاء بياض قلوبكم، وأوضح أن الهم ضيق في الصدر لما يظنه المرء ويتوقعه مستقبلاً، أما الحزن فإنه الضيق الذي سببه ما يفكر فيه المرء مما مضى، وعلى بركة الله نبداً:

حقيقة النفس

النفس البشرية أمرها صعب، فهي إما أن تدعو إلى الطغيان وحب الملمات والشهوات، وإما أنها منكسرة تخاف مقام الرب، فتجعل العبد خائفاً خاشعاً، ينهي النفس عن الهوى، وأقرأوا سورة يوسف الآية (53): (إن النفس لأمرارة بالسوء إلا ما رحم ربي إن ربي غفور رحيم).

أو في سورة النازعات الآية (40): يا الله أقرأوا وتمتعوا وافهموا (وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى فإن الجنة هي المأوى) الله، الله، يا سادة يا قراء يا مفسرون، ما هذا الإلهام والدعوة للمجاهدة، إنها تربية ربانية من الله عز وجل، فماذا يريد الإنسان بعد ذلك؟ ألخص لكم ما أقوله عن حقيقة النفس ومجاهدتها ولا تكون إلا بربيع طرق، ذكرها العلامة ابن القيم، رحمه الله، وهي كما يلي:
أولاً: محاسبة النفس - النفس اللوامة. ثانياً: بمخالفتها وعدم اتباع هواها. ثالثاً: بتصبيرها على الطاعات. رابعاً: بتصبيرها عن المعاصي.

وقت الإنسان

وقت الإنسان هو عمره الحقيقي، وهو مادة حياته الأبدية في النعيم المقيم، ومادة معيشته الضنك في العذاب الأليم، والوقت، والله ثم والله، يمر سريعاً كمرّ السحاب، فمن

كان وقته لله وبالله فهو حياته وعمره، وغير ذلك ليس محسوباً، فأياكم والغفلة والأمانى الباطلة.

قالها أبو العاتية:
إن الشباب والفرغ والجدة مفسدة للمرء أي مفسدة

لذا تجد الإنسان (اللاوي) لا يعرف الكدر، المتشبه بالدنيا كثير القلق والهجم والحزن على كل شيء، واعتقد أن وطننا العربي علمنا الكتابة والحزن وعدم الفرح، واستعرضوا السيرة وسوف تجدون كذباً وخداعاً وبطانات فاسدة، تمسك بمقاليذ الأمور، وضاعت الحقوق فضاعت الابتسامة معها.

أدعو عبر «الاستراحة» للاستفادة من الوقت، كل بطاقته وجهده وميوله ورغباته وظروف بلده، غير أن الخلاصة أن يكون هذا مفيداً للعبد، ونافعاً له ولأتمته.

استغلوا إجازاتكم وأوقاتكم فيما ينفع في الدارين، وسوف تجدون السعادة والهناء، وإن ضاقت بك الدنيا فز المنقرة، فإنها ستذكرك بالآخرة فترتدع.

دواء رباني

هناك دواء من رب السماوات والأرض، أسطره لكل مهموم ومهمومة، إلى كل حزين أو حزينة، رسولنا ﷺ يأمرنا بأن من كانت له إلى الله حاجة أو إلى أي أحد من بني آدم فليعمل ما يلي:

- يتوضأ ويحسن الوضوء.
- يصلي ركعتين.
- يقني على الله.
- يصلي على النبي ﷺ.
- ثم ليقل: لا إله إلا الله الحليم الكريم، سبحان رب العرش العظيم، الحمد لله رب العالمين، أسألك موجبات رحمتك وعزائم مغفرتك والعصمة من كل ذنب، والغنيمة من كل بر، والسلامة من كل أثم، لا تدع لي دنياً إلا غفرتة، ولا هما إلا فرجته، ولا حاجة هي لك رضا إلا قضيتها ويسرتها يا أرحم الراحمين.
- ثم اطلب ما شئت، وانت دائماً ساجد لله عز وجل، لأنك ستكون قريباً، سل حاجتك، وانت تقول «يا ذا الجلال والإكرام، يا صريح المستصرخين، ويا غياث المستغيثين، ويا كاشف السوء، يا أرحم الراحمين، ويا مجيب دعوة

المضطربين، يا إله العالمين، بك انزل حاجتي، وانت أعلم بها فأقضها لي يا رب العالمين... لا تحزن قاله موجود. وأن عرفت حقيقة الدنيا الغانية فلن تحزن أو يضيق صدرك، والهموم والأحزان ضيفان ثقيلان على الإنسان في دنياه لا يفارقانه.

أسباب السعادة

هل تريد أن تنال السعادة؟ إذن خذ بأسبابها.. يقول الشاعر: ترجو النجاة ولم تسلك مسالكها إن السفينة لا تجري على اليبس وهذا يعني اختصاراً: آمن بالله، واعمل صالحاً، بقدر ما تستطيع، فإن ربنا يقول: (من عمل صالحاً من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنجيبه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون - النحل 97).

وآمن بالقضاء والقدر، خيره وشره، واعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك، وأن ما أخطأك لم يكن ليصيبك، هذه صفة عظيمة من صفات السعداء.

واعلم أيضاً أن العلم الشرعي يجعلك تتقبل الواقع، لأن العلماء العارفين بأمر الله هم السعداء حقاً، قوة في اليقين، وصلابة في الإيمان، ولا تنس الأكل من ذكر الله عز وجل، وقراءة القرآن، يقول الله تبارك وتعالى: (ألا بذكر الله تطمئن القلوب).

وأحسن إلى الناس تجد لذة العمل الخيري في قلبك وجسدك، لذا تجد من يحسن إلى الناس هو الأكثر قبولاً في الأرض، وما أجمل قول الشاعر: أحسن إلى الناس تستعبد قلوبهم

فطالما استعبد الإنسان إحساناً وانظر إلى من هو دونك في أمور الدنيا، والتي من هو فوقك في أمور الآخرة، ولا تتعلق بالدنيا، واستعد ليوم الرحيل، فإن الحياة قصيرة، فلا تجعلها لهمم والكدر، واجعل يقينك بالآخرة ولا تجعله في الدنيا، وصاحب الاختيار وخذ بالكلمة الطبية، وادفع السيئة بالحسنة، وأكثر من الدعاء لأنه يزيل البلاء.

عندك هم؟ فقال غاضباً: شفيك يالدفش ما في انسان، لا عبالك حيوان، أنت تخوره بالحجي؟

قلت: تكفه بوششميس انت نرفرتني تقول هم؟ انت عندك هموم؟! ضحك وظهر جسر الاسنان الذي ركبه بالأردن والضرسان اللي في مصر ثم قال: أدري لاني عزابي عبالك ما عندي هم. ابتسمت قائلاً: أريد اعرف همك، تكفه بوششميس.

فقال: الهموم وايد شقول لك، القطوة (حلوم) فيها ولادة مستعسرة وأبو سلطان ما قبل يدخلها المستشفى البيطري، والحمامة «ذرايه» ما شفتها اليوم، ما اكلت شعير، وفي بو العريص خدائي ما اكل الجينة اليوم، شفت همومي!

أنا من كثر ما ضحكت حذفوني بحر.



بوششميس

جلس بوششميس في حديقة المسجد في يوم شتوي دافئ وسفرته فيها عصيد وشنبالي وبلاييط وبقصم وقرص عقيلي وحبيل مهيل وحوله كبار مستشاريه عزون المصري وبوعمر الأصلع وعلم قبر وشاشان ومنغول وخلف وبورزيقة، وقلت: السلام عليكم حبايبي، شلونكم؟ رد الجميع ما عدا بوششميس ظل صامتاً مادري ليش، فقلت: خير بوششميس، شفيك حبيبي؟ قلب وجهه وقال: بيت، لا هلا ولا مرحبا بزولك، شتبي؟ قلت: جلستكم حلوة، ابي اسولف معاكم. قال: عطني ظهرك وفارج، لا تزيد همي. صرخت: بوششميس، انت عندك هم؟ فقال غاضباً: شفيك يالدفش ما في انسان، لا عبالك حيوان، أنت تخوره بالحجي؟ قلت: تكفه بوششميس انت نرفرتني تقول هم؟ انت عندك هموم؟! ضحك وظهر جسر الاسنان الذي ركبه بالأردن والضرسان اللي في مصر ثم قال: أدري لاني عزابي عبالك ما عندي هم. ابتسمت قائلاً: أريد اعرف همك، تكفه بوششميس.



آخر الكلام

وصفة عجيبة سحرية إليك يا قارئ الكريم يا مهموم بالليل والنهار، وهذا يعني أنك في حالة نفسية منقبضة المزاج وفاقد المتعة والبهجة وفيك ضيقة صدر!

قال رسول الله ﷺ: «ما أصاب عبداً هم ولا حزن فقال: اللهم اني عبدك وابن عبدك وابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض في حكمك عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحداً من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، ان تجعل القرآن العظيم ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهب همي، إلا أذهب الله همه وحزنه، وأبدله مكانه فرحاً، فقيل: يا رسول الله ألا نتعلمها؟ فقال: ينبغي لمن سمعها أن يتعلمها».

نوعية جديدة من «الاستراحات»، لعلها تلامس ما بداخلك من هم، وما أحسن ما قاله الشاعر:

وخالف النفس والشيطان وأغصهما
وإن هماً محضاًك النصح فاتهم.