

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف الانبياء والمرسلين  
نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

**من الشرك ليس الحلقة والخيطة ونحوهما لرفع البلاء أو دفعه**

عبد الله بن مسعود، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ما أصاب عبدا هم ولا حزن، فقال اللهم : إني عبدك، وابن عبدك، ابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماضي في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك أو علمته أحدا من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهب همي وغمي، إلا أذهب الله همه وغمه، وأبدله مكانه فرحاً" .. قالوا يا رسول الله أفلا تتعلمهن؟ قال: "بلى، ينبغي لمن سمعن أن يتعلمهن." صححه الألباني  
الصحيحة: 199

العلاج المفيد هو دعاء الله -تعالى- بما ورد في السنة النبوية، فمن ذلك حديث ابن مسعود -رضي الله عنه- أن النبي -صلى الله عليه وسلم- قال: ما أصاب أحدا قط هم ولا حزن فقال: اللهم إني عبدك بن عبدك بن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك اللهم بكل اسم هو لك سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحدا من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن العظيم ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهب همي وغمي، إلا أذهب الله همه وحزنه وأبدله مكانه فرحاً رواه الإمام أحمد وابن حبان والحاكم والبزار وأبو يعلى وغيرهم وصححه بعضهم.

وفي الصحيحين عن أنس كان النبي -صلى الله عليه وسلم- يقول: اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل و**ضلع الدين وغلبة الرجال** وغير ذلك من الأدعية، ومن العلاج للهم والحزن كثرة ذكر الله -تعالى- في كل الأحوال، فله أثر في تخفيف آلام القلب كما قال تعالى أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ وقال الشاعر:-

بذكر الله ترتاح القلوب ودنيانا بذكراه تطيب

ومن العلاج للهم والحزن تحقيق الإيمان بالله -تعالى- والإكثار من الأعمال الصالحة، حيث إن المؤمن بربه يرضى بالقضاء والقدر، ويعلم أن ما أصابه لم يكن ليخطئه، ويعلم أن في هذا الابتلاء والامتحان خيراً كثيراً وأجراً كبيراً. وأن المصائب والنكبات يخفف الله بها من الخطايا، فيستحضر قول النبي -صلى الله عليه وسلم- ما أصاب العبد المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها متفق عليه ثم إن المؤمن يحتسب واثق بوعد الله -تعالى- بقوله -عز وجل- مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً فالحياة الطيبة يزول معها الهم والحزن. ولعل السبب في ذلك أن المؤمنين بالله الإيمان الحقيقي الذي من ثمرته وتمامه العمل الصالح معهم أصول وأسس يتلقون فيها جميع ما يرد عليهم من المحبات والمسرات بقبول وشكر لله عليها، كما يتلقون المكاراه والهم والغم بالمقاومة لما يمكنهم مقاومته، والصبر الجميل لما لا بد من وقوعه. كما أن من العلاج للهم والحزن الاشتغال بالأعمال والحرف وتعلم العلوم النافعة، ففي ذلك انشغال عن أسباب الهموم والأحزان ونسيان لها، فإن كان عمله عبادة أو علماً مفيداً فله أجر على ذلك مع الاحتساب، وإن كان عمله دنيوياً أفاده أجراً مع النية الصالحة، وحصل فيه سلامة من تلك الأسباب التي تشغل القلب فعليه أن يُقبل على أعماله اليومية وما يرتبه في كل وقت وأن يغفل عما مضى.

ومن أسباب الراحة وطمأنينة القلب السعي في إزالة الأسباب التي جلبت الهم والحزن إذا كانت معلومة، وذلك بعلاجها والنظر في منشأ كل منها، والنظر في تخفيفه مع استشارة أهل الرأي والفكر من إخوانه وأحبابه، فجزؤها أو تخفيفها يسعد في حياته، وما وقع ولم يمكن تداركه تسلى عنه ورضى بقضاء الله وقدره، وأكثر من سؤال ربه أن يحميه في مستقبل حياته، وأن يصلح له دينه وديناه وآخرته، وأن يعينه على ذكره وشكره وحسن عبادته، وأن لا يكبله إلى نفسه ولا إلى أحد من خلقه، فلعله بذلك يسلم من كل ما يكدر عليه صفو حياته .

**ما يذهب الهموم ويعين عليها:**

1- دعاء الله عز وجل:

عن أبي سعيد الخدري قال دخل رسول الله صلى الله عليه وسلم ذات يوم المسجد فإذا هو برجل من الأنصار يقال له أبو أمامة فقال: ((يا أبا أمامة ما لي أراك جالسا في المسجد في غير وقت الصلاة، قال: هموم لزمته وديون يا رسول الله، قال: أفلا أعلمك كلاماً إذا أنت قلته أذهب الله عز وجل همك وقضى عنك دينك، قال: قلت: بلى يا رسول الله، قال: قل إذا أصبحت وإذا أمسيت اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك من الجبن والبخل وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال، قال: ففعلت ذلك فأذهب الله عز وجل همي وقضى عني ديني))

2- الاستغفار:

عن ابن عباس قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((من لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق مخرجاً ومن كل هم فرجاً وورقه من حيث لا يحتسب)) [أبو داود]

3- الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم: عن أبي بن كعب قال كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا ذهب ثلثا الليل قام فقال: ((يا أيها الناس اذكروا الله اذكروا الله، جاءت الراجفة تتبعها الرادفة، جاء الموت بما فيه جاء الموت بما فيه، قال أي: قلت يا رسول الله إني أكثر الصلاة عليك، فكم أجعل لك من صلاتي؟ فقال: ما شئت، قال: قلت: الربع؟ قال: ما شئت فإن زدت فهو خير لك، قلت: النصف؟ قال: ما شئت فإن زدت فهو خير لك، قال: قلت: فالثلثين؟ قال: ما شئت فإن زدت فهو خير لك، قلت: أجعل لك صلاتي كلها؟ قال: إذا تكفي همك ويغفر لك ذنبك)) [رواه الترمذي ح 2457، وقال: هذا حديث حسن].

4- الصلاة:

وعن حذيفة قال: (كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا حزبه أمر صلى) [أبو داود ح 1319]. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((يا بلال أقم الصلاة أرحنا بها)) [أبو داود ح 4985].

اللهم اجعل القرآن ربيع قلبي،  
ونور صدري، وجلاء حزني،  
وذهاب همي وغمي



أعدّها عزمي إبراهيم عزيز

13- وقوله: "ماضٍ في حُكْمِكَ عدلٌ في قضاؤِكَ" متضمنٌ لأصلين عظيمين عليهما مدارُ التوحيد:

أحدهما: إثباتُ القَدَر، وأنَّ أحكامَ الرَّبِّ تعالى نافذةٌ في عبده ماضيةً فيه، لا انفكّاك له عنها، ولا حيلةٌ له في دفعها.

والثاني: أنه سبحانه عدلٌ في هذه الأحكام، غير ظالم لعبده، بل لا يخرج فيها عن موجب العدل والإحسان، فإنَّ الظلم سببه حاجةُ الظالم، أو جهله، أو سفهه، فيستحيلُ صدورهُ من هو بكل شيءٍ عليهم، ومن هو غنيٌّ عن كل شيءٍ، وكلُّ شيءٍ فقيرٌ إليه، ومن هو أحكم الحاكمين، فلا تخرجُ ذرَّةً من مقدوراته عن حُكْمته وحمده، كما لم تخرج عن قُدْرته ومشيتته، فحُكْمته نافذةٌ حيثُ نفذت مشيئته وقُدْرته، ولهذا قال نبي الله هوذٌ صَلَّى اللهُ على نبينا وعليه وسلّم، وقد خَوَّفَه قَوْمُه بأهنتهم: { إني أشهدُ اللهَ وأشهدُوا إني بريءٌ ممَّا تُشْرِكُونَ \* مِن دُونِهِ، فكيُدوني جميعاً ثم لا تُنظرون \* إني توكلتُ على اللهِ رَبِّي وَرَبِّكُمْ \* مَا مِن دَائَةٍ إِلَّا هُوَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا، إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ }، أي مع كونه سبحانه آخذًا بتواصي خلقه وتصريفهم كما يشاء، فهو على صراطٍ مستقيمٍ لا يتصرَّف فيهم إلا بالعدل والحكمة، والإحسان والرحمة.

14- ثم توسَّل إلى رَبِّهِ بأسمائه التي سَمَّى بها نفسه ما عَلِمَ العبادُ منها وما لم يعلموا. ومنها: ما استأثره في علم الغيب عنده، فلم يُطلع عليه ملكًا مُقرَّبًا، ولا نبيًّا مرسلًا، وهذه الوسيلةُ أعظمُ الوسائل، وأحبُّها إلى الله، وأقربها تحصيلًا للمطلوب.

15- ثم سأله أن يجعل القرآن لقلبه كالربيع الذي يرتع فيه الحيوان، وكذلك القرآن ربيع القلوب، وأن يجعله شفاءً همِّه وغمِّه، فيكون له بمنزلة الدواء الذي يستأصلُ الداء، ويُعيدُ البدن إلى صحته واعتداله، وأن يجعله حُرْزَه كالجلاء الذي يجلو الطُّبوعَ والأصديَّةَ وغيرها، فأخرى بهذا العلاج إذا صدق العليل في استعماله أن يُزِيلَ عنه داءه، ويُعقبه شفاءً تامًا، وصحةً وعافيةً.

والله اعلم ....

وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

## الفوائد :

1- المهم والحزن إذا أصابت الإنسان كانت له كفارة؛ لقوله صلى الله عليه وسلم في حديث معاوية -رضي الله عنه-: «ما من شيء يصيب المؤمن في جسده يؤديه؛ إلا كفر الله عنه سيئاته»

2- منزلة العبودية أعلى مراتب الإيمان، ولذلك يجب أن يكون الإنسان عبداً لله وحده لا شريك له: «إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك.»

3- جميع أمور العباد بيد الله ينصرف بها كيف شاء، ومشيتة العباد تابعة لمشيئة الله! «ناصيتي بيديك.»

4- الله الذي هو يحكم في العباد وبينهم {إن الحكم إلا لله أمر أن لا تعبدوا إلا إياه وذلك الدين القيم.}

5- قضاؤه عدل وكله خير للمسلم إن أصابته سراء شكر؛ فكان خيراً له؛ وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيراً، فكل أمر المؤمن خير، وليس ذلك إلا للمؤمن.

6- استحباب التوسل بأسماء الله الحسنى وصفاته العلى، والتبنيه على التوسل المشروع والتوسل الممنوع.

7- أسماء الله وصفاته توقيفية؛ فهو الذي يسمى نفسه ويعلم عباده.

8- أسماء الله لا تنحصر في تسعة وتسعين اسماً.

9- القرآن يهدي للتي هي أقوم؛ فهو ربيع قلب المؤمن ونور صدره وجلاء همه وذهاب حزنه.

وهذا يدل على مكانة القرآن العظمى في حياة الناس أفراداً وشعوباً وأممًا.

10- من لجأ إلى الله كفاه، ومن افتقر إليه أغناه، ومن طلبه أعطاه «إلا أذهب الله همه وحزنه، وأبدل مكانه فرجاً.»

11- وجوب تعلم السنة والعمل بها والدعوة إليها؛ فقد استوعبت حياة الناس جميعاً «بلى ينبغي لمن سمعها أن يتعلمها.»

12- الحديث يتضمّن الاعتراف بعبوديته وعبودية آبائه وأمّهاته، وأنَّ ناصيته بيده يُصرّفها كيف يشاء، فلا يملك العبدُ دونه لنفسه نفعاً ولا ضرراً، ولا موتاً ولا حياةً، ولا نُشوراً، لأنَّ من ناصيته بيد غيره، فليس إليه شيءٌ من أمره، بل هو عانٍ في قبضته، ذليل تحت سلطان قهره.