


جهاد الجوارح



أكاديمية الحضارة الإسلامية المفتوحة

 www.islamiccoa.com/lms

 +989217854824



أكاديمية الحضارة الإسلامية المفتوحة
www.islamiccoa.com/lms
+989217854824

الكتاب:	جهاد الجوارح
نشر:	الوحدة الثقافية المركزية
إعداد:	الوحدة الثقافية المركزية
الإعداد الإلكتروني:	شبكة المعارف الإسلامية_www.almaaref.org
الطبعة:	الأولى، شباط ٢٠٠٢م - ١٤٢٣هـ
جميع حقوق الطبع محفوظة ©	

جهاد الجوارح

إعداد ونشر
الوحدة الثقافية المركزية

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

جهاد الجوارح

قال تعالى:

"وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ".

مقدمة

تتحدث هذه الآية عن منة الله العظيمة على بني ادم والتي هي الجوارح والقوى التي تعينه في حياته المادية والمعنوية وقد علل المولى هذه الهبة وغايتها برجاء مقابلتها من العبد بالشكر.

ومن نافل القول أن الشكر الحقيقي على أي نعمة إنما تكون بالدرجة الأولى بصرفها وتوظيفها حيث يريد المنعم الكريم الله تبارك وتعالى وعدم استعمالها فيما يضاد حكمه وإرادته.

وإلى هذا المعنى يشير الإمام زين العابدين عليه السلام في رسالة الحقوق: "وأما حق نفسك عليك فأنت تستوفيها في طاعة الله فتؤدي إلى لسانك حقه، وإلى سمعك حقه، وإلى بصرك حقه، وإلى يدك

حقها وإلى بطنك، حقها وإلى فرجك حقه، وتستعين بالله على ذلك".

إذن فللجوارح حقوق ومعنى حقوق الجوارح هو حق الله فيها، وعلى الإنسان فيها والتي تتخلص بعدم استخدامها بخلاف إرادة الله.

فمعنى جهاد الجوارح ببساطة هو مجاهدتها لأجل إدخالها في سلك طاعة الله وبمعنى أوضح الغاية من جهاد الجوارح جعلها عابدة لله.

الجوارح والطاعة

إن اللسان والعين والأذن واليد والرجل والبطن والفرج هي أقاليم سبعة لطاعة الله أو معصيته أو الكفر به وبنعمه.

فهذه الجوارح هي أبواب إما لطاعة الله وإما لمعصيته، وبيدنا أن نجعلها عابدة مطيعة أو عاصية متمردة، وبأيدينا أن نجعلها في سلك أهل الولاية أو في سلك أهل المعاندة ومحاربة الله وأوليائه.

فعلى جوارحنا يتجلى إيماننا القلبي وبواسطة عملها يستكشف عمق وصلابة أو ضعف ووهن الإيمان واليقين.

الجوارح في الدنيا والآخرة

إن الجوارح في الدنيا عدا اللسان عمال خرس إلا اللسان فان عمله الكلام فهي في الدنيا إما عاملة في طاعة الله أو عاصية وفي كلا الحالين هي مطيعة لصاحبها يحركها بإرادته في الطاعة وهي في الدنيا في التعبير القرآني في حالة رقابة ومسئولة قال تعالى: "وَلَا

تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا" (الإسراء: ٣٦).

فالجوارح في الآخرة تسأل فالقلب يسأل واللسان والسمع والبصر واليد والرجل... كلها تسأل.

تأمل قوله تعالى: "حَتَّىٰ إِذَا مَا جَاءُوهَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ وَجُلُودُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ" (فصلت: ٢٠)..

وقوله عز من قائل: "يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ" (النور: ٢٤).

ولكن اللسان هو الذي كان يعبر عنهم فماذا يحصل لترجمان القلب والجوارح.

"الْيَوْمَ نَخْتِمُ عَلَىٰ أَفْوَاهِهِمْ وَتُكَلِّمُنَا أَيْدِيهِمْ وَتَشْهَدُ أَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ" (يس: ٦٥).

فالإنسان في الدنيا يخفي ما يفعل باليد الصماء والرجل العمياء والجوارح الخرساء ليتستر بها ولكن هل يستتر من الله؟

"وَمَا كُنْتُمْ تَسْتَتِرُونَ أَنْ يَشْهَدَ عَلَيْكُمْ سَمْعُكُمْ وَلَا أَبْصَارُكُمْ وَلَا جُلُودُكُمْ" (فصلت: ٢٢).

وكم يتعجب الإنسان حينما يرى الأخرس يتكلم والأعمى يشهد ويدين ليحجب جوارحها عن هذا التعجب: "أَنْطَقْنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ....".

جهاد الجوارح والجهاد الأكبر

إن الإمام الخميني قدس سره في كتابه الأربعون حديثاً يعتبر "إن مقام

النفس الأول هو الملك الظاهر وساحة المعركة في الجهاد الأكبر في هذا المقام هو نفس الجسد وجنود هذه الحرب هي قواها الظاهرية التي وجدت في الأقاليم الملكية السبعة وهي: الأذن والعين واللسان والبطن والفرج واليد والرجل^{١٠}

وهو يعتبر إن المعركة تدور بين جعل هذه القوى تحت سلطان جنود الرحمن والعقل أو تصبح جنوداً للشيطان لتصبح مملكة خاصة به.^٢

"إذاً، يكون جهاد النفس في هذا المقام، عبارة عن انتصار الإنسان على قواه الظاهرية وجعلها مؤتمرة بأمر الخالق، وعن تطهير المملكة من دنس وجود قوى الشيطان وجنوده"

الجوارح المؤمنة

إذاً فالجهاد الأكبر في مقام الجوارح هو جعلها جوارح مؤمنة، ففي الحديث: "لأن الله تبارك وتعالى فرض الإيمان على جوارح ابن آدم وقسمه عليها وفرقه فيها فليس من جوارحه جارحة إلا وقد وكلت من الإيمان بغير ما وكلت بما أختها...".

ومما فرض من الإيمان على الجوارح ما ورد في القرآن الكريم:

في اللسان: "وَقُولُوا آمَنَّا بِالَّذِي أُنزِلَ إِلَيْنَا وَأَنْزَلَ إِلَيْنَا وَإِلَيْكُمْ وَإِلَيْنَا وَإِلَيْكُمْ وَاحِدٌ وَنَحْنُ لَهُ مُسْلِمُونَ".

"وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا" الخ.

(٢-١) الإمام الخميني قدس سره، الأربعون، ص ٢٧-٢٨.

وفي السمع: "فَبَشِّرْ عِبَادِ * الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ...".

"وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا... الخ.

وعن البصر والفرح: "يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ".

"قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ".

وكثير من الآيات والروايات التي تتحدث عن أحكام وآداب كل جارحة نرجو أن يوفقنا الله لبيانها لاحقاً.

تنبيه

من المفروض على كل عاقل أن يتفكر قبل جهاد جوارحه في هذه النعم وعجيب صنع الله فيها ودقة تدبيره لتؤدي الأغراض المطلوبة منها، هذا التدبير والدقة في الصنع يرشدان إلى عظيم عناية الله عز وجل. هذه العناية التي توجب مقابلتها بدقة شديدة في إدارتها في ساحات عملها وخدمتها.

جهاد اللسان

عن علي بن الحسين عليهما السلام قال:
"إن لسان ابن آدم يشرف على جميع جوارحه كل صباح فيقول: كيف أصبحتم؟ فيقولون: بخير إن تركتنا، ويقولون: الله
الله فينا ويناشدونه ويقولون: إنما نثاب ونعاقب بك".

اللسان: قيمته وخطره

اللسان عضلة توجد في الفم أنعم الله بها على العبد ليستعين بها في أمور دينه ودنياه في تذوق الطعام وإدارته في فمه
وفي الإفصاح عن مكنون نفسه لإفهام غيره مراداته وطلب حوائجه وغير ذلك.

وقد بلغت هذه العضلة من الخطورة بمكان، حيث نسبت إليها كل الشرور الدنيوية والأخروية فمنها ما صدرنا به
الدرس أن الجوارح تتوسل كل يوم إلى اللسان أن يقيها شره ومنها في الحديث "ما من يوم إلا وكل عضو من أعضاء
الجسد يكفر ويقول: نشدتك الله ان نعذب فيك".

وعن الإمام علي عليه السلام: "اللسان سبع إن خلي عقر". (نهج البلاغة، ج ٤، ص ٢٥).

ومنها: "... وهل يكب الناس على مناخرهم في جهنم إلا حصائد ألسنتهم".

ومنها عن أمير المؤمنين عليه السلام: "كم من دم سفكه فم". (ميزان الحكمة).

وعنه عليه السلام: "إن أكثر خطايا ابن آدم في لسانه". (ميزان الحكمة، ج ٨).

فيه تستحل وتهتك الحرمات ويجمع حطب جهنم من جهة وبه يؤمر بالمعروف ويذكر الله ويدعى إلى كل صلاح من جهة أخرى.

فعن أمير المؤمنين عليه السلام: "ألا وإن اللسان الصالح يجعله الله للمرء خيراً له من المال يورثه من لا يحمد". (نهج البلاغة، ج ١، ص ١٢٧).

اللسان والإيمان

لا شك أن الإيمان حقيقة في القلب الذي هو موضع معرفة الله واليقين، واللسان ترجمان هذا القلب.

ولذا فإن ما يظهر على اللسان غالباً هو تجلي لما يضم في القلب.

وقد قال الشاعر:

إن الكلام لفي الفؤاد وإنما جعل اللسان على الفؤاد دليلاً

وهناك علاقة عكسية أيضاً بين اللسان والقلب، إن اللسان هو أشد الجوارح تأثيراً في القلب وصحته ومرضه، ولذا كانت استقامة اللسان مفضية إلى استقامة القلب المفضية بدورها إلى استقامة الإيمان.

عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "لا يستقيم إيمان عبد حتى يستقيم قلبه، ولا

يستقيم قلبه حتى يستقيم لسانه" القلب السليم، ج ٢، ص ٤٨، طبع الدار الإسلامية..

آفات اللسان

إن اللسان كما سبق القول جارحة لها الصدارة في الخطورة بين الجوارح وتعتريه الكثير من الآفات والموبقات الواجب اجتنابها والحذر منها، ومن هذه الآفات:

١- الخوض في الباطل: يقول المولى الكريم حكاية عن بعض أهل النار قولهم "وَكُنَّا نُخْوِضُ مَعَ الْخَائِضِينَ".

وهو الدخول في أي حديث وأي كلام بلا حساب ولا تدبر ولا وعي وقد ورد عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم: "أعظم الناس خطايا يوم القيامة هو أكثرهم خوضاً في الباطل"^١.

٢- المراء والمجادلة: فترك الجدال والممارسة تتوقف عليه استكمال حقيقة الإيمان وعنه صلى الله عليه وآله وسلم: "لا يستكمل عبد حقيقة الإيمان حتى يدع المراء والجدال وإن كان محققاً"^٢.

فالمراء والجدال مع الكون على الحق مبعوض لله ولرسوله فكيف إن كان بالباطل فعنه صلى الله عليه وآله وسلم: "من جادل في خصومة بغير علم لم يزل في سخط الله حتى ينزع"^٣.

٣- الفحش والسب واللعن: ولعل هذه الآفات هي أكثر الآفات شيوعاً واللسان أسرع إليها من غيرها فترى الناس في حال الغضب يسبون ويلعنون بالفاحش من الكلام وفي الرضا كذلك لا يتورعون ولكن هل يا ترى من يلعن أو يتفحش أو يسب يكون مؤمناً؟

يجيب عن ذلك الرسول الأعظم صلى الله عليه وآله وسلم: "ليس المؤمن بالطعان ولا اللعان ولا الفحاش ولا البذي"^٤.

ولذا فقد وصفه الرسول صلى الله عليه وآله وسلم لزوجته عائشة قائلاً: "يا عائشة لو كان الفحش رجلاً لكان رجلاً سوء"^٥.

٤- السخرية والاستهزاء: فإنهما من الكبر قال تعالى: "لَا يَسَخِرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ".

٥- إفشاء السر: والسر من أعظم الأمانات ولذا إفشاؤه خيانة والله لا يحب الخائنين وقد عبر الرسول صلى الله عليه وآله وسلم عن كتمان ما يسمع الإنسان في المجلس الذي يحضره بقوله: "المجالس بالأمانات". وقال أيضاً: "الحديث بينكم أمانة".

٦- الكذب: وهو آفة الآفات وقد روي عن آل بيت العصمة عليهم السلام أن المؤمن يمكن أن يرتكب أي موبقة إلا الكذب وفي ذلك يقول أمير المؤمنين عليه السلام: "أعظم الخطايا عند الله اللسان الكذوب"^٦.

٧- الغيبة: وهي أيضاً من أعظم الآفات وأشدّها خطراً وأبجها شكلاً حتى لقد شبه الله المغتاب بأكل الجيف فقال قراناً: "ولا يغتب بعضكم بعضاً أيحب أحدكم أن يأكل لحم أخيه ميتاً فكرهتموه".

فإن عاقبة الغيبة هي الخروج من ولاية الله وحتى الشيطان لا يقبله في ولايته فقد ورد: "من روى على مؤمن رواية يريد بها شينه وهدم مروته ليسقط عن أعين الناس أخرجه الله من ولايته إلى ولاية الشيطان فلا يقبله"^٧.

عذاب اللسان

لما كانت أخطار اللسان بمستوى ما ذكر وآفاته على هذه الدرجة فإن الجوارح تستعيد يوماً من شره، والله يعذبه عذاباً لا يعذب به جارحة غيره.

عن الإمام الصادق عليه السلام قال: قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "يعذب الله اللسان بعذاب لا يعذب به شيئاً من الجوارح فيقول أي رب عذبتني بعذاب لم تعذب به شيئاً فيقال له خرجت منك كلمة فبلغت مشارق الأرض ومغاربها فسفك بها الدم الحرام وانتهب بها المال الحرام وانتهك بها الفرج الحرام وعزيتي وجلالي لأعذبنك بعذاب لا أعذب به شيئاً من جوارحك"^٨.

ما العمل مع اللسان؟

لم يتركنا الله ولا الرسول وأهل بيته خيارى في اكتشاف جواب هذا السؤال بل هم أجابوا بذلك فكان لديهم أول العلاج:

١- الصمت والسكوت: فعن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم "من صمت نجاً"^٩ وقد أمرنا أهل البيت ان نخزن ألسنتنا كما يخزن صاحب المال ذهبه وفضته.

عن أمير المؤمنين في نهج البلاغة: "واجعلوا اللسان واحداً وليخزن الرجل لسانه فان هذا اللسان جموح بصاحبه والله ما أرى عبداً يتقى تقوى تنفعه حتى يخترن لسانه".

وعن الإمام الباقر عليه السلام: "إنما شيعتنا الخرس" الكافي، ص ١١٣ ..

٢- قول الخير والتي هي أحسن: يقول تعالى في ذلك: "وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ".

من ١ إلى ٩: فلسفة الأخلاق، إبراهيم الزنجاني.

وقال الرسول صلى الله عليه و آله و سلم: "من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت".

٣- ذكر الله: فاللسان آلة ذكر الله وليستغل الإنسان لسانه بذكر الله لا بذكر غيره قال تعالى "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا".

٤- التفكير قبل الكلام: وهذا العلاج لكل آفات اللسان فقد ورد عن أمير المؤمنين عليه السلام في نهج البلاغة: "وإن لسان المؤمن وراء قلبه وإن قلب المنافق من وراء لسانه لأن المؤمن إذا أراد أن يتكلم بكلام تدبره في نفسه فإن كان خيراً أبداه وإن كان شراً واره، وإن المنافق يتكلم بما أتى على لسانه لا يدري ماذا له وماذا عليه".

تنبيه

وللسان غير ما ذكرنا من الآفات ومنها كثرة الكلام في نفسه التي تؤدي إلى قسوة القلب و"اللسان كذلك مفتاح كل خير ومفتاح كل شر" فالتقي حق التقي الذي يمسك بزمام هذه الجارحة حتى لا تسوقه إلى النار، وليلتفت وليتدبر إن هذه الآفات التي ظهرت على اللسان منشؤها مرض في القلب فلولا الحسد ما اغتیب ولولا الكبر ما استهزأ ولولا البغضاء ما سب ولعن وشتم... وانتبه إلى معالجة أساس هذه الأمراض ومنبعها لنستأصلها من جذورها وننجو ونكون من المفلحين.

جهاد السمع

قوله تعالى:

"وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا"^١.

مسؤولية السمع وفضله:

إن هذه الآية تؤكد ما يقرره العقل من أن الإنسان مسؤول أمام كل نعمة وعن كل نعمة ومن أعظم النعم نعمة السمع التي هي أحد أهم أبواب تحصيل العلم النافع لكلا الدارين، ولذا تحدث الإمام الصادق عليه السلام عن هذه المسؤولية قائلاً: "يسأل السمع عما سمع والبصر عما نظر إليه والفتؤاد عما عقد عليه" (مشكاة الأنوار ٢٥٥). فقيمة السمع أن يحفظ على ما ينفع وإن ينزه عما يضر. فالأذن يمكن أن تكون باباً لتلقي الحكمة، وباباً لمرور آيات الله إلى القلب كما يمكن أن تكون باباً للقدر من الكلام والمحرم منه وللإنسان أن يشرفه ويكرمه باستماع كل ما يليق بالعقل والحكيم وتنزيهه عما لا يليق بهما.

وفي فضل السمع قال الإمام علي عليه السلام: "جعل لكم أسماعاً لتعي ما عناهما، وأبصاراً لتجولو عن عشاها" (نهج البلاغة، الخطبة ٨٣).

حق السمع:

وللسمع حق على صاحبه قرره الإمام زين العابدين عليه السلام في رسالة الحقوق: "وأما حق السمع فتزبيبه عن أن تجعله طريقاً إلى قلبك إلا لفرصة كريمة تحدث في قلبك خيراً أو تكسب خلقاً كريماً فإنه باب الكلام إلى القلب يؤدي إليه ضروب المعاني على ما فيها من خير أو شر ولا قوة إلا بالله".

فلو كان السمع غاشياً لصاحبه غير أمين على ما يتلقاه كم في الحقائق تصبح باطلاً وكم من الباطل يصبح حقاً.

فإذا كان السمع أميناً وصادقاً يؤدي ما أوتى ويصدق في ما يأتي إليه فهل يا ترى يكون صاحبه عارفاً بالجميل إن ألقاه باتجاه أنواع الكلام البذيء، أو السفه أو اللغو أو المحرم.

من هو السميع: إن القران الكريم وأهل بيت العصمة يقسمون ذوي الأسماع إلى سامع وأصم لا باعتبار عطل آلة السمع بل بتعطيل فائدتها.

فنقرأ في القران الكريم قوله تعالى: "وَمِنْهُمْ مَّن يَسْتَمِعُونَ إِلَيْكَ أَفَأَنْتَ تُسْمِعُ الصُّمَّ وَلَوْ كَانُوا لَا يَعْقِلُونَ" (يونس: ٤٢).

فهم صم لا لعطل في الأذان ولكن لأنهم لا يتعلمون ما يسمعون. وفي نظر المولى الكريم الذي له سمع ولا يستفيد منه ميت: "إِنَّكَ لَا تُسْمِعُ الْمَوْتَى وَلَا تُسْمِعُ الصُّمَّ الدُّعَاءَ إِذَا وَلَّوْا مُدْبِرِينَ" (النحل: ٨٠).

بل إنهم في نظر المولى ليسوا موتى فقط وإنما موتى وفي القبور، قبور الإعراض عن ذكر الله وقبول الهدى. على حد التعبير العامي "ماتوا وشبعوا موتاً".

"وَمَا يَسْتَوِي الْأَحْيَاءُ وَلَا الْأَمْوَاتُ إِنَّ اللَّهَ يُسْمِعُ مَن يَشَاءُ وَمَا أَنْتَ بِمُسْمِعٍ مَّن فِي الْقُبُورِ" (فاطر: ٢٢).

فللحياة معيار عند المولى هو مدى استفادة الإنسان من ما يسمع من آيات الله ودعوات الصلاح والهدى.

وهذا الإمام علي عليه السلام في نهج البلاغة يؤكد هذه المعاني قائلاً: "ما كل ذي قلب بلييب ولا كل ذي سمع بسميع ولا كل ناظر ببصير".

بينما ترى في المقابل أن هناك من هم ذوي سمع هو اسمع الأسماع.

فعن الإمام الحسن عليه السلام: "... واسمع الأسماع ما وعى التذكير وانتفع به" (البحار، ١٨/١٠٩/١٧).

وعن أبيه عليه السلام أيضاً: "... إلا إن أسمع الأسماع ما وعى التذكير وقبله" (نهج البلاغة، خطبة ١٠٥).

سوء السمع:

السمع سمعان: سمع سيء ، وسمع حسن.

السمع السيئ: قد يكون شريكاً لكل من يسمعه ومشاركاً في كل ما يسمعه "السامع شريك القائل".

١- سماع الغيبة: عن أمير المؤمنين عليه السلام: "سامع الغيبة أحد المعتابين".

٢- بسماع الهجر من القول: "سامع هجر القول شريك القائل".

٣- سماع الغناء: قال رجل للإمام الصادق عليه السلام: إن لي جيراناً ولهم حوار يتفيعن ويضرين بالعود فرما دخلت المخرج فأطيل الجلوس استماعاً مني لمن؟... فقال له الإمام الصادق عليه السلام: "تالله أنت! أما سمعت الله عز وجل يقول: "إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولاً".

٤- سماع كل محرم: عن الإمام الرضا عليه السلام: "ففرض على السمع أن يتنزه عن الاستماع إلى ما حرم الله، أن يعرض عما لا يحل له مما نهى الله عز وجل عنه، والإصغاء إلى ما أسخط الله عز وجل فقال في ذلك: "وَقَدْ نَزَّلَ عَلَيْكُمْ فِي الْكِتَابِ أَنْ إِذَا سَمِعْتُمْ آيَاتِ اللَّهِ يُكْفَرُ بِهَا وَيُسْتَهْزَأُ بِهَا فَلَا تَقْعُدُوا مَعَهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ" ١٠".

٥- استماع اللغو: قال تعالى: "وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَالُنَا وَلَكُمْ أَعْمَالُكُمْ" ١١ ما العمل مع هذه الحالات وسواها فقد أمر الله بالإعراض فقال: "وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا" فالمطلوب أن يكرم الإنسان نفسه وسمعه بأن لا يسمع أمثال هذا الحرام.

وقال الإمام في غرر الحكم: "إذا سمعت من المكروه ما يؤذيك فتطأطأ له يخطك".

السمع الحسن: وعنه يتحدث الإمام علي عليه السلام قائلاً: "من أحسن الاستماع تعجل الانتفاع".

١- السمع الواعي: عن الإمام علي عليه السلام: "إذا لم تكن عالماً ناطقاً فكن مستمعاً واعياً".

وهذه الرواية بقيد صدرها يكون السمع الواعي هو سماع العلم،

فكأنه عنى عليه السلام انه إن لم تكن أنت العالم الذي يلقي العلوم فكن مستمعاً للعلم بوعي والله أعلم.

٢- سماع الكلام الحسن: لا شك مما تقدم إن إكرام السمع أن لا يستمع الإنسان إلى ما يشين من بذي القول أو السفه أو الكفر أو غير ذلك لكن تمام إكرامه بالاستماع إلى كل ما حسن الاستماع إليه من كلام.

فعن الإمام زين العابدين عليه السلام: "لكل شيء فاكهة وفاكهة السمع الكلام الحسن" (البحار).

٣- سماع ذكر الله: عن الإمام علي عليه السلام: "سامع ذكر الله ذاكراً" (غرر الحكم ٩٤٤٣).

٤- سماع الصلاح: وعنه عليه السلام: "عود أذنك حسن الاستماع ولا تصغ إلى ما لا يزيد في صلاحك" (غرر الحكم).

تنبيه:

إن من أهم ما يتأدب به الإنسان مما يتعلق بسلوكه الاجتماعي هو أن يتعلم الإصغاء إلى مخاطبه واحترامه والإقبال إليه بسمعه ووجهه، والإصغاء يفترض أن يتحول إلى عادة نمهر بها سلوكنا في علاقاتنا مع الناس بل إن من التواضع ومن الحكمة أن تتلقى مخاطبك بالإصغاء وعدم التلهي والاشتغال بأمور توحى له بأنك غير مهتم له ولكلامه فقد يكون في ذلك أذية كبرى له، بل قد يكون في ذلك لك خسارة كبرى. ويكفي في حق مكلّمنا علينا انه اهتم لنا واعتنى بنا فوجّه خطابه إلينا.

وأهم من قام بذلك هو الله عز وجل الذي اعتنى بنا وبوجودنا وبهدايتنا فاختر من خير خلقه رسولاً لنا وأرسل إلينا كتابه يخاطبنا به ويكلمنا لم يقل أهل بيت العصمة إنه من أحب أن يكلمه الله فليقرأ كتاب الله فإن كان من الآداب أن نصغي لمخاطبنا خصوصاً إذا كان ذا غرض شريف ونبييل وكان فيه صالحنا وفائدتنا فإن في رأس أدب الإصغاء أن نصغي إلى كلمات الله وكلمات أوليائه وهو القائل في كتابه: "وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا".

جهاد البطن

قال الرسول الأكرم محمد صلى الله عليه وآله وسلم:
"ما ملأ ابن آدم وعاءً شراً من بطنه حسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه فإن كان هو فاعلاً لا محالة فثلث لطعامه
وثلث لشرابه وثلث لنفسه" (فلسفة الأخلاق/ ١٠٦ / زنجاني).

مقدمة:

هذا الحديث يلخص خطر البطن وملئها، فالله قد جعل الطعام والشراب لابن آدم لا لينقطع إلى لذته بالمأكل والمشرب بل، لأجل حفظ وجوده وتقويته على أمور دينه وديناه ومن الناس من لا يلتفت إلى هذه الحكمة بل يتغافل عنها ليؤخذ بلذة الطعام فيكون ممن يعيش ليأكل بينما الحق هو أن يأكل ليعيش.

فشهوة البطن من أعظم المهلكات لابن آدم فكم من دم يهرق لأجلها وكم من حرمات ترتكب لأجلها، ولذا فهي منبع الشهوات وبيت الداء، داء الجسد والنفس ولكن مع ذلك فإن للبطن حقاً:

حق البطن:

في رسالته العظيمة رسالة الحقوق يقول الإمام السجاد عليه السلام: "وأما حق بطنك فأن لا تجعله وعاءً لقليل من الحرام ولا لكثير وان تقتصد له في الحلال ولا تخرجه من حد التقوية إلى حد التهوين وذهاب المروة، وضبطه إذا هم بالجوع والظماً، فإن الشبع المنتهي بصاحبه إلى التخم مكسلة ومثبطة ومقطعة عن كل بر وكرم، وأن الري لمنتهي بصاحبه إلى السكر مستخفة ومجهلة ومذهبة للمروة".

فقد فصلت الرواية حق البطن بما يجب وما لا ينبغي أو لا يجوز فيما يلي:

- ١- عدم أكل الحرام أو شربه قليلاً كان أو كثيراً.
- ٢- القصد في الأكل والشرب.
- ٣- أكل الحلال وشرب الحلال.
- ٤- الأكل بقدر حفظ القوة.
- ٥- عدم الشبع وعدم الإتمام.
- ٦- مقاومة نزوع النفس لكثير الطعام والشراب برياضة الجوع والعطش.

جهاد البطن:

إن وسيلة جهاد البطن يكون بتهديب ميلها إلى الطعام والشراب والإمساك بزمامها بحيث يصبح الإنسان حراً أمام نزوع نفسه إلى كل لذيذ طعام أو شراب لينقطع عنها إلى الله عز وجل ذلك أن من أهم آثار ملء البطن قسوة القلب والغفلة وقلة الفطنة وعدم التوفيق

- للعبادة فالرياضة والطريقة الوحيدة لجهاد البطن وقمع شهوتها هو الجوع فقد وردت روايات كثيرة في فضله وأثره منها:
- ١- أجر مجاهد: قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "جاهدوا أنفسكم بالجوع والعطش، فإن الأجر في ذلك كأجر المجاهد في سبيل الله، وانه ليس من عمل أحب إلى الله تعالى من جوع وعطش"^١.
- ٢- الجوع عبادة: ويكفي للدلالة على ذلك أن الله قد شرع عبادة قوامها الجوع وهي صوم شهر رمضان. وأيضاً ورد في قلة الطعام عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "الفكر نصف العبادة، وقلة الطعام هي العبادة"^٢.
- بل جعل في رواية جزءاً من النبوة وأيضاً في رواية "أفضلكم منزلة عند الله تعالى يوم القيامة أطولكم جوعاً وتفكراً وأبغضكم إلى الله تعالى كل نؤم أكل شروب"^٣.
- ٣- القرب إلى الله: عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "إن أقرب الناس إلى الله تعالى يوم القيامة من طال جوعه وعطشه وحزنه في الدنيا..."^٤.
- ٤- رؤية الله: روي عن عيسى بن مريم عليه السلام: "أجيعوا أكبادكم واعروا أجسادكم فلعل قلوبكم ترى الله عز وجل"^٥.
- ٥- الجائع يقرع باب الجنة: ما أروع وصف النبي صلى الله عليه وآله وسلم للجوع: إذ يقول: "أديموا قرع باب الجنة يفتح، قيل وكيف ندسم قرع باب الجنة؟ قال: بالجوع والظم"^٦.
- ٦- آثار الجوع الأخروية: عدا عما ذكرنا من أن الجوع قرع لباب الجنة ورؤية الله فإن في القيامة جوعاً وعطشاً شديدين أين منهما

(٦-١) المحجة البيضاء ج٥، ص ١٤٦ إلى ١٤٩.

الدنيا وجوعها ومن آثار الجوع في الدنيا والعطش الأمن من جوع الآخرة وعطشها فعن النبي الأكرم صلى الله عليه وآله وسلم: "أهل الجوع في الدنيا هم أهل الشيع في الآخرة وإن أبغض الناس إلى الله تعالى المتحمون الملائى وما ترك عبد أكلة يشتهيها إلا كانت له درجة في الجنة"^٧.

فوائد الجوع في الدنيا: قد يظن الإنسان أن للجوع فقط آثاراً وفوائد أخروية تتعلق بالأجر والثواب الأخرويين والتقرب إلى الله وغير ذلك مما سلف إلا أن له فوائد دينوية معنوية ومادية منها:

١- طهارة القلوب: فالقلوب تقسو وتتدنس بالمعاصي والذنوب، والجوع وسيلة لإزالة آثار الغفلة والذنب قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "أحيوا قلوبكم بقلة الضحك والشبع وطهروها بالجوع تصفو وترق"^٨.

٢- الحكمة والفتنة: إن الشيع كما سبق بيانه يمنع من الفكر والاستبصار ورؤية الحقائق كما هي والجوع يضاده في الأثر قال رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "من أجاع بطنه عظمت فكرته وفطن قلبه".

٣- صحة البدن: إن أكبر مسبب للمرض هو كثرة الطعام والشراب، ولذا فإن الحمية لا زالت أفضل العلاجات ولا يخلو علاج منها والجوع وقلة الطعام حماية ووقاية من الأمراض فقد ورد عنهم عليهم السلام: "المعدة بيت الداء والحمية رأس كل دواء وأعط كل بدن ما عودته".

٤- الجوع غذاء الروح: إذا كان الطعام غذاء البدن ومادته التي تقويه فإن الجوع للروح كما الطعام للجسد فقد ورد عن الإمام الصادق عليه السلام: "قلة الأكل محمودة على كل حال وعند كل قوم وليس

٧- المحجة ٥، ص ١٥.

٨- المحجة ٥، ص ١٥٤.

شيء آخر لقلب المؤمن من كثرة الأكل وهي مورثة شيئين: فسوة القلب وهيجان الشهوة، والجوع أدام للمؤمن وغذاء للروح وطعام للقلب وصحة للبدن".

٥- تذكير بجوع الآخرة: ففي خطبة الرسول في استقبال شهر رمضان: "واذكروا بجوعكم وعطشكم فيه جوع يوم القيامة وعطشه" وقد قيل ليوسف عليه السلام: "لم تجوع وفي يديك خزائن الأرض؟ فقال: أخاف أن أشبع فأنسى الجائع"^٩.

٦- لجم جموح النفس وكسر شهواتها للمعاصي: إن منشأ المعاصي كلها بالنهاية يعود إلى قوتها المستمدة من الطعام والشراب، فقلة الطعام وسيلة فائدتها واضحة في إضعاف نزوع النفس إلى شهواتها نتيجة ضعف المحرك لها إلى الشهوات وبالجموع يسهل انقياد النفس لصاحبها وخضوعها لسلطانها.

من آداب الطعام:

- ١- أن لا يأكل وحيداً:
"خير الطعام ما تكاثرت عليه الأيدي".
"ملعون من أكل وحده".
- ٢- غسل اليدين أو الوضوء.
- ٣- البدء بالبسملة والانتهاؤ بالحمدلة حتى ولو كان هناك أكثر من نوع من الطعام فليسبم الله عند البدء بأكل كل لون.

٩- المحجة البيضاء، ج ٥، ص ١٥٦.

٤ - عدم الإكثار من أكل اللحوم: "لا تجعلوا بطونكم مقابر للحيوانات".

٥ - عدم أكل ما لا يشتهيته فقد ورد أنه يورث الحمق.

تنبيه:

إن الجوع وإن كان هو الوسيلة التي سبق بيان شرفها وفضلها وأثرها في الدنيا وإلا خرج على البدن والقلب والنفس إلا أن أثر الجوع المعنوي يتوقف على كون الجوع جوعاً تربوياً، أي يجوع الإنسان بإرادته ليربي به نفسه ويهذبها ويقمع جموحها إلى ما حرم الله ويقبل بها على الطاعة أي أن يكون جوعه جوعاً هادفاً ليملك زمام نفسه لا أن يكون جوعاً مؤقتاً نمسك به أنفسنا فترة من الزمن عن الطعام والشراب ثم لا نلبث أن نطلق لها العنان لتأخذ ما لذ وطاب لها وبما شاءت من الكم والنوع.

وعلينا أن نغتنم فرصة الجوع لتتذوق طعم العبادة الحق حيث تنازعنا فيه أي رغبة أخرى.

فعن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم: "لا تشبعوا فينطفئ نور المعرفة من قلوبكم ومن بات يصلي في خفة من الطعام باتت الحور العين حتى يصبح"^{١٠}.

١٠ - المحجة البيضاء، ج ٥، ص ١٥٤.