

المعني حافة على



- الإهداء
 - أهدي هذا الكتاب
 - إلى كل قلب يبحث عن معنى
 - إلى كل روح تتوق للسكونية
 - إلى كل من لا يمل من التأمل في عظمة الخالق
-
- المقدمة
 - عزيزي القارئ،
لَمْ لَا نحتسي بعض الشاي وندردش قليلاً؟
هذه الصفحات رحلة صغيرة، وتأملات من القلب إلى القلب، لعلك تجد فيها ما يلمس روحك،
أو يفتح لك نافذة على نفسك والحياة
-

- الفهرس

الإهداء

المقدمة

التأملات

1. لماذا الكثير من المسلمين يصلون بلا خشوع؟

2. لماذا يجب عليك الإقلاع عن إدمان موقع التواصل الاجتماعي؟

3. لماذا الكثيرون لا يطبقون معنى "الله أكبر" في حياتهم؟

4. لماذا يجب أن تعيش مع القرآن وتتدبر معانيه؟

5. لماذا الآخرة؟

6. القراءة حياة!

7. لماذا العلم الشرعي؟

8. لماذا القراءة مهمة؟

9. ! عليك ألا تعتمد على النظام التقليدي!

10. إيثار صلاة الفجر على النوم

11. ! حتى لا تغلبك الشهوة

12. لماذا ينكر الملاحدة وجود خالقهم؟

13. هل القراءة كفيلة لتفعيل حياة الإنسان؟

14. هل الشهادة مهمة؟

15. لماذا يوجد خلاف بين أهل العلم؟

لماذا العزلة مهمة؟

16.

لماذا الروتين من أهم أسباب نجاح الإنسان؟

17.

لماذا الكتابة مهمة؟

18.

كيف تخرج من دائرة الإباحية؟

19.

هل الأغاني حرام؟

20.

لماذا يجب أن تتعلم اللغة الإنجليزية في هذا العصر؟

21.

كيف تحسن استغلال وقتك؟

22.

لماذا التفكير في الموت يحيي القلب؟

23.

قيمة الصبر في مواجهة الابتلاءات

24.

لماذا الصحبة الصالحة ضرورة وليس خياراً؟

25.

26. كيف توازن بين الدنيا والآخرة؟

27. لماذا العبادة تورث الطمأنينة؟

28. خطر الغفلة على حياة المسلم

29. كيف تحيي قلبك بالذكر؟

30. لماذا طلب الحكمة واجب على كل مسلم؟

31. كيف تجعل حياتك أثراً بعد رحيلك؟

الخاتمة

تأمل ١ :

لماذا الكثير من المسلمين يصلون بلا خشوع؟

> جاء في الحديث :

"أول ما يرفع من هذه الأمة الخشوع
رواوه الطبراني في الكبير."

وقد نلاحظ ذلك في حال كثير من المصليين، إذ ينظرون إلى الصلاة على أنها مجرد فرض يؤدى ليسقط عنهم الواجب، ثم يمضون في حياتهم كأنهم لم يقفوا بين يدي الله.
والحقيقة أن الصلاة ليست مجرد حركات وسكنات، بل هي لقاء مع ملك الملوك، تعرّض بين يديه حاجاتك كلها، وهو الغني عنك.

لماذا يجب عليك أن تخشع في صلاتك؟

1. لتطمئن قلبك •

2. حتى يزيد إيمانك •

3. حتى تحب الصلاة •

4. لتكون من المفلحين •

} قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون {

أماماً من قدّموا الدنيا على الصلاة، فهم يقولون بأسنتهم "الله أكبر" ، لكنّهم لم يطبقوا معناها في حياتهم، إذ رأوا
أعمالهم أو نومهم أو هوافهم أكبر من نداء الحق .

كيف تخشع في صلاتك؟

1. الوضوء باستحضار القلب

لا تتتوضاً وعقلك منشغل بأي شيء آخر.

مثال: كان عمر بن الخطاب رضي الله عنه إذا توضأ

اصفر لونه، فسئل عن ذلك فقال:

"أتدرون بين يدي من أقوم؟"

2.

التأمل عند تكبيرة الإحرام

تأمل في معنى "الله أكبر" ، فالله أعظم من الدنيا وما فيها، فاخشع بين يديه.

3.

تدبر الفاتحة

استشعر كل آية تقرأها من الفاتحة، وتذكر أن الله يرد عليك.

4.

الاستشعار في الدعاء

كن على يقين أن الله سيسجيب لك، واعشر بمعاني دعائك في قلبك.

5.

قطع الملهيات قبل الصلاة

مثل إغلاق الهاتف، ترك الحديث مع الآخرين، والتركيز على اللقاء مع الله.

يقول أبو الدرداء رضي الله عنه:

"من فقه المرء إقباله على حاجته حتى يقبل على صلاته وقلبه فارغ."

6. التدرب على الطمأنينة

الركوع والسجود ببطء مع حضور القلب، والوعي بأن هذه اللحظة بين يدي الخالق.

تأمل 2 :

لماذا يجب عليك الإقلاع عن إدمان موقع التواصل الاجتماعي؟

كونها إدماًياً أمر لا شك فيه، إذ صار غالب البشر يقضون معظم أوقاتهم منصرين إلى الشاشات ومحظى السوشIAL ميديا. ولكن، لم يحدث ذلك أصلًا؟

الجواب أن طبيعة هذه الوسائل تقوم على المحتوى السريع العشوائي؛ وهذا بحد ذاته مثير للعقل البشري، إذ لا يعرف المرء ما الذي سيراه بعد لحظة، فيستمر في التقلب من مقطع إلى آخر، ومن صورة إلى أخرى،

متوهّماً لدّة آنية يفرزها الدوبامين.

لكنّ الحقيقة أنّ هذا الشعور متّاعٌ زائف، يسلبُ الوقتَ والعمّر، ويحرّمُ صاحبه من أعمالٍ كان يمكن أن تعودَ عليه بـ النفع، ومع الاستمرار يُصابُ الإنسانُ بالبلادة وضعف الوعي، فلا ينتبهُ إلّا بعد فوات الأوان.

كيف تؤثّر هذه الأدوات عليك؟

• أيّاً يكن منطقك في تفسير الإدمان.

أهو هروب من واقع لا تستطيع تحمله؟

أم هو شعور لحظي يعطيك نشوة لا تنسى؟

• تأمل الآتي.
لماذا مدمن المخدرات اختار المخدرات تحديداً؟

هل لأنّها منحته الشعور الذي يريده، أم لأنّها كانت

في كلا الحالين، فهي هروب مثالي من الواقع، يُستخدم في بعض الحالات اليائسة أو المواقف الصعبة التي يعجز الإنسان عن التعامل معها.
فهل هناك فرق كبير بينها وبين الهواتف؟
أممم . لا أعتقد ذلك.

إنه عالم براق صغير في يديك، تصل منه إلى كل شيء.

بعضهم يدمّن الألعاب.

آخرون يدمّنون موقع التواصل.

وآخرون يدمّنون الإباحية.

وجود شيء كهذا في جيانتك بشكل متكرر، ومع الاستخدام الخاطئ، هو أمر غير صحيح.
إن هروبك من واقعك والاحتماء خلف عالم الصغير البراق ليس قوة، بل ضعفاً.

واجه مشاكلك، تعامل معها، والجأ إلى من خلق السماوات والأرض.

تجربتي مع الإدمان

كنت مدمّن تيك توك، وكنت أستخدمه تقريباً من أربع إلى ست ساعات يومياً، وفي النهاية أكتئب.

فـ ترك هذه الأدوات حتى لا تكتئب.

كيف تتخلص من هذه الأدوات؟

١. تخيل نفسك الآن، واقفاً أمام لحظة صامتة من حياتك، بدون ضوضاء الإشعارات أو صور المتعة اللحظية.

أسأل نفسك: هل هذا الوقت ملك لي أم للآخرين؟

٢. أجعل لكل يوم وقتاً محدداً لتصفح المحتوى، وأغلق كل شيء آخر، كي تعرف معنى السيطرة على نفسك.

٣. أوقف الإشعارات، ودع عقلك يستريح من

الانقطاعات المستمرة، وانظر إلى الحياة من حولك بهدوء.

4. عند رغبتك في فتح الهاتف، تنفس بعمق، وفكّر: هل هذا ما ينفعني الآن؟ أم مجرد وهم؟

5. استبدل عادة التمرير بعادة مفيدة: اقرأ صفحة، دون فكرة، امش لحظة صامتة.

6. قلل التطبيقات التي تسرق وقتك، واجعل هاتفك أداة لخدمتك لا لعقلك.

7. خصص أوقاتاً للراحة الذهنية، للتأمل، للتفكير، لتشعر بالوعي الذي يزداد مع كل لحظة من الهدوء.

8. وعندما تلتزم، كافئ نفسك بما يرفع روحك ويغدي عقلك بعيداً عن الشاشات.

• تذكر:

كل لحظة تقضى بوعي تمنحك عمراً جديداً، وكل دقة تهدرها في فهو فارغ، تنقص من رصيدك الذي لن يعود.

تأمل 3 :

لماذا الكثير من المسلمين لا يطبقون معنى الله أكبر في حياتهم؟

”الله أكبر من كل شيء ...“ جملة يرددها كل مسلم بلسانه، لكن ليس كل مسلم يعيش معناها كما عاشها رسول الله ﷺ وستلم عليه وأصحابه.

فالله أكبر من مرضك، وأكبر من حياتك، ومن همومك، ومن عدوك، بل أكبر من أي شيء يخطر في بالك.

”**> وقد كان النبي ﷺ وستلم عليه وأصحابه**، وهو أعظم البشر معرفة بربه، إذا خاف قال في دعائه:

”الله اكفيهم بما شئت، اللهم إنا نجعلك في نحورهم.“

فكان وستلم عليه وأصحابه يطبق معنى الله أكبر في كل موقف.

إن الدنيا بأسرها لا ينبغي أن تؤثر على الآخرة، لأن الله أكبر من الدنيا وما فيها.

احفظ الله يحفظك.

1. تخيل نفسك الآن تواجه هماً أو خوفاً، وأغلق عينيك للحظة.
اسأل قلبك: هل هذا الهم أكبر من الله؟
2. عندما تشعر بالخوف أو القلق، ارفع قلبك بذكر: "الله أكبر"، وأدرك أن كل شيء تحت إرادته وحكمته.
3. ضع ثقتك بالله قبل التفكير في الحلول، فالله أرحم بك وأعلم بمصالحك مما أنت تدري.
4. في كل موقف صعب، ذكر نفسك أن الدنيا زائلة، والله أكبر من كل شيء فيها، فتصبح أفعالك أكثر هدوءاً وروحانية.
5. اجعل هذا الذكر جزءاً من يومك: عند الاستيقاظ، قبل النوم، وفي لحظات التوتر، لتشعر بحماية الله وطمأنينة قلبك.
6. كلما شعرت بأن الدنيا تنقل كاھلك، تذكرة أن الله أكبر.

تأمل : 4

لماذا يجب أن تعيش مع القرآن وتتذمر معاينيه؟

القرآن الكريم ليس كتاباً يقرأ بالأمسنة فقط، بل هو حياة تعاش بالقلوب والجوارح .
هو النور الذي أنزله الله ليخرج الناس من الظلمات إلى النور، فكيف يجعل كتاباً موسمياً لا يفتح إلا في رمضان أو في بعض أيام السنة؟

إن حافظ القرآن بلا تذمر كمن يحمل جوهراً لا يعرف قيمتها، أما من جمع بين الحفظ والتأمل فقد ملك أعظم
كنز .

والله تعالى لم ينزل كتابه ليكون زينة في الصدور أو على الرفوف، وإنما أنزل ليتلى ويفهم ويُعمل به .

فمن قرأ القرآن ولم يتأمل معانيه، فقد حرم نفسه من أعظم بركاته .

كيف تتدبر القرآن؟

١. تخيل نفسك تممسك المصحف بين يديك، وتفتح صفحاته وكأنك تفتح باباً إلى نور لا ينطفئ.

٢. خصص وقتاً يومياً، ولو قليلاً، لقراءة آية أو آيتين مع التأمل في معناها، وفكر كيف تطبقها في حياتك.

٣. بعد كل قراءة، اسأل نفسك: ماذا علمتني هذه الآية؟ وكيف ستغير تصرفاتي اليوم؟

٤. حاول أن تربط بين ما تقرأه وبين مشاعرك وأفكارك، فلا يكون القرآن مجرد كلمات تتلى، بل حياة تعاش.

٥. أجعل الحفظ مقوتاً بالفهم، حتى يصبح كل حرف تحفظه نوراً يضيء قلبك ويهدي تصرفاتك.

6. في كل يوم، حاول أن يجعل قراءة القرآن عادة ثابتة، ليست موسمية، لتشعر بالسكينة الحقيقية التي وعد

الله بها القلوب المتذمرة.

7. القرآن نور، فلتكن حياتك انعكاساً لهذا النور في كل لحظة.

• 5 تأمل لماذا الآخرة؟

كيف تقدم شهوة ساعة على نعيم الجنة الأبدى؟

إن العاقل هو من آثر الآخرة على الدنيا، فملذات الدنيا زائلة كحلم عابر، أما لذة الآخرة فهي دائمة لا تنقطع.
تأمل حال كثير من شباب المسلمين اليوم؛ يلهيهم اللعب واللهو عن الصلاة، يسمعون النداء ولا يجيبون دعوة الرحمن،
وهو سبحانه غني عنهم.

لكن من نظر إلى الصلاة بحقها، علم أنها لقاء مع الله، وأنه إذا أراد بعده خيراً أعاذه ويسر له الطريق.
فكيف يبيع العاقل الباقي بالفاني، أو يقدم المتعة الزائل

حتّي لا تؤثّر الدّنيا .

تخيل نفسك واقفًا على مفترق طريق، بين لذة مؤقتة ومتعة أبدية .

اجعل الصلاة في وقتها أولويّة يومية، وفكّر فيها كفرصة لقاء مباشر مع الله .

قبل أي نشاط ممتع أو لهو، اسأل نفسك : هل هذا يبعدني عن طاعة الله أم يقربني ؟

خصّص أوقاتاً للعب واللهو بعد أداء الفرائض، بحيث لا تكون شاغلة عن العبادة .

اربط شعور المتعة بالفاني بوعي سريع . تذكر أنَّ أي لذة دنيا مؤقتة، وقل : اللهم اجعلني أحب ما تحب وأبتعد عما تغضّب .

يومياً، دون موقفاً نجحت فيه بتفضيل الآخرة على الدنيا، حتى تعود قلبك على الاختيار الصحيح .

البشر في طبيعتهم يميلون إلى الأشياء البراقة السريعة التي تثير الإعجاب وتلهي الحواس. نحن نعيش في عصر سادت فيه التكنولوجيا البصرية، حيث يكفي أن يمرر الإنسان إصبعه ليتنقل بين مقاطع مرئية طريفة أو مشاهد مليئة بالألوان والزوايا المثيرة، دون جهد أو صبر أو تفكير.

أما الكتاب، فهو يحتاج إلى صبر عظيم؛ مجرد أوراق ونص مكتوب، تتنقل بين صفحاته واحدة تلو الأخرى، لكنه يقدم كنزاً من المعاني لا تدركه العين العابرة.

في الماضي، كان من أراد قصة أو معرفة يذهب إلى من يرويها له، ثم جاءت الكتب فدوتت كل شيء، وأصبح الوصول إلى العلم والمعرفة في غاية اليسر. ما عليك إلا أن تجلس وتقرأ.

لكن في حاضرنا، ظهرت بدائل كثيرة تشبع الرغبة

اللحظية أكثر من الكتب، فغفل عنها كثير من الناس، لا لأنهم يكرهونها، بل لأن البديل أسرع وأشد إغراءً.

غير أنَّ من رزقه الله صبراً ووعياً ناضجاً وتفكيرًا عميقاً، يدرك أن ترك الكتب إضاعة لكنز لا يُقدر بثمن.

• تأمل عملي •

١. تخيل نفسك تجلس أمام كتاب، بهدوء، بعيداً عن الشاشات، وكأنك تغوص في بحر من المعاني.

٢. خصص وقتاً يومياً للقراءة، حتى ولو نصف ساعة، واجعلها عادة ثابتة قبل أي تصفح للشاشات.

٣. قبل فتح أي فيديو أو تطبيق، اسأل نفسك: هل سأستفيد منه الآن أم يمكنني تعلم شيء أعمق من كتاب؟

٤. جرب البدء بكتاب قصير أو مقالة تثير اهتمامك، لتكسر حاجز الملل والصبر، أو ابدأ بقراءة الروايات فهي من

أمتع الأشياء.

5.

أثناء القراءة، دون ملاحظات أو أفكاراً تتعلق بما تعلمه، فذلك يزيد التركيز ويحول المعرفة إلى حكمة عملية.

6.

اجعل المكافأة بعد القراءة شعوراً بالإنجاز والوعي، وليس مجرد الترفيه اللحظي، حتى يعتاد قلبك على المتعة العميقة.

بهذه الطريقة، تتحول عادة القراءة إلى نور يرمي يغني العقل ويقاوم إغراء السرعة اللحظية للشاشات.

7

لماذا العلم الشرعي؟

1.

رفع الجهل عن نفسه: فلا يعيش المسلم أسيراً

العلم الشرعي هو أعظم ما ينبغي للمسلم أن يتعلم؛ لأسباب جليلة، منها:

للظنون أو الموروثات، بل يبني عبادته على نور من الله •

2. **زيادة الإيمان:** فكلما ازداد علمًا بربه ودينه، ازداد حبًا لله وخشية منه •

3. **معرفة الله حق المعرفة:** من خلال تدبر أسمائه وصفاته وأفعاله، فيزداد يقينًا بربه •

4. **عبادة الله على بصيرة:** فالعبادة بعلم تختلف عن العبادة كعادة، فكم من المسلمين يكتفون بصلوة تعلموها في طفولتهم دون أن يسعوا لتعلم أحكامها أو تحسين خشوعهم فيها •

ومن أعظم مزايا العلم الشرعي أنه يشمل علوم القرآن والسنّة والسيرة، وهذه كلها كنوز عظيمة تقرّب العبد من ربه وتنحّه سعادة الدنيا والآخرة •

فيما أخى المسلم، ما أجمل أن يكون لك نصيب من هذا العلم المبارك، فهو علم ممتع، نافع، ومفتاح لكل خير •

•
تأمل عملي •

١. تخيل نفسك تجلس بهدوء مع كتاب في الفقه أو السيدة أو تفسير القرآن، وكأنك تغوص في بحر من نور المعرفة.

٢. خصص وقتاً يومياً أو أسبوعياً لدراسة العلم الشرعي، ولو نصف ساعة، واجعلها عادة ثابتة.

٣. ابدأ بالأساسيات: آيات قصيرة، أحاديث بسيطة، أو قصص من السيرة، لتدرج نحو أعمق.

٤. دون ما تعلمته بأسلوبك، سواء ملاحظات، أسئلة، أو تأملات شخصية، فهذا يعزز الفهم ويقوي الوعي.

٥. حاول تطبيق ما تتعلم في حياتك اليومية: الصلاة بخشوع أكبر، التعامل مع الناس بالحكمة، الذكر والتفكير

في أسماء الله وصفاته.

٦. شارك ما تعلم مع الآخرين، حتى يزداد الأثر في قلبك وعقلك، ويصبح العلم نوراً ينبع منك إلى من حولك.

بهذه الطريقة، يتحول العلم الشرعي من مجرد قراءة إلى حياة تعاش بالمعرفة والعمل، تقربك من الله وتملاً قلبك سكينة وفرحًا دائمًا.

تأمل 8 : لماذا القراءة مهمة؟

أي إنسانرأيته في حياتك يمتلك معلومات غزيرة بنسبة كبيرة جداً، هو قارئ.

إن أردت أن تخوض حواراً ثرياً مع أي شخصٍ • كن قارئاً.

إن أردت أن يسمعك الناس • كن قارئاً.

اعتقد أن الصورة اتضحت الآن.

كنت أصلي ذات يوم في المسجد، فرأيت أحد المصليين، صلاته ما أروعها!

كان يصلِّي بالواجبات والمستحبات، باختصار: يصلِّي على سنة رسول الله صلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

لـكـنـ السـؤـالـ: لـمـاـذـاـ كـانـتـ صـلـاتـهـ تـقـرـيـبـاـ أـصـحـ صـلـاةـ فـيـ المسـجـدـ؟

الـجـوابـ بـاختـصارـ: إـنـهـ قـارـئـ.

أـيـ شـيـءـ تـرـيدـ أـنـ تـفـهـمـهـ أـوـ تـقـرـبـ مـنـ حـقـيقـتـهـ؟ اـقـرـأـ.

فالـقـراءـةـ هـيـ المـصـدـرـ الـأـولـ،ـ الـأـزـلـيـ وـالـأـصـلـيـ،ـ للـعـلـمـ.

وـأـيـ عـلـمـ حـفـظـ،ـ فـقـدـ كـتـبـ،ـ ثـمـ قـرـئـ.

إـذـنـ:ـ الـكـتـبـ هـيـ المـصـدـرـ الـأـولـ لـأـيـ عـلـمـ.

وـمـنـ أـهـمـ فـوـائـدـ الـقـراءـةـ،ـ التـيـ لـمـسـتـهـ بـنـفـسـيـ خـصـوصـاـ فـيـ هـذـاـ العـصـرـ الرـقـمـيـ؟

أـنـهـ أـكـثـرـ مـاـ يـسـاعـدـ عـلـىـ التـرـكـيزـ.

إـنـ أـرـدـتـ:ـ الـهـدوـءـ،ـ الـانـدـمـاجـ،ـ الـمـتـعـةـ،ـ التـرـكـيزـ،ـ

فـمـاـ عـلـيـكـ إـلـاـ أـنـ تـقـولـ لـنـفـسـكـ؟ اـقـرـأـ.

تأمل : 9 | عليك ألا تعتمد على النظام التقليدي

التعليم التقليدي، أو ما نسميه المسار الدراسي، أيًا كانت هيئته أو دولته، ليس كافيًا للإنسان في حياته.

لكن، ما معنى كافٍ أصلًا؟ ولماذا لا يكون التعليم الأكاديمي كافيًا؟

بساطة، ما تعلمك إياه المنظومة التعليمية يكون مقيدًا بالاقتصاد والسياسة وأفكار يريدون دسها في المناهج رغمما عنك.

لذلك، ما تتعلمك في مسيرتك الدراسية لا يفترض أن يكون كافيًا وحده.

أنت تحتاج إلى:

ثقافة

وعي

ذكاء منطقي

اتزان نفسي

قدرة على إدارة الأمور.

وغيرها من المهارات التي لن تتعلمها في المدرسة.

ومع ذلك، فالمدرسة وما تقدمه من علوم أساسية تعتبر بوابة للمجالات التي تريد الدخول إليها.

كونك تتعلم وتجتهد في مكان ما لتحصيل المال ليس أمراً خاطئاً أبداً، لكن تذكر دائماً رسالتك في الحياة.

ونذكر أنَّ أول ما نزل من الكتاب الكريم كان كلمة: "اقرأ" ، أي: تعلم.

إذن، الالكتفاء بالتعليم الأكاديمي ليس خاطئاً، لكنه غير كافٍ أبداً.

فبعض الدروس لن تتعلمها إلا في مدرسة واحدة اسمها: "الحياة".

تأمل : 10

إيشار صلاة الفجر على النوم

كما نعلم، النفس نفسان:

نفس تحب الطاعة،

ونفس تميل إلى الذنوب.

وفي هذا الزمان، يغلب على كثيـر من المسلمين اتباع النفس التي تميل إلى المعصية.
لـكن لماذا؟

لأن الشـيطـان يـعـقد عـقـدـاً عـلـى الإـنـسـانـ، وـهـذـهـ العـقـدـ لاـ تـحـلـ إـلـاـ بـثـلـاثـةـ أـمـورـ: ذـكـرـ اللـهـ، الـوـضـوـءـ، وـالـصـلـادـةـ.

انظر إلى حال كثـيرـ من المسلمين الـيـوـمـ:

ينام أحدهـمـ بـعـدـ مـنـتـصـفـ الـلـيـلـ، وأـحـيـاـنـاـ قـبـلـ الفـجـرـ بـدقـائـقـ، فـيـضـيـعـ عـلـيـهـ أـدـاءـ صـلـادـةـ الفـجـرـ.

وهـذاـ مـنـ السـقـهـ.

نعم، من السفه أن يضيع المسلم صلاة الفجر، لأن يومه حينها يكون بلا بركة.

لكن إن استيقظ المسلم، وذكر الله، وتوضأ، وصلى، تجده مطمئن النفس، هادئ البال، مرتاح القلب.

ولم لا؟ وقد قام ليقابل ملك الملوك جل جلاله.

إذن: الغفلة عن صلاة الفجر تجعل يومك خاليًا من البركة، بينما المحافظة عليها تجعل يومك هادئاً، مطمئناً، مباركاً.

كيف تستيقظ نشيطاً.

ضع منبهًا مبكراً قبل الفجر بعشر دقائق على الأقل، لتمكن من الاستيقاظ بهدوء.

اجعل أول شيء بعد الاستيقاظ الوضوء وذكر الله، حتى يتهيأ قلبك واستعدادك للصلاة.

صل الفجر بخشوع، وركز على معاني الآيات والأذكار، وتخيل أنك أمام ملك الملوك.

بعد الصلاة، دون شعورك بالهدوء والراحة النفسية، لتدرك الفرق بين يوم تبدأه بالغفلة ويوم تبدأه بالبركة.

اجعل هذه العادة ثابتة يومياً، حتى يصبح الاستيقاظ للصلوة جزءاً من روتينك الطبيعي، ولا يخشاه قلبك أو يثنيه
نومك.

تأمل ١١ : ! حتى لا تغلبك الشهوة

الشهوة جزء لا يتجزأ من النفس البشرية.

ذكرت في القرآن الكريم، وأشارت إليها السنة النبوية، وهي من الخطايا السبع التي حذرنا الله منها.

لكن هل الشهوة محصورة في الجنس فقط؟

من وجهة نظري، لا.
فكل إنسان له ما يشتهيه ويختلف ذلك بحسب طبيعته وتفكيره؛ فمنهم من يشتهي المال، ومنهم من يشتهي الشهرة،
ومنهم من يشتهي السلطة، وغير ذلك.

تأمل معي :

لماذا وُجدت الشهوة في نفوسنا؟ ولماذا خلق الله فينا شيئاً قبيحاً كهذا؟

الجواب: عندما تتغلب على شهوتك تكون قد تغلبت على نفسك، وهذا أعظم انتصار يمكن أن يحققه الإنسان.

فقد قيل: "أعظم الجهاد جهاد النفس".

وإذا صبرت على نفسك وانتصرت عليها، فماذا يمكن أن يقف أمامك بعدها في هذه الحياة؟

إن ربنا جل وعلا يريد أن يعلمنا الصبر، ويربيانا على توجيه ذواتنا، فلا نقاد وراء أهوائنا، بل نوجه رغباتنا لطاعته وعبادته.

فلو كنا خلقنا منذ البداية صابرين أنقياء بلا صراع مع الشهوات، لما تحقق معنى الابتلاء ولا ثمرة المجاهدة.

"ولعل هذا السؤال يشبه سؤال الملحدين: لماذا لم يخلقنا الله جميعاً مؤمنين من البداية؟" والإجابة أن الله تعالى خلقنا لنعبده عن وعي واختيار،

وميزنا عن باقي الخلق بالعقل والقدرة على التمييز بين الصواب والخطأ.

لَكُنْ تَأْمُلُ : فِي الْجَاهِلِيَّةِ قَبْلَ بَعْثَةِ نَبِيِّنَا وَسَلَّمَ، هَلْ كَانَ كُلُّ النَّاسِ عَلَى صَوَابٍ؟

كلا، بل أسلم مع النبي إلا قلة قليلة، ثم انتشر الحق بعد مجاهدة وصبر.

فَلَلَّهُ فِي خَلْقِهِ شَوُونَ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ .
وَإِذَا جَاهَدْتَ نَفْسَكَ وَصَبَرْتَ عَلَى شَهْوَاتِكَ، عِنْدَهَا سَتَسْتَطِعُ مُوَاجَهَةَ عَقَبَاتِ الْحَيَاةِ بِقُوَّةٍ وَطَمَانِيَّةٍ

تأمل 12 : لماذا ينكرون الملاحدة وجود خالقهم؟

أنت كمسلم تؤمن بوجود الله، خالق السماوات والأرض، وخالق البشرية جموعه.

والمسحيي يؤمن بالثالوث الإلهي.

واليهودي يؤمن بإله خلقه وخلق البشر، كما يؤمن المسلم.

هذه هي الفطرة السليمةٌ، الإيمان بخالق مبدِّرٍ.

لكن يبقى السؤالُ: لماذا يوجد أشخاص كالملحدين ينكرون وجود الله؟

مع تطور العلم ظهرت **نظريات** مثل الانفجار العظيم، التي تقول إن الكون بدأ بانفجار كوني تناولت منه الكواكب والعناصر بدءاً من الهيدروجين والهيليوم.

ويبدّعون أيضاً أن وجود الإنسان كان صدفة!

لكن التأمل والتفكير من المفترض أن يزيد الإيمان لا أن ينقصه.

فالعلم إذا برر الوجود على أنه صدفة، فهو علم سطحي بحت.

نعم، بعض العلماء قد يمررون بفترة إلحاد، لكن كثيراً منهم بعد التعمق أكثر في مجالاتهم يعودون إلى الإيمان أقوى مما كانوا، لأنهم يدركون أنه لا شيء اسمه الصدفة.

أما سبب آخر لإنكار الملحدين، فهو أنهم لم يروا الله ولم يسمعواه.

هو الخالق البارئ، الذي تجلى للجبل فجعله دكاً وخرّ موسى صعقاً.

ثم يزعمون أنه لا توجد أدلة!

يا للعجب... كم من العجيب أن يجتمعون على مثل هذا القول.

تأمل 13 : هل القراءة كفيلة لتفجير حياة الإنسان؟

كما تقدّم، فإن الكتب هي المصدر الأول للعلم.

لكن يبقى السؤال: هل قراءة الكتب وحدها كافية لتفجير حياة الإنسان؟

كثير من الشباب اليوم يستبدلون القراءة بسماع الملخصات، ويحتاجون بأنهم لا يملكون الوقت!

لكن الحقيقة أن لكل شيء وقتاً إن خلقنا له وقتاً.

فالبداية إذاً أن تخصص وقتاً يومياً للقراءة فيما تهتم به، ثم تقرأ لتصاحبك لذة المعرفة.

نعود للتساؤل: هل القراءة وحدها تكفي لتغيير حياة الإنسان؟

برأيي، ليست كافية دائمًا... لكن اسمحوا لي أن أشارك تجربة شخصية:

لقد مررت بفترة قاسية جدًا من الاكتئاب، وبينما كنت أتابع في الواقع التواصل، وجدت شخصًا يرشح كتاب جلسات نفسية.

قرأته، وبفضل الله، زال عنِّي الاكتئاب.

إذن نعم، القراءة قد تكون كفيلة بتغيير حياة الإنسان، لكن بشرط أن يطبق ما يقرأه.

لأن الكتب إن لم تطبق معانيها، فكأنك لم تقرأ.

اقرأ... لكي تغير حياتك من جميع جوانبها.

لكي تعمل في شركة مرموقة، تحتاج إلى ما يُسمى "شهادات معتمدة"، وهي تلك التي تحصل عليها عند إنتهاء دورات معينة. هذه الشهادات تعتبر الدليل الذي يثبت مهاراتك.

أما بالنسبة للشهادة الجامعية، فإذا نظرت للموضوع في مصر، تجد أنك تدرس وتدرس، ثم ينتهي بك المطاف إلى مجموعة أرقام تحدد مصير حياتك بدرجة كبيرة.

فمثلاً، إذا كانت درجاتك جيدة وأردت دخول كلية الهندسة، لكن لم يحدث ذلك، وجاء بك القدر إلى كلية مثل حاسبات ومعلومات، فمن المفترض أن تتخرج كمبرمج.

لكن السؤال: عندما تجتهد وتعلم وتصبح لديك المهارات الكافية، ثم تتقديم لشركة ما، هل سينظرون لمهاراتك؟

الحقيقة أن الشركات غالباً لا تنظر إلى ما تشرحه من تعبك وسهرك في المشاريع، بل إلى دليل مهاراتك، أي إلى شهاداتك.

وهنا يظهر التساؤل: هل تكفي الشهادة وحدها؟ وهل يتم تجاهل المهارة في حساب الشهادة؟

الواقع أن الشهادة مجرد دليل على المهارة . فإذا كان لديك المهارة حقاً، تستطيع أن تحصل على الشهادة التي تثبتها .

تأمل 15 : لماذا يوجد خلاف بين أهل العلم؟

كما نعلم أن العلماء بشر يخطئون ويصيرون .

والمذاهب الأربعة الخلاف فيها ليس في الأصول، بل في فروع الدين.

لكن لماذا يوجد خلاف؟

لعدة أسباب:

1. اختلاف نشأة العالم وبيئته.

2. اختلاف تصوراته وأدواته العلمية.

3. اختلاف منهجه في الاستدلال والفكر.

هذه عوامل أساسية لتكوين شخصية العالم.

مثال: الإمام أحمد بن حنبل رحمه الله كان معروفاً بالوقار والجد في مجلسه وحرصه على العلم، لأنه كان يعتبر أن العلم عبادة، لذلك كان يغلب على مجلسه الجدية والهيبة.

لكن الخلاف بين العلماء في الحقيقة لا يرجع إلى شخصياتهم فقط، وإنما إلى اختلافهم في فهم النصوص وطرق الاستدلال وبلغ الأدلة.

ومن هنا تنشأ سعة الفقه الإسلامي وتنوعه.

تأمل ١٦ : لماذا العزلة مهمة؟

البشر بطبيعتهم يحتاجون إلى وجود الآخرين في حياتهم، ليس فقط لخدماتهم، بل للشعور بالطمأنينة والتقدير.

بعضهم لا يشعر بذاته إلا عند المدح •

وآخر يحب أن يكون محط الأنظار والاهتمام •

وإذا ولدت بشخصية مسالمة لا تبحث عن الاهتمام، فحين تنخرط مع الآخرين قد تدرك مدى سوء بعض الشخصيات،

• مثل:

من يتملق لمصلحة،

أو من يوافق دائمًا لتجنب الصراع،

أو من نشأ في ظروف صعبة مع اهتمام قليل، فيدرك سوء الأفكار لكنه يجهل كيفية التعامل معها.

إذن، ما هو الملجأ الأول لهؤلاء؟ العزلة والانفراد.

حتى تهدأ.

خصص وقتاً يومياً للجلوس وحدك بعيداً عن الضوضاء والمشتتات، لتفكر في نفسك وحياتك وأفكارك.

جرّب تدوين أفكارك أو ما تعلمه عن نفسك، فهذا يعمق فهمك.

افعل شيئاً تحبه أثناء العزلة، مثل القراءة أو التأمل، لتغذي عقلك وروحك.

تذكر أن العديد من الأفكار العظيمة اكتُشفت في لحظات الوحدة والتفكير، مثل اكتشاف نيوتن للجاذبية برأيك هل سيفكر في لماذا وقعت التفاحة لأسفل لو

تأمل ١٧ :

لماذا الروتين من أهم أسباب نجاح الإنسان؟

الروتين كلمة مظلومة جدًا في هذا العصر، لكن لماذا في هذا العصر تحديدًا؟

السبب أن الناس اعتادوا على تصفح الهاتف لساعات طويلة دون شعور بالوقت، وغالبًا بلا فائدة • وعند انتهاء

الجلسة لا يعرفون ماذا يفعلون بعدها غير العودة للهاتف مرة أخرى •

والسبب الحقيقي •: اعتيادهم على الدوبامين اللحظي الرخيص، فهم يريدون المتعة السريعة طوال الوقت •

لكن هل هذا شيء جيد؟

الجواب •: متى سنجز؟ متى ستبدع؟ متى ستتعلم؟

الملل طريق للإبداع

إذا جلست في غرفتك بلا هاتف ولا تلفاز ولا أي مشتت، ماذا ستفعل؟

• الإجابة • ستبحث عن شيء يسليك، تماماً كما يفعل الأطفال . وهنا يظهر الإبداع.

الروتين والنجاح

نعود للسؤال الأساسي • هل الروتين سبب من أسباب نجاح الإنسان؟

نعم، وأول أسباب النجاح هو تنظيم الوقت .

لم أر في حياتي إنساناً ناجحاً بلا روتين منظم .

الموظفون يستيقظون في موعد محدد ويعودون في موعد محدد يومياً . هذا هو روتينهم .

الدكتور أحمد زويل، العالم المصري الحاصل على جائزة نوبل، كان لديه روتين صارم جداً؛ يقسم وقته بين البحث،

القراءة، والكتابة . لم يعتمد على الإلهام المفاجئ ، بل على الالتزام بالروتين الذي صنع له بيئة

انظر لأي شخص بلا روتين، غير منظم في وقته . . . هل هو ناجح فعلا؟

أي ناجح على هذا الكوكب منظم وقته، ولديه روتين يومي ثابت.

إذا أردت النجاح فعليك بتنظيم وقتك وصناعة روتين متوازن، حتى لا تضيع حياتك وأنت لا تشعر.

تأمل : 18 : لماذا الكتابة مهمة؟

عند شعورك بالاكتئاب أو الضيق النفسي، غالباً ما تحتاج إلى من يسمعك. لكن في مثل هذه اللحظات، النفس البشرية لا تريد شخصاً يسمع كي ينتقد، أو يعطي أحكاماً عن الحياة والتفاؤل، أو يخبرك كيف أنك مخطئ.

هنا يظهر حل آخر تميل إليه فئة من الناس: الكتابة.

الكتابة كتنفيس للمشاعر

عندما تأخذ ورقة وقلماً وتبدأ في كتابة مشاعرك، مخاوفك، وما يقلقك، تجد نفسك تكتب وتكتب بلا توقف. قد يذكرك هذا بالفنانين الذين يخرجون ما بداخلهم عن طريق فنهم؛ فقد يرسم أحدهم وهو مكتئب، فيفرغ بذلك كل ما في داخله.

الكتابة تشبه ذلك إلى حد كبير؛ فهي ليست مجرد كلمات على ورق، بل حوار صادق مع ذاتك الداخلية.

أسلوبك الخاص في الكتابة

لست بحاجة لاتباع طريقة محددة أو أسلوب معين؛ الأهم أن تجد وسيلة خاصة لتفضي بمشاعرك دون كتمانها.

باختصار، إذا لم ترد أن تتحدث مع أي شخص، فاكتب ما ت يريد أن تكتبه — أي شيء . لا تخف.

اكتب حتى تهدأ.

تأمل : 19

كيف تخرج من دائرة الإباحية؟

عندما تبدأ شيئاً جديداً يكون عقلك في حالة من التشوش الخفيف؛ إما أن يعجبك ذلك أو لا.

وفي حالة الإباحية، فهي تعطي تجربة منتشية، خليطاً من المتعة البصرية المشوهة . تبدأ بالمشاهدة لتشعر بما يشعر

به من تراهم أمامك، لكن الأمر ليس بهذه السهولة للأسف، إذ ينعكس عليك جسدياً وفكرياً .

الأثر الجسدي

تصبح الإباحية محفزاً مثالياً لعقلك لإفراج شهوتك، لأنك ببساطة لا تملك الوعاء الحلال الذي يرضي الله.

الأثر الفكري

ت تكون لديك فكرة خاطئة عن المتعة الجنسية، وقد يضعف ذلك من متعتك حين الزواج، لأنك ستتوقع أن تعيش ما اعتدت أن تشاهد.

خدعة الدوبامين

إن تدفق الدوبامين الهائل عند مشاهدة المحرمات هو ما يجعلك منتثياً في تلك اللحظة؛ إحساس مؤقت ملؤن لكنه ضار بكل شيء.

طريق الخروج

الحل هو أن تدخر دوبامينك فيما ينفعك لا فيما يضرك، وأن تبعد نفسك عن المشوّهات البصرية والصور البذيئة.

مارس الرياضة بانتظام •

كن حاضراً في المجتمع دون شعور بالعار أو انعدام الثقة •

لا تكابر بذنبك ولا تجاهر به •

تذكر أن أبواب ربك مفتوحة دائماً للتوبة •

وإذا جاءك شعور قوي بالرغبة في المشاهدة ولم ينفع معك ما سبق، فانهض فوراً وغادر البيت لتكسر هذه الدائرة •

تأمل : 20 : هل الأغاني حرام؟

قال تعالى :

وَمِنَ الْثَّالِسِ مَنْ يَشْتَرِي لِهُوَ الْحَدِيثَ لِيُضْلِلَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِقِبْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذُهَا هُرْزُوا أَوْلَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ

6] [لقمان : مُهَمِّين]

قال ابن مسعود رضي الله عنه في تفسيرها: " هو والله الغناء ".
و قال رسول الله ﷺ: " صل الله علیه وسلم ".

" ليكون من أمتى أقوام يستحلون الحر والحرير والخمر والمعاوزف " رواه البخاري.

أقوال الأئمة الأربع في تحريم الغناء

قال الإمام أبو يوسف (تلميذ أبي حنيفة): " الغناء من الباطل ".

سئل الإمام مالك عن الغناء فقال: " إنما يفعله عندنا الفساق ".

قال الإمام الشافعي: " خلفت بغداد شيئاً أحدهته الزنادقة، يسمونه التغبير، يصدون به الناس عن القرآن " وهو
(الغناء).

سئل الإمام أحمد عن الغناء فقال: " الغناء يُنبت النفاق في القلب، لا يعجبني ".

إذن، الغناء محرام بنص القرآن والسنة، وياجماع الأئمة الأربعه.

هل فيه فائدة للإنسان؟

سألت بعض الناس: • لماذا تستمعون للأغاني؟

قالوا . " للمزاج . "

• قلت: وهل تستفیدون منها؟

قالوا . لا .

فقلت: سبحان الله! لا فائدة و تستمعون إليها؟

آفات الأغاني من

أنها تفسد القلب.

أنها تضيّع الوقت.

أنها تزرع الغفلة وتضعف الإيمان.

البدائل النافعة

الاستماع إلى البودكاست الهدف، وهو من أكثر ما يفيد العقل والروح.

قراءة الكتب والروايات، ولا تحصى فوائد القراءة.

الاستماع للمحاضرات والدروس التي تزيدك علمًا ووعيًّا.

•
ختاماً

لا فائدة في الأغاني أيها القارئ، بل مضرتها أضعاف لذتها.

تأمل : 21

لماذا يجب أن تتعلم اللغة الإنجليزية في هذا العصر؟

تتمثل دولتان في كون الإنجليزية لغتهما الرسمية[•]: بريطانيا وأمريكا. وبما أن هاتين الدولتين من القوى العظمى على الكوكب، ومع كثرة احتلالاتهما التاريخية، فقد أدى ذلك إلى أن أصبحت الإنجليزية أكثر لغة انتشاراً في العالم[•].

ولنكن صريحين، فإن سهولة اللغة الإنجليزية جعلت انتشارها وتعلمها أكثر سلاسة ويسراً.

فمعظم الشركات المرموقة تقع في دول مثل أمريكا وإنجلترا، ولكي تدار المصالح دون مشقة الترجمة أو سوء فهم العملاء، فإن معظم الشركات العالمية تشترط إتقان اللغة

وهذا بالتأكيد لا يقلل من مكانة لغتنا العربية.

— — —

فوائد تعلم اللغة الإنجليزية

نتيج لك فرصاً كثيرة للعمل.

تمنحك فرصاً واسعة للتعلم.

تساعدك على توسيع مداركك وآفاقك.

من أساسيات النجاح في هذا العصر

تعلم اللغة الإنجليزية لكي تنجح.

تأمل : 22 ما هو النجاح؟

برأيك، ما هو النجاح؟
هل هو مال تحصله، أم وسام تناله بعد تعب، أم تفوق دراسي؟

مهما كان مفهومك، فأغلب الظن أنه لا يتشابه مع مفهوم غيرك.

فالنجاح يا صديقي، تعريفه المحوري: هدف سعيت لأجله، وتعبت، وعانيت، وواجهت العقبات.

وعندما تنجز كل شيء، تأتي لحظة غريبة . . .

إحساس أنك امتلكت العالم، وتدرك عندها مدى كرم الله عليك ونعمته.

مشاعر كثيرة تتدفق في قلبك وعقلك، بين فخر بالذات وسعادة غامرة.

لكن . . . قد لا يحدث ذلك أحياناً.

قد تسعى طويلاً وتعمل بجد، ثم تفشل ببساطة.

هنا يأتيك صوت لو . . .
لو فعلت كذا، لو لم أوفق على كذا، لو لم أقدم على

فینتابك الإحباط والاكتئاب وجلد الذات، وتنسى أمرًا مهمًا.

أن الله لم يوفقك لحكمة قد لا تدركها، أو ربما وفقك في أمر آخر لا تعلمه.

معنى النجاح الحقيقي

النجاح ليس دائمًا في بلوغ المبتغي، بل في الرحلة نفسها، وفي الخبرات التي اكتسبتها.

ستسمع دائمًا يكفيك شرف المحاولة.

فقد كافحت، وحاولت، ونلت أشياء لم تكن تخيلها.

ومن رأيي المتواضع:

الفشل ضروري للنجاح.

وهكذا هي الحياة . . .

وفي الحالين، لا قول أجمل من :

الحمد لله .

• 23 : تأمل •

لماذا الكثير من الناس يذنبون وفي النهاية يقولون اللہ غفور رحیم ؟

لو سألت أي مسلم هل تخاف الله؟

سيجيب: نعم، أخاف الله .

فتسأله: وما دليلك؟

فيقول: أصلی، وأصوم، وأؤدی العبادات.

فتسأله: وماذا عن الذنوب؟

فيجيبك: اللہ غفور رحیم .

وهنا نردّ . لكن الله أيضًا شديد العقاب .
فلماذا أصبح كثير من المسلمين يعيشون بهذا التناقض؟

أصل المشكلة

سألني أحد الأصدقاء يوماً : لماذا الناس تمشي بمبدأ "الله غفور رحيم" ؟

فأجبته : لأنهم في الحقيقة لا يخافون الله، وإن زعموا ذلك !

لقد رفع الخشوع من الأمة حتى تكاد لا تجد خاشعًا .

! ترى الشاب ينظر إلى الفتاة ثم يبرر لنفسه "الله غفور رحيم" .

من أين أتى بهذا التهاون؟

والله ما ابتليت الأمة إلا بذنب أهلها .

قال ابن القيم رحمه الله :

لو كان المذنب عاقلا لما فعل الذنب .

فأنت لست عاقلا حين تعصي الله، وهو يراك ولا

تستحيي من نظره !

تعجبًا ..

تستحيي من بشر من طين لا يملك لنفسه نفعًا ولا ضرًا، ولا يملك لك شيئاً،

ثم لا تستحيي من ملك الملوك !

(الداء و الدواء)

موعظة من القرآن والسلف

قال تعالى :

{ أَفَأَمْتُوا مَكْرَ اللَّهِ فَلَا يَأْمَنُ مَكْرَ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْخَاسِرُونَ } [الأعراف: ٩٩]

وقال أبو بكر الصديق رضي الله عنه، وهو خير الناس بعد الأنبياء :

" لو وضعتم رجلي اليمنى في الجنة، ما أمنت مكر الله حتى أضع الأخرى ."

فتأمل ! إذا كان هذا قول أفضل البشر بعد الأنبياء، فكيف بك أنت، ثم تقول ببساطة : الله غفور رحيم؟

عد إلى الله، ولا تأمن مكره، ولا تتواكل على رحمته فقط.

واستحي من نظره إليك، فإن من خاف الله في الدنيا، كان آمناً يوم القيمة.

اللهم اجعلنا ممن يخافك ولا يأمن مكرك.

تأمل 24 : لماذا عندما تفید شخصاً ما في هذا العصر أحياناً يسبّك؟

في عصرنا هذا كثُر الجهل وقتل فئة من يطلب العلم.

والسؤال .• لماذا انتشر الجهل؟

السبب الأول .• موقع التواصل

أحد أقوى الأسباب التي رأيتها هو موقع التواصل الاجتماعي؛
تربى كثيراً من الناس يجلسون بالساعات على هواتفهم دون أن يشعروا بالوقت.

وفي هذه الجلسة الطويلة لا يستفيدون شيئاً، بل يضيعون أغلق ما يملكون.

الوقت، وهو أعظم عملة يمتلكها الإنسان.

" . . . المؤسف أن بعضهم حين يسأل: ماذا تفعل؟"

يجيب ببساطة: "أضيع وقتى!"

يقولها وهو في قمة اللامبالاة.

والكارثة أن بعد هذه الجلسة التي لا فائدة منها، يقوم الإنسان مثلاً بلا رغبة في عمل أي شيء؛ لأن عقله تشبع ببسيل هائل من الملهيات، فلم يعد يعرف كيف يتعامل مع كل هذه المدخلات في وقت واحد.

• السبب الثاني: رد الفعل السلبي

حين ترسل لأحدthem فائدة أو نصيحة، قد يقول:

إنك تتضمن، أو تتفاخر، أو أنكشيخ!

بل ربما يرد عليك بسب أو استهزاء.

ولكن الأجرد به أن يأخذ الفائدة بصدر رحب، ويشكوك،

لأنك إن لم تحبه ما أرسلت له ما ينفعه.

أنت لم تفعل ذلك إلا من باب بركة العلم ونشره، ومن الحرص على الخير له.

•
تجربة شخصية•

تجربتي مع هذا الأمر كانت مؤلمة؛

كثير من أصدقائي قاموا بحذف حسابي فقط لأنني أردت لهم النفع كما أردته لنفسي!

للأسف... بعض الناس لا يريدون أن ينتفعوا.

الخلاصة

خذ النصيحة بصدر رحب،
واحمد الله أن في حياتك من يحبك ويريد لك الخير

تأمل : 25 لما لا تطبق الأخلاق في الواقع؟

الأخلاق كلمة كثيرة التداول في عصرنا،
لكن من يتحدث عنها غالباً ما يفعل ذلك لتهئة ضميره،

بينما ترى حياته بعيدة تماماً عن تلك القيم .

سلوكيات مثالية كالصدق، الأمانة، الكلام المهذب . . .

هذه هي الأساسيات التي يفترض أن تبني نفساً مستقيمة لا تؤدي أحداً .

لكنها اليوم أصبحت شبه غريبة وسط أفكار مجتمعية مشوهة تغذى الفساد بدلاً من تهذيبه .

” ” بين القول والفعل

الإنسان طبع على الخير ، جملة نسمعها منذ الصغر .

لكن هل هي حقيقة صادقة وتشمل كل البشر؟

يكفي أن تنظر إلى بيئتك لنرى العكس؛

فالكثير من الراشدين وكبار السن لا يكفون عن النصيحة •

لا تكذب •

لا تسب •

لا تشتم •

كن خلوقاً •••

ومع ذلك تجد أفعالهم على النقيض مما يقولون •

الأخلاق بين الحقيقة والادعاء

الأخلاق في مجتمعنا أشبه بأسطورة قديمة،

لا تجدها إلا عند القلة التي رحمها الله •

ورغم هذا، تظل الأخلاق دائماً حديث الساعة،

موضوعاً يتكرر بلا انقطاع.

الحقيقة أن لا أحد كامل الأخلاق؛

كل إنسان يجمع بين الجيد والسيئ.

لكن الخطر الحقيقي ليس في فساد الأخلاق بحد ذاتها،

بل في من يزعمون تعليمها وهم لا يطبقونها.

رسالتي لك

في أشد لحظات الظلام، لا تنسِ مبادئك.

لا تنصاع مع القطيع مهما بدا الطريق ممهداً أو جيداً.

اجعل نفسك نفساً تفخر بها بصدق، دون تصنع أو خجل.

تأمل : 26 ما هي السعادة؟

ما هي السعادة بالنسبة لك يا صديقي؟

هل هي الأموال؟ أم الحب؟ أم تلك اللحظات التي لا تنسى؟

قد تبدو السعادة قريبة من النجاح.

تنجح فتشعر بالسعادة.

لكن هذا الرابط ليس حتمياً دائمًا.

ماهية السعادة

السعادة شعور سام — نشوة، فرح، استرخاء، وأحياناً مشاعر متضاربة.

وتحتختلف من شخص لآخر، ومع ذلك هناك أمور تتفق عليها الغالبية.

فتاة تحبها وتبادلك الحب فتعيشان لحظات دفء.

فتى تحببته وتعيشان لحظات ساحرة.

أصدقاء أوفياء تصنع معهم ذكريات لا تنسى.

السعادة بين الأشياء والفكر

هل السعادة مرتبطة بالأشياء؟

• الإحصائيات تقول:

١٠% فقط من سعادة البشر تأتي من الأشياء المادية.

٩٠% مرتبطة بعادات التفكير ونظرتهم للأمور.

إن التفكير الدائم فيما تفتقده يُحرمك من رؤية النعم التي لديك الآن.

الامتنان لما تملك يكفي لأن تشعر بالسعادة مقارنةً بمن حُرموا.

راحة البال أساس السعادة

• السعادة مرتبطة أيضًا براحة البال.

بترك التفكير المفرط والعادات الضارة.

لماذا تفتعل قلقا في رأسك عن أمور قد لا تحدث أصلا؟

لماذا تنسى أن لك ربا خلق السماوات والأرض قادر على أن يطمئن قلبك؟

خلاصة

السعادة تكمن في الخير، في الحياة النظيفة، في تبسيط الأمور.

صحيح أن هناك فترات قاسية لا تشعر فيها بسعادة،

لكن الاستسلام للاكتئاب بدل النهوض ليس حلًا.

اعمل على نفسك، واعتن بحياتك،
وعايش لحظاتك الثمينة بلطافة وبطء،

دون التفكير الزائد — في النهاية نعيش مرة واحدة فقط.

تأمل : 27 : لماذا الحمد؟

قال الله تعالى:

﴿ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ ﴾

وصدق الله العظيم.

(الملك : ٢٣)

نحن قليلاً ما نشكر النعم، وأحياناً لا نشكرها إطلاقاً، بل قد نجحدها — ونعد بالله من ذلك.

• ومن النعم العظيمة التي يجهلها الكثيرون:

نعمة العين

تخيل كم إنسان فقد بصره، بينما أنت تسأل كل يوم: ما أخبارك؟

فتجيب: لا جديد.

وأي جديد أعظم من أن الله يجدد لك نعمة البصر كل صباح وأنت لا تشكره عليها؟

فقل: الحمد لله.

نعمة البيت

قد تسخط على بيتك لأنك صغير أو بسيط، وتتمنى قصوراً فخمة.
لكن اعلم أنك أغنى من ٧٥٪ من سكان العالم لمجرد أن لديك بيتاً يأويك.
فقل: الحمد لله.

نعمة الصلاة بأمان

تصلي في المسجد بهدوء وسکينة دون أن يمنعك أحد.
وتخيل أن هناك ثلاثة مليارات إنسان حرموا هذه النعمة.
فقل: الحمد لله.

نعمة العافية

تستيقظ كل صباح بصحة وعافية، تمسك هاتفك في هدوء.
وتخيل أن هناك أكثر من أربعين مليون إنسان يعانون من السرطان مع كل صباح.
فقل: الحمد لله.

قيل إن رجلاً كان يكثر من قول "الحمد لله" ، رغم أنه بلا بيت ولا لباس ولا قوت يوم .

فسئل: لماذا تحمد الله وأنت على هذه الحال؟

فقال: أَحْمَدُ اللَّهَ لِأَنَّهُ جَعَلَنِي مِنَ الْقَلَائِلِ فِي هَذِهِ الْقَرْيَةِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَهُ وَيَحْمُدُونَهُ .

فاحمد الله، لأنه وفقك لتكون من الذاكرين .

نعمـة قضاء الحاجـة

أنت تذهب لقضاء حاجتك بسهولة، بينما هناك من يعاني معاناة شديدة في ذلك .

فقل: الحمد لله .

خلاصة

وأنت تسبح في بحر النعم، ثم تقول: لا جديد!

بل الجديد يتجدد مع كل نفس وكل يوم .

اجعل لك ورداً يومياً تحمد الله فيه مائة مرة، وإن زدت فخير لك.
الحمد لله على كل نعمة عرفناها، وعلى كل نعمة غابت عنا ولم ننتبه لها.

تأمل :29

إذا كانت إجابتك: نعم، أنت طبيعي، فأخبرني: ما هو الطبيعي؟

هل البشر فقط: طبيعي وغير طبيعي؟
وما الذي جعل الطبيعي طبيعاً لكي يكون آخر غير طبيعي؟

قد ترد في نفسك قائلًا: نعم، أعلم أن البشر مختلفون، وكل مميز . . . إلخ ،
لكنك تعلم أن هذا ليس ما أعنيه . . .

إذا كنت شخصاً تظن نفسك ذكياً أو مميزاً،

فـلـمـاـذا تـعـقـد هـذـا؟

هل حصلت على بعض شهادات أو جوائز؟ آلاف غيرك فعلوها قبلك.

سترد: إذا أنا مميز في الدائرة التي أنا فيها.

حسناً، أنت مميز في شيء ما وتجيد فعله بشكل رائع،
وغيرك مميز في آخر ويجيد فعله كذلك،
إذا لماذا تعتقد نفسك مميزة عنه؟

حسناً، الطبيعي هو من يقول: أنا مميز في كذا ولا أجيد كذا، وغيري العكس، إذن أنا مميز في مجالٍ وفلان لا.

أو صنف آخر هو الذي يتفاعل في المجتمع ويتكلم مع هذا وذاك ويحب نفسه.

وغير الطبيعي، من هو إذا؟

أهو الذي لا يحب الحديث أو لا يحب البشر؟

أو من له أفكار ثورية وحس بالتمرد؟

أو قد يكون شخصاً مميزة بحق لكن المجتمع لا يقبل المميزين بالأشياء غير الاعتيادية؟

حسناً، لا أعلم يا صديقي.

أتريد وجهة نظري؟

لا يوجد شيء اسمه شخص طبيعي وأخر لا.
كلنا لدينا مساوئنا التي نخفيها برداء مصطنع أثناء الحديث

لكن الحمقى من لا يستطيعون إخفاءها بشكل جيد.

إذا ما الأشياء التي لا ت يريد أن تكشفها لأحد عنك؟
وهل إذا ما قابلت شخصاً لا يريد إخفاء نواياه، بل يعرضها عليك بشكل مرير دون تصنع، ماذا ستكون ردة فعلك؟

البعض قد يقولون: مجنون نفسي أو ما شابه.

ولكن البعض الآخر، والذي بدوره سيشعر بالراحة، سيعرض ما في قلبه.

من خبث أو سواد أو أي نية كانت، سواء صالحة أم فاسدة.

قد يتتسائل البعض: لماذا قد أكشف لأحد ضعفاً شخصياً أو سوءاً نفسياً؟

بساطة: إنها الحرية.
أن لا تكون مقيداً بآراء المجتمع أو نظرة بعض الحمقى لك،

شخص لكم أحدهم في وجهه دون عاقب.

حسناً، حسناً، حسناً . . .

لنتربّت قليلاً .

إذاً ماذا لو قلت لك .

إني أحمق وأشك بالآخرين دوماً، وإنني أكرهك من قلبي؟
ماذا ستكون ردة فعلك في تلك اللحظة؟
ستكون من من ينظرون نظرة ازدراء من خلال أقنعة مصطنعة،
أم سترد علي بما في قلبك، سواء كان فعلاً أو قوله؟

عزيزي، إنك في قطبيع فاسد، فلا تكن مثله.

التزم بمبادئك، ولا تصنّع أخرى لتواكب آراء بعض الحمقى.

ولعلّك: ليس هناك مميز وعادي، أو ذكي وغبي، أو طبيعي وغير طبيعي.

يوجد فقط بشر وعقل.

حسناً، أسأل نفسك الآن، ولكن بمعاييرك الجديدة دون

تصنع،
وابدأ بالسلبيات السوداء،

وانته بالصفات الحميدة •

(ما قلته لا يشتمل فقط على السؤال !)

هل أنت طبيعي ؟

تأمل : 30 ! أنت مؤلف كتاب •

هل فكرت يوماً في تأليف كتاب؟

أيا كان جوابك، فأنت بالفعل مؤلف كتاب •

متى ألفت هذا الكتاب وأين هو؟

لقد ألفت هذا الكتاب منذ ولادتك، وسينتهي عندما تخرج روحك من جسدك • هذا الكتاب هو كتاب أعمالك •

نعم، جميع البشر مؤلفون كتب، لكنهم لا يكتبونها بأيديهم، بل أعمالهم تكتب بيد الملائكة الكرام، وكتاب

أعمالك مكتوب عليه اسمك .

فَكِيرُ الْآنِ :

كل عمل تقوم به في حياتك، هل عندما تمسك كتابك يوم القيمة سيسرك هذا العمل أم سيحزنك؟

نصيحتي لك :

اجعل كتابك أجمل الكتب بأعمالك الصالحة، ولا تجعل نفسك كالكافار يوم القيمة، الذين يقولون:

وَوُضَعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرَمِينَ مُشْفَقِينَ مَا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيَلْتَنَا مَا لَهُذَا الْكِتَابُ لَا يُعَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَخْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا

(الكهف : ٤٩)

ذكر: قبل فعل المعصية، ذكر نفسك أنك ستكون من هؤلاء إذا ارتكبتها.

بل كن من الذين يسلّم كتابهم بيمينهم، ويقولون:

هَوْمٌ اقْرَؤُوا كِتَابِيْهِ ﴿إِنِّي ظَنَنتُ أَنِّي مُلِّاقٌ حِسَابِيْهِ﴾
(الحَاقةَ ٢٠:١٩)

اجعل كتابك جميلاً بأعمالك الصالحة، لتناول رضى الله يوم تفتح صحائف الأعمال.

٣١: تأمل ما معنى الحياة؟

هل فكرت يوماً في هذا السؤال؟

الحياة ببساطة معناها في العبادة والتفكير الديني، وهذا قطعاً لا جدال فيه.

لكن أظن أنك تبحث عن إجابة أكثر دنيوية.

حسناً — لكي تكون مدركاً للأمر بشكل أوسع — قد تبدو حياتك بلا قيمة بالنسبة للبشرية: إن مت غداً فلن

يتأدى الكوكب، فقط سيحزن أهلك وأحباؤك لفقدانك.

ولكن خمن ماذا: الحياة تمضي، يا رجل.

وهنا لا أتكلم عن مماتك فحسب!

لكل منا مواهبه وشغفه الخاص . قد تكون قيمة حياتك متمثلة في فعل شيء تحبه بصدق دون الالتفات لآراء الآخرين، أو في قضائك وقتاً ممتعاً مع من تحب .

— أثناء تخيّل أنك تمشي في طريق طويل، وتتسقط في حفرة، وتبقي فيها يومين ثم تخرج وتكمّل طريقك —
وجودك في الحفرة كنت تفكّر فقط في الخروج منها؛ هذه هي الدنيا . حفرة بينك وبين الآخرة؛ تخرج منها في وقت مناسب، لكنك تنسى أنّ وقتك في الدنيا ليس الأساس، وأن حسابك في الآخرة هو المهم حقاً .
لذا، في رحلتك لاكتشاف ذاتك وإيجاد شغفك واحترامك لنفسك، لا تنسِ ربك ودينك أبداً .

— — —
كيف نعيش الحياة؟

حسناً يا صديقي: الحياة ليست بيضاء ولا سوداء تماماً . ولا أظنها عادلة تماماً ولا ظالمة تماماً . كل يأخذ ما كتب

لكن لكي تعيش وتتحلى وتبني شخصيتك الفريدة، عليك أن تتمتع بمجموعة من الصفات والممارسات العملية .

— 1 —
الصبر

صبرك في موقف يبرر فيه الصراخ يدل على قوتك الحقيقة .

صبرك في أيام صعبة مرت، عظيم عند رب العالمين .

الصبر مفتاح السعادة والأمل . عند شعورك بفقدان الأمل والاكتئاب، لا أمامك إلا الصبر .

كن صبوراً لكي تجد الحياة تنتظرك .

• > قال تعالى :

« واصبرْ وَمَا صَبَرْتَ إِلَّا بِاللهِ »

الصدق — 2

لا يعني صدّقك في أقوالك فقط، بل كن صادقاً في أفعالك.

لا تفعل شيئاً لتنتظر مقابلاً؟ افعل لأنّه ما أردت فعله، لتسعد غيرك، وليرد الله لك صدّقك في الناس.

النوع الآخر من الصدق هو الصدق مع نفسك. لا تدع شيئاً ليس فيك، ولا تبرر ذنباً لنفسك. تحمل عواقب أفعالك واصبر.

صدقك في أفعالك وأقوالك يفيد المجتمع، وفائدته الكبيرة تعود عليك في النهاية دون أن تشعر.

الأصدقاء — 3

عند ولادتك وذهبك إلى المدرسة، تعرف أشخاصاً تسمّهم "أصدقاء" — لكنني أفضل أن أسمّهم "معارف"

• قريبة

أنت تعرف كثيرين، لكن من منهم سيصمد بجانبك ويساندك في الحياة؟ هذا هو الصديق الحقيقي.

هل تعلم أن عليك واجباً تجاه أصدقائك أيضاً؟ ساعدهم وانصحهم. إن لم تفعل هذا، فلا تتوقع أن يفعلوه لك.

• تأثير الصديق عليك.

إذا كان صديفك صالحًا سينعكس ذلك عليك ولو بالقليل؛ سيعينك على الطاعة ولن يجرك إلى المعاصي. وإذا كان

فاسداً، فدورك أن تناصحه وتمنعه عن المعاصي — لا تدعه هو من يؤثر عليك.

قد تستغرب: حتى إن كان صديفك غير صالح طالما لا يجرك إلى الذنب فلا تتخلى عنه دون سبب.

لا يوجد شخص سيئ تماماً وآخر جيد تماماً؛ كلنا نحمل في داخلنا بومة بيضاء وغراب أسود — لسنا

• مثاليين.

وإن كنت تطمح إلى الكمال فأنت مخطئ فالكمال لله وحده .

— — —

— 4 — العمل

املاكك لشيء تفعله تحبّه مهمٌ حتى لا تمل من نفسك — رياضة، هواية، أو مهنة .

هناك عمل يمدك بالقوت، وقد تكون وظيفة مرموقة براتب جيد؛ لكن هل تراعي ربك في ذلك؟ هل أموالك حلال بـ الكامل؟ فكر في هذا .

العمل أساس في حياتنا حتى لا نن Yas ونشر بقيمتنا في المجتمع . في رحلة البحث عن عمل أو شفـ، كـ متجلداً وصادقاً مع نفسك، ورـق الله سـائي .

— — —

إذا ظلمك أحد وعفوت عنه دون مقابل، فأنت لا تدري عظمة هذا عند ربك.
كـن ليـّا مع النـاس، واسـمع وانـصـت . لا ترـد السـيـئة بالـسـيـئة بل بالـحـسـنة كـما أـمـرـنا النـبـي ﷺ . إن عـفـوت عن
الـنـاس، عـفـا اللـهـ عـنـك.

> قال تعالى :

«خذ العقو وأمْر بالغُرْفَ واغْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ»

عندما ترى منكرًا وتستطيع تغييره، لماذا تبقى صامتًا؟ لماذا لا تقول الحق وتكتسب ثوابًا؟

قد يفهمك البعض بأنك تتshedق أو تدعى شيءًا، لكن إن نصحت إنسانًا فانتفع بنصيحتك والتزم بها فالاجر لكما

الأمر بالمعروف لا يعني دوماً إطراء، بل قد يكون نهاياً عن منكر.

—7 القناعة

اقتنع بما قدره الله لك واعلم أنه قضاوه وحكمه.

كل بني آدم يأخذ قدره كما كتب له . لا تندم ولا تندب نفسك على ما فات، لن تغيّر شيئاً.

ارض بما قسمه الله وقل: " حمدًا لله، إلهي واسع الكرم ."

—8 الحماس (المحفز والانضباط)

الحماس بداية جميلة، لكنه غالباً قصير المدى.

- الحماس والتفاؤل ضروريان، لكن الأهم هو الانضباط. قم بواجبك سواء كنت سعيداً أم حزيناً، نشيطاً أم كسولاً.
- عش بانضباط لتظل على الطريق.

—9 الدعاء

• في أحلك لحظاتك، لا تترك نفسك للاكتئاب.

"> دع الندامة لا يذهب بك الندم

" فلست أول من زلت به قدم

اذكر أن لك ربّا خلق السماوات والأرض وهو الكفيل بكل شيء. ليس شرطًا أن تكون في كرب لدعوه؛ قد تكون

دعاءً لأمنية أو حاجة بسيطة.

ادعُ ربك بكل صدق وإلحاح.

> قال تعالى :

«وقال ربكم ادعوني أستجب لكم»

-10

بر الوالدين

اثنان أنجباك وربياك بالحب والتقدير — فكيف تفكر أن تغضبهما؟!

لو لم يكونا لـما كنت ما أنت عليهاليوم • لا تفكر أبداً بأنهما عبء عليك.

بر الوالدين من أساسيات الإسلام •

> قال تعالى :

«وَقَضَى رَبُّكَ أَلَا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَاهُ وَإِلَّا الْوَالَّدَيْنِ إِحْسَانًا»

لتنجح، لا تعتمد على أصدقائك أو وسائطك وحدها . توقف عن التفكير في هذا وكن واعياً.

التغيير يبدأ من العقل . فكر بإنتاجية، وكن صبوراً . تعلم مما ينفعك من الثقافة والعلم، ولا تتوقف عن التعلم ما دمت حياً .

كن واعياً، ولا تصدر أحكاماً بلا تفكير — فالتسريع في الاتهام أسلوب يحتاج أن تعيد وجهة نظرك فيه .

في النهاية

هذه العوامل تعدّ وسائل جيدة لقضاء وقتك في " الحفرة " التي ذكرناها سابقاً . لكنني لست من سيخبرك كيف تعيش بالضبط — أنت من سيجيب على ذلك . فكر في الأمر، تحمل صعوبات الحياة، وتتوقف عن الأنين والصرخ، وكن محترماً مع ذاتك .

-
- النصائح

—1 فكر بموضوعية

لا تنظر وتحكم وتعطي نصائحك وأنت غير ملم بكل الحيثيات الصغيرة.

لا تتهم أحداً بشيء ما حتى إذا ما كنت متأكداً.

لا تجادل في نقاش وأنت غاضب.

لا تعد بشيء غير مضمون.

توقف عن التعلق بذكرى ما.

تذكّرها وأشعر بها، لكن لا توقف حياتك على أخطاء نفسك السابقة.

إذا ما ظللت تذكر نفسك بها بشكل سلبي فستكررها نفسها.

للذكريات واللحظات أماكن في قلبك، لكن لا تخدشها ولا تضعها عقبة على طريقك.

كلنا بشر وكلنا ضعفاء لا حول لنا ولا قوة.

كن لطيفاً مع الناس ولا تكسر بخاطرهم .

عش حياتك وأنهها بسيرة طيبة .

لا يكن رأسك في السماء كبرباءً واختيالاً .

تواضع، ول يكن في قلبك العزة .

—4 عند اختيار شريك حياتك

عند إيجادك لشخص تشعر أنه قد يكون شريك حياتك، اسأل نفسك:

هل سيكون مناسباً لي؟

هل سيعاملني بما أمر الله؟

ثم قف بضع خطوات، وابتعد عن المنكر وما حرمه الله، ولا تواعد سرًا.

إن بقيت مشاعرك خالصة، فـ اعقلها وتوكل، وارض بما قسمه الله لك.

— — —

الصلاحة

ولكي تحب الصلاة أنسشك بسبعة أشياء.

1. مشاهدة بودكاست الصلاة الدكتور أحمد العربي على منصة فاهم (سلسلة من أربع مقاطع اسمها سلسلة تذوق العادات).

2. مشاهدة شرح الصلاة عمليًا للدكتور عثمان الخميس.

3. صفة وضوء النبي ﷺ وستلم للدكتور عثمان الخميس.

4. محاضرة الخشوع في الصلاة للشيخ عبد السلام الشويعر.

5. كتاب فاتبني صلاة (إسلام جمال).

6. كتاب أول مرة أصلي (خالد أبو شادي).

7. كتاب الصلاة وحكم تاركها (ابن القيم).

ابداً بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

ولكي تحب القرآن وتجد أثره في حياتك، أنصحك بهذه الأشياء:

1. مشاهدة بودكاست القرآن للدكتور أحمد العربي على منصة فاهم.

2. كتاب أول مرة أتدبر القرآن (عادل محمد خليل).

3. كتاب رسائل من القرآن (أدهم شرقاوي).

4. كتاب الطريق إلى القرآن (إبراهيم السكران).

5. كتاب رقائق القرآن (إبراهيم السكران).

6. تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان (عبد الرحمن السعدي).

ابدأ بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

الذكر

ولكي تكون من الذاكرين لله كثيراً وتجعل الذكر مفتاح مشاكلك، أنصحك بـ:-

1. بودكاست الذكر للدكتور أحمد العربي على منصة

2. كتاب معجزات الذكر (أحمد حسني).

3. حصن المسلم من أذكار الكتاب والسنّة (سعید بن علی القحطانی).

ابداً بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

الذنوب

ولكل من يشتكى من الذنوب والمعاصي والشهوات، وتنتأذى نفسه منها ويريد الخلاص، أنصحه بقراءة:

كتاب الداء والدواء للإمام ابن القيم رحمه الله .

صلوا الله
عليه وسالم

فهذا الكتاب يكشف أمراض القلوب وأسباب الذنوب، ويصف العلاج الناجع لها من كتاب الله وسنة رسوله وسالم .
ويإذن الله العلي العظيم سيكون له الأثر العظيم في حياتك .

— — —

العلم الشرعي

ولكي تبدأ في تعلم العلم الشرعي أنصحك بهذه الكتب .

الفقه: كتاب الفقه الميسر في ضوء الكتاب والسنة (نخبة من العلماء) .

الحديث: كتاب رياض الصالحين (النووي رحمه الله) .

التفسير: تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان (عبد الرحمن السعدي رحمه الله).

ابدأ بما تشاء منهم، وياذن الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

— — —

موقع التواصل الاجتماعي

ولكي تقلل أو تقلع عن وسائل التواصل الاجتماعي (الضارة) أصلح بـ .

Deep Work (Cal Newport). 1. كتاب

Digital Minimalism (Cal Newport). 2. كتاب

كتاب 3.
Ten Arguments for Deleting Your Social Media Accounts Right Now (Jaron Lanier).

كتاب 4.
How to Break Up with Your Phone (Catherine Price).

كتاب 5.
Dopamine Nation (Anna Lembke).

مشاهدة فيلم 6.
The Social Dilemma.

ابداً بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

ولكي تقلع عن الإباحية و تستمتع ب حياتك أصلحك بـ .

1. بودكاست الإباحية على منصة وعي .

2. كتاب دماغك تحت تأثير الإباحية (غاري ويلسون .)

ابداً بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك .

الأغاني

ولكي تقلع عن الأغاني أصلحك بـ .

1.

مشاهدة بودكاست الأغاني والموسيقى على منصة إيه المشكلة •

2.

مشاهدة بودكاست الموسيقى على منصة وعي •

ابداً بما تشاء منهم، وإن شاء الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك •

السعادة

ولكي تدرك السعادة أنصحك بهذه الأشياء العظيمة •

1.

القرآن الكريم (كلام الله) .

2. كتاب الطريق نحو السعادة (سحاب التميمي)

ابداً بالقرآن أولاً، ثم هذا الكتاب ثانياً، وبإذن الله سيكون لهم الأثر العظيم في حياتك.

النعم

ولكي تدرك الكثير من النعم التي غفلت عنها أنصحك بقراءة:

كتاب لكتود (إسلام جمال)

اقرأه، وبإذن الله العلي العظيم سيكون له الأثر العظيم في حياتك.

- الخاتمة

أتمنى أن تكون وجهة نظرك قد اختلفت، أو تعلمت شيئاً مما تحدثنا فيه معاً.

ولَا تنسَ أَن تَبْقِي قلبك مُتَفَتِّحًا لِكُلِّ لَحْظَةٍ وَتَأْمَلَ، فَالْحَيَاةُ أَقْصَرُ مَا نَظَنَ، وَالدُّرُسُ الْأَكْبَرُ دَائِمًا فِي:

الممارسة والتفكير.

بِقَلْمِ / محمد الشامي ، محمد عبدالله