نسمات الأدب
دار الأكاديمي

تصميم الغلاف/أماني مراد

جرعات من الراحة

دنيا عياشي

جرعات من الراحة

دنيا عياشي

تستعرض لكم دار نسمات الأدب للنشر

الإلكتروني بعزيمة وإبداع جديد

الكتاب :جرعات من الراحة

المؤلف:دنيا عياشي

غلاف الكتاب: أماني مراد

موك اب الكتاب: منى وجيه

تنسيق داخلي:عزة كمال

إدارة الدار: رزان محمد كليب

مع نسمات الأدب، أفكارك تنبض بالحياة!

نسمات الادب للنشر الإلكتروني

في كل لحظة من هذه الحياة الفانية ما مر علي لطف مثل لطف الله سبحانه كأن كل لطافة الدنيا والعالم والاشياء لا تأتي علي كما يحملها إلي الله، إن بعضا الآلام وجروح والوقعات التي لا تستطيع النهوض منها وأناس تظلمك وأناس جاحدة تحسسك بأن كل شيء انتهى أنه مهما يحدث لن تعود كما كنت لن تسر من قلبك ولن ترى العالم بألوانه البهيجة بمعنى أنك انتهى أنت إنسان السعادة لا تعنيك وأنت لا تعنيها حتى يأتي يوم ويزهر الله أرضك بالورد تسحب من داخلك تلك النفس الحزينة وتبث فيك نفس مفعمة بالحياة تنظر فجأة الى الحياة بأفكار جديدة وطيبة، هذا لأنك

بدأت تغير من نفسك تصلي، تصبر، تقرأ دواء الصدور ومثلجها، تذكر الله، تستغفر، لديك اورادك اليومية من القرآن، تبدأ يومك بصلاة الفجر وتنهيها بقيام الليل، لديك صحبة تذكرك بحسن الامور واطيبها تعرفك على القران والسنن وأهل اللام الطيبين، أنت بدأت تخرج من دوامة الاكتئاب واللهو وعش حياتك مازلت صغيرا ولديك الكثير لحياتك، وادمانتك الى نور والتوكل على الله ورضى بالقدر خيره وشره بدأت تخرج تدريجيا وتدخل في نور الهداية والالتزام من الظلمات الى نور، حكايتك مع هذه الحياة التي يجب ان تكتشفها لتجد راحتك النفسية والجسدية حيث

حتى الابتلاء مأجور عليها لأنك بدأت تتعلم كيف تصبر وتثق بالله عز وجل، بدأت تحسن ظن بالله لذلك لن تدخلك الابتلاءات ورحيل الاحباء وفقدان الاشياء في اكتئاب بل تكون تعلمت كيف تحسن الظن بربك وتوكله على كل أمورك في كل من أشخاص ءات لاقات

"ومن يتوكل على الله فهو حسبه"

أنت لست إنسانا كئيبا وتكره أن تعيش وليس لك سبب تعيش لأجله لكن أنت إنسان بعيد عن طاعة الله وأرهقك بعصيانه، أغلق لك كل أفق الحياة وأسبابها وأبعد عنك أحبابك وقهرك ربما في نفسك وقهرك في من تحب لتستفيق وتسند نفسك به وتحاوط نفسك به ربما

ليس كما ترى أنت أن الدنيا تظلمك والسبل معطلة والعلاقات بينك وبين ناس متوترة ولا وفي ولا صديق ولا حبيب هذه كلها أسباب لتعود وعندما تعود إلى الله وتبقى تتألم بهذه الأسباب فذلك ليعلم صدقك وحبك لله وصبرك وحسن ظنك به وإن صبرت طالت هذه الأسباب في شدتها عليها، لكن عندما تصبر حق صبر دون تتذمر وتشتكي وتسأل وتحسن ظنك بالله أن الله مستحيل أن يترك عبدا كان صابرا، ومحسنا، وواثقا بالله، تجدها قد فرجت فرجا والله لا يحمله ألف قلب من جماله وكفاءته، جزاء الله وما أدراك بعظم جزاء الله، أليس وعده ﷻ (فإن مع العسر يسرا)؟.

قال ابن القيم رحمه الله:

قوله تعالى (فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً)

فالعسر وإن تكرر مرتين فتكرر بلفظ المعرفة، فهو واحد، واليسر تكرر بلفظ النكرة، فهو يسران، فالعسر محفوف بيسرين، يسر قبله، ويسر بعده، فلن يغلب عسر يسري، أنت لست إنسانا مكتئبا أنت تحتاج ان تغير اتجاه سيرك في هذه الدنيا، انت بحاجة الى أن تتوبي الى الله وتقبل عليه بتوبة وبعدها بالتزام يعينك على دنيا ومشاقها فالمعصية ترهق القلب وتشتت ما حوله من علاقات واعمال.

قال ابن عثيمين: «إذا رأيت من نفسك إركاسًا فانتشلها بالتوبة والاستغفار لله عزَّ وجل، وسؤال الله الثَّبات؛ ولا تتهاون، ولا تقل إن شاء الله سيقوى إيماني؛ بل من الآن، من حين أن تحسَّ بالمرض فعليك بالدواء»

تعب نفسها وحزنها والاحساس الموت في الحياة هو تقصيرك في حق الله عليك ان رحل بنا الى هيام والضياع في هذه الحياة لما لا نرحل بها مرة أخرى الى صلاح أرواحنا وقلوبنا في هذه الدنيا المنتهية الزائلة قال تعالى {إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ}

قـــال ابـــنُ الجـــوزي رحمـــه الله: إذا أردتَ أن تُغيّـــرَ مـــا بـــكَ مِـــنَ الكُـــروبِ؛ فَغَيِّـــرْ مـــا أنـــتَ فيهِ مِنَ الذنوبِ.

★★★

لماذا لا نبدأ بتنظيم الصلاة؟

الصلاة: صلة العبد بربه وعماد الدين، أردت أن تجد نفسك وتطمئن وترتاح وأن يلين قلبك وتنير ملامحك صلي أردت أن يكفك الله شر الناس وشر نفسك صلي الصلاة تنهيك عن الفحشاء والمنكر وكم منكر وفحشاء غرقنا فيها نحن اليوم.

قال تعالى (واتل ما أوحي إليك من الكتاب وأقم الصلاة إن الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ولذكر الله أكبر والله يعلم ما تصنعون..)

وعندما أقول صلي أنا لا أعني أن تسجد وتركع وتقف بل الى جانب كل هذا إستحضر قلبك وعقلك وروحك وكلم الله

كم أمرك أن تكلمه فصلاة حديث قيم بين العبد وربه فإن صلاها بقلبه فرجه همه وفتحت سبله وكفي شر الناس ورضى ربه وأجر في عمله، في صلاة لا تخرجها عن وقتها.

﴿إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا﴾

﴿أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَىٰ غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ ۖ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا﴾

ولا تاتيها جسدا وقلبك في أمواج الدنيا يتقلب.

★★★

الصبر

"عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: من يرد الله يصب منه"

إن الدنيا دار هم وتعب ولا يرتاح فيها مؤمن حتى يرحل عنها، فلا ينتظر منها الراحة والمكافئة والجزاء فإذا لقي فيها جزاء فإذا هي رحمة من الله، فيبتلى فيها المؤمن ليختبر فيها ثباته وإيمانه ويقينه وأما الصبر فالمؤمن يجازى عليه

قال رسول الله ﷺ: "عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله خير، وليس ذاك لأحد إلا لمؤمن، وأصابته سراء شكر فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء فكان خير له"

رواه مسلم

فـــالله فـــي ابـــتلاءك ومصـــابك لديـــه حكـــم فـــلا إمـــا إرجاعـــك إليـــه أو محـــو بـــه ذنوبـــك أو تنبيهـــك أو إختبـــارك وإختبـــار إيمانـــك لكـــن لـــن يكـــون أبـــدا مـــن بـــاب ظلمـــك وأخـــذ حقـــك أبـــدا وســـوء تـــدبيره وتســـييره فـــي حياتـــك هنـــا يكمـــن الصـــبر أن تصـــحبه بحســـن الظـــن بالله.

★★★

حسن الظن بالله

تأكد ان المدبر والمسير لكل أمورك هو الله فحشاه أن يسير إلى السوء فكل قدر قدره هو لخير.

"حسن ظنك بالله يصنع المستحيل."

سئل الشافعي:

-كيف يكون سوء الظن بالله؟

قال: الوسوسة والخوف الدائم من وقوع مُصِيبَة، وترقب زوال النعمة، كلها من سوء الظن بالرحمن الرحيم!

أحسن ظنك بالله لماذا القلق وكثرة العتاب مدام أن ربك الله؟

الرحمن الرحيم بكل أحوالنا، لطيف بنا منا على أنفسنا.

إننـــا تحـــت رحمـــة الله فلمـــا الخـــوف مـــن المستقبل.

★★★

ذكر الله

"ألا بـــذكر الله تطمـــئن القلـــوب" ذكـــر الله وتعويـد لسـانك علـى ذكـر هـي طمئنـة لقلبـك وســـلام لروحـــك وقـــوة لايمانـــك، ذكـــر الله ينظف القلب ويجعله مهيئا للتعبد بصدق.

لا تبخـل علـى نفسـك بـذكر الله يوميـا لجـلاء همـك وراحتـه ورضـاه وصـفوه، وهـو مـن الأعمـال الزكيـة والطيبـة فـي الحيـاة المسـلم، بـذكر الله ومواظبـة عليـه تنغـرس داخلك حياة.

قـال رسـول الله ﷺ "مثـل الـذي يـذكر ربـه، والذي لا يذكر ربه، مثل الحي والميت"

قـال تعـالى "يـا أيهـا الـذين أمنـوا أذكـروا الله ذكرا كثيرا وسبحوه بكرة واصيلا ".

★★★

الدعاء

مناجاة العبد لربه تلك اللحظات بذات من الكنوز

إن كنت مهموما ادعو الله، وان لم تكن مهموما ادعو الله لا تجعل صوتك ينقطع عن السماء ولم تنقطع عنك رحمة الله في الارض إني والله لأظن الدعاء من التوكل على الله وتوكيل كل أمورك إليه.

عن أنس بن مالك رضي عنه: عن رسول الله ﷺ: "الدعاء مخ العبادة"

فلا تبخل بدعاء لنفسك ولأخوانك المسلمين أن يغير الله أحوالكم ويجعلها طيبة.

قال رسول الله ﷺ: "دعوة المرء المسلم لأخيه بظهر الغيب مستجابة، عند رأسه

ملـــك موكـــل، كلمـــا دعـــا لأخيـــه بخيـــر قـــال الملك الموكل به، أمين ولك بالمثل"

★★★

قراءة القران

والله فتلاوة القرأن راحة لا يعرفها إلا أصحابه

قال ابن عثيمين: "مهما طلبت من الأطباء أن يزول عنك في قلبك فلن تجد مثل القرآن".

وقوله تعالى: "وننزل من القرآن ماهو شفاء ورحمة للمؤمنين" الاسراء 82

فوالله لا طارد للهم من القلب وتعاسة والكآبة مثل القرآن وصدق الله عز وجل عندما وصفه بأنه رحمة للمؤمن، القرآن وقراءته تطهر القلب من دناسات الدنيا.

قال الامام ابن القيم رحمه الله: "فالمؤمن اذا سمع القرآن، وعقله

وتـــدبره، بـــان أثـــره عليـــه، فشـــبه بالبلـــد الطيب."

قـــال ابـــن الجـــوزي رحمـــه الله: "تـــلاوة القـــران تعمـــل فـــي أمـــراض الفـــؤاد مـــا يعملـــه العسل في علل الأجساد".

أتخـــذ رفيقـــا ولـــيكن القـــرآن والله لـــيس هنـــاك رفيـــق مثلـــه يرافقـــك فـــي الـــدنيا وفـــي القبـــر وفـــي الآخـــرة يكـــن لـــك شـــفيعا فهـــل مـــن متنافس.

★★★