

## الهم والحزن

**عباد الله:** إن من حكمة الله أن جعل الدنيا غير خالصة لأحد من عباده، فلا زال العبد يتقلب فيها بين السعادة والحزن، حتى ينتهي به الترحال إلى الدارين؛ فإما إلى الجنة - نسأل الله الفردوس الأعلى - وإما إلى النار - أعاذنا الله وإياكم منها.

فإذا دخل أهل الجنة الجنة واستقروا فيها، فإن من أول دعائهم ما ذكره الله - جل في علاه - عنهم، قال تعالى: ﴿وقالوا الحمد لله الذي أذهب عنا الحزن إن ربنا لغفور شكور﴾ [فاطر: ٣٤].

فهذا مما يدل على أن الحزن أو جزءا منه، لا بد أن يصيب العبد في هذه الحياة، وأن الدنيا ليست بدار سعادة كاملة، ولا يذوق فيها العبد راحة تامة، فلا بد من النقص في دار النقص، ولا مناص فيها من التعب والنصب، ﴿لقد خلقنا الإنسان في كبد﴾ [البلد: ٤].

ثمانية تجري على الناس كلهم... ولا بد للإنسان يلقي الثمانيه

سرور وحزن واجتماع وفرقة... ويسر وعسر ثم سقم وعافيه

**فتلك طبيعة الحياة الدنيا:**

طبعت على كدر وأنت تريدها ... صفوا من الأقداء والأكدار؟

عباد الله: لا بد للإنسان في هذه الدنيا من شيء من الهم والحزن والكدر، غير أن نسبة الطمأنينة في القلب، مقرونة بقدر ما فيه من إيمان وهداية، فمتى قوي إيمان العبد بالله وزاد يقينه وصلح واهتدى، استقرت نفسه واطمأن قلبه، وسكنت روحه، وأحس براحة وطمأنينة؛ وإن بدا للناس أنه شقي أو محروم، أو كانت الحوادث والمصائب تتخطفه عن يمين وشمال، قال تعالى: ﴿من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون﴾ [النحل: ٩٧].

وقال تعالى: ﴿ولا تهنوا ولا تحزنوا وأنتم الأعلون إن كنتم مؤمنين﴾ [آل عمران: ١٣٩].

وقال تعالى: ﴿فمن تبع هداي فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون﴾ [البقرة: ٣٨].

ومع هذا الإيمان الذي يزيح عن القلب أثقال الحزن ويقشع عنه سحاب الهم، فلا بد للعبد من صبر يقوي عزمه ويثبت فؤاده، ودعاء صادق يستعين به ربه ومالك قلبه، وأسباب حسية يتناولها تناول الدواء، متكلا على الله معتصما به، قال سبحانه مخاطبا نبيه - صلى الله عليه وسلم - : ﴿واصبر وما صبرك إلا بالله ولا تحزن عليهم ولا تك في ضيق مما يمكرون﴾ [النحل: ١٢٧].

وعن أنس - رضي الله عنه، قال: «أن النبي - صلى الله عليه وسلم - كان كثيرا ما يقول: اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، والعجز والكسل، والجبن والبخل، وضلع الدين وغلبة الرجال». رواه البخاري.

ولو تفكرنا لوجدنا أن هذه الأسباب مجتمعة أو بعضها، هي منشأ ما يعترى الكثيرين من هموم وأحزان، وأساس ما يحيط بقلوبهم من ضيق وآلام، فمنشؤها تفريط في العبادات، وتقصير في الطاعات، وتورط في كثير من المخالفات، وضياع أيام في الترهات، وشغل أوقات بالمعاصي والسيئات، وتقاعس عن السعي فيما ينفع، واعتماد على الآخرين، بل وإساءة إليهم وظلم وعدم إحسان، وشح وبخل ومنع حقوق وبهتان، كل هذا مما أمرض النفوس وضيق الصدور، وضاعف أدواء القلوب، بل وأمات بعضها.

**عباد الله: وأما النفوس الشريفة الكبيرة، فإنها لا تفكر كثيرا فيما لا تملك التصرف فيه، مما مضى أو مما هو آت؛ بل تصرف فكرها إلى ما ينفعها، وتبذل الأسباب في تحقيق ما خلقت له من عبودية ربها، موقنة أنها متى ما كانت له على ما يحبه ويرضاه، كان الله لها على ما تحبه وترضاه، فهو سبحانه غفور شكور، فلا يسيطر الحزن على من كان الله معه؛ وإن تخطفته أيدي المشكلات، أو أحاطت به شباك المصائب.**

وقد حكى الله تعالى لعباده قول نبيه - عليه الصلاة والسلام - لصاحبه

في الهجرة: ﴿إذ أخرجهم الذين كفروا ثاني اثنين إذ هما في الغار إذ يقول لصاحبه لا تحزن إن الله معنا فأنزل الله سكينته عليه وأيده بجنود لم تروها﴾ [التوبة: ٤٠].

**عباد الله،** لا فرح للعبد وإن نال شهواته وحصل ملذاته وهو غافل عن أمر آخرته، ولا حزن يسيطر عليه إذا كان الله معه وإن قل ما في يده، وإنما الحزن لمن فاته الله، وتخلي عنه مولاه، وإن جمع الدنيا وحازها بحذافيرها، قال جل وعلا: ﴿قل بفضل الله وبرحمته فبذلك فليفرحوا هو خير مما يجمعون﴾ [يونس: ٥٨].

**عباد الله،** إذا علم العبد بيقين أن الأجل محدود، والرزق مقسوم، وأن الله هو خالق الكون ومدبره بما فيه، ثم أخذ الأمور بسماحة نفس، وسعة صدر، وطيب قلب، موقنا أنه ليس أول من يصاب من الناس، مستحضرا أنه حتى أنبياء الله وأوليائه لم يسلموا في هذه الدنيا أن يصيبهم نصيب من الحزن والهجم، حينما يفكر كذلك يكتسب راحة وطمأنينة وأنسا، وينسى كل هم، ويتعد عنه كل غم.

فعن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «الدنيا سجن المؤمن وجنة الكافر». رواه مسلم.

وعن أبي قتادة بن ربعي الأنصاري: أنه كان يحدث: «أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مر عليه بجنابة، فقال: مستريح ومستراح منه. قالوا: يا رسول الله، ما المستريح والمستراح منه؟ قال: العبد المؤمن يستريح من نصب الدنيا وأذاها إلى رحمة الله، والعبد الفاجر يستريح منه العباد والبلاد والشجر والدواب». متفق عليه.

إنها الحقيقة التي تهون كل المصائب والهموم، فكيف إذا علم العبد أن ما قد يصيبه إنما هو تكفير لسيئاته، ورفعة لدرجاته!؟

وعن أبي هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها». رواه البخاري.

عباد الله، ألا فاتقوا الله، واستعينوا بالصبر والصلاة وقراءة القرآن وذكر الله.

قال تعالى: ﴿قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء﴾ [فصلت: ٤٤]،  
وقال تعالى: ﴿الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب﴾ [الرعد: ٢٨].

\*\*\*\*\*

**عباد الله،** اتقوه وأطيعوه ولا تعصوه، واعلموا أن مما يشنت النفوس ويفرق شملها ويلبسها الهم والحزن أن يصرف العبد نظره ويجعل همه في دنياه، ويتغافل عن مصيره ويتعامى عن آخره.

عن عبد الرحمن بن أبان بن عثمان بن عفان، يحدث عن أبيه، قال: خرج زيد بن ثابت من عند مروان بنصف النهار، قلت: ما بعث إليه هذه الساعة إلا لشيء يسأل عنه، فسألته، فقال: سألنا عن أشياء سمعناها من رسول الله صلى الله عليه وسلم، سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم، يقول: «من كانت الدنيا همه، فرق الله عليه أمره، وجعل فقره بين عينيه، ولم يأته من الدنيا إلا ما كتب له، ومن كانت الآخرة نيته، جمع الله له أمره، وجعل غناه في قلبه، وأتته الدنيا وهي راغمة». رواه ابن ماجه.

**عباد الله:** اتقوا الله، والجرؤوا إليه وتوكلوا عليه، فقد كان نبيكم - صلى الله عليه وسلم - يعلم أصحابه اللجوء إلى الله عند الكروب، وعدم الاستسلام للأحزان والهموم، فعبد الرحمن بن أبي بكر، عن أبيه، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم في «دعاء المضطر: اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين، وأصلح لي شأني كله، لا إله إلا أنت». رواه أبو داود.

وعن ابن مسعود - رضي الله عنه - قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " ما قال عبد قط إذا أصابه هم وحزن: اللهم إني عبدك، وابن عبدك،

ابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض 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، وذهاب همي، إلا أذهب الله عز وجل همه، وأبدله مكان حزنه فرحا"، قالوا: يا رسول الله ينبغي لنا أن نتعلم هؤلاء الكلمات؟ قال: " أجل، ينبغي لمن سمعهن أن يتعلمهن". رواه أحمد.

فإذا لهج العبد إلى ربه بقلب حاضر، ونية صادقة، واجتهد في تحصيل أسباب الإجابة، وأحسن إلى خلق الله، وفرج عن المكروبين، ويسر على المعسرين، حقق الله رجاءه، وأجاب دعاءه، وأذهب همه، ﴿ومن يتوكل على الله فهو حسبه إن الله بالغ أمره قد جعل الله لكل شيء قدرا﴾ [الطلاق: ٣]. و ﴿هل جزاء الإحسان إلا الإحسان﴾ [الرحمن: ٦٠].

اللهم إنا نعوذ بك من الهم والحزن والجبن والبخل، ونعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال.

اللهم إنا نسألك نفوسا بك مطمئنة؛ تؤمن بلقائك؛ وترضى بقضائك؛ وتقنع بعطائك.

اللهم اجعلنا عند النعماء من الشاكرين، وعند البلاء من الصابرين.