

الفضول

فضول : الكلام ، النظر ، الطعام
النوم ، المخالطة ، اللباس

تأليف

منصور بن محمد المقرن

دار طيبة للنشر والتوزيع



1431
1430

الفضول

فضول: الكلام، النظر، الطعام
النوم، المخالطة، اللباس

تأليف

منصور بن محمد المقرن

دار طيبة للنشر والتوزيع



ح دار طيبة للنشر والتوزيع، ١٤٢٣هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

المقرن ، منصور محمد

الفضول : الكلام - النظر - الطعام - النوم - المخالطة -
اللباس . - الرياض .

٨٠ ص ، ١٤ × ٢٠ سم

ردمك : ٧-٩٩-٨٠٠-٩٩٦٠

١- الآداب الإسلامية

٢- الوعظ والإرشاد

أ - العنوان

٢٣ / ٤٠٢١

ديوي ٨، ٢١٢

رقم الإيداع : ٢٣ / ٤٠٢١

ردمك : ٧-٩٩-٨٠٠-٩٩٦٠

حقوق الطبع محفوظة للناسر

الطبعة الأولى

١٤٢٣هـ

دار طيبة للنشر والتوزيع



الرياض - السويدي - ش. السويدي العام - غرب النطق

ص. ب ٧٦١٢ الرمز البريدي ١١٤٧٢ هاتف ٤٧٥٢٧٢٧ فاكس ٤٧٥٨٢٧٧



قبل البدء

قال الحسن البصري رحمه الله تعالى: «لو كان المؤمن لا يعظ أخاه إلا بعد إحكام أمر نفسه، لَعُدَّ الواعظون وقلَّ المذكورون، ولما وجد من يدعو إلى الله عز وجل ويرغب في طاعته وينهى عن معصيته، ولكن في اجتماع أهل البصائر ومذاكرة المؤمنين بعضهم بعضًا حياة لقلوب المتقين وادكار من الغفلة وأمان من النسيان»^(١).



(١) آداب الشيخ الحسن البصري، لابن الجوزي ص ١٢٥.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقابلة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله

هذه الرسالة.. لمن؟

ليست لكل الناس بل هي لخيارهم.. لأولئك الصالحين من أمة محمد ﷺ الذين يجاهدون أنفسهم لإصلاحها والارتقاء بها ومعالجة أمراضها، ويحملون هم الإسلام والدعوة إليه وتحبيب الناس فيه.

ما الداعي لها؟

الدنيا وزينتها، وتعدد شهواتها وملذاتها، وكثرة المنغمسين فيها قد تشغل بعض الصالحين فيغفل عن نفسه وهدفه، فيتوسع في فضول المباحات؛ كفضول الكلام والمخالطة والطعام التي قد تؤخر سيره إلى الدار الآخرة، بل قد تجره إلى ما يعرقل مسيرته.

قال الحسن البصري رحمه الله تعالى: «إياكم وما شغل من الدنيا؛ فإن الدنيا كثيرة الاشتغال لا يفتح رجل على نفسه باب شغل إلا أوشك ذلك الباب أن يفتح عليه عشرة أبواب»^(١).

وقال ابن الجوزي رحمه الله: «واعلم أن فتح باب المباحات ربما جرَّ أذى كثيراً في الدين؛ فأوثق السكر قبل فتح الماء، والبس الدرع قبل لقاء الحرب، وتلمَّحْ عواقب ما تجني قبل تحريك اليد، واستظهِر في الحذر باجتنب ما يخاف منه وإن لم يتيقن»^(٢).

وقد قيل:

وما النفس إلا حيث يجعلها الفتى

فإن أطمعت تاقت وإلا تسلَّت^(٣)

(١) الزهد للحسن البصري ص ٢٦.

(٢) صيد الخاطر لابن الجوزي ص ٢١٤.

(٣) أدب الدنيا والدين للماوردي ص ١٩.

وقال آخر:

إذا المرء أعطى نفسه كل ما اشتتهت

ولم ينهها تاقت إلى كل باطل^(١)

ما هدفها؟

التنبيه على ستة أمور:

١- التوسع في فضول المباحات بريد المعاصي، وحسبك بهذا شراً للتوقي منها؛ قال ابن القيم - رحمه الله - في معرض كلامه عن الحروز من الشيطان: «إمساك فضول النظر والكلام والطعام ومخالطة الناس؛ فإن الشيطان إنما يتسلط على ابن آدم وينال منه غرضه من هذه الأبواب الأربعة»^(٢).

وسياتي ذكر ذلك مفصلاً مع كل نوع من أنواع الفضول.

٢- معالجة ما يشكو منه بعض الصالحين من قسوة في

(١) أدب الدنيا والدين للماوردي ص ٢٠.

(٢) بدائع الفوائد لابن القيم ٢/٢٢٩.

القلب وقحط في العين أقضت مضاجعهم وآلت أنفسهم؛
حيث قال ابن القيم رحمه الله: «قسوة القلب في أربعة أشياء
إذا تجاوزت قدر الحاجة: الأكل والنوم والكلام والمخالطة»^(١).

وقال أيضاً رحمه الله: «كل ذي لب يعلم أنه لا طريق
للسيطان عليه إلا من ثلاث جهات - وذكر إحداها - التزيد
والإسراف؛ فيزيد على قدر الحاجة فتصير فضلة؛ وهي حظ
الشيطان ومدخله إلى القلب. وطريق الخلاص منه الاحتراز
من إعطاء النفس مطلوبها من غذاء أو نوم أو لذة أو راحة.
فمتى أغلقت هذا الباب حصل الأمان من دخول العدو
منه»^(٢).

٣- الانغماس في فضول المباحات يُفوت على المؤمن بلوغ
درجة الورع الذي هو أعظم الدين كما قالت عائشة رضي الله عنها: «إن

(١) الفوائد لابن القيم ص ١٤٦ .

(٢) الفوائد لابن القيم ص ٢٧١ .

الناس قد ضيَّعوا أعظم دينهم: الورع»^(١).

كما أن ذلك أيضاً يُنزل العبد من مقام المتقين؛ حيث قال الرسول ﷺ: (لا يبلغ العبد أن يكون من المتقين حتى يدع ما لا بأس به حذراً لما به البأس)^(٢).

٤- الانغماس في فضول المباحات خلاف سيرة الرسول ﷺ وصحابته الكرام وسلف الأمة الكبار؛ قالت حفصة أم المؤمنين لأبيها عمر رضي الله عنه: «يا أمير المؤمنين، لو لبست ثوباً هو ألين من ثوبك، وأكلت طعاماً هو أطيب من طعامك؛ فقد وسَّع الله عز وجل من الرزق وأكثر من الخير. قال: إني سأخصمك إلى نفسك؛ أما تذكرين ما كان رسول الله ﷺ يلقى من شدة العيش؟ فما زال يذكرها حتى أبكاها، فقال لها: إن قلت لك ذاك إني والله لئن استطعت لأشاركنهما بمثل

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٢٩٧.

(٢) رواه الترمذي في صفة القيامة والرقائق والورع، ح (٢٤٥١).

عيشهما الشديد لعلني أدرك معهما عيشهما الرخي»^(١).

٥- الإكثار من فضول المباحات ينافي الهمة العالية التي هي دأب الصالحين، والتي ترقى بهم إلى معالي الأمور وترفعهم عن سفاسفها؛ قال ابن القيم رحمه الله: «قال لي شيخ الإسلام ابن تيمية - قدس الله روحه - في شيء من المباح: هذا ينافي المراتب العالية وإن لم يكن تركه شرطاً في النجاة»^(٢).

٦- الصالحون في المجتمع هم قدوته، ولذلك فهم تحت المجهر. . فسلوكهم وأقوالهم وأفعالهم اليومية تؤثر تأثيراً بالغاً - إيجاباً أو سلباً - في الناس من حولهم. . لذا ينبغي من الأخيار مراعاة ذلك؛ فقد كان السلف رحمهم الله يولون هذا الجانب اهتمامهم.

(١) الزهد للإمام أحمد ص ١٨٣.

(٢) تهذيب مدارج السالكين ص ٢٩٢.

● عاتب رجل من الخوارج علياً رضي الله عنه في لبوسه فقال: ما يمنعك أن تلبس؟ قال: ما لك ولبوسي؟ إن لبوسي هذا أبعد من الكبر وأجدر أن يقتدي بي المسلم ^(١).

● وقال ابن الجوزي: «وإذا رأى العوام أحد العلماء مترخصاً في مباح هان عندهم؛ فقد قال بعض السلف: كنا نمزح ونضحك فإذا صرنا يُقتدى بنا فما أراه يسعنا ذلك. ثم قال رحمه الله: فمراعاة الناس لا ينبغي أن تنكر، ولا تسمع من جاهل يرى مثل هذه الأشياء رياء، إنما هذه صيانة للعلم» ^(٢).

● ورأي عمر بن الخطاب رضي الله عنه على طلحة ثوباً مصبوغاً قال: ما هذا؟ قال: إنما هو مَدْر - أي مصبوغ بالمدر وهو الطين المتماسك - فقال عمر: إنكم أيها الرهط أئمة يقتدي

(١) الزهد للإمام أحمد ص ١٩٤.

(٢) صيد الخاطر لابن الجوزي ص ٢٤٢.

بكم الناس، وإن جاهلاً لو رأى هذا لقال على طلحة ثوب
مصبوغ، فلا يلبس أحد منكم من هذه الثياب شيئاً إنه
محرم^(١).

بل إنه بمجرد طلب العلم تبدأ أحوال الرجل تتغير كما
قال الحسن البصري رحمه الله: «قد كان الرجل يطلب العلم
فلا يلبث أن يرى ذلك في تخشعه وهديه، وفي لسانه
وبصره وبره»^(٢).

وأخيراً.. فبالإضافة إلى الاستشهاد بالآيات القرآنية
والأحاديث النبوية الدالة على الموضوع فقد أكثر من إيراد
أقوال السلف وأفعالهم - وهم أعلم وأكثر عملاً منا بدين الله
تعالى وبالطريق الموصل لربهم - حتى تجاوزت المائة وثلاثين
نقلاً في هذه الرسالة الصغيرة ليُعلم أن ترك الفضول كان أمراً
شائعاً بينهم، وأنه هو سمتهم وهديتهم.

(١) الآداب الشرعية لابن مفلح ٤٧/٢.

(٢) الزهد للحسن البصري ص ٩٢.

أسأل الله تعالى بفضله وكرمه الذي لا ينقطع أن ينفع
عباده بهذه الرسالة، وأن لا يحرم كاتبها أجرها، وصلى الله
وسلم على نبينا وحيينا وقدوتنا محمد بن عبد الله وعلى آله
وصحبه وسلم.



منصور بن محمد المقرن
الرياض محرم ١٤٢٣هـ

mmalmegren@al-islam.com

الرياض ١١٤٧٥ ص.ب. ٣١٠٥٨

فضول الكلام

وهو أكثر أنواع الفضول شيوعاً وانتشاراً وأعظمها تأثيراً
ولا يسلم منه إلا القليل.

أولاً: ما ورد في الحث على حفظ اللسان من فضول الكلام:

● قال الله تعالى: ﴿ مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾

[ق: ١٨].

قال ابن كثير رحمه الله: قال ابن عباس: «يكتب كل ما
تكلم به من خير أو شر حتى أنه ليكتب قوله أكلت، شربت
ذهبت، جئت، رأيت».

ثم قال ابن كثير: «وذكر عن الإمام أحمد أنه كان يئن في
مرضه فبلغه عن طاوس أنه قال: يكتب الملك كل شيء حتى
الأنين. فلم يئن أحمد حتى مات رحمه الله»^(١).

(١) تفسير ابن كثير ٤/٢٢٥.

فيا لله؛ يتحرز من أنين المرض الذي دفع إليه الألم فكيف لا نتحرز من ألفاظ لا يدفعنا إليها إلا التبسط والتفكك؟

● قال الله تعالى: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ﴾ [النساء: ١١٤].

قال الشيخ السعدي رحمه الله: «أي لا خير في كثير مما يتناجى به الناس ويتخاطبون. وإذا لم يكن فيه خير، فإما ما لا فائدة فيه كفضول الكلام المباح، وإما شر ومضرة محضة كالكلام المحرم بجميع أنواعه»^(١).

● عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلوات الله عليه وسلم قال: (من) كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت)^(٢).

قال ابن حجر رحمه الله: «وهذا من جوامع الكلم؛ لأن القول كله إما خير وإما شر وإما آيل إلى أحدهما، فدخل في الخير كل مطلوب من الأقوال فرضها وندبها فأذن فيه على

(١) تفسير السعدي ص ١٦٥.

(٢) رواه البخاري في الأدب ح (٦٠١٨)، ومسلم ح (٤٧).

اختلاف أنواعه، ودخل فيه ما يؤول إليه . وما عدا ذلك مما هو شر أو يؤول إلى الشر فأمر عند إرادة الخوض لزوم الصمت»^(١).

وقال النووي رحمه الله : «إذا أراد [أحد] أن يتكلم فإن كان ما يتكلم به خيراً محققاً يثاب عليه - واجباً أو مندوباً - فليتكلم، وإن لم يظهر له أنه خير يثاب عليه فليمسك عن الكلام، سواء ظهر أنه حرام أو مكروه أو مباح مستوى الطرفين . فعلى هذا يكون الكلام المباح مأموراً بتركه مندوباً إلى الإمساك عنه مخافة من انجراره إلى المحرم أو المكروه، وهذا يقع في العادة كثيراً أو غالباً»^(٢).

● وعن أبي ثعلبة قال : قال الرسول ﷺ : (إن أبغضكم إليّ وأبعدكم مني في الآخرة أسوأكم أخلاقاً، الثرثارون المتشدقون المتفيقهون)^(٣)؛ والثرثار هو الكثير الكلام.

(١) فتح الباري ١٢ / ٦٠ .

(٢) شرح النووي على صحيح مسلم ٢ / ٢٠٩ .

(٣) صحيح الجامع الصغير برقم ١٥٣١ .

وقد كان الرؤوف بأمتة الرحيم ﷺ يخاف على أمتة من شر اللسان ويحذرهم من ذلك؛ فقد سأله سفيان بن عبد الله الثقفى رضي الله تعالى عنه فقال: «يا رسول الله حدثني بأمر أعتصم به، قال: قل ربي الله ثم استقم. قلت يا رسول الله: ما أخوف ما تخاف عليّ؟ فأخذ بلسان نفسه ثم قال: هذا»^(١).

بل كان ﷺ وهو الذي لا ينطق عن الهوى يسأل ربه ويدعوه أن لا يتكلم إلا بحق؛ فقد روى ابن عباس رضي الله عنهما قال: «كان النبي ﷺ يدعو؛ ثم ذكر دعاءه إلى قوله: (رب تقبل توبتي، واغسل حوبتي، وأجب دعوتي، وثبت حجتي، واهد قلبي، وسدد لساني، واسلل سخيمة قلبي)^(٢).

قال في عون المعبود: «سدد لساني: أي صوب وقوم حتى لا ينطق إلا بالصدق، ولا يتكلم إلا بالحق»^(٣).

(١) رواه الترمذي في الزهد ح (٢٤١٠)، وأحمد ٤١٣/٣.

(٢) رواه أبو داود في الصلاة ح (١٥١٠)، وأحمد ٢٢٧/١.

(٣) عون المعبود ٢٦٤/٣.

● تأمل - يا رعاك الله - الحديث التالي وقلب فكرك في أعظم أبواب الخير التي يرشدك إليها رسول الله ﷺ واحداً تلو الآخر، ثم يذكر بعد ذلك رأسها وعمودها، ثم يبين في آخر الحديث - وهو الصادق النصيحة لأمته - أمراً واحداً فقط يسر للمسلم دخول تلك الأبواب كلها والفوز بأعظم الأجر والثواب من جراء فعلها:

قال معاذ بن جبل رضي الله عنه: «كنت مع النبي ﷺ في سفر فأصبحت يوماً قريباً منه ونحن نسير، فقلت: يا رسول الله أخبرني بعمل يدخلني الجنة ويباعدني من النار، قال: لقد سألت عظيماً، وإنه ليسير على من يسره الله عليه؛ تعبد الله لا تشرك به شيئاً، وتقيم الصلاة، وتؤتي الزكاة، وتصوم رمضان، وتحج البيت. ثم قال: ألا أدلك على أبواب الخير؟ الصوم جنة، والصدقة تطفى الخطيئة كما يطفى النار الماء، وصلاة الرجل من جوف الليل، ثم قرأ: ﴿تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ﴾ [السجدة: ١٦] حتى بلغ ﴿جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [السجدة: ١٧]. ثم قال: ألا أخبرك برأس الأمر وعموده وذروة سنامه؟

الجهاد. ثم قال: ألا أخبرك بملاك ذلك كله؟ قلت: بلى. فأخذ بلسانه فقال: تكف عليك هذا. قلت: يا نبي الله. وإنما لمؤاخذون بما نتكلم به؟ قال: ثكلتك أمك يا معاذ، وهل يكب الناس على وجوههم في النار إلا حصائد ألسنتهم»^(١).

● قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه: «رحم الله امرأ أمسك فضل القول وقدم فضل العمل»^(٢)؛ ولو تأمل أحد أحوالنا لوجدها العكس تماماً إلا من رحم الله.

● قال ابن مسعود رضي الله عنه: «إياكم وفضول الكلام، حسب امرئ ما بلغ حاجته»^(٣).

● وقال رضي الله عنه لابنه: «يا بني؛ ليسعك بيتك، وأملك عليك لسانك، وابك على ذكر خطيئتك»^(٤).

(١) رواه ابن ماجة في الفتن ح (٣٩٧٣) واللفظ له، والترمذي في الإيمان ح (٢٦١٦).

(٢) عيون الأخبار لابن قتيبة ١/ ٣٨٠.

(٣) جامع العلوم والحكم لابن رجب ص ١٣٤.

(٤) الزهد للإمام أحمد ص ١٦٣.

- وقال أيضاً: «والذي لا إله إلا هو ما على ظهر الأرض شيء أحق بطول سجن من لسان»^(١).
- قال أبو الدرداء رضي الله عنه: «أنصف أذنيك من فيك؛ فإنما جعلت لك أذنان وفم واحد لتسمع أكثر مما تتكلم به»^(٢).
- كان مالك بن أنس يعيب كثرة الكلام ويقول: «لا يوجد إلا في النساء والضعفاء»^(٣)؛ فتأمل!
- قال عطاء: «كانوا - أي السلف - يكرهون فضول الكلام، وكانوا يعدون فضول الكلام ما عدا كتاب الله أن تقرأه، أو أمراً بالمعروف، أو نهياً عن منكر، أو أن تنطق في معيشتك بما لا بد لك منه»^(٤).

(١) المرجع السابق ص ٢٢٧.

(٢) مختصر منهاج القاصدين لأحمد بن قدامة المقدسي ص ١٧٩.

(٣) الآداب الشرعية لابن مفلح ٦٦/١.

(٤) المرجع السابق ٦٢/١.

● قال القاسم بن محمد رحمه الله: «أدرکت الناس وما يعجبهم القول، إنما يعجبهم العمل»^(١).

● قال الحكماء: «إذا تم العقل نقص الكلام»^(٢)؛ وهذا يعني أنه متى ما زاد الكلام عن حده حصل للعقل العكس.

● قال سفيان الثوري رحمه الله: «أول العبادة الصمت، ثم طلب العلم، ثم العمل به، ثم حفظه، ثم نشره»^(٣)؛ فتدبر أخي طالب العلم ذلك لتصل إلى مبتغاك.

● قال أبو حاتم محمد بن حبان رحمه الله: «الواجب على العاقل أن يلزم الصمت إلى أن يلزمه التكلم؛ فما أكثر من ندم إذا نطق وأقل من يندم إذا سكت. وأطول الناس شقاء وأعظمهم بلاء من ابتلي بلسان مطلق وفؤاد مطبق»^(٤).

(١) بهجة المجالس لابن عبد البر ٢/٣٤٣.

(٢) المصدر السابق ١/٨٧.

(٣) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٣.

(٤) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٣.

إن كان يعجبك السكوت فإنه

قد كان يعجب قبلك الأخيارا

ولئن ندمت على سكوت مرة

فلقد ندمت على الكلام مراراً^(١)

● وقال أبو حاتم ابن حبان رحمه الله: «وإن من أعظم الخلل المفسد لصحة السرائر والمذهب لصلاح الضمائر: الإكثار من الكلام وإن أبيع له كثرة النطق. ولا سبيل للمرء إلى رعاية الصمت إلا بترك ما أبيع له من النطق»^(٢).

● قال أبو الذيال رحمه الله: «تعلم الصمت كما تتعلم الكلام؛ فإن يكن الكلام يهديك فإن الصمت يقيك، ولك في الصمت خصلتان: خصلة تأخذ بها علم من هو أعلم منك وتدفع بها جهل من هو أجهل منك»^(٣).

(١) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٣.

(٢) المصدر السابق ص ٤٨.

(٣) جامع بيان العلم وفضله لابن عبد البر ص ١٦٧.

ما ذل ذو صمت وما من مكثر
 إلا يزل وما يعاب صموت
 إن كان منطق ناطق من فضة
 فالصمت در زانه الياقوت^(١)

* * *

ثانياً: نماذج من حرص السلف على حفظ سنتهم من فضول الكلام ومحاسبتهم لها:

● عن زيد بن أسلم عن أبيه قال: «رأيت أبا بكر رضي الله عنه
 أخذاً بلسانه يقول هذا أوردني الموارد»^(٢)، فتأمل رحمك الله
 ما عسى لسان صديق أمة الإسلام أن يقول، وفي أي شيء
 ينطق.. لكنها محاسبة النفس التي ألزم بها السلف أنفسهم
 فأوصلتهم إلى تلك المقامات العلى.

● رأى رجل ابن عباس رضي الله عنه أخذاً بطرف لسانه وهو

(١) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٨.

(٢) الزهد للإمام أحمد ص ١٦٣.

يقول: ويحك قل خيراً تغنم أو اسكت عن شر تسلم. قال:
فقال له رجل: يا ابن عباس ما لي أراك آخذاً بطرف لسانك
تقول كذا وكذا؟ قال: بلغني أن العبد يوم القيامة ليس هو
على شيء أحق منه على لسانه^(١).

● الربيع بن خيثم رحمه الله - الذي قال عنه ابن مسعود
رضي الله عنه: والله لو رآك رسول الله ﷺ لأحبك - جاءته ابنته
وعنده أصحابه فقالت: يا أبتاه، أذهب ألعب؟ فقال: لا.
فقال القوم: يا أبا يزيد ائذن لها تلعب. قال يوجد ذلك في
صحيفتي أني قلت لها اذهبي العبي ولكن اذهبي فقولي خيراً
أو افعلي خيراً^(٢).

● قال إبراهيم التيمي: «حدثني من صحب الربيع بن
خيثم عشرين سنة قال: فما سمعت منه كلمة تُعَاب»^(٣).

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٢٧٩.

(٢) المرجع السابق ص ٤٦١.

(٣) المرجع السابق ص ٤٦٩.

● قال مخلد بن الحسين رحمه الله: «ما تكلمت منذ خمسين سنة بكلمة أريد أن أعتذر منها»^(١).

● قال الحسن البصري رحمه الله: «لقد أدركت أقواماً إن كان الرجل منهم ليجلس مع القوم فيروه عبي^٢ - أي من طول صمته - وما به عبي، إنه لفقير مسلم»^(٢).

● قال الفضيل بن عياض رحمه الله: «أعرف من يعد كلامه من الجمعة إلى الجمعة»^(٣).

* * *

ثالثاً: آثار فضول الكلام:

* الضرر في الدين والوقوع في المعاصي:

قال ابن القيم رحمه الله: «وأما فضول الكلام فإنها تفتح على العبد أبواباً من الشر كلها مداخل للشيطان؛ فإمسك

(١) مختصر منهاج القاصدين لابن قدامة المقدسي ص ١٧٩ .

(٢) صحيح كتاب الزهد للإمام وكيع بن الجراح ص ٥٥ .

(٣) الآداب الشرعية لابن مفلح ٤٥٦/٣ .

فضول الكلام يسد عنه تلك الأبواب كلها، وكم من حرب جرتها كلمة واحدة، وأكثر المعاصي إنما تولدها من فضول الكلام والنظر؛ وهما أوسع مداخل الشيطان، فإنهما جارحتان لا يملان ولا يسأمان»^(١).

● قال الأوزاعي رحمه الله: «ما بُلي أحد في دينه ببلاء أضر عليه من طلاقة لسانه»^(٢).

● وقال مالك بن أنس رحمه الله: «كل شيء يُتفَع بفضله - أي بزيادته - إلا الكلام؛ فإن فضله يضر»^(٣).

● وقال إبراهيم النخعي رحمه الله: «إنما أهلك الناس فضول الكلام وفضول المال»^(٤).

(١) بدائع الفوائد ٢/٢٣١.

(٢) روضة العقلاء لابن حبان ص ٤٦.

(٣) المرجع السابق ص ٤٢.

(٤) الآداب الشرعية لابن مفلح ٣/٢٦١.

● قال أبو الأشهب رحمه الله: «كانوا يقولون: ما عقل دينه من لم يحفظ لسانه»^(١).

* قسوة القلب:

● قال الفضيل بن عياض رحمه الله: «شيئان يقسيان القلب: كثرة الكلام وكثرة الأكل»^(٢).

* قلة الورع وموت القلب:

● قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه للأحنف بن قيس: «يا أحنف؛ من كثر كلامه كثر سقطه، ومن كثر سقطه قل حياؤه، ومن قل حياؤه قل ورعه، ومن قل ورعه مات قلبه»^(٣).

* الوقوع في المباهاة:

● قال عمر بن عبد العزيز رحمه الله: «إني لأدع كثيراً

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٤٢١.

(٢) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٣.

(٣) روضة العقلاء ونزهة الفضلاء لابن حبان ص ٤٤.

من الكلام مخافة المباهاة»^(١).

* نزول المرتبة عند الناس :

● قال سعيد للحكم : « ما لك لا تكتب عن زاذان؟ قال :

كان كثير الكلام»^(٢).

● تكلم رجل عند معاوية رضي الله عنه فهذر، فلما أطال قال :

أسكت يا أمير المؤمنين؟ قال : وهل تكلمت^(٣).

* علامة على الحمق :

● قال ابن حبان رحمة الله : « وإن من أعظم أمارات

الحمق في الأحق لسانه ؛ فإنه يكون قلبه في طرف لسانه ، ما

خطر على قلبه نطق به لسانه»^(٤).

وقال أيضاً : « لا يجترئ على كثرة الكلام إلا فائق أو

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٤٢١ .

(٢) روضة العقلاء ص ٤٧ .

(٣) عيون الأخبار لابن قتيبة ١ / ٥٧١ .

(٤) روضة العقلاء ص ١٢١ .

مائق»^(١). والفائق هو العليم المتفوق فيما يتحدث، والمائق الأحمق السفية.

* * *

رابعاً: مظاهر وأسباب فضول الكلام:

أ- الحديث بما لا يعنى:

● قال الرسول ﷺ: (إن من حسن إسلام المرء تركه ما لا يعنيه)^(٢) وهذا الحديث أصل في هذا الموضوع.

قال ابن رجب فيه: «ومعنى هذا الحديث أن من حسن إسلامه تركه ما لا يعنيه من قول أو فعل واقتصر على ما يعنيه من الأقوال والأفعال، ومعنى يعنيه أنه تتعلق عنايته به ويكون من مقصده ومطلوبه، والعناية شدة الاهتمام بالشيء؛ يقال: عناه يعنيه إذا اهتم به وطلبه، وليس المراد أنه ترك ما لا عناية

(١) روضة العقلاء ص ٤٧.

(٢) رواه الترمذي في الزهد ح (٢٣١٨) واللفظ له، وابن ماجه ح

(٣٩٧٦)، وأحمد ١/١-٢٠١.

له به ولا إرادة بحكم الهوى وطلب النفس، بل بحكم الشرع والإسلام؛ ولهذا جعله من حسن الإسلام»^(١).

● قال أنس رضي الله عنه: «توفي رجل من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم

فقال رجل: أبشر بالجنة فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (أولا تدري، فلعله تكلم فيما لا يعنيه أو بخل بما لا ينقصه)^(٢).

● قال عبد الله بن عمرو رضي الله عنه: «ذر ما لست منه في

شيء، ولا تنطق فيما لا يعينك، واخزن لسانك كما تخزن دراهمك»^(٣).

● دُخِلَ عَلَى بعض الصحابة في مرضه ووجهه يتهلل

فسألوه عن سبب تهلل وجهه فقال: «ما من عمل أوثق عندي من خصلتين: كنت لا أتكلم فيما لا يعينني، وكان

(١) جامع العلوم والحكم ص ١١٣.

(٢) رواه الترمذي، كتاب الزهد، باب فيمن تكلم بكلمة يضحك بها الناس، ح (٢٣١٦).

(٣) روضة العقلاء ص ٥٥.

قلبي سليماً للمسلمين»^(١).

● قال وبرة: «أوصاني عبد الله بن عباس رضي الله عنهما بكلمات لهي أحب إليّ من الدُّهُم الموقفة في سبيل الله؛ قال: إياك والكلام فيما لا يعنك؛ فإنه إثم ولا آمن عليك فيه الوزر، وإياك والكلام فيما يعنك في غير موضعه؛ فرب مسلم تقي تكلم بما يعنيه في غير موضعه فعنت»^(٢).

● قال الحسن البصري رحمه الله: «من علامة إعراض الله تعالى عن العبد أن يجعل شغله فيما لا يعنيه خذلاً من الله عز وجل»^(٣). نعوذ بالله أن يُعرض عنا ويخذلنا.

● قال سهل بن عبد الله التستري رحمه الله: «من تكلم فيما لا يعنيه حُرِّمَ الصدق»^(٤).

(١) جامع العلوم والحكم لابن رجب ص ١١٥.

(٢) بهجة المجالس ٢ / ٢٥٠.

(٣)، (٤) جامع العلوم والحكم لابن رجب ص ١١٥.

● قال ابن رجب رحمه الله: «وكان السلف كثيراً يمدحون الصمت عن الشر وعمماً لا يعني لشدة على النفس، ولذلك يقع الناس فيه كثيراً، فكانوا يعالجون أنفسهم ويجاهدونها على السكوت عما لا يعينهم»^(١).

ب- التحديث بكل شيء يسمعه أو يراه:

● قال رسول الله ﷺ: (كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل ما سمع)^(٢).

● يكثر في مجالس بعض الصالحين الحديث عن المنكرات والاستياء منها. وليس في ذلك بأس لو كان يتج عن ذلك تحذير الناس منها والقيام بواجب الإنكار حسب الاستطاعة، لكن الملاحظ أنها أصبحت ديدن البعض، وكأن المتحدث فيها يريد رفع اللوم عن نفسه بأنه لا يتحرك لنصرة الدين، فعده

(١) جامع العلوم والحكم ص ١٣٥.

(٢) رواه مسلم في المقدمة ح (٥).

مجرد الحديث عن المنكرات نصرة للدين .

قال عمر الأحمسي : « كان يقال : من سمع بفاحشة فأفشأها كان فيها كالذي بدأها »^(١) . ولعل ذلك لأنه سبب في ذهاب وحشة المنكرات من نفوس المستمعين ؛ فقد قيل : كثرة الإمساس تُذهب الإحساس .

وقد علق الإمام ابن كثير رحمه الله تعالى على قول الله تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾ [النور: ١٩] ، فقال : « هذا تأديب لمن سمع شيئاً من الكلام السيء فقام بذهنه شيء منه وتكلم به ، فلا يكثر منه ولا يشيعه ويذيعه »^(٢) .

(١) صحيح كتاب الزهد للإمام وكيع ص ١٢٣ .

(٢) تفسير ابن كثير ٣/٢٦٦ .

ج- عدم مراجعة الكلام قبل التلفظ به فيسهل عليه فيكثر:

● قال الحسن البصري رحمه الله: «كانوا يقولون: لسان الحكيم وراء قلبه؛ فإذا أراد أن يقول رجع إلى قلبه فإن كان له قال، وإن كان عليه أمسك، وإن الجاهل قلبه في طرف لسانه لا يرجع إلى قلبه، وما جرى على لسانه تحدث به»^(١).

د- المبالغة في الترويح عن النفس:

فيكثر من الكلام... ومن العجيب أن يكثر ذكر النساء في مجالس بعض الصالحين بحيث تصبح فاكهة المجلس، وقد قال ابن قدامة المقدسي رحمه الله بعد أن أورد حديث الرسول ﷺ (ليس المؤمن بالطعان ولا اللعان ولا الفاحش ولا البذيء)^(٢)، قال رحمه الله: «واعلم أن الفحش والبذاءة هو التعبير عن الأمور المستقدرة بالعبارات الصريحة؛ وأكثر ما يكون ذلك في ألفاظ الجماع وما يتعلق به؛ فإن أهل الخير

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٣٨٤.

(٢) رواه الترمذي في البر والصلة (١٩٧٧)، وأحمد ١ / ٤٠٥.

يتحاشون عن تلك العبارات ويكنون عنها»^(١).

وقال الأحنف بن قيس رحمه الله: «جنبوا مجالسنا ذكر النساء والطعام»^(٢).

* * *

خامساً: علاج فضول الكلام:

ويكون باجتناب أسبابه التي سلف ذكر بعضها، وتذكر أن فضول الكلام قد يجر إلى الكلام المحرم الذي يكون وبالاً عليه بل فيه هلاكه، كما ورد في حديث بلال بن الحارث رضي الله عنه قال: «سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول . . . وذكر: (وإن أحدكم ليتكلم بالكلمة من سخط الله تعالى ما يظن أن تبلغ ما بلغت فيكتب الله تعالى عليه بها سخطه إلى يوم يلقاه)^(٣) قال علقمة: كم من كلام منعه حديث بلال بن الحارث^(٤)».

(١) مختصر منهاج القاصدين لابن قدامة المقدسي ص ١٨٢ .

(٢) عيون الأخبار ٢/٢١٩ .

(٣) رواه الترمذي في الزهد ح (٢٣١٩)، وابن ماجه ح (٣٩٦٩) .

(٤) تفسير ابن كثير ٤/٢٢٥ .

وكذلك بالالتزام بهذا التوجيه النفيس للإمام النووي رحمه الله حيث قال: «وينبغي لمن أراد النطق بكلمة أو كلام أن يتدبره في نفسه قبل نطقه؛ فإن ظهرت مصلحته تكلم وإلا أمسك»^(١).

وأيسر من ذلك وأعظم أجراً وأزكى أثراً انشغال العبد بالذكر وتلاوة كتاب الله تعالى حتى يكون ديدنه وشغله فيصبح يضمن بوقته أن يذهب في غير ذلك.

بل إنه ليجد وحشة وانقباضاً إذا فتر لسانه عن ذكر الله وأراد الحديث بما ليس فيه خير.

عن عبد الله بن بسر رضي الله تعالى عنه أن رجلاً قال: يا رسول الله، إن شرائع الإسلام قد كثرت عليّ فأخبرني بشيء أتشبث به. قال: (لا يزال لسانك رطباً من ذكر الله)^(٢).

(١) شرح صحيح مسلم للنووي ٣٢٨/١٨.

(٢) رواه الترمذي في الدعوات ح (٣٣٧٥)، وأحمد ١٨٨/٤.

فضول النظر

وقلما ينتبه إلى ذلك؛ ولذلك يكثر.

فمن مظاهره: تقليب النظر في مباحج الحياة الدنيا وزينتها؛ كالنظر إلى القصور والمباني العظيمة، والسيارات الفارهة، والنظر إلى كل غاد ورائح وكل ماش وقاعد. ولتعرف حجم انتشار هذا الفضول تأمل الناس عند الإشارات والحوادث المرورية.

ومن الملاحظ عندما يدخل الرجل بيت أخيه لأول مرة أنه يقلب بصره في بيته وأثاث مجلسه مع كون أخيه في نفس مستواه الاجتماعي، فلو دخل بيوت المترفين فكيف يكون حاله؟! وهنا يتضح لماذا كان ملوك الفرس والروم ومن جاء بعدهم يحرصون على أن يضعوا كل زينة في مجالسهم عند دخول الدعاة المسلمين إليهم، لتكون أول فتنة لهم ولتأثر مواقفهم بعد ذلك. وصدق رسولنا الكريم ﷺ الذي يُوحى

إليه ممن يعلم السر وأخفى - سبحانه - وبخلق الإنسان أدرى
حينما قال: (. . . ومن أتى أبواب السلطان افتتن)^(١).

● قال تعالى: ﴿ وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا
مِّنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ
﴿١٣١﴾ [طه: ١٣١]، قال الشيخ السعدي رحمه الله في كلام
كالدرر: «أي ولا تمد عينيك معجباً، ولا تكرر النظر مستحسناً
إلى أحوال الدنيا والمتعين بها من المآكل والمشارب اللذيذة
والملابس الفاخرة والبيوت المزخرفة والنساء الجملة؛ فإن ذلك
كله زهرة الحياة الدنيا تبتهج بها نفوس المغترين، وتأخذ إعجاباً
بأبصار المعرضين، ويتمتع بها - بقطع النظر عن الآخرة -
القوم الظالمون، ثم تذهب سريعاً وتمضي جميعاً، وتقتل
محببيها وعشاقها فيندمون حيث لا تنفع الندامة ويعلمون ما
هم عليه إذا قاموا يوم القيامة، وإنما جعلها الله فتنة واختباراً
ليعلم من يقف عندها ويغتر بها، ومن هو أحسن عملاً»^(٢).

(١) صحيح الجامع رقم ٦٨.

(٢) تفسير السعدي ص ٤٦٦.

● قال أبو الدرداء رضي الله عنه : «يا بني لا تُتبع بصرك كل ما ترى في الناس؛ فإنه من يتبع بصره كل ما يرى من الناس يطل تحزنه ولا يشف غيظه، ومن لا يعرف نعمة الله إلا في مطعمه أو مشربه فقد قلَّ علمه وحضر عذابه، ومن لم يكن غنيًّا من الدنيا فلا دنيا له»^(١). وهذا معنى قول الرسول صلَّى الله عليه وآله : (انظروا إلى من أسفل منكم، ولا تنظروا إلى من هو فوقكم؛ فهو أجدر أن لا تزدروا نعمة الله عليكم)^(٢). رحمك الله يا أبا الدرداء.. وصدقت والله: «من يُتبع بصره كل ما يرى من الناس يطل تحزنه»، إن هذه المقولة لتفسر لنا بجلاء ما يعيشه الكثير من تنافس لا ينقضي في شراء الكماليات، وكلما فرحوا بجديد اشتروه عاودهم الحزن والضيق إذا رأوا مثله أو أفضل منه لدى غيرهم.

● وقال أبو الدرداء أيضًا: «إياكم والسوق؛ فإنها تُلغي

(١) الزهد للإمام أحمد ص ١٩٦.

(٢) رواه البخاري ح (٦٤٩٠)، ومسلم ح (٢٩٦٣) واللفظ له.

وتُلهي»^(١). فالسوق ملهية لأن كثيراً من زينة الحياة الدنيا فيها، فيصبح المرء مشدوهاً بجميل ما يُعرض ونفيس ما يباع، وذلك مظنة التعلق بالدنيا.

● قال رجل لداود الطائي رحمه الله: «لو أمرت بما في سقف البيت من العنكبوت فنُظِّف. فقال له: أما علمت أنهم كانوا يكرهون فضول النظر. ثم قال: نُبئت أن مجاهدًا كان العنكبوت في داره ثلاثين سنة لم يشعر به»^(٢).

● قدم الأحنف بن قيس رحمه الله من سفر وقد غيَّروا سقف بيته أو قد حمَّروا السقائف وخضَّروها فقالوا له: ما ترى إلى سقف بيتك؟ قال معذرة إليكم إني لم أره، لا أدخل حتى تغيروه»^(٣).

● وتأمل هذا الكلام النفيس لشيخ الإسلام ابن تيمية

(١) الزهد للإمام أحمد ص ١٦٨.

(٢) المرجع السابق ص ٢٥٥.

(٣) المرجع السابق ص ٣٣٨.

رحمه الله: «النظر إلى الأشجار والخيل والبهائم إذا كان على وجه استحسان الدنيا والرياسة والمال فهو مذموم؛ لقول الله تعالى: ﴿وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ﴾ [١٣١] طه: [١٣١]، وأما إذا كان على وجه لا يُنقص الدين وإنما فيه راحة للنفس فقط كالنظر إلى الأزهار فهذا من الباطل الذي يُستعان به على الحق»^(١).

● قال ابن القيم رحمه الله: «فضول النظر يدعو إلى الاستحسان، ووقوع صورة المنظور إليه في القلب، والاشتغال به والفكر في الظفر به، فمبدأ الفتنة من فضول النظر... فالحوادث العظام إنما كلها من فضول النظر، فكم نظرة أعقبت حشرات لا حسرة، كما قال الشاعر:

كل الحوادث مبداها من النظر

ومعظم النار من مستصغر الشرر»^(٢)

(١) مختصر الفتاوى المصرية لشيخ الإسلام ابن تيمية ص ٣٥.

(٢) بدائع الفوائد ٢/٢٢٩.

● قال إبراهيم النخعي رحمه الله: «ليس من المروءة كثرة الالتفات في الطريق»^{(١)(*)}.

● رحل يحيى بن يحيى من الأندلس إلى المدينة المنورة ليطلب العلم عند الإمام مالك رحمه الله، فبينما هو جالس عنده مع طلبة العلم إذ قال قائل: جاء الفيل. فخرج أصحاب مالك لينظروا إليه وبقي يحيى مكانه. فقال له مالك: لم تخرج فترى الفيل لأنه لا يكون بالأندلس. فقال يحيى: إنما جئت من بلدي لأنظر إليك وأتعلم من هديك وعلمك، ولم أجيء لأنظر إلى الفيل. فأعجب به مالك وسماه عاقل الأندلس.

(١) بهجة المجالس ٦٤٤/١.

(*) يقول أحد الأخوة: بينما كنا في إحدى الحدائق العامة باليابان نسوي الصفوف استعداداً للصلاة وإذا بامرأة يابانية تمر بجوارنا ممسكة بيد ابنها الصغير، فالتفت طفلها ينظر إلينا مستغرباً من صفوفنا، وحق له أن يستغرب فلعلها أول مرة يرى منظرًا كهذا، فلما رأت أمه كثرة التفاته إلينا جذبته بقوة ونهرته وكأنها تقول له لا تنظر إلى ما لا يعينك!!

إنه من المباح مشاهدة حيوان غريب . . . ولكن وقت
الداعية القدوة أضيق من أن يشغل شيئاً منه في مباح لا يجني
من ورائه شيئاً لقضيته التي تشغله ليل نهار^(١).

* * *

من علاج فضول النظر:

أن يرتبط الإنسان بالدار الآخرة وبالجنة ويتعلق قلبه بها؛
فإن كل ما في الدنيا من لذائذ وزينة ففي الجنة خير منها
وأبقى.

● عن البراء بن عازب رضي الله عنه قال: «أهديت لرسول الله
صلوات الله عليه حلة حرير فجعل أصحابه يلمسونها ويعجبون من
لينها، فقال: (أتعجبون من لين هذه؟) لمناديل سعد بن معاذ في
الجنة خير منها وألين^(٢).

ومن علاجه: أن تتذكر أخي دائماً أن تقلب النظر في كل
شيء تمر به أو يمر بك قد يوقع في الهلكة كما قيل:

(١) انظر: علو الهمة لمحمد أحمد إسماعيل ٧٧ ، ٧٨ .

(٢) رواه البخاري ح (٣٢٤٩) ، ومسلم ح (٢٤٦٨) واللفظ له .

ومستفتح باب البلاء بنظرة

تزود فيها قلبه حسرة الدهر

فو الله ما يدري أيدري بما جنت

على قلبه أم أهلكته وما يدري

وقيل:

وأنا الذي جلب المنية طرفه

فمن المطالب والقتيل القاتل



فضول الطعام

فبسبب ما أخرج الله لنا من كنوز الأرض، وأنزل من بركات السماء أصبح الكثير يتفنن في تناول مختلف الأطعمة والأشربة، فيأكل حتى يتجاوز الشبع، وليس هذا فحسب بل ما أن يشتهي هو أو أحد أسرته شيئاً إلا ويسارع بشرائه بصرف النظر عما قد يلقاه من تعب ومشقة وغلاء... وإنك لترى كل يوم بعض الأخيار يقف في طوابير طويلة لانتظار رغيف خبز أو نحوه متحملاً شدة الحرارة أو قسوة البرد ومضياً الأوقات الثمينة من عمره في سبيل الحصول على شهوة عاجلة يوجد بديل عنها بدون هذا العناء.

ما ورد في النهي عن فضول الطعام وإعطاء النفس كل ما تشتهيه:

● قال الله تعالى: ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأعراف: ٣١]. قال الشيخ السعدي

رحمه الله: «كلوا واشربوا»: أي مما رزقكم الله من الطيبات .
(ولا تسرفوا): في ذلك ، والإسراف إما أن يكون بالزيادة على
القدر الكافي والشهه في المأكولات التي تضر بالجسم ، وإما أن
يكون بزيادة الترفه والتنوع في المأكل والمشرب واللباس ، وإما
بتجاوز الحلال إلى الحرام . (إنه لا يحب المسرفين): فإن السرف
يبغضه الله ويضر بدن الإنسان ومعيشته حتى أنه ربما أدت به
الحال إلى أن يعجز عما يجب عليه من النفقات»^(١) .

قال بعض السلف جمع الله الطب كله في نصف آية
﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾^(٢) .

● قال الرسول ﷺ : (ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطن ،
بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة، فثلث
لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه)^(٣) .

(١) تفسير السعدي ص ٢٤٩ ، ٢٥٠ .

(٢) تفسير ابن كثير ٢/٢٠١ .

(٣) رواه الترمذي في الزهد ح (٢٣٨٠) واللفظ له ، وأحمد ٤/١٣٢ .

● قال يزيد بن أبي حبيب في قول الله عز وجل: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا﴾ [الفرقان: ٦٧]، قال: «أولئك أصحاب محمد ﷺ؛ كانوا لا يأكلون طعاماً يلتمسون تنعماً، ولا يلبسون ثياباً يلتمسون تجملاً، وكانت قلوبهم على قلب واحد»^(١).

● قال ابن رجب رحمه الله: «كان النبي ﷺ وأصحابه يجوعون كثيراً، ولا يشربون كثيراً؛ يقللون من أكل الشهوات، وإن كان ذلك لعدم وجود الطعام إلا أن الله لا يختار لرسوله إلا أكمل الأحوال وأفضلها؛ ولهذا كان ابن عمر يتشبه به في ذلك مع قدرته على الطعام، وكذلك أبوه من قبله»^(٢).

● قال أبو ذر لعمر رضي الله عنه: «يا عمر، إن سرك أن تلحق بصاحبك فانكس الإزار، واخصف النعل، وكُلْ دون الشبع»^(٣).

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٢٩٩ .

(٢) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٧ .

(٣) الزهد للإمام أحمد ص ٤٤٧ .

● وصف سعد بن معاذ رضي الله عنه المشركين فقال: «رأيت قوماً ليس لهم فضل على أنعامهم؛ لا يهتمهم إلا ما يجعلون في بطونهم وعلى ظهورهم، وأعجب منهم قوم يعرفون ما جهل أولئك ويشتهون كشهوتهم»^(١). اللهم إنا نسألك علو الهمة وسمو القصد وصلاح النية.

● قال مالك بن دينار رحمه الله: «ما ينبغي للمؤمن أن يكون بطنه أكبر همه، وأن تكون شهوته هي الغالبة»^(٢).

● قال عبد القادر الجيلاني لغلامه: «لا يكن همك ما تأكل وما تشرب وما تلبس وما تنكح وما تسكن وما تجمع، كل هذا همّ النفس والطمع فأين همّ القلب؟ همك ما أهمك فليكن همك ربك عز وجل وما عنده»^(٣). ربنا لا تجعل الدنيا أكبر همنا ولا مبلغ علمنا.

(١) علو الهمة لمحمد أحمد إسماعيل ص ٤٦.

(٢) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٥.

(٣) علو الهمة ص ٧٧.

● قال سلمة بن سعيد: «إن كان الرجل يُعير بالبطنة كما يُعير بالذنب»^(١).

● أتى رجل عمر رضي الله عنه وهو ينهج قد ركب اللحم. فقال: ما هذا؟ قال: بركة الله يا أمير المؤمنين. فقال: كذبت، بل هو عذاب الله^(٢).

● قال ابن القيم رحمه الله: «لو تغذى القلب بالمحبة لذهبت بطنة الشهوات»^(٣).

● قال لقمان لابنه: يا بني لا تأكل شيئاً على شبع؛ فإنك أن تتركه للكلب خير لك من أن تأكله»^(٤).

● وتفكر أخي في مقولة الحسن البصري التالية لترى

(١) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٥.

(٢) الزهد للإمام أحمد ص ٥٥٢.

(٣) الفوائد لابن القيم ص ١١٦.

(٤) الآداب الشرعية ٣ / ١٨٥.

كيف كان السلف يقدمون لآخرتهم ويتراحمون بينهم،
ويؤثرون على أنفسهم ولو كان بهم خصاصة:

يقول الحسن البصري رحمه الله: «لقد رأيت أقواماً
يُمسي أحدهم وما يجد عنده إلا قوتاً فيقول: لا أجعل هذا
كله في بطني، لأجعلن بعضه لله عز وجل فيتصدق ببعضه وإن
كان هو أحوج ممن يتصدق به عليه»^(١).

● قال الأحنف: «إن من المروءة أن يترك الرجل الطعام
وهو يشتهي»^(٢).

خلق الله للحروب رجالاً ورجالاً لقصعة وثريد^(٣)

اللهم استعملنا في طاعتك وإعلاء كلمتك.

(١) الزهد للحسن البصري ص ٥٩.

(٢) عيون الأخبار ٢/٢١٩.

(٣) علو الهمة ص ٤٥.

نماذج من حرص السلف على

ترك فضول الطعام وإعطاء النفس كل ما تشتيه

● دخل عمر رضي الله عنه على ابنه عبد الله وإذا عنده لحم فقال: «ما هذا اللحم؟ فقال اشتهيته. قال أو كلما اشتهيت شيئاً أكلته، كفى بالمرء سرفاً أن يأكل كل ما اشتهاه»^(١).

● جاء ابن لعبد الله ابن عمر رضي الله عنه فقال: يا أبت اكسني إزاراً. قال: يا بني نكس إزارك وإياك أن تكون من الذين يجعلون ما رزقهم الله عز وجل في بطونهم وعلى ظهورهم^(٢).

● قيل لسمرة بن جندب رضي الله عنه إن ابنك لم ينم الليلة. قال أبشماً؟ (أي من التخمة) قيل: بشماً. قال: لو مات لم أصل عليه^(٣).

(١) الزهد للإمام أحمد ص ١٨١.

(٢) المرجع السابق ص ٢٨٥.

(٣) الزهد للإمام أحمد ص ٢٩٣.

● قال ميمون بن مهران: «كان ابن عمر لا يكاد يشبع من طعام»^(١).

● كان ابن سيرين إذا دُعي إلى وليمة أو إلى عرس دخل منزله فيقول اسقوني شربة سويق. فيقال له: يا أبا بكر أنت تذهب إلى العرس وتشرب سويقاً. فكان يقول إني أكره أن أجعل جد جوعي على طعام الناس^(٢).

فلاحظ أخي مدى احتياطهم خوفاً من الشبع، واستغناءهم عن الناس، وقارن ذلك مع من يفرح بالولائم حتى يكثر من الطعام.

● قال الحسن البصري رحمه الله: «لقد أدركت أقواماً إن كان الرجل منهم ليأتي عليه سبعون سنة ما اشتهى على أهله شهوة طعام»^(٣)؛ ما الفرق بين أولئك وبين من يغضب على أهله إذا لم يقدموا له أصنافاً معينة عديدة من الطعام طلبها؟!!

(١) صحيح كتاب الزهد ص ٥٤.

(٢) الزهد للإمام أحمد ص ٤٣٣.

(٣) الزهد للحسن البصري ص ٢٨.

● حكي أن أبا حازم رحمه الله كان يمر على الفاكهة فيشتهيها فيقول: موعذك الجنة^(١)، فليتنا نربي أطفالنا - الذين تعودوا أن نُسارع إلى شراء كل ما يطلبونه - على كبح جماح النفس، وعدم إعطائها كل ما اشتتت، وربطهم بما عند الله تعالى في الجنة.

● قال بعض الفقهاء: «بقيت سنين أشتهي الهريسة لا أقدر لأن وقت بيعها وقت سماع الدرس»^(٢). أما الآن فما أكثر من يفوته الدرس والدروس بسبب الأكل ووسائل تحصيله.

● مر أبو حازم بالجزارين، فقال رجل منهم: يا أبا حازم هذا سمين فاشتر منه. فقال: ليس معي ثمنه. قال: أنا أنظرك. ففكر ساعة ثم قال: أنا أنظر نفسي^(٣).

(١) أدب الدنيا والدين ص ٣٠٧.

(٢) صيد الخاطر ص ٢٧٨.

(٣) عيون الأخبار ١/ ٧٢٧.

● كان عامر بن عبد الله رضي الله عنه إذا مر بالفواكه قال
مقطوعة ممنوعة^(١). أي خلاف فاكهة الجنة التي قال الله تعالى
عنها: ﴿وَفَاكِهَةٍ كَثِيرَةٍ ۖ لَا مَقْطُوعَةٍ وَلَا مَمْنُوعَةٍ﴾ [٣٢، ٣٣].
[الواقعة: ٣٢، ٣٣].

آثار فضول الطعام:

* الكسل عن الطاعة والوقوع في المعصية:

ويكفي به أثراً لتجنب فضول الطعام.

● خطب عمر بن الخطاب رضي الله عنه يوماً فقال: «إياكم
والبطنة؛ فإنها مكسلة عن الصلاة مؤذية للجسم، وعليكم
بالقصد في قوتكم؛ فإنه أبعد من الأشر وأصح للبدن وأقوى
على العبادة، وإن امرأ لن يهلك حتى يؤثر شهوته على
دينه»^(٢).

● وتأمل هذا الكلام القيم لابن القيم رحمه الله لترى

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٣٢٣.

(٢) الآداب الشرعية ٣/ ١٨٤.

عظم خطر فضول الطعام: «وأما فضول الطعام فهو داع إلى أنواع كثيرة من الشر؛ فإنه يحرك الجوارح إلى المعاصي، ويثقلها عن الطاعات - وحسبك بهذين شرّاً - فكم من معصية جلبها الشبع وفضول الطعام، وكم من طاعة حال دونهما، فمن وقى شر بطنه فقد وقى شرّاً عظيماً، والشيطان أعظم ما يتحكم من الإنسان إذا ملأ بطنه من الطعام. . . ولو لم يكن في الامتلاء من الطعام إلا أنه يدعو إلى الغفلة عن ذكر الله عز وجل، وإذا غفل القلب عن الذكر ساعة واحدة جثم عليه الشيطان ووعدته ومناه وشهّاه، وهام به في كل واد، فإن النفس إذا شبعت تحركت وجالت وطافت على أبواب الشهوات، وإذا جاعت سكنت وخشعت وذلّت»^(١).

* قسوة القلب:

● قال عمرو بن قيس: «إياك والبطنة؛ فإنها تقسي

(١) بدائع الفوائد ٢/ ٢٣١.

القلب»^(١).

ولهذا يشكو البعض من عدم تدبر القرآن في صلاة التراويح عندما يُكثر من طعام الإفطار.

* ذهاب الحكمة:

● كان يقال: لا تسكن الحكمة معدة ملأى^(٢).

* كثرة النوم ونفرة الصالحين:

● قال ابن الجوزي: «فأما التوسع في المطاعم فإنه سبب النوم، والشبع يعمي القلب ويهزل البدن ويضعفه»^(٣).

● قال الإمام محمد بن مفلح المقدسي: «واعلم أن كثرة الأكل تُنوّم، وأنه ينبغي النفرة ممن عُرِف بذلك واشتهر به واتخذه عادة، ولهذا روى مسلم عن نافع قال: «رأى ابن عمر

(١) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٥.

(٢) المرجع السابق ص ٤٢٦.

(٣) صيد الخاطر ص ٤٥١.

مسكيناً فجعل يضع بين يديه ويضع بين يديه فجعل يأكل كثيراً
 قال: لا تدخلن هذا عليّ، فإني سمعت رسول الله ﷺ
 يقول: (المؤمن يأكل في معي واحد والكافر يأكل في سبعة
 أمعاء)^{(١)(٢)}.

فوائد عدم الشبع:

* الثواب من الله تعالى:

● سأل المروزي الإمام أحمد رحمة الله فقال: يؤجر
 الرجل في ترك الشهوات؟

قال: كيف لا يؤجر وابن عمر يقول: ما شبعت منذ أربعة
 أشهر. ثم سأله: يجد الرجل من قلبه رقة وهو يشبع؟ قال: ما
 أرى^(٣).

(١) رواه البخاري ح (٥٣٩٣)، ومسلم ح (٢٠٦١).

(٢) الآداب الشرعية ٣/١٨٦.

(٣) المصدر السابق ٣/١٨٤.

* ضبط الدين وحسن الخلق:

● قال إبراهيم بن أدهم رحمه الله: «من ضبط بطنه ضبط دينه، ومن ملك جوعه ملك الأخلاق الصالحة، وإن معصية الله بعيدة من الجائع قريبة من الشبعان، والشبع يميت القلب ومنه يكون الفرح والمرح والضحك»^(١).

* التفكير والفهم والصفاء:

● قال الحسن البصري: «يابن آدم كُلْ في ثلث بطنك، واشرب في ثلثه، ودع ثلث بطنك يتنفس ويتفكر»^(٢).

● قال محمد بن واسع رحمه الله: «من قل طعامه فهم وأفهم، وصفا ورق، وإن كثرة الطعام ليثقل صاحبه عن كثير مما يريد»^(٣). فاللهم عفوك .. فكم من أكلة حرمتنا

(١) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٦ .

(٢) المصدر السابق ص ٤٢٥ .

(٣) المصدر السابق ص ٤٢٥ .

من طاعتك .

* الحث على البر :

● قال محمد بن النضر الحارثي : «الجوع يبعث على البر
كما تبعث البطننة على الأشر»^(١).

* رقة القلب وغزارة الدمع :

● قال الحسن بن يحيى الخشني : «من أراد أن تغزر دموعه
ويرق قلبه فليأكل وليشرب في نصف بطنه»^(٢) . ولذلك
يلاحظ رقة قلب الصائم وتدبره للقرآن الكريم .

* يُصحّ البدن وينفي المرض :

● قال ابن قدامة المقدسي - رحمه الله - في آداب
الأكل : «ومقام العدل في الأكل رفع اليد مع بقاء شيء من
الشهوة، ونهاية المقام الحسن قوله صلى الله عليه وسلم : (ثلث لطعامه وثلث

(١) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٧ .

(٢) المصدر السابق ص ٤٢٧ .

لشرابه وثلاث لنفسه)، وقال: فالأكل في مقام العدل يُصح
البدن وينفي المرض، وذلك أن لا يتناول الطعام حتى يشتهيهِ،
ثم يرفع يده وهو يشتهيهِ»^(١).

● رُوِيَ أن ابن ماسويه الطبيب لما قرأ حديث رسول الله
ﷺ: (لم يخلق الله وعاء إذا ملئ شرأ من بطن، فإذا كان لا بد
فاجعلوا ثلثاً للطعام وثلثاً للشراب وثلثاً للريح) قال: لو استعمل
الناس هذه الكلمات لسلموا من الأمراض والأسقام،
ولتعطلت المارسات ودكاكين الصيادلة^(٢).

ضوابط الأكل وطريقة كسر شهوة البطن:

● قال ابن قدامة المقدسي رحمه الله: «وينوي بأكله أن
يتقوى على طاعة الله تعالى ليكون مطيعاً بالأكل، ولا يقصد
به التمتع فقط، وعلامة صحة هذه النية أخذ البلغة دون

(١) مختصر منهاج القاصدين ص ١٧٦.

(٢) جامع العلوم والحكم ص ٤٢٤.

الشبع» .

● وقال أيضاً: «وطريق الرياضة في كسر شهوة البطن أن من تعود استدامة الشبع فينبغي له أن يقلل من مطعمه يسيراً يسيراً مع الزمان إلى أن يقف على حد التوسط الذي أشرنا إليه، وخير الأمور أوساطها، فالأولى تناول ما لا يمنع من العبادات ويكون سبباً لبقاء القوة؛ فلا يحس المتناول بجوع ولا شبع فحينئذ يصح البدن وتجتمع الهمة ويصفو الفكر. ومتى زاد الأكل أورثه كثرة النوم وبلادة الذهن»^(١).



(١) مختصر منهاج القاصدين ص ١٧٧ .

فضول النوم

يشكو الكثير من ضيق الوقت وعدم وجود فرصة لأداء نوافل العبادات أو الدعوة إلى الله، ولو تأملت في أوقاتهم كيف تمضي لوجدت أن البعض يمضيه في كثرة النوم... فبعد نوم الليل والاستيقاظ لصلاة الفجر هناك نومة أخرى قبل الذهاب للعمل، ثم بعد أن يأتي من العمل تنتظره نومة ثالثة؛ فتكون له ثلاث نومات يومياً مدتها مجتمعة (٩ إلى ١٠) ساعات أي أكثر من ثلث يومه يقضيه في النوم، وهذا معناه أن أكثر من ثلث عمره يذهب نوماً... فقصر عمره القصير بنومه الطويل ففاته الخير الجزيل.

ولا شك أن كثرة النوم على التعود... فمن عود نفسه أن ينام كل يوم ٩ ساعات مجتمعة أو متفرقة فإنه يشعر بالإرهاق وبحاجته إلى النوم عندما ينام أقل منها... وهي مسألة نفسية في المقام الأول؛ فلو لم يستسلم لها جس الحاجة إلى النوم فإنه لن تمضي عليه فترة إلا وقد تخلص من تلك الساعات الطوال

المهدرة في النوم الذي فوق الحاجة .

ولعل المتأمل اليوم في حال العلماء الربانيين والدعاة المخلصين يجد قلة نومهم؛ فكثير منهم لا ينام إلا أربع أو خمس ساعات يومياً - ولم تتأثر صحة أجسامهم بهذا - ولذلك تجدد بركة وقتهم وتنوع نشاطهم وكثرة جهدهم .

فما أطال النوم عمراً

ولا قصر في الأعمار طول السهر

● قال الله تعالى في صفة عباده المؤمنين: ﴿كَانُوا قَلِيلًا مِّنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ﴾ [الذاريات: ١٧، ١٨]، قال ابن عباس رضي الله عنهما: «لم تكن تمضي عليهم ليلة إلا يأخذون منها ولو شيئاً». وقال مجاهد: «قل ما يرقدون حتى الصباح لا يتهجدون». وقال الحسن البصري: «كابدوا قيام الليل فلا ينامون من الليل إلا أقله، ونشطوا فمدوا إلى السحر فكان الاستغفار بسحر»^(١).

(١) تفسير ابن كثير، سورة الذاريات، الآيتان ١٧، ١٨.

وقال سيد قطب رحمه الله: «فهم الأيقاظُ في جنح الليل والناس نيام، المتوجهون إلى ربهم بالاستغفار والاسترحام، لا يطعمون الكرى إلا قليلاً، ولا يهجعون في ليلهم إلا يسيراً، يأنسون بربهم في جوف الليل فتتجافى جنوبهم عن المضاجع ويخفّ بهم التطلع فلا يثقلهم المنام»^(١).

● وقال الله تعالى: ﴿إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلاً﴾ [المزمل: ٦]، قال سيد قطب رحمه الله معلقاً على هذه الآية: «إن مغالبة هتاف النوم وجاذبية الفراش بعد كد النهار أشد وطأً وأجهد للبدن، ولكنها إعلان السيطرة على الروح واستجابة لدعوة الله وإيثار للأنس به، ومن ثم فإنها أقوم قيلاً لأن للذكر فيها حلاوته، وللصلاة فيها خشوعها وللمناجاة فيها شفافتها، وإنها لتسكب في القلب أنساً وراحة وشفافية ونوراً قد لا يجدها في صلاة النهار وذكره، والله الذي خلق هذا القلب يعلم دواخله، ويعلم ما يتسرب إليه وما

(١) في ظلال القرآن لسيد قطب ٦/٣٣٧٧.

يوقع عليه، وأي الأوقات يكون فيها أكثر تفتحاً واستعداداً
وتهيؤاً، وأي الأسباب أعلق به وأشد تأثيراً فيه»^(١).

● وقال وهب بن منبه رحمه الله: «ليس من بني آدم
أحب إلى شيطانه من الأكل والنوم»^(٢).

● وقال ابن قدامة المقدسي رحمه الله: «وينبغي أن لا ينام
حتى يغلبه النوم، فقد كان السلف لا ينامون إلا غلبة»^(٣).

● قال الحسن البصري رحمه الله «توبوا إلى الله من كثرة
النوم والطعام»^(٤).

● وكانت امرأة حبيب - أبي محمد الفارسي - توقظه
بالليل وتقول: «قم يا أبا حبيب فإن الطريق بعيد وزادنا قليل،

(١) في ظلال القرآن لسيد قطب ٦ / ٣٧٤٥، ٣٧٤٦.

(٢) الزهد للإمام أحمد ص ٥١٧.

(٣) مختصر منهاج القاصدين ص ٥٩.

(٤) آداب الشيخ الحسن ص ٣٦.

وقوافل الصالحين قد سارت من بين أيدينا ونحن قد بقينا»^(١).

● وقال الضحاك رحمه الله: «أدركت أقواماً يستحيون من

الله في سواد هذا الليل من طول الضجعة»^(٢).

● وقال طاووس بن كيسان رحمه الله: «ما كنت أظن

أحدًا ينام في السحر»^(٣).



(١) المحجة في سير الدلجة لابن رجب ص ١٣٣.

(٢) مختصر منهاج القاصدين ص ٦٦.

(٣) المحجة في سير الدلجة ص ٣٢.

فضول المخالطة

أصبحت الرغبة في مخالطة الناس والاجتماع بهم بصرف النظر عن الفائدة الشرعية المرجوة منهم ديدن وعادة الكثير؛ فلا يكاد أحدهم يجد وقت فراغ من مشاغل البيت والأسرة إلا ويسارع إلى البحث عن يجتمع معه ويجالسه، بل إن البعض ليترك مسؤولية البيت والأسرة ليجلس مع من يؤانس، وبهذا المسلك فات على كثير من الصالحين عبادات عظيمة كان السلف يحرصون عليها غاية الحرص؛ مثل الخلوة بالنفس، ومناجاة الله والتضرع بين يديه، والتفكر والتبصر، فضلاً عن تحصيل العلم النافع والعمل الصالح.

● قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه: «خذوا بحظكم من

العزلة»^(١).

(١) مختصر منهاج القاصدين ص ١١٤.

● وقال أبو الدرداء رضي الله عنه : «نعم صومعة الرجل بيته؛
يكف بصره ولسانه»^(١).

● وقال مسروق رحمه الله : «إن المرء لحقيق أن يكون له
مجالس يخلو فيها فيذكر فيها ذنوبه فيستغفر منها»^(٢).

● وقال شيخ الإسلام ابن تيمية قدس الله روحه : «وأما
اعتزال الناس في فضول المباحات وما لا ينفع - وذلك بالزهد
فيه - فذلك مستحب»^(٣).

● وقال أيضاً - رفع الله درجته - : «ولابد للعبد من
أوقات ينفرد بها بنفسه في دعائه وذكره وصلاته وتفكره
ومحاسبة نفسه وإصلاح قلبه»^(٤).

(١) صحيح كتاب الزهد ص ٨٩.

(٢) الزهد للإمام أحمد ص ٤٨٥.

(٣) مجموع فتاوى شيخ الإسلام ٤٠٥/١٠.

(٤) المرجع السابق ٤٢٦/١٠.

● قال عوف بن عبد الله: «سألت أم الدرداء: ما كان أفضل عبادة أبي الدرداء؟ قالت: التفكير والاعتبار»^(١).

● قال ابن القيم رحمه الله: «إن فضول المخالطة هي الداء العضال الجالب لكل شر، وكم سلبت المخالطة والمعاشرة من نعمة، وكم زرعت من عداوة، وكم غرست في القلب من حزازات تزول الجبال الراسيات وهي في القلوب لا تزول. ففضول المخالطة فيه خسارة الدنيا والآخرة، وإنما ينبغي للعبد أن يأخذ من المخالطة بمقدار الحاجة»^(٢).

● وقال رحمه الله في موضع آخر: «الاجتماع بالإخوان قسمان: أحدهما اجتماع على مؤانسة الطبع وشغل الوقت؛ فهذا مضرته أرجح من منفعته، وأقل ما فيه أن يفسد القلب ويضيع الوقت.

(١) صحيح كتاب الزهد ص ٨٢.

(٢) بدائع الفوائد ٢/٢٣١، ٢٣٢.

الثاني: الاجتماع بهم على التعاون على أسباب النجاة
والتواصي بالحق والصبر؛ فهذا من أعظم الغنيمة وأنفعها،
ولكن فيه ثلاث آفات:

إحداها: تزيّن بعضهم لبعض.

الثانية: الكلام والخلطة أكثر من الحاجة.

والثالثة: أن يصير ذلك شهوة وعادة ينقطع بها عن
المقصود^(١).

فراجع أخي المبارك مدى فائدتك من لقاءك مع إخوانك،
وتأمل هذه الحادثة لترى كيف كان السلف في السفر - الذي
تزداد فيه أوقات الفراغ - يحرصون على إشغاله بما يفيد ومع
من يفيد وليس مع أي أحد.

● قال إبراهيم ابن علقمه: «قدمت الشام فصليت ركعتين
ثم قلت: اللهم يسر لي جليساً صالحاً. فأتيت قوماً فجلست

(١) الفوائد لابن القيم ص ٨٠.

إليهم فإذا شيخ قد جاء حتى جلس إلى جنبي ، قلت من هذا؟ قالوا: أبو الدرداء . فقلت: إني دعوت الله أن يسر لي جليساً صالحاً فيسرك لي . قال: ممن أنت؟ قلت: من أهل الكوفة قال: أوليس عندكم ابن أم عبد صاحب النعلين والوساد والمطهرة [يعني عبد الله بن مسعود رضي الله عنه] ، وفيكم الذي أجاره الله من الشيطان يعني على لسان نبيه صلى الله عليه وسلم [يعني به عمار بن ياسر رضي الله عنه] ، أوليس فيكم صاحب سر النبي صلى الله عليه وسلم الذي لا يعلمه أحد غيره [يعني حذيفة بن اليمان رضي الله عنه] . . . » الحديث^(١) .

● قال سيد قطب رحمه الله: «ولا بد لأي روح يُراد لها أن تؤثر في واقع الحياة البشرية فتحولها وجهة أخرى . . لا بد لهذه الروح من خلوة وعزلة لبعض الوقت، وانقطاع عن شواغل الأرض وضجة الحياة وهموم الناس الصغيرة التي تشغل الحياة»^(٢) .

(١) متفق عليه: البخاري: ح (٣٧٤٢)، ومسلم ح (٨٢٤).

(٢) في ظلال القرآن ٦ / ٣٧٤١ .

فضول اللباس

هناك فريقان على طرفي نقيض في اللباس ، والخير في التوسط .

الفريق الأول: من يلبس ثياباً يزدريه الناس بسببها؛ فهي ملابس تكاد تكون بالية غير نظيفة ولا حسنة المظهر .

والفريق الثاني: جعل كثيراً من همه في ملابسه وتنوعها وألوانها وأسعارها .

● قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه : «إياكم ولبستين: لبسة مشهورة، ولبسة محقورة»^(١) .

● وقال الحكماء: «البس من الثياب ما لا يزدريك فيه العظماء، ولا يعيبه عليك الحكماء»^(٢) .

(١) أدب الدنيا والدين ص ٣١١ .

(٢) المرجع السابق ص ٣١١ .

والعجيب أن ملابس الرجال أصابها ما أصاب ملابس النساء من الموضة وبلائها؛ فبين فترة وأخرى ترى أشكالا وتصاميم جديدة للثياب، وموضات من الأحذية والعترة والأقلام والساعات.

ولا غرابة أن ترى ذلك كله على عامة الناس، أما رؤيته على الصالحين فهذا منظر مؤذ للعين مؤلم للقلب قاس على النفس.

● عن هلال بن خباب عن قزعة قال: «رأيت على ابن عمر رضي الله عنهما ثياباً خشبة - أو قال خشنة - فقلت: يا أبا عبد الرحمن إني قد أتيتك بثوب لين فيما يصنع بخراسان فتقر عيني أن أراه عليك؛ فإن عليك ثياب خشبة أو خشنة. فقال: أرنيه حتى أنظر إليه. قال: فلمسه بيده وقال أحرير هو؟ قلت: لا إنه من قطن. قال: إني أخاف إن أنا لبسته أخاف أن أكون فخوراً والله لا يحب كل مختال فخور»^(١).

(١) الزهد للإمام أحمد ص ٢٨٥.

● قال الشافعي رحمه الله :

عليّ ثياب لو يباع جميعها

بفلس لكان الفلاس منهن أكثرا

وفيهن نفس لو تقاس بها

نفوس الوري كانت أعز وأكبرا^(١)

● قال الحكماء: ليست العزة في حسن البزة^(٢).

وبعد، فهذا آخر ما تم جمعه من فضول الكلام،
والنظر، والطعام والنوم والمخالطة واللباس؛ أسأل الله تعالى
أن يعم بنفعه الجميع، وعسى أن يكون فيما سطرت دافعاً
لنفسي ولنفس إخواني المسلمين إلى علو الهمة والبذل
والتضحية في سبيل نصره هذا الدين، كما أسأله سبحانه أن
يغفر لي ما كان فيه من زلل وتقصير، وآخر دعوانا أن الحمد
لله رب العلمين، وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله
وصحبه أجمعين.

(١) علو الهمة ص ١٠٦.

(٢) أدب الدنيا والدين ص ٣١١.

الفهرس

الصفحة	الموضوع
٥	المقدمة
١٥	فضول الكلام
١٥	ما ورد في الحث على حفظ اللسان
٢٤	نماذج من حرص السلف على حفظ ألسنتهم
٢٦	آثار فضول الكلام
٣٠	مظاهر وأسباب فضول الكلام
٣٦	علاج فضول الكلام
٣٩	فضول النظر
٤٥	من علاج فضول النظر
٤٧	فضول الطعام
٤٧	ما ورد في النهي عن فضول الطعام
٥٣	نماذج من حرص السلف على ترك فضول الطعام
٥٦	آثار فضول الطعام
٥٩	فوائد عدم الشبع
٦٢	ضوابط الأكل وكسر شهوة البطن
٦٥	فضول النوم
٧١	فضول المخالطة
٧٧	فضول اللباس

☆☆ ☆ ☆☆☆

التنفيذ الضوئي والإخراج
 أبو هشام عبد الملك رمضان عرابي
 054190173

هذا الكتاب

للحياة الدنيا زينتها وبهرجها. والانغماس في هذه الزينة وذلك
البهرج - حتى ولو كان انغماساً فيما هو مباح - يشغل المرء عن
مسيرته للدار الآخرة.

من أجل ذلك جاء هذا الكتاب محذراً من التوسع في فضول
المباحات؛ كفضول الكلام، وفضول النظر، وفضول الطعام، وفضول النوم،
وفضول المخالطة، وفضول اللباس.

وقد تناول المؤلف بالتفصيل كل نوع من هذه الأنواع لبيان:
ما ورد فيه من أحاديث أو آثار، ومظاهره وأسبابه، وكيفية
علاجه.

كما نبه المؤلف إلى أمور منها: أن التوسع في فضول المباحات
خلاف سيرة الرسول ﷺ، وهو بريد المعاصي، ويؤدي إلى قسوة
القلب، كما يضوت على المؤمن بلوغ درجة الورع، وينافي الهمة
العالية. نسأل الله تعالى أن يرزقنا علو الهمة في السير إلى رضوانه،
وأن يجنبنا الانشغال عن ذلك بفضول المباحات، وأن يجزي المؤلف
على ما قدم خير الجزاء.

الناشر

