**شَهْرُ رَمَضَانَ وتَهذيب النفْس البَشَرية**

 **الدكتورة هـنـاء محمود اسماعيل الجنابي**

 في عصرالتكنولوجيا والعولمة يعاني مجتمعنا اليوم من صراع العقل والضمير,وغَلبة العواطف والأهواء , ومرده إلى ضعف الإرادة التي لا تتجرأ على مقاومة الأغواء ,وكفكفة العواطف والشهوات .فالإرادة هي القوة التي تُمكِّن الإنسان من قهر هوى النفس الإنسانية وكبح جماحها , قال البوصيري:

 **والنفسُ كالطفلِ إنْ تُهْمِلهُ شَبَّ عَلى  حَبِّ الرضِّاعِ وإنْ تَفَطِمهُ يَنْفَطِمِ**

 فالإرادةُ هِمة وعزيمة , ولذا نرى الذين يحتكمون الى إرادتهم يواجهون الحياة بعزم لا يعرف الوهن والهزيمة. وميدان ترويض النفس, وتربية الإرادة شهر رمضان, ففيه تصفو النفوس , وتقترب القلوب من خالقها , فهو شهر التغييروالإصلاح , وتنقية القلوب ,وتجديد العقول .

 وشهر رمضان مأخوذ من (**الرمَّض والرَّمْضَاء : شِدّة الحرِّ, والرَّمْض :شِّدة وَقْع الشمس على الرمل وغيره.وشهر رَمَضانَ من: رَمَضَ الصائمُ يَرمضُ إذا حَرَّ جوفْهُ مِن شدّة العَطَش . حكى ابن دريد عن بعض أهل اللغة : لمّا نقلوا أسماء الشهور عن اللغة القديمة سمّوها بالأزمنة التي هي فوافق رمضانُ أيام رَمَضِ الحَرّ وشدّتِهِ فسُمِّي بِه.( لسان العرب: رمض).**

واختص الله عز وجل هذا الشهر الكريم بفضائل عظيمة منها:

1-فيه إنزل القرآن الكريم **ﭧ ﭨ ﭽ ﮘ ﮙ ﮚ ﮛ ﮜ ﮝ ﮞ ﮟ ﮠ ﮡ ﮢ ﮣﮤﭼالبقرة: ١٨٥**,وفرضت فيه فريضة الصيام , وهي ركن من أركان الإسلام الخمسة,ومن العبادات والشعائر التي تعبّد الله بها الأمم السابقة **ﭧ ﭨ ﭽ ﭣ ﭤ ﭥ ﭦ ﭧ ﭨ ﭩ ﭪ ﭫ ﭬ ﭭ ﭮ ﭯ ﭰ ﭼ** **البقرة: ١٨٣**. والصيام في اللغة الإمساك، وفي الشرع إمساك مخصوص في زمن مخصوص بشرائط مخصوصة، فهو إمساك المُكلّف بالنيّة عن الطعام والشراب والشهوة من الفجر إلى المغرب.

 والصوم خير عبادة تتجلى فيها قوة الإرادة ,وعتق النفس من أحابيل الغريزة ومكايدها , ويستخرج كنوزها الدفينة بروحانية الروح , والإخلاص لله سبحانه وتعالى قولًا وعملًا, وهو وسيلة تحرر الإنسان من عبودية نفسه , وعبودية الشهوات.

2-هو شهر التوبة والمغفرة وتكفير الذنوب والسيئات ,عَن أبي هُرَيُرَة(رضي الله عنه),أنّ رَسولَ الله (صلى الله عليه وسلم كانَ يَقُولُ : **(( الصَّلوَاتُ الخَمْسُ , وَالجُمَعَةُ إلى الجُمَعَةِ, وَرَمَضانُ إلى رَمَضانَ ,مُكَفِّرَاتٌ مّا بَيْنَهُنَّ,إذَا اجْتَنَبَ الكَبَائِرَ )) رواه مسلم.**

**3-** إنّه شهر احتساب الأجر والثواب فمَنْ قامه موقنًا به ومخلصًا النية في العبادة غُفِرله ما تقدم من ذنبه, ففي الصحيحين أن رسول الله (صلى الله عليه وسلم) كان يقول : **(( مَنْ قَامَ رَمَضَانَ إيمانًا وَاحْتِسابًا , غُفِرَ لَهُ ما تَقَدّمَ مِنْ ذنْبِهِ )).**

 4-هو شهر العتق من النار, وتُفَتّحُ فيه أبوابُ الجنان,وتُغَلّقُ أبوابُ النار, وتُصَفّدُ الشياطينُ ففي حديث الترمذي أنّ رسول الله (صلى الله عليه وسلم) قال: **((إذَا كَانَ أوَلُ ليلةٍ مِنْ شَهرِرمَضانَ صُفِّدت الشَياطينُ ومَرَدَةُ الجنِّ وّغُلَّقَتْ أبواب النارِفلمْ يُفتَحُ منها بابٌ وفُتحتْ أبوابُ الجنّةِ فلمْ يُغلقْ منها بابٌ ويُنادي مُنادٍ ياباغيَ الخيرِ أقبِلْ وياباغيَ الشرِّ أْقصِرْ وللهِ عُتقاءٌ من النارِ وذلكَ كُلُّ ليلةٍ)).** ويفتح بابُ الريّانِ في الجنة يوم القيامة للصائمين ,عن سهل بن سعد (رضي الله عنه) أن النبي (صلى الله عليه وسلم) قال **:( ( إنّ في الجنَّةِ بابًا يُقالُ لَهُ الرَيّانُ , يَدخُلُ مِنهُ الصائمونَ يومَ القيامةِ ,لا يدخلُ مِنهُ أحدٌ غَيرهُمْ, يقالُ أينَ الصائمونَ, فيقُومُونَ لا يدخُلُ مِنْهُ أحَدٌ غَيرِهُمْ, فإذا دَخَلوا أُغْلِقَ, فَلمْ يَدخُلْ مِنهُ أحَدٌ)) رواه البخاري ومسلم.**

5-هو شهرالصبر, والصبر لا يتجلى في عبادة من العبادات كما في الصيام , إذ يربِّي المسلم نفسه على كبح شهوات النفس وجزاء الصابرين الجنة **ﭧ ﭨ ﭽ ﰁ ﰂ ﰃ ﰄ ﰅ ﰆﰇ ﰈ ﰉ ﰊ ﰋ ﰌ ﰍﰎ ﰏ ﰐ ﰑﰒ ﰓ ﰔ ﰕ ﰖ ﰗ ﰘ ﭼ الزمر: ١٠.**

**6-** هوشهرالجود والبروالإحسان,ففيه زكاة الفطر وهي من أهم العبادات التي تُعلِّم المسلم روح البذل والعطاء , عن ابن عباس (رضي الله عنهما) قال **(( فرض رسول الله (صلى الله عليه وسلم) زكاة الفطر طـُهرةً للصائمِ مِنَ اللّغو والرفثِ وطـُعمةً للمساكين فَمَنْ أدّاها قبل الصلاةِ فهي زكاةٌ مقبولة ٌ ,ومَنْ أدّاها بعدَ الصلاةِ فهي صدقة ٌ مِن الصدقاتِ)) رواه ابن ماجه.**

7- فيه ليلةٌ جعل اللهُ العملَ فيها خيرٌ من ألفِ شهرٍ وهي ليلة القدر **ﭧ ﭨ ﭽ ﭑ ﭒ ﭓ ﭔ ﭕ ﭖ ﭗ ﭘ ﭙ ﭚ ﭛ ﭜ ﭝ ﭞ ﭟ ﭠ ﭡ ﭢ ﭣ ﭤ ﭥ ﭦ ﭧ ﭨ ﭩ ﭪ ﭫ ﭬ ﭭ ﭮ ﭯ ﭰ ﭱ ﭲ ﭼ القدر: ١ - ٥** .ومن حُرِم منها حُرِم خيرُها , روى ابن ماجه عن أنس بن مالك (رضي الله عنه) قال : **(( دخلَ رمَضانُ فقالَ رسولُ الله (صلى الله عليه وسلم) إنَّ هَذا الشهرَ قد حضركُمْ وفيه ليلةٌ خيرٌ مَنْ ألفِ شهرٍ مَنْ حُرِمها فقد حُرِمَ الخيرَ كُلّهُ ولا يُحرَمُ خيرَها إلاّ محرومٌ ))**.ومن خلال النصوص القرآنية والأحاديث النبوية الشريفةالسابقة يظهر أثر هذا الشهر الفضيل في تهذيب النفس البشرية في جوانب كثيرة منها:

 1- إحياء الجانب الروحي بالذكر والدعاء وصلة العبد بربه , فهي سعادة الفرد , ومن أعرض عن ذكر الله وجد ضيقًا واختناقًا في قلبه وصدره **ﭧ ﭨ ﭽ ﯳ ﯴ ﯵ ﯶ ﯷ ﯸ ﯹ ﯺ ﯻ ﯼ ﯽ ﯾ ﭼ طه: ١٢٤** والضنك انغلاق في النفس وانقباض في الصدر حتى لو أكل ما أكل, وتلذذ بما تلذذ.فانشراح الصدر وهدوء القلب لا يكون الا بذكر **الله ﭧ ﭨ ﭽ ﰈ ﰉ ﰊ ﰋ ﰌ ﰍﰎ ﰏ ﰐ ﰑ ﰒ ﰓ ﭼ الرعد: ٢٨** ولا يأتي ذلك إلا بإصلاح الروح في خصوصية علاقة العبد بخالقه , وتتجلى صوره بفريضة الصيام وآدابها وأركانها التي ثمرتها التقوى ,والتقوى عماد إصلاح النفوس **ﭧ ﭨ ﭽ ﮬ ﮭ ﮮ ﮯ ﮰ ﮱ ﯓ ﯔ ﯕﯖ ﯗ ﯘ ﯙ ﯚ ﯛ ﯜ ﯝ ﯞ ﯟ ﭼ الأعراف: ٣٥**

2- إن لفريضة الصوم أثر كبير في الصحة النفسية للفرد ,وتتمثل في تهذيب النفوس واستقامة السلوك , وتطهير النفس وتزكيتها من الأدران وإصلاحها **,**وتهذيب منطق المسلم ,وحفظ الجوارح واللسان من الرفث والصخب,عن أبي هريرة (رضي الله عنه) :أنّ رسول الله (صلى الله عليه وسلم) قال: **(( الصِّيامُ جُنَّةٌ , فلا يَرْفُثْ ولا يَجْهَلْ ,وإنِ امْرُؤٌ قاتلَهُ أوشاتَمهُ , فَلْيَقُلْ إنِّي صَائمٌ- مرتين – والَّذي نفسي بيدهِ,لَخُلُوفُ فمِ الصائمِ أطيبُ عندَ اللهِ تعالى مِنْ ريحِ المِسكِ, يَترُكُ طَعامَهُ وشرابَهُ وشَهوتَهُ مِنْ أجلي وَأنا أجْزي بهِ, وَالحسنةُ بِعشرِ أمثالها )) أخرجه البخاري ومسلم وابن ماجه.**

3-يربي الصوم المسلم على عادات خلقية منها : الصبر على الطاعة, وعلى مجاهدة النفس , وضبطها ومجاهدتها على تحمّل المشاق رغبة لا رهبة , ومحاسبة النفس ومراقبتها.

4- يشيع هذا الشهر الفضيل روح التكافل والتعاون بين أفراد المجتمع , ويستنهض فضائل التراحم, والعطف على الفقراء ,والمساكين وصلة الرحم, والعدل والمساواة بين الغني والفقير.فهذا الشهر الكريم يعد مدرسة اسلامية روحية وخلقية ونفسية واجتماعية يتزود منها المسلم ما يحتاجه في حياته وفي كل مسؤولياته نحو خالقه , ونفسه وأسرته ومجتمعه.

وفقنا الله وإياكم إلى اغتنام أيامه ولياليه والفوز بجنات النعيم ورضا الله .