وللروح ظمأ وإرواء

الإنسان مخلوق من قبضة الطين ونفخة الروح؛ ولكلّ من الطين والروح ظمأ لحاجات ضرورية يستند إليها ويقوم بها، وإرواءٌ بوسائل تناسب طبيعة كل من الطين والروح!

و"الطين" مادة كثيفة لها ثقل يجذب الإنسان إلى الأرض التي خُلق منها.. بينما "الروح" ذاتٌ لطيفة تشد الإنسان إلى آفاق من النور والتجلي والطهر والسمو، وتذكِّره بسر تكريمه وتخصيصه بالأمانة التي أوكلت إليه..

ولهذا يقوم جسم الإنسان بالمادة، يتغذى عليها، ويظمأ إذا انقطعت عنه؛ أما الروح فتقوم بالمعنويات، تستمد منها غذاءها، وتظمأ إذا حُجبت عنها.. وتأتي فريضة الصيام لتذكرنا بهذه الثنائية التي يتكون منها الإنسان، ولا يستغني عن أحد طرفيها؛ حتى يدرك أن الروح لها ظمأ وإرواء، تمامًا كما أن الجسد له ظمأ وإرواء.

وإذا كان ظمأ الجسد يحصل بالانقطاع عن غذائه من الطعام والشراب، ويتحقق الإرواء له بهما؛ فإن ظمأ الروح يحدث حينما يضل الإنسان طريق ربه، ويتبع هواه وينقطع عن العبادة أو لا يؤديها كما ينبغي؛ ثم يتحقق الإرواء للروح حينما يتصالح الإنسان مع خالقه، وينتظم في عبادته، ويأتي ما أمر الله ويبتعد عما نهى عنه.

وحاجة الروح من الإرواء لا تنقطع، كما أن الجسد لا تنقطع حاجته من الغذاء.. وهناك عدة وسائل أساسية يتزود بها المرء في إرواء روحه وتزكية نفسه، والسمو نحو آفاق الربانية؛ ومنها: القرآن الكريم، الصيام، الخلوة/ الاعتكاف، مخالطة الضعفاء وذوي الحاجات.

القرآن الكريم

فليس أفضل من القرآن الكريم لإرواء الروح؛ إذ هو كلام رب العالمين سبحانه؛ الذي خلق الإنسان وسوّاه، وجعل له هذا الكتاب العزيز منهجًا به تستقيم حياته ويسعد في الدارين..

{قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا ۖ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ} (طه: 123). قال ابن عباس: لا يضل في الدنيا، ولا يشقى في الآخرة (ابن كثير: 5/ 283).

وحتى يُحدث القرآن الكريم أثره في إرواء الروح لا بد أن تكون قراءته بتدبر وخشوع، وأن تتحول أوامره ونواهيه إلى صورة عملية في سلوك قارئه، التزامًا بالأوامر واجتنابًا للنواهي.. فالقلب الغافل الساهي لا يتنفع بالقراءة، والذي يخالف عملُه توجيهات القرآن تكون تلاوة حجة عليه لا له!

ولا يزال القرآن الكريم ذا أثر فاعل في إرواء الروح، بل وفي ضمان الهداية النفسية والعملية، كما كان أثره من قبل حين تنزله! فالقرآن غضٌّ طريٌ أبدًا، المهم هو حال من يتلقى هذا القرآن!

هل يتلقاه بلسانه أم بجوارحه.. بوعي أم بغفله.. بإدراك لما فيه من هدايات أم بإعراض وتيه خلف مناهج فاسدة.. برغبة في التطبيق العملي أم اكتفاء بالتبرك!

القرآن هو القرآن.. ويبقى علينا نحن أن نقترب منه، وأن نتصالح معه!

الصيام

وأما أثر الصيام في إرواء الرروح فقوي وفاعل؛ لأنه يُطْلع الإنسان على حقيقة ضعفه؛ إذ بمجرد أن يمتنع المرء عن الطعام والشراب لساعات معدودات تَذهب عنه قوته كثيرًا بعد أن كان يفاخر بها! ويجد نفسه ميالاً للهدوء والسكينة وقد كان يمشى مفاخِرًا مختالاً!

ولهذا، ففي الصيام تشبه بالملائكة؛ فهي لا تأكل ولا تشرب ولا تتناسل.. وكلما تخفف المرء من أثقال الطين التي تجذبه للأرض (ليس بأن يعادي الدنيا، وإنما يجعلها في يده لا قلبه)، كانت روحه أقدر على التحليق في آفاق الإيمان العلوية.. والصيام يساعد الإنسان كثيرًا على التخفف من أثقال المادة، ولو لساعات، يتدرب بها ويتزود منها.

ولهذا خص الله تعالى هذه العبادة الجليلة بأن أضافها إلى ذاته سبحانه، من بين سائر العبادات؛ فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: "قالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ: كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ له إِلَّا الصِّيَامَ، فإنَّه لي وَأَنَا أَجْزِي به" (متفق عليه).

وكلما أدرك الصائم حقيقة هذه العبادة، وما تتميز به، والتزم بأخلاقها؛ كان أقدر على الانتفاع بأثرها في إرواء الروح، ولا تتحول بحقه إلى مجرد حرمان من الطعام والشراب!

الخلوة أو الاعتكاف

الإنسان في الحياة محاط بالصخب من كل جانب.. وهذا الصخب يمنعه من التجاوب كما ينبغي مع حاجة الروح للإرواء؛ فإذا صلى أو قرأ القرآن أو ذكر الله، وسط هذا الصخب فإنه قد لا ينتفع كثيرًا بأثر هذه العبادات.. ولهذا، فهو محتاج إلى خلوة ينقطع فيها بعض الشيء عن الملهيات، التي تقطع الطريق على الروح!

وقد شُرع الاعتكاف في رمضان، إعانةً للمرء على هذا المعنى.. وفي العام الذي قُبض فيه النبي ﷺ اعتكف عشرين يومًا.. بل كان ﷺ، كما في الصحيحين، "يَخْلُو بِغَارِ حِرَاءٍ فَيَتَحَنَّثُ فِيهِ اللَّيَالِيَ ذَوَاتِ الْعَدَدِ"- كنايةً عن الكثرة- قبل تنزل الوحي عليه.. إعدادًا من الله تعالى لنبيه ومصطفاه للمهمة الشاقة التي تنتظره.

وثمة ارتباط بين الخلوة والخشوع؛ وفي حديث السبعة الذين يظلهم الله بظله، عدَّ منهم: "ورجلٌ ذكر اللهَ خاليًا ففاضت عيناه" (متفق عليه).

مخالطة الضعفاء وذوي الحاجات

وأما هذه المخالطة فهي تذكِّر المرء وبطريقة مباشرة واضحة أنه قد يصيبه ما أصاب هؤلاء من مرض أو فاقة، وأنه أضعف مما قد يتصور عن نفسه في لحظة عافية أو غنى!

إن مما ينفع القلب ويعيد إلى الروح يقظتها زيارة المرضى في المستشفيات، ومطالعة معاناتهم عن قرب، والتفكر في أنهم كانوا في عافية ثم طرأ عليه طارئ بدَّل أحوالهم، وجعلهم في أمس الحاجة لمعونة غيرهم..

فبمخالطة الضعفاء وذوي الحاجات يتذكر القلب ويصحو من غفلته، ويذهب عن النفس خيلاؤها وعجبها، ويدرك الإنسانُ أنه ليس بمنأى عن أن يصيبه مثل ما أصاب غيره؛ فالعافية لا تدوم، وطوارئ الأيام أكثر من أن تحصَى، وسنة الله تعالى أن الدنيا دار شقاء وتبدُّلٍ لا قرار لها..

وربما رؤية مشهد من مشاهد الضعف الإنساني، تكون أبلغ في القلب من موعظة واعظ، أو من عبادة تؤدَّى في سهو وغفلة!

كثيرة هي الوسائل التي تزكِّي الروح، وتجعل الإنسان يتنبّه لحقيقة وجوده في الحياة.. المهم، أن نكون مدركين دائمًا إلى أن الروح تظمأ مثل البدن، وتحتاج باستمرار للزاد والإرواء..