



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## دور العبادة في أسلوب الحياة

بين يديك أيها القارئ الكريم هو ملخص الجلسة الثانية من سلسلة محاضرات سماحة الشيخ بناهيان في موضوع «دور العبادة في أسلوب الحياة» حيث ألقاها في مسجد الإمام الحسين عليه السلام في مدينة طهران، في شهر رمضان عام 1434هـ.



## إن الإنسان ليأنس بأسلوب حياته/ إن عدم الثبات والاضطراب في أسلوب الحياة يترك آثارا سلبية كثيرة في روح الإنسان

إن الإنسان ليأنس بأسلوب حياته، وتارة يصل تعلقه إلى درجة من الشدة بحيث إن سلبت منه أسلوب حياته، قد تلحق به صدمات وعوارض نفسية وعصبية كبيرة. فعلى سبيل المثال يقول البعض في خصوص كبار السن أنهم إذا انتقلوا من منطقتهم وبيوتهم فجأة، هذا ما يؤدي عادة إلى بعض المشاكل لهم من قبيل مرض النسيان. لقد أجري إحصاء قبل كم سنة على المتقاعدين من أحد المشاغل، وإذا بالنتائج تقول أكثر من خمسين بالمئة من هؤلاء المتقاعدين قد وافاهم الأجل في نفس سنة تقاعدهم، وهذا ما يدل على مدى تعلق الإنسان بأسلوب حياته. فإن بات الإنسان يتنقل من مكان إلى مكان ومن بيت إلى بيت، فهذا ما سوف يلحق به بعض العوارض بطبيعة الحال. فإذا لم يحظ الإنسان بثبات في عمله وحياته وعلاقاته وفي كلمة واحدة في بعض أسلوب حياته، فإن هذا الاضطراب وخاصة في أيام الكبر قد يؤدي إلى كثير من التداعيات السلبية.

### نحن نأنس بحياتنا بطبيعة الحال، فلا بد أن نخطط لما نريد أن نأنس به

إن أحد أسباب تسمية الإنسان بالإنسان هو أنه أهل الأنس، فنحن نأنس بالأشياء التي حولنا كما نأنس بعاداتنا السلوكية وقد يصعب علينا تركها. ولهذا فلا بد أن نخطط مسبقا لما نريد أن نأنس به. ما أحلى أن يستأنس الإنسان بأمثال هذه الأعمال: بأن يستيقظ مبكرا مثلا، أو أن يتوضأ مباشرة بعد ما استيقظ، أو يصلي صلاة الصبح في أول وقتها، أو يذهب إلى المسجد و... فإن هذه الأعمال من أهم أدوية روح الإنسان من أجل القضاء على جميع الأمراض. في يوم القيامة أو بعد الظهور حيث يتطور العلم في ذاك الزمان، سوف يتضح أن برنامج الصلوات اليومية التي فرضها الله علينا وأكد علينا أن نقيمها في

المسجد جماعة، كم هي مفيدة وضرورية لروحنا. وسوف يتضح وقتئذ كم هي نافعة لصحة روحنا ونفسيتنا بغض النظر عن بُعد الارتباط بالله الذي يصحب شعيرة الصلاة.

### إن صحة روحنا تستلزم رياضة «مستمرة» متناسبة مع اقتضاءات روحنا

كما أننا بحاجة إلى تمارين رياضية يومية في سبيل حفظ صحة جسمنا، وكما أنه يجب لهذه التمارين أن تكون مستمرة ومتناسبة مع جسمنا لتترك أثرها الإيجابي على جسمنا، كذلك من أجل صحة الروح لابد أن نمارس رياضة متناسبة مع مقتضياتنا الروحية بشكل مستمر. لو كنا نقدر على إنتاج فيلم سينمائي أو مسلسل تلفزيوني، بحيث يجسد هذه الحقيقة للمشاهد أن روح الإنسان بحاجة إلى الأُنس بعبادة كالصلاة وهي بحاجة إلى التعلق بالمسجد والحضور في صلاة الجماعة باستمرار وعلى الدوام، لكثير عدد المصلين في المجتمع بسرعة.

### لماذا لم يقل أممتنا أن لا تصلوا فيما إذا لم تتوجهوا في صلواتكم؟! لأن مجرد هذه الصلاة العارية من حضور القلب هي مما يحتاجها روح الإنسان

أحد أسباب أهمية أسلوب الحياة هو أن الإنسان يستأنس بأسلوب حياته ويتعلق به تلقائياً. لماذا لم يقل أممتنا أن لا تصلوا فيما إذا لم تتوجهوا في صلواتكم؟ أحد الأسباب هو أن مجرد هذه الصلاة العارية من حضور القلب والتوجه هي مما يحتاجها روح الإنسان. هل أن الله قد فرض الصلاة للارتباط به وحسب، وليس لها أي أثر على روحنا؟ إن سائر آثار الصلاة الاجتماعية والروحية والجسمية من القوة يمكن بحيث قد نستطيع ألقول بأنها لا تقل عن أثر الصلاة في تكوين الارتباط مع الله. فإن الآثار الروحية والنفسية للصلاة مهمة جداً وجديرة بالالتفات، ولكننا نغض الطرف عادة عن هذه الآثار الإيجابية المترتبة على الصلاة، حيث لم يأت علم النفس لخدمة الدين وكشف أسرار وأبعاده النفسية بعد.

وما إن دخل علماء النفس في هذا الميدان وخاضوا في آثار عبادة الله والارتباط بالله والعقائد الدينية ذهلوا وانبهروا بنتائج دراساتهم.

## ليست العادة مذمومة إن حمت الإنسان من السقوط، بل تصبح عندئذ من أوجب الواجبات

أحد الأخطاء الرائجة هي ما يقال: «العادة أمر مذموم، ولا ينبغي للإنسان أن يعتاد». نعم، فإن كانت هذه العادة تحجز الإنسان عن تطوره وارتقائه فهي أمر مذموم، أما إذا منعت من السقوط، فلم تكن مذمومة بل تصبح عندئذ من أوجب الواجبات. فعلى سبيل المثال إن اعتاد أحد على استماع مصائب الحسين (ع) والبكاء عليه، ما جعلته يتوتر ويفقد راحته إن طالت به الأيام ولم يبك فيها على الحسين (ع)، فإن هذه العادة تحميه من السقوط. وكذلك الحال في تعوّد الإنسان على الصلاة، فإن هذا التعوّد من أسباب عدم ترك الصلاة وعدم حرمان الإنسان من الفوائد الروحية والجسمية الكامنة في الصلاة. فحتى لو كانت صلاته بلا حضور وتوجّه، مع ذلك سوف يحظى المصلّي بالحدّ الأدنى من فوائدها. قال أمير المؤمنين (ع): «عَوِّدُوا أَنْفُسَكُمْ الْخَيْرَ؛ الْخِرَاجُ وَالْجِرَاحُ ج ٢/ص ٥٩٦». فإن اعتاد الإنسان على عمل حسن ما، عند ذلك لا يتركه بسهولة، كما أن هذه العادة السلوكية الحسنة لتترك أثرها الإيجابي على روحه بشكل مستمرّ.

## إن أسلوب الحياة هو الذي يكون شاكلة روحنا وإن فائدة هذه الشاكلة الروحية في الواقع هي في حياتنا الأخروية الأبدية.

إن هذه الفترة المحدودة التي نعيش فيها في هذه الدنيا هي في الواقع مرحلة تمهيدية لتكوين وبلورة روحنا ونفسيّتنا وشخصيتنا للعيش في تلك الحياة الأخروية الأبدية. فمن هذا المنطلق لابدّ أن نصبّ اهتمامنا بدراسة الآثار الأبدية التي يتركه سلوكنا على روحنا

في الحياة الأخروية الأبدية أكثر من أن نهتم بنتائج سلوكنا على الجانب الشخصي والنفسي في هذه الدنيا، إذ أن أصل الحياة هي الحياة في ذاك العالم الأبدى وكل ما نعيشه الآن في الواقع إنما هو تمهيد لتلك الحياة الأبدية. إن ساعة استيقاظنا من النوم، وطريقة كلامنا، وأسلوب زيّنا كلها لها آثار ونتائج، ولكن لا تظهر هذه الآثار هنا بوضوح، بل ستظهر في عالم الآخرة. لأن أسلوب الحياة يكون شاكلة روحنا وله أثر عميق على روحنا، وإنّ فائدة هذه الشاكلة الروحية في الواقع هي في حياتنا الأخروية الأبدية وسوف تظهر هناك. فعلى سبيل المثال روي عن أمير المؤمنين(ع) أنه قال: «يُحَسَّرُ الْمُؤَدُّونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ طَوَالَ الْأَعْنَاقِ؛ الْمُحَاسِنُ ج ١/ص ٤٩»، وهذا امتياز في عالم الآخرة. أحد أسباب اهتمام الله سبحانه وتعالى وحساسيته بجزئيات حركاتنا أثناء العبادة، هو ما تركه هذه الأعمال من أثر عميق وثابت على روح الإنسان. فعلى سبيل المثال ما أهمية الابتداء باليد اليمنى في الوضوء أو صبّ الماء من أعلى اليد إلى أسفلها إلى غيرها من أحكام وتفصيل؟ كل هذه الأعمال تشكّل أسلوب الحياة وعادات الإنسان السلوكية ولها آثار على روحنا وجسمنا. فكم من فرق كبير وبون شاسع بين من يغسل وجهه فجر كل يوم لأجل الله فيتوضأ ويصلي، وبين من يغسل وجهه صبيحة كل يوم لا لأجل الله فهذا الإنسان الذي لم يصم شهر رمضان - لا عن مرض أو مبرر آخر بل عن عدم اكتراث - من المؤكد أنه لا يستطيع أن يدرك لذة صلاة عيد الفطر، فإن في هذه الصلاة لذة خاصة بالصائمين، ولن يستطيع من لم يصم أن يعوّضها بأيّ لذة أخرى. فإن الإنسان بعد ما صام شهرا كاملا وتحمل عناء الجوع والعطش فيه يصل إلى إحساس وشعور لا يوصف. هذا هو الأثر الذي يتركه العمل في روح الإنسان. يعتاد روح الإنسان على بعض الأشياء شاء أم أبي، فلا بدّ أن نراقب ما يعتاد عليه. فتصوّروا إذا اعتاد إنسان على قراءة القرآن، فأبي حدث رائع سوف يحدث له؟! فعلى سبيل المثال كانت من عادات الدكتور حسابي (أبو الفيزياء والرياضيات الحديثة في إيران) تلاوة القرآن ولعلّه كان يرى الآثار الروحية والنفسية الناتجة من تلاوة القرآن.

ولا شكّ في أنّ الإنسان الذي لم يتعوّد على الصلاة ولم تستأنس روحه بتلاوة القرآن، تتشوه روحه بطبيعة الحال وسوف لا يجد بداً سوى أن يقضي مليارات السنين في حياته الأخروية بهذه الروح المشوّهة.

## إن الاستمرار على العمل من أهم مقومات أسلوب الحياة/ سوف تظهر آثار أسلوب الحياة في حياتنا الأخروية بشكل واقعي وكامل

إن الاستمرار على ممارسة سلوك ما هو من أهم مقومات أسلوب الحياة. فإذا استمرّ الإنسان على عمل ما، هذا ما يترك آثاراً عميقة في روحه ولا يظهر من هذه الآثار في الدنيا إلا جزء يسير منها، أما باقي الآثار فتظهر بتمامها في الآخرة. لماذا يجب أن نهتمّ بأسلوب حياتنا؟ إن سببه الرئيس هو أن أسلوب حياتنا سوف يترك أثره الحقيقي في حياتنا الأخروية، مع كونه لا يخلو من أثر في الحياة الدنيا، ولكنه أثر غير معتدّ به ولا يأتي في الحسبان في مقابل الأثر الأخروي. إذ أن أقصى ما سوف نعيشه في هذه الدنيا هو حوالي مئة سنة أو قل ألف سنة. ولكننا في عالم الآخرة سوف نعيش مليارات السنين وإلى الأبد.

## إن الله قد تفضل علينا بفرض بعض الأعمال العبادية/ فلو كان الأمر بيدنا لما أدركنا ضرورتها

في الواقع، إن الله قد تفضل علينا ومنّ علينا بفرض بعض الأعمال العبادية الخاصة كالصلاة والصوم والحج وأمثالها، فهو قد نظّم أسلوب حياتنا بهذا التوجيه، إذ لو كان الأمر بيدنا لما أدركنا ضرورة هذه الأعمال والعبادات لروحنا وما تترك فيها من أثر عميق، ولما قمنا بها أبداً.

## إن هذه الدنيا كمعسكر للتدريب، في سبيل أن نعيش في الآخرة حياة أفضل

لا يترك أسلوب حياة الجنود في المعسكرات وينظم على أساس برنامج دقيق، وإن استفسر أحد عن بعض الممارسات يقال له: «لا سؤال في الجيش». فيجبرون الجنود على تجربة الركض وأنواع الزحف والرمي والحرب الليلية والإزعاج الليلي والعيش في الظروف الصعبة، ليكونوا على استعداد فيما إذا اقتضت الحاجة إلى الذهاب إلى ساحة الحرب الحقيقية. فإن سأل الشبابُ مدرّبهم الذي عاش أجواء الجبهة والحرب والآن يتشدّد عليهم في معسكر التدريب، واستفسروه عن سبب تشدّده، يجبههم حينئذ ويقول: إنكم لم تشهدوا جبهة الحرب الواقعية، وإلا لعرفتم أنكم سوف تحتاجون كل هذه الأعمال في ساحة القتال. وبعد ذلك إن ذهب هؤلاء الشباب إلى ساحة القتال سيقولون: يا ليتنا تدربنا أكثر من هذا على تلك الحركات وتعاملنا معها بمزيد من الجدّ. إن حياتنا كلها هي دورة تمرين في معسكر، وهذا المعسكر ليس بمحل راحة ودعة، بل غايته هي أن نتهياً ونتمهد للحياة الأفضل في عالم الآخرة. إذ أن أصل الحياة هناك. إنّ جميع أعمالنا وسلوكنا ولا سيما تلك الأعمال المداوم عليها التي تكوّن أسلوب حياتنا لها تأثير في تحسين حال حياتنا الأخروية ولهذا تمّ هذا التأكيد عليها في معارفنا الدينية.

## إن كان أسلوب حياتنا فاشلاً في هذه الدنيا، سوف يقصر مدى تحليقنا في

### الجنة وحياتنا الحقيقية

إن تصوّر كثير من الناس عن عالم الآخرة والجنة هو أنه ليس لهم في الجنة إلا أن يجلسوا على عرش ويطاف عليهم بأكواب من لبن وعسل وأطباق الفواكه! فيتصورون أنه ليس لنا أي نشاط في الجنة سوى أن نجلس ونتمتع، بينما الأمر ليس كذلك. فسوف نعيش ونحیی في الجنة بكل معنى كلمة الحياة، فتكون هناك لنا مختلف النشاطات والعلاقات مع باقي أهل الجنان، والأمر الوحيد الذي يسقط عنا هناك هو «التكليف».

ولهذا فنحن بحاجة إلى كل خصائص الإنسان في سبيل تجربة حياة راقية جدا، ولكننا قد نكون محدودين في التحليق والطموح لما أسلفناه في الدنيا من أسلوب حياة فاشل فإن أصلحنا أية مفردة من أسلوب حياتنا على أساس ما أمره الله سبحانه وتعالى، سوف نجني ثماره في عالم الآخرة. ولهذا نرى علماءنا وأولياء الله كانوا حريصين على أسلوب حياتهم وتنظيمه على أساس شريعتنا الإسلامية. =

### أردت أن لا تنعقد المائدة دون مراعاة سنة النبي(ص)

في ما يتربط بأهمية مراعاة أسلوب الحياة الإسلامية، ينقل آية الله بهجت هذه الحكاية فيقول: كان قد دعي السيد القاضي، أحد كبار العلماء في النجف مع غيره من العلماء على مائدة الإفطار. فعندما اكتملت المائدة وأقبل الضيوف عليها لتناول الإفطار، قال السيد القاضي: ليس في المائدة ملح. ولم يمدّ يده إلى الطعام، وكذلك أمسك باقي الحاضرين عن الطعام احتراماً له، فتأخر إحضار الملح نسبة ما وبقي الضيوف ممسكين لمُدّة. فبعد انتهاء جلسة الضيافة قال له أحد العلماء: «سيدنا، إن كنتم بهذه الدرجة من الاهتمام والتقيّد بهذه السنّة ما يجعلكم لا تبدأون الطعام قبل الملح أبداً، فلا بأس في مثل هذه المناسبات أن تحملوا معكم شيئاً من الملح كي لا تأخروا باقي الناس.» فأخرج هذا الأستاذ من جيبه كيساً صغيراً من الملح وقال له: «كان لي ملح ولكن أردت أن لا تترك سنّة رسول الله في جلستنا.»

## صلى الله عليك يا أبا عبد الله

إن الإنسان إذا راقب أسلوب حياته ونظّمه على أساس أسلوب أولياء الله وأئمة، يصل به الأمر إلى عشق هذا الأسلوب. كنت أقول في مسيرة زيارة الأربعين لإخوتي ورفقائي في المسير أن انظروا كيف قد نظم الإمام الحسين(ع) أسلوب حياتنا، وانظروا كيف قد وقر لنا أسباب نزهتنا وابتهاجنا. فقد سألتهم هناك أن لو لم يكن الإمام الحسين(ع) وما كانت هذه الزيارة وهذه المسيرة، فما هي كانت نزهتنا وبهجتنا. ألم تكن زيارة الحسين والمشي إلى كربلاء أيام الأربعين هي أعظم ترفيه لقلوبكم في أيام السنة؟! وهل يعادل لذة هذه الزيارة شيء آخر من لذات الدنيا وفرحاتها؟! فكان الشباب يصدقون كلامي ببكائهم الشديد ودموعهم الجارية... الحيوانات وفي بعض الروايات حتى الجمادات تستأنس وتعتاد على بعض الأعمال أو على ما يجري حولها من صوت أو عمل، فما بالك بك أيها الإنسان فانظر بماذا تعتاد وتستأنس ليكون معك إلى أبد الأبدین. طوبى لمن استأنس بذكر الحسين(ع) في كل يوم أو يلتفت إلى قبر الحسين(ع) ليلة الجمعة وينادي ثلاث مرات: «صلى الله عليك يا أبا عبد الله». فما يدريك فلعلك تسجل بهذا السلام في قائمة زائري قبر أبي عبد الله(ع). إن من خصائص ذكر الحسين هو أن الإنسان سريع التعلق به، فإن تعلق به وتعود عليه لم يعد يستطيع تركه لفترة طويلة. ساعد الله قلب الحوراء زينب حيث إنها قد تعلقت بالحسين نفسه... فيا ترى ماذا جرى على قلبها حينما جاء أخوها الحسين ليودعها متجها لمصرعه ومقتله... ألا لعنة الله على القوم الظالمين.