

# المكتبة المركزية

قدم نفسك من جديد  
نصائح محمدية لتغيير حياتك

ربيع أول/ مارس- نشرة شهرية

لقد حدد رسول الإسلام صلى الله عليه وسلم الغاية الأولى من بعثته ، و المنهاج المبين دعوته بقوله : " إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق ".  
فكان الرسالة التي خطت مجراها في تاريخ الحياة، وبذل صاحبها جهداً كبيراً في مد شعاعها وجمع الناس حولها، لا تنتشد أكثر من تدعيم فضائلهم و إنارة أفكارهم أمام أعينهم حتى يسعوا إليها على بصيرة ...  
إذن فالعبادات التي شرعت لنا ليست طقوساً مبهمة و إنما تمارين متكررة لتعويد المرء أن يحيا بأخلاق صحيحة.

١. السواك: كان صلى الله عليه وسلم محباً بل لسواك بل إنه من آخر أفعاله صلى الله عليه عند الاحتضار، قال صلى الله عليه وسلم " السواك مطهرة للفم مرضاة للرب"، وقد ذكر أهل العلم أن من فوائد السواك أنه يذكر الشهادة عند الموت.
٢. الصلاة بالنعال: عن عبد الله بن عمر بن العاص رضي الله عنها قال: ( رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يصلي حافياً ومنتعلاً).
٣. كراهية رد الطيب والوسائد واللبن: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ثلاث لا ترد الوسائد والدهن واللبن ". هذا حديث غريب.
٤. مشروعية الجهر للإمام ببعض الآيات في الصلاة السرية: وقال ابن باز رحمة الله : ويستحب أن يجهر ببعض الآيات في الصلاة السرية بعض الأحيان؛ لأن النبي صلى الله عليه وسلم يفعل ذلك . من حديث أبي قتادة رضي الله عنه.
٥. استحباب إطالة الرفع بعد الركوع وكذلك إطالة الجلسة بين السجدين: ( كانت رسول الله صلى الله عليه وسلم وركوعة، وإذا رفع رأسه من الركوع، وسجوده، وما بين السجدين قريباً من السواء).
٦. التفل ثلاثاً على اليسار ثلاثاً عند الوسوسة في الصلاة: قال العلامة ابن باز رحمة الله ( الالتفات في الصلاة للتعوذ من الشيطان الرجيم عند الوسوسة لا حرج فيه، بل هو مستحب عند شدة الحاجة إليه بالرأس فقط والمراد الالتفات اليسير والنفث بريق يسير).
٧. إحسان الظن بالناس: عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال ( إياكم والظن، فإن الظن أكذب الحديث).
٨. عدم البصق في اتجاه القبلة.
٩. الطب النبوي في الذباب: عن أبي هريرة رضي الله عنه قال إن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : ( إذا وقع الذباب في إناء أحدكم فليغمسه كله ثم ليطره فإن في أحد جناحيه شفاء وفي الآخر داء).
١٠. كراهية شرب الحميم : أن النبي صلى الله عليه وسلم ( كان يكره شرب الحميم ) ، وعن عائشة رضي الله عنها قالت ( كان أحب الشراب إلى رسول الله الحلو البارد)

قبل أن نبدأ في مرحلة تغيير سلوكنا يجب:

- أن نحدد ما لذى لا نحبه في أنفسنا.
- أن نعلم أن كل شيء قد يصبح أفضل وأن نلغي المستحيل من القاموس.
- أن نعلم أن مناجنا خلال رحلة تغيير سلوكنا هو المنهاج السماوي الذي نزل به الوحي على خير الخلق ونيقن أن هذا المنهج هو المنهج الصحيح إلى قيام الساعة و أن لا يحبطك من يردد ( ذاك الرسول صلى الله عليه وسلم ولن نصبح مثله).
- أن الله سبحانه وتعالى قريب من عباده فلنتوجه للمجيب بالدعاء الخالص ولنسأله أخلاقاً تتقل ميزاننا وترفعنا درجة الصائم القائم.

#### الحلم و الصفح:

إن الشخص الغضوب كثيراً ما يذهب به غضبه مذاهب حمقاء. عن ابن مسعود: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما تعدون الصرعه فيكم؟ قالوا : الذي لا تصرعه الرجال. قال: ولكنه الذي يملك نفسه عند الغضب".

القلوب الطاهرة التي لا تحقد هي القلوب السعيدة التي باتت مرتاحة.

**شعاري : سأحيا طاهرة القلب محبة للناس حليلة حكيمة أمام المواقف**

#### النظافة والتحمل والصحة:

وقد بين رسول الله صلى الله عليه وسلم أن الرجل الحريص على نقاوة بدنه و وضائة وجهه و نظافة أعضائه يبعث على حاله تلك قال صلى الله عليه وسلم " لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر، فقال رجل: إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسن ونعله حسنه، قال: " إن الله تعالى جميل يحب الجمال ". و الإنسان الطهور المتجمل يكون مقبولاً بين الناس.

#### السلام:

قال صلى الله عليه وسلم: " لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابوا ، ألا أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم ؟ أفشوا السلام بينكم". وعن البراء رضي الله عنه قال " ما من مسلمين يلتقيان فيتصافحان إلا غفر لهما قبل أن يتفرقا".

#### البعد عن الممارسة والجدل:

المراء هو: كل اعتراض على كلام الغير بإظهار خلل فيه وترك المراء يكون بترك الإنكار و الاعتراض. قال صلى الله عليه وسلم: " بيت في رضى الجنة لمن ترك المراء و إن كان محقاً ".

#### البعد عن التكلف في الكلام و في المسائل:

قال صلى الله عليه وسلم " و إن أبغضكم إلي و أبعدكم عني مجلساً يوم القيامة الثرثارون و المتشدقون و المتفيهقون "، الثرثارون: هم الذين يتكلفون كثرة الكلام، المتشدقون: هم المتطاولون على الناس بكلامهم، والمتفيهقون: هم الذين يتكلمون بملء أفواههم ويتوسعون فيه تكبراً و إظهار لفضلهم على غيرهم.

**رددي: ما أبغض الثرثارين والمتفيهقين وما أبعدهم عن القلوب وما أروع البسطاء**

#### العناية بالضعيف و الرحمة بالصغير و توقير الكبير:

ما أجمل أن تكوني فيض رحمة على الصغير والمسكين و الضعيف و بحر عطف لكل ذي حاجة من خلق الله تعالى وخير من يُجِلُّ الكبير ويعرف حقه. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " الكلمة الطيبة صدقة"، كإعطاء المال لأن إعطاء المال يفرح به قلب من أعطاه وكذلك الكلمة الطيبة وكان صلى الله عليه وسلم من شدة رحمته يحمل أمامه بنت ابنته زينب أثناء الصلاة وهي طفله مخافة أن تبكي.

**قال صلى الله عليه وسلم : " ليس منا من لم يرحم صغيرنا ويعرف شرف كبيرنا"**

