**بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وبعد : فهذه الحلقة التاسعة والعشرون في موضوع (القهار القاهر) وهي بعنوان : قهر الرجال ، علاقة الدنيا بالبلاء :**

**وأمّا كيفيّة التخلّص من قهر الرجال فأوّل ما يكون بالإقبال على الله سبحانه، واللجوء إليه بدفع البلاء وتيسير طيب العيش، وحُسن التوكّل على الله -سبحانه-، وإدراك أنّ كلّ ما يواجه المسلم في حياته هو بإرادة الله -تعالى- وحكمته، فمن أدرك وجود حكمةٍ لله سبحانه في أمره هان عليه ما يلاقي من امتحانات، وعلى المرء إن أصابته ضرّاء أن يحتسب أجر هذا المُصاب عند الله تعالى، فبهذا ينال الأجور العظيمة طالما أنّ البلاء قد حلّ على كلّ حال، ولا شكّ أن الشعور بالرّضا عن الحال يهوّن المُصاب ويكون سبباً في زواله أو تخفيف مقته وصعوبته، وبعد كلّ ذلك يجب على المرء أن يأخذ بالأسباب دائماً، فلا يعرّض نفسه للمهالك أو المواقف التي يظنّ أنّ فيها العسر والمقت، حتّى لا يكون هو السبب في إلحاق القهر والمقت لنفسه.**

**أذكار أخرى لدفع الهمّ والحزَن ذكر العلماء والمشايخ العديد من الأذكار والأدعية الواردة في سنّة النبي عليه السلام التي تناسب من اعتراه همّ وغمّ وضاقت عليه نفسه، ومن ذلك الإكثار من قول (حسبي الله ونعم الوكيل)؛ فهي إعلان التفويض من العبد لربّه في تسيير شؤونه على الوجه الذي يراه خيراً له، وكذلك من الأذكار الإكثار من الحوقلة بقول (لا حول ولا قوة إلا بالله)، وقبل ذلك كلّه يُفضّل أن يتمسّك المسلم بالإكثار من الصلاة على رسول الله صلى الله عليه وسلم، فهي كفاية للهموم ومغفرة للذنوب، وقد ورد عنه أيضاً غير الأذكار أدعية أوصى بها من اعتراه همّ أو غمّ أن يكثر من ترديدها حتّى يكشف الله همّه، فيما يأتي تعدادٌ لبعض ما ورد عن النبي من أحاديث لكشف الهمّ والغمّ:**

**وصيّة النبي -صلى الله عليه وسلّم- لمن أصابه مكروه أو همّ وغمّ أن يكثر من قول: (اللَّهمَّ رحمتَكَ أرجو فلا تكِلْني إلى نفسي طرفةَ عينٍ وأصلِحْ لي شأني كلَّه لا إلهَ إلَّا أنتَ). تعليم النبي -عليه السلام- صحابته دعاءً عظيماً ينبغي لكلّ من سمعه أن يتعلّمه لعظيم فضله عند الله سبحانه، وهو كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (ما قال عبدٌ قطُّ إذا أصابه هَمٌّ أو حُزْنٌ: اللَّهمَّ إنِّي عبدُكَ ابنُ عبدِكَ ابنُ أَمَتِكَ ناصِيَتي بيدِكَ ماضٍ فيَّ حُكْمُكَ عَدْلٌ فيَّ قضاؤُكَ أسأَلُكَ بكلِّ اسمٍ هو لكَ سمَّيْتَ به نفسَكَ أو أنزَلْتَه في كتابِكَ أو علَّمْتَه أحَدًا مِن خَلْقِكَ أوِ استأثَرْتَ به في عِلمِ الغيبِ عندَكَ أنْ تجعَلَ القُرآنَ ربيعَ قلبي ونورَ بصَري وجِلاءَ حُزْني وذَهابَ همِّي إلَّا أذهَب اللهُ همَّه وأبدَله مكانَ حُزْنِه فرَحًا، قالوا: يا رسولَ اللهِ ينبغي لنا أنْ نتعلَّمَ هذه الكلماتِ؟ قال: (أجَلْ، ينبغي لِمَن سمِعهنَّ أنْ يتعلَّمَهنَّ)). ملازمة النبي -عليه السلام- عند الكرب لدعاء: (لا إلهَ إلا اللهُ العظيمُ الحليمُ، لا إلهَ إلا اللهُ ربُّ العرشِ العظيمِ، لا إلهَ إلا اللهُ ربُّ السماواتِ وربُّ الأرضِ، وربُّ العرشِ الكريمِ)، وهو قدوة للمسلمين في ذلك. وصيّة النبي عليه السلام لأسماء بنت عميس إذا اعتراها همّ وكرب أن تُكثر من قول: (ألا أعلِّمُكِ كلِماتٍ تَقولينَهُنَّ عندَ الكَربِ أو في الكَربِ؟اللَّهُ اللَّهُ ربِّي لا أشرِكُ بِهِ شيئًا)[الأنترنت – موقع موضوع - ما معنى قهر الرجال - كتابة طلال مشعل]**

**إلى هنا ونكمل في الحلقة القادمة والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .**