القراءة في الصلاة

كيفية التخلص من الوسواس في الصلاة والقراءة

السؤال: كيف أتخلص من الوسواس؛ لأني أعاني منه في صلاتي وفي قراءتي، وأنشغل عن الخشوع؟

الجواب: كَثُرَ الابتلاء بالوسواس، وكثر السؤال عنه، والسبب في ذلك تَغَيُّر نمط الحياة عند كثير من الناس، فتجد الإنسان يكون عنده شيء من الديانة مع الجهل، فيُبتلى بالوسواس؛ ليَخرج مما أوجبه الله عليه بيقين ويحتاط لعبادته على حد زعمه، فكثير من الناس يُبتلى بسبب هذا الاحتياط، والاحتياط -كما قرر شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله-: أنه إذا أدى إلى ارتكاب محظور، أو ترك مأمور، فإن الاحتياط في ترك هذا الاحتياط.

يبدأ الوسواس من باب الاحتياط، ويكثر الاحتياط، ويزداد الاحتياط إلى أن يُبتلى الإنسان، فعلى الإنسان أن ينصرف، وإذا قال له الشيطان: إنك غسلتَ يدك مرة أو ما غسلتَ يدك، فيبني على الأكثر حينئذٍ ويقول: لا، غسلتُها أكثر، وإذا قال له: لم تُسْبِغ، يقول: أسبغتُ، ويَخرج من مغالطة الشيطان معه فلا يطيعه، ولا يلتفت إليه، ويستعيذ بالله منه، ويُكثر من الاستعاذة، ويقبل على الله -جل وعلا-، ويَلهج بالدعاء، ويصدُق مع الله -جل وعلا-، وإلا فالوسواس وصل الحد فيه عند بعض الناس إلى أن ترك الصلاة! لماذا؟ لأنه يَمكث الساعات في المغتسَل، أو في الميضأة، فهناك شخص يقول: إنه يغتسل خمس ساعات غسل الجنابة! وآخر يأتي بعد طلوع الشمس يقول: إنه لم يستطع أن يصلي العشاء إلى الآن! أي: قريب من سبع أو ثمان ساعات في الشتاء، هذا مآله إلى الترك، لكن عليه أن يقطع الطريق على الشيطان من أول الأمر ولا يلتفت إليه، ولو بقي شيء في نفسه، فالأمر -ولله الحمد- ميسر، كان-عليه الصلاة والسلام- يتوضأ بالمُد، ويغتسل بالصاع [البخاري: ٢٠١]، بعض الموسوسين لا يكفيه لا برميل ولا اثنين ولا ثلاثة! -نسأل الله العافية-، فهو على حد زعمه وحُسن قصده أنه يُحسن وهو في الحقيقة مُسِيء إلى نفسه، وفي النهاية لا بد أن يَترك؛ لأن هذا أمر يشق وقد لا يُطاق في وقت من الأوقات، فعليه من أول الطريق أن يَقطع الطريق على هذا الشيطان الموسوس، ويُكثر من الاستعاذة بالله منه، ويبني حينئذٍ على الأكثر، إذا تردد هل غسل العضو مرتين أو ثلاثًا؟ يجعلها ثلاثًا، ولا يعيد بعد ذلك، بعضهم يقول: إنه توضأ فمسَّ الباب فتنجَّس! ما الذي جعله يتنجَّس؟! وهذه الأمثلة تُضرَب للتنفير من الوسواس؛ لكي يحرص الإنسان على أن يتخلص منه بأي وسيلة.

ومدرس يقول: في آخر أيام الدراسة عندما قلَّ عدد الطلاب قال لي مدرس آخر: هات

طلابك مع طلابي، أو خذ طلابي مع طلابك، فقلتُ له: لا بأس، ثم خُيِّل لي أنه قال لي: أَطَلَّقْتَ زوجتك؟ فقلت: نعم! فوصل الحد إلى هذا، وأكثر ما يكون الوسواس في: الوضوء، والصلاة، والطلاق، وهذا في أول الأمر قد يكون باعثه الحرص على براءة الذمة، لكن الحرص الذي لا يُقيَّد بقيد الشرع، وزمام الشرع، وخطام الشرع، هذا لا ينفع، وهذا هو الاحتياط الذي يوقع في المحظور، والذي يقول عنه شيخ الإسلام: الاحتياط في ترك هذا الاحتياط.

وعلى هذا عليك ألَّا تلتفت إلى ما يُمليه عليك الشيطان، بل عليك أن تقطع الوسواس من أوله، وتسعى في مخالفة الشيطان، وأن تنتبه وتُحضر ذهنك أثناء العبادة، وأثناء الوضوء، وأثناء الصلاة، وتُقبل على صلاتك وتخشع فيها وتتدبر ما تقرأ، وبذلك ينقطع الوسواس -إن شاء الله تعالى-.

وتوجيهنا -أيضًا- لمن حول هذا الشخص المبتلى بالوسواس أنه ينبغي أن يراقبه في أول الأمر، ثم يقول له: اتقِ الله، أنت زدتَ على ما شرع الله في غَسل الأعضاء، وخرجتَ من حيّز السُّنة إلى البدعة، فأنت آثم إذا غسلتَ العضو أكثر من ثلاث مرات، ويُخوِّفه بالله، ولو اقتضى الأمر إلى أنه يؤطر على هذا، كأن يُقفل الماء إذا فرغ من الوضوء الشرعي؛ ليُعان على نفسه، المقصود أن من حوله عليهم أن يبذلوا له النصح بالتوجيه وبالمراقبة، إلى أن يستطيع التخلص من هذا الوسواس.

المصدر: برنامج فتاوى نور على الدرب، الحلقة الرابعة عشرة، ١٤٣١/١١/١٥.