



مجلة التربوي
Journal of Educational
ISSN: 2011- 421X
Arcif Q3

معامل التأثير العربي 1.5
العدد 19



مجلة التربوي

مجلة علمية محكمة تصدر عن كلية التربية

جامعة المرقب

العدد التاسع عشر
يوليو 2021م

هيئة تحرير
مجلة التربوي

- المجلة ترحب بما يرد عليها من أبحاث وعلى استعداد لنشرها بعد التحكيم .
 - المجلة تحترم كل الاحترام آراء المحكمين وتعمل بمقتضاها .
 - كافة الآراء والأفكار المنشورة تعبر عن آراء أصحابها ولا تتحمل المجلة تبعاتها .
 - يتحمل الباحث مسؤولية الأمانة العلمية وهو المسؤول عما ينشر له .
 - البحوث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها نشرت أو لم تنشر .
- (حقوق الطبع محفوظة للكلية)



ضوابط النشر:

- يشترط في البحوث العلمية المقدمة للنشر أن يراعى فيها ما يأتي :
- أصول البحث العلمي وقواعده .
 - ألا تكون المادة العلمية قد سبق نشرها أو كانت جزءا من رسالة علمية .
 - يرفق بالبحث تزكية لغوية وفق أنموذج معد .
 - تعدل البحوث المقبولة وتصحح وفق ما يراه المحكمون .
 - التزام الباحث بالضوابط التي وضعتها المجلة من عدد الصفحات ، ونوع الخط ورقمه ، والفترات الزمنية الممنوحة للتعديل ، وما يستجد من ضوابط تضعها المجلة مستقبلا .

تنبيهات :

- للمجلة الحق في تعديل البحث أو طلب تعديله أو رفضه .
- يخضع البحث في النشر لأولويات المجلة وسياساتها .
- البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر أصحابها ، ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة .

Information for authors

- 1- Authors of the articles being accepted are required to respect the regulations and the rules of the scientific research.
- 2- The research articles or manuscripts should be original and have not been published previously. Materials that are currently being considered by another journal or is a part of scientific dissertation are requested not to be submitted.
- 3- The research articles should be approved by a linguistic reviewer.
- 4- All research articles in the journal undergo rigorous peer review based on initial editor screening.
- 5- All authors are requested to follow the regulations of publication in the template paper prepared by the editorial board of the journal.

Attention

- 1- The editor reserves the right to make any necessary changes in the papers, or request the author to do so, or reject the paper submitted.
- 2- The research articles undergo to the policy of the editorial board regarding the priority of publication.
- 3- The published articles represent only the authors' viewpoints.





دور الرياضات العملية الصوفية في تهذيب السلوك

أسماء جمعة القلعي

قسم الفلسفة وعلم الاجتماع/ كلية التربية الخمس

المقدمة

الحمد لله رب العالمين ، وأفضل الصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه أجمعين
... وبعد

التصوف علم يعرف بك كيفية تصفية الباطن من كدرات النفس ، أى عيوبها ووصفاتها
المذمومة كالغل والحقد والحسد والغش وحب الثناء ، والكبر والرياء والغضب والطمع والبخل
وتعظيم الأغنياء والاستهانة بالفقراء، يطلع على العيب والعلاج وكيفيته ، فيعلم التصوف يتوصل
إلى قطع عقبات النفس والتنزه عن أخلاقها المذمومة وصفاتها الخبيثة، حتى يتوصل بذلك إلى
تخلية القلب من غير الله تعالى ، وتحليلته بذكر الله سبحانه وتعالى .

واهتمام الصوفية بالنفس الإنسانية ، لا يقل عن اهتمامهم بالأخلاق، فعملوا على تهذيب النفس
ورياضتها وتطويعها لفعل الخير وترك الشر، وتصفيتها من الأخلاق المذمومة وتحليلتها بالأخلاق
المحمودة . ويفرق الصوفية بين النفس والروح ، فالنفس هى أصل كل الشر وهى عندهم منبع
الأخلاق الذميمة والرذائل أما الروح فهى أصل كل خير ومنبع الأخلاق الحميدة ، وبذلك يكون
القلب والروح مقابل النفس ، أحدهما مصدر ومنبع الفضائل والأوصاف المحمودة أما الآخر
فجوهر الشر وأصل الأوصاف المذمومة .

وبالتالى اتفق الصوفية على أن النفس فى حقيقتها منبع الشر وأهل السوء ، والسبب فى ظهور
الأخلاق الرديئة والأفعال المذمومة ، وقسموها إلى قسمين أحدهما المعاصى، والآخرى أخلاق



السوء ، مثل الكبر والحسد والبخل والحقد ، وما شابه ذلك من الأوصاف المذمومة شرعا وعقلا، ووصفوا السبيل إلى التخلص منها عن طريق الرياضة والمجاهدة .

وعن طريق المجاهدة يمكن تزكية النفس والوصول بها إلى درجات النقاء والصفاء، وتحليتها من كل ردى واتصافها بالمعاني الحميدة ، يقول القشيري « والجهد قسمان : جهاد الظاهر مع الكفار وجهاد الباطن مع النفس والشيطان»⁽¹⁾.

ولذلك يضع الصوفية معياراً آخر لرياضة النفس ، وهو أنهم لما علموا أنها مجبولة على حب الشهوات وطلب الحظوظ والفرار من الحقوق عاملوها بعكس ما ترغب وتنتهي يقول ابن عطاء الله السكندري: «إذا التبس عليك أمران فانظر أقلهما على النفس فاتبعه ، فإنه لا يثقل عليها إلا ما كان حقا»⁽²⁾ . إن المرید في البدايات يحتاج إلى ضوابط قاسية لرياضة نفسه ، ومبدأ المنع والحرمان والتضييق على النفس يحقق المطلوب من إسلاس قيادها وتهذيبها .

وبهذا تكون حياة السالك لدى الصوفية عبارة عن مجاهدة مستمرة والرياضة ينشأ عنها الصراع بين الميول والعواطف التي لاتوافق القيم الخلقية والروحية السامية التي يصبر السالك على تحقيقها بكافة الوسائل الظاهرة والباطنة .

إذن فالرياضة النفس عند الصوفية هي المجهود الشاق الذي يبذله السالك المبتدى ليتخلص من آفات نفسه وعيوبها الذميمة كالحقد والحسد والنفاق ، وما إليها من الصفات الأخلاقية السيئة ، التي هي أكبر عوائق السلوك إلى الله .

وقد وضع الصوفية آداب للسلوك ، التي يجب على المرید أن يتخلق بها في رياضة نفسه ومجاهدتها ، من ذلك الرياضات العملية التي تجمع حواس الصوفي وقلبه على العمل للتقرب إلى

¹- القشيري ، الرسالة ، المقطم ، القاهرة ، ط1، 2009، ص271.

²- أبو الوفا التفتازاني ، ابن عطاءالله السكندري وتصوفه ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ط2، 1969، ص ز.



الله وجميعها مستقاة من كتاب الله وسنة رسوله. وهذه الرياضات العملية هي: العزلة والخلوة ،
والذكر والسهر والصمت والسماع .

إشكالية البحث:

تتمحو إشكالية هذا البحث في مجموعة التساؤلات التي تثيرها طبيعة الموضوع ، ويمكن إجمالها
فيما يلي:

- ما دور الرياضات العملية الصوفية في تهذيب السلوك الإنسان ؟ .
- ما هو الذكر وما أنواعه ؟.
- ما العزلة والخلوة ؟ ما الفرق بينهما ؟.
- هل نجحت رياضة الصمت والسهر في تهذيب السلوك المسلم ؟.
- ما هي الشروط التي يشترطها الصوفية في السماع ؟.

وهذه الأسئلة متعددة تأمل الباحثة الأجابة عليها من خلال هذل البحث .

أهمية البحث:

1- يلقي هذا البحث الضوء على أهمية الرياضات العملية الصوفية في تهذيب السلوك المسلم
؟.

2- تكمن أهمية البحث في توضيح دور كل من الصمت والعزلة والخلوة والسهر والذكر
والسماع في تهذيب السلوك ؟.

أهداف البحث :

- 1- التعرف على الطريق العملى الذى يرسمه الصوفية للوصول بالإنسان إلى أعلى درجات
الكمال الإيمانى والخلقى .
- 2- التعرف على الصمت ودوره فى تهذيب السلوك .



3- التعرف على رياضة العزلة والخلوة وفوائدها .

4- عرض شروط التي يشترطه الصوفية في المستمع حتى يجوز له السماع .

المبحث الأول : رياضة العزلة والخلوة

تعد العزلة والخلوة من أهم الوسائل اللازمة للرياضات الصوفية العملية ، والتي ينصح الصوفية مرديهم بها. والخلوة هي محادثة السر مع الحق تبارك وتعالى ، بمعنى أنها مناجاة للصوفى مع ربه ، يتحقق فيها الأنس بالمعبود وإخلاص الوجه له ، فلا يشغله في خلواته علاقة من علاقات الدنيا أو شهوة من شهوات النفس ، أما العزلة فهي الخروج عن مخالطة الخلق بالإنزواء والانعطاع⁽¹⁾. فالصوفية يعتقدون أن مخالطة الناس في دروب حياتهم يؤثر على قلب العبد ولا يحقق الغرض من رياضة ومجاهدة النفس، ولذلك كانت العزلة عن الناس عوناً لهم على تحقيق ما يصبون إليه من فتوحات الطريق، والوصول إلى التحقق بالعبادة بمكاشفة الحق لهم . ويذكر الحكيم الترمذى هذا المعنى بقوله: « فلا بد من العزلة عن الناس وإيثار الخلوة على الملا فإنه على قدر بُعدك - في بعض الاحيان - عن الخلق يكون قربك من الحق ، ظاهراً وباطناً »⁽²⁾.

وقد استند الصوفية في تقرير مشروعية رياضة العزلة والخلوة إلى مصدر إسلامي من القرآن والسنة ، فمن الآيات القرآنية قوله تعالى: ﴿فَفَرُّوا إِلَى اللَّهِ إِنِّي لَكُمْ مِّنْهُ نَذِيرٌ

مُبينٌ﴾⁽³⁾. فقد قال تعالى ﴿وَأذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلاً﴾⁽⁴⁾.

ومما يدل كذلك على مشروعية العزلة والخلوة ، من السنة الشريفة الصحيحة ، ما رواه البخاري في صحيحه عن عائشة رضی الله عنها قالت: « أول ما بدى به رسول الله من الوحي الرؤيا الصادقة في النوم ، فكان لا يرى رؤيا إلا جاءت مثل فلق الصبح، ثم حُبب إليه الخلاء،

¹- إمام حنفي ، الآراء الكلامية والصوفية عند القشيري ، مج2 ، مكتبة الثقافة الدينية القاهرة ، ط2، ص500.

²- القشيري ، الرسالة ، ص234.

³- سورة الذاريات : آية 50 .

⁴- سورة المزمل:8.



فكان يأتي حراء ، فيتحنث فيه الليالي ذوات العدد ، ويتزود لذلك، ثم يرجع إلى خديجة فيتزود لمثلها حتى جاءه الحق وهو في غار حراء.... الخ الحديث» (1).

وقال الإمام النووي - رحمه الله تعالى - في شرح حديث عائشة عند قوله " حُبب إليه الخلاء " :
« أما الخلاء فهو الخلوة ، وهي شأن الصالحين ، وعبادة الله العارفين ، ثم قال:- قال أبو سليمان الخطابي- رحمه الله - حُبب إليه العزلة صلى الله عليه وسلم لأنه معها فراغ القلب ، وهي معنية على التفكير، وبها ينقطع عن مألوفات البشر ، ويتخشع قلبه» (2) .

إن للخلوة فوائد جلية وآثارا هامة ، وإنما يدركها من ذاق حلوتها ، وجنى ثمارها . فمن

فوائدها :-

- 1- السلامة من آفات اللسان ، وهي الخير " أكثر خطايا بني آدم في لسانه " .
- 2- حفظ البصر ، والسلامة من آفات النظر .
- 3- حفظ القلب وصونه عن الريا والمداهنة وغيرهما من الأمراض .
- 4- حصول الزهد في الدنيا ، والقناعة منها .
- 5- السلامة من صحبة الأشرار ومخالطة الأرزال ، وفيها فساد عظيم .
- 6- التفرغ للعبادة والذكر، والعزم على التقوى والبر .
- 7- وجدان حلوة الطاعات وفراغ السر للذة والمناجاة .
- 8- راحة القلب والبدن وجمع القلب في حضرة الرب جل جلاله .
- 9- صيانة النفس والدين من التعرض لشور الخطة وخصوماتها .
- 10- التمكن من عبادة التفكير والاعتبار وهي مع عبادة الذكر أعظم مقاصد الخلوة ، إذ بهما تصقل مرآة القلب وتشرق فيه أنوار الفتح الإلهي (3).

1- أخرجه المسلم في صحيحه في كتاب الإيمان باب بدء الوحي إلى رسول الله ﷺ .

2- صحيح المسلم بشرح الإمام النووي ج 2 ، ص 198.

3- جودة محمد المهدي ، التصوف روح الإسلام الموسوعة الكاملة ، مطبعة أطلس ، القاهرة ، ص 244.



فالخلوة إذن : انقطاع عن البشر لفترة محدودة ، وترك للأعمال الدنيوية لمدة يسيرة ، كي يفرغ القلب من هموم الحياة التي لا تنتهي ، ويستريح الفكر من المشاغل اليومية التي لا تنقطع ، ثم ذكر الله تعالى بقلب حاضر خاشع ، وتفكر في آياته تعالى آناء الليل وأطراف النهار، وذلك بإرشاد شيخ عارف بالله ، يُعَلِّمُهُ إذا جهل، ويذكره إذا غفل، ويساعده على دفع الوسوس وهو اجس النفس (1) .

المبحث الثاني : رياضة الذكر :

أولى الصوفية الذكر أهمية كبرى ، حتى عدوه أهم الرياضات العملية التي ينبغي على السالك للطريق الصوفي أن يلتزم به ، والذكر هو التخلص من الغفلة والنسيان بدوام حضور القلب مع الحق ، أو هو ترديد اسم الله بالقلب أو اللسان ، أو ترديد صفة من صفاته ، أو حكم من أحكامه ، أو فعل من أفعاله ، أو غير ذلك مما يتقرب به إلى الله . وأفضل أنواع الذكر وأرقاه فهو تلاوة القرآن وتدبره وفهمه، فإذا جمع المرید همته وقلبه في تلاوة القرآن ، تحقق له الاستفادة القصوى من الذكر. ولا يصح أن يقبل السالك على الذكر إلا بعد تهذيب الأخلاق بالرياضة العزلة والخلوة عن الخلائق وقطع كل عائق (2) .

وتستند رياضة الذكر عند الصوفية إلى مصدر إسلامي من القرآن والسنة ، فقال تعالى: ﴿يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا * وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا﴾ (3) وقوله تعالى: ﴿والذاكرين الله كثيرا والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجرًا عظيمًا﴾ (4) ومن الأحاديث النبوية قول الرسول ﷺ

1- عبد القادر عيسى ، حقائق عن التصوف ، دار المقطم ، القاهرة ، ط5 ، 2013 ، ص162.

2- أبو الوفا التفتازاني ، ابن عطاء الله السكندري وتصوفه ، ص190.

3- سورة الأحزاب: آية 41-42.

4- سورة الأحزاب : آية 35.



« أفضل الذكر لا اله إلا الله»⁽¹⁾ ، وقال ﷺ « إذا مررتم برياض الجنة فارتعوا ، قالوا : وما رياض الجنة ؟ قال : حلق الذكر»⁽²⁾ .

والذكر عند الصوفية له آداب ، فيجب على الذاكر أن يتطهر ويتوضأ ويقتبل القبلة ، والإيذكر وهو غافل بفكره عن الله ، وإنما لابد أن يتوجه بكليته إليه ، ويستغرق في الذكر فلا يلتفت إلى شيء ، ولا يشغل إلا بالمذكور « من ذكر الله على الحقيقة نسي في جنب ذكره كل شيء ، وحفظ الله تعالى عليه كل شيء»⁽³⁾ . ولا يزال يذكر بقلبه حتى يستغرقه الذكر ويملك كل جوارحه ، فيكف عن الذكر اللسان ويبقى الذكر القلب. فيغنى عما حوله ثم يغنى عن نفسه ويبقى بالله الذي يفيض عليه الاشراقات النورانية والمعارف الفيضية ، ويستغرق في الوصال⁽⁴⁾ .

وعلى ذلك فالذكر وظيفة خلقية عملية من حيث أنه وسيلة إلى تطهير القلب عن صفاته الأخلاقية الذميمة وأحلال صفات أخرى حميدة محلها ، حيث أن الذكر فيما يرى ابن عطاء السكندري يجلو مرأة القلب ويطهرها عما يكون فيه شوائب النفس وعيوبها ، فهو بهذا قوت الأرواح والقلوب ، كما قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ * أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾⁽⁵⁾ . وكما للذكر أيضا وظيفة عرفانية من حيث أنه وسيلة إلى المعرفة بالله وبالأمور الإلهية بطريق الذوق⁽⁶⁾ .

وللذكر ثلاثة أنواع :-

- ذكر اللسان مع غفلة القلب ، هو ذكر العوام وثمرته العقاب " أى على غفلة" لأنه ذنب .
- وذكر اللسان مع حضور القلب ، وهو ذكر الخواص وثمرته الثواب .

¹ - رواه ابن ماجه في السنن كتاب الأدب باب الفضل الحامدين .

² - أخرجه الترمذى في كتاب الدعوات رقم (3510) .

³ - القشيري ، الرسالة ، ص 333 .

⁴ - كوكب عامر ، التصوف ودوره في التربية الأخلاقية للمسلم ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، ص 39 .

⁵ - سورة الرعد: آية 28 .

⁶ - أبو الوفا التفتازاني ، ابن عطاء الله السكندري ، ص 194 .



- وذكر بجميع الجوارح والأعضاء - ويسمى ذكر المحبة والمعرفة - وهو ذكر خواص الخواص ، وثمرته لا يمكن التعبير عنها ، ولا يعلم قدر ذلك الذكر إلا الله. وقيل حقيقة الذكر أن تذكر الله تعالى وأنت ناس لكل شيء سواه⁽¹⁾ .

كما أن هناك من الصوفية يقتدون الذكر بوقت محدد كالذكر بعد أداء كل صلاة ، من تسبيح وتحميد وتكبير وأذكار المسافرين وغيرهم ، ومنهم من يرون أن الذكر مطلق لا يقيد بزمان ولا مكان ، ولا وقت ولا حال ، أي أن يذكر المؤمن الله في كل حال حتى لا يزال لسانه رطبا بذكر الله . يؤكد ذلك حديث عبد الله ابن

بشر رضى الله عنه ، أن رجلا قال لرسول الله صلى الله عليه وسلم : إن شرائع الإسلام قد كثرت على ، وإنى قد كبرت فأخبرنى بشيء أشبته به ؟ فقال : «لا يزال لسانك رطبا بذكر الله»⁽²⁾ .

المبحث الثالث: رياضة الصمت :

يعد الصمت من الرياضات العملية عند الصوفية ، ويعنون به كف اللسان عن الحديث فيما لا ينفع ، أو السكوت والإنصات عند ورود واردة إلهي⁽³⁾ . ويقول السهروردي «فالصمت سقوط النطق لظهور الحق، وكل قول وفعل لا يليق بالشرع فهو لغو»⁽⁴⁾ .

وتتفق رياضة الصمت مع رياضة عملية هامة يصطنعها الصوفية لرياضة وتهذيب أنفسهم وهى رياضة العزلة والخلو «لا يصح الصمت حتى يلزم نفسه - المريد - الخلو، ولا تصح له التوبة حتى يلزم نفسه الصمت»⁽⁵⁾ .

وإذا كانت كثرة الكلام تكثر السقطات والزلات ، فإن الصوفى لا يؤثر الصمت طلباً للسلامة من الخطايا فحسب ، ولكن لأن السكوت من آداب السلوك لذيقهم ، ومن ثم فهم لا يؤثر الكلام إلا

¹ - جودة المهدي ، التصوف روح الإسلام ، ص229.

² - رواه الترمذى في كتاب الدعوات وقال :حديث حسن .

³ - سهام عبد المجيد ، التصوف الإسلامى بين (مدارج السلوك ومنازل القرب الوصول) ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، 2013 ، ص94.

⁴ - السهروردي ، عوارف المعارف ، دار صادر ، بيروت ، ط1 ، 2010 ، ص206.

⁵ - القشيري ، الرسالة ، ص336.



لسبب ، ولاسكوت إلا لحكمة . وعلى هذا فالصمت لدى الصوفية ليس على اللسان فحسب ، ولكنه على القلب والجوارح .

فالسالك الصوفي يصمت حين يجد في نفسه حلوة الكلام تربية للنفس علاوة على ما يثمره الصمت وتأمل وتفكر ، ومراجعة النفس ومراقبتها ، وبهذا يدرك السالك الطريق الذي يقربه من الحق تبارك وتعالى «السكوت في وقته صفة الصوفي ، وكما أن النطق في موضعه من أشرف خصال العارف»⁽¹⁾ .

ويستند الصوفية في رياضة الصمت إلى مصدر إسلامي من الكتاب والسنة ، فمن الآيات القرآنية قوله تعالى : ﴿يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا﴾⁽²⁾ وقوله تعالى ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا﴾⁽³⁾ . أما الحديث فمن أقواله «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا أو ليصمت»⁽⁴⁾ وقوله «من صمت نجا»⁽⁵⁾ وقوله لمعاذ بن جبل رضى الله عنه «وهل يكب الناس فى النار على مناخيرهم إلا حصائد ألسنتهم»⁽⁶⁾ . والمقصود فى الحديث الحديث حصائد الألسنة من الكلام المحرم ، حيث أن الإنسان يزرع بقوله وعمله الحسنات ثم يحصد يوم القيامة ثمار ما زرع من قول وعمل ، وفي ذلك إشارة إلى قوله تعالى : ﴿أَيُّجِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ﴾⁽⁷⁾ .

وقد فصل الإمام القشيري أقوال الصوفية فى الصمت ويمكن إرجاعها إلى أربع مراتب:-

- صمت أدب فالصمت من أدابهم وأخلاقهم .
- صمت بسبب نعمة أو فيض إلهي فلا نطق ولا كلام .

1-المصدر نفسه ، ص337.

2- سورة الاحزاب: آية 70.

3- سورة الفتح : آية 4.

4- رواه البخارى فى صحيحه باب الادب وكما رواه مسلم فى صحيحه باب الإيمان .

5- رواه الدارمى فى سننه باب الصمت ج 2 ، ص299.

6- أخرجه الترمذى ، كتاب الإيمان باب ما جاء فى حرمة الصلاة .

7- سورة الحجرات: 12.



- صمت عبادة وهو صمت السالك عندما يأخذ قوم في الغيبة والنميمة .
 - صمت رياضة وهو وقول بشر بن الحارث رضى الله عنه : « إذا أعجبك الكلام فاصمت ، وإذا أعجبك الصمت فتكلم » . معناه مخالفة النفس وترويضها وتأديبها ، وذلك نعت أرباب الرياضة والمجاهدة ، وهو أحد أركانهم في حكم المنازلة وتهذيب الخلق⁽¹⁾ .
 - ومن هنا كان قول أصحاب الاتجاه الصوفى تعلم الصمت كما تتعلم الكلام ، فإن الكلام يهديك فالصمت يقيك وما ذلك إلا لتنمية الخلق والسلوك ، لأن عفة اللسان صحته ، وكما أن صمت العوام بألسنتهم ، فصمت العارفين بقلوبهم ، وصمت المحبين بالتحفظ من خواطر أسرارهم .
- المبحث الرابع : رياضة السهر :**

السهر من الرياضات الصوفية العملية الهامة التى يروض السالك بها نفسه ، والسهر هو التيقظ لذكر الله وعبادته ، أما النوم فهو غفلة ، لما فيه من الغفلة عن الله تعالى . والليل عند الصوفية محل الأنس بالله ، وفيه يسكنون إلى الذكر والتأمل والفكر، ويقفون بين يدي ربهم مقصودهم ومحبوبهم ، ويميز القشري بين الغافلين بالليل والذاكرين فيه لربهم فيقول: «أرباب الغفلة يسكنون في ليلهم ، والمحبون يسهرون في ليلهم ، إن كانوا في روح الوصال فلا يأخذهم النوم لكامل أنسهم ، وإن كانوا في ألم الفراق فلا يأخذهم النوم لكامل قلقهم ، فالسهر للأحباب صفة إما لكامل السرور أو لهجوم الهموم»⁽²⁾ .

كان المراد بالسهر هنا وكما عناه الصوفية هو البعد عن الغفلة التى تأخذ السالك من مداومة النوم وهذا مبينه أبو طالب المكى في هذا المقام فيقول « فأما النوم في مداومته طول الغفلة وقلة العقل ونقصان الفطنة وشهوة القلب ، وفي هذه الأشياء الفوت ، وفي الفوت الحسرة بعد الموت»⁽³⁾ ولذا قال الحسن البصرى رحمة الله « لم أجد من العبادة شيئاً أشد من الصلاة فى

¹- القشيري الرسالة ، 338.

²- القشيري ، الرسالة ، ص334.

³- أبو طالب المكى ، قوت القلوب ، ج1 ، دار صادر ، مصر ، ص83.



جوف الليل فقيل له : مال المجتهدين أحسن الناس وجوها ؛ فقال: لأنهم خلوا بالرحمن فألبسهم من نوره»⁽¹⁾ .

ويستند الصوفية في رياضة السهر إلى مصدر إسلامي من الكتاب والسنة ، فمن الآيات القرآنية قوله تعالى: ﴿ وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴾⁽²⁾ وقوله تعالى: ﴿ يَأَيُّهَا الْمَزْمَلُ * قُمْ لَيْلًا إِلَّا قَلِيلًا * نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا * أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا * إِنَّا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا * إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا * إِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلًا * وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ﴾⁽³⁾ . وقد ورد في رواية عن رب العزة : «عليكم بقيام الليل فإنه مرضاة لربكم ، وهو داب الصالحين قبلكم ، ومنهاة عن الاثم وملغاة للوزر ومذهب كيد الشيطان ، ومطرده للداء عن الجسد»⁽⁴⁾ .

ومن أشرف البواعث على ذلك الحب لله تعالى وقوة الإيمان بأنه إذا قام ناجى ربه، وأنه حاضره ومشاهده ، فتحمله المناجاة على طول القيام « أى يستقبل السالك الصوفى الله وقد فرغ قلبه من كل أمر إلا بذكر الله ، ومن ثم يفرح لغروب الشمس ، حيث الاستئناس بالله والاستغراق في المناجاة»⁽⁵⁾ .

ولاشك أن الصوفية في ممارستهم لرياضة التعبد والصلاة وقراءة القرآن ، والأوراد ليلا ولا بد أن يكون لكل ذلك أثره الواضح على تهذيب أخلاقهم وحسن سلوكهم .

المبحث الخامس : رياضة السماع

يعد السماع وسيلة من وسائل العملية التي يعول عليه الصوفية في ترويض نفوسهم وترقيق قلوبهم وعندهم من أهم الطرق الموصلة إلى حال الوجد هو الذكر .

¹ - أحمد بن عبد الرحمن ، مختصر منهاج القاصدين ، دار البيان ، دمشق ، 1978 ، ص 67.

² - سورة الاسراء: آية 79.

³ - سورة المزمل : 3-8.

⁴ - حديث قدسى رواه البخارى في صحيحه باب التهجد .

⁵ - إعداد لجنة من قسم العقيدة والفلسفة ، أصول التصوف الإسلامى قضايا ومناقشات ، ص 324.



عرف الصوفية السماع بأنه « لطف غذاء الأرواح لأهل المعرفة ، لأنه وصف يدق عن سائر الأعمال ، ويدرك بصفاء السر لصفائه ولطفه عند أهله»⁽¹⁾ ويقول القشيري: «إدراك الغيوب لسمع القلوب بفهم الفؤاد للحقائق المراد ، والوقوف على إشارات الحق عند وجود عبارات الخلق ، والترقى مما يقرع سمع الظاهر إلى ما يوجب جميع السرائر»⁽²⁾ .

ويصفه ابن القيم بأنه «حاد يحدو القلوب ، إلى جوار علام الغيوب ، وسائق يسوق الأرواح إلى ديار الأفراح ، ومحرك يشير ساكن العزمات ، إلى أعلى المقامات وأرفع الدرجات، ومناد ينادى للإيمان، ودليل يسير بالركب في الجنان، وداع يدعو القلوب بالمساء والصبح»⁽³⁾ .

فالسماع باعث ومحرك للوجد والأشواق والمعاني الكامنة في نفس الإنسان، ويؤثر تأثيراً كبيراً على حالته النفسية والروحية ، ولا يتصور إنسان بلا مواجيد ومشاعر مرهفة تحتاج لتغذيتها وتعزيزها بالسماع ، وهو ما يمثل أمراً فطرياً خلق الله الإنسان وجبله عليه⁽⁴⁾ .

ذهبوا الصوفية أنه ينبغي أن يتوفر في المستمع عدة شروط حتى يجوز له السماع :-

1- معرفة الأسماء والصفات ، ويقصدون بذلك معرفة أصول التوحيد ومفارقة أهل البدع من المشبهة والنفاة ، وكذلك أهل الحلول والاتحاد من الصوفية .

2- أما ما يشترطه علماء الصوفية من التكاليف بلسان أهل الحقائق في السماع فهو " فناء النفس بصدق المجاهدة ، ثم حياة القلب بروح المشاهدة ، فمن لم يتقدم بالصحة معاملته ، ولم يحمل بالصدق منازلته فسماعه ضياع وتواجهه طباع .

3- ويشترط الصوفية في المستمع حضور القلب ، وعدم تكلف الوجد ، وطهار السر بعدم شهود الغير ، وعدم اقتراح ما يقال من المنشد ، ولا يصح للمنشد إذا أخطأ⁽⁵⁾ .

¹ - الطوسي ، اللمع ، تحقيق عبد الحليم محمود ، دار الكتب الحديثة بمصر ، القاهرة ، 1965 ، ص342.

² - القشيري ، الرسالة ، ص34

³ - ابن القيم الجوزية ، مدارج السالكين ، ص431.

⁴ - إمام حنفي ، الآراء الكلامية والصوفية عند القشيري ، ص534.

⁵ - إمام حنفي ، الآراء الكلامية والصوفية عند القشيري ، ص548.



وهناك نوعين من السماع عند الصوفية ، وهو السماع القرآني وغيره ، ولاخلاف العلماء والصوفية على جواز السماع القرآني بل ووجوبه ، أما السماع غير القرآني سواء كان قصائد ملحنة أو غير ملحنة فمما وقع فيه الخلاف بينهم⁽¹⁾. ومما لاشك فيه أن سماع القرآن وهو سماع الصوفية المتحققين الكمل ، يرقق القلب ويصفي النفس ويقوى الإيمان . وفى قوله تعالى ﴿ وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَى أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ * يَقُولُونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ ﴾⁽²⁾ وقوله تعالى ﴿ اللهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَّتَانِي تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودٌ ﴾⁽³⁾ وقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحب سماع القرآن من أصحابه كعبد الله بن مسعود، وأبي موسى الأشعري رضى الله عنهما والذان وصفهما بحسن الصوت .

وهكذا فالرياضات العملية من عزلة وخلوة وذكر وصمت وسهر وسماع تساعد الصوفى على تهذيب نفسه ، ومجاهدة الشر فيها وتركية الخير ، والتحقق بالأخلاق الكريمة .

الخاتمة:

من خلال عرض هذا البحث نستنتج ما يلى :

- 1- أن التصوف منهج عملي كامل ، يحقق انقلاب الإنسان من شخصية منحرفة إلى شخصية مسلمة مثالية متكاملة ، وذلك من الناحية الإيمانية السليمة والعبادة الخالصة ، والمعاملة الصحيحة الحسنة ، والأخلاق الفاضلة .
- 2- التصوف رسم الطريق العملي الذى يوصل المسلم إلى أعلى درجات الكمال الإيماني والخلقى .
- 3- التصوف علم ديني قائم على الكتاب والسنة وله رسوم عملية نظرية .

¹- المرجع نفسه ، ص549.

²- سورة المائدة : آية 83.

³- سورة الزمر: آية23.



4- النفس الإنسانية من حيث طبيعتها وفطرتها أمانة بالسوء ولذا وجب على الإنسان مجاهدتها. أى يجب على السالك تركية نفسه بأن يجد ويجتهد في سيره في الطريق الصوفي ، حتى تسمو النفس وتتحقق بالصفاء والإخلاص ، حيث لاحقد ولا حسد ولا كبر ليصل إلى تجلية القلب .

5- أهم الرياضات العملية التي يصطنعها الصوفية لمجاهدة النفس العزلة والخلوة والذكر والسهر والصمت والسماع .

6- يهدف التصوف إلى الوصول بالمسلم إلى درجة عالية من الكمال الأخلاقي تؤهله لمعرفة الله معرفة قلبية .

المصادر والمراجع:-

- القرآن الكريم .
- كتب الصحاح .
- 1- أبو الوفا النفتازاني ، ابن عطاءالله السكندري وتصوفه ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، ط2، 1969.
- 2- أبو طالب المكي ، قوت القلوب ، ج1 ، دار صادر ، دمشق .
- 3- أحمد بن عبد الرحمن ، مختصر منهاج القاصدين ، دار البيان ، دمشق، 1978.
- 4- إمام حنفي ، الآراء الكلامية والصوفية عند القشيري ، مج2 ، مكتبة الثقافة الدينية القاهرة ، ط2 ، 2009م.
- 5- إعداد لجنة من قسم العقيدة والفلسفة ، أصول التصوف الإسلامي قضايا ومناقشات.
- 6- جودة محمد المهدي ، التصوف روح الإسلام الموسوعة الكاملة ، مطبعة أطلس، القاهرة.
- 7- عبد القادر عيسى ، حقائق عن التصوف ، دار المقطم ، القاهرة ، ط5 ، 2013.



- 8- سهام عبد المجيد ، التصوف الإسلامي بين (مدارج السلوك ومنازل القرب الوصول) ،
جامعة عين شمس ، القاهرة ، 2013.
- 9- السهروردي ، عوارف المعارف ، دار صادر ، بيروت ، ط1 ، 2010 .
- 10- الطوسي ، اللمع ، تحقيق عبد الحلیم محمود ، دار الكتب الحديثة بمصر، القاهرة ،
1965.
- 11- القشيري ، الرسالة ، المقطم ، القاهرة ، ط1، 2009.
- 12- كوكب عامر، التصوف ودوره في التربية الأخلاقية للمسلم ، جامعة عين شمس ، القاهرة.



الفهرس

الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث	ر.ت
1-23	يونس يوسف أبونايجي	وضع الضاهر موضع الضمير ودلالته على المعنى عند المفسرين	1
24-51	محمد خليفة صالح خليفة محمود الجداوي	دراسة استقصائية حول مساهمة تقنية المعلومات والاتصالات في نشر ثقافة الشفافية ومحاربة الفساد	2
52-70	Ebtisam Ali Haribash	An Interactive GUESS Method for Solving Nonlinear Constrained Multi-Objective Optimization Problem	3
71-105	احمد علي الهادي الحويج احمد محمد سليم معوال	العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلبة مرحلة التعليم الثانوي	4
106-135	محمد عبد السلام دخيل	في المجتمع الليبي التحضر وانعكاساته على الحياة الاجتماعية "دراسة ميدانية في مدينة الخمس"	5
136-158	سالم فرج زويبيك	الاستعارة التهكمية في القرآن الكريم	6
159-173	أسماء جمعة القلعي	دور الرياضات العملية الصوفية في تهذيب السلوك	7
174-183	S. M. Amsheri N. A. Abouthferah	On Coefficient Bounds for Certain Classes of Analytic Functions	8
184-191	N. S. Abdanabi	Fibrewise Separation axioms in Fibrewise Topological Group	9
192-211	Samah Taleb Mohammed	Investigating Writing Errors Made by Third Year Students at the Faculty of Education El-Mergib University	10
212-221	Omar Ali Aleyan Eissa Husen Muftah AL remali	SOLVE NONLINEAR HEAT EQUATION BY ADOMIAN DECOMPOSITION METHOD [ADM]	11
222-233	حسن احمد قرقد عبدالباسط محمد قريصة مصطفى الطويل	قياس تركيز بعض العناصر الثقيلة في المياه الجوفية لمدينة مصراته	12
234-244	ربيعة عبد الله الشبير عائشة أحمد عامر عبير مصطفى الهصيك	تعادم الدوال الكروية المناظرة لقيم ذاتية على سطح الكرة	13
245-255	Khadiga Ali Arwini Entisar Othman Laghah	λ -Generalizations And g - Generalizations	14



256-284	خيري عبدالسلام حسين كليب عبدالسلام بشير اشتيوي بشير ناصر مختار كصارة	Impact of Information Technology on Supply Chain management	15
285-294	Salem H. Almadhun, Salem M. Aldeep, Aimen M. Rmis, Khairia Abdulsalam Amer	Examination of 4G (LTE) Wireless Network	16
295-317	نور الدين سالم فريوع	التجربة الجمالية لدى موريس ميرلوبوتي	17
318-326	ليلى منصور عطية الغويج هدى على التقبي	Effect cinnamon plant on liver of rats treated with trichloroethylene	18
327-338	Fuzi Mohamed Fartas Naser Ramdan Amaizah Ramdan Ali Aldomani Husamaldin Abdualmawla Gahit	Qualitative Analysis of Aliphatic Organic Compounds in Atmospheric Particulates and their Possible Sources using Gas Chromatography Mass Spectrometry	19
339-346	E. G. Sabra A. H. EL- Rifae	Parametric Tension on the Differential Equation	20
347-353	Amna Mohamed Abdelgader Ahmed	Totally Semi-open Functions in Topological Spaces	21
354-376	زينب إمام أبو راس حواء بشير بالنور	كتاب الخصائص لابن جني دراسة بعض مواضع الحذف من ت"392" المسمى: باب في شجاعة العربية	22
377-386	لطيفة محمد الدالي	Least-Squares Line	23
387-397	نادية محمد الدالي ايمان احمد اخميرة	THEORETICAL RESEARCH ON AI TECHNOLOGIES FOR LEARNING SYSEM	24
398-409	Ibrahim A. Saleh Tarek M. Fayez Mustafah M. A. Ahmad	Influence of annealing and Hydrogen content on structural and optoelectronic properties of Nano-multilayers of a-Si:H/a-Ge: H used in Solar Cells	25
410-421	أسماء محمد الحبشي	The learners' preferences of oral corrective feedback techniques	26
422-459	أمينة محمد العكاشي ربيعة عثمان عبد الجليل عفاف محمد بالحاج فتحية علي جعفر	التقدير الإيجابي المسبق لفاعلية الذات ودوره في التغلب على مصادر الضغوط النفسية " دراسة تحليلية "	27



460-481	Aisha Mohammed Ageal Najat Mohammed Jaber	English Pronunciation problems Encountered by Libyan University Students at Faculty of Education, Elmergib University	28
482-499	الحسين سليم محسن	The Morphological Analysis of the Quranic Texts	29
500-507	Ghada Al-Hussayn Mohsen	Cultural Content in Foreign Language Learning and Teaching	30
508-523	HASSAN M. ALI Mostafa M Ali	The relationship between <i>slyA</i> DNA binding transcriptional activator gene and <i>Escherichia coli</i> fimbriae and related with biofilm formation	31
524-533	Musbah A. M. F. Abduljalil	Molecular fossil characteristics of crude oils from Libyan oilfields in the Zalla Trough	32
534-542	سعدون شهبوب محمد	تلوث المياه الجوفية بالنترات بمنطقة كعام، شمال غرب ليبيا	33
543-552	Naima M. Alsharif Mahmoud M. Buazzi	Analysis of Genetic Diversity of <i>Escherichia Coli</i> Isolates Using RAPD PCR Technique	34
553-560	Hisham mohammed alnaib alshareef aisha mohammed elfagaeh aisha omran alghawash abdualaziz ibrahim lawej safa albashir hussain kaka	The Emergence of Virtual Learning in Libya during Coronavirus Pandemic	35
561-574	Abdualaziz Ibrahim Lawej Rabea Mansur Milad Mohamed Abduljalil Aghnayah Hamza Aabeed Khalafllaa ³	ATTITUDES OF TEACHERS AND STUDENTS TOWARDS USING MOTHER TONGUE IN EFL CLASSROOMS IN SIRTE	36
575-592	صالحة التومي الدروقي أمال محمد سالم أبوسته	دافع الانجاز وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي "ببلدية ترهونة"	37
593-609	آمنة سالم عبد القادر قدورة نجية علي جبريل انبية	الإرشاد النفسي ودوره في مواجهة بعض المشكلات الأخرية الراهنة	38
610-629	Hanan B. Abousittash, Z. M. H. Kheiralla Betiha M.A.	Effect Mesoporous silica silver nanoparticles on antibacterial agent Gram- negative <i>Pseudomonas</i> <i>aeruginosa</i> and Gram-positive <i>Staphylococcus</i> <i>aureus</i>	39
630-652	حنان عمر بشير الرمالي	برنامج التربية العملية وتطويره	40
653-672	Abdualla Mohamed Dhaw	Towards Teaching CAT tools in Libyan Universities	41



673-700	عثمان علي أميمن سليمة رمضان الكوت زهرة عثمان البرق	سبل إعادة أعمار وتأهيل سكان المدن المدمرة بالحرب ومعوقات المصالحة الوطنية في المجتمع الليبي: مقارنة نفس-اجتماعية	42
701-711	Abdulrhman Mohamed Egnebr	Comparison of Different Indicators for Groundwater Contamination by Seawater Intrusion on the Khoms city, Libya	43
712-734	Elhadi A. A. Maree Abdualah Ibrahim Sultan Khaled A. Alurffi	Hilbert Space and Applications	44
735-759	معتوق علي عون عمار محمد الزليطني عرفات المهدي قرينات	الموارد الطبيعية اللازمة لتحقيق التنمية الاقتصادية بشمال غرب ليبيا وسبل تحقيق الاستدامة	45
760-787	سهام رجب العطوي هدى المبروك موسى	الخلج وعلاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ الشق الثاني بمرحلة التعليم الاساسي بمنطقة جنزور	46
788-820	هنية عبدالسلام بالوص زهرة المهدي أبو راس	الصلابة النفسية ودورها الوقائي في مواجهة الضغوط النفسية	47
821-847	عبد الحميد مفتاح أبو النور محي الدين علي المبروك	ودوره في الحد من التمر التوجيه التربوي والإرشاد النفسي المدرسي	48
848	الفهرس		52