



أسرار...

عبادة الحج

بقلم المهندس: عبد الدائم الكحيل [www.kaheel7.com](http://www.kaheel7.com)



**الحج** ... هو تلك الرحلة الروحانية المقدسة إلى بيت الله الحرام – الكعبة المشرفة، حيث تشتاق نفوس المؤمنين إلى تلك البقعة المباركة التي فضلها الله على جميع بقاع الأرض.



أول بيت

وُضِعَ لِلنَّاسِ!!

يقول تعالى:

(إِنَّ أَوَّلَ بَيْتٍ وُضِعَ لِلنَّاسِ لَلَّذِي بِبَكَّةَ مُبَارَكًا وَهُدًى لِّلْعَالَمِينَ \*  
فِيهِ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ مَّقَامُ إِبْرَاهِيمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ آمِنًا وَلِلَّهِ عَلَى  
النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ  
عَنِ الْعَالَمِينَ) [آل عمران: 96-97].



جميع العبادات  
موجودة في عبادة  
واحدة هي الحج!!

إن عبادة الحج تضمنت جميع العبادات، ففيها التوحيد لله والإقرار بالعبودية له وحده، وفيها الصلاة والصيام والزكاة، وفيها حُسن الخُلُق، وفيها الدعاء وهو مخ العبادة، وفيها الصبر والتأمل والتفكر في خلق الله، ومجاهدة النفس، وفيها بذل المال والتصدق والتواضع والتطهر والزهد، وفيها التقوى والإحسان والبرّ والتوجه إلى الله بقلب صادق.....



الطريق

إلى الله!!

تعتبر رحلة الحج طريقاً سهلاً للوصول إلى مرضاة الله تعالى، ويعتبر  
الحاج إلى بيت الله الحرام ضيفاً حلّ في ضيافة الله تعالى، فماذا نتوقع  
من هذا الإله العظيم وهو أكرم الأكرمين??



عبادة رائعة..

إنها عبادة الحج!!

فرض الله هذه العبادة على الناس  
مرة في العمر على الأقل فقال:

(وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا) [آل عمران: 97].

فما هي أسرار هذه الرحلة الرائعة، وما هي المنافع التي وعد الله بها كل

حاجّ فقال: (لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ) [الحج: 28]، وهل هناك فائدة عظيمة من

هذه الرحلة أم أنها مجرد رحلة عادية؟

## مراحل الحج!!

تبدأ رحلة الحج من الميقات حيث يلبس الحاج لباس الإحرام وينوي الحج، ثم الوصول إلى مكة المكرمة ليقبل الحجر الأسود ويطوف حول الكعبة سبعة أشواط ثم يطوف بين الصفا والمروة سبعة أشواط، ثم ينتقل إلى منى ليقضي يوم 8 ذي الحجة فيها، ثم ينتقل إلى عرفات ليقف فيها يوم 9 ذي الحجة حتى غروب الشمس ويدعو الله، ثم يعود إلى مزدلفة ليمضي فيها ليلته، ثم يتوجه إلى منى حيث يرمي إبليس بالحصى في 10 ذي الحجة وينحر الأضاحي ويحلق الرأس، ثم يرجع في نفس اليوم إلى الكعبة ليطوف حولها. ثم يعود إلى منى ليرمي الجمرات، ويقوم فيها ثلاثة أيام 11-12-13 ذي الحجة، ثم يتوجه إلى الكعبة ليطوف حولها طواف الوداع ويشرب من ماء زمزم.

الحج..

هو إعادة

لبرمجة النفس!!

يؤكد علماء البرمجة

اللغوية العصبية أن الذي يُنهك قوى الإنسان هو كثرة الهموم والمشاكل التي يتعرض لها في حياته، وأن أفضل طريقة لإعادة التوازن له هو أن يفرّغ هذه "الشحنات السلبية" المتراكمة بفعل الأحداث التي يمر بها. وعملية التفريغ هذه ضرورية ليتمكّن الإنسان من العيش حياة أفضل وليستطيع استثمار طاقاته بشكل أفضل، فما هو الحل؟





الحج ..

هو أقصر طريق

لإعادة التوازن!!

العجيب أن الإسلام وقبل أربعة  
عشر قرناً أرشدنا إلى الطريق

الصحيح لإعادة توازن الإنسان وتفريغ ما تراكم فيه من سلبيات، ولسنا  
بحاجة لمعرفة فوائد هذه العبادة لأننا نمتثل أمر الله تعالى، ولكن إذا  
علمنا هذه الفوائد ازددنا إيماناً إلى إيماننا.. إنها عبادة الحج الرائعة..



الحج

حلم

كل مؤمن !!

إن رحلة الحج

على ما فيها من مشقة وتعب وغربة وصعوبات، تعتبر حلم كل مؤمن لما يجده من الراحة النفسية الكبيرة بعد الحج. فما هو سرّ هذه الراحة النفسية التي يلمسها كل إنسان ذهب لأداء هذه الفريضة؟ إن الجواب بسيط، وهو أن هذه العبادة إذا أداها الإنسان بشكل صحيح فإنها تقوم بعملية "فرمته" أو تفرغ الشحنات السلبية وإعادة شحن بالشحنات الإيجابية.

## علاج لقلة الرزق!!



ومن عجائب أحاديث النبي الكريم إشارة واضحة إلى الرزق، حيث يؤكد أن الحج

يفرغ ما يحمله الإنسان من ذنوب وأخطاء، يقول عليه الصلاة والسلام:

(تابعوا بين الحج والعمرة فإنهما ينفيان الفقر والذنوب كما ينفي الكير خبث

الحديد والذهب والفضة وليس للحجة المبرورة ثواب دون الجنة) [رواه ابن

حبان]. ولكن إذا كان الحج ينفي الذنوب فكيف ينفي الحج الفقير؟ إن هذه

الرحلة تعيد للجسم طاقاته فيصبح أكثر قابلية للعمل وكسب الرزق ولذلك

فإن الحج يساعد الإنسان على القضاء على الفقر!!



## طاقة الحجر الأسود!!

إن الطاقة التي يبثها هذا الحجر كبيرة جداً. ولذلك فإن الاقتراب من هذا الحجر وتقبيله يمنحك طاقة كبيرة تحس بها على الفور. وربما يكون هذا هو السر في عمل النبي

عليه الصلاة والسلام، أنه كان يبدأ الطواف من قرب هذا الحجر بعد تقبيله ولمسه وينتهي إليه، وعملية اللمس هنا لها دلالات في علم الطاقة، حيث تعبر عن اكتساب كمية من الطاقة من هذا الحجر، والله تعالى أعلم.



## منافع لا تُحصى

من عظمة القرآن أنه تحدث عن منافع كثيرة للحج قبل أن يكتشفها العلم الحديث فقال تعالى:

(وَأَذِّنْ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَى كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ \* لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَعْلُومَاتٍ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنَ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ فَكُلُوا مِنْهَا وَأَطْعِمُوا الْبَائِسَ الْفَقِيرَ \* ثُمَّ لِيُقْضَىٰ لَهُمْ وَلِيُؤْفُوا نُدُورَهُمْ وَلِيَطَّوَّفُوا بِالْبَيْتِ الْعَتِيقِ) [الحج: 27-29].

ولو أردنا أن نتعمق أكثر في هذه العبادة العظيمة

لم نستطع إحصاء فوائدها ومنافعها.



## وسيلة الشفاء !!

الحج وسيلة لشفاء العديد من الأمراض،  
وهو وسيلة لتعلم الكثير في الحياة  
والحفاظ على مستوى طاقة عال، يعيد

توازن الجسم، ويزيد النشاط العقلي والعاطفي والجنسي، وهو مصدر للطاقة.  
في هذه الرحلة ستتعلم كيف تحفز أحاسيسك، وتحقق حاجاتك، وتجد طريقك  
إلى الحياة. سوف تتعلم كيف تزيل ذكرياتك العاطفية الماضية التي تمنعك  
من متعة الحياة. وبالفعل بعد ممارسة هذه العبادة يحسّ الإنسان وكأنه وُلد  
من جديد، بل إن النبي الكريم عليه الصلاة والسلام يقول: **(من حج فلم  
يرفت ولم يفسق رجع كيوم ولدته أمه)** [متفق عليه]. إنها بالفعل ولادة من جديد  
يحس بها كل من أدى هذه العبادة بإخلاص.

# لماذا نرمي

## إبليس بالحصى!!

يؤكد ستيف تشاندلر أحد علماء البرمجة اللغوية العصبية، على أهمية أن تتخيل

في ذهنك الهدف الذي تريد تحقيقه دائماً لأن ذلك يساعدك على تحقيقه، وإذا ما فعلت ذلك بإتقان فإنك ستشعر وكأنك ولدت من جديد. فعندما نرمي المنطقة التي ترمز إلى إبليس، وبالطبع إبليس ليس موجوداً في هذه المنطقة فقط إنما هي رمز لذلك، فإننا عند ذلك نتخيل أن إبليس موجود ونقوم برميّه بالحصى، ونتصور مع كل حصة نرميه بها، أننا في حالة حرب معه وأنه عدو لنا وأننا يجب أن نحذر منه ومن وساوسه.



---

هناك عادات نادراً ما نلتفت إليها، مثل الجدل، فهذه العادة السيئة كثيراً ما تورت الخصام مع الآخرين وتسبب ضياع الوقت والجهد، إلا المجادلة والتي هي أحسن، ومن أسس الحج الصحيح تجنب الجدل والمناقشات العقيمة. أي أن الحج هو تمرين على رياضة الامتناع عن الجدل وممارسة التأمل والصمت، يقول تعالى: **(الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ)** [البقرة: 197]. ولو تأملنا نصائح علماء البرمجة اللغوية العصبية نجدهم يؤكدون على ضرورة تمرين النفس على قلة الجدل، فهذا هو الدكتور ريتشارد كارلسون يقول: "لا تجادل فإن الجدل يسبب الخصام مع الآخرين" وهذا يدل على أن النتائج التي يحصل عليها علماء الغرب اليوم هي ذاتها التي وجَّهنا الإسلام إليها!

---



ملايين النجوم تدور حول مركز إحدى المجرات

# التوافق.. مع حركة الكون!!

كل شيء في هذا الكون يدور ويطوف حول مركز محدد، فالإلكترونات في الذرة تدور حول النواة، والكواكب تدور حول الشمس، والنجوم في المجرة تدور حول مركز المجرة، والمجرة تدور حول مركز لتجمع المجرات وهكذا... وكأننا عندما نطوف حول بيت الله إنما نتناغم مع حركة الكون كله، فكل شيء يسبح بحمد الله ويمتثل أمره ونحن في طوافنا نسبح بحمد الله ونمتثل أوامره، وهذا يعلمنا الصبر والخضوع لله تعالى ويعلمنا التواضع أيضاً.



## أسرار الرقم سبعة

ولا ننسى أن الله تعالى خلق سبع

سماوات ومن الأرض مثلهن، وجعل أيام الأسبوع سبعة، وجعل عدد طبقات الذرة سبعة، وجعل أبواب جهنم سبعة، ولذلك أخي القارئ إن كل شوط من الأشواط السبعة التي تقوم بها هي عتق لك من باب من أبواب النار حتى تخرج كيوم ولدتك أمك! وعندما نبحت عن كلمة (القبلة) في القرآن نجد أنها تتكرر سبع مرات أيضاً، ف سبحان الله!

# تتكرر كلمة (القِبلة) سبع مرات بعدد الأشواط السبعة... ف سبحان الله!

- 1- (سَيَقُولُ السُّفَهَاءُ مِنَ النَّاسِ مَا وَلَاهُمْ عَنْ قِبَلَتِهِمُ الَّتِي كَانُوا عَلَيْهَا) [البقرة: 142].
- 2- (وَمَا جَعَلْنَا الْقِبْلَةَ الَّتِي كُنْتَ عَلَيْهَا إِلَّا لِنَعْلَمَ مَنْ يَتَّبِعُ الرَّسُولَ) [البقرة: 143].
- 3- (فَلَنُؤْيِيَنَّكَ قِبْلَةً تَرْضَاهَا) [البقرة: 144].
- 4- (وَلَمَّا أَتَيْتَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ بِكُلِّ آيَةٍ مَا تَبِعُوا قِبْلَتَكَ) [البقرة: 145].
- 5- (وَمَا أَنْتَ بِتَابِعٍ قِبَلَتِهِمْ) [البقرة: 145].
- 6- (وَمَا بَعْضُهُمْ بِتَابِعٍ قِبْلَةَ بَعْضٍ) [البقرة: 145].
- 7- (وَاجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ قِبْلَةً وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ) [يونس: 87].



## رياضة المشي

هي الأفضل

في دراسة حديثة لجامعة هارفارد

الأمريكية أثبت الباحثون أن المشي بسرعة معتدلة (بحدود 4-5 كيلو متر في الساعة) يؤدي إلى تخفيض الإصابة بأمراض القلب بنسبة 40 % عند النساء والرجال على حد سواء. وأكدت الدراسة أن المشي يحسّن التنفس عند الإنسان، ويعزّز نظام المناعة، ويقضي على الكآبة، ويساعد على الوقاية من نخر العظام، ويساعد على التخفيف من مرض السكر، كما يساعد على السيطرة على الوزن الزائد.



## علاج أمراض

## القلب والسكر!!

تؤكد الأبحاث الجديدة أن رياضة المشي تساعد على شفاء الكثير من الأمراض المزمنة والمستعصية العلاج، كما تعتبر رياضة المشي أساساً في طب الشيخوخة وإطالة العمر!!! ويقول الأطباء إن المشي الطويل يشفي من سرطان القولون ويعالج آلام الظهر ويحسن الذاكرة ويزيد قوة التركيز. أليست هذه من المنافع التي حدثنا الله عنها: **(لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ)** [الحج: 28]. وهذه الآية نزلت في زمن كان الناس يعتقدون في أوروبا أن الحج ما هو إلا عذاب للنفس وعقوبة وعمل لا منفعة منه!!



## التأمل.. والوقوف بعرفة!!

يؤكد العلماء أن التأمل يعالج اضطرابات القلق بشكل أساسي. إن التأمل هو إستراتيجية رائعة لتنظيم عمل الجسم

والقضاء على مختلف الاضطرابات النفسية والعصبية. إن رياضة التأمل تحسن القدرات العقلية وتكسب الجسم قدرة أفضل على النوم براحة تامة، ويزيد القدرة على الإبداع والقدرة على حل المشاكل، وزيادة النشاط العصبي للدماغ، كذلك فإن التأمل يزيد إفراز بعض المواد الكيميائية في الدماغ والتي تؤدي إلى إطالة العمر. والذي يعيش رحلة الحج يلاحظ أنها رحلة مليئة بالتأمل والتفكير ومحاسبة النفس والدعاء إلى الله تعالى، وبخاصة عندما نقف في عرفات ساعات طويلة نتأمل هذا المشهد الرائع.



## طاقة ماء زمزم!!

تعتبر بئر زمزم أقدم بئر في العالم،

وقد ثبت طبياً أن ماء زمزم خال تماماً من أي فيروسات أو بكتيريا أو كائنات دقيقة، وثبت أيضاً أن هذا الماء يشفي من الأمراض المستعصية،

بل إن هناك دلائل تشير إلى أن ماء زمزم يحوي طاقة أكبر من الماء العادي، وربما تعجز الصفحات عن سرد قصص كثيرة لأناس يؤس الطب من شفائهم، وعندما جاؤوا للحج أو العمرة وأخلصوا النية وشربوا من هذا الماء بقصد الشفاء شفاهم الله تعالى! ولذلك أخي القارئ يمكنني أن أقول بأن رحلة الحج كلها شفاء.

## علاج الأمراض

بماء زمزم!!



مياه زمزم هي مياه غنية جداً  
بالأملاح المعدنية وهي مياه

قلوية ولذلك فهي تخفض حموضة المعدة، وهذه المياه مفيدة لكثير من  
الأمراض وبخاصة آلام الروماتيزم. ومنذ مئات السنين جاء الملايين من  
الحجاج وكلهم شربوا من ماء زمزم واغتسلوا به وحملوه إلى بلدانهم،  
وعلى الرغم من ذلك لم ينقص مستوى هذا الماء أبداً، أليست هذه معجزة  
ينبغي علينا أن نتدبرها؟!



## قوة الإرادة!!

تعتبر تجربة الحج أفضل طريقة عملية  
لتقوية إرادة المؤمن، وإن الذي قام بتجربة  
الحج يلاحظ أنه عاد أقوى مما ذهب، ولو

تأملنا أقوال علماء البرمجة نجدهم يؤكدون على أهمية مثل هذه  
التجارب، يقول الدكتور "تشاندر" ينبغي عليك أن تمرن إرادتك كما تمرن  
عضلاتك وتجربة الحج تتضمن معظم تجارب الحياة، ففيها السفر، وفيها  
التجرد عن ملذات الحياة وفيها المخاطر التي تحدث أثناء الزحام  
والتدافع، وفي هذه العبادة كل أنواع التقشف والزهد والذل لله تعالى.



## تعلم الكثير!!

كما أن رحلة الحج تعتبر درساً

عملياً يتعلم فيه المؤمن الكثير، بل ويحتاجه المؤمن ليتعلم شيئاً جديداً.

فهذا هو أحد علماء البرمجة اللغوية العصبية الدكتور ميرفي يقول:

"حاول أن تتعلم شيئاً جديداً في كل يوم، وستجد عقلك في شباب دائم".

أيضاً الحج يعلم المؤمن الانضباط والتقيد بالمواعيد والالتزام ببرنامج

عمل محدد، وهذا الأمر مهم جداً لمن أراد النجاح في الحياة كما يقول

علماء البرمجة اللغوية العصبية!



## التغيير...!!

إن الذهاب في رحلة الحج هو وسيلة فعالة لتغيير البيئة المحيطة، فالتلوث اليوم يؤدي إلى الكثير من الأمراض أهمها الربو والسرطان، ولذلك تعتبر رحلة الحج فرصة جيدة لتغيير الهواء المحيط مما يؤدي إلى استنشاق هواء جديد وتنقية الرئتين من الشوائب والملوثات.



## مزيد من الطاقة!!

فأنت عندما ترى وجوهاً جديدة باستمرار وعلى مدى رحلتك في الحج، فإنك تكتسب مزيداً من الطاقة التي تستمدّها من هذه الوجوه، وربما نتذكر حديث النبي الأعظم عليه الصلاة والسلام عندما شبّه لنا الجليس الطيب بحامل المسك إما أن تبتاع منه وإما أن يعطيك شيئاً من عطره وإما أن تجد منه ريحاً طيباً، أي أن الفائدة محققة على كل حال.

## أفضل الأعمال!!

سئل النبي صلى الله عليه وسلم:

أي الأعمال أفضل؟ قال: إيمان بالله

ورسوله، قيل: ثم ماذا؟ قال: جهاد في سبيل الله، قيل: ثم ماذا؟ قال: حج

مبرور [رواه البخاري]. إن أداء مناسك الحج بشكل تام يمنح المؤمن طاقة

غريبة ناتجة عن الاشتغال بأعمال الحج، فهناك أعمال مستمرة تشمل

الطواف والسعي بين الصفا والمرة والصلاة ورمي الجمرات والوقوف بعرفة

والتنقل بين أماكن مختلفة أثناء أداء هذه الأعمال، ولذلك يشعر الحاج

بطاقة كبيرة تتولد في داخله بسبب تعدد الأماكن وتعدد أنواع العبادات

وكثرة الناس الذين يلتقي بهم.





## الجنة هي الجزاء!!

يؤكد كل من يقوم بهذه العبادة على أهمية رحلة الحج وأنها تجدد النشاط الروحي

وترفع المعنويات وأن هذه الرحلة ذات منافع روحية وعقلية عظيمة، وسبحان الذي أخبرنا عن وجود منافع قبل أربعة عشر قرناً عندما كان كثير من الناس يعتبرون أن الحج هو مشقة ونوع من أنواع العذاب والعقوبة! هناك مغفرة للذنوب حتى إن المؤمن يرجع بعد هذه العبادة كيوم ولدته أمه نقياً من الذنوب، ولذلك فإن الحج هو بمثابة تفرغ للذنوب والهموم والأحزان والذكريات السلبية القديمة. يقول صلى الله عليه وسلم: **(والحج المبرور ليس له جزاء إلا الجنة)** [رواه البخاري].

# المراجع العلمية للبحث

- [1] [www.buddhanet.net/e-learning/pilgrim/places.htm](http://www.buddhanet.net/e-learning/pilgrim/places.htm)
- [2] [Pilgrimagewww.en.wikipedia.org](http://Pilgrimagewww.en.wikipedia.org)
- [3] [www.pilgrim-wiki.com](http://www.pilgrim-wiki.com)
- [4] صفة الحج، راجعها الشيخ عبد الله بن عبد الرحمن الجبرين، موقع صيد الفوائد [www.saaaid.net](http://www.saaaid.net)
- [5] لقاء مع الدكتور زغلول النجار على قناة الجزيرة بتاريخ 19/11/2003.
- [6] Benefit from Pilgrimage, [www.tantric-goddess.org](http://www.tantric-goddess.org)
- [7] ريتشارد كارلسون، لا تهتم بصغائر الأمور، مكتبة جرير.
- [8] محمد فؤاد عبد الباقي، المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم.
- [9] [www.walkinginfo.org](http://www.walkinginfo.org)
- [10] .Report of the American Medical Association, 1998
- [11] .Issue of the JAMA, October 27, 1999 issue of the JAMA
- [12] .Walking for Fitness, University of Michigan, April, 2004
- [13] Meditation therapy for anxiety disorders, [www.thecochranelibrary.com](http://www.thecochranelibrary.com)
- [14] [www.centerpointe.com](http://www.centerpointe.com)
- [15] Sayadaw U Silananda, The Benefits of Walking Meditation, [www.accesstoinsight.org](http://www.accesstoinsight.org)
- [16] Jodi Wetherup, Color Meditation Therapy, [www.suite101.com](http://www.suite101.com)
- [17] Zamzam Well, [www.en.wikipedia.org](http://www.en.wikipedia.org)
- [18] ستيف تشاندلر، مئة طريقة لتحفيز نفسك، مكتبة جرير.
- [19] جوزيف ميرفي، قوة عقلك الباطن، مكتبة جرير.
- [20] .Gregory Blencoe, The Art of Management, Mount Olympus Publishing, 1999
- [21] The view from the Pilgrims Foot, [www.scottishcross.org.uk](http://www.scottishcross.org.uk)

ساهموا في نشر هذا البحث بين أصدقائكم

للاطلاع على المزيد من الحقائق العلمية في القرآن والسنة  
نرجو زيارة الموقع الإلكتروني للمؤلف:

[www.kaheel7.com](http://www.kaheel7.com)