

روي عن المقداد بن الأسود رضي الله عنه قال دخلت على ابي هريرة رضي الله عنه  
فسمعت يقول تكلم ساعة خير من عبادة سنة ثم دخلت على ابن عباس رضي الله  
يقول تكلم ساعة خير من عبادة سبع سنين ثم دخلت على ابي بكر فسمعت  
يقول تكلم ساعة خير من عبادة سبعين سنة فقال المقداد فدخلت على رسول  
الله صلى الله عليه وسلم فاخبرته بما قالوا فقال صدقوا ثم قال ادعهم الي قد دعوتهم  
فقال لابي هريرة كيف تفكرت وفيماذا افعل في قوله تعالى ويتفكرون  
في خلق السموات والارض قال تفكرت خيرا من عبادة سنة ثم سئل  
عباس عن تفكره فقال تفكرت في الموت والهول المظلم قال تفكرت خيرا من  
عبادة سنين ثم قال لابي بكر كيف تفكرت قال تفكرت في النار وعز الهول  
واقول يارب اجعلني يوم القيامة من العظم بحال تملأ النار مني حتى يبرئتك  
وعذرك ولا تعذب امة محمد صلى الله عليه وسلم فقال تفكرت خيرا من عبادة سبعين  
سنة ثم قال ارافي امتي يا متي ابو بكر رضي الله عنه قال العلامة المناوي  
رحمه الله تكلم التفكر اربعة فرك في آيات الله وعلامتها قوله المحبة وفكر في  
وعده الله بنواجه وعلامتها قوله الرغبة وفكر في عيبها العذاب وعلامتها  
قوله الرهبة وفكر في جناب النفس مع احسان الله وعلامتها الحياء من الله  
وقال بعض الفالغين التفكير بنفسه الى قسمين الاول يتعلق بالمعبود  
والثاني يتعلق بالعبود فالمتعلق بالعبود ينبغي له ان يفكر هل هو على  
مصلحة ام لا فان رآه من نفسه فعليه ان يتداركها بالتوبة ثم يفكر

في فقد الاعضاء عن المعاصي الى الطاعات فيجعل شغل عينه الاعتبار  
وشغل لسانه الذكر والاستغفار والتسبيح والتمليل والاذكار وكذلك  
سائر اعضائه في الليل والنهار يستعملها في طاعة الواحد القهار ثم  
يتفكر في مبادئها الاوقات بالنواخل طلبها للربح في دار الازواج فيصلي  
لله تعالى زيادة عن الفرض مما استطاع وكذلك ينظر في امر الصيام كالحج  
والاثنين والايام الشريفة التي هي موسم الحبر والطاعات فلا يغفل  
عنها ثم بعد ذلك ينظر ان وجبت عليه ركعة اخرجها استحقها والا  
فليتصدق ثم بعد ذلك ينظر في قصر عمره فيتمنيه له قبل ان يذهب  
وهو لا يشعر ثم بعد ذلك يتفكر في صفات الباطن فيترك الخصال المنومة  
كالكبر والعجب والبخل والحسد ويفعل الخصال المحمودة مثل الصدق  
والاخلاص والبصيرة والخوف ويتفكر في زوال الدنيا وفناها فيتركها  
لأهلها وفي بقا الآخرة وودها فيطلبها ويعمرها واما التفكير في  
المعبود فقد منبع الشرح منه حكى انه كان العابد من بني اسرائيل اذا  
عبده تعالى ثلاثين سنة اظلمت سحابة اكرامه له حتى يشهد بذلك بين  
الخالق وعبده تنضي تلك المدة فكم يحصل له ذلك فشكا الى الله فقالت  
لعلمك في وقت ذنبا فقال لا فقال لعلمك نظرت الى السماء نظرت في الارض  
نظرت في ما بين يدي فقال نعم فقالت من هذا آتيت اى منعت تلك الاكرامه تفكرت  
بذلك اذ شأن الموقف ان لا يضيع وقتا في غير العبادة