بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الذِكْر

فوائده وبعض ألفاظه وأفضل أوقاته

للشيخ/ عبد الله القصير

بسم الله الرحمن الرحيم

أهم درس بالنسبة لكم، وأنفع درس بالنسبة لكم، وهذا إحياء لمنهج السلف الصالح رحمة الله علينا وعليهم، فإن ذكر الله عز وجل هو أول ما تُستفتح به الحياة واليقظة، واليوم والليلة، ليُستعان به على أمر الدنيا والآخرة، يُتقرَّب إلى الله عز وجل به طمعًا في محو الخطيئات، وكتابة ومضاعفة الحسنات، ورفعة الدرجات، وعلو المقام عند الله عز وجل في الدنيا والآخرة، فأحب عباد الله جل وعلا إليه أكثرهم لله ذكرًا، وأفضل أهل كل عبادة أكثرهم لله تعالى ذكرًا.

وكلمات الذكر -جمل الذكر- هي الباقيات الصالحات ﴿خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا﴾[الكهف:٤٦]، ﴿خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ مَرَدًّا﴾[مريم:٧٦] وهي غراس الجنة، وبناء الجنة، وهي تذكّر بصاحبها عند الله جل وعلا، وهي قوةٌ في البدن، وصلاحٌ للنفس وزكاةٌ، صلاحٌ للقلب وزكاةٌ للنفس، وهي من أسباب انشراح الصدر والقوة في العبادة، والعصمة من الشيطان، ومن هوى النفس، ومن شبهات المشبِّهين من الخلق، وهي عملٌ صالح يُحفَظ للعبد في كل يومٍ وليلة.

وأعظم أوقات الذكر بعد الفرائض –أوقات الصلوات– **ما بين الفراغ من صلاة الفجر إلى طلوع الشمس، والفراغ من صلاة العصر إلى غروب الشمس**، هذان وقتان شرفان فاضلان عظيمان، فأولًا يذكر الإنسان الذكر المشروع دبر الصلوات الفجر والعصر، ثانيًا يقول جمل الذكر على الوجه الذي ورد، وأقل شيء كل واحدة مئة مرة:

- **سبحان الله** مئة مرة.
- **الحمد لله** مئة مرة.
- **لا إله إلا الله** مئة مرة.
- **الله أكبر** مئة مرة.
- **لا حول ولا قوة إلا بالله** مئة مرة.
- **لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد، وهو على كل شيءٍ قدير** مئة مرة.

- سبحان الله وبحمده مئة مرة.
- سبحان الله العظيم مئة مرة.
- أستغفر الله مئة مرة.

لا بد إن الإنسان يكون عنده منهج في هذا، الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم، فهذا أقل ما يمكن، ويزيد ما شاء الله.

وإذا التزمت بهذا في وقته فإنك تسجّل نفسك عند الله جل وعلا مع الذاكرين، وتحفظ رأس مالك، ويكون سعيك فيما بعد ذلك بالأرباح، لكن إذا ضيّعت رأس المال أنّى لك الأرباح؟

النبي صلى الله عليه وسلم أخبر لأن يجلس مع قومٍ يذكرون الله بعد صلاة الفجر إلى طلوع الشمس، وبعد صلاة العصر إلى غروب الشمس أحب إليه من كذا وكذا، كان من أعيان السلف من يجلسون هذا الوقت، ولا يرضون أن أحدًا يدخل عليهم؛ لشغلهم به، لا يدخل أحد، لا يستفتي، ولا يقرأ، ولا يقول كذا، حتى يفرغوا من هذا، ويعدّون هذا هو القوت الحقيقي، وهو القوة الحقيقية، مثلما ذُكر عن شيخ الإسلام رحمه الله؛ كان يجلس ويقول: "هذه غدوتي، لو تركتها لانهارت قواي".

ما يدخل بقوله عليه الصلاة والسلام: «احْفَظِ اللهَّ يَحْفَظْكَ احْفَظِ اللهَّ تَجِدْهُ تُجَاهَكَ، تعرَّفْ إِلَى اللهَّ فِي الرَّخَاءِ يعرِفْكَ فِي الشِّدةِ»، قوله سبحانه عن يونس عليه السلام: ﴿فَلَوْلا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ (١٤٣) لَلَبِثَ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ﴾[الصافات:١٤٣-١٤٤]، هذا مثلما هو عمل الآن هو زخر عند الله عز وجل إذا وقع في الشدائد، وإذا تعوّد الإنسان هذا الذكر تذلل به لسانه، وصار يقوله أحيانًا وهو بين النوم واليقظة، وإذا اعتاده اللسان وذلّ به بحيث يقوله بين النوم واليقظة يستطيع بإذن الله أن يقوله وهو في أحوال النزع، فلا بد من هذه الحال، قادمة على الإنسان، «من كانَ آخرُ كلامِهِ لا إلَهَ إلَّا اللهُّ دَخلَ الجنَّةَ».

فعوّد نفسك بجميع وقتك من حين تستيقظ إلى أن تنام أن تقول: سبحان الله، والحمد لله، ولا إله إلا الله، والله أكبر، ولا حول ولا قوة إلا بالله، وأستغفر الله، تقول: توكلت على الله، ما شاء الله، حسبي الله ونعم الوكيل، هذه جمل الذكر، تعرف تقول: لا إله إلا الله وحده لا شريك له، الله أكبر كبيرًا، الحمد لله كثيرًا، سبحان الله بكرةً وأصيلًا، لا حول ولا قوة إلا بالله العزيز الحكيم.

تارةً تقول: سبحان الله عدد خلقه، سبحان الله رضا نفسه، سبحان الله زنة عرشه، سبحان الله مداد كلماته، كل واحدة ثلاث مرات، والحمد لله مثل ذلك؛ عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته، ثلاث مرات، والله أكبر كذلك؛ عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته، ثلاث مرات، كل واحدة ثلاث مرات، ولا إله إلا الله كذلك، ولا حول ولا قوة إلا بالله كذلك.

تزيد على هذه ما جاء بالسنة؛ منتهى علمه، سعة رحمته، عدد ما خلق بالسموات والأرض، عدد ما خلق بينهما، عدد ما هو خالق للسموات والأرض ولما بينهما، عدد ما هو خالق، عدد كل شيء، عدد ما أحصى كتابه، ملء الميزان، ملء ما شاء من شيءٍ بعد معه، ومثل ذلك معه، كل هذه الكلمات تقولها كذلك، هذا عملٌ عظيم.

فالذكر أنواع:

- منه المفرد؛ كأن تقول: سبحان الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر ولا حول ولا قوة إلا بالله.
- ومنه المضاف؛ كأن تقول: لا إله إلا الله وحده لا شريك له، الله أكبر كبيرًا، الحمد لله كثيرًا، سبحان الله رب العالمين، لا حول ولا قوة إلا بالله العزيز الحكيم، أستغفر الله العظيم الذي لا إله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه.
- ومنه المضاعف؛ كأن تقول: سبحان الله عدد خلقه، سبحان الله عدد خلقه، سبحان الله عدد خلقه، إلى آخره.

فلا بد للإنسان أن يعوّد لسانه، ويتعلق بهذا الذكر؛ بحيث يقوله في السيارة، وهو على فراش النوم، وهو في شغله، لأن هذا قوة لك على شغلك، وعصمة لك من الشيطان، وبعدين تتلذذ نفسك به، يكون راحةً للنفس، تكون من ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾[الرعد:٢٨].

فلا بد أن الإنسان يكون له منهج في الأذكار، ولا يرضى أن أحد يعترض عليه في منهجه هذا إلا أن يفيده فقط، أن يفيده ويزيده، لكن يقطع عليه ورده لا، ما يقطع، هذا منهاج السلف، معلم من معالم منهاج السلف اللهج بذكر الله عز وجل في سائر الآناء والأحوال.

المعلم الثاني: هو الاشتغال بالفضائل؛ فضائل الأعمال من الصلاة، من الصدقة، من الصوم، من العمرة والحج، وصلة الرحم، والبر، والإحسان إلى الخلق، يتحرّى الإنسان، يكون له برنامج يومي يبذل فيه ما يستطيع، لما سأل النبي صلى الله عليه وسلم الصحابة قال: «مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ صَائِمًا» قال الصديق: أنا، قال: «فَمَنْ عَادَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ مَرِيضًا؟» قال الصديق: أنا، «مَنْ تَبِعَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ جَنَازَةً؟» قال الصديق: أنا، «مَنْ أَطْعَمَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ مِسْكِينًا؟» قال الصديق: أنا.

هذا يكون في بال الإنسان يوميًا، تجعل لك برنامج، يكون له صدقة ما تيسّر لك من المال، ما تيسّر لك المستحق، تجمع صدقة الأسبوع، إن شاء الله تحط ريال واحد يكفيك، قال عليه الصلاة والسلام: «سَبَقَ دِرهَمٌ مائَةَ أَلفِ دِرهَمٍ» فسُئل النبي، قال: «رَجُلٌ لهُ دِرْهَمَانِ فأخذَ أَحَدَهُمَا فتَصَدَّقَ به، ورَجُلٌ لهُ مالٌ كثيرٌ فأخذَ من عُرْضِ مالِهِ مِائَةَ ألفِ دِرْهَمٍ فتصدَّق بها» الذي تصدق بمئة ألف تصدق بعرض ماله، والذي تصدق بدرهم تصدق بشطر ماله، نصف ماله، جملة الناس كذلك محدود مالهم ودخلهـم.

فالمهم إن الإنسان يحرص أن يكون له برنامج، تحرص مثلًا يوم الإثنين أو الخميس إذا تيسر لك؛ لأنهما يومان فاضلان تُعرض فيهما أعمال العباد على الله عز وجل إنك تكون صائم، تحرص إنك تصلي على الجنازة، تخصص يوم الاثنين أو الخميس مثلًا تجي تصلي بمسجد الراجحي، خصوصًا الظهر والعصر، يكون عندك برنامج، ما يفوت أسبوع ما صليت على جنائز.

الذي يرتّب البرنامج اليومي يتيسّر له، ويُعان، وتنفتح له أبواب الخير، ما تشتغل بعمل صالح وتعتاده إلا فتح الله عليك باب مثله، وهكذا تترقى، وذُكر عن إدريس عليه السلام أنه كان خياطًا، كان يذكر الله تعالى مع كل غرزة إبرة، فرفعه الله عز وجل مكانًا عليًا؛ لكثرة ذكره لله جل وعلا، وهكذا زكريا كان نجارًا، وداود كان صانعًا، كلهم كان يذكر الله عز وجل.

النبي صلى الله عليه وسلم كان يذكر الله على كل أحواله، وكان من أمثلة ذلك إذا فرغ من صلاة الضحى قال في مجلسه قبل أن يقوم: «ربِّ اغفر لي، وتُب عليَّ، إنَّكَ أنتَ التَّوَّابُ الرَّحيمُ» مئة مرة، وكان يُحسب له المجلس الواحد، يجلس في أي مجلس؛ في الصباح، في الظهر، في العصر، أي وقت، يُعدّ له أن يقول: «ربِّ اغفر لي، وتُب عليَّ، إنَّكَ أنتَ التَّوَّابُ الرَّحيمُ» مئة مرة.

فهذا هو الذي ينبغي لطالب العلم، ليتميز عن عامة الناس، أن يكون له منهاج، في الحديث القدسي الصحيح يقول الله تعالى: «مَا تقرَّبَ إِلَيَّ عبْدِي بِشْيءٍ أَحبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْت عليْهِ، وَمَا يَزالُ عَبْدِي يتقرَّبُ إِلى بالنَّوافِلِ حَتَّى أُحِبَّه، فَإِذا أَحبَبْتُه كُنْتُ سمعهُ الَّذي يسْمعُ بِهِ، وبَصره الَّذِي يُبصِرُ بِهِ، ويدَهُ الَّتي يَبْطِش بِهَا، ورِجلَهُ الَّتِي يمْشِي بِهَا، وَإِنْ سأَلنِي أَعْطيْتَه، ولَئِنِ اسْتَعَاذَنِي لأُعِيذَّنه» فدلّ على فضل الاشتغال بالعبادة فرضها ونفلها، وأن الفضل أول، والنفل مكمل ومحبب إلى الله عز وجل، يحبب الله إليك، ويكون من أسباب إجابة الدعوة، والعصمة من الشرور وأسبابها في الدنيا والآخرة.

الذي ليس عنده منهاج عبادة جافي وغافل، الله عز وجل قال للنبي صلى الله عليه وسلم: ﴿وَلا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ﴾[الأعراف:٢٠٥]، ﴿وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾[الكهف:٢٨] يعني ما مرتب أمره.

يكون له قدر يقرأه من القرآن في اليوم والليلة، يكون له قدر من الصلاة؛ صلاة النهار، قدر من صلاة الليل، يكون له أوقات ذكر، يكون له نوافل عمل صالح يتقرّب به إلى الله عز وجل، والإنسان إذا اضطجع مضطجعًا لا يذكر الله تعالى فيه كان عليه حسرة من الله، حسرة وندامة يوم القيامة، قام كمثل جيفة حرام، وإذا جلس مجلسًا لا يذكر الله تعالى فيه كذلك، وإذا أخذ بطريق لا يذكر الله تعالى فيه كذلك.

المهم أن الإنسان يكون له صلة وثيقة بذكر الله عز وجل وبعبادته، الفضائل هي الأصل ورأس المال، وما يفتح الله عليه من النوافل، يكون في ازدياد، كل مرحلة من عمره يكون في ازدياد وإقبالٍ على الله عز وجل، تعلقٍ بالله سبحانه وتعالى، حتى يلقى الله سبحانه وتعالى على أحسن أحواله، وفي الحديث: «اغْتَنِمْ خَمْسًا قبلَ خَمْسٍ: شَبابَكَ قبلَ هِرَمِكَ، وصِحَّتَكَ قبلَ سَقَمِكَ، وغِناكَ قبلَ فَقْرِكَ، وفَرَاغَكَ قبلَ شُغْلِكَ، وحَياتَكَ قبلَ مَوْتِكَ».

من تأمل النصوص والأحاديث عرف أن ميزة طالب العلم خاصة والمسلم عامة هذه الأمور، أما أداء الفرائض فأداء الفرائض ما فيه منها للمسلم، لا بد تؤدي الفرائض، ما فيه إسلام بدون فرائض، وهكذا الدعاء في الرخاء هذا ينبغي لأي مسلم، أما الدعاء في الشدة فالبهائم تدعو في الشدة، والكفار يدعون في الشدة ﴿فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفُلْكِ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ﴾[العنكبوت:٦٥] لا يكون المسلم كالكافر لا يدعو الله إلا عند الحاجة، يدعو الله ذاكرًا شاكرًا مثنيًا، مستعينًا بالله، معتصمًا به، ملتجئًا إليه، متقرّبًا إليه، مستمدًا العون منه، الذي لا يذكر الله في الرخاء ما يستطيع أن يذكره في الشدة ولو أراد، لا يطيعه قلبه، ما تعود.

عوّد لسانك، ذكر القلب بمثابة الغسيل ينظّف من الدرن، ويقوّي بصيرته، ويزيد إيمانه وقوته، والقلب ملك الجسد؛ إذا صلح صلح الجسد كله، وإذا فسد فسد الجسد كله، هذا أمرٌ مهم، لا بد من العناية به والاستعانة بالله عز وجل، أكثر من قولك: ربِ أعنّي على ذكرك وشكرك وحسن عبادتك، الدعاء المأثور: ربِ اغفر لي بقدرتك، وتولني بعنايتك، واقضِ أجلي في العبادة في طاعتك، إلى آخره، أن تدعو الله عز وجل أن يعينك على الذكر وعلى العبادة، وتلازم هذا ليظهر صدقك، وتكون جادًا في دعائك، مفتقرًا إلى ربك سبحانه وتعالى، هذا أمرٌ مهم جدًا.

كان الناس في الزمن الماضي يجالسون أهل العلم في المساجد، وفي المجالس الخاصة مجالس الأعيان، يكون لأهل العلم جلسة عند أعيان الناس، الأمير القاضي كذا الوجيه، ويتعلمون في المسجد، ويتعلمون في الطريق، ويتعلمون في المجلس، ويأخذون بالمحاكاة تلقائيًا.

والآن هذه انقطعت، والآن ادخلوا قاعات الجامعة الآن؛ كم مرة تسمعون يُذكر الله عز وجل؟ بالأخص كليات الجامعة، كم مرة تسمعون الأستاذ يذكر الله أو الطالب يذكر الله؟ أو ترون من يصلي في طرف الفصل، يندر هذا جدًا، كان الأول معتاد، تجد بين المحاضرتين تجد عشرات الناس، هذا تحت شجرة، وهذا في الزاوية، وهذا عند الكرسي، وهذا تحت السبورة، وهذا كذا، الآن انقطعت هذه، من أين يتعلم الناس طيب؟ يصير الناس عندهم كلام، ما عندهم عمل، كلام بس، ليس بعلم الكلام، هذا حجة الله على بني آدم، العلم علمان: علمٌ في القلب وذلك ما نفع؛ النافع الذي يثمر الخشية، وعلمٌ على اللسان وذلك حجة الله على بني آدم.

فلا بد أنكم تهتمون بهذا الشيء، تعتنون به، وتلازموه، وتجاهدوا أنفسكم عليه حتى تعتادونه، يصير سجية، يصير العمل الصالح سجية المسلم، وإذا اعتاده عافاه الله من الرياء، ترى هذه خصيصة، إذا اعتاد الإنسان العمل الصالح عافاه الله من الرياء، يصير يقوم به بفطرته وعادته، بألفته، يتقرّب به إلى الله عز وجل، يصير أكبر من إنه يراعيه، ويشهد عليه.

عوّد نفسك قول لا إله إلا الله، يُروى عن نوح عليه السلام أنه قال: يا بني، عوّد لسانك قول لا إله إلا الله، لأنها لو كانت السموات والأرض حلقة لفصمتها لا إله إلا الله، ولا إله إلا الله حروفها مضمرة جوفية –من جوف الفم–، يقولها الإنسان دون أن يحرّك شفتيه، من قالها وذلّ بها لسانه سهل عليه قولها عند النزع وإن كان في أشد الحال؛ لأنه ألفها، ولأن الله يلطف به لأنه طالما قالها في حال رخائه.

فعوّد نفسك لا إله إلا الله أول الأمر، حتى تكون سهلة عليك ويسيرة عليك، تستحضرها متى ما أردت، ثم بعد ذلك بقية جمل الذكر، لكن لا إله إلا الله لازم تصاحبها، لأن «**من كانَ آخرُ كلامِهِ لا إلَهَ إلَّا اللهُ دَخلَ الجنَّةَ**» ولأنها أثقل شيء في الميزان، أثقل شيء في الصحف، فلذلك ابدأ بهذا، وثّق صلتك بلا إله إلا الله، كلمة التقوى، والعروة الوثقى، وأساس المنّة، وقاعدة الشريعة، وشهادة قبول العمل، وأثقل شيء في الميزان، أول ما يُدخَل به الإسلام، وآخر ما يُخرَج به من الدنيا، ويكفيك أنها مفتاح الجنة.

فهذا أمرٌ مهم، لا بد للإنسان يعي هذا الأمر، ويُعنى به، ويستقيم عليه، ويجاهد نفسه عليه، ويستعين الله عز وجل على ذلك، وفي نفس الوقت يوصّي به، توصّي به أمك، توصّي به أباك، توصّي به أختك، توصّي به أخاك، توصّي به صديقك، توصّي به جارك، توصّي به من لقيت، وبذلك تكون مباركًا أينما كنت، إذا كنت على علمٍ شرعي وعملٍ به وبيانٍ له لمن يحتاجه، وتوصي به الناس، فتكون بذلك مباركًا.

هذا أمرٌ لا بد من فهمه وعقله ومعرفة حسنه، وحسن عاقبته، وبركته على الإنسان في عاجل أمره وآجله، أن يوصّي به غيره حتى ينتشر الخير ويعظم الخير، ويُهدى الناس إلى الرشد، لا سيما إننا في زمنٍ تتقاذف الناس أمواج الفتن فيه مثلما ترون، في زمن الهرج القتل، ما تسمع خبر يومي إلا فيه مئات القتلى يمين يسار، ما صار هذا في التاريخ ترى، هذا زمن الهرج؛ القتل عن غير بينة، قتل المؤمنين أو المسلمين أنفسهم، وهذا هو الواقع، اسمع عن القتل في بلاد المسلمين وقارنه في بلاد الكفر، ما تجد نسبة، هل رخُص دم المسلمين إلى هذه الدرجة؟ لكن السبب الجهل والإعراض والأهواء وطاعة الكفار.

هذا أمر عجيب خطير ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ تُطِيعُوا فَرِيقًا مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ يَرُدُّوكُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ كَافِرِينَ﴾[آل عمران:١٠٠] يقول النبي صلى الله عليه وسلم: «لا تَرْجِعُوا بَعْدِي كُفَّارًا يَضْرِبُ بَعْضُكُمْ رِقَابَ بَعْضٍ».

﴿وَكَيْفَ تَكْفُرُونَ وَأَنْتُمْ تُتْلَى عَلَيْكُمْ آيَاتُ اللَّهِ وَفِيكُمْ رَسُولُهُ وَمَنْ يَعْتَصِمْ بِاللَّهِ فَقَدْ هُدِيَ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ (١٠١) يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ (١٠٣) وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ﴾[آل عمران:١٠١-١٠٣] هذه وصايا ربانية عظيمة جدًا، ولمخالفتها صار ما صار من الشرور والفتن.

أنا أردت تذكير نفسي وإياكم بهذا لأنه مهم، كثير من الناس في غفلة؛ لأنه قلبًا يتعرض له البيان، وقلبًا يكون نموذجًا فيه، النفوس تأخذ بالمحاكاة أكثر منها بالكلام، لأن التأثير بالأفعال أبلغ من التأثير بالأقوال، إذا انضم القول والفعل في الخير كان ذلك سدادًا وتوفيقًا نسأل الله التوفيق، كان ذلك أدعى للقبول، وأنشط للنفوس، أسأل الله عز وجل أن يعيننا جميعًا على ذكره وشكره وحسن عبادته، وأن يستعملنا في طاعته، وأن يعصمنا من الفتن ما ظهر منها وما بطن، وأن يجعلنا هداةً مهتدين مباركين أينما كنا، أئمة المتقين في الدنيا والأخرى، والله أعلم، وصلى الله وسلم على محمد وصحبه.