



أساليب جبر الخواطر

تعلّموا العطاء حتّى في ظروفكم الشديدة هذه، تعلّموا كيف تهدون النّور لمن حولكم

وإن كانت خفاياكم حالكة مظلمة جداً!

تعلّموا أن تهبوا لأحبابكم ابتسامة، وإن كنتم تبكون.

ابدلوا، فثواب العطاء سيمسح متاعبكم، ويخبئ لكم فرجاً من حيث لا تحسبون.

وبما أن ” دوام الحال أمر محال ” فمن الممكن أن تكون اليوم مجبور الخاطر وغدا تفقد الشخص الذي يقوم بذلك لذا فعليك أن تجبر خواطر من تجدهم في حاجة إلى ذلك حتي تجدهم بشكل دائم عند حاجاتك لذلك منهم ،عندما تشعر بالآخرين وتقدر ألهمهم بالطبع سوف تجد من يشعر بك ويقدر ما يؤملك بل سيبادر في مساعدتك ردا لما قمت بفعله معه.

واعلموا أن أساليب جبر الخواطر كثيرة، نذكر بعضاً منها:



١- تبادل الهدايا بين الأقارب والأصدقاء والأحباب من أجل ما يدخل
الفرحة للقلب والهناء للنفس وهي سبيل الحب، وبساط الود، وطريق
الألفة، لقوله _ ﷺ _ : "تهادوا تحابوا" البخاري.

فجعل النبي تبادل الهدايا سبباً في المحبة والمودة.
وقال أنس لأولاده: يا بني تبادلوا بينكم، فإنه أود لما بينكم.
والبر بأرقى صورته أن تشتري لوالديك ما يحتاجون وتفاجئهم بها
يفقدون؛ دون طلب منهم أو سؤال، بل كرم منك وحباً لهم، ففي هذا
الفعل أجل ما يسطر من جبر.

٢- الكلمة الطيبة التي تطيب بها خاطر مهموم أو مظلوم، قد تكون سبباً
في تغيير حالته؛ لذا كان يقول الرسول: "الكلمة الطيبة صدقة" لعظيم
أثرها على النفس.

٣- وكذلك الابتسامة وبشاشة وطلاقة الوجه، قد تدخل الفرحة
والسرور على محزون أو ضعيف أو مسكين؛ لذا كان رسول الله يقول:
"تبسمك في وجه أخيك صدقة".

٤- وقضاء حاجة الناس والسير في قضاء مصالحهم من جبر الخواطر، فلا
يأنف ولا يتكبر الإنسان من أن يمشي مع الأرملة والمسكين والضعيف



لقضاء حاجة له، وقدوته في ذلك رسول الله. ولا ننسى اليتيم؛ فاليتم جعل الله من يمسح على راسه ويحنو عليه أجراً عظيماً فما ظنك بمن يقف بجواره ويعطه من ماله ويتكفل برعايته ولا ننسى الأرملة والمساكين وصاحب الحاجة الذي انكسر قلبه وذلت نفسه وضاق صدره، ما أجمل أن نجعل له مالنا نصيب، ومن طعامنا ولو الشيء القليل، ومن دعائنا ما نستطيع؛ بذلك نجبر كسرهم ونطيب قلوبهم ولا نشعرهم بالنقص أبداً، لذا كان يقول الحبيب محمد: "الساعي على الأرملة والمساكين، كالمجاهد في سبيل الله، أو القائم الليل الصائم النهار". تأمل أيها القارئ كيف ساوى وجعل رسول الله من يساعد هؤلاء المساكين! جعلهم كالمجاهدين في سبيله في أرض المعركة؛ وهو أعلى شيء في الإسلام.

قال أحمد بن عبد الحميد الحارثي: "ما رأيت أحسن خلقاً من الحسين اللؤلؤي، كان يكسو مماليكه كما يكسو نفسه". كتاب سير أعلام النبلاء.

٥- التزاور من أهم الأشياء التي تجبر بخاطر الناس وتشعرهم باهتمام من حولهم بهم، فقد كان الرسول يزور أقاربه وأصحابه، وكان ﷺ يكثر من زيارة المرضى والضعفاء ومن ليس له أحد كان يهتم بزيارتهم وتقديم الخير لهم، وأمر النبي بصلة الرحم، وأكد عليها، وجعلت قطيعة الرحم



من أعظم الذنوب في ديننا.

٦- نصره المظلوم والدفاع عنه قدر المستطاع، فإن لم تستطع فبكلمة طيبة تهون عليه وتخفف عنه وتذكره بأن الله منتصر له وناصره لاهالة، بل تطيب خاطره ولو بدعوة إلى أن ينصره.

٧- وما أروع أن نقبل اعتذار المخطئ في حقنا! وخاصة عندما نعلم أن خطأه غير مقصود، وأن تاريخ صحبتنا معه طيب نقي، فيتأكد حينها قبول الاعتذار والصفح عنه ومسامحته تطيب نفسه وتجبر بخاطره. كما قيل:

اقبل معاذير من يأتيك معتذراً. إن بر عندك فيما قال أو فجر.

