

١٧- صعب أوي أنتحكم في شعوري بالغضب والغل ناحية حد
شايف إنه أذاني .. وأستوقفتني الآيه دي؛ (قُلْ مَوْتُوَا
بَغِيْظِكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ)

إيه الفرق بين الغيظ والغضب والغل والحقد؟؟

الغضب : شعور بشري مسموح بيه في أطر محدده، كتفيس
عن تغير ما حدث في القلب، بمعنى إنه فعل في القلب يظهر في
الجوارح ..

الغيظ والغل والحقد : فسروها العلماء أنهم أفعال في القلب
لا تظهر في الجوارح .. غضب كامن في الخفاء ..

مش المشكله إنك تغضب في حدود ومنطق .. لكن المشكله في
الغل والغيب والحقد إللي يملى قلبك واحده واحده .. لحد ما
يتمكن منه ويحوله لقلب مريض!

وسبحان الله هو ده إللي بيوجب الأمراض الخبيثة إللي
بتوصل للموت .. قُلْ مَوْتُوَا بَغِيْظِكُمْ !

ليه بيحصل كده ؟

أسباب كثيرة:

إن ميكونش عندك (الصدق) والوضوح مع نفسك ومع ربنا ومع الآخر.. فمعدكش حق تواجهه بيه ، فبتكتم وتتغل ..

أو لإنك عندك (خوف) مبالغ فيه من تغيير حال، تغيير رزق، تغيير وضع، تغيير مشاعر .. ، الآخر سبب فيه بشكلٍ ما.. الخوف ده موصلك لمرحلة الذل ، فالخوف والذل تحوّلوا لغلٍ مكتوم في قلبك من الآخر..

أو لإنك عندك (إجو) مسيطر عليك ببعيميك عن الحق وعن إن تكون مركزيتك الله في الحكم على الأمور، فبيتحول لغلٍ للإنتصار والسيطره بأي شكل ..

كل ده بيخليك إنسان ضعيف عاجز متقدرش تواجه نفسك أو الآخر أو الظروف .. فكل العجز بيتحول لغلٍ !

(وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الْأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ)

مبيواجهوش !

ومع الوقت بيتحول الغيظ والغلٍ لكراهيه وحسد وتمني زوال نعمه وشر وانتقام ..

بیتفاوت الشعور بالغل حسب كل إنسان ودرجة تطهيره لقلبه
عشان كده من سمات المؤمنين في الجنة إن قلوبهم تُنزع
منها الغل تماماً ..

(وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غَلٍّ إِخْوَانًا عَلَىٰ سُرُرٍ مُّتَقَابِلِينَ)

.. الخلاصه

مستحيل تعيش مرتاح أو مطمئن في الدنيا وفي قلبك غل ..
مستحيل تقوم بدورك ورسالتك وفي قلبك غل .. مستحيل تكون مؤمن
إيمان حقيقي بالله أو يجتمع حب الله ورسوله مع غل لبشر!

تعمل إيه ؟

١- تكون صادق وواضح

٢- شجاع ، مش الخوف إللي بيحركك

(خوف من خسارة، فقد مصلحه، فقد علاقات ...)

٣- إغضب وعبر عن شعورك بأصول ومبادئ

٤- إرضى بحالك وركز مع نفسك

٥- متفرطش في حقوقك ، خد حقلك ومركزيتك ربنا مش الغل
والإنتقام

٦- تعامل إن فيه رب .. خلقك وخلق إلهي إنت مغلول منه!

٧- طهر قلبك أول بأول .. إشغله بأهداف أكبر

٨- الهجر الجميل ..

٩- والله لو قدرت .. فالصفح الجميل

١٠- بدل مركزيتك ،بدل ما تكون نفسك خليها الله .. هتتصر على

(الإجو) وكل حساباتك هتختلف

وأخيراً :

(رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي

قُلُوبِنَا غِلًا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ)

