

الغضب.. وبعض القصص الواقعية

سوف نستعرض خلال الصفحات التالية بعض القصص التي تصور الغضب كقوة شيطانية تقهر الإنسان.. وتدفعه إلى أفعال ما كان يأتينا لو لم يكن غاضبا.. حيث إن للقصة المعبرة أثرها في النفس.. خاصة إذا كانت نابعة من موقف إسلامي أو واقعي.. ويمكن أن تفيدنا في مواجهة مواقف الغضب.

القصة الأولى:

فعندما رجع موسى عليه السلام من الميقات وفي يده الألواح فلما رأى ما فعله بنو إسرائيل من عبادتهم للعجل وقد استخلف أخاه هارون على بني إسرائيل حتى يرجع، ألقى الألواح وأخذ برأس أخيه يجره إليه ظنا منه أن أخاه قصر في أمر دعوته لقومه مما نشأ عنه عبادتهم للعجل فقد قال له: ﴿ قَالَ يَبْهَرُونَ مَا مَنَعَكَ إِذْ رَأَيْتَهُمْ ضَلُّوا ﴾ فلما أخبره أخوه بحقيقة الأمر، وهي أنه قام بواجب الدعوة غير أن بني إسرائيل استضعفوه وكادوا أن يقتلوه، عند ذلك سكن غضب موسى عليه السلام وظهر له أن أخاه لم يقصر وأنه قد ظلمه فقام سيدنا موسى بأخذ الألواح. وكان الغضب وسواس قرع فكر موسى ليلقى الألواح، وقد كان غضبه من شدة غيرته على الدين، فقد كان عليه السلام شديد الغضب لله سبحانه وشديد الغيرة على دينه.

القصة الثانية:

جاء شخص من إحدى القبائل إلى النبي ﷺ فقال له: أوصني يا رسول الله. فقال له: هلي أنت مستوصي بما أنا موصيك به؟ فقال: لا حول ولا قوة إلا بالله. فقال له: لا تغضب. فلما رجع إلى قبيلته رآها تعد العدة لقتال قبيلة أخرى، وبدلاً من أن ينساق مع الغضب الجارف للقتال تذكر وصية النبي ﷺ فقال لقومه: إذا كنتم تريدون قتالهم فأنا أَدْفَعُ لَكُمْ الدِّيَّةَ أَوْ الْفِدْيَةَ حَتَّى تَكْفُوا عَنْهُمْ، وَبِذَلِكَ حَقَّنَ دَمَاءَ الْفَرِيقَيْنِ، وَقَدِيمًا قِيلَ: "عندما يتزوج الغضب من الثأر يجبان الشرارة".

إن الكف عن الغضب هو الوصية التي كان يكررها النبي ﷺ عن مَنْ يَطْلُبُ مِنْهُ النَّصِيحَةَ، لِأَنَّ الْغَضَبَ مِفْتَاحَ الْكَثِيرِ مِنَ الشَّرُورِ.

القصة الثالثة:

ففي رواية أن جارية لدى علي بن الحسين كانت تسكب الماء على يده فسقط الإناء على رأسه فشجّه، فقالت: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ﴾.

فردّ عليها: كظمتُ غيظي.

فقال: ﴿وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ﴾.

فقال: عفوتُ عنك.

ثم قالت: ﴿وَاللَّهُ سَجِبُ الْمُحْسِنِينَ﴾.

فقال: أنت حرّة نوجه الله!!

وربما لم يكن تلميذ القرآن البارّ على بن الحسين (عليه السلام) بحاجة إلى تذكرة المرأة بكظم الغيظ والعفو والإحسان، ولكنه لبي دعوة القرآن ليؤكد لها أنه نموذج الكاظم للغيظ والعافي والمحسن، وأن غيظه لن يذهب بحذمه.

القصة الرابعة:

يروى أن رجلاً قال: والله لا يغفر الله لفلان قال الله: من ذا الذي يتألى على أن لا أغفر لفلان؟ فإني قد غفرت لفلان وأحببت عملك، تحقيق الألباني [صحيح] فهذا الرجل أغضب الله. وتكلم في هذه الحال وهو غاضب لله ولكن بما لا يجوز حيث حتم على الله بما لا يجوز فأحبط الله عمله (لأن الله يغفر لمن يشاء ويعذب من يشاء، ومن يغفر الذنوب إلا الله) والعجب أنه غضب لله ولكنها كلمة باللسان. فكان أبو هريرة يحذر الناس أن يقولوا مثل هذه الكلمة في غضب... فكيف بمن يغضب لنفسه ثم يتكلم بما لا يجوز. وفي صحيح مسلم (عن عمران بن حصين أنهم كانوا مع النبي ﷺ قال بينما رسول الله ﷺ في بعض أسفاره وامرأة من الأنصار على ناقه فضجرت فلعتها فسمع ذلك رسول الله ﷺ فقال خذوا ما عليها ودعوها فإنها ملعونة) وفي صحيح مسلم: أن رجلاً من الأنصار على ناضح له فأناخه فركبه ثم بعته فتلدن عليه بعض التلدن فقال له شأ نعتك الله فقال رسول الله ﷺ من هذا اللاعن بعيره قال أنا يا رسول الله قال انزل عنه فلا تصحبنا بملعون لا تدعوا على أنفسكم ولا تدعوا على أولادكم ولا تدعوا على

أموالكم لا توافقوا من الله ساعة يسأل فيها عطاء فيستجيب لكم) المرأة فقدت ناقتها بكلمة في غضب. وكذلك الرجل. والرسول ﷺ لا يتهاون في ذلك ويخشى شرا على القافلة إن كان فيها هيمة ملعونة (بكلمة) ثم يحذر الأمة كلها أن يدعو الإنسان على نفسه أو على ولده وأهله أو على ماله. لأن ذلك قد يوافق ساعة إجابة فيستجاب فتكون الكارثة (بكلمة).

القصة الخامسة

ومما يحكى أن معن بن زائدة كان أميراً على العراق، وكان حليها كريباً يضرب به المثل فسمع به أعرابي فأراد أن يمتحن حلمه، قال الأعرابي:

أندكر إذ لحافك جلد شاة وإذا فعلاك من جلد البعير
فقال معن: أذكر ولا أنساه.

فقال الأعرابي:

فسبحان الذي أعطاك ملكاً وعلمك الجلوس على السرير
فقال معن: سبحانه وتعالى:

فقال الأعرابي:

فلمست مسلماً أن عشت دهرًا على معن بتسليم الأمير
فقال معن: يا أخا العرب! السلام سنة.

فقال الأعرابي:

سأرحل من بلاد أنت فيها ولو جار الزمان على الفقير

فقال معن: يا أخا العرب إن جاورتنا فمرحبا بك، وإن رحلت

فمصحوبا بالسلامة:

فقال الأعرابي:

فجد لي يا بن ناقصة بشيء فإني قد عزمت على المسير

فقال معن: أعطوه ألف دينار ليستعين بها على سفره.

فأخذها وقال:

قليل ما أتيت به وإني لطمع منك بالمال الكثير

فقال معن: أعطوه ألفا آخر.

فأخذها وقال:

سألت الله أن يثيبيك ذخراً فما لك في البرية من نظير

فقال معن: أعطوه ألفا آخر.

فقال الأعرابي: يا أمير المؤمنين ما جئت ألا مختبراً حلمك، فقد جمع

الله فيك من الحلم ما لو قسم على أهل الأرض لكفاهم.

فقال معن: يا غلام! كم أعطيته على نظمه؟

قال: ثلاثة آلاف دينار. .. فقال اعطه على نشره مثلها.

القصة السادسة.

ويروى أنه كان هناك ولد عصبى وكان يفقد صوابه بشكل مستمر. فأحضر له والده كيسًا مملوءًا بالمسامير وقال له: يا بني أريدك أن تدق مسارًا في سياج (سور) حديقتنا كلها اجتاحتك موجة غضب وفقدت أعصابك..

وهكذا بدأ الولد بتنفيذ نصيحة والده فدق في اليوم الأول ٣٧ مسارًا ولكن إدخال المسار في السياج لم يكن سهلاً. فبدأ يحاول تمالك نفسه عند الغضب.. وبعد مرور أيام كان يدق مسامير أقل.. وبعدها بأسابيع تمكن من ضبط نفسه.. وتوقف عن الغضب وعن دق المسامير.

فجاء إلى والده وأخبره بإنجازه ففرح الأب بهذا التحول وقال له: ولكن عليك يا بني باستخراج مسمار لكل يوم لا تغضب فيه.

وبدأ الولد من جديد بخلع المسامير في اليوم الذى لا يغضب فيه حتى انتهى من المسامير في السياج..

فجاء إلى والده وأخبره بإنجازه مرة أخرى..

فأخذه والده إلى السياج وقال له: يا بني إنك صنعت حسناً.. ولكن انظر الآن إلى تلك الثقوب في السياج، هذا السياج لن يكون كما كان أبداً.

وأضاف: عندما تقول أشياء في حالة غضب فإنها تترك آثارًا مثل هذه الثغوب في نفوس الآخرين. تستطيع أن تطعن الإنسان وتخرج السكين، ولكن لن يهتم مرة تقول "أنا أسف" لأن الجرح سيظل هناك!!

القصة السابعة:

شب حريق ونيران في منزل في حي من الأحياء في مدينة من المدن، جاءت المطاق وفرق الإنقاذ للإسراع في إنقاذ من في داخل المنزل، لكن.. للأسف وجدوا امرأة حرقت كما حرقت أرجاء المنزل، قدر الله وما شاء فعل. هذه المرأة زوجة وأم لطفل عمره ستين.

وبعد التحقيقات الجنائية تبين أن سبب وفاة الأم ليس من الحريق بل في لكمة وجهت إليها.
فبدأت الحقائق تظهر.

في يوم بعدما انتهى الزوج من رياضته المفضلة التي يمارسها باستمرار، وهي حمل الأثقال، قدم إلى المنزل حيث استقبلته زوجته، ولكن يبدو أن يومها لم يكن هادئًا ولطيفًا، صار شجارًا بينهما وعكّرت صفو زوجها، حيث شُحن بالغضب الذي سرعان ما تزايد وتزايد حتى بلغ أوجه وخرج عن وعيه فما كان منه إلا أن لطم امرأته التي سقطت فاقدة الوعي وفارقت الحياة ولم يدري ما يفعل وندم حيث لا ينفع الندم، اتصل بقريب له وأخبره بمصيبته، فقال له احرق المنزل فتحرق الجريمة معه وتكون هبةً منشورًا، وهكذا فعل.

لقد أغفل القريب ما يجري من أمور وتحقيقات بعد أى حدث، وعرفت تفاصيل الجريمة وعرف بها أهل الزوجة. الذين فجعوا لما أصاب ابنهم وفجعوا لنهايتها المحرقة.

ولم يهدءوا إلا بعد أخذ القصاص منه ونفذت فيه عقوبة الإعدام.

ومن هذه النحظة عاش الطفل وحيداً عند أقربائه من غير أم ومن غير أب، كبير وهو يكره أهل والده حتى إنه تزوج وأنجب طفلاً وهو لا يطل عليهم، وهم لا يعرفوه من بعد ما كان).

وهذه قصة واقعية بدأت مثيراتها من لحظة الغضب وانتهت باستجابات ندم عليها فاعلمها، وترتبت عليها نتائج غاية في السوء من قتل الوالدة ومن حرمان الطفل من الوالدين ومن قطع صلة الرحم وإنكاره لأهل أبيه.

القصة الثامنة:

يحكى شاب حكايته مع الغضب.. كان يمكن أن أفعل أشياء كثيرة ومختلفة لو أن إرادتي لم تتجمد وعقلي لم يتوقف عن التفكير.

لكن ما حدث صار جزءاً من الماضي وانتهى الأمر. يصعب معرفة ما لم نختبره بأنفسنا من فهمه وقبوله، هكذا وجدت نفسي في سن الـ ٢٢ بين المرض والحرمان، وحتى اليوم لا أستطيع قبول الأمر ولا أستطيع تغييره. المرض أو الفقر أو سوء التكيف، تكفى إحدى المصائب الثلاث لتحيل حياة المرء إلى جحيم.

أخبرني الطيب بعدم وجود كلية يسرى عندي، وشرح لي أنها

حالات معروفة في الطب، فالبعض يرثه واحدة أو كلية وأحيانا ثلاث، ولا داعي للقلق بهذا الشأن، لكن نوبات الألم تبقى مصدرها مجهولا، وفي سنة ١٩٨٨ تبين وجود كلية يسرى هابطة ومتضخمة ويلزم استئصالها بسرعة، وذلك ما حصل. وما حدث بعد ذلك هو ازدياد الشعور بالسخط ثم الغضب المتزايد، وأظن العجز عن إيجاد حلول مرضية أو مناسبة هو ما أوصلنى إلى عدم التفكير، وبدوره كان يزيد من الشعور بالغضب ليشج عنه تناقص الأصدقاء والوصول إلى العزلة المخيفة.

بعد المرض بدأت بكراهية نفسى.. وصار الخوف محور حياتى.. خوف من الوحدة والحاجة، وفقدان الثقة.. وزاد ابتعادى عن الجميع.. وصرت أغضب لأتفه الأسباب. وفي السنة الثانية في الجامعة رسبت في أكثر المواد، لم أنزعج نهائيا.. ووجدت الغضب على وجه أبى ومن حوله وهم يسخرون منى بأصوات عالية ابنك راسب.. وزاد غضبى حتى أصبحت أدخن بشراهة وأسكر وأصبحت أوجه العداة لأبى والجميع.. وانفتح بثر الغضب.. وأصبحت حياتى تسوء وتضطرب وأصبحت مثل بقايا قبر قديم. كلها بسبب الغضب والعزلة وعدم الرضا بالواقع.. وأصبحت شخصا غاضبا على كل ما حوله.. وأتفه الأمور تثير انفعالى حتى كرهنى الجميع من حولى حتى أقرب الأقباء.. وأنا الآن داخل أحد مستشفيات الأمراض النفسية على أمل أن أستعيد حياتى من جديد.. بعد أن دمر الغضب كل حياتى.