المبحث الأول
الغَضَـب

۞ المطلب الأول: تعريف الغَضَب لغةً، واصطلاحًا

- **الغَضَب لغةً:**

الغَضَب نقيض الرِّضا، وهو مصدر غَضِبَ يَغْضَبُ غضبًا، يقول ابن فارس: (الغين والضاد والباء)، أصل صحيح يدل على شِدَّةٍ وقوة. يقال: إن الغَضَبة: هي الصخرة الصَّلبة.

- **الغَضَب اصطلاحًا:**

قال الجرجانى: الغَضَب: تغيُّرٌ يحصل عند فوران دم القلب ليحصل عنه التشفي في الصدر.

***

۞ المطلب الثاني: درجات الغَضَب وأسبابه:

أولا: درجات الغَضَب:

يتفاوت الناس في قوة الغَضَب على درجات، كتفاوت المعادن عند تعرُّضها للنار، فلكل معدن درجة انصهار تختلف عن معدن آخر، فمثلًا ليست درجة انصهار الحديد كدرجة انصهار النحاس، وليست كدرجة

obeikandl.com

انصهار الذهب، وهكذا، فالناس معادن كما أخبر النبيُّ صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ.

• عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَٱللَّهُعَنْهُ عَنْ رَسُولِ الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ قَالَ: [**تَجِدُونَ النَّاسَ مَعَادِنَ، خِيَارُهُمْ فِي الجاهليَّة خِيَارُهُمْ فِي الإسلام إِذَا فَقِهُوا**](١).

فالناس في قوة الغَضَب وحرارته، ثلاثة أنواع.. نوعان مذمومان، وهما التفريط والإفراط، ونوع محمود وهو الاعتدال في الغَضَب.

• **النوع الأول: التفريط في الغَضَب:**

ويكون إما بفقد الغَضَب بالكلية أو بضعفه، ويُذَمُّ فيه الشخص، ويوصَف بصفات سيِّئة كانعدام الحَمِيَّة، ويوصَف بالبرود، وبالدِّياثة، ولم لا ؟!

إذا مرَّ أحدنا في طريق، رأي ما يُدمي القلوب، من ظهور عورات المسلمات في الطرقات، بل وترى الرجل يمشي بجوار امرأته وهي متبرِّجة سافرة، تلبس الثياب الضيِّق الذي يُظهِر مفاتنَ جسدِها؛ مما يُثير الرجال والشباب، ولا يجرى الدم في عروق زوجها، بل كثير منهم يتباهَى بذلك ويتفاخر، وقد ذمَّ رسول الله صَلَّىٰٱللَّهُعَلَيۡهِوَسَلَّمَ مثل

(١) أخرجه البخاري، ح (٣٤٩٣)، ومسلم، ح (٢٣٧٨).

هذا الصنف من الرجال في حديثه، حيث قَالَ: [**إِنَّ اللهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى خَلَقَ ثَلَاثَةَ أَشْيَاءَ بِيَدِهِ: خَلَقَ آدَمَ** عَلَيْهِ السَّلَامُ **بِيَدِهِ، وَكَتَبَ التَّوْرَاةَ بِيَدِهِ، وَغَرَسَ الْفِرْدَوْسَ بِيَدِهِ، وَقَالَ: وَعِزَّتِي، لَا يَسْكُنُهَا مُدْمِنُ خَمْرٍ، وَلَا دَيُّوثٌ**]. قَالُوا: يَا رَسُولَ الله، قَدْ عَرَفْنَا مُدْمِنَ الْخَمْرِ، فَمَا الدَّيُّوثُ؟ قَالَ: [**مَنْ يُقِرُّ السُّوءَ لِأَهْلِهِ**](١)، وقال الشافعي رَحِمَهُ اللَّهُ: « مَنِ اسْتُغْضِبَ فَلَمْ يَغْضَبْ فَهُوَ حِمَارٌ »(٢)، أي مَن رأي ما يَجلِبُ الغَضَب، كصمته على عرضه إذا انتهك سِتْرُه، فهو كذلك.

ولم لا ؟! ولقد رأينا في زماننا هذا من يَخرجون على الفضائيات الماجنة، يُسمَّوْن بالنُّخْبة أو بأهل الفنِّ والإبداع، مَن يُثنِي على العُرْي والتَّعرِّي، بل يبذل كلَّ ما لديه لمحاربة الفضيلة والأخلاق والعِفَّة، ويسمِّيها رجعيَّة، ويسمِّى الغَيْرة تشدُّدًا وتطرُّفًا، وغير ذلك من الألفاظ، حتى يقبلها البُسطاء.. كحريَّة المرأة، وتحريرها، والأصل أن يسمَّى هذا «حرية التمتع بالمرأة، وتحريرها من حيائها ولباسها وأخلاقها».

---

(١) أخرجه الخرائطي في مساوئ الأخلاق.

(٢) انظر: إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالي (٣/ ١٦٧).

• فأين الرجولة حين ترى شابًّا يظهر على أمثال هذه الفضائيات الهدَّامة، سأله مقدِّم البرنامج: هل ترضى أن تزني بصديقتك؟ هل هذه الحرية التي تريدها؟ فقال له: نعم، فقال له المذيع: هل ترضاها لأختك ؟ قال له: نعم، فردَّ عليه بتعجُّب، وقال: هل لو قالت لك أختك: إني سأخرج أنا وصديقي لنفعل الفاحشة، سترضى؟ قال له الشاب الدَّيوث الذي عبد الغرب في كل شيء: نعم أرضَى، فقال له المذيع: هل يعلم والداك ذلك؟ قال: نعم، قال المذيع: لو حملت أختُك من صديقها، ماذا ستفعل؟ قال: لن أفعل شيْئًا، قال: أليس هذا ابن زنا؟ قال له: لا هذا ابن فراش؛ لأنني كنت أعلم أنهم سيفعلون ذلك، فقال له المذيع وهو في قمة التعجب: لا يا سيدي هذا اسمه زنا، وذلك الغلام ابن زنا، وابن حرام، فسكت الشاب الدَّيوث أبًا عن جَدٍّ..

• وأمثال هؤلاء كثير من الذين يعرَفون بين الناس بأنهم أهل الفن والإبداع، والنخبة والصفوة والمثقفون، ونحو ذلك.

• فعلى سبيل المثال لا الحصر، في لقاء مع مخرج سينمائي مشهور ، سأله مستضيفه قائلًا له: هل لو عُرِض على ابنتك مشهدٌ مثير، وفيه إغراء وزنا، سترضى لها بذلك ؟ فقال له: أنا لا أفرِض على أبنائي

شيئًا، لا أفرِض عليها اعتقادًا معيَّنًا، ولا دينًا معيَّنًا، ولا عملًا معيَّنًا، فهي لها مطلق الحرية في تصرفاتها.

وهذه هي الليبرالية التي يعبدونها من دون الله، ويحاربون الإسلام والشريعة لأجلها، وهذا التفريط في الغَضَب نوع مذموم لا يأتي بخير قط، ويورث صاحبه الدِّياثة، والبرود، والجبنَ والذلَّ والحقارَةَ، وكل ذلك نراه في حياتنا اليومية، وفي كل زمان ومكان.. عافانا الله تعالى مما ابتلِي به غيرُنا، وطهَّر قلوبَنا منه، وطهَّر بلادنا من أهله، اللهم آمين.

***

• النوع الثاني: الإفراط في الغَضَب:

وهو نقيض الأول، ويكون بغلبة هذه الصفة حتى تخرج عن سياسة العقل والدين والطاعة، ولا يبقى للمرء معها صبرٌ ولا بصيرة، ولا نظر ولا فكر ولا اختيار، فعندما يتملَّكه الغَضَب، تتوقف حواسُّه عن العمل، فلا يسمع ولا يرى، ولا يتكلَّم ولا يشعر بشيء؛ فيصير غائب الوعي والإدراك، كالسكران الذي لا يدرى ما يقول، ولا يدرك ما يُقال وما يدور من حوله، وهذا الصنف لا يخلو منه زمان ولا مكان، حتى في الصحابة أنفسهم.

• عَنْ أَبِي مَسْعُودٍ الْأَنْصَارِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: « كُنْتُ أَضْرِبُ غُلَامًا لِي بِالسَّوْطِ، فَسَمِعْتُ صَوْتًا مِنْ خَلْفِي، [**اعْلَمْ، أَبَا مَسْعُودٍ**]، فَلَمْ أَفْهَمِ الصَّوْتَ مِنَ الغَضَب، قَالَ: فَلَمَّا دَنَا مِنِّي إِذَا هُوَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَإِذَا هُوَ يَقُولُ: [**اعْلَمْ أَبَا مَسْعُودٍ، اعْلَمْ أَبَا مَسْعُودٍ**]، قَالَ: فَأَلْقَيْتُ السَّوْطَ مِنْ يَدِي، فَقَالَ: [**اعْلَمْ، أَبَا مَسْعُودٍ، أَنَّ اللهَ أَقْدَرُ عَلَيْكَ مِنْكَ عَلَى هَذَا الْغُلَامِ**]، قَالَ: فَقُلْتُ: لَا أَضْرِبُ مَمْلُوكًا بَعْدَهُ أَبَدًا ». وفي رواية: فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللهِ، هُوَ حُرٌّ لِوَجْهِ اللهِ، فَقَالَ: [**أَمَا لَوْ لَمْ تَفْعَلْ لَلَفَحَتْكَ النَّارُ**]، **أَوْ** [**لَمَسَّتْكَ النَّارُ**][(١)].

• فها هو صحابيٌّ بدريٌّ جليل، لما غلبه الغَضَب لم يشعر بأحبِّ الناس إليه وهو خلفَه، فكأنه لما تمكَّن منه الغَضَب، ذهبت حواسُّه فلم يستطع أن يحدِّد مَن المتكلِّم، ومَن أين يتكلَّم ؟

• ومع ذلك انظروا إلى البَوْن الشاسع بيننا وبين الصحابة رضوان الله عليهم أجمعين، فقد أسرع أبو مسعود رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ بعلاج نفسه، ولم يبرِّر لنفسه فعله، ويتحجَّج لغضبه، ولكنه أعتق الغلام، لأنه علم أن الإفراط في الغَضَب قد يؤدِّي إلى الظلم، ويؤدِّي بذلك إلى غضب الله

---

(١) أخرجه مسلم، ح (١٦٥٩).

obeikandl.com

عليه، أو أن يدخله النار، فأعتق الغلام كي يُعتِقه الله ﷻ من النار، عافانا الله وإياكم منها.

• فهذا النوع من الغَضَب مذموم، ولا يأتي بخير، ونراه أيضًا قد تفشَّى في زماننا هذا، فما تكاد تخالط أحدًا إلا وتراه يغضب، ويُفرِط في الغَضَب لأقلِّ القليل.

ومنهم من تنظر إلى صورته فكأنه فُطِر على الغَضَب وجُبِل عليه، وكأن صورته صورة الغَضَبان، ومنهم أيضًا من يتعامل مع إفراطه في الغَضَب على أنها بطولة وشجاعة ونخوة.

• ومن العجيب أن الإفراط في الغَضَب قد يقع لبعض الدعاة وأهل العلم عندما يناظر المخالفين من العلمانيين أو الليبراليين أو الشيوعيين.. فيعبِّر عن غضبه لله ﷻ بتصرُّفات تُحسَبُ على الحق وأهله، يفعل ذلك ظنًّا منه أنه ينتصر للحق، وقد يُفسِدُ أكثر مما يُصلِح، ويقع في شَرَك ومكيدة الإعلاميين الذين يضعون الفِخاخ لاستفزاز الشيوخ والدعاة ليظهروا أمام العوامِّ من الناس بصورة سيِّئة، كي يشهِّروا بهم وبالإسلام، ويشوِّهوا صورتهم، نحمد لهم غضبتهم لدين الله ﷻ، ولا نحمد لهم تصرفهم المعاب، بل لا نحمد لهم التواجد في

مثل هذه الأماكن والفخاخ التي تنصب للعلماء والدعاة.

• وترى أيضًا بعض الذين ينتسبون للعلم ما يقع منهم من إفراط في الغَضَب، حيث يبدعون المخالفين لهم من أهل العلم والفضل، فيرمونهم بأبشع الأحكام بحجَّة الدفاع عن السنة، وقواعد الجرح والتعديل، وتقريع أهل البدع والمخالفين، فيتهمونهم بأنهم خوارج وتكفيريون ومبتدعة..

فهذا النوع مذموم أيضًا، وقد بلغ كثيرًا من فئات المجتمع، لا سيما في بلدان الثورات العربية. وهو يحتاج إلى العلاج.

***

• النوع الثالث: الاعتدال في الغَضَب:

وهو نوع محمود كلُّه، وذلك بأن ينتظر الغاضب إشارة العقل والدين حيث متى تجب الحَمِيَّة والغَضَب فإنه يغضَب، ومتى انطفأ عنه يُحسِن الحِلْم والتصرُّف ويحفَظ حواسَّه. وحِفاظُه على حدِّ الاعتدال في الغَضَب هو الاستقامة التي كلَّف الله بها عباده، وهو الوسَط.

• وذلك النوع من الغَضَب محمود كله إذا أضيف لله ﷻ، فالغَضَب صفة من صفات الله تعالى الفعلية، وصفات الله تعالى الفعلية متعلِّقة

بمشيئته وإرادته، فإن الله ﷻ إذا شاء غضِب على من يستحق الغَضَب، وكيفما شاء أن يغضب، ويسكن عنه الغَضَب إذا شاء، ونحن نثبت لله تعالى صفات (الغَضَب، والسُّخْط، والمقت)، من غير تحريف ولا تعطيل، ولا تكييف ولا تمثيل، يغضب غضبًا يليق بمقامه وجلاله لا كغضب المخلوقين ﴿لَيْسَ كَمِثْلِهِۦ شَىْءٌ ۖ وَهُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلْبَصِيرُ ﴿١١﴾﴾ (الشورى). سبحانه جلَّ شأنُه، وتقدَّست أسماؤه، فغضبُ الله تعالى محمود كلُّه، وله الكمال كلُّه، ولا يعتريه نقص، لأن الغَضَب إذا صدر من الله تعالى، لا يصدر إلا إذا انتُهِكَت حُرُماتُه، ومن صنوف غضبه: غضبُه على أعدائه من اليهود، ومن كان على شاكلتهم، قال تعالى ﴿صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ ٱلْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ ﴿٧﴾﴾ (الفاتحة).

• فالمسلم الذي لا يستقيم على طريقة الأنبياء والصالحين الذين أنعم الله عليهم بحسن الخلق، واصطفاهم بالدعوة إليه ونشر رسالته.. ولا يتخلَّق بخلقهم، ولا يسير على نَهجهم، فهو كذلك يسير على طريقة اليهود الذين غضِب الله عليهم والنصارى الضالِّين، ويتشبَّه بهم، فقد يقع عليه من الله تعالى ما وقع منه جلَّ شأنُه على اليهود والنصارى، وقد عبَّر الله تعالى عن شدة غضبه عليهم في

القرآن فقال تعالى: ﴿فَبَآءُو بِغَضَبٍ عَلَىٰ غَضَبٍ ۚ وَلِلْكَٰفِرِينَ عَذَابٌ مُّهِينٌ ﴿٩٠﴾﴾ (البقرة).

وقال تعالى: ﴿قُلْ هَلْ أُنَبِّئُكُم بِشَرٍّ مِّن ذَٰلِكَ مَثُوبَةً عِندَ ٱللَّهِ ۚ مَن لَّعَنَهُ ٱللَّهُ وَغَضِبَ عَلَيْهِ وَجَعَلَ مِنْهُمُ ٱلْقِرَدَةَ وَٱلْخَنَازِيرَ وَعَبَدَ ٱلطَّٰغُوتَ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ شَرٌّ مَّكَانًا وَأَضَلُّ عَن سَوَآءِ ٱلسَّبِيلِ ﴿٦٠﴾﴾ (المائدة).

وكذلك من صنوف غضب الله تعالى، غضبه على الكفار في قوله تعالى: ﴿وَٱلَّذِينَ يُحَآجُّونَ فِى ٱللَّهِ مِنۢ بَعْدِ مَا ٱسْتُجِيبَ لَهُۥ حُجَّتُهُمْ دَاحِضَةٌ عِندَ رَبِّهِمْ وَعَلَيْهِمْ غَضَبٌ وَلَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ ﴿١٦﴾﴾ (الشورى).

وقال تعالى في غضبه على المنافقين: ﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى ٱلَّذِينَ تَوَلَّوْا۟ قَوْمًا غَضِبَ ٱللَّهُ عَلَيْهِم مَّا هُم مِّنكُمْ وَلَا مِنْهُمْ وَيَحْلِفُونَ عَلَى ٱلْكَذِبِ وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴿١٤﴾﴾ (المجادلة).

• وهذه الصُّور كثيرة جدًّا، ولا تكاد تُحصَى في القرآن الكريم، فإذا اطَّلعت على الآيات التي تُخبر عن أخبار الأمم السابقة التي عَتَتْ عن أمر ربِّها، وحاربت الرسل، وصدَّت عن سبيل الله تعالى، وما أنزل الله عليها من العذاب والنكال الشديد، وما أعده الله لهم يوم القيامة، علمتَ أن هذا من غضب الله تعالى عليهم، وهو واقع

ملموس ومحسوس للأثر المترتب والناتج عن صفة غضبه سبحانه وتعالى، وقد أثبت القرآن الكريم صفة الغَضَب للرسل عليهم الصلاة والسلام في مواضع عديدة، منها على سبيل المثال لا الحصر، دعاء نوح عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ على قومه لما غضب منهم، فقال: ﴿رَّبِّ لَا تَذَرْ عَلَى ٱلْأَرْضِ مِنَ ٱلْكَٰفِرِينَ دَيَّارًا ﴿٢٦﴾﴾ (نوح).

فنحن الآن نحتاج للمخْلِصين الذين يدعون على أعداء الله تعالى وأعداء الشريعة - عليهم من الله ما يستحقون -.

• ومن ذلك أيضًا غضب موسى عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ على قوم فرعون لما تمادَوا في غيِّهم، فقال في دعائه عليهم: ﴿رَبَّنَآ إِنَّكَ ءَاتَيْتَ فِرْعَوْنَ وَمَلَأَهُۥ زِينَةً وَأَمْوَٰلًا فِى ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا رَبَّنَا لِيُضِلُّوا۟ عَن سَبِيلِكَ ۖ رَبَّنَا ٱطْمِسْ عَلَىٰٓ أَمْوَٰلِهِمْ وَٱشْدُدْ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ فَلَا يُؤْمِنُوا۟ حَتَّىٰ يَرَوُا۟ ٱلْعَذَابَ ٱلْأَلِيمَ ﴿٨٨﴾﴾ (يونس).

ولما غضِب أيضًا على بني إسرائيل حين ذهب إلى ميقات ربه، فاتخذوا العِجل من بعد ذهابه إلهًا يعبدونه من دون الله تعالى، فقال الله تعالى حاكيا عنه عَلَيْهِ ٱلسَّلَامُ: ﴿فَرَجَعَ مُوسَىٰٓ إِلَىٰ قَوْمِهِۦ غَضْبَٰنَ أَسِفًا ۚ قَالَ يَٰقَوْمِ أَلَمْ يَعِدْكُمْ رَبُّكُمْ وَعْدًا حَسَنًا ۚ أَفَطَالَ عَلَيْكُمُ ٱلْعَهْدُ أَمْ أَرَدتُّمْ أَن

﴿يَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبٌ مِّن رَّبِّكُمْ فَأَخْلَفْتُم مَّوْعِدِي ﴿٨٦﴾﴾ (طه).

• وفي غضب يونس عَلَيْهِ السَّلَامُ، يقول تعالى: ﴿وَذَا النُّونِ إِذ ذَّهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَن لَّن نَّقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَىٰ فِي الظُّلُمَاتِ أَن لَّا إِلَٰهَ إِلَّا أَنتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ ﴿٨٧﴾﴾ (الأنبياء).

وأما غضبُ النبيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وهو الذي أرسله الله تعالى رحمة للعالمين، فقد قالت عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: «**مَا انْتَقَمَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِنَفْسِهِ فِي شَيْءٍ يُؤْتَى إِلَيْهِ حَتَّى يُنْتَهَكَ مِنْ حُرُمَاتِ اللهِ، فَيَنْتَقِمَ للهِ**»(١).

• وفي قصة أمِّ سليم رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا لما غضِب رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، ودعا على اليَتيمة. قالَ أَنَسُ بْنُ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: كَانَتْ عِنْدَ أُمِّ سُلَيْمٍ يَتِيمَةٌ، وَهِيَ أُمُّ أَنَسٍ، فَرَأى رَسُولُ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْيَتِيمَةَ، فَقَالَ: [**آنْتِ هِيَهْ؟ لَقَدْ كَبِرْتِ، لَا كَبِرَ سِنُّكِ**]، فَرَجَعَتِ الْيَتِيمَةُ إِلَى أُمِّ سُلَيْمٍ تَبْكِي، فَقَالَتْ أُمُّ سُلَيْمٍ: مَا لَكِ يَا بُنَيَّةُ؟ قَالَتِ الْجَارِيَةُ: دَعَا عَلَيَّ نَبِيُّ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، أَنْ لَا يَكْبَرَ سِنِّي، فَالْآنَ لَا يَكْبَرُ سِنِّي أَبَدًا، أَوْ قَالَتْ:

---

(١) أخرجه البخاري، ح (٦٨٥٣)، واللفظ له، ومسلم، ح (٢٣٢٧).

قَرْنِي، فَخَرَجَتْ أُمُّ سُلَيْمٍ مُسْتَعْجِلَةً تَلُوثُ خِمَارَهَا، حَتَّى لَقِيَتْ رَسُولَ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ لَهَا رَسُولُ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: [**مَا لَكِ يَا أُمَّ سُلَيْمٍ**] فَقَالَتْ: يَا نَبِيَّ الله أَدَعَوْتَ عَلَى يَتِيمَتِي، قَالَ: [**وَمَا ذَاكِ؟ يَا أُمَّ سُلَيْمٍ**] قَالَتْ: زَعَمَتْ أَنَّكَ دَعَوْتَ أَنْ لَا يَكْبَرَ سِنُّهَا، وَلَا يَكْبَرَ قَرْنُهَا، قَالَ فَضَحِكَ رَسُولُ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، ثُمَّ قَالَ: [**يَا أُمَّ سُلَيْمٍ أَمَا تَعْلَمِينَ أَنَّ شَرْطِي عَلَى رَبِّي، أَنِّي اشْتَرَطْتُ عَلَى رَبِّي فَقُلْتُ: إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ، أَرضي كَمَا يَرضي الْبَشَرُ، وَأَغْضَبُ كَمَا يَغْضَبُ الْبَشَرُ، فَأَيُّمَا أَحَدٍ دَعَوْتُ عَلَيْهِ، مِنْ أُمَّتِي، بِدَعْوَةٍ لَيْسَ لَهَا بِأَهْلٍ، أَنْ يَجْعَلَهَا لَهُ طَهُورًا وَزَكَاةً، وَقُرْبَةً يُقَرِّبُهُ بِهَا مِنْهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ**][(١)].

فها هو رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، إذا غضِب على أحد من أمته ودعا عليه، دعوة ليس لها بأهل، فهي نعمة وقربة وتزكية، وتطهير لذلك العبد بهذه الدعوة. فصلاةً وسلامًا عليك دائمين يا حبيبي يا رسول الله.

• وكان يغضب كذلك إذا كلَّف الصحابةُ أنفسَهم من الأعمال ما لا يُطيقون؛ رحمة بهم، حتى لا يشدِّدوا على أنفسهم؛ فيشدِّد الله

(١) أخرجه مسلم، ح (٢٦٠٣).

عليهم التكاليف فلا يستطيعون أداءها.

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: رَخَّصَ رَسُولُ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي أَمْرٍ، فَتَنَزَّهَ عَنْهُ نَاسٌ مِنَ النَّاسِ، فَبَلَغَ ذَلِكَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَغَضِبَ حَتَّى بَانَ الغَضَبُ فِي وَجْهِهِ، ثُمَّ قَالَ: [**مَا بَالُ أَقْوَامٍ يَرْغَبُونَ عَمَّا رُخِّصَ لِي فِيهِ، فَوَ اللهِ لَأَنَا أَعْلَمُهُمْ بِاللهِ وَأَشَدُّهُمْ لَهُ خَشْيَةً**](١).

وعَنْ أَبِي مَسْعُودٍ الأَنْصَارِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَجُلٌ يَا رَسُولَ الله، لاَ أَكَادُ أُدْرِكُ الصَّلاَةَ مِمَّا يُطَوِّلُ بِنَا فُلاَنٌ، فَمَا رَأَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي مَوْعِظَةٍ أَشَدَّ غَضَبًا مِنْ يَوْمِئِذٍ، فَقَالَ: [**أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّكُمْ مُنَفِّرُونَ، فَمَنْ صَلَّى بِالنَّاسِ فَلْيُخَفِّفْ، فَإِنَّ فِيهِمُ المَرِيضَ، وَالضَّعِيفَ، وَذَا الحَاجَةِ**](٢).

فكان صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بحقٍّ رحمة للعالمين.

***

(١) أخرجه البخاري، ح (٦١٠١)، ومسلم، ح (٢٣٥٦)، واللفظ له.
(٢) أخرجه البخاري، ح (٩٠)، واللفظ له، ومسلم، ح (٤٦٦).

ثانيًا: أسباب الغَضَب:

• إن الله ﷻ جعل لكل شيء سببًا، فهو مسبِّب الأسباب سبحانه وتعالى، فالغَضَب له دوافع وأسباب تؤدِّي إليه وتُظهِرُه على المرء، فعلينا أن نتعرَّف على أسباب المرض، حتى نتمكَّن من علاجه، أو على الأقل نقلِّل من آثاره بقدر الإمكان.

وقد تعرَّض الإمام الغزالي رَحِمَهُ ٱللَّهُ لأسباب الغَضَب، فقال:

• « والأسبابُ المهيِّجة للغضبِ هِيَ الزَّهْوُ وَالْعُجْبُ وَالْمِزَاحُ وَالْهَزْلُ وَالْهُزْءُ وَالتَّعْيِيرُ والمماراة والمضادَّة والغدر وشدة الحرص على فضول الْمَالِ وَالْجَاهِ... ومن أشدِّ البواعثِ على الغضبِ عندَ أكثرِ الجهَّالِ تسميتُهم الغضبَ شجاعةً ورجوليَّةً وعزةَ نفسٍ وكِبَرَ هِمَّةٍ، وتلقيبه بالألقابِ المحمودةِ غباوةً وجهلًا، حتى تميلَ النفسُ إليه وتستحسِنُه »(١).

كما نرى في زماننا هذا مَن يُسَمُّوْن البلطجيَّةَ والقتلَةَ ثوَّارًا أو أحرارًا أو ناشطين سياسيِّين، أو رجوليَّة، حتى تميل نفوس الناس من العوامِّ والبسطاء إليهم.

• **قلت:** ومن الأسباب الخارجية الباعثة على الغَضَب: الظلم،

---

(١) إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالي (٣/ ١٧٢).

وعدم المساواة وتقييد الحريات وعدم العدالة الاجتماعية واستبداد الملوك والحكام.

والغضب المذموم هو علامة على ضعف النفس ونقصانها.

• قال الغزالي: « وآيةُ أنه - أي الغضب - لضعف النفس: أن المريض أسرع غضبًا من الصحيح، والمرأة أسرع غضبًا من الرجل، والصبي أسرع غضبًا من الرجل الكبير، والشيخ الضعيف أسرع غضبًا من الكهل، وذو الخلق السيِّئ والرذائل القبيحة أسرع غضبًا من صاحب الفضائل. فالرَّذِلُ يغضب لشهوته إذا فاتته اللقمة، ولبخله إذا فاتته الحبة، حتى أنه يغضب على أهله وولده وأصحابه، بل القوِيُّ من يملك نفسه عند الغضب ».

• **قلت:** ومما عمَّت به البلوى أنك ترى بعض الإعلاميِّين والفنانين يسخرون من أهل العلم والفضل، بل ومن الصحابة والصالحين من السلف الصالح، ويسخرون من دين الله ﷻ، ومن كلِّ ما يمُتُّ للإسلام وللشريعة ولطلابها بصلة.

وكل ما ذكره الغزالي رَحِمَهُ ٱللَّهُ نحياه ونراه في كل مكان.. نراه في بيوتنا، وفي طرقاتنا، وفي أعمالنا، وفي الفضائيَّات، بل وفي مؤسَّسات الدولة، وكأن الغزالي رَحِمَهُ ٱللَّهُ يتكلَّم بلسان حالنا، ويبيِّن لنا ما نحن فيه.

***

۞ المطلب الثالث: آثار الغَضَب على الفرد والمجتمع:

• أولاً: آثار الغَضَب على الفرد جسديًّا ومعنويًّا:

١- جسدِيًّا: حيث يؤثِّر الغَضَب على الفرد تأثيرًا مدمِّرًا، فقد أثبت المتخصِّصون أن الإفراط في الغَضَب يؤثِّر على قلب الشخص الذي يغضب بما يماثل تأثير الجَري الشديد على القلب، وانفعال الغَضَب يزيد من عدد مرَّات وسرعة انقباضات القلب في الدقيقة الواحدة، فيضاعف كمية الدم التي يدفعها القلب في الأوعية، وبالتالي يُجهِد القلب، لأنه يجبره على زيادة عمله من معدلاته الطبيعية، والإنسان الذي اعتاد الغَضَبَ يُصاب بارتفاع ضغط الدم، وتتصلَّب شرايينه الدقيقة، وتفقد مرونتها وقدرتها على الاتساع، لكي تستطيع أن تمرِّر تلك الكمية من الدماء التي يضخُّها القلب الغاضب.

وارتفاع ضغط الدم يعرِّض صاحبه لنزيف دماغي صاعق قد يؤدِّي به إلى جلطة قلبية، أو حتى الموت المفاجئ، وقد يؤثِّر على أوعية العين الدموية، فيسبِّب له العَمى المفاجئ، ويسبِّب أيضًا ارتفاع السكر في الدم، وذلك بالفعل الذي نحياه الآن في بلادنا، فأغلب الشعب المصري مصاب بارتفاع ضغط الدم، وبمرض السكر، مما يمرُّ به من

مشاقٍّ في حياته، ومن ضيق في العيش والحال، ومن تعرُّضه للظلم والغُبْن من الحكام الذين يتتابعون عليه، ومن الذين يُسمَّوْن بالنُّخْبة، والإعلاميِّين الذين يثيرون الذُّعر والغَضَب عند المصريين، ومن ردِّ فعل ذلك الغَضَب، ما رأيناه في ثورة يناير منذ عامين.

نسأل الله تعالى أن يفرِّج الكرب عن مصر وعن شعبها، وعن سائر الشعوب الإسلامية.

٢- معنويًّا: ومن هذه الآثار المعنويَّة على الشخص:

• أنه يتسبَّب في غضب الرحمن الرحيم، ويُرضِي الشيطان الرجيم.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: [**لَمَّا خَلَقَ اللهُ الخَلْقَ كَتَبَ فِي كِتَابِهِ وَهُوَ يَكْتُبُ عَلَى نَفْسِهِ وَهُوَ وَضْعٌ عِنْدَهُ عَلَى العَرْشِ إِنَّ رَحْمَتِي تَغْلِبُ غَضَبِي**](١).

• نفورُ الناس من حوله، وابتعادُهم عنه، وبغضُهم إياه، وحنقُهم منه ومن تصرفاته، وإن كانوا أقرب المقرَّبين إليه، قال تعالى: ﴿ **فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمْ ۖ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلْقَلْبِ لَٱنفَضُّوا۟ مِنْ حَوْلِكَ ۖ فَٱعْفُ**

(١) أخرجه البخاري، ح (٧٤٠٤)، ومسلم، ح (٢٧٥١)، واللفظ له.

عَنْهُمْ وَٱسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي ٱلْأَمْرِ ۖ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾ ﴾ (آل عمران).

فلولا صبره صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، ورأفته بهم، وحلمه عليهم، وعفوه عنهم، وسعة صدره، ما التف أصحابه حوله ونصروه، بل لتركوه ونفروا منه وانفضوا من حوله رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ، وجزاهم الله خيرًا، وجزاه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عنَّا وعن هذه الأمة خير الجزاء.

• يجعل صاحبَه يغلق عقله؛ فلا يستفيد من الموعظة والعبرة.

عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ صُرَدٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: « اسْتَبَّ رَجُلاَنِ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَغَضِبَ أَحَدُهُمَا، فَاشْتَدَّ غَضَبُهُ حَتَّى انْتَفَخَ وَجْهُهُ وَتَغَيَّرَ: فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: [**إِنِّي لَأَعْلَمُ كَلِمَةً، لَوْ قَالَهَا لَذَهَبَ عَنْهُ الَّذِي يَجِدُ**]، فَانْطَلَقَ إِلَيْهِ الرَّجُلُ فَأَخْبَرَهُ بِقَوْلِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَقَالَ: [**تَعَوَّذْ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ**]، فَقَالَ: أَتُرَى بِي بَأْسٌ، أَمَجْنُونٌ أَنَا، اذْهَبْ »(١).

***

(١) أخرجه البخاري، ح (٦٠٤٨)، واللفظ له، ومسلم، ح (٢٦١٠).

ثانيًا: آثار الغَضَب على المجتمع:

يضرُّ الغَضَبُ بالمجتمع أضرارًا بالغة مباشرة، ماديَّة ومعنويَّة أيضًا، وتتمثَّل فيما يلي:

• التسبُّب في خسائر ماديَّة على اقتصاديَّات الدول والمجتمعات: فقد جاء في دراسة أجراها بنك المعلومات (كاهوت) على شبكة الإنترنت أن فقدان الأعصاب يكلِّف الاقتصاد البريطاني ستة عشر مليار جنيه استرليني في العام، وتقول الدراسة: إن من يفقدون أعصابهم يحطِّمون أكثر ما يحطِّمون الأدوات الفخارية والكئوس، وتقول الدراسة: إن الرجال يفقدون أعصابهم أكثر من النساء، وقال عشرون بالمائة من عينة بلغت سبعمائة شخص أجريت عليهم: إن الازدحام في الشوارع يدفعهم إلى الغَضَب، وقال أكثر من النصف: إن الانتظار على الهاتف يدفعهم إلى الغَضَب.

• ومن آثار الغَضَب في مصر والبلاد العربية خصوصًا بعد الثورات، ما حدث وما يحدث في مصر من تخريب وحرق وتدمير للمصالح والمنشآت والمؤسَّسات، وقطع الطرق والكباري والسكك الحديدية، بحجة الإضرابات، والاعتصام، وحرية التظاهر، وطلب الحقوق،

obeikandl.com

ودفع الظلم، فهذه الأمور تكلِّف اقتصاد الدولة مليارات الدولارات لإعادة إصلاح ما قام به الغاضبون المخرِّبون، وكذلك الصدام والاشتباك الذي يحدث بين هؤلاء الذين يلقَّبون بالنشطاء والثوريِّين وبين الشرطة أو المخالفين لهم، فيقومون بالحرق والضرب بالحجارة والمولوتوف؛ مما يكلِّف الدولة أعباء استيراد أدوات فض التظاهر، واستهلاكًا للمستشفيات، وتأليب واستعداء الغرب على البلاد لحصارها ماديًّا، فتستمر معاناة الشعب المصري، وكساد الاقتصاد، واستمرار ضيق حالهم، بل ويصل الحدُّ إلى أن هؤلاء المخرِّبين يدعمهم مِن خلفهم إعلام عَلْمانيٌّ يغضَب إذا مُسَّ أحدٌ من هؤلاء المخرِّبين بأذى، ويضحكون على البسطاء من الناس بتسميتهم هؤلاء المخرِّبين نشطاء، أو ثوار أبطال، أو غير ذلك، ويروِّجون الشائعات لتخريب البلاد والعباد، فيدمِّرون المجتمع ماديًّا ومعنويًّا.

• ومن هؤلاء الإعلاميِّين من يفعل ذلك غضبًّا لنفسه، وخشية على فوات الملايين التي يتقاضاها سنويًّا إذا تمكَّن الإسلام والشرع من مصر، فيقضي على هؤلاء السارقين المارقين عن الأخلاق، وترى أيضًا أتباع وأزلام الفساد في كل المؤسَّسات يغضبون على ما حلَّ بهم

من فوات السلطة والمال، فيحاربون بذلك المال هذا الشعب عقابًا له لأنه لفِظَهم، فيقومون بأساليب دنيئة ليُعيدوا مجدهم القديم، أو يجعلوا هذا الشعب يغضب على النظام الجديد بعد الثورة، بحجَّة أنه لم يقدِّم شيئا للبلاد إلا الخراب والتدمير.

نسأل الله تعالى أن يحفظ بلادنا، وأن يدمِّر من يدبِّر لتدميرها.

• ومن أشدِّ ها خطورةً وتدميرًا للمجتمع تفشِّي حالات الطلاق، ففي آخر إحصائية بلغ عدد حالات الطلاق في المجتمع للسنة الماضية ٢٠١١م بالأرقام (١٨٥ ألف) حالة.

إن هذا العدد يخرج منه جيلٌ مدمَّرٌ نفسيًّا ومعنويًّا، وينتج أطفال الشوارع، فيضيع المجتمع، فها نحن نرى بأعيننا صبية صغارًا يحطِّمون المنشآت في المظاهرات بثمن بخس قليل، ونرى من يتاجرون بهم في التسوُّل والإجرام والسرقة، وما شابه ذلك، فكل هذا ناتج عن غضب الرجل الذي تزوَّج على الكتاب والسنة، ولا يدرى ما الكتاب ولا السنة، ويتسرَّع بإطلاق ألفاظ الطلاق، ليدمِّر أسرة، ويصبح مِعْوَل هدم للمجتمع، بل مِعْول هدم للأمة كلها، ثم يأتي للعلماء نادمًا ويقول، قلت لامرأتي كذا وكذا، وكنت في حالة غضب، ثم يكرِّر ذلك

الحُمْق والسَّفَه مرات عديدة، فماذا سيقدم له العالِم أو الشيخ وقد استنفذ مرات الطلاق التي منحها الله تعالى له، فالطلاق مرتان، والثالثة لا رجعة فيها حتى تنكح زوجًا غيره بنية البقاء، لا بنية الطلاق لترجع لطليقها مرةً أخرى، وكذلك المرأة في تصرفاتها مع زوجها عليها معوَّل كبير في ذلك، وكل ذلك بسبب ضعف الوازع الديني، وذهاب الأخلاق، وسرعة الغَضَب، نسأل الله تعالى العفو والعافية في الدين والدنيا والآخرة.

- تولُّد الحقد والحسد بين أفراد المجتمع.
- قطيعة الرحم، فترى المرء إذا غضِب يعُقُّ أباه وأمه، ويقطع الأرحام، ويقاطع الأخ أخاه، كما يحدث في زماننا هذا.

وقد يتعرَّض المرء بسبب ذلك لغضب الله تعالى ولعنته، ولعنة الله تعالى هي الطرد من رحمته سبحانه، مما يجلِب له الخزي والعار والوبال وسوء المآل في الدنيا والآخرة، قال تعالى: ﴿ فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِن تَوَلَّيْتُمْ أَن تُفْسِدُوا۟ فِى ٱلْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوٓا۟ أَرْحَامَكُمْ ﴿٢٢﴾ أُو۟لَٰٓئِكَ ٱلَّذِينَ لَعَنَهُمُ ٱللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعْمَىٰٓ أَبْصَٰرَهُمْ ﴿٢٣﴾ ﴾ (محمد).

• تفشِّي حالات الثأر بين العائلات، وظهور السلاح في أول لحظة للتعبير عن الغَضَب؛ مما يؤدِّي إلى تقطيع أوصال المجتمع، وسفك الدماء التي حرَّمها الله تعالى إلا بالحقِّ، وجعل حرمتها أشدَّ من حرمة البيت الحرام.

***

۞ المطلب الرابع: علاج الغَضَب:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: [**مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً**][1]. وكذلك الغَضَب داءٌ قلبيٌّ، فالقلب المريض له علاج بحسب ما به من بأس، وعلاج الغَضَب يكون على النحو التالي:

١- ذكر الله تعالى: إذا أراد الشخص أن يذهب فوران الدم الغاضب والهائج والحار عن قلبه، فعليه أن يرطِّب شفتيه بذكر الله ﷻ، فالناس الآن أصبحوا يتكلَّمون في مشاكلهم وأمورهم، وفي السياسة أكثر من ذكرهم لربهم سبحانه وتعالى، وقد حضَّ الله تعالى على ذكره في القرآن الكريم، فمن ذلك قوله تعالى: ﴿ **ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا**

(١) أخرجه البخاري، ح (٥٦٧٨).

﴿وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾﴾ (الرعد).

فطمأنينة القلب وسكينته تنبعث من ذكر الله تعالى.

وقال أيضًا: ﴿وَاذْكُر رَّبَّكَ إِذَا نَسِيتَ﴾ (الكهف: ٢٤).

قال عكرمة رَحِمَهُ ٱللَّهُ: يعنى إذا غضبت.

والأحاديث الدالة على ذلك لا تكاد تحصى:

فمنها ما رواه أَبِو هُرَيْرَةَ رَضِيَ ٱللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ [مَنْ لَمْ يَدْعُ اللهَ، غَضِبَ اللهُ عَلَيْهِ](١)، فنسأله تعالى أن يجعلنا من الذَّاكرين له كثيرًا.

٢- قراءة القرآن: وذلك بأن يتفكَّر في الأخبار الواردة في فضل كظم الغيظ والعفو والحلم والصبر والاحتمال، فيرغِّب نفسه في ثواب ذلك، فتمنعه شدَّة الحرص على ثواب هذه الفضائل في التشفي والانتقام، ويطفئ عنه غيظه. قال تعالى: ﴿خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ ﴿١٩٩﴾﴾ (الأعراف).

وقال تعالى في حقِّ الصحابة رَضِيَ ٱللَّهُ عَنْهُمْ: ﴿أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ

(١) أخرجه أحمد، ح (٩٧١٩)، وابن ماجه، ح (٣٨٢٧)، وحسَّنه الألباني.

﴿بَيْنَهُمْ﴾ (الفتح: ٢٩).

وقال تعالى في صفات عباد الرحمن: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَٰنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾﴾ (الفرقان).

وقال في بيان صفات المتقين أن منها كظم الغيظ وكتمه: ﴿الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾﴾ (آل عمران).

وقال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ ﴿٣٧﴾﴾ (الشورى).

فهو يحضُّ على ترك الفُحْش والتفاحُشْ، ويدعو إلى المغفرة والتسامح، وإذا ما غضبوا على من أجرم في حقهم جُرمًا، فهم يغفرون له، ويصفحون عنه. فالله تعالى يدعو إلى الحلم والعفو والصفح حيث يقول: ﴿فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿١٠٩﴾﴾ (البقرة).

وكان النبيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَسبِق حلمُه جهلَه، ولا يزيده شِدَّةُ

الجهل عليه إلا حِلمًا، وكان رءوفًا بأصحابه، وحليمًا بهم، وقد ربَّاهم على ذلك، وكان دائمًا يدعو إلى الرفق واللين.

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا زَوْجِ النَّبِيِّ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: [**إِنَّ الرِّفْقَ لَا يَكُونُ فِي شَيْءٍ إِلَّا زَانَهُ، وَلَا يُنْزَعُ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا شَانَهُ**](١).

فعلينا أن نُبحِر في سيرة سيد المرسلين صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، نستمدُّ منها أخلاقه صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بصورة عملية مع أصحابه وأهله، وأعدائه من أهل الكتاب ومن المشركين والمنافقين، فكم مسلم منَّا يملك كتابًا أو كتيبًا صغيرًا يتكلَّم عن سيرة النبيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ؟.

٣- الخوف من الله: هو أن يخوف العبد نفسه من الله تعالى بأن يقول: قدرة الله عليَّ أعظم من قدرتي على هذا الإنسان، فلو أمضيت فيه غضبي، لم آمن أن يمضي الله عَزَّ وَجَلَّ غضبه عليَّ يوم القيامة، فأنا أحوج ما أكون إلى العفو. قال تعالى: ﴿ **وَاتَّقُوا يَوْمًا تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ثُمَّ تُوَفَّىٰ كُلُّ نَفْسٍ مَّا كَسَبَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ** ﴿٢٨١﴾ ﴾ (البقرة).

فعلى المرء أن يخشى الله تعالى، وأن تحمله هذه الخشيةُ وذلك الخوفُ

(١) أخرجه مسلم، ح (٢٥٩٤).

على أن يملك نفسه عند الغَضَب، ففي خشيته لله ﷻ منتهى قوته.

فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: [**لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الغَضَب**](١).

٤- **أن يتفكَّر في قبح صورته عند الغَضَب**، وأنه يشبه حينئذ الكلبَ الضَّاري والسَّبُعَ العادي، وأنه أبعد ما يكون عن أخلاق الأنبياء والعلماء والفضلاء في أخلاقهم.

قال تعالى: ﴿ **لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾** ﴾ (الأحزاب).

وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: [**إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأُتَمِّمَ صَالِحَ الأخلاق**](٢).

٥- **أن يعلم أن غضبه إنما كان من شيء جرى على وفق مراد الله تعالى**، لا على وفق مراده هو، فيجب على العبد أن يقدِّم مراد الله تعالى على مراد نفسه، وألا يصرف غضبه لغير الله ﷻ، وأن يقدِّم محبة الله على كل محبوب، وعلى كل مرغوب.

---

(١) أخرجه البخاري، ح (٦١١٤)، ومسلم، ح (٢٦٠٩).
(٢) أخرجه أحمد، ح (٨٩٥٢)، والحاكم، ح (٤٢٢١)، وصحَّحه الألباني.

٦- **أن يتذكَّر أن القلوب تنفر منه وتبتعد عنه،** وتنفض الأنفس من حوله؛ فيبقى وحيدًا بلا قريب ولا صاحب ولا حبيب، ولا أنيس ولا جليس يجالسه، فحرِيٌّ وجدير به أن يصرِف الغَضَب عن نفسه.

٧- **أن يتحوَّل عن الحال التي كان عليها،** فإن كان قائمًا جلس، وإن كان جالسًا اضطجع، وعليه أن يتوضَّأ، أو أن يستنشق الماء.

٨- **أن يستعيذ بالله من الشيطان الرجيم:** فإن الغَضَبة نزغة من الشيطان، قال تعالى: ﴿**وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ ٱلشَّيۡطَٰنِ نَزۡغٞ فَٱسۡتَعِذۡ بِٱللَّهِۖ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلۡعَلِيمُ ﴿٣٦﴾**﴾ (فصلت).

قال الحسن البصري رَحِمَهُ ٱللَّهُ: « مِنْ عَلَامَاتِ الْمُسْلِمِ قُوَّةٌ فِي دِينٍ، وَحَزْمٌ فِي لِينٍ، وَإِيمَانٌ فِي يَقِينٍ، وَعِلْمٌ فِي حِلْمٍ، وَكَيْسٌ فِي رِفْقٍ، وَإِعْطَاءٌ فِي حَقٍّ، وَقَصْدٌ فِي غِنًى، وَتَجَمُّلٌ فِي فَاقَةٍ، وَإِحْسَانٌ فِي قُدْرَةٍ، وَتَحَمُّلٌ فِي رَفَاقَةٍ، وَصَبْرٌ فِي شِدَّةٍ، لَا يَغْلِبُهُ الْغَضَبُ، وَلَا تَجْمَحُ بِهِ الْحَمِيَّةُ، وَلَا تَغْلِبُهُ شَهْوَةٌ، وَلَا تَفْضَحُهُ بِطْنَةٌ، وَلَا يَسْتَخِفُّهُ حِرْصُهُ، وَلَا تَقْصُرُ بِهِ نِيَّتُهُ، فَيَنْصُرُ الْمَظْلُومَ، وَيَرْحَمُ الضَّعِيفَ، وَلَا يَبْخَلُ وَلَا يُبَذِّرُ، وَلَا يُسْرِفُ وَلَا يُقَتِّرُ، يَغْفِرُ إِذَا ظُلِمَ، وَيَعْفُو عَنِ الْجَاهِلِ، نَفْسُهُ مِنْهُ فِي عَنَاءٍ،

وَالنَّاسُ مِنْهُ فِي رَخَاءٍ».

وقال بعض الأنصار: «رَأْسُ الْحُمْقِ الْحِدَّةُ، وَقَائِدُهُ الغَضَب، وَمَنْ رَضِيَ بِالْجَهْلِ اسْتَغْنَى عَنِ الْحِلْمِ، وَالْحِلْمُ زَيْنٌ وَمَنْفَعَةٌ، وَالْجَهْلُ شَيْنٌ وَمَضَرَّةٌ، وَالسُّكُوتُ عَنْ جَوَابِ الْأَحْمَقِ جوابه»(١).

* * * * *

(١) انظر النقلين في: إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالي (٣ / ١٦٦).

obeikandl.com