

سلسلة تفریغات شبكة بینونة

عن وصايا النبي ﷺ

[لا تغضب]

الشيخ و. س. محمد بن سراج الدرري



قام بها فريق التفریغ في شبكة بینونة للعلوم الشرعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يسرّ شبكة بينونة للعلوم الشرعية أن تقدم لكم تفریغا

لمحاضرة بعنوان

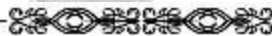
من وصايا النبي ﷺ

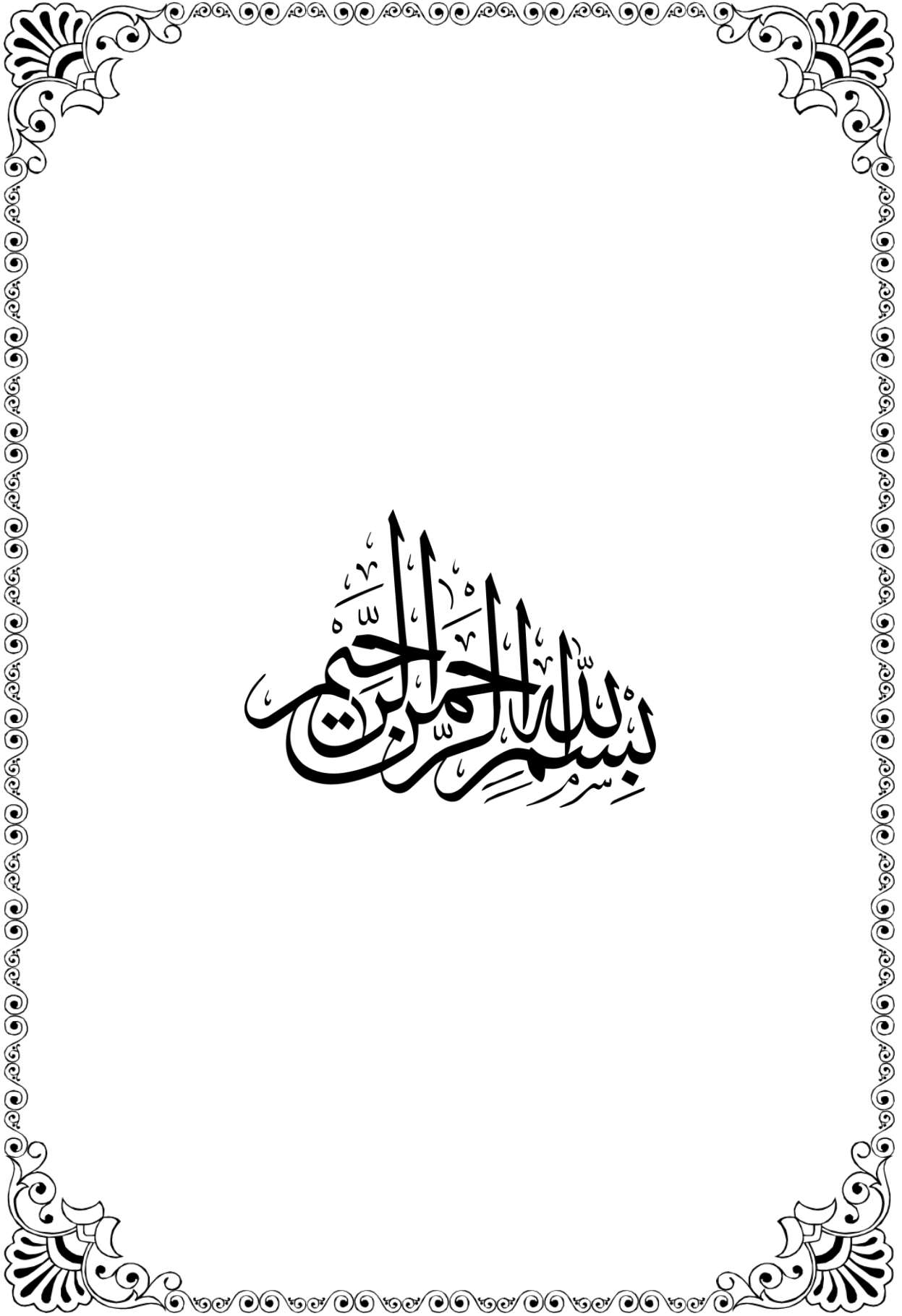
(لا تغضب)

للشيخ:

د. سعيد بن سالم الدرّمكي

حَفِظَهُ اللهُ تَعَالَى





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِينُهُ وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا، وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ، وَمَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ.

أما بعد:

فإن أصدق الكلام كلام الله، وخير الهدي هدي محمد ﷺ، وشر الأمور محدثاتها وكل محدثة بدعة وكل بدعة ضلالة وكل ضلالة في النار.

↔ إخواننا الأفاضل؛ دين الإسلام دين عظيم، دين شامل لجميع مناحي الحياة، لا يوجد جانب من جوانب حياتنا لم يُنظمه الإسلام، ولم يضع له القواعد الكلية العظمى التي تضمن صلاحه وصلاح من يسير على هذه القواعد، لماذا؟

لأنه تشريع من لدن حكيم خبير؛ حكيم عليهم يضع الأشياء مواضعها، ويُنزلها منازلها الصحيحة، خبير بما يصلح العباد وبما يصلح لهم، بما يصلحهم وما يصلح لهم.

يقول الله ﷻ: ﴿وَإِنَّهُ لَكِتَابٌ عَزِيزٌ ﴿٤١﴾ لَا يَأْتِيهِ الْبَطْلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلَا مِنْ خَلْفِهِ ۖ تَنْزِيلٌ

مِّنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ ﴿٤٢﴾ [فُصِّلَتْ مِنَ الْآيَةِ ٤١ إِلَى الْآيَةِ ٤٢].

لله ومن جملة الأحكام التي بيّنها الله ﷻ في كتابه، وفي سنة النبي ﷺ؛ علاقة العبد بنفسه، وعلاقة العبد بالمحيطين به على اختلاف طبائعهم وأحوالهم، بل وعلاقته بالناس حتى ممن ليسوا على دينه.

يقول أهل الاجتماع: "الإنسان مدني بطبعه اجتماعي" يعني لا يستطيع أن يعيش منعزلاً عن الآخرين، بل من العقوبات التي قد تُقدَّر على الإنسان إذا أوقع نفسه في مخالفة أو في جريمة أو في معصية السجن؛ والسجن فيه عزل له عن العالم المحيط به عن المجتمع، وهذه عقوبة.

وإذا كان مشاكساً في سجنه وصاحب مشاكل؛ يعاقب بعقوبة إضافية وهي السجن الانفرادي؛ فالإنسان يُحب الخلطة، يحب أن يخالط غيره، وبسبب هذه الخلطة قد يحدث بينه وبين غيره بعض الاحتكاكات والمشاكسات، وذلك بسبب طبيعة بني آدم.

هذه الطبيعة بيَّنها الله ﷻ في كتابه، فينبغي أن نتعامل مع الآخرين وفق ما بيَّنه الله ﷻ، يقول الله ﷻ واصفاً الإنسان: ﴿إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا﴾ [الأحزاب الآية ٧٢].

← فمن صفة هذا الإنسان الظلم والجهل.

وقال سبحانه: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ﴾ [العنكبوت ١٠١] وَإِنَّهُ عَلَىٰ ذَلِكِ لَشَهِيدٌ ﴿١٠٢﴾ وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ

لَشَدِيدٌ ﴿٨﴾ [العنكبوت من الآية ٦ الى الآية ٨].

▲ ما معنى كنود؟ قالوا: جاحد.

وحب الخير يُقصد به حب المال، ﴿وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا﴾ [الفجر الآية ٢٠].

وقال النبي ﷺ: «وإِنَّ فِتْنَةَ أُمَّتِي الْمَالُ»^(١).

وحب المال والسعي في تحصيله يفضي بالإنسان إلى الجمع بأي طريقة كانت، فيُفسد عليه علاقاته بالآخرين؛ لأنه سيكون من الظالمين الجاهلين الجاحدين.

(١) أخرجه أحمد في مسنده (١٧٤٧١).

قال ﷺ مبيناً حال هذا الإنسان: «مَا ذُبَّانٍ جَائِعَانِ أُرْسِلَا فِي غَنَمٍ بِأَفْسَدَ لَهَا مِنْ حِرْصِ الْمَرْءِ عَلَى الْمَالِ وَالشَّرَفِ لِدِينِهِ»^(١).

فالحرص على المال يُفسد على الإنسان دينه، ويُفسد عليه دنياه كذلك، ولأجل ذلك يحتاج المسلم إلى جملة من الأخلاق والمهارات التي تعطيه القدرة على التعايش مع الآخرين، والتكيف مع طباعهم، والتعامل مع نفسه أولاً ليعيش حياة سعيدة مطمئنة بعيدة عن الهم والغم والحزن والمنغصات، وعدم التأقلم مع هذه الطباع قد يُفضي بالعبء إلى التهلكة.

ومن هذه الأخلاق والمهارات التي وصى بها النبي ﷺ من سأل عن وصية تنفعه في دينه ودنياه؛ خلقت كظم الغيظ وعدم الغضب.

أول ما نذكر كلمة الغضب؛ ما الذي يتخيله السامع دائماً؟

- وجه عابس.
- وعين حمراء.
- وفحش في القول والفعل.

← والغضب الذي نعنيه هو الغضب المذموم، وليس الغضب لدين الله، أو الغضب إذا ما اعتدي على بلدك، أو الغضب إذا ما اعتدي على عرضك؛ هنا لا بد أن تغضب، لكن غضب محكوم بالشعب لا بالعواطف؛ لأن العواطف نهايتها عواصف ولا تأتي بخير.

كم من أسرة هدمت بسبب الغضب؟ وكم من علاقة بين إخوة من أب وأم انتهت بغضب ووقع بينهم التهاجر والتشاحن؟ كم من صلة رحم قُطعت بسبب الغضب؟ كم من دماء سُفكت بسبب الغضب؟!

(١) أخرجه الترمذي في سننه (٢٣٧٦).

فَالغُضْبُ خُلِقَ فَاحِشٌ، جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ ﷺ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَوْصِنِي؟ قَالَ: «لَا تَغْضَبُ»، قَالَ: قَالَ الرَّجُلُ: فَفَكَّرْتُ حِينَ قَالَ النَّبِيُّ ﷺ مَا قَالَ، فَإِذَا الْغَضْبُ يَجْمَعُ الشَّرَّ كُلَّهُ^(١). رواه أحمد.

وعن ابن عمر، أَنَّهُ سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ: مَاذَا يُبَاعِدُنِي مِنَ غَضَبِ اللَّهِ ﷻ؟ قَالَ: «لَا تَغْضَبُ»^(٢).

- الأول؛ الحديث الأول: عن حميد بن عبد الرحمن عن رجل من أصحاب النبي ﷺ.
- الثاني: عن ابن عمرو.
- الثالث: عن أبي الدرداء ؓ، قال: قال رجل لرسول الله ﷺ يَا رَسُولَ اللَّهِ، دُلَّنِي عَلَى عَمَلٍ يُدْخِلُنِي الْجَنَّةَ قَالَ: «لَا تَغْضَبُ وَلَكَ الْجَنَّةُ»^(٣).

▲ فهذه وصية من النبي ﷺ لعدد من أصحابه رضوان الله عليهم، ما السبب؟

الجملة التي ذكرها ذلكم الصحابي ؓ بعد أن تفكر في وصية النبي ﷺ، قال: "فَفَكَّرْتُ حِينَ قَالَ النَّبِيُّ ﷺ مَا قَالَ فَإِذَا الْغَضْبُ يَجْمَعُ الشَّرَّ كُلَّهُ".

يقول ابن القيم رَحِمَهُ اللهُ: "دخل الناس النار من ثلاثة أبواب؛ باب شبهة أورثت شكًا في دين الله، وباب شهوة أورثت تقديم الهوى على طاعته ومرضاته، وباب غضب أورث العدوان على خلقه" انتهى كلامه يرحمه الله.

▲ والسؤال الذي يطرح نفسه كما يقال: هل يمكن للإنسان الغضوب أن يُغير من خلق العصبية والغضب التي جُبل عليها أم لا؟ شخص سريع الغضب هل يمكن أن يروض نفسه ويُقلل من هذا الغضب، ويتحول إلى خلق أفضل؛ إلى خلق اللحم، والأناة، وكظم الغيظ؟

(١) أخرجه أحمد في مسنده (٢٣١٧١).

(٢) أخرجه أحمد في مسنده (٦٦٣٥).

(٣) أخرجه الطبراني في المعجم الأوسط (٢٣٥٣).

الجواب: نعم، يمكن أن تروض نفسك، وأن تهذب خلقك؛ لأن النفس سوية، لكن على ما تشئها عليه، يقول الله ﷻ: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۗ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۗ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ۗ﴾ [الشَّمْس من الآية ٧ الى الآية ١٠].

تسوية النفس أسندت إلى من؟ إلى الله، وتذكية النفس أسندت إلى من؟ إليك.

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۗ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۗ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ۗ﴾ [الشَّمْس من الآية ٧ الى الآية ١٠].

فالنفس البشرية قابلة للتغير، لكن تحتاج إلى مجاهدة نفس، إلى ترويض هذه النفس بما يعود عليها من نفع.

وقال ﷻ: «إِنَّمَا الْعِلْمُ بِالتَّعْلَمِ، وَإِنَّمَا الْحِلْمُ بِالتَّحْلُمِ، مَنْ يَتَحَرَّى الْخَيْرَ يُعْطَهُ، وَمَنْ يَتَّقِ الشَّرَّ يُوقَهُ»^(١).

↪ فإذا غضبت وكنت ممن يقوى فروض نفسك على خلق الحلم والأنام؛ لأن أهل العلم يقولون: الأخلاق تنقسم إلى قسمين:

- أخلاق جبلية؛ قد جبل الله ﷻ عليها الخلق.
- وأخلاق مكتسبة؛ تكتسب لترويض النفس.

▲ هل للغضب والعصبية والانفعالات غير المنضبطة آثار على الفرد والمجتمع؟

الجواب: نعم، وهذه الآثار لا بد أن يتفكر فيها العبد ليتقي شر الغضب إذا ما غضب.

أولاً: أضرار صحية.

(١) أخرجه الطبراني في المعجم الأوسط (٢٦٦٣).

فقد ذكر الأطباء أن الغضب من أسباب ارتفاع الضغط، ووقوع الجلطات والسكتات الصحية، وحصول بعض الأمراض النفسية لهذا الغاضب؛ فالغاضب يضر نفسه قبل أن يضر غيره، والعاقل إنما يسعى في نفع نفسه لا في إضرارها وفسادها.

ثانياً: عند الغضب والعصبية يضعف تفكير الإنسان، فتوجد علاقة عكسية بين التفكير واتخاذ القرار الصحيح، وبين الغضب وازدياد الانفعال، فكلما ازداد غضبك قلّ تفكيرك، وإذا قلّ الغضب زاد التفكير، وكان قرارك في الغالب صواباً.

ثالثاً: من آثار الغضب والانفعال ممارسة السلوك السلبي العدواني تجاه الآخرين؛ فيسب، وربما مدّ يده وضرب، وربما تطاول الأمر إلى أن سفك الدم وقتل، والسبب هو الغضب.

ووصل الأمر إلى بعضهم عند غضبه إلى أن تطاول على ربه فسبّ الله، وسبّ الدين، وسبّ الرسول ﷺ وهذا ناشئ عن قلة الإيمان في القلب، ولكن للأسف هذا مما نراه ونسمعه عند البعض هداهم الله.

كذلك من آثار الغضب والعصبية: أن الغضب يؤدي إلى هدم الأسر؛ وذلك بالطلاق، فعند وجود مشكلة، ولا يستطيع الرجل أن يعالج هذه المشكلة بالطرق الودية التي تكون ممزوجة بالمودة والرحمة التي خلق الله ﷻ الزوجة والزوج لأجل تحقيق هذا المقصد؛ **﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾** [الرؤم الآية ٢١].

هذه المودة والرحمة للأسف عند كثير من الأزواج تختفي عند حدوث خلافات ومشاكل؛ وتتحوّل إلى عداوة شديدة، قد تصل إلى أن يعتدي الرجل على زوجته بالضرب الذي قد يفوق تطبيق الحد الشرعي على بعض الحدود.

وقد يدفع المرأة في قمة غضبها وعصبيتها إلى أن ترتكب وتقول من الأقوال ما لا يرضاه الله ولا رسوله ﷺ؛ فتستفد الزوج وتطلب منه الطلاق؛ فإن لم يُطلق استفدته في رجولته تقول له: إن



كنت رجلاً فطلّقت، وبعضها قد تعتدي عليه وعلى والديه فتقول: إن كنت رجلاً ابن رجل فطلّقت؛ وهذا كله في فترة الغضب.

وأما بعد أن يهدأ وتهدأ يبدأ الندم؛ فكم من بيوت هُدمت بسبب لحظة غضب لم يتمالك فيها الزوج نفسه فأوقع الطلاق على زوجته.

والغريب العجيب نرى بعضهم قد تزوج من سنة وقد طلق زوجته الطلاق المكمل للثلاث، ليست طلقة واحدة، بل واحدة، والثانية والثالثة، بل بعضهم قد طلق زوجته في شهر واحد أكثر من مرتين، ثم يندم ثم يراجعها، ثم يُطلق ثم يندم ثم يراجعها، ثم يبكي يريد أن يُرجع زوجته بعد ذلك ويبحث عن يفتيه؛ بأن طلاقه غير واقع في غضب ومطبق وغير ذلك.

خامساً: الغضب وزيادة الانفعال يؤدي إلى ضعف القدرة على حل المشاكل، بل يُعقدها؛ لأن حل المشاكل يحتاج إلى تعقل وتفكير وإلى جملة من المهارات التي يفقدها الغاضب.

لا توجد مشكلة في العالم الإسلامي، المشكلة فيك أنت يا من تريد أن تحل المشكلة، ليست في مشكلة، المشكلة تحل، ولكن إذا كان الذي يريد أن يحل المشكلة وأن يضع لها من الحلول ما يُنهيها أو يخفف منها غير مؤهل لذلك؛ فلن يستطيع.

كذلك سادساً: الغضب غير المحمود في أمور الدين قد يقود الفرد إلى الفكر المتطرف والمنحرف والغلو، يرى بعض المنكرات فلا يعلم الطريقة الصحيحة في الإنكار، فيُنكرها بطريقة تُفضي إلى مفسدة أعظم مما أراد أن يُنكره في هذه الواقعة التي أمامنا.

ولذلك لا بد أن يكون الغضب حتى في دين الله ﷻ:

- منضبطاً بضوابط الشرع.
- وبفقه الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.



سابعاً: الغضب بنفسه من أسباب زيادة المشكلة وتفاقمها، وهذا ما يسمى بردود الأفعال، هناك مشاكل إذا صح أن نسميها مشاكل ارتدادية بنفسه الزلال لما يقع، هناك هزات ارتدادية كذلك تحصل.

الغضب كذلك له؛ هذه المشكلة التي غضب لها الرجل أو هذه لها المرأة؛ الغضب سيؤدي إلى حصول مشاكل متكررة ثانية تسمى ردود أفعال، لذلك يقولون: أنا كإنسان كفرد لا أستطيع أن أتحكم فيما يحصل لي من المشاكل من الآخرين هذا قضاء الله وقدر، لكن أتحكم فيما يصدر في أنا مني أنا، هذا الذي يجب أن أتحكم فيه وأن أضبطه، فإذا لم أضبطه صارت المشكلة أكبر وأكبر وأكبر.

أعطيكُم مثال واقعي رجل في سيارته في الشارع لا قدر الله عمل حادث، الحادث هل يستطيع دفعه؛ قضاء الله وقدر وانتهى، الطريقة الأولى الصحيحة؛ وقع الحادث وهذا يُسمونه المؤثر، ما استجابتك أنت لهذا المؤثر؟ هنا يظهر ترويضك لنفسك، ويظهر علمك، وتظهر خلقك.

الوضع الطبيعي تنزل وتستسمح من الطرف الآخر تعذرني إذا كان في خطر، وإن شاء الله ما تكون قد أصبت، ولا كان أحد عندك أصيب، وإن شاء الله تعالى خير، ومعوض خير، الكلمات الطيبة هذه لها أثرها، ثم تتصل بالجهة المسؤولة عن تخطيط الحوادث، وتقول أنت غلطان ولا هو، وكل يأخذ جزاءه، والذي عليه الخطايا يصلح السيارة الثانية، وانتهى الموضوع.

تعال معي إلى صورة أخرى: هذا الرجل لما صدم السيارة الأخرى، نزل من السيارة مغضباً، وقال له: أنت ما ترى أعمى، وكان الثاني مثله فنزل، قال: أنت الأعمى الذي لم تراني، فاحتمد القول وصلوا إلى السب ثم الضرب، في النهاية في النيابة تهمة السب والاعتداء على سلامة الآخرين وربما كان فيها سجن، نفس الواقع واختلف التصرف.



فأنت الذي تستطيع أن تتحكم في ردود أفعالك، فالمشكلة الأولى لما عالجنها بالحكمة والحلم انتهت، لكن نفس المشكلة لما عالجنها بالغضب أدت إلى مشكلة ثانية، إلى مشكلة ثالثة، إلى مشكلة رابعة وهكذا.

▲ كيف تتصرف عند الغضب؟

هل سمعتم عن مانعة الصواعق؟ مانعة الصواعق هذا جهاز معدني يوضع على الأبراج الضخمة، هل يمنع الصاعقة حقيقة؟ لا، ماذا يفعل؟ يستقبل الصاعقة، الصاعقة لو ضربت البناء ماذا قد يحدث له؟ قد تهدمه، ولو ضربت الطائرة في الجو؟ قد توقعها.

ماذا تفعل مانعة الصواعق هذه؟ تستقبل الصاعقة، ثم تصرفها عن هذا المبنى أو عن هذه الطائرة إلى مكان آخر، وفي بعض الدول يستفاد من هذه الصواعق في توليد الكهرباء لكثرتها لكن هي لم تمنع الصاعقة هي استقبلتها، ثم صرفتها إلى موضع آخر قد يستفاد منه.

كذلك الغضب؛ الغضب قد لا تستطيع منعه؛ لأنه طبع في الإنسان، لكن تستطيع أن تتحكم في استجابتك لهذا المؤثر الذي أدى إلى الغضب - كما ذكرنا لكم في المثال -؛ تستقبل الغضب وتذكر ما سنذكره لك الآن حتى تكون من الناجين.

أولاً: تذكر أن الغضب لا يحل المشكلة بل يزيد لها، زوجتك غضبت عليك، ابنك كسر شيء في المنزل، في العمل المدير قال لك كلام ما أعجبك، غضبك هذا لن ينفعك، لن يحل المشكلة بل يزيد لها، إذا أضع في بالي أن غضبي لن ينفعني شيئاً، بل أنت تنظر إلى وجهك عند الغضب، يا ريت ترى بس نفسك في المرأة وأنت غاضب، ربما تقول: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، هذا وجهي أنا؛ لأن وجهك عند الغضب والله يتغير تغير عجيب.

ثانياً: تصرف كما أمرك النبي ﷺ وفق هديه في علاج الغضب؛ الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم.

جاء عن سُلَيْمَانَ بْنِ صُرَدٍ، قَالَ: كُنْتُ جَالِسًا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ وَرَجُلَانِ يَسْتَبَانِ، فَأَحَدُهُمَا أَحْمَرٌ وَجْهُهُ، وَانْتَفَخَتْ أُوْدَا جُهِهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «إِنِّي لَا أَعْلَمُ كَلِمَةً لَوْ قَالَهَا ذَهَبَ عَنْهُ مَا يَحِدُّ، لَوْ قَالَ: أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ، ذَهَبَ عَنْهُ مَا يَحِدُّ» فَقَالُوا لَهُ: إِنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: تَعَوَّذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ، فَقَالَ: وَهَلْ بِي جُنُونٌ؟^(١).

هذا التوجيه صادر من من؟ من النبي ﷺ، والمفروض أن يُسلم له، لكن الغضب منعه من أن يعمل بهذا التوجيه النبوي، فالغضب مصدره الشيطان، فلو استعدت بالله ﷻ من الشيطان خنس وهدأ، واذكر الله ﷻ، قال ﷺ: «لَوْ يَقُولُ أَحَدُهُمْ: أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ ذَهَبَ غَضَبُهُ» أَوْ «سَكَنَ غَضَبُهُ»^(٢).

ثانياً من هدي النبي ﷺ عند الغضب: السكوت.

قال ﷺ: «وَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ»^(٣).

أنت في المنزل أغضبتك زوجتك فلا تتكلم، هي الآن أخطأت عالج المشكلة لاحقاً، هي الآن غاضبة ما ينفع الحوار، الزوج غاضب تحاورينه على ماذا؟! لن تصلي معه إلى نتيجة، ولذلك الصحيح: لا تحاور غاضباً، ولا تحاور أحداً وأنت غاضب.

إذا الشخص الذي أمامك غاضب لا تحاوره، وإذا أنت كنت غاضب فلا تستعمل الحوار في التعامل مع الآخرين لأنك لن تضبط أعصابك، وربما وقعت في الخطأ، ولذلك ترى الغاضب نفسه ضيق، وتراه ربما لا يستطيع أن يتم عبارته، وتراه مثل ما يقولوا عندنا في الأمثال: (ايقط خيط وخيط) ما تصل معه إلى نتيجة، وما الفائدة في نقاشه وحواره؟!

(١) أخرجه البخاري (٣٢٨٢).

(٢) أخرجه الطبراني في المعجم الأوسط (٧٠٢٢).

(٣) أخرجه أحمد في مسنده (٢١٣٦).

فهذه المهارة تحتاجها في المنزل؛ زوجتك غاضبة منك لا ترد عليها بغضب.

ولذلك أبو الدرداء يقول لأم الدرداء فيما نقل في الآثار عنه: "يا أم الدرداء إذا أنا غضبت فرضيني، وإذا أنت غضبتي رضيتك، فإذا لم نكن هكذا ما أسرع ما نفرق".

فإذا كانت الزوجة غاضبة استرضيها، وإذا كان الزوج غاضباً استرضيه، وكذلك صاحبك، وكذلك أقرب الناس إليك، فلا تقابل الغضب بغضب، فلذلك السنة السكوت.

قال رسول الله ﷺ: «وَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ»^(١).

هنا أنبه على أمر مهم يقع في هذا الزمان؛ وهو الغضب في وسائل التواصل الاجتماعي سواء في واتساب أو في التويتر أو في غيره؛ لأن استعمال الغضب في أثناء الكتابة في الواتس أب قد يفضي بك إلى جريمة، السب سبك للطرف الآخر في الواتساب جريمة من الجرائم التي تعاقب عليها بعقوبات جديدة تدخل في الجرائم الالكترونية فاضبط نفسك.

وكذلك السب في تويتر بعض الناس هداهم الله ترى يتابع بعض الأمور في تويتر ثم يشعر بغضب وانفعال، والكتابة أنت ما ترى الطرف الآخر فتتجراً عليه بالسب ثم يحاكمك في المحاكم، وبعضهم جعل من هذا تجارة، اليوم إذا أردت أن تكسب بعض الأموال طبق قول الشاعر:

إني وإن كنت الأخير زمانه لأت بمالم يأت به الأوائل
إذا أردت أن تعرف قبل في زمزم يقول هذا الرجل؛ تسب شيء في الدين، أو تتكلم عن شيء في السنة ثم يسبك الناس، ثم ارفع شكوى في المحاكم مطالب بالتعويضات، هذا نوع من أنواع الاستفزاز فاحذر من مثل هذا.

(١) سبق تخريجه.

لا يحملك ردة فعلك وغضبك على الوقوع في أمر تندم عليه، ثم تذهب تطلب المسامحة منه وهو لا يستحق المسامحة لشذوذه وغير ذلك الفكري.

فإذا وقع شيء في تويتر أو في مسائل التواصل أنت لا ترضيه؛

- إما أن تبلغ الجهات المعنية المخولة بالرد.
 - أو إذا كنت لا تحب أن تتابعه فاعمل له حظر ولا تتابعه وأرح نفسك.
- أما أن تتابع من يستفدك، ثم أنت بعد ذلك تقع في سبه وفي النيل منه، ثم يشتكي عليك، ثم تأتي تتباكى عنده هذا لا يليق بك.

فلا توقع نفسك في محل وفي موضع تطلب فيه الاعتذار وأنت عزيز النفس.

الأمر الثالث الذي يرشدنا إليه النبي ﷺ: تغيير الهيئة.

الأمر الثالث الذي يرشدنا إليه النبي ﷺ: تغيير هيئتك وأنت غاضب.

عن أبي ذر رضي الله عنه قال: **إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ لَنَا: «إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ»** (١).

هذا له أثره في تخفيف حدة الغضب والانفعال، يمكن أن تخرج خارج المنزل، أو تغادر المكتب إذا حصلت مشكلة في المكتب؛ لأن هذا له أثره في ماذا؟ في تهدئة نفسك وإبعاده عن الغضب.

الأمر الثالث: تذكر أن القوة الحقيقية ليست في الغضب وسرعة الانفعال؛ كظم الغيظ والتحكم في الغضب فيه دلالة على قوتك، الشخص الذي يستفدك ويجعلك تغضب هذا انتصر عليك، لكن إذا تحكمت في نفسك وضبطت انفعالاتك ومشاعرك أنت الأقوى.

(١) أخرجه أبو داود (٤٧٨٢).

قال ﷺ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ»^(١).

وعن أنس أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ مَرَّ بِقَوْمٍ يَضْطَرُّونَ فَقَالَ: مَا هَذَا؟ قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ هَذَا فُلَانُ الصَّرِيحُ مَا يُصَارِعُ أَحَدًا إِلَّا صَرَعَهُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ: رَجُلٌ ظَلَمَهُ رَجُلٌ فَكَظَمَ غَيْظَهُ فَعَلَبَهُ وَعَلَبَ شَيْطَانُهُ وَعَلَبَ شَيْطَانُ صَاحِبِهِ»^(٢). رواه البزار، وقال ابن حجر: إسناده حسن.

وديننا الحنيف من محاسنه العظيمة أن يوجه العبد إلى التعامل مع الآخرين بأخلاقه الحسن لا بأخلاق غيره.

للهم والقاعدة لهذا الباب: عامل غيرك بأخلاقك لا بأخلاقهم، قال تعالى: ﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةِ نَحْنُ أَعْلَمُ بِمَا يَصِفُونَ﴾ [المؤمنون الآية ٦٦]، وقال سبحانه: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾^(٣) وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ [فصلت الآية ٣٤].

وقال ﷺ: «أَدِّ الْأَمَانَةَ إِلَى مَنْ ائْتَمَنَكَ، وَلَا تَخُنْ مَنْ خَانَكَ»^(٣).

ذاك الآخر خانك في الأمانة لا تعامله بالمثل، ذاك الرجل سبك لا تسبه.

رابعاً: تذكر الأجر العظيم المترتب على كظم الغيظ والعفو عن الناس.

قال تعالى: ﴿وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ﴾ [الشورى الآية ٤٠]

(١) أخرجه البخاري (٦١١٤)، ومسلم (٢٦٠٩).

(٢) أخرجه البزار في مسنده (٧٢٧٢).

(٣) أخرجه أبو داود (٣٥٣٤).

ما بين الأجر، أجر عظيم جداً، قال ﷺ: «مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يُنْفِذَهُ، دَعَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ عَلَى رُءُوسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيِّرَهُ اللَّهُ مِنَ الْحُورِ الْعِينِ مَا شَاءَ»^(١).

بكظمك الغيظ صبر، والله يقول عن الصابرين: ﴿إِنَّمَا يُوفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ

حِسَابٍ ﴿١٠﴾ [الزُّمَرُ آيَةُ ١٠].

خامساً: من هو أفضل منك تعرّض لما هو أشد منك وصبر وهو محمد ﷺ وهو قدوتك.

عن أنسٍ رضي الله عنه قال: "كُنْتُ أَمْشِي مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَعَلَيْهِ بُرْدٌ نَجْرَانِيٌّ غَلِيظُ الْحَاشِيَةِ، فَأَدْرَكَهُ أَعْرَابِيٌّ، فَجَبَذَهُ بِرِدَائِهِ جَبَذَةً شَدِيدَةً، فَنَظَرْتُ إِلَى صَفْحَةِ عَاتِقِ النَّبِيِّ ﷺ وَقَدْ أَثَرَتْ بِهَا حَاشِيَةُ الرِّدَاءِ مِنْ شِدَّةِ جَبَذَتِهِ، ثُمَّ قَالَ: يَا مُحَمَّدُ، مُرِّ لِي مِنْ مَالِ اللَّهِ الَّذِي عِنْدَكَ، فَالْتَمَتَ إِلَيْهِ، فَضَحِكَ، ثُمَّ أَمَرَ لَهُ بِعَطَاءٍ"^(٢). ما انتقم لنفسه ﷺ، ما كان يغضب إلا إذا انتهكت محارم الله.

تقول عائشة رضي الله عنها: «مَا انْتَقَمَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ لِنَفْسِهِ فِي شَيْءٍ يُؤْتَى إِلَيْهِ...»^(٣).

✻ ذكر شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله ونختم بهذا في قاعدة له، عنوانها: قاعدة في الصبر؛ جملة من الأسباب التي تحملك على تحمل إساءات الناس والآخرين إليك، أذكر منه بعضاً وأنصحكم بالرجوع إليها.

قاعدة في الصبر.

يقول: "الله ﷻ خالق أفعال العباد، حركاتهم وسكناتهم وإراداتهم، فما شاء الله كان، وما لم يشأ لم يكن، فلا يتحرك في العالم العلوي والسفلي ذرة إلا بإذنه ومشئته، والعباد آله، فانظر إلى الذي سألهم عليك، ولا تنظر إلى فعلهم بك، تسترخ من الهم والغم والحزن".

(١) أخرجه أبو داود (٤٧٧٧).

(٢) أخرجه البخاري (٣١٤٩)، ومسلم (١٠٥٧).

(٣) أخرجه البخاري (٦٨٥٣).

هذا الذي تسلط عليك بالظلم، أو تسلط عليك بالسب، أو تسلط عليك بما أغضبك إنما هو بتقدير من رب العالمين ﷻ.

فانظر إلى سبب ذلك؛ وهذا السبب الثاني: "أَنْ يَشْهَدَ ذُنُوبَهُ، وَأَنَّ اللَّهَ إِنَّمَا سَلَطَهُمْ عَلَيْهِ بِذَنْبِهِ، كَمَا قَالَ تَعَالَى: ﴿وَمَا أَصَابَكُمْ مِّنْ مُّصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ﴾ [الشورى الآية ٣٠]؛ فإذا شهد العبد أن جميع ما يناله من المكروه فسببه ذنوبه، اشتغل بالتوبة والاستغفار من الذنوب التي سلطهم عليه بسببها، عن ذمهم ولو مهمم والوقية فيهم.

وإذا رأيت العبد يقع في الناس إذا آذوه، ولا يرجع إلى نفسه باللوم والاستغفار، فاعلم أن مصيبته مصيبة حقيقية، وإذا تاب واستغفر وقال: هذا بذنوبي، صارت في حقه نعمة...".

ثالثاً: أن يشهد أن الجزاء من جنس العمل، وأن نفسه ظالم مذنب، وأن من عفا عن الناس عفا الله عنه، ومن غفر غفر الله له.

رابعاً: أن يعلم أنه إذا اشتغلت نفسه بالانتقام، وطلب الانتقام ضاع عليه زمانه، وتفرق عليه قلبه، وفاته من مصالحه فيما لا يمكن استدراكه، ولعل هذا أعظم عليه من المصيبة التي نالته من جهتهم، فإذا عفا وصفح فرق قلبه وجسمه لمصالحه التي هي أهم عنده من الانتقام.

خامساً: أن يشهد أن معية الله معه إذا صبر، ومحبة الله له إذا صبر ورضاه، ومن كان الله معه دفع عنه أنواع الأذى والمضرات ما لا يدفعه عنه أحد من خلقه، قال تعالى: ﴿وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ [الأنفال الآية ٤٦]، وقال تعالى: ﴿وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ﴾ [آل عمران الآية ١٤٦].

سادساً: أن يشهد أن صبره حكمٌ منه على نفسه، وقهرٌ لها، وغلبةٌ لها، فمتى كانت النفس مقهورةً معه مغلوبةً لم تطمع في استرقاقه وأسرته وإلقائه في المهالك، ومتى كان مطيعاً لها لنفسه سامعاً منها، مقهوراً معها لم تزل به حتى تهلكه أو تتداركه رحمةً من ربه.



فلو لم يكن في الصبر إلا قهره لنفسه ولشيطانه؛ فحينئذ يقهر سلطان قلبه وتثبت جنوده ويفرح ويقوى ويطرد العدو عنه.

﴿أخيراً﴾ على المسلم إذا رأى من أخيه غضباً أن يسعى إلى استرضائه خصوصاً الزوجة، ولها في ذلك الأجر، إذا رأت الزوجة غضب زوجها فالنبي ﷺ يدعوها إلى أن تسترضيه، قال ﷺ:

«أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِنِسَائِكُمْ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ الْوَدُودِ، الْوَلُودِ، الْعَوُودِ عَلَى زَوْجِهَا، الَّتِي إِذَا آذَتْ أَوْ أُذِيَتْ، جَاءَتْ حَتَّى تَأْخُذَ بِيَدِ زَوْجِهَا، ثُمَّ تَقُولُ وَاللَّهِ لَا أَذُوقُ غُمُضًا حَتَّى تَرْضَى»^(١)؛ تسترضيه تطلب الأجر من الله

إخواننا الأفاضل هذه بعض الأمور والنقاط المهمة التي نحتاجها في تعاملاتنا مع الآخرين عند الغضب وعند الانفعال خصوصاً مع أقرب الناس إلينا.

ومن الأخطاء التي نسيت أن أنبه عليها؛ بعض الناس في أثناء التربية في المنزل لما ابنك الصغير يكسر حاجة في البيت، يغضب يقوم يضربه، هذا الضرب تأديب ولا ضرب انتقام؟ هذا ضرب انتقام ليس ضرب تأديب، تتبه النساء لهذا الأمر.

الضرب حتى ضرب الصغار له أحكامه، ليس كونه أخطأ نعامله بالضرب مباشرة، بل قد نُصحح الخطأ بأمور غير الضرب حتى لو كان فيها شيء من الحرمان، شيء من العقوبة لا نلجأ إلى الضرب، فاعلم أو فاعلمي أنك إذا ضربت هذا الطفل الصغير أو هذا الابن أو هذه البنت لخطأ ارتكبه فقد يكون هذا انتقام لنفسك، فحاسب نفسك.

أسأل الله العظيم رب العرش العظيم أن يوفقني وإياكم لكل خير، وأن يعلمنا ما جهلنا إنه على كل شيء قدير.

هذا والله أعلم، سبحانه اللهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك.

(١) أخرجه النسائي في السنن الكبرى (٩٠٩٤).

**حسابات شبكة بينونة للعلوم الشرعية
ليصلكم جديد شبكة بينونة، يسعدنا أن نتواصل على المواقع التالية:**

① 【 Twitter تويتر 】

<https://twitter.com/Baynoonanet>

② 【 Telegram تيليجرام 】

<https://telegram.me/baynoonanet>

③ 【 Facebook فيسبوك 】

<https://m.facebook.com/baynoonanetuae/>

④ 【 Instagram انستقرام 】

<https://instagram.com/baynoonanet>

⑤ 【 WhatsApp واتساب 】

احفظ الرقم التالي في هاتفك

<https://api.whatsapp.com/send?phone=971555409191> ☎

أرسل كلمة "اشترك"

تنبيه في حال عدم حفظ الرقم لديك
((لن تتمكن من استقبال الرسائل))

⑥ 【 تطبيق الإذاعة 】

لأجهزة الأيفون

<https://appsto.re/sa/gpi5eb.i>

لأجهزة الأندرويد

<https://goo.gl/nJrA9j>

⑦ 【 Youtube يوتيوب 】

<https://www.youtube.com/c/BaynoonanetUAE>

⑧ 【 Tumblr تمبلر 】

<https://baynoonanet.tumblr.com/>

⑨ 【 Blogger بلوجر 】

<https://baynoonanet.blogspot.com/>

⑩ 【 Flickr فليكر 】

<https://www.flickr.com/photos/baynoonanet/>

⑪ 【 لعبة كنوز العلم 】

لأجهزة الأيفون

<https://goo.gl/Q8M7A8>

لأجهزة الأندرويد

<https://goo.gl/vHJbem>

【 Vk في كي 】

<https://vk.com/baynoonanet>

【 لينكدان LinkedIn 】

<https://www.linkedin.com/in/٦٦٩٣٩٢١٧١-شبكة-بينونة-للعلوم-الشرعية>

【 ريديت Reddit 】

<https://www.reddit.com/user/Baynoonanet>

【 تشينو chaino 】

<https://www.chaino.com/profile?id=5ba33e0c772b23d5bb7daf0a>

【 بنترست Pinterest 】

<https://www.pinterest.com/baynoonanet/>

【 سناب شات Snapcha 】

<https://www.snapchat.com/add/baynoonanet>

【 تطبيق المكتبة 】

لأجهزة الأيفون

<https://apple.co/33uUnQr>

لأجهزة الأندرويد

<https://goo.gl/WNbvqL>

【 تطبيق الموقع 】

لأجهزة الأيفون

<https://apple.co/2Zvk8OS>

لأجهزة الأندرويد

<https://bit.ly/3fFoxWe>

【 البريد الإلكتروني 】

info@baynoona.net

【 الموقع الرسمي 】

<http://www.baynoona.net/ar/>



مشكلة القرعانات شبكة بيتونة

قرعان وصايا النبي ﷺ

[لا تفضب]



الشيخ د. عبد الرحمن بن عبد العزيز آل سعود



قدم بها فريق التدقيق في شبكة بيتونة العلوم الشرعية



www.KitaboSunnat.com

www.KitaboSunnat.com