

الحمد لله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم الحمد لله الذي خلق الإنسان علمه البيان والصلاة والسلام على الذي لا ينطق عن الهوى إن هو إلا وحي يوحى أما بعد. فهذه فوائد من أحاديث النبي ﷺ:

عَنْ حُمَيْدِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ ، عَنْ رَجُلٍ مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، قَالَ : أَتَى رَجُلٌ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَقَالَ : عَلِّمْنِي كَلِمَاتٍ أَعِيشُ بِهِنَّ ، وَلَا تُكْثِرُ عَلَيَّ ، فَأَنْسَى ، قَالَ : " اجْتَنِبِ الْغَضَبَ " ، فَأَعَادَ عَلَيْهِ ، فَقَالَ : " اجْتَنِبِ الْغَضَبَ " .

الألباني في "السلسلة الصحيحة" 2 / 573

.....

### الشرح الإجمالي :

إن الغضب من الصفات الذميمة التي وردت النصوص في ذمها والتحذير منها، فكم سبب من عداوات، وأحقاد، وفرقة بين الأزواج، وتشتت الأسر وضياع الأولاد، وقطع الأرحام، وكم حصل بسببه من حروب، وفتن، وسفك للدماء؟!

و إن الغضب يجمع الشر كله، يغضب الرحمن، ويرضى الشيطان. قال البخاري رحمه الله في صحيحه: باب الحذر من الغضب لقول الله سبحانه وتعالى: ﴿ وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ ﴾ [الشورى: 37]،

قال ابن رجب في شرحه للحديث: (فهذا الرجل طلب من النبي صلى الله عليه وسلم أن يُوصيه وصيةً وجيزةً، جامعةً لخصال الخير، ليحفظها عنه.

خشية أن لا يحفظها؛ لكثرتها، فوصاه النبي صلى الله عليه وسلم أن لا يغضب، ثم ردّد هذه المسألة عليه مراراً، والنبي صلى الله عليه وسلم يردّد عليه هذا الجواب، فهذا يدلّ على أن الغضب جماع الشرّ، وأنّ التحرّز منه جماع الخير)

قال ابن القيم رحمه الله: "دخل الناس النار من ثلاثة أبواب، باب شبهة أورثت شكاً في دين الله، وباب شهوة أورثت تقديم الهوى على طاعته ومرضاته، وباب غضب أورث العدوان على خلقه"

### الأسباب التي يُدفع بها الغضب:

- 1- أن يتأمل الأخبار الواردة في فضل كظم الغيظ والعفو والحلم
- 2- أن يستعيد بالله من الشيطان الرجيم.
- 3- الجلوس .
- 4- أقوى الأشياء في دفع الغضب استحضار التوحيد الحقيقي وهو أن لا فاعل إلا الله، وكل فاعل غيره فهو آله له، فمن توجه إليه بمكروه من جهة غيره فاستحضر أن الله لو شاء لم يمكن ذلك الغير منه اندفع غضبه لأنه لو غضب والحالة هذه كان غضبه على ربه جل وعلا، وهو خلاف العبودية.
- 5- : الوضوء.
- 6- ترك المخاصمة والسكوت

### أسباب الغضب :

- 1- العُجب: فالعجب بالرأي والمكانة والنسب والمال سبب للعداوة.
- 2- : المزاح: إن المزاح بدؤه حلاوة : لكنما آخره عداوة.
- 3- بذاءة اللسان وفحشه. بشتن أو سب أو تعيير مما يوغل الصدور , ويشير الغضب

### أنواع الغضب :

- 1- الغضب الحمود : وهو ما كان لله -تعالى- عندما تنتهك محارمه ، وهذا النوع ثمرة من ثمرات الإيمان إذ أن الذي لا يغضب في هذا المحل ضعيف الإيمان.
- 2- الغضب المذموم : وهو ما كان في سبيل الباطل والشيطان كالحمية الجاهلية ، والغضب

بسبب تطبيق الأحكام الشرعية ، وانتشار حلق تحفيظ القرآن الكريم ، ومعاداة الأمرين بالمعروف والنهي عن المنكر بسبب محاربتهم للرديلة.

### الغضب المباح :

وهو الغضب في غير معصية الله -تعالى- ولم يتجاوز حدّه كأن يجهل عليه أحد , وكظمه هنا خير وأبقى قال تعالى ( وَالْكَافِرِينَ الْغَيْظُ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ) آل عمران : 134

### درجات الناس في قوة الغضب :

الأولى : التفريط : ويكون ذلك بفقد قوة الغضب بالكلية أو بضعفها .  
الثانية : الإفراط : ويكون بغلبة هذه الصفة حتى تخرج عن سياسة العقل والدين ولا تبقى للمرء معها بصيرة ونظر ولا فكرة ولا اختيار .  
الثالثة : الاعتدال : وهو الحمود وذلك بأن ينتظر إشارة العقل والدين.

### الفضائل لمن ترك الغضب منها :

- 1- الظفر بمحبة الله تعالى والفوز بما عنده.
- 2- ترك الغضب سبب لدخول الجنة.
- 3- المباهاة به على رؤوس الخلائق.
- 4- النجاة من غضب الله تعالى.
- 5- زيادة الإيمان.
- 6- كظم الغيظ من أفضل الأعمال.

### فائدة :

قال ابن القيم رحمه الله تعالى " ولما كانت المعاصي كلها تتولد من الغضب والشهوة , وكان نهاية قوة الغضب القتل , ونهاية قوة الشهوة الزنى جمع الله -تعالى- بين القتل والزنى , وجعلهما قرينين في سورة الأنعام , وسورة الإسراء , وسورة الفرقان , وسورة الممتحنة , والمقصود أنه سبحانه أرشد عباده إلى ما يدفعون به شر قوتي الغضب والشهوة من الصلاة والاستعاذة

1- الغَضَبُ يؤوِل إلى التقاطع ومنع الرفق، وربما آل إلى أن يؤذي المغضوب عليه، فينتقص ذلك من الدين.

2- أن الغَضَبَ يفسد كثيراً من الدين؛ لأنه يؤدي إلى أن يؤذي ويؤذي، وأن يأتي في وقت غضبه من القول والفعل ما يآثم به، ويؤثم غيره.

3- من تأمل أحوال الناس لم يجد أحداً غضب لغير الله إلا كان الندم حليفه، والعجب أن الكثير منهم يرى عواقب الغضب الوخيمة ثم لا ينتهي عنه.

4- أن الغضب منه ما كان محموداً وهو الغضب لله، وذلك عند انتهاك حرمانه ومخالفة أوامره وفي جهاد أعدائه، قال تعالى عن نبي الله موسى عليه السلام: ﴿وَلَمَّا سَكَتَ عَنْ مُوسَى الْغَضَبُ أَخَذَ الْأَلْوَاخَ وَفِي نُسْحَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةٌ﴾ [الأعراف: 154].

5- كثير الغضب تجده مصاباً بأمراض كثيرة كالسكري والضغط والقلولون العصبي وغيرها مما يعرفها أهل الاختصاص، كما أنه بسببه تصدر من الغاضب تصرفات قولية أو فعلية يندم عليها بعد ذهاب الغضب.

6- قال ابن حبان -رحمه الله تعالى- "سرعة الغضب من شيم الحمقى كما أن مجانبتة من زي العقلاء"، والغضب بذر الندم فالمرء على تركه قبل أن يغضب أقدر على إصلاح ما أفسد به بعد الغضب."

7- أن الغضب - في الغالب - يورث الحقد والحسد، والعداوة والبغضاء، والعدوان وحب الانتقام، وهو يؤوِل إلى التقاطع، فهو مفتاح الفتن والآثام، ويريد التفرق والانقسام، فالغضب مفتاح كل عداوة وشر.

8- بعض ما يسكن الغضب:

1- أن يذكر الله عز وجل، فيدعو ذلك إلى الخوف منه ثم إلى الطاعة، ثم إلى الأدب، ثم يستغفر الله تعالى فيزول الغضب، قال الله تعالى: ﴿وَإِذَا رُبِّكَ إِذَا نَسِيتَ﴾ قال عكرمة: يعني إذا غضبت.

2- أن يتنقل عن الحالة التي هو فيها إلى حالة غيرها فيزول عنه الغضب.

3- أن يتذكر ما يؤوِل إليه الغضب من الندم، ومذمة الانتقام

4- أن يتنبه الغاضب سريعاً إلى ثواب العفو، وحسن الصفح، فيقهر نفسه رغبة في الجزاء والثواب، وحذراً من استحقاق الذم والعقاب.

5- أن يذكر حب الناس له إن لم يغضب، فيرغب في تأليفهم وثنائهم عليه.

6- أن يعلم أن ما يقع إنما هو بقضاء الله وقدره، وأن الأشياء كلها مسخرة في قبضة قدرته.

7- أن يتذكر أن الغضب مرض قلب ونقصان عقل، صادر عن ضعف النفس ونقصانها، لا عن شجاعتها وقوتها، ولذا يكون المجنون أسرع غضباً من العاقل، والمريض أسرع غضباً من الصحيح. والشخص الهرم أسرع غضباً من الشاب، والمرأة أسرع غضباً من الرجل، وصاحب الأخلاق السيئة والردائل القبيحة أسرع غضباً من صاحب الفضائل.

8- أن يتفكر في السبب الذي يدعوه إلى الغيظ والغضب فإن كان خوف الذلة والمهانة والاتصاف بالعجز وصغر النفس عند الناس، فليتنبه أن الحلم وكظم الغيظ ودفع الغضب عن النفس ليست ذلة ومهانة، ولم يصدر من ضعف النفس وصغرها، بل هو من آثار قوة النفس وشجاعتها وازدادها تصدر من نقصان النفس وخورها. فدفع الغضب عن نفسه لا يجزجه من كبر النفس في الواقع.

9- (الحلم) - فهو اشرف الكمالات النفسية بعد العلم، بل لا ينفع العلم بدونه اصلاً. ولذا كلما يمدح العلم اويسأل عنه يقارن به.

10- ما هو الحلم؟ الحلم هو ضبط النفس، وكظم الغيظ، والبعد عن الغضب، ومقابلة السيئة بالحسنة.

10- ثمرات الحلم:

1- الحلم وسيلة للفوز برضا الله وجنته.

2- الحلم دليل على قوة إرادة صاحبه، وتحكمه في انفعالاته.

3- الحلم وسيلة لكسب الخصوم والتغلب على شياطينهم وتحويلهم إلى أصدقاء.

4- الحلم وسيلة لنيل محبة الناس واحترامهم.

والله اعلم ..... وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .

# اجتنب الغضب



فوائد من أحاديث النبي

صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

أخي الكريم ساهم في الدعوة إلى الله بنسخ هذه المطوية وتوزيعها عسى أن تكون لك حسنة جارية والدال على الخير كفاعله .

أعدّها عزمي إبراهيم عزيز