**سلسلة دراسات في التفسير الموضوعي**

# مهارة ضبط حركة الغيظ

"كظم الغيظ في ضوء القرآن والسنة"

**جمع وتأليف**

**أحمد عمر النعمة**

## مقدمة

الحمد لله رب العالمين، أمر بكظم الغيظ وجعل له متنفساً، قال في محكم كتابه:( والكاظمين الغيظ، والعافين عن الناس، والله يحب المحسنين)، آل عمران: ١٣٤ فالعفو والإحسان، متنفس ومعالج لمرض الغيظ، وتخفيف أثره.

والصلاة والسلام على سيدنا محمد ﷺ خير من عفا وأصلح، وأوسع الناس صدراً، وأعظمهم حلماً، وأقواهم على تنفس الغيظ وسلامة الصدر.

أما بعد:

فإن من أولى ما يجب على المسلم أن يتحلى به، ضبط انفعالات النفس، واستعمال مهارة تنفس الغيظ، لأن ما يفعله الغيظ في النفس والفرد والمجتمع والأمة، بمثابة دمار شامل، وخراب يعسر إعادة بنائه، ولو حبس الغيظ ثم ربط بعجلة قطار لكان كافياً ليدفع العربات لتلف الكرة الأرضية مرات ومرات، ولتزلزلت الأرض من تحت قاطراته.

نعم إنه الغيظ الذي إذا ما حبس وتمكن في الصدر، فإنه يأتي على العروق فيجمدها، وعلى اللعاب فتيبس، وعلى القلب فيتجلط، وعلى الرئتين فينعدم فيها الأوكسجين، إنه الغيظ لو أمضاه صاحبه، لجحظت منه العينان، وضيق على الأنف طريقة التنفس، ولكاد الجسم تتقطع أوصاله من شدة الدفع وقوته. إنه يكاد يعدم الحركة من الانسان إلا من الزبد الذي

يخرج من فيه، والرعد الذي يقذف الحمم الكلامية التي لا تدع ولا تذر، بل يجعل الأرجل ترجف والقلب يخفق والأذن لا تكاد تسمع، إنه الغيظ.

قال أبو حامد الغزالي: " أما القوة الغضبية: فإنها شعلة نار اقتبست من نار الله الموقدة التي تطلع، إلا أنها لا تطلع إلا على الأفئدة، وإنها المستكنة في ضمن الفؤاد استكنان النار تحت الرماد ويستخرجها الكبر الدفين من قلب كل جبار عنيد كما يستخرج النار من الحديد".[1]

لذلك فإن هذه الدراسة ستبين الأسس المتبعة لتهذيب الغيظ وكظمه وليس القضاء عليه، ولإعادة النظر في مسببات الغيظ والعمل على إيجاد طرق كفيلة بجعل الغيظ في حجمه الأصلي والذي ينبغي ألا يتجاوزه.

فماهي هذه الوسائل والأدوية، هذا ما هدفنا إليه في طرح الحلول القرآنية، والعلاج النبوي. قال القفال رحمه الله تعالى: ليس الصبر ألا يجد الإنسان ألم المكروه ولا ألا يكره ذلك لأن ذلك غير ممكن، إنما الصبر هو حمل النفس على ترك إظهار الجزع، فإذا كظم الحزن وكف النفس عن إبراز آثاره كان صاحبه صابراً، وإن ظهر دمع عين أو تغير لون"[2].

---

[1] معارج القدس في مدراج معرفة النفس ٨٣/١، المؤلف: أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: ٥٠٥هـ)، الناشر: دار الآفاق الجديدة – بيروت، الطبعة: الثانية، ١٩٧٥

[2] مفاتيح الغيب = التفسير الكبير ١٣١/٤، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (المتوفى: ٦٠٦هـ).

"فالله تعالى لا يتكل على عفوه ورحمته إلا الراجون، ولا يحذر سوء غضبه وسطوته إلا الخائفون الذي استدرج عباده من حيث لا يعلمون، وسلط عليهم الشهوات وأمرهم بترك ما يشتهون وابتلاهم بالغضب وكلفهم كظم الغيظ فيما يغضبون، ثم حفهم بالمكاره واللذات، وأملى لهم لينظر كيف يعملون، وامتحن بهم حبهم ليعلم صدقهم فيما يدعون، وعرفهم أنه لا يخفى عليه شيء مما يسرون وما يعلنون وحذرهم أن يأخذهم بغتة وهم لا يشعرون فقال (مَا يَنْظُرُونَ إِلَّا صَيْحَةً وَاحِدَةً تَأْخُذُهُمْ وَهُمْ يَخِصِّمُونَ فَلَا يَسْتَطِيعُونَ تَوْصِيَةً وَلَا إِلَى أَهْلِهِمْ يَرْجِعُونَ)."[٣]

أما منهجي في الدراسة فتشمل ما يأتي:

-جمع الآيات التي تحض على تنفس الغيظ، والآيات التي ترتبط بالموضوع.

-دراسة سياق الآيات وأسبابها إن وجدت.

-تصنيف فقرات الموضوع، من تعريف وأسباب وحلول وفوائد ونماذج وغيرها من الأمور التي ترفد الموضوع وتزيده وضوحاً.

-شرح الآيات من نصوص السنة، ومواقف الصحابة والتابعين والأئمة من الفقهاء والمحدثين والصالحين.

-استخلاص المفيد من كل فقرة أو تبويب.

---

[٣] إحياء علوم الدين١/٢، المؤلف: أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: ٥٠٥هـ).

-إسقاط الموضوعات على واقع الأمة في الوقت المعاصر أملاً في إيجاد حلول لكثير من التصرفات التي شذت وندت عن الهدي الرباني، في وقت تعصف بالأمة ريح الفساد والإفساد المبرمج الهادف إلى ضرب الأمة في مقتل، وقد شمل البحث فصلين ومباحث ومطالب ضمن الخطة الآتية:

## خطة البحث

**يتألف البحث من مقدمة ومدخل وخاتمة وأربعة فصول تحت كل فصل مباحث.**

### الفصل الأول

المبحث الأول: تعريف التنفس ومفهومه.

المبحث الثاني: لماذا تنفس الغيظ.

المبحث الثالث: أدوات تنفس الغيظ. (العفو، الصفح، الإحسان، الحلم).

المبحث الرابع: التذكير بالله تعالى

### الفصل الثاني:

المبحث الأول: تنفس الغيظ في العقيدة والفقه والأدب.

المبحث الثاني: التنفس في آيات القرآن الكريم.

المبحث الثالث: آيات قرآنية في الغيظ.

المبحث الرابع: آيات قرآنية في الانتقام.

المبحث الخامس: آيات قرآنية في الغضب

**الفصل الثالث:**

المبحث الأول: ضبط النفس: وأثره في تنفيس الغيظ وتسكين الغضب

المبحث الثاني: تعريف كظم الغيظ لغة واصطلاحاً.

المبحث الثالث: الآيات الواردة في كظم لغيظ.

المبحث الرابع: الأحاديث الواردة في كظم الغيظ.

المبحث: الخامس: نماذج من السلف الصالح في كظم الغيظ

**الفصل الرابع:**

المبحث الثاني: تسكين الغضب" عند الماوردي".

المبحث الثالث: تسكين الغضب "عند الغزالي".

المبحث الرابع: تسكين الغضب "عند ابن مسكويه".

المبحث الخامس: تسكين الغضب "عند الجاحظ"

الخاتمة.

المصادر والمراجع.

الفهرسة.

## الفصل الأول

### المبحث الأول: تعريف تنفس الغيظ ومفهومه

**التنفس لغة:** انقضاء الشيء وانصداعه."[٤] ونفس الله كربته، أي: فرجها، والنفس: كل شيء يفرج به عن مكروب"[٥]والتنفس، أي: خروج النسيم من الجوف[٦].

**واصطلاحاً:** الانفراج والراحة بعد الشدة والضيق الذي كاد يحبس النفس ويزهق الروح، وتفريغ الجوف الذي امتلأ وسد النفس، ثم انفرج عنه وتبدد وظهر ما كان مكتوماً، ومنه تنفس الصبح: إذا بدا. قال الله تعالى:(وَالصُّبْحِ إِذَا تَنَفَّسَ) التكوير:١٦

**والغيظ:** مصدر غظته أغيظه غيظاً فهو مغيظ، إذا حملته على أن يغتاظ، والمغتاظ: مفتعل من الغيظ، والغيظ فوق الغضب، وقد فصل قوم من أهل اللغة بين الغيظ والغضب فقالوا: الغيظ أشد من الغضب، وقال قوم: الغيظ سورة الغضب وأوله، وقد سمت العرب غيظاً وغياظاً."[٧]

---

[٤] الأزمنة وتلبية الجاهلية١/٥١، المؤلف: محمد بن المستنير، الشهير بقُطْرُب (المتوفى: ٢٠٦هـ)،

[٥] معجم مقاييس اللغة٥/٤٨٠، المؤلف: أحمد بن فارس الرازي، أبو الحسين (المتوفى: ٣٩٥هـ).

[٦] كتاب العين٧/٢٧١، المؤلف: أبو عبد الرحمن الخليل بن أحمد الفراهيدي. (المتوفى: ١٧٠هـ).

[٧] جمهرة اللغة٢/٩٣٢، المؤلف: أبو بكر محمد بن الحسن بن دريد الأزدي (المتوفى: ٣٢١هـ).

وتنفس الغيظ يكون بدوام استحضار معية الله تعالى وهذه أبرز صفات التقوى، إن المتقين كما وصفهم الله بقوله: (إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ)، الأعراف: ٢٠١، فإذا طاف بقلوبهم طائف من الشيطان تذكروا، فيبصرون.

قال سعيد بن جبير: هو الرجل يغضب الغضبة، فيذكر الله، فيكظم الغيظ. وقال ليث عن مجاهد: هو الرجل يهم بالذنب، فيذكر الله، فيدعه. والشهوة والغضب مبدأ السيئات، فإذا أبصر رجع"[٨].

[٨] الإيمان ١/٣٠، المؤلف: تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام بن عبد الله بن أبي القاسم بن محمد ابن تيمية الحراني الحنبلي الدمشقي (المتوفى: ٧٢٨هـ).

## المبحث الثاني: لماذا تنفس الغيظ

الغيظ خلق من خلق الله تعالى جعله في الإنسان لينتصر به على الباطل، ويقوِّم به الاعوجاج، وليكون حارساً للبدن والعقل والدين وما يتصل بهم، ومن يتصل بهم أيضاً، ولذلك لم يدعُ الإسلام إلى القضاء عليه وإنهائه، لأن له وظيفة ولزوماً في وقته، ولكن الإسلام دعا إلى تنفيسه وكظمه، وشجع على عدم تركه لما يترتب على إطلاقه من مفاسد دينية ودنيوية، ولهذا شجع على إمضائه بشكل معتدل وعلى قدر الضرورة، فما ثواب من ينفّس غيظه، ويضبط مشاعره؟

كثيرة هي الأجور سواء في الدنيا أم في الآخرة، وقد اخترت بعضها وفق الآتي:

### ١- الستر في الدنيا، والأمن والرجاء يوم القيامة:

أ-عن ابن عمر، أن رجلاً جاء إلى رسول الله ﷺ، فقال: يا رسول الله أي الناس أحب إلى الله؟ وأي الأعمال أحب إلى الله عز وجل؟ فقال رسول الله ﷺ: «أحب الناس إلى الله أنفعهم للناس، وأحب الأعمال إلى الله سرور تدخله على مسلم، أو تكشف عنه كربة، أو تقضي عنه ديناً، أو تطرد عنه جوعاً، ولأن أمشي مع أخ لي في حاجة أحب إلي من أن أعتكف في هذا المسجد، يعني مسجد المدينة، شهراً، ومن كف غضبه ستر الله عورته، ومن كظم غيظه، ولو شاء أن يمضيه أمضاه، ملأ الله عز وجل قلبه أمناً يوم

القيامة، ومن مشى مع أخيه في حاجة حتى أثبتها له أثبت الله عز وجل قدمه على الصراط يوم تزل فيه الأقدام»[٩]

ب-وفي صحيح الجامع:" من كف غضبه، ستر الله عورته، ومن كظم غيظه، لو شاء أن يمضيه أمضاه، ملأ الله قلبه يوم القيامة رجاء".[١٠]

ج-"وعن ابن عمر: من كف غضبه ستر الله عورته أي: بأن لم يعذبه، وقال الطيبي: ومن كف أي: منع غضبه عن الناس كف الله عنه عذابه الذي أثر غضبه يوم القيامة جزاء وفاقاً".[١١]

**٢- الثواب والأجر الكبير إذا صحت النية:**

عن سالم عن ابن عمر قال: قال رسول الله ﷺ: "ما تجرع عبد جرعة أفضل عند الله عز وجل من جرعة غيظ، يكظمها ابتغاء وجه الله تعالى".[١٢]

قال الملا علي القاري في المرقاة: ‘‘يكظم بكسر الظاء أي: يبلعها ويمنعها من إظهارها مع كثرتها وملء باطنه منها من كظم القربة ملأها وشد فمها على ما في أساس البلاغة، وفي رواية الجامع: (كظمها) بصيغة الماضي

---

[٩] أخرجه الطبراني في الأوسط برقم (٦٠٢٦).

[١٠] برقم (١٧٦).

[١١] مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح٨/٣١٩٩.

[١٢] أخرجه أحمد في مسنده برقم (٦١١٦).

(ابتغاء وجه الله تعالى) أي: طلبا لمرضاته لا لغرض آخر ولا لعجز عن إمضائها".[١٣]

جاء في جامع العلوم والحكم: "قال عمر بن عبد العزيز: قد أفلح من عصم من الهوى، والغضب، والطمع.

وقال الحسن: أربع من كن فيه عصمه الله من الشيطان، وحرمه على النار من ملك نفسه عند الرغبة والرهبة والشهوة والغضب. وهذه الأربع التي ذكرها الحسن هي مبدأ الشر كله، فإن الرغبة في الشيء هي ميل النفس إليه لاعتقاد نفعه، فمن حصل له رغبة في شيء، حملته تلك الرغبة على طلب ذلك الشيء من كل وجه يظنه موصلاً إليه؛ وقد يكون كثير منها محرماً؛ وقد يكون ذلك الشيء المرغوب فيه محرماً. والرهبة: هي الخوف من الشيء، وإذا خاف الإنسان من شيء تسبب في دفعه عنه بكل طريق يظنه دافعا له، وقد يكون كثير منها محرماً. والشهوة: هي ميل النفس إلى ما يلائمها، وتلتذ به، وقد تميل كثيراً إلى ما هو محرم كالزنا والسرقة وشرب الخمر، وإلى الكفر والسحر والنفاق والبدع."[١٤]

---

[١٣] رقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح ٩٦/٣١.

[١٤] جامع العلوم والحكم في شرح خمسين حديثا من جوامع الكلم المؤلف: زين الدين عبد الرحمن بن أحمد بن رجب بن الحسن، السَلامي، البغدادي، ثم الدمشقي، الحنبلي (المتوفى: ٧٩٥هـ)

**٣- وعد الله عز وجل الكاظمين الغيظ بغرف موجودة في أعلى الجنة، وأجر شهيد:**

لحديث النبي ﷺ قال "ومن كظم غيظاً وهو يقدر على إنفاذه وحلم عنه أعطاه الله أجر شهيد ".[١٥]

**٤- ومن كظم غيظه ورد غضبه أخزى شيطانه وسلمت له مروءته ودينه.[١٦]**

وما أعظم موقف رسول الله ﷺ، وهو يعالج غضبة سيدنا أبي بكر الصديق رضي الله عنه، في موقفه من سيدنا عمر بن الخطاب رضي الله عنه، وكيف أخزى الشيطان وانتهى الجدال.

فعن أبي الدرداء رضي الله عنه قال: كنت جالساً عند النبي ﷺ إذ أقبل أبو بكر آخذًا بطرف ثوبه حتى أبدى عن ركبته فقال النبي ﷺ أما صاحبكم فقد غامر، فسلَّم، وقال: يا رسول الله إني كان بيني وبين ابن الخطاب شيء، فأسرعت إليه ثم ندمت، فسألته أن يغفر لي فأبى علي فأقبلت إليك، فقال: يغفر الله لك يا أبا بكر ثلاثًا ثم إن عمر ندم، فأتى منزل أبي بكر فسأل:

---

[١٥] شعب الايمان برقم (٥٧٤١).

[١٦] تنوير الحوالك شرح موطأ مالك٢/٢١٢ المؤلف: عبد الرحمن بن أبي بكر، جلال الدين السيوطي (المتوفى: ٩١١هـ).

أثمَّ أبو بكر؟ فقالوا: لا، فأتى إلى النبي ﷺ فجعل وجه النبي ﷺ يتمعَّر حتى أشفق عليه أبو بكر فجثا على ركبتيه فقال: يا رسول الله! والله أنا كنت أظلم «مرتين»، فقال النبي ﷺ: "إن الله بعثني إليكم فقلتم: كذبت وقال أبو بكر: صدقت وواساني بنفسه وماله، فهل أنتم تاركون لي صاحبي؟ «مرتين» فما أوذي بعدها"[١٧]قال ابن حجر:" بالغين المعجمة أي خاصم والمعنى دخل في غمرة الخصومة والغامر الذي يرمي بنفسه في الأمر العظيم كالحرب وغيره وقيل هو من الغمر بكسر المعجمة وهو الحقد أي صنع أمرا اقتضى له أن يحقد على من صنعه معه ويحقد الآخر عليه".[١٨]

**٥- وقال عمر بن الخطاب في وصيته إلى عبد الله بن قيس:** "وإياك والغلق والغلظ والضجر والتأذي بالناس عند الخصوم والتنكر للخصوم في مواطن الحق، التي يوجب الله فيه الأجر، ويحسن فيه الذخر، فمن خلصت نيته ولو على نفسه، كفاه الله ما بينه وبين الناس، ومن تزين للناس بما يعلم الله أنه ليس في قلبه، شانه الله، فإن الله لا يقبل من عبده إلا ما كان له خالصا، فما ظنك بثواب الله عز وجل وعاجل رزقه، وخزائن رحمته، والسلام عليك ورحمة الله "[١٩].

---

[١٧] أخرجه البخاري برقم (٣٦٦١).

[١٨] فتح الباري شرح صحيح البخاري٧/٢٥ المؤلف: أحمد بن علي بن حجر العسقلاني الشافعي

[١٩] تاريخ المدينة لابن شبة٢/٧٧٤، المؤلف: عمر بن شبة (واسمه زيد) بن عبيدة بن ريطة النميري البصري، أبو زيد (المتوفى: ٢٦٢هـ

## المبحث الثالث: أدوات تنفس الغيظ.

### (العفو، الصفح، الإحسان، الحلم، التذكير بالله)

بداية نذكر آية جمعت المعاني التي وردت في هذا العنوان، قال تعالى:( خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ)، الأعراف: ١٩٩، كيف جمع له بهذا الكلام كل خلق عظيم، لأن في (أخذ العفو): صلة القاطعين، والصفح عن الظالمين، وإعطاء المانعين.

وفي (الأمر بالعرف): تقوى الله وصلة الأرحام، وصون اللسان عن الكذب، وغض الطرف عن الحرمات، وإنما سمي هذا وما أشبهه (عرفاً) و (معروفاً)، لأن كل نفس تعرفه، وكل قلب يطمئن إليه.

وفي (الإعراض عن الجاهلين): الصبر، والحلم، وتنزيه النفس عن مماراة السفيه، ومنازعة اللجوج.

وقبل الحديث عن الوسائل التي جاء ذكرها في القرآن الكريم لتنفيس الغيظ، نسوق مثالاً تطبيقياً، ونموذجاً واقعياً لحالة الغيظ وهو يتنفس، وذلك في سياق قوله تعالى حكاية عن سيدنا موسى عليه السلام لما استحكم فيه الغضب، وازداد غيظه، في سورة الأعراف:١٥٤ (وَلَمَّا سَكَتَ عَنْ مُوسَى الْغَضَبُ أَخَذَ الْأَلْوَاحَ وَفِي نُسْخَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةٌ لِلَّذِينَ هُمْ لِرَبِّهِمْ يَرْهَبُونَ هم). قال الشعراوي في تفسيره: " وأول عمل قام به موسى ساعة أن كان غضبان

أسفاً أنه ألقى الألواح، وأول ما ذهب الغضب عنه وزايله أخذ الألواح، وهذا أمر منطقي، فالغضب جعله يلقي الألواح، ويأخذ برأس أخيه، ثم فهم ما فعله أخوه واعتذر به فقبل عذره، وطلب من الله أن يغفر له، وأن يغفر لأخيه وانتهى الغضب وكانت الألواح ملقاة فأخذها ثانية".[٢٠]

## الأداة الأولى: (العفو)

**العفو**: عدم المؤاخذة على الإساءة مع القدرة على المؤاخذة عليها، والحلم: ضبط النفس في هيجان الغضب، وإذا قيل: إن العفو والحلم متقاربا المعنى، فلأن عدم المؤاخذة على الإساءة المسمى عفواً إنما يعد في مكارم الأخلاق متى صار طبيعة للنفس، وإذا صار طبيعة لها، سهل ضبطها عن هيجان الغضب، وكذلك ضبط النفس عن هيجان الغضب يعد في مكارم الأخلاق بالنظر لما يتبعه من عدم المؤاخذة على الإساءة، فأمر الرجل بأحد الوصفين: العفو والحلم، أو مدحه به، يغني في نظر علماء الأخلاق عن أمره أو مدحه بالآخر.

والعفو الخالص: أن لا يؤاخذ الرجل بالإساءة، ولا يبقى له في نفسه أثر من غيظ، حتى يكون حاله في معاملة المسيء، وحبه له الخير، كحاله لو لم يسئ إليه.

---

[٢٠] تفسير الشعراوي – الخواطر٧/٤٣٧٠، محمد متولي الشعراوي (المتوفى: ١٤١٨هـ)، مطابع أخبار اليوم.

أمر ﷺ بالعفو، وإنما يعفو فيما يختص به من الحقوق؛ كأن يؤذيه شخص في مال، أو يسيء إليه بكلمة جافية لا تبلغ حد الكفر، وأما الإساءة فيما هو حق الله؛ كترك الصلاة أو الصيام، أو شرب الخمر، فلا يملك عنه إلا الله، قالت عائشة -رضي الله عنها- فيما روي في الصحيح: "ما رأيت رسول الله ﷺ منتصرا من مظلمة ظلمها قط، ما لم تكن حرمة من محارم الله".[٢١]

**من معاني العفو:**

من معاني العفو في القرآن الكريم: "الحسنة": يعني العفو والقول المعروف والسيئة الأذى وقول الفحش، وذلك قوله تعالى في سورة القصص: (ويدرؤن بالحسنة السيئة) يعني الإحياء، ويدفعون بالقول المعروف والعفو الأذى والأمر القبيح. وقال في حم السجدة: (ولا تستوي الحسنة) يعني العفو والصفح، (ولا السيئة) يعني الشر من القول والأذى. ونظيرها في سورة المؤمنون، قال: (ادفع بالتي هي أحسن السيئة) يقول: يدفع بالعفو والصفح القول القبيح والأذى. نظيرها في سورة الرعد: (ويدرؤون بالحسنة السيئة). وفي حم السجدة.

[٢١] موسوعة الأعمال الكاملة للإمام محمد الخضر حسين١/٣٩١، المؤلف: الإمام محمد الخضر حسين (المتوفى: ١٣٧٧ هـ)، جمعها وضبطها: المحامي علي الرضا الحسيني، الناشر: دار النوادر، سوريا، الطبعة: الأولى، ١٤٣١ هـ - ٢٠١٠ م.

ومن معاني العفو حسناً: يعني العفو، وذلك قوله في سورة الكهف: (وإما أن تتخذ فيهم حسناً) يعني العفو.."[٢٢]

ومن معاني العفو: الإحياء، كما في قوله تعالى:( مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا) المادة:٣٢ قال الفراء:" وقوله: ومن أحياها يقول: عفا عنها، والإحياء هاهنا العفو."[٢٣]

ومن معاني العفو: عدم الاستقصاء على الناس، بل لابد من غض الطرف عن كثير من الأمور، قال ابن قتيبة:" أي: اقبل من الناس عفوهم، وما تطوعوا به من أموالهم؛ ولا تستقص عليهم.

**العفو في مذهب المعتزلة الباطل:**

يقول الحارث المحاسبي في رده على المعتزلة بزعمهم لا عفو في الآخرة:" وكذلك العفو في الآخرة لا يجوز أن يكون من الله جل ذكره على مذهبكم لأنه لا يلقى الله إلا صاحب كبيرة قد أوجب في الدنيا ألا يعفو عنه وذلك عندكم إن اعتقده لأن الله جل ذكره قد آيسه من ذلك أو صاحب صغيرة

---

[٢٢] التصاريف لتفسير القرآن مما اشتبهت أسمائه وتصرفت معانيه١/١٢٧، ١٤٦المؤلف: يحيى بن سلام بن أبي ثعلبة، التيمي بالولاء، من تيم ربيعة، البصري ثم الإفريقي القيرواني (المتوفى: ٢٠٠هـ).

[٢٣] معاني القرآن١/٣٠٥، أبو زكريا يحيى بن زياد بن عبد الله بن منظور الديلمي الفراء (المتوفى: ٢٠٧هـ)

غير مصر على كبيرة يعد مجتنباً للكبائر كلها فقد عفى الله عنه في الدنيا وقد مات يوم مات وهو مغفور له من أهل الجنة فلا يحتاج إلى العفو والصفح وهذا الخروج من الكتاب والسنة وإجماع القرون من الأولين والأخرين امتناع شفاعة النبي لأن صاحب الكبيرة معذب لا محالة فلا يستطيع الرسول ﷺ أن يشفع له ولا تغني عنه شفاعته شيئا والمجتنب للكبائر مثاب لا محالة فلا حاجة به إلى الشفاعة وهذا رد للآراء المستفيضة عن النبي ﷺوالأمة كلها جاهلها وعالمها كلهم يرجون شفاعة النبي ﷺ".[٢٤]

**أثر العفو موقف النبي ﷺ من ثمامة بن أثال نموذجاً:**

صورة مشرقة لسماحة الإسلام وكرم رسوله الرحيم وحسن معاملته وعفوه عمن أساء بل والإحسان إليه صورة تبرز كيف انتشر هذا الدين الحنيف؟ وكيف دخل القلوب؟ وكيف أحبه وأحب تعاليمه من دخل فيه؟ صورة تلقم الحجر كل من يدعي أن الإسلام انتشر بالسيف وأن الناس دخلوا فيه عن طريق الإرهاب.

في السنة السادسة من الهجرة وفيما قبلها وفيما بعدها كان رسول الله ﷺ يرسل فرسانا مسلحين على خيلهم يجوبون الصحاري حول المدينة يؤمنونها من الأعداء ويأتون بأخبار المتآمرين عليهم ويحذرون ويخيفون من تسول له نفسه التحزب ضدهم وفي طلعة من هذه الطلعات لقي الجنود رجلا تبدو

[٢٤] فهم القرآن ومعانيه١/٢٥٥، المؤلف: الحارث بن أسد المحاسبي، أبو عبد الله (المتوفى: ٢٤٣هـ)،

على ملامحه السيادة قبضوا عليه سألوه عرفوا أنه سيد قبيلة بني حنيفة باليمامة جهة نجد بين اليمن ومكة وكانت القبيلة كافرة تعين الكافرين على قتال المسلمين جاءوا به إلى المسجد النبوي أسيرا وربطوه في عمود من أعمدته وخرج إليه رسول الله ﷺ وهو يعرفه إنه ثمامة بن أثال قال له ﷺ: كيف حالك يا ثمامة؟ ما تظن أني فاعل بك؟ قال: ما أظن إلا خيرا فقد علمت العرب أنك تعفو وتغفر وتكرم إن قتلتني فمن حقك تقتل عدوا لك عنده ثأر وإن تعف عني وتنعم علي وجدتني شاكرا مقدرا للمعروف غير منكر لجميل وإن أردت مالا فداء لي فسل منه ما شئت فتركه رسول الله حتى كان اليوم الثاني أعاد عليه السؤال وأعاد ثمامة نفس الجواب فتركه لليوم الثالث فأعاد عليه نفس السؤال وأعاد ثمامة نفس الجواب وفي الأيام الثلاثة يقدم لثمامة أفضل ما في بيته ﷺمن طعام وشراب قال ﷺ لأصحابه في اليوم الثالث: أطلقوا ثمامة حلوا وثاقه وحرروه يذهب كيف شاء.

بهذا دخل الإسلام قلب ثمامة تحول بغضه لمحمد حباً له وبغضه للإسلام عشقا له وبغضه للمدينة اعتزازا بها طلب أن يعتمر ثم يعود إلى بلده فأذن له وعلم أهل مكة بإسلامه فأرادوا إيذاءه فهددهم بمنع حنطة اليمامة عنهم فأطلقوه فلما وصل منع أهله أن يبيعوا الحنطة لأهل مكة وقال: والله لا آذن بحبه حنطة من اليمامة إلى أهل مكة حتى يأذن بها رسول الله ﷺ فكتب أهل مكة إلى رسول الله ﷺفتشفع ﷺ لهم عند ثمامة حتى باعهم

وبعد عامين أو يزيد ذهب وفد بني حنيفة إلى رسول الله ﷺ مسلمين مبايعين بفضل حسن معاملة الإسلام وسماحة رسوله الكريم."[٢٥]

## الأداة الثانية: (الصفح)

يتجلى خلق الصفح في أبهى معانيه في رسول الله ﷺ وقد جبذه أعرابي غليظ الطبع خشن الكلام والبدن من تلابيبه، فصفح عنه وعفا، عن أنس بن مالك، قال: «كنت أمشي مع رسول الله ﷺ وعليه برد نجراني غليظ الحاشية»، فأدركه أعرابي فجبذه بردائه جبذة شديدة، حتى «نظرت إلى صفحة عاتق رسول الله ﷺ قد أثرت بها حاشية البرد من شدة جبذته»، ثم قال: يا محمد مر لي من مال الله الذي عندك، «فالتفت إليه رسول الله ﷺ ثم ضحك، ثم أمر له بعطاء» "[٢٦] (صفحة) صفحة كل شيء وجهه وجانبه وناحيته ومثله الصفح. (عاتق) هو ما بين المنكب والعنق.

وما أجمل موقف النبي ﷺ في نزوله في حجته عند من كانوا ألد أعدائه، وقد هداهم الله به، ففي هذه الصورة درس وجيه لكل من تجاوز وصفح في يوم من الأيام عن غريمه وخصيمه وعدوه، حيث سلامة الصدر وشكر الله تعالى على خلق الصفح، فعن على الكفر»، وذلك أن بني كنانة حالفت قريشاً

---

[٢٥] أخرجه البخاري برقم (٥٨٠٩)، وانظر: فتح المنعم شرح صحيح مسلم١٥٧/٧، المؤلف: الأستاذ الدكتور موسى شاهين لاشين.

[٢٦] أخرجه ابن حبان برقم (٦٣٧٥) ٢٨٩/١٤ بتحقيق شعيب الأرناؤوط، وهو في الصحيحين بألفاظ متقاربة. البخاري برقم (٣١٤٩) ومسلم برقم (١٠٥٧).

على بني هاشم، أن لا يبايعوهم، ولا يؤووهم، فعن أسامة بن زيد، قال: قلت: يا رسول الله، أين تنزل غداً؟ وذلك في حجته، قال: "وهل ترك لنا عقيل منزلاً؟ " ثم قال: "نحن نازلون غداً بخيف بني كنانة -يعني المحصب- حيث قاسمت قريش على الكفر وذلك أن بني كنانة حالفت قريشاً على بني هاشم أن لا يناكحوهم ولا يبايعوهم".[٢٧] قال السندي: في قوله ﷺ قاسمت قريش أي: توافقوا على القسم على ثبوتهم على مقتضيات الكفر "أن لا يناكحوهم" أي: حتى يسلموا النبي ﷺ إليهم ليفعلوا ما شاؤوا.

وفي الفتح،[٢٨] وقيل: إنما اختار النبي ﷺ النزول في ذلك الموضع ليتذكر ما كانوا فيه، فيشكر الله تعالى على ما أنعم به عليه من الفتح العظيم، وتمكنهم من دخول مكة ظاهرا على رغم أنف من سعى في إخراجه منها، ومبالغة في الصفح عن الذين أساؤوا، ومقابلتهم بالمن والإحسان، ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء."[٢٩]

وما أعظم الصفح إذا كان في الحقوق المادية وكان الخصم في قلة وعوز، وهذا ما يجسده موضوع الحطيطة أو الوضيعة كما جاءت في الحديث الشريف وبوبت في الفقه الاسلامي، ومن نماذج الحطيطة أو الوضيعة، ما

---

[٢٧] أخرجه البخاري رقم (٣٠٥٨).

[٢٨] فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر العسقلاني ٨/ ١٥.

[٢٩] : سنن ابن ماجه تحقيق شعيب الأرناؤوط، ١٧٢/١ المؤلف: ابن ماجة – وماجة اسم أبيه يزيد – أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني (المتوفى: ٢٧٣هـ).

روي عن عائشة قالت: دخلت امرأة على النبي ﷺ فقالت: بأبي وأمي إني ابتعت أنا وابني من فلان ثمر ماله، فأحصيناه، لا والذي أكرمك بما أكرمك به ما أحصينا منه شيئاً إلا شيئاً نأكله في بطوننا أو نطعم مسكيناً رجاء البركة، وجئنا نستوضعه ما نقصنا، فحلف بالله لا يضع لنا شيئاً، فقال نبي الله ﷺ: "تألى لا يصنع خيراً! " – ثلاث مرات – قالت: فبلغ ذلك صاحب الثمر، فقال: بأبي وأمي إن شئت وضعت ما نقصوا، وإن شئت من رأس المال، فوضع ما نقصوا".[٣٠]

قال الحافظ ابن حجر ": في هذا الحديث الحض على الرفق بالغريم والإحسان إليه بالوضع عنهن والزجر عن الحلف على ترك فعل الخير، وفيه سرعة الصحابة فهم الصحابة لمراد الشارع وطواعيتهم لما يشير به، وحرصهم على فعل الخير، وفيه الصفح عما يجري بين المتخاصمين من اللغط، ورفع الصوت عند الحاكم وفيه جواز سؤال المدين الحطيطة من صاحب الدين."[٣١]

---

[٣٠] أخرجه أحمد في المسند ٦٩/٦ وهذا اللفظ في صحيح ابن حبان ٦٩/٦-و١٠٥قال محققه شعيب الأرناؤوط، إسناده قوي.

[٣١] انظر الفتح لابن حجر ٣٠٨/٥

وقال الإمام النووي: "فيه كراهية الحلف على ترك الخير، وإنكار ذلك، وأنه يستحب لمن حلف لا يفعل خيرا أن يحنث فيكفر عن يمينه، وفيه الشفاعة إلى أصحاب الحقوق وقبول الشفاعة في الخير."[٣٢]

وورد:" تجافوا عن عقوبة ذوي المروءة وهو ذو الصلاح" والمراد بذوي الهيئات، قال بعضهم: هم ذوو الصلاح لا من سواهم، و قال أبو حنيفة والشافعي فقال: إنهم الأئمة الذين إليهم إقامة العقوبات على الذنوب، وإنه ينبغي لهم أن يمتثلوا ذلك فيمن أتاها إلا ما كان من حدود الله، وقال أبو جعفر الطحاوي في مشكل الآثار:" ثم تأملنا نحن معنى هذا الحديث فوجدناه محتملاً أن يكون المرادون بالأمر بالتجافي عن زلات الموصوفين فيه هم الذين وجبت لهم المطالبات بالعقوبات عن الآداب الواجبة بتلك الزلات عن ذوي الهيئات، إذ كانت ليست لهم خلقاً ولا عادة، وإنما كانت لهم هفوة، فكان الأحسن بهم الصفح عنها لهم، وترك حقوقهم فيها عنهم، كما لهم أن يعفوا عن سائر حقوقهم سواها إلا الأئمة الذين ليست تلك الحقوق لهم، فيؤمرون بالتجافي عنها وقد شد هذا المعنى قول النبي ﷺ: " إن دماءكم وأموالكم وأعراضكم حرام عليكم ".[٣٣] وهذا سيدنا عمر رضي الله عنه يوضح هذا المعنى ويجعله وصية يجب الالتزام بها لأن الصفح بعد العقوبة

---

[٣٢] في شرح مسلم ١٠/٢٢٠:

[٣٣] شرح مشكل الآثار٦/١٥٠، المؤلف: أبو جعفر أحمد بن محمد بن سلامة بن عبد الملك بن سلمة الأزدي الحجري المصري المعروف بالطحاوي (المتوفى: ٣٢١هـ).

أشد أثراً إيجابياً، وأدعى للحياء وعدم العودة، فعن عطاء بن مسلم قال: كتب عمر رضي الله عنه إلى معاوية رضي الله عنه: أما بعد، فإنك لم تؤدب رعيتك بمثل أن تبدأهم بالغلظة والشدة على أهل الريبة بعدوا أو قربوا، فإن اللين بعد الشدة أمنع للرعية، وأحشد لها، وإن الصفح بعد العقوبة أرغب لأهل الحزم ".[٣٤] والصفح عن الأخ والصديق المعتذر من شيم الكرام، ودليل نظافة الباطن،[٣٥]

## الأداة الثالثة: (الاحسان)

(إِنْ تُبْدُوا خَيْرًا أَوْ تُخْفُوهُ أَوْ تَعْفُوا عَنْ سُوءٍ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيرًا)، النساء: ١٤٩. هذا تعليل لحسن عفو المظلوم. قوله: (إن تبدوا) أي: تظهروا (خيراً) بدلاً من السوء (أو تخفوه) أي: أو أخفيتموه، أو عفوتم عمن أساء إليكم فإن ذلك مما يقربكم إلى الله تعالى ويجزل ثوابكم لديه، فإن من صفاته تعالى أن يعفو عن عباده مع قدرته على عقابهم، ولهذا قال: (فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيرًا). ولهذا ورد في الأثر أن حملة العرش يسبحون الله تعالى، فيقول بعضهم: سبحانك على حلمك بعد علمك، ويقول بعضهم: سبحانك على عفوك بعد قدرتك. وقال ﷺ:"ما نقص مال من صدقة، وما زاد الله عبداً بعفو إلا عزاً، ومن تواضع لله رفعه الله". قال الله تعالى:( وَلَمَنِ انْتَصَرَ

---

[٣٤] تاريخ المدينة لابن شبة٢/٧٧٤.

[٣٥] المجالسة وجواهر العلم٨/١٦١، المؤلف: أبو بكر أحمد بن مروان الدينوري المالكي (المتوفى: ٣٣٣هـ).

بَعْدَ ظُلْمِهِ فَأُولَئِكَ مَا عَلَيْهِمْ مِنْ سَبِيلٍ، إِنَّمَا السَّبِيلُ عَلَى الَّذِينَ يَظْلِمُونَ النَّاسَ وَيَبْغُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ أُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ، وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ) الشورى: ٤٤

ولمن صبر على الظلم والأذى ولم ينتصر وفوض أمره إلى الله إن ذلك الصبر والمغفرة منه لمن عزم الأمور، أي: من الأمور التي ندب إليها، والعزم: الإقدام على الأمر بعد الروية والفكر."[٣٦]

وعن ابن المبارك، أيما آية أرجى عندي لهذه الأمة من قوله تعالى: (ولا يأتل أولو الفضل منكم)، إلى قوله: (ألا تحبون أن يغفر الله لكم)، لأنه أوصى بالإحسان إلى القاذف، وعاتب حبيبه على عدم الإحسان إليه، فقال: (ألا تحبون أن يغفر الله لكم)، أي كما تحبون أن يغفر الله لكم كذلك اغفروا أنتم لمن أساء إليكم."[٣٧]

«ادفع بالتي هي أحسن» بالإحسان إلى من أساء إليك والصبر على أذاه والتأني عند الغضب والحلم عند الجهل والعفو عند القدرة، فهذه هي الحالة التي وصفها الله بالأحسن، وشتان بين من تحلى بالخصال الممدوحة، ومن

---

[٣٦] عمدة القاري شرح صحيح البخاري١٢/٢٩١

المؤلف: أبو محمد محمود بن أحمد بن موسى بن أحمد بن حسين الغيتابى الحنفي بدر الدين العيني (المتوفى: ٨٥٥هـ).

[٣٧] معترك الأقران في إعجاز القرآن، ويُسمَّى (إعجاز القرآن ومعترك الأقران)١/٣٥٩المؤلف: عبد الرحمن بن أبي بكر، جلال الدين السيوطي (المتوفى: ٩١١هـ).

تقمص بالخلال المذمومة، والآية عامة في كل فعل حسن وسيئ قليلاً كان أو كثيراً، خطيراً كان أو حقيراً، فعلى العاقل أن يحسن لمن أساء إليه، ويصل منقطعه، ويعرض عمن آذاه، ويعطي من حرمه، ويمدح من يذمه، ويدعو لمن شتمه، ويعفو عمن تعدى عليه أو على ماله أو ولده أو أهله، اتباعاً لكلام الله وأحاديث رسوله.

وقال: قال بعض أهل العلم إن الله تعالى جمع في هذه الآية ثلاثاً من المأمورات وثلاثاً من المنهيات: ذكر العدل وهو الإنصاف والمساواة في الأقوال والأفعال، وقابله بالفحشاء وهي أقبح شيء من الأقوال والأفعال، وذكر الإحسان وهو أن تعفوا عمن ظلمك، وتحسن لمن أساء إليك، وتصل من قطعك وأرحامك والفقراء والمساكين، وقابله بالمنكر وهو أن تنكر إحسان من أحسن إليك، وتسيء لغيرك، وذكر إيتاء القربى وهو التودد إليهم والشفقة والإنفاق عليهم، وقابله بالبغي وهو التكبر عليهم وظلمهم حقوقهم وقطيعتهم"[٣٨]

محمد بن الحسين، قال: " قال لي أبو سليمان الداراني: من أي جهة أراك العاقل المكافأة عمن أساء إليه؟ قلت: لا أدري قال: من أنه علم الله عز

[٣٨] بيان المعاني مرتب حسب ترتيب النزول١/١٦، و٤/٢٤٦ المؤلف: عبد القادر بن ملّا حويش السيد محمود آل غازي العاني (المتوفى: ١٣٩٨هـ).

وجل هو الذي ابتلاه "[٣٩] "وعن أبي أمامة "من عفا عند القدرة عفا الله عنه يوم العسرة " [٤٠] من عفا عمن أساء إليه عند القدرة فإنه لا عفو مع العجز عن المعفو عنه ولذا قيل:

كل عفو أتى بغير اقتدار ... حجة لاجئ إليها اللئام

عفا الله عنه يوم العسرة يوم القيامة الذي لا بيع فيه ولا خلة ولا شفاعة وفيه جزاء الشيء بمثله وهو بيان للأجر المذكور في قوله تعالى: (فأجره على الله)، الشورى: ٤٠.

## الأداة الرابعة: (الحلم)

المناظرات والمداولات تستدعي الإثارة، ومن يغضب يسيء من حيث أراد الإحسان، أما الحليم فإنه يستجر من يناظره برفق ولين حتى يدرك خفايا نفسه، ثم يسيطر على الموقف لاقتران حلمه بالإدراك والعلم.

وفي العلم زين لأهل الحجا  وآفة ذي الحلم طيش الغضب

---

[٣٩] الإبانة الكبرى لابن بطة٤/٢٨٣، المؤلف: أبو عبد الله عبيد الله بن محمد بن محمد بن حمدان العُكْبَري المعروف بابن بَطَّة العكبري (المتوفى: ٣٨٧هـ).

[٤٠] حديث حسن قاله السيوطي في الجامع، انظر: التَّنويرُ شَرْحُ الجَامِع الصَّغِيرِ، المؤلف: محمد بن إسماعيل بن صلاح بن محمد الحسني، الكحلاني ثم الصنعاني، أبو إبراهيم، عز الدين، المعروف كأسلافه بالأمير (المتوفى: ١١٨٢هـ)، م

وعن النبي ﷺأنه قال: " إن الله يحب الحيي العفيف الحليم، ويبغض الفاحش البذيء السائل الملحف "[٤١].

ومن منثور الحكم: "من حلم ساد، ومن تفهم ازداد".

وقال بعض الأدباء: من غرس شجرة الحلم اجتنى ثمرة السلم. وقال بعض البلغاء: ما ذب عن الأعراض كالصفح والإعراض. وقال بعض الشعراء:

أحب مكارم الأخلاق جهدي وأكره أن أعيب وأن أعابا

وأصفح عن سباب الناس حلماً وشر الناس من يهوى السبابا

ومن هاب الرجال تهيبوه ومن حقر الرجال فلن يهابا

فالحلم من أشرف الأخلاق وأحقها بذوي الألباب؛ لما فيه من سلامة العرض وراحة الجسد واجتلاب الحمد، وقد قال علي بن أبي طالب: أول عوض الحليم عن حلمه أن الناس أنصاره. وحد الحلم: ضبط النفس عن هيجان الغضب. وهذا يكون عن باعث وسبب.

وأسباب الحلم الباعثة على ضبط النفس عشرة: أحدها: الرحمة للجهال وذلك من خير يوافق رقة، وقد قيل في منثور الحكم: من أوكد الحلم رحمة الجهال."[٤٢]

---

[٤١] أخرجه الطبراني في المعجم الكبير برقم (١٠٤٤٢) وابن أبي شيبة في مصنفه برقم (٢٥٣٤٤).

[٤٢] أدب الدنيا والدين١/٢٥١

مدح النبي ﷺ الأشج قائلاً له:"إن فيك خصلتين يحبهما الله الحلم والأناة"[٤٣]

وقصة الحديث كما في سنن أبي داود:" عبد الرحمن الأعنق، حدثتني أم أبان بنت الوازع بن زارع عن جدها زارع –وكان في وفد عبد القيس– قال: لما قدمنا المدينة، فجعلنا نتبادر من رواحلنا، فنقبل يد رسول الله ﷺ ورجله، وانتظر المنذر الأشج حتى أتى عيبته، فلبس ثوبيه، ثم أتى النبيﷺ فقال له: "إن فيك خلتين يحبهما الله: الحلم والأناة"، قال: يا رسول الله، أنا أتخلق بهما أم الله جبلني عليهما؟ قال: "بل الله جبلك عليهما"، قال: الحمد لله الذي جبلني على خلتين يحبهما الله ورسوله".[٤٤]

وعن سهل بن سعد الساعدي، عن أبيه، عن جده قال: قال رسول الله ﷺ: "الأناة من الله والعجلة من الشيطان".[٤٥]

كتب عمرو بن العاص إلى معاوية في الأناة، فكتب إليه معاوية: "أما بعد، فإن التفهم في الخير زيادة ورشد، وإن الرشيد من رشد عن العجلة، وإن الخائب من خاب عن الأناة، وإن المتثبت مصيب، أو كاد أن يكون مصيبا، وإن المعجل مخطئ، أو كاد أن يكون مخطئا، وإنه من لا ينفعه الرفق يضره

---

[٤٣] أخرجه مسلم برقم (٢٥).

[٤٤] سنن أبي داود برقم (٥٢٢٤) ٥١٤/٧.

[٤٥] أخرجه الترمذي برقم (٢٠١٢).

الخرق ومن لا تنفعه التجارب لا يدرك المعالي، ولن يبلغ الرجل مبلغ الرأي حتى يغلب حلمه جهله وشهوته".[٤٦]

[٤٦] الجامع (منشور كملحق بمصنف عبد الرزاق)١١/١٦٥، المؤلف: معمر بن أبي عمرو راشد الأزدي مولاهم، أبو عروة البصري، نزيل اليمن (المتوفى: ١٥٣هـ)، المحقق: حبيب الرحمن الأعظمي.

## المبحث الرابع: التذكير بالله تعالى

المؤمن وقاف عند حدود الله تعالى، سرعان ما يستجيب لنداء الحق وقوله، وتزداد استجابته إذا ما ذكر بالله تعالى عند هيجانه وزيادة غضبه، أما المنافق فتأخذه العزة بالإثم ويستمر في غضبه، ولكلا الحالين نماذج حصلت مع أصحاب النبي ﷺ.

**ففي الحالة الأولى** نتذكر قصة ذاك الصحابي الذي أمّره النبي ﷺ على مجموعته وأوصاهم أن يطيعوه، ولما أمرهم بأمر رأوا فيه مخالفة خالفوه فغضب، ولما ذكر بالله وبأمر رسول الله ﷺ سرعان ما استجاب.

١- فعن علي رضي الله عنه، قال: بعث النبي ﷺ سرية فاستعمل رجلاً من الأنصار وأمرهم أن يطيعوه، فغضب، فقال: أليس أمركم النبي ﷺ أن تطيعوني؟ قالوا: بلى، قال: فاجمعوا لي حطباً، فجمعوا، فقال: أوقدوا ناراً، فأوقدوها، فقال: ادخلوها، فهموا وجعل بعضهم يمسك بعضاً، ويقولون: فررنا إلى النبي ﷺ من النار، فما زالوا حتى خمدت النار، فسكن غضبه، فبلغ النبي ﷺ، فقال: «لو دخلوها ما خرجوا منها إلى يوم القيامة، الطاعة في المعروف".[٤٧]

[٤٧] أخرجه البخاري برقم (٤٣٤٠)، وأحمد برقم (١٠١٨).

٢- عن أبي قتادة الأنصاري رضي الله عنه، أن رسول الله ﷺ سئل عن صومه؟ قال: فغضب رسول الله ﷺ، فقال عمر رضي الله عنه: رضينا بالله رباً، وبالإسلام ديناً، وبمحمد رسولاً، وببيعتنا بيعة. قال: فسئل عن صيام الدهر؟ فقال: «لا صام ولا أفطر - أو ما صام وما أفطر -» قال: فسئل عن صوم يومين وإفطار يوم؟ قال: «ومن يطيق ذلك؟» قال: وسئل عن صوم يوم، وإفطار يومين؟ قال: «ليت أن الله قوانا لذلك» قال: وسئل عن صوم يوم، وإفطار يوم؟ قال: «ذاك صوم أخي داود - عليه السلام -» قال: وسئل عن صوم يوم الاثنين؟ قال: «ذاك يوم ولدت فيه، ويوم بعثت - أو أنزل علي فيه -» قال: فقال: «صوم ثلاثة من كل شهر، ورمضان إلى رمضان، صوم الدهر» قال: وسئل عن صوم يوم عرفة؟ فقال: «يكفر السنة الماضية والباقية» قال: وسئل عن صوم يوم عاشوراء؟ فقال: «يكفر السنة الماضية»[٤٨]

٣- عن إسماعيل بن أبي حكيم، قال: " غضب عمر بن عبد العزيز يوما، فاشتد غضبه، وكانت فيه حدة وعبد الملك ابنه حاضر، فلما رأوه قد سكن غضبه، قال: يا أمير المؤمنين أنت في قدر نعمة الله عليك، وفي موضعك الذي وضعك الله فيه وما ولاك الله من أمر عباده يبلغ بك الغضب ما أرى؟ قال: كيف قلت؟ فأعاد عليه كلامه فقال: أما تغضب يا عبد الملك؟ قال:

[٤٨] أخرجه مسلم برقم (١٩٧).

قال: ما يغني عني سعة جوفي إن لم أردد فيه الغضب حتى لا يظهر منه شيء أكرهه "[٤٩]

**أما في الحالة الثانية:** التي يستحكم نزغ الشيطان في ذهن وعقل الغافل عن ذكر الله تعالى لجهله أو تكبره أو نفاقه، فلا يسكن غضبه بل يزداد، وهذا ما حصل مع بعض الأعراب على ما جاء في بعض الروايات وشروحها، عن عدي بن ثابت عن سليمان بن صرد، قال: استب رجلان عند النبيﷺ فجعل أحدهما تحمر عيناه، وتنتفخ أوداجه، فقال رسول الله ﷺ: "إني لأعرف كلمة، لو قالها هذا لذهب عنه الذي يجد: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم"، فقال الرجل: هل ترى بي من جنون"[٥٠].

قال النووي رحمه الله تعالى في شرح مسلم وأما قول هذا الرجل الذي اشتد غضبه هل ترى بي من جنون؟ فهو كلام من لم يفقه في دين الله تعالى ولم يتهذب بأنوار الشريعة المكرمة وتوهم أن الاستعاذة مختصة بالجنون ولم يعلم أن الغضب من نزعات الشيطان ولهذا يخرج به الإنسان عن اعتدال حاله ويتكلم بالباطل ويفعل المذموم وينوي الحقد والبغض وغير ذلك من القبائح

[٤٩] أخرجه ابن أبي شيبة في مصنفه برقم (٣٥٠٩٢).

[٥٠] أخرجه البخاري برقم (٣٢٨٢)، ومسلم برقم (١٠٩).

المترتبة على الغضب. ثم قال ويحتمل أن هذا القائل. كان من المنافقين أو من جفاة الأعراب."[٥١]

وفي إكمال المعلم:" فيه أن الغضب في غير الله من نزغ الشيطان، وما يحمل عليه من موافقته هوى النفس وطبعها المركب فيها، وأن الاستعاذة من الشيطان كفته وسكن غضبه.

وقول الآخر: " هل ترى فيمن جنون "كلام من لم يفقه في دين الله، وظن أنه لا يستعاذ من الشيطان إلا من المس، ولم يعلم أن الغضب من أوائل مسه؛ ولهذا يخرج به عن صورته وخلقه، ويحفه بقبح الحركات والكلام والأفعال، حتى يزين له إفساد ماله، وتمزيق ثيابه، وكسر ما حوله من آنية، وقتل من نازعه أو غضب عليه، أو إفساده أو الحلف والنذر على الانتفاع به، ولعله كان من جفاة الأعراب أو ممن لم يخلص إيمانه من المنافقين."[٥٢]

---

[٥١] المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله ﷺ٤/٢٠١٥، المؤلف: مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (المتوفى: ٢٦١هـ).

[٥٢] شَرْحُ صَحِيح مُسْلِمِ للقاضي عِيَاض المسَمَّى إِكمَالُ المعْلِمِ بفَوَائِدِ مُسْلِم٨/٨٥، المؤلف: عياض بن موسى بن عياض بن عمرون اليحصبي السبتي، أبو الفضل (المتوفى: ٥٤٤هـ).

## الفصل الثاني:

## المبحث الأول: تنفس الغيظ "منثورات عقدية وفقهية وأدبية"

### مسألة عقدية: (شفاعة الوجاهة):

في هذه الشفاعة لا مجال لكظم الغيظ وتسكين الغضب وخصوصاً في الحدود والأحكام المبرمة "فلقد تعود الملوك، والأمراء، ورجال الدنيا أنواعاً من الشفاعة، يلجؤون إليها عند الضرورة لمصالحهم الشخصية، أو مصلحة من مصالح البلاد والرعية ، فقد يرى الملك أن الأفضل في هذا المقام أن يملك نفسه ويقهر غضبه، ويصفح عن فرد ارتكب جريمة السرقة، فإنه إذا أسخط هذا الأمير ورفض طلبه، اختلت الأمور، واستشرى الفساد في مملكته، وفقدت الشيء الكثير من بهائها ومهابتها، وهذا النوع من الشفاعة يسمى شفاعة الوجاهة، ومعلوم أنه لا مساغ لهذا النوع من الشفاعة عند الله، ولا مجال له، فمن رجا من نبي أو ولي، أو إمام أو شهيد، أو ملك أو شيخ مثل هذه الشفاعة، ونظر إليه كشفيع تقبل شفاعته لا محالة لعظم جاهه، وعلو منزلته، فقد أوغل في الشرك والجهالة"[٥٣]

[٥٣] رسالة التوحيد المسمى بـ تقوية الإيمان١١٩/١، المؤلف: إسماعيل بن عبد الغني بن وَلي الله بن عبد الرحيم العُمري الدهلوي (المتوفى: ١٢٤٦هـ)، نقلها للعربية وقدم لها: أبو الحسن علي الحسني

**مسألة فقهية في كظم الغيظ:**

في قوله تعالى وهو يتحدث عن قذف المؤمنات (وَالَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَأْتُوا بِأَرْبَعَةِ شُهَدَاءَ فَاجْلِدُوهُمْ ثَمَانِينَ جَلْدَةً وَلَا تَقْبَلُوا لَهُمْ شَهَادَةً أَبَدًا وَأُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ، إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ وَأَصْلَحُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ) النور: ٤-٥ قال الزمخشري:" فإن قلت: هل للمقذوف أو للإمام أن يعفو عن حد القاذف؟ قلت: لهما ذلك قبل أن يشهد الشهود ويثبت الحد، والمقذوف مندوب إلى ألا يرافع القاذف ولا يطالبه بالحد. ويحسن من الإمام أن يحمل المقذوف على كظم الغيظ"[٥٤]

**مسألة أدبية في وصف الغيظ وذمه:**

قال الجاحظ في الرسائل الأدبية: ولا أعلم ناراً أبلغ في إحراق أهلها من نار الغيظ، ولا حركة أنقض لقوّة الأبدان من طلب الطوائل مع قلة الهدوء والجهل بمنافع الجمام، وإعطاء الحالات أقسامها من التدبير.

وقال: والحازم لا يلتمس شفاء غيظه باجتلاب ضعفه، ولا يطفئ نار غضبه تأخّر عقوبة من أغضبه، ولا يسدّد سهمه إلّا والغرض ممكن، والغاية قريبة، ولا يهرب إلّا والمهرب معجزة.

---

الندوي (المتوفى: ١٤٢٠هـ)، اعتنى بها: سيد عبد الماجد الغوري، الناشر: دار وحي القلم – دمشق، سورية، الطبعة: الأولى، ٢٠٠٣ م.

[٥٤] الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل٣/٢١٤.

إنّ سلطان الغيظ غشوم، وإنّ حكم الغضب جائر، وأضعف ما يكون العزم على التصرّف أضعف ما يكون الحزم. والغضب في طباع شيطان، والهوى يتصوّر في صورة امرأة، فلا يبصر مساقط العيب ومواقع الشّرف إلّا كلّ معتدل الطباع، ومعتدل الأخلاط مستوي الأسباب."[٥٥]

[٥٥] الرسائل الأدبية١/٦٤-٦٥

## المبحث الثاني: التنفس في آيات القرآن الكريم

قال الله تعالى:(والصُّبْحِ إِذَا تَنَفَّسَ) التكوير:١٨، قال القرطبي:" أي امتد حتى يصير نهاراً واضحاً، يقال للنهار إذا زاد: تنفس. وكذلك الموج إذا نضح الماء. ومعنى التنفس: خروج النسيم من الجوف. وقيل: إذا تنفس أي انشق وانفلق، ومنه تنفست القوس أي تصدعت"[٥٦].

وقال البيضاوي:" أي أضاء غبرته عند إقبال روح ونسيم."[٥٧] قال الطيبي: ويجوز أن يشبه النهار الذي غشيه الليل المظلم بالمكروب المحزون الذي يخنس، وإذا تنفس يجد راحة، فالصبح لما تخلص من الظلام، كأنه تخلص من كربه، وهو استعارة لطيفة".[٥٨]

ومن أجمل تفسير التنفيس ما جاء في عمدة الحفاظ:" ومنه حرف التنفيس عند النحاة، لأن فيه دلالةً على طول الزمان وتراخيه عن الحل، والنفس: الريح الداخل والخارج من الدن من المنخر والفم، وهو كالغذاء للنفس.

---

[٥٦] الجامع لأحكام القرآن: تفسير القرطبي١٩/٢٣٦.

[٥٧] أنوار التنزيل وأسرار التأويل٥/٢٩٠.

[٥٨] فتوح الغيب في الكشف عن قناع الريب (حاشية الطيبي على الكشاف)١٦/٣١٥.، المؤلف: شرف الدين الحسين بن عبد الله الطيبي (المتوفى: ٧٤٣ هـ).

وبانقطاع النفس انقطاع النفس وبطلانها. ويعبر عن الفرج بالنفس لأن فيه توسعة بعد الكرب."[٥٩]

فضبط المشاعر: يدل على قوة الشخص، وعلى سلامة النفس من الغل والحقد والحسد وعلى صفاء القلب من الروح العدوانية، وفي المبحث الآتي نتحدث عن أهم أداة من أدوات تنفس الغيظ، وتسكين الغضب، ففي جميع الأحوال يحتاج المرء إلى ضبط النفس، وأخذ الوقت الكافي قبل أن يصدر أي حكم، فتتم المعالجة العقلية، ومحاكمة الأسباب والدواعي والنتائج.

[٥٩] عمدة الحفاظ في تفسير أشرف الألفاظ٤/٢٠٥، المؤلف: أبو العباس، شهاب الدين، أحمد بن يوسف بن عبد الدائم المعروف بالسمين الحلبي (المتوفى: ٧٥٦ هـ)، المحقق: محمد باسل عيون السود.

## المبحث الثالث: آيات قرآنية في الانتقام

١- عداوة أهل الكتاب ومحاولة انتقامهم جزء من ثقافتهم:

قال الله تعالى: (قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ هَلْ تَنْقِمُونَ مِنَّا إِلَّا أَنْ آمَنَّا بِاللَّهِ) المائدة:٥٩، النقمة: الاسم من الانتقام. "قال الكسائي يقال نقمت على الرجل أنقم نقوما منه ونقمة، وقد حكي نقمت أنقم إذا كرهت الشيء أشد الكراهية"[٦٠] والنقم: معروفة، الواحدة نقمة ونقمة. وانتقم الله منه، أي عاقبه. ونقمت على فلان كذا وكذا ونقمت، وقد قرئ بهما جميعا: وما نقموا منهم ونقموا، وفلان ناقم على فلان".[٦١]

وقال ابن القوطية:" ونقمت الشيء ونقمته نقما ونقوما: أنكرته، ونقمت منك نِقمة: عاقبتك"[٦٢] قال الطبري:" القول في تأويل قوله: (قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ هَلْ تَنْقِمُونَ مِنَّا إِلَّا أَنْ آمَنَّا بِاللَّهِ وما أنزل إلينا وما أنزل من قبل وأن أكثركم فاسقون) المائدة:٥٩.

---

[٦٠] معاني القرآن٢/٣٢٨، المؤلف: أبو جعفر النحاس أحمد بن محمد (المتوفى: ٣٣٨هـ)، المحقق: محمد علي الصابوني.

[٦١] جمهرة اللغة٢/٩٧٧، المؤلف: أبو بكر محمد بن الحسن بن دريد الأزدي (المتوفى: ٣٢١هـ)، المحقق: رمزي منير بعلبكي.

[٦٢] كتاب الأفعال لابن القوطية١/٢٦٥، المؤلف: ابن القوطية (المتوفى: ٣٦٧ هـ)، المحقق: علي فوده، العضو الفني للثقافة بوزارة المعارف.

قال أبو جعفر: يقول تعالى ذكره لنبيه ﷺ: قل، يا محمد، لأهل الكتاب من اليهود والنصارى: يا أهل الكتاب، هل تكرهون منا أو تجدون علينا في شيء إذ تستهزئون بديننا، وإذ أنتم إذا نادينا إلى الصلاة اتخذتم نداءنا ذلك هزوا ولعباً)، "إلا أن آمنا بالله"، يقول: إلا أن صدقنا وأقررنا بالله فوحدناه، وبما أنزل إلينا من عند الله من الكتاب، وما أنزل إلى أنبياء الله من الكتب من قبل كتابنا (وأن أكثركم فاسقون)، يقول: وإلا أن أكثركم مخالفون أمر الله، خارجون عن طاعته، تكذبون عليه، والعرب تقول: ‘‘نقمت عليك كذا أنقم" وبه قرأه القرأة من أهل الحجاز والعراق وغيرهم و"نقمت أنقم"، لغتان ولا نعلم قارئا قرأ بهما بمعنى وجدت وكرهت، ومنه قول عبد الله بن قيس الرقيات:

ما نقموا من بني أمية إلا ... أنهم يحلمون إن غضبوا[٦٣]"

وقال الماتريدي:" والنقم: هو العيب والطعن، والانتقام: هو الانتصار، ومعناه: (هل تنقمون منا إلا أن آمنا بالله وما أنزل إلينا وما أنزل من قبل)، أي: كيف تطعنون علينا وتعيبون، وأنتم ممن قد دعوتم إلى الإيمان بالله، والإيمان بما أنزل في الكتب، وأنتم ممن قد أوتيتم الكتاب، وفي كتابكم الإيمان بالله، والإيمان بالكتب كلها؛ فكيف تنكرون الإيمان بذلك كله، وتعيبون

[٦٣] جامع البيان في تأويل القرآن ١٠/٤٣٣

علينا، ولا تعيبون على أنفسكم بفسقكم وخروجكم عن أمر الله تعالى، وعما أمركم كتابكم ودعاكم إليه، ونهاكم عما أنتم فيه؟"[٦٤]

٢- الانتقام أداة الطغاة والمجرمين في كل عصر ومصر: (وَمَا تَنْقِمُ مِنَّا إِلَّا أَنْ آمَنَّا بِآيَاتِ رَبِّنَا لَمَّا جَاءَتْنَا) الأعراف:١٢٦ قال الشوكاني:" نقمت الأمر: أنكرته، أي: لست تعيب علينا وتنكر منا إلا أن آمنا بآيات ربنا لما جاءتنا مع أن هذا هو الشرف العظيم والخير الكامل، ومثله لا يكون موضعاً للعيب ومكاناً للإنكار، بل هو حقيق بالثناء الحسن والاستحسان البالغ"[٦٥]، قال عطاء أي ما لنا عندك من ذنب تعذبنا عليه، وقيل ما تكره منا وما تطعن علينا وتقدح فينا"[٦٦] (وَمَا نَقَمُوا إِلَّا أَنْ أَغْنَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ مِنْ فَضْلِهِ) التوبة:٧٤ (وهموا بما لم ينالوا)، قيل إنهم كانوا هموا بقتل رسول الله ﷺ وأنهم كانوا اثني عشر رجلاً عزموا على أن يقفوا له بعقبة على طريقه، ويغتالوه، فأعلمه الله ذلك، فلما بلغ إليهم أمر من نحاهم عن طريقه، وسماهم رجلاً رجلاً، فهذه من أعظم آياته، لأن الأمر إنما علم في قصتهم بالوحي.

---

[٦٤] تفسير الماتريدي (تأويلات أهل السنة)٥٤٧/٣، المؤلف: محمد بن محمد بن محمود، أبو منصور الماتريدي (المتوفى: ٣٣٣هـ)، المحقق: د. مجدي باسلوم.

[٦٥] فتح القدير٢٦٧/٢.

[٦٦] فتحُ البيان في مقاصد القرآن٤٣٢/٤، المؤلف: أبو الطيب محمد صديق خان بن حسن بن علي ابن لطف الله الحسيني البخاري القِنَّوجي (المتوفى: ١٣٠٧هـ)

(وما نقموا إلا أن أغناهم الله ورسوله من فضله)."[٦٧] (وَمَا نَقَمُوا مِنْهُمْ إِلَّا أَنْ يُؤْمِنُوا بِاللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ) البروج:٨، المعنى: هل تكرهون منا إلا إيماننا وفسقكم، أي إنما كرهتم إيماننا وأنتم تعلمون أنا على حق لأنكم فسقتم، بأن أقمتم على دينكم لمحبتكم الرياسة، وكسبكم بها الأموال، فإن قال قائل: وكيف يعلم عالم أن دينا من الأديان حق فيؤثر الباطل على الحق؟

فالجواب في هذا أن أكثر ما نشاهده كذلك. من ذلك أن الإنسان يعلم أن القتل يورد النار فيقتل، إما إيثارا لشفاء غيظه أو لأخذ مال.

ومنها أن إبليس قد علم أن الله يدخله النار بمعصيته فآثر هواه على قربه من الله، وعمل على دخول النار وهذا باب بين."[٦٨]

---

[٦٧] معاني القرآن وإعرابه٢/٤٦١، المؤلف: إبراهيم بن السري بن سهل، أبو إسحاق الزجاج (المتوفى: ٣١١هـ)، المحقق: عبد الجليل عبده شلبي.

[٦٨] معاني القرآن وإعرابه٢/١٨٦، للزجاج.

## المبحث الرابع: آيات قرآنية في الغضب

**١- الغضب لأجل دين الله يصل مداه عند نبي الله موسى:**

قال الله تعالى: (وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَىٰ إِلَىٰ قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِنْ بَعْدِي)، الأعراف:١٥٠، "الأسف" شدة الغضب، والتغيظ به على من أغضبه قال أبو الدرداء: قول الله: "غضبان أسفاً"، قال: "الأسف"، منزلة وراء الغضب"[٦٩]

٢- **تفهم الحقيقة والإقرار يسكن الغضب:** (وَلَمَّا سَكَتَ عَنْ مُوسَى الْغَضَبُ أَخَذَ الْأَلْوَاحَ)، الأعراف:١٥٤

قال الزمخشري:" والمعنى: ولما طفئ غضبه أخذ الألواح التي ألقاها وفي نسختها وفيما نسخ منها، أي كتب"[٧٠]وقال الرازي:" اعلم أنه تعالى لما بين لنا ما كان منه مع الغضب بين في هذه الآية ما كان منه عند سكوت الغضب. وفي الآية مسائل:

المسألة الأولى: في قوله: سكت عن موسى الغضب أقوال:

---

[٦٩] جامع البيان في تأويل القرآن١٣/١٢٠.

[٧٠] الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل٢/١٦٣.

القول الأول: أن هذا الكلام خرج على قانون الاستعارة كأن الغضب كان يقويه على ما فعل ويقول له: قل لقومك كذا وكذا، وألق الألواح وخذ برأس أخيك إليك، فلما زال الغضب، صار كأنه سكت.

والقول الثاني: وهو قول عكرمة، إن المعنى: سكت موسى عن الغضب وقلب كما قالوا: أدخلت القلنسوة في رأسي، والمعنى: أدخلت رأسي في القلنسوة.

القول الثالث: المراد بالسكوت السكون والزوال، وعلى هذا جاز سكت عن موسى الغضب ولا يجوز صمت لأن سكت بمعنى سكن، وأما صمت فمعناه سد فاه عن الكلام، وذلك لا يجوز في الغضب.

المسألة الثانية: ظاهر الآية يدل على أنه عليه السلام لما عرف أن أخاه هارون لم يقع منه تقصير وظهر له صحة عذره، فعند ذلك سكن غضبه. وهو الوقت الذي قال فيه: (رب اغفر لي ولأخي)، الأعراف: ١٥١ وكما دعا لأخيه منبها بذلك على زوال غضبه، لأن ذلك أول ما تقدم من أمارات غضبه على ما فعله من الأمرين، فجعل ضد ذينك الفعلين كالعلامة لسكون غضبه."[٧١]

[٧١] مفاتيح الغيب: التفسير الكبير ١٥/٣٧٤، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (المتوفى: ٦٠٦هـ).

(فَرَجَعَ مُوسَىٰ إِلَىٰ قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا)، طه:٨٦أي: فانصرف موسى إلى قومه من بني إسرائيل بعد تمام الأربعين ليلة غضبان على قومه لاتخاذهم العجل من بعده، (أسفاً)أي: حزينا لما أحدثوا من الكفر. والأسف: يكون الحزن، ويكون الغضب. ومن الغضب، قوله تعالى: (فلمآ آسفونا) الزخرف: ٥٥ أي: أغضبونا، ثم قال تعالى ذكره: (قال ياقوم ألم يعدكم ربكم وعداً حسناً)، أي: قال موسى عليه السلام لبني إسرائيل لما رجع إليهم غضبانا حزينا: ألم يعدكم ربكم وعدا حسنا. وذلك الوعد، قوله: (وإني لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحاً ثم اهتدى)."[٧٢]

**٣- الغضب من أجل الله تعالى، وليس مغاضباً ربه** وهو القول الصحيح كما حققه القرطبي واعتمده النحاس: قال الله تعالى:(وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ)، الأنبياء:٨٧، قال الحسن والشعبي وسعيد بن جبير: مغاضباً لربه عز وجل. واختاره الطبري والقتبي واستحسنه المهدوي، وروي عن ابن مسعود. وقال النحاس: وربما أنكره هذا من لا يعرف اللغة وهو قول صحيح. والمعنى: مغاضباً من أجل ربه، كما تقول: غضبت لك أي من أجلك، والمؤمن يغضب لله عز وجل إذا عصي. وهذه

---

[٧٢] الهداية إلى بلوغ النهاية في علم معاني القرآن وتفسيره، وأحكامه، وجمل من فنون علومه٧/٤٦٨٢

المؤلف: أبو محمد مكي بن أبي طالب حَمّوش بن محمد بن مختار القيسي القيرواني ثم الأندلسي القرطبي المالكي (المتوفى: ٤٣٧هـ).

المغاضبة كانت صغيرة ولم يغضب على الله ولكن غضب لله إذ رفع العذاب عنهم." قال القرطبي: وقول النحاس أحسن ما قيل في تأويله. أي خرج مغاضباً من أجل ربه، أي غضب على قومه من أجل كفرهم بربه. وقيل: إنه غاضب قومه حين طال عليه أمرهم وتعنتهم فذهب فارا بنفسه، ولم يصبر على أذاهم وقد كان الله أمره بملازمتهم والدعاء، فكان ذنبه خروجه من بينهم من غير إذن من الله."[٧٣]

**٤- العفو منعكس من إيمان حي:** (وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ)، الشورى:٣٧، عن ابن عباس قوله: ‘‘والكاظمين الغيظ" إلى (والله يحب المحسنين)، ف"الكاظمين الغيظ" كقوله: (وإذا ما غضبوا هم يغفرون) يغضبون في الأمر لو وقعوا به كان حراماً، فيغفرون ويعفون، يلتمسون بذلك وجه الله"[٧٤]قال ابن كثير:" أي: سجيتهم وخلقهم وطبعهم تقتضي الصفح والعفو عن الناس، ليس سجيتهم الانتقام من الناس."[٧٥]

---

[٧٣] الجامع لأحكام القرآن: تفسير القرطبي١١/٣٢٩.

[٧٤] جامع البيان في تأويل القرآن٧/٢١٦.

[٧٥] تفسير القرآن العظيم٧/٢١٠.

## الفصل الثالث:

### المبحث الأول: ضبط النفس: وأثره في تنفيس الغيظ وتسكين الغضب

كثيرة هي المواقف العصيبة التي يصيب العبد فيها الأذى، وقد يكون مصدره قريب أو صديق أو محسن إليه، ولا شك أن الأذى المسموع أو المرئي أو المحسوس الذي يصيبنا يسبب لنا ألما في أعماقنا، فتجيش نفوسنا بأنواع الانفعالات التي تدعونا إلى المواجهة الحادة، وضبط النفس في مثل هذه الأحوال لا يملكه إلا أفذاذ الرجال."[٧٦]

### ١-ضبط النفس فطرة وتكتسب أيضاً بالاجتهاد:

الهدوء وضبط النفس موهبة فطرية وسمة خلقية تكتسب، والنبي ﷺ ضرب أروع الأمثلة في الثبات ورباطة الجأش، وضبط النفس، في وقت اختلط فيه الحامل بالنابل وفر من حوله، ليكون درساً لكل من يريد أن يكون مثالاً حياً في مكارم الأخلاق، ولا بأس بذكر موقفين له ﷺ تتبين وتتوضح فيهما هذه الصفة على أكمل الأخلاق والموقف:

أولا: في معركة حنين عندما فوجئ المسلمون بهجوم قوي من الكفار (هوازن ومن معها) وفر من فر ممن أسلم بعد الفتح، وتراجع المسلمون عشوائياً، في

---

[٧٦] القيامة الكبرى١/١٦٥، المؤلف: عمر بن سليمان بن عبد الله الأشقر العتيبي، الناشر: دار النفائس للنشر والتوزيع، الأردن، الطبعة: السادسة، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٥ م.

هذه اللحظات الحرجة والصعبة كان رسول الله ﷺ ثابت الجأش هادئ الأعصاب يقول: أيها الناس هلموا إلي أنا رسول الله، أنا محمد بن عبد الله، ويقول لعمه العباس: ناد أصحاب الشجرة، وبفضل الله ثم بفضل هذا الثبات من الرسول ﷺآب المسلمون إليه ورجعوا يتجمعون حوله وانتصروا بعدئذ بإذن الله. وتمام القصة جاءت في تفسير قوله تعالى:(لَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ فِي مَوَاطِنَ كَثِيرَةٍ وَيَوْمَ حُنَيْنٍ إِذْ أَعْجَبَتْكُمْ كَثْرَتُكُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنْكُمْ شَيْئًا وَضَاقَتْ عَلَيْكُمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ ثُمَّ وَلَّيْتُمْ مُدْبِرِينَ، ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ) التوبة:٢٥ وأساس القصة أن النبي ﷺ وقد فتح الله عليه مكة، وأسلم الأكثرون وأطلق الطلقاء بلغه أن هوازن وثقيفا تعد العدة لقتاله؛ لأنهم توقعوا أنهم الأدنون الذين يجيء إليهم جيش الحق، وجمعوا جيشا كثيفا، عدته أربعة آلاف على أرجح الروايات، من هوازن وثقيف، وانضم إليهم بنو سعد ابن بكر، وأوزاع من بني (هلال)، وقد أقبلوا ومعهم النساء، والولدان، والأموال من النعم والشاة وجاءوا بقضهم وقضيضهم.

خرج إليهم رسول الله ﷺ بالجيش الذي كان معه لفتح مكة، وانضم إليهم من الطلقاء ألفان فكانت عدته اثنا عشر ألفاً. ولم يكونوا جميعا من المؤمنين أمثال الذين قاتلوا في بدر وأحد، والمغازي الإسلامية التي قاتل فيها المؤمنون، بل كان فيهم المؤلفة قلوبهم الذين دخلوا في الإسلام وهم حديثو عهد به.

جاءت هوازن مدفوعة بحمية الدفاع عن النفس، وجاء المسلمون ولم يكونوا على قلب رجل واحد، بل كان فيهم من توسوس له نفسه أن يغدر بمحمد – صلى الله عليه وسلم –، وقد بادر أهل الطائف فرشقوا المسلمين ومن معهم بالنبال، وأصلتوا في الوادي الذي يسمى حنينا، وجاء النبي ﷺ، وكانت هوازن ومن معها قد كمنت في جنبتي الوادي وهجمت على المسلمين الذين دخلوا في بطن الوادي هجمة رجل واحد، واضطرب المسلمون، ولم يعرف أحد أحدا، وبذلك ضاقت عليهم الأرض بما رحبت إذ قد تهيات هوازن ومن معها في مضايق الوادي وأحنائه، ورسول الله ﷺ في ناحية من الأرض قد ثبت، وثبت معه المؤمنون، من المهاجرين والأنصار، وأخذ ينادي المسلمين، ولكن انكفأ بعضهم على بعض، وكما قال الحافظ ابن كثير في تاريخه: " انحط بهم الوادي في عماية الصبح، وثأرت في وجوههم الخيل فشدت عليهم، وانكفأ الناس متهربين لَا يقبل أحد على أحد، وانحاز رسول الله ﷺ ذات اليمين يقول: " أيها الناس هلم إليَّ أنا رسول الله، أنا محمد بن عبد الله "، فلا شيء، وركبت الإبل بعضها بعضا، فلما رأى رسول الله ﷺ ذلك قال: يا عباس، اصرخ يا معشر الأنصار ، فأجابوه: لبيك لبيك ذَهب الأنصار في هذا المضطرب مجيبين رسول اللهﷺ

كان رسول الله ومعه بعض أهله الأدنين، معه عمه العباس، وهو آخذ بلجام دابته، وابن عمه أبو سفيان بن الحارث، وابنه جعفر، وعلي بن أبي طالب، وأسامة بن زيد، وأيمن بن عبيد، وربيعة بن الحارث، والفضل بن

عباس وقثم بن العباس، فهؤلاء عشرة من أقارب رسول الله الأدنين ومعهم وزيرا النبي ﷺ كان هؤلاء الثابتون وعلى رأسهم رسول الله ﷺ الذي كان إذا حمى الوطيس أحاطوا به واتقوا حر القتال بالإيواء إليه، والنبي ﷺ ينادي المؤمنين، والعباس جهير الصوت يصرخ في المؤمنين داعيا أهل البيعة التي كان بعدها الهجرة، فلما أحاط بالنبي ﷺ المهاجرون والأنصار من الأوس والخزرج تغير وجه القتال وتجرد أهل الإيمان للمشركين، بعد أن ماز الله الخبيث من الطيب، وانفصل الذين لا يزال في قلوبهم رجس، أو أسلموا، ولما يؤمنوا. (ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ). (ثُمَّ) هنا في معناها؛ لأنه كانت مدة بعد الاضطراب وعادت السكينة، ولبعد ما بين الاضطراب والفزع والسكينة، وقد أنزلها برحمة منه، بعد أخذ النبي – صلى الله عليه وسلم – في جمع أسبابها، وتلافي أسباب الفشل، واتخاذ أسباب النصر بأن جمع المؤمنين الذين لهم سابقات في النصر وانحازوا إليه واتخذهم قوة الحق واتقاء الهزيمة. وأضاف سبحانه وتعالى السكينة والاطمئنان إليه سبحانه؛ لأن ما يكون من الله لَا يتغير ولا يحول، ولا يتبدل فهي سكينة ثابتة قائمة، تؤتي ثمارها وغايتها".[٧٧]

[٧٧] زهرة التفاسير ٣٣٦٧/٦ المؤلف: محمد بن أحمد بن مصطفى بن أحمد المعروف بأبي زهرة (المتوفى: ١٣٩٤هـ). دار النشر: دار الفكر العربي

هذا الموقف يحتاج إلى تأمل، ففيه الشجاعة وحسن التصرف، وفيه هدوء النفس وعدم الهيجان، وفيه التوازن مع ما في الحدث من شدة انعكست على الألوف ممن سار في الجيش، مثلاً نسوق هنا موقفا آخر لرسول الله ﷺ ففي غزوة حنين نفسها غنم المسلمون غنائم كثيرة جداً، فأعطى رسول الله ﷺ من هذه الغنائم أعطيات كبيرة للمؤلفة قلوبهم من أهل مكة وبعض زعماء الأعراب، فوجد الأنصار في أنفسهم شيئا لأن رسول الله ﷺلم يعطهم، وظنوا أنه قسمه في قومه، فجمعهم رسول الله ﷺ في مكان وخاطبهم قائلا: «يا معشر الأنصار، مقالة بلغتني عنكم، وموجدة وجدتموها علي في أنفسكم، ألم آتكم ضلالا فهداكم الله، وعالة فأغنكم الله، وأعداء فألف الله بين قلوبكم؟ قالوا: بلى، لله ولرسوله المن والفضل! ثم قال: ألا تجيبوني يا معشر الأنصار؟ قالوا: بماذا نجيبك يا رسول الله؟ لله ولرسوله المن والفضل. قال ﷺ أما والله لو شئتم لقلتم، فلصدقتم ولصدقكم: أتيناك مكذبا فصدقناك، ومخذولا فنصرناك، وطريدا فآويناك، وعائلا فآسيناك. أوجدتم يا معشر الأنصار في أنفسكم في لعاعة من الدنيا تألفت بها قوما ليسلموا ووكلتكم إلى إسلامكم! ألا ترضون يا معشر الأنصار أن يذهب الناس بالشاة والبعير وترجعوا برسول الله إلى رحالكم؟ فوالذي نفس محمد بيده لولا الهجرة لكنت امرءا من الأنصار، ولو سلك الناس شعبا وسلكت الأنصار شعبا لسلكت شعب الأنصار! اللهم ارحم الأنصار وأبناء الأنصار

وأبناء أبناء الأنصار. قال: فبكى القوم حتى أخضلوا لحاهم، وقالوا: رضينا برسول الله قسما وحظا. ثم انصرف رسول الله ﷺ وتفرقوا".[٧٨]

فالشّريعة الإسلاميّة جاءت لتهذّبَ النّفس الإنسانيّة ولترتقيَ بأخلاقها، فقبل نزول الرّسالة على سيّدنا محمّد ﷺكان العرب في الجاهلية يعيشون دون ضوابط أخلاقيّة حيث يعتدي القويُّ على الضّعيف، ويظلم الغنيّ الفقير دون رادعٍ أخلاقيّ أو ديني، ولأنّ الشّريعة الإسلاميّة تعلم ما يختلجُ في النّفس الإنسانيّة من مشاعرَ سلبيّة قد تترجمُ على شكل سلوكيّات خاطئة في الحياة، فقد وضعت الشّريعة المنهج الواضح الذي يضمنُ للمسلم ضبطَ مشاعرِهِ في الحياة، وكبح جِماح شهواته ونزواته، فما هو منهجُ الشّريعة وتوجيهاتها في مسألة ضبط النّفس في الحياة. ضبط النفس في الإسلام ضبط النفس من خلال البعد عن الغضب، فالغضب هو أصل الشّرور، وسبب المشاكل والخلافات بين النّاس، فالذي يسمح لنفسه بأن يكون تحت أسر مشاعر الغضب فقد تؤدّي به تلك المشاعر إلى ما لا يُحمد عقباه من العواقب والنّتائج، فربّما أدّى به الغضب وخاصّةً إذا كان شديداً إلى قتل النّفس المحرّمة أو إيذائها إيذاءً بليغاً، وإنّ منهج الشّريعة الإسلاميّة وتوجيهات النّبي ﷺ لتحثّ الإنسان المسلم على ضبط نفسه من خلال ترك مشاعر الغضب، فقد أوصى النّبي ﷺ رجلاً ثلاث مراتٍ بألاّ يغضب،

[٧٨] السيرة النبوية لابن هشام، ٨٥/٤. نشر دار القلم.

ولا شكّ بأنّ الوصيّة بأمرٍ تدلّ على أهميّته، وإذا ما تكرّرت التوصية بلفظِها أكّدت على تلك الأهميّة، كما شهدَ النّبي الكريم حادثة غضب فيها رجلٌ من آخر حتّى انتفخت أوداجه، وتغيّر وجهه، فقال النّبي ﷺ:"إنّي لأعلم كلمةً لو قالها لذهب عنه ما هو فيه، أن يستعيذ بالله من الشّيطان الرّجيم"، وقصة الحديث الشريف:"عن سليمان بن صرد، قال: كنت جالساً مع النبي ﷺ ورجلان يستبان، فأحدهما احمر وجهه، وانتفخت أوداجه، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: " إني لأعلم كلمة لو قالها ذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان، ذهب عنه ما يجد " فقالوا له: إن النبي ﷺ قال: تعوذ بالله من الشيطان، فقال: وهل بي جنون".[٧٩]

ذلك أنّ الغضب هو من الشّيطان فتكون الاستعاذة بالله تعالى في تلك الحالة خير سبيلٍ للإنسان للخروج منها، واستعادة حالة الطّمأنينة والسّلام الدّاخلي من جديد. التّأكيد على معايير قوة النفس وصلابتها، ففي هدي الشّريعة الإسلاميّة تتحدّد قوّة النّفس بمدى قدرتها على ضبط مشاعرها ولا تقاس بالقوة الجسديّة والقدرة على البطش بالنّاس ومصارعتهم، وفي الحديث النّبوي الشّريف: «ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»،[٨٠] الدّعوة إلى الصّبر باعتباره من أعظمِ الفضائل والخصال الإنسانيّة، فالصبرُ في الإسلام معناه التجمل والتحمل خاصّة عند الصّدمة

[٧٩] أخرجه البخاري برقم (٣٢٨٢).

[٨٠] أخرجه البخاري برقم (٦١١٤).

الأولى عندما يتلقّى الإنسانُ الخبر الذي يحزنه، أو يطلع على الموقف والحدث الذي يؤلمه، فيسترجع ويحمد الله تعالى على ذلك، وهذا الصّبر الجميل هو الذي يرتّب الله تعالى عليه الأجر والثواب العظيم في الآخرة، قال تعالى: (إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ) الزمر: ١٠".[٨١]

**٢–ضبط النفس في التصدي لمنكر:**

الأولى: التريث في الإجابة، والتأني في التصرف، وعدم الاستجابة لردود الفعل.

الثانية: ضبط النفس حين الغضب، وكبح جماح الانتقام للنفس، ويعين على ذلك:

استشعار خطورة توقف الدعوة، لأجل هذا التصرف.. وتقديم حظ الدعوة على حظوظ النفس، واحتساب الأجر عند الله عز وجل.

الثالثة: تقدير المصالح والمفاسد، وذلك بالتفكر في مقصود السائل، والتبصر في الإجابة، والفهم العميق لمدلولها، والنظر في التصرف، وما ينتج عنه من عواقب.

[٨١] في مقال الأستاذ طلال مشعل، موقع الألوكة.

الرابعة: جواز الأخذ بالمداراة والتورية حين الحاجة الملحة، والمداراة طريقة مشروعة، لرفع الحرج، ودفع المفاسد، وهي: السكوت عن قول الحق سكوتا مؤقتا لأجل التغيير، لا لأجل المداهنة.

أو هي التلطف بالمخطئ دون مواجهة، وعدم مصارحته بحقيقة فعله، طلبا لمصلحة شرعية، أو دفعا لمفسدة أكبر، أو انتظار فرصة إصلاح أفضل."[٨٢]

**٣-ضبط النفس في موقع الدعوة والتعليم:**

ولما بال الأعرابي في المسجد، وهم أصحاب النبي ﷺ به، ومنعهم رسول الله ﷺ، قال الأعرابي: اللهم ارحمني ومحمدا، ولا ترحم معنا أحداً، قال له ﷺ: "لقد تحجرت واسعاً بدل أن يقول له: لقد قلت باطلاً. ونص الحديث كما في البخاري" أن أبا هريرة، قال: قام رسول الله ﷺ في صلاة وقمنا معه، فقال أعرابي وهو في الصلاة: اللهم ارحمني ومحمداً، ولا ترحم معنا أحداً. فلما سلم النبي ﷺ قال للأعرابي: «لقد حجرت واسعاً» يريد رحمة الله"[٨٣]

فما أعظمه ﷺ من مرب!؟

ولما طالبه أحدهم بقضاء الدَّين فأغلظ، فهم به أصحابه، فقال رسول الله ﷺ: "دعوه فإن لصاحب الحق مقالاً" ونص الحديث:" عن أبي هريرة، أن

---

[٨٢] : أصول الدعوة وطرقها١/١٢٣

[٨٣] أخرجه البخاري برقم (٦٠١١).

رجلا أتى رسول الله ﷺ يتقاضاه، فأغلظ له، قال: فهم به أصحابه، فقال: «دعوه، فإن لصاحب الحق مقالاً»، قال: «اشتروا له بعيراً، فأعطوه إياه»، قالوا: لا نجد إلا سناً أفضل من سنه، قال: «فاشتروه، فأعطوه إياه، فإن من خيركم أحسنكم قضاء»[٨٤]

ففي قوله ﷺ"دعوه فإن لصاحب الحق مقالا" تهدئة لنفسية المطالب الثائرة، إذ أحس أن رسول الله ﷺيقر له بحقه ... ولما سمع بقضائه جملا أفضل من جمله، انطفأت ثورته تماما وهدأ، ف ﷺما أطيبه عشرة.

**٤–السلام من أدوات ضبط النفس:**

الشيطان حريص على الوقيعة والفرقة بين المسلمين، والشديد ليس بالصرعة إنما الذي يملك نفسه عند الغضب، ولتضيق هوة الخلاف ندب الإسلام المتهاجرين إلى الإسراع بالسلام وخيرهما الذي يبدأ صاحبه بالسلام."[٨٥]

**٥–سلامة الحياة الزوجية في ضبط النفس:**

١– في قوله تعالى:( وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا)، النساء: ١٩"جعل الإسلام عقدة النكاح بيد الرجال ويتبعه حق الطلاق لأنهم أحرص على بقاء الزوجية بما تكلفهم

---

[٨٤] أخرجه البخاري برقم (٢٣٠٦).

[٨٥] شعاع من المحراب ١٠١/١١

من النفقات في عقدها وحلها وكونها أثبت من النساء جأشاً وأشد صبراً على ما يكرهون، وقد أوصاهم الله تعالى فوق هذا بما يزيدهم قوة على ضبط النفس وحبسها على ما يكرهون من نسائهم فقال الله تعالى: (وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا) النساء: ١٩."[٨٦]

**٦–سلامة الشباب في ضبط النفس والشهوة:**

٢- وفي قوله تعالى: (وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ مِنْكُمْ طَوْلًا أَنْ يَنْكِحَ الْمُحْصَنَاتِ الْمُؤْمِنَاتِ فَمِنْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ مِنْ فَتَيَاتِكُمُ الْمُؤْمِنَاتِ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِإِيمَانِكُمْ بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ فَانْكِحُوهُنَّ بِإِذْنِ أَهْلِهِنَّ وَآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ مُحْصَنَاتٍ غَيْرَ مُسَافِحَاتٍ وَلَا مُتَّخِذَاتِ أَخْدَانٍ فَإِذَا أُحْصِنَّ فَإِنْ أَتَيْنَ بِفَاحِشَةٍ فَعَلَيْهِنَّ نِصْفُ مَا عَلَى الْمُحْصَنَاتِ مِنَ الْعَذَابِ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ الْعَنَتَ مِنْكُمْ وَأَنْ تَصْبِرُوا خَيْرٌ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ)، النساء:٢٥ – ٢٨

المخاطبون بهذه الآيات هم الذين لا تساعدهم ظروفهم المالية على الزواج ودفع مهور الحرائر من النساء. والآيات تبيح لمن لا يستطيع الصبر من هؤلاء أن يتزوج من الإماء بعد أن يدفع مهورهن إلى مواليهن. وتنهي عن أن يكون سبيل التنفيس عن شهوات الذين لا يجدون إلى ضبطها سبيلاً

[٨٦] الوحي المحمدي١/٢٣٩، المؤلف: محمد رشيد بن علي رضا بن محمد شمس الدين بن محمد بهاء الدين بن منلا علي خليفة القلموني الحسيني (المتوفى: ١٣٥٤هـ).

هو الزنا بهؤلاء الإماء أو عقد الصلات معهن في السر واتخاذهن عشيقات أو صديقات على ما يحلو لبعض الناس في هذه الأيام أن يسميهن تقليداً لمذهب الفرنجة في تسميتهن ولكنها تنصح لهم بالصبر حتى لا يجنوا على أولادهم من هؤلاء الإماء بجعلهم أرقاء. يطلب الله من المسلم الصبر، بينما يسمي الفرويديون الصبر وضبط النفس والتحكم في الرغائب والشهوات كبتاً، ويرتبون على هذا الكبت ما شاءت لهم شياطينهم من الأمراض النفسية. فليختر المسلمون لأنفسهم بين الكفر والإيمان، وبين ما أوحى الله إلى نبيه وما أوحت شياطين الجن إلى شياطين الإنس."[٨٧]

**٧–الصبر خير معين على ضبط النفس:**

الصبر الذي يعرفه القرآن ويأمر به هو الأخلاق الفاضلة التي تهدي إلى الأعمال الصالحة، وتتقوى به النفوس المؤمنة. الصبر هو مجاهدة النفس وحبسها عن الضجر والتبرم مع متابعة العمل والسعي، وعدم الانكماش والانكسار، ولذلك كان الصبر من المعاني الباطنية كالشجاعة على مكاره الجهاد صبر والجود على بذل المال صبر، والكتمان على المثيرات والأسرار صبر، إلى غير ذلك مثل العفو عند القدرة، وضبط النفس في حالة الانفعال

[٨٧] حُصُوُننا مهدَّدة من دَاخِلِهَا١/٦٧، المؤلف: محمد محمد حسين (المتوفى: ١٤٠٢هـ)، الناشر: مؤسسة الرسالة، بيروت، الطبعة: الثامنة، ١٤٠٤ هـ -١٩٨٣ م.

والغضب"[٨٨] وفي قوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ).آل عمران:٢٠٠ "ضبط النفس ألا تفزع ولا تطمع، وأن تقمع شهواتهود:١٩ وملاذها، وألا تيأس في هزيمة، ولا تأشر وتبطر وتزدهي في نصر؛ وأن تتلقى السراء بثبات جأش، والضراء بعزيمة تعلو، ولا تهبط؛ ولقد قال تعالى في وصف الإنسان الذي لا ينال سجية ضبط النفس: (وَلَئِنْ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَئُوسٌ كَفُورٌ وَلَئِنْ أَذَقْنَاهُ نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَّاءَ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ)، هود:٩.

وإن الصبر وضبط النفس لا يظهران إلا عند الصدمات، كما قال ﷺ "إنما الصبر عند الصدمة الأولى".[٨٩] وقصة الحديث كما في البخاري" عن أنس بن مالك رضي الله عنه، قال: مر النبي ﷺ بامرأة تبكي عند قبر، فقال: «اتقي الله واصبري» قالت: إليك عني، فإنك لم تصب بمصيبتي، ولم تعرفه، فقيل لها: إنه النبي ﷺ، فأتت باب النبي صلى الله عليه وسلم، فلم تجد عنده بوابين، فقالت: لم أعرفك، فقال: «إنما الصبر عند الصدمة الأولى»[٩٠]

---

[٨٨] كتاب التوحيد المسمى بـ «التخلي عن التقليد والتحلي بالأصل المفيد»١/١٤٣، المؤلف: عمر العرباوي الحملاوي (المتوفى: ١٤٠٥هـ)، الناشر: مطبعة الوراقة العصرية، تاريخ النشر: ١٤٠٤ هـ - ١٩٨٤ م

[٨٩] بين العقيدة والقيادة١/١٨، المؤلف: اللواء الرّكن محمود شيت خطابْ، الناشر: دار القلم - دمشق، الدار الشامية — بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١٩ هـ - ١٩٩٨ م.

[٩٠] أخرجه البخاري برقم (١٢٨٣).

**٨–ضبط النفس أساس في إقامة العدل:**

٤– قوله تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كونوا قوامين لله شهداء بالقسط ولا يجرمنكم شنآن قوم على ألا تعدلوا اعدلوا هو أقرب للتقوى واتقوا الله إن الله خبير بما تعملون)، سورة المائدة: ٨ يعلق صاحب الظلال على هذه الآية بقوله: "لقد نهى الله عز وجل الذين آمنوا قبل أن يحملهم الشنآن لمن صدوهم عن المسجد الحرام على الاعتداء، وكانت هذه قمة ضبط النفس والسماحة، يرفعهم الله إليها بمنهجه التربوي الرباني القويم، وهاهم أولاء ينهون أن يحملهم الشنآن على أن يميلوا عن العدل، وهي قمة أعلى مرتقى وأصعب على النفس وأشق، فهي مرحلة وراء عدم الاعتداء والوقوف عنده، تتجاوز إلى إقامة العدل مع الشعور بالكره والبغض.." إلى أن قال:" إن النفس البشرية لا ترتقي هذا المرتقى قط إلا حين تتعامل في هذا الأمر مباشرة مع الله عز وجل حين تقوم لله متجردة عن كل ما عداه، وحين تستشعر تقواه وتحس أن عينه على خفايا الضمير وذات الصدور اهـ باختصار"[٩١].

والغضب عندما يكون لأجل دين الله تعالى يكون محموداً، وموقف الإمام مالك رحمه الله تعالى يوضح هذا لمعنى، قال ابن وهب: جاء رجل يسأل مالكاً عن مسألة، فبادر ابن القاسم فأفتاه، فأقفل عليه مالك كالمغضب،

[٩١] في ظلال القرآن ٦ / ٦٦٧.

وقال له: جسرت على أن تفتي يا عبد الرحمن؟ يكررها فلما سكن غضبه، قيل له: من سألت؟ قال: الزهري وربيعة الرأي».[٩٢]

**٩-ضبط النفس في إقالة ذوي الهيئات عثراتهم:**

فإذا كان شخص لا يعرف عنه إلا الخير، ثم كبا كبوة لا ينبغي أن يسارع لتجريمه ويعان الشيطان عليه، بل تقال عثرته ما لم تكن حدا، كما قال ﷺ: «أقيلوا ذوي الهيئات عثراتهم إلا الحدود».[٩٣]، وفي الحديث الآخر الصحيح: «من أقال عثرة أقاله الله يوم القيامة».[٩٤]

قال ابن القيم وإقالة ذوي الهيئات: باب من أبواب محاسن الشريعة الكاملة وسياستها للعالم، وانتظامها لمصالح العباد في المعاش والمعاد."[٩٥]

إننا في سبيل جمع الكلمة ووحدة الصف لا ينبغي أن نفرح بالعثرة يعثرها أحد إخواننا المسلمين، بل نتألم لذلك ونسارع بنصحه وإقالة عثرته."[٩٦]

---

[٩٢] الموطأ١/٤٠، المؤلف: مالك بن أنس بن مالك بن عامر الأصبحي المدني (المتوفى: ١٧٩هـ)، المحقق: محمد مصطفى الأعظمي.

[٩٣] أخرجه أحمد وأبو داود بسند صحيح (٢٥٤٧٤)، (٤/ ١٣٣).

[٩٤] أخرجه أحمد وأبو داود (٣/ ٢٧٤) وابن ماجه (٢/ ٧٤١).

[٩٥] بدائع الفوائد ٣/ ١٣٩

[٩٦] شعاع من المحراب١١/١٠٠، المؤلف: د. سليمان بن حمد العودة، الناشر: دار المغني للنشر والتوزيع، الرياض – المملكة العربية السعودية، الطبعة: الثانية، ١٤٣٤ هـ - ٢٠١٣ م.

فمن المقاصد العظيمة للشرع، الحث على جمع الكلمة ووحدة الصف بين المسلمين، قال تعالى:( وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَى شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ)، آل عمران: ١٠٣.

## المبحث الثاني: تعريف كظم الغيظ لغة واصطلاحاً.

### كظم الغيظ في اللغة:

**كظم**: يقال: كظمت الغيظ أكظمه كظماً إذا أمسكت على ما في نفسك منه. وتجرع الغيظ، أي: كظمه قال الله عز وجل: (والكاظمين الغيظ والعافين)، آل عمران: ١٣٤.

**والغيظ اصطلاحاً**: غضب كامن للعاجز، والغيظ أن يغتاظ على من يقدر عليه ومن لا يقدر عليه. "[٩٧]

والفرق بين الغضب والغيظ:" أن الإنسان يجوز أن يغتاظ من نفسه ولا يجوز أن يغضب عليها وذلك أن الغضب إرادة الضرر للمغضوب عليه ولا يجوز أن يريد الإنسان الضرر، والغيظ يقرب من باب الغم"[٩٨]

**وكظم الغيظ**: أصل الكظم مخرج النفس يقال أخذ بكظمه، ومنه كظم الغيظ لإخفائه وحبسه عن الوصول إلى مخرجه، وكظم الغيظ: هو الحلم، فقد قيل: الحلم: كظم الغيظ، وهو والعفو، والفرق بين الحلم والعفو، أن

---

[٩٧] زهرة التفاسير٣/١٤١٢، المؤلف: محمد بن أحمد بن مصطفى بن أحمد المعروف بأبي زهرة (المتوفى: ١٣٩٤هـ)، دار النشر: دار الفكر العربي.

[٩٨] الفروق اللغوية١/٢٠١، المؤلف: أبو هلال الحسن بن عبد الله بن سهل بن سعيد بن يحيى بن مهران العسكري (المتوفى: نحو ٣٩٥هـ)، حققه وعلق عليه: محمد إبراهيم سليم، الناشر: دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع، القاهرة – مصر.

الحلم راجع إلى حال الإنسان في نفسه، والعفو إلى ما بينه وبين غيره"[٩٩]، وقال الزمخشري:"كظم الغيظ، وهو أن يمسك على ما في نفسه منه بالصبر ولا يظهر له أثراً"[١٠٠].

**من أساليب كظم الغيظ:**

**١- التعبير بالعض على الأنامل من الغيظ تصوير بليغ:**

قال الله تعالى: (وإِذَا خلَوْا عَضُّوا علَيْكُمُ الْأَنامِلَ مِنَ الْغيْظِ) آل عمران:١١٩، قال الراغب: الأنامل جمع الأنملة، وهي المفصل الأعلى من الأصابع التي فيها الظفر، وفلان مؤنمل الأصابع أي: غليظ أطرافها في قصر."[١٠١]

**٢- التعبير المجازي (قل موتوا بغيظكم) على وجه التوبيخ والتحقير:** قال أهل اللغة: ردوا أيديهم في أفواههم: عضوا أناملهم حنقاً وغيظاً مما أتاهم به الرسل وقيل: ردوا أيديهم في أفواههم: أومأوا إلى الرسل أن اسكتوا."[١٠٢] ،

---

[٩٩] تفسير الراغب الأصفهاني٣/٨٦٠، المؤلف: أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: ٥٠٢هـ).

[١٠٠] الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل١/٤١٥، المؤلف: أبو القاسم محمود بن عمرو بن أحمد، الزمخشري جار الله (المتوفى: ٥٣٨هـ)، الناشر: دار الكتاب العربي – بيروت، الطبعة: الثالثة – ١٤٠٧ هـ

[١٠١] المفردات في غريب القرآن١/٩٥، المؤلف: أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: ٥٠٢هـ)

[١٠٢] غريب القرآن المسمى بنزهة القلوب١/٢٣٨، محمد بن عُزير السجستاني، (المتوفى: ٣٣٠هـ).

وقال الهمذاني في قوله تعالى:(قل موتوا بغيظكم) الباء متعلق بموتوا، ويحتمل أن يكون متعلقاً بمحذوف على أن تجعله حالاً من الضمير في (موتوا)، أي: موتوا مغتاظين ملتبسين به، قيل: هو دعاء عليهم بأن يزداد غيظهم حتى يهلكوا به"[١٠٣]، فالغيظ إذا لم ينفس قد يؤدي إلى الموت، حقيقة أو مجازاً قال الله تعالى: (قل موتوا بغيظكم). آل عمران:١١٩.

**٣- كظم الغيظ مرحلة متقدمة في صدق التدين:**

قال الله تعالى:(وَالكَاظمينَ الغَيْظَ) آل عمران:١٣٤ الكاظمين الغيظ والعافين، فمدح من كظم غيظه وعفا عمن اجترم إليه وقال عمر بن الخطاب من خاف الله لم يشف غيظه ومن اتقى الله لم يصنع ما يريد ولولا يوم القيامة لكان غير ما ترون وكظم الغيظ والعفو مندوب إليهما موعود بالثواب عليهما من الله تعالى".[١٠٤] "وإذا وصف الله تعالى به فإنما يراد به الانتقام كما قلنا في الغضب، قال تعالى: (وإنهم لنا لغائظون) أي داعون بفعلهم إلى الانتقام، والتغيظ: إظهار الغيظ. غاظه فاغتاظ، وغيظه فتغيظ. وقد يكون ذلك مع صوت كما قال: (سمعوا لها تغيظاً وزفيراً)".[١٠٥] فالكاظمين الغيظ الذين

---

[١٠٣] الكتاب الفريد في إعراب القرآن المجيد٢/١١٦، المؤلف: المنتجب الهمذاني (المتوفى: ٦٤٣ هـ)

[١٠٤] أحكام القرآن٢/٣٢٥، المؤلف: أحمد أبو بكر الرازي الجصاص الحنفي (المتوفى: ٣٧٠هـ).

[١٠٥] بصائر ذوي التمييز في لطائف الكتاب العزيز٤/١٥٥، و٤/٣٥٧، المؤلف: مجد الدين الفيروزآبادي (المتوفى: ٨١٧هـ).

يكفون غيظهم عن الإمضاء ويردون غيظهم في أجوافهم، وهذا الوصف من أقسام الصبر والحلم وهو كقوله: (وإذا ما غضبوا هم يغفرون)، الشورى: ٣٧"."[١٠٦]

**٤–تغيظ النار عقوبة تكاد تكون ناطقة في وجه الكفرة:**

(تَكَادُ تَمَيَّزُ مِنَ الْغَيْظِ) الملك:٨، أي ينفصل بعضها من بعض لشدة اضطرابها، ويقال: فلان يتميز من الغيظ: إذا وصفوه بالإفراط في الغضب "لم يجد في هذا المشهد المروع إلا استعارة معقول لمحسوس والجامع عقلي، مع أن تشخيص جهنم في هذه الآية هو الذي يجعل المشهد حافلا بالحياة والحركة، فهي مغيظة محنقة تحاول أن تكظم غيظها حين أألقي إليها المجرمون، ولكأن منظرهم البشع كان أشد من أن تتحمله وتصبر عليه، فتلقتهم بألسنة لهبها وهي تئز وتشهق، وبمهلها وقطرانها وهي تغلي وتفور، حتى كاد صدرها ينفجر حقدا عليهم، ومقتا لوجوههم السود. فليس في الصورة استعارة معقول لمحسوس فقط، وإنما استعيرت لجهنم شخصية آدمية، لها انفعالات وجدانية، وخلجات عاطفية، فهي تشهق شهيق الباكين، وهي تغضب وتثور، وهي ذات نفس حادة الشعور"[١٠٧].

---

[١٠٦] مفاتيح الغيب = التفسير الكبير٩/٣٦٧.

[١٠٧] مباحث في علوم القرآن١/٣٢٥، المؤلف: صبحي الصالح، الناشر: دار العلم للملايين، الطبعة الرابعة والعشرون كانون الثاني/ يناير ٢٠٠٠.

## المبحث الثالث: الآيات الواردة في كظم لغيظ.

"كثيرة هي المواقف العصيبة التي يصيب العبد فيها الأذى، وقد يكون مصدره قريب أو صديق أو محسن إليه، ولا شك أن الأذى مسموع أو المرئي أو المحسوس الذي يصيبنا يسبب لنا ألماً في أعماقنا، فتجيش نفوسنا بأنواع الانفعالات التي تدعونا إلى المواجهة الحادة، وضبط النفس في مثل هذه الأحوال لا يملكه إلا أفذاذ الرجال."[١٠٨]

يتحقق تنفس الغيظ بالدفع بالتي هي أحسن، بكل الوسائل من أقوال أو أفعال وأخلاق.

١- **الكظم بالدفع**: قال الله تعالى: (ادفع بالتي هي أحسن) فصلت:٣٤، الدفع: قال يحيى بن سلاّم: يدفع بالعفو والصفح القول القبيح والأذى. نظيرها في سورة الرعد: (ويدرؤون بالحسنة السيئة). وفي حم السجدة."[١٠٩]

آية جمعت مكارم الأخلاق وأنواع الحكم، المعنى: ادفع أمورك وما يعرضك مع الناس ومخالطتك لهم بالفعلة أو بالسيرة التي هي أحسن الفعلات والسير، فمن ذلك: بذل السلام، وحسن الأدب، وكظم الغيظ، والسماحة في

---

[١٠٨] اليوم الآخر، القيامة الكبرى ص٣٤ د. عمر سليمان الأشقر طبعة دار النفائس- الطبعة الأولى: ١٩٩٠م.

[١٠٩] التصاريف لتفسير القرآن مما اشتبهت أسمائه وتصرفت معانيه١/١٢٧، المؤلف: يحيى بن سلام بن أبي ثعلبة، التيمي بالولاء، من تيم ربيعة، البصري ثم الإفريقي القيرواني (المتوفى: ٢٠٠هـ).

القضاء والاقتضاء، وغيره، (فإذا الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم) المعنى: إذا فعلت ذلك، صار العدو كالصديق القريب في محبته."[١١٠]

٢- **الكظم مع العفو والاحسان:** قال تعالى: (الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) آل عمران: ١٣٤ أي: إذا ثار بهم الغيظ كاظموه وعفوا عمن أساء إليهم، قال الثوري: الإحسان أن تحسن إلى المسيء، وفي الحديث عن النبي ﷺ: «ثلاث أقسم عليهن: ما نقصت صدقة من مال، وما زاد الله عبداً بعفو إلا عزاً، وما تواضع أحد لله إلا رفعه».[١١١]

إن الإسلام يعد كظم الغيظ خلقاً إسلامياً راقياً يستحق صاحبه التكريم، فالجنة التي عرضها السماوات والأرض أعدت للمتقين، وكظم الغيظ في مقدمة صفات المتقين (وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ، الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ)، آل عمران: ١٣٣-١٣٤.

وفي يوم القيامة يدعو رب العزة من كظم غيظه على رؤوس الخلائق، ثم يخيره في أي الحور العين شاء، روى الترمذي وأبو داود عن سهل بن معاذ بن

---

[١١٠] فتح الرحمن في تفسير القرآن٦/١٥٧، المؤلف: مجير الدين بن محمد العليمي المقدسي الحنبلي (المتوفى: ٩٢٧ هـ).

[١١١] أخرجه مسلم برقم (٦٩)، وأحمد برقم (٩٠٠٨) وغيرهما.

جبل عن أبيه قال: قال رسول الله ﷺ:" من كظم غيظاً، وهو يقدر أن ينفذه دعاه الله على رؤوس الخلائق يوم القيامة حتى يخيره في أي الحور العين شاء "[١١٢]

– وكظم الغيظ والعفو عن الناس من عدة النصر، فالسيطرة على النفس قوة من قوى المعركة، والتضامن في المجتمع والتسامح قوة ذات فاعلية كذلك"[١١٣]

٣– **لكظم الغيظ حال وفعل ونية:** قال الله تعالى:(وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ، وَإِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ) فصلت:٣٤–٣٦

قال الواحدي في الوسيط: المعنى: ولا تستوي الحسنة والسيئة، يعني: الصبر والغضب، والحلم والجهل، والعفو والإساءة، (ادفع بالتي هي أحسن) فصلت: ٣٤، كدفع الغضب بالصبر، والإساءة بالعفو، (فإذا الذي بينك وبينه) أي: فإذا فعلت ذلك، ودفعت السيئة بالتي هي أحسن، صار (الذي بينك وبينه عداوة) كالصديق القريب، وقال عطاء: التي هي أحسن: السلام إذا لقي من يعاديه، سلم عليه ليلين له، وما يلقاها قال الزجاج: وما يلقى

[١١٢] أخرجه أحمد برقم (٦٣٩٤) وهو حديث صحيح كما رمز إليه المحقق شعيب الأرناؤوط.
[١١٣] الظلال، ١/ ٤٥٧، ٤٥٩.

هذه الفعلة وهذه الحالة، وهي دفع السيئة بالحسنة، (إلا الذين صبروا)، على كظم الغيظ، واحتمال المكروه، (وما يلقاها إلا ذو حظ عظيم) في الثواب والخير."[١١٤] قال الزجاج: أي وما يلقى هذه الفعلة إلا الذين صبروا على تحمل المكاره وتجرع الشدائد وكظم الغيظ وترك الانتقام."[١١٥] وقال سعيد بن جبير في قراءة عبد الله بن الزبير في قوله تعالى: (إذا مسهم طائف من الشيطان تأملوا). هو الرجل يغضب الغضبة فيكظم الغيظ."[١١٦]، وقال السمعاني في قوله تعالى:(والكاظمين الغيظ)، كظم الغيظ: هو أن يمتلئ غيظاً؛ فيمنع نفوذه، من قولهم: كظم البعير بجرته إذا ردها إلى جوفه"[١١٧]

وقال ابن عطية:" والغيظ: أصل الغضب، وكثيراً ما يتلازمان، ولذلك فسر بعض الناس الغيظ بالغضب وليس تحرير الأمر كذلك، بل الغيظ فعل النفس لا يظهر على الجوارح، والغضب حال لها معه ظهور في الجوارح

---

[١١٤] الوسيط في تفسير القرآن المجيد٤/٣٦، المؤلف: أبو الحسن علي بن أحمد بن محمد بن علي الواحدي، النيسابوري، الشافعي (المتوفى: ٤٦٨هـ

قدمه وقرظه: الأستاذ الدكتور عبد الحي الفرماوي، الناشر: دار الكتب العلمية، بيروت – لبنان، الطبعة: الأولى، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٤ م.

[١١٥] مفاتيح الغيب = التفسير الكبير٢٧/٦٥، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (المتوفى: ٦٠٦هـ.

[١١٦] الكشف والبيان عن تفسير القرآن١٢/٦٣٧، المؤلف: أبو إسحاق أحمد بن إبراهيم الثعلبي (المتوفى: ٤٢٧ هـ)

[١١٧] تفسير القرآن١/٣٥٨، المؤلف: أبو المظفر، منصور بن محمد بن عبد الجبار ابن أحمد المروزي السمعاني التميمي الحنفي ثم الشافعي (المتوفى: ٤٨٩هـ).

وفعل ما ولا بد، ولهذا جاز إسناد الغضب إلى الله تعالى، إذ هو عبارة عن أفعاله في المغضوب عليهم، ولا يسند إليه تعالى غيظ"[١١٨]

٤- **كظم الغيظ بمعنى الصبر على الحزن:** وفي قوله تعالى:(وهو كظيم)، الزخرف:١٧ والكظيم، الصابر على حزنه من كظم الغيظ. قال القرطبي:"(وهو كظيم) أي مكظوم مملوء من الحزن ممسك عليه لا يبثه، ومنه كظم الغيظ وهو إخفاؤه، فالمكظوم المسدود عليه طريق حزنه، قال الله تعالى:(إذ نادى وهو مكظوم)، القلم:٤٨ أي مملوء كرباً، ويجوز أن يكون المكظوم بمعنى الكاظم، وهو المشتمل على حزنه"[١١٩]

وقال الزمخشري في قوله تعالى: (ياليت قومي يعلمون بما غفر لي ربي وجعلني من المكرمين) يسن: ٢٦-٢٧، وفيه تنبيه عظيم على وجوب كظم الغيظ، والحلم عن أهل الجهل، ولترؤف على من أدخل نفسه في عمار الأشرار وأهل البغي، والتشمير في تخليصه والتلطف في افتدائه،"[١٢٠]."[١٢١]

---

[١١٨] المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز١/٥٠٩، المؤلف: أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عبد الرحمن بن تمام بن عطية الأندلسي المحاربي (المتوفى: ٥٤٢هـ.

[١١٩] الجامع لأحكام القرآن = تفسير القرطبي٩/٢٤٩، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (المتوفى: ٦٧١هـ)،

[١٢٠] الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل٤/١١.

[١٢١] الكشاف عن حقائق غوامض التنزيل ٤/٢٨٩.

وقال القرطبي:" (والكاظمين الغيظ) وهي المسألة: الثانية- وكظم الغيظ رده في الجوف،[١٢٢]

في التحرير والتنوير:" الكاظمين الغيظ. وكظم الغيظ إمساكه وإخفاؤه حتى لا يظهر عليه، وهو مأخوذ من كظم القربة إذا ملأها وأمسك فمها."[١٢٣]

٥- **يأتي كظم الغيظ بمعن الاصلاح:** كما في قوله تعالى:(يا موسى أتريد أن تقتلني كما قتلت نفساً يعني القبطي (بالأمس إن تريد إلا أن تكون جباراً في الأرض) أي قتالاً بالغضب (وما تريد أن تكون من المصلحين) في كظم الغيظ" [١٢٤]

٦- **كظم الغيظ من صفات المتقين:** وصف الله المتقين في كتابه بمثل ما وصى به النبي ﷺ في هذه الوصية في قوله عز وجل: (وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ، الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ)، آل عمران:١٣٦.

---

[١٢٢] الجامع لأحكام القرآن = تفسير القرطبي٤/٢٠٦

[١٢٣] التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد»٤/٩١المؤلف: محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى: ١٣٩٣هـ)،

[١٢٤] تفسير النسفي (مدارك التنزيل وحقائق التأويل)٢/٦٣٤، المؤلف: أبو البركات عبد الله بن أحمد بن محمود حافظ الدين النسفي (المتوفى: ٧١٠هـ

فوصف المتقين بمعاملة الخلق بالإحسان إليهم بالإنفاق، وكظم الغيظ، والعفو عنهم، فجمع بين وصفهم ببذل الندى واحتمال الأذى، وهذا هو غاية حسن الخلق الذي وصى به ﷺ لمعاذ.

وروي عن عائشة رضي الله تعالى عنها أن خادماً لها غاظها فقالت لله در التقوى ما تركت لذي غيظ شفاء"[١٢٥] جعلت رضي الله عنها الانتقام شفاء للغيظ تنبيهاً على أن الغيظ مرض، لأنه عرض نفساني يجده الإنسان عند غليان دم قلبه، تريد أن المتقي إذا كظم غيظه لا يمرض قلبه فلا يحتاج على التشفي، أي: لا غيظ له حتى يتشفى بالانتقام،"[١٢٦]

قال البقاعي معلقاً على قوله تعالى: (وسارعوا إلى مغفرة من ربكم....والكاظمين الغيظ):"بالصبر بكظم الغيظ عمن أصيب منهم بقتل أو جراحة، والعفو عمن يحسن العفو عنه في التمثيل بالقتل في أحد أو غير ذلك إرشاداً إلى ألا يكون جهادهم إلا غضباً لله تعالى، لا مدخل فيه لحظ من حظوظ النفس أصلا، وبالصبر أيضاً على حمل النفس على الإحسان إلى من أساء بذلك أو غيره كما فعل ﷺ في فتح مكة بعد أن كان حلف ليمثلن بسبعين منهم مكان تمثيلهم بسيد الشهداء أسد الله وأسد رسوله

---

[١٢٥] لباب التأويل في معاني التنزيل١/٢٩٨، المؤلف: علاء الدين علي بن محمد بن إبراهيم بن عمر الشيحي أبو الحسن، المعروف بالخازن (المتوفى: ٧٤١هـ.

[١٢٦] فتوح الغيب في الكشف عن قناع الريب (حاشية الطيبي على الكشاف)٤/٢٦٣، المؤلف: شرف الدين الحسين بن عبد الله الطيبي (المتوفى: ٧٤٣ هـ)،.

عمه حمزة فإنه وقف ﷺ في ذلك اليوم الذي كان أعظم أيام الدنيا الذي أثبت فيه نور الإسلام عل مشرق الأرض ومغربها، فهزم ظلام الكفر وضرب أوتاده في كل قطر على درج الكعبة وهم في قبضته فقال: "ما تظنون إني فاعل بكم يا معشر قريش؟ قالوا: خيرا! أخ وابن أخ كريم، قال: اذهبوا فأنتم الطلقاء".[١٢٧]

قال ابن رجب: "كظم الغيظ والعفو عن الناس يقتضي عدم المقابلة على السيئة من قول وفعل وذلك يتضمن إلانة ومما يندب إلى إلانة القول فيه الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر"[١٢٨]

٧- **كظم الغيظ من أهم وسائل الصبر**: وقد تحدث الإمام الغزالي رحمه الله تعالى في إحيائه عن المراحل التي يمر بها كاظم الغيظ، وما في معنى كظم الغيظ والعقبات التي يجتازها، والصفات التي يتحلى بها فقال ما ملخصه:

" الصبر من خواص الإنسان ولا يتصور ذلك في البهائم لنقصانها، فليس لشهواتها عقل يعارضها حتى يسمى ثبات تلك القوة في مقابلة مقتضى

---

[١٢٧] نظم الدرر في تناسب الآيات والسور٥/٧١، المؤلف: إبراهيم بن عمر بن حسن الرباط بن علي بن أبي بكر البقاعي (المتوفى: ٨٨٥هـ)، الناشر: دار الكتاب الإسلامي، القاهرة

[١٢٨] روائع التفسير (الجامع لتفسير الإمام ابن رجب الحنبلي)٢/١٨٠، المؤلف: زين الدين عبد الرحمن بن أحمد بن رجب بن الحسن، السَلامي، البغدادي، ثم الدمشقي، الحنبلي (المتوفى: ٧٩٥هـ)، جمع وترتيب: أبي معاذ طارق بن عوض الله بن محمد، الناشر: دار العاصمة – المملكة العربية السعودية، الطبعة: الأولى ١٤٢٢ – ٢٠٠١ م.

الشهوة صبراً، ولا في الملائكة فليس لعقلهم شهوة تصرفهم عن الاشتغال بخدمة الكبير المتعال وتمنعهم عن الاستغراق في مطالعة حضرة ذي الجلال، وأما الإنسان فإنه في الصبا بمنزلة البهيمة ليس له إلا شهوة الغذاء، ثم شهوة اللعب بعد حين، ثم شهوة النكاح لكنه إذا بلغ انضم له مع الشهوة الباعثة على اللذات العاجلة عقل يدعوه إلى الإعراض عنها والإقبال على تحصيل السعادات الباقية، فيقع بين داعيتي العقل والشهوة تضاد قصد العقل إياها هو المعنى بالصبر، وإنه ضربان: بدني فعلاً كتعاطي الأعمال الشاقة، أو انفعالاً كالثبات على الآلام، ونفساني وهو منع النفس عن مقتضيات الطبع، فإن كان حبساً عن شهوة البطن والفرج سمي **عفة**، وإن كان احتمال مكروه، فإن كان من مصيبة خص باسم الصبر ويضاده حالة هي الجزع وهي إطلاق داعي الهوى في رفع الصوت وضرب الخد وشق الجيب ونحوها، وإن كان في حال الغنى سمي ضبط النفس، ويضاده حالة البطر، وإن كان في حال مبارزة الأقران سمي شجاعة ويضاده الجبن، وإن كان في كظم الغيظ والغضب يسمى حلماً ويضاده النزق، وإن كان في نائبة من النوائب سمي سعة الصدر ويضاده الضجر وضيق الصدر، وإن كان في إخفاء كلام يسمى كتمان النفس، وإن كان عن فضول العيش سمي زهداً وضده الحرص، وإن كان على قدر يسير من المال سمي قناعه ويضاده الشره، وليس الصبر ألا يجد الإنسان ألم المكروه ولا ألا يكره ذلك فإنه غير ممكن، وإنما الصبر على المصيبة هو حمل النفس على ترك إظهار الجزع، ولا بأس بظهور الدمع

وتغير اللون فإن رسول الله ﷺ بكى على إبراهيم ابنه فقيل له في ذلك فقال: إنها رحمة، وإنما يرحم الله من عباده الرحماء، ثم قال: العين تدمع والقلب يحزن ولا نقول إلا ما يرضي ربنا"[١٢٩]

٨- **في كظم الغيظ تحقيق العدل:** وعدم الجنوح نتيجة تفريغ شحنات الغضب، قال سبحانه على سبيل الوصاية والتنبيه في قوله تعالى:( ذَلِكَ وَمَنْ عَاقَبَ بِمِثْلِ مَا عُوقِبَ بِهِ ثُمَّ بُغِيَ عَلَيْهِ لَيَنْصُرَنَّهُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَعَفُوٌّ غَفُورٌ).الحج: ٦٠ "ومن عاقب ظالمه بعد ما غلب عليه وأراد ان ينتقم عنه بمثل ما عوقب به أي بمقدار ظلمه بلا زيادة عليه ونقصان ثم بغي عليه أي غلب الظالم على المظلوم المنتقم كرة أخرى ومرة بعد أولى وأراد أن يظلم عليه ثانياً لينصرنه الله العزيز الغالب المنتقم للمظلوم في الكرة الثانية أيضاً ما لم يتجاوز عن حد الانتقام ولا ينظر سبحانه حسب عدله إلى اجترائه إلى الانتقام وتركه ما هو الأولى حسب فضله ألا وهو العفو عند المقدرة وكظم الغيظ لدى الفرصة إن الله المطلع لمقتضيات استعدادات عباده لعفو غفور لما صدر عنهم من المبادرة الى الانتقام لدى القدرة"[١٣٠]

---

[١٢٩] غرائب القرآن ورغائب الفرقان١/٤٤١، المؤلف: نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري (المتوفى: ٨٥٠هـ)،

[١٣٠] الفواتح الإلهية والمفاتح الغيبية الموضحة للكلم القرآنية والحكم الفرقانية١/٥٥٩، المؤلف: نعمة الله بن محمود النخجواني، ويعرف بالشيخ علوان (المتوفى: ٩٢٠هـ)،

.

٩- **كظم الغيظ مدعاة للرضا والتسليم لله تعالى:** وتتجلى هذه المعاني في قوله تعالى:( وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا) الفرقان:٦٣،

١٠- **من صفات المتأسي في رسول الله ﷺكظم الغيظ:** قال الشيخ علوان في الفواتح:" ومن علاماتها الثبات على العزيمة، وتحمل الشدائد ومقاساة الأحزان وارتكاب المتاعب والمشاق في إعلاء دين الله وإفشاء كلمة توحيده والتوكل نحوه في السراء والضراء وكظم الغيظ عند هجوم الغضب والعناء والعفو عند القدرة عن الأعداء وغير ذلك من الخصلة الحميدة والأخلاق الجميلة المرضية"[١٣١]

وجاء في قوله تعالى: (إذ القلوب لدى الحناجر كاظمين) المؤمن: قال القاضي البيضاوي قوله (كاظمين)، على الغم من الكظم وهو كما قال الراغب مخرج النفس يقال أخذ بكظمه، والكظم احتباس النفس ويعبر به عن السكوت وكظم الغيظ حبسه، والتوقف عما يدعو إليه أو معناه أنهم متوقفون عن كل شيء كالمغمى عليه فقوله: كاظمين على الغيظ معناه ساكتين عليه الظاهر أو من جهة الصداقة فيكون بمعنى محب مشفق كما في الكشاف لكن الأول هو المصرح به في كتب اللغة، وهو أوفق بعموم شفيع بعده وقد سبق في الشعراء إنه من الاحتمام بمعنى الاهتمام فهو الذي

[١٣١] الفواتح الإلهية والمفاتح الغيبية الموضحة للكلم القرآنية والحكم الفرقانية٢/١٥٢.

يهمه ما يهمك، أو هو من الهامة بمعنى الصديق الخاص بك فيناسب الثاني."[١٣٢].

## المبحث الرابع: الأحاديث الواردة في كظم الغيظ.

١- **كظم الغيظ الممدوح يكون ابتغاء وجه الله تعالى**: عن ابن عمر، قال: قال رسول الله ﷺ: ما من جَرْعَةٍ أعظم أجراً عند الله، مِن جَرْعَةِ غَيظ

[١٣٢] حَاشِيةُ الشِّهَابِ عَلَى تفْسيرِ البَيضَاوِي، الْمُسَمَّاة: عِنَايةُ القاضي وكِفَايةُ الراضي عَلَى تفْسيرِ البَيضَاوي٧/٣٦٤، المؤلف: شهاب الدين أحمد بن محمد بن عمر الخفاجي المصري الحنفي (المتوفى: ١٠٦٩هـ)، دار النشر: دار صادر – بيروت.

كظمها عبد ابتغاء وجه الله"،[١٣٣] والحديث يوضح أن أعظم الأجر عند الله في كظم الغيظ لله.

٢- **كظم الغيظ الحقيقي يكون مع القدرة على تنفيذه:** وعن سهل بن معاذ بن أنس الجهني، عن أبيه، عن النَّبي ﷺ قال: مَنْ كظم غيظًا، وهو يستطيع أن يُنفذه، دعاه الله يوم القيامة على رءوس الخلائق، حتى يخيِّره في أيِّ الحور شاء".[١٣٤]

كما إن كظم الشخص غيظه عند ظلمه من أخر يجعله الأقوى ويغلب الشيطان وشيطان صاحبه.

٣- **كظم الغيظ قوة وشجاعة متناهية:** فعن أنس، أن النبي ﷺ: مر بقوم يصطرعون، فقال: «ما هذا؟»، فقالوا: يا رسول الله فلان الصريع لا ينتدب له أحد إلا صرعه، فقال رسول الله ﷺ: «ألا أدلكم على من هو أشد منه؟ رجل ظلمه رجل فكظم غيظه فغلبه، وغلب شيطانه، وغلب شيطان صاحبه» "[١٣٥]،

---

[١٣٣] أخرجه البخاري في الأدب المفرد برقم (١٣١٨) ورجاله ثقات وورد موقوفاً ومرفوعاً. وابن ماجة برقم (٤١٨٩)، قال محققه حديث صحيح.

[١٣٤] أخرجه أحمد برقم (١٥٦٣٧)، بسند صحيح، وأخرجه الترمذي برقم (٢٠٢١) وقال حسن غريب.

[١٣٥] أخرجه البزار كما في كشف الأستار (٢/ ٤٣٩، رقم ٢٠٥٤)، والطبراني في مكارم الأخلاق برقم (٥٢)، والحديث صحيح.

وفى حديث أخر عن أبي هريرة رضي الله عنه قال أنّ رسول الله ﷺقال: ليس الشّديد بالصّرعة، إنّما الشّديد الّذي يملك نفسه عند الغضب " [١٣٦].

٤- **كظم الغيظ مكانته عند الله عظيمة:** كما وعد الله عز وجل الكاظمين الغيظ بإكرامهم يوم القيامة، وأمنهم من العذاب، جاء في الأثر: "ومن كظم غيظاً وهو يقدر على إنفاذه دعاه الله يوم القيامة على رؤوس الخلائق فيخيره في حور العين زوجه منها أيها شاء "، وفي رواية:" «من كظم غيظاً وهو يقدر على إنفاذه ملأه الله تعالى كذا أمناً وإيماناً» أراه قال: جوفه.[١٣٧]

٥- **كظم الغيظ من سلع الله الغالية" الجنة":** وعن أبي الدرداء رضي الله قال: " قلت يا رسول الله دلني على عمل يدخلني الجنة قال: لا تغضب".[١٣٨]

---

[١٣٦] أخرجه البخاري برقم (٦١١٤)، أخرجه مسلم برقم (٢٦٠٩).

[١٣٧] الآحاد والمثاني٥/٩، المؤلف: أبو بكر بن أبي عاصم وهو أحمد بن عمرو بن الضحاك بن مخلد الشيباني (المتوفى: ٢٨٧هـ)، وانظر: مسند الشهاب١/٢٦٩، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن سلامة بن جعفر بن علي بن حكمون القضاعي المصري (المتوفى: ٤٥٤هـ).

[١٣٨] أخرجه الطبراني بإسناد حسن.

## المبحث: الخامس: نماذج من السلف الصالح في كظم الغيظ

١- وللسلف الصالح والصحابة رضوان الله عليهم كثير من الآثار الواردة عنهم في كظمهم للغيظ وعدم رد الاساءة للمسيء، فقد جاء غلام لأبي ذرّ رضي الله عنه وقد كسر رجل شاة له فقال له: من كسر رجل هذه؟ قال: أنا فعلته عمداً لأغيظك فتضربني فتأثم، فقال: لأغيظنّ من حرّضك على غيظي، فأعتقه.

٢- وقد ورد أن رجلاً شتم عديّ بن حاتم وهو ساكت، فلمّا فرغ من مقالته قال: إن كان بقي عندك شيء فقل قبل أن يأتي شباب الحيّ، فإنّهم إن سمعوك تقول هذا لسيّدهم لم يرضوا".

٣- وقد ورد أن رجلاً قال لوهب بن منبّه: «إنّ فلاناً شتمك، فقال: ما وجد الشّيطان بريداً غيرك"

٤- وذكر الإمام ابن كثير في سيرة عمر بن عبد العزيز رحمه الله تعالى، أن رجلاً كلمه يوماً حتى أغضبه، فهمّ به عمر، ثم أمسك نفسه، ثم قال للرجل: أردت أن يستفزني الشيطان بعزة السلطان، فأنال منك اليوم ما تناله مني غدًا؟ قم عافاك الله".[١٣٩]

٥- روي أن رجلًا قال لعمر: "إنَّك لا تقضي بالعدل، ولا تعطي الحق، فغضب واحمرَّ وجهه، قيل له: يا أمير المؤمنين، ألم تسمع أنَّ الله يقول: (خذ العَفوَ وَأمُرْ بِالعُرْفِ وأعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ) الأعراف:١٩٩، وهذا جاهل، فقال: صدقت، فكأنما كان نارًا فأطفئت" [١٤٠]

٦- عبد الله بن عباس رضي الله عنه: سبَّ رجل ابن عباس رضي الله عنهما، فلمَّا فرغ قال: "يا عكرمة، هل للرجل حاجة فنقضيها؟" فنكس الرجل رأسه واستحى"[١٤١]

---

[١٣٩] جامع العلوم والحكم في شرح خمسين حديثاً من جوامع الكلم،٣٦٦/١ المؤلف: زين الدين عبد الرحمن بن أحمد بن رجب بن الحسن، البغدادي، ثم الدمشقي، الحنبلي (المتوفى: ٧٩٥هـ).

[١٤٠] أخرجه البخاري برقم (٤٦٤٢)

[١٤١] تفسير الثعلبي:٨٠/٩.

٧- خطب معاوية يومًا، فقال له رجل: "كذبت"! فنزل مغضبًا فدخل منزله، ثم خرج عليهم تقطر لحيته ماءً، فصعد المنبر فقال: "أيها الناس، إن الغَضَب من الشيطان، وإن الشيطان من النَّار، فإذا غضب أحدكم فليطفئه بالماء، ثم أخذ في الموضع الذي بلغه من خطبته"[١٤٢]

٨- عبد الله بن عون: روي عن القعنبي قال: "كان ابن عون لا يغضب، فإذا أغضبه رجل قال: (بارك الله فيك)"، وفي السير أيضاً: "كان لابن عون ناقة، يغزو عليها ويحجُّ، وكان بها مُعجبًا. قال: "فأمر غلامًا له أن يستقي عليها، فجاء بها وقد ضربها على وجهها، فسالت عينها على خدها، فقلنا: إن كان من ابن عون شيء فاليوم! قال: فلم يلبث أن نزل، فلما نظر إلى الناقة قال: سبحان الله، أفلا غير الوجه، بارك الله فيك اخرج عني، اشهدوا أنه حرٌّ"[١٤٣]

٩- "غضب المهدي على رجل، فدعا بالسياط، فلمَّا رأى شبيب شدَّة غضبه، وإطراق الناس، فلم يتكلموا بشيء، قال: يا أمير المؤمنين، لا تغضبنَّ لله بأشد مما غضب لنفسه، فقال: خلُّوا سبيله" [١٤٤]

---

[١٤٢] عيون الأخبار: لا بن قتيبة ١/٤٠٥.

[١٤٣] سير أعلام النبلاء للذهبي: ٣/٦٦، و٣/٧٦

[١٤٤] مختصر منهاج القاصدين لابن قدامة، ص:٢٣٦.

## الفصل الرابع:

### المبحث الأول: تسكين الغضب " في روضة العقلاء"

**قال أبو حاتم البستي:**

كفى بالعاقل فضلاً.. ولا ينقاد للهوى ولا يجمح في الغضب.. والعاقل يستخبر أمور إخوانه قبل أن يواخيهم ومن أصح الخبرة للمرء وجود حالته بعد هيجان الغضب.. أحسن الناس عقلا من لم يحرد وأحضر الناس جواباً من لم يغضب.

وسرعة الغضب أنكى في العاقل من النار في يبس العوسج لأن من غضب زايله عقله فقال ما سولت له نفسه وعمل ما شأنه وأرداها... مكتوب في الإنجيل: " ابن آدم اذكرني حين تغضب أذكرك حين أغضب فلا أمحقك فيمن أمحق وإذا ظلمت فلا تنتصر فإن نصرتي لك خير من نصرتك لنفسك.

سرعة الغضب: من شيم الحمقى كما أن مجانبته من ري العقلاء والغضب بذر الندم فالمرء على تركه قبل أن يغضب أقدر على إصلاح ما أفسد به بعد الغضب.

لو لم يكن في الغضب خصلة تذم إلا إجماع الحكماء قاطبة على أن الغضبان لا رأي له لكان الواجب عليه الاحتيال لمفارقته بكل سبب والغضبان لا يعذره أحد في طلاق ولا عتاق ومن الفقهاء من عذر السكران في الطلاق والعتاق والخلق مجبولون على الغضب والحلم معاً فمن غضب وحلم في نفس الغضب فإن ذلك ليس بمذموم ما لم يخرجه غضبه إلى المكروه من القول والفعل على أن مفارقته في الأحوال كلها.

من اعترف بالزلة استحق الصفح عنها لأن ذل الاعتذار عن الزلة يوجب تسكين الغضب عنها والمعتذر إذا كان محقاً خضع في قوله وذل في فعله...قال أبو حاتم البستي وأنشدني الكريزي: ولم أر في الأعداء حين اختبرتهم ... عدوا لعقل المرء أعدى من الغضب "[١٤٥]

[١٤٥] روضة العقلاء ونزهة الفضلاء١/٨٤-٢٢٢، المؤلف: محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن مَعْبدَ، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البُستي (المتوفى: ٣٥٤هـ)، المحقق: محمد محي الدين عبد الحميد الناشر: دار الكتب العلمية – بيروت.

## المبحث الثاني: تسكين الغضب" في أدب الدنيا والدين"

**قال الماوردي:**

"واعلم أن لتسكين الغضب إذا هجم أسباباً يستعان بها على الحلم منها: أن يذكر الله عز وجل فيدعوه ذلك إلى الخوف منه، ويبعثه الخوف منه على الطاعة له، فيرجع إلى أدبه ويأخذ بندبه فعند ذلك يزول الغضب. قال الله تعالى: (واذكر ربك إذا نسيت)، الكهف٢٤ قال عكرمة: يعني إذا غضبت. وقال الله تعالى: (وإما ينزغنك من الشيطان نزغ فاستعذ بالله)، فصلت: ٣٦، ومعنى قوله ينزغنك أي يغضبنك، فاستعذ بالله إنه هو السميع العليم يعني أنه سميع بجهل من جهل، عليم بما يذهب عنك الغضب. وذكر أن في التوراة مكتوبا يا ابن آدم اذكرني حين تغضب أذكرك حين أغضب، فلا أمحقك فيمن أمحق.

وحكي أن بعض ملوك الفرس كتب كتاباً ودفعه إلى وزير له وقال: إذا غضبت فناولنيه. وكان فيه: ما لك والغضب إنما أنت بشر، ارحم من في الأرض يرحمك من في السماء.

ومنها: أن ينتقل عن الحالة التي هو فيها إلى حالة غيرها، فيزول عنه الغضب بتغير الأحوال والتنقل من حال إلى حال. وكان هذا مذهب المأمون إذا غضب أو شتم. وكانت الفرس تقول: إذا غضب القائم فليجلس وإذا غضب الجالس فليقم.

ومنها: أن يتذكر ما يؤول إليه الغضب من الندم ومذمة الانتقام.

ومنها: أن يذكر ثواب العفو، وجزاء الصفح، فيقهر نفسه على الغضب رغبة في الجزاء والثواب، وحذرا من استحقاق الذم والعقاب.

روي عن النبي ﷺأنه قال «ينادي مناد يوم القيامة: من له أجر على الله عز وجل فليقم. فيقوم العافون عن الناس. ثم تلا: (فمن عفا وأصلح فأجره على الله)، الشورى: ٤٠.

وقال بعض البلغاء: ليس من عادة الكرام سرعة الانتقام، ولا من شروط الكرم إزالة النعم.

وقالت الحكماء: الفضائل هيئات متوسطة بين خلتين ناقصتين، وأفعال الخير تتوسط بين رذيلتين، والحلم واسطة بين إفراط الغضب وعدمه.

قال لجرير بن عبد الله: «إن حق الوالد على الولد أن يخشع له عند الغضب، ويؤثره على نفسه عند النصب والسغب."[١٤٦]

## المبحث الثالث: تسكين الغضب " في إحياء علوم الدين"

### قال أبو حامد الغزالي"

ورد عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه قال:" من خاف الله لم يشف غيظه، ومن اتقى الله لم يصنع ما يريد، ولولا يوم القيامة لكان غير ما ترون".[١٤٧]

علاج كل علة بإماطة سببه، فمثلاً تسكين الغضب في المماراة، في كسر الباعث عليه، ولا تنفك المماراة عن الإيذاء وتهييج الغضب وحمل المعترض عليه على أن يعود فينصر كلامه بما يمكنه من حق أو باطل ويقدح في قائله بكل ما يتصور له فيثور الشجار بين المتماريين كما يثور الهراش بين الكلبين يقصد كل واحد منهما أن يعض صاحبه بما هو أعظم نكاية وأقوى في

---

[١٤٦] أدب الدنيا والدين١/٣٣٨

[١٤٧]الزهد لأبي داود السجستاني برقم (٩٨). المؤلف: أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السِّجِسْتاني (المتوفى: ٢٧٥هـ).

إفحامه وإلجامه، وأما علاجه فهو بأن يكسر الكبر الباعث له على إظهار فضله".

وقال في تسكين الغضب:

"من أفشى السر عند الغضب فهو اللئيم لأن إخفاءه عند الرضا تقتضيه الطباع السليمة كلها وقد قال بعض الحكماء: لا تصحب من يتغير عليك عند أربع عند غضبه ورضاه وعند طمعه وهواه".

وقال أيضاً: "أما يعتاده الغزاة لتحريض الناس على الغزو فهو مباح كما للحاج ولكن ينبغي أن تخالف أشعارهم وطرق ألحانهم أشعار الحاج وطرق ألحانهم لأن استثارة داعية الغزو بالتشجيع وتحريك الغيظ والغضب فيه على الكفار وتحسين الشجاعة واستحقار النفس والمال بالإضافة إليه بالأشعار المشجعة. وفي معرض حديثه عن مراتب الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر قال:

" ألا ينطق إلا بالصدق ولا يسترسل فيه فيطلق لسانه الطويل بما لا يحتاج إليه بل يقتصر على قدر الحاجة، فإن علم أن خطابه بهذه الكلمات الزاجرة ليست تزجره فلا ينبغي أن يطلقه بل يقتصر على إظهار الغضب والاستحقار له والازدراء بمحله لأجل معصيته وإن علم أنه لو تكلم ضرب

ولو اكفهر وأظهر الكراهة بوجهه لم يضرب لزمه ولم يكفه الإنكار بالقلب بل يلزمه أن يقطب وجهه ويظهر الإنكار له".[١٤٨]

وقال أيضاً:

الغضب إذا هاج لم يكف مجرد العلم والورع في قمعه ما لم يكن في الطبع قبوله بحسن الخلق وعلى التحقيق فلا يتم الورع إلا مع حسن الخلق والقدرة على ضبط الشهوة والغضب فيما يأمر به فقيه فيما ينهى عنه وهذا يدل على أنه لا يشترط أن يكون فقيها مطلقا بل فيما يأمر به وينهي عنه وكذا الحلم.

**ومن أسلوب تسكين الغضب:**

التعود على الصبر "فإذا رأى الغضب غالباً صبر عليه ألزمه الحلم، والسكوت وسلط عليه من يصبحه ممن فيه سوء خلق ويلزمه خدمة من ساء خلقه حتى يمرن نفسه على الاحتمال معه.

كما حكي عن بعضهم أنه كان يعود نفسه الحلم ويزيل عن نفسه شدة الغضب فكان يستأجر من يشتمه على ملأ من الناس ويكلف نفسه الصبر ويكظم غيظه حتى صار الحلم عادة له بحيث كان يضرب به المثل.

---

[١٤٨] إحياء علوم الدين٢/٣٣١، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: ٥٠٥هـ)، الناشر: دار المعرفة – بيروت.

وبعضهم كان يستشعر في نفسه الجبن وضعف القلب فأراد أن يحصل لنفسه خلق الشجاعة فكان يركب البحر في الشتاء عند اضطراب الأمواج.

وعباد الهند يعالجون الكسل عن العبادة بالقيام طول الليل على نصبة واحدة.

وبعض الشيوخ في ابتداء إرادته كان يكسل عن القيام فألزم نفسه القيام على رأسه طول الليل ليسمح بالقيام على الرجل عن طوع.

وعالج بعضهم حب المال بأن باع جميع ماله ورمى به في البحر إذ خاف من تفرقته على الناس رعونة الجود والرياء بالبذل، فهذه الأمثلة تعرفك طريق معالجة القلوب."[١٤٩]

المهم في الأمر أن يستعمل رياضة عكسية ويصبر عليها حتى يتحصل على أخلاق جديدة جديرة بالتحمل والامتصاص للصدمات، وسعة الصدر، وقبول المخالف، أما الرياضات التي يختارها بعض الناس، فهؤلاء ليسوا قدوة وفي تصرفاتهم نقص وبعد عن السنة والمنطق، وإذا أردنا أن نضعهم في ميزان فإننا نقول: إن حالاتهم فردية ذوقية ليست مطلوبة، ولا يقتدى بهم.

وقال في بواعث الغيبة: أن يشفى الغيظ وذلك إذا جرى سبب غضب به عليه فإنه إذا هاج غضبه يشتفى بذكر مساوية فيسبق اللسان إليه بالطبع

[١٤٩] إحياء علوم الدين٣/٦٢.

إن لم يكن ثم دين وازع وقد يمتنع تشفي الغيظ عند الغضب فيحتقن الغضب في الباطن فيصير حقدا ثابتا فيكون سببا دائما لذكر المساوي فالحقد والغضب من البواعث العظيمة على الغيبة"[١٥٠].

## المبحث الرابع: تسكين الغضب " في تهذيب الأخلاق"

### قال ابن مسكويه:

قال في تسكين الغضب: أما الشجاع العزيز النفس فهو الذي يقهر بحلمه غضبه ويتمكن من التمييز والنظر فيما يدهم ولا يستفزه ما يرد عليه من المحركات لغضبه حتى يتورى وينظر كيف ينتقم ممن وعلى أي قدر.

وقال: إذا تقدم الإنسان في حسم سببه لم يخش تمكنه منه، وكان ما يعرض له سهل العلاج قريب الزوال لا مادة له تلهبه وتمده ولأسباب يسعره ويوقده. وتجد الروية موضعا لإجالة النظر والفكر في فضيلة الحلم واستعمال المكافأة إن كان صوابا أو التغافل إن كان حزما. والذي يتلو معالجة هذا من أمراض النفس معالجة الجبن الذي هو الطرف الآخر من صحتها. ولما كانت الأضداد يعرف بعضها من بعض وقد عرفنا الطرف الذي حددناه بحركة للنفس عنيفة قوية يحدث منها غليان دم القلب شهوة للانتقام فقد عرفنا

[١٥٠] إحياء علوم الدين٣/١٤٦.

إذا مقابله أعني الطرف الآخر الذي هو سكون للنفس عندما يجب أن تتحرك فيه وبطلان شهوة الانتقام وهذا هو سبب الجبن والخور"[١٥١]

وقال أيضاً: فإن الإنسان لا يخلو من القوة الغضبية رأسا حتى تجلب إليه من مكان آخر ولكنها تكون ناقصة عن الواجب فهي بمنزلة النار الخامدة التي فيها بقية لقبول الترويح والنفخ فهي تتحرك لا محالة إذا حركت بما يلائمها وتبعث ما في طبيعتها من التوقد والتلهب. وقد حكي عن بعض المتفلسفين أنه كان يتعمد مواطن الخوف فيقف فيها ويحمل نفسه على المخاطرات العظيمة بالتعرض لها ويركب البحر عند اضطرابه وهيجانه ليعود نفسه الثبات في المخاوف ويحرك منها القوة التي تسكن عند الحاجة إلى حركتها ويخرجها عن رذيلة الكسل ولواحقه ولا يكره لمثل صاحب هذا المرض بعض المراء والتعرض للملاحاة وخصومة من يأمن غائلته حتى يقرب من الفضيلة التي هي وسط بين الرذيلتين أعني الشجاعة التي هي صحة النفس المطلوبة فإذا وجدها وأحس بها من نفسه كف ووقف ولم يتجاوزها حذرا من الوقوع في الجانب الآخر الذي علمناك علاجه."[١٥٢]

---

[١٥١] تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق١/٢١٣.

[١٥٢] تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق١/٢١٤.

## المبحث الخامس: تسكين الغضب: " في البيان والتبيين"

**قال الجاحظ:**

"كان أبو الدرداء يقول: «أقرب ما يكون العبد من غضب الله إذا غضب، واحذر أن تظلم من لا ناصر له إلا الله».

وكان بكر بن عبد الله يقول: «أطفئوا نار الغضب بذكر نار جهنم» كانت العجم تقول: «إذا غضب الرجل فليستلق، وإذا أعيا فليرفع رجليه». قلت لأبن عباس: أخبرني عن أبي بكر. قال: كان خيرا كله، على الحدة وشدة الغضب."[١٥٣]

"ومن أخلاق الملك سرعة الغضب، وليس من أخلاقه سرعة الرضى. فأما سرعة الغضب، فإنما تأتي الملك من جهة دوام الطاعة، وذلك لأنه لا يدور في سمعه ما يكره في طول عمره. فإذا ألفت النفس هذا العز الدائم، صار

[١٥٣] البيان والتبيين٣/٣٠٩، المؤلف: عمرو بن بحر بن محبوب الكناني بالولاء، الليثي، أبو عثمان، الشهير بالجاحظ (المتوفى: ٢٥٥هـ)، الناشر: دار ومكتبة الهلال، بيروت، عام النشر: ١٤٢٣ هـ.

أحد صفاتها. فمتى قرع حس النفس مالا تعرفه في خلقها، نفرت منه نفوراً سريعاً، فظهر الغضب، أنفةً وحميةً.

وأما رضى الملك فبطيء جداً، لأنه شيء تمانعه النفس أن يفعله، وتدفعه عن نفسها، إذ كان في ذلك جنس من أجناس الاستخذاء، وخلق من أخلاق العامة".[١٥٤]

**وفي كتاب الحيوان:**

وكان أصحابنا يزعمون أنّ قولهم: «دماء الملوك شفاء من الكلب»، على معنى أنّ الدّم الكريم هو الثأر المنيم، وأنّ داء الكلب على معنى قول الشاعر:

كلب من حسّ ما قد مسّه ... وأفانين فؤاد مختبل

وعلى معنى قوله: كلب بضرب جماجم ورقاب، فإذا كلب من الغيظ والغضب فأدرك ثأره فذلك هو الشفاء من الكلب، وليس أنّ هناك دماً في الحقيقة يشرب ولولا قول عاصم بن القرّيّة: «والنّطاسيّ واقف». لكان ذلك التأويل جائزاً."[١٥٥]

---

[١٥٤] التاج في أخلاق الملوك١/٨٩، المؤلف: عمرو بن بحر بن محبوب الكناني بالولاء، الليثي، أبو عثمان، الشهير بالجاحظ (المتوفى: ٢٥٥هـ)، المحقق: أحمد زكي باشا، الناشر: المطبعة الأميرية – القاهرة، الطبعة: الأولى، ١٣٣٢هـ - ١٩١٤م

[١٥٥] الحيوان٢/٢٦٢، المؤلف: عمرو بن بحر بن محبوب الكناني بالولاء، الليثي، أبو عثمان، الشهير بالجاحظ (المتوفى: ٢٥٥هـ)، الناشر: دار الكتب العلمية – بيروت.

**وفي الرسائل الأدبية:**

يشير الجاحظ الى عيب آخر يعتري الباحثين والمؤلفين هو الغضب والميل مع الهوى. وهذا ما جرى لذاك الكاتب الذي حمله غضبه وكرهه للوكلاء على ارتكاب اخطاء لا تغتفر. ان الغضب يميت صاحبه لأن الغضبان اشد خطرا على نفسه من السكران والمجنون. وسببه ضيق الصدر. ولذا يجب ان يتحلى المرء بسعة الصدر لأن سعة الصدر أصل الخير، وضيقه أصل الشر."[١٥٦]

وفي الرسائل الأدبية أسباب معاقبة ابن الزيات للجاحظ وعدم عدالة العقوبة أيضاً:

يقول الجاحظ إن سبب جفاء الوزير محمد بن عبد الملك الزيات هو كتاب الزرع والنخل الذي الفه قبل عام ٢٤٣ هـ- واهداه الى ابراهيم بن العباس الصولي فأجازه عليه بخمسة آلاف دينار. ولكن الجاحظ لا يصدق ان يكون تفضيل النخل على الزرع سببا في عداوة الاخوان، وهو أكثر سخافة من حرب البسوس او حرب داحس والغبراء، ويحذر الجاحظ ابن الزيات من الانسياق وراء هواه والانقياد للغيظ والغضب، لان الغيظ نار تحرق اهلها، وسلطان غشوم. ولأن «الغضب يصور لصاحبه مثل ما يصور

[١٥٦] الرسائل الأدبية ١/٣٥، المؤلف: عمرو بن بحر بن محبوب الكناني بالولاء، الليثي، أبو عثمان، الشهير بالجاحظ (المتوفى: ٢٥٥هـ) الناشر: دار ومكتبة الهلال، بيروت.

السكر لأهله ... والغضبان يشغله الغضب ويغلي به الغيظ، وتستفرغه الحركة، ويمتلئ بدنه رعدة، وتتزايل اخلاطه، وتنحل عقده، ولا يعتريه من الخواطر الا ما يزيده في دائه، ولا يسمع من جليسه الا ما يكون مادة لفساده..».[١٥٧]

وقال موجها" الكلام لابن الزيات:" والدّليل على شدّة غيظك وغليان صدرك قوّة حركتك وإبطاء فترتك، وبعد الغاية في احتيالك. ومن البرهان على ثبات الغضب، وعلى كظم الذنب تمكّن الحقد ورسوخ الغيظ، وبعد الوثبة وشدّة الصّولة."[١٥٨]

وفي الرسائل:" فاللسان أداة مستعملة، لا حمد له ولا ذمّ عليه، وإنما الحمد للحلم واللّوم على الجهل. فالحلم هو الاسم الجامع لكلّ فضل، وهو سلطان العقل القامع للهوى. فليس قمع الغضب وتسكين قوة الشّرّة، وإسقاط طائر الخرق بأحقّ بهذا الاسم، ولا أولى بهذا الرسم، من قمع فرط الرضا وغلبة الشهوات، والمنع من سوء الفرح والبطر، ومن سوء الجزع والهلع، وسرعة الحمد والذم، وسوء الطّبع والجشع، وسوء مناهزة الفرصة، وفرط الحرص على الطّلبة، وشدّة الحنين والرقّة، وكثرة الشكوى والأسف، وقرب وقت الرضا من وقت السّخط، ووقت التسخط من وقت الرضا، ومن اتّفاق

---

[١٥٧] الرسائل الأدبية١/٦٤.

[١٥٨] الرسائل١/٣٢٨

حركات اللسان والبدن على غير وزن معلوم ولا تقدير موصوف، وفي غير نفع ولا جدوى."[١٥٩]

وفي الرسائل:" واعترام الغضبان يهوّر الأعمار، فإنّ الغضبان أسوأ أثرا على نفسه من لسّكران، ولولا أنّ نار الغضب تخبو قبل إفاقة المعتوه، وضباب السّكر ينكشف قبل انكشاف غروب عقل المذلة، وأنّ حكم الظاعن خلاف حكم المقيم، وقضيّة المجتاز خلاف قضيّة الماكث، لكانت حال الغضبان أسوأ مغبّة، وجهله أوبأ، على أنّ الحكم له ألزم والنّاس له ألوم، وما أكثر ما يقحم الغضب المقاحم التي لا يبلغها جناية الجنون، وفرط جهل المصروع".[١٦٠]

[١٥٩] الرسائل الأدبية١/٩٠.

[١٦٠] الرسائل ١/٢٢٧

## الخاتمة

كظم الغيظ، وتسكين الغضب والتحلم والتصبر، أخلاق لا يقدر عليها إلا من خالط الإيمان بشاشة قلوبهم، واستقرت خشية الله في نفوسهم، ووضعوا نصب أعينهم الميزان والحساب يوم الجزاء في الآخرة، لذلك ما ورد في القرآن والسنة وتطبيقات السلف الصالح لهذه المنقبة العظيمة، والأخلاق الكريمة التي تحتاج إلى مكابدة ومخالفة للنفس والشيطان والهوى، وجميعها أعداء ألداء لمن حمل رسالة الله تعالى وصانها وضحى في سبيلها، ليخلص نفسه من عقاب الله أولاً، وليكون مشعل نور وهداية في سبيل الدعوة ثانياً، وليكون خير قدوة أمام زوجته وأولاده وأقاربه وشريكه وجاره وفي السفر والحضر.

فتنفس الغيظ مراتب ودرجات، والمتخلقين بهذا الخلق النبيل أصحاب عزيمة ومروءة وشجاعة، وهكذا كان هذا البحث حافزاً ودافعاً من دوافع التخلق، وخصوصاً للعامة الذين لا زالت القبلية والعشائرية أثرها يغلب على الدين والتدين، وكذا المدنية التي تعتصم بالأحزاب والقوميات المقيتة في التعاملات البينية، عصمنا الله من شر الأشرار وكيد الفجار.

**الخلاصة:**

في هذه الخلاصة استعرضت جملة من تصرفات هي بأمس الحاجة إلى تنفيس الغيظ وتسكين الغضب، إضافة إلى ما عرض في بسط البحث سابقاً ولله الأمر من قبل ومن بعد.

**تنفس الغيظ بترك الثأر:**

قال ابن القيم: الجناية على النفوس والأخطاء تدخل من الغيظ والحنق والعداوة على المجني عليه وأوليائه مالا تدخله جناية المال ويدخل عليهم من الغضاضة والعار واحتمال الضيم والحمية والتحرق لأخذ الثأر مالا يجبره المال أبدا حتى أن أولادهم وأعقابهم ليعيرون بذلك، ولأولياء القتيل من القصد في القصاص وإذاقة الجاني وأوليائه ما أذاقه للمجني عليه وأوليائه ما ليس لمن حرق ثوبه أو عقرت فرسه؛ والمجني عليه موتور هو وأولياؤه فان لم يوتر الجاني وأولياؤه ويجرعون من الألم والغيظ ما يجرعه الأول لم يكن عدلا. قال وقد كانت العرب في جاهليتها تعيب على من يأخذ الدية ويرضى بها من درك ثأره وشفاء غيظه"[١٦١]

قال ابن رجب الحنبلي:

[١٦١] أعلام الموقعين عن رب العالمين ٤٥/١

"لا خير فيمن لا مروءة له بطلب أخذ ثأره من أعدى عدوه، فما شيء أشفى للقلب من أخذه بثأره من عدوه، ولا عدو أعدى له من الشيطان، فإن كان من قلوب الرجال المتسابقين في حلبة المجد جد في أخذ الثأر، وغاظ عدوه كل الغيظ، وأنضاه، كما جاء عن بعض السلف: "إن المؤمن لينضي شيطانه كما ينضي أحدكم بعيره في سفره"[١٦٢]، ومن ترك الثأثر نفّس غيظه وأغلق باب وساوس شياطين الإنس والجن.

**تنفس الغيظ بكف الأذى:**

"سئل بعضهم عن حسن الخلق، فقال: بذل الندى، وكف الأذى"[١٦٣]ومن يكف الأذى ينفِّس غيظه فلا ينفجر.

**تنفس الغيظ بعدم تتبع عورات الناس:**

يقال لمن يكثر الغلبة ويتدخل فيمالا يعنيه، ويتلصص على أسرار خلق الله، ويتهم الناس بما ليس فيهم "مهلاً فقد أكلت اصبعك من الغيظ هذا

---

[١٦٢] أخرجه أحمد ٢/ ٣٨٠، وفيه ضعف، وفي رواية أخرى بإسناد صحيح، انظر: "المداوي"٢/ ٤١٤.

[١٦٣] مجموع رسائل الحافظ ابن رجب الحنبلي٤/٤٤.

أخوك الذي تسعى خلفه بالنكاية وترميه بما ليس فيه دع الخلق فكل ميسر لما خلق له وما انت عليهم بوكيل"[١٦٤]

**الغيظ يأكل أكباد المنافقين:**

فإنك لو جئت بكل عبارة في الرد على هؤلاء المنافقة لم تجد جوابا أبلغ من هذا ولا أقطع، ولا أنكأ لقلوبهم، وأخرس لألسنهم منه فإن غاية ما يتأثر عن مزيد العداوة هو الغيظ، فإن تعاظم وتفاقم وأفرط بصاحبه بلغ به الموت، فإذا قلت لمن غلت مراجل قلبه، واضطرمت نيران جوفه، واضطربت أمواج صدره. مما جلبته عليه عداوته لك من الغيظ: (! ا بغيظك) فقد بلغت من نكايته مبلغا لا تفي به عبارة، ولا يحيط به قول، لأنك جئت بغاية ما تبلغ إليه كيده، وينهي الله غيظه، وقلت له: مت بغيظك، فإنك لم تضر به إلا نفسك، ولم ينجع إلا فيك، ولا بلغ هذه الغاية إلا منك، وعند أن يسمع هذا الجواب يزداد غيظا إلى غيظه، وبلاء إلى بلائه، ومحنة إلى محنته، وكانت الثمرة التي استفادها من عداوته وما حمله من حسده هو هذا العذاب العظيم، والبلاء المقيم، ولم ينل أهل الإيمان من ذلك شيء أصلا فحار كيده عليه (ولا يحيق المكر السيئ إلا بأهله)".[١٦٥]

---

[١٦٤] مجلة التنكيت والتبكيت، المؤلف: صحيفة صدر العدد الأول منها في ١٦ يونيو عام ١٨٨١ م على يد عبد الله النديم (المتوفى ١٣١٤ هـ)

[١٦٥] الفتح الرباني من فتاوى الإمام الشوكاني٣/١١٥٧، المؤلف: محمد بن علي بن محمد بن عبد الله الشوكاني اليمني (المتوفى: ١٢٥٠هـ).

**طبيعة الكفار الحقد والغيظ على المسلمين:**

إن المناصبين للمؤمنين من أهل الكتاب والمشركين كان همهم الأكبر إطفاء نور الدعوة، وإبطال ما جاء به الإسلام، وكان هم المؤمنين الأكبر نشر الدعوة، وتأييد الحق. فكان الهمان متباينين، والقصدان متناقضين. ثم قال: فإذا كانت حالة الفريقين على ما ذكر فهي لا شك مقتضية لأن يفضي النسيب من المؤمنين إلى نسيبه من أهل الكتاب والمشركين، وكذا المحالف منهم لمحالفه من يرهم بشيء مما في نفسه، وإن كان من أسرار الملة التي هي موضوع التباين والخلاف بينهم، وفي ذلك تعريض مصلحة الملة للخبال؛ لذلك جعل الله تعالى للصلات بين المؤمنين وغيرهم حداً لا يتعدونه؛ فقال: (يا أيها الذين آمنوا لا تتخذوا بطانة من دونكم لا يألونكم خبالا ودوا ما عنتم قد بدت البغضاء من أفواههم وما تخفي صدورهم أكبر) آل عمران: ١١٨ إلى آخر الآيات، وأما المعنى فهو: نهي المؤمنين أن يتخذوا لأنفسهم بطانة من الكافرين قد بدت البغضاء من أفواههم وما تخفي صدورهم أكبر أي: قد ظهرت علامات بغضائهم لكم من كلامهم، فهي لشدتها مما يعوزهم كتمانها , ويعز عليهم إخفاؤها، على أن ما تخفي صدورهم منها أكبر مما يفيض على ألسنتهم من الدلائل عليها."[١٦٦]

[١٦٦] مجلة المنار (كاملة ٣٥ مجلدا)٦٢١/١٨، المؤلف: مجموعة من المؤلفين، محمد رشيد بن علي رضا (المتوفى: ١٣٥٤هـ) وغيره من كتاب المجلة.

فالكافر من أي ملة كان يخفي للمسلمين نار العداوة والغل والحقد ويتفطر قلبه غيظاً أن ينتصر المسلمون أو يسودوا ويتقدموا. قال الله تعالى:( إن تمسسكم حسنة تسؤهم وإن تصبكم سيئة يفرحوا بها وإن تصبروا وتتقوا لا يضركم كيدهم شيئا إن الله بما يعملون محيط)، آل عمران: ١١٨- ١٢٠.

**طبيعة اليهود الحقد والكراهية:**

النبي ﷺ لما كان يستقبل أولا بيت المقدس، ثم حول إلى الكعبة، غاظ اليهود تركه قبلتهم إلى غيرها غيظاً شديداً كما هو معروف، كان ذلك مظنة أن يحمل بعضهم الغيظ على أن يتحرى استقبال الكعبة بالبول والغائط، قائلاً: إنها لا تصلح لأن تستقبل بل لأن تستقبل بهذا، ويكون فعله هذا تغالياً في الكفر، وتكذيباً بآيات الله، وإهانة للقبلة."[١٦٧] فليكن المسلم على حذر

**الصديق الصادق ينفس غيظه:**

قال الامام محمد الخضر حسين: " فالصداقة المتينة لا تحل في نفس إلا هذبت أخلاقها الذميمة، فالمتكبر تنزل به الصداقة إلى أن يتواضع لأصدقائه، وسريع الغضب تضع الصداقة في نفسه شيئاً من كظم الغيظ، يجلس لأصدقائه في حلم وأناة، وربما اعتاد التواضع والحلم، فيصير بعد

[١٦٧] ثَار الشّيخ العَلّامَة عَبْد الرّحمن بْن يحْيَي المعَلّمِيّ اليَماني١٦/٤٩.

متواضعاً حليماً، والفضل في خروجه من رذيلتي الكبر وطيش الغضب عائد إلى الصداقة."[١٦٨]

**شفاء الغيظ من أسباب الغيبة:**

الغيبة سبب في شفاء الغيظ، فهو إذا هاج غضبه تشفى بذكر مساوئ من أغضبه، وربما تحول الغضب إلى حقد دفين، فصار الحقد والغضب من البواعث العظيمة على الغيبة."[١٦٩]

[١٦٨] موسوعة الأعمال الكاملة للإمام محمد الخضر حسين، ٢/٤، ١٢٠المؤلف: الإمام محمد الخضر حسين (المتوفى: ١٣٧٧ هـ).

[١٦٩] شعاع من المحراب٢/٢٤٨، المؤلف: د. سليمان بن حمد العودة.

المحتويات

مقدمة..... ٢

خطة البحث..... ٥

الفصل الرابع: ..... ٦

الفصل الأول..... ٨

المبحث الأول: تعريف تنفس الغيظ ومفهومه..... ٨

المبحث الثاني: لماذا تنفس الغيظ ..... ١٠

١- الستر في الدنيا، والأمن والرجاء يوم القيامة: ..... ١٠

٢- الثواب والأجر الكبير إذا صحت النية: ..... ١١

٣- وعد الله عز وجل الكاظمين الغيظ بغرف موجودة في أعلى الجنة، وأجر شهيد:..... ١٣

٤- ومن كظم غيظه ورد غضبه أخزى شيطانه وسلمت له مروءته ودينه. ..... ١٣

المبحث الثالث: أدوات تنفس الغيظ..... ١٥

(العفو، الصفح، الإحسان، الحلم، التذكير بالله)..... ١٥

الأداة الأولى: (العفو) ..... ١٦

من معاني العفو: ..... ١٧

العفو في مذهب المعتزلة الباطل:.....١٨
أثر العفو في ثمامة بن أثال نموذجاً: .....١٩
الأداة الثانية: (الصفح).....٢١
الأداة الثالثة: (الاحسان).....٢٥
الأداة الرابعة: (الحلم) .....٢٨
المبحث الرابع: التذكير بالله تعالى .....٣٢
الفصل الثاني:.....٣٦
المبحث الأول: تنفس الغيظ "منثورات عقدية وفقهية وأدبية".....٣٦
مسألة عقدية: (شفاعة الوجاهة): .....٣٦
مسألة فقهية في كظم الغيظ:.....٣٧
مسألة أدبية في وصف الغيظ وذمه: .....٣٧
المبحث الثالث: آيات قرآنية في الانتقام.....٤١
المبحث الرابع: آيات قرآنية في الغضب .....٤٥
الفصل الثالث:.....٤٩
المبحث الأول: ضبط النفس: وأثره في تنفيس الغيظ وتسكين الغضب٤٩
١-ضبط النفس فطرة وتكتسب أيضاً بالاجتهاد: .....٤٩
٢-ضبط النفس في التصدي لمنكر: .....٥٦

٣-ضبط النفس في موقع الدعوة والتعليم: ..... ٥٧
٤-السلام من أدوات ضبط النفس: ..... ٥٨
٥-سلامة الحياة الزوجية في ضبط النفس: ..... ٥٨
٦-سلامة الشباب في ضبط النفس والشهوة: ..... ٥٩
٧-الصبر خير معين على ضبط النفس: ..... ٦٠
٨-ضبط النفس أساس في إقامة العدل: ..... ٦٢
٩-ضبط النفس في إقالة ذوي الهيئات عثراتهم: ..... ٦٣
المبحث الثاني: تعريف كظم الغيظ لغة واصطلاحاً. ..... ٦٥
كظم الغيظ في اللغة: ..... ٦٥
المبحث الثالث: الآيات الواردة في كظم لغيظ. ..... ٦٩
المبحث الرابع: الأحاديث الواردة في كظم الغيظ. ..... ٨٠
المبحث: الخامس: نماذج من السلف الصالح في كظم الغيظ ..... ٨٣
الفصل الرابع: ..... ٨٦
المبحث الأول: تسكين الغضب " في روضة العقلاء" ..... ٨٦
قال أبو حاتم البستي: ..... ٨٦
المبحث الثاني: تسكين الغضب" في أدب الدنيا والدين" ..... ٨٨
قال الماوردي: ..... ٨٨

المبحث الثالث: تسكين الغضب " في إحياء علوم الدين" ..... ٩٠
قال أبو حامد الغزالي" ..... ٩٠
المبحث الرابع: تسكين الغضب " في تهذيب الأخلاق" ..... ٩٤
قال ابن مسكويه: ..... ٩٤
المبحث الخامس: تسكين الغضب: " في البيان والتبيين" ..... ٩٦
قال الجاحظ: ..... ٩٦
وفي كتاب الحيوان: ..... ٩٧
وفي الرسائل الأدبية: ..... ٩٨
الخاتمة ..... ١٠١