وسبب الحرارة الحركة وقد قال صلى الله عليه وسلم إن الغضب جمرة توقد في القلب ألم تروا إلى انتفاخ أوداجه
وحمرة عينيه فإذا وجد أحدكم من ذلك شيئا فإن كان قائما فليجلس وإن كان جالسا فليقم فإن لم يزل
بذلك فليتوضأ بالماء البارد أو يغتسل فإن النار لا يطفيها إلا الماء فقد قال عليه السلام إذا غضب أحدكم
فليتوضأ بالماء فإن الغضب من النار وفي رواية إن الغضب من الشيطان وإن الشيطان خلق من
النار وإنما تطفأ النار بالماء وقال عليه السلام إذا غضبت فاسكت وكان عليه السلام إذا غضب
وهو قائم جلس وإذا غضب وهو جالس اضطجع فيذهب غضبه وقال صلى الله عليه وسلم ألا إن الغضب
جمرة في قلب ابن آدم ألا ترون إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه فمن وجد من ذلك شيئا فليلصق
خده بالأرض كأنه إشارة إلى السجود وتمكين أعز الأعضاء من أذل المواضع وهو التراب
لتستشعر النفس به الذل وتزايله العزة والزهو الذي هو سبب الغضب وغضب يوما عمر
فدعا بماء فاستنشق وقال إن الغضب من الشيطان وهذا يذهب الغضب وقال عروة بن
محمد لما وليت اليمن قال لي أبي إذا غضبت فانظر إلى السماء فوقك وإلى الأرض تحتك ثم أعظم خالقهما وقال
المعتمر بن سليمان كان رجل ممن كان قبلكم يغضب فيشتد غضبه فكتب ثلاث صحائف وأعطى كل
صحيفة رجلا وقال للأول إذا غضبت فأعطني هذه وقال للثاني إذا سكن بعض غضبي فأعطني هذه
وقال للثالث إذا ذهب غيظي فأعطني هذه فاشتد غضبه يوما فأعطي الصحيفة الأولى فإذا
فيها ما أنت وهذا الغضب إنك لست بإله إنما أنت بشر يوشك أن يأكل بعضك بعضا
فسكن بعض غضبه فأعطي الثانية فإذا فيها ارحم من في الأرض يرحمك من في السماء فأعطي
الثالثة فإذا فيها خذ الناس بحق الله فإنه لا يصلحهم إلا ذلك أي لا تعطل الحدود

فضيلة كظم الغيظ

قال الله تعالى والكاظمين الغيظ ذكره في معرض المدح وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم
من كف غضبه كف الله عنه عذابه ومن اعتذر إلى ربه قبل الله عذره ومن خزن لسانه ستر الله
عورته وقال عليه السلام أشدكم من ملك نفسه عند الغضب وأحلمكم من عفا عند المقدرة
وقال عليه السلام من كظم غيظا ولو شاء أن يمضيه أمضاه ملأ الله قلبه يوم القيامة أمنا وإيمانا
ورضى وقال عليه السلام ما جرع عبد جرعة أعظم أجرا من جرعة غيظ كظمها ابتغاء وجه الله
وقال عليه السلام إن لجهنم بابا لا يدخله إلا من شفى غيظه بمعصية الله تعالى وقال عليه السلام ما من

١٧

جرعة أحب إلى الله تعالى من جرعة غيظ يكظمها عبد وما كظمها عبد إلا ملأ الله جوفه إيمانا وقال
من كظم غيظا وهو يقدر على أن ينفذه دعاه الله على رؤوس الخلائق ويخيره في أي الحور شاء ثالث
قال عمر رضي الله عنه من اتقى الله لم يشف غيظه ومن خاف الله لم يفعل ما يريد ولولا يوم القيامة لكان
غير ما ترون وقال لقمان لابنه يا بني لا تذهب ماء وجهك بالمسألة ولا تشف غيظك بفضيحتك
واعرف قدرك تنفعك معيشتك وقال أيوب حلم ساعة يدفع شرا كثيرا واجتمع سفيان الثوري
وأبو خزيمة والفضيل بن عياض فتذاكروا الزهد فأجمعوا على أن أفضل الأعمال الحلم عند الغضب
والصبر عند الطمع وقال رجل لعمر رضي الله عنه والله ما تقضي بالعدل ولا تعطي الجزل فغضب
حتى عرف في وجهه فقال له رجل يا أمير المؤمنين ألا تسمع أن الله تعالى يقول خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن
الجاهلين وهذا من الجاهلين فقال عمر صدقت فكأنما كانت نارا فأطفئت وقال محمد بن كعب
ثلاث من كن فيه استكمل الإيمان إذا رضي لم يدخله رضاه في باطل وإذا غضب لم يخرجه
غضبه عن الحق وإذا قدر لم يتناول ما ليس له وجاء رجل إلى سلمان فقال يا عبد الله أوصني
قال لا تغضب قال لا أقدر قال فإن غضبت فأمسك يدك ولسانك

فضيلة الحلم

اعلم أن الحلم أفضل من كظم الغيظ لأن كظم الغيظ عبارة عن التحلم أي تكلف الحلم ولا يحتاج إلى
كظم الغيظ إلا من هاج غيظه ويحتاج فيه إلى مجاهدة شديدة ولكن إذا تعود ذلك
مدة صار اعتيادا فلا يهيج الغيظ وإن هاج فلا يكون في كظمه تعب وهو الحلم
الطبيعي وهو دلالة كمال العقل واستيلائه وانكسار قوة الغضب ولكن ابتداؤه التحلم وكظم الغيظ
تكلفا قال رسول الله صلى الله عليه وسلم إنما العلم بالتعلم والحلم بالتحلم ومن يتحر الخير يعطه ومن
يتوق الشر يوقه أشار بهذا إلى أن اكتساب الحلم طريقه التحلم أولا وتكلفه كما أن
اكتساب العلم طريقه التعلم وقال عليه السلام اطلبوا العلم واطلبوا مع العلم السكينة والحلم
ولينوا لمن تعلمون ولمن تتعلمون منه ولا تكونوا من جبابرة العلماء فيغلب جهلكم علمكم
أشار بهذا إلى أن التكبر والتجبر هو الذي يهيج الغضب ويمنع من الحلم وكان من دعائه صلى الله عليه وسلم
اللهم أغنني بالعلم وزيني بالحلم وأكرمني بالتقوى وجملني بالعافية وقال عليه السلام ابتغوا الرفعة
عند الله قالوا وما هي يا رسول الله قال تصل من قطعك وتعطي من حرمك وتحلم عمن جهل عليك وقال عليه الصلاة والسلام

Copyright © King Saud University