

منهج النبي - ﷺ - في معالجة الغضب – دراسة موضوعية في ضوء  
السنة النبوية

أ . محمد حسن محمد قرقد – قسم أصول الدين – كلية الدراسات الإسلامية  
جامعة مصراتة

mhmyaaamk@gmail.com

---

---

**The Prophet's ﷺ Method in Managing Anger — An Objective Study in  
Light of the Prophetic Sunnah**

Author: Mohammed Hasan Mohammed gerged

Department of Fundamentals of Religion – Faculty of Islamic Studies –  
Misrata University

Email: mhmyaaamk@gmail.com

**Abstract**

This research addresses the topic: "The Prophet's ﷺ Method in Dealing with Anger: An Objective Study in Light of the Prophetic Sunnah".

It aims to explore how the Prophet Muhammad ﷺ approached the emotion of anger through preventive and corrective guidance, based on authentic hadith texts. The study discusses the concept of anger linguistically and technically, and examines Islam's position on it. It further presents key prophetic traditions that diagnose the reality of anger, warn against its consequences, and highlight the true prophetic understanding of strength as self-restraint.

The research then outlines the Prophetic methods of managing anger, whether preventive—such as avoiding its triggers—or corrective, such as keeping silent, seeking refuge in Allah, changing one's physical posture, performing ablution, and recalling the divine reward. These practices are analyzed through the commentaries of hadith scholars and classical Islamic literature.

The study concludes that the Prophetic approach is comprehensive, balanced, and realistic, aligning with human nature. It ends with scholarly and pedagogical recommendations for further engagement with the subject and its educational application. This work aspires to highlight the greatness of the Prophetic methodology in refining emotional responses and

regulating anger, in hopes of contributing to the service of the Sunnah and its practical implementation in our daily and educational lives.

Keywords:

Anger – Anger Management – Prophetic Sunnah – Prophetic Method – Objectivity

## الملخص:

يتناول هذا البحث موضوع: (منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب: دراسة موضوعية في ضوء السنة النبوية)، وهو دراسة تهدف إلى بيان كيف تعامل النبي ﷺ مع انفعال الغضب توجيهاً ووقايةً وعلاجاً، من خلال النصوص الحديثية الثابتة، وقد تناول البحث مفهوم الغضب لغة واصطلاحاً، وموقف الإسلام منه، ثم عرض أهم الأحاديث النبوية التي تشخص حقيقة الغضب وتحذر من آثاره، وتبرز المفهوم النبوي الحقيقي للقوة في ضبط النفس، وانتقل البحث إلى بيان الوسائل النبوية في معالجة الغضب، سواء ما كان منها وقائياً كاجتناب أسبابه، أو علاجياً كالصمت، والاستعاذة، وتغيير الهيئة، والوضوء، وتذكر الأجر، مع تحليل لهذه التوجيهات من خلال شروح الحديث وكلام أهل العلم، وانتهى البحث إلى نتائج تبين شمولية المنهج النبوي وتوازنه، وواقعيته في التعامل مع فطرة الإنسان، كما قدم توصيات بحثية وتربوية لدراسة هذا الموضوع وتفعيله في الواقع التربوي المعاصر.

ومن هنا جاء هذا البحث ليسلط الضوء على عظمة المنهج النبوي في تهذيب الغضب وضبط الانفعال، وإبراز جوانبه الوقائية والعلاجية، راجياً من الله أن يكون هذا العمل لبنة صالحة في خدمة سنة النبي ﷺ، وتطبيقه في واقعنا العملي والتربوي.

## الكلمات المفتاحية:

الغضب - معالجة الغضب - السنة النبوية - منهج النبي - موضوعية

## المقدمة:

الحمد لله الذي هدانا لأحسن الأخلاق، وجعل قلوبنا نبيه ﷺ، الذي زكاه بقوله: (وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ)، والصلاة والسلام على من بُعث متممًا لمكارم الأخلاق، وعلى آله وصحبه ومن سار على نهجه، واقتفى أثره إلى يوم الدين.

أما بعد:

فإن الغضب من أخطر الانفعالات التي تهدد التوازن النفسي للفرد، والاستقرار الاجتماعي للمجتمع، خاصة إذا تجاوز حد الاعتدال. وفي ضوء هذا التحدي النفسي

والسلوكي، تأتي السنة النبوية بمنهج متكامل لمعالجة الغضب، يزواج بين الوقاية والعلاج، ويضبط هذه الطاقة الانفعالية دون قمعها، ويوجهها في مسار شرعي سليم. وقد اخترت هذا الموضوع (منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب: دراسة موضوعية في ضوء السنة النبوية) لما له من صلة وثيقة بالواقع المعاصر الذي تتفاقم فيه مظاهر الغضب الفردي والجماعي، وانعكاساتها على الأسرة والمجتمع، ولما لسنة النبي ﷺ من علاج نفسي وتربوي عميق لهذا الداء، يعالج أسبابه، ويهذب آثاره، ويرتقي بالنفس إلى مقامات الحلم وضبط الانفعال.

### مشكلة البحث :

تكمن مشكلة هذا البحث في غياب الوعي المنهجي لدى كثير من المسلمين بمنهج النبي ﷺ في معالجة الغضب، واقتصار النظرة إليه على كونه مجرد انفعال يجب كبجه دون فهم أبعاده النفسية والاجتماعية والتربوية كما رسمتها السنة النبوية. وتتجلى المشكلة - أيضًا - في تفاقم مظاهر الغضب غير المنضبط في واقع الأفراد والمجتمعات، وما ينتج عنه من عنف أسري، وتفكك اجتماعي، وانهيارات نفسية وسلوكية، مما يدعو إلى دراسة متأنية للهدى النبوي في هذا الجانب الحساس

### أسئلة البحث :

- ما هو الغضب وموقف الإسلام منه ؟
- ما المنهج النبوي في تشخيص الغضب ووسائل ضبطه ؟
- كيف يمكن تقديم نماذج من الوسائل الوقائية والعلاجية في السنة ؟

### أهداف البحث:

- تعريف الغضب وموقف الإسلام منه.
- بيان المنهج النبوي في تشخيص الغضب ووسائل ضبطه.
- تقديم نماذج من الوسائل الوقائية والعلاجية في السنة.

### أهمية البحث:

تتبع أهمية البحث من الحاجة الماسة إلى إحياء الهدى النبوي في التعامل مع الغضب، وربط السنة النبوية بالواقع النفسي والاجتماعي للفرد، وتأسيس منهج تربوي في إدارة الغضب والانفعالات في ضوء سيرة النبي ﷺ وأحاديثه.

## أسباب اختيار الموضوع:

- كثرة النزاعات الفردية والاجتماعية الناتجة عن الغضب.
- الحاجة إلى تقديم قراءة تحليلية متوازنة للهدي النبوي في الانفعالات.
- محاولة ربط الجانب التربوي والوقائي في السنة النبوية بالطب النفسي الحديث.
- قلة الدراسات الموضوعية التي تناولت الغضب من منطلق السنة بصورة منهجية.

## المنهج:

تم اعتماد المنهج الاستقرائي التحليلي في تتبع الأحاديث المتعلقة بالغضب، وجمعها من دواوين السنة، ثم تحليل مضامينها واستنباط ما ترشد إليه من وسائل وقائية وعلاجية.

تم تخريج الأحاديث من مصادرها المعتمدة، مع الاكتفاء غالباً بمصدر أو مصدرين مما يُعتمد عليه من دواوين السنة، مع الحكم على الحديث في غير الصحيحين، بالرجوع إلى أقوال أهل العلم المعتمدين.

## الدراسات السابقة:

لم أقف -في حدود البحث والاطلاع- على دراسات أكاديمية مستقلة تناولت موضوع "منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب" معالجة موضوعية تجمع بين جمع النصوص الحديثية، وتحليلها في ضوء مقاصد الشريعة.

وإنما اقتصر ما وُجد على إشارات متفرقة في كتب شروح السنة، كفتح الباري لابن حجر، وشرح النووي على مسلم، وفيض القدير للمناوي، وفي كتب التزكية والسلوك، كإحياء علوم الدين للغزالي، ، إضافة إلى مقالات عامة منشورة في مواقع إلكترونية مثل "إسلام ويب"، تعالج الغضب من زاوية وعظية أو فقهية جزئية دون بناء دراسة موضوعية متكاملة.

ومن هنا جاءت الحاجة إلى هذه الدراسة، لسدّ هذا الفراغ العلمي، من خلال تتبّع الأحاديث المتعلقة بالغضب، وتحليلها، واستنباط معالم المنهج النبوي المتكامل في معالجته.

## خطة البحث:

يتكون البحث من تمهيد ومبحثين وخاتمة، وذلك على النحو الآتي:  
التمهيد: واشتمل على التعريف بالغضب لغةً واصطلاحاً، وذكر أنواعه، وبيان آفاته.

المبحث الأول: تشخيص النبي ﷺ لحقيقة الغضب، ويتضمن:  
أولاً: نقض التصور الخاطئ للقوة من خلال الغضب. ثانياً: الربط بين الغضب وضعف التعلم وضياح الهداية. ثالثاً: تصوير النبي ﷺ الدقيق لحالة الغضب تصويراً حسياً دقيقاً. والمبحث الثاني: المنهج النبوي في معالجة الغضب وقسم إلى:  
أولاً: المنهج الوقائي النبوي في معالجة الغضب، ويشتمل على:  
اجتناب أسباب الغضب والترغيب في التحلي بالحلم والصبر وكظم الغيظ. وتكرار التوجيه بعدم الغضب. ثانياً المنهج العملي في علاج الغضب أثناء حدوثه، ويشتمل على: الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم. وتغيير الهيئة الجسدية. وترك الكلام عند الغضب، والوضوء عند الغضب لإطفاء ثورة النفس، وترغيب النبي ﷺ في ثواب الحلم وكظم الغيظ ثم الخاتمة: وتعرض أبرز النتائج والتوصيات.

### التمهيد:

إن الحمد لله، نحمده حمد الشاكرين، ونستعين به استعانة المحتاجين، ونعوذ به من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، والصلاة والسلام على من أرسله الله رحمة للعالمين، سيدنا محمد وعلى آله الطاهرين، وصحبه الميامين، وبعد:  
فإن الغضب انفعال طبيعي تتعرض له النفس البشرية، وتهتز له المشاعر الإنسانية؛ إذ لا تخلو منه حياة، ولا يسلم منه بشر، لكنه حين يفقد المرء السيطرة عليه ويتجاوز به حدود الاعتدال إلى بؤرة الإفراط فإنه يتحول من شعور عابر إلى عاصفة مدمرة قد تقتلع الأخلاق من جذورها، وتزهق المودة في قلوب أصحابها، وتدمر بيوتاً شيدت على التسامح والرحمة.

وقد جاء في اللغة أن الغضب نقيض الرضا، قال ابن منظور: "الغَضَبُ: نَقِيضُ الرِّضَا. وَقَدْ غَضِبَ عَلَيْهِ غَضَبًا وَمَغْضَبَةً، وَأَغْضَبْتُهُ أَنَا فَتَغَضَّبَ" (1). وقال ابن فارس: "الْعَيْنُ وَالضَّادُ وَالْبَاءُ أَصْلٌ صَحِيحٌ يَدُلُّ عَلَى شِدَّةٍ وَقُوَّةٍ. يُقَالُ: إِنَّ الْعُضْبَةَ: الصَّخْرَةُ الصُّلْبَةُ. قَالُوا: وَمِنْهُ اشْتَقَّ الْعُضْبُ، لِأَنَّهُ اشْتَدَّ السُّخْطُ. يُقَالُ: غَضِبَ يَغْضَبُ غَضَبًا، وَهُوَ غَضْبَانٌ وَغَضُوبٌ. وَيُقَالُ: غَضِبْتُ لِفُلَانٍ، إِذَا كَانَ حَيًّا ; وَغَضِبْتُ بِهِ، إِذَا كَانَ مَيِّتًا" (2).

وبهذا يظهر أن معنى الغضب يدور حول السخط وعدم الرضا، مصحوباً بانفعال نفسي شديد يتحرك في القلب، ويظهر أثره على الجوارح.

وفي الاصطلاح الشرعي، يبين الإمام الغزالي أن الغضب " غَلَيَانُ دَمِ الْقَلْبِ بطلب الانتقام "(3)، وهو بذلك يشير إلى هذا الانفعال الداخلي الشديد الذي يدفع الإنسان للانتقام، ويخرجه عن طبيعته السوية، ويجعله أقرب إلى التهور والطيش منه إلى الحكمة والتروي.

ومن خلال النظر في السنة النبوية، يمكن تقسيم الغضب إلى قسمين (4) :

غضب محمود: وهو ما كان لله تعالى، كالانتصار للحق عند انتهاك حرمات الله، كما في حديث عائشة رضي الله عنها قالت: "ما خير رسول الله صلى الله عليه وسلم بين أمرين إلا أخذ أيسرهما ما لم يكن إثماً، فإن كان إثماً كان أبعد الناس منه، وما انتقم رسول الله صلى الله عليه وسلم لنفسه، إلا أن تنتهك حرمة الله عز وجل" (5) وهذا النوع من الغضب يندرج ضمن الخلق المشروع.

غضب مذموم: وهو ما كان للنفس والهوى، أو العصبية، أو الجاه والترفع عن الآخرين، وهو الذي جاء النهي عن اتباعه، كما في الحديث الصحيح الذي رواه أبو هريرة رضي الله عنه أن رجلاً قال للنبي صلى الله عليه وسلم: أوصني، قال: "لا تغضب" فردد مراراً، قال: "لا تغضب" (6)

والغضب إذا لم يُلجَم بالشرعية والعقل أورث صاحبه كثيراً من الآفات ومنها:

- الاندفاع في اتخاذ القرارات: فيفعل الإنسان ما يندم عليه، وربما هدم أسرته أو قطع رحمه.

- العدوانية والظلم: وقد يؤدي إلى سفك الدماء، كما أشار الحديث: "ألا وإن الغضب حمرة في قلب ابن آدم، أما رأيتم إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه، فمن أحس بشيء من ذلك فليصق بالأرض" (7)

- فقدان الاتزان النفسي: وهو ما نبه إليه اليوم أيضاً العلم الحديث، حيث اعتبرت أن الغضب المتكرر يؤثر على القلب وضغط الدم (8)

ومن منطلق العناية الإلهية بالإنسان، وما جبلت عليه نفسه من طبائع، جاءت الشريعة الإسلامية الغراء لتهديب هذه الانفعالات وضبطها وترويضها وفق منهج رباني متوازن، يُبقي على المشاعر الإنسانية ويهذبها دون إلغائها أو تجاهلها، ولعل أبرز ما تجلت فيه هذه العناية ما تضمنته السنة النبوية الشريفة من توجيهات نبوية سامية، وسلوكيات عملية حكيمة، مثلت أروع نماذج التربية الأخلاقية والتوجيه الروحي.

لقد كان النبي ﷺ في حياته المباركة النموذج الكامل والقُدوة العليا في ضبط النفس ومعالجة الغضب بالحكمة والصبر والتسامح، حتى صار في أخلاقه قرآناً يمشي على الأرض، قال تعالى: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾ (القلم: 4). فلم يُر منه ﷺ في الغضب إلا جميل القول وحسن الفعل وعظيم الخلق، مما جعل حياته مدرسةً أخلاقيةً راقيةً، تعالج النفوس وتؤدب الأرواح، وترقى بالإنسان من دركات الهوى إلى مدارج الكمال والسمو الأخلاقي (9)

ومن هنا، جاءت هذه الدراسة، لتسلط الضوء على منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب من خلال استقراء أحاديثه الشريفة ومواقفه العملية، في محاولة جادة لاستخلاص الدروس والعبر التي تمكّن الفرد من السيطرة على غضبه، وتعينه على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، تأسيساً بالنبي ﷺ واقتداءً بهديه المبارك.

### المبحث الأول - تشخيص النبي ﷺ لحقيقة الغضب

اهتم النبي ﷺ بمعالجة الغضب من جذوره، فكان تشخيصه لهذا الانفعال الدقيق جزءاً من منهجه التربوي، وقد تنوعت إشاراتِه إلى هذا الموضوع بين بيانٍ نظري، وتوجيهٍ سلوكي، ومواقف تطبيقية، نعرض أبرزها فيما يلي:

**أولاً - نقض التصور الخاطئ للقوة من خلال الغضب:** في المجتمع الجاهلي، كانت القوة تقاس بالبطش والقدرة على الانتقام، فجاءت السنة النبوية لتصوب هذا المفهوم كما في الحديث المتفق عليه: "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" (10)؛ فالمقصود من الحديث بيان أن القوة الحقيقية في ضبط النفس لا في غلبة الخصم. قال ابن الأثير: "الصرعة بضم الصاد وفتح الراء: المبالغ في الصراع الذي لَا يُغْلَبُ، فنقله إلى الذي يغلب نفسه عند الغضب ويقهرها؛ فإنه إذا ملكها كان قد قهر أقوى أعدائه وشر خصومه" (11)، ثم قال: "وهو من فصيح الكلام؛ لأنه لما كان الغضبان بحالة شديدة من الغيظ؛ وقد ثارت عليه شهوة الغضب، فقهرها بحلمه وصرعها بثباته كان كالصرعة الذي يصرع الرجال ولا يصرعونه" (12).

**ثانياً - الربط بين الغضب وضعف التعلم وضياع الهداية:** جاء في الحديث الذي رواه الأمام أحمد في مسنده قال: حدثنا محمد بن جعفر، حدثنا شعبة، قال: سمعت ليثاً، قال:

سمعت طاوساً، يحدث عن ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي ﷺ قال: "علموا، ويسروا، ولا تعسروا، وإذا غضب أحدكم فليسكت" (13)، فيُشيرُ هذا الحديث إلى أن الغضب لا يُؤثِّرُ فقط على الحالة النفسية للفرد، بل يمتدُّ تأثيره إلى قدرته على التواصل الفعَّالِ والتعليم البنَّاء. ففي لحظات الغضب، قد يفقد الإنسان السيطرة على أقواله وأفعاله، مما يؤدي إلى نتائج سلبية في سياق التعليم والتوجيه. قال ابن رجب الحنبلي: "الغضب ان يصدر منه في حال غضبه من القول ما يندم عليه في حال زوال غضبه كثيراً من السبب وغيره مما يعظم ضرره، فإذا سكت زال هذا الشر كله عنه" (14). لذا، يُوصي النبي ﷺ بالسكوت عند الغضب، كوسيلة لضبط النفس والحفاظ على جودة التعليم والتوجيه؛ فالسكوت في هذه الحالة ليس ضعفاً، بل هو تعبير عن الحكمة والرزانة، ويُتيح للفرد فرصة التأمل وإعادة التوازن قبل الاستمرار في الحديث أو التعليم.

إن هذا التوجيه النبوي يُبرز أهمية التحكم في الانفعالات، خاصة في مواقف التعليم والتوجيه، حيث يكون التأثير على الآخرين كبيراً؛ فالتحلي بالحلم وضبط النفس يسهم في نقل المعرفة بشكل فعَّال، ويُعزز من قدرة المتعلم على الاستيعاب والفهم. وبالتالي فإن الربط بين الغضب وضعف التعليم وضياح الهداية يؤكد على ضرورة التزام المعلم بالحكمة والتؤدة، والابتعاد عن الغضب والانفعال لضمان تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية المرجوة.

**ثالثاً. التصوير النبوي الدقيق لحالة الغضب وأبعاده الجسدية والنفسية:** تميَّز التشخيص النبوي للغضب بالدقة والعمق، إذ لم يكتفِ النبي ﷺ بتوصيفه كحالة انفعالية، بل رصد علاماته الظاهرة وآثاره النفسية والجسدية، وأرشد إلى علاجه بأسلوب واقعي روحي جامع. ومن أوضح الأمثلة على ذلك ما رواه سليمان بن صرد رضي الله عنه قال: "كنت جالسا مع النبي صلى الله عليه وسلم 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 صلى الله عليه وسلم قال: تعوذ بالله من الشيطان، فقال: وهل بي جنون" (15)، قال النووي: "وأما قول هذا الرجل الذي اشتد غضبه هل ترى بي من جنون فهو كلام من لم يفقه في دين الله تعالى ولم يتهدب بأنوار الشريعة المكرمة وتوهم أن الاستعاذة مختصة بالمجنون ولم يعلم أن الغضب من نزغات الشيطان" (16)



وقد وصف الحديث بدقة شديدة التغيرات الجسدية التي تعترى الإنسان حال الغضب، ومنها: احمرار الوجه: نتيجة تدفق الدم بسبب الهيجان. وانتفاخ الأوداج: أي عروق العنق، دلالة على شدة التوتر والانفعال<sup>(17)</sup>.

وفيه إرشاد إلى أن الغضب داء، وعلاجه مغالبة نفسه عليه، والاستعاذة من نزعات الشيطان، والبعد عن أسبابه، وهو أصل في الطب النفسي النبوي، الذي يُقدّم الوقاية قبل التدخل<sup>(18)</sup>

ومن لطيف ما يُستنبط من الحديث أن النبي ﷺ لم يزرع الغاضب، ولم يعقّفه، بل خاطب حاله بلطف، وأرشده إلى كلمة تهدئ نفسه، وتُطفئ غضبه، مما يبرز سمو المنهج النبوي التربوي في التعامل مع الانفعالات النفسية والانفجارات السلوكية، بحكمة وتأنٍ ورحمة.

**رابعاً - تصوير النبي ﷺ لحالة الغضب تصويراً حسيّاً دقيقاً:** لم تقتصر السنة النبوية على بيان أثر الغضب سلوكياً، بل قدّمت وصفاً حياً للتغيرات الجسدية التي تطرأ على الإنسان في حال غضبه، وذلك في قوله ﷺ: "ألا وإن الغضب جمرة في قلب ابن آدم، أما رأيتم إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه، فمن أحس بشيء من ذلك فليصق بالأرض"<sup>(19)</sup>

ويُظهر الحديث بوضوح: أن الغضب حرارة داخلية متأججة (شُبّهت بالجمرة)، وأن هذه الجمرة تنعكس على العينين والوجه، حمرة وانتفاخاً، مما يدل على ثوران الدم واضطراب التوازن العصبي.

وقد وصف الغزالي ثوران الغضب بأنه: "يغلي به دم القلب وينتشر في العروق ويرتفع إلى أعالي البدن كما ترتفع النار، وكما يرتفع الماء الذي يغلي في القدر، فلذلك ينصب إلى الوجه فيحمر الوجه والعين، والبشرة لصفائها تحكي لون ما وراءها من حمرة الدم، كما تحكي الزجاجة لون ما فيها"<sup>(20)</sup>

كما أن النبي ﷺ في هذا الحديث أرشد إلى علاج تربوي نفسي عبر الالتصاق بالأرض، قال المناوي: "فليضطجع بالأرض ويلصق نفسه فيها لتتكسر حدته وتذهب حدة غضبه"<sup>(21)</sup>، أو المقصود تغيير الوضع إلى الجلوس قال المناوي: "فليجلس ولا يعدو به الغضب فيجلسه في نفسه ولا يعديه إلى غيره بإيذائه والانتقام منه"<sup>(22)</sup>

ويُستفاد من هذا الحديث العظيم أن التشخيص النبوي لحالة الغضب لم يكن نظرياً، بل كان وصفيّاً واقعياً، يقرأ الجسد ويقترح عليه دواءً سلوكياً مباشراً.

يتبين مما سبق أن النبي ﷺ قد شخص الغضب تشخيصاً دقيقاً يجمع بين وصف الظاهرة النفسية والتغيرات البدنية المصاحبة لها، وأكد أن ضبط النفس هو معيار القوة الحقيقية. ولم يكتفِ ﷺ بالتصوير والتحذير، بل أرشد إلى وسائل علاجية عملية لضبط الغضب، ومن هنا ينتقل البحث إلى بيان المنهج النبوي في معالجة الغضب ووسائله التربوية في تهذيب هذا الانفعال والسيطرة عليه.

### المبحث الثاني - المنهج النبوي في معالجة الغضب:

تعدُّ ظاهرة الغضب من أكثر الظواهر النفسية شيوعاً بين الناس، ولها آثار سلبية كبيرة على الفرد والمجتمع إذا ثركت دون ضبط وتوجيه، وقد تميزت السنة النبوية بمعالجة شاملة وواقعية لهذا الانفعال، ليس من خلال النهي عنه فحسب، بل بتوجيه النفس إلى منهج تربوي متكامل وقائي وعلاجي من خلال التوجيهات القولية والتطبيقات العملية التي جسدها النبي ﷺ في حياته اليومية.

وسيتناول هذا المبحث المنهج النبوي في معالجة الغضب من خلال عرض تفصيلي للوسائل النبوية، مع ذكر الأدلة من السنة النبوية، موثقة من مصادرها الأصلية، مع شرح وتحليل أكاديمي لتلك الوسائل والتوجيهات.

**أولاً - المنهج الوقائي النبوي في معالجة الغضب :** يقوم المنهج النبوي الوقائي على أسس تربوية، تهدف إلى منع حدوث الغضب أو تقليله والحد من أثره قبل وقوعه، وذلك من خلال الوسائل التالية:

**1- اجتناب أسباب الغضب:** لقد اختصر النبي ﷺ علاج الغضب بكلمة جامعة حين سأل رجل أن يوصيه، فقال له: "لا تغضب"<sup>(23)</sup>، وقد ردد النبي ﷺ هذه الوصية مراراً، مما يدل على أهمية هذا التوجيه، لا من جهة كَفِّ الغضب فقط عند ثورانه، بل من جهة اجتناب أسبابه المؤدية إليه ابتداءً. ولهذا، فإن قول النبي ﷺ: "لا تغضب"<sup>(24)</sup> يُحمل على معنيين<sup>(25)</sup>:

النهي عن الفعل نفسه حال وقوع الغضب، والنهي عن المقدمات التي تثيره وتغذيه في القلب.

وقد أشار الإمام الغزالي إلى هذا المعنى بقوله: "قد عرفت أن علاج كل علة حسم مادتها وإزالة أسبابها، فلا بد من معرفة أسباب الغضب"<sup>(26)</sup>. ثم بيّن الغزالي -رحمه الله- الأسباب المفصلة التي تُهيج الغضب، فقال: "والأسباب المهيجة للغضب هي الزهو، والعجب، والمزاح، والهزل، والهزء، والتعيير، والمماراة، والمضادة، والغدر،

وشدة الحرص على فضول المال والجاه، وهي بأجمعها أخلاق رديئة مذمومة شرعاً، ولا خلاص من الغضب مع بقاء هذه الأسباب، فلا بد من إزالة هذه الأسباب بأضدادها<sup>(27)</sup>

فمنهج النبي ﷺ في قوله "لا تغضب" يتسع ليشمل الأمر بإزالة هذه الأخلاق الذميمة التي تعدّ مادة الغضب وأصوله، وذلك بزرع أضدادها: كالتواضع بدل الكبر، والصدق بدل الغدر، والاحترام بدل الاستهزاء، والجد بدل الهزل، والسكون بدل العجلة، والزهد بدل الحرص على المال والجاه، ليتم بذلك استئصال أصل العلة؛ لأن الأشياء تعالج بأضدادها، ولأن قلبك إن لم تشغله بالحق شغلك بالباطل<sup>(28)</sup>

وهذا يبرز عظمة المنهج النبوي في معالجة الغضب، حيث لم يقتصر على معالجة الظاهرة، بل تجاوزها إلى اجتثاث جذورها النفسية والسلوكية من الأصل.

**2. الترغيب في التحلي بالحلم والصبر وكظم الغيظ:** حث النبي ﷺ على التحلي بفضيلة الحلم وكظم الغيظ، واعتبر ذلك علامة القوة الحقيقية، فقال ﷺ: «ليس الشديد بالصُّرْعَةِ، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»<sup>(29)</sup> ، ففي هذا الحديث النبوي بيان واضح أن القوة الحقيقية تكمن في ضبط النفس وتجاوز الغضب، وليس في القوة البدنية والانتصار في النزاعات الجسدية، وهو منهج تربوي إسلامي يُحرض على التحكم في الانفعالات، ويجعل المؤمن في حالة استعداد نفسي دائم لمواجهة الاستثارات الانفعالية. ومما يؤكد هذا المنهج التربوي النبوي في تعزيز خلق الحلم موقفه مع رجل جاف غليظ، جاءه يطلب سداد دين كان عليه، فأغلظ فهم به أصحابه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "دعوه، فإن لصاحب الحق مقالا"، ثم قال: "أعطوه سناً مثل سنه"، قالوا: يا رسول الله، إلا أمثل من سنه، فقال: "أعطوه، فإن من خيركم أحسنكم قضاء"<sup>(30)</sup> ، فهذه الحادثة العظيمة تظهر قمة الحلم النبوي؛ إذ تعامل مع الغلظة وسوء الأدب بالحلم وسعة الصدر، بل زاد على ذلك بالإحسان في قضاء الدين، مما يُبرز عملياً كيف أن التحلي بالحلم ليس مجرد صبر سلبي، بل هو خلق إيجابي قوامه العدل والرفق والإحسان<sup>(31)</sup>

وهكذا يتضح أن الترغيب النبوي في الحلم لم يكن محصوراً في التوجيه النظري، بل تجسد في مواقف عملية شاهدة، أرسى بها أسس الرحمة والتسامح في المجتمع الإسلامي.

3. **تكرار التوجيه بعدم الغضب :** إن من أبرز معالم المنهج النبوي الوقائي في معالجة الغضب: تكرار النبي ﷺ للتوجيه الصريح بضرورة اجتناب الغضب والتنبيه المستمر إلى خطورته وأهمية كبح جماحه. ويتجلى ذلك بوضوح في حديث أبي هريرة رضي الله عنه: "أن رجلاً قال للنبي ﷺ: أوصني، قال: لا تغضب. فردّد مراراً، قال: لا تغضب" (32)

إن تأمل هذا الحديث الشريف يكشف عن دقة التربية النبوية وعمقها؛ فقد اختصر النبي ﷺ وصيته في كلمتين، مع أن السائل كان يطلب منه وصية جامعة، تدلّ على الطريق المستقيم. ومع كل تكرار للسؤال، ظل النبي ﷺ يكرر نفس الجواب: "لا تغضب"، مما يرسخ في نفس السائل أن الغضب مفتاح لكثير من الشرور، وأن اجتنابه يحفظ على المسلم دينه وأخلاقه وعلاقاته الاجتماعية (33)، وليس تكرار التوجيه هنا تكراراً لفظياً فحسب، بل هو تكرارٌ يراد به التأكيد والإشعار بخطورة الغضب، والتنبيه إلى أن معالجته تبدأ قبل استفحاله من خلال اجتناب أسبابه وتهيئة النفس لتقبّل المواقف بصدر رحب وعقل متزن.

ومن الملاحظ أن هذا التكرار في التوجيه "لا تغضب" يرسم لنا منهجاً وقائياً بالغ الدقة متمثلاً في أمور أبرزها أنه:

- يُعالج الغضب في مراحله المبكرة قبل أن يتحول إلى فعلٍ أو قولٍ يفسد العلاقات.  
- يُربّي النفس على التسامي عن المثيرات اليومية التي لا يخلو منها مجتمع أو معاملة.  
- يؤكد أن أعظم سلاح لمواجهة الفتن الاجتماعية والنفسية هو ضبط الغضب وكظمه.  
- سُمّن ثم فإن النبي ﷺ لم يكتفِ بالتحذير من الغضب حين يقع، بل أرشد إلى وقاية النفس منه ابتداءً، وهي قمة الحكمة في التربية والسلوك.

**ثانياً - المنهج العملي في علاج الغضب أثناء حدوثه :** إن منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب منهج متكامل فهو إلى جانب المنهج الوقائي قدّم وسائل عملية تساعد على إدارة الغضب عند حدوثه مباشرةً، وتتمثل في الوسائل التالية:

1. **الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم :** إن من أهم الوسائل النبوية العملية لعلاج الغضب وتخفيف حدته: الأمر بالاستعاذة بالله تعالى من الشيطان الرجيم عند حدوث الغضب. فقد روى سليمان بن صرّد رضي الله عنه قال: " كنت جالسا مع النبي صلى الله عليه وسلم 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" (34)

في هذا الحديث الشريف يظهر مدى عناية النبي ﷺ بالمعالجة المباشرة لحالات الغضب، وربطه بين الغضب المذموم وبين وسوسة الشيطان ومداخله إلى النفس؛ فالشيطان يُغذي الغضب ويؤجج نار الانفعال في القلب، حتى يُخرج الإنسان عن طوره ويوقعه في الظلم والعدوان، ومن هنا كان العلاج الناجع الذي أوصى به النبي ﷺ هو الاستعاذة بالله لما في ذكر الله تعالى من أثر عظيم في تبريد ثورة النفس وإطفاء لهيب الغضب (35)، وقد أشار القرآن الكريم إلى هذا المعنى، فقال الله تعالى: {وَأَمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ}. [الأعراف: 200]. فالآية الكريمة تبين أن ما يعترى النفس من نزغات الغضب والعدوان هو من عمل الشيطان، وأمرت بالاستعاذة بالله تعالى منه، لئلا تستعد السكينة والطمأنينة (36)، وقد علّق الإمام النووي رحمه الله على توجيه النبي ﷺ في هذا الموطن بقوله: "فيه أن الغضب في غير الله تعالى من نزغ الشيطان وأنه ينبغي لصاحب الغضب أن يستعِذ فيقول أعوذ بالله من الشيطان الرجيم وأنه سبب لزوال الغضب" (37). ويؤكد هذا أن علاج الغضب في المنهج النبوي ليس حسيًا فقط، بل روحيًا أيضًا عبر الاتصال بالله تعالى واستحضار عظمته، مما يردع النفس عن الانتفاع وراء الغضب الأعمى، ويعيد إليها توازنها العقلي والنفسي في اللحظة الحرجة.

وهكذا يتضح أن الاستعاذة بالله عند الغضب تمثل جدار الحماية الأول الذي يحول دون تفاقم الانفعال وتحوله إلى أفعال محرمة أو أقوال مؤذية.

**1- تغيير الهيئة الجسدية:** من الوسائل العملية الدقيقة التي أرشد إليها النبي ﷺ لعلاج الغضب عند وقوعه: تغيير وضعية الجسد وتخفيف مظاهر التوتر البدني المرتبطة بالغضب، فعن أبي زر الغفاري رضي الله عنه مرفوعا: «إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس، فإن ذهب عنه الغضب وإلا فليضطجع» (38)

فالنبي ﷺ وجّه الغاضب إلى أن يُنزل نفسه عن حالة القيام إلى الجلوس، فإن لم يزل عنه الغضب فإلى الاضطجاع، أي إلى أن يلامس جسده الأرض طلبًا لكسر حدة التهيج النفسي والجسدي الذي يرافق الغضب.

وقد ورد تعزيز لهذا المعنى في حديث آخر، وذلك في قوله ﷺ: " ألا وإن الغضب جمرة في قلب ابن آدم، أما رأيتم إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه، فمن أحس بشيء

من ذلك فليصق بالأرض"<sup>(39)</sup> ففي هذا الحديث الشريف وصف دقيق لحالة الغضب وانعكاساتها الجسدية، ودعوة صريحة إلى الالتصاق بالأرض كوسيلة عملية لكسر حدته. وقد شرح المناوي هذا التوجيه فقال: "فليضطجع بالأرض ويلصق نفسه فيها، لتتكسر حدته وتذهب سورة غضبه"<sup>(40)</sup> ، فالتوجيه بالالتصاق بالأرض يتجاوز مجرد تغيير الوضعية الجسدية إلى تحقيق نوع من الخضوع النفسي، لأن الأرض ترمز إلى أصل الإنسان، وإلى التواضع وكسر الكبر الذي هو من أكبر أسباب الغضب. وقد بيّن الإمام الغزالي رحمه الله الحكمة العميقة من هذا الالتصاق بالأرض بقوله: "وكان هذا إشارة إلى السجود وتمكين أعز الأعضاء من أدل المواضع وهو التراب؛ لتستشعر به النفس الذل وتزایل به العزة والزهو الذي هو سبب الغضب"<sup>(41)</sup> وهكذا يتضح أن النبي ﷺ لم يقتصر على توجيه الغاضب إلى مجرد الصبر أو السكوت، بل رسم له خطوات عملية متدرجة: تغيير الهيئة من القيام إلى الجلوس إلى الاضطجاع إلى الالتصاق بالأرض، والصلاة ليطفىئ جمرة الغضب قبل أن تشتعل وتفسد الدين والدنيا معاً.

**2- ترك الكلام عند الغضب:** من الوسائل النبوية المهمة في منهج معالجة الغضب: الحث على ترك الكلام عند ثوران الغضب؛ لما في ذلك من كبح جماح النفس، ومنع اللسان من التفوه بما قد يندم عليه الإنسان لاحقاً. فقد جاء في حديث عبد الله بن عباس رضي الله عنهما أن النبي ﷺ قال: "عَلِّمُوا وَيَسِّرُوا وَلَا تَعْسِرُوا، وإذا غضب أحدكم فليسكت"<sup>(42)</sup>. يُشير الحديث إلى أن الصمت عند الغضب علاج ناجع إذ أن الكلام حال الغضب كثيراً ما يكون اندفاعياً غير منضبط، وقد يحمل السباب أو اللوم الجارح أو الطعن بالباطل. وبما أن الكلمة قد تجرُّ إلى نزاع كبير أو قطيعة أو عداوة فإن حفظ اللسان في لحظة الغضب من أظهر وسائل الوقاية من هذه الآثار السلبية. قال المناوي: "لأن الغضب يصدر عنه من قبيح القول ما يوجب الندم عليه عند سكون سورة الغضب: ولأن الانفعال ما دام موجوداً فنار الغضب تتأجج وتتزايد، فإذا سكت أخذت في الهدوء والخمود"<sup>(43)</sup>

وهكذا نلاحظ أن النبي ﷺ عالج الغضب عبر مجموعة من الوسائل المتكاملة، فجعل الصمت أثناء الغضب مع تغيير الهيئة الجسدية والاستعاذة بالله وسائل متدرجة تؤدي جميعها إلى كبح الانفعال وضبط النفس.

**3- الوضوء عند الغضب لإطفاء ثورة النفس:** من العلاج النبوي البديع للغضب: استعمال الماء لتخفيف ثورة النفس وتهذئة اضطرابها، مستنداً إلى حقيقة أن الغضب في طبيعته يشبه النار اضطراباً واشتداداً، وأن النار لا يطفئها إلا الماء<sup>(44)</sup> ، وقد أشار النبي ﷺ إلى هذا المعنى في أحاديث متعددة<sup>(45)</sup>، منها قوله: "ألا إن الغضب جمرة توقد في قلب ابن آدم، أما ترون إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه؟"<sup>(46)</sup> ، وقد ذكر الغزالي على أن معالجة الغضب بالماء تقوم على مقابلة الطبايع: فالغضب من قبيل الحرارة المشتعلة، والماء بطبيعته مبرد مهدئ، ولهذا شرع استعماله عند اشتداد الانفعال<sup>(47)</sup>

ويُفهم من توجيهات النبي ﷺ أن المعالجة المادية بالماء ترتبط بمعالجة روحية كذلك، حيث إن الطهارة عبادة تربط القلب بالله تعالى وتُدخل النفس في حالة من السكينة والتواضع، مما يسكن فوران الغضب.

وهكذا يتضح أن الوضوء والاعتسال بالماء البارد يمثلان مرحلة متقدمة من خطوات كسر الغضب التي أرساها النبي ﷺ بدءاً من تغيير الهيئة الجسدية، ومروراً بالالتصاق بالأرض، وانتهاءً بتبريد النفس بالماء

**4- ترغيب النبي ﷺ في ثواب الحلم وكظم الغيظ :** من الوسائل التربوية العظيمة التي اعتمدها النبي ﷺ في معالجة الغضب والحد من آثاره: ربط النفس بذكر ثواب كظم الغيظ، وتذكير الإنسان بفضل الحلم وضبط النفس عند الغضب؛ فالتربية النبوية لا تكتفي بتحديد السلوك السليم، بل تغرس الدافع الداخلي للمحافظة عليه عبر الترغيب في الجزاء الأخروي العظيم. قال الله تعالى: {وَالْكَافِرِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ<sup>٥</sup> وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ} [آل عمران: 134]. ففي هذه الآية الكريمة إشارة واضحة إلى أن كظم الغيظ والعفو عن الإساءة من صفات المتقين الذين وعدهم الله تعالى بالمغفرة والجنة<sup>(48)</sup> ، وقد رغب النبي ﷺ في هذا الخلق الجليل، فقال: " من كظم غيظاً وهو قادر على أن ينفذه، دعاه الله عز وجل على رءوس الخلائق يوم القيامة حتى يخيره الله من الحور العين ما شاء"<sup>(49)</sup> ، ففي هذا الحديث وعدٌ عظيم لمن يكظم غضبه مع قدرته على الانتقام، مما يعزز إرادة المؤمن في لحظة الغضب على الصبر والتحمل رجاءً لهذا الثواب.

ومن أجلى صور الترغيب النبوي في الحلم وكظم الغيظ، ما رواه أبو هريرة رضي الله عنه، أن رجلاً قال: يا رسول الله، إن لي قرابة أصلهم ويقطعونني، وأحسن

إليهم ويسبئون إلي، وأحلم عنهم ويجهلون علي، فقال النبي ﷺ: "لئن كنت كما قلت، فكأنما تُلَفُّهُمُ المَل، ولا يزال معك من الله ظهير عليهم ما دمت على ذلك" (50)، وفي هذا الحديث بيان أن الحلم ومقابلة الإساءة بالإحسان تُحدث أثرًا معنويًا في نفس الظالم كأنما يُسقى الرماد الحار (المَل) (51)، إشارة إلى القهر المعنوي الذي يشعر به المسيء، مع وعدٍ من النبي ﷺ بأن يكون الله في عون الحليم ما دام متمسكًا بالحلم والإحسان رغم الأذى (52)

وهكذا يظهر أن المنهج النبوي لم يقتصر على ضبط السلوك الظاهري، بل خاطب الدوافع الداخلية، وغذى النفس بذكر الأجر والمثوبة، مما يجعل كظم الغيظ عملاً نابغاً من قناعة روحية قوية لا مجرد التزام شكلي.

## الخاتمة

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبعد دراسة موضوع "منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب" واستقراء ما ورد في السنة النبوية من توجيهات وأحاديث ومواقف عملية، توصل الباحث إلى ما يلي:

### أولاً - النتائج :

- الغضب من الانفعالات الفطرية التي لا تُذم بإطلاق، وإنما يُحكم عليها بحسب أسبابها وآثارها ومآلاتها.
- السنة النبوية قدمت منهجاً متكاملًا لمعالجة الغضب، يجمع بين الوقاية والعلاج، ويوازن بين حفظ الفطرة وتهذيب السلوك.
- من أبرز الوسائل الوقائية التي دعا إليها النبي ﷺ: اجتناب أسباب الغضب، والتربية على الحلم، وكظم الغيظ، والتحذير من سرعة الانفعال.
- اشتملت الوسائل العلاجية النبوية على جملة من التوجيهات العملية، منها: الاستعاذة بالله، تغيير الهيئة الجسدية، الصمت، الالتصاق بالأرض، الوضوء، وتذكّر الأجر.
- الأحاديث النبوية لم تقتصر على التوجيه النظري، بل تضمنت تصويرًا دقيقًا لحالة الغضب ومآله، كما في حديث «الغضب جمرة» وحديث «ليس الشديد بالصرعة».
- السنة النبوية راعت توجيه الغضب لا قمعه، وربطت ضبطه بالأجر والثواب والمكانة عند الله.
- اتسم المنهج النبوي بالشمول والتدرج، إذ عالج الغضب من جذوره، وربطه بالإصلاح التربوي والسلوكي العام.



## ثانيًا - التوصيات:

- العناية بجمع الأحاديث النبوية التي تعالج الظواهر الانفعالية، ودراستها دراسة موضوعية تحليلية.
- إدراج موضوع ضبط الغضب في برامج التربية الأسرية والمناهج التعليمية، وفق الهدي النبوي.
- توسيع دائرة البحث في الانفعالات الأخرى - كالحزن والفرح والقلق - في ضوء السنة، واستثمارها تربويًا.
- وختاماً أدعوا الله أن يكون هذا العمل قد أسهم في إبراز معالم الهدي النبوي في معالجة الغضب، وتقديم رؤية منهجية تجمع بين النص الشرعي والتحليل الموضوعي، خدمةً لسنة النبي ﷺ، وترسيخاً لهديه في واقع المسلم المعاصر، وما توفيقني إلا بالله عليه توكلت وإليه أنبت، والحمد لله رب العالمين.

## الهوامش:

### القرآن الكريم.

- (1) لسان العرب، ابن منظور، دار صادر - بيروت، الطبعة الثالثة، 1414هـ: 648/1.
- (2) معجم مقاييس اللغة، ابن فارس، تحقيق عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، 1399هـ/1979م. 428/4.
- (3) إحياء علوم الدين، أبو حامد الغزالي، دار المعرفة - بيروت: 167/3.
- (4) المصدر السابق: 168/3.
- (5) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الفضائل، باب مباحثته صلى الله عليه وسلم للأثام واختياره من المباح، 4/1813، برقم: 2327.
- (6) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، 8/28، برقم: 6116.
- (7) سنن الترمذي، محمد بن عيسى الترمذي، تحقيق بشار عواد معروف، دار الغرب الإسلامي - بيروت، 1998م. في سننه، كتاب أبواب الفتن، باب ما جاء ما أخبر النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه بما هو كائن إلى يوم القيامة، 4/54، برقم: 2191، وقال: "هذا حديث حسن".

- (8) ينظر  
<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1582958475080453&id=205263586183289&set=a.322811941095119>
- (9) ينظر مفاتيح الغيب، فخر الدين الرازي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، الطبعة الثالثة، 1420هـ: 9/406.
- (10) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، 28/8، برقم: 6114، ومسلم في صحيحه: كتاب البر والصلة والآداب، باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، 2014/4، برقم: 2609.
- (11) النهاية في غريب الحديث والأثر: 23/3.
- (12) المصدر السابق 24/3.
- (13) أخرجه مسند الإمام أحمد بن حنبل، أحمد بن حنبل، تحقيق شعيب الأرنؤوط وعادل مرشد وآخرون، إشراف: عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة، الطبعة الأولى، 1421هـ/2001م، 39/4، برقم: 2136، حدثنا محمد بن جعفر، حدثنا شعبة، قال: سمعت ليثاً، قال: سمعت طاوساً يحدث.. وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، الهيثمي، تحقيق حسام الدين القدسي، مكتبة القدسي - القاهرة، 1414هـ/1994م: 70/8، وعزاه للطبراني وأحمد وقال: رجال أحمد ثقات؛ لأن ليثاً صرح بالسماع من طاوس.
- (14) جامع العلوم والحكم، ابن رجب الحنبلي، تحقيق شعيب الأرنؤوط وإبراهيم باجس، مؤسسة الرسالة - بيروت، الطبعة السابعة، 1422هـ/2001م: 406/1.
- (15) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، 124/4، برقم: 3282.
- (16) المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، النووي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، الطبعة الثانية، 1392هـ، 163/16.
- (17) ينظر النهاية في غريب الحديث والأثر: 165/5.
- (18) ينظر شرح صحيح البخاري، ابن بطل، تحقيق أبو تميم ياسر بن إبراهيم، مكتبة الرشد - الرياض، الطبعة الثانية، 1423هـ/2003م: 241/9.
- (19) سبق تخريجه ص 7.
- (20) إحياء علوم الدين: 167/3.
- (21) فيض القدير: 179/2.
- (22) المصدر نفسه.
- (23) سبق تخريجه: ص 7.
- (24) سبق تخريجه ص 7.
- (25) ينظر الوافي في شرح الأربعين النووية، مصطفى ديب البغا ومحبي الدين مستو، دار المصطفى - دمشق، الطبعة الثانية، 1431هـ/2010م: ص 110.
- (26) إحياء علوم الدين: 172/3.
- (27) إحياء علوم الدين: 172/3.
- (28) ينظر المصدر نفسه.
- (29) سبق تخريجه: ص 8.

- (30) - صحيح البخاري، محمد بن إسماعيل البخاري، تحقيق محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة، الطبعة الأولى، 1422هـ. كتاب الاستقراض وأداء الديون، باب حسن القضاء، 116/3، برقم 2390، وصحيح مسلم، مسلم بن الحجاج، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، كتاب المساقاة، باب من استسلف شيئاً ففضى خيراً منه، وخيركم أحسنكم قضاء، 1225/3، برقم 1601.
- (31) ينظر الوافي في شرح الأربعين: ص 114.
- (32) سبق تخريجه: ص 7.
- (33) ينظر الوافي في شرح الأربعين: ص 112.
- (34) سبق تخريجه: ص 9. المنه
- (35) المنهل الحديث في شرح الحديث، موسى شاهين لاشين، دار المدار الإسلامي، الطبعة الأولى، 2002م. : 155، 158/3.
- (36) ينظر الكشف عن حقائق غوامض التنزيل، الزمخشري، دار الكتاب العربي - بيروت، الطبعة الثالثة، 1407هـ.: 190/2.
- (37) شرح النووي على صحيح مسلم: 163/16
- (38) أخرجه أبو داود، كتاب الأدب، باب ما يُقال عند الغضب، 229/4، برقم 4782، وأحمد في مسنده: 278/35، برقم: 21348، وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد: 70/8، وعزاه لأبي داود وأحمد، وقال: "رجاله رجال الصحيح".
- (39) سبق تخريجه: ص 7.
- (40) فيض القدير شرح الجامع الصغير، عبد الرؤوف المناوي، المكتبة التجارية الكبرى - مصر، الطبعة الأولى، 1356هـ، مع تعليقات يسيرة لماجد الحموي.: 179/2.
- (41) إحياء علوم الدين: 173/3.
- (42) سبق تخريجه: ص 8.
- (43) فيض القدير: 407/1.
- (44) ينظر إحياء علوم الدين: 174/3.
- (45) وقد جاء التصريح به في الحديث الذي رواه عطية السعدي مرفوعاً: "إن الغضب من الشيطان، وإن الشيطان خلق من النار، وإنما تطفأ النار بالماء، فإذا غضب أحدكم فليتبوضاً" أخرجه أبو داود في سننه، كتاب الأدب، باب ما يُقال عند الغضب، 249/4 برقم 4784، وأحمد في مسنده، 505/29 برقم: 17985، وقال شعيب الأرناؤوط ضعيف، وذكره الألباني في سلسلة الأحاديث الضعيفة والموضوعة، ناصر الدين الألباني، دار المعارف - الرياض، الطبعة الأولى، 1412هـ/1992م: 51/2، وعزاه لأحمد، والبخاري في التاريخ، وسنن أبي داود، أبو داود السجستاني، تحقيق محمد محيي الدين عبد الحميد، المكتبة العصرية، صيدا - بيروت، وابن عساكر، وقال: ضعيف، ومع ذلك فالجمهور على العمل بالحديث الضعيف في فضائل الأعمال، وقد استأنس به الغزالي في إحياء علوم الدين: 174/3 ويشهد لمعناه حديث: "الغضب جمره" الذي حسنه بعض أهل الحديث، مما يجعله مؤيداً للمعنى العام لا مستقلاً بالحكم.
- (46) سبق تخريجه: ص 7.
- (47) ينظر إحياء علوم الدين: 174/3.
- (48) ينظر جامع البيان في تأويل القرآن: 217/7.

- (49) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب الأدب، باب في كظم الغيظ، 248/4، برقم 4777، والترمذي في سننه، أبواب البر والصلة، باب في كظم الغيظ، 440/3، برقم: 2021، وقال الترمذي: "هذا حديث حسن غريب".
- (50) أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب البر والصلة، باب صلة الرحم وإن قطعت، 1982/4، برقم: 2558.
- (51) ينظر النهاية في غريب الحديث والأثر، ابن الأثير، تحقيق طاهر أحمد الزاوي ومحمود الطناحي، المكتبة العلمية - بيروت، 1399هـ/1979م. : 361/4.
- ( 52) ينظر شرح النووي على مسلم: 115/16.