

**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 توجيهًا وواقيةً وعلاجًا، من خلال النصوص الحديثية الثابتة، وقد تناول البحث مفهوم الغضب لغةً واصطلاحًا، وموقف الإسلام منه، ثم عرض أهم الأحاديث النبوية التي تشخص حقيقة الغضب وتحذر من آثاره، وثُبّر المفهوم النبوبي الحقيقي للقوة في ضبط النفس، وانتقل البحث إلى بيان الوسائل النبوية في معالجة الغضب، سواءً ما كان منها وقائيًا كاجتناب أسبابه، أو علاجيًا كالصمت، والاستعاذه، وتغيير الهيئة، والوضوء، وتنكّر الأجر، مع تحليل لهذه التوجيهات من خلال شروح الحديث وكلام أهل العلم، وانتهى البحث إلى نتائج تبيّن شمولية المنهج النبوي وتوازنه، وواقعيته في التعامل مع فطرة الإنسان، كما قدم توصيات بحثية وتربيوية 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، راجيًّا 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 قدوتنا نبيه ﷺ، الذي زكاه بقوله: (وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ)، والصلوة والسلام على من بعث متممًا لمكارم الأخلاق، وعلى آله وصحبه ومن سار على نهجه، واقتفي 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، يزاحج بين الوقاية والعلاج، ويضبط هذه الطاقة الانفعالية دون قمعها، ويوجهها في مسار شرعي سليم. وقد اختارت 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 وتربيوي عميق لهذا الداء، يعالج أسبابه، ويهدب آثاره، ويرتقي بالنفس إلى مقامات الحِلم وضبط الانفعال.

مشكلة البحث :

تكمِّن مشكلة هذا البحث في غياب الوعي المنهجي لدى كثير من المسلمين بمنهج النبي ﷺ في معالجة الغضب، واقتصر النظر إليه على كونه مجرد انتفاف يجب كبحه دون فهم أبعاده النفسية والاجتماعية والتربوية كما رسمتها السنة النبوية. وتتجلى المشكلة - أيضاً - 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 للهدي النبوي في هذا الجانب الحساس

أسئلة البحث :

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

أهداف البحث :

- تعريف الغضب و موقف 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 الهدي 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 بالطبع 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 مضمونها واستبانت ما ترشد إليه من وسائل وقائية وعلاجية.

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

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 وجد 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 للغزالى، ، إضافة إلى مقالات عامة منتشرة في موقع 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 تتبع الأحاديث المتعلقة بالغضب، وتحليلها، واستبانت معلم المنهج النبوى المتكامل في معاجنته.

خطة البحث:

يتكون البحث من تمهيد ومحبثين وخاتمة، وذلك على النحو الآتى:
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 وضياع الهدایة. ثالثاً: تصوير النبي ﷺ الدقيق لحالة الغضب تصویراً حسياً دقيقاً. والمبحث الثاني: المنهج النبوی في معالجة الغضب وقسم إلى:

أولاً: المنهج الوقائي النبوی في معالجة الغضب، ويشتمل على:

احتذاب أسباب الغضب والترغيب في التحلي بالحلم والصبر وكظم الغيظ. وتكرار التوجيه بعدم الغضب. ثانياً المنهج العملي في علاج الغضب أثناء حدوثه، ويشتمل على: الاستعاذه بالله من الشيطان الرجيم. وتعديل الهيئة الجسدية. وترك الكلام عند الغضب، والوضوء عند الغضب لإطفاء ثورة النفس، وترغيب النبي ﷺ في ثواب الحلم وكظم الغيظ ثم الخاتمة: و تعرض أبرز النتائج والتوصيات.

التمهيد:

إن الحمد لله، نحمده حمد الشاكرين، ونسعى به استعانة المحتاجين، ونعود به من شرور أنفسنا ومن سينات أعمالنا، والصلوة والسلام على من أرسله الله رحمةً 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 تقتل الأخلاق من جذورها، وتُزهق المودة في قلوب أصحابها، وتدمي بيوتاً شيدت على التسامح والرحمة.

وقد جاء في اللغة أن الغضب نقىض الرضا، قال ابن منظور: "الغضب: نقىض الرضا. وقد غضب عليه غضباً ومغضباً، وأغضبه أنا فتغضب" ⁽¹⁾. وقال ابن فارس: "الغَيْنُ وَالضَّادُ وَالبَاءُ أَصْلٌ صَحِحٌ يَدْلُلُ عَلَى شِدَّةٍ وَقُوَّةٍ. يُقَالُ: إِنَّ الْغَضْبَةَ الصَّرْخَةُ الصُّلْبَةُ. قَالُوا: وَمِنْهُ اشْتُقَّ الْغَضْبُ، لِأَنَّهُ اشْتَدَادُ السُّخْطِ. يُقَالُ: غَضِبَ يَغْضِبُ غَضِبًا، وَهُوَ غَضِبَانُ وَغَضُوبٌ. وَيُقَالُ: غَضِبْتُ لِفَلَانٍ، 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، يبيّن الإمام الغزالى أن الغضب "عَلَيْهِ دَمُ الْقَلْبِ" بطلب الانتقام ⁽³⁾، وهو بذلك يشير إلى هذا الانفعال الداخلى الشديد الذى يدفع الإنسان للانتقام، ويخرجه عن طبيعته السوية، و يجعله أقرب إلى التهور والطيش منه إلى الحكمة والتراوي.

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

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

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

والغضب إذا لم يلجم بالشريعة 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 جمرة في قلب ابن آدم، أما رأيتم إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه، فمن أحس بشيء من ذلك فليلصق 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 جبت عليه نفسه من طبائع، جاءت الشريعة الإسلامية الغراء لتهذيب هذه الانفعالات وضبطها وترويضها وفق منهج رباني متوازن، يُبقي على المشاعر الإنسانية ويهذبها دون إغائها 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 والقدوة العليا في ضبط النفس ومعالجة الغضب بالحكمة والصبر والتسامح، حتى صار في أخلاقه قرآنًا يمشي على الأرض، قال تعالى: (وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ) (القلم: 4). فلم يُرَ منْ ﷺ في الغضب إلا جميل القول وحسن الفعل وعظيم الخلق، مما جعل حياته مدرسةً أخلاقيةً راقية، تعالج النفوس وتؤدب الأرواح، وترقى بالإنسان من دركات الهوى إلى مدارج الكمال والسمو الأخلاقي⁽⁹⁾.

ومن هنا، جاءت هذه الدراسة، لسلط الضوء على منهج النبي ﷺ في معالجة الغضب من خلال استقراء أحاديثه الشريفة وموافقه العملية، في محاولةٍ لاستخلاص الدروس وال عبر التي تمكّن الفرد من السيطرة على غضبه، وتعيينه على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، تأسياً 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 تنوّعت إشاراته إلى هذا الموضوع بين بيان نظري، وتجوّيده سلوكياً، وموافق تطبيقي، 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 لا يُعلُّب، فنقوله إلى الذي يغلب نفسه عند الغضب ويقهرها؛ فإنه إذا ملكها كان قد قهر أقوى أعدائه وشر حصومه"⁽¹¹⁾، ثم قال: "وهو من فصيح الكلام؛ لأنَّه 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 الهدایة : جاء في الحديث الذي رواه الإمام أحمد في مسنده قال: حدثنا محمد بن جعفر، حدثنا شعبة، قال: سمعت ليثا، قال:

سمعت طاووسا، يحدث عن ابن عباس رضي الله عنهم أن النبي ﷺ قال: "علموا، ويسروا، ولا تعسروا، وإذا غضب أحدهم فليسكت"⁽¹³⁾، فيُشير هذا الحديث إلى أن الغضب لا يؤثّر فقط على الحالة النفسيّة للفرد، بل يمتد تأثيره إلى قدرته على التواصل الفعّال والتعليم البشري. ففي لحظات الغضب، قد يفقد الإنسان السيطرة على أقواله وأفعاله، مما يؤدي إلى نتائج سلبية في سياق التعليم والتوجيه. قال ابن رجب الحنبلي: "الغضبان يصدر منه في حال غضبه من القول ما يندم عليه في حال زوال غضبه كثيراً من السباب وغيره مما يعظم ضرره، فإذا سكت زال هذا الشر كله عنه"⁽¹⁴⁾. لذا، يوصي النبي ﷺ بالسكتوت عند الغضب، كوسيلة لضبط النفس والحفاظ على جودة التعليم والتوجيه؛ فالسكتوت في هذه الحالة ليس ضعفاً، بل هو تعبير عن الحكمة والرزانة، ويتّيح للفرد فرصة التأمل وإعادة التوازن قبل الاستمرار في الحديث أو التعليم.

إن هذا التوجيه النبوّي يُبرّر أهمية التحكم في الانفعالات، خاصةً في مواقف التعليم والتوجيه، حيث يكون التأثير على الآخرين كبيراً؛ فالتحلي بالحلم وضبط النفس يسهم في نقل المعرفة بشكل فعّال، ويعزّز من قدرة المتعلم على الاستيعاب والفهم. وبالتالي فإن الرابط بين الغضب وضعف التعليم وضياع الهدایة يؤكد على ضرورة التزام المعلم بالحكمة والتؤدة، والابتعاد عن الغضب والانفعال لضمان تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية المرجوة.

ثالثاً. التصوير النبوّي الدقيق لحالة الغضب وأبعاده الجسدية والنفسية: تميّز التصوير النبوّي للغضب بالدقة والعمق، إذ لم يكتف النبي ﷺ بتوصيفه كحالة انفعالية، بل رصد علاماته الظاهرة وأثاره النفسيّة والجسديّة، 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 أحمر وجهه، وانتفخت أوداجه، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: "إني لأعلم كلمة لو قالها ذهب عنه ما يجد، لو قال: أعود بالله من الشيطان، ذهب عنه ما يجد" فقالوا له: إن النبي صلى الله عليه وسلم قال: تعود بالله من الشيطان، فقال: وهل بي جنون"⁽¹⁵⁾، قال النwoي: " 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 الاستعاذه مختصه بالمجنون ولم يعلم أن الغضب من نزغات الشيطان"⁽¹⁶⁾

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

و فيه إرشاد إلى أن الغضب داء، و علاجه مغابلة نفسه عليه، والاستعاذه من نزعات الشيطان، والبعد عن أسبابه، وهو أصل في الطب النفسي النبوى، الذى يُقدم الوقاية قبل التدخل⁽¹⁸⁾.

ومن لطيف ما يُستنبط من الحديث أن النبي ﷺ لم يزجر الغاضب، ولم يعنّفه، بل خاطب حاله بلطف، وأرشده إلى كلمة تهدى نفسه، وتطفي غضبه، مما يبرز سمو المنهج النبوى التربوى في التعامل مع الانفعالات النفسية والانفجارات السلوكية، بحكمة وتأني ورحمة.

رابعاً - تصوير النبي ﷺ لحالة الغضب تصويراً حسياً 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 رأيت إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه، فمن أحس بشيء من ذلك فليلصق بالأرض"⁽¹⁹⁾.

ويُظهر الحديث بوضوح: أن الغضب حرارة داخلية متأججة (شُهِّدت بالجمرة)، وأن هذه الجمرة تتعكس 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 أعلى 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"⁽²⁰⁾.

كما أن النبي ﷺ في هذا الحديث أرشد إلى علاج تربوي نفسيٍّ عبر الالتصاق بالأرض، قال المناوي: "فليضطجع بالأرض ويلصق نفسه فيها لتنكسر حدته وتذهب حدة غضبه"⁽²¹⁾، أو المقصود تغيير الوضع إلى الجلوس قال المناوي: "فليجلس ولا يعدو به الغضب فيجلسه في نفسه ولا يعده إلى غيره بإذائه والانتقام منه"⁽²²⁾، ويُستفاد من هذا الحديث العظيم أن التشخيص النبوى لحالة الغضب لم يكن نظرياً، بل كان وصفياً واقعياً، يقرأ الجسد ويقترح عليه دواءً سلوكياً مباشراً.

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

المبحث الثاني - المنهج النبوّي في معالجة الغضب:

تُعدّ ظاهرة الغضب من أكثر الظواهر النفسية شيوعاً بين الناس، ولها آثار سلبية كبيرة على الفرد والمجتمع إذا تركت دون ضبط وتوجيهه، 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 الفولية والتطبيقات العملية التي جسدها النبي ﷺ في حياته اليومية.

وسيتناول هذا المبحث المنهج النبوّي 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 النبوّي في معالجة الغضب : يقوم المنهج النبوّي 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 سأله رجل أن يوصيه، فقال له: "لا تغضب"⁽²³⁾، وقد ردّ النبي ﷺ هذه الوصيّة مراراً، مما يدل على أهمية هذا التوجيه، لا من جهة كفّ الغضب فقط عند ثورانه، بل من جهة اجتناب أسبابه المؤدية إليه ابتداءً. ولهذا، فإن قول النبي ﷺ: "لا تغضب"⁽²⁴⁾ يحمل على معنيين⁽²⁵⁾:

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

وقد أشار الإمام الغزالى إلى هذا المعنى بقوله: "قد عرفت أن علاج كل علة حسم مادتها وإزالتها أسبابها، فلا بد من معرفة أسباب الغضب"⁽²⁶⁾. ثم بيّن الغزالى - رحمة 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" (27)

فمنهج النبي ﷺ في قوله "لا تغضب" يتسع ليشمل الأمر بإزالة هذه الأخلاق الذمية 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 الحرث على المال والجاه، ليتم بذلك استئصال أصل العلة؛ لأن الأشياء تعالج بأضدادها، وأن قلبك إن لم تشغله بالحق شغلك بالباطل (28) 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 التحلّي بالحلم والصبر وكظم الغيظ: حدّ النبي ﷺ على التحلّي بفضيلة الحلم وكظم الغيظ، واعتبر ذلك علامه القوة الحقيقية، فقال ﷺ: «ليس الشديد بالصُّرْعَةِ، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب» (29)، 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 الاستثنارات الانفعالية. وما يؤكد هذا المنهج التربوي النبوي في تعزيز خلق الحلم موقفه مع رجل جاف غليظ، جاءه يطلب سداد دين كان عليه، فأغلط فهم به أصحابه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "دعوه، فإن لصاحب الحق مقالاً"، ثم قال: "أعطوه سنا مثل سنه"، قالوا: يا رسول الله، إلا أمثل من سنه، فقال: "أعطوه، فإن من خيركم أحسنكم قضاء" (30)، 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 التحلّي بالحلم ليس مجرد صبر سلبي، بل هو خلق إيجابي قوامه العدل والرفق والإحسان (31).

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 معلم المنهج النبوي الوقائي في معالجة الغضب: تكرار النبي ﷺ للتوجيه الصريح بضرورة اجتناب الغضب والتنبية المستمرة إلى خطورته وأهمية كبح جماحه. ويتجلى ذلك بوضوح في حديث أبي هريرة رضي الله عنه: "أَنْ رَجُلًا قَالَ لِنَبِيِّنَا: أَوْصِنِي، قَالَ: لَا تَغْضِبْ. فَرَدَّ مَرَارًا، قَالَ: لَا تَغْضِبْ" (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 وصيحةً جامدة، تدلّ على الطريق المستقيم. ومع كل تكرار للسؤال، ظل النبي ﷺ يكرر نفس الجواب: "لَا تغضبْ"، 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 تكرار يراد به التأكيد والإشعار بخطورة الغضب، والتنبية إلى أن معالجته تبدأ قبل استفحاله من خلال اجتناب أسبابه وتهيئة النفس لتقدير المواقف بصدر رحب وعقل متزن.

ومن الملاحظ أن هذا التكرار في التوجيه "لَا تغضبْ" يرسم لنا منهجاً وقائياً بالغ الدقة ممثلاً في أمور أبرزها أنه:

- يعالج الغضب في مراحله المبكرة قبل أن يتحول إلى فعلٍ أو قولٍ يفسد العلاقات.
- يربّي النفس على التسامي عن المثيرات اليومية التي لا يخلو منها مجتمع أو معاملة.
- يؤكد أن أعظم سلاح لمواجهة الفتن الاجتماعية والنفسية هو ضبط الغضب وكتمه.
- ومن ثم فإن النبي ﷺ لم يكتف 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 قدم وسائل عملية تساعده على إدارة الغضب عند حدوثه مباشرةً، وتمثل في الوسائل التالية:

1. الاستعادة بالله من الشيطان الرجيم : إن من أهم الوسائل النبوية العملية لعلاج الغضب وتحفييف حدته: الأمر بالاستعادة بالله تعالى من الشيطان الرجيم عند حدوث الغضب. فقد روى سليمان بن صرد رضي الله عنه قال: "كنت جالساً مع النبي صلى الله عليه وسلم ورجلان يسببان، فأحدهما أحمر وجهه، وانتفخت أوداجه، فقال النبي

صلى الله عليه وسلم: "إني لأعلم كلمة لو قالها ذهب عنه ما يجد، لو قال: أعود بالله من الشيطان، ذهب عنه ما يجد" (34)

في هذا الحديث الشريف يظهر مدى عناد النبي ﷺ بالمعالجة المباشرة لحالات الغضب، وربطه بين الغضب المذموم وبين سوسة الشيطان ومداخله إلى النفس؛ فالشيطان يغذي الغضب ويُوجِّه نار الانفعال في القلب، حتى يُخرج الإنسان عن طوره ويُوقِّعه في الظلم والعدوان، ومن هنا كان العلاج الناجع الذي أوصى به النبي ﷺ هو الاستعاذه 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: {وَإِمَّا يَنْزَعَكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِدْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ} [الأعراف: 200]. فالآية الكريمة تبين أن ما يعتري النفس من نزغات الغضب والعدوان هو من عمل الشيطان، وأمرت بالاستعاذه بالله تعالى منه، لشُتُّعاد السكينة والطمأنينة (36)، وقد علق الإمام النووي رحمة الله على توجيه النبي ﷺ في هذا الموطن بقوله: "فيه أن الغضب في غير الله تعالى من نزغ الشيطان وأنه ينبغي لصاحب الغضب أن يستعيذ فيقول أعود بالله من الشيطان الرجيم وأنه سبب لزوال الغضب" (37). ويؤكد هذا أن علاج الغضب في المنهج النبوي ليس حسياً فقط، بل روحياً أيضاً عبر الاتصال بالله تعالى واستحضار عظمته، مما يردع النفس عن الاندفاع وراء الغضب الأعمى، ويعيد إليها توازنها العقلي والنفسي في اللحظة الحرجة.

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

1- تغيير الهيئة الجسدية: من الوسائل العملية الدقيقة التي أرشد إليها النبي ﷺ لعلاج الغضب عند وقوعه: تغيير وضعية الجسد وتحفيظ مظاهر التوتر البدني المرتبطة بالغضب، فعن أبي ذر الغفاري رضي الله عنه مرفوعاً: «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 طلباً 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 فليلصق بالأرض"⁽³⁹⁾ ففي هذا الحديث الشريف وصفٌ 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، لتنكسر حدته وتذهب سورة غضبه"⁽⁴⁰⁾ ، فالتجيئ 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 بين الإمام الغزالى رحمة الله الحكمة العميقة من هذا الالتصاق بالأرض بقوله: "وكان هذا إشارة إلى السجود وتمكين أعز الأعضاء من أذل الموضع وهو التراب؛ لتشعر به النفس الذل وتزاييل به العزة والزهو الذي هو سبب الغضب"⁽⁴¹⁾ 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 ليطفئ جمرة الغضب قبل أن تشتعل وتقصد الدين والدنيا معًا.

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 التقوه بما قد يندم عليه الإنسان لاحقًا. فقد جاء في حديث عبد الله بن عباس رضي الله عنهما أن النبي ﷺ قال: "علموا ويسروا ولا تعسروا، وإذا غضب أحدكم فليسكت"⁽⁴²⁾. 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 تجر 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 يجب الندم عليه عند سكون سورة الغضب: ولأن الانفعال ما دام موجوداً فنار الغضب تتأجج وتتزايد، فإذا سكت أخذت في الهدوء والخمود"⁽⁴³⁾

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

3- الوضوء عند الغضب لإطفاء ثورة النفس: من العلاج النبوي البديع للغضب: استعمال الماء لخفيف ثورة النفس وتهيئة اضطرابها، مستنداً إلى حقيقة أن الغضب في طبيعته يشبه النار اضطراماً وشدة، وأن النار لا يطفئها إلا الماء⁽⁴⁴⁾ ، وقد أشار النبي ﷺ إلى هذا المعنى في أحاديث متعددة⁽⁴⁵⁾، منها قوله: "إلا إن الغضب جمرة تونق في قلب ابن آدم، أما ترون إلى حمرة عينيه وانتفاخ أوداجه؟"⁽⁴⁶⁾ ، وقد ذكر الغزالى على أن معالجة الغضب بالماء تقوم على مقابلة الطبائع: فالغضب من قبيل الحرارة المشتعلة، والماء بطبيعته مبرد مهدى، ولهذا شرع استعماله عند اشتداد الانفعال⁽⁴⁷⁾

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

وهكذا يتضح أن الوضوء والاغتسال بالماء البارد يمثلان مرحلة متقدمة من خطوات كسر الغضب التي أرساها النبي ﷺ بدءاً من تغيير الهيئة الجسدية، ومروراً بالالتصال 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، وتنذير الإنسان بفضل الحلم وضبط النفس عند الغضب؛ فالتربيـة النبوـية لا تكتـفي بـتحديد السـلوك السـليم، بل تـغرس الدـافع الدـاخـلي لـالـمـحـافظـة عـلـيـه عـبـرـ التـرـغـيبـ فيـ الجـزـاءـ الـأـخـرـوـيـ الـعـظـيمـ. قالـ اللهـ تـعـالـىـ: {وـالـكـاظـمـينـ الـغـيـظـ وـالـعـافـينـ عـنـ النـاسـ} وـالـلـهـ يـحـبـ الـمـحـسـنـينـ} [آل عمران: 134]. فـيـ هـذـهـ الـآـيـةـ الـكـرـيمـةـ إـشـارـةـ وـاـضـحـةـ إـلـىـ أنـ كـاظـمـ الـغـيـظـ وـالـعـفـوـ عـنـ الـإـسـاءـةـ مـنـ صـفـاتـ الـمـتـقـنـ الـذـيـنـ وـعـدـهـمـ اللهـ تـعـالـىـ بـالـمـغـفـرـةـ وـالـجـنـةـ⁽⁴⁸⁾ ، وـقـدـ رـغـبـ النـبـيـ ﷺ فـيـ هـذـاـ الـخـلـقـ الـجـلـيلـ، فـقـالـ: "مـنـ كـاظـمـ غـيـظـاـ وـهـوـ قـادـرـ عـلـىـ أـنـ يـنـفـذـهـ، دـعـاهـ اللـهـ عـزـ وـجـلـ عـلـىـ رـعـوـسـ الـخـلـانـقـ يـوـمـ الـقـيـامـةـ حـتـىـ يـخـيرـهـ اللـهـ مـنـ الـحـورـ الـعـيـنـ مـاـ شـاءـ"⁽⁴⁹⁾ ، فـيـ هـذـاـ الـحـدـيـثـ وـعـدـ عـظـيمـ لـمـنـ يـكـاظـمـ غـضـبـهـ مـعـ قـدـرـتـهـ عـلـىـ الـاـنـقـامـ، مـاـ يـعـزـزـ إـرـادـةـ الـمـؤـمـنـ فـيـ لـحـظـةـ الـغـضـبـ عـلـىـ الصـبـرـ وـالـتـحـمـلـ رـجـاءـ لـهـاـ التـوـابـ.

وـمـنـ أـجـلـىـ صـورـ التـرـغـيبـ النـبـوـيـ فـيـ الـحـلـمـ وـكـاظـمـ الـغـيـظـ، مـاـ رـوـاهـ أـبـوـ هـرـيرـةـ رـضـيـ اللـهـ عـنـهـ، أـنـ رـجـلـاـ قـالـ: يـاـ رـسـوـلـ اللـهـ، إـنـ لـيـ قـرـابـةـ أـصـلـهـمـ وـيـقـطـعـونـنـيـ، وـأـحـسـنـ

إليهم ويسأئلون إلي، وأحلم عنهم ويجهلون علي، فقال النبي ﷺ: "لئن كنت كما قلت، فكأنما تُسْفِهُنَّ الْمُلُّ، وَلَا يَزَالُ مَعَكَ مِنَ اللَّهِ ظَهِيرٌ عَلَيْهِمْ مَا دَمْتَ عَلَى ذَلِكَ" (50)، وفي هذا الحديث بيان أن الحلم ومقابلة الإساءة بالإحسان تُحدث أثراً معنوياً في نفس الظالم كأنما يُسقى الرماد الحار (المل) (51)، إشارة إلى القهر المعنوي الذي يشعر به المسيء، مع وعدٍ من النبي ﷺ بأن يكون الله في عون الحليم ما دام متمسقاً بالحلم والإحسان رغم الأذى (52).

وهكذا يظهر أن المنهج النبوي لم يقتصر على ضبط السلوك الظاهري، بل خاطب الدوافع الداخلية، وغذى النفس بذكر الأجر والثواب، مما يجعل كظم الغيظ عملاً نابعاً 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 وموافق عملية، توصل الباحث إلى ما يلي:

أولاً - النتائج :

- الغضب من الانفعالات الفطرية التي لا ثُمُّم بإطلاق، وإنما يُحکم عليها بحسب أسبابها وآثارها وما لاتها.
- السنة النبوية قدمت منهجاً متكاملاً لمعالجة الغضب، يجمع بين الوقاية والعلاج، ويوارن 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.
- اشتغلت الوسائل العلاجية النبوية على جملة من التوجيهات العملية، منها: الاستعادة بالله، تغيير الهيئة الجسدية، الصمت، الالتصاق بالأرض، الوضوء، وتذگر الأجر.
- الأحاديث النبوية لم تقتصر على التوجيه النظري، بل تضمنت تصویراً دقيقاً لحالة الغضب وما له، 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 والتدريج، إذ عالج الغضب من جذوره، وربطه بالإصلاح التربوي والسلوكي العام.

ثانياً - التوصيات:

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

الهوامش:

القرآن الكريم.

- (1) لسان العرب، ابن منظور، دار صادر - بيروت، الطبعة الثالثة، 1414هـ: 648.
 - (2) معجم مقاييس اللغة، ابن فارس، تحقيق عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، 1399هـ/1979م/4/428.
 - (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 مبادعته صلى الله عليه وسلم للاثام واختيارة من المباح ، 1813/4، برقم: 2327.
 - (6) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، 28/8، برقم: 6116.
 - (7) سنن الترمذى، محمد بن عيسى الترمذى ، تحقيق بشار عواد معروف، دار الغرب الإسلامى - بيروت، 1998م. فى سننه، كتاب أبواب الفتن، باب ما جاء ما أخبر النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه بما هو كائن إلى يوم القيمة، 54/4، 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 : 406/9.
- (10) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، 28/8، برقم: 6114، ومسلم في صحيحه: كتاب البر والصلة والأداب، 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 مسن الإمام أحمد بن حنبل، أحمد بن حنبل، تحقيق شعيب الأرناؤوط وعادل مرشد وأخرون، 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 ليثا، قال: سمعت طاووسا يحدث..، وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، الهيثمي، تحقيق حسام الدين القذسي، مكتبة القذسي - القاهرة، 1414هـ/1994م: 70/8، وعزاه للطبراني وأحمد وقال: رجال أحمد ثقافتان، لأن ليثا صرخ بالسماع من طاووس.
- (14) جامع العلوم والحكم، ابن رجب الحنفي، تحقيق شعيب الأرناؤوط 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، 16/163.
- (17) ينظر النهاية في غريب الحديث والأثر: 165/5.
- (18) ينظر شرح صحيح البخاري، ابن بطال، تحقيق أبو تميم ياسر بن إبراهيم، مكتبة الرشد - الرياض، الطبعة الثانية، 1423هـ/2003م: 241/9.
- (19) سبق تخرجه ص 7.
- (20) إحياء علوم الدين: 3/167.
- (21) فيض القدير: 2/179.
- (22) المصدر نفسه.
- (23) سبق تخرجه: ص 7.
- (24) سبق تخرجه ص 7.
- (25) ينظر الوافي في شرح الأربعين النووي، مصطفى ديب البغا ومحبي الدين مستو، دار المصطفى - دمشق، الطبعة الثانية، 1431هـ/2010م: ص 110.
- (26) إحياء علوم الدين: 3/172.
- (27) إحياء علوم الدين: 3/172.
- (28) ينظر المصدر نفسه.
- (29) سبق تخرجه: ص 8.

- (30)- صحيح البخاري، محمد بن إسماعيل البخاري، تحقيق محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة، الطبعة الأولى، 1422هـ. كتاب الاستقرار وأداء الديون، باب حسن القضاء، 116/3، برقم 2390، صحيح مسلم، مسلم بن الحاج، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، كتاب المسافة، باب من استخلف شيئاً فقضى خيراً منه، وخيركم أحسنكم قضاء، 1225/3، 1601، برقم 1225.
- (31) ينظر الوافي في شرح الأربعين: ص 114.
- (32) سبق تخرجه: ص 7.
- (33) ينظر الوافي في شرح الأربعين: ص 112.
- (34) سبق تخرجه: ص 9 منه.
- (35) المنهل الحديث في شرح الحديث، موسى شاهين لاشين، دار المدار الإسلامي، الطبعة الأولى، 2002م، 158/3، 155.
- (36) ينظر الكشاف عن حائق 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، 4782، وأحمد في مسنه: 278/35، برقم: 21348، وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد: 70/8، وعزاه لأبي داود وأحمد، وقال: "رجاله رجال الصحيح".
- (39) سبق تخرجه: 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: 3/173.
- (42) سبق تخرجه: ص 8.
- (43) فيض القدير: 1/407.
- (44) ينظر إحياء علوم الدين: 3/174.
- (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 فليتوضاً" أخرجه أبو داود في سنته، كتاب الأدب، باب ما يُقال عند الغضب، 249/4، 4784 برقم 505/29 في مسنه، 17985 برقم: 51، وقال شعيب الأرنؤوط ضعيف، وذكره الألباني في سلسلة الأحاديث الضعيفة والموضوعة، ناصر الدين الألباني، دار المعرفة - الرياض، الطبعة الأولى، 1412هـ/1992م: 51، 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: 3/174 ويشهد لمعناه حديث: "الغضب حمرة" الذي حسن بعض أهل الحديث، مما يجعله مؤيداً للمعنى العام لا مستقلاً بالحكم.
- (46) سبق تخرجه: ص 7.
- (47) ينظر إحياء علوم الدين: 3/174.
- (48) ينظر جامع البيان في تأویل القرآن: 7/217.

- (49) أخرجه أبو داود في سننه، كتاب الأدب، باب في كظم الغيظ، 248/4، برقم 4777 والترمذمي في سننه، أبواب البر والصلة، باب في كظم الغيظ، 440/3، برقم: 2021، وقال الترمذمي: "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 ومحمد الطناхи، المكتبة العلمية - بيروت، 1399هـ/1979م : 361/4 .
- (52) ينظر شرح النووي على مسلم: 115/16 .