

« علاج الغضب » - الأستاذ الدكتور. عيسى بن محمد المسلمي.

عيسى المسلمي

مع حديث النبي الكريم صلى الله عليه وسلم لا تغضب لا تغضب لا تغضب في الصحيحين استب رجلان عند النبي عليه الصلاة والسلام يعني جعل كل منهما يسب الآخر قال الراوي ونحن جلوس عنده واحدهما يسب صاحبه مغضبا - [00:00:00](#)

قد احمر وجهه قد احمر وجهه فقال النبي صلى الله عليه وسلم اني لاعلم كلمة لو قالها لا ذهب عنهما يجد لو قال اعوذ بالله من الشيطان الرجيم. هذا في الصحيحين. اذا - [00:00:34](#)

من اعظم ما يذهب الغضب باذن الله تبارك وتعالى الاستعاذة من الشيطان الرجيم وذلك لان الغضب انما يحمل عليه الشيطان غضب يحمل عليه الشيطان والله تعالى فالله تعالى يقول آآ النبي عليه الصلاة والسلام يقول اني لا اعلم كلمة لو قالها - [00:01:00](#)

لذهب عنه ما يجد يعني يذهب عنه الضغط الشديد والاحمرار الوجه وشدة الاثر على النفس اعوذ بالله من الشيطان الرجيم. ايضا من الامور المهمة التي يرجى ان تكون سببا في رفع الغضب - [00:01:27](#)

ان يتغير او يغير الانسان حاله قال عليه الصلاة والسلام قال عليه الصلاة والسلام اذا غضب احدكم اذا غضب احدكم فليستك معناه اذا لان المتكلم واثناء الكلام الشخص الغاضب الغضبان - [00:01:52](#)

اذا اطلق للسانه العنان فقد ينتج عن ذلك اقوال وينتج عن ذلك مضار ومفاسد فارشد النبي الكريم عليه الصلاة والسلام الى السكوت فاذا سكت كان ذلك اسلم لنفسه لا يتكلم وذلك العاقل العاقل - [00:02:17](#)

حتى لو حصل له الغضب فانه يتوقف عن التصرفات الاقوال والافعال يتوقف حتى يذهب عنه الغضب لا يتخذ قرارا وهو غضبان لا يتخذ قرارا وهو غضبان لا يتكلم بكلام ينبي عن غضبه فيكون فيه قطيعة او فيه كلمة يرد بها موارد شديدة الى غير ذلك -

[00:02:43](#)

من الاثار المترتبة على الكلام في حال الغضب ايضا قال عليه الصلاة والسلام اذا غضب احدكم وهو قائم فليقعده كما روي عنه عليه الصلاة والسلام فان ذهب عنه ما يجد والا فليضطجع - [00:03:14](#)

الاشارة في هذا او الحكمة قال بعض العلماء لان الواقف متحفز لفعل شيء ما فاذا قعد خف ذلك التحفظ فاذا ذهب عنه ما يجد والا فليضطجع. قالوا ويشهد لهذا ما ذكره النبي عليه الصلاة والسلام - [00:03:36](#)

لما ذكر الفتن قال ان المضطجع فيها خير من القاعد والقاعدة فيها خير من القائم. والقائم خير من الماشي. والماشي خير من الساعي قالوا لان هذا كل مكان اقل تحفزا كل ما كان ابعد عن الاثار المترتبة - [00:03:56](#)

على الغضب قال بعض السلف ما امتلأت غيظا قط ولا تكلمت في غضب قط ما اندم عليه اذا رضيت. يقول ما اتكلم في حال غضبي بكلام اندم عليه بعد ذلك - [00:04:18](#)

ايضا ثمة علاجان عظيمان للغضب اما الاول فيدل عليه على سبيل الاجمال ما تقدم انفا وما سيأتي من ان الغضب من الشيطان الغضب من الشيطان بدلالة قوله عليه الصلاة والسلام - [00:04:36](#)

عن الغضبان اني لاعلم كلمة لو قالها لذهب عنه ما وجد اعوذ بالله من الشيطان الرجيم فدل ذلك على ان غضب من الشيطان الامر الآخر الغضب من الشيطان. الامر الآخر الاحاديث التي - [00:05:01](#)

رويت الوضوء فان الماء يبرد الجسم والغضبة اذا كانت من الشيطان فانها يكون فيها حرارة في الانسان والماء يطفئ تلك الحرارة وما روي عن النبي عليه الصلاة والسلام وان كان الاسناد فيه نظر - [00:05:21](#)

لكن يستأنس به في مثل هذا. قال عليه الصلاة والسلام ان الغضب من الشيطان وان الشيطان خلق من النار. وانما تطفأ النار بالماء فاذا غضب احدكم فليتوضأ اذا غضب فليتوضأ. يذهب عنه باذن الله - [00:05:48](#)

ما يجد ايضا ايضا الصلاة اذا قال قائل ما الدليل على ذلك الدليل على ذلك والله تعالى اعلم ما قاله ما جاء عنه عليه الصلاة والسلام انه كان اذا حزبه امر - [00:06:09](#)

هذه عائلة الصلاة اذا حزبه امر يعني اذا نزلت به نازلة امر شديد امر امر يثير الهموم امر له اثر يفزع النبي الكريم عليه الصلاة والسلام الى الوقوف بين يدي ربه - [00:06:29](#)

فما احسن ان يلجأ الانسان الى الصلاة الى ربه تبارك وتعالى فيصلح ركعتين او ما استطاع في حال الغضب نعم مما يدفع الغضب عن الانسان ايضا ما ثبت عنه عليه الصلاة والسلام في الصحيحين ان يعرف الانسان - [00:06:48](#)

ان يعرف الانسان قيمة الحلم ومكانته ورجولته كيف تكون وقوة الرجل كيف تكون. ليست القوة في شدة الغضب والاندفاع قال عليه الصلاة والسلام ليس الشديد بالصرعة يعني الذي يصرع الناس كثيرا انما الشديد الذي يملك - [00:07:09](#)

نفسه عند الغضب ما احوج الانسان الى مثل هذه الاداب. برنامج اكاديمية زاد علم يزداد - [00:07:32](#)