

الرَّسُولُ ﷺ قُدُوتِي فِي الْعَفْوِ وَالتَّسَامُحِ

العفو النبوي عن زلات الأصحاب والأعداء



إذا كان علماء النفس الغربيين في عصرنا الحالي قد توصلوا إلى إدراك أهمية العفو لتجنب الصراعات النفسية والتمتع بالسكينة المعنوية، حيث يوجهون الناس بقولهم: اعف عن الآخرين لتتعم بالراحة النفسية (forgive for good) فالمسلم يقول: اعف في سبيل الله جلّ علاه (god forgive for) وافرقت كبير بين من يتخلق بالعفو من أجل تحقيق مصلحة شخصية فانية وهي الشعور بالطمأنينة الدنيوية وبين من يسمح ليربي نفسه على الصلح وينهاها عن الانتقام ابتغاء مرضاة الله، فيفوز بالحسنين، وهما التوازن النفسي في الدنيا والأجر والثواب من الله جلّ علاه في الآخرة.

أرسلت إلى الملائكة، بل بُعثت إلى بشر، والبشر لا يخطئون فحسب بل هم خطأؤون أي يكررون الخطأ عن غير قصد، لذلك فالمطلوب ليس هو القسوة بل الليونة. لقد بيّن الله تعالى لنبيه حتى في حالة التعبير عن انفعاله ماذا سيحدث، فقد يحوّله الغضب إلى شخص قاس غليظ القلب، وأوضح له نتيجة هذه السلوك الانفعالي (ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك)، أي أن أصحابه سينفرون منه، وهو أمر يُقلّل من فرص نجاح دعوته النبيلة التي تسعى لجمع الناس وليس لتفريقهم، وخطاب الله تعالى لرسوله صلى الله عليه وسلم بهذه الطريقة يعكس أنه سبحانه يوجّه نبيه للتخلي بالأخلاق الرفيعة حتى لا تميل نفسه للانجرار إلى الطباع الخبيثة، أي رد السيئة بمثلها أو بإساءة أكبر منها (٢).

● المنهج النبوي في تدبير

الخلافة مع الأعداء

لم يكتف رب العالمين بتذكير خليله بالصبر على الشر الصادر عن أصحابه، بل ذكّر أيضاً بالخير الذي طلبه لأعدائه حين قال له ملك الجبال عندما أساء إليه أهل الطائف (إن شئت أطبقت عليهم الأخشبين)، فالباري سبحانه يخاطبه بما معناه، لقد طلبت مني يا رسول الهدى أن أهدي أهل تلك البلدة حين ذهبت إليهم لتدعوهم فضربوك بالحجارة فأرسلت لك ملك الجبال لتأمّره بما

لقد كان هذا الخلق بارزاً في شخصية النبي صلى الله عليه وسلم، فكيف كان يعفو عن أخطاء أصحابه؟ وكيف كان يتجاوز عن زلات أعدائه؟ وكيف استطاع أن يكسب قلوب الجميع بقدرته على الصبح الجميل؟

● المنهج النبوي في تدبير

الخلافة مع الأعداء

إن النبي صلى الله عليه وسلم تعرض في أحيان كثيرة للإساءة من طرف الصحابة، لكنه لم يكن يقابل السيئة بالسيئة بل يعفو عنهم ويحسن إليهم، ففي معركة أحد على سبيل المثال، أمر الرماة بالبقاء في قمة الجبل حتى وإن تبين لهم أن جيش المسلمين قد انتصر لكنهم خالفوا تعليماته، وتسببوا في انقلاب موازين المعركة رأساً على عقب. إن تصرف الصحابة بهذا الشكل أثار الغم والغيب في قلب النبي صلى الله عليه وسلم، فأوحى الله إليه قائلاً: (فيما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظاً غليظ القلب لانفضوا من حولك فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم في الأمر فإذا عزمت فتوكل على الله إن الله يحب المتوكلين) (آل عمران: ١٥٩)، أي إياك يا نبي الهدى أن تغضب عليهم أو تدم على استشارتهم في أمر الدين، فطبيعتك الهادئة التي وهبها الله لك ستعينك على كظم غيظك في قرارة نفسك وعدم إظهاره في شكل غضب كتأنيبهم أو الإعراض عن التحدث معهم (١).

إن في استعمال عبارة (لنت لهم) إثارة لانتباه الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم إلى الطبيعة النفسية لأتباعه، فكان رب العالمين يقول له، لا تظن يا حبيب الله أنك



د. رضى الجمراي
أخصائي في علم
النفس الإكلينيكي

التسامح نصف السعادة





إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ»، فإله تعالى لن يساعد من لا يريد مساعدة نفسه في المقام الأول، ولهذا عليك حل المشكلة من جذورها، فإن ضربنا أبسط الأمثلة في الحياة وهو الهمّ الذي يصيب الطّلاب عند تقديم الامتحان، فمن هو الذي يحمل الهمّ عند الامتحان؟ أهو الطّالب المجتهد الذي درس طيلة العام الدّراسي ووقت الامتحان وأعطى الدّراسة حقّها، أم هو ذلك الطّالب المهمل الذي أضاع الوقت في اللّعب واللّهو طيلة العام واستيقظ ليلة الامتحان ليدرسه؟ ولا نتكلّم هنا عن الشّعور بقليل من القلق، فهذا أمر طبيعيّ يصيب الجميع، فإن لم نخف ولو قليلاً من المستقبل فإننا لن نعمل له، لكننا نتكلّم عن ذلك الهمّ الذي يؤرّقنا في اللّيل ويمنعنا من حبّ الحياة والاستمتاع بها.

كما عليك أيضاً للتوقف عن الهم أن تغتبر عن طريق تفكيرك بأكملها من السلبية إلى الإيجابية، فالإيجابية هي إبعاد جميع تلك الأفكار الصغيرة التي تتولد في دماغ الإنسان وتكبر شيئاً فشيئاً إلى أن تصبح همّاً يؤرّق الإنسان، والإيجابية أيضاً هي إبعاد جميع تلك المشاكل الصغرى التي قد تواجهنا في حياتنا اليومية والتطلع لها بطريقة مختلفة، ممّا يقلل من همّ الإنسان أيضاً، فبدلاً من الحزن ولوم الحياة عند رؤية فقير في الشارع على سبيل المثال، فإن التفكير بإيجابية سيجعلك تحاول حلّ هذه المشاكل بدلاً من الحزن فقط بسببها وهو ما سيزيد من رضاك عن نفسك.

كيف تتخلص من الهموم

العقبات والسّلاالم

إنّ هموم الحياة لا تنتهي، فإن أردت العيش على هذه الأرض فلا بدّ أن تواجهك العديد من المشاكل، وإن أردت الوصول إلى أهدافك في الحياة وفعل المستحيل فلا بدّ أن تواجهك أيضاً العقبات التي لا بدّ لك أن تتغلّب عليها لتكمل طريقك، فالحياة ليست مكاناً مشرقاً مثاليّاً في وضعها الطبيعيّ، وحياة كلّ واحد منّا مليئة بالأحزان والمشاكل والخوف من المستقبل، إلّا أنّ حياتنا تبقى ملك أيدينا، فنحن الوحيدون المتحكّمون فيها ونستطيع صنع مستقبلنا كيفما نريد بتحويل العقبات إلى سلاالم تقودنا نحو الأعلى.

التّخلّص من الهموم

التّخلّص من الهموم أمرّ يمكن للجميع فعله، فالهموم في الواقع تتشكّل من خوفنا من المستقبل، وتتفاقم كلّما تعرّضنا للمشاكل، والمشاكل عادةً نوعان، النّوع الأوّل هو الذي نملك له حلاً، ونوع آخر لا نملك التصرّف فيه مطلقاً، كإصابة شخص نحبّه بمرض ما، أو عند اكتشافنا لإصابتنا بمرض خطير جداً، وفي مثل هذه الحالات فإننا لا نملك سوى التوكّل على الله والثوق بحكمته، وهذا ما علينا فعله دائماً، فمن وثق بحكمة الله تعالى فلن يصيبه همّ إلّا عند تقاعسه هو عن أداء دوره.

إن فكّرنا في الأمر فكم نسبة تلك المشاكل التي لا نملك مفاتيحها بين أيدينا، والمفاتيح هنا ليست فقط الدّعاء والتوكّل على الله، فمع أنّ هذه المفاتيح هي الأهمّ إلّا أنّ الله تعالى قال في قرآنه الكريم الذي جعله قانوناً للدنيا: «

شئت، فأجبتة بجميل كلامك (بل أرجو أن يخرج الله من أصلابهم من يعبد الله وحده لا يشرك به شيئاً) رواه البخاري (٣)، لقد قابل النبي صلّى الله عليه وسلّم في هذا الموقف الصعب السيئة بالحسنة، وهذا هو معنى قول الله جلّ علاه: (وإنك لعلی خلق عظیم) (القلم:٤).

وكأنّي بالله جلّ علاه يقول، إن هذه الرحمة التي أودعتها في قلبك ويسرتها في أقوالك وأفعالك، بعد أن نجحت في تجاوز الرغبة في الانتقام من أعدائك الذين تحولوا جذرياً ليصبحوا أحبابك لأنك تحملت الأثم النفسي الناتج عن مخالفتهم لأوامر الله وتعليماتك النبوية، فهذه الرأفة التقوا حولك وتشبثوا بك وأحبوك ونصروك، لتجاوزك عن جاهليتهم وضربك على زلاتهم، فعن ابن عمر رضي الله عنهما أن النبي صلّى الله عليه وسلّم قال: (المسلم الذي يخالط الناس ويصبر على أذاهم خير من الذي لا يخالطهم ولا يصبر على أذاهم) رواه الترمذي وابن ماجه. فلما كانت مخالطة الناس سبيلاً إلى نشر الأخلاق الفاضلة والتأثير فيهم عبر التحلي بالأسوة الحسنة جعل النبي صلّى الله عليه وسلم الخيرية في الإنسان الذي يخالط الناس ورفع قدره على الذي يعتزلهم ولا يتجاوز عن هفواتهم.

خلاصة:

إن هذه الرحمة التي قدّتها الله في قلب رسول الله صلّى الله عليه وسلّم واستثمرها في معاملاته مع أصحابه، هي التي جعلتهم ملتفتين من حوله، كما وظفها مع أعدائه فهداهم الله على يديه لأن أتباعه وأعداءه رأوا فيه الأدب الجم الذي يثير الإعجاب، وتواضعه الذي يُخلّج من أساء إليه، وابتسامته الرقيقة التي تذيب همّ الحزين ونظراته العظوفة التي تؤنس وحدة المغتربين ومواساته لكل ذي مشكلة أو ضائقة حتى إن وضع يده في يد أحدهم لم يسحبها حتى يكون مصافحه هو أول من يقوم بذلك. فما أسعدنا بوجود هذا القائد العظيم بين صفوفنا نحن المسلمين، إذ إنه لا زال يؤثر بأخلاقه الكريمة في نفوسنا جيلاً بعد جيل إلى يومنا هذا وإلى أن يرث الله الأرض ومن عليها.

المراجع:

- أبو الفداء الحافظ بن كثير، تفسير القرآن العظيم، الجزء ٢، الصفحة: ١٤٩، دار الكتب العلمية، بيروت-لبنان، ١٤٢١هـ/٢٠٠٠م.
- د هشام المشد، العفو والصحة، مجلة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، الصفحات: ١٨-٢٥، العدد ٣١، ذو القعدة ١٤٢٩ هجرية/ أكتوبر ٢٠٠٨ ميلادية، جدة - المملكة العربية السعودية.
- محمد بن إسماعيل البخاري، صحيح البخاري، الحديث رقم: ٣٢٣١، الجزء ٢، ص: ٢٩٧، مكتبة الوحدة العربية، ط١، الدار البيضاء -المغرب، ١٤٢١هـ/٢٠٠٠م.