

الحزن في السنة النبوية مفهومه، أنواعه، موقعه بين سائر الانفعالات، علاجه

أ.د. شادية التل*
د. محمد الشريفي**
الأستاذ. بشار الزعبي***

تاريخ وصول البحث: 2010/8/17م تاريخ قبول البحث: 2013/6/2م

ملخص

يتناول هذا البحث أحد الانفعالات الهامة في حياة الإنسان وهو انفعال الحزن من حيث مفهومه في اللغة والاصطلاح، والفرق بين مفهوم الحزن وغيره من المفاهيم المقاربة. كما تطرق إلى أنواع الحزن، وموقع الحزن بين سائر الانفعالات. وأخيراً تناول علاج الحزن من منظور السنة النبوية وذلك من خلال الاستشهاد بالأحاديث النبوية الشريفة مع ذكر الآيات القرآنية المتعلقة بالموضوع.

Abstract

This research deals with an important feeling in the life of a human emotion sadness in terms of concept in language and terminology, and the difference between the concept of sadness and other concepts approach. Also touched on the types of sadness, and among other emotions. And finally deals with the treatment of sadness by the perspective of the Sunnah through martyrdom rhetoric on the Muhammed, and Quranic verses on the subject.

المقدمة:

الحمد لله رب العالمين، وأفضل الصلاة وأتم التسليم على أشرف الأنبياء والمرسلين، وعلى آله وأصحابه الطيبين الطاهرين، أما بعد:

يُعد الجانب الانفعالي أحد أهم جوانب نمو الشخصية؛ إذ لا يمكن لنا أن نتصور الحياة الإنسانية دون انفعالات، فهي تضيف على الحياة تنوعاً ونشاطاً سواء كان سعادة أو معاناة. ومن الطبيعي أن يميل الإنسان إلى إبداء نوع من الانفعالات في المواقف الحياتية المختلفة، فالإنسان يحزن إذا فقد عزيزاً أو أصابه مكروه، ويفرح إذا رأى ما يسره، ويغضب إذا تعرض لإهانة، ويخاف إذا حاق به خطر، وهكذا.

ويرتبط الجانب الانفعالي ارتباطاً وثيقاً بالجوانب المختلفة للشخصية كالجانب العقلي والجسدي والاجتماعي وغيره، ويعمل على توجيه السلوك توجيهاً إيجابياً أو سلبياً تبعاً لنوع الانفعال وشدته، وبالتالي حجم تأثيره. وللجانب الانفعالي أهمية كبرى لأنه يؤثر في الوظائف النفسية والجسمية من جهة ويتأثر بها من جهة أخرى.

مشكلة الدراسة:

إن انفعال الحزن من الانفعالات الهامة في حياة الإنسان فهو يؤثر تأثيراً بالغاً في الحالة النفسية للإنسان، كما يلعب دوراً هاماً في تكيفه الاجتماعي، كما له آثار بالغة في حالته الجسدية، وهذا كله ينعكس على صحته النفسية وسلوكه

* أستاذ، جامعة اليرموك.

** أستاذ مشارك، كلية الشريعة، جامعة آل البيت.

*** باحث.

الاجتماعي وعلاقاته مع الناس.

ويظهر اهتمام القرآن الكريم بالحزن جلياً في مواضع متعددة، كما وردت الأحاديث النبوية الكثيرة، والمواقف من سيرة النبي ﷺ التي تتناول موضوع الحزن وتقدم العلاج له في ضوء الهدي النبوي الكريم. ونظراً للأهمية الكبرى لهذا الانفعال في حياة الإنسان فقد توجه هذا البحث لموضوع الحزن وتجليته من جوانبه المختلفة من حيث مفهومه في اللغة والاصطلاح، مع بيان الفرق بين مصطلح الحزن وغيره من المصطلحات المقاربة. كما تطرق البحث إلى أنواع الحزن المتعلق بأمور الدنيا والمتعلق بأمور الآخرة، كما بين البحث موقع الحزن بين سائر الانفعالات، وأخيراً الأساليب المستعملة في علاج الحزن من خلال توجيهات السنة النبوية المتعلقة بالموضوع مع عدم إغفال الآيات القرآنية الكريمة ذات الصلة.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين

المبحث الأول مفهوم الحزن لغةً واصطلاحاً

المطلب الأول: الحزن لغةً:

جاء في لسان العرب: "الحَزْنُ والحَزَنُ: نقيض الفرح، وهو خلاف السرور"⁽¹⁾. أما الحَزْنُ فورد له عدة معانٍ منها: الحَزْنُ: المكان الغليظ وهو الخشن. والحَزْنُ من الدواب: ما خشنَ صفة⁽²⁾. ورجل حَزَنٌ إذا لم يكن سهل الخلق. وهؤلاء حَزَانَتُكَ، أي: أهلك الذين تتحزَّنُ لهم، وتهتمُّ بأمورهم³. والمراد في هذا البحث: الحزن الذي هو نقيض الفرح.

المطلب الثاني: الحزن اصطلاحاً:

من أوائل الذين عرّفوا الحزن الفيلسوف الكندي في رسالته "في الحيلة لدفع الأحزان" بأنه: "ألم نفسياني يعرض لفقد المحبوبات وفوت المطلوبات"⁽⁴⁾. وتابعه ابن مسكويه بالتعريف نفسه وبالألفاظ نفسها⁽⁵⁾. وعرفه الهروي بأنه: "توجع لفائت وتأسف على ممتنع"⁽⁶⁾. وتابعه على هذا التعريف ابن القيم في "مدارج السالكين"⁽⁷⁾. وفي "طريق الهجرتين" عرفه بأنه: "انخلاع القلب عن السرور وملازمة الكآبة، لتأسف عن فائت أو توجع لممتنع"⁽⁸⁾.

وبالنظر إلى هذه التعريفات يُلاحظ أن تعريف الكندي هو التعريف الأساس الذي اعتمده كلٌّ من جاء بعده، وتأثروا به تأثراً واضحاً، ولا تختلف تعريفاتهم عن تعريف الكندي سوى في بعض الألفاظ. فابن مسكويه نقل عنه حرفياً، والهروي جاء بالمعنى نفسه ولكن بألفاظ مرادفة، أما ابن القيم في تعريفه الثاني فقد أطل بقوله: انخلاع القلب عن السرور وملازمة الكآبة. وأولى هذه التعريفات وأرجحها هو تعريف الكندي؛ لأنه جاء شاملاً لمعنى الحزن، معبراً عن مفهومه بأقل العبارات وأكثرها اختصاراً. فقد جاء في تعريفه أن الحزن إحساس مؤلم غير سار فهو "ألم نفسياني" وهو ما عبر عنه الآخرون بـ "توجع" و"تأسف" و"كآبة" تصيب النفس الإنسانية، كما جمع الأسباب التي تؤدي إلى الحزن بفقد محبوب كشخص مقرب أو شيء عزيز على النفس أو بفوت مطلوب أي عدم قدرة الإنسان على تحقيق ما يطمح إليه.

ويقتضي البحث هنا الإشارة إلى مفردات أخرى، تشترك مع مصطلح "الحزن" في معنى من المعاني، وتختلف عنه في معانٍ أخرى. وهذه المفردات كثيرة، منها: الهم والغم والكآبة والأسف والحسرة والبث والكره والشجو والترج والوله والأسى والوجد واللوعة وغيرها.

ونظراً لكثرة عددها فسيتم الاختصار على تمييز أبرز هذه المفردات وأهمها، وهي: الهم والغم، والأسف، والكآبة، والكرب.

1- الهمُّ والغمُّ:

قال الفراهيدي: "الهمُّ: الحُزْنُ. وأهمَّني الشيءُ: أَحْزَنَنِي، وهمَّني: أذابني. والمُهمَّات من الأمور: الشدائد. والهمهمة: تردد الزئير في الصدر من الهم والحزن"⁽⁹⁾.

وأما الفرق بين الهم والغم، فيقال: "إن الهمَّ: هو الفكر في إزالة المكروه واجتلاب المحبوب، والغم: معنى ينقبض القلب معه ويكون لوقوع ضرر قد كان، أو توقع ضرر يكون أو يتوهمه. وقد سمي الحزن الذي تطول مدته حتى يذيب البدن همًّا، واشتقاقه من قولك: انهمَّ الشحم إذا ذاب. وقيل: الغم ما لا يقدر الإنسان على إزالته كموت المحبوب. والهم: ما يقدر على إزالته كالإفلاس مثلاً. وقيل: الهم: قبل نزول الأمر ويطرد النوم. والغم: بعد نزول الأمر ويجلب النوم. وأما الحزن: فهو الأسف على ما فات"⁽¹⁰⁾.

والذي يظهر أن الفرق بينهما أن الهم يتعلق بما أصاب الإنسان من شدائد في الماضي مما لا سبيل له إلى تغييره، أما الغم فهو ما يشغل بال الإنسان في المستقبل فيصيبه بالقلق.

2- الأسف:

يأتي الأسف في اللغة بمعنى الحُزْن، وقد يأتي بمعنى الغضب. جاء في لسان العرب: "الأسف: المبالغة في الحُزْن والغضب"⁽¹¹⁾. وقد وصفت أم المؤمنين عائشة أبا بكر رضي الله عنهما عندما أمر النبي ﷺ أن يؤم أبو بكر الناس في الصلاة بأنه: "رجلٌ أسيفٌ إذا قام في مقامك لم يستطع أن يصلي بالناس"⁽¹²⁾. وأسيف تعني هنا: السريع الحزن والبكاء⁽¹³⁾.

قال الخليل: "الأسف: الحزن في حال، والغضب في حال: فإذا جاءك أمر ممن هو دونك فأنت أسفٌ، أي غضبان. وإذا جاءك ممن فوقك، أو من مثلك فأنت أسفٌ، أي حزين. فقوله تعالى: ﴿...فَلَمَّا آسَفُونَا انْتَقَمْنَا مِنْهُمْ﴾ [الزخرف: 55]. أي: أغضبونا. وقولهم: أسفني الملك، أي: أحزني. والأسيف: العبد؛ لأنه مقهور محزون⁽¹⁴⁾. قال ابن عاشور: "الأسف: انفعال للنفس ينشأ من إدراك ما يحزنها وما تكرهه مع انكسار خاطر"⁽¹⁵⁾.

3- الكآبة:

ومصدرها: كآب. وتعني: "تغير النفس بالانكسار من شدة الهم والحزن"⁽¹⁶⁾. وقد استعاذ النبي ﷺ من الكآبة. ففي الحديث عن عبد الله بن سرجس قال: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا سَافَرَ يَتَعَوَّدُ مِنْ وَعَثَاءِ السَّفَرِ، وَكَآبَةِ الْمُتَقَلِّبِ، وَالْحُورِ بَعْدَ الْكُونِ، وَدَعْوَةِ الْمُظْلُومِ، وَسُوءِ الْمُنْظَرِ فِي الْأَهْلِ وَالْمَالِ⁽¹⁷⁾ ومعنى كآبة المنقلب: "أَيُّ يَنْقَلِبُ مِنْ سَفَرِهِ إِلَى أَهْلِهِ كُنْبِيًّا حَزِينًا غَيْرَ مُقْضِي الْحَاجَةِ، أَوْ مَكُوبًا ذَهَبَ مَالُهُ أَوْ أَصَابَتْهُ آفَةٌ فِي سَفَرِهِ، أَوْ يَقْدَمُ عَلَى أَهْلِهِ فَيَجِدُهُمْ مَرْضَى، أَوْ يَفْقِدُ بَعْضَهُمْ، أَوْ مَا أَشْبَهَ ذَلِكَ مِنَ الْمَكْرُوهِ"⁽¹⁸⁾.

أما عن الفرق بين الكآبة والحزن: "فالكَآبة أثر الحزن البادي على الوجه، ومن ثم يقال: عليه كآبة، ولا يقال: علاه حزن أو كرب؛ لأن الحزن لا يرى ولكن دلالاته على الوجه، وتلك الدلالات تسمى كآبة"⁽¹⁹⁾.

4- الكرب:

قال ابن حجر: "هو ما يدهم المرء مما يأخذ بنفسه فيغمه ويحزنه"⁽²⁰⁾. والفرق بين الكرب والحزن: "أن الحزن تكاثف الغم وغلظه، مأخوذ من الأرض الحُزْن: وهو الغليظ الصلب. والكرب: تكاثف الغم مع ضيق الصدر، ولهذا يقال لليوم الحار: يوم كرب. وقد كربه إذا غمه وضيق صدره"⁽²¹⁾. وقد

كان النبي ﷺ يدعو ربه عند الكرب ويلتجئ إليه سبحانه طالباً منه كشف الكرب".
هذه أهم الفروق بين مصطلح الحزن وبعض المفردات المقاربة. ويلحظ المتمعن فيها أن جميع هذه المصطلحات لا تتطابق تماماً وإنما تشترك مع الحزن بمعنى من المعاني وتفتقر عنه في معاني أخرى. أما باقي المفردات والمصطلحات التي تتشابه مع الحزن فلا تدعو الحاجة إلى تناولها جميعاً؛ طلباً للاختصار وعدم الإطالة ولأن بعضها لم يرد فيه أحاديث على ما أعلم.

المبحث الثاني أنواع الحزن

يمكن تقسيم أنواع الحزن باعتبار موضوعه إلى قسمين رئيسين هما: حزن متعلق بأمور الدنيا وحزن متعلق بأمور الآخرة.

المطلب الأول: الحزن المتعلق بأمور الدنيا:

وهو ما كان على فوات أمر دنيوي، كموت إنسان عزيز أو هلاك مال أو فوات أمر مطلوب كان يسعى الإنسان لتحقيقه أو حدوث كارثة أو مصيبة، وغير ذلك من أمور الدنيا.
ومن الطبيعي إذا تعرض الإنسان لمثل هذه الأمور أن يُصاب بالحزن والكآبة، فهذا أمر مركوز في الفطرة البشرية. ولقد كان النبي ﷺ يحزن حزناً شديداً عند وفاة أحد من أقاربه أو صحابته. وكان يبلغ به الحزن في بعض الحالات إلى البكاء أو الجلوس ساكناً. قالت عائشة رضي الله عنها: لَمَّا جَاءَ النَّبِيُّ ﷺ قَتْلُ ابْنِ حَارِثَةَ وَجَعْفَرِ بْنِ رَوَاحَةَ جَلَسَ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ ... الحديث (22). فلقد كان ﷺ تظهر عليه أمارات الحزن، بأن يجلس برزانة مظهراً حزنه على مصيبتهم. قال ابن المنير: "فمن أصيب بمصيبة عظيمة فيقتدي به ﷺ في تلك الحالة بأن يجلس المصاب جلسة خفيفة بوقار وسكينة تظهر عليه مخايل الحزن ويؤذن بأن المصيبة عظيمة" (23).

فها هو ﷺ عندما مات عمه أبو طالب وزوجته خديجة رضي الله عنها حزن حزناً عميقاً، حتى سمي ذلك العام بـ "عام الحزن" من شدة ما لاقى النبي ﷺ من ألم وحسرة على فراقهما. تقول بنت الشاطئ: "أحس المصطفى بموت زوجته السيدة خديجة وعمه أبي طالب فراغ مكانهما في دنياه إحساساً شديداً الوطأة، حتى لنقول إحدى الصحابييات (خولة بنت حكيم السلمية): "يا رسول الله، كأني أراك قد دخلتكَ خلة" (24) لفقد خديجة"، وثقل عليه شعور بالغربة، في بلده وبين أهله وعشيرته" (25). قال ابن إسحاق: "فتتابعت على رسول الله ﷺ المصائب بهلك خديجة وكانت له وزير صدق على الإسلام يشكو إليها؛ وبهلك عمه أبي طالب وكان له عضداً وحرزاً في أمره ومنعة وناصر على قومه" (26).

وكذلك حزن ﷺ على وفاة ابنه إبراهيم، وبكى عليه عن أنس بن مالك ﷺ قال: قال ﷺ: "إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ، وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ" (27). فالنبي ﷺ في هذه الحالة بمقتضى طبيعته البشرية يبكي ابنه إبراهيم؛ حزناً على فراقه وتألماً لوفاته. والأمثلة على حزن رسول الله ﷺ في مثل هذه المواطن كثيرة، وأكتفي بالشواهد التي ذكرتها.

المطلب الثاني: الحزن المتعلق بأمور الآخرة:

وهو ما كان يختص بأمر من أمور الدين، كالحزن عند فوات الأجر والثواب، وعند ارتكاب المعاصي والآثام.
فمن الحزن على فوات الأجر: حزن الفقراء في غزوة تبوك الذين جاءوا إلى رسول الله ﷺ يسألونه أن يحملهم معه إلى الجهاد، فلم يجد رسول الله ﷺ ما يحملهم عليه، فرجعوا وهم يبكون من الحزن والضيق؛ لعدم تمكنهم من

الخروج للجهاد. وفيهم نزل قوله تعالى: ﴿وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَا أَجِدُ مَا أُحْمِلُهُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَاعْيُثْهُمْ تَقْيِضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ﴾ [92: التوبة].

والتعبير القرآني يدل دلالة واضحة على مدى الألم والحسرة التي انتابت قلوب هؤلاء لعدم تمكنهم من اللحاق بركب الجهاد، فهم يتمنون أن يساهموا في الغزو مع رسول الله ﷺ ولكن قلة ذات اليد منعتهم من ذلك. قال الزمخشري: "تقيض من الدمع، كقولك: تقيض دمعاً، وهو أبلغ من يفيض دمعها، لأن العين جعلت كأن كلها دمع فائض" (28). فهذه صورة صادقة لحزن القلب المؤمن المتعلق بربه على فوات أجر الطاعات. وهؤلاء هم الذين عناهم رسول الله ﷺ في الحديث الشريف، عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ فِي غَزَاةٍ فَقَالَ: "إِنَّ أَقْوَامًا بِالْمَدِينَةِ خَلْفَنَا مَا سَلَكْنَا شِعْبًا وَلَا وَادِيًا إِلَّا وَهُمْ مَعَنَا فِيهِ، حَبَسَهُمُ الْعُذْرُ" (29). قال النووي: "مَنْ نَوَى الْغَزَاةَ وَغَيْرَهُ مِنَ الطَّاعَاتِ فَعَرَضَ لَهُ عُذْرٌ مَنَعَهُ حَصَلَ لَهُ ثَوَابٌ بَيْتَهُ، وَأَنَّهُ كَلَّمَ أَكْثَرَ مِنَ النَّاسِ عَلَى فَوَاتِ ذَلِكَ، وَتَمَنَّى كَوْنَهُ مَعَ الْعَزَاةِ وَنَحْوِهِمْ كَثُرَ ثَوَابُهُ" (30).

أما عن المعاصي وارتكاب الذنوب، فإن المؤمن -ولا شك- غير معصوم من الخطأ، فقد يستزله الشيطان في لحظة ضعف فيرتكب ما حرمه الله عليه. ولكن المؤمن يسارع إلى الندم والحسرة والتوبة إلى الله. فإن قلب المؤمن حساس تجاه المعاصي. وفي حديث الثلاثة الذين تخلفوا عن غزوة تبوك ما يدل على مدى حزن المؤمن وأساه إذا خالف أمر رسول الله ﷺ. ولقد بلغ بهم الضيق والكر مبلغاً عظيماً حتى شعروا أن الأرض -على رحابتها- لم تعد تسعهم. قال كعب بن مالك في حديثه الطويل: "... فَبَيْنَا أَنَا جَالِسٌ عَلَى الْحَالِ الَّتِي ذَكَرَ اللَّهُ ﷻ مِنَّا قَدْ ضَاقَتْ عَلَيَّ نَفْسِي وَضَاقَتْ عَلَيَّ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ (31) ولما نزل القرآن بإعلان قبول الله تعالى توبتهم انشروا صدورهم وزال عن قلوبهم غم كبير وحزن أليم. قال تعالى: ﴿وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خَلَفُوا حَتَّى إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ﴾ [118: التوبة].

ويدخل في هذا النوع من الحزن الشديد الذي أصاب صحابة رسول الله ﷺ بعد التحاقه بالرفيق الأعلى. فقد كانت أعظم المصائب التي أصيبوا بها. فبعد وفاته ﷺ ذهب أبو بكر وعمر رضي الله عنهما إلى أم أيمن يزورانها كما كان ﷺ يفعل. قال أبو بكر: "فَلَمَّا انْتَهَيْنَا إِلَيْهَا بَكَتْ. فَقَالَا لَهَا: مَا يُبْكِيكِ؟ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِرَسُولِهِ ﷺ. فَقَالَتْ: مَا أَبْكِي أَنْ لَا أَكُونَ أَعْلَمُ أَنَّ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِرَسُولِهِ ﷺ، وَلَكِنْ أَبْكِي أَنَّ الْوَحْيَ قَدْ انْقَطَعَ مِنَ السَّمَاءِ. فَهَيَّجَتْهُمَا عَلَى الْبُكَاءِ فَجَعَلَا يَبْكِيَانِ مَعَهَا" (32). فحزن أم أيمن لم يكن لمجرد وفاة رسول الله ﷺ وحسب، بل كان لانقطاع الوحي أيضاً.

المبحث الثالث

موقع الحزن بين سائر الانفعالات

الحزن ألم يعرض للنفس ويصيبها بالتوجع. وهو بكل أنواعه ودرجاته يترك شعوراً سلبياً في النفس، ويجعل الإنسان متكدراً متأقلاً بطيئاً في تفكيره وتصرفاته؛ ولذلك يُعد الحزن من الانفعالات المثبطة (33).

والإنسان بطبعه يبحث عما يسعده ويجلب السرور إلى قلبه وليس عما يؤلمه. وإذا كانت السعادة هدفاً سامياً ومطلباً عالياً لكل إنسان، فإن الحزن يضاد هذا الهدف ويعارض هذا المطلب. ولذلك فما من إنسان إلا ويسعى -إذا أصابه حزن- لدفعه بكل وسيلة ممكنة. ويتميز الحزن عن سائر الانفعالات كونه ليس مرغوباً في كل حال ولا مطلوباً في أي مقام. فإذا نظرنا إلى الانفعالات الأخرى نجد أن بعض الانفعالات قد يكون مدموماً ولكنه في مقام آخر يكون محموداً. فالخوف من الله مثلاً انفعال محمود ويرفع من مقام المسلم عند الله تعالى. ومن ناحية أخرى نجد أن الخوف من قول الحق أمر سلبي. والغضب لوجه الله أمر محمود ويثاب عليه المسلم وعلامة على صدق الإيمان. أما الغضب انتقاماً للنفس أو لأمر تافه لا يستدعي الغضب فهو مدموم.

أما فيما يتعلق بالحزن، فيمكن القول: إنه غير مطلوب ولا محمود في كل الأحوال. وإذا كان من حالة يحمد فيها الحزن فهي حالة حزن المسلم على معصية أو فوات أجر أو أي أمر يتعلق بدينه. وحتى في هذه الحالة فإن الحزن لا يحمد لذاته هنا، ولا ينبغي للمسلم أن يستمر فيها بل عليه تدارك ما فاتته.

وأصحاب المقامات والمنازل من أهل التصوف لا يعدون الحزن من المنازل التي يسعى العبد للوصول إليها. قال ابن القيم: "منزلة الحزن ليست من المنازل المطلوبة ولا المأمور بنزولها، وإن كان لا بد للسالك من نزولها"⁽³⁴⁾. وقال في موضع آخر: "إن الحزن من عوارض الطريق وليس من مقامات الإيمان ولا من منازل السائرين، وهو من مسالك الخواص حجاب؛ لأن معرفة الله جلّ نورها كلّ ظلمة وكشف سرورها كلّ غمة"⁽³⁵⁾.

ومما يدل على هذا الموقع للحزن ما يلي:

1- القرآن الكريم ينهي عن الحزن:

عند مراجعة الآيات المتعلقة بالحزن نجد أن الله تعالى لم يأمر به في أي موضع قط، ولا أثنى عليه ولا رتب عليه جزاءً ولا ثواباً. بل على العكس من ذلك، فإن الله تعالى نهى عنه في أكثر من موضع، أو نفاه في مواضع أخرى⁽³⁶⁾. فالنهي عنه كقوله تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَغْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ [آل عمران: 139].

قال الطبري: "ولا تأسوا فتجزعوا على ما أصابكم من المصيبة"⁽³⁷⁾. والمنفي كقوله تعالى: ﴿فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [البقرة: 38].

والحزن بلية من البلايا ومصيبة من المصائب، ولهذا فإن أهل الجنة يقولون إذا دخلوها: ﴿وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ﴾ [فاطر: 34]. فهم يحمدون الله تعالى أن نجّاهم من جميع أحزان الدنيا وخلصهم من كل همومها. قال الطبري: "ولم يخصص الله -إذ أخبر عنهم أنهم حمدوه على إذهابه الحزن عنهم- نوعاً من دون نوع، بل أخبر عنهم أنهم عمّوا جميع أنواع الحزن، لأن من دخل الجنة فلا حزن عليه بعد ذلك، فحمدهم على إذهابه عنهم جميع معاني الحزن"⁽³⁸⁾.

والحكمة من هذا الموقف القرآني من الحزن: "أن الحزن موقف غير مُسَيَّر، ولا مصلحة فيه للقلب. وأحب شيء إلى الشيطان أن يُحْزِنَ العبد؛ ليقطعه عن سيره ويوقفه عن سلوكه"⁽³⁹⁾. قال تعالى: ﴿إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا﴾ [المجادلة: 10].

أما ما ورد من امتداح الحزن في قوله تعالى: ﴿تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَرْبًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ﴾ [92: التوبة].

فإن الله لم يمتدح الحزن وإنما امتدح دلالاته على الإيمان في قلوب المؤمنين. قال ابن القيم: "فلم يُمدحوا على نفس الحزن، وإنما مُدحوا على ما دل عليه الحزن من قوة إيمانهم، حيث تخلفوا عن رسول الله ﷺ لعجزهم عن النفقة. ففيه تعريض بالمنافقين الذين لم يحزنوا على تخلفهم، بل غبطوا نفوسهم به"⁽⁴⁰⁾.

وقال أيضاً: "يُحمد في الحزن سببه ومصدره ولازمه لا ذاته، فإن المؤمن يحزن على تفريطه وتقصيره أو على مخالفته ومعصيته. وهذا يدل على صحة الإيمان في قلبه حيث شغل قلبه بمثل هذا الألم فحزن. ولكن الحزن لا يجدي عليه بل الذي ينفعه أن يستقبل السير ويجد ويشمر"⁽⁴¹⁾.

وفي مقابل النهي عن الحزن فإن القرآن يدعو إلى الفرح بنعم الله وفضله على المؤمنين. قال تعالى: ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ [58: يونس].

فالقرآن يدعو المؤمن ليظهر فرحه بما من الله عليه من النعم الكثيرة والفضائل العظيمة وعلى رأسها القرآن الكريم.

2- النبي ﷺ يستعيز بالله تعالى من الحزن:

سبق بيان أن النبي ﷺ كان يحزن في حالات الوفاة. ولكن هذا الحزن إنما هو بمقتضى طبعه البشري. وليس الحزن هنا محموداً ولا منهياً عنه بل هو من الجبلية البشرية، إلا إذا ذهب الحزن بالإنسان إلى التسخط والاعتراض على قدر الله تعالى وتجاوزه إلى ارتكاب المحظورات.

وقد كان النبي ﷺ يستعيز بالله تعالى في دعائه من الحزن. فعن أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَقُولُ: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَضَلَعِ الدِّينِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ" (42).

فلماذا يستعيز النبي ﷺ من الحزن؟ ويقرن بينه وبين مصائب أخرى كالهم والعجز والكسل وغيرها؟ في هذا دلالة واضحة على أن الحزن ضار بالإنسان ويلحق به الأذى ويؤدي إلى ضعف الإرادة وفقدان الهمة والتفكير عن أداء الواجبات. وقد ورد في حديث آخر أن الحزن أحد المصائب والبلايا التي يبتلي بها الله تعالى عبده المؤمن. عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: "مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَذًى وَلَا غَمٍّ - حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا - إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ" (43).

ومحل الثواب على الحزن هنا كونه بلية أصيب بها المؤمن، وليس لأنه طاعة يقرب بها إلى الله تعالى. فإذا صبر المؤمن على مصيبة الحزن واحتسب نال الأجر من الله. قال ابن القيم: "وفرق بين ما يثاب عليه العبد من المأمورات، وما يثاب عليه من البليات" (44).

كما أن النبي ﷺ نهى عن إدخال الحزن إلى قلب المؤمن. عن عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ ﷺ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: "إِذَا كُنْتُمْ ثَلَاثَةً فَلَا يَتَنَاجَى (45) رَجُلَانِ دُونَ الْآخَرِ حَتَّى تَخْتَلِطُوا بِالنَّاسِ أَجَلُ أَنْ يُخَزِنَهُ" (46). والحكمة من النهي عن هذا التناجي حتى لا يتوهم أن نجواهما إنما هي لسوء رأيهما فيه أو لدسياسة غائلة له (47).

ولم يكن النبي ﷺ ينهى عن إدخال الحزن إلى قلب المسلم فقط، بل كان حريصاً على إزالة الحزن من قلوب أصحابه إذا ما كان أحدهم في حالة حزن. ففي الحديث عن أَنَسٍ؛ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ: "إِنِّي لَأَدْخُلُ فِي الصَّلَاةِ وَأَنَا أُرِيدُ إِطْلَاقَهَا، فَأَسْمَعُ بَكَاءَ الصَّبِيِّ فَأَتَجَوَّزُ فِي صَلَاتِي، مِمَّا أَعْلَمُ مِنْ شِدَّةِ أُمِّهِ مِنْ بَكَائِهِ" (48).

فالنبي ﷺ في هذا الموقف يترك التطويل في الصلاة رحمة بالألم وشفقة عليها من بكاء طفلها، حتى لا يدخل قلبها الحزن عليه. والوجد يأتي بمعنى الحزن (49). وفي موقف آخر عندما رأى النبي ﷺ بكاء طفل على عصفور له مات. أخذ النبي ﷺ يلاعبه ويلطفه تسلياً له وإزالة للحزن من قلبه. عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ ﷺ قَالَ: "إِنْ كَانَ النَّبِيُّ ﷺ لَيُخَالِطُنَا حَتَّى يَقُولَ لِأَخِي صَغِيرٍ: يَا أَبَا عُمَيْرٍ، مَا فَعَلَ النُّعَيْرُ؟" (50).

ولم يقتصر النبي ﷺ في معالجته للحزن عند هذا الحد. فقد بلغ من رأفته ﷺ أنه كان يخفف من حزن الجذع الذي حنَّ للنبي ﷺ عندما اتخذ المنبر للخطبة بدلاً من الجذع الذي كان يتكى عليه. فقد أخذ النبي ﷺ يحتضنه ويمسح عليه حتى هدأ. عَنْ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَخْطُبُ إِلَى جِذْعٍ، فَلَمَّا اتَّخَذَ الْمُنْبَرَ تَحَوَّلَ إِلَيْهِ، فَحَنَّ الْجِذْعُ، فَأَتَاهُ فَمَسَحَ يَدَهُ عَلَيْهِ" (51).

أما الأحاديث الواردة في امتداح الحزن، فما من حديث منها إلا وفيه مقال، ومن هذه الأحاديث:

- 1- حديث هند بن أبي هالة في صفة النبي ﷺ إنه كان "متواصلاً بالأحزان" (52). فهو حديث ضعيف لم تثبت صحته، وقد تكلم النقاد في إسناده. وعلاوة على ضعف إسناده فإن معناه لا يصح، فإن النبي ﷺ لم يكن دائم الحزن بل كان يعمر قلبه الفرح بطاعة الله تعالى والسرور برضاه، وإذا كان من حزن أصابه فإنما هو بمقتضى طبيعته البشرية، كما أنه حزن عارض مؤقت يزول بزوال سببه. قال ابن القيم تعقيباً على هذه الحديث: "وكيف يكون

متواصل الأحزان، وقد صانه الله من الحزن على الدنيا وأسبابها، ونهاه عن الحزن على الكفار، وغفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر؟ فمن أين يأتيه الحزن؟ بل كان دائم البشر ضحك السن⁽⁵³⁾.

2- حديث أبي الدرداء رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: "إن الله يحب كل قلب حزين"⁽⁵⁴⁾ فهذا حديث ضعيف أيضاً، ولا يصح الاحتجاج به على استحباب الحزن، فإن النبي ﷺ لم يكن يحب الحزن كما تقدم. وهكذا يتضح من موقف القرآن الكريم وموقف النبي ﷺ من الحزن أنه انفعال غير مرغوب فيه، وأن المرء الذي دهمه حزن يسارع إلى التخفيف منه والتشهير عن ساعد الجد، والمصارعة إلى العمل النافع وبذل الجهد في الطاعات ووجوه الخير المختلفة، وعدم الاستسلام للحزن والكآبة واليأس لأنها انفعالات تثبط المرء وتُقعدّه عن العمل، والقودة في ذلك رسولنا ﷺ الذي كان يطرد الحزن بكل وسيلة ممكنة.

المبحث الرابع علاج الحزن

يطمح كل إنسان أن يصل إلى أعلى درجات الاتزان النفسي والتكامل في بناء الشخصية. ويُعد ضبط الانفعالات عموماً والحزن خاصةً من أهم المظاهر الدالة على التوازن النفسي. وقد اهتمت السنة النبوية المطهرة اهتماماً بالغاً بقضية ضبط الانفعالي، ويظهر ذلك جلياً في التوجيهات النبوية الكريمة والقودة العملية التي ضربها لنا النبي ﷺ في القدرة على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعالات المختلفة. وقد جاءت التوجيهات النبوية ترشدنا إلى كيفية التعامل مع الحالات الانفعالية كالحزن والغضب والخوف والفرح وغيرها. والمتتبع للأحاديث النبوية الشريفة الواردة في مجال علاج الحزن يجد مجموعة من الأساليب التي مارسها النبي ﷺ وأوصى بها حتى يصل المسلم إلى مرحلة الاستقرار الانفعالي والتوازن النفسي. وسيتجه هذا المطلب إلى بيان هذه الأساليب في ضوء الهدي النبوي الشريف.

المطلب الأول: غرس العقيدة الصحيحة في النفوس:

وللعقيدة الإسلامية آثار بالغة الأهمية في صياغة الشخصية الإسلامية، فهي بكل أركانها ومقوماتها وحقائقها تبني الأفكار، وتوجه السلوك، وتضبط المشاعر والانفعالات.

والإيمان الحقيقي الذي يتغلغل في قلب المؤمن يمدّه بالقوة والعزم، ويسكب فيه الأمن والطمأنينة، مما يحقق للمسلم الصحة النفسية، ف"كما لا يتحسر المؤمن على الماضي باكياً حزناً، ولا يلقى الحاضر جزوعاً ساخطاً، لا يواجه المستقبل خائفاً وجللاً، ولا يعيش في فزع منه، ورهبة من غموضه، بل يعيش آمن النفس كأنه في الجنة. إن إيمانه كان مصدر أمنه، والأمن من ثمرات الطمأنينة والسكينة بل هو نوع منها، ولا سعادة بدون هذا الأمن النفسي"⁽⁵⁵⁾.

إن العقيدة الإسلامية تخلص الإنسان من كثير من الانفعالات السلبية: فهي تحرره من المخاوف كلها: خوفه على رزقه وأجله؛ لتوكله على الله تعالى، وخوفه من عدوه؛ لثقة بالله تعالى. كما تزيح عن نفسه الأحزان والهموم؛ لإيمانه بقدر الله تعالى. وتبعد عنه الحسد لاطمئنانه إلى عدله سبحانه. فالإنسان المتعلق بالله تعالى الواثق بقدره مطمئن البال هادئ النفس.

قال ابن القيم: "في القلب شعث لا يلمه إلا الإقبال على الله. وفيه وحشة لا يزيلها إلا الأُنس بالله. وفيه حزن لا يذهبه إلا السرور بمعرفته، وصدق معاملته. وفيه قلق لا يسكنه إلا الاجتماع عليه، والفرار إليه"⁽⁵⁶⁾.

وللإيمان بالقدر أثر عميق في علاج الحزن في النفس المسلمة. ويُقصد بالإيمان بالقدر: الإيمان بعلم الله تعالى القديم، والإيمان بمشيئة الله النافذة، وقدرته الشاملة⁽⁵⁷⁾.

والإيمان بالقدر يجعل المسلم مطمئناً تملؤ قلبه السكينة، فهو لا يحزن على فائت، ولا يخاف من قادم، فهو مطمئن لقدر الله راضٍ به، والرضا بقدر الله مصدر سعادة للإنسان، فعندما تستقر في نفس الإنسان حقيقة أن كل شيء في الكون إنما يجري بأمر الله تعالى، ووفق مشيئته وتدبيره، وأن الأحداث تنبثق بحكمته وإرادته، يكون عندها آمناً مطمئناً.

ولقد غرس النبي ﷺ هذا المفهوم في نفوس أصحابه في وصيته لابن عباس: فقد روى ابن عباس -رضي الله عنهما- قال: كُنْتُ خَلْفَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ يَوْمًا فَقَالَ: يَا غُلَامُ، إِنِّي أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ، احْفَظْ اللَّهَ يَحْفَظْكَ، احْفَظْ اللَّهَ تَجِدْهُ تُجَاهَكَ، إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ، وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ، وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوِ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ، وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ، رُفِعَتْ الْأَقْلَامُ، وَجَفَّتِ الصُّحُفُ⁽⁵⁸⁾.

ومعنى (رفعت الأقلام وجفت الصحف): أي كُتِبَ في اللوح المحفوظ ما كُتِبَ من التقديرات، لا يكتب بعد الفراغ منه شيء آخر، فبعد عن سبق القضاء والقدر برفع القلم وجفاف الصحيفة تشبيهاً بفراغ الكاتب في الشاهد من كتابته⁽⁵⁹⁾.

إن هذه العقيدة الربانية متى ما انغرس في قلب المسلم بحقائقها الصافية وأركانها العظيمة انعكس ذلك على نفسية المسلم تهذيباً لانفعالاته وتربيةً لها، إذ إنها تحرره من المخاوف السلبية بشتى ضروبها، وتخفف من أحزانه، "ففيها: هدوء القلب، وراحة النفس، ومفارقة الهم والحزن، فلا تمزق نفسي ولا توتر عصبي ولا شذوذ ولا انفصام، وإنما رضاءً، وسكينة، وسعادة، وراحة وطمأنينة، وبرد اليقين، وقرة العين"⁽⁶⁰⁾.

المطلب الثاني: الالتجاء إلى الله تعالى بالعبادة والدعاء:

الحزن من أكثر الإنفعالات التي تصيب الإنسان بالضيق والكرب، ولهذا فإن خير ما يعين المسلم على التخلص من حالة الضيق والكدر الالتجاء إلى الله تعالى بالعبادة والدعاء والذكر.

إن صدق العبادة لله والمواظبة عليها تترك في نفس المسلم أثراً طيبة، مما يجعله مطمئناً النفس مرتاح البال، تغشاه السكينة والاستقرار. قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28] فإن قلب المؤمن يأنس بذكر الله، ويسكن بشعوره بالاتصال به.

وإذا كان على المسلم أن يعبد ربه في كل أحواله، وأن يكون دائم الصلة به، فإن محافظته على العبادة في أوقات الشدة أكثر وجوباً وأشد إلحاحاً، فإن حاجة الإنسان إلى ربه وفقره إليه أبين ما تكون في وقت الشدة.

ومن أبرز العبادات التي تساهم في التخفيف من حزن المسلم، وتزِيل عنه الكرب والهموم: الصلاة. وللصلاة آثار بالغة الأهمية في نفس المسلم: فهي تمدّه بطاقة نفسية وقوة روحية تعينه على تحمل أعباء الحياة ومواجهة مشاقها، وخاصة إذا ما أُدِّيت بتمامها وخشوعها وكامل حقها. وقد أمرنا الله تعالى أن نستعين بالصلاة في مواجهة الشدائد والمصائب، قال تعالى: ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ [البقرة: 25]. قال الزمخشري: "استعينوا على البلاء والنوائب بالصبر عليها، والالتجاء إلى الصلاة عند وقوعها"⁽⁶¹⁾. فالصلاة تشد من عزيمة المؤمن، وتجعله أكثر صلابة في مواجهة الشدائد والخطوب، ذلك أن اتصال المسلم بربه وشعوره الدائم بمعية الله تعالى له يضيف عليه شعوراً بالسكينة والطمأنينة. ولا عجب إذن أن تكون راحة النبي ﷺ ولذته في الصلاة، فإنه كان إذا حان وقتها قال: "قم يا بلال، فأرحنا بالصلاة"⁽⁶²⁾.

قال ابن الأثير: "كان اشتغاله بالصلاة راحة له، فإنه كان يعدُّ غيرها من الأعمال الدنيوية تعباً، فكان يستريح بالصلاة لما فيها من مناجاة الله تعالى"⁽⁶³⁾.

كما كان ﷺ يفرع إلى الصلاة عند أوقات الكرب، عن حذيفة ؓ قال: "كان النبي ﷺ إذا حزبه أمر صلى" (64). ومعنى (حزبه): أي نزل به مهمٌّ أو أصابه غمٌ (65). فإن في الصلاة زوال للهموم والأحزان، فالمسلم إذا ناجى ربه في صلاته هان عليه ما يجد في قلبه من حزن وألم.

بالإضافة إلى العبادة عموماً وأثرها في التخفيف من الحزن، فإن الالتجاء إلى الله تعالى بالدعاء والذكر أمر بالغ الأهمية في علاج الحزن. فما من إنسان إلا ويتعرض إلى أوقات من الشدة في حياته.

ويوجهنا النبي ﷺ في مثل هذه الحالات أن نلتجأ إلى الله سبحانه بالدعاء والذكر، بدلاً من اليأس والإحباط. والدعاء مفتاح للخير والتوفيق، وسبب النجاة. قال ابن القيم: "إن التوفيق أن لا يلك إلى نفسك، وإن الخذلان هو أن يخلي بينك وبين نفسك. فإذا كان كل خير فأصله التوفيق وهو بيد الله لا بيد العبد، فمفتاحه الدعاء والافتقار وصدق اللجأ والرغبة والرهبة إليه. فمتى أعطي العبد هذا المفتاح فقد أراد الله أن يفتح له، ومتى أضله عن المفتاح بقي باب الخير مرتجاً دونه" (66).

ولهذا كان النبي ﷺ يستعيز بالله تعالى منها، فقد كان دائم التوجه إلى الله بقوله: "اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن..." (67).

وكان يكثر من الذكر إذا أصابه همٌّ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَدْعُو عِنْدَ الْكَرْبِ يَقُولُ: "لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْخَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَرَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ" (68). والكرب: ما يدهم المرء مما يأخذ بنفسه فيغمه ويحزنه (69).

المطلب الثالث: الترغيب والترهيب:

وتكمن أهمية هذا الأسلوب أنه يستحث النفس على الالتزام بالأوامر والنواهي التي تؤدي بالإنسان إلى السعادة، قال الغزالي: "الترغيب والترهيب يسوق الناس إلى سعادتهم، وليس ذلك إلا بألم محسوس ولذة محسوسة مُدْرَكَة، فإن ما لا يُدْرَكُ بالذوق لا يعظم له الشوق" (70). والمتتبع لأحاديث الرسول الكريم ﷺ يجد هذا الأسلوب واضحاً في تعامله مع الحزن، تارة بالترغيب وتارة أخرى بالترهيب.

أولاً: أسلوب الترغيب:

وفيما يتعلق بالحزن فإن المسلم يُثاب على البلاء إذا أصابه حزن أو هم فصبر عليه واحتسبه عند الله، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: "مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا خُزْنٍ وَلَا أَدَى وَلَا غَمٍّ، حَتَّى الشُّوْكَ يُشَاكُهَا إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ" (71).

في هذا الحديث جعل النبي ﷺ الهم والحزن والغم من جملة المصائب التي يبتلى بها الله تعالى عباده. وشعور الإنسان بأن ما يصيبه من حزن إنما هو من جملة المصائب التي يؤجر عليها يخفف كثيراً من حزنه ويعينه على تحمله.

وكذلك، فإن سعي الإنسان في تفريج كربات الآخرين، والتخفيف من همومهم مما يؤجر عليه، قال ﷺ: "... وَمَنْ فَرَّجَ عَنْ مُسْلِمٍ كُرْبَةً فَرَّجَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبَاتٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ" (72).

ثانياً: أسلوب الترهيب:

فقد نهى النبي ﷺ عن إظهار الجزع عند المصائب، والتسخط والاعتراض على قدر الله تعالى، بل أمر بالصبر وأن يحمد العبد ربه في السراء والضراء. فعند وقوع مصيبة الموت حرّم رسول الله ﷺ بعض المظاهر الدالة على عدم رضا الإنسان بقدر الله كالنياحة ولطم الخدود وشق الجيوب، وأكثر من يفعل ذلك من النساء، قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: "لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَطَمَ الْخُدُودَ وَشَقَّ الْجُيُوبَ وَدَعَا بِدَعْوَى الْجَاهِلِيَّةِ" (73) (74). ويشير قوله ﷺ "ليس منا" إلى مدى التأكيد على شناعة هذا الفعل،

والمبالغة في الردع عن الوقوع في مثل هذه الأعمال الجاهلية. كما أن النبي ﷺ قد تبرأ ممن يفعل ذلك، عن أبي موسى الأشعري قال: "إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ بَرِيءٌ مِنَ الصَّالِقَةِ وَالْخَالِقَةِ وَالشَّاقِقَةِ" (75) (76). إن هذه المظاهر وغيرها مما يدل على ضعف إيمان العبد وتسخطه لقضاء الله تعالى، قد تبرأ النبي ﷺ منها ومن أصحابها.

وهكذا فإن النبي ﷺ استخدم أسلوب الترغيب والترهيب في توازن دقيق، وكان يجمع في أحاديثه بين الترغيب حيناً والترهيب حيناً آخر. فيرغب في حالات على الصبر على الحزن بذكر ثوابها، ويرهب من الجزع والتسخط بذكر عقابها والتنبية على مساوئها.

المبحث الرابع التعبير عن الحزن

إذا كان الحزن أحد الانفعالات التي تمثل جانباً هاماً في تكوين الإنسان فإن من الطبيعي أن يميل الإنسان إلى التعبير عن أحزانه إذا تعرض لموقف يستدعي الحزن كفقْدان شخص عزيز عليه أو حدوث مصيبة له. إن التعبير الملائم والمعتدل عن الانفعال أمر في غاية الأهمية، فهو يُخلِّص الإنسان من التوتر ويحرره من الضغوط، كما يساهم في تحسين التواصل الاجتماعي للفرد. ذلك أن بقاء الانفعالات مكبوتة في نفس الإنسان تدمره داخلياً، وتصيبه بشتى الأمراض العضوية والنفسية. وإذا بقيت تتراكم شيئاً فشيئاً مع مرور الوقت لربما تجمعت حتى تصبح كالسد الهائل الذي إذا انفجر فإنه من المستحيل التحكم فيه، وكذلك الانفعالات إذا تراكمت فترة طويلة من الزمن ربما تجيء اللحظة التي تنفجر فيها دون سابق إنذار فتخرج عن سيطرة الفرد وقدرته الواعية على ضبطها (77).

لا بد للإنسان من أن يعبر عن حزنه في حدود الاعتدال، أما المبالغة في الحزن وبقاؤه حبيس النفس مكبوتاً في داخل الإنسان فإنه يترك أثراً سلبياً في صحة الإنسان النفسية والجسمية، وإذا ما طالت مدته تحول إلى كآبة وفتك بجسم الإنسان وأصابه بالأضرار: فقد ذكر القرآن الكريم مثلاً واضحاً على أضرار شدة الحزن ما كان من حال يعقوب عليه السلام وما سببه له حزنه المكثوم على فقدان ابنه من فقدان البصر، قال تعالى: ﴿وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسْفَى عَلَى يُوسُفَ وَإِيتُصَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ﴾ (89: يوسف).

وإذا ما استمر الحزن فترة طويلة واشتد تأثيره ربما أدى إلى الوفاة، فما هي فاطمة رضي الله عنها من شدة حزنها على وفاة أبيها ﷺ لم تمكث بعده سوى ستة أشهر فالتحقت برسول الله ﷺ إلى الرفيق الأعلى، قال الذهبي: "عن عبد الله بن الحارث قال: مكثت فاطمة بعد النبي ﷺ ستة أشهر وهي تذوب" (78). وفي التعبير من ابن الحارث أن فاطمة كانت "تذوب" ما يدل على عمق تأثير الحزن على صحة الإنسان.

ولقد كان النبي ﷺ يعبر عن أحزانه في المواقف المتنوعة، وقد كان النبي ﷺ يحزن عند وفاة قريب له: ابناً أو بنتاً أو زوجة أو عمّاً، فما هو يبكي عند وفاة ابنه إبراهيم، جاء في الحديث: عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ ﷺ قَالَ: دَخَلْنَا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ عَلَى أَبِي سَيِّفِ الْقَيْنِ وَكَانَ ظَنُورًا (79) لِإِبْرَاهِيمَ عليه السلام، فَأَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِبْرَاهِيمَ فَقَبَّلَهُ وَشَمَّهُ، ثُمَّ دَخَلْنَا عَلَيْهِ بَعْدَ ذَلِكَ وَإِبْرَاهِيمُ يَجُودُ بِنَفْسِهِ، فَجَعَلَتْ عَيْنَا رَسُولِ اللَّهِ ﷺ تَذْرِفَانِ. فَقَالَ لَهُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ عَوْفٍ ﷺ: وَأَنْتَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ فَقَالَ: يَا ابْنَ عَوْفٍ إِنَّهَا رَحْمَةٌ ثُمَّ اتَّبَعَهَا بِأُخْرَى. فَقَالَ ﷺ: "إِنَّ الْعَيْنَ تَذْمَعُ وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ" (80).

وهنا يتعجب عبد الرحمن بن عوف من بكاء النبي ﷺ على ولده، ظاناً أن بكاءه إنما جزعاً عليه، وهو الذي يأمر بالصبر عند المصائب. فأجابه بقوله "إنها رحمة" أي: الحالة التي شاهدها مني هي رقة القلب على الولد لا ما توهمت من الجزع (81). فالرسول ﷺ يبقى بشراً يحزن كما يحزنون ويبكي كما يبكون. ولكن قلبه يبقى مطمئناً لقضاء الله،

راضياً بحكمه، صابراً على ما أمر به.

كما أن النبي ﷺ كان يحزن عند وفاة أحد أصحابه. ويكون حزنه أشد وأعمق إذا تعرض أحدهم أو مجموعة منهم للقتل. فيها هو يحزن حزناً شديداً عندما بلغه نبأ مقتل القراء. فعن أنسٍ رضي الله عنه قال: قَتَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ شَهْرًا حِينَ قُتِلَ الْقُرَاءُ، فَمَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ حَزَنَ حُزْنًا قَطُّ أَشَدَّ مِنْهُ⁽⁸²⁾. ويظهر من وصف أنس لحال النبي ﷺ مدى حزنه على صحابته رضوان الله عليهم. حتى إنه من شدة حزنه عليهم مكث يدعو شهراً على القتلة في صلاته.

وفي موقف آخر: عندما أبلغه الوحي استشهاد القادة الثلاثة في غزوة مؤتة جلس حزينا لمقتلهم. قَالَتْ عَائِشَةُ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: لَمَّا جَاءَ النَّبِيُّ ﷺ قَتْلُ ابْنِ خَارِثَةَ وَجَعْفَرِ بْنِ رَوَاحَةَ جَلَسَ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ، وَأَنَا أَنْظُرُ مِنْ صَانِرِ الْبَابِ -شَقِي الْبَابِ- فَأَتَاهُ رَجُلٌ فَقَالَ: إِنَّ نِسَاءَ جَعْفَرٍ وَذَكَرَ بَكَاءَهُنَّ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَنْهَاهُنَّ، فَذَهَبَ ثُمَّ أَتَاهُ الثَّانِيَّةُ لَمْ يُطِئْهُ، فَقَالَ: انْهَيْهُنَّ. فَأَتَاهُ الثَّلَاثَةُ قَالُوا: وَاللَّهِ لَقَدْ غَلَبْنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ. فَرَعَمَتْ أَنَّهُ قَالَ: فَاحْتُ فِي أَفْوَاهِهِنَّ التُّرَابَ. فَقُلْتُ: أَرَعَمَ اللَّهُ أَنْفَكَ⁽⁸³⁾، لَمْ تَفْعَلْ مَا أَمَرَكَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ، وَلَمْ تَنْتَرِكْ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ مِنْ الْعَنَاءِ⁽⁸⁴⁾.

والأمر النبوي للرجل بأن يحثو التراب في أفواه النساء اللواتي يبكين على الأموات ليس المقصود منه الكلام الحرفي، بدليل أن الصحابي لم يفعل ذلك، وإنما المقصود منه المبالغة في الزجر عن النياحة على الأموات. قال النووي: "وَأَمَرَهُ ﷺ بِذَلِكَ مُبَالَغَةً فِي إِنْكَارِ الْبُكَاءِ عَلَيْهِنَّ وَمَنْعَهُنَّ مِنْهُ، ثُمَّ تَأَوَّلَهُ بَعْضُهُمْ عَلَى أَنَّهُ كَانَ بَكَاءَ بَنُوْحٍ وَصِيَاْحٍ وَلِهَذَا تَأَكَّدَ النَّهْيُ"⁽⁸⁵⁾.

الخاتمة:

من خلال ما تم التعرض له في كل ما يتعلق بالحزن نستطيع أن نخلص إلى ما يلي:

- (1) إن الحزن في اللغة والاصطلاح بكل مشتقاته يدور حول التوجع والتأسف إما على أمر ماضٍ أو على أمر مستقبل لم يتمكن المرء من الوصول إليه أو تحقيقه، وهناك بعض المصطلحات المقاربة للحزن مثل: الهم والغم والأسف والكآبة والكرب، وقد بينت ما بينها من أوجه افتراق أو التقاء من الناحية اللغوية.
- (2) يمكن تقسيم الحزن إلى نوعين: قسم يتعلق بأمور الدنيا كحزن الإنسان على موت شخص عزيز عليه أو فوات مصلحة له، وقسم يتعلق بأمور الآخرة كحزن المسلم على اقترافه الذنوب والمعاصي وتقصيره في الطاعات.
- (3) من خلال استقراء الأحاديث النبوية الشريفة والآيات القرآنية الكريمة المتعلقة بموضوع الحزن يمكن أن نخلص إلى نتيجة مفادها: أن الحزن -بقسميه المذكورين سابقاً- انفعال غير سار، ويترك أثراً سلبية في حياة الإنسان سواء من الناحية الجسدية أو الناحية النفسية والاجتماعية، وإذا كان من حالة يُحْمَدُ فيها الحزن فهي حزن المسلم على معصيته أو تقصيره في الطاعة، وحتى في هذه الحالة فإن ما يُحمد هو ما يدل عليه الحزن من إيمان في قلب المسلم؛ لهذا كله يمكن القول إن الحزن انفعال غير مرغوب فيه.
- (4) لقد أرشدنا النبي ﷺ بهدي من الله تعالى إلى مجموعة من الأساليب التي تؤدي إلى علاج الحزن والتقليل من آثاره السلبية على حياة الإنسان من الناحية النفسية والجسدية والاجتماعية. ومن هذه الأساليب غرس العقيدة في النفوس والالتجاء إلى الله تعالى بالدعاء والذكر والعبادة والترغيب والترهيب والتعبير المعتدل عن الحزن، وكذلك تناول بعض الأطعمة كالتلبينة والسفرجل التي تسهم في التخفيف من الحزن.

وختاماً نسأل الله القبول والتوفيق

والحمد لله رب العالمين

- (1) ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، د.ت، ج13، ص113.
- (2) المرجع السابق، ج13، ص113.
- (3) الزمخشري، أساس البلاغة، ط1، دار النفائس، بيروت، 1992م، ص125.
- (4) عبد الرحمن بدوي، رسائل فلسفية للكندي والفارابي وابن باجه وابن عدي، دار الأندلس، بيروت، 1997، ص6.
- (5) انظر: ابن مسكويه، تهذيب الأخلاق، د.ط، دار الكتب العملية، بيروت، د.ت، ص181.
- (6) عبد الله بن محمد الأنصاري الهروي (ت 481هـ)، منازل السائرين إلى الحق، د.ط، مكتبة الشرق الجديد، بغداد، د.ت، ص25.
- (7) انظر: ابن القيم، مدارج السالكين، تحقيق: أحمد الرفاعي وعصام الحرساني، ط1، دار الجيل، بيروت، 1991، ج1، ص560.
- (8) ابن القيم، طريق الهجرتين وباب السعادتين، تحقيق: عبد الله الأنصاري، إدارة الشؤون الدينية، قطر، 1977، ص498.
- (9) الفراهيدي، العين، تحقيق: مهدي المخزومي وإبراهيم السامرائي، دار الهلال، د.ت، ج3، ص357.
- (10) أبو هلال العسكري، معجم الفروق اللغوية، مؤسسة النشر الإسلامي، قم، إيران، 1412هـ، ص560.
- (11) ابن منظور، لسان العرب، ج9، ص5.
- (12) البخاري، صحيح البخاري، كتاب: الآداب، باب: حد المريض أن يشهد الجماعة، ح رقم 664. ومسلم، صحيح مسلم، كتاب: الصلاة، باب: استخلاف الإمام إذا عرض له عذر، ح رقم 418. وفيه قصة.
- (13) أبو عبيد القاسم بن سلام (ت 224هـ)، غريب الحديث، ط1، دائرة المعارف العثمانية، الهند، 1994، ج1، ص159.
- (14) الفراهيدي، العين، ج7، ص311.
- (15) ابن عاشور، التحرير والتنوير، د.ط، دار سحنون، تونس، د.ت، ج9، ص81.
- (16) ابن منظور، لسان العرب، ج1، ص694.
- (17) مسلم صحيح مسلم، كتاب: الحج، باب: استحباب الذكر إذا ركب دابة، ح رقم 1343. ومعنى الحور بعد الكون (بالنون) أي: الرجوع من الإيمان إلى الكفر. النووي، شرح النووي على مسلم، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ط2، ج9، ص111.
- (18) أبو سليمان حمد بن محمد الخطابي (ت 388هـ)، معالم السنن، بعناية: محمد الطباخ، المطبعة العلمية، حلب، ط1، 1933م، ج2، ص258.
- (19) أبو هلال العسكري، معجم الفروق اللغوية، ج1، ص443.
- (20) ابن حجر، فتح الباري بشرح البخاري، تحقيق: محب الدين الخطيب، دار الريان، القاهرة، 1986م، ط1، ج11، ص150.
- (21) العسكري، معجم الفروق اللغوية، ص185.
- (22) البخاري صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمُصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْخُزْنُ، ح رقم 1299. مسلم صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: التشديد في النياحة، ح رقم 935.
- (23) ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص198.
- (24) الخلة (بالفتح): الحاجة والفقر. ابن الأثير الجزري (ت 635هـ)، النهاية في غريب الحديث والأثر، تحقيق: طاهر الزاوي وآخرون، المكتبة العلمية، بيروت، 1979م، ج2، ص145.
- (25) عائشة عبد الرحمن بنت الشاطئ، مع المصطفى عليه الصلاة والسلام، دار الكتاب العربي، بيروت، 1972م، ط1، ص191.
- (26) ابن هشام، السيرة النبوية، مصطفى السقا وإبراهيم الأبياري، دار الخير، 1992م، ط1، ج2، ص44.
- (27) البخاري، صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: قَوْلُ النَّبِيِّ ﷺ إِنَّا بِكَ لَمَخْرُؤُونَ، ح رقم 1303. وأمسلم صحيح مسلم، كتاب: الفضائل، باب: رحمته ﷺ الصبيان والعيال، ح رقم 2315.
- (28) محمود بن عمر الزمخشري (ت 528هـ)، الكشف، بعناية: مصطفى حسين أحمد، ط3، دار الكتاب العربي، بيروت، 1987م،

ج2، ص301.

- (29) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: الجهاد والسير، باب: ابن حنبل العذر عن الغزو، ح رقم 2839. ومسلم **صحيح**، كتاب: مسلم كتاب: الإمارة، باب: ثواب من حنبله عن الغزو مرض أو عذر آخر، ح رقم 1911.
- (30) النووي، **صحيح مسلم بشرح النووي**، ج13، ص50.
- (31) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: التفسير، باب: "وعلى الثلاثة الذين خلفوا..."، ح رقم 4677. ومسلم **صحيح مسلم**، كتاب: التوبة، باب: حديث توبة كعب وصاحبيه، ح رقم 2769.
- (32) مسلم، **صحيح مسلم**، كتاب: فضائل الصحابة، باب: من فضائل أم أيمن، ح رقم 2454.
- (33) هذا إذا أخذنا تقسيم الانفعالات بالنظر إلى عامل الأثر الناجم عنها.
- (34) ابن القيم، **مدارج السالكين**، ج1، ص557.
- (35) ابن القيم، **طريق الهجرتين وباب السعادتين**، ص496.
- (36) انظر: المرجع السابق، ص497.
- (37) محمد بن جرير الطبري (ت 310هـ)، **جامع البيان في تأويل القرآن**، تحقيق: أحمد شاكر، ط1، مؤسسة الرسالة، 2000م، ج7، ص234.
- (38) الطبري، **جامع البيان في تأويل القرآن**، ج20، ص474.
- (39) ابن القيم، **مدارج السالكين**، ج1، ص557.
- (40) المرجع السابق، ج1، ص558.
- (41) ابن القيم، **طريق الهجرتين وباب السعادتين**، ص498. وقد أشار الغزالي إلى هذا المعنى. انظر: الغزالي، أبو حامد محمد ابن محمد (ت 505هـ)، **إحياء علوم الدين**، تحقيق: جمال محمود ومحمد سيد، دار الفجر، القاهرة، ط1، 1999م، ج2، ص378.
- (42) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: الدعوات، باب: الاستعاذة من الجبن والكسل، ح رقم 6369. وكتاب: الجهاد والسير، باب: من غزا بصبي للخدمة، ح رقم 2893. وضلع الدين: **بقله. النهاية في غريب الحديث والأثر**، ج3، ص205.
- (43) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: المرضى، باب: ما جاء في كفارة المرض، ح رقم 5641. ومسلم **صحيح مسلم**، كتاب: البر والصلة والآداب، باب: ثواب المؤمنين فيما يصيبه من مرض أو حزن، ح رقم 2574.
- (44) ابن القيم، **طريق الهجرتين وباب السعادتين**، ص498.
- (45) أي: لا يتسارران منفردَيْن عنه؛ لأن ذلك يسؤوه. ابن الأثير، **النهاية في غريب الحديث والأثر**، ج5، ص56.
- (46) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: الاستئذان، باب: إذا كانوا أكثر من ثلاثة فلا بأس بالمسارة والمناجاة، ح رقم 6290.
- مسلم **صحيح مسلم**، كتاب: السلام، باب: تحريم مناجاة والاثنتين دون الثالث بغير رضاه، ح رقم 2184.
- (47) ابن حجر، **فتح الباري بشرح صحيح البخاري**، ج11، ص86.
- (48) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: الأذان، باب: من أخف الصلاة عن بكاء الصبي، ح رقم 709. ومسلم، **صحيح مسلم**، ح رقم 470.
- (49) انظر: ابن منظور، **لسان العرب**، ج3، ص445.
- (50) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: الأدب، باب: الإنبساط إلى الناس، ح رقم 6129. مسلم، **صحيح مسلم**، كتاب: الآداب، باب: جواز التكنية، ح رقم 2150.
- (51) البخاري، **صحيح البخاري**، كتاب: المناقب، باب: علامات النبوة في الإسلام، ح رقم 3583.
- (52) رواه ابن أبي الدنيا في كتابه، **الهم والحزن**، تحقيق: مجدي السيد، ط1، دار السلام، القاهرة، 1991م، ص18. بإسناده من طريق هند بن أبي هالة. أورده العقيلي في **الضعفاء الكبير**، تحقيق: عبدالمعطي قلججي، دار المكتبة العلمية، بيروت، ط1،

- 1984، ج3، ص197. قال الألباني: ضعيف. الألباني، سلسلة الأحاديث الضعيفة، ط1، مكتبة المعارف، الرياض، 1992م. ج2، ص213.
- (53) ابن القيم، مدارج السالكين، ج1، ص559.
- (54) رواه ابن أبي الدنيا في كتابه، الهم والحزن، تحقيق: مجدي السيد، ط1، دار السلام، القاهرة، 1991م، ص19. بإسناده من طريق أبي الدرداء موقوفاً. رده الذهبي بالانقطاع. وقال الألباني: ضعيف. الألباني، سلسلة الأحاديث الضعيفة، ط1، مكتبة المعارف، الرياض، 1992م. ج1، ص113.
- (55) يوسف القرضاوي، الإيمان والحياة، ط9، مكتبة وهبة، القاهرة، 1990، ص147. بتصرف.
- (56) ابن القيم، مدارج السالكين، ج3، ص182.
- (57) محمد نعيم ياسين، الإيمان، ط6، دار الفرقان، عمان، 1987، ص160.
- (58) الترمذي، الجامع الصحيح، كتاب: صفة القيامة والرقائق والورع، باب: ما جاء في صفة أواني الحوض، ح رقم 2516. وقال: هذا حديث حسن صحيح.
- (59) محمد بن عبد الرحمن المباركفوري (ت1353هـ)، تحفة الأحوذني بشرح جامع الترمذي، د.ط، دار الكتب العلمية، بيروت، ج7، ص186.
- (60) محمد نعيم ياسين، الإيمان، ط6، دار الفرقان، عمان، 1987، ص176. بتصرف.
- (61) الزمخشري، الكشاف، ج1، ص134.
- (62) أبو داود، سنن أبي داود، كتاب: الأدب، باب: في صلاة العتمة. ح رقم 4986. وأحمد في مسنده، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، الرسالة، 2001، برقم 4986، ج38، ص178، قال الزيلعي: سنده رجال الصحيحين. تخريج أحاديث الكشاف، تحقيق: عبدالله السعد، دار ابن خزيمة، الرياض، ط1، 1414هـ، ج1، ص62. درجة الحديث: إسناده صحيح. انظر: الألباني، صحيح سنن أبي داود، ج1، ص69.
- (63) ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، ج2، ص658.
- (64) أبو داود، سنن أبي داود، كتاب: الصلاة، باب: وقت قيام النبي ﷺ من الليل، ح رقم 1319. درجة الحديث: إسناده حسن. وحسنه الألباني، انظر: الألباني، صحيح سنن أبي داود، ج2، ص134.
- (65) ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، ج1، ص945.
- (66) ابن القيم، الفوائد، تحقيق: سعيد اللحام، دار الفكر اللبناني، بيروت، د.ت. ص127.
- (67) سبق تخريجه.
- (68) البخاري صحيح البخاري، كتاب: الدعوات، باب: الدعاء عند الكرب، ح رقم 6345. ومسلم صحيح مسلم، كتاب: الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب: دعاء الكرب، ح رقم 2730. وفي رواية مسلم: "كان إذا أحزنه أمر".
- (69) ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج11، ص150.
- (70) الغزالي، إحياء علوم الدين، ج3، ص240.
- (71) البخاري صحيح البخاري، كتاب: المرضى، باب: ما جاء في كفارة المرضى، ح رقم 5641. و مسلم و صحيح مسلم، كتاب: البر والصلة والآداب، باب: ثواب المؤمن فيما يصيبه، ح رقم 2573.
- * الوصب: الوجع والمرض. ابن منظور، لسان العرب، ج1، ص797.
- * النصب: التعب. ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، ج5، ص140.
- * والأذى: هو أعم ما ذكر. وقيل: هو خاص بما يلحق الشخص من تعدي غيره عليه. ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري ج10، ص110.
- (72) البخاري صحيح البخاري، كتاب: المظالم، باب: لا يظلم المسلم ولا يظلمه، ح رقم 2442، ومسلم صحيح مسلم،

- كتاب: البر والصلة والآداب، باب: تحريم الظلم، ح رقم 2580.
- (73) والجيب: ما يفتح من الثوب ليدخل فيه الرأس، وشقه علامة من علامات التسخط. ودعوى الجاهلية: النياحة وغيرها، وكذا الندبة كقولهم: واجبله، وكذا الدعاء بالويل والثبور. ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص195-196. بتصرف.
- (74) البخاري، صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: ليس منا من شق الجيوب، ح رقم 1294. ومسلم، صحيح مسلم، كتاب: الإيمان، باب: تحريم ضرب الخدود وشق الجيوب، ح رقم 103.
- (75) الصالقة: التي ترفع صوتها بالبكاء. والخالقة: التي تحلق رأسها عند المصيبة. والشاقة: التي تشق ثوبها. ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص198.
- (76) البخاري، صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: ما ينهى عن الحلق عند المصيبة، ح رقم 1296 (تعليقاً). مسلم صحيح مسلم، كتاب: الإيمان، باب: تحريم ضرب الخدود وشق الجيوب، ح رقم 104.
- (77) انظر: الأزرق بن علو، كيف تتغلب على القلق، دار قباء، القاهرة، 2003م، ص271.
- (78) محمد بن أحمد بن عثمان الذهبي (ت748 هـ)، سير أعلام النبلاء، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، ط9، مؤسسة الرسالة، بيروت، 1993م، ج2، ص128.
- (79) ظَنَرًا: أَي مُرْضِعًا، وَأُطْلِقَ عَلَيْهِ ذَلِكَ لِأَنَّهُ كَانَ رَوْجَ الْمُرْضِعَةِ، وَأَصْلُ الظَّنْرِ مِنْ ظَارَرْتُ النَّاقَةَ إِذَا عَطَفَتْ عَلَى غَيْرِ وَلَدِهَا فَقِيلَ ذَلِكَ لِلَّتِي تُرْضِعُ غَيْرَ وَلَدِهَا، وَأُطْلِقَ ذَلِكَ عَلَى رَوْجِهَا لِأَنَّهُ يُشَارِكُهَا فِي تَرْبِيَّتِهِ غَالِبًا. ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص206.
- (80) سبق تخريجه.
- (81) ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص207.
- (82) البخاري، صحيح البخاري، كتاب: الجنائز، باب: مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمُصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْخُزْنُ، ح رقم 1300. ومسلم صحيح مسلم، كتاب: المساجد ومواضع الصلاة، باب: استحباب القنوت في جميع الصلاة إذا نزلت نازلة، ح رقم 677.
- (83) أرغم الله أنفك، أي: ألصقه بالرغام، وهو التراب إهانة وإذلالاً. ودَعَتْ عَلَيْهِ مِنْ جِنْسٍ مَا أَمَرَ أَنْ يَفْعَلَهُ بِالنِّسْوَةِ لِقَمِّهَا مِنْ قَرَائِنِ الْحَالِ أَنَّهُ أَخْرَجَ النَّبِيَّ ﷺ بِكَثْرَةِ تَرَدُّدِهِ إِلَيْهِ فِي ذَلِكَ. ابن حجر، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ج3، ص198.
- (84) سبق تخريجه.
- (85) النووي، صحيح مسلم بشرح النووي، ج6، ص531.