



## الْحَزَنُ

14 برنامج مشاعر

الحلقة الثانية

2022-04-03

السلام عليكم.

### الابتعاد عن الحزن:



الدنيا بُنيت على الابتلاء

هل شعرتَ بالحُزن يوماً؟ هناك في الدنيا الكثير مما يُدخل الحُزن إلى القلب، لأن الدنيا بُنيت على الابتلاء، وفيها من المصائب ما فيها، وقد يُصيب الإنسان من شرٍّ أو من شيءٍ لا يُجيبه ما يُدخل الحُزن إلى قلبه.

ولكن لماذا الحُزن؟ هل تعلم أن الحُزن لم يرد في كتاب الله تعالى إلا منهيّاً عنه أو مَنهيّاً؟

منهيّاً عنه، كقوله تعالى:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (139)

[ سورة آل عمران ]

وكفوله تعالى مخاطباً بآية:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ ۖ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِمَّا يَمْكُرُونَ (127)

[ سورة النحل ]

وكقول الله تعالى على لسان نبيه صلى الله عليه وسلم:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
إِلَّا تَضُرُّوهُ فَقَدْ تَصَرَّهُ اللَّهُ إِذْ أَجْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيًا أَنْتَبَيْتُ إِذْ هُمَا فِي الْعَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ۚ فَأَنْزَلَ اللَّهُ  
سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَى ۚ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۚ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ (40)

[ سورة التوبة ]

أو جاء الحزن منفيًا كقوله تعالى:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُنْبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَتًّا وَلَا أَدَى ۚ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ  
(262)

[ سورة البقرة ]

وقد تكرر ذلك كثيراً في كتاب الله.

إذا الأصل ألا تسلك الإنسان مسلك الحزن، لأن الحزن يُميت القلب ويملؤه همًا وعمًا وكمدًا، فرمًا يقعد الحزين حتى عن الطاعات، وحتى عن الأعمال الصالحة، ونحن قد خلقنا  
لنعلم صالحًا، ولتعمر الأرض بالخيرات، فإذا امتد الحزن بنا أيامًا وأيامًا وشهورًا وسنوات فهذا يُدخل الكمد إلى القلب فيقع الإنسان عن مهمته في الحياة، ولا يؤدي دوره الذي  
أراد الله منه.

فالخزن واقع ولكن لا ينبغي أن يطول، لذلك ما جاء في القرآن مأمورًا به، بينما جاء الفرح في القرآن مأمورًا به، أما الحزن فجاء منهيًا عنه أو جاء منفيًا.

**الحزن على فوات مطلوبٍ أو حصول مكرهٍ ليس مطلوباً ولا محموداً:**

لكن قد يُحمد المرء على ما سبب الحزن له، مثال ذلك قوله تعالى:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا اتَّوَكَّلُوا لَتَذْمَلَهُمْ فُلْتُمْ لَا آجِدْ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ (92)

[ سورة التوبة ]



#### حُزن القلب واقِعٌ

فهؤلاء حزنوا لكن ما الذي أحزبهم؟ أحزبهم أنه فاتهم خيرٌ في الغزو مع رسول الله صلى الله عليه وسلم، والإنسان إذا فاتته صلاة الفجر فقام من نومه حزيباً فإنه يُحمد على سبب الحُزن، لا على الحُزن نفسه، يُحمد لأن ترك الواجب أحزنه، أما الذي يفوته شيءٌ من الدنيا فيحزن فلا يُحمد لا على الحزن ولا على سبب الحُزن. الحُزن الذي يكون على فوات مطلوبٍ أو حصول مكروءٍ ليس مطلوباً ولا محموداً، ولكن حُزن القلب واقِعٌ، قال صلى الله عليه وسلم:

{ إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ، وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا تَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ }

[ صحيح البخاري ]

وهذا حُزنٌ لا بدَّ منه لكنه لا ينبغي أن يُوقع الإنسان في همٍّ وعمٍّ مُستمَرِّين بحيث يمنعه الحزن عن العمل ويُبعده عن مُهمَّته في الحياة.

#### الحزن فطرة بشرية علينا الاستعاذة بالله منه:

إذا أيها الكرام، يجب أن تُخرج الحُزن من قلوبنا، والنبى صلى الله عليه وسلم كان يقول:

{ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالنُّحْلِ، وَصَلَعِ الدَّيْنِ، وَعَلَيْتَةِ الرَّجَالِ }

[ صحيح البخاري ]

فكان يستعيذ بالله من الحزن، لكن لأن الحُزن فطرة بشرية، فقد أقرها الإسلام ما دامت ضمن الحدود الطبيعية:

{ ما كان من العين ومن القلب فمن الله، وما كان من اليد واللسان فمن الشيطان }

[ رواه أحمد ]

فتدمع العين ويحزن القلب لكن لا يتحرك اللسان بما يُغضب الله، ولا تتحرك اليد باللطم ونحو ذلك بهذه الحدود ودون أن يمتد الحُزن لآماً و آماً، فهو فطرة بشرية واقعة، لكن بغير ذلك فالحُزن إنَّما منتهي عنه أو منفي.

إلى الملتقى أستودعكم الله، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.