**بسم الله ، والحمد لله ، والصلاة والسلام على رسول الله وبعد :**

**فهذه الحلقة الواحدة والتسعون بعد المائة في موضوع(الحليم)وهي بعنوان:**

**بعض ما يسكِّن الغضب :**

**إن لتسكين الغضب إذا هجم أسباباً يستعان بها منها:**

**أولاً: أن يذكر اللهَ عزّ وجل، فيدعوه ذلك إلى الخوف منه ثم إلى الطاعة، ثم إلى الأدب، ثم يستغفر الله تعالى فيزول الغضب، قال الله تعالى: {واذكر ربك إذا نسيت} قال عكرمة: يعني إذا غضبت.**

**وقال الله تعالى: {وإما ينزغنّك من الشيطان نزغ فاستعذ بالله} ومعنى قوله: ينزغنّك: أي يغضبنّك فاستعذ بالله إنه هو السميع العليم: يسمع بجهل مَن جَهِل، ويعلم بما يذهب عنك الغضب.**

**وذكر أن في التوراة: يا ابن آدم اذكرني حين تغضب أذكرك حين أغضب، فلا أمحقك فيمن أمحق.**

**وحكي أن بعض الحكماء قال: من ذكر قدرة الله لم يستعمل قدرته في ظلم العباد.**

**وقال النبي صلى الله عليه وسلم: "ارحموا من في الأرض يرحمكم مَنْ في السماء".**

**وقال أحد المذنبين لهارون الرشيد: يا أمير المؤمنين أسألك بالذي أنت بين يديه أذل مني بين يديك، وبالذي هو أقدر على عقابك منك على عقابي لما عفوت عني، فعفا عنه لما ذكر قدرة الله تعالى.**

**وروى البيهقي عن أنس رضي الله عنه: أن رجلاً شكا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم القسوة، فقال: "أطّلع في القبور، واعتبر بالنّشور".وعلى هذا قال الفاروق عمر رضي الله: من أكثر من ذكر الموت رضي من الدنيا باليسير.**

**ثانياً: أن ينتقل عن الحالة التي هو فيها إلى حالة غيرها فيزول عنه الغضب.**

**وهذا ما فعله معاوية حين غضب وهو يخطب فنزل وتوضأ ثم عاد وأخبر أنه علم من النبي صلى الله عليه وسلم أن الغضب نار تطفئه الماء..وكذلك فعل المأمون حين شعر بالغضب أو بدرت منه بادرة الحدّة والانفعال.**

**وقالت الفرس: إذا غضب القائم فليجلس، وإذا غضب الجالس فليقم.**

**إلى هنا ونكمل في اللقاء القادم والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته .**