

الإسلام.. والذكاء العاطفي الفطري



1- إنَّه الإسلام: إنَّه الإسلام بتعاليمه وتصوُّراته الواضحة للعقل والقلب، والتي تنمي كل أركان الذكاء العاطفي بدون جهد يذكر من الشخص إلا الإلتزام بتعاليمه عزَّ وجلَّ وسنَّة رسوله (ص). إنَّه الإسلام الذي ينقي الشخصية من السلبية وعدم الثقة بالنفس ويهدئ من روعه المسلم ويأمره بعدم الغضب والإنفعال، ويأمره بالعطف على الجميع حتى الحيوان والجماد. إنَّه الإسلام الذي يأمر بحُسن الخُلُق مع الغير وانتقاء أفضل الكلمات في التعامل مع الآخرين، ويبدأ الإسلام في تكوين المسلم للذكاء العاطفي بخطوات متتالية، هي: أ) الإيمان: (قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئاً إِنَّ الْقَافِلِينَ غَفُورٌ رَحِيمٌ) (الحجرات/ 14). لماذا الإيمان وليس الإسلام هو المطلوب حتى يدخل قلب الفرد بعد القناعة الفكرية التي محلها العقل؟ القناعة والحلاوة القلبية التي محلها القلب فيخلق في آفاق السعادة والطمأنينة والإيجابية، وتتجه بعدها حياته كلها إلى عزَّ وجلَّ، فإن كان الذكاء العاطفي يمنحك السعادة أو شيئاً من السعادة في الدنيا، فإنَّ الإيمان بالله عزَّ وجلَّ يمنحك السعادة كلها في الدنيا والآخرة، وإنَّ الذكاء العاطفي يصل بك إلى قدر من الرِّضا يمكن وصفه بكلمات، فإنَّ الإيمان ينجح بك وبقلبك ويطلقه في عالم سحري لا يمكن وصفه بالكلمات ولا يعرف روعته إلا مَنْ ذاقها (إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا

بِالْجَنَدَةِ التي كُنْتُمْ تُوْعَدُونَ * نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي
الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ (فصلت/ 30-31).
والإستقامة على قوله: (ربَّنَا ا) الإستقامة عليها بحقها وحقيقتها.. الإستقامة عليها
شعوراً في الضمير وسلوكاً في الحياة.. الإستقامة عليها والصبر على تكاليفها، (ولا
تخافوا) لا تحزنوا ومن ثمَّ البشرى وكيف أتذوق طعم الإيمان؟ قال الرسول (ص): "ذاق طعم
الإيمان مَنْ رضي بآ ربِّاً وبالإسلام ديناً وبمحمد رسولاً" [1]. إذن سيحدث الصبر وعدم اليأس
والشعور بالأنس والطمأنينة وعدم الخوف، ب) إدراك الحياة ا: من أوَّل وأهم مكونات الذكاء
العاطفي إدراك الذات أن يعرف الإنسان مَنْ هو؟ وما هي غايته؟ وما هي مبادئه وقيمه؟
وأهدافه الواضحة؟ تجد الإسلام يحدِّد لك الطريق ببساطة: (قُلْ إِنِّ صَلَاتِي وَنُسُكِي
وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ) (الأنعام/ 162)، (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا
لِيعْبُدُونِ) (الذاريات/ 56).. إنَّها الغاية الواحدة الجليلة التي يعيش المسلم من
أجلها. ج) فهم معنى التكریم: (وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ) (الإسراء/ 70). -
تكریم هذا المخلوق البشري على كثير من خلقه -
تكریم فطرة تجمع بين الطين والنفخة، تجمع بين الأرض والسماء في ذلك الكيان -
تكریم بإستقبال فخم له في الوجود بأن أسجد له الملائكة -
تكریم بأن يكون قيِّماً على نفسه محتملاً تبعه إتجاهه وعمله، لديه حرِّيَّة الإِتجاه وفردية التبعة ومن العدل أن يلقي
جزاء إتجاهه وثمرة عمله في دار الحساب د) العلم والتعلُّم: (قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ
يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ) (الزُّمَر/ 9)، منع سبحانه وتعالى المساواة بين
العالم والجاهل، وقوله: (قَالَ الَّذِي عِنْدَهُ عِلْمٌ مِنَ الْكِتَابِ أَنَا آتِيكَ) (النمل/
40)، أي أنَّه اقتدر بقوة العلم. ويقول الرسول: "... وَإِنَّمَا الْعِلْمُ بِالتَّعَلُّمِ" (رواه
البيهقي في السنن الكبرى، باب فضل العلم، حديث (251) [2]، ويقول علي بن أبي طالب (ع):
"الناس أبناء ما يحسنون". ويقول أبو الدرداء: "أخوف ما أخاف إذا وقفت بين يدي ا أن
يقول قد علمت فماذا عملت بما علمت؟ ويقول الإمام مالك: طلب العلم أفضل من نوافل العبادة
لمن صحَّت نيَّته". هـ) الحلم: يقول عز وجل: (مَا كَانَ لِلْبَشَرِ أَنْ يُوْتِيَهِهُ اُ
الْكِتَابَ وَالْحُكْمَ وَالنَّبُوءَةَ ثُمَّ يَقُولَ لِلنَّاسِ كُونُوا عِبَاداً لِّي مِن دُونِ اِ
ولكن كُونُوا رَبَّانِيِّينَ بِمَا كُنْتُمْ تُعَلِّمُونَ الْكِتَابَ وَبِمَا كُنْتُمْ
تَدْرُسُونَ) (آل عمران/ 79). وقيل في قوله (ربَّانِيَّين) أي: حلماة علماء. وقال ابن
عباس: حلماة فقهاء. ويقول تعالى: (وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَاماً)
(الفرقان/ 63). قال الحسن (ع): "حلماة وإن جهل عليهم لم يجهلوا". وقال عطاء بن أبي
رباح: (يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا) (الفرقان/ 63)، أي: حلماة. وقال ابن أبي حبيب في

قوله عز وجل: (وَيُكَذِّبُ الْفَاسِقِينَ فِي الْمَقَابِلِ) (آل عمران/ 46)، كهلاً، أي: منتهى الحلم. وفي قوله عز وجل: (وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا) (الفرقان/ 72)، أي: إذا أودوا صفحوا. ويقول الرسول (ص): "إنَّ إِيَّاهُ يَحِبُّ الْحَلِيمُ الْغَنِي الْمَتَعَفِّفُ وَيَبْغِضُ الْغَنِي الْفَاحِشَ الْبَذِيءَ السَّائِلَ الْمَلْحَفَ" [3]. (و حُسْنُ الْخُلُقِ: فهذا ثناء على النبي من إِيَّاهُ عز وجل، فيقول: (وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ) (القلم/ 4)، ويأمره بمحاسن الأخلاق، فيقول: (ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ) (فصلت/ 34)، ويقول: (وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا لَاسْتَغْلِظَ الْقَلْبُ لَانْفَضَّ وَنَأَى مِنَ الْدَوْلِ) (آل عمران/ 159). ويقول النبي (ص): "إنَّ من خياركم أحسنكم أخلاقاً" [4]. (ز) الرحمة: يقول تعالى: (ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالرَّحْمَةِ) (البلد/ 17). (وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ) (الأنبياء/ 107). (فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لَنِتَّ لَهُمْ) (آل عمران/ 159). (وَإِخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ) (الحج/ 88). ويقول الرسول (ص): "وإنَّما يرحم إِيَّاهُ من عبادة الرحماء" [5]. ويقول (ص) أيضاً: "لا تنزع الرحمة إلا من شقي" [6]. إلى غير ذلك من الصفات الأساسية للمسلم في حياته الدنيوية ليحيا فيها بسعادة والأخروية لينعم بالجنَّة، عندها سيعيش المؤمن إِيَّاهُ في كل حركة من حركاته وفي كل سَكَنَةٍ من سكناته فيهبون عليه ما يلقيه في سبيل إِيَّاهُ من تعب وألم، بل يصبح التعب راحة والألم لذة، فهو يحبُّ إِيَّاهُ عز وجل، فهذا (جلال الدين الرومي) يوضِّحه بقوله: "شعلة الحب إِيَّاهُ تعالى إذا التهمت أحرقت كل ما سواها، فلا كبر ولا خيلاء ولا جبن ولا خوف ولا حزن ولا حسد ولا بخل ولا عيب من العيوب النفسيَّة". نعم، إذا ما آمن بإِيَّاهُ ربِّاً وبالإسلام ديناً وبمحمد رسولاً (ص). نعم، إذا ما عرف رسالته في الحياة وعاش بكرامة دون ذل أو إسفاف. نعم، إذا تعلم وعلم وكان حليماً رحيماً حسن الخلق... كان خالياً من العيوب النفسيَّة. فلا خجل ولا قلق ولا غضب ولا غلظة. بل ثقة في النفس وهدوء واطمئنان وصبر على الجاهلين ورحمة وتعاطف وشفقة عليهم ولا كآبة ولا إحباط ولا سلبية. ولكن تفاؤل وإيجابية وتقدير للأُمُور التقدير الصحيح. ولا إلقاء بالكلمات كالحجارة. بل إنتقاء لأحسن الكلام وأطيبه لمعالجة المواقف الصعبة. ولذا كان الرسول (ص) وصحابته ومَن اقتدى به سائرین على نهج الذكاء العاطفي الفطري. 2- إنَّه الرسول (ص): بقدوته وبمواقفه التي عليك، إن اقتديت بها ستسهل عليك وصولك إلى خطة مهارات الوصول للذكاء العاطفي، لماذا ستصل إلى ما تريد؟ لأن مَن يقرأ سيرة النبي (ص) يلاحظ البساطة والعفوية المباشرة يقول له ربِّه عز وجل: (قُلْ مَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ مِنْ أَجْرٍ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُتَكَلِّفِينَ) (ص/ 86). فليس في سيرته (ص) تكلُّف ولا تعسُّف ولا صعوبة، وبالتالي تشعر أنَّها قريبة منك وأنَّ بمقدورك أن تقتدي به. وأيضاً كان الموقف الذي أنت فيه، ستجد من سيرته ما يسير لك

الحال. إنَّها الكلمات المنتقاة التي تنفذ المواقف وتنفذ إلى القلوب نفاذ السهم الذي يعرف طريقه جيّدًا فيذوب القلب وصاحبه وينصهر حبًّا فيمن أمامه بسبب كلمات قليلة. ومع موقف الأنصار من تقسيم الرسول (ص) للغنائم بعد غزوة حنين وهؤلاء النفر من الأنصار هم حدثاء السن فيهم وللطبيعة البشرية دورها، فقالوا: "يغفر الله لرسول الله يعطي قريشًا ويدعنا وسيوفنا تقطر من دمائهم". فوصل الكلام للرسول (ص)، فجمعهم في مكان وذكر لهم ما قالوه، فقال له فقهاء الأنصار: إنَّهم لم يقولوا هذا ولكن نفر منهم حديثي الأسنان هم الذين قالوا، فقال الرسول (ص): "إنَّي أعطي رجالًا حديث عهدهم بكفر أما ترضون أن يذهب النسب بالأموال وترجعوا إلى رجالكم برسول الله فوالله ما تنقلبون به خير مما ينقلبون به"، قالوا: بلى يا رسول الله قد رضينا، فقال لهم: "إنَّكم سترون بعدي أثره شديدة فاصبروا حتى تلقوا الله ورسوله على الحوض" [7]. لم يدعهم النبي (ص) يتحدثون بما في صدورهم دون توضيح. جمعهم في مكان ولم يدع معهم أحداً غيرهم. وضَّح لهم السبب فيما فعل وأقنعهم به وببساطة ودون تكلف أو موارد لم يتهرَّب أو يرتبك. كان صادقاً في بيان سبب ما فعله. لم يتركهم إلا وهم راضون بم فعله. المرح والفرح، فتجده يداعب زاهر الأسلمي وكان صديقاً له فاحتضنه من خلفه وبدأ يعلن عليه بالمزاد: "مَنْ يشتري العبد؟ مَنْ يشتري العبد؟"، فالتفت فرأى النبي (ص)، فطفق يصلق ظهره بالنبي (ص) ويقول: إذاً والله تجدني كاسداً، فقال (ص): "لكن عند الله لست بكاسد" [8]. ومع المرأة التي تسأل عن زوجها، فيقول لهاك "أهو الذي في عينه بياض"، ولما رأى كأنَّها خشيت وخافت، قال لها: "إنَّ كل إنسان في عينه بياض" [9]. التعاطف حتى مع الأطفال، فهذا أبو عمير أخو أنس كان معه عصفور يلعب به، فرأى النبي (ص) هذا الطفل واندماجه مع هذا الطائر وشغفه به وولعه باللعب معه، فيأتي إليه النبي (ص) يوماً من الأيام وهم حزين لموت هذا الطائر، فيسأله النبي (ص)، فيقول: "يا أبا عمير ما فعل النعير؟" [10]. هذا القلب الكبير المشحون بالقضايا العظيمة والمهمة والضخمة لم يمنعه ذلك من أن يجد مكاناً في قلبه لطفل صغير مهموم يلعب مع عصفور فسأله عنه ويبادله الأحزان لموته. كم جدت أنت في حياتك وإنسانيتك وإيمانك؟ كم جدت أنت في حياة وإنسانية وإيمان من حولك وتعامل معهم: (تلك الدَّارُ الآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا) (القصص/ 93). 3- هؤلاء فهموا المعنى: انظر إلى الصحابي (ربيع بن عامر) وهو واثق من نفسه يتحدث إلى قائد الفرس (رستم) وهو جالس على سرير من ذهب ويُسَّط من النمارق والوسائد منسوجة بالذهب، والمسلم مقبل على فرسه وسيفه في خرقه (قطعة من الثوب الممزق) ورمحه مشدود بعصب (ما يشد به من خرق أو منديل)، فلمَّا انتهى إلى البساط وطأه بفرسه ثم نزل وربطها بوسادتين شقهما وجل الحبل فيهما، ثم أخذ عباءة بغيره فاشتملها، فأشاروا عليه بوضع سلاحه، فقال: "لو أتيتكم فعلت ذلك بأمركم وإنَّما

دعوتوموني، ثمّ أقبل يتوكّأ على رمحہ ويقارب خطوة حتى أفسد ما مرّ عليه من البُسط، ثمّ دنا من رستم وجلس على الأرض وركّز رمحہ على البساط، وقال: إنّنا لا نقعد على زينتك، فقال له رستم: ما جاء بكم؟ قال: إنّ جاء بنا وهو بعث لنخرج مَن شاء من عبادة العباد إلى عبادة الله، ومن ضيق الدنيا إلى سعتها، ومن جور الأديان إلى عدل الإسلام، فأرسل لن رسولاً بدين إلى خلقه فمن قبله قبلنا منه ورجعنا عنه وتركنا وأرضه ومَن أبى قاتلناه حتى نفّضنا إلى الجذّة أو الطفر...". انظر لهذا الشخص البسيط في تعليمه القوى في علمه برّبّه وإيمانه والركون إليه عزّ وجلّ من أين له بهذه الثقة بالنفس. كيف يحترم ذاته ويؤمن بقيمته كمسلم حتى تحكم فيمن حوله عندما أرادوا أن ينزعوا عنه سلاحه حتى عندما أرادوا أن يستخفوا به قال لهم رستم: "ويلكم، وإنّما أنظر إلى الرأي والكلام والسيرة والعرب تستخف اللباس وتصون الأحساب". إنّّه واثق بنفسه مسيطر عليها يعرف قدرها. - أليس هذا البُعد الاجتماعي في الذكاء العاطفي؟ سبّ رجل ابن عباس (رض)، لمّا فرغ قال: يا عكرمة، هل للرجل حاجة فتقصيها؟ فنكس الرجل رأسه واستحى. وقال رجل لضرار بن القعقاع: وإنّ لو قلت واحدة لسمعت عشراً، فقال له ضرار: وإنّ لو قلت عشراً لم تسمع واحدة. ألا تستطيع أن تملك نفسك وتضبطها كما يفعل هؤلاء؟ إن استطعت كنت من النجوم وفهمت المعنى. - المؤمن لا يعرف القعود واللوم وانتظار الحلول، بل يتحرّك لإيجاد الحلول وصنع الفرص وهو الذي يوجه الحياة ويقودها، وفي هذا يقول محمد إقبال: "على المؤمن أن يربّي في نفسه الروح وينشئ في هيكله الحياة، ثمّ يحرق هذا العالم بحرارة إيمانه ووهج حياته وينشئ عالماً جديداً". - إنّ الإيمان لا يمكن أن يجتمع في قلب واحد مع السلبية والإستسلام والبلادة والقعود. ويقال إنّ رجلاً أراد أن يغيّر العالم وخصص لذلك عشر سنوات وانتهت دون أن يشعر أنّّه غيّر شيئاً قط، ثمّ قال: فلأغيّر دولتي، وخصص لذلك خمس سنوات والأُمور لا تزداد إلا سوءاً، ثمّ قال: فلأغيّر مدينتي، وخصص سنة كاملة ولكن دون جدوى، ثمّ قال: فلأغيّر الحي الذي أنا فيه، ثمّ مضت ستة أشهر ولم يتغيّر شيء، ثمّ قال: فلأبدّ أن أغيّر بيتي، فلم يستطع أن يغيّر من بيته شيئاً، وأخيراً صرخ قائلاً: وجدتّها وجدتّها، فلأغيّر نفسي أوّلاً. بداية التغيّر فعلاً تكون في النفس، كما قال تعالى: (إنّ الإنسان ليطغىّ - لا يّغَيّرُ ما بَرَقَومٍ حتّى يّغَيّرُ روا ما بأنفسه -) (الرّعد / 11). إنّ السعادة والتغيّر والوصول إلى المبتغى المنشود تبدأ من نفسك ومن داخلك وكن أنت القدوة العملية، وحول ما وجدته على الأوراق إلى سلوك عملي يتعبك فيه خلق من الناس، كما قال الشاعر: سر في الأنام ولا تقف متردداً / فالناس تتبع إن صدقت خطاك لا تعتزل دنيا الأنام ترفعا / بل فارفع الدنيا إلى عليك إنّ المبادئ لا تعيش بفكرة / من كاتب فوق السطور يفند لكنها تحيا بعزمة صادق / في صدره موج العقيدة يزبد الهوامش:

[1]رواه مسلم باب ذاق طعم الإيمان من رضي بالله رباً ، حديث: 74. [2]رواه البيهقي في السنن الكبرى، باب فضل العلم، حديث 251. [3]رواه الطبري في جامع البيان في تفسير القرآن، حديث 5676. [4]رواه البخاري في باب صفة النبي (ص)، حديث رقم: 3387. [5]رواه البخاري كتاب الجنائز، حديث رقم 1237. [6]رواه ابن حبان في باب الرحمة، رقم 467. [7]أخرجه البخاري في باب المؤلفه قلوبهم: 2995. [8]أخرجه أحمد والبيهقي في السنن الكبرى. [9]المغني لابن قدامة.

[10]أخرجه أحمد والبخاري ومسلم.

المصدر: كتاب (غيّر تفكيرك.. تتغيّر لك الحياة)