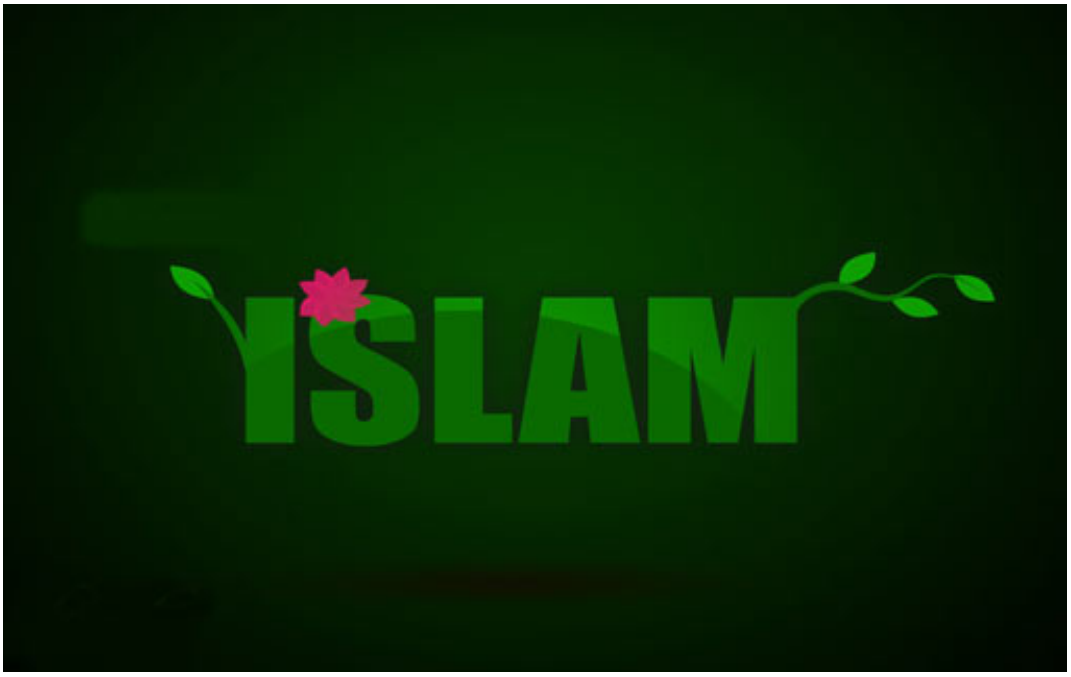
الإسلام.. والذكاء العاطفي الفطري



◄1- إنّه الإسلام: إنّه الإسلام بتعاليمه وتصوّراته الواضحة للعقل والقلب، والتي تنمي كل أركان الذكاء العاطفي بدون جهد يذكر من الشخص إلا الإلتزام بتعاليمه عزّوجل وسنّة رسوله (ص). إنّه الإسلام الذي ينقي الشخصية من السلبية وعدم الثقة بالنفس ويهدئ من روعه المسلم ويأمره بعدم الغضب والإنفعال، ويأمره بالعطف على الجميع حتى الحيوان والجماد. إنّه الإسلام الذي يأمر بحُسن الخُلق مع الغير وانتقاء أفضل الكلمات في التعامل مع الآخرين، ويبدأ الإسلام في تكوين المسلم للذكاء العاطفي بخطوات متتالية، هي: أ) الإيمان: (قالَتِ الأعرابُ آمَنّا قُل لَم تُؤمِنُوا ولكن قُولُوا أسلَمنا ولمّا يَدخُلِ الإيمانُ في قُلُوبِكُم وإن تُطِيعُوا اللَهَ ورسولَهُ لا يَلِتكُم مِن أعمالِكُم شَيئاً إنّ اللَهَ 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 فيحلق في آفاق السعادة والطمأنينة والإيجابية، وتتجه بعدها حياته كلها لله عزّوجل، فإن كان الذكاء العاطفي يمنحك السعادة أو شيئاً من السعادة في الدنيا، فإنّ الإيمان بالله عزّوجل يمنحك السعادة كلّها في الدنيا والآخرة، وإنّ الذكاء العاطفي يصل بك إلى قدر من الرِضا يمكن وصفه بكلمات، فإنّ الإيمان يجنح بك وبقلبك ويطلقه في عالم سحري لا يمكن وصفه بالكلمات ولا يعرف روعته إلا مَن ذاقها (إنّ الذينَ قالوا رَبُّنا اللهُ ثمّ استَقامُوا تَتَنَزّلُ عَلَيهِمُ المَلائِكَةُ ألا تَخافوا وَلا تَحزَنوا وأبشِرُوا

بِالجَنَّةِ التي كُنتُم تُوعَدُون * نَحنُ أولِياؤُكُم في الحَياةِ الدُّنيا وفي الآخِرَةِ ولكُم فيها ما تَشتَهي أنفُسُكُم ولكم فيها ما تَدَّعُونَ) (فصّلت/ 31-30). والإستقامة على قوله: (ربّنا ا) الإستقامة عليها بحقّها وحقيقتها.. الإستقامة عليها شعوراً في الضمير وسلوكاً في الحياة.. الإستقامة عليها والصبر على تكاليفها، (ولا تخافوا) لا تحزنوا ومن ثمّ البشرى وكيف أتذوّق طعم الإيمان؟ قال الرسول (ص): "ذاق طعم الإيمان مَن رضي با ربّاً وبالإسلام ديناً وبمحمد رسولاً"[1]. إذن سيحدث الصبر وعدم اليأس والشعور بالأنس والطمأنينة وعدم الخوف. ب) إدراك الحياة : من أوّل وأهم مكونات الذكاء العاطفي إدراك الذات أن يعرف الإنسان مَن هو؟ وما هي غايته؟ وما هي مبادئه وقيمه؟ وأهدافه الواضحة؟ تجد الإسلام يحدّد لك الطريق ببساطة: (قُل إنّ صَلاتي ونُسُكِي ومَحياي ومَمَاتي ربِّ العالَمِين) (الأنعام/ 162)، (وَما خَلقتُ الجِنَّ والإنسَ إلا لِيَعبُدُونِ) (الذاريات/ 56).. إنّها الغاية الواحدة الجلية التي يعيش المسلم من أجلها. ج) فهم معنى التكريم: (ولَقَد كَرَّمنَا بَنِي آدَمَ) (الإسراء/ 70). - تكريم هذا المخلوق البشري على كثير من خلقه - تكريم في خلقه على تلك الهيئة، فطرة تجمع بين الطين والنفخة، تجمع بين الأرض والسماء في ذلك الكيان - تكريم بإستقبال فخم له في الوجود بأن أسجد له الملائكة - تكريم بأن يكون قيّماً على نفسه محتملاً تبعة إتجاهه وعمله، لديه حرّيّة الإتجاه وفردية التبعة ومن العدل أن يلقي جزاء إتجاهه وثمرة عمله في دار الحساب د) العلم والتعلّم: (قُل هَل يَستَوِي الذينَ يَعلَمُونَ والذينَ لا يَعلَمُونَ) (الزُّمر/ 9)، منع سبحانه وتعالى المساواة بين العالم والجاهل، وقوله: (قالَ الذي عِندَهُ عِلمٌ مِن الكِتابِ أنا آتِيكَ) (النمل/ 40)، أي أنّه اقتدر بقوّة العلم. ويقول الرسول: "... وإنّما العلم بالتعلّم" (رواه البيهقي في السنن الكبرى، باب فضل العلم، حديث 251)[2]، ويقول علي بن أبي طالب (ع): "الناس أبناء ما يحسنون". ويقول أبوالدرداء: "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 صحّت نيّته". هـ) الحلم: يقول عزّوجل: (ما كانَ لِبَشَرٍ أن يُؤتِيَهُ اُ الكتابَ والحُكمَ والنبُوَّةَ ثمّ يَقولَ لِلنّاسِ كُونُوا عِباداً لِي مِن دَونِ اِ ولكن كُونُوا رَبّانِيّينَ بِما كُنتُم تُعَلّمونَ الكِتابَ وبِما كُنتُم تَدرُسُونَ) (آل عمران/ 79). وقيل في قوله (ربّانيّين) أي: حلماء علماء. وقال ابن عباس: حلماء فقهاء. ويقول تعالى: (وإذا خاطَبَهُمُ الجاهِلُونَ قالوا سَلاماً) (الفرقان/ 63). قال الحسن (ع): "حلماء وإن جهل عليهم لم يجهلوا". وقال عطاء بن أبي رباح: (يَمشُونَ على الأرضِ هَوناً) (الفرقان/ 63)، أي: حلماء. وقال ابن أبي حبيب في

قوله عزّوجل: (ويُكَلّمُ النّاسَ في المَهدِ وكَهلاً ومِنَ الصّالِحِينَ) (آل عمران/ 46)، كهلاً، أي: منتهى الحلم. وفي قوله عزّوجل: (وإذا مَرّوا بِاللّغوِ مَرّوا كِرَاماً) (الفرقان/ 72)، أي: إذا أوذوا صفحوا. ويقول الرسول (ص): "إنّ الله يحبّ الحليم الغني المتعفّف ويبغض الغبي الفاحش البذيء السائل الملحف"[3]. و) حُسن الخُلق: فهذا ثناء على النبي من الله عزّوجل، فيقول: (وإنّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ) (القلم/ 4)، ويأمره بمحاسن الأخلاق، فيقول: (ادفَع بالّتي هيَ أحسَنُ فإذا الذي بَينَكَ وبَينَهُ عَدَاوَةٌ كأنّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ) (فصّلت/ 34)، ويقول: (وَلَو كُنتَ فَظّاً غَلِيظَ القَلبِ لانفَضّوا مِن حَولِكَ) (آل عمران/ 159). ويقول النبي (ص): "إنّ من خياركم أحسنكم أخلاقاً"[4]. ز) الرحمة: يقول تعالى: (ثمّ كانَ مِنَ الذينَ آمَنُوا وتَوَاصَوا بِالصّبرِ وتَوَاصَوا بالرّحمَةِ) (البلد/ 17). (وَما أرسَلناكَ إلا رَحمَةً لِلعالَمِينَ) (الأنبياء/ 107). (فَبِما رَحمَةٍ مِنَ الله لِنتَ لَهُم) (آل عمران/ 159). (وَاخفِض جَناحَكَ لِلمُؤمِنِينَ) (الحج/ 88). ويقول الرسول (ص): "وإنّما يرحم الله 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 بالجنّة، عندها سيعيش المؤمن لله في كل حركة من حركاته وفي كل سكنة من سكناته فيهون عليه ما يلقاه في سبيل الله من تعب وألم، بل يصبح التعب راحة والألم لذة، فهو يحبّ الله عزّوجل، فهذا (جلال الدين الرومي) يوضّحه بقوله: "شعلة الحب لله تعالى إذا التهبت أحرقت كل ما سواها، فلا كبر ولا خيلاء ولا جبن ولا خوف ولا حزن ولا حسد ولا بخل ولا عيب من العيوب النفسيّة". نعم، إذا ما آمن بالله ربّاً 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 و... كان خالياً من العيوب النفسيّة. 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 للأُمور التقدير الصحيح. ولا إلقاء بالكلمات كالحجارة. بل إنتقاء لأحسن الكلام وأطيبه لمعالجة المواقف الصعبة. ولذا كان الرسول (ص) وصحابته ومَن اقتدى به سائرين على نهج الذكاء العاطفي الفطري. 2- إنّه 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 ربّه عزّوجل: (قُل ما أسألَكُمُ عليهِ مِن أجرٍ وما أنا مِنَ المُتكَلّفِينَ) (ص/ 86). فليس في سيرته (ص) تكلّف ولا تعسّف ولا صعوبة، وبالتالي تشعر أنّها قريبة منك وأنّ بمقدورك أن تقتدي به. وأيّاً كان الموقف الذي أنت فيه، ستجد من سيرته ما يسير لك

الحال. إنّها الكلمات المنتقاة التي تنقذ المواقف وتنفذ إلى القلوب نفاذ السهم الذي يعرف طريقه جيّداً فيذوب القلب وصاحبه وينصهر حبّاً 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 قريشاً ويدعنا وسيوفنا تقطر من دمائهم". فوصل الكلام للرسول (ص)، فجمعهم في مكان وذكر لهم ما قالوه، فقال له فقهاء الأنصار: إنّهم لم يقولوا هذا ولكن نفر منهم حديثي الأسنان هم الذين قالوا، فقال الرسول (ص): "إنّي أعطي رجالاً حديث عهدهم بكفر أما ترضون أن يذهب الناس بالأموال وترجعوا إلى رحالكم برسول الله فوالله م تنقلبون به خير مما ينقلبون به"، قالوا: بلى يا رسول الله قد رضينا، فقال لهم: "إنّكم سترون بعدي أثرة شديدة فاصبروا حتى تلقوا الله ورسوله على الحوض" [7]. لم يدعهم النبي (ص) يتحدّثون بما في صدورهم دون توضيح. جمعهم في مكان ولم يدع معهم أحداً غيرهم. وضّحَ لهم السبب فيما فعل وأقنعهم به وببساطة ودون تكلف أو مواربة لم يتهرّب 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: "مَن يشتري العبد؟ مَن 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 كأنّها خشيت وخافت، قال لها: "إنّ 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 النغير؟"[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 جددت أنت في حياتك وإنسانيتك وإيمانك؟ كم جددت أنت في حياة وإنسانية وإيمان من حولك وتتعامل معهم: (تلكَ الدّارُ الآخِرَةُ نَجعَلُها لِلذينَ لا يُرِيدُونَ عُلُوّاً في الأرضِ وَلا فَساداً) (القصص/ 93). 3- هؤلاء فهموا المعنى: انظر إلى الصحابي (ربعي بن عامر) وهو واثق من نفسه يتحدّث إلى قائد الفرس (رستم) وهو جالس على سرير من ذهب وبُسُط 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)، فلمّا انتهى إلى البساط وطأه بفرسه ثمّ نزل وربطها بوسادتين شقهما وجل الحبل فيهما، ثمّ أخذ عباءة بعيره فاشتملها، فأشاروا عليه بوضع سلاحه، فقال: "لو أتيتكم فعلت ذلك بأمركم وإنّما

دعوتموني، ثمّ أقبل يتوكّأ على رمحه ويقارب خطوة حتى أفسد ما مرّ َ عليه من البُسط، ثمّ دنا من رستم وجلس على الأرض وركّز رمحه على البساط، وقال: إنّا لا نقعد على زينتكم، فقال له رستم: ما جاء بكم؟ قال: ا جاء بنا وهو بعثن لنخرج مَن شاء من عبادة العباد إلى عبادة ا، 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 نفضي إلى الجنّة أو الظفر...". انظر لهذا الشخص البسيط في تعليمه القوى في علمه بربّه وإيمانه والركون إليه عزّوجل 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". إنّه واثق بنفسه مسيطر عليها يعرف قدرها. - أليس هذا البُعد الإجتماعي في الذكاء العاطفي؟ سبّ َ رجل ابن عباس (رض)، لمّا فرغ قال: يا عكرمة، هل للرجل حاجة فتقضيها؟ فنكس الرجل رأسه واستحى. وقال رجل لضرار بن القعقاع: وا لو قلت واحدة لسمعت عشراً، فقال له ضرار: وا 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 يربّ ِي 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 يغيّ ِر العالم وخصص لذلك عشر سنوات وانتهت دون أن يشعر أنّه غيّ َر شيئاً قط، ثمّ قال: فلأغيرنّ دولتي، وخصص لذلك خمس سنوات والأُمور لا تزداد إلا سوءاً، ثمّ قال: فلأغيرنّ مدينتي، وخصص سنة كاملة ولكن دون جدوى، ثمّ قال: فلأغيرنّ الحي الذي أنا فيه، ثمّ مضت ستة أشهر ولم يتغيّر شيء، ثمّ قال: فلابدّ أن أُغيّ ِر بيتي، فلم يستطع أن يغيّ ِر من بيته شيئاً، وأخيراً صرخ قائلاً: وجدتها وجدتها، فلأغيرنّ نفسي أوّلاً. بداية التغيير فعلاً تكون في النفس، كما قال تعالى: (إنّ ا َ لا يُغَيّ ِرُ ما بِقَومٍ حتّى يُغَيّ ِروا ما بأنفُسِهِم) (الرّ َعد/ 11). إنّ السعادة والتغيير 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 مترددا/ فالناس تتبع إن صدقت خطاك لا تعتزل دنيا الأنام ترفعا/ بل فارفع الدنيا إلى علياك 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 باﷲ 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 المؤلفة قلوبهم: 2995. [8]أخرجه أحمد والبيهقي في السنن الكبرى. [9]المغني لإبن قدامة.

[10]أخرجه أحمد والبخاري ومسلم.

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