

## الأثر النفسي لسمة الصبر



«الصبر من السمات الحميدة التي يشجع إسلامنا الحنيف على تنميتها في الفرد وتحلّيه بها. والصبر لغة حبس النفس عن الجزع، ويستعمل هذا اللفظ لازماً ومتعدياً فصبرت بمعنى حبست نفسي عن الجزع، وصبرت زيداً حملته على الصبر بوعد الأجر، والصبر الدواء المر. والصبر يفيد في تربية النفس وتقوية الإرادة وصقل الشخصية، وينمي قدرة الإنسان على الجلد والتحمل وتقبل نوائب الدهر وصعاب الحياة، فهو مما يستعين به الإنسان لقوله تعالى: (وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ) (البقرة/ 45). ولقوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّاهِمَعَ الصَّابِرِينَ) (البقرة/ 153).

وقوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) (آل عمران/ 200). فالإنسان المؤمن الصابر يتحمل مصائب الدهر وكوارث الحياة ويتقبلها بصدر رحب ولا يضعف أو ينهار أمامها، لأن كل ما يصيبه في هذه الحياة الدنيا إنما هو ابتلاء من الله تعالى ليعلم الصابرين من عباده كما في قوله تعالى: (وَلَنَبْذِلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجْتَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْذِلُوَنَّكُمْ أَوْ خَيَّرَكُمُ) (محمد/ 31).

(وَلَنَبْذِلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ \* الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ \* أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ) (البقرة/ 155-157).

(لَتَتَّبِعُوا نَارًا فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قِبَلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذْيًا كَثِيرًا وَإِنَّ تَصْبِيرُكُمْ لَتَتَّبِعُوا فَاِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ) (آل عمران/ 186).

ولمن يصبر أجر عظيم من عند الله تعالى مصداقاً لقوله تعالى: (ثُمَّ كَانِ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ \* أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْمُؤْمِنَةِ) (البلد/ 16-17).

ولقوله تعالى: (وَالْعَصْرُ \* إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ \* إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ) (سورة العصر).

وقوله تعالى: (لَيْسَ الْبِرُّ أَنْ تُولِجُوا وَجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالصَّرَافِءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ) (البقرة/ 177).

على أن الصبر لا ينبغي أن يفهم منه الخضوع والاستكانة والاستسلام والكسل والتراخي، وإنما الصبر الصحي هو الصبر الإيجابي المرتبط بالمتابعة والجد والاجتهاد والإصرار على تحقيق الأهداف الإيجابية والصحة. فالشخص الصابر يتمتع بالمتابعة والثبات وقوة الإرادة والعزيمة وعلو الهمة كما في قوله تعالى: (إِنَّ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ) (الأنفال/ 65).

المصدر: كتاب الإسلام والإنسان المعاصر.. دراسة نفسية