

الحزن ألم نفسي ناتج عن فقد محبوب أو فوت مطلوب، سببه التعلق المفرط بالمتاع الدنيوي والشهوات. يحزن من يعتقد باستمرار ملكيته لما يملك، بينما الحكيم يعلم زوال كل ما في هذا العالم، لذا يوجه سعيه لما هو باقٍ في عالم العقل. يتجنب الادخار والمباهاة، ويقتصر على سد حاجاته الضرورية فقط. فمن فعل ذلك أمن من الجزع والحزن، وسعد. أما من لم يفعل، فسيبقى في حزن دائم، لأنه في عالم الكون والفساد، فمن طمع في استمرار ما هو فاسد، فهو واهم حزين. الرضا بما هو موجود يجنب الحزن، كما يظهر ذلك في فرح الناس بمعايشهم المختلفة مهما اختلفت. قوة الاستشعار بالرضا وتكراره يؤديان للسعادة، وهذا ما يدعو إليه الكوندي في كتابه "دفع الأحزان"، موضحاً أن الحزن اختيار وليس ضرورة طبيعية، كما يثبت ذلك سرعة عودة المحزونين لحالتهم الطبيعية بعد المصائب. العاقل يعلم أنه ليس مميزاً عن غيره في المصائب، وأن غايتها السلوة. الحزن مرض عارض، كغيره من الأمراض، كما أن الحسد مرض قبيح، ويجب عدم الحزن لفقد ما هو ملك عام، لأن كل شيء عارية من الله. الشكر للمنعم يتطلب قبول رد العارية برضا، كما قال سقراط : "لا أقنتي ما إذا فقدته حزنت عليه". لذا، يجب علاج الحزن بتصفح أنواع الأمراض النفسية وعلاجها بالتوكل على الله والاجتهاد.