



بناءُ التَّفكير الإيجابي في السُّنَّة النَّبَوِيَّة؛ دراسةٌ تأصيليَّة
موضوعيَّة

2023

أطروحة دكتوراه
قسم العلوم الإسلامية الأساسية

Muhammed HAYANİ

المشرف

Dr. Öğr. Üyesi. Kemel FETTUH

بناءُ التفكير الإيجابي في السُّنَّة النبويَّة؛ دراسةُ تأصيليَّة موضوعيَّة

Muhammed HAYANI

المشرف

Dr. Öğr. Üyesi. Kemel FETTUH

بحثُ أَعَدَّ لنيل درجة الدكتوراه في قسم العلوم الإسلامية الأساسية بمعهد
الدراسات العليا بجامعة كارابوك في تركيا

كارابوك

شباط / 2023

المحتويات

12	صفحة الحكم على الرسالة.....
14	شكر وتقدير.....
15	تعهد المصادقية.....
17	ملخص.....
19	ÖZ.....
21	بيانات الرسالة للأرشفة.....
24	الاختصارات.....
25	مقدمة.....
27	أولاً: أسباب اختيار موضوع البحث.....
27	ثانياً: مشكلة البحث.....
28	ثالثاً: أهداف البحث.....
29	رابعاً: أهمية البحث.....
30	خامساً: الدراسات السابقة.....
36	سادساً: منهج البحث.....
37	1- منهجي في انتقاء الأحاديث وتخريجها والحكم عليها.....
37	2- منهجي في التوثيق.....
38	سابعاً: خطة البحث.....
45	تمهيد: مقدمات عن التفكير الإيجابي.....
45	أولاً: تعريف التفكير الإيجابي لغةً واصطلاحاً كلفظ مفرد.....
47	ثانياً: تعريف التفكير الإيجابي كمصطلح مركب.....
48	ثالثاً: أهمية التفكير الإيجابي.....
52	رابعاً: تحقيق السعادة هي ثمرة التفكير الإيجابي.....
56	خامساً: سمات الأفراد ذوي التفكير الإيجابي.....
57	سادساً: العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي.....
58	المؤثر الأول: الوالدان والمحيط العائلي.....
60	المؤثر الثاني: المحيط الاجتماعي.....
61	المؤثر الثالث: المدرسة.....
62	المؤثر الرابع: الأصدقاء.....

64	المؤثر الخامس: وسائل الإعلام.....
71	سابعاً: النظريات التي تناولت التفكير الإيجابي.....
71	1- نظرية سيليجمان (Seligman).....
74	2- نظرية ألبرت إليس (Albert Ellis).....
78	3- نظرية آرون بيك (ARON BECK).....
80	5- نظرية باديسكي وجرنبرغر (Badeschi and Gerenberger).....
81	6- نظرية الأمل والمبادرة للعمل.....
82	7- نظرية التوقع الإيجابي.....
84	8- نظرية نانسي كانتور (البدائية البناءة).....
84	9- ترجيح إحدى النظريات.....
86	الفصل الأول: التفكير الإيجابي في السنة النبوية.....
86	المبحث الأول: تعريف الفأل والطيرة والتشاؤم ودلالاتها من القرآن الكريم.....
86	المطلب الأول: تعريف الفأل لغةً واصطلاحاً.....
87	المطلب الثاني: تعريف الطيرة والتشاؤم لغةً واصطلاحاً.....
90	المطلب الثالث: ألفاظ أخرى قريبة المعنى من التفاؤل والتشاؤم.....
90	1- اليئس.....
92	2- العيافة.....
92	3- الطرؤ.....
93	المطلب الرابع: التفاؤل ونبذ التشاؤم في آيات القرآن الكريم.....
105	المبحث الثاني: التفاؤل ونبذ التشاؤم في السنة.....
105	المطلب الأول: محبة النبي (ص.س) للفال الحسن.....
106	المطلب الثاني: تفاؤل النبي (ص.س) بالأسماء.....
112	المطلب الثالث: تفاؤل النبي (ص.س) بالرؤى.....
115	المطلب الرابع: تفاؤل النبي (ص.س) بالنصر.....
116	1- غزوة بدر.....
117	2- غزوة الأحزاب.....
119	3- غزوة خيبر.....
120	المطلب الخامس: علاج التشاؤم في السنة.....
120	أولاً: حسن الظن بالله تعالى والتفاؤل بالمستقبل.....
122	ثانياً: عدم الركون لحاظر السوء.....

126	ثالثاً: علاج التشاؤم بالعقيدة الصحيحة
134	المطلب السادس: بيان المشكل لبعض الأحاديث الموهمة بالتشاؤم
146	المبحث الثالث: بناء الذات الإيجابية في السُّنة النبوية
146	المطلب الأول: مفهوم الذات وأهميتها بنائها
146	أولاً: مفهوم الذات
148	ثانياً: أهمية بناء الهوية الإيجابية للذات
152	المطلب الثاني: زرع الثقة في النفس
155	أولاً: زرع الثقة في نفس الطفل
157	ثانياً: إظهار المحبة للطفل
158	ثالثاً: مُباشرة الطفل
159	رابعاً: رفع المعنويات بالثناء والتقدير
160	خامساً: الاعتماد على النفس
161	سادساً: تحمل المسؤولية
163	المطلب الثالث: تقدير الذات والتهي عن تحقيرها
169	المطلب الرابع: تأكيد الذات واستقلال الشخصية
170	المطلب الخامس: تغيير الأسماء القبيحة
175	المطلب السادس: تعزيز الصفات الإيجابية
177	المطلب السابع: مدح الذات دون إعجاب
178	المطلب الثامن: توظيف الطاقات
181	الفصل الثاني: أثر تركية النفس في بناء التفكير الإيجابي
181	المبحث الأول: مفهوم النفس عند الفلاسفة وعلماء النفس
181	المطلب الأول: مفهوم النفس عند الفلاسفة
182	المطلب الثاني: مفهوم النفس عند علماء النفس
184	1- المدرسة التجريبية
185	2- المدرسة السلوكية
186	3- المدرسة الميكانيكية
186	4- نقد النظريات
188	المبحث الثاني: مفهوم النفس وتركيتها عند المسلمين
188	المطلب الأول: تعريف النفس
189	المطلب الثاني: النفس في الكتاب والسُّنة

193	المطلب الثالث: تعريف التَّركية لغةً واصطلاحاً
194	المطلب الرابع: مراتب النَّفس
195	1- النَّفس الأُمارة بالسُّوء (السَّلبية)
198	2- النَّفس اللّوامة (بين السَّلبية والإيجابية)
200	3- النَّفس المطمئنة (الإيجابية)
202	المبحث الثالث: تعلُّقات النَّفس بالروح والقلب والعقل
203	المطلب الأول: الروح لغةً واصطلاحاً
208	المطلب الثاني: القلب وأنواعه
211	1- القلب السَّليم
212	2- القلب الميت
212	3- القلب المريض
214	المطلب الثالث: العقل
216	المطلب الرابع: العلاقة بين تركية النَّفس والتَّفكير الإيجابي
219	المبحث الرابع: مقارنة بين علم النَّفس الحديث وعلم التَّركية
221	المطلب الأول: توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين نظريَّة فرويد وعلم التَّركية
221	أولاً: أوجه التشابه
224	ثانياً: أوجه الاختلاف
226	المطلب الثاني: اختلاف المبادئ بين علم النَّفس وتركية النَّفس
226	المبدأ الأول:
228	المبدأ الثاني:
229	المبدأ الثالث:
229	المبدأ الرابع:
230	المطلب الثالث: توضيح بعض العبارات التي توهم التناقض
237	الفصل الثالث: التَّعريف بأشهر أنواع الأمراض النَّفسية
237	المبحث الأول: التَّعريف بالأمراض النَّفسية
239	المطلب الأول: الأمراض النَّفسية عند علماء النَّفس
242	المطلب الثاني: هل يُصاب المسلم بالمرض النَّفسي؟
246	المطلب الثالث: الأمراض النَّفسية والعوارض النَّفسية
247	المبحث الثاني: القلق
247	المطلب الأول: تعريف القلق وأسبابه

247	1- تعريف القلق
247	2- أسباب القلق
249	المطلب الثاني: نوعا القلق (الطبيعي الإيجابي والمرضي السّلبى)
250	المطلب الثالث: أعراض القلق
251	المطلب الرابع: علاج القلق في الإسلام
254	المبحث الثالث: الاكتئاب
254	المطلب الأول: الاكتئاب مرض العصر
256	المطلب الثاني: التعريف بالاكتئاب
258	المطلب الثالث: الاكتئاب العرضي والمرضي
260	المطلب الرابع: أسباب وأعراض الاكتئاب
262	المطلب الخامس: تفسير الاكتئاب النفسي من وجهة نظر المدارس النفسيّة
262	1- نظريّة التحليل النفسي
262	2- النّظريّة المعرفية
263	3- النّظريّة السلوكية
263	4- النّظريّة الطبية النفسيّة
264	المطلب السادس: علاج الاكتئاب
264	أولاً: جلسات العلاج النفسيّة والروحية
266	ثانياً: العلاج البيئي
267	ثالثاً: العلاج الطبي
268	المبحث الرابع: الحُزن
268	المطلب الأول: تعريف الحُزن ومرادفاته
268	1- الحُزن
269	2- الهم
269	3- الغم
270	4- البَث
270	5- الكَرْب
271	المطلب الثاني: الحُزن في القرآن الكريم والسُّنة
272	المطلب الثالث: طُغيان الدّوافع والتعلّق بالشّهوات من أهم أسباب الحُزن
276	المطلب الرابع: أنواع الحُزن
276	أولاً: الحُزن الإيجابي المحمود

281		ثانياً: الحُزْن السَّلْبِي المذموم.....
283		ثالثاً: الحُزْن المباح
286		المطلب الخامس: الصِّفَةُ الخَلْقِيَّة والحُلُقِيَّة لحُزْن النبي (ص.س)
291		المبحث الخامس: الوُسْوَاس القهري
291		المطلب الأول: تعريف الوُسْوَاس القهري.....
292		المطلب الثاني: بيان نوعي الخاطر (الإلهام والوسْوَاس)
297		المطلب الثالث: أنواع الوسواس
298		النوع الأول: وسواس غير مَرَضِيَّة
303		النوع الثاني: وسواس مرضية
304		المطلب الرابع: هل لوسواس الشَّيْطَان علاقة بالوسْوَاس القهري؟
307		المبحث السادس: أسباب الأمراض النَّفْسِيَّة
309		المطلب الأول: الأسباب الدَّائِيَّة (الداخلية)
309		أولاً: الوراثة.....
311		ثانياً: الاضطرابات الفسيولوجية
312		ثالثاً: الخلل في إشباع الدَّوافِع
313		المطلب الثاني: الأسباب الاجتماعية.....
315		المطلب الثالث: الأسباب الاقتصادية
318		الفصل الرابع: أثر تركيبة النَّفس في بناء التَّفكير الإيجابي نحو إشباع الدَّوافِع
318		المبحث الأول: الدَّوافِع في علم النَّفس الحديث وعند أهل الكتاب
318		المطلب الأول: تعريف الدَّوافِع والغَرَائِز والسلوك
318		أولاً: التَّعريف اللُّغوي
318		1- الدَّوافِع
318		2- الغَرَائِز
319		3- السلوك
319		ثانياً: التَّعريف الاصطلاحي
319		1- الدَّوافِع اصطلاحاً.....
321		2- الغَرَائِز اصطلاحاً.....
322		3- السلوك اصطلاحاً
322		المطلب الثاني: أهميَّة دراسة الدَّوافِع
324		المطلب الثالث: العلاقة بين الدَّوافِع والغَرَائِز والسلوك في علم النَّفس الحديث.....

326	أولاً: المدرسة الغرضية
327	ثانياً: المدرسة التحليلية
328	ثالثاً: المدرسة السلوكية
329	رابعاً: التنظيم الهرمي للدوافع عند (ماسلو)
330	المطلب الرابع: الدافع عند أهل الكتاب
330	أولاً: اليهودية
333	ثانياً: النصرانية
336	المبحث الثاني: الدوافع من منظور إسلامي
336	المطلب الأول: العلاقة بين الفطرة والدوافع والغرائز من منظور إسلامي
341	المطلب الثاني: انحراف الدوافع من الإيجابية للسلبية ومبادئ تركيتها
344	المبدأ الأول: الإشباع بطريق مُباح
347	المبدأ الثاني: اختيار الوقت المناسب
347	المبدأ الثالث: التوازن في الإشباع من غير إسراف ولا تقتير
348	المطلب الثالث: كبت الدوافع يسبب الانفعال والاضطراب في التفكير
353	المطلب الرابع: تركية الدوافع بتوجيهها الإيجابي المتوازن
364	الفصل الخامس: تركية الدافع الروحي
364	المبحث الأول: أهمية دافع التدئين
364	المطلب الأول: التدئين أمرٌ فطري
370	المطلب الثاني: دور العقيدة في بناء التفكير
377	المطلب الثالث: منهج العقيدة في بناء التفكير
380	المطلب الرابع: أثر دافع التدئين في تركية الدوافع الأخرى (الصراع بين الدوافع)
384	المبحث الثاني: حرص النبي (ص.س) على تثبيت العقيدة
384	المطلب الأول: دعوة الغلمان للدخول في الإسلام
387	المطلب الثاني: ترسيخ عقيدة التوحيد والتحذير من الشرك
389	المطلب الثالث: الاعتقاد بوجوب محبة النبي (ص.س) ليكون القدوة الحسنة
390	الفصل السادس: تركية الدوافع الجسدية من الطُغيان (المهلكات السلبية)
390	مُقدِّمة الفصل
394	المبحث الأول: تركية دافع الطعام والشراب
404	المبحث الثاني: تركية دافع النوم
404	المطلب الأول: حاجة الإنسان الى النوم

410	المطلب الثاني: برنامج النَّوم الصحي من السُّنة النَّبَوِيَّة
420	المبحث الثالث: تركية الدَّافع الجنسي
420	المطلب الأول: الحكمة من وجود هذه الغريزة الفِطْرِيَّة
422	المطلب الثاني: الآثار النَّفْسِيَّة الإيجابية للعلاقة الشَّرعية
422	أولاً: السَّكن النَّفسي والاستقرار الفكري
424	ثانياً: تحصين النَّفس
426	المطلب الثالث: الآثار النَّفْسِيَّة السَّلبية لطُغيان الشَّهوة الجنسية
429	المطلب الرابع: التَّدابير الوقائية من طُغيان الشَّهوة الجنسية
429	أولاً: الحث على الرِّوَّاج الشَّرعي وإباحة تعدد الزوجات
438	ثانياً: الحث على الصِّيَام
440	ثالثاً: الأمر بستر العورات وتحريم النظر
446	رابعاً: تحريم الاختلاط
448	الفصل السابع: تركية الدَّوافع النَّفْسِيَّة
448	مُقَدِّمة الفصل
450	المبحث الأول: تركية دافع التَّمَلُّك
450	المطلب الأول: حاجة الإنسان للتَّمَلُّك والكسب
458	المطلب الثاني: التحذير من التَّنَافس المذموم
463	المطلب الثالث: أهم الآثار النَّفْسِيَّة لطُغيان شهوة حُبِّ المال
463	أولاً: الشُّح
464	ثانياً: الخوف من الفقر
467	المبحث الثاني: تركية دافع الغُدوان
467	المطلب الأول: دافعُ الغُدوان ونظريات عُلماء النَّفس
471	المطلب الثاني: التمييز بين الغريزة الفِطْرِيَّة والاستعداد الفطري
473	المطلب الثالث: الغُدوان الإيجابي والسَّلبِي
477	أولاً: تحريم الاعتداء على المسلمين وترويعهم
479	ثانياً: تركية اللِّسان من الغُدوان
484	المبحث الثالث: تركية دافع حُبِّ النَّفس
485	المطلب الأول: الكِبَر
486	أولاً: أهم الآثار النَّفْسِيَّة للتَّكبر
486	ثانياً: أهم الأسباب النَّفْسِيَّة للتَّكبر

488		ثالثاً: العلاج النَّفسي للتَّكبر
491		المطلب الثاني: العَضَب
492		أولاً: نوعا العَضَب السَّلبي والإيجابي
496		ثانياً: علاج العَضَب
500		المطلب الثالث: الحَسَد
500		أولاً: أسباب الحَسَد
501		ثانياً: نوعا الحَسَد (السَّلبي المذموم والإيجابي المحمود)
502		ثالثاً: علاج الحَسَد
503		المطلب الرابع: سُوء الظَّن
505		الخاتمة: أهم النَّتائج والتَّوصيات
514		فهرس الآيات
527		فهرس الأحاديث
548		قائمة المصادر والمراجع
572		- المراجع الإلكتروني
573		البيِّرة الذاتية

TEZ ONAY SAYFASI

Muhammed HAYANİ tarafından hazırlanan “NEBEVİ SÜNNET’TEKİ POZİTİF DÜŞÜNCE OLUŞTURMAKLA İLGİLİ HADİSLERİN TAHLİLİ” başlıklı bu tezin Doktora Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Dr. Öğr. Üyesi Kemel FETTUH

.....

Tez Danışmanı, Temel İslam Bilimleri. Hadis Anabilim Dalı

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile Temel İslam Bilimleri Anabilim Dalı’nda Doktora tezi olarak kabul edilmiştir. 23/02/2023

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Kemel FETTUH (KBÜ)

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Yakup KOÇYİĞİT (KBÜ)

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Mustafa YILDIZ (KBÜ)

Üye : Doç. Dr. Mahmud KADDUM (BARÜ)

Üye : Dr. Öğr. Üyesi M. Kamel KARABELLI (MAÜ)

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Doktora Tezi derecesini onamıştır.

Prof. Dr. Müslüm KUZU

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

THESIS APPROVAL PAGE

I certify that in my opinion the thesis submitted by Muhammed Hyani, titled “Building Positive Thinking in AL-SUNNAH' NABAWIYYAH; an Objective Foundational Study” is fully adequate in scope and in quality as a thesis for the degree of PhD.

Thesis Advisor, Assistant Prof. Dr. Kamal FATTOUH
Department of Islamic Sciences; Branch of Hadith

This thesis is accepted by the examining committee with a unanimous vote in the Department of Department of Islamic Sciences; Branch of Hadith. as a PhD thesis.
February 23, 2023

<u>Examining Committee Members (Institution)</u>	<u>Signature</u>
Chairman: Assistant Prof. Dr. Kamal FATTOUH (KBÜ)	
Member: Assistant Prof. Dr. Yakup KOÇYİĞİT (KBÜ)	
Member: Assistant Prof. Dr. Mustafa YILDIZ (KBÜ)	
Member: Associate Prof. Dr. Mahmud KADDUM (BARÜ)	
Member: Assistant Prof. Dr. M. Kamel KARABELLI (MAÜ)	

The degree of PhD by the thesis submitted is approved by the Administrative Board of the Institute of Graduate Programs, Karabuk University.

Prof. Dr. Müslüm KUZU
Director of the Institute of Graduate Programs

صفحة الحكم على الرسالة

أصادق على أن هذه الأطروحة التي أعدت من قبل الطالب محمد حياني بعنوان "بناء التفكير الإيجابي في السنة النبوية؛ دراسة تأصيلية موضوعية" في برنامج الدراسات العليا هي مناسبة كرسالة دكتوراه.

Dr. Öğr. Üyesi Kemal FETTUH

.....

مشرف الرسالة، العلوم الإسلامية الأساسية

قبول

تم الحكم على رسالة الدكتوراه هذه بالقبول بإجماع لجنة المناقشة بتاريخ.

2023/02/23

أعضاء لجنة المناقشة

التوقيع

رئيس اللجنة : Dr. Öğr. Üyesi Kemal FETTUH (KBÜ)

عضواً : Dr. Öğr. Üyesi Yakup KOÇYİĞİT (KBÜ)

عضواً : Dr. Öğr. Üyesi Mustafa YILDIZ (KBÜ)

عضواً : Doç. Dr. Mahmud KADDUM (BARÜ)

عضواً : Dr. Öğr. Üyesi M. Kamel KARABELLI (MAÜ)

تمّ منح الطالب بهذه الأطروحة درجة الدكتوراه في قسم الحديث النبوي الشريف من قبل مجلس إدارة معهد الدراسات العليا في جامعة كربوك.

Prof. Dr. Müslüm KUZU

.....

مدير معهد الدراسات العليا

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا مُحَمَّد المبعوث رحمة للعالمين، صلى الله عليه وعلى آله وأصحابه أجمعين، وبعد:

فالشُّكر لله تعالى أولاً فقد أعانني على إتمام هذا البحث، وأسأله تعالى الإخلاص والقبول، ثم الشكر لرسوله (ص.س) الذي هدانا الله تعالى به إلى ما فيه صلاحنا وسعادتنا في الدارين.

كما أتوجه بالشُّكر لكل من أمدَّني بالنصح والإرشاد من مشايخي وأساتذتي، الذين غرسوا فيَّ حُبَّه صاحب الحديث الشريف (ص.س) ومنهم شيخني الفاضل مُحَمَّد عبد الله رجو، وأستاذي مُحَمَّد عبد الله حياي رحمة الله تعالى.

وأشكر والديَّ حفظهما الله تعالى وأمدَّهما بالعافية، وزوجتي الصَّالحة التي أعانتي على طلب العلم.

كما أخصُّ بالشُّكر الجزيل جامعة كَرْبُك لمنحها الفرصة لاستكمال مرحلة الدكتوراه على مقاعد الدراسة فيها، وأُقَدِّم شُكري وعِرفاني للكادر الأكاديمي والإداري في كُليَّة العلوم الإسلامية، ومعهد الدِّراسات العُليا بجامعة كَرْبُك عامة، وإلى لُجَّة المتابعة العلميَّة ولُجَّة المناقشة لهذا البحث خاصَّة، فلهم مِنِّي جَمِيعاً كُلَّ الشُّكر والتَّقدير.

وأسأله تعالى أن يكون عملي مقبولاً عنده، وأن ينفعني به ومن قرأه من المسلمين. والحمد لله رب العالمين.

تعهد المصادقية

أقرُّ بأنني التزمت بقوانين جامعة كارابوك، وأنظمتها، وتعليماتها، وقراراتها السارية المفعول المتعلقة بإعداد أبحاث الماجستير والدكتوراه أثناء كتابتي هذه الأطروحة التي بعنوان :

(بناء التفكير الإيجابي في السُّنَّة النَّبَوِيَّة؛ دراسة تأصيلية موضوعية)

وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الأبحاث العلمية، كما أنني أعلن بأن أطروحتي هذه غير منقولة، أو مستلّة من أطروحات أو كتب أو أبحاث أو أية منشورات علمية تم نشرها أو تخزينها في أية وسيلة إعلامية باستثناء ما تمت الإشارة اليه حيثما ورد.

اسم الطالب: مُحمَّد حَيَّانِي

التوقيع:

DOĞRULUK BEYANI

Doktora tezi olarak sunduğum bu çalışmayı bilimsel ahlâk ve geleneklere aykırı herhangi bir yola tevessül etmeden yazdığımı, araştırmamı yaparken hangi tür alıntıların intihal kusuru sayılacağını bildiğimi, intihal kusuru sayılabilecek herhangi bir bölüme araştırmamda yer vermediğimi, yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserlere metin içerisinde uygun şekilde atıf yaptığımı beyan ederim.

Enstitü tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak ahlâkî ve hukukî tüm sonuçlara katlanmayı kabul ederim.

Adı Soyadı : Muhammed HAYANİ

İmza :

مُلخَص

تَكُنْ أَهْمِيَّةُ هَذَا الْبَحْثِ، عِنْدَمَا نَعْلَمُ أَنَّ اعْتِقَادَ الْإِنْسَانِ وَعَوَاطِفَهُ وَسُلُوكَهُ إِنَّمَا هِيَ نِتَاجُ أَفْكَارِهِ، فَإِنْ كَانَ أَسَاسُ بِنَاءِ التَّفْكِيرِ سَلِيمًا صَحِيحًا مَتِينًا انْعَكَسَ ذَلِكَ عَلَى دِينِهِ وَدُنْيَاةِ، وَعَاشَ الْإِنْسَانُ مَتَفَائِلًا سَعِيدًا، قَرِيبًا مِنَ اللَّهِ تَعَالَى وَمِنَ النَّاسِ، بَعِيدًا عَنِ الانْحِرَافَاتِ الْفِكْرِيَّةِ وَالسُّلُوكِيَّةِ، وَعَنِ الْأَمْرَاضِ النَّفْسِيَّةِ وَالْجَسَدِيَّةِ، وَهَذَا مَا يُمْكِنُ التَّعْبِيرُ عَنْهُ بِمَصْطَلَحِ (التَّفْكِيرِ الْإِيجَابِيِّ). وَأَوَّلُ مَنْ صَنَفَ فِيهِ هُمْ عُلَمَاءُ النَّفْسِ الْغَرِيبُونَ، حَيْثُ أَرْجَعُوهُ إِلَى رُكْنَيْنِ أَسَاسِيَيْنِ، هُمَا التَّفَاوُلُ وَبِنَاءُ الذَّاتِ الْإِيجَابِيَّةِ. وَلَا مَانِعَ فِي شَرِيعَتِنَا مِنَ الِاسْتِفَادَةِ مِمَّا كَتَبَهُ هَؤُلَاءِ. وَالْفَائِدَةُ تَكْمُنُ عِنْدَمَا نُؤَصِّلُ لِهَذِهِ الْعُلُومِ تَأْصِيلًا شَرْعِيًّا، فَيَكُونُ لَهَا الصَّبْغَةُ الدِّينِيَّةُ، وَهَذَا التَّأْصِيلُ هُوَ مِنْ أَهَمِّ أَهْدَافِ الْبَحْثِ الَّتِي سَعَى الْبَاحِثُ إِلَيْهَا مِنْ خِلَالِ الِاسْتِقْرَاءِ وَالتَّبَعِ لِأَحَادِيثِ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) ذَاتِ الصَّلَةِ، ثُمَّ تَحْلِيلِهَا وَرِبْطُهَا بِمَوْضُوعِ الْبَحْثِ.

وَقَدْ اشْتَمَلَ الْبَحْثُ عَلَى مُقَدِّمَةٍ وَتَمْهِيدٍ وَسَبْعَةِ فُصُولٍ وَهِيَ: الْفَصْلُ الْأَوَّلُ: التَّفْكِيرُ الْإِيجَابِيُّ فِي السُّنَّةِ النَّبَوِيَّةِ. وَالثَّانِي: أَثَرُ تَرْكِیَةِ النَّفْسِ فِي بِنَاءِ التَّفْكِيرِ الْإِيجَابِيِّ. وَالثَّلَاثُ: التَّعْرِيفُ بِأَشْهُرِ أَنْوَاعِ الْأَمْرَاضِ النَّفْسِيَّةِ. وَالرَّابِعُ: أَثَرُ تَرْكِیَةِ النَّفْسِ فِي بِنَاءِ التَّفْكِيرِ الْإِيجَابِيِّ نَحْوَ إِشْبَاعِ الدَّوَافِعِ. وَالخَامِسُ: تَرْكِیَةُ الدَّافِعِ الرُّوحِيِّ. وَالسَّادِسُ: تَرْكِیَةُ الدَّوَافِعِ الْجَسَدِيَّةِ. وَالسَّابِعُ: تَرْكِیَةُ الدَّوَافِعِ النَّفْسِيَّةِ. ثُمَّ الْخَاتِمَةُ وَتَتَضَمَّنُ أَهَمَّ النَّتَائِجِ وَالتَّوَصِيَّاتِ.

وَتَوْصَّلَ الْبَاحِثُ إِلَى عِدَّةِ نَتَائِجٍ، مِنْ أَهَمِّهَا أَنَّ لِعِلْمِ التَّرْكِیَةِ ارْتِبَاطًا بِعِلْمِ النَّفْسِ وَالتَّفْكِيرِ الْإِيجَابِيِّ، فَقَدْ سَبَقَ عُلَمَاءُ الْمُسْلِمِينَ الْغَرْبِ فِي حَدِيثِهِمْ عَنِ النَّفْسِ وَأَمْرَاضِهَا وَسَبَلِ الْوَقَايَةِ مِنْهَا وَتَرْكِیَتِهَا مِنْ خِلَالِ الْكِتَابِ وَالسُّنَّةِ.

وكان من أهم التّوصيات في هذا البحث تكثيف البحوث العلمية من قِبل الباحثين والمؤسسات البحثية المهمة بالدراسات النَّفسية، وربطها بالعقيدة والدين، وتأصيلها تأصيلاً إسلامياً من خلال القرآن الكريم والسُّنة الشريفة.

الكلمات المفتاحية: التّفكير الإيجابي، التّفكير السّليبي، عِلْم النَّفس الإيجابي، الأمراض النَّفسية، النَّفس الإنسانيّة، تزكية الدّوافع، الرُّوح، السُّنة النَّبويّة.



ÖZ

Bu araştırmanın önemi, insanın inançları, duyguları ve davranışları düşüncelerinin ürünü olduğunun bilinmesinde yatmaktadır. Düşünce inşa etmenin temeli sağlam, doğru ve tutarlıysa, bu kişinin dinine ve dünyasına yansır ve Yüce Allah'a ve insanlara yakın, fikri ve davranışsal sapmalardan, Psikolojik ve bedensel hastalıklardan uzak, iyimser ve mutlu bir şekilde yaşar, bu (pozitif düşünce) terimi ile ifade edilebilir. Onu ilk sınıflandıran Batılı psikologlar, iyimserlik ve kendini olumlu yönde geliştirme olmak üzere iki ana başlıkla sınıflandırdılar. İslami geleneklerde bu kişilerin yazdıklarından yararlanmanın bir sakıncası bulunmamaktadır. Bu ilimleri şeri' bir şekilde içselleştirdiğimizde, yani dini bir niteliğe büründüğünde faydaları olgunlaşır ve Tasil (kökenine dönmek) araştırmanın en önemli amaçlarından biridir. Araştırmacı Allah Resulü -sallallahu aleyhi ve sellem-'in konu ilgili hadisleri tarayıp inceledi, sonra analiz edilerek araştırma konusuyla ilişkilendirdi.

Bu araştırma bir giriş, önsöz ve yedi bölümden oluşmaktadır. Birinci Bölümde: Peygamber efendimizin sünnetinde olumlu düşünce, ikincisi: olumlu düşünmeyi inşa etmede kendi kendine tavsiyede bulunmanın etkisi, üçüncüsü: en çok bilinen akıl hastalığı türlerinin tanımı, dördüncüsü: kendi kendini motive etmenin tatmin edici güdülere yönelik olumlu düşünce oluşturmadaki etkisi, beşincisi: ruhun tezkiyesi, altıncısı: bedensel dürtülerin tezkiyesi, ve yedincisi: fitri dürtülerin tezkiyesi.

Sonuç olarak, bu araştırma önemli bulgular ve tavsiyeler içermektedir. Araştırmacı bu çalışmada birden çok önemli sonuca ulaşmaktadır. Bunlardan en önemlisi, Müslüman alimler ruh ve ruhun hastalıkları hakkında ve ruh hastalıkları önleminin yolları hakkındaki konuşmalarda Batılılar'dan önce geldikleri anlaşılmaktadır. Kuran ve sünnette ruhu koruma hakkındaki tavsiyeleri bilim, psikoloji ve pozitif düşünce ile bağlantılıdır. Bu araştırmadaki en önemli tavsiyelerden biri, psikoloji araştırmalarla ilgilenen araştırmacıların ve araştırma kurumlarının bilimsel araştırmalara dayanarak inanç ve din ile ilişkilendirerek yoğunlaştırmaları, Kur'an-ı Kerim ve Sünnet yoluyla İslami bir şekilde temellendirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Pozitif Düşünce, Negatif Düşünce, Pozitif Psikoloji, Psikolojik Hastalıklar, İnsani Nefs, Motivlerin Arındırılması, Ruh, NEBEVİ SÜNNET.

ABSTRACT

The importance of this research appears when we know that a person's belief, emotions, and behavior are the products of his thoughts. If the basis of building thinking is sound, true, and solid, this will be reflected in his religion and his life, and the person will live optimistic and happy, close to God Almighty and to people, away from intellectual and behavioral deviations, and from Psychological and physical illnesses, and this can be expressed by the term (positive thinking). Western psychologists, were first to attribute it to two main pillars, namely optimism and positive self-building. There is no objection in our religion of benefiting from what these people wrote, and the benefit appears when we root these sciences in a legal way, so they have a religious tint, and this rooting is one of the most important goals of the research that the researcher sought through induction and tracking of the relevant hadiths of the Messenger of God, peace be upon him, then analyzing it and linking it to the research topic.

The research included an introduction, preface, and seven chapters, namely: Chapter One: positive thinking in the Prophet's Sunnah. The second: the influence of self-refinement in building positive thinking. The third: definition of the most famous types of psychological illnesses. The fourth: the effect of self-refinement in building positive thinking towards satisfying motives. The Fifth: refinement of the spiritual motive. The sixth: refining physical motives. And the seventh: refining psychological motives. Then the conclusion which includes the most important findings and recommendations.

The researcher reached several conclusions, the most important of which is that the science of refinement is linked to psychology and positive thinking, as Muslim scholars preceded the West in their talk about the soul, its diseases, and ways of protection against it and refining it through the Qur'an and Sunnah. One of the most important recommendations in this research was the intensification of scientific research by researchers and research institutions interested in psychological studies, by linking them to faith and religion, and rooting them in an Islamic way through the Noble Qur'an and the Noble Sunnah.

Keywords: Positive Thinking, Negative Thinking, Positive Psychology, Psychological Diseases, Human Self, Refinement of Motives, Soul, SUNNAH' NABAWIYYAH.

بيانات الرسالة للأرشفة

عنوان الرسالة	بناء التفكير الإيجابي في السُّنة النبوية؛ دراسة تأصيلية موضوعية
اسم الباحث	محمد حياني
اسم المشرف	د. كمال عبد الفتاح فتوح
درجة الرسالة	دكتوراه
تاريخ المناقشة	2023/2/23
مجال الرسالة	الحديث الشريف
مكان المناقشة	جامعة كربوك - كلية العلوم الإسلامية
عدد صفحات الرسالة	574
الكلمات المفتاحية	التفكير الإيجابي، التفكير السلبي، علم النفس الإيجابي، الأمراض النفسية، النفس الإنسانية، تزكية الدوافع، الروح، السُّنة النبوية.

ARŞİV KAYIT BİLGİLERİ

Tezin Adı	NEBEVİ SÜNNETTEKİ POZİTİF DÜŞÜNCE OLUŞTURMAKLA İLGİLİ HADİSLERİN TAHLİLİ
Tezin Yazarı	Muhammed HAYANİ
Tezin Danışmanı	Dr. Öğr. Üyesi Kemel FETTUH
Tezin Derecesi	Doktora
Tezin Tarihi	23/02/2023
Tezin Alanı	Hadis
Tezin Yeri	KBÜ/LEE
Tezin Sayfa Sayısı	574
Anahtar Kelimeler	Pozitif Düşünce. Negatif Düşünce, Pozitif Psikoloji, Psikolojik Hastalıklar, İnsani Nefs, Motivlerin Arındırılması, Ruh, Nebevi Sünnet.

ARCHIVE RECORD INFORMATION

Name of the Thesis	BUILDING POSITIVE THINKING IN AL-SUNNAH' NABAWIYYAH; AN OBJECTIVE FOUNDATIONAL STUDY
Author of the Thesis	Muhammed HAYANI
Advisor of the Thesis	Assist. Prof. Kemel FETTUH
Status of the Thesis	Doktora
Date of the Thesis	23/02/2023
Field of the Thesis	Hadith
Place of the Thesis	UNIKA/IGP
Total Page Number	574
Keywords	Positive Thinking, Negative Thinking, Positive Psychology, Psychological Diseases, Refinement Of Motives, Soul, Sunnah' Nabawıyyah.

الاختصارات

أ. أستاذ/ أستاذة

أ. د. : الأستاذ الدكتور/ الأستاذة

بلا: بلا رقم طبعة.

ت: توفي.

تح: تحقيق.

ج: جزء.

ح: رقم الحديث.

د. : دكتور.

ص: صفحة.

ط: طبعة.

م: ميلادي.

هـ: هجري.

(ر.ض): رَضِيَ اللهُ عَنْهُ/ عَنْهَا/ عَنْهُمْ/ عَنْهُمَا.

(ع.س): عَلَيْهِ/ عَلَيْهِمُ السَّلَام.

(ص.س): صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مُقَدِّمَة

الحمد لله رب العالمين، وأفضل الصلاة وأتم التسليم على نبينا محمد وعلى آله وأصحابه ومن اهتدى بهديه إلى يوم الدين، أما بعد:

يسعى الإنسان في كل زمان ومكان لأن تكون حياته مليئة بالسعادة والنجاح المتواصل في شتى مجالات الحياة، مع الراحة النفسية والجسدية والبعد عن أسباب الألم، لذلك يحاول جاهداً أن يجلب لنفسه الخير المادي والمعنوي، وأن يدفع عنها الشر والفساد، وأول خطوة لتحقيق هذه الأهداف هي تبني منهج فكري سليم عن معتقده ونفسه ومجتمعه، أي عن الحياة بصفة عامة، وأن يُدرب نفسه على التخلّي بالأفكار الإيجابية، والتخلّي عن الأفكار السلبية التي تحدّ من قدراته، وتُضيق جهوده في سبيل تحقيق ما يصبو إليه من أهداف.

فالشخصية الإيجابية تتميز بأنّ نظرتها إلى الذات، وإلى الأفراد والمجتمعات نظرة متفائلة تتوقّع الخير دائماً، بينما نجد الشخصية السلبية تطبع في مُخيلتها صورة قاتمة مظلمة بائسة لا خير فيها ولا تفاؤل معها. وبعبارة أخرى فإن المتفائل يرى فرصة في كل صعوبة، والمتشائم يرى صعوبة في كل فرصة.

فصاحب التفكير الإيجابي يتميز بعدم الانهماكية، ذلك لأن الإسلام يربي أتباعه على العمل والتفاعل مع المجتمع وعدم التهرب من المسؤوليات أو التخلّص من الواجبات، فقد وجّه النبي (ص.س) من خلال أحاديثه الشريفة إلى مخالطة الناس والتفاعل الإيجابي معهم دون العزلة، ومن ذلك ما رواه ابنُ

عُمَرَ (ر.ض) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "الْمُؤْمِنُ الَّذِي يُخَالِطُ النَّاسَ، وَيَصْبِرُ عَلَى أَذَاهُمْ، أَعْظَمُ أَجْرًا مِنَ الْمُؤْمِنِ الَّذِي لَا يُخَالِطُ النَّاسَ، وَلَا يَصْبِرُ عَلَى أَذَاهُمْ".¹ وفي لفظ: "خَيْرٌ مِنَ الَّذِي لَا يُخَالِطُهُمْ".²

فالمسلم خَيْرٌ مِعْطَاءٍ يَتَعَلَّمُ لِيَعْمَلَ وَيَبْذُلَ فُضَارَى جَهْدِهِ لِتَغْيِيرِ الْوَقْعِ وَلِمُوَاجَهَةِ الصَّعَابِ، فَالْإِسْلَامُ مِنْهُجُهُ يَبْنِي فِي الْمُسْلِمِ الرُّوحَ الْإِبْجَائِيَّةَ الَّتِي تَوْهَّلُهُ لِلْعَطَاءِ، وَتُنَمِّي فِيهِ الْقُدْرَةَ عَلَى الْإِنْتِاجِ وَالْإِبْدَاعِ.

وَلَا بَدَّ لِلْإِنْسَانِ أَنْ يَتَعَرَّضَ خِلَالَ حَيَاتِهِ لَصَرَاعَاتٍ دَاخِلِيَّةٍ أَوْ خَارِجِيَّةٍ، بِسَبَبِ مَا يَحْدُثُ حَوْلَهُ مِنْ مَوَاقِفٍ ضَاغِطَةٍ، وَنَتِيجَةِ لِمَشْكَلاتٍ ذَاتِيَّةٍ شَخْصِيَّةٍ وَأُسْرِيَّةٍ وَمِهْنِيَّةٍ... يَنْتِجُ عَنْ ذَلِكَ الْكَثِيرُ مِنَ التَّوْتَرِ وَالْقَلْقِ فِي شَتَّى مَجَالَاتِ الْحَيَاةِ الْمُخْتَلِفَةِ، وَيَنْعَكِسُ ذَلِكَ عَلَى حَيَاتِهِ وَأَدَائِهِ، وَهَذَا يَتَطَلَّبُ أَنْ يَكُونَ الْفَرْدُ مَتَمَتِّعًا بِالتَّفَكُّيرِ الْإِبْجَائِيِّ، قَادِرًا عَلَى التَّخْطِيطِ لِمُوَاجَهَةِ مَا يَقَابِلُهُ مِنَ الضُّغُوطَاتِ وَالتَّحْدِيَّاتِ.

وَالْإِبْجَائِيَّةُ كَأَيِّ صِفَةٍ قَدْ تَكُونُ جِبَلَّةً فِطْرِيَّةً فِي نَفْسِ صَاحِبِهَا، وَقَدْ تَكُونُ مُكْتَسَبَةً نَتِيجَةً لَاسْتِشْعَارِ صَاحِبِهَا بِأَهْمِيَّتِهَا وَحَاجَتِهِ إِلَيْهَا، فَيَسْعَى الْإِنْسَانُ لِاِكْتِسَابِهَا لِتَكُونَ وَكَأَنَّهَا جِبَلَّةً رَاسِخَةً فِيهِ، وَخَيْرُ مَنْهَجٍ يَسِيرُ عَلَيْهِ الْإِنْسَانُ فِي كَسْبِهِ لِهَذِهِ الْإِبْجَائِيَّةِ أَنْ يَكُونَ هَذَا الْمَنْهَجُ مَصْدَرُهُ الْوَحْيُ الْإِلَهِيُّ.

وَلَوْ تَأَمَّلْنَا فِي السُّنَّةِ النَّبَوِيَّةِ لَرَأَيْنَا أَنَّ نَبِيَّنَا (ص.س) قَدْ وَضَعَ لَنَا الْأَسْسَ وَالْقَوَاعِدَ الَّتِي مِنْ خِلَالِهَا يَسْتَطِيعُ الْمُسْلِمُ أَنْ يَبْنِيَ تَفَكُّيرَهُ بِنَاءً إِبْجَائِيًّا سَلِيمًا، فَيَعِيشَ حَيَاةً مَلِيَّةً بِالسَّعَادَةِ وَالنَّجَاحِ وَحُبِّ الْخَيْرِ لِلذَّاتِ وَلِلْمَجْتَمَعِ، فَيَسْعَدُ فِي دُنْيَاهُ وَآخِرَتِهِ.

¹ ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، وماجه اسم أبيه يزيد (المتوفى: 273هـ) سنن ابن ماجه، تح: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2، 36 كتاب الفتن، باب الصبر على البلاء، 2/1338/ح4032، قال ابن حجر: إسناده حسن. أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني الشافعي (المتوفى: 852هـ) فتح الباري شرح صحيح البخاري، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: محمد فؤاد عبد الباقي، قام بإخراجه وصححه وأشرف على طبعه: محب الدين الخطيب، ط: بلا، دار المعرفة - بيروت، ط: بلا، 1379هـ، عدد الأجزاء: 13، 10/512.

² أحمد، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (المتوفى: 241هـ) مسند الإمام أحمد بن حنبل، تح: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1421 هـ - 2001 م. 99/64/ح5022.

أولاً: أسباب اختيار موضوع البحث

يمكن تلخيص الأسباب التي دعيتي لاختيار الموضوع بالأفكار الآتية:

- انتشار الأمراض النفسية في عصرنا الراهن الموصوف بعصر القلق والاضطرابات نتيجة لضعف الجانب الروحي، وانتشار الحروب والكوارث.
- الرغبة في تأصيل هذه المعرفة تأصيلاً شرعياً من خلال العودة لنصوص السنة النبوية الشريفة.
- توضيح جانب من منهج النبي (ص.س) في بناء التفكير الإيجابي.
- إبراز أهمية "الفأل" في السنة النبوية، وأثره في حياة المسلم.
- إبراز أهمية تزكية النفس وأثرها في توجه التفكير نحو إشباع الدوافع بشكل متوازن.
- المقارنة بين علم التزكية وعلم النفس، وعلاقتهم بالتفكير الإيجابي.
- العودة بالفكر الإسلامي إلى مجال الإنتاج العلمي في شتى مجالات العلوم الإنسانية.
- لم أفد على دراسات أو أبحاث علمية موسعة تناولت هذا الموضوع كدراسة تأصيلية، في ضوء السنة النبوية الشريفة.

ثانياً: مشكلة البحث

تتوضح مشكلة البحث من خلال طرح الأسئلة الآتية:

- إن تفكير الإنسان ينعكس سلباً أو إيجاباً على اعتقاده ومعاملته، وصحته وسلوكه، وبالتالي فإنه حاجة أساسية للسعادة والنجاح والفلاح في الدارين، فهل في السنة النبوية من الأحاديث ما يؤصل لبناء التفكير الإيجابي؟

- هل في السُّنَّة النَّبَوِيَّة من الأحاديث ما يدعو للتفاؤل ونبد التَّشاؤم مع بناء الذات الإيجابية؟

- هل لعلم التَّزكية عند المسلمين ارتباط بعلم النَّفس والتَّفكير الإيجابي؟

- هل يمكن لعلم التَّزكية أن يقي الإنسان ويعالجه من الأمراض النَّفسية؟

- هل لتزكية النَّفس أثر في بناء التَّفكير الإيجابي نحو إشباع الدَّوافع ومنعها من الطُّغيان؟

- هل يعني تزكية النَّفس كبت الدَّوافع وحرمانها، أم رسم منهج متوازن في إشباعها؟

وبالتالي أصبح البحث في هذا الموضوع مسؤولية دينية اجتماعية، لما له من انعكاس على الفرد والمجتمع في آنٍ واحد.

ثالثاً: أهداف البحث

- إثبات أن لدينا الحنيف قصب السُّبق في بناء منهج التَّفكير الإيجابي الذي ينعكس على حياة الإنسان ويكون سبب سعادته في الدنيا والآخرة.

- إيجاد منهج علمي وعملي للتَّفكير الإيجابي متمثلاً بشخصية النَّبي (ص.س).

- ربط المسلم بسنة النَّبي (ص.س) ليزداد محبة له ويقينا بأن كل ما نحتاجه لسعادتنا في الدنيا والآخرة قد جاء في الهدى النَّبوي.

- تخفيف الضُّغوط والأمراض النَّفسية التي يشعر بها الإنسان في وقت قد كثرت فيه الفتن والمحن والمصائب والحروب، فالتَّفكير الإيجابي هو الخطوة الأولى للوقاية والعلاج من هذه الأمراض.

- بث الأمل والتَّفؤل في زمن قد هيمنت عليه وسائل الإعلام التي تبث اليأس والتَّشاؤم والإحباط في نفوس المسلمين.

- الدعوة إلى دين الله تعالى عن طريق العلم، وإثبات أنّ ديننا الحنيف لم يترك لنا ما نحتاجه إلا وقد بيّنه، وجاء العلماء ليستنبطوا من الكتاب والسنة قواعد الاهتمام بالنفس الإنسانية وتحليلها وتشخيص أمراضها وعلاجها، وذلك قبل ظهور النظريات الغربية بقرون.

رابعاً: أهمية البحث

إن المتأمل في أحوال المجتمعات الإسلامية وما تعانيه من مشكلات عقائدية وتربوية وثقافية واجتماعية واقتصادية وساسية... وما تسببه تلك المشكلات من سلبيات وأخطار تهدد الأفراد والمجتمعات، وتدفعهم نحو عدم الاستقرار النفسي والاجتماعي، وبث المشاعر السلبية والخوف من المستقبل، وخاصة مع الانفتاح الإعلامي والتطور التكنولوجي والسرعة في نقل الأحداث والمصائب والإشاعات، بالإضافة إلى الصراعات والحروب والكوارث الطبيعية، كل ذلك يؤكد على الباحثين ضرورة العودة بالمسلمين إلى مصدر التوجيه الرباني ومنبع الحكمة النبوية ليقف المسلم أمام تلك العقبات ثابتاً متمسكاً؛ وليحقق في حياته السعادة والطمأنينة له ولمجتمعه.

فعندما يفكر الفرد بطريقة إيجابية عقلانية منطقية يكون منتجاً، ناجحاً ومتفائلاً. فاكتساب مهارة التفكير الإيجابي هي أولى خطوات السعادة والنجاح، ومن خلاله يستطيع الإنسان التعامل بشكل أفضل وأكثر فاعلية مع ضغوط الحياة المختلفة. فجميع العقبات التي تمر بالإنسان لا يمكن أن يجد لها حلاً إلا عن طريق التفكير الإيجابي الذي يبحث عن المخارج والحلول ويتخطى الصعاب والعقبات بأقل التكاليف.

إن تطوير الذات للوصول للإيجابية لا يقف عند مرحلة أو فئة عمرية محددة للفرد، فبإمكان كل إنسان أن يسعى لتطوير ذاته في أي وقت يشاء طالما توفرت لديه الإرادة والطموح، وهذا التغيير يبدأ من

داخل الإنسان، والدليل على ذلك ما جاء في كتاب الله عز وجل: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾³. وهذا يدل على أهمية غرس أسس التفكير الإيجابي في نفوس أفراد الأمة، من منظور ديني. ومن دلائل أهمية دراسة التفكير الإيجابي في السُّنة النبوية أنه:

- يزيد المسلم إيماناً ومحبة لنبيه (ص.س) فقد وضع لنا أسس السعادة في الدنيا قبل الآخرة.
- يحفظ المسلم من الانحراف في التفكير، عقيدة وعبادة وسلوكاً.
- يحمل المسلم على حسن الظن بالله تعالى، والصبر على قضاائه وقدره.
- يُكسب المسلم راحة النفس وانشراح الصدر، ويقيه من الأمراض النفسية، وما ينتج عنها من أمراض جسدية.
- يُكسب المرء القدرة على تحمل أعباء الحياة والتغلب على الصعاب.
- يمنع من الوقوع في اليأس والقنوط ويبيث في النفس التفاؤل بدلاً من التشاؤم.
- اتسام المجتمع بالتسامح والتصافي والخلو من الضغائن والأحقاد، ونشر المحبة بين الناس.

خامساً: الدراسات السابقة

لم يجد الباحث -بعد البحث والتقصي- من تناول تأصيل التفكير الإيجابي في السُّنة النبوية كدراسة حديثة موضوعية متكاملة سوى بضعة كُتب ومقالات تناولت بجانب منها البُعد الديني في التفكير الإيجابي، كما يُوجد عدّة رسائل وأبحاث جامعية تكلمت عن التفكير الإيجابي لدى فئات محدّدة من شرائح المجتمع كالطلاب أو الموظفين وغيرهم.

وبشكل عام فالأبحاث المتعلقة بالتفكير الإيجابي كدراسات ميدانية من المنظور الغربي لعلم النفس الإيجابي على كثرتها وأهميتها فإنّه لا يتسع المقام لذكرها؛ وفي قواعد البيانات لدار المنظومة (بحث mandumah.com) والكشاف للبحوث العلمية (الصفحة الرئيسية للبحث mandumah.com)

³ سورة الرعد: 11

ومكتبة المنهل الالكترونية (منصة المنهل الالكترونية almanhal.com) وقاعدة البيانات الرقمية العربية

"معرفة" (معرفة: قاعدة البيانات العربية الرقمية: قواعد بيانات أكاديمية: دراسات وابحاث emarefa.net)

والمركز الإسلامي للبحوث التابع لوقف الديانة في تركيا ([ISAM - İslam Araştırmaları Merkezi](http://ISAM-Islam-Arastirmalari-Merkezi))

(isam.org.tr) ومركز الأبحاث التابع لهيئة التعليم العالي التركية (yok) ([Ulusal Tez Merkezi | Anasayfa](http://Ulusal_Tez_Merkezi_Anasayfa))

(yok.gov.tr) عدد من الأبحاث والمقالات في التفكير الإيجابي من وجهة علم النفس الغربي باللغات

العربية والتركية والانجليزية⁽⁴⁾ وفي هذه الفقرة سأذكر أهم ما وقفت عليه من الأبحاث والمقالات العلمية

والتي تتعلق في جانب منها بموضوع بحثي:

أولاً: الأبحاث والكتب

1- الحديث النبوي وعلم النفس، تأليف د. محمد عثمان نجاتي، دار الشروق، القاهرة، ط: 5،

1425هـ، 2005م. ويُعتبر صاحب هذا الكتاب من أوائل من حاول أسلمة علم النفس، وأن يؤصل

لبعض مواضيع علم النفس تأصيلاً إسلامياً، وفي مباحث الكتاب تكلم عن دوافع السلوك، والانفعالات،

وعن التفكير في الحديث الشريف.

2- بحث في (56 صفحة) بعنوان: (أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في

ضوء السُّنة النبويّة) قُدم كورقة عمل في المؤتمر الدولي عن تنمية المجتمع: تحديات وآفاق في الجامعة

الإسلامية بماليزيا (٢٠٠٨) كتبه د. سعيد بن صالح الرقيب أستاذ مشارك بقسم الدراسات الإسلامية

⁴ بتاريخ: 2023/02/28، باستخدام عبارات البحث التالية:

التفكير الإيجابي، التفكير السلبي، علم النفس الإيجابي، الطاقة الإيجابية، Pozitif Düşünce. Negatif Düşünce, Pozitif Düşünce. Negatif Düşünce, Positive Psychology, Psikoloji. Positive Thinking, Negative Thinking, Positive Psychology.

كلية التربية جامعة الباحة. ثم قامت دار ابن الجوزي بطباعة في كُتيب (97) سنة: 2015 بعنوان (التفكير الإيجابي في ضوء السنة النبوية) ويعتبر أول بحث علمي موجز أصَلَ لهذا الموضوع تأصيلاً حديثاً.

3- القرآن وعلم النفس، تأليف د. مُحمَّد عثمان نجاتي دار الشروق، القاهرة، ط7، 1421، 2001م. وفي مباحث الكتاب تكلم الباحث عن دوافع السلوك في القرآن، والآيات الدالة على الانفعالات في القرآن الكريم، وكذلك الآيات التي تتكلم عن التفكير.

4- مدخل إلى علم النفس، د. مُحمَّد عثمان نجاتي، دار الشروق، أنجَّه إلى البحث عن تأصيل الإسلام لعلم النفس، بمعنى محاولة وضع خطة علمية لعلاج الاضطرابات النفسية والعقلية على أسس إسلامية فتحول اهتمامه من خلال هذا الكتاب وما سبق ذكره من كتبه إلى التركيز على دراسة المصادر الرئيسية التي استمدَّ منها علماء النفس المسلمون تصوُّرهم للوجود والكون والإنسان وقيمهم واتجاهاتهم الفكرية وفلسفتهم في الحياة.

5- الدراسات النَّفسيَّة عند المسلمين والغزالي بوجه خاص، عبد الكريم العثمان، مكتبة وهبة، القاهرة، ط1، 1382هـ. تكلم فيه المؤلف عن النفس في الكتاب والسنة وعند الفلاسفة، من حيث أصلها وطبيعتها ونهايتها، وكذلك تكلم عن الدوافع والعواطف والانفعالات، مع التركيز على آراء الإمام الغزالي.

6- الإسلام وعلاج النفس الحديث، عبد الرحمن عيسوي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، 1996م. تدور فكرة هذا الكتاب حول تأكيد سَبَقِ ديننا الحنيف في حرصه على صحة المسلم العقلية والنفسية والجسدية، لذلك يخاطب عقولهم ونفوسهم وقلوبهم، ويبحث على طهارة الجسد والقلب. كما استهدف الكتاب إلقاء الضوء على أساليب العلاج النفسي في مفهومه الحديث ليقارن القارئ بين

تراثنا الأصيل ومظاهر الفكر الغربي، كما استهدف الكتاب إبراز المظاهر الوقائية والعلاجية للأمراض النفسية من خلال العبادات والتعاليم الدينية.

7- تهذيب القرآن والسنة وتوجيههما للغرائز البشرية، دراسة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه، جامعة أم القرى، إعداد الصادق المنا محمد، 1409هـ - 1989م. وتكلم فيه الباحث عن الغرائز البشرية مقارناً بين نظرة علماء النفس الغربيين واليهود والنصارى من جهة، وبين علماء المسلمين من جهة أخرى، معتمداً على الكتاب والسنة وناقلاً لأقوال العلماء أصحاب الشروح والتفسير والتزكية.

8- التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين. إعداد الباحث حسام محمد منشد الهلالي. وهي رسالة مقدمة إلى مجلس كلية التربية في جامعة كربلاء كجزء من متطلبات نيل درجة ماجستير آداب، في علم النفس التربوي، عام 1434هـ - 2013م. واستهدف البحث التعرف على:

- أ- درجة التفكير الإيجابي لدى المعلمين.
- ب - دلالة الفرق في درجة التفكير الإيجابي تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور - إناث)
- ج - أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين.
- د - العلاقة بين التفكير الإيجابي وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية.
- 9- التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية. إعداد الباحث يوسف فهمي أسليم، وهو بحث مقدم لاستكمال الحصول على درجة الماجستير في الصحة النفسية المجتمعية بكلية التربية في الجامعة الإسلامية بغزة. 1438هـ - 2017م.

هدفت الرسالة التعرف إلى مستوى التفكير الإيجابي، ومستوى التنظيم الانفعالي لدى خريجي الجامعات الفلسطينية. كما هدفت للتعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي والتنظيم الانفعالي، والتعرف

إلى الفروق في مستوى التفكير الإيجابي ومستوى التنظيم الانفعالي تبعاً للمتغيرات التالية: (الجنس، مستوى دخل الأسرة، الجامعة، المعدل التراكمي).

10- نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والتنمية البشرية، عبد العزيز حنان، دراسة ميدانية على طلبة جامعة بشار، 2012م. وذكر البحث طائفة مهمة من أنماط التفكير والاضطرابات النفسية الناتجة عن التفكير السلبي، ومقارنته الدقيقة التفصيلية لسمات وأنماط التفكير الإيجابي والسلبي، وذكره لقواعد واستراتيجيات مهمة لاكتساب التفكير الإيجابي.

11- ما وراء التفكير الإيجابي، د. روبرت أنتوني، ترجم ونشر عن دار جرير. وقد حاول الجمع بين النظرية والتطبيق للخروج بنتائج عملية واقعية للتفكير الإيجابي.

12- قوة التفكير الإيجابي، نورمان فنسنت بيل، ترجمة يوسف اسكندر، دار الثقافة. وقد ذكر طائفة من القصص الواقعية عن نتائج التفكير الإيجابي. والنجاحات التي حققها أصحاب هذا النمط من التفكير.

13- قوة التفكير الإيجابي في الأعمال، سكوت ديليو، ترجمة مكتبة العبيكان، الرياض، ط:1، 1424هـ. ذكر الكاتب عشر خصال للتفكير الإيجابي: التفاؤل والحماس والإيمان والترابط والشجاعة والثقة والتصميم والصبر والهدوء والتركيز، فهو كتاب يشجع على التركيز على الأهداف بالأسلوب المنطقي بعيداً عن الكلام السلبي عن الذات. والسعي لتحصيل القدرة على التعامل مع المواقف العصيبة بفعالية، على صعيد الحياة الشخصية والبيئية والوظيفية فيتحول السلوك الانهزامي إلى أعمال منتجة ويستطيع الإنسان مواجهة أصعب التحديات بنتائج إيجابية قوية.

14- النفس البشرية بين الطاقة الإيجابية والسلبية في ضوء القرآن الكريم، وهي رسالة ماجستير في أصول الدين، للطالبة ناريمان عوض، جامعة مؤتة 2014م. ذهبت الباحثة إلى أن الطاقة الإيجابية تتمثل في الغذاء والألوان والعبادات، وحاولت أسلمة هذا المصطلح و لكنّها في الحقيق إبتعدت عن مفهوم الطاقة الإيجابية التي يُروّج لها أصحابها، وهذا المصطلح يعود في أصله إلى اعتقادات وثنية. ويرى الباحث أن من الخطأ الترويج لما يسمى بالطاقة الإيجابية، وإنما تم ذكر

هذا الكتاب للإشارة إلى أن هناك فرق بينه وبين التفكير الإيجابي الذي هو محل البحث.

ثانياً: المقالات العلمية المحكمة

1- التفكير الإيجابي أهدافه ونظرياته وأبعاده. إعداد الباحثة إيمان عادل علي نور، وهو بحث تكميلي من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية. وتم نشره في معهد البحوث والدراسات العربية. 2021-2022، وجاء البحث في 39 صحيفة.

وهدفّت الدراسة إلى التعرف على التفكير الإيجابي وأهدافه ونظرياته وأبعاده، كما تضمنت ملامح علم النفس الإيجابي وتطبيقاته، وأهمية التفكير الإيجابي وثمراته، وأهم النظريات التي تناولت التفكير الإيجابي، والعوامل المؤثرة فيه.

2- التّفكير الإيجابي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المندق. وهو بحث مقدم في جامعة المنصورة، كلية التربية، للباحثة خلود جعري ضيف الله الزهراني. مجلة كلية التربية — جامعة المنصورة، العدد 110، 2020م، 45 صحيفة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير الإيجابي والتوجّه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة المندق، وأجريت الدراسة على 127 طالبة.

3- التفكير الإيجابي في علاقته بكل من التفاؤل وتقدير الذات. للباحث د. فيفيان أحمد فؤاد علي ع شماوي، مدرس علم النفس - كلية الآداب في جامعة حلوان. وتم نشر البحث في مجلة الإرشاد النفسي، العدد 54، ج3، 2018م. 36 صحيفة.

وتناولت الدراسة فحص العلاقة بين التفكير الإيجابي وكل من التفاؤل وتقدير الذات، وذلك على عينة مكوّنة من طلبة جامعة حلوان، وتبيّن أن التفاؤل وتقدير الذات منبئات بالتفكير الإيجابي.

4- التفكير الإيجابي في ضوء الأحاديث الشريفة، كتبه محمد عامر القزدر بمجلة القلم، ماليزيا، الجامعة الإسلامية، كلية معارف الوحي، 2013م. في 19 صحيفة، وهو في مضمونه تلخيص لما قد كتبه د. سعيد بن صالح الرقيب (أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السُنّة النبويّة) قُدِّم كورقة عمل في المؤتمر الدولي عن تنمية المجتمع: تحديات وآفاق في الجامعة الإسلامية بماليزيا (٢٠٠٨) وقد تمّ التعريف بالبحث.

5- التفكير الإيجابي عند الصحابة. حاج الملك، مجلة رماح للبحوث والدراسات، العدد 66، في 9 صفحات. وتناول الباحث الموضوع بسطحية، ذاكراً فيه بضعة أمثلة للدلالة على إعمال العقل والتفكير عند الصحابة، وموضوعه ليس عن التفكير الإيجابي الذي نحن بصددده كما قد يُفهم من اسمه، وقد ذكرته هنا لما فيه من تشابه بالاسم .

سادساً: منهج البحث

يقوم البحث على الدراسة الموضوعية التأصيلية، بنقل أقوال علماء النفس القدماء والمعاصرين، ثم الاستقراء والتتبع للأحاديث الشريفة ذات الصلة بموضوع البحث، أي باتباع المنهج الاستقرائي للأحاديث الشريفة، وكذلك المنهج التحليلي، بتحليل الأحاديث وربطها بالفكرة المناسبة، وذلك بتتبع أقوال أئمة

الحديث ونُقَّادهم معتمداً على كتب الشروح، بُغية تأصيل موضوع البحث تأصيلاً حديثياً، وذلك على النحو التالي:

1- منهجي في انتقاء الأحاديث وتخريجها والحكم عليها

انتقيت الأحاديث التي تقع ضمن حدود البحث من كتب السنة، وفي مقدمتها الكتب الستة. فإن كان الحديث في الصحيحين أو أحدهما اكتفيت بالعزو إليهما دون حاجة إلى الحكم عليهما، وإلا اجتهدت في نقل حكم المتقدمين والمتأخرين من العلماء، مع ذكر حكم شراح الحديث ومحققي كتب المتنون.

2- منهجي في التوثيق

- كتابة الآيات مع عزوها لسورها، وبيان رقم الآيات منها.

- أكتب نص الحديث ضبطاً بالشكل ثم أعزو الحديث لكتب السنة، بذكر رقم وعنوان الترجمة للكتاب، ثم عنوان الترجمة للباب، ورقم الجزء، والصفحة، والحديث.

- توثيق المعلومات والنقلات بردها إلى مصادرها ونسبتها لأصحابها، وذلك بإعطائها رقما في الحاشية والتعريف بالمصدر.

- عند اقتباس النص من الكتاب كما هو فإنني أضعه بين علامتي التنصيص.

- عند نقل النص مع التصرف في العبارة بحذف أو إضافة أو تلخيص غير محل بالمعنى، فإنني أكتفي بعزوه دون وضعه بين علامتي التنصيص.

- العزو في الحاشية لأول مرة يتم بذكر بطاقة المعلومات للمرجع كاملة، وذلك بذكر ما اشتهر به المؤلف من لقب أو نسبة أو كُنية، ثم ذكر اسمه، وبعد التعريف بالمؤلف يتم التعريف بكتابه، وذلك على الترتيب التالي: اسم الكتاب، المحقق، دار النشر، مكان النشر، رقم الطبعة، عام النشر، عدد الأجزاء للطبعة. فإن كانت المعلومات عن الكتاب مذكورة نقلتها، وإلا اقتصر على المذكور منها.

وبعد التعريف بالمؤلف وكتابه، يتم عزو النص المقتبس، بذكر رقم الجزء والصفحة.

وعندما يتكرر ذكر المرجع يُكتفى بذكر ما اشتهر به المؤلف، ثم اسم الكتاب ورقم الجزء إن وجد، ثم الصفحة.

- نظراً لعدم إلمام الباحث باللغات الأجنبية فقد اعتمد على الكتب المترجمة إلى اللغة العربية.
- جعلت في نهاية البحث فهرسين للآيات ولأطراف الأحاديث، مرتبين على حروف المعجم.
- جعلت في نهاية البحث فهرساً للمصادر والمراجع، بذكر ما اشتهر به المؤلف مرتباً على حروف المعجم.

سابعاً: خطة البحث

جاء البحث مشتملاً على مُقدِّمة وتمهيد وسبعة فصول ثم الخاتمة:

المُقدِّمة: وتتضمن: أسباب اختيار موضوع البحث، ومشكلة البحث، وأهداف البحث، وأهميَّة البحث، والدراسات السابقة، ومنهج البحث.

التمهيد: ويتضمن مُقدِّمات عن التَّفكير الإيجابي وهي:

تعريف التَّفكير الإيجابي لغةً واصطلاحاً كلفظٍ مفرد، تعريف التَّفكير الإيجابي كمصطلح مركب، أهميَّة التَّفكير الإيجابي، تحقيق السعادة هي ثمره التَّفكير الإيجابي، سمات الأفراد ذوي التَّفكير الإيجابي، العوامل المؤثرة في التَّفكير الإيجابي، النظريَّات التي تناولت التَّفكير الإيجابي.

الفصل الأول: التّفكير الإيجابي في السّنة النّبويّة

وفيه ثلاثة مُباحث وكل مبحث يحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: تعريف الفأل والطّيّرة والتّشاؤم ودلالاتها من القرآن الكريم

المطلب الأول: تعريف الفأل لغةً واصطلاحاً

المطلب الثاني: تعريف الطّيّرة والتّشاؤم لغةً واصطلاحاً

المطلب الثالث: ألفاظ أخرى قريبة المعنى من التّفأؤل والتّشاؤم

المطلب الرابع: التّفأؤل ونبد التّشاؤم في آيات القرآن الكريم

المبحث الثاني: التّفأؤل ونبد التّشاؤم في السّنة

المطلب الأول: محبة النّبي (ص.س) للفأل الحسن

المطلب الثاني: تّفأؤل النّبي (ص.س) بالأسماء

المطلب الثالث: تّفأؤل النّبي (ص.س) بالرّؤى

المطلب الرابع: تّفأؤل النّبي (ص.س) بالنصر

المطلب الخامس: علاج التّشاؤم في السّنة

المطلب السادس: بيان المشكل لبعض الأحاديث الموهمة بالتشاؤم

المبحث الثالث: بناء الدّات الإيجابيّة في السّنة النّبويّة

المطلب الأول: مفهوم الدّات وأهميّة بنائها

المطلب الثاني: زرع الثّقّة في النّفس

المطلب الثالث: تقدير الدّات والنّهي عن تحقيرها

المطلب الرابع: تأكيد الدّات واستقلال الشّخصيّة

المطلب الخامس: تغيير الأسماء القبيحة

المطلب السادس: تعزيز الصّفات الإيجابيّة

المطلب السابع: مدح الدّات دون إعجاب

المطلب الثامن: توظيف الطّاقات

الفصل الثاني: أثر تركية النفس في بناء التفكير الإيجابي

وفيه أربعة مباحث وكل مبحث يحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: مفهوم النفس عند الفلاسفة وعلماء النفس

المطلب الأول: مفهوم النفس عند الفلاسفة

المطلب الثاني: مفهوم النفس عند علماء النفس

المبحث الثاني: مفهوم النفس وتركيتها عند المسلمين

المطلب الأول: تعريف النفس

المطلب الثاني: تعريف التركيبة

المطلب الثالث: مراتب النفس

المبحث الثالث: تعلّقات النفس بالروح والقلب والعقل

المطلب الأول: الروح

المطلب الثاني: القلب وأنواعه

المطلب الثالث: العقل

المطلب الرابع: العلاقة بين تركية النفس والتفكير الإيجابي

المبحث الرابع: مقارنة بين علم النفس الحديث وعلم التركيبة

المطلب الأول: توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين نظرية فرويد وعلم التركيبة

المطلب الثاني: اختلاف المبادئ بين علم النفس وتركية النفس

المطلب الثالث: توضيح بعض العبارات التي توهم التناقض

الفصل الثالث: التعريف بأشهر أنواع الأمراض النفسية

وفيه ستة مباحث وكل مبحث يحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: التعريف بالأمراض النفسية

المطلب الأول: الأمراض النفسية عند علماء النفس

المطلب الثاني: هل يصاب المسلم بالمرض النفسي

المطلب الثالث: الأمراض النَّفسِيَّة والعوارض النَّفسِيَّة

المبحث الثاني: القلق

المطلب الأول: تعريف القلق

المطلب الثاني: نوعا القلق (الطبيعي الإيجابي والمرضي السَّلبي)

المطلب الثالث: أعراض القلق

المطلب الرابع: علاج القلق في الإسلام

المبحث الثالث: الاكتئاب

المطلب الأول: الاكتئاب مرض العصر

المطلب الثاني: التَّعريف بالاكتئاب

المطلب الثالث: الاكتئاب العرضي والمرضي

المطلب الرابع: أسباب وأعراض الاكتئاب

المطلب الخامس: تفسير الاكتئاب النَّفسي من وجهة نظر المدارس النَّفسِيَّة

المطلب السادس: علاج الاكتئاب

المبحث الرابع: الحُزْن

المطلب الأول: تعريف الحُزْن ومرادفاته

المطلب الثاني: الحُزْن في القرآن الكريم والسُّنَّة

المطلب الثالث: طُغْيَان الدَّوافِع والتعلُّق بالشَّهَوَات من أهم أسباب الحُزْن

المطلب الرابع: أنواع الحُزْن

المطلب الخامس: حزن النَّبي (ص.س)

الصِّفَةُ الخَلْقِيَّة والخُلُقِيَّة لحُزْن النَّبي (ص.س)

المبحث الخامس: الوَسْوَاس القهري

المطلب الأول: تعريف الوَسْوَاس القهري

المطلب الثاني: بيان نوعي الخاطر (الْوَسْوَاس والإلهام)

المطلب الثالث: أنواع الوسواس

المطلب الرابع: هل لوسواس الشَّيْطَان علاقة بالوسَّواس القهري؟

المبحث السادس: أسباب الأمراض النَّفسِيَّة

المطلب الأول: الأسباب الدَّاتِيَّة (الداخلية)

المطلب الثاني: الأسباب الاجتماعية

المطلب الثالث: الأسباب الاقتصادية

الفصل الرابع: أثر تزكية النَّفس في بناء التَّفكير الإيجابي نحو إشباع الدَّوافع

وفيه مبحثان وكل منهما يحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: الدَّوافع في علم النَّفس الحديث وعند أهل الكتاب

المطلب الأول: تعريف الدَّوافع والغرائز والسلوك

المطلب الثاني: أهميَّة دراسة الدَّوافع

المطلب الثالث: العلاقة بين الدَّوافع والغرائز والسلوك في علم النَّفس الحديث

المطلب الرابع: الدَّافع عند أهل الكتاب

المبحث الثاني: الدَّوافع من منظور إسلامي

المطلب الأول: العلاقة بين الفطرة والدَّوافع والغرائز من منظور إسلامي

المطلب الثاني: انحراف الدَّوافع من الإيجابيَّة للسلبية ومبادئ تزكيتها

المطلب الثالث: كبت الدَّوافع يسبب الانفعال والاضطراب في التَّفكير

المطلب الرابع: تزكية الدَّوافع بتوجيهها الإيجابي المتوازن

الفصل الخامس: تزكية الدَّافع الرُّوحي

وفيه مبحثان وكل منهما يحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: أهميَّة دافع التَّدبُّن

المطلب الأول: التَّدبُّن أمرٌ فطري

المطلب الثاني: دور العقيدة في بناء التَّفكير

المطلب الثالث: منهج العقيدة في بناء التفكير

المطلب الرابع: أثر دافع التَّدِين في تزكية الدَّوافِع الأخرى (الصِّراع بين الدَّوافِع)

المبحث الثاني: حرص النَّبي (ص.س) على تثبيت العقيدة

المطلب الأول: دعوة العلمان للدخول في الإسلام

المطلب الثاني: ترسيخ عقيدة التَّوحيد والتحذير من الشِّرك

المطلب الثالث: الاعتقاد بوجوب محبة النَّبي (ص.س) ليكون القدوة الحسنة

الفصل السادس: تزكية الدَّوافِع الجَسَدِيَّة من الطُّغيان (المهلكات السَّلبية)

وفيه مُقدِّمة الفصل وثلاثة مُباحث تحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: تزكية دافع الطَّعام والشَّراب

المبحث الثاني: تزكية دافع النَّوم

المطلب الأول: حاجة الإنسان إلى النوم

المطلب الثاني: برنامج النَّوم الصحي من السُّنَّة النَّبَوِيَّة

المبحث الثالث: تزكية الدَّافع الجنسي

المطلب الأول: الحكمة من وجود هذه الغريزة الفِطْرِيَّة

المطلب الثاني: الآثار النَّفْسِيَّة الإيجابية للعلاقة الشَّرعية

المطلب الثالث: الآثار النَّفْسِيَّة السَّلبية لطُّغيان الشَّهوة الجنسيَّة

المطلب الرابع: التَّدابير الوقائية من طُّغيان الشَّهوة الجنسيَّة

الفصل السابع: تزكية الدَّوافِع النَّفْسِيَّة

وفيه مُقدِّمة الفصل وثلاثة مُباحث تحتوي عدة مطالب:

المبحث الأول: تزكية دافع التَّمَلُّك

المطلب الأول: حاجة الإنسان للتَّمَلُّك والكسب

المطلب الثاني: التحذير من التَّنَافس المذموم

المطلب الثالث: أهم الآثار النَّفْسِيَّة لطُّغيان شهوة حُبِّ المال

المبحث الثاني: تركية دافع العدوان

المطلب الأول: دافع العدوان ونظريات علماء النفس

المطلب الثاني: التمييز بين الغريزة الفطرية والاستعداد الفطري

المطلب الثالث: العدوان الإيجابي والسلبي

المبحث الثالث: تركية دافع حب النفس

المطلب الأول: الكبر

المطلب الثاني: الغضب

المطلب الثالث: الحسد

المطلب الرابع: سوء الظن

الخاتمة: وتتضمن أهم النتائج والتوصيات

تمهيد: مُقَدِّمات عن التَّفكير الإيجابي

أولاً: تعريف التَّفكير الإيجابي لغةً واصطلاحاً كلفظٍ مفرد

(الفِكْر) لغة:

إِعْمالُ الخَاطِرِ فِي الشَّيْءِ، وَالتَّفَكُّرُ التَّأَمُّلُ.⁵

ولا يوجد فرق بين التَّفكير والتَّفَكُّر من حيث الاستعمال، فالتَّفَكُّر اسْمُ التَّفكير. وَمِنْ الْعَرَبِ مَنْ

يَقُولُ: الْفِكْرُ وَالْفِكْرَةُ وَالْفِكْرَى.⁶

وَأَفَكَّرَ فِي الشَّيْءِ وَفَكَّرَ فِيهِ وَتَفَكَّرَ، بِمَعْنَى. وَرَجُلٌ فِكْرِيٌّ: كَثِيرُ التَّفَكُّرِ.⁷

وقال فخر الدين الرازي في تفسير قوله تعالى: ﴿إِنَّهُ فَكَّرَ وَقَدَّرَ ﴿١٨﴾﴾.⁸ "يُقَالُ: فَكَّرَ فِي الْأَمْرِ

وَتَفَكَّرَ إِذَا نَظَرَ فِيهِ وَتَدَبَّرَ"⁹ فلم يميّز بين الكلمتين.

وفي المعجم الوسيط (الفِكْر) إِعْمَالُ الْعَقْلِ فِي الْمَعْلُومِ لِلْوَصُولِ إِلَى مَعْرِفَةٍ مَجْهُولِ.¹⁰

الإيجابية لغة:

(وَجِبَ) الشَّيْءُ يُجِبُّ (وُجُوبًا) لَزِمَ وَ(اسْتَوْجَبَهُ) اسْتَحَقَّهُ.¹¹

⁵ ابن منظور، مُجَدِّد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفي الإفريقي (المتوفى: 711هـ) *لسان العرب*، دار صادر - بيروت، ط3، 1414 هـ. عدد الأجزاء: 15. 65/5.

⁶ ابن منظور، *لسان العرب*، 65/5.

⁷ الجوهري، أبو نصر إسماعيل بن حماد الجوهري الفارابي (المتوفى: 393هـ) *منتخب من صحاح الجوهري*، ط: بلا. ص3962.

⁸ سورة المدثر: 18.

⁹ الرازي، أبو عبد الله مُجَدِّد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري (المتوفى: 606هـ) *مفاتيح الغيب = التفسير الكبير*، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط3، 1420هـ. 706/30.

¹⁰ الزيات، أحمد، وآخرون، مجمع اللغة العربية بالقاهرة، *المعجم الوسيط*، دار الدعوة، ط: بلا. 698/2.

يُقَالُ: وَجَبَ الشَّيْءُ يَجِبُ وَجُوباً إِذَا ثَبَتَ، وَلَزِمَ.¹²

ومعنى الإيجابية اصطلاحاً: هي المحافظة على التوازن السليم في إدراك مختلف المشكلات، فهي أسلوب متكامل في الحياة يعني التركيز على الإيجابيات في أي موقف بدلاً من التركيز على السلبيات، وهذا يقتضي أن يحسن الإنسان ظنه بذاته وبالأخرين، وأن يتبنى الأسلوب الأمثل في الحياة.¹³

والإيجابية: "روح تنبعث في الفرد فتبعث فيه الحياة الفاعلة".¹⁴

وعكس الإيجابية هي السلبية ومعناها لغة:

(سَلَبَ) الشَّيْءَ مِنْ بَابِ نَصَرَ، وَ(الِاسْتِيلَابُ) الْإِخْتِلَاسُ.¹⁵

وَالسَّلْبُ، مَا يُأْخُذُهُ أَحَدُ الْقَرْنَيْنِ فِي الْحَرْبِ مِنْ قَرْنِهِ، مِمَّا يَكُونُ عَلَيْهِ وَمَعَهُ مِنْ ثِيَابٍ وَسِلَاحٍ وَدَابَّةٍ.¹⁶

وَسَلَبَ الشَّيْءَ سَلَباً انْتَزَعَهُ قَهْرًا، وَقُلَانًا أَخَذَ سَلْبَهُ وَجَرَّدَهُ مِنْ ثِيَابِهِ وَسِلَاحِهِ، وَالشَّجَرُ وَالنبات قَشَرَهُ أَوْ جَرَّدَهُ مِنْ وَرَقِهِ وَثَمَرِهِ.¹⁷

السلبية اصطلاحاً: "هي حال نفسية تؤدي إلى البطء والتردد في الحركة وقد تنتهي إلى توقفها، وتُطلق أيضاً على اتجاه عام يقوم على الاضطراب وعدم التعاون".¹⁸

¹¹ الرازي، زين الدين أبو عبد الله محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الحنفي الرازي (المتوفى: 666هـ) مختار الصحاح، تح: يوسف الشيخ محمد، المكتبة العصرية - الدار النموذجية، بيروت - صيدا، ط: 5، 1420، هـ - 1999م، عدد الأجزاء: 1. ص333.

¹² ابن منظور، لسان العرب، 793/1.

¹³ الرقيب، سعد بن صالح، التفكير الإيجابي، ضمن سلسلة مهارات الحياة المثلى، مكتبة لبنان، بيروت ط: 1، 2005م. ص6.

¹⁴ الحاوري، محمد عبد الله، الإيجابية في حياة المسلم، دار الوفاء، ط1، 2009م. ص7.

¹⁵ الرازي، مختار الصحاح، ص151.

¹⁶ ابن منظور، لسان العرب، 471/2.

¹⁷ الزيّات، وآخرون، المعجم الوسيط، 440/1.

وتُعرف أيضاً بأنها: "عدم الانتماء وقطع الصلات بالعالم المحيط مما يؤدي إلى الشعور بعدم المسؤولية واللامبالاة، وهي تشير إلى قصور في عملية التنشئة الاجتماعية واضطراب في مسار النمو النفسي مما يؤدي إلى انعدام الاهتمامات".¹⁹

ثانياً: تعريف التفكير الإيجابي كمصطلح مركب

وأما تعريف التفكير الإيجابي كمصطلح مركب، فهذه أهم التعريفات عند العلماء:

فيرا: "الانتفاع بقابلية العقل اللاواعي للافتناع بشكل إيجابي".²⁰

بليو: "هو قدرتنا الفطرية للوصول إلى نتائج أفضل عبر أفكار إيجابية".²¹

حجازي: "نواة الاقتدار المعرفي في التعامل الفاعل مع قضايا الحياة ومشكلاتها، والتغلب على محنها وشدائدها".²²

مصطفى: "هو أن تستخدم قدرة عقلك الباطن (عقلك اللاواعي) للتأثير على حياتك العامة بطريقة تساعدك على بلوغ آمالك، وتحقيق أحلامك".²³

السُّلْطَانِي: "التفاؤل بكل ماتحمله هذه الكلمة من معنى، والنظر إلى الجميل في كل شيء، والبحث عن الجانب المثير في الحياة، وإن كانت ومضة ضوء".²⁴

¹⁸ المرجع السابق، 441/1.

¹⁹ اللوباني، عيسى إبراهيم، الإعجاز القرآني في التعامل مع النفس البشرية، دار المأمون للنشر والتوزيع، ط1، 2009م. ص109.

²⁰ فيرا، بيفر، التفكير الإيجابي، مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية، الرياض، ط8، 2011م. ص12.

²¹ دبليو، سكوت، قوة التفكير الإيجابي في الأعمال، مكتبة العبيكان، الرياض، ط1، 1424هـ. ص49.

²² حجازي، مصطفى، إطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الإيجابي) التنوير للطباعة والنشر، بيروت، لبنان، ط: بلا، 2012م. ص84.

²³ مصطفى، وفاء محمد، حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي، دار ابن حزم، ط: بلا، 2004م. ص29.

²⁴ السلطاني، تأثير منهج إرشادي لتنمية التفكير الإيجابي، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد3، العدد3، أيلول 2010.

ويقول (أدوارد) أحد أشهر العلماء المتكلمين في علم التفكير الإيجابي: "لا يوجد هناك تعريف واحد مُرضٍ للتفكير، لأن معظم التعريفات مُرضية عند أحد مستويات التفكير، أو عند مستوى آخر".²⁵

ويُرجّح الباحث تعريف السلطاني لأن معظم نظريات التفكير الإيجابي تُركّز على معنى التفاؤل.

ثالثاً: أهمية التفكير الإيجابي

يريد كل إنسان أن يسعد في حياته، وأن يعيش حياة متوازنة، وتكون لديه علاقات ودية مع أسرته وأهله والناس من حوله، تغمر هذه العلاقة المشاعر الإيجابية المفعمة بالحب والتفاؤل، والتي تمد الحياة بالوقود والطاقة.

فبينما يرى الشخص السلبي أن الحياة ما هي إلا رحلة مليئة بالتعاسة والشقاء والألم، ويحمل معه -على رأسه وكتفيه وظهره أينما سار- حزن الماضي وألم الحاضر وهم المستقبل، ويا له من حمل ثقل ينوء الإنسان بحمله، كحقيبة مثقلة بالآلام والأحزان والهموم.

فيما ينظر الشخص الإيجابي للحياة على أنها رحلة ممتعة مملوءة بالمغامرة والإثارة والتحدي على الرغم من كثرة السلبيات من حوله، فيغتئم وقته متعلّماً من الماضي ومخططاً للمستقبل.

ويسعى الإنسان إلى تحقيق السعادة في كل زمان ومكان وأن ينشرها في مجتمعه، كما يجب أن يبتعد عن الشر والفساد، لذلك يحاول أن يوقّر أسباب المنافع المادية والمعنوية له ولغيره.

²⁵ أدوارد، ديونو، *تعليم التفكير*، ترجمة: عادل عبد الكريم، وإياد ملح، وتوفيق العمري، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ط1، 1989م. ص42.

وإن أوّل خطوة ينطلق منها الإنسان لتحقيق هذه السعادة هي بناء منهج فكري إيجابي سليم عن نفسه وخالقه ومجتمعه، وعن الحياة بشكل عام، فيدرب نفسه على التحلي بالأفكار الإيجابية والابتعاد عن الأفكار السلبية التي تحد من قدراته وتعيقه عن الوصول إلى طموحاته.

والأفراد عند العالم (إليس) يشتركون في غايتين أساسيتين يبحثون عنهما هما: الحفاظ على الحياة، والإحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الألم. والإيجابية في التفكير تتمثل بطرق تسهم في تحقيق هاتين الغايتين الأساسيتين، وأما السلبية في التفكير فتتمثل بطرق تعيق تحقيق هاتين الغايتين أو تمنع الوصول إليهما.²⁶

وتقول كيت كينان: ومن هنا ندرك أهمية التفكير الإيجابي فالإنسان يستطيع أن يقرر طريقة تفكيره فإذا اختار أن يفكر بإيجابية استطاع أن يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب بها والتي يمكن أن تعيقه عن تحقيق الأفضل لنفسه.²⁷

وتقول برايان تريسي: "ويرتبط الاتجاه العقلي الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح، في كل مجال من مجالات الحياة فإننا نميل إلى الأشخاص المبتهجين والمتفائلين على العموم بشأن عملهم وحياتهم الشخصية، ونرغب بالارتباط بهم، فما من أحد يود قضاء الوقت مع شخص سلبي، ومتشائم وشكّاء".²⁸

ولا يعني التفكير الإيجابي التغاضي عن السلبيات وتجاهل الواقع، بل البحث عن مخارج وحلول، وتخفيف وطأة التحديات، وتجاوز العثرات دون خسائر نفسية معنوية، أو جسدية حسية.

²⁶ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 87

²⁷ كيت، كينان، تنظيم وتفعيل الذات، الدار العربية للعلوم سلسلة الدليل الإداري للنشر والتوزيع، ط: بلا، 2005م. ص 51.

²⁸ تريسي، برايان، غير تفكيرك غير حياتك، ترجمة ونشر مكتبة جرير، الرياض، ط 1، 2007م. ص 228.

وإن معرفتنا لتفاعل العقل الواعي والعقل الباطن سوف تجعل الإنسان قادراً على تغيير حياته كلها، فالعقل عندما يفكر بطريقة صحيحة ويفهم الحقيقة وعندما تكون الأفكار المودعة في بنك العقل الباطن أفكاراً بناءة منسجمة وخالية من الاضطراب فإن القوى الفاعلة العجيبة سوف تستجيب وتجلب أوضاعاً وظروفاً ملائمة. وحتى يغير الإنسان من الظروف الخارجية فإنَّ عليه أن يغير السبب، والسبب هو الطريقة التي يستخدم بها الإنسان عقله، وأيضا الوسيلة التي يفكر بها الإنسان ويتصورها في عقله.²⁹

ولكي نحقق النجاح ونعيش سعادة ونحيا حياة متوازنة يجب أن يشمل التغيير طريقة التفكير وأسلوب الحياة ونظرتنا تجاه أنفسنا والناس والأشياء والمواقف التي تحدث لنا، والسعي الدائم إلى تطوير جميع جوانب الحياة.³⁰

إن الحياة التي يعيشها الإنسان لا تخلو من الصعوبات والمعوقات، فيأتي التفكير الإيجابي ليحل لنا تلك المشكلات ويساعدنا على تجاوز العقبات.

يقول الفقي: "يجب عليك أن تعلم أن أي تغيير في حياتك يحدث أولاً في داخلك، في الطريقة التي تفكر بها، والتي ستسبب لك ثورة ذهنية كبيرة، قد تجعل حياتك سعادة أو تعاسة".³¹

فالإنسان له كثير من الإنجازات والنجاحات مقابل ما لديه من القصور، كما أن لديه كثيراً من الفرص في مقابل ما لديه من العثرات، فالإيجابية تكمن في التركيز على النجاحات وعدم الوقوف عند الإخفاقات. ويذهب أهل المعرفة بهذا النوع من التفكير إلى أن التفكير في أمرٍ ما والتركيز عليه هو أحد

²⁹ جوزيف ميرني، *قوة عقلك الباطن*، ترجمة ونشر مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية، الرياض، ط3، 2007م. ص16-17.

³⁰ مصطفى، *حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي*، ص23.

³¹ الفقي، إبراهيم، *قوة التحكم بالذات*، الناشر المركز الكندي للتنمية البشرية، ط: بلا، 2000م. ص17.

القوانين الرئيسية التي توجه حياة الإنسان إيجابياً أو سلبياً، لأنَّ ما نفكر فيه تفكيراً مركزاً في عقلنا الواعي ينغرس في خبرتنا.³²

إن الشخص الذي يفكر دائماً بالشر والفشل إنما يقوم بتدمير الذات والحياة لأن هذه الأفكار تنسرب إلى العقل الباطن وتؤثر بشكل سلبي على الصحة والنشاط العام، لذا كان على الأفراد أن يفكروا بالأشياء المفرحة والإيجابية مثل الخير والنجاح والصحة والحب والتسامح، وسيكون لهذه الأفكار تأثير مفيد على الاتزان الجسدي والنفسي.³³

حيث يستقبل الإنسان يومياً أكثر من 60000 فكرة، وفي بحث أُجري في كلية الطب في سان فرانسيسكو عام 1986م كانت النتيجة أن أكثر من 80% من أفكار الإنسان سلبية وتعمل ضده، ولو أخذنا نسبة 80% من الستين ألف فكرة نجد أن الحصة اليومية من الأفكار السلبية تبلغ 48000 فكرة سلبية، كل منها تسبب أحاسيساً وسلوكاً وأمراضاً نفسية، بالإضافة للأمراض العضوية.³⁴

وبالطبع فإن العثور على السلبيات وسردها يبقى أسهل من العثور على الإيجابيات عادة، لذلك نحن بحاجة إلى إزاحة الركام السلبي المتزايد في موقفنا تجاه ذاتنا وواقعنا ومصيرنا، وأن نكتشف إيجابياتنا وإمكاناتنا المطموسة تحت التشاؤم والأسى والغضب والاستسلام للعجز المتعلم.³⁵

³² الرقيب، سعد بن صالح، *أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية*، كلية التربية، جامعة الباحة، 2008م. ص 17.

³³ يعقوب، غسان، *أزمة المراهقة والشباب*، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت - لبنان، ط 1، 1978م. ص 175.

³⁴ الفقي، إبراهيم، *قوة التفكير*، شركات د. إبراهيم الفقي العالمية للتنمية البشرية، ط: بلا، 2007م. ص 18.

³⁵ حجازي، *إطلاق طاقات الحياة*، ص 87-89.

لقد كان التفكير الإيجابي هو البذرة التي انطلق منها علم النفس الإيجابي، وهو الآن يحتل مركز الصدارة في الدراسات النفسية لأن السلوك الإيجابي لا يكون إلا من خلال التفكير الإيجابي النابع من الذات.

وهذا الذي يتكلم عنه علماء النفس قد أرشدنا الله تعالى إليه بقوله: ﴿ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَى قَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَأَنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾³⁶.

هذه التوجيهات التي يقدمها العلماء نراها حاضرة في كتاب ربنا وسنة نبينا (ص.س) منذ أمد بعيد، وهذا ما سيتضح لنا خلال البحث.

وأود الإشارة إلى أن ما يُسمى بالطاقة الإيجابية هو مصطلح يُروَّج له كثيراً في هذه الأيام، وهو مصطلح يعود في أصله إلى اعتقادات وثنية، لذلك لن يتطرق الباحث إلى الخوض فيه.

رابعاً: تحقيق السعادة هي ثمرة التفكير الإيجابي

إن الناس في هذه الدنيا مؤمنهم وكافرهم يبحثون عن السعادة المنشودة، هذه السعادة تكمن في

التفكير الإيجابي. ووفقاً لنظرية (ألبرت إليس Albert Ellis)

فإن الأفراد يشتركون في غايتين أساسيتين يبحثون عنهما هما:

أولاً: المحافظة على الحياة.

ثانياً: الإحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الألم.

³⁶ سورة الأنفال: 53.

والإيجابية في التفكير تتمثل بطرق تُسهّم في تحقيق هاتين الغايتين الأساسيتين، وأما السلبية في التفكير فتتمثل بطرق تعيق تحقيق هاتين الغايتين أو تمنع الوصول إليهما.³⁷

وتختلف فلسفة الحياة باختلاف العقيدة التي يدين بها الإنسان، فالمسلم لديه هدف سام يسعى إليه وهو تحقيق دوره في هذه الحياة من أداء العبودية لله سبحانه، لذلك تكون برهجة تفكيره مبنية على تعاليم الإسلام، فكل ما يأمر به الإسلام هو بالنسبة له أمر إيجابي يحقق له السعادة، وكل ما نهى عنه فهو أمر سلبي يسبب اقترافه الشقاء والتعاسة، وبقدر ما يسير على هذا المنهج بقدر ما يُحصّل السعادة، في الدارين.

ودليل ذلك قول الله تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أَنفَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾³⁸.

وفي الحياة الطيبة عدّة أقوال نقلها القرطبي:

الأول: أنه الرزق الحلال، قاله ابن عباس وسعيد بن جبيرة وعطاء والضحاك.

والثاني: القناعة، قاله الحسن البصري وزيد بن وهب ووهب بن منبه، وابن عباس، وهو قول علي (ر.ض) جميعا.

الثالث: قال الضحاك: توفيقه إلى الطاعات فإنها تؤدي إلى رضوان الله تعالى.

وقال أيضا: من عمل صالحا وهو مؤمن في فاقة وميسرة فحياته طيبة، ومن أعرض عن ذكر الله ولم يؤمن بربه ولا عمل صالحاً فمعيشتة ضنك لا خير فيها.

³⁷ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 87.

³⁸ سورة النحل: 97.

وقيل: الجنة، فلا تطيب الحياة لأحد إلا في الجنة. وقيل: هي السعادة. وقيل: الرضا بالقضاء.³⁹

ويرى الباحث: بأن الحياة الطيبة تشمل كل ما سبق ذكره، لأن جميع الأقوال مؤداها تحصيل السعادة في الدنيا والآخرة، وهذه هي ثمرة التفكير الإيجابي.

إنَّ السعادة هي من المفاهيم التي أكدتها السُّنَّة النبويَّة الشريفة، وهناك عدة أحاديث تتطرق لسعادة العبد صراحة أو ضمنا منها:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّهُ قَالَ: قِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَنْ أَسْعَدُ النَّاسِ بِشَفَاعَتِكَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ؟ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَقَدْ ظَنَنْتُ يَا أَبَا هُرَيْرَةَ أَنْ لَا يَسْأَلَنِي عَنْ هَذَا الْحَدِيثِ أَحَدٌ أَوَّلَ مِنْكَ لِمَا رَأَيْتُ مِنْ حِرْصِكَ عَلَى الْحَدِيثِ، أَسْعَدُ النَّاسِ بِشَفَاعَتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ، مَنْ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، خَالِصًا مِنْ قَلْبِهِ، أَوْ نَفْسِهِ".⁴⁰

قال ابن حجر: "فأسعد الناس بهذه الشفاعة من يكون إيمانه أكمل من دونه وأما الشفاعة العظمى في الإراحة من كرب الموقف فأسعد الناس بها من يسبق إلى الجنة وهم الذين يدخلونها بغير حساب ثم الذين يلونهم وهو من يدخلها بغير عذاب بعد أن يحاسب ويستحق العذاب ثم من يصيبه لفح من النار ولا يسقط، والحاصل أن في قوله أسعد إشارة إلى اختلاف مراتبهم في السبق إلى الدخول باختلاف مراتبهم في الإخلاص ولذلك أكد به بقوله "من قلبه" مع أن الإخلاص محله القلب لكن إسناد الفعل إلى الجارحة أبلغ في التأكيد وبهذا التقرير يظهر موقع قوله أسعد وأنها على بابها من التفضيل".⁴¹

³⁹ القرطبي، أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (المتوفى: 671هـ) الجامع لأحكام القرآن

= تفسير القرطبي، تح: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية - القاهرة، ط: 2. 174/10.

⁴⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 3 كتاب العلم، باب الحِرْص عَلَى الْحَدِيثِ، 31/1 ح 99.

⁴¹ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 443/11.

فدل الحديث على أن السعيد هو الذي حصل له الفوز ببركة هذا الإيمان، وأن أسعدهم بها المؤمن المخلص الذي اكتمل إيمانه. فالإيمان من أقوى أسباب السعادة ومؤشراتها التي فيها نجاة الفرد وصلاحه في الدارين، والإيمان يجعل حياة الفرد معنى وقيمة، وينقل الفرد من حياة الضياع والتخبط إلى حياة الإنجازات والأهداف، وبالإيمان يمتلئ قلب العبد من هذه المشاعر الإيجابية، وبه يستطيع ضبط انفعالاته وقيادة نفسه إلى الجوانب الإيجابية.

وعَنْ عَلِيٍّ (ر.ض) قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) فِي جَنَازَةٍ، فَأَخَذَ شَيْئًا فَجَعَلَ يَنْكُثُ بِهِ الْأَرْضَ، فَقَالَ: "مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَقَدْ كُتِبَ مَقْعَدُهُ مِنَ النَّارِ، وَمَقْعَدُهُ مِنَ الْجَنَّةِ" قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَفَلَا تَتَّكِلُ عَلَى كِتَابِنَا، وَتَدْعُ الْعَمَلَ؟ قَالَ: "اعْمَلُوا فَكُلُّ مُيَسَّرٍ لِمَا خُلِقَ لَهُ، أَمَّا مَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ السَّعَادَةِ فَيُيَسَّرُ لِعَمَلِ أَهْلِ السَّعَادَةِ، وَأَمَّا مَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ الشَّقَاةِ فَيُيَسَّرُ لِعَمَلِ أَهْلِ الشَّقَاةِ"، ثُمَّ قَرَأَ: ﴿فَأَمَّا مَنْ أَعْطَى وَاتَّقَى ۖ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنَى ۖ﴾⁴².

هذا الحديث هو أصل في الرضا بالقضاء والقدر الذي يبيّن التفكير الإيجابي، فالإيمان بالقضاء والقدر من أهم القضايا التي تؤدي إلى سعادة الإنسان وسعادة مجتمعه بأكمله، فمتى آمن الإنسان أن ما أصابه لم يكن ليخطئه سكنت نفسه وسعدت ورضي بما قُدِّرَ له في سابق علم الله تعالى.

فالنبي (ص.س) بيّن حالتين للإنسان، إما سعيد أو شقي؛ لأن طريق الهداية والاستقامة دليل السعادة، وطريق العصيان والكفر دليل الشقاوة، ولو تساءل سائل قائلا: إن الكافر يسعد في الدنيا ويتمتع بأنواع الملذات، فكيف نحصر السعادة بالمسلمين دون غيرهم؟

⁴² سورة الليل: 6.

والحديث أخرجه البخاري، الجامع الصحيح، 65 كتاب تفسير القرآن، باب: {فَسَنِيَرُهُ لِلْعُسْرَى}، 6/171/ح 4949.

يرى الباحث بأن السعادة الحقيقية أرقى من تحقيق الملذات المادية، أو النجاح في الحياة الاجتماعية فقط؛ بل السعادة تحمل معاني سامية، ترقى بالعبد بمستويات الرضا، ونعيم الرُّوح، وبأنواع المشاعر الإيجابية، لتمتد به ابتداء من الإيمان بالله تعالى وتحقيقه لأمره قولاً وعملاً، ظاهراً وباطناً في الحياة الدنيا، ثم تنتهي للوصول إلى دار السعداء دار القرار في جنة الخلد.

لذلك فإن مفهوم السعادة مرتبط بالعقيدة التي يرمج المسلم تفكيره عليها، فالسعادة عند المسلمين لا تقتصر على الحياة الدنيا فحسب، ولا ترتبط بالمادة فحسب، بل إنها شاملة للدنيا والآخرة، وللروح والجسد.

قال تعالى: ﴿يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ﴾⁴³.

قال السعدي في تفسير هذه الآية: "فالأشقياء، هم الذين كفروا بالله، وكذبوا رسله، وعصوا أمره، والسعداء، هم: المؤمنون المتقون".⁴⁴

خامساً: سمات الأفراد ذوي التفكير الإيجابي

إن من أهم سمات الشخص الذي يتمتع بالتفكير الإيجابي أنه: - يستفيد من الماضي ويعتبر الحاضر ويتفاءل للمستقبل. ويمتلك أساليب مبتكرة وجديدة تناسب التطور الحاصل، فهو بذلك يُعتبر من الأفراد المبدعين الذين يعطون أفضل الحلول الناجعة لحل المشكلات المحيطة.⁴⁵

⁴³ سورة هود: 105.

⁴⁴ السعدي، عبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله السعدي (المتوفى: 1376هـ) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تح: عبد الرحمن بن معلا اللويحي، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1420، هـ - 2000 م، عدد الأجزاء: 1. ص 389.

⁴⁵ غانم، زاد بركات، التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة، دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، الصفحات: 85 - 138، 2005 م. ص 9 - 10.

- المرونة الفكرية بحيث يقبل الحق ويسعى من خلال النقاش إلى الوصول لكل جديد ومفيد،
فيدور مع الحق حيثما دار.

- يتسم بآداب الحوار ويختار أفضل الكلمات المعبرة من غير قبح ولا تجريح بالآخرين، وتكون
حواراته مثمرة وانتقاداته بناءة.

- لديه مهارة في معالجة ضغوط الحياة والتعايش مع الآخرين والتفاعل بإيجابية.⁴⁶

- يشغل بحوارات داخلية تساعد على توجيه المشاعر والاتجاهات، ودائماً ما يكون مضمونها
إيجابياً ودافعياً نحو المحاولة والنجاح.⁴⁷

- يستعمل كلمات إيجابية للتعبير عن الأفكار والأحاسيس، وينظر للأشياء بإيجابية، فيركز على
النجاحات، ولا يتشائم بالإخفاقات، وبذلك يستطيع تخطي العقبات.

سادساً: العوامل المؤثرة في التفكير الإيجابي

تتوارد الأفكار السلبية على أذهان الناس، فإن سمحوا لها واسترسلوا معها وركزوا عليها تحولت إلى
مشاعر وأحاسيس، وتكون بعد ذلك كفيلة لتدمير تفكيرهم وسلوكهم.

ومع أن الفكر قد يكون بسيطاً ولا يأخذ كثيراً من الوقت إلا أن له برمجة راسخة مكتسبة من
عدة مصادر جعلت منه قوة راسخة ومرجعا للعقل يستخدمه الإنسان داخليا وخارجيا.⁴⁸

⁴⁶ إبراهيم، عبد الستار، عين العقل (دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية) سلسلة الممارس النفسي (1) مكتبة
الأنجلو المصرية، ط: 1، 2008م. ص 12.

⁴⁷ العنزي، يوسف محيلان سلطان، أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ
الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الأساسية، جامعة الكويت، ط: بلا، 2007م. ص 7.

⁴⁸ الفقي، قوة التفكير، ص 22.

هذه البرمجة إن كانت سلبية فهي بمثابة فرامل اليد الخلفية، التي تعيق العجلات عن الحركة، فلا يستطيع الإنسان التقدم والإنجاز حال شعوره بهذه الحالة، وإذا صادف أي عقبة أو تلة مرتفعة فلن يستطيع أن يتجاوزها.

فلا بد أن تكون البرمجة للتفكير إيجابية، ومن المهم أن نعرف أن: "أول سبع سنوات من حياتنا تكونت لدينا خلالها أكثر من 90% من قيمنا الراسخة التي اكتسبناها من الوالدين والمحيط العائلي، ثم بعد ذلك المحيط الاجتماعي والمدرسة، والأصدقاء... فلو كانت برمجتنا في هذه السنوات السبع الأولى سلبية فهي تؤثر بشدة على حياتنا في كافة النواحي".⁴⁹

وسنعرض أهم هذه المصادر والمؤثرات التي لها دور كبير في عملية بناء التفكير:

المؤثر الأول: الوالدان والمحيط العائلي

يتأثر الطفل بعد ولادته بمن يحيط به ويرعاه جسدياً ونفسياً وهما الوالدان، ولا يوجد هناك من المؤسسات والهيئات التي تستطيع أن تؤدي الدور كما يؤديه الوالدان وخاصة في مرحلة الطفولة، فهو يستقي منهما العقيدة والسلوك والقيم والأخلاق والعاطفة والحنان، فهما البرمجة الأولية في حياة الإنسان، وهذا ما أشار إليه نبينا (ص.س) عندما قال: "مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ، أَوْ يُمَجِّسَانِهِ، كَمَا تُنْتَجِجُ الْبَهِيمَةُ بِهَيْمَةٍ جَمْعَاءَ، هَلْ تُحْسِنُونَ فِيهَا مِنْ جَدْعَاءَ"، ثُمَّ يَقُولُ أَبُو هُرَيْرَةَ (ر.ض): «فَطَرَتِ اللَّهُ أَلَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا».⁵⁰

⁴⁹ المرجع السابق، ص 73-74.

⁵⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 23 كتاب الجنائز، باب إِذَا أَسْلَمَ الصَّبِيُّ فَمَاتَ...، 2/94/1358.

مسلم، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (المتوفى: 261هـ) المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله ﷺ، ت: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 1، 1412هـ-1991م. 46 كتاب القدر، باب مَعْنَى كُلِّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، 4/2047/2658.

ولأسلوب التربية دور مهم في بناء التفكير الإيجابي لدى الطفل، ومن أهم التوصيات للوالدين في

ذلك:

الابتعاد عن أسلوب الشدة في إلقاء الأوامر، والذي يُعوّد الطفل على الطاعة العمياء، بل لا بد من بناء شخصية الطفل، بتحميله المسؤولية والاستقلالية في التفكير، وذلك عن طريق النقاش والحوار البناء الذي يبيث في نفس الطفل الشعور بالأمن والطمأنينة مما يؤدي لبناء البنية الأولى للتفكير الإيجابي لدى الطفل.

الابتعاد عن أسلوب التوبيخ والسخرية والمقارنة بين الأقران، والعقاب البدني والمعنوي قدر الإمكان.

ويتعلم الأطفال التفاوض أو التشاؤم من خلال علاقاتهم بوالديهما، فالأم المتفائلة تُعلّم أولادها التفاوض من خلال نمط التنشئة المفعمّة بالحب والتواصل والرعاية والتشجيع، هذا النمط يُثمر الطمأنينة والصحة النفسيّة التي يحتاجها الطفل لبناء تفكيره الإيجابي.⁵¹

ولما كانت الأم هي المدرسة الأولى للطفل أوصى النبي (ص.س) بحسن اختيارها فقال: "نُنكحُ

المرأة لأربع: لِمَالِهَا وَلِحَسَبِهَا وَجَمَالِهَا وَلِدِينِهَا، فَأَظْفَرُ بِذَاتِ الدِّينِ، تَرَبَّتْ يَدَاكَ".⁵²

ومعنى جمعاء: أيّ سَلِيمَةٍ مِنَ الْغُيُوبِ، مُجْتَمِعَةُ الْأَعْضَاءِ كَامِلَتِهَا فَلَا جَدْعَ بَيْنَها، ابن الأثير، مجد الدين أبو السعادات المبارك بن مُحمَّد بن مُحمَّد بن مُحمَّد ابن عبد الكريم الشيباني الجزري ابن الأثير (المتوفى: 606هـ) *النهاية في غريب الحديث والأثر*، تح: طاهر أحمد الزاوي - محمود مُحمَّد الطناحي، المكتبة العلمية، بيروت، ط: بلا ، 1399هـ - 1979م، عدد الأجزاء: 5. 296/1.

⁵¹ حجازي، *إطلاق طاقات الحياة*، ص 117.

⁵² البخاري، *الجامع الصحيح*، 67 كتاب النكاح، باب الأُكْفَاءِ فِي الدِّينِ، 7/7 ح 5090.

مسلم، *المسند الصحيح*، 17 كتاب الرضاع، باب اسْتِخْبَابِ نِكَاحِ ذَاتِ الدِّينِ، 2/1086 ح 1466.

فذاًت الدين هي ذاًت الأخلاق والقيم والمبادئ والسلوك، وذلك نِتاج التّفكير الإيجابي، وكذلك المحيط الأسري والقرباة من طرفي الوالدين، لهما أثر في بناء التّفكير لدى الطفل لذلك قال النبي (ص.س):

"تُخَيِّرُوا لِنُطْفِكُمْ، فَانْكِحُوا الْأَكْفَاءَ، وَأَنْكِحُوا إِلَيْهِمْ".⁵³

فالإخوة والأخوات، والجد والجدّة، والأعمام والأخوال، والعمات والخالات، وأولادهم... يتلقى الطفل المعلومات منهم جميعاً ويبرمج عليها تفكيره.

المؤثر الثاني: المحيط الاجتماعي

بما أن العائلة والأقرباء يمثلون البيئة الأقرب والأصغر، فإن المجتمع هو البيئة الأبعد والأكبر، ولطالما كان الإنسان اجتماعياً بطبعه فإنه لا بدّ له من الاختلاط بالمجتمع الذي يعيش فيه، ولاشك أنه سيتأثر بهذا المجتمع لا محالة، لذلك عندما أراد ذلك الرجل الذي قتل مئة نفس أن يتوب أرشده العالم أن يغير المجتمع الذي يعيش فيه كما جاء في الحديث الصحيح، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، أَنَّ نَبِيَّ اللَّهِ (ص.س) قَالَ:

"كَانَ فَيَمَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ رَجُلٌ قَتَلَ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ نَفْسًا، فَسَأَلَ عَنْ أَعْلَمِ أَهْلِ الْأَرْضِ فَدُلَّ عَلَى رَاهِبٍ، فَأَتَاهُ فَقَالَ: إِنَّهُ قَتَلَ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ نَفْسًا، فَهَلْ لَهُ مِنْ تَوْبَةٍ؟ فَقَالَ: لَا، فَقَتَلَهُ، فَكَمَّلَ بِهِ مِائَةً، ثُمَّ سَأَلَ عَنْ أَعْلَمِ أَهْلِ الْأَرْضِ فَدُلَّ عَلَى رَجُلٍ عَالِمٍ، فَقَالَ: إِنَّهُ قَتَلَ مِائَةَ نَفْسٍ، فَهَلْ لَهُ مِنْ تَوْبَةٍ؟ فَقَالَ: نَعَمْ، وَمَنْ يَحُولُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ التَّوْبَةِ؟ انْطَلِقْ إِلَى أَرْضٍ كَذَا وَكَذَا، فَإِنَّ بِهَا أَنْاسًا يَعْبُدُونَ اللَّهَ فَأَعْبُدِ اللَّهَ مَعَهُمْ، وَلَا تَرْجِعْ إِلَى أَرْضِكَ، فَإِنَّهَا أَرْضُ سُوءٍ... الحديث".⁵⁴

⁵³ الحاكم، أبو عبد الله الحاكم محمد بن عبد الله بن محمد بن حمدويه بن نعيم بن الحكم الضبي الطهماني النيسابوري المعروف بابن البيع (المتوفى: 405هـ) *المستدرک علی الصحيحین*، تح: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1411هـ - 1990م، عدد الأجزاء: 4. 2687/176/2ح.

⁵⁴ مسلم، *المسند الصحيح*، 49 كتاب التوبة، باب قبول توبة القتال وإن كثر قتله، 2766/2118/4ح.

ويشير الفقي إلى أثر المحيط الاجتماعي في بناء التفكير: فإن العقل يربط بين المعلومات التي يتلقاها من الخارج ويضيفها إلى البرمجة المخزنة لديه في العقل اللاواعي.⁵⁵

المؤثر الثالث: المدرسة

يقضي الطفل سنوات طوال في المدرسة حتى يصبح شاباً لينتقل إلى الجامعة، وخلال حياته العلمية يتلقى كمّاً هائلاً من المعلومات والأفكار عن طريق أساتذته. ولقد تطور العالم اليوم كثيراً في كافة مجالات الحياة بفضل ما توصل إليه العلم من تقنيات وأساليب كُرست جميعها لخدمة الإنسان، والفضل في كل ذلك يعود إلى التعليم وأساليبه المتبعة في إعداد النشء وتربيته التربية الصحيحة وبناءه الفكري والجسدي، ليكون إنساناً ناجحاً يفيد نفسه ومجتمعه.

وتُعد المدرسة من أهم المؤسسات الاجتماعية التي تؤدي دورها في حياة التلاميذ، فالبينة المدرسية أكثر اتساعاً من البيئة المنزلية وأكثر خضوعاً لتطورات المجتمع الخارجي، وأسرع تأثراً واستجابة لهذه التطورات.

والمدرسة بمختلف مستوياتها تهتم بتطوير شخصيات التلاميذ من جميع النواحي بما يجعلهم قادرين على التوافق والاندماج الإيجابي في المجتمع، كما أن لها دوراً في تحديد ميولات التلامذة العلمية والمهنية، وهناك إجماع بين التربويين على أن المعلم هو أحد العوامل الرئيسة المؤثرة في سلوك وشخصية التلاميذ إن لم يكن أهمها جميعاً.

⁵⁵ الفقي، قوة التفكير، ص 23.

إن المعلم يشكّل أهم عنصر في المدرسة ولشخصيته تأثير كبير في بناء شخصية تلميذه وسلوكه، وذلك لوجوده معهم وقتاً غير قصير، وتفاعله المستمر معهم وأسلوبه في تلقينهم المعلومات، فالمنهاج واحد ولكن أساليب المدرسين مختلفة.

فالمعلم الذي يتمتع بخصائص شخصية مرغوبة يكون أكثر قدرة على إحداث تغييرات في سلوكهم كما يكون أكثر قدرة على إثارة ميولهم واهتمامهم وتوجيههم الوجهة الصحيحة المرغوبة. وتُتيح العلاقات الإيجابية التي تقوم بين المعلم وتلاميذه الفرصة في أن يتعلموا كيف يفكّرون ويوجّهون أنفسهم اقتداءً بمعلميهم، إذ إن الخصائص المفضلة التي يتمتع بها المعلم بما فيها اتزانهِ وشعوره بالمسؤولية تنير الدرب أمام الأجيال وتُعِدُّهم الإعداد الصحيح للمستقبل، وتجعلهم يقتدون به، فهم في هذه المرحلة العمرية يجتازون فترة انتقالية ويؤكدون فيها ذواتهم ويسعون إلى تقليد النماذج السلوكية للكبار الذين يتأثرون بهم. فالشخصية الإيجابية التربوية المتزنة والمحترمة للمعلم، التي تعتمد على فهم شخصية المتعلم وتأمل ميوله تبقى راسخة في الذاكرة.

المؤثر الرابع: الأصدقاء

الإنسان يتأثر بجليسه، وتأثره بصديقه أشد لطول المجالسة والصحبة، فإذا كان الجليس سلبياً سرت هذه الحالة إلى من يجالسه، فيسود المجلس جوٌّ من السلبية القائمة في الحديث، لأن لغة الإنسان تعبر عما يجول في فكره، فيكون الشخص متدمراً وكثير التأفف والشكوى، يشحن الجو بالنكد والضيق والكآبة، ويكون الهدف من الشكوى هو التنفيس عن الضغوط الداخلية، أو طلباً من الآخرين لإيجاد حل لمشكلة ما، وهذا ما يؤكد أن الفرد غير قادر على حل المشكلة بنفسه، أو يريد الهروب من الواقع، أو يحاول أن يعيش دور الضحية ليحصل على الشفقة والعطف من الآخرين. فمثل هؤلاء الأشخاص يحاول الأصدقاء الابتعاد عنهم والبحث عمّن يث في نفوس أصحابه التّفاؤل والسعادة.

فالأصدقاء يؤثر بعضهم بعض، ويتناقلون الأفكار والعادات السلبية كما يتناقلون العادات الإيجابية، فكثير من الطلاب تتغير سلوكياتهم بسبب الصحبة، فيعتادون التدخين وشرب الخمر والمخدرات والهروب من المدرسة... وأخطر مرحلة للتأثر بالأصدقاء هي ما بين الثامنة إلى الخامسة عشر من العمر، وهي الفترة التي يطلق عليها العلماء فترة الاقتداء بالآخرين.

"فالصحبة السلبية تسبب التركيز على السلبيات، وتجعل العقل يفتح كل الملفات من نفس النوع مما يسبب نتائج أيضاً من نفس النوع... والتفكير السلبي يجعل لغة الشخص سلبية فتجده دائماً الشكوى، وذلك لا يشجع الإيجابيين على التعامل معه لأن الشخص الإيجابي يفكر في الحل والتقدم والنمو، بينما الشخص السلبي يركز على المشكلة ويبعد عن أهدافه فيجذب إليه الناس من نفس نوعه".⁵⁶

والذي يفكر بهذه الطريقة السلبية يرتاح لمن يؤيده ويدعم رأيه، فتكون أفكارهم من نفس نوع أفكاره، وبالتالي فإن صاحب التفكير السلبي يبحث عن المحيط والصحبة السلبية، مما يقوي ويعزز هذا المرض، فيزداد شدة وضراوة، كما تزداد بعد ذلك المتاعب والتحديات.

وقد وردت أحاديث عن النبي (ص.س) ينه فيها إلى تأثير الصحبة، ويوصي بانتقاء الأصدقاء والجلساء.

منها حديث أبي هريرة، قال: قال رسول الله (ص.س): "الرجل على دين خليله، فلينظر أحدكم من يخالل".⁵⁷

⁵⁶ الفقي، قوة التفكير، ص 194.

⁵⁷ أبو داود، سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (المتوفى: 275هـ) سنن أبي داود، تح: محمد محيي الدين عبد الحميد، المكتبة العصرية، صيدا - ط: بلا، بيروت، عدد الأجزاء: 4. 40 كتاب الأدب، باب من يؤمر أن يجالس، 4/259/4833. الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، 4/589/2378، وقال: حديث حسن غريب.

أي على عادة صاحبه وطريقته وسيرته، فليتأمل وليتدبر من يُصاحب، فمن رضي دينه وحُلقه اتخذه صاحباً وخليلاً، ومن لم يكن كذلك تجنّبهُ، فإن الطباع سراقاة والصحبة مؤثرة في إصلاح الحال وإفساده.⁵⁸

المؤثر الخامس: وسائل الإعلام

لقد بات الارتباط وثيقاً في هذا الزمان بين الإنسان ووسائل الإعلام المختلفة، وخاصة بعد انتشار الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي المختلفة، ولا شك أن لهذه الوسائل فوائد إيجابية لمن أحسن استخدامها، ولكننا نتكلم عن الجانب السّلي الذي ينعكس على المستخدم فيؤثر في توجيه تفكيره وسلوكه.

إن الخطاب الإعلامي له دور مهم في إبراز وترسيخ الكثير من المفاهيم في المجتمع، والذي نلاحظه في كثير من الأحيان أن الإعلام بشكل عام يتم استغلاله بشكل ضعيف في خدمة الفرد والمجتمع والترويج للإيجابية والتفاؤل، بل نجد السّلبية تغطي على الإيجابية في هذا التوظيف والاستغلال، مما نتج عن ذلك آثار سلبية نلاحظ مظاهرها بشكل واضح في فكر شباب اليوم؛ والذي يتسم بالتشاؤمية والأناية وضعف الوازع الديني والأخلاقي... وللأسف فالخطاب الإعلامي في غالبية سيئ في التعامل مع مجريات الأحداث، فالصحافة اليومية مُشبعة بأخبار الجريمة والاحتياال والنصب والإثارة، من أجل رفع نسب المشاهدات أو من أجل زيادة حجم المبيعات التجارية.

والحديث أخرجه أحمد في مسنده، قال: حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحْمَنِ، وَمُؤَمَّلٌ، قَالَ: حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ مُحَمَّدٍ - قَالَ مُؤَمَّلٌ: الْحَرَّاسِيُّ - حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ وَزْدَانَ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ، فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يَخَالِطُ" وَقَالَ مُؤَمَّلٌ: "مَنْ يَخَالِطُ" قَالَ المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده جيد، موسى بن وردان صدوق، وباقي رجاله ثقات رجال الشيخين غير مؤمّل بن إسماعيل، وهو سيء الحفظ، لكنه مُتَابِعٌ بعبد الرحمن بن مهدي. 13/398/ح8028.

⁵⁸ المباركفوري، أبو العلا مُجَدِّدُ عبد الرحمن بن عبد الرحيم المباركفوري (المتوفى: 1353هـ) *تحفة الأحمدي بشرح جامع الترمذي*، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: بلا، 141هـ، 1990م، عدد الأجزاء: 10. 42/7.

يقول غانم: إن حجم الإقبال على وسائل الإعلام المتطورة بأشكالها المختلفة يتضاعف تقريباً كل عام وكل شهر بشكل سريع، وأثبتت الدراسات أن لهذه الوسائل تأثيراً مباشراً وملحوظاً على تفكير الإنسان وسلوكه، وكذلك التأثير على توافقه الاجتماعي، لأن سهولة الوصول إلى المعلومة عن طريق الإنترنت تؤدي إلى ركون الأفراد إلى هذه التقنيات دون استعمال التفكير، ولا نعي محاربة هذه التقنيات ومقاطعتها، إنما يجب استعمالها بالقدر الذي يؤدي الهدف، وأن يعتمد الفرد على سماته في التفكير، أي المرونة الإيجابية للتفكير.⁵⁹

وكثيراً ما يُقلد الأطفال والشباب من تُروّج له وسائل الإعلام من المطربين والمطربات، والممثلين والممثلات، وإذا رأى الطفل أن المطرب أو الممثل يتصرف بطريقة معينة فإنه سيقوم بتقليده حتى لو كان هذا السلوك سلوكاً سلبياً.⁶⁰

إن الوسائط الإعلامية بمختلف أشكالها تؤدي دوراً مهماً في ترسيخ الكثير من الأفكار والمفاهيم والتصورات لدى الأفراد، وتُهيئهم لتقبل اتجاهات جديدة أو تُفهم منها، وتُولد لديهم الحماسة والرغبة للتوجه لتلك الاتجاهات، وبمرور الوقت يتحقق الكثير من الأهداف المرسومة التي تتبع نسقاً معيناً من الأفكار والتوجهات، وبالتالي فمن السذاجة القول بعشوائية الخطاب الإعلامي وخصوصاً في الدول المتقدمة التي تهدف من خلال وسائطها الإعلامية إلى عملية برمجة لشخصية الأفراد والدفع بهم نحو اتجاهات فكرية معينة، سواء سياسياً أو اقتصادياً أو دينياً، أو تربوياً...

يقول الفقي: وقد أكد معهد الأبحاث النفسي والفسولوجي في نيوزيلندا أن أكثر من 60% من حالات الاكتئاب يرجع السبب فيها إلى وسائل الإعلام التي تركز على السلبيات والصعوبات والتركيز

⁵⁹ غانم، التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة، ص 15.

⁶⁰ الفقي، قوة التحكم بالذات، ص 24.

على الأخبار السَّلبية والأغاني الخليعة التي لا تمتُّ إلى قيمنا بأية صلة، وهي منتشرة وتزداد انتشاراً في علمنا وتؤثر في أخلاقيات شبابنا بعمق، وهذا المؤثر الخطير يضيفه الناس إلى برمجتهم فتصبح أقوى وأعمق من ذي قبل.⁶¹

فلا يخفى علينا أثر وسائل الإعلام في بث ونشر الإشاعات السَّلبية، وفي كثير من الأحيان تكون ملقَّقة. والإشاعة من الظواهر الفتَّاكة الخطيرة، والكوارث الاجتماعية التي تنخر في المجتمعات البشرية، وتزلزل سكينه النفوس، لاسيَّما في هذا الزمان الذي تطورت فيه وسائل النشر ووسائط التواصل، فبعد أن كان صنَّاع الإشاعة أفراداً ومجاميع محدودة، أصبحت الإشاعات اليوم تصدر عبر مؤسسات إخبارية، ومنابر إعلامية، وربما مراكز للدراسات البحثية، فتمكَّنت الإشاعة أن تبلغ الآفاق في لمح البصر أو أقرب، عابرة كل الحدود دون أن تقف أمامها الحواجز، ومع جهل الناس بمضامين الإشاعات وأغراضها وأساليبها يقع المجتمع أحيانا في شباك المفترين، والخدَّاع الأفَّاكين، فتتولَّد أفكار ومفاهيم وقناعات منشؤها الإشاعات الكاذبة، خاصة عندما تصدر على شكل مُسلَّمات علمية، وأخبار سياسية، وفي باطنها خطة لزرع قناعات كاذبة لتوجيه تفكير القارئ أو السامعين نحو الوجهة التي يريد أصحاب تلك الإشاعات.

ولم تكن السُّنة النَّبَوِّية بمنأى عن معالجة قضية خطيرة كهذه، فقد جاء الوعيد الشديد في السُّنة النَّبَوِّية في حق الكذب عموماً، وفي حق بث الإشاعات ونقلها على وجه الخصوص؛ لما تتضمنه من آثار سلبية على الفرد والمجتمع، ففي صحيح البخاري عن عَنْ سُمُرَةَ بْنِ جُنْدُبٍ (ر.ض) قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ

⁶¹ الفقي، قوة التفكير، ص 24.

(ص.س): "رَأَيْتُ اللَّيْلَةَ رَجُلَيْنِ أَتْيَانِي، قَالَ: الَّذِي رَأَيْتَهُ يُشَقُّ شِدْقُهُ فَكَذَّابٌ، يَكْذِبُ بِالْكَذْبَةِ تُحْمَلُ عَنْهُ حَتَّى تَبْلُغَ الْآفَاقَ، فَيُصْنَعُ بِهِ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ"⁶²

فهذا اللون من العقوبة التي تلازم هذا الصنف من الناس مدة حياة البرزخ دليل على عظم الجرم الذي اقترفوه.

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِمِثْلِ مَا بِكُمْ فَعَلْتُمْ نَذِيرٌ ۚ﴾⁶³

وجعل النبي (ص.س) الناقل للأخبار أحد الكذبة المفترين؛ لأن من تعود التحديث بكل خبر يسمعه لن يسلم من نقل أخبار كاذبة، وفي صحيح مسلم عن أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "كَفَى بِالْمَرْءِ كَذِبًا أَنْ يُحَدِّثَ بِكُلِّ مَا سَمِعَ".⁶⁴

ومعنى الحديث الزجر عن التحديث بكل ما يسمع الإنسان، فإنه يسمع في العادة الصدق والكذب، والكذب هو الإخبار عن الشيء بخلاف ما هو عليه، فإذا حَدَّثَ بكل ما سمع فقد كذب لإخباره بما لم يكن، ولا يُشترط فيه التعمد لكنَّ التعمد شرط في كونه إثماً.⁶⁵

ولما كان للإشاعة أثر كبير في بناء الأفكار السَّلبية الكاذبة وتوجيه السُّلوك بناءً على الخطأ المرسومة فقد بيَّن لنا النبي (ص.س) أساليب التعامل مع هذه الإشاعات، ومن هذه الأساليب الحوار الهادئ لاستيضاح الأمر وبيان، كقوله (ص.س): "ما حديثٌ بلغني عنكم؟" قالها لبعض الأنصار حين

⁶² البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب: مَا يُنْهَى عَنِ الْكَذِبِ، 8/25/ج. 6096.

⁶³ سورة الحجرات: 6.

⁶⁴ مسلم، المسند الصحيح، مقدمة مسلم، بَابُ التَّنْهِی عَنِ الْحَدِيثِ بِكُلِّ مَا سَمِعَ، 10/1.

⁶⁵ النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ) المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 2، 1392هـ، عدد الأجزاء: 18 (في 9 مجلدات). 75/1.

اعترضوا على قسمة الغنائم يوم حنين، قَالَ أَنَسٌ: فَحَدَّثَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) بِمَقَالَتِهِمْ، فَأَرْسَلَ إِلَى الْأَنْصَارِ فَجَمَعَهُمْ فِي قُبَّةٍ مِنْ أَدَمٍ، وَلَمْ يَدْعُ مَعَهُمْ غَيْرَهُمْ، فَلَمَّا اجْتَمَعُوا قَامَ النَّبِيُّ (ص.س) فَقَالَ: "مَا حَدِيثٌ بَلَغَنِي عَنْكُمْ"، فَقَالَ قُفَّهَاءُ الْأَنْصَارِ: أَمَّا زُوسَاؤُنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ فَلَمْ يَقُولُوا شَيْئًا، وَأَمَّا نَاسٌ مِنْنا حَدِيثُهُ أَسنَانُهُمْ فَقَالُوا: يَعْفِرُ اللَّهُ لِرَسُولِ اللَّهِ (ص.س) يُعْطِي فُرَيْشًا وَيَتْرُكُنَا، وَسَيُوفُنَا تَقَطُّرٌ مِنْ دِمَائِهِمْ...⁶⁶ ثم إن النبي (ص.س) حاورهم بحوار لأمس قلوبهم، ومما قاله لهم: "أَمَا تَرْضَوْنَ أَنْ يَذْهَبَ النَّاسُ بِالْأَمْوَالِ، وَتَذْهَبُونَ بِالنَّبِيِّ (ص.س) إِلَى رِحَالِكُمْ" فلم يقوموا من مجلسهم إلا وهم يقولون: يَا رَسُولَ اللَّهِ قَدْ رَضِينَا.

وكانت النتيجة أن تنقلب الإشاعة التي أورثت حالة سلبية عند بعض الأنصار إلى حالة إيجابية مليئة بالحب والرضى.

ومن الأساليب النبوية في معالجة الإشاعات: النهي عن تناقلها بين الناس بعضهم عن بعض حتى ولو كانت في بعض الأحيان فيها جانب من الصدق، فليس كل خبر صادق يصح نقله، ففي سنن أبي داود عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا يُبَلِّغُنِي أَحَدٌ مِنْ أَصْحَابِي عَنْ أَحَدٍ شَيْئًا، فَإِنِّي أَحِبُّ أَنْ أَخْرُجَ إِلَيْكُمْ وَأَنَا سَلِيمُ الصَّدْرِ".⁶⁷ أَيُّ مِنْ مَسَاوِيكُمْ.⁶⁸

⁶⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 64 كتاب المغازي، بَابُ غَزْوَةِ الطَّائِفِ، 5/158/ح4331.

⁶⁷ أحمد، المسند، 6/301/ح3759.

أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، بَابُ فِي رَفْعِ الْحَدِيثِ مِنَ الْمَجْلِسِ، 4/265/ح4860.

الترمذي، سنن الترمذي، 46 أبواب المناقب، بَابُ فِي فَضْلِ أَزْوَاجِ النَّبِيِّ (ص.س) 5/710/ح3896.

وفي سند الحديث زيد بن زائدة، تفرد بالرواية عنه الوليد بن أبي هشام، وذكره البخاري في "التاريخ الكبير" 3/394، وابن أبي حاتم في "المرجح والتعديل" 3/564، ولم يذكر فيه جرحاً ولا تعديلاً، وذكره ابن حبان في "الثقات" 4/248، ونقل الحافظ في "تهذيب التهذيب" 413/3، عن الأزدي قوله: لا يصح حديثه. فالحديث ضعيف.

⁶⁸ العظيم آبادي، مُجَدِّدُ أَشْرَفِ بَنِ أَمِيرِ بَنِ عَلِيٍّ بَنِ حَيْدَرَ، أَبُو عَبْدِ الرَّحْمَنِ، شَرَفُ الْحَقِّ، الصَّدِيقِيُّ، الْعَظِيمُ آبَادِي (المتوفى: 1329هـ) عون المعبود شرح سنن أبي داود، ومعه حاشية ابن القيم: تهذيب سنن أبي داود وإيضاح علله ومشكلاته، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 2، 1415 هـ، عدد الأجزاء: 14. 13/141.

وقد وجَّهنا النبي (ص.س) للدفاع عمَّن أثَّرت حوله الإشاعات، والاعتذار له بما يعلم عنه؛ وذلك لتصحيح الأفكار تجاهه، كما في البخاري عن أبي هُرَيْرَةَ (ر.ض) قَالَ: أَمَرَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) بِالصَّدَقَةِ، فَقِيلَ مَنَعَ ابْنُ جَمِيلٍ، وَخَالِدُ بْنُ الْوَلِيدِ، وَعَبَّاسُ بْنُ عَبْدِ الْمُطَّلِبِ فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "مَا يَنْفَعُ ابْنُ جَمِيلٍ إِلَّا أَنَّهُ كَانَ فَقِيرًا، فَأَعْنَاهُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ، وَأَمَّا خَالِدٌ: فَإِنَّكُمْ تَظْلِمُونَ خَالِدًا، قَدْ اخْتَبَسَ أَدْرَاعَهُ وَأَعْتَدَهُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَأَمَّا الْعَبَّاسُ بْنُ عَبْدِ الْمُطَّلِبِ، فَعَمَّ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) فَهِيَ عَلَيْهِ صَدَقَةٌ وَمِثْلُهَا مَعَهَا " ⁶⁹.

وبين الإمام النووي معنى الحديث، بأنهم طلبوا من خالد زكاة أعتاده -والأعتاد آلات الحرب من السلاح والدواب وغيرها- ظناً منهم أنها للتجارة وأن الزكاة قد وجبت فيها، فقال لهم لا زكاة لكم علي، فقالوا للنبي (ص.س) إن خالدًا منع الزكاة، فقال لهم إنكم تظلمونه؛ لأنه حبسها ووقفها في سبيل الله قبل أن يحول عليها الحول، ويحتمل أن يكون المراد لو وجبت عليه زكاة لأعطائها ولم يشحَّ بها؛ لأنه قد وقف أمواله متبرِّعاً لله تعالى فكيف يشحُّ بواجب عليه، وقال بعضهم هذه الصدقة التي منعها ابن جميل وخالد والعباس لم تكن زكاة إنما كانت صدقة تطوع. ⁷⁰ فقد كان (ص.س) يدافع عن أصحابه في حال غيبتهم ويرد عنهم الإشاعات.

ومن الحكمة النبوية في التعامل مع الإشاعات التوازن والتماسك تجاهها وعدم التسرع باتخاذ أي إجراء فور وصول الشائعة، ومثال ذلك إشاعة حادثة الإفك، فقد كانت من أخطر الإشاعات التي دبرها المنافقون، لأنها كانت تستهدف الطعن في عرضه وحاشاه من ذلك (ص.س) وطال أمد الابتلاء بآثار هذه الفرية، حتى التبست على بعض الصحابة فخاضوا فيها بتحريض من بعض المنافقين.

⁶⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 24 كتاب الزكاة، بَابُ قَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى: {وَفِي الرِّقَابِ وَالْغَارِمِينَ وَفِي سَبِيلِ اللَّهِ}، 2/122/ح1468.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، بَابُ فِي تَقْدِيمِ الزَّكَاةِ وَمَنْعِهَا، 2/676/ح983.

⁷⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 7/56-57.

ومن أخطر ما يواجه الإنسان في هذه المواقف الحرجة عدم قدرته على ضبط مشاعره وتصرفاته، ولكن النبي (ص.س) عالج كل ذلك بالهدوء والحكمة، حتى نزلت آيات في تبرئة أم المؤمنين عائشة (ر.ض).

ومن حكمته (ص.س) وأسلوبه أمام تلفيق الإشاعات السلبية المغرضة أنه كان يغلق الباب أمام أسبابها ليقطع الطريق على كل من أراد إثارة الفتن والفساد، فقد كان (ص.س) يترك بعض الأعمال قطعاً لالسُّنة الإشاعات، وسداً لباب الخائضين بالباطل، فقد ترك قتل بعض المنافقين، مع اقترافهم ما يستوجب الخلاص منهم، من النكاية بالمسلمين، والخيانة لله وسوله، ولكن لظالمات كان ظاهرهم أمام عامة الناس أنهم مسلمون فإنه (ص.س) إن أذن بقتلهم فسيظنُّ الناس أنه يقتل من هو معصوم الدم، وربما تصدُّهم هذه الشائعة عن الدخول في الإسلام، لذلك لما استأذن عمر رسول الله (ص.س) ليقتل زعيم المنافقين الذي قال: **وَاللَّهِ لَئِنْ رَجَعْنَا إِلَى الْمَدِينَةِ لَيُخْرِجَنَّ الْأَعَزُّ مِنْهَا الْأَذَلَّ**. قَالَ عُمَرُ: **دَعْنِي أَضْرِبُ عُقُقَ هَذَا الْمُنَافِقِ**، فَقَالَ (ص.س): **"دَعُهُ، لَا يَتَحَدَّثُ النَّاسُ أَنَّ مُحَمَّدًا يَقْتُلُ أَصْحَابَهُ"**.⁷¹

قال النووي: "وإنما تركه النبي (ص.س) لأنه كان في أول الإسلام يتألف الناس ويدفع بالتي هي أحسن ويصبر على أذى المنافقين ومن في قلبه مرض، ويقول يسِّروا ولا تعسِّروا وبشِّروا ولا تنفِّروا. ويقول لا يتحدث الناس أن محمداً يقتل أصحابه".⁷²

⁷¹ مسلم، *المسند الصحيح*، 45 كتاب البر والصلة والآداب، باب نصر الأخ ظالماً أو مظلوماً، 4/1998/ح/2584.

⁷² النووي، *المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج*، 108/15.

سابعاً: النظريات التي تناولت التفكير الإيجابي

1- نظرية سيليجمان (Seligman)⁷³

يرى صاحب هذه النظرية أن التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان للتفكير، وهما اللذان يفسران الوقائع والأحداث، وطريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من النجاح أو الفشل، بل تتوقف على الفكرة التي نكوّنُها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا وإمكاناتنا ومكانتنا في الحياة، ومن الممكن أن نتعلم التفاؤل والتشاؤم بناءً على خبراتنا ونمط تنشئتنا، كالرعاية والحب والتشجيع والتعزيز وإعطاء المكانة، أو الزجر والإهمال والخط من القدر، وبما أن هذا التفاؤل أو التشاؤم في التفكير متعلم، فإنه يمكن إعادة تعلّمه واستبداله من خلال أساليب تدريبية.⁷⁴

لذا فقد أشار سيليجمان إلى أن التفاؤل يعدّ بعداً أساسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية، فالتفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف واحد معين، فهو يرسم للناس الطريق لتحقيق أهدافهم.⁷⁵

وأشار سيليجمان إلى أن الأفراد يملكون الحرية والمقدرة الكاملة في اختيار طريقة تفكيرهم، وأن ذلك يؤدي إلى أن الفرد يكتشف جوانب القوة التي لديه ويستعمل أساليب موجّهة لإدارتها، وتجعله أكثر تحكماً في اتجاهات ومسارات تفكيره.⁷⁶

⁷³ مارتين إلياس بيت سيليجمان (بالإنجليزية: Martin Elias Pete Seligman) (وُلد في 12 أغسطس من عام 1942) وهو عالم نفس أمريكي. روج سيليجمان لنظرياته المتعلقة بعلم النفس الإيجابي والرفاه داخل المجتمع العلمي إلى حد كبير. صُنّف في المرتبة الحادية والثلاثين من بين أكثر علماء النفس استشهاداً في القرن العشرين.

انتُخب سيليجمان رئيساً لجمعية علم النفس الأمريكية في عام 1998. يُنظر موقع ويكيبيديا.

⁷⁴ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 120.

⁷⁵ قاسم، عبد المريد، أبعاد التفكير الإيجابي في مصر، دراسة عالمية، مجلة دراسات نفسية، مجلد 19 العدد 4، القاهرة، ص 691-723، 2009م. ص 716.

وقد قدم سيليجمان ثلاثيته الشهيرة ليُظهر موقف كل من المتفائل والمتشائم في تفسير الوقائع.

أولاً: الدَّيمومة:

حيث يكوّنُها الشخص معرفياً عن الأشياء والأحداث والوضعيات وعن نفسه وجميع الحن، فيقف المتشائم أمام أي محنة على أنّها ستدوم وأنه لا يمكن الخروج منها، وأنّها قدّر مفروض لا انفكاك منه، فالفشل هو قدر المتشائم. أما الشخص المتفائل فعلى العكس من ذلك، فهو يرى أن هذه العثرات هي أمر عابر وأنّها مؤقتة، وبالأمل والعمل يمكن الخروج منها.⁷⁷

ثانياً: التَّعميم:

فالشخص المتشائم يعمم المحنة التي يمر بها، ويرى أنّها تشمل جميع جوانب الحياة، فيطلق أحكاماً عامة وقطعية على العالم جميعاً، ويتوجه إلى جلد ذاته لأنه يعتبر نفسه هو المسؤول عما يجري. أما أسلوب التفسير لدى الشخص المتفائل فإنه ينظر إلى هذه الشدة على أنّها محدودة في حيز معين، وأن هناك وسائل معقولة ومتوفرة لإزالتها، فهي انتكاسة مؤقتة ومحدودة، لذلك فإن إمكانيات الانطلاق من جديد متاحة، ووسائلها متوفرة، كما أن الشخص الإيجابي يمتلك نظرة إيجابية نحو تقدير ذاته، ويثق بإمكانيتها وقدرتها، مما يوفّر لديه الطاقة لجولات جديدة.⁷⁸

⁷⁶ العنزي، أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، ص8.

⁷⁷ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص124.

⁷⁸ حجازي، مصطفى، الإنسان المهدور، المركز الثقافي العربي، بيروت لبنان، ط1، 2005م. ص336-337.

ثالثاً: الموقع:

فالمتشائم يركز اللوم على ذاته ويُعَتِّفُهَا ويَحْمِلُهَا المسؤولية والسبب لحصول الأزمة، أما المتفائل فيحمي ذاته ويُحْمِلُ المسؤولية لأسباب خارجية.

و في حال النجاح فالمتشائم يَرُدُّ النجاح إلى أسباب خارجية، بينما المتفائل يراها إلى قواه الذاتية وبأنه هو الذي صنع النجاح.⁷⁹

استراتيجيات التفكير الإيجابي لدى سيليجمان:

وضع سيليجمان وآخرون أربعة وعشرين عنصراً موزعة على ست فئات، هذه الفئات تشكل استراتيجيات التفكير الإيجابي في الشخصية وهي:

الحكمة والمعرفة والشجاعة والنزعة الإنسانية، والاعتدال المزاجي لدى الشخص والعدالة والسمو. وإذا وظَّف الإنسان هذه الصفات فإنها تحقق له السعادة.

كما أُكِّد أن تنمية الخصال الإيجابية للشخصية هي أمر ضروري للإنسان، فهي تُعد حصناً منيعاً يقي الإنسان من الضغوط السلبية ونوابجها، كما أن لهذه الخصال الإيجابية دوراً في استثارة السعادة الحقيقية في حياة الإنسان، تُوصِل الإنسان للهناء وتساعد على تحمُّل المصاعب كما تحرِّر الفرد من قسوة الماضي.

وقد لاحظ سيليجمان الترابط بين التَّفَاوُل وأسلوب التفسير الذي يُفسَّر به الأشخاص الأحداث، فالتفسيرات السلبية المتعلقة بأحداث الماضي تؤثر في توقعات الشخص للسيطرة على الأحداث في المستقبل، وبالتالي تؤثر في المشاعر والسلوك.⁸⁰

⁷⁹ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص125.

لقد طور سيليجمان أدوات عدة من أجل قياس التّفاؤل والتّشاؤم وتشخيصه، لكل من الناشئة والراشدين. وكذلك طوّر برامج تدريبية مهمة لتعديل التّفكير السّلي وتحويله إلى إيجابي، وقام بتطبيق هذه الأدوات عملياً في عدد كبير من المؤسسات التجارية والإدارية بغية نشر أجواء التّفاؤل بين قياداتها والعاملين فيها، وذلك بهدف زيادة الفاعلية والإنتاجية التي ثبت من خلال التجربة أن لها ارتباطاً وثيقاً بارتفاع مستوى التّفاؤل لدى الشخص.

لذلك فمن المهم في التدريب على التّفاؤل امتلاك المهارة في التعامل الفاعل مع الأمور بما يضمن استمرار النماء وتحقيق الأهداف هذا من جهة، أما من الجهة الثانية فهو توفير حالة من الارتياح النفسي الضروري لإطلاق الدّافعية الدّاتية.

وبهذا المعنى نعلم أن التّفاؤل المتعلم هو الذي يحل محل العجز المتعلم، ويدخل في صميم بناء التّفكير الإيجابي وتعزيز ممارسته.⁸¹

2- نظرية ألبرت إليس (Albert Ellis)⁸²

اعتمدت هذه النّظرية على مُقدّمة منطقية تقضي بأن جميع الناس يتحكمون في أقدارهم بما يحملونه من قيم ومعتقدات فيتصرفون بموجبها، وأنهم يصبحون مضطربين لأنهم حيوانات مفكرة يتصرفون من غير تمييز طبقاً لأفكار زائفة.⁸³

⁸⁰ البرزنجي، التّفاؤل والتّشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط، ص45.

⁸¹ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص128.

⁸² (ألبرت إليس) (Albert Ellis) ولد في 27 من سبتمبر 1913م - وتوفي في 24 من يوليو 2007م. هو (عالم نفس) أمريكي طوّر نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي. يُنظر موقع ويكيبيديا.

⁸³ فايد، حسين علي، دراسات في الصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، ط: 2001، م1، ص354.

ومن الجانب النفسي فقد تأثر إليس بأفكار (ألفرد ألبرت 1937) وكذلك بأفكار (هوري 1950) تأثيراً كبيراً فيما يتعلق بأفكار غير معقولة تقود إلى الحوار أو الحديث الانهزامي الداخلي، والذي يتكون من خلال العبارات السلبية الذاتية.⁸⁴

ويذهب إليس إلى أن هناك كثيراً من الناس يعانون من الاكتئاب واليأس والغيظ، والحق على الذات والدنيا والناس، أو يعانون من القلق ويهدرون حياتهم وإمكاناتهم من خلال الوقوع أسرى لمجموعة من الافتراضات الخاطئة التي تتحكم بتفكيرهم وتؤثر في سلوكهم ومواقفهم، فهم ضحايا أفكار سلبية معممة قد تتخذ طابعا متصلبا، أو تعميمات لا تقوم على أساس من الواقع مثل: إن الأمور كلها خير أو كلها شر، فإذا لم تكن كما نشتهي فهي شر. أو كتعميم أي فشل على كل الموجودات بحيث لا يوجد خلاص ممكن، أو أن الدنيا كلها حظوظ وأن حظنا متعثر، أو أننا محكومون بماضينا فلا يمكن الخلاص منه، أو أن أي قضية لها حل واحد وإذا لم نعثر عليه تكون الكارثة. هذه الافتراضات تتحكم بالوعي والإدراك وتوجه التفكير نحو السلبية التي تولد الانفعالات المعطلة للسلوك والتدبير.⁸⁵

ويرى أن الناس يفكرون ويشعرون ويتصرفون، وكل ذلك يفعلونه في صورة تفاعلية تبادلية من خلال أفكار تؤثر بشكل جوهري على المشاعر والسلوك. وكذلك فإن هذه الانفعالات تؤثر على الأفكار والسلوكيات بشكل عام، كما أن التصرفات تؤثر على كل من الأفكار والانفعالات، فإذا تغير واحد من هذه الأنماط فإنه يغير النمطين الآخرين، وبمعنى أن التفكير والانفعالات والسلوكيات كل منها يؤثر على الآخر.⁸⁶

⁸⁴ أبو زيد، مدحت عبد الحميد، *العلاج النفسي وتطبيقاته الجماعية* - العلاج بضبط الذات والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي - دراسات تدخلية وبروتوكولات علاجية، دار المعارف الجامعية، ط: 5، 2003 م. ص 237-247.

⁸⁵ حجازي، *إطلاق طاقات الحياة*، ص 86.

⁸⁶ السمدوني، السيد إبراهيم، *النكاء الوجداني أسسه وتطبيقاته وتنميته*، دار الفكر عمان، ط: 1، 2007 م. ص 56.

و هناك ترابط عند إليس بين العاطفة والعقل والسلوك، والبشر يفكرون ويشعرون ويتصرفون في آن واحد وبشكل متزامن، ونادراً ما يشعر الإنسان دون أن يفكر لأن المشاعر تُستثار عن طريق إدراك موقف معين، فالإنسان عندما ينفعل يفكر ويتصرف.

وهناك عدد من الافتراضات وضعها إليس لوصف الإنسان وهي:

- الإنسان كائن عاقل وحين يفكر ويتصرف بطريقة إيجابية وعقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.

- يجب مهاجمة الأفكار والانفعالات السلبية والمهددة للذات عن طريق التفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً وإيجابياً.⁸⁷

ويرى إليس أن السبب وراء الانفعالات والسلوك هو الأفكار والاعتقادات حول الأحداث، فالناس هم الذين يخلقون لأنفسهم مشكلات نفسية من خلال حديثهم مع ذواتهم، ومن خلال تقويمهم لأنفسهم، وتحويل ما يفضلونه إلى حاجات ملحة، وبالتالي فالأفراد عند إليس يشتركون في غايتين أساسيتين يبحثون عنهما هما:

الحفاظ على الحياة، والإحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الألم.

والإيجابية في التفكير تتمثل بطرق تسهم في تحقيق هاتين الغايتين الأساسيتين، وأما السلبية في

التفكير فتتمثل بطرق تعيق تحقيق هاتين الغايتين أو تمنع الوصول إليهما.⁸⁸

⁸⁷ عبد الله، محمد قاسم، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار الفكر، عمان الأردن، ط:1، 2012م. ص165-166.

⁸⁸ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص87.

كذلك يشعر الأفراد أحياناً بالضيق والانزعاج عندما يسعون من أجل تحقيق بعض الأهداف فتواجههم وتعرض طريقهم عوائق تمنعهم من الوصول إليها، فتتولد لدى الفرد أفكار قد تكون إيجابية أو سلبية، وتُنشئ الأفكار السلبية مشاعر وسلوكيات لا تساعد على تحقيق الأهداف.

فعلى الإنسان أن يفتح الطريق أمام الأفكار الإيجابية والمواقف الواقعية من الحياة، مع توظيف الإمكانيات مما يساعد على عملية الوفاق مع الذات.

لذلك يرى إليس بأنه يجب على الفرد البحث عن الإيجابيات في الذات والحياة فيغلبها على السلبيات، كما أن التغيير من التفكير السلبي إلى الإيجاب يتطلب كثيراً من الجهد والتصميم.⁸⁹

ولقد صاغ إليس مثالا نظريا للشخصية الإيجابية ينطوي على مفاهيم هي بحسب نظره:
أولاً: الاستعدادات البيولوجية:

فالإنسان يولد ولديه استعداد ليمثل ذاته، ولكن في نفس الوقت لديه استعداد سلبي في تفكيره، وهذا ما يسبب تهديداً لذاته.

ثانياً: التأثير الحضاري:

فالناس بالفطرة يخضعون للتأثير، وخاصة من جانب البيئة والثقافة للفرد وللمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه الإنسان، وهذا التأثير يختلف من فرد لآخر، فالبشر يخضعون في تفكيرهم لتوجيهات الأسرة وعادات المجتمع.

⁸⁹ شاهين محمد أحمد، وحدي محمد نزيه، علاقة تقدير الذات بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي في تحسين الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين، مؤتمر مؤسسة التعليم، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمان. 2009م. ص9.

ثالثاً: قوة تأثير التفكير الإيجابي:

إن التغيير الجوهرى في الجوانب المعرفية للفرد هو الأساس في إحداث التغييرات في الجوانب الانفعالية والسلوك. أما إحداث تغيير في الانفعالات والسلوك فلن يؤدي إلى تغييرات جوهرية في التفكير والجوانب المعرفية، لأن الإنسان يتصف بالتفكير والحوار الذاتي الذي يميزه عن غيره، لذلك يستعمل الإنسان التفكير الإيجابي لتغيير الأفكار السلبية حتى يتم إحداث التغيير العميق في شخصية الفرد.⁹⁰

وجوهر نظرية إليس يكمن في أسلوب التفكير في المواقف والأحداث، وليس في الأحداث بحد ذاتها، فالتفكير السلبي بالمواقف هو الذي يسبب الاضطراب.⁹¹

3- نظرية آرون بيك (ARON BECK)⁹²

تعتمد هذه النظرية على حقيقة تقول بأن لكل فرد أفكاراً وتوقعات ومعاني عن الذات وعن الآخرين وعن العالم المحيط بشكل عام، هذه الحقيقة تشكّل الفلسفة الأساسية للشخص في هذه الحياة، وأن المشكلات النفسية (القلق، الاكتئاب، الضغط) تحدث عندما تكون هذه الأفكار والاعتقادات ذات طبيعة سلبية خاطئة، وعند التعرف على هذه الأفكار السلبية يتم استبدالها بأفكار إيجابية.⁹³

⁹⁰ عبد الله، *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*، ص 166-167.

⁹¹ المرجع السابق، ص 168.

⁹² آرون بيك (بالإنجليزية: Aaron T. Beck) مواليد 18 يوليو 1921 في رود آيلاند، بالولايات المتحدة، هو رئيس لمعهد بيك للعلاج المعرفي والبحوث (غير الربحي) وأستاذ الطب النفسي في جامعة بنسلفانيا. وهو خريج جامعة براون (1942) وجامعة ييل كلية الطب (1946). أسس العلاج المعرفي في أوائل ستينات القرن العشرين خلال عمله طبيباً نفسياً في جامعة بنسلفانيا. درّس ومارس التحليل النفسي، كما صمم ونفذ عدداً من التجارب لاختبار مفاهيم التحليل النفسي للاكتئاب. توقع تماماً أن تثبت هذه البحوث صحة هذه المبادئ الأساسية، وتفاعلاً بأن نتائج البحوث كانت عكسية. قادت النتائج المذكورة إلى البدء في البحث عن طرق أخرى لتصور الاكتئاب. يُنظر موقع ويكيبيديا.

⁹³ حسين، طه عبد العظيم - وحسين، سلامة عبد العظيم، *استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية*، دار الفكر، عمان، الأردن، ط: 1، 2006م. ص 268.

كما يركز بيك على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع والانفعالات والسلوك، فلاستجابات الانفعالية والسلوكية تتحدد من خلال إدراك الشخص وتفسيره لحدث ما، وبذلك فإن كثيراً من الاستجابات الوجدانية والسلوكية والاضطرابات النفسانية تعتمد على المعتقدات الفكرية الخاطئة التي يبنها الفرد عن نفسه والعالم من حوله، وبالتالي فمن المهم الاعتماد على سياسة تغيير الأفكار السلبية لتحل محلها الإيجابية عن طريق إعادة برمجة المدركات والاعتقادات وذلك طريق لتغيير السلوك.⁹⁴

إن ما يفكر فيه الفرد ويقول عن نفسه، وكذلك اتجاهاته وآراؤه هي ذات صلة وثيقة بسلوكه الصحيح أو المريض، وما يكتسبه من المعلومات والمفاهيم يستعملها جميعاً للتعامل مع المشكلات النفسية التي تعترض حياته.⁹⁵

ويرى بيك أن التفكير الإيجابي يساعد على إعادة صياغة المشكلة، لأن المشكلة إذا لم يسع الفرد حلها فستبقى داخل نفسه فينطلق إلى الآخرين ليساعده في حلها، ومن هنا فلا بد عند المساعدة من التعرف على الأفكار السلبية والجوانب المعرفية والوجدانية والسلوكية المتعلقة بها، مما يتيح الفرصة لتعديل هذه الأفكار، واستبدالها بأفكار واقعية إيجابية.⁹⁶

4- نظرية البناء والتوسع في الانفعالات الإيجابية (Fredrickson)⁹⁷

وضع هذه النظرية فريدريكسون، والتي تقول بأن الانفعالات الإيجابية تقوم بتوسيع نطاق التفكير وتبني الشخصية، لذلك فإن الانفعالات الإيجابية غائية وذات طبيعة توسعية، فالاهتمام والميل هو انفعال

⁹⁴ أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، علم النفس الإرشادي، دار المسيرة، عمان، الأردن، ط:1، 2011م. ص143-146.

⁹⁵ دبور، والصافي، الإرشاد المدرسي بين النظرية والتطبيق، ص122.

⁹⁶ الغرير، أحمد نايل- وأبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، التعامل مع الضغوط النفسية، دار الشروق للنشر، عمان، الأردن، ط:1، 2009م. ص70.

⁹⁷ إن نظرية التوسع والبناء هي استكشاف للوظيفة المتطورة للمشاعر الإيجابية. طوّرتها باربرا فريدريكسون ابتداءً من عام 1998، وهي ترتبط عادةً بعلم النفس الإيجابي. يُنظر موقع ويكيبيديا.

إيجابي يُخَرِّض على الاكتشاف والانفتاح مما يوسِّع مدى الدَّات، وكلما توسَّع نطاق التَّفكير أدى إلى بناء الموارد الشَّخصيَّة:

كموارد المهارات الحياتية، وموارد العلاقات الاجتماعية؛ أو الفكرية، وتحسين الوعي النَّفسي وإدارة الدَّات. فمن خلال خبرات الانفعالات الإيجابية يُحوِّل الناس ذواتهم، بحيث يصبحون أكثر إبداعاً ومعرفة ومرونة واندماجاً في المجتمع ويحصلون على صحة نفسية.

لقد قدمت فريدريكسون انطلاقة من نظريتها فرضية تقول بقدرة الانفعالات الإيجابية على إبطال مفعول الانفعالات السَّلبية، لأنَّها تقول بتوسع الانفعالات الإيجابية وبالتالي تضيق الانفعالات السَّلبية، فيكون علاج السَّلبية هو بتنشيط الإيجابية.⁹⁸

وبذلك فإن التَّفكير الإيجابي وإدارة الانفعالات وحسن توظيفها يشكِّل مقومين رئيسيين لبناء الاقتدار والتمكن الدَّاتي، وكل هذا يمكن للإنسان أن يتعلمه وينميهِ.⁹⁹

5- نظريَّة باديسكي وجرنبرغر (Badeschi and Gerenberger)

ذهبت هذه النَّظريَّة إلى أن الفرد منذ البداية يرصد ويحدد الوضعيات التي ولَّدت لديه حالة التوتر، أما الخطوة الثانية فيحدِّد الانفعالات والحالة المزاجية التي صاحبت ذلك الحدث مع تقدير مستوى شدَّة هذه الانفعالات، ثم بعد ذلك ينتقل إلى اكتشاف الأفكار والاعتقادات والصور والذكريات التي خطرت له تلك اللحظة، وذلك من قبيل الأحكام التي يطلقها الإنسان على ذاته أو على الآخرين فيقول مثلاً: (إنني فاشل، عاجز، لقد تعرضت للإهانة، هو يحاول النيل مني...) ثم يتم التركيز على هذه الخاطرة ومحاكمتها، فيستعرض المعطيات التي تبرر هذه الخاطرة، ومن ثم على العكس من ذلك يستعرض كل

⁹⁸ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 275.

⁹⁹ حجازي، الإنسان المهدهور، ص 343.

المعطيات التي تدحض تلك الخاطرة، ثم بعد ذلك تأتي خطوة الموازنة بين المعطيات السلبية والإيجابية للوصول إلى تقدير الواقع الفعلي، وقد تتغلب الإيجابيات على السلبيات مما يؤدي إلى تعديل الفكرة الخاطئة ومن ثم إلى تغيير الحالة الانفعالية، وقد تتعادل الإيجابيات مع السلبيات فنكون أمام تقدير واقعي للموقف يؤدي إلى تعديل الحالة المزاجية بشكل أكثر هدوءاً وعقلانية، وفي الحالة الثالثة قد تتغلب السلبيات على الإيجابيات، وبالطبع فإن سرد السلبيات يبقى أسهل من العثور على الإيجابيات عادة، لذلك نحن بحاجة إلى إزاحة الركام السلي المتزايد في موقفنا تجاه ذواتنا وواقعنا ومصيرنا، واكتشاف إيجابياتنا وإمكاناتنا المطموسة تحت التشاؤم والأسى والغضب والاستسلام للعجز المتعلم.¹⁰⁰

وليس من الإيجابية التغاضي عن معوقات الحياة لأن ذلك قد يؤدي إلى التهلكة، بل إن التفكير الإيجابي ينظر إلى السلبيات والإيجابيات، ثم التصدي لتلك السلبيات. وهناك نقطة أساسية في التفكير الإيجابي تتعلق بموقف الشخص من الذات والمجتمع، لذلك يتعين على الفرد أن يكون إيجابياً في نظره لشخصه وقدراته وإمكاناته، ولا يسمح لليأس أن يتسرب إليه.¹⁰¹

6- نظرية الأمل والمبادرة للعمل

هذه النظرية ترى أن الأمل وثيق الصلة بالتفاؤل ويعني إمكانية تحقيق الأهداف ورجاء تغير الأحوال نحو الأفضل. هذا الأمل يتمثل في اعتقاد الشخص بأنه قادر على إيجاد سبل لتحقيق الأهداف المرجوة.

¹⁰⁰ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 87-89.

¹⁰¹ حجازي، الإنسان المهدور، ص 331.

ولا بد من التمييز بين الأمل ذي الطابع السلبي في تحقيق الأهداف، من خلال فعل قوى خارجة عن الشخص وانتظار الفرج بتلقي آثارها، وبين منظور الأمل الإيجابي الذي تقول به هذه النظرية.¹⁰²

ويصبح الأمل تبعاً لهذه النظرية هو اقتناع الشخص بقدراته على تحديد أهداف ذات قيمة، والتمكن من إيجاد الطرق للوصول إليها، والعمل على شحذ الطاقات والإمكانات للسير على طريق الوصول للهدف.

وترى النظرية أن الانفعال الإيجابي هو بحد ذاته نتاج التفكير بإمكانية صنع النجاح وذلك من خلال المثابرة حتى الوصول للهدف، إذاً التفكير هو المولد للانفعال.¹⁰³

7- نظرية التوقع الإيجابي

نظام التوقع يتضمن كلاً من المشاعر تجاه الموقف والانفعالات المتخذة بصددتها، فصاحب الطبع المتفائل ذي التوقعات الإيجابية يميل إلى إظهار مشاعر إيجابية مثل (الحماس، والإثارة) فهو ينطلق من الجانب المشرق، وفي المجتمع الكثير من الفرص التي يمكن الانطلاق منها للنهوض الذي يقوم على رؤية ممكنة التحقيق وصوغها في خطة ثم الانطلاق في تنفيذها، ومهما كانت خطوات النجاح صغيرة فإنها تؤدي إلى مزيد من النجاحات، وهكذا يتم التصدي لكثير من الصعاب ومواجهة المشكلات التي كانت في نظر البعض تبدو مستحيلة الحل. هذا هو منطلق التفكير القائم على التوصل إلى حلول ممكنة لأعقد المشكلات، وذلك من خلال بحث أفكار جديدة للوصول إلى منافذ المعوقات، وكل ذلك يقوم على طابع التفاؤل.¹⁰⁴

¹⁰² المرجع السابق، ص 383.

¹⁰³ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 129-130.

¹⁰⁴ المرجع السابق، ص 116.

وهناك تباين بين أسلوب التعامل لدى المتفائل والمتشائم، فالتفائل مثابر والمتشائم مترجع، كما أن المتفائل يحاول السيطرة على الوضعية وإيجاد الحلول البديلة، وإن لم يجد فإنه لا ينكر وجود المشكلة بل يكون واقعياً في التفكير، أما المتشائم فإنه يلجأ إلى آليات تجنب معرفي مثل التنكر، أو سلوكي مثل: الاتكال والأكل والنوم... للهروب من الواقع.¹⁰⁵

يتقبل المتفائل الواقع الموضوعي ويستوعبه فيكون أثر المحنة والخيبات عليه أقل سلبية، هذا إذا لم يحوّل المحنة إلى فرصة تجعله يعيد ترتيب أولوياته، ويبحث عن أفضل الممكن من الحلول، فلا يتجاهل المحنة ويدس رأسه بالتراب بل يطلق قدراته ولا يعطلها. أما الأشخاص المتشائمون فهم انهزاميون أمام هذه المحن، يبالغون في التنكر للإيجابيات الموجودة في الحياة وفرصها، ويبالغون في التنكر لقدراتهم وإمكاناتهم، ويركزون على الجانب السلبي وأوجه القصور لديهم. كما أن التفاؤل الفعال يتصف بحسن تقدير الواقع وهذا لا يعني العيش في الأوهام الوردية فالتفائل ينتبه أساساً للإيجابيات والفرص وأوجه الاقتدار الذاتي، أما المتشائم فهو على العكس من ذلك تماماً يركز على العثرات والسلبيات وأوجه العطالة.¹⁰⁶

إن تعزيز وجهة النظر المتفائلة لدى الشخص تجعله أكثر قدرة على تعلم المفاهيم والمهارات المختلفة والنجاح في إتقانها، كما تجعله أكثر قدرة على تطوير مفهوم إيجابي لذاته، وكذلك تمده بحياة مشرقة فعالة لمواجهة الصّعاب بما تستحق من طاقة وانفعال ممكن دون زيادة أو نقصان، كما تساعد النظرة المتفائلة على تطوير مفهوم التقبل والتقدير والاحترام لحالات الفشل والنجاح التي من الممكن أن

¹⁰⁵ البرزنجي، التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط، ص 48.

¹⁰⁶ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص 117-119.

تمرَّ به في حياته، واعتبارها خبرات يمكن الاستفادة منها في مرات لاحقة من خلال معرفة أسباب هذا النجاح أو الفشل وأخذ العبرة منها لتصبح بمثابة تغذية راجعة.¹⁰⁷

8- نظرية نانسي كانتور (البدايلية البنّاءة)

ترى "نانسي كانتور" أن هذه النظرية تعني تلك القدرة الذهنية أو المقاربة المعرفية التي تُتيح للشخص تنظيم الأحداث وواقعه الدّائي، وذلك في إضاءة جديدة تُتيح له رؤية الأمور بشكل مختلف فيفتح على التحرك والتصرف.

أي إن هذه النظرية تدعو إلى ضرورة المبادرة والتجديد والبحث عن الإمكانيات وابتداع البدائل، مكان النظرة التبسيطية التعميمية والمغلقة في التعامل مع الواقع (أي نظرة الحل الواحد والسبيل الوحيد) فنحن بحاجة للدعوة إلى مرونة تقدير الواقع.¹⁰⁸

هذا التقدير قد يكون متفائلاً أو متشائماً في التعامل الناجع مع وضعية أو حالة معينة. إذ ليس التّفاؤل هو الواقعي دوماً، حيث يكون التّشاؤم هو الموقف المطلوب للتعامل مع وضعية خطيرة فيما لو أنجرفنا فيها، لذلك يكمن سرُّ التّفكير الإيجابي في معرفة متى يتعيّن أن نكون متفائلين ومتى يتعين أن نكون متشائمين بحيث نتعامل بالفاعلية المطلوبة مع الحالة المعينة.¹⁰⁹

9- ترجيح إحدى النظريات

بعد الحديث عن النظريات التي تناولت التّفكير الإيجابي يرى الباحث ترجيح نظرية سيليجمان لتميزها بما يأتي:

¹⁰⁷ بركات، دراسة في سيكولوجية الشخص: التّفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات بالطالب الجامعي، 1-2.

¹⁰⁸ حجازي، الإنسان المهدور، ص335.

¹⁰⁹ حجازي، إطلاق طاقات الحياة، ص98.

- يعتبر سيليجمان من مؤسسي علم النفس الإيجابي.

- تعتبر نظريته من أوسع النظريات التي تناولت أغلب الآراء والأفكار الواردة في النظريات

الأخرى، فأهم الأفكار التي تقوم عليها هذه النظرية هي:

أ- التفكير الإيجابي هو الحل لتخطي الفشل وتحمل أعباء الحياة.

ب- للتفكير أسلوبان هما: التفاؤل والتشاؤم، اللذان يفسران الوقائع والأحداث، أما الأسلوب

المتفائل فيحافظ على إيجابية النظرة إلى الذات وتقديرها والثقة بقدراتها وإمكاناتها، أي أن بناء التفكير الإيجابي ينطلق من بناء الذات.

ج- التفاؤل متعلم ومن الممكن أن يحل محل العجز المتعلم وهو يعتبر من صميم التفكير الإيجابي.

وبما أن التفكير الإيجابي وثيق الصلة بالتفاؤل وبناء الذات فسنشرع بالحديث عنهما في ضوء

السنة النبوية الشريفة.

الفصل الأول: التفكير الإيجابي في السُّنة النبوية

المبحث الأول: تعريف الفأل والطيرة والتشاؤم ودلالاتها من القرآن الكريم

المطلب الأول: تعريف الفأل لغةً واصطلاحاً

الْفَأْلُ: ضِدُّ الطَّيْرِ، كَأَنَّ يَسْمَعُ مَرِيضٌ يَا سَالِمَ، أَوْ طَالِبٌ يَا وَاجِدُ، أَوْ يُسْتَعْمَلُ فِي الْخَيْرِ

وَالشَّرِّ.¹¹⁰

وَالطَّيْرَةُ: ضِدُّ الْفَأْلِ، وَهِيَ فِيمَا يُكْرَهُ كَالْفَأْلِ فِيمَا يُسْتَحَبُّ، وَالطَّيْرَةُ لَا تَكُونُ إِلَّا فِيمَا يَسُوءُ،

وَالْفَأْلُ يَكُونُ فِيمَا يَحْسُنُ وَفِيمَا يَسُوءُ.¹¹¹

وقال الزمخشري: "إِلَّا أَنَّ اسْتِعْمَالَ الْفَأْلِ فِي الْخَيْرِ أَكْثَرُ. وَاسْتِعْمَالَ الطَّيْرِ فِي الشَّرِّ أَوْسَع".¹¹²

قال ابن الأثير: "الْفَأْلُ مَهْمُوزٌ فِيمَا يَسُرُّ وَيَسُوءُ، وَالطَّيْرَةُ لَا تَكُونُ إِلَّا فِيمَا يَسُوءُ، وَرُبَّمَا اسْتَعْمَلَتْ

فِيمَا يَسُرُّ".¹¹³

الْفَأْلُ اصطلاحاً: أما الفأل اصطلاحاً فهو مأخوذ من المعنى اللُّغَوِي، قال ابن العربي:

"وَالْفَأْلُ هُوَ الْإِسْتِدْلَالُ بِمَا يَسْتَمِعُ مِنَ الْكَلَامِ عَلَى مَا يُرِيدُ مِنَ الْأَمْرِ إِذَا كَانَ حَسَنًا، فَإِنْ سَمِعَ

مَكْرُوهًا فَهُوَ تَطْيِيرٌ، وَأَمَرَ الشَّرْعُ بِأَنْ يَفْرَحَ بِالْفَأْلِ، وَيَمْضِي عَلَى أَمْرِهِ مَسْرُورًا بِهِ. فَإِذَا سَمِعَ الْمَكْرُوهَ أَعْرَضَ

عَنْهُ وَلَمْ يَرْجِعْ لِأَجْلِهِ"¹¹⁴

¹¹⁰ الفيروزآبادي، مجد الدين أبو طاهر مُجَدُّ بن يعقوب الفيروزآبادي (المتوفى: 817هـ) القاموس المحيط، نج: مكتب تحقيق التراث في مؤسسة الرسالة بإشراف: مُجَدُّ نعيم العرقشوسي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، ط: 8، 1426 هـ - 2005 م، عدد الأجزاء: 1. 1040/11.

¹¹¹ ابن منظور، لسان العرب، 513/11.

¹¹² الزمخشري، أبو القاسم محمود بن عمرو بن أحمد، الزمخشري جار الله (المتوفى: 538هـ) الفائق في غريب الحديث والأثر، نج: علي مُجَدُّ البجاوي - مُجَدُّ أبو الفضل إبراهيم، دار المعرفة - لبنان، ط: 2، عدد الأجزاء: 4. 86/3.

¹¹³ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 405/3.

وتحدّث ابن تيمية عن الفأل الذي كان يحبه رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: "الْفَأْلُ الَّذِي يُحِبُّهُ هُوَ أَنْ يَفْعَلَ أَمْرًا أَوْ يَعَزِمَ عَلَيْهِ مُتَوَكِّلًا عَلَى اللَّهِ فَيَسْمَعَ الْكَلِمَةَ الْحَسَنَةَ الَّتِي تَسْرُهُ: مِثْلُ أَنْ يَسْمَعَ يَا نَجِيحُ يَا مُفْلِحُ يَا سَعِيدُ يَا مَنْصُورُ وَنَحْوِ ذَلِكَ"¹¹⁵

فَيَسْتَعْمِلُ الْفَأْلَ فِيمَا يُدْخِلُ عَلَى الْإِنْسَانِ الْبَهْجَةَ وَالسُّرُورَ، وَانْشِرَاحَ الصَّدْرِ فَيَكُونُ دَافِعًا لِلْعَمَلِ، فَكَمَا أَنَّ النَّظَرَ لِلْحُضْرَةِ، وَسَمَاعَ صَوْتِ غَدِيرِ الْمَاءِ يُوَثِّرُ فِي الطَّبِيعَةِ الْبَشَرِيَّةِ إِجَابًا، فَكَذَلِكَ الْكَلِمَةُ. فَالطَّيْرَةُ وَالْفَأْلُ فَكُلٌّ مِنْهُمَا يُطْلَقُ فِي الْخَيْرِ وَالشَّرِّ، وَلَكِنْ غَلَبَ فِي الْاسْتِعْمَالِ إِطْلَاقُ الطَّيْرَةِ عَلَى الشَّرِّ، وَالْفَأْلِ عَلَى الْخَيْرِ.

قال ابن حجر: "وَأَمَّا الشَّرْعُ فَخَصَّ الطَّيْرَةَ بِمَا يَسُوءُ وَالْفَأْلَ بِمَا يَسُرُّ وَمِنْ شَرْطِهِ أَنْ لَا يُقْصَدَ إِلَيْهِ فَيَصِيرُ مِنَ الطَّيْرَةِ، قَالَ ابْنُ بَطَّالٍ: جَعَلَ اللَّهُ فِي فِطْرِ النَّاسِ مَحَبَّةَ الْكَلِمَةِ الطَّيِّبَةِ وَالْأُنْسَ بِهَا كَمَا جَعَلَ فِيهِمُ الْارْتِيَاخَ بِالْمَنْظَرِ الْأَنِيقِ وَالْمَاءِ الصَّافِي وَإِنْ كَانَ لَا يَمْلِكُهُ وَلَا يَشْرِيهِ".¹¹⁶

المطلب الثاني: تعريف الطَّيْرَةِ والتَّشَاوُمِ لُغَةً وَاصْطِلَاحًا

الطَّيْرَةُ: يَوْزَنُ الْعِنَبَةُ وَهُوَ مَا يُتَشَاءُ بِهِ مِنَ الْفَأْلِ الرَّدِيِّ.¹¹⁷

وَشَأَمُ: الشُّؤْمُ: خِلَافُ الْيُمْنِ. وَرَجُلٌ مَشْؤُومٌ عَلَى قَوْمِهِ، وَالْجُمُعُ مَشَائِيمُ.¹¹⁸

¹¹⁴ ابن العربي، القاضي مُجَدِّدُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ أَبُو بَكْرٍ بْنُ الْعَرَبِيِّ الْمَعَاوِي الْأَشْبِيلِي الْمَالَكِي (المتوفى: 543هـ) *أحكام القرآن الكريم*، راجع أصوله وخرج أحاديثه وعلّق عليه: مُجَدِّدُ بْنُ عَبْدِ الْقَادِرِ عَطَا، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 3، 1424 هـ - 2003 م، عدد الأجزاء: 4. 126/4.

¹¹⁵ ابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن تيمية الحراني (المتوفى: 728هـ) *مجموع الفتاوى*، تح: عبد الرحمن بن مُجَدِّدِ بْنِ قَاسِمٍ، مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف، المدينة النبوية، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1416هـ - 1995م. 66/23.

¹¹⁶ ابن حجر، *فتح الباري شرح صحيح البخاري*، 215/10.

¹¹⁷ الرازي، *مختار الصحاح*، ص 193.

¹¹⁸ ابن منظور، *لسان العرب* 314/12.

اصطلاحاً: قال ابن العربي: "قال علماءنا: الشُّؤْم هو اعتقاد وصول المكروه إليك بسبب يتَّصل بك من ملك أو خلطة وتتشاءم به".¹¹⁹

قال ابن حجر: "الطَّيْرَة والشُّؤْم بمعنى واحد"¹²⁰ وقال: "الشُّؤْم: بالهمز هو ما كانوا يتطيرون به، ويقال لكل محذور مشؤم ومشأمة".¹²¹

وسمي التَّشَاؤْم بها لأن العرب كانت أكثر ما تتشاءم من الطيور، كالغراب والبوم وغيرها من الطيور، ففي الجاهلية كانوا إذا أرادوا أمراً أثاروا الطير، فإن ذهب يمينا تفاءلوا وإن ذهب شمالا تشاءموا. وقد رخص (ص.س) في الطرف الأول فيها وهو التَّفَاؤُل، فانصرف النَّهي عن الطَّيْرَة للطرف الثاني منها، وهو التَّشَاؤْم.

و "الطَّائِرُ عِنْدَ الْعَرَبِ: (الْحَظُّ) وَهُوَ الَّذِي تُسَمِّيهِ الْعَرَبُ الْبَحْثَ، إِنَّمَا قِيلَ لِلْحَظِّ مِنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ طَائِرٌ، لِقَوْلِ الْعَرَبِ: جَرَى لَهُ الطَّائِرُ بِكَذَا مِنَ الْخَيْرِ أَوْ الشَّرِّ، عَلَى طَرِيقِ الْقَالِ، وَالطَّيْرَة عَلَى مَذْهَبِهِمْ فِي تَسْمِيَةِ الشَّيْءِ بِمَا كَانَ لَهُ سَبَبٌ".¹²² والشُّؤْم عند العرب النحس.¹²³

وفرق القرافي بين التطير والطَّيْرَة، فجعل اللفظ الأول للظن والثاني للفعل فقال: "التَّطْيِيرُ هُوَ الظَّنُّ السَّيِّئُ الْكَائِنُ فِي الْقَلْبِ وَالطَّيْرَة هُوَ الْفَعْلُ الْمُرْتَبِطُ عَلَى هَذَا الظَّنِّ مِنْ قَرَارٍ أَوْ غَيْرِهِ".¹²⁴

¹¹⁹ ابن العربي، القاضي مُحمَّد بن عبد الله أبو بكر بن العربي المعافري الاشبيلي المالكي (المتوفى: 543هـ) *المسالك في شرح موطأ مالك*، قرأه وعلّق عليه: مُحمَّد بن الحسين السُّلَيْمَانِي وعائشة بنت الحسين السُّلَيْمَانِي، قدّم له: يوسف القرضاوي، دار الغرب الإسلامي، ط: 1، 1428 هـ - 2007 م. 544/7.

¹²⁰ ابن حجر، *فتح الباري شرح صحيح البخاري*، 61/6.

¹²¹ المرجع لسابق، 136/1.

¹²² الزَّيْنُدي، مُحمَّد بن مُحمَّد بن عبد الرزاق الحسيني، أبو الفيض، الملقَّب بمرتضى، الزَّيْنُدي (المتوفى: 1205هـ) *تاج العروس من جواهر القاموس*، تج: مجموعة من المحققين، دار الهداية، ط: بلا. 453/12.

¹²³ ابن عبد البر، أبو عمر يوسف بن عبد الله بن مُحمَّد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (المتوفى: 463هـ) *التمهيد لما في الموطأ من المعاني والأسانيد*، تج: مصطفى بن أحمد العلوي، مُحمَّد عبد الكبير البكري، وزارة عموم الأوقاف والشؤون الإسلامية - المغرب، ط: بلا، 1387 هـ، عدد الأجزاء: 24. 278/9.

وعرّف القرطبي الطّيّرة: "حاصل الطّيّرة أن يسمع الإنسان قولاً أو يرى أمراً يخاف منه ألا يحصل

له غرضه الذي قصد تحصيله، والفأل نقيض ذلك".¹²⁵

والتّفاؤل هو أحد نوعي الطّيّرة والدليل ما جاء في الحديث الصحيح عن أبي هريرة، قال: سَمِعْتُ

رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "لَا طَيْرَةَ، وَخَيْرُهَا الْفَأْلُ" قَالُوا: وَمَا الْفَأْلُ؟ قَالَ: "الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا

أَحَدُكُمْ".¹²⁶ قال النووي: "قال العلماء يكون الفأل فيما يسر وفيما يشؤء، والغالب في السرور. والطّيّرة

لا يكون إلا فيما يشؤء، قالوا: وقد يستعمل مجازاً في السرور".¹²⁷

وقد حثّ الشرع على الفأل الحسن ونهى عن التّشاؤم لأن الفأل لا يتناقض مع العقيدة

الإسلامية، ولا يُخل بتفكير المسلم وسلوكه، بل على العكس من ذلك، يكون سبباً في بث روح الأمل

والإقدام على الأمر بسرور النّفس وانشراح الصدر، ونشاط الجسم، وكل ذلك مع حسن الظّن بالله

تعالى والالتجاء إليه والتوكل عليه، والرضى بعواقب الأمور، وأما التّشاؤم فهو على النقيض من ذلك، فهو

سبب في بث اليأس والقنوط في النّفس، والإحجام عن الأمر، والخوف من المستقبل، وسوء الظّن بالله

تعالى، وتعلق القلب بالأسباب، والغفلة عن مسبب الأسباب. قال ابن حجر: "قال الحليّمي وإنما كان

¹²⁴ القرافي، أبو العباس شهاب الدين أحمد بن إدريس بن عبد الرحمن المالكي الشهير بالقرافي (المتوفى: 684هـ) الكتاب: **الفروق = أنوار**

البروق في أنواع الفروق، عالم الكتب، ط: بلا، عدد الأجزاء: 4. 259/4.

¹²⁵ القرطبي، أبو العباس أحمد بن عمر بن إبراهيم القرطبي (578 - 656 هـ) **المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم**، حققه وعلق

عليه وقدم له: محيي الدين ديب ميسو - أحمد مجذّب السيد - يوسف علي بديوي - محمود إبراهيم بزال، (دار ابن كثير، دمشق - بيروت)

(دار الكلم الطيب، دمشق - بيروت) ط: 1، 1417 هـ - 1996 م، عدد الأجزاء: 7. 626/5.

¹²⁶ البخاري، **المجامع الصحيح**، 76 كتاب الطب، باب: الطيرة، 7/135/5754.

مسلم، **المسند الصحيح**، 39 كتاب السلام، باب: الطّيّرة والفأل وما يَكُونُ فِيهِ مِنَ الشُّؤْمِ، 4/1745/2223.

¹²⁷ النووي، **المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج**، 14/219.

(ص.س) يعجبه الفأل لأن التَّشَاؤْم سُوء ظن بالله تعالى بغير سبب محقق والتَّفَاؤُل حسن ظن به والمؤمن مأمور بحسن الظن بالله تعالى على كل حال".¹²⁸

المطلب الثالث: ألفاظ أخرى قريبة المعنى من التَّفَاؤُل والتَّشَاؤْم

ورد في الأحاديث ألفاظ تدل على الفأل والشؤم وهي: اليُمنُ، العِيفَةُ، الطَّرْقُ.

1- اليُمنُ

لغة: البركة.¹²⁹

أما استعمال هذه الكلمة في الأحاديث فهي تدل بمعناها على الخير والبركة والفأل الحسن.

قال الخطَّابي: "اليمن والشؤم سمتان لما يصيب الإنسان من الخير والشر، والنفع والضرر، ولا يكون

شيء من ذلك إلا بمشيئة الله وقضائه".¹³⁰

جاء في الحديث عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) "يُعْجِبُهُ التَّيْمُنُ، فِي تَنَعُّلِهِ، وَتَرَجُّلِهِ،

وَطُهُورِهِ، وَفِي شَأْنِهِ كُلِّهِ".¹³¹ قيل لأنه كان يحب الفأل الحسن إذ أصحاب اليمين أهل الجنة.¹³² لذلك

كان النبي (ص.س) يتفأل ويتيامن في كل ما يستحسن من شؤونه كلها.

¹²⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 215/10.

¹²⁹ الفيروز آبادي، القاموس المحيط، 1241/1.

¹³⁰ الخطَّابي، أبو سليمان حمد بن مُجَدَّ الخطَّابي (ت 388 هـ) أعلام الحديث في شرح صحيح البخاري، تح: مُجَدَّ بن سعد بن عبد الرحمن آل سعود، جامعة أم القرى (مركز البحوث العلمية وإحياء التراث الإسلامي) ط: 1، 1409 هـ - 1988 م، عدد الأجزاء: 4. 1379/2.

¹³¹ البخاري، الجامع الصحيح، 4 كتاب الوضوء، باب التَّيْمُنُ فِي الْوُضُوءِ وَالْعَسَلِ، ح/45/1. 168.

مسلم، المسند الصحيح، 2 كتاب الطهارة، بَابُ التَّيْمُنِ فِي الطُّهُورِ وَغَيْرِهِ، ح/226/1. 268.

¹³² ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 269/1.

وكان النبي (ص.س) يتفائل في الخيل الشقر، كما جاء عند الترمذي عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "يُمْنُ الْخَيْلِ فِي الشُّقْرِ".¹³³

وأخرج الترمذي عَنْ مُعَاوِيَةَ بْنِ حَكِيمٍ، عَنْ عَمِّهِ حَكِيمِ بْنِ مُعَاوِيَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: سَمِعْتُ النَّبِيَّ (ص.س) يَقُولُ: "لَا شُؤْمَ، وَقَدْ يَكُونُ الْيُمْنُ فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ".¹³⁴

وأخرج أبو داود عَنْ رَافِعِ بْنِ مَكِيثٍ، وَكَانَ مِنْ شُهَدَا الْحَدِيثِ مَعَ النَّبِيِّ (ص.س) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "حُسْنُ الْمَلَكََةِ يُمْنٌ، وَسُوءُ الْخُلُقِ شُؤْمٌ".¹³⁵ ففي هذا الحديث يتفائل النبي (ص.س) بحسن الخلق.

وَالْمَلَكََةُ بِفَتْحَاتٍ أَيْ حُسْنُ الصَّنِيعِ إِلَى الْمَمَالِكِ (يُمْنٌ) بِضَمِّ أَوَّلِهِ يَعْنِي إِذَا أَحْسَنَ الصَّنِيعَ بِالْمَمَالِكِ يُحْسِنُونَ خِدْمَتَهُ إِذَا الْعَالِبُ أَنَّهُمْ إِذَا رَأَوْا السَّيِّدَ أَحْسَنَ إِلَيْهِمْ كَانُوا أَشْفَقَ عَلَيْهِ وَأَطَوَعَ لَهُ وَأَسْعَى فِي حَقِّهِ وَكُلُّ ذَلِكَ يُؤَدِّي إِلَى الْيُمْنِ وَالْبَرَكَةِ، وَسُوءُ الْخُلُقِ يُوْرِثُ الْبُغْضَ وَالنَّفْرَةَ وَيُثِيرُ اللَّجَاجَ وَالْعِنَادَ.¹³⁶

وتفائل النبي (ص.س) ببركة المرأة فجاء في الحديث عَنْ عَائِشَةَ (ر.ض) أَنَّهَا قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مِنْ يُمْنِ الْمَرْأَةِ أَنْ يَتَيَسَّرَ خِطْبَتُهَا، وَأَنْ يَتَيَسَّرَ صَدَاقُهَا، وَأَنْ يَتَيَسَّرَ رَحْمَتُهَا" قَالَ عُروَةُ: "يَعْنِي يَتَيَسَّرُ رَحْمَتُهَا لِلْوَلَادَةِ" قَالَ عُروَةُ: "وَأَنَا أَقُولُ مِنْ عِنْدِي: مِنْ أَوَّلِ شُؤْمِهَا أَنْ يَكْثُرَ صَدَاقُهَا".¹³⁷

¹³³ الترمذي، سنن الترمذي، 21 كتاب الجهاد، باب ما يستحب من الخيل، 5/282/ح1695. وقال عنه: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ هَذَا الْوَجْهِ مِنْ حَدِيثِ شَيْبَانَ. (الشُّقْرَةُ) هِيَ فِي الْإِنْسَانِ حُمْرَةٌ صَافِيَةٌ، وَبَشَرَتُهُ مَائِلَةٌ إِلَى الْبَيَاضِ. وَفِي الْخَيْلِ حُمْرَةٌ صَافِيَةٌ يَحْمَرُ مَعَهَا الْغُرْفُ وَالذَّنَبُ فَإِنْ اسْوَدَّا فَهُوَ الْكُمَيْثُ. وَبَعِيرٌ (أَشْقَرُ) أَيْ شَدِيدُ الْحُمْرَةِ، الرَّازِي، مختار الصحاح، ص167.

¹³⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب مَا جَاءَ فِي الشُّؤْمِ، 5/127/ح2824.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 9 كتاب النكاح، بَابُ مَا يَكُونُ فِيهِ الْيُمْنُ وَالشُّؤْمُ، 1/642/ح1993.

قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 6/62: فِي إِسْنَادِهِ ضَعْفٌ مَعَ مَخَالَفَتِهِ لِلْأَحَادِيثِ الصَّحِيحَةِ.

¹³⁵ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب بَابُ فِي حَقِّ الْمَمْلُوكِ، 4/341/ح5162. وَفِي سَنَدِ الْحَدِيثِ عَنْ بَعْضِ بَنِي رَافِعِ بْنِ مَكِيثٍ، عَنْ رَافِعِ بْنِ مَكِيثٍ، فَفِيهِ رَجُلٌ لَمْ يَسْمَ، فَالْحَدِيثُ ضَعِيفٌ.

¹³⁶ العظيم آبادي، عون المعبود، 14/49.

2- العِيَاة

لغة: (عَافَ) الرَّجُلُ الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ يَعَافُهُ (عِيَاةً) كَرِهَهُ فَلَمْ يَشْرَبْهُ فَهُوَ (عَائِفٌ).¹³⁸

والعِيَاة: زَجَرُ الطَّيْرِ وَالتَّفَاوُلُ بِأَسْمَائِهَا وَأَصْوَاتِهَا وَمَرَمَاهَا.¹³⁹ فالعِيَاة في اللغة تعني كراهية الشيء

وتركه، والتطير به.

3- الطَّرْقُ

لغة: (وَالطَّرَقُ) يَفْتَحُ الطَّاءُ وَسُكُونُ الرَّاءِ وَهُوَ الضَّرْبُ بِالْحَصَى الَّذِي يَفْعَلُهُ النِّسَاءُ وَقِيلَ: هُوَ

الْحُطُّ فِي الرَّمْلِ.¹⁴⁰

وقد جاء معنى الكلمتين في الحديث عَنْ قَبِيصَةَ بِنِ مُخَارِقٍ، أَنَّهُ سَمِعَ النَّبِيَّ (ص.س) يقول:

"الْعِيَاةُ، وَالطَّيْرَةُ، وَالطَّرْقُ مِنَ الْجَبْتِ".¹⁴¹ قَالَ عَوْفٌ رَاوِي الْحَدِيثِ: "الْعِيَاةُ مِنَ الزَّجَرِ، وَالطَّرْقُ مِنَ

الْحُطِّ".¹⁴²

¹³⁷ أحمد، المسند، 2/41 ح/24478. قال المحقق شعيب الأرناؤوط: إسناده حسن

وأخرجه ابن حبان، محمد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن مَعْبَد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البستي (المتوفى: 354هـ) صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، تح: شعيب الأرناؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، ط: 2، 1414 هـ - 1993 م، عدد الأجزاء: 18 (17 جزء ومجلد فهارس). 4095/9 ح/4095. والحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 2/197 ح/2739. والبيهقي، السنن الكبرى، 385/7 ح/14357، من طريق ابن وهب، عن أسامة، به. وزادوا قول عروة السالف. وقال الحاكم: حديث صحيح على شرط مسلم ولم يخرجاه، ووافقه الذهبي.

¹³⁸ الرازي، مختار الصحاح، ص 223.

¹³⁹ ابن منظور، لسان العرب، 9/261. ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 3/330.

¹⁴⁰ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 2/121. الرازي، مختار الصحاح، ص 189. ابن منظور، لسان العرب، 10/215.

¹⁴¹ (الجَبْت) كَلِمَةٌ تَقَعُ عَلَى الصَّنَمِ وَالْكَاهِنِ وَالسَّاحِرِ وَنَحْوِ ذَلِكَ، الرازي، مختار الصحاح، ص 52.

¹⁴² أحمد، المسند، 25/226 ح/15915.

أبو داود، سنن أبي داود، كتاب الطب، باب: فِي الْحُطِّ وَزَجَرِ الطَّيْرِ، 4/16 ح/3907. وقد حسن النووي الحديث في رياض الصالحين، ح 1670.

وَكَانَ هَذَا الْخَطُّ عِنْدَهُمْ مَشْهُومًا. وَهُوَ أَنْ يَخْطَّ ثَلَاثَةَ خُطُوطٍ ثُمَّ يَضْرِبُ عَلَيْهِنَّ بِشَعِيرٍ أَوْ نَوَى وَيَقُولُ: يَكُونُ كَذَا وَكَذَا، وَهُوَ ضَرْبٌ مِنَ الْكَهَانَةِ، ابن منظور، لسان العرب، 7/288.

المطلب الرابع: التَّفَاوُلُ وَنَبذُ التَّشَاوُمِ فِي آيَاتِ الْقُرْآنِ الْكَرِيمِ

القرآن الكريم فيه كثير من الآيات التي تبث في نفس المؤمن روح الإيجابية والتَّفَاوُلِ، وتُبْعِدُ عنه مشاعر السَّلبية والتَّشَاوُمِ، ومن أمثلة هذه الآيات:

1- قال الله تعالى: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾¹⁴³.

استفتح الله تعالى كتابه العزيز بسورة الفاتحة، وأوّل آية منها بعد البسملة هي قوله سبحانه: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾. حيث يُعَلِّمُ الله تعالى عبده أن يحمده ويشكره على أحواله كلّها، فيعيش راضياً شاكراً مطمئناً، وهذه من أهم صفات المسلم الإيجابي، حيث إن له لسان حمد وشكر، وعلى العكس من ذلك حيث نجد الإنسان السَّلبِي دائم التذمُّر والشكوى، ساخطاً غير راضٍ، لذلك أوجب الله تعالى علينا قراءة هذه الآية في كل صلاة، تذكيراً بما يجب أن يكون عليه حال المسلم من الإيجابية، فإن كان في حال السراء حمد الله تعالى وأثنى عليه، وإن نزلت به مصيبة وألمت به كربة فزع أيضاً للصلاة ليحمد الله تعالى على سائر أحواله، لذلك كان النبي (ص.س) إذا أصابته مصيبة فزع للصلاة مستفتحاً بالحمد لله.

أخرج أبو داود بسنده، قول النبي (ص.س) لبلال: "يَا بِلَالُ أَقِمِ الصَّلَاةَ أَرِحْنَا بِهَا".¹⁴⁴ وهو عند الدارقطني بلفظ: "أَرِحْنَا بِهَا يَا بِلَالُ".¹⁴⁵ يَعْنِي: الصَّلَاةَ.

¹⁴³ سورة الفاتحة: 2.

¹⁴⁴ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب في صَلَاةِ الْقَتْمَةِ، 4/296/ح4985.

¹⁴⁵ الدارقطني، أبو الحسن علي بن عمر بن أحمد بن مهدي بن مسعود بن النعمان بن دينار البغدادي (المتوفى: 385هـ) العِللُ الْوَارِدَةُ فِي الْأَحَادِيثِ النَّبَوِيَّةِ، تحقيق وتخرّيج: محفوظ الرحمن زين الله السلفي، دار طيبة - الرياض، ط: 1، 1405 هـ - 1985 م، عدد الأجزاء 11. 122/4. وقال العراقي، إحياء علوم الدين، 1/165: أخرجه الدارقطني، في العِلل من حديث بلال ولأبي داود نحوه من حديث رجل من الصحابة لم يسم بإسناد صحيح.

2- قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا

وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣١﴾¹⁴⁶.

وفي هذه الآية بث روح التفاؤل في نفوس العباد، فتبشّرهم الملائكة عند الموت فائلين لهم: لا تخافوا، قال مجاهد وعكرمة: أي مما تُقدمون عليه من أمر الآخرة ولا تحزنوا على ما خلفتموه من أمر الدنيا من ولد وأهل ومال أو دين فإننا نخلّفكم فيه، وأبشروا بالجنة التي كنتم توعدون فيبشرونهم بذهاب الشر وحصول الخير.¹⁴⁷

فالمؤمن لا يخشى الشيخوخة ويكون سعيداً لحظة الموت فلا يخاف ولا يحزن ولا يكتئب، بل يحب لقاء الله مستبشراً برحمته وجنته.

ونجد أن القرآن الكريم أكثر فاعلية في بناء التفكير الإيجابي من العلاج الطبي! بل إنّ أطباء الدنيا لا يستطيعون منح الأمل أو السعادة لإنسان أشرف على الموت.

وهكذا كان حال النبي (ص.س) قبل وفاته، مستبشراً للقاء ربه. فعن أنس، قال: لَمَّا تَغَشَّى رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) الْكَرْبُ كَانَ رَأْسُهُ فِي حِجْرِ فَاطِمَةَ، فَقَالَتْ فَاطِمَةُ: وَكَرْبَاهُ لِكَرْبِكَ الْيَوْمَ يَا أَبْتَاهُ، فَرَفَعَ رَأْسَهُ (ص.س) وَقَالَ: "لَا كَرْبَ عَلَيَّ أَبِيكَ بَعْدَ الْيَوْمَ يَا فَاطِمَةُ".¹⁴⁸

3- قال الله تعالى: ﴿قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ

يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿٤٠﴾¹⁴⁹.

¹⁴⁶ سورة فصلت: 30.

¹⁴⁷ ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (المتوفى: 774هـ) تفسير القرآن العظيم، تح: محمد حسين شمس الدين، دار الكتب العلمية، منشورات محمد علي بيضون - بيروت، ط: 1، 1419 هـ. 162/7.

¹⁴⁸ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 6 كتاب الجنائز، باب دُكِرَ وَفَاتِهِ وَدُفِنِهِ (ص.س) 521/1 ح 1629.

ابن حبان، صحيح ابن حبان، 14/592/6622. قال المحقق شعيب الأرنؤوط: صحيح.

هذه الآية أرحى آية في كتاب الله سبحانه فهي مُفعمة بالرحمة، وملئمة بالتفاؤل وعدم اليأس لاشتمالها على أعظم بشارة، فإنه سبحانه أضاف العباد إلى نفسه أولاً لقصد تشريفهم، ومزيد في تبشيرهم، ثم وصفهم بالإسراف في المعاصي، والاستكثار من الذنوب، ثم عَقَّب ذلك بالنَّهي عن القنوط من رحمته سبحانه لهؤلاء المستكثرين من الذنوب، فالنَّهي عن القنوط للمذنبين غير المسرفين على أنفسهم هو من باب أولى.

ثم جاء بما لا يُبقي بعده شكاً ولا يتخالج القلب عند سماعه ظن، فقال: ﴿إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا﴾ فالألف واللام قد صيرت الجمع الذي دخلت عليه للجنس الذي يستلزم استغراق أفرادهِ، فهو بمعنى: إن الله يغفر كل ذنب كائناً ما كان، إلا ما أخرجه النص القرآني وهو الشِّرك بالله سبحانه، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ افْتَرَىٰ إِثْمًا عَظِيمًا﴾¹⁵⁰. ثم لم يكتف بما أخبر عباده من مغفرة كل ذنب، بل أكَّد ذلك بقوله: (جَمِيعًا) فيا لها من بشارة ترتاح لها قلوب المؤمنين.¹⁵¹

وفي قصة سيدنا يعقوب بعدما فقد ابنه يوسف وأخاه عليهما السلام قال لأبنائه:

﴿قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ عَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَنِي بِهِمْ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾¹⁵². فتفاءل أن يأتي الله بهم جميعاً. وقال: ﴿يَبْنِي أَدْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾¹⁵³.

¹⁴⁹ سورة الزمر: 53.

¹⁵⁰ سورة النساء: 48.

¹⁵¹ الشوكاني، مُجَدِّد بن علي بن مُجَدِّد بن عبد الله الشوكاني اليمني (المتوفى: 1250هـ) فتح القدير، دار ابن كثير، دار الكلم الطيب - دمشق، بيروت، ط: 1، 1414 هـ. 5/1.

¹⁵² سورة يوسف: 83.

قال ابن كثير: "يقول تعالى مخبرا عن يعقوب (ع.س): إنه ندب بنيه على الذهاب في الأرض يستعلمون أخبار يوسف وأخيه بنيامين...، ونهضهم وبشرهم وأمرهم أن لا يئأسوا من روح الله، أي لا يقطعوا رجاءهم وأملهم من الله فيما يرومونه ويقصدونه، فإنه لا يقطع الرجاء ولا يئأس من روح الله إلا القوم الكافرون".¹⁵⁴ وقال تعالى: ﴿قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ﴾.¹⁵⁵

فاليأس حالة نفسية تعترى الإنسان تحت وطأة الفتن والمحن، وقد يصل اليأس بصاحبه إلى القنوط وانقطاع الأمل، فيحذر الله تعالى في كتابه من اليأس والإحباط، لأن ذلك من صور السلبية، وقد وصف الله تعالى الكافرين والضالين بذلك، أما المسلم فينظر للمصائب والكوارث بإيجابية متفائلاً مستبشراً بكل خير. فهو لا يقنط ولو أسرف على نفسه، بل يبقى أمله معلقاً برحمة الله سبحانه، قال ابن حجر الهيتمي: "اليأس قد ينضم إليه حالة هي أشد منه، وهي التضميم على عدم وقوع الرحمة له، وهو القنوط بحسب ما دل عليه سياق ﴿لَا يَسْتَمُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَئُوسٌ قَنُوطٌ﴾".¹⁵⁶ وتارةً ينضم إليه أنه مع عدم وقوع رحمته له يشدد عذابه كالكفار، وهذا هو المراد بسوء الظن هنا، فتأمل ذلك فإنه مهم".¹⁵⁷

فالمسلم الإيجابي يعلم أنه غير معصوم، وأن وقوع الخطأ منه أمر متوقع، ولكنه سرعان ما يبادر لتصحيح الخطأ، ويجعل من توبته سبباً في تجديد العهد ورفع الهمة، ومضاعفة العمل الإيجابي، متفائلاً

¹⁵³ سورة يوسف: 87.

¹⁵⁴ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 348/4.

¹⁵⁵ سورة الحجر: 56.

¹⁵⁶ سورة فصلت: 49.

¹⁵⁷ ابن حجر الهيتمي، أحمد بن محمد بن علي بن حجر الهيتمي السعدي الأنصاري، شهاب الدين شيخ الإسلام، أبو العباس (المتوفى: 974هـ) الزواجر عن اقتراف الكبائر، دار الفكر، ط: 1، 1407هـ - 1987م، عدد الأجزاء: 2. 151/1.

بقوله سبحانه: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُدْهِنُ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَىٰ لِلذَّاكِرِينَ﴾¹⁵⁸.

4- قال الله تعالى: ﴿كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾¹⁵⁹. وقال تعالى: ﴿فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾¹⁶⁰.

هاتان الآيتان تبثان في نفس المسلم الإيجابية، وذلك بحسن ظنه بكل ما يأتي من الله سبحانه، فالإنسان ينظر إلى ظواهر الأمور والأحداث، ولا يعلم كوامنها وخفاياها، والحكم التي قد انطوت عليها، فما يظنه شراً في حق نفسه قد يبدو له فيما بعد أنه كان خيراً له، وما يظنه خيراً قد يظهر له في المستقبل على العكس من ذلك، فالإنسان الإيجابي يرضى بقسمة الله تعالى محسناً الظن به.

وفي هذا علاج لجميع الضغوط والهموم وما تسببه من قلق وخوف، لأنَّ المؤمن يرضى بقضاء الله ولو كان الظاهر أن فيه الشر والسوء، قال تعالى: ﴿لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا﴾¹⁶¹. فينتظر المؤمن هذا الخير فيكون قد حقق التَّفَاوُلَ المطلوب وابتعد عن الحُزْنَ، وهذا علاج ناجع للقلق والتشاؤم، قد يعجز الطب النَّفْسِي عن علاجه. وكلما ضاقت به الدنيا وأغلقت دونه الأبواب تذكر قول الله تعالى: ﴿وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا﴾¹⁶².

¹⁵⁸ سورة هود: 114.

¹⁵⁹ سورة البقرة: 216.

¹⁶⁰ سورة النساء: 19.

¹⁶¹ سورة الطلاق: 1.

¹⁶² سورة الطلاق: 2.

ولعلَّ غزوة أحد كانت درساً عملياً يبين لنا هذا المعنى، فقد انكشف المسلمون في هذه الغزوة بعد أن كادوا ينتصرون، فأصاب فيهم العدو، وكان يوم بلاء وتمحيص، أكرم الله فيه بعض المسلمين بالشهادة، حتى خلص العدو إلى رسول الله (ص.س). فذُتَّ بالحجارة حتى وقع لشِقِّهِ، فأصببت رباعيته، وشُجَّ في وجهه، وكُلمت شفته.¹⁶³ وكانت هذه الخسارة في ظاهرها شراً في حق المسلمين، ولكنها في حقيقة الأمر كانت درساً استفاد منه المسلمون على مَرِّ العصور، وأنزل الله تعالى قوله: ﴿إِنْ يَمَسُّكُمْ فَزُحٌّ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ فَزُحٌّ مِثْلُهُ وَتِلْكَ الْآيَاتُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَيَتَّخِذَ مِنْكُمْ شُهَدَاءَ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ﴾¹⁶⁴.

فهذه الآية بُثَّت في نفوس الصحابة حالة الإيجابية، بأن يجعلوا من هذه الانتكاسة -وكانت بسبب مخالفة بعض الرماة للتعليمات دون قصد- درساً عملياً تأديبياً للمسلمين، بالتزام أوامر رسول الله (ص.س) وعدم الاجتهاد مع وجود النص، فأجمعوا قواهم بعد ذلك ليصححوا خطأهم ولينطلقوا إلى حمراء الأسد،¹⁶⁵ وليُحوِّلوا هذه المحنة إلى منحة، حيث سمع المشركون باستعادة المسلمين لقوتهم ورباطة جأشهم فولوا منهزمين. فمن استشهد في أحد فقد نال الشهادة، ومن نجا جعلها درساً استفاد منه كما استفادت الأجيال من بعده، فكانت جميع الغزوات بعد ذلك لصالح المسلمين. وهكذا يعيش المؤمن مطمئناً بحسن ظنه بربه سبحانه.

5- قال الله تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقَوْا وَالَّذِينَ هُمْ مُحْسِنُونَ﴾¹⁶⁶.

¹⁶³ ابن هشام، السيرة النبوية، 79/2.

¹⁶⁴ سورة آل عمران: 140.

¹⁶⁵ ابن هشام، السيرة النبوية، 121/2.

¹⁶⁶ سورة النحل: 128.

هذه المعية لَقْنَهَا النبي صلى الله عليه لصاحبه أبي بكر عندما كانا في الغار والمشركون من حول الغار يبحثون عنهما، فخاف أبو بكر (ر.ض) على النبي (ص.س) أن يجدوه فيقتلوه، كما قص الله تعالى ذلك في كتابه فقال: ﴿إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ﴾.¹⁶⁷ إن شعور المؤمن بمعية الله تعالى تُبعد عنه القلق وتبعث في نفسه السكينة، قال الألوسي في تفسيره: "والمراد بالمعية الولاية الدائمة التي لا يحول حول صاحبها شيء من الجزع والحزن وضيق الصدر".¹⁶⁸ بل جاء التصريح في كتاب الله تعالى بنفي الخوف والحزن عن عباده المتقين فقال تعالى: ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١٢٧﴾ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ ﴿١٢٨﴾﴾.¹⁶⁹ قال ابن كثير: "لا خوف عليهم أي فيما يستقبلونه من أهوال الآخرة ولا هم يحزنون على ما وراءهم في الدنيا".¹⁷⁰

6- قال تعالى: ﴿وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٢٩﴾﴾.¹⁷¹ وقال تعالى: ﴿سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ ﴿١٣٠﴾﴾.¹⁷²

هذه الآيات تدعو المسلم للمسابقة والمنافسة والمسارة لما فيه خير، فهي مليئة بمعاني الإيجابية، جاءت بصيغة الجمع لتشجذ الهمم من أجل التنافس المحمود، ممزوجاً بالحبّة بين المسلمين وبالتعاون على

¹⁶⁷ سورة التوبة: 40.

¹⁶⁸ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 492/7.

¹⁶⁹ سورة يونس: 62-63.

¹⁷⁰ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 242/4.

¹⁷¹ سورة آل عمران: 133.

¹⁷² سورة الحديد: 21.

البر والتَّقْوَى كما قال الله تعالى: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ﴾.¹⁷³ فهو

ليس كالتنافس المذموم الذي يسبب العداوة والبغضاء. وهذا مانستطيع أن نسميه بالبيئة الإيجابية التي تكون عوناً للمسلم على السلوك الإيجابي فالإنسان ابن بيئته، والمسلم الإيجابي يسعى جاهداً أن يكون في مُقَدِّمة هذا الركب، لا يترك باباً من أبواب الخير إلا سارع إليه، غايته من وراء ذلك الوصول إلى مرضاة الله عز وجل، فتكون الوسيلة مشروعة والغاية نبيلة.

7- قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾.¹⁷⁴ وقال تعالى:

﴿وَأَصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ﴾.¹⁷⁵

(الضَّيْقُ) بِالْفَتْحِ: الْعَمُّ، وَبِالْكَسْرِ: الشِّدَّةُ. وقيل: (الضَّيْقُ) تَخْفِيفُ ضَيْقٍ مِثْلُ هَيْنٍ وَهَيْنٍ، فَعَلَى

هَذَا هُوَ صِفَةٌ، كَأَنَّهُ قَالَ: وَلَا تَكُنْ فِي أَمْرٍ ضَيْقٍ مِنْ مَكْرِهِمْ.¹⁷⁶

ولما كانت الدنيا دار امتحان فهي لا تخلو من المنغصات ولو صفت لأحد لصفته للأنبياء والمرسلين، لكننا نجد أن أشد الناس ابتلاءً هم الأنبياء عليهم الصلاة والسلام، ولذا نجد في كتاب الله تعالى كثيراً من الآيات التي تنهى المسلم أن يعيش حالة السلبية، مثل مواصلة الحزن، والتأسي على مافات. بل إن النصر مع الصبر، واليسر مع العسر.

8- قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَرْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ

إِمَامًا﴾.¹⁷⁷ هذه الآية يتعلم منها المسلم الطموح، فالمسلم الإيجابي يُحَلِّقُ بطموحه، ويتطلع إلى

¹⁷³ سورة المائدة: 2

¹⁷⁴ سورة آل عمران: 139.

¹⁷⁵ سورة النحل: 137.

¹⁷⁶ البغوي، محيي السنة، أبو محمد الحسين بن مسعود البغوي (المتوفى: 510هـ) معالم التنزيل في تفسير القرآن = تفسير البغوي، حققه وخرج أحاديثه محمد عبد الله النمر - عثمان جمعة ضميرية - سليمان مسلم الحرش، دار طيبة للنشر والتوزيع، ط: 4، 1417 هـ - 1997 م، عدد الأجزاء: 8. 54/5.

المقامات العلى، فيرغب في معالي الأمور ويعمل على تغيير حاله إلى ما هو أسمى وأنفع، وكلما نال مرتبة نظر إلى ما فوقها، ولا يكون ذلك طموحاً محموداً إلا إذا وافق الشرع الحنيف.

كما جاء في الحديث، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ الصَّامِتِ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "الْجَنَّةُ مِائَةُ دَرَجَةٍ مَا بَيْنَ كُلِّ دَرَجَتَيْنِ مَسِيرَةُ مِائَةِ عَامٍ- وَقَالَ عَقَّانُ: كَمَا بَيْنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ- وَالْفِرْدَوْسُ أَعْلَاهَا دَرَجَةً، وَمِنْهَا تَخْرُجُ الْأَنْهَارُ الْأَرْبَعَةُ، وَالْعَرْشُ مِنْ فَوْقِهَا، وَإِذَا سَأَلْتُمُ اللَّهَ فَاسْأَلُوهُ الْفِرْدَوْسَ".¹⁷⁸

9- قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾.¹⁷⁹
المسلم الإيجابي يتميز بطمأنينة القلب وراحة النفس، ويشعر بالسعادة عندما يزداد قرباً من ربه سبحانه، لذلك يستكثر من مجالسته بذكره وتلاوة كتابه، فيشعر بالطمأنينة التي يفتقدها الكافر، ويحاول أن يهرب من هموم الدنيا فيلجأ للمُسْكِرَاتِ والمخدرات بحثاً عن الراحة المفقودة فيزداد ضياعاً على ضياع.

10- قال الله تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾.¹⁸⁰

حتى يكون الإنسان ذا شخصية إيجابية متزنة فلا بد أن يعيش وفق خطة مرسومة للوصول للغاية المنشودة، ومنهج سليم وهدف واضح يسعى جاهداً للوصول إليه، ولتحقيق أهدافه بنجاح، وفي هذه الآية يخبر الله تعالى عن الهدف الذي يجب على الإنسان أن يسعى لأجله لينال السعادة الإيجابية الحقيقية، والتي تكمن بالتوحيد وامتناله لأمر الله تعالى. قال القرطبي في تفسيره: "وما خلقت أهل السعادة من الجن

¹⁷⁷ سورة الفرقان: 74.

¹⁷⁸ أحمد، المسند، 37/1369/22695، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: صحيح.

الترمذي، سنن الترمذي، 6 أبواب صفة الجنة، باب ما جاء في صفة درجات الجنة، 4/675/2531.

¹⁷⁹ سورة الرعد: 28.

¹⁸⁰ سورة الذاريات: 56.

والإنس إلا ليؤخّدون".¹⁸¹ وكل سعادة يدّعيها الإنسان ليست على منهج التوحيد فليست في حقيقتها سعادة إيجابية.

11- قال الله تعالى: ﴿وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾¹⁸². أي الموت. وقال تعالى: ﴿فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ﴾¹⁸³. قيل في معنى الآية: "فإذا فرغت من أمر دنياك، فانصب في عبادة ربك".¹⁸⁴

فمن الصفات الإيجابية للمسلم أنه يغتنم أوقاته بما ينفع وذلك بالعبادة وبالإنجاز والعطاء من غير كسل، ويستمرّ مثابراً على هذا المنهج حتى يغادر هذه الدار، وهذا ما أشار إليه النبي (ص.س) كما في الحديث عن ابن عباس، قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) لِرَجُلٍ وَهُوَ يَعِظُهُ: "اغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَفَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ".¹⁸⁵

12- قال الله تعالى: ﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾¹⁸⁶.

وهذا وعد باليسر بعد العسر، وإنما ذكره بلفظ (مع) التي تقتضي المقاربة ليدل على قرب اليسر من العسر، والعسر المذكور في هذه السورة واحد، لأن الألف واللام للعهد، واليسر اثنان لتتكيّره، وقيل:

¹⁸¹ القرطبي، تفسير القرطبي، 55/17.

¹⁸² سورة الحجر: 99.

¹⁸³ سورة الشرح: 7-8.

¹⁸⁴ الطبري، مُجَدِّد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الأملي، أبو جعفر الطبري (المتوفى: 310هـ) جامع البيان في تأويل القرآن، أحمد مُجَدِّد شاكِر، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1420 هـ - 2000 م، عدد الأجزاء: 24. 24/497.

¹⁸⁵ ابن أبي الدنيا، أبو بكر عبد الله بن مُجَدِّد بن عبيد بن سفيان بن قيس البغدادي الأموي القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (المتوفى: 281هـ) قصر الأمل، تح: مُجَدِّد خير رمضان يوسف، دار ابن حزم، بيروت، ط: 2، 1417 هـ - 1997 م. 89/111.

الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 4/341/7846، والحديث قال العراقي، أبو الفضل زين الدين عبد الرحيم بن الحسين بن عبد الرحمن بن أبي بكر بن إبراهيم العراقي (المتوفى: 806هـ) المغني عن حمل الأسفار في الأسفار، في تخريج ما في الإحياء من الأخبار (مطبوع بهامش إحياء علوم الدين) دار ابن حزم، بيروت - لبنان، ط: 1، 1426 هـ - 2005 م، عدد الأجزاء: 1. ص1837: إسناده حسن.

¹⁸⁶ سورة الشرح 5-6.

إن اليسر الأول في الدنيا والثاني في الآخرة.¹⁸⁷ فالآية تجعل المسلم يزداد إيجابية وتفاؤلاً، ويتعد عن

التشاؤم والقنوط، وهذا ما أكدته آيات كثيرة كقوله سبحانه: ﴿سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا﴾¹⁸⁸.

قال السعدي في تفسيره: "بشارة عظيمة، أنه كلما وجد عُسْر وصعوبة، فإن اليسر يقارنه ويصاحبه، حتى

لو دخل العُسْر جُحْر ضُبٍّ لدخل عليه اليسر، فأخرجه".¹⁸⁹

فالمسلم يأخذ بالأسباب ولا تصدّه المحبطات والعقبات، فسيدنا نوح (ع.س) لبث في قومه ألف

سنة إلا خمسين عاماً وما آمن به إلا القليل.

عن ابن عباسٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "عُرِضَتْ عَلَيَّ الْأُمَمُ، فَجَعَلَ النَّبِيُّ وَالنَّبِيَّانِ يَمْرُونَ

مَعَهُمُ الرِّهْطُ، وَالنَّبِيُّ لَيْسَ مَعَهُ أَحَدٌ، حَتَّى رُفِعَ لِي سَوَادٌ عَظِيمٌ، قُلْتُ: مَا هَذَا؟ أُمِّي هَذِهِ؟ قِيلَ: بَلْ هَذَا

مُوسَى وَقَوْمُهُ، قِيلَ: انْظُرْ إِلَى الْأَفْقِ، فَإِذَا سَوَادٌ يَمَلَأُ الْأَفْقَ، ثُمَّ قِيلَ لِي: انْظُرْ هَا هُنَا وَهَا هُنَا فِي آفَاقِ

السَّمَاءِ، فَإِذَا سَوَادٌ قَدْ مَلَأَ الْأَفْقَ، قِيلَ: هَذِهِ أُمَّتُكَ... الحديث".¹⁹⁰

فالأنبياء لم يُقَصِّرُوا في الدعوة والأخذ بالأسباب ولكن النتائج هي بيد الله سبحانه. وهكذا

المسلم الإيجابي يبذل الجهد ويتعاطى الأسباب ولا تُحبطه النتائج.

¹⁸⁷ ابن جزى الكلبي، أبو القاسم مُجَدِّد بن أحمد بن مُجَدِّد بن عبد الله، ابن جزى الكلبي الغرناطي (المتوفى: 741هـ) التسهيل لعلوم التنزيل،
تح: د. عبد الله الخالدي، شركة دار الأرقم بن أبي الأرقم - بيروت، ط: 1، 1416 هـ، عدد الأجزاء: 2. 493/3.

¹⁸⁸ سورة الطلاق: 7.

¹⁸⁹ السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، ص 929.

¹⁹⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، باب مَنْ أَكْثَرَى أَوْ كَوَى غَيْرُهُ، وَفَضَّلَ مَنْ لَمْ يَكُنْ، 7/126/ح 5705.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب الدَّلِيلِ عَلَى دُخُولِ طَوَائِفَ مِنَ الْمُسْلِمِينَ الْجَنَّةَ بِغَيْرِ حِسَابٍ وَلَا عَذَابٍ،
11/199/ح 220.

13- قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ

وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾.¹⁹¹

فالمسلم خير معطاء يحاول أن يبني ويقدم الخير في أحواله كلها سواء كان في حالة اليسر أو في العسر، في الرخاء أو الشدة، في الصحة أو المرض...

وكظم الغيظ رده في الجوف، يقال: كظم غيظه أي سكت عليه ولم يظهره مع قدرته على إيقاعه بعده، والغيظ أصل الغضب، وكثيراً ما يتلازمان، والفرق بينهما أن الغيظ لا يظهر على الجوارح، بخلاف الغضب فإنه يظهر على الجوارح. والعافين عن الناس، أي عن ظلمهم وإساءتهم، والله يحب المحسنين أي يثيبهم على إحسانهم.¹⁹²

فالمعاملة بالإحسان هي من أخلاق المسلم الإيجابي، فهو لا يقابل السيئة بمثلها بل يعفو ويصفح، وإذا قُدمت له حسنة، ردّها بمثلها أو أحسن منها. كما قال تعالى: ﴿وَإِذَا حُيْتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا﴾.¹⁹³ والآيات التي تدعو للتفاؤل كثيرة في كتاب الله تعالى، ونكتفي بما أوردناه لنتقل إلى الأحاديث الشريفة الواردة في التفاؤل.

¹⁹¹ سورة آل عمران: 134.

¹⁹² القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 208/44.

¹⁹³ سورة النساء: 86.

المبحث الثاني: التَّفَاوُلُ ونَبْدُ التَّشَاوُمِ فِي السُّنَّةِ

التَّفَاوُلُ يُوَلِّدُ الأمل، وهو بدوره يعزز التَّفَاوُلَ فيعملان معاً لبناء النظرة الإيجابية للذات وللمجتمع، وهذا ما يبعث على الارتياح النفسي، لذلك كان للتَّفَاوُلُ الدور الكبير في بناء التَّفَكِيرِ الإيجابي. ومع التَّفَاوُلِ والأمل تُوظَّفُ الطَّاقَاتُ وتُوجَّهُ القدرات نحو تحقيق الأهداف من خلال بث روح العزم والتصميم والمثابرة لتجاوز العقبات والوصول للأهداف.

أما التَّشَاوُمُ الذي يُوَلِّدُ اليأس فإنهما على العكس من ذلك، حيث تتلاشى معهما الطَّاقَاتُ وتُعْطَلُ القدرات وتغيب الأهداف عند الوقوف أمام أي عقبة من العقبات. ومن تأمل في أحاديث النبي فإنه سيجدها تبني التَّفَاوُلَ في فكر المسلم وتحثُّ عليه، وتحارب التَّشَاوُمَ وتحذر منه، وهذا ما سنبينه في المطالب الآتية.

المطلب الأول: حُبُّ النَّبِيِّ (ص.س) للْفَالِ الحَسَنِ

كان النبي (ص.س) يحب الفأل الحسن، وجاء بيان معناه بروايات متعددة وألفاظ ذات مدلول واحد، وبأنه الكلمة الصالحة، والكلمة الطيبة، والكلمة الحسنة.

عن أبي هريرة (ر.ض) قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "لَا طَيْرَةَ، وَخَيْرُهَا الْفَأْلُ" قَالُوا: وَمَا الْفَأْلُ؟ قَالَ: "الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ يَسْمَعُهَا أَحَدُكُمْ".¹⁹⁴

قَوْلُهُ: "الْكَلِمَةُ الصَّالِحَةُ": أَيِ الطَّيِّبَةِ الصَّالِحَةِ، لِأَنَّ يُؤْخَذَ مِنْهَا الْفَأْلُ الْحَسَنُ. (يَسْمَعُهَا): أَيِ تِلْكَ الْكَلِمَةِ. (أَحَدُكُمْ) أَيِ عَلَى قَصْدِ التَّفَاوُلِ كَطَالِبِ ضَالَّةٍ: يَا وَاحِدٌ، وَكَتَاجِرٍ: يَا رَزَاقٌ، وَكَمُسَافِرٍ: يَا

¹⁹⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، باب: الطيرة، 7/135/ح5754.

مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب الطيرة والفأل وما يكون فيه من الشؤم، 4/1745/ح2223.

سَامٌ، وَكَخَارِجٍ لِحَاجَةٍ: يَا نَحِيحٌ، وَكَعَازٍ: يَا مَنْصُورٌ، وَكَحَاجٍ: يَا مَبْرُورٌ، وَكَزَائِرٍ: يَا مَقْبُولٌ، وَأَمَثَالُ ذَلِكَ.
وَالْجُمْلَةُ اسْتِثْنَاءٌ بَيَانٍ أَوْ حَالٌ".¹⁹⁵

وعن أنس (ر.ض) عن النبي أنه قال: " لَا عَدُوَّ وَلَا طَيْرَةَ، وَيُعْجِبُنِي الْقَالَ الصَّالِحُ: الْكَلِمَةُ الْحَسَنَةُ".¹⁹⁶ وفي رواية عند مسلم: "الكلمة الطيبة".¹⁹⁷

وكان النبي (ص.س) يحبُّ أن يسمع القول من فم الرجل، وفي هذا توجيه للصحابه الكرام بأن يتفاءلوا فيما يتكلمون به، فينعكس ذلك على المتكلم والسامع، فعن أبي هريرة (ر.ض) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س): سَمِعَ كَلِمَةً فَأَعْجَبَتْهُ فَقَالَ: "أَحَدُنَا قَالَتْ مِنْ فَيْكِ".¹⁹⁸

المطلب الثاني: تفاؤل النبي (ص.س) بالأسماء

كان رسول الله (ص.س) يتفاءل بالأسماء ويستبشر، وقد وردت أحاديث كثيرة منها:

1- الحديث الذي جاء في قصة صلح الحديبية، وقد أرسلت قريش إلى النبي (ص.س) نفرًا لأجله، وفي الحديث: فَقَامَ رَجُلٌ مِنْهُمْ يُقَالُ لَهُ مِكْرَزُ بْنُ حَفْصٍ، فَقَالَ: دَعُونِي آتِيهِ، فَقَالُوا: آتِيهِ، فَلَمَّا أَشْرَفَ عَلَيْهِمْ، قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "هَذَا مِكْرَزٌ، وَهُوَ رَجُلٌ فَاجِرٌ"، فَجَعَلَ يُكَلِّمُ النَّبِيَّ (ص.س) فَبَيْنَمَا هُوَ يُكَلِّمُهُ إِذْ جَاءَ سُهَيْلُ بْنُ عَمْرٍو، قَالَ مَعْمَرٌ: فَأَخْبَرَنِي أَيُّوبُ، عَنْ عِكْرِمَةَ أَنَّهُ لَمَّا جَاءَ سُهَيْلُ بْنُ

¹⁹⁵ القاري، علي بن (سلطان) محمد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري (المتوفى: 1014هـ) مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، دار الفكر، بيروت - لبنان، ط: 1، 1422هـ - 2002م، عدد الأجزاء: 9. 2893/7.

¹⁹⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، باب القول، 135/7 ح. 5756.

¹⁹⁷ مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب الطيرة والقول وما يكون فيه من الشؤم، 1746/4 ح. 2224.

¹⁹⁸ أحمد، المسند، 16/15 ح. 9039.

أبو داود، سنن أبي داود، 27 كتاب الطب، باب في الطيرة، 18/4 ح. 3917. وفي سنده: عَنْ سُهَيْلٍ، عَنْ رَجُلٍ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ دُونَ ذِكْرِ اسْمِهِ وَهَذَا إِهْمَامٌ، وَلَكِنْ زَالَ هَذَا الْإِهْمَامُ عِنْدَ الْبَيْهَقِيِّ فِي شُعْبِ الْإِهْمَامِ، 399/2، حَيْثُ سَاقَ اسْنَادَهُ عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، فَعُرِفَ أَنَّ الْمُبْهَمَ هُوَ أَبُو صَالِحِ السَّمَانِ، قَالَ عَنْهُ ابْنُ حَجَرٍ، تَقْرِيبُ التَّهْدِيدِ، ص 203 رَقْم 1841: ثِقَّةٌ ثَبَتَ. وَفِي سِنْدِهِ سُهَيْلُ بْنُ أَبِي صَالِحٍ ذَكَوَانُ السَّمَانِ أَبُو يَزِيدَ الْمَدَنِيِّ، قَالَ ابْنُ حَجَرٍ، تَقْرِيبُ التَّهْدِيدِ ص 259 رَقْم 267: صَدُوقٌ تَغْيِيرُ حِفْظِهِ بِأَخْرَ، رَوَى لَهُ الْبُخَارِيُّ، فَالْحَدِيثُ حَسَنٌ لِدَاوَتِهِ لَكُونِ سُهَيْلٍ صَدُوقٌ.

عَمُرُو، قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "لَقَدْ سَهَّلَ لَكُمْ مِنْ أَمْرِكُمْ".¹⁹⁹ فقد تفاعل النبي (ص.س) باسم سهيل الذي يدل على التيسير والسهولة.

2- عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه: "أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) كَانَ يُعْجِبُهُ إِذَا خَرَجَ لِحَاجَتِهِ أَنْ يَسْمَعَ: يَا رَاشِدُ، يَا نَجِيحٌ".²⁰⁰ قوله: "(كَانَ يُعْجِبُهُ)": أَي يَسْتَحْسِنُهُ وَيَتَقَفَّأُ بِهِ (إِذَا خَرَجَ لِحَاجَةٍ أَنْ يَسْمَعَ: يَا رَاشِدُ) أَي وَاجِدُ الطَّرِيقِ الْمُسْتَقِيمِ. (يَا نَجِيحُ) أَي مَنْ فُضِّلَتْ حَاجَتُهُ، وَالْمَرَادُ هَذَا وَأَمثَالُهُ".²⁰¹

3- رَوَى مَالِكٌ عَنْ يَحْيَى بْنِ سَعِيدٍ؛ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ لِلْفَحْهَةِ²⁰²: "مَنْ يَحْلُبُ هَذِهِ؟" فَقَامَ رَجُلٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ لَهُ الرَّجُلُ: مُرَّةٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "اجْلِسْ". ثُمَّ قَالَ: "مَنْ يَحْلُبُ هَذِهِ؟" فَقَامَ رَجُلٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ: "حَرْبٌ". فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "اجْلِسْ". ثُمَّ قَالَ: "مَنْ يَحْلُبُ هَذِهِ؟" فَقَامَ رَجُلٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ: يَعِيشُ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "اجْلِبْ"²⁰³. والحديث عند الطبراني عَنْ يَعِيشَ الْغِفَارِيِّ قَالَ: دَعَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) بِنَاقَةٍ يَوْمًا فَقَالَ: "مَنْ يَحْلِبُهَا"، فَقَالَ رَجُلٌ: أَنَا، قَالَ: "مَا اسْمُكَ؟"، قَالَ مُرَّةٌ، قَالَ: "أَقْعُدْ"، ثُمَّ قَامَ آخَرُ، فَقَالَ: "مَا اسْمُكَ؟"، قَالَ مُرَّةٌ، قَالَ:

¹⁹⁹ البخاري، **الجامع الصحيح**، كتاب الشروط، باب: الشروط في الجهاد، 193/3 ح/2731.

²⁰⁰ الترمذي، **سنن الترمذي**، كتاب السير، باب ما جاء في الطيرة، 1616/4. وقال عنه: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ غَرِيبٌ.

²⁰¹ القاري، **مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح**، 7/2900.

²⁰² يُقَالُ لِفَحْهَةٍ وَلَفْحَةٍ وَلَفْحَةٍ وَلَفْحَةٍ: دَوَاتُ الْأَلْبَانِ مِنَ التُّوْقِ. ابن منظور، **لسان العرب**، 581/2.

²⁰³ مالك، مالك بن أنس بن مالك بن عامر الأصبحي المدني (المتوفى: 179هـ) **الموطأ**، تح: محمد مصطفى الأعظمي، مؤسسة زايد بن سلطان آل نهيان للأعمال الخيرية والإنسانية - أبو ظبي - الإمارات، ط: 1، 1425 هـ - 2004 م، عدد الأجزاء: 8. 1415/5 ح/3569. وهذا حديث مرسل لأن يحيى بن سعيد الأنصري تابعي صغير فكان الإسناد إلى رسول الله (ص.س) مراسلاً. ولكن يؤيده حديث الطبراني المذكور.

"أَفْعُدْ"، ثُمَّ قَامَ آخَرُ، فَقَالَ: "مَا اسْمُكَ؟" قَالَ: جَمْرَةٌ، قَالَ: "أَفْعُدْ، ثُمَّ قَامَ يَعِيشُ"، فَقَالَ: "مَا اسْمُكَ؟" قَالَ: يَعِيشُ، قَالَ: "اخْلُبْهَا".²⁰⁴

قال ابن عبد البر: "هَذَا عِنْدِي - وَاللَّهِ أَعْلَمُ - مِنْ بَابِ الْقَالِ الْحَسَنِ فَإِنَّهُ (ص.س) كَانَ يَطْلُبُهُ وَيُعْجِبُهُ وَلَيْسَ مِنْ بَابِ الطَّيْرَةِ فِي شَيْءٍ لِأَنَّهُ مُحَالٌ أَنْ يَنْهَى عَنِ الطَّيْرَةِ وَيَأْتَهَا، بَلْ هُوَ بَابُ الْقَالِ فَإِنَّهُ كَانَ (ص.س) يَتَفَاءَلُ بِالِاسْمِ الْحَسَنِ".²⁰⁵

4- أخرج الإمام أحمد عن ابن عباس (ر.ض) قال: كان رسول الله (ص.س) يتفاءل ولا يتطير، ويعجبه الاسم الحسن.²⁰⁶ والحديث عند الطبراني بلفظ: "وَكَانَ يُحِبُّ الْإِسْمَ الْحَسَنَ"²⁰⁷

5- عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ بُرَيْدَةَ، عَنْ أَبِيهِ: "أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) كَانَ لَا يَتَطَيَّرُ مِنْ شَيْءٍ، وَكَانَ إِذَا بَعَثَ عَامِلًا سَأَلَ عَنِ اسْمِهِ، فَإِذَا أُعْجِبَهُ اسْمُهُ فَرِحَ بِهِ وَرَتَّى بِشَرِّ ذَلِكَ فِي وَجْهِهِ، وَإِنْ كَرِهَ اسْمَهُ رَتَّى كَرَاهِيَتَهُ ذَلِكَ فِي وَجْهِهِ، وَإِذَا دَخَلَ قَرْيَةً سَأَلَ عَنِ اسْمِهَا فَإِنْ أُعْجِبَهُ اسْمُهَا فَرِحَ وَرَتَّى بِشَرِّ ذَلِكَ فِي وَجْهِهِ، وَإِنْ كَرِهَ اسْمَهَا رَتَّى كَرَاهِيَتَهُ ذَلِكَ فِي وَجْهِهِ"²⁰⁸

وقوله (ص.س): (كَانَ لَا يَتَطَيَّرُ مِنْ شَيْءٍ) أَيُّ مِنْ جِهَةِ شَيْءٍ مِنَ الْأَشْيَاءِ إِذَا أَرَادَ فَعَلَهُ وَمُمْكِنُ أَنْ تَكُونَ (مِنْ) مُرَادِفَةً لِلْبَاءِ فَالْمَعْنَى مَا كَانَ يَتَطَيَّرُ بِشَيْءٍ مِمَّا يَتَطَيَّرُ بِهِ النَّاسُ (فَإِذَا بَعَثَ عَامِلًا) أَيُّ أَرَادَ

²⁰⁴ الطبراني، المعجم الكبير، 277/22. قال الهيثمي، مجمع الزوائد، 48/8: رواه الطبراني وإسناده حسن.

²⁰⁵ ابن عبد البر، أبو عمر يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (المتوفى: 463هـ) الاستبصار، تج: سالم محمد عطا، محمد علي معوض، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1421 هـ - 2000 م، عدد الأجزاء: 9. 513/8.

²⁰⁶ أحمد، المسند، 2/ 2765. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: حسن لغيره، وهذا إسناد ضعيف لضعف ليث بن أبي سليم.

²⁰⁷ الطبراني، المعجم الكبير، 11/ 140، ح 11294. قال الهيثمي مجمع الزوائد، 47/8، ح 12827: رواه أحمد والطبراني، وفيه ليث بن أبي سليم، وهو ضعيف بغير كذب. فالحديث ضعيف الإسناد ولكنه حسن لغيره.

²⁰⁸ أحمد، المسند، 38/34/ح 22946.

أبو داود، سنن أبي داود، كتاب الطب، باب: الطيرة، 4/19/ح 3920.

البيهقي، السنن الكبرى، 8/240/ح 16522. وقد حسن ابن حجر إسناده كما في فتح الباري شرح صحيح البخاري، 10/215.

إِرْسَال عامل (وروي) أَي أَبْصَرَ وَظَهَرَ (بِشْرُ ذَلِكَ) أَي أَثَرُ بَشَاشَتِهِ وَابْتِسَاطِهِ. (وَإِنْ كَرِهَ اسْمُهُ -أي العامل- رُبِّي كَرَاهِيَةً ذَلِكَ) أَي ذَلِكَ الْإِسْمُ الْمَكْرُوهُ (فِي وَجْهِهِ) لَا تَشَاؤُمَا وَتَطْيِّرُ بِاسْمِهِ بَلْ لَا تَنْفَعَا التَّفَاؤُلَ. وَقَدْ غَيَّرَ النَّبِيُّ (ص.س) الْإِسْمَ إِلَى اسْمٍ حَسَنٍ فِي رِوَايَةِ الْبَزَّارِ²⁰⁹ وَالطَّبْرَانِيِّ فِي الْأَوْسَطِ²¹⁰ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِذَا بَعَثْتُمْ إِلَيَّ رَجُلًا فَأَبْعَثُوا حَسَنَ الْوَجْهِ حَسَنَ الْإِسْمِ".²¹¹

وفي موطأ مالك، عَنْ يَحْيَى بْنِ سَعِيدٍ، أَنَّ عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ، قَالَ لِرَجُلٍ: "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ جَمْرَةُ، فَقَالَ: "ابْنُ مَنْ؟"، فَقَالَ: ابْنُ شِهَابٍ: قَالَ: "يَمِّنُ؟" قَالَ: مِنَ الْخُرْقَةِ، قَالَ: "أَيْنَ مَسْكَنُكَ؟" قَالَ: بِحَرَّةِ النَّارِ، قَالَ: "بِأَيِّهَا؟"، قَالَ: بِذَاتِ لَطْيٍ، قَالَ عُمَرُ: "أَذْرِكَ أَهْلَكَ فَقَدْ اخْتَرَفُوا"، قَالَ: فَكَانَ كَمَا قَالَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ (ر.ض).²¹²

قال القاري: "قال ابن عبد الملك: فالسُّنَّةُ أن يختار الإنسان لولده وخادمه من الأسماء الحسنة، فإن الأسماء المكروهة قد توافق القدر كما لو سَمِّيَ أحدُ ابنه بخَسَارٍ، فربما جرى قضاء الله لأن يلحق بذلك الرجل أو ابنه خَسَارٌ، فيعتقد بعض الناس أن ذلك سبب اسمه، فيتشاءمون ويحترزون عن مجالسته ومواصلته. وفي شرح السُّنَّة: ينبغي للإنسان أن يختار لولده وخادمه الأسماء الحسنة، فإن الأسماء المكروهة قد توافق القدر... ولعل في هذا المعنى ما قيل: إن الأسماء تنزل من السماء، فالحديث في الجملة يردُّ على

²⁰⁹ البزار، مسند البزار، 15/217/ح 8630.

²¹⁰ الطبراني، المعجم الأوسط، 7/367/ح 7747. وقال شعيب الأرنؤوط في تخريج سير أعلام النبلاء، 3/545: سنده حسن.

²¹¹ العظيم آبادي، عون المعبود، 10/296.

²¹² مالك، الموطأ، 5/1415/ح 3570.

ما في الجاهلية من تسمية أولادهم بأسماء قبيحة، ككلب، وأسد، وذئب. وعبيدهم، براشد ونجیح ونحوهما. معللين بأن أبناءنا لأعدائنا وخدمنا لأنفسنا".²¹³

وكما كان (ص.س) يتفاءل بأسماء الأشخاص كان يتفاءل أيضاً بأسماء القبائل ويدعو لها. عن عَبْدَ اللَّهِ بن عمر أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ عَلَى الْمِنْبَرِ: "غَفَارُ اللَّهِ هَذَا، وَأَسْلَمُ سَالَمَهَا اللَّهُ، وَعُصَيَّةُ عَصَتِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ".²¹⁴

قال المناوي: "وكان المصطفى (ص.س) يشتد عليه الاسم القبيح ويكرهه من مكان أو قبيلة أو جبل أو شخص ومن تأمل معاني السُّنَّة وجد معاني الأسماء مرتبطة بمسمياتها حتى كأن معانيها مأخوذة منها وكأن الأسماء مشتقة منها ألا ترى إلى خبر أسلم سالمها الله وغفار غفر الله لها وعصية عصت الله".²¹⁵

وكما كان (ص.س) يتفاءل بأسماء الأشخاص والقبائل، كذلك كان يتفاءل بأسماء الأماكن. جاء في الحديث عَنْ كَثِيرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) سَمِعَ رَجُلًا يَقُولُ: هَاكُنَا حَضِرَةً

²¹³ القاري، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، 2900/7.

²¹⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 61 كتاب المناقب، بَابُ ذِكْرِ أَسْلَمَ وَغِفَارَ وَمُزَيْنَةَ وَجُهَيْنَةَ وَأَشْجَعَ، 4/181/ح3513. مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، بَابُ دُعَاءِ النَّبِيِّ (ص.س) لِغِفَارَ وَأَسْلَمَ، 4/1953/ح2518.

²¹⁵ المناوي، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (المتوفى: 1031 هـ) فيض القدير، المكتبة التجارية الكبرى - مصر، ط: 1، 1356م، عدد الأجزاء: 6. 337/237/1.

فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س) "يَا لَتَيْبِكَ نَحْنُ أَخَذْنَا فَالَكَ مِنْ فَيْكِ، اخْرُجُوا بِنَا إِلَى خَضِرَةٍ، فَخَرَجُوا إِلَيْهَا فَمَا سَلَّ فِيهَا سَيْفٌ".²¹⁶

وأخرج الطبراني بسنده عن عائشة (ر.ض) قَالَتْ: "كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ إِذَا سَمِعَ اسْمًا فَبِيحًا غَيْرَهُ، فَمَرَّ عَلَى قَرْيَةٍ يُقَالُ لَهَا عُفْرَةٌ²¹⁷، فَسَمَّاهَا خَضِرَةً".²¹⁸

قال في القاموس المحيط: "وْخَضِرَةٌ: عَلَمٌ لِحَيْبَرٍ، وَمَرَّ (ص.س) بِأَرْضٍ تُسَمَّى عَثْرَةً أَوْ عَفْرَةً أَوْ عَذْرَةً، فَسَمَّاهَا: خَضِرَةً".²¹⁹

وكان النبي (ص.س) يغير أسماء الأماكن تفاؤلاً، فلما قدم (ص.س) المدينة واسمها يثرب، لا تُعرف بغير هذا الاسم غَيْرُهُ بِطَيْبَةٍ؛ فزال عنها ما في لفظ يثرب من التَّثْرِبِ، وطابت بما في معنى طَيْبَةٍ مِنَ الطَّيِّبِ. وكان (ص.س) يغير أسماء أصحابه التي تدل على التَّشَاؤْمِ، ويستبدلها بأسماء تدل على التَّفَاؤُلِ، لما في ذلك من بناء الدَّاتِ الإيجابية، وسترِد هذه الأحاديث في مبحث بناء الدَّاتِ.

²¹⁶ الطبراني، الطبراني، سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (المتوفى: 360) **المعجم الكبير**، تح: حمدي بن عبد المجيد السلفي، مكتبة ابن تيمية - القاهرة، ط: 2، عدد الأجزاء: 25. 20/17، **والمعجم الأوسط**، للطبراني، تح: طارق بن عوض الله بن مُجَدِّد، عبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، دار الحرمين - القاهرة، ط: بلا، عدد الأجزاء: 10. 185/4. أبو نعيم، **الطب النبوي**، 310/1.

وقال الهيثمي، أبو الحسن نور الدين علي بن أبي بكر بن سليمان الهيثمي (المتوفى: 807هـ) **مجمع الزوائد ومنبع الفوائد**، تح: حسام الدين القدسي، مكتبة القدسي، القاهرة، ط: بلا، 1414 هـ، 1994م، عدد الأجزاء: 1. 106/5: كثير بن عبد الله ضعيف، وقد حسن الترمذي حديثه، وبقية رجاله ثقات. والحديث ضعيف.

²¹⁷ قال الخطابي، **معالم السنن**، 128/4: وأما عفرة فهي نعت للأرض التي لا تنبت شيئاً أخذت من العفرة وهي لون الأرض فسمها خضرة على معنى التفاؤل لتخضر وترع.

²¹⁸ الطبراني، **المعجم الصغير**، 1/218 ح 349. قال الهيثمي، **مجمع الزوائد**، 8/51 ح 12858: رجاله رجال الصحيح. والحديث صحيح.

²¹⁹ الفيروزآبادي، **القاموس المحيط**، 385/1.

المطلب الثالث: تفاؤل النبي (ص.س) بالرؤى

كان من منهج النبي (ص.س) فتح أبواب التفاؤل والأمل، والتوقع الإيجابي للأمر، حتى في تأويل الرؤى.

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "رَأَيْتُ ذَاتَ لَيْلَةٍ، فِيمَا يَرَى النَّائِمُ، كَأَنَّ فِي دَارِ عُقْبَةَ بْنِ رَافِعٍ، فَأُتِينَا بِرُطَبٍ مِنْ رُطَبِ ابْنِ طَابٍ، فَأَوَّلْتُ الرِّفْعَةَ لَنَا فِي الدُّنْيَا، وَالْعَاقِبَةَ فِي الْآخِرَةِ، وَأَنَّ دِينَنَا قَدْ طَابَ".²²⁰ فقد أوّل النبي (ص.س) هذه الرؤيا، وهذا دليل على أن تعبير الرؤيا قد تؤخذ من اشتقاق كلماتها، فإنه (ص.س) أخذ من عقبة حُسن العاقبة، ومن رافع الرِّفْعَةَ. ومن رُطَبِ ابن طاب لذاذة الدين وكماله.²²¹ قال ابن القيم: "وكان (ص.س) يأخذ المعاني من أسمائها في المنام واليقظة".²²²

وكان (ص.س) ينهى أصحابه عن التَّشَاؤُم في تعبير الرؤيا، ويأمرهم بأن يعبروه بالخير.

عن عائشة، زَوْجِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَتْ: كَانَتْ امْرَأَةٌ مِنْ أَهْلِ الْمَدِينَةِ هَا زَوْجٌ تَاجِرٌ يَخْتَلِفُ، فَكَانَتْ تَرَى رُؤْيَا كُلَّمَا غَابَ عَنْهَا زَوْجُهَا، وَقَلَّمَا يَغِيبُ إِلَّا تَرَكَهَا حَامِلًا، فَتَأْتِي رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) فَتَقُولُ: إِنَّ زَوْجِي خَرَجَ تَاجِرًا، فَتَرْكَنِي حَامِلًا، فَرَأَيْتُ فِيمَا يَرَى النَّائِمُ أَنَّ سَارِيَةَ بَيْتِي انْكَسَرَتْ، وَأَيْيَ وَلَدْتُ غُلَامًا أَعْوَرَ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "خَيْرٌ، يَرْجِعُ زَوْجُكَ عَلَيْكَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ تَعَالَى صَالِحًا، وَتَلِدِينَ غُلَامًا بَرًّا" فَكَانَتْ تَرَاهَا مَرَّتَيْنِ، أَوْ ثَلَاثًا كُلُّ ذَلِكَ، تَأْتِي رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) فَيَقُولُ: ذَلِكَ هَا، فَيَرْجِعُ زَوْجُهَا، وَتَلِدُ غُلَامًا، فَجَاءَتْ يَوْمًا كَمَا كَانَتْ تَأْتِيهِ، وَرَسُولُ اللَّهِ (ص.س) غَائِبٌ، وَقَدْ رَأَتْ تِلْكَ الرُّؤْيَا، فَقُلْتُ هَا: عَمَّ تَسْأَلِينَ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَا أُمَّةَ اللَّهِ؟ فَقَالَتْ: رُؤْيَا كُنْتُ أَرَاهَا، فَأَتَيْ رَسُولَ اللَّهِ

²²⁰ مسلم، المسند الصحيح، 42 كتاب الرؤيا، باب رُؤْيَا النَّبِيِّ (ص.س) 4/1979/ح2270.

²²¹ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 34/6.

²²² ابن القيم، مُجَدِّدُ بَيْتِ بَكْرِ بْنِ أَيُّوبَ بْنِ سَعْدِ شَمْسِ الدِّينِ ابْنِ قِيَمِ الْجُوزِيَّةِ (المتوفى: 751هـ) زاد المعاد في هدي خير العباد، مؤسسة الرسالة، بيروت - مكتبة المنار الإسلامية، الكويت، ط: 27، 1415هـ/1994م، عدد الأجزاء: 5. 307/2.

(ص.س) فَأَسْأَلُهُ عَنْهَا؟ فَيَقُولُ: خَيْرًا، فَيَكُونُ كَمَا قَالَ: فَقُلْتُ: فَأَخْبِرْنِي مَا هِيَ؟ قَالَتْ: حَتَّى يَأْتِيَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) فَأَعْرِضَهَا عَلَيْهِ، كَمَا كُنْتُ أَعْرِضُ، فَوَاللَّهِ مَا تَرَكْتُهَا حَتَّى أَخْبِرْتَنِي، فَقُلْتُ: وَاللَّهِ لَئِنْ صَدَقْتَ رُؤْيَاكَ لَيَمُوتَنَّ زَوْجُكَ، وَتَلِدِينَ غُلَامًا فَاجِرًا، فَفَعَدْتُ تَبْكِي، وَقَالَتْ: مَا لِي حِينَ عَرَضْتُ عَلَيْكَ رُؤْيَايَ، فَدَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) وَهِيَ تَبْكِي، فَقَالَ لَهَا: مَا لَهَا يَا عَائِشَةُ؟ فَأَخْبَرْتُهُ الْخَبْرَ، وَمَا تَأَوَّلْتُ لَهَا. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): مَهْ يَا عَائِشَةُ "إِذَا عَبَرْتُمُ الرُّؤْيَا فَاغْبُرُوهَا عَلَى الْخَيْرِ، فَإِنَّ الرُّؤْيَا تَكُونُ عَلَى مَا يَغْبُرُهَا صَاحِبُهَا، فَمَاتَ، وَاللَّهُ زَوْجُهَا، وَلَا أَرَاهَا إِلَّا وَلَدَتْ غُلَامًا فَاجِرًا".²²³

والرؤيا هي جزء من النبوة وقد بُعث النبي (ص.س) مبشِّرًا، فكان على المعبر أن يبشِّر ولا يُنقِر. أخرج الترمذي بسنده، عَنْ أَبِي رَزِينٍ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "رُؤْيَا الْمُسْلِمِ جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ وَأَرْبَعِينَ جُزْءًا مِنَ النَّبُوءَةِ وَهِيَ عَلَى رَجُلٍ طَائِرٍ مَا لَمْ يُحَدِّثْ بِهَا فَإِذَا حَدَّثَ بِهَا وَقَعَتْ".²²⁴

وورد عند أبي داود وابن ماجه، بلفظ: "الرُّؤْيَا عَلَى رَجُلٍ طَائِرٍ، مَا لَمْ تُعَبَّرْ فَإِذَا غُبِرَتْ وَقَعَتْ" قَالَ: وَأَحْسِبُهُ قَالَ: "وَلَا تُفْصِّهَهَا إِلَّا عَلَى وَادٍ، أَوْ ذِي رَأْيٍ".²²⁵

فكان (ص.س) يوصي من رأى رؤيا يحبُّها أن يستبشر بها خيراً وأن يحدث بها من يحب، فهي من الله تعالى، وإذا رأى رؤيا يكرهها أن يستعيد بالله منها ومن الشَّيْطَان الذي كان سببها، ولا يحدث بها أحداً.

عَنْ أَبِي سَلَمَةَ، قَالَ: إِنْ كُنْتُ لَأَرَى الرُّؤْيَا تُمْرِضُنِي، قَالَ: فَلَقِيتُ أَبَا قَتَادَةَ، فَقَالَ: وَأَنَا كُنْتُ لَأَرَى الرُّؤْيَا فَتُمْرِضُنِي، حَتَّى سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ مِنَ اللَّهِ، فَإِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ مَا

²²³ الدارمي، سنن الدارمي، 2/1380/ح2209. قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 432/12: إسناده حسن.

²²⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 32 كتاب الرؤيا، باب ما جاء في تغيير الرؤيا، 4/536/ح2279، وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ.

²²⁵ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب ما جاء في الرؤيا، 4/305/ح5020.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 35 كتاب تعبير الرؤيا، باب الرؤيا إذا غُبِرَتْ وَقَعَتْ، فَلَا تُفْصِّهَهَا إِلَّا عَلَى وَادٍ، 2/1288/ح3914.

يُحِبُّ، فَلَا يُحَدِّثُ بِهَا إِلَّا مَنْ يُحِبُّ، وَإِنْ رَأَى مَا يَكْرَهُ فَلْيَتَّقِلْ عَنْ يَسَارِهِ ثَلَاثًا وَلْيَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرِّهَا، وَلَا يُحَدِّثُ بِهَا أَحَدًا فَإِنَّهَا لَنْ تَضُرَّهُ".²²⁶

وفي رواية عند مسلم، عَنْ أَبِي سَلَمَةَ، قَالَ: "كُنْتُ أَرَى الرُّؤْيَا أُعْرَى مِنْهَا، غَيْرَ أَنِّي لَا أُزَمِّلُ".
قوله (أُزَمِّلُ) معناه أُعْطِيَ وَأُلْفُ كَالْمَحْمُومِ وَأَمَّا (أُعْرَى) يقال عُرِيَ الرَّجُلُ إِذَا أَصَابَهُ عُرَاءٌ، وَهُوَ نَقُضُ الْحُمَى وَقِيلَ: رَعْدَةٌ.²²⁷

وفي هذا الحديث يُخْبِرُ التابعيُّ أَبُو سَلَمَةَ أَنَّهُ كَانَ يَرَى الرُّؤْيَا، فَتَكُونُ سَبَبًا فِي مَرَضِهِ وَأَلَمِهِ، فَتُشِيرُ فِي نَفْسِهِ الْآلَامَ وَالْمَخَافَةَ، وَتَسَبِّبُ لَهُ الْفَلَقَ النَّفْسِيَّ، وَظَلَّ عَلَى حَالِهِ تِلْكَ حَتَّى سَمِعَ مِنَ الصَّحَابِيِّ أَبِي قَتَادَةَ الْأَنْصَارِيِّ (ر.ض) أَنَّهُ كَانَ يَقَعُ لَهُ فِي أَحْلَامِهِ مِثْلُ مَا يُحَدِّثُ لِأَبِي سَلَمَةَ، حَتَّى أَرْشَدَهُ النَّبِيُّ ﷺ إِلَى أَنَّ مَنْ رَأَى رُؤْيَا حَسَنَةً مِمَّا يُحِبُّ، أَوْ يَرَاهَا لَهُ غَيْرُهُ، فَتَكُونُ بُشْرَى بِخَيْرٍ أَوْ نَاهِيَةً عَنْ شَرٍّ، "فَلَا يُحَدِّثُ بِهِ إِلَّا مَنْ يُحِبُّ"؛ لِأَنَّ الْحَبِيبَ إِنْ عَرَفَ خَيْرًا قَالَهُ، وَإِنْ جَهِلَ أَوْ شَكَّ سَكَتَ، بِخِلَافِ غَيْرِهِ فَإِنَّهُ يَعْزِّزُهَا لَهُ بِغَيْرِ مَا يَحِبُّ بِغَضًا وَحَسَدًا فَرِمَا وَقَعَ مَا فَسَّرَ بِهِ، إِذِ الرُّؤْيَا لِأَوَّلِ عَابِرٍ، وَأَمَّا مَنْ رَأَى مَا يَكْرَهُ فَعَلِيهِ أَنْ يَتَعَوَّذَ بِاللَّهِ مِنْ شَرِّ هَذِهِ الرُّؤْيَا، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ؛ الَّذِي يُحَيِّلُ لَهُ فِيهَا، ثُمَّ يَتَفَلَّعَ عَنْ يَسَارِهِ ثَلَاثًا، اسْتِقْدَارًا لِلشَّيْطَانِ وَاحْتِقَارًا لَهُ، "وَلَا يُحَدِّثُ بِهَا أَحَدًا"؛ فَإِنَّهُ إِنْ فَعَلَ مَا أَرْشَدَ إِلَيْهِ النَّبِيُّ ﷺ، فَلَنْ تَضُرَّهُ هَذِهِ الرُّؤْيَا، لِأَنَّ مَا ذُكِرَ مِنَ التَّعَوُّذِ، سَبَبٌ لِلسَّلَامَةِ مِنْ شَرِّهَا.²²⁸

²²⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 91 كتاب التعبير، بَابُ إِذَا رَأَى مَا يَكْرَهُ فَلَا يُخْبِرُ بِهَا وَلَا يَذْكُرُهَا، 43/9 ح/7044.

مسلم، المسند الصحيح، 42 كتاب الرؤيا، 4/1772 ح/2261.

²²⁷ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 16/15.

²²⁸ القسطلاني، أحمد بن محمد بن أبي بكر بن عبد الملك القسطلاني القتيبي المصري، أبو العباس، شهاب الدين (المتوفى: 923هـ) إرشاد

الساري لشرح صحيح البخاري، المطبعة الكبرى الأميرية، مصر، ط: 7، 1323هـ، عدد الأجزاء: 10. 160/10.

المطلب الرابع: تفاؤل النبي (ص.س) بالنصر

من يقرأ في سيرة حياة المصطفى (ص.س) يجد فيها النموذج العملي للتفاؤل في أحلك الظروف وأشد الأزمات، فقد كان محسناً الظن بربه موقناً بنصره، متفائلاً لما هو قادم، وكان يبت هذا التفاؤل في نفوس أصحابه بالرغم مما هم فيه من الفاقة والظلم وضياع الأمن.

عَنْ عَدِيِّ بْنِ حَاتِمٍ، قَالَ: بَيْنَا أَنَا عِنْدَ النَّبِيِّ (ص.س) إِذْ أَتَاهُ رَجُلٌ فَشَكَا إِلَيْهِ الْفَاقَةَ، ثُمَّ أَتَاهُ آخَرُ فَشَكَا إِلَيْهِ قَطْعَ السَّبِيلِ، فَقَالَ: "يَا عَدِيُّ، هَلْ رَأَيْتَ الْحَيْرَةَ؟" قُلْتُ: لَمْ أَرَهَا، وَقَدْ أُنْبِئْتُ عَنْهَا، قَالَ "فَإِنْ طَالَتْ بِكَ حَيَاةٌ، لَتَرَيَنَّ الظَّعِينَةَ تَزْجُلُ مِنَ الْحَيْرَةِ، حَتَّى تَطُوفَ بِالْكَعْبَةِ لَا تَخَافُ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ، - قُلْتُ فِيمَا بَيْنِي وَبَيْنَ نَفْسِي فَأَيْنَ دُعَاؤُ طَيِّبِ الَّذِينَ قَدْ سَعَرُوا الْبِلَادَ - وَلَئِنْ طَالَتْ بِكَ حَيَاةٌ لَتُفْتَحَنَّ كُنُوزُ كِسْرَى"، قُلْتُ: كِسْرَى بَنِي هُرْمُزٍ؟ قَالَ: "كِسْرَى بَنِي هُرْمُزٍ، وَلَئِنْ طَالَتْ بِكَ حَيَاةٌ، لَتَرَيَنَّ الرَّجُلَ يُخْرِجُ مِلءَ كَفِّهِ مِنْ ذَهَبٍ أَوْ فِصَّةٍ، يَطْلُبُ مَنْ يَقْبَلُهُ مِنْهُ فَلَا يَجِدُ أَحَدًا يَقْبَلُهُ مِنْهُ...، قَالَ عَدِيُّ: فَرَأَيْتَ الظَّعِينَةَ تَزْجُلُ مِنَ الْحَيْرَةِ حَتَّى تَطُوفَ بِالْكَعْبَةِ لَا تَخَافُ إِلَّا اللَّهَ وَكُنْتُ فِيمَنْ افْتَتَحَ كُنُوزَ كِسْرَى بَنِي هُرْمُزٍ وَلَئِنْ طَالَتْ بِكُمْ حَيَاةٌ، لَتَرَوْنَّ مَا قَالَ النَّبِيُّ أَبُو الْقَاسِمِ: (ص.س) يُخْرِجُ مِلءَ كَفِّهِ".²²⁹ فقد تفاؤل النبي (ص.س) لأصحابه بالأمن والنصر والغنى، فكان ذلك كما قال.

ولنستعرض بعض المواقف والأحداث كنماذج في السيرة النبوية تُبين مدى ما كان يتمتع به رسول الله (ص.س) من التفاؤل والثقة واليقين بنصر الله عز وجل، كما كان حريصاً على غرس ذلك في نفوس أصحابه الكرام (ر.ض).

²²⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 61 كتاب المناقب، باب علامات النبوة في الإسلام، 4/197/ح3595.

1- غزوة بدر

غزوة بدر هي أول غزوة للمسلمين بعد الهجرة إلى المدينة المنورة، وسببها أن النبي (ص.س) سمع بأن عيراً تجارية لقريش قادمة من الشام بإشراف أبي سفيان بن حرب، فندب المسلمين إليها، وذلك ليأخذوها لقاء ما استولى عليه المشركون من أموال المسلمين التي تركوها في مكة، فخفت بعضهم لذلك وتناقل آخرون، إذ لم يكونوا يتصورون قتالا في ذلك.

وتحسّس أبو سفيان الأمر وهو في طريقه إلى مكة، فبلغه عزم المسلمين على خروجهم لأخذ العير، فأرسل إلى مكة ليخبر قريشا بالخبر ويستنفرهم للخروج محافظة على أموالهم. فتجهّزوا سريعا، وخرجوا كلهم قاصدين الغزو، حتى إنه لم يتخلّف من أشرف قريش أحد، وكانوا قريبا من ألف مقاتل.

وخرج رسول الله (ص.س) مع بعض أصحابه وكانوا ثلاث مئة وأربعة عشر رجلا، وكانت إبلهم سبعين، يتعاقب على الواحدة منها اثنان أو ثلاثة من الصحابة، وهم لا يعلمون من أمر قريش وخروجهم شيئا، فهم لم يخرجوا أصلا بنية القتال وإنما أرادوا العير، ولكن الله تعالى أراد لهم النفير.

لم تكن الحرب متكافئة من حيث العدد، فعدد المشركين يفوق عدد المسلمين بثلاثة أضعاف، ومع ذلك نجد أن النبي (ص.س) كان متفائلا واثقا بنصر الله تعالى، فكان يطمئن أصحابه ويقول: "سِيرُوا وَأُبَشِّرُوا، فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَدْ وَعَدَنِي إِحْدَى الطَّائِفَتَيْنِ، وَاللَّهِ لَكَأَيُّ الْآنَ أَنْظُرُ إِلَى مَصَارِعِ الْقَوْمِ".²³⁰

وفي صحيح مسلم عن أنس أن رسول الله (ص.س) قال: "هَذَا مَصْرَعُ فُلَانٍ"، قَالَ: وَيَضَعُ يَدَهُ عَلَى الْأَرْضِ "هَاهُنَا، هَاهُنَا"، قَالَ: فَمَا مَاطَ أَحَدُهُمْ عَنْ مَوْضِعِ يَدِ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س).²³¹

²³⁰ ابن هشام، عبد الملك بن هشام بن أيوب الحميري المعافري، أبو نُجْد، جمال الدين (المتوفى: 213هـ) السيرة النبوية لابن هشام، تح: مصطفى السقا وإبراهيم الأبياري وعبد الحفيظ الشلبي، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر، ط: 2، 1375هـ - 1955م. 615/1.

2- غزوة الأحزاب

سُمِّيتْ غزوة الأحزاب بغزوة الخندق أيضاً، نسبةً إلى ما قام به المسلمون من حفر خندقٍ حول المدينة المنورة، أمّا تسميتها بغزوة الأحزاب فهو نسبةً إلى اجتماع أحزاب المشركين من قريش، وغطفان، وبني فزارة وبني مُرّة، ومن عاونهم ضدّ المسلمين، واليهود من بني النضير، ثم اليهود من بني قُريظة الذين نقضوا العهد وانضموا إلى تلك الأحزاب، فكان عددهم يقارب العشرة آلاف بينما كان عدد المسلمين ثلاثة آلاف، موزعين بين من يحفر الخندق ومن يحرس في نقاط الحراسة، وفرق للقتال والمقاومة، فأصاب المسلمين في هذه الغزوة تعب شديد في حفر الخندق، وجوع وشدة وبرد، وخوف من حصار المشركين لهم في المدينة، وخيانة اليهود، وتخذيّل المنافقين وإرجافهم للمسلمين، واشتداد الكرب على المسلمين حتى وصف الله تعالى الحال التي كانوا عليها بقوله: ﴿إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونًا ۚ﴾ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا ﴿١١﴾. ²³²

ومن شدة الجوع الذي أصاب النبي (ص.س) وأصحابه فقد عصبوا الحجارة على بطونهم أثناء حفر الخندق ليتقوا بذلك ما يجده الجائع من ألم الفراغ في معدته، كما في حديث جابر (ر.ض) قَالَ: إِنَّا يَوْمَ الْخَنْدَقِ نَحْفِرُ، فَعَرَضَتْ كُدَيْةٌ شَدِيدَةٌ، فَجَاءُوا النَّبِيَّ (ص.س) فَقَالُوا: هَذِهِ كُدَيْةٌ عَرَضَتْ فِي الْخَنْدَقِ، فَقَالَ: "أَنَا نَازِلٌ". ثُمَّ قَامَ وَبَطْنُهُ مَعْصُوبٌ بِحَجَرٍ، وَلَبِثْنَا ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ لَا نَذُوقُ ذَوَاقًا، فَأَخَذَ النَّبِيُّ (ص.س) الْمِعْوَلَ فَضَرَبَ، فَعَادَ كَثِيرًا أَهْيَلًا، أَوْ أَهَمَّ... الحديث". ²³³

²³¹ مسلم، المسند الصحيح، 32 كتاب الجهاد والسير، باب غزوة بدر، 3/ 1403/ح 1779.

²³² سورة الأحزاب: 10 - 11.

²³³ البخاري، الجامع الصحيح، 64 كتاب المغازي، باب غزوة الخندق وهي الأحزاب، 5/ 108/ح 4101.

وعلى الرغم من كل هذه الصعاب، كان رسول الله (ص.س) يغرس التِّفْأُول والأمل في نفوس أصحابه ويرفع همهم، ويكبر من أهدافهم، فحياتهم لن تتوقف عند هذا الحصار بل سينتصرون ويحكمون العالم قاطبة.

أخرج الإمام أحمد من طريق عَوْف، عَنْ مَيْمُونِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ، عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ: أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) بِحُفْرِ الْخُنْدِيقِ، قَالَ: وَعَرَضَ لَنَا صَخْرَةٌ فِي مَكَانٍ مِنَ الْخُنْدِيقِ، لَا تَأْخُذُ فِيهَا الْمَعَاوِلُ، قَالَ: فَشَكَّوْهَا إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) فَجَاءَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) قَالَ عَوْفٌ: وَأَحْسِبُهُ قَالَ: وَضَعَ ثَوْبَهُ ثُمَّ هَبَّطَ إِلَى الصَّخْرَةِ، فَأَخَذَ الْمِعْوَلَ فَقَالَ: "بِسْمِ اللَّهِ" فَضَرَبَ ضَرْبَةً فَكَسَرَ ثُلُثَ الْحَجَرِ، وَقَالَ: "اللَّهُ أَكْبَرُ أُعْطِيتُ مَفَاتِيحَ الشَّامِ، وَاللَّهُ إِلَيَّ لَا بُدَّ لِي أَنْ أَبْصُرَ قُصُورَهَا الْخُمْرَ مِنْ مَكَانِي هَذَا". ثُمَّ قَالَ: "بِسْمِ اللَّهِ" وَضَرَبَ أُخْرَى فَكَسَرَ ثُلُثَ الْحَجَرِ فَقَالَ: "اللَّهُ أَكْبَرُ، أُعْطِيتُ مَفَاتِيحَ فَارِسَ، وَاللَّهُ إِلَيَّ لَا بُدَّ لِي أَنْ أَبْصُرَ الْمَدَائِنَ، وَأَبْصُرَ قَصْرَهَا الْأَبْيَضَ مِنْ مَكَانِي هَذَا" ثُمَّ قَالَ: "بِسْمِ اللَّهِ" وَضَرَبَ ضَرْبَةً أُخْرَى فَقَلَعَ بَقِيَّةَ الْحَجَرِ فَقَالَ: "اللَّهُ أَكْبَرُ أُعْطِيتُ مَفَاتِيحَ الْيَمَنِ، وَاللَّهُ إِلَيَّ لَا بُدَّ لِي أَنْ أَبْصُرَ أَبْوَابَ صَنْعَاءَ مِنْ مَكَانِي هَذَا".²³⁴

كان المؤمنون يثقون بكل ما يخبر به النبي (ص.س) ويؤمنون به، أما المنافقون فقد قال أحدهم: "كَانَ مُحَمَّدٌ يَعِدُنَا أَنْ نَأْكُلَ كُنُوزَ كِسْرَى وَقَيْصَرَ، وَأَحْدُنَا لَا يَأْمَنُ أَنْ يَذْهَبَ إِلَى الْعَائِطِ". فَأَنْزَلَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فِيهِ: ﴿وَإِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ مَّا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ إِلَّا غُرُورًا ۝﴾.²³⁵

وانتصر المؤمنون في هذه الغزوة وفي غيرها من الغزوات وتحقق لهم ما أخبر به رسول الله (ص.س).

²³⁴ أحمد، المسند، 60/626/ح 18694.

قال الهيثمي، مجمع الزوائد، 6/130/ح 10133: رَوَاهُ أَحْمَدُ، وَفِيهِ مَيْمُونُ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ، وَثَّقَهُ ابْنُ جِبَّانَ، وَضَعَفَهُ جَمَاعَةٌ، وَبَقِيَّةُ رِجَالِهِ ثِقَاتٌ. وحسن ابن حجر سند الحديث، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 7/397.

قلت: الحديث له أصل في الصحيح من حديث جابر المتقدم.

²³⁵ سورة الأحزاب: 12.

ابن هشام، السيرة النبوية، 1/522.

3- غزوة خيبر

عَنْ أَنَسٍ (ر.ض): أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) خَرَجَ إِلَى خَيْبَرَ، فَجَاءَهَا لَيْلًا، وَكَانَ إِذَا جَاءَ قَوْمًا بَلِيلٍ لَا يُغَيِّرُ عَلَيْهِمْ حَتَّى يُصْبِحَ، فَلَمَّا أَصْبَحَ خَرَجَتْ يَهُودُ بِمَسَاحِيهِمْ وَمَكَاتِلِهِمْ، فَلَمَّا رَأَوْهُ قَالُوا: مُحَمَّدٌ وَاللَّهِ، مُحَمَّدٌ وَالْحَمِيسُ، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "اللَّهُ أَكْبَرُ، خَرِبَتْ خَيْبَرُ إِنَّا إِذَا نَزَلْنَا بِسَاحَةِ قَوْمٍ، فَسَاءَ صَبَاحُ الْمُنْدَرِينَ".²³⁶

وذهب السهيلي إلى أَنَّ هذا الحديث يؤخذ منه التَّفَاوُلُ؛ لأنه (ص.س) لما رأى آلات الهدم أخذ منه أَنَّ مدينتهم ستخرب.²³⁷

وأيضاً الصحابة (ر.ض) بهذا النصر لذلك أراد كل واحد منهم أن يأخذ الراية وحاول بعض الصحابة ولم يفتح لهم، ومع ذلك لم يصبهم اليأس. كما في الحديث.

عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ (ر.ض) أَنَّهُ سَمِعَ النَّبِيَّ (ص.س) يَقُولُ: يَوْمَ خَيْبَرَ: "لَأُعْطِينَ الرَّايَةَ رَجُلًا يَفْتَحَ اللَّهُ عَلَى يَدَيْهِ"، فَقَامُوا يَرْجُونَ لِذَلِكَ أَيُّهُمْ يُعْطَى، فَعَدَّوْا وَكُلُّهُمْ يَرْجُو أَنَّ يُعْطَى، فَقَالَ: "أَيُّنَ عَلَيَّ؟"، فَقِيلَ: يَشْتَكِي عَيْنَيْهِ، فَأَمَرَ، فَدَعَا لَهُ، فَبَصَقَ فِي عَيْنَيْهِ، فَبَرَأَ مَكَانَهُ حَتَّى كَانَتْهُ لَمْ يَكُنْ بِهِ شَيْءٌ، فَقَالَ: نُقَاتِلُهُمْ حَتَّى يَكُونُوا مِثْلَنَا؟ فَقَالَ: "عَلَى رِسْلِكَ، حَتَّى تَنْزِلَ بِسَاحَتِهِمْ، ثُمَّ ادْعُهُمْ إِلَى الْإِسْلَامِ، وَأَخْبِرْهُمْ بِمَا يَجِبُ عَلَيْهِمْ، فَوَاللَّهِ لَأَنْ يُهْدَى بِكَ رَجُلٌ وَاحِدٌ خَيْرٌ لَكَ مِنْ حُمْرِ النَّعَمِ".²³⁸

²³⁶ البخاري، **المجامع الصحيح**، 56 كتاب الجهاد والسير، بَابُ دُعَاءِ النَّبِيِّ (ص.س) النَّاسَ إِلَى الْإِسْلَامِ وَالتَّوْبَةِ...، 4/48/ح2945.
مسلم، **المسند الصحيح**، 32 كتاب الجهاد والسير، بَابُ غَزْوَةِ خَيْبَرَ، 3/1426/ح1365.
²³⁷ السهيلي، عبد الرحمن بن عبد الله بن أحمد السهيلي (ت ٥٨١هـ) **الروض الأنف في شرح السيرة النبوية لابن هشام**، تج: عمر عبد السلام السلامي، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ط: 1، ٤٢١ هـ - ٢٠٠٠ م، عدد الأجزاء: ٧. 91/7.
²³⁸ البخاري، **المجامع الصحيح**، 56 كتاب الجهاد والسير، بَابُ دُعَاءِ النَّبِيِّ (ص.س) النَّاسَ إِلَى الْإِسْلَامِ وَالتَّوْبَةِ...، 4/47/ح2942.
مسلم، **المسند الصحيح**، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، بَابُ مِنْ فَضَائِلِ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ (ر.ض) 4/1872/ح2406.

ثم خرج فقاتل وكان الفتح على يديه. والسيِّرة النبويَّة مليئة ببشائر النصر لأمة الإسلام، فمهما عانى المسلمون من الظلم والابتلاء فإن العاقبة لنا، كما قال تعالى: ﴿قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ اسْتَعِينُوا بِاللَّهِ وَأَصْبِرُوا إِنَّ الْأَرْضَ لِلَّهِ يُورِثُهَا مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ ۖ وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ﴾²³⁹.

وأحاديث التفاعل بالنصر كثيرة منها قوله (ص.س): "إِنَّ اللَّهَ زَوَى²⁴⁰ لِي الْأَرْضَ، فَرَأَيْتُ مَشَارِقَهَا وَمَغَارِبَهَا، وَإِنَّ أُمِّي سَيَبْلُغُ مُلْكُهَا مَا زُوِيَ لِي مِنْهَا، وَأُعْطِيتُ الْكَزْنَينِ الْأَحْمَرَ وَالْأَبْيَضَ، وَإِنِّي سَأَلْتُ رَبِّي لِأُمِّي أَنْ لَا يُهْلِكَهَا بَسَنَةٌ عَامَّةٌ، وَأَنْ لَا يُسَلِّطَ عَلَيْهِمْ عَدُوًّا مِنْ سِوَى أَنْفُسِهِمْ، فَيَسْتَبِيحَ بَيْضَتَهُمْ، وَإِنَّ رَبِّي قَالَ: يَا مُحَمَّدُ إِنِّي إِذَا قَضَيْتُ قَضَاءً فَإِنَّهُ لَا يُرَدُّ، وَإِنِّي أَعْطَيْتُكَ لِأُمَّتِكَ أَنْ لَا أَهْلِكَهُمْ بَسَنَةٌ عَامَّةٌ، وَأَنْ لَا أُسَلِّطَ عَلَيْهِمْ عَدُوًّا مِنْ سِوَى أَنْفُسِهِمْ، يَسْتَبِيحَ بَيْضَتَهُمْ، وَلَوْ اجْتَمَعَ عَلَيْهِمْ مَنْ بَافْطَارِهَا - أَوْ قَالَ مَنْ بَيْنَ أَفْطَارِهَا - حَتَّى يَكُونَ بَعْضُهُمْ يُهْلِكُ بَعْضًا، وَيَسْنِي بَعْضُهُمْ بَعْضًا".²⁴¹

المطلب الخامس: علاج التشاؤم في السنة

أولاً: حسن الظن بالله تعالى والتفاؤل بالمستقبل

المؤمن يحسن الظن بربه سبحانه، وإذا أغلق أمامه الباب لم يضع وقته وهو ينظر إليه، بل يأخذ بالأسباب مستبشراً بأن الله تعالى لا يغلق باباً إلا ويفتح له أبواباً أخرى.

والمؤمن يعتقد أن الأمور تجري بمشيئة الله تعالى، فالخير والشر بيده فما أخطأ الإنسان لم يكن ليعصيه وما أصابه لم يكن ليعطيه، كل ذلك مع الأخذ بالأسباب.

²³⁹ سورة الأعراف: 128.

²⁴⁰ زُوِيَ: أَي جُعِلَتْ. ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 320/2.

²⁴¹ مسلم، المسند الصحيح، 52 كتاب الفتن وأشراف الساعة، بَابُ هَلَاكِ هَذِهِ الْأُمَّةِ بَعْضُهُمْ بِبَعْضٍ، 4/2215 ح/2889.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "قَالَ اللَّهُ: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي".²⁴² قال القسطلاني: "إن ظن أني أعفو عنه وأغفر له ذلك، وإن ظن أني أعاقبه وأؤاخذه فكذلك، وفيه إشارة إلى ترجيح جانب الرجاء على الخوف".²⁴³

قال القرطبي: "وإنما كان يعجبه الفأل لأنه تنشرح له النفس وتستبشر بقضاء الحاجة وبلوغ الأمل، فيحسن الظن بالله عز وجل، وقد قال الله تعالى: أنا عند ظن عبدي بي. وإنما كان يكره الطيرة لأنها من أعمال أهل الشرك ولأنها تجلب ظن السوء بالله تعالى".²⁴⁴

فمن التَّفَاوُل حسن الظن بالله تعالى، وبالتالي فإن التَّشَاؤْم فيه سوء الظن به سبحانه، قال العلماء: وإنما أحبَّ النبي (ص.س) الفأل لأن الإنسان إذا أَمَلَ فائِدَةً اللَّهِ تَعَالَى وَفَضَّلَهُ عِنْدَ سَبَبٍ قَوِيٍّ أَوْ ضَعِيفٍ فهو على خير، وأما إذا قطع رجاءه وأمله من الله تعالى فإن ذلك شر له والطيرة فيها سوء الظن وتوقع البلاء.²⁴⁵

قال ابن حجر: "قال الحليمي وإنما كان (ص.س) يعجبه الفأل لأن التَّشَاؤْم سوء ظن بالله تعالى بغير سبب محقق والتَّفَاوُل حسن ظن به والمؤمن مأمور بحسن الظن بالله تعالى على كل حال".²⁴⁶ وفي سيرة النبي (ص.س) كثير من الحوادث التي تدل على حسن ظنه بربه سبحانه وتفاؤله الإيجابي للمستقبل.

²⁴² البخاري، **المجامع الصحيح**، 97 كتاب التوحيد، باب قول الله تعالى: {يُرِيدُونَ أَن يُبَدِّلُوا كَلَامَ اللَّهِ}، 145/9 ح/7505. مسلم، **المسند الصحيح**، 48 كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب فضل الذكر والدعاء والتفكير إلى الله تعالى، 2067/4 ح/2675.

²⁴³ القسطلاني، **إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري**، 381/10.

²⁴⁴ القرطبي، **المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم**، 628/5.

²⁴⁵ النووي، **المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج**، 219/14.

²⁴⁶ ابن حجر، **فتح الباري شرح صحيح البخاري**، 215/10.

عن عائشة (ر.ض) أنها قالت للنبي (ص.س): هل أتى عليك يوم كان أشد من يوم أُحُدٍ، قال: "لقد لقيت من قومك ما لقيت، وكان أشد ما لقيت منهم يوم العقبة، إذ عرضت نفسي على ابن عبد ياليل بن عبد كلال، فلم يجبني إلى ما أردت، فانطلقت وأنا مهموم على وجهي، فلم أستفق إلا وأنا بقرن الثعالب فرفعت رأسي، فإذا أنا بسحابة قد أظلّني، فنظرت فإذا فيها جبريل، فناداني فقال: إن الله قد سمع قول قومك لك، وما ردوا عليك، وقد بعث إليك ملك الجبال لتأمره بما شئت فيهم، فناداني ملك الجبال فسلم عليّ، ثم قال: يا محمد، فقال، ذلك فيما شئت، إن شئت أن أطبق عليهم الأخشبين؟ فقال النبي (ص.س): بل أرجو أن يخرج الله من أصلابهم من يعبد الله وحده، لا يشرك به شيئاً".²⁴⁷

فمع كل العناد والشدة التي لقيها النبي (ص.س) من قومه فقد كان يتفاعل ويقول: "بل أرجو أن يخرج الله من أصلابهم من يعبد الله وحده، لا يشرك به شيئاً".

ثانياً: عدم الركون لخاطر السوء

لا يستطيع الإنسان قطع الخواطر فهو غير مؤاخذ عليها، ولكن المطلوب هو عدم الاسترسال معها والركون إليها، فالخاطرة إن استمرت تحولت إلى فكرة، والأفكار لا تقيدُها المسافات الزمانية أو المكانية. كما تمتلك الفكرة القدرة على أن تنشط في الليل وفي النهار، عند الشروق وعند الغروب، فيستطيع الإنسان أن يرجع بفكره بسرعة تضاهي سرعة الضوء، ليعيش في الماضي، ويسبح في بحر المستقبل، فإن كان التفكير سليماً استفاد من الماضي وخطط للمستقبل، وإلا عاش في أعماق الحزن على مافات، وتوجس خائفاً من غوامض ما سيأتي، فيعيش الحاضر بأحاسيس تجعل حياته سلسلة من المشاكل والتحديات، والحقيقة أن أكثر ما ينجص الإنسان إنما هو التفكير بالماضي والمستقبل، مع اليقين بأنه ليس

²⁴⁷ البخاري، **الجامع الصحيح**، 59 كتاب بدء الوحي، باب إذا قال أحدكم: آمين والملائكة في السماء...، 4/115 ح

مسلم، **المسند الصحيح**، 32 كتاب الجهاد والسير، باب ما لقي النبي (ص.س) من أذى المشركين والمنافقين، 3/1420 ح 1795.

لهما وجود في الحاضر، فالماضي مضى وانقضى، والمستقبل غيب لم يأتي بعد، فليس على الإنسان أن يعيش في الماضي أو يقلق للمستقبل الآتي. لذلك نجد أن النبي (ص.س) قد أوصى بعدم الحزن على ما فات بل يغتنم المؤمن وقته ويتفادى لما هو قادم.

أما عن الماضي فعن أبي هريرة، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ".²⁴⁸ أي يُلقي الشَّيْطَانُ في القلب معارضة القدر ويوسوس به.²⁴⁹

ففي هذا الحديث يحثُ النبي (ص.س) على تحصيل القوة الإيجابية التي تكون دافعاً للحرص على ما ينفع والاستعانة بالله تعالى وعدم إظهار العجز، والنهي عن الحزن على الماضي والتأسف على ما فات لأن ذلك من الشَّيْطَانِ الذي يريد أن يثبت في النَّفْسِ الشعور السَّلْبِي باليأس والإحباط.

وأما عن المستقبل فقد أخرج الإمام أحمد عن أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنْ قَامَتْ عَلَى أَحَدِكُمُ الْقِيَامَةُ، وَفِي يَدِهِ فَسِيلَةٌ فَلْيُعْرِسْهَا".²⁵⁰ وفي هذا بث روح الأمل والحث على العمل وتقديم الخير للمجتمع ولو كانت علامات الساعة قد لاحت في الأفق.

والشخص الذي يفكر بسلبية عنده قدرة خيالية في العثور على السَّلبيات وانتقائها من بين الإيجابيات، بل ربما حول تلك الإيجابيات بنظرة منه إلى سلبيات!

²⁴⁸ مسلم، *المسند الصحيح*، 46 كتاب القدر، باب في الأمر بالقُوَّةِ وَتَرْكِ الْعُجْزِ وَالِاسْتِعَانَةِ بِاللَّهِ وَتَقْوِيَةِ الْمَقَادِيرِ لِلَّهِ، 4/2056/ح 2664.

²⁴⁹ النووي، *المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج*، 16/216.

²⁵⁰ أحمد، *المسند*، 20/251/ح 12902، قال العيني، أبو نُجْدٍ مُحَمَّدُ بْنُ أَحْمَدَ بْنِ مُوسَى بْنِ أَحْمَدَ بْنِ حَسَنِ الْغَيْثَانِي الْحَنْفِيُّ بِدَرِ الدِّينِ الْعَيْنِي (المتوفى: 855هـ) *عمدة القاري شرح صحيح البخاري*، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 12. 12/155: إسناده حسن.

فالفكرة: "لها قوة جبارة قد تسبب السعادة إذا استخدمت إيجابياً، وقد تسبب التعاسة لو استخدمت سلبياً، لأنها قادرة على تخطي الزمن".²⁵¹

فإذا رجع الإنسان بفكره إلى موقف سبّب له السعادة، تكررت لديه المشاعر الإيجابية التي شعر بها في ذلك الحين، ولو رجع بأفكاره إلى الماضي وركّز على موقف أو تجربة سلبية فيها الحزن والألم، تولدت لديه تلك المشاعر السلبية وكأنه يعيش تلك الحادثة، وكلما تكررت الفكرة تكررت معها تلك الأحاسيس. فأي شيء يفكر فيه الإنسان سواء كان إيجابياً أو سلبياً سيتحول إلى واقع في تلك اللحظة، ولن يتغير هذا الواقع إلا بتغير الفكرة الأساسية.

فالتفكير السلبي يجعل الإنسان لا يرى الطرق المعبدة والمضيئة، فيسلك الطرق المتعيرة والمظلمة، فلا يجد فيها مخرجاً، بل يصطدم بكل ما يؤلمه فيشعر بالألم والضياع والفشل، وعندها يثور ذلك الغضب الذي يزيد الطين بلة.

فمن ألد أعداء الإنسان أفكاره السلبية الهدامة التي تعيش في داخله، فإن علم الإنسان كيف يتحكم بها ويوجهها التوجيه الصحيح كانت تلك الأفكار بناءة. ومثال الأفكار مثال الحصان الشارد، فإن تركه صاحبه فرما قتله بركلة واحدة، وإن روضه كان عوناً له، منقاداً لخدمته.

فالتفكير السلبي هو أخطر مما يتصوره الإنسان، لأنه يجعل من الحياة سلسلة من المتاعب والآلام، ليسبب بعد ذلك النتائج السلبية، كالأعراض العضوية والنفسية.

وحتى لا يحول الإنسان حياته إلى تعاسة وصعوبات فقد أرشد النبي (ص.س) إلى عدم الالتفات والاستسلام لتلك الأفكار السلبية الهدامة، التي تبث في النفس التشاؤم، وذلك عندما سأله الصحابي

²⁵¹ الفقي، قوة التفكير، ص 85.

مُعَاوِيَةَ بْنِ الْحَكَمِ السُّلَمِيِّ (ر.ض) فقال: مِمَّا رَجُلٌ يَتَطَيَّرُونَ، قَالَ: "ذَاكَ شَيْءٌ يَجِدُونَهُ فِي صُدُورِهِمْ، فَلَا يَصُدُّنَهُمْ".²⁵²

قوله: (شَيْءٌ يَجِدُونَهُ فِي صُدُورِهِمْ فَلَا يَصُدُّنَهُمْ) مَعْنَاهُ أَنَّ الطَّيْرَةَ شَيْءٌ يَجِدُونَهُ فِي النُّفُوسِ ضَرُورَةً، وَلَا عَتَبَ عَلَيْكُمْ فِي ذَلِكَ فَإِنَّهُ غَيْرُ مَكْتَسَبٍ لَكُمْ فَلَا تَكْلِيفَ بِهِ، وَلَكِنْ لَا تَمْتَنِعُوا بِسَبَبِهِ مِنَ التَّصَرُّفِ فِي أُمُورِكُمْ فَهَذَا الَّذِي تَقْدِرُونَ عَلَيْهِ وَهُوَ مَكْتَسَبٌ لَكُمْ فَيَقَعُ بِهِ التَّكْلِيفُ، فَهَاهُمْ (ص.س) عَنِ الْعَمَلِ بِالطَّيْرَةِ، وَالطَّيْرَةُ هِيَ مَحْمُولَةٌ عَلَى الْعَمَلِ بِهَا لَا عَلَى مَا يَوْجَدُ فِي النَّفْسِ مِنْ غَيْرِ عَمَلٍ.²⁵³

فمعنى الحديث أنه قد لا يسلم إنسان من أن يجد الطَّيْرَةَ في نفسه. ويشهد له أحاديث أخرى منها:

ماورد عن النبي (ص.س) أنه قال: "ثَلَاثٌ لَا زِمَاتٍ لِأُمَّتِي: الطَّيْرَةُ، وَالْحَسَدُ، وَسُوءُ الظَّنِّ". فَقَالَ رَجُلٌ: مَا يُذْهِبُهُنَّ يَا رَسُولَ اللَّهِ مِمَّنْ هُوَ فِيهِ؟ قَالَ: "إِذَا حَسَدْتَ فَاسْتَعْفِرِ اللَّهَ، وَإِذَا ظَنَنْتَ فَلَا تُحَقِّقْ، وَإِذَا تَطَيَّرْتَ فَأَمْضِ".²⁵⁴ وَمَعْنَاهُ "أَنَّ الطَّيْرَةَ شَيْءٌ يَجِدُونَهُ فِي نَفْسِكُمْ ضَرُورَةً وَلَا تَكْلِيفَ بِهِ لَكِنْ لَا تُمْنَعُوا بِسَبَبِهِ مِنَ التَّصَرُّفِ لِأَنَّهُ مُكْتَسَبٌ فَيَقَعُ بِهِ التَّكْلِيفُ".²⁵⁵

ومنها ما أخرجه الإمام أحمد، قال: حدثنا حماد بن خالد قال حدثنا ابن عُلاثة عن مَسْلَمَةَ الجُهَنِيِّ قَالَ سَمِعْتُهُ يَحْدُثُ عَنِ الْفَضْلِ بْنِ عَبَّاسٍ قَالَ: خَرَجْتُ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ يَوْمًا فَبَرَحَ ظِيٌّ، فَمَالَ فِي

²⁵² مسلم، المسند الصحيح، 5 كتاب المساجد، باب تحريم الكلام في الصلاة، ونسخ ما كان من إباحته، 1/31/537.

²⁵³ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 23/5.

²⁵⁴ الطبراني، المعجم الكبير، 3/3227. وقال الهيثمي مجمع الزوائد، 8/13046: رواه الطبراني، وفيه إسماعيل بن قيس الأنصاري وهو ضعيف.

²⁵⁵ ابن مفلح، مُجَدُّ بْنُ مَفْلَحٍ بْنُ مُحَمَّدٍ بْنِ مَفْرَجٍ، أَبُو عَبْدِ اللَّهِ، شَمْسُ الدِّينِ الْمُقَدَّسِيُّ الرَّامِيْنِيُّ ثُمَّ الصَّالِحِيُّ الْحَنْبَلِيُّ (المتوفى: 763هـ) الآداب الشرعية والمنح المرعية، عالم الكتب، ط: بلا، عدد الأجزاء: 3. 361/3.

شقه، فاحتضنته، فقلت: يا رسول الله تطيرت؟، قال: "إنما الطيرة ما أمضاك أو ردك".²⁵⁶ ومعنى (ما أمضاك أو ردك): أي ما أثر عليك فحملك على الإقدام على الأمر أو النكوص والتراجع عنه. فمن تأثر بهذا الخاطر فردته الطيرة عن أمره فإن عليه أن يسارع بالتوبة والإنابة وأن يرد الأمور إلى الخالق سبحانه.

وعن عبد الله بن عمرو، قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: "مَنْ رَدَّتْهُ الطَّيْرَةُ مِنْ حَاجَةٍ فَقَدْ أَشْرَكَ". قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا كَفَّارُهُ ذَلِكَ؟، قَالَ: "أَنْ يَقُولَ أَحَدُهُمْ: اللَّهُمَّ لَا خَيْرَ إِلَّا خَيْرُكَ وَلَا طَيْرَ إِلَّا طَيْرُكَ، وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ".²⁵⁷

قال الطيبي: "معنى الترخص في الفأل والمنع من الطيرة هو أن الشخص لو رأى شيئا فظنه حسنا محرضا على طلب حاجته فليفعل ذلك وإن رآه بضد ذلك فلا يقبله بل يمضي لسبيله، فلو قبل وانتهى عن المضى فهو الطيرة التي اختصت بأن تستعمل في الشؤم والله أعلم".²⁵⁸

ثالثاً: علاج التشاؤم بالعقيدة الصحيحة

لقد اعتنى الإسلام منذ البداية بالعقيدة لأن العقيدة الصحيحة سينتج عنها فكر صحيح ويعقبه سلوك صحيح، فإذا ما فسد الاعتقاد ضاعت العقول وانحرف السلوك.

ومن التَّفَاوُلِ اعتقاد أن النفع والضرر بيد الله تعالى، لذلك نرى أن الإسلام جاء ليعالج ماكانت عليه الجاهلية من اعتقادات باطلة ومنها التعلق بالأسباب واعتقاد أن تأثيرها بالمسببات ذاتي، ولا يربطونها بمشيئة الله تعالى، وهذا سبب أساس في التشاؤم، فجاءت الأحاديث النبوية لترسخ الاعتقاد أن الأسباب

²⁵⁶ أحمد، المسند، 3/327، ح1824. قال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده ضعيف.

²⁵⁷ أحمد، المسند، 11/623، ح7045. وقال المحقق شعيب لأرنؤوط: حديث حسن، ابن لهيعة -وهو عبد الله- وإن كان ضعيفا قد رواه عنه عبد الله بن وهب، وهو صحيح السماع منه. ذكره الهيثمي بجمع الزوائد، 5/105. وقال: "رواه أحمد والطبراني، وفيه ابن لهيعة، وحديثه حسن، وفيه ضعف، وبقية رجاله ثقات". وعلى هذا فالحديث حسن.

²⁵⁸ الطيبي، شرف الدين الحسين بن عبد الله الطيبي (743هـ) شرح الطيبي على مشكاة المصابيح المسمى بـ (الكاشف عن حقائق السنن) تح: عبد الحميد هندراوي، مكتبة نزار مصطفى الباز (مكة المكرمة - الرياض) ط:1، 1417 هـ - 1997 م. 9/2978.

ليس لها تأثير بذاتها إنما بقدرة الله تعالى ومشئئته، وأن كل ما يجري إنما هو بقضاء الله تعالى وقدره، وهذا ما يبعث في النفس التَّفَاؤُل والالتجاء إلى الله تعالى والتعلق به مع الأخذ بالأسباب.

والأدلة على ذلك في الحديث كثيرة منها أنهم كانوا يعتقدون أن العدو تنتقل من المريض إلى السليم كما في رواية عند البخاري، أَنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ (ر.ض) قَالَ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "لَا عَدُوَّ وَلَا صَفَرَ وَلَا هَامَةً" فَقَالَ أَعْرَابِيٌّ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَمَا بَالُ إِبْلِي، تَكُونُ فِي الرَّمْلِ كَأَنَّهَا الطَّبَاءُ، فَيَأْتِي الْبَعِيرُ الْأَجْرَبُ فَيَدْخُلُ بَيْنَهَا فَيَجْرِيهَا؟ فَقَالَ: "فَمَنْ أَعْدَى الْأَوَّلَ؟".²⁵⁹

قال ابن الأثير: "يُقَالُ: أَعْدَاهُ الدَّاءُ يُعْدِيهِ إِعْدَاءً، وَهُوَ أَنْ يُصِيبَهُ مِثْلُ مَا بِصَاحِبِ الدَّاءِ. وَذَلِكَ أَنْ يَكُونَ بِبَعِيرٍ جَرَبٌ مِثْلًا فَتُتَقَى مُحَالَطَتُهُ بِإِبْلِ أُخْرَى حِدَارًا أَنْ يَتَعَدَّى مَا بِهِ مِنَ الْجَرَبِ إِلَيْهَا فَيُصِيبَهَا مَا أَصَابَهُ. وَقَدْ أَبْطَلَهُ الْإِسْلَامُ، لِأَنَّهُمْ كَانُوا يَظُنُّونَ أَنَّ الْمَرَضَ بِنَفْسِهِ يَتَعَدَّى، فَأَعْلَمَهُمُ النَّبِيُّ (ص.س) أَنَّهُ لَيْسَ الْأَمْرُ كَذَلِكَ، وَإِنَّمَا اللَّهُ هُوَ الَّذِي يُمْرِضُ وَيُنْزِلُ الدَّاءَ".²⁶⁰

وقال: "الهَامَةُ: الرَّأْسُ، وَاسْمُ طَائِرٍ. وَهُوَ الْمَرَادُ فِي الْحَدِيثِ. وَذَلِكَ أَنَّهُمْ كَانُوا يَتَشَاءُمُونَ بِهَا. وَهِيَ مِنْ طَيْرِ اللَّيْلِ. وَقِيلَ: هِيَ الْبُومَةُ. وَقِيلَ: كَانَتْ الْعَرَبُ تَزْعُمُ أَنَّ رُوحَ الْقَتِيلِ الَّذِي لَا يُدْرِكُ بَثَّارَهُ تَصِيرُ هَامَةً، فَتَقُولُ: اسْقُونِي، فَإِذَا أُدْرِكَ بَثَّارُهُ طَارَتْ.

وقيل: كَانُوا يَزْعُمُونَ أَنَّ عِظَامَ الْمَيِّتِ، وَقِيلَ: رُوحَهُ، تَصِيرُ هَامَةً فَتَطِيرُ، وَيُسَمُّونَهُ الصَّدَى، فَتَفَاهِ الْإِسْلَامُ وَنَهَاهُمْ عَنْهُ".²⁶¹

²⁵⁹ البخاري، **الجامع الصحيح**، 76 كتاب الطب، بَابُ لَا صَفَرَ، وَهُوَ دَاءٌ يَأْخُذُ الْبَطْنَ، 7/ 128 ح/5717.

مسلم، **المسند الصحيح**، 39 كتاب السلام، بَابُ لَا عَدُوَّ، وَلَا طَيْرَةٌ...، 4/ 1748 ح/2220.

²⁶⁰ ابن الأثير، **النهاية في غريب الحديث والأثر**، 3/ 192.

²⁶¹ المرجع السابق، 5/ 283.

وقيل: "كَانَتِ الْعَرَبُ تَزْعُمُ أَنَّ فِي الْبَطْنِ حَيَّةً يُقَالُ لَهَا الصَّفَرُ، تُصِيبُ الْإِنْسَانَ إِذَا جَاعَ وَتُوْذِيهِ، وَأَنَّهَا تُعْدِي، فَأَبْطَلَ الْإِسْلَامُ ذَلِكَ".²⁶²

قال النووي: "وكانوا يتطيرون بالسوانح والبوارح فينقرون الطباء والطيور فإن أخذت ذات اليمين تبركوا به ومضوا في سفرهم وحوائجهم وإن أخذت ذات الشمال رجعوا عن سفرهم وحاجتهم وتشاءوا بها فكانت تصدهم في كثير من الأوقات عن مصالحهم فنفي الشرع ذلك وأبطله ونهى عنه وأخبر أنه ليس له تأثير بنفع ولا ضرر".²⁶³

و "الْبَارِحُ ضِدُّ السَّانِحِ، فَالسَّانِحُ مَا مَرَّ مِنَ الطَّيْرِ وَالْوَحْشِ بَيْنَ يَدَيْكَ مِنْ جِهَةِ يَسَارِكَ إِلَى يَمِينِكَ، وَالْعَرَبُ تَتَيَمَّنُ بِهِ لِأَنَّهُ أَمَكُّ لِلرَّمْيِ وَالصَّيْدِ. وَالْبَارِحُ مَا مَرَّ مِنْ يَمِينِكَ إِلَى يَسَارِكَ، وَالْعَرَبُ تَتَطَيَّرُ بِهِ لِأَنَّهُ لَا يُمَكِّنُكَ أَنْ تَرْمِيَهُ حَتَّى تَنْحَرِفَ".²⁶⁴

فقد كانت العرب من أراد منهم الاقدام على سفر أو تجارة أو أمر هام فإنه يزجر أي طائر يلقيه، فإذا انصرف إلى جهة اليمين تفائل وبدأ بعمله مستبشرا، وإذا انصرف الطير نحو الشمال تشاءم وأحجم عن عمله بناءً على انصراف الطير الذي لا يملك لنفسه الخير ولا الشر، فكيف له أن يدل الإنسان عليه. فحركة الطير لا أثر لها من حيث الحقيقة ولكن أثر هذا الفعل في نفسية الجاهل ينعكس على فكره فيتفائل أو يتشاءم نتيجة للإعتقاد الخاطيء وهذا هو مكنم الإشكال.

عَنْ مُعَاوِيَةَ بْنِ الْحَكَمِ السُّلَمِيِّ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أُمُورًا كُنَّا نَصْنَعُهَا فِي الْجَاهِلِيَّةِ، كُنَّا نَأْتِي الْكُفَّانَ، قَالَ: "فَلَا تَأْتُوا الْكُفَّانَ" قَالَ قُلْتُ: كُنَّا نَتَطَيَّرُ قَالَ: "ذَاكَ شَيْءٌ يَجِدُهُ أَحَدُكُمْ فِي نَفْسِهِ، فَلَا

²⁶² المرجع السابق، 35/3.

²⁶³ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 218/14 - 219.

²⁶⁴ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 114/1.

يَصُدُّكُمْ".²⁶⁵ لذلك كان النبي (ص.س) يأمر بتغيير الأسماء ليس بسبب شؤم فيها فالأسماء ليس تأثيرها من ذاتها وإنما ما ينعكس في نفسية السامع لها فيتوهم.

وكانوا يعتقدون بالغيلان فقال النبي (ص.س): "لَا عَدُوَّ، وَلَا طَيْرَةَ، وَلَا عُولَ".²⁶⁶

قال ابن الأثير: "وَهِيَ جِنْسٌ مِنَ الْجَرِّ وَالشَّيَاطِينِ، كَانَتْ الْعَرَبُ تَزْعُمُ أَنَّ الْعُولَ فِي الْقَلَاةِ تَتَرَاءَى لِلنَّاسِ فَتَتَعَوَّلُ تَعَوُّلاً: أَيُّ تَتَلَوَّنَ تَلَوُّناً فِي صُورٍ شَتَّى، وَتَعُوَّهُمْ أَيُّ تُضِلُّهُمْ عَنِ الطَّرِيقِ وَتُهْلِكُهُمْ، فَتَفَاهِ النَّبِيُّ (ص.س) وَأَبْطَلَهُ.

وَقِيلَ: قَوْلُهُ "لَا عُولَ" لَيْسَ نَفِيًّا لَعَيْنِ الْعُولِ وَوُجُودِهِ، وَإِنَّمَا فِيهِ إِبْطَالُ زَعْمِ الْعَرَبِ فِي تَلَوُّنِهِ بِالصُّورِ الْمُخْتَلِفَةِ وَاعْتِيَالِهِ، فَيَكُونُ الْمَعْنَى بِقَوْلِهِ "لَا عُولَ" أَنَّهُمَا لَا تَسْتَطِيعُ أَنْ تُضِلَّ أَحَدًا".²⁶⁷

وكانوا يربطون نزول المطر بالنجوم فقال (ص.س): "لَا عَدُوَّ وَلَا هَامَةَ وَلَا نَوَّءَ وَلَا صَفَرَ".²⁶⁸
قال ابن الأثير: "وَإِنَّمَا غَلَّظَ النَّبِيُّ (ص.س) فِي أَمْرِ الْأَنْوَاءِ لِأَنَّ الْعَرَبَ كَانَتْ تَنْسُبُ الْمَطَرَ إِلَيْهَا. فَأَمَّا مَنْ جَعَلَ الْمَطَرَ مِنْ فِعْلِ اللَّهِ تَعَالَى، وَأَرَادَ بِقَوْلِهِ: "مُطَرْنَا بِنَوَّءٍ كَذَا" أَيُّ فِي وَقْتٍ كَذَا، وَهُوَ هَذَا النَّوَّءُ الْفُلَائِيُّ، فَإِنَّ ذَلِكَ جَائِزٌ: أَيُّ إِنَّ اللَّهَ قَدْ أَجْرَى الْعَادَةَ أَنَّ يَأْتِيَ الْمَطَرُ فِي هَذِهِ الْأَوْقَاتِ".²⁶⁹

وكانوا يعتقدون بالرُّقَى، والتَّمَائِمِ، والتَّوَلَّةِ فقال النبي (ص.س): "إِنَّ الرُّقَى، وَالتَّمَائِمَ، وَالتَّوَلَّةَ شِرْكٌ". وقد ورد هذا الحديث في قصة عَنْ زَيْنَبَ (ر.ض) قَالَتْ: كَانَتْ عَجُوزٌ تَدْخُلُ عَلَيْنَا تَرْقِي مِنْ

²⁶⁵ مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب تحريم الكهانة...، 1/381/ح537.

²⁶⁶ مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب لَا عَدُوَّ، وَلَا طَيْرَةَ، وَلَا هَامَةَ...، 4/1744/ح2222.

²⁶⁷ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 3/396.

²⁶⁸ مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب لَا عَدُوَّ، وَلَا طَيْرَةَ، وَلَا هَامَةَ...، 4/174/ح2220.

²⁶⁹ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 5/122.

الْحُمْرَةُ²⁷⁰، وَكَانَ لَنَا سَرِيرٌ طَوِيلُ الْقَوَائِمِ، وَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ إِذَا دَخَلَ تَنَحَّجَ وَصَوَّتَ، فَدَخَلَ يَوْمًا فَلَمَّا سَمِعَتْ صَوْتَهُ احْتَجَبَتْ مِنْهُ، فَجَاءَ فَجَلَسَ إِلَى جَانِبِي فَمَسَّنِي فَوَجَدَ مَسَّ خَيْطٍ فَقَالَ: مَا هَذَا؟ فُكِّلْتُ: رُقِي لِي فِيهِ مِنَ الْحُمْرَةِ فَجَذَبَهُ وَقَطَعَهُ فَرَمَى بِهِ وَقَالَ: لَقَدْ أَصْبَحَ آلُ عَبْدِ اللَّهِ أَغْنِيَاءَ عَنِ الشِّرْكِ، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "إِنَّ الرُّقَى، وَالتَّمَائِمَ، وَالتَّوَلَّهَ شِرْكٌ"، فُكِّلْتُ: فَإِنِّي خَرَجْتُ يَوْمًا فَأَبْصَرْتُ فُلَانًا، قَدَمَعْتُ عَيْنِي الَّتِي تَلِيهِ، فَإِذَا رَقِيتُهَا سَكَنَتْ دَمْعُهَا، وَإِذَا تَرَكْتُهَا دَمَعْتُ، قَالَ: ذَلِكَ الشَّيْطَانُ، إِذَا أَطْعَمَهُ تَرَكَكَ، وَإِذَا عَصَيْتَهُ طَعَنَ بِإِصْبَعِهِ فِي عَيْنِكَ، وَلَكِنْ لَوْ فَعَلْتِ كَمَا فَعَلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) كَانَ خَيْرًا لَكَ، وَأَجْدَرُ أَنْ تُشْفِيَ نَضْجَيْنَ فِي عَيْنِكَ الْمَاءَ وَتَقُولِينَ: "أَذْهَبِ الْبَاسُ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءٌ لَا يُعَادِرُ سَقَمًا".²⁷¹

"إِنَّ الرُّقَى" العوذة، والمراد ما كان بأسماء الأصنام والشياطين لا ما كان بالقرآن ونحوه. و"التَّمَائِمُ" جمع تيممة أريد بها الخرزات التي يعلقها النساء في أعناق الأولاد على ظن أنها تؤثر وتدفع العين.

"والتَّوَلَّهَ" نوع من السحر يجلب المرأة إلى زوجها، "شِرْكٌ" أي من أفعال المشركين لأنه قد يفضي إلى الشِّرْكِ إذا اعتقد أن لها تأثيراً حقيقة، وقيل: المراد الشِّرْكِ الخفي بترك التوكل والاعتماد على الله تعالى.²⁷²

²⁷⁰ مرض وبائي يسبب حمى ويقعاً حمراء في الجلد ولا تدخل جراثيمه الجسم إلا من خلدش أو جرح.

²⁷¹ أحمد، المسند، 6/110/3615. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: صحيح لغيره.

أبو داود، سنن أبي داود، 27 كتاب الطب، باب في تعليق التمام، 4/9/3883.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 31 الطب، باب تعليق التمام، 2/1166/3530.

²⁷² السندي، محمد بن عبد الهادي التتوي، أبو الحسن، نور الدين السندي (المتوفى: 1138هـ) حاشية السندي على سنن ابن ماجه =

كفاية الحاجة في شرح سنن ابن ماجه، دار الجليل - بيروت، ط: 2. 360/2.

وكانوا يعتقدون بتأثير العين بذاتها، ولم يَنْفِ النبي (ص.س) أثر العين، ولكنه صحح لهم الاعتقاد، بأن أثر العين إنما هو بقضاء الله تعالى، كما جاء في الحديث الصحيح عن ابن عباس، عن النبي (ص.س) قَالَ: "الْعَيْنُ حَقٌّ، وَلَوْ كَانَ شَيْءٌ سَابِقَ الْقَدَرِ سَبَقَتْهُ الْعَيْنُ".²⁷³

قال النووي: "فِيهِ إِبْتِهَاتُ الْقَدَرِ وَهُوَ حَقٌّ بِالنُّصُوصِ وَإِجْمَاعِ أَهْلِ السُّنَّةِ... وَمَعْنَاهُ أَنَّ الْأَشْيَاءَ كُلَّهَا بِقَدَرِ اللَّهِ تَعَالَى وَلَا تَفْعُ إِلَّا عَلَى حَسَبِ مَا قَدَرَهَا اللَّهُ تَعَالَى وَسَبَقَ بِهَا عِلْمُهُ فَلَا يَقَعُ ضَرَرُ الْعَيْنِ وَلَا غَيْرِهِ مِنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ إِلَّا بِقَدَرِ اللَّهِ تَعَالَى".²⁷⁴

كان النبي (ص.س) حريصاً على بناء العقيدة الصَّافِيَةِ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ، وَتَخْلِيصِهَا مِنْ آثَارِ الْجَاهِلِيَّةِ السَّيِّئَةِ، وَمِنْ ذَلِكَ بِنَاءُ عَقِيدَةِ التَّوَكُّلِ عَلَى اللَّهِ، وَعَدَمُ اعْتِقَادِ أَنَّ النَّفْعَ وَالضَّرَّ يُمَكِّنُ أَنْ يَأْتِيَ مِنْ غَيْرِهِ؛ فَكُلُّ شَيْءٍ فِي الْكَوْنِ مِنْ قَدَرِ اللَّهِ، وَغَيْرَ ذَلِكَ مِنَ الْأَفْكَارِ الَّتِي تَعْتَرِي الْإِنْسَانَ فَتَجْعَلُهُ يَتَشَائِمُ يَكُونُ عِلَاجُهَا بِمَزِيدٍ مِنَ التَّوَكُّلِ وَالتَّسْلِيمِ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ.

وقد حذر النبي (ص.س) من الطَّيْرَةِ وجعلها نوعاً من الشِّرْكِ، لِأَنَّ الْعَقِيدَةَ بِهَا يُخْلُ بِالْعَقِيدَةِ فِي الْحَدِيثِ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "الطَّيْرَةُ شِرْكٌ، الطَّيْرَةُ شِرْكٌ، ثَلَاثًا - وَمَا مِنَّا إِلَّا - وَلَكِنَّ اللَّهَ يُذْهِبُهُ بِالتَّوَكُّلِ".²⁷⁵

²⁷³ مسلم، *المسند الصحيح*، 39 كتاب السلام، بَابُ الطَّبِّ وَالْمَرَضِ وَالرُّقَى، 4/1719/ح2188.

²⁷⁴ النووي، *المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج*، 14/174.

²⁷⁵ أبوداود، *سنن أبي داود*، 27 كتاب الطب، باب في الطيرة، 4/17/ح3910.

الترمذي، *سنن الترمذي*، 19 كتاب السير، باب ما جاء في الطيرة، 4/160/ح1614. وقال الترمذي عقب الحديث: وَفِي الْبَابِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، وَخَابِسِ التَّمِيمِيِّ، وَعَائِشَةَ، وَابْنِ عُمَرَ، وَسَعْدٍ وَهَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ، لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ حَدِيثِ سَلَمَةَ بْنِ كُهَيْلٍ وَرَوَى شُعْبَةُ أَيْضًا، عَنْ سَلَمَةَ هَذَا الْحَدِيثِ، سَمِعْتُ مُحَمَّدَ بْنَ إِسْمَاعِيلَ يَقُولُ: "كَانَ سُلَيْمَانُ بْنُ حَرْبٍ يَقُولُ فِي هَذَا الْحَدِيثِ، وَمَا مِنَّا، وَلَكِنَّ اللَّهَ يُذْهِبُهُ بِالتَّوَكُّلِ". قَالَ سُلَيْمَانُ: هَذَا عِنْدِي قَوْلُ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ "وَمَا مِنَّا". انتهى. أي أن في الحديث إدراج. قال المباركفوري، *تحفة الأحوذى*، 5/198: وَإِنَّمَا الْمَرْفُوعُ قَوْلُهُ الطَّيْرَةُ مِنَ الشِّرْكِ. فَقَطُّ وَتُؤَيِّدُهُ أَنَّ هَذَا الْمَقْدَارَ رَوَاهُ جَمْعٌ كَثِيرٌ عَنْ بَنِي مَسْعُودٍ مَرْفُوعًا بِذَوْنِ الزِّيَادَةِ.

ابن ماجه، *سنن ابن ماجه*، 31 كتاب الطب، باب من كان يعجبه الفأل ويكره الطيرة، 2/1170/ح3538.

قال القرطبي: "أي: من اعتقد في الطَّيِّرة ما كانت الجاهلية تعتقده فيها فقد أشرك مع الله تعالى خالقاً آخر، ومن لم يعتقد ذلك فقد تشبَّه بأهل الشِّرك، ولذلك قال: (وما منا) أي: ليس على سنتنا. وقوله (إلا) هي إلا الاستثنائية، ومعنى ذلك أن المتطَيِّر ليس على سنة النبي (ص.س) إلا أن يمضي لوجهه ويُعرض عنها".²⁷⁶

وذهب القاري إلى أن النبي (ص.س) سمى (الطَّيِّرة شِرْكاً) لاعتقادهم أن الطَّيِّرة تجلب لهم نفعاً أو تدفع عنهم ضرراً، فإذا عملوا بموجبها فكأنهم أشركوا بالله في ذلك ويسمى شركاً خفياً، وقال بعضهم: من اعتقد أن شيئاً سوى الله تعالى ينفع أو يضر بالاستقلال فقد أشرك. أي شركاً جلياً. ونقل قول القاضي²⁷⁷: إنما سماها شركاً لأنهم كانوا يرون ما يتشاءمون به سبباً مؤثراً في حصول المكروه وملاحظة الأسباب في الجملة شرك خفي، فكيف إذا انضم إليها جهالة وسوء اعتقاد. ومعنى قوله (ص.س) (وما منا إلا) أي لا أحد منا إلا ويخطر له من جهة الطَّيِّرة شيء ما، لَتَعُوذِ النَّفُوسُ بِهَا، فحذف المستثنى كراهة أن يتفوه به، (ولكنَّ الله يُذهبه بالتوكل) أي يزيل ذلك الوهم المكروه، أي بسبب الاعتماد عليه والاستناد إليه سبحانه.²⁷⁸

²⁷⁶ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 628/5.

²⁷⁷ القاضي، ناصر الدين عبد الله بن عمر البيضاوي (ت ٦٨٥هـ) تحفة الأبرار شرح مصابيح السنة، تح: لجنة مختصة بإشراف نور الدين طالب، وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية بالكويت، ط: بلا، ١٤٣٣ هـ - ٢٠١٢ م، عدد الأجزاء: ٣. 185/3.

²⁷⁸ القاري، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، 7/ 2897.

ولقد عاجل النبي (ص.س) التَّشَاوُمَ، فعن عُرْوَةَ بْنِ عَامِرٍ، قَالَ: ذُكِرَتِ الطَّيْرَةُ عِنْدَ النَّبِيِّ (ص.س) فَقَالَ: "أَحْسَنُهَا الْقَالَ وَلَا تَرُدُّ مُسْلِمًا، فَإِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ مَا يَكْرَهُ فَلْيَقُلِ اللَّهُمَّ لَا يَأْتِنِي بِالْحَسَنَاتِ إِلَّا أَنْتَ، وَلَا يَدْفَعُ السَّيِّئَاتِ إِلَّا أَنْتَ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِكَ".²⁷⁹

(وَلَا تَرُدُّ مُسْلِمًا) الْجُمْلَةُ عَاطِفَةٌ أَوْ حَالِيَّةٌ وَالْمَعْنَى أَنَّ أَحْسَنَ الطَّيْرَةِ مَا يُشَابِهُ الْقَالَ الْمُنْدُوبَ إِلَيْهِ وَمَعَ ذَلِكَ لَا تَمْنَعُ الطَّيْرَةَ مُسْلِمًا عَنِ الْمَضِيِّ فِي حَاجَتِهِ، فَإِنَّ ذَلِكَ لَيْسَ مِنْ شَأْنِ الْمُسْلِمِ بَلْ شَأْنُهُ أَنْ يَتَوَكَّلَ عَلَى اللَّهِ تَعَالَى فِي جَمِيعِ أُمُورِهِ وَيَمُضِيَ فِي سَبِيلِهِ فَهُوَ يَرَى أَنَّ الْأُمُورَ الْحَسَنَةَ الشَّامِلَةَ لِلنِّعْمَةِ وَالطَّاعَةِ، وَأَنَّ الْأُمُورَ الْمَكْرُوهَةَ الْكَافِلَةَ لِلنِّقْمَةِ وَالْمَعْصِيَةِ كُلِّهَا بِتَقْدِيرِ اللَّهِ تَعَالَى.²⁸⁰

ولقد مدح النبي (ص.س) الذين يتفاءلون ولا يتشاءمون وعلى ربحهم يتوكلون وبشرهم أنهم من السبعين ألف الذين يدخلون الجنة بلا حساب فقال: "يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مِنْ أُمَّتِي سَبْعُونَ أَلْفًا بِغَيْرِ حِسَابٍ"، قَالُوا: مَنْ هُمْ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: "هُمُ الَّذِينَ لَا يَسْتَرْفُونَ، وَلَا يَنْطَوِّرونَ، وَلَا يَكْتُمُونَ، وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ" فَقَالَ عُكَّاشَةُ بْنُ مَخَصَنٍ: أَمِنْهُمْ أَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: "نَعَمْ" فَقَامَ آخَرُ فَقَالَ: أَمِنْهُمْ أَنَا؟ قَالَ: "سَبَقَكَ بِهَا عُكَّاشَةُ".²⁸¹

²⁷⁹ أبو داود، سنن أبي داود، 27 كتاب الطب، باب: في الطيرة، 3919/4/18. قَالَ الْمُنْذَرِيُّ، عَبْدُ الْعَظِيمِ بْنُ عَبْدِ الْقَوِيِّ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، أَبُو مُحَمَّدٍ، زَكِي الدِّينِ الْمُنْذَرِيُّ (المتوفى: 656هـ) التَّوَكُّلُ وَالْإِيمَانُ وَالْإِسْلَامُ، 1، ط: 1، 1417هـ، عدد الأجزاء: 4.

وَعُرْوَةُ هَذَا قِيلَ فِيهِ الْفُرْشِيُّ كَمَا تَقَدَّمَ وَقِيلَ: فِيهِ الْجُفْهُيُّ حَكَاهُمَا الْبُخَارِيُّ. وَقَالَ أَبُو الْقَاسِمِ اللَّيْثِيُّ وَلَا صُحْبَةَ لَهُ تَصِحُّ. وَذَكَرَ الْبُخَارِيُّ وَغَيْرُهُ أَنَّهُ سَمِعَ مِنْ بَنِي عَبَّاسٍ فَعَلَى هَذَا يَكُونُ الْحَدِيثُ مُرْسَلًا انْتَهَى. الْعَظِيمُ أَبَادِي، عَوْنُ الْمَعْبُودِ شَرْحُ سُنَنِ أَبِي دَاوُدَ، 295/10. وَعَلَى هَذَا فَالْحَدِيثُ ضَعِيفٌ.

²⁸⁰ المرجع السابق.

²⁸¹ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، باب: مَنْ أَكْتَوَى أَوْ كَوَى غَيْرُهُ، وَفَضْلُ مَنْ لَمْ يَكْتُوْ، 5705/7/126. مُسْلِمٌ، الْمُسْنَدُ الصَّحِيحُ، 1 كتاب الإيمان، باب: الدَّلِيلُ عَلَى دُخُولِ طَوَائِفٍ مِنَ الْمُسْلِمِينَ الْجَنَّةَ بِغَيْرِ حِسَابٍ وَلَا عَذَابٍ، 218/1/198.

يُرِيدُ بِالْإِسْتِرْقَاءِ فِي هَذَا الْحَدِيثِ، مَا كَانُوا يَسْتَرْقُونَ بِهِ فِي الْجَاهِلِيَّةِ، وَأَمَّا الْإِسْتِرْقَاءُ بِكِتَابِ اللَّهِ فَقَدْ فَعَلَهُ النَّبِيُّ (ص.س) وَأَمَرَ بِهِ، وَهُوَ مِنَ الْأَخْذِ بِالسَّبَبِ، وَلَيْسَ بِمَخْرَجٍ عَنِ التَّوَكُّلِ.²⁸²

المطلب السادس: بيان المشكل لبعض الأحاديث الموهمة بالتشاؤم

1- أخرج الإمام البخاري عن ابنِ عُمَرَ، (ر.ض): أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "لَا عَدْوَى وَلَا طِيْرَةَ، وَالشُّؤْمُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْمَرْأَةِ، وَالْدَّارِ، وَالِدَّابَّةِ"²⁸³

والحديث عند البخاري في موضع آخر بلفظ: "لَا عَدْوَى وَلَا طِيْرَةَ، إِنَّمَا الشُّؤْمُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْفَرَسِ، وَالْمَرْأَةِ، وَالْدَّارِ"²⁸⁴

مرَّ معنا سابقاً أن الطَّيْرَةَ والتَّشَاؤْمَ بمعنى واحد، وفي هذا الحديث تناقض من حيث الظاهر بين الجملة الأولى والثانية، فقد نفى النبي (ص.س) الطَّيْرَةَ ثم أثبتتها في هذه الثلاثة. وفي الرواية الثانية عند البخاري الإثبات بصيغة الحصر (إِنَّمَا الشُّؤْمُ). وفي رواية بصيغة الاحتمال: "إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ، فَفِي الْفَرَسِ وَالْمَرْأَةِ وَالْمَسْكَنِ"²⁸⁵.

2- أخرج الترمذي عن مُعَاوِيَةَ بْنِ حَكِيمٍ، عَنْ عَمِّهِ حَكِيمِ بْنِ مُعَاوِيَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: سَمِعْتُ النَّبِيَّ (ص.س) يَقُولُ: "لَا شُّؤْمَ، وَقَدْ يَكُونُ الْيُمْنُ فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ"²⁸⁶.

²⁸² العيني، عمدة القاري شرح صحيح البخاري، 245/21.

²⁸³ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، بَابُ الطَّيْرَةِ، 131/7 ح/5753.

مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب الطيرة والفأل، 1748/4 ح/2225.

²⁸⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، بَابُ لَا عَدْوَى، 138/7 ح/5772.

²⁸⁵ المرجع السابق، 67 كتاب النكاح، بَابُ مَا يُتَّقَى مِنْ شُّؤْمِ الْمَرْأَةِ، 8/7 ح/5095.

مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، بَابُ الطَّيْرَةِ وَالْفَأْلِ وَمَا يَكُونُ فِيهِ مِنَ الشُّؤْمِ، 1748/4 ح/2225.

²⁸⁶ الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب ما جاء في الشُّؤْمِ، 127/5 ح/2824.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 9 كتاب النكاح، بَابُ مَا يَكُونُ فِيهِ الْيُمْنُ وَالشُّؤْمُ، 642/1 ح/1993.

قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6: في إسناده ضعف مع مخالفته للأحاديث الصحيحة.

فحديث مُعَاوِيَةَ بْنِ حَكِيمٍ، عَنْ عَمِّهِ حَكِيمٍ بْنِ مُعَاوِيَةٍَ مختلف عن حديث ابن عمر الذي سبقه، (ر.ض) جميعاً، فالأول يثبت الشُّؤْمُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْمَرْأَةِ، وَالْدَّارِ، وَالْفَرَسِ. والثاني يثبت اليمن والبركة فيها. ومن خلال الأحاديث السابقة الواردة في البحث نعلم أن النبي (ص.س) قد نهي عن التَّشَاؤْمِ بشكل عام، ولكنَّ محلَّ الإشكال هو في السؤال التالي: هل أجاز النبي (ص.س) التَّشَاؤْمَ فِي الْفَرَسِ، وَالْمَرْأَةِ، وَالْدَّارِ؟.

للعلماء أقوال للجمع بين أحاديث التَّفَاؤُلِ والتَّشَاؤْمِ، يمكن أن نصنّفها كالآتي:

القول الأول: ذهب أصحاب هذا القول إلى نفي وجود الشُّؤْمِ فِي هَذِهِ الْمَذْكُورَاتِ الثَّلَاثِ أَصْلًا، وهذا قول الطبري، حيث قال: "وَأَمَّا قَوْلُهُ (ص.س) "إِنْ كَانَ الشُّؤْمُ فِي شَيْءٍ فَفِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ" فَإِنَّهُ لَمْ يُنَبِّتْ بِذَلِكَ صِحَّةَ الطَّيْرَةِ، بَلْ إِنَّمَا أَخْبَرَ (ص.س) أَنَّ ذَلِكَ إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ فَفِي هَذِهِ الثَّلَاثِ، وَذَلِكَ إِلَى النَّفْيِ أَقْرَبُ مِنْهُ إِلَى الْإِيجَابِ، لِأَنَّ قَوْلَ الْقَائِلِ: إِنْ كَانَ فِي هَذِهِ الدَّارِ أَحَدٌ فَرَيْدٌ، غَيْرُ إِبْتِثَاتٍ مِنْهُ أَنَّ فِيهَا زَيْدًا، بَلْ ذَلِكَ مِنَ النَّفْيِ أَنَّ يَكُونَ فِيهَا زَيْدٌ، أَقْرَبُ مِنْهُ إِلَى الْإِبْتِثَاتِ أَنَّ فِيهَا زَيْدًا".²⁸⁷

وهو قول الطحاوي، فقد أخرج الحديث بسنده عَنْ أَبِي سَعِيدٍ (ر.ض) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "لَا عُدْوَى، وَلَا طَيْرَةَ، وَإِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ فَفِي الْمَرْأَةِ، وَالْفَرَسِ، وَالْدَّارِ" ... ثم قال: "فَلَمْ يُخْبِرْ أَنَّهَا فِيهِنَّ، وَإِنَّمَا قَالَ إِنْ تَكُنْ فِي شَيْءٍ فَفِيهِنَّ أَيُّ: لَوْ كَانَتْ تَكُونُ فِي شَيْءٍ، لَكَانَتْ فِي هَؤُلَاءِ، فَإِذَا لَمْ تَكُنْ فِي هَؤُلَاءِ الثَّلَاثَةِ، فَلَيْسَتْ فِي شَيْءٍ".²⁸⁸

²⁸⁷ الطبري، مُجَدِّدُ بَنِ جَرِيرِ بَنِ يَزِيدِ بَنِ كَثِيرِ بَنِ غَالِبِ الْأَمَلِيِّ، أَبُو جَعْفَرِ الطَّبْرِيِّ (المتوفى: 310هـ) تَحْدِيثُ الْآثَارِ وَتَفْصِيلُ الثَّابِتِ عَنْ

رَسُولِ اللَّهِ مِنَ الْأَخْبَارِ، تَح: مُحَمَّدُ مُجَدِّدُ شَاكِرٍ، النَّاشِرُ: مَطْبَعَةُ الْمَدِينَةِ - الْقَاهِرَةِ، ط: بَلَا، عَدَدُ الْأَجْزَاءِ: 2، 32/3.

²⁸⁸ الطحاوي، أَبُو جَعْفَرِ أَحْمَدَ بَنِ مُجَدِّدِ بَنِ سَلَامَةَ بَنِ عَبْدِ الْمَلِكِ بَنِ سَلْمَةَ الْأَزْدِيِّ الْحَجَرِيِّ الْمَصْرِيِّ الْمَعْرُوفِ بِالطَّحَاوِيِّ (المتوفى: 321هـ)

شَرْحُ مَعَانِي الْأَثَارِ، حَقَّقَهُ وَقَدَّمَ لَهُ: (مُجَدِّدُ زَهْرِي النِّجَارِ - مُجَدِّدُ سَيِّدِ جَادِ الْحَقِّ) مِنْ عُلَمَاءِ الْأَزْهَرِ الشَّرِيفِ رَاجِعَهُ وَرَقَمَ كُتُبَهُ وَأَبَوَاهُ وَأَحَادِيثُهُ: د

فمن ذهب إلى هذا القول أراد أن يحمل الأحاديث والروايات الأخرى على هذه الرواية التي تفيد نفي التشاؤم أصلاً. وقال الطحاوي: "وَقَدْ رُوِيَ عَنْهُ (ع.س) فِي نَفْيِ الشُّؤْمِ أَيْضًا وَأَنَّ ضِدَّهُ مِنَ الْيُمْنِ قَدْ يَكُونُ فِي هَذِهِ الثَّلَاثَةِ الْأَشْيَاءِ".²⁸⁹ ثم ساق الحديث بسنده.

ونقل القسطلاني عن القاضي عياض قوله: "وجه تعقيب قوله: ولا طيرة بهذه الشريطة يدل على أن الشؤم أَيْضًا منفي عنها، والمعنى أن الشؤم لو كان له وجود في شيء لكان في هذه الأشياء فإنها أقبل الأشياء له، لكن لا وجود له فيها فلا وجود له أصلاً. انتهى".²⁹⁰

فلطالما أنه لم يوجد فيها فعدم وجوده في غيرها من باب أولى، واستدلوا بالرواية التي عند البخاري: "إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ، فَفِي الْفَرَسِ وَالْمَرْأَةِ وَالْمَسْكَنِ".²⁹¹

القول الثاني: وهذا القول كسابقه ينفي جواز الشؤم، وأن حديث التشاؤم كان أول الإسلام ثم نسخ بقوله تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾.²⁹² وكذلك الأحاديث التي تنهى عن التشاؤم. وإلى هذا ذهب ابن عبد البر.²⁹³ ورد ابن حجر هذا الاحتمال فقال: "والنسخ لا يثبت بالاحتمال لا سيما مع إمكان الجمع ولا سيما وقد ورد في نفس هذا الخبر نفي التطير ثم إثباته في الأشياء المذكورة"²⁹⁴

يوسف عبد الرحمن المرعشلي - الباحث بمركز خدمة السنة بالمدينة النبوية، ط:1، 1414 هـ، 1994م، عدد الأجزاء: 5. 7104/314/4.

²⁸⁹ المرجع السابق، 2/254/784.

²⁹⁰ القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 5/73.

²⁹¹ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب مَا يُتَّقَى مِنَ شُؤْمِ الْمَرْأَةِ، 8/7/5095.

مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب الطَّيْرَةِ وَالْقَالَ وَمَا يَكُونُ فِيهِ مِنَ الشُّؤْمِ، 4/1748/2225.

²⁹² سورة الحديد، 22.

²⁹³ ابن عبد البر، التمهيد، 9/290.

²⁹⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 6/62.

القول الثالث: الحديث فيه حكاية ما كان عليه أهل الجاهلية، وليس إثبات الشؤم في هذه الأشياء الثلاثة أو غيرها، فقد ذهبت أم المؤمنين عائشة (ر.ض) إلى أن النبي (ص.س) حدّث بهذا الحديث إنكاراً على ما كان يعتقد أهل الجاهلية واليهود، ورجّح الطحاوي قول السيدة عائشة (ر.ض) وأن ما روي عنها مما حفظته عن رسول الله (ص.س) من إضافته ذلك الكلام إلى أهل الجاهلية أولى مما روي عن غيرها؛ لحفظها عنه في ذلك ما قصّر غيرها عن حفظه، فكانت بذلك أولى من غيرها، لا سيما وقد روي عن رسول الله (ص.س) في نفى الطيرة والشؤم أحاديث.²⁹⁵

ولقد أنكرت أم المؤمنين عائشة (ر.ض) على أبي هريرة هذا الحديث، وجاء هذا الإنكار في حديث عند الحاكم²⁹⁶ والطحاوي²⁹⁷، وأتم هذه الروايات ألفاظاً ما جاء عند ابن قتيبة قال: حدّثني مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى الْقُطَيْبِيُّ قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الْأَعْلَى، عَنْ سَعِيدٍ، عَنْ قَتَادَةَ، عَنْ أَبِي حَسَّانٍ الْأَعْرَجِ: أَنَّ رَجُلَيْنِ دَخَلَا عَلَى عَائِشَةَ (ر.ض) فَقَالَا إِنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ يُحَدِّثُ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) أَنَّهُ قَالَ: "إِنَّمَا الطَّيْرَةُ فِي الْمَرْأَةِ، وَالِدَّابَّةِ، وَالْدَّارِ". فَطَارَتْ شَفَقًا ثُمَّ قَالَتْ: كَذِبَ وَالَّذِي أَنْزَلَ الْقُرْآنَ عَلَى أَبِي الْقَاسِمِ، مَنْ حَدَّثَ بِهَذَا عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س). إِنَّمَا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "كَانَ أَهْلُ الْجَاهِلِيَّةِ يَقُولُونَ: إِنَّ الطَّيْرَةَ فِي الدَّابَّةِ وَالْمَرْأَةِ وَالْدَّارِ"²⁹⁸ ثُمَّ قَرَأَتْ ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ

²⁹⁵ الطحاوي، أبو جعفر أحمد بن محمد بن سلامة بن عبد الملك بن سلمة الأزدي الحجري المصري المعروف بالطحاوي (المتوفى: 321هـ)

شرح مشكل الآثار، تج: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1415 هـ، 1494م، عدد الأجزاء: 16، 2/251/782.

²⁹⁶ الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 2/521/3788، ووافقه الذهبي على تصحيحه.

²⁹⁷ الطحاوي، شرح مشكل الآثار، 2/255/786.

²⁹⁸ ابن قتيبة، أبو محمد عبد الله بن مسلم بن قتيبة الدينوري (المتوفى: 276هـ) تأويل مختلف الحديث، المكتب الاسلامي - مؤسسة

الإشراق، ط: 2، مزيدة ومنقحة 1419هـ - 1999م، عدد الأجزاء: 1، ص 170.

مَنْ قَبِلَ أَنْ تَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢٩﴾.²⁹⁹ وكذب هنا بمعنى أخطأ، فقد ذكر ابن حبان بأن هذه اللفظة مُسْتَعْمَلَةٌ عند أهل الحجاز، إِذَا أَخْطَأَ أَحَدُهُمْ يُقَالُ لَهُ: كَذَبَ.³⁰⁰

وهذه الرواية تبين أن النبي (ص.س) كان ينكر على أهل الجاهلية ما كانوا يعتقدونه من الشؤم، فنسي أبو هريرة وجعل الحديث في أهل الإسلام.

قال ابن قتيبة: "وأما الحديث الذي رواه أبو هريرة... فإن هذا حديث، يتوهم فيه الغلط على أبي هريرة، وأنه سمع فيه شيئاً من رسول الله (ص.س) فلم يعه."³⁰¹

وفي رواية أبي داود الطيالسي بسنده قال: حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ رَاشِدٍ، عَنْ مَكْحُولٍ، قِيلَ لِعَائِشَةَ إِنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ، يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س):

"الشُّؤْمُ فِي ثَلَاثَةٍ: فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ" فَقَالَتْ عَائِشَةُ: لَمْ يَحْفَظْ أَبُو هُرَيْرَةَ لِأَنَّهُ دَخَلَ وَرَسُولُ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "قَاتَلَ اللَّهُ الْيَهُودَ، يَقُولُونَ إِنَّ الشُّؤْمَ فِي ثَلَاثَةٍ: فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ" فَسَمِعَ آخِرَ الْحَدِيثِ وَلَمْ يَسْمَعْ أَوَّلَهُ.³⁰²

وهذه الرواية تبين أن الحديث ورد إنكاراً على اليهود لما كانوا يعتقدونه من التشاؤم، وقد جاء الصحابي أبو هريرة (ر.ض) متأخراً فلم يسمع أول الحديث.

ولكنَّ احتمال الخطأ على الصحابي أبي هريرة في روايته للحديث غير مُسَلَّم به، فقد روي الحديث في الصحيحين عن عبد الله بن عمر.³⁰³ وَعَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ (ر.ض).³⁰⁴

²⁹⁹ سورة الحديد: الآية 22.

³⁰⁰ ابن حبان، صحيح ابن حبان، 1/153/ح49.

³⁰¹ ابن قتيبة، تأويل مختلف الحديث، ص170.

³⁰² الطيالسي، أبو داود سليمان بن داود بن الجارود الطيالسي البصري (المتوفى: 204هـ) مسند أبي داود الطيالسي، تح: د. محمد بن عبد الحسن التركي، دار هجر - مصر، ط:1، 1419 هـ - 1999 م. 3/124/ح1641. ومكحول لم يسمع من عائشة فالحديث فيه إنقطاع، وهو ضعيف.

القول الرابع: نفى أصحاب هذا القول بأن يكون الحديث وارداً في الإنكار عمّا كان في الجاهلية، وأن الحديث على ظاهره، وأن هذه الثلاثة أكثر ما يتشاءم الناس بها لملازمتهم إيّاها، فمن وقع في نفسه شيء من ذلك فقد أباح الشرع له أن يتركه. وقد نُسب هذا القول للإمام مالك وابن قتيبة.

قال المازري مشيراً إلى أن هذا مذهب الإمام مالك: "فإنّ مالِكاً عليه السلام أخذ هذا الحديث على ظاهره ولم يتأوله فذكر في كتاب الجامع من المستخرجة أنه قال: ربّ دارٍ سكّنها قوم فهلكوا وآخرون بعدهم فهلكوا، وأشار إلى حمل الحديث على ظاهره".³⁰⁵

وقد نسب القرطبي هذا القول لابن قتيبة كما حكى نسبته إلى الإمام مالك وأنه أخذ بحديث الشؤم في الدار والمرأة والفرس وحمله على ظاهره ولم يتأوله، قال: "وقد تخيل بعض أهل العلم أن التطيّر بهذه الثلاثة مستثنى من قوله لا طيرة وأنه مخصوص بها، فكأنه قال: لا طيرة إلا في هذه الثلاثة، فمن تشاءم بشيء منها نزل به ما كره من ذلك. ومن صار إلى هذا القول ابن قتيبة، وعضد هذا بما يروى عن النبي (ص.س) من حديث أبي هريرة (ر.ض) أنه قال: الطيّرة على من تطيّر".³⁰⁶ وذكر الطيبي احتمال أن تكون هذه الثلاث مستثناة من التّهي والتطير فقال: "ويحتمل أن يكون معنى الاستثناء على حقيقته،

³⁰³ البخاري، **الجامع الصحيح**، 76 كتاب الطب، باب الطيّرة، 7/131 ح 5753.

مسلم، **المسند الصحيح**، 39 كتاب السلام، باب الطيرة والفأل، 4/1748 ح 2225.

³⁰⁴ البخاري، **الجامع الصحيح**، 60 كتاب الجهاد والسير، باب: ما يذكر من شؤم الفرس، 3/1050 ح 2704.

مسلم، **المسند الصحيح**، 39 كتاب السلام، باب الطيرة والفأل، 4/1748 ح 2226.

³⁰⁵ المازري، أبو عبد الله محمد بن علي بن عمر التميمي المازري المالكي (المتوفى: 536هـ) **المعلم بفوائد مسلم** تح: فضيلة الشيخ محمد الشاذلي النيفر، الدار التونسية للنشر، المؤسسة الوطنية للكتاب بالجزائر، المؤسسة الوطنية للترجمة والتحقيق والدراسات بيت الحكمة، ط: 2، 1988 م، والجزء الثالث صدر بتاريخ 1991 م. 3/179.

³⁰⁶ القرطبي، **المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم**، 5/629.

وتكون هذه الأشياء خارجة عن حكم المستثنى منه، أي الشؤم ليس في شيء من الأشياء إلا في هذه الأشياء³⁰⁷ ولم يرجح الطيبي هذا الاحتمال.

ولكن من المهم التنبيه إلى أن الإمام مالك لم ينسب الشؤم لهذه الأشياء بذاتها وإنما عني أن تكون سببا لنزول البلاء فيتركها صاحبها أخذًا بالأسباب. فالإمام مالك إنما أراد البعد عن الأسباب التي اعتادها الناس في التشاؤم، والتي قد تحمل الإنسان على اعتقاد صحة الطيرة. وقد بين ابن العربي مراد الإمام مالك فيما نقل عنه ابن حجر فقال: "وقال ابن العربي لم يُرد مالك إضافة الشؤم إلى الدار وإنما هو عبارة عن جري العادة فيها فأشار إلى أنه ينبغي للمرء الخروج عنها صيانة لاعتقاده عن التعلق بالباطل".³⁰⁸

وميز القرطبي بين اعتقاد أهل الجاهلية وبين من أخذ بظاهر الحديث فقال: "... ولا يُظن بمن قال هذا القول بأن الذي رُخص فيه من الطيرة بهذه الأشياء الثلاثة هو على نحو ما كانت الجاهلية تعتقد فيها وتفعل عندها، فإنها كانت لا تُقدم على ما تطيّرت به ولا تفعله بوجه بناء على أن الطيرة تضرّ قطعًا، فإنّ هذا ظنّ خطأ، وإنما يعني بذلك أن هذه الثلاثة أكثر ما يتشاءم الناس بها لملازمتهم إياها، فمن وقع في نفسه شيء من ذلك فقد أباح الشرع له أن يتركه".³⁰⁹

ووجه الإمام النووي قول الإمام مالك فقال: "قال مالك وطائفة هو على ظاهره وإن الدار قد يجعل الله تعالى سببا للضرر أو الهلاك وكذا اتخاذ المرأة المعينة أو الفرس أو الخادم قد يحصل الهلاك عنده بقضاء الله تعالى".³¹⁰

³⁰⁷ الطيبي، شرح الطيبي على مشكاة المصابيح، 2984/9.

³⁰⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6.

³⁰⁹ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 629/5.

³¹⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 221/14.

وقد أيّد ابن حجر توجيه ابن العربي لقول مالك فقال: "وما أشار إليه ابن العربي في تأويل كلام مالك أولى وهو نظير الأمر بالفرار من المجذوم مع صحة نفي العدوى والمراد بذلك حسم المادة وسدّ الذريعة لئلا يوافق شيء من ذلك القدر فيعتقد من وقع له أن ذلك من العدوى أو من الطّيرة فيقع في اعتقاد ما نُهي عن اعتقاده، فأشير إلى اجتناب مثل ذلك. والطريق فيمن وقع له ذلك في الدار مثلا أن يبادر إلى التحول منها لأنه متى استمر فيها ربما حمله ذلك على اعتقاد صحة الطّيرة والتّشاؤم".³¹¹

القول الخامس: تأويل الشؤم الحاصل من هذه المذكورات، فيكون الشؤم هنا بمعنى الشقاء والتعاسة الحاصلة للمسلم من مسكن بسبب ضيقه، أو جار بسبب إيذائه، أو امرأة لسوء خلقها، وسلطنة لسانها، أو سوء طباعها، أو إسرافها، ومن مركب لا يغزى عليه في سبيل الله، أو غير ذلول لا يستعمل إلا بصعوبة، ونحو ذلك.

قال الخطّابي: "وأما قوله إن تكن الطّيرة في شيء ففي المرأة والفرس والدار فإن معناه إبطال مذهبهم في الطير بالسوانح والبوارح من الطير والظباء ونحوها، إلّا أنه يقول إن كانت لأحدكم دار يكره سكناها أو امرأة يكره صحبتها أو فرس لا يعجبه ارتباطه فليفارقها بأن ينتقل عن الدار ويبيع الفرس، وكان محل هذا الكلام محل استثناء الشيء من غير جنسه. وسبيله سبيل الخروج من كلام إلى غيره، وقد قيل إن شؤم الدار ضيقها وسوء جوارها وشؤم الفرس أن لا يغزى عليها وشؤم المرأة أن لا تلد".³¹²

³¹¹ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6.

³¹² الخطّابي، معالم السنن، 236/4.

قال المباركفوري: "وقال آخرون شؤم الدار ضيقها وسوء جيرانها وأذاهم وشؤم المرأة عدم ولادتها وسلطنة لسانها وتعرضها للريب، وشؤم الفرس أن لا يُغزى عليها وقيل: حرانها وغلاء ثمنها، وشؤم الخادم سوء خلقه وقلة تعهده لما قُوض إليه".³¹³

القول السادس: ربط المعنى بالحالة النفسية.

قال القاضي عياض: "وقد يكون الشؤم هنا على غير المفهوم منه من معنى التطير، لكن بمعنى قلة الموافقة وسوء الطباع"³¹⁴

واستشهد القاضي عياض بالحديث الذي أخرجه الإمام أحمد، عن سعد بن أبي وقاص، قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مِنْ سَعَادَةِ ابْنِ آدَمَ ثَلَاثَةٌ، وَمِنْ شِقْوَةِ ابْنِ آدَمَ ثَلَاثَةٌ، مِنْ سَعَادَةِ ابْنِ آدَمَ: الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ، وَالْمَسْكَنُ الصَّالِحُ، وَالْمَرْكَبُ الصَّالِحُ، وَمِنْ شِقْوَةِ ابْنِ آدَمَ: الْمَرْأَةُ السُّوءُ، وَالْمَسْكَنُ السُّوءُ، وَالْمَرْكَبُ السُّوءُ".³¹⁵

فبيّن أن التّفاؤل والتّشاؤم هو حالة نفسية، وهو انعكاس عن عدم الموافقة في الطبع بين الرجل والمرأة، وعدم الراحة في المسكن والمركب، وهذا ما أشار إليه التّقيّ السّبكي - فيما نقله عنه ابن حجر - في هذا الحديث حيث قال:

"إِشَارَةٌ إِلَى تَخْصِصِ الشُّؤْمِ بِالْمَرْأَةِ الَّتِي تَحْصُلُ مِنْهَا الْعَدَاوَةُ، وَالْفِتْنَةُ، لَا كَمَا يَفْهَمُهُ بَعْضُ النَّاسِ مِنْ التَّشَاؤْمِ بِكَعْبِهَا، وَإِنَّ هَذَا تَأْثِيرًا فِي ذَلِكَ، وَهُوَ شَيْءٌ لَا يَقُولُ بِهِ أَحَدٌ مِنَ الْعُلَمَاءِ، وَمَنْ قَالَ ذَلِكَ فَهُوَ

³¹³ المباركفوري، تحفة الأحمدي، 90/8.

³¹⁴ القاضي عياض، عياض بن موسى بن عياض بن عمرو بن يحيى السبكي، أبو الفضل (ت ٥٤٤هـ) إكمال المعلم بفوائد مسلم، تح: د. يحيى إسماعيل، ط: 1، المحقق: د. يحيى إسماعيل، دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع، مصر، ١٤١٩ هـ - ١٩٩٨ م، عدد الأجزاء: 8. 151/7.

³¹⁵ أحمد، المسند، 55/3، ح 1445. قال المحقق شعيب الأرنؤوط: حديث صحيح، وهذا إسناد ضعيف لضعف محمد بن أبي حميد. وقال الهيثمي: مجمع الزوائد، 2/272، ح 7431: رجاله رجال الصحيح.

جَاهِلٌ، وَقَدْ أَطْلَقَ الشَّارِعُ عَلَى مَنْ نَسَبَ الْمَطَرَ إِلَى النَّوْءِ الْكُفْرَ، فَكَيْفَ مَنْ نَسَبَ مَا يَقَعُ مِنَ الشَّرِّ إِلَى الْمَرْأَةِ مِمَّا لَيْسَ لَهَا فِيهِ مَدْخَلٌ؟ وَإِنَّمَا يَتَّفِقُ مُوَافِقُ قَضَاءٍ وَقَدَرٍ، فَتَنْفِرُ النَّفْسُ مِنْ ذَلِكَ، فَمَنْ وَقَعَ لَهُ ذَلِكَ فَلَا يَضُرُّهُ أَنْ يَتْرَكَهَا مِنْ غَيْرِ اعْتِقَادٍ نِسْبَةِ الْفِعْلِ إِلَيْهَا، انْتَهَى".³¹⁶

قال الطيبي: "فعلى هذا الشؤم في الأحاديث المستشهد بها محمول على الكراهية التي سببها ما في الأشياء من مخالفة الشرع أو الطبع... ويؤيده ما ذكره في شرح السنّة كأنه يقول: إن كان لأحدكم دار يكره سكنها أو امرأة يكره صحبتها أو فرس لا يعجبه، فليفارقها بأن ينتقل عن الدار ويطلق المرأة ويبيع الفرس، حتى يزول عنه ما يجده في نفسه من الكراهة كما قال (ص.س) في جواب من قال: يا رسول الله! إنا كنا في دار كثر فيها عددنا... إلى آخره: ((ذروها ذميمة)). فأمرهم بالتحول منها؛ لأنهم كانوا فيها على استئصال بظلمها واستيحاش، فأمرهم النبي (ص.س) بالانتقال عنها ليزول عنهم ما يجدون من الكراهة، لا أنها سبب في ذلك".³¹⁷ والحديث بتمامه أخرجه أبو داود عن أنس بن مالك، قال: قَالَ رَجُلٌ يَا رَسُولَ اللَّهِ: إِنَّا كُنَّا فِي دَارٍ كَثِيرٌ فِيهَا عَدَدُنَا، وَكَثِيرٌ فِيهَا أَمْوَالُنَا، فَتَحَوَّلْنَا إِلَى دَارٍ أُخْرَى فَقَلَّ فِيهَا عَدَدُنَا، وَقَلَّتْ فِيهَا أَمْوَالُنَا فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "ذَرُوهَا ذَمِيمَةً".³¹⁸

وبعد نقل أقوال العلماء في بيان معنى هذه الأحاديث أُبَيِّن وجهة نظري في المسألة فأقول:

أولاً: لا يوجد تناقض بين هذه الأحاديث، فالنبي (ص.س) نهي عن التَّشَاؤْم بشكل عام، ثم ذكر هذه الأشياء الثلاثة ليس إثباتاً لجواز التَّشَاؤْم بها، إنما لينفي عنها ما اعتاده الناس وعَلِقَ بأذهانهم من التَّشَاؤْم بها، فإذا كان الشؤم غير موجود فيها أصلاً، ففي غيرها من باب أولى.

³¹⁶ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 138/9.

³¹⁷ الطيبي، شرح الطيبي على مشكاة المصابيح، 2985/9.

³¹⁸ أخرجه أبو داود، سنن أبي داود، 27 كتاب الطب، باب في الطيرة، 3924/4 ح. قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6: له شاهد. والحديث حسن.

فإذا فُسر الحديث بهذا المعنى لم يبق هناك أي تعارض بين حديث السيدة عائشة في إنكارها على أبي هريرة وبين الأحاديث الأخرى، لأنها نفت أن يكون الحديث فيه إباحة التَّشَاوُم، وأن فيه إنكار على اليهود، وأهل الجاهلية، فجاء الحديث ليردَّ عليهم هذا الاعتقاد.

ثم إن الأحاديث يفسّر بعضها بعضاً، فإذا نظرنا في الأحاديث الأخرى رأينا أنها ذكرت هذه الأشياء الثلاث على أنها سبب لليمن والبركة، والتَّفَاوُل والخير، وهذا ما جاء صريحاً في رواية الترمذي "لَا شُؤْمٌ، وَقَدْ يَكُونُ الْيَمْنُ فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ".³¹⁹

ثانياً: ولو نظرنا إلى الحديث بنظرة علم النفس لرأينا أن النبي (ص.س) يتكلم عن إحساسٍ إنساني وشعور فطري يجده كثير من الناس في حياتهم، فهذا الإحساس هو من الطبيعة البشرية التي جُبِلَتْ عليها النفوس، بسبب النفور وعدم الإلفة، فقد لا يألف الرجل المرأة ليس لشئ ملموس، وإنما لشعور يجده في نفسه وبسبب اختلاف في الطباع، وإلى هذا يشير قول النبي (ص.س) "الْأَرْوَاحُ جُنُودٌ مُجَنَّدَةٌ فَمَا تَعَارَفَ مِنْهَا ائْتَلَفَ، وَمَا تَنَافَرَ مِنْهَا اخْتَلَفَ"³²⁰ وكذلك قد يسكن الإنسان داراً فيوافق ذلك الزمان والمكان نزول مصيبة وبلية، فينفر الإنسان من سكنى الدار، وهذا مما لا يحاسب عليه الإنسان لأنه ليس باختياره ولكن عليه ألا يستسلم له وأن يعتقد أن النفع والضرر بيد الله سبحانه. فإن شعر الإنسان أن هناك آثاراً نفسية لا تزال تصاحبه بسبب تلك المذكرات، فإن النبي (ص.س) قد أرشده لتركها ليس لوجود الشرِّ فيها وإنما كعلاج ليزيل ما قد علق بالإنسان من تلك الآثار النفسية.

³¹⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب ما جاء في الشُّؤْم، 127/5 ح/2824.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 9 كتاب النكاح، باب ما يَكُونُ فِيهِ الْيَمْنُ وَالشُّؤْم، 642/1 ح/1993.

قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6: في إسناده ضعف مع مخالفته للأحاديث الصحيحة.

³²⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 60 كتاب أحاديث الأنبياء، باب الْأَرْوَاحُ جُنُودٌ مُجَنَّدَةٌ، 133/4 ح/3336.

مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والآداب، باب الْأَرْوَاحُ جُنُودٌ مُجَنَّدَةٌ، 2031/4 ح/2638.

وإلى هذا المعنى النَّفسي أشار ابن بطلال في شرحه على البخاري فقال: "قوله (ع.س.): (لا طيرة) مخصوصًا بحديث الشَّوْم، فكأنه قال: لا طيرة إلا في المرأة والدار والفرس لمن التزم الطَّيْرَة... قال رسول الله (ص.س.): "لا طيرة، والطَّيْرَة على من تطير، وإن يكن في شيء ففي الدار والمرأة والفرس".³²¹ فبان بهذا الحديث أن الطَّيْرَة إنما تلزم من تطير بها... فنهاهم النبي (ع.س) عن الطَّيْرَة فلم ينتهوا فبقيت في هذه الثلاثة أشياء التي كانوا يلزمون التطير فيها... وكذلك قوله (ع.س) في الدار: (اتركوها ذميمة) فإنما قال ذلك لقوم علم منهم أن الطَّيْرَة والتَّشَاوُم غلب عليهم وثبت في نفوسهم".³²²

ويؤكد ابن بطلال أن الأمر بالترك فيه علاج نفسي، فيتابع حديثه قائلا: "... لأن إزاحة ما ثبتت في النَّفس عسير، وقد قال (ع.س.): "ثلاثة لا يسلم منهن أحد: الطَّيْرَة والظَّن والحَسَد؛ فإذا تطيرت فلا ترجع، وإذا حسدت فلا تبغ، وإذا ظننت فلا تحقق"³²³ وليس في قوله (ع.س.): (دعوها ذميمة) أمر منه بالتطير، وكيف وقد قال: لا طيرة؟ وإنما أمرهم بالتحول عنها لما قد جعل الله في غرائز الناس من استئفال مانالهم فيه الشر وإن كان لا سبب له في ذلك، وحبٍّ من جرى لهم الخير على يديه وإن لم يردهم به".³²⁴

قال ابن حجر: "وقيل: معنى الحديث أن هذه الأشياء يطول تعذيب القلب بها مع كراهة أمرها لملازمتها بالسكنى والصحبية ولو لم يعتقد الإنسان الشَّوْم فيها فأشار الحديث إلى الأمر بفراقها ليزول التعذيب".³²⁵

³²¹ ابن حبان، صحيح ابن حبان، 492/13 ح 6123. وقال المحقق شعيب الأرناؤوط: إسناده حسن.

³²² ابن بطلال، شرح صحيح البخاري لابن بطلال، 436/9.

³²³ الطبراني، المعجم الكبير، 3/ 3227. وقال الهيثمي مجمع الزوائد، 8/ 13046: رواه الطبراني، وفيه إسماعيل بن قيس الأنصاري وهو

ضعيف.

³²⁴ ابن بطلال، شرح صحيح البخاري لابن بطلال، 436/9.

³²⁵ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 62/6.

ثالثاً: لا بد للإنسان أن يتحرر من الاستراتيجيات العقلية المتشائمة، ليبني استراتيجيات عقلية إيجابية مكانها، والاستراتيجية العقلية هي: "مجموعة من الأفكار المتتالية والمحددة، يربطها الإنسان بزمان أو مكان ويدعمها باعتقاد وتوقع حتى تصبح حقيقة وواقعا ينتظره في نفس الزمان والمكان".³²⁶

المبحث الثالث: بناء الذات الإيجابية في السُّنَّة النَّبَوِّية

المطلب الأول: مفهوم الذات وأهميتها بنائها

أولاً: مفهوم الذات

التفكير بقطبيه الإيجابي والسلبي له علاقة وطيدة ببناء الذات، فبناء الذات الإيجابية هو جزء من بناء التفكير الإيجابي، ويُعدُّ مفهوم الذات ركناً من أركان الشخصية، فوظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتِّساق الشخصية حتى يكون الفرد متوافقاً مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها، فتكون له هوية مستقلة تميّزه عن هوية الآخرين. فبناء الذات يلعب دوراً كبيراً في الصحة النفسية والسلوكية في المجتمع. ومنذ عام 1960 اقتبس العديد من الباحثين نظرياتهم من أفكار ويليام جيمس الذي يعتبر الأنا كـمعنى للذات، وأنَّ النفس تعني المظاهر الروحية والمادية والاجتماعية، وقد قسّم مكونات الذات إلى:

1- ذات فردية: التي تشمل ممتلكاته المادية، وجسمه وأسرته التي يمكن للفرد الانسجام معها.

2- ذات اجتماعية: التي من خلالها يتم معرفة الغير، والصورة التي يكوّنها الغير عنه،

بمعنى الفكرة التي يكوّنها الفرد عن نفسه من خلال تصورات الآخرين له.

3- ذات روحية: التي تتمثل في النواة المركزية للكائن، وتشمل الشعور والعواطف التي

يدركها الفرد، والميول والقدرات العقلية والاستعدادات النفسية.³²⁷

³²⁶ الفقي، قوة التفكير، ص 34.

وترى كاميليا عبد الفتاح أن مفهوم الذات هو: المعنى المجرد، لإدراكنا لأنفسنا جسميا وعقليا واجتماعيا في ضوء علاقاتنا بالآخرين.³²⁸

ويعرفه أبو زيد بأنه: "تنظيم إدراكي انفعالي معرفي متعلم موحد يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل"³²⁹

كما يعرف الثبتي مفهوم الذات على أنها: "مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد، والتي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية وتشمل معتقداته وقيمه وخبراته وطموحاته."³³⁰

إن الذات تنمو من خلال مراحل الإنسان العمرية المختلفة، وأهمها في فترة الطفولة بالتفاعل مع الأم والأسرة، فيتكون لدى الطفل تقدير لذاته إما بالإيجاب أو بالسلب بناء على التقدير والاهتمام الذي تلقاه من ذوي الاهتمام به في بيئة نشأته الأولى.

ومفهوم الذات: "أيضا إدراك الفرد لذاته، وهو الإدراك الذي يتكون عبر خبراته وبيئته ويتأثر بشكل خاص بالإثباتات التي يتلقاها الشخص للاستجابات أثناء مواقف معينة عيانية أو مجردة".³³¹

³²⁷ فيصل، فراحي، تقدير الذات وعلاقته بمشروع التكوين لدى طلبة التكوين المهني، رسالة دكتوراه، جامعة وهران، 2011م. ص38.

³²⁸ عبد الفتاح، كاميليا، مفهوم الذات لدى الشباب، الكتاب السنوي لعلم النفس الهيئة المصرية العامة للكتاب، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ط: بلا، القاهرة، 1975م. ص83.

³²⁹ أبو زيد، إبراهيم، سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية، ط: بلا، ١٩٨٧م. ص56.

³³⁰ الثبتي، مفهوم الذات والتحصيل الدراسي والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى ذوي المشكلات من المرحلة الثانوية بمدينة مكة، ص76.

³³¹ معمري، بشير، سيكولوجية الدافع إلى الانجاز، دار الخلدونية، الجزائر، ط: بلا، 2010م، ص142.

المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 1، 1400هـ، عدد الأجزاء: 2. ص142.

وأرى أنَّ أوضح تعريف لمفهوم الذات هو أنه: "مصطلح نفسي يُعبّر عن مفهوم افتراضي يشمل جميع الآراء والأفكار والاتجاهات التي يكوّنها الفرد عن نفسه، ويشمل المعتقدات والقيم والقناعات والطموحات المستقبلية التي تتأثر بحد كبير بالنواحي الجسمية، والعقلية، والانفعالية الاجتماعية".³³²

ثانياً: أهمية بناء الهوية الإيجابية للذات

إن الصورة التي ينظر بها الإنسان إلى نفسه، وتنطبع في ذهنه، لها الأثر الأكبر في سلوكه، وفي ذلك قال د. ماكسويل مولتز: "إن النظرة الذاتية هي المفتاح لشخصية الإنسان وسلوكه، فإذا قمت بتغيير النظرة الذاتية فإنك ستغير الشخصية والسلوك".³³³

إن للإنسان تصوراً داخلياً لشخصيته وذاته، يتكون من أفكاره ومعتقداته ومشاعره وأحاسيسه، وخبراته، هذا التصور الداخلي ينعكس على ظاهره الخارجي الذي يعبر عنه الإنسان بسلوكه، فالمقصود بالهوية الذاتية كما عرّفها الحريري: "الصورة الذهنية التي يحملها الإنسان عن نفسه، وإحساسه بذاته". وقال أيضاً: "إن كل تصرفاتك وأحاسيسك وسلوكك، وحتى قدراتك تكون دائماً طبقاً لنظرتك لذاتك".³³⁴

³³² الطاهر، قحطان، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان، ط: 2، 2010م. ص3.

³³³ الفقي، قوة التحكم بالذات، ص113.

³³⁴ حريزي، أسامه، التطوير الذاتي، دار المجتمع، جدة. ط1، 1424هـ. ص354.

ويقول تريسي عن أثر هذه الهويّة الداخلي وانعكاسها على العالم الخارجي: "وللهوية الأثر الكبير في تحديد فكر الإنسان وقيمه وسلوكه. ونظراً لقوة تصورك الشخصي لذاتك فإنك دائماً ما تؤدي سلوكاً خارجياً يتفق مع صورتك لذاتك داخلياً".³³⁵

إن هويتنا الذاتيّة كمسلمين موحدين، إنما هي المنهج الذي رسمه لنا ديننا الحنيف، قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ﴾.³³⁶ فدين الله تعالى هو الإسلام، بمعنى الاستسلام لأمره ونهيه سبحانه، ومن استبدله بدين آخر فقد ضل السبيل وخرج عن أمره، وهذا صريح بقوله تعالى: ﴿وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾.³³⁷ بل إن الله تعالى سمانا مسلمين قبل نزول القرآن الكريم فقال سبحانه وتعالى: ﴿هُوَ سَمَّاكُمُ الْمُسْلِمِينَ مِنْ قَبْلُ﴾.³³⁸

قال مجاهد في تفسيره: "الله سَمَّاكُمُ الْمُسْلِمِينَ مِنْ قَبْلُ، يَعْنِي مِنْ قَبْلِ الْكُتُبِ كُلِّهَا وَمِنْ قَبْلِ الذِّكْرِ. ﴿وَفِي هَذَا﴾. يَعْنِي: الْقُرْآنَ".³³⁹

هذه الهويّة منبعها من الداخل وأثرها يظهر للخارج، وذلك من خلال السلوك العملي الذي يترجم تلك الهويّة الذاتيّة للإنسان، ويدل على ذلك حديث سُفْيَانَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ الثَّقَفِيِّ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، قُلْ لِي فِي الْإِسْلَامِ قَوْلًا لَا أَسْأَلُ عَنْهُ أَحَدًا بَعْدَكَ - وَفِي حَدِيثِ أَبِي أُسَامَةَ غَيْرَكَ - قَالَ: "قُلْ:

³³⁵ تريسي، غير تفكيرك غير حياتك، ص20.

³³⁶ سورة آل عمران: 19.

³³⁷ سورة آل عمران: 85.

³³⁸ سورة الحج آية: 78.

³³⁹ مجاهد، أبو الحجاج مجاهد بن جبر التابعي المكي القرشي المخزومي (المتوفى: 104هـ) تفسير مجاهد، تح: د. محمد عبد السلام أبو النيل، دار الفكر الإسلامي الحديثة، مصر، ط:1، 1410 هـ 1989 م، عدد الأجزاء: 1. ص483.

آمَنْتُ بِاللَّهِ، فَاسْتَقَمَّ" ³⁴⁰ فقد بين النبي (ص.س) لهذا السائل أن هوية المسلم هي الإيمان بالله تعالى بما تحمله هذه الكلمة من عقيدة ومنهج، ثم الإستقامة على هذا المنهج.

قال المناوي في شرحه للحديث: "(قل آمنت بالله) أي جدد إيمانك بالله ذكرنا بقلبك ونطقا بلسانك بأن تستحضر جميع معاني الإيمان الشرعي (ثم استقم) أي الزم عمل الطاعات والانتهاز عن المخالفات إذ لا تتأني مع شيء من الاعوجاج فإنها ضده" ³⁴¹.

ولو تأملنا الأحاديث الشريفة لرأينا أن النبي (ص.س) قد أكد على هذه الهوية مع ربطها والتعبير عنها بالسُّلوك العملي، من هذه الأحاديث تعريفه (ص.س) للمسلم، فعن أبي بردة عن أبي موسى (ر.ض) قال: قالوا يا رَسُولَ اللَّهِ، أَيُّ الْإِسْلَامِ أَفْضَلُ؟ قَالَ: مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ. ³⁴²

فالصحابة (ر.ض) يسألون عن أفضل وأعظم الأعمال أجراً في الإسلام وأعلى مرتبة فيه، فيأتي الجواب من الرسول (ص.س) أعم من السؤال، فلم يتكلم عن فعل هو الأفضل في الإسلام، وإنما تكلم عن الفاعل عموماً، ووصفه بصفتين هما تعريف لهوية المسلم الكامل، فكل قول أو عمل يتنافى مع هذين الوصفين فليس من الإسلام، وهذا من جوامع كلمه (ص.س). فالمسلم الكامل الجامع لخصال الإسلام: هو مَنْ لَمْ يُؤْذِ مُسْلِمًا بِقَوْلٍ وَلَا فِعْلٍ.

وفي الحديث نفى كمال الإيمان، وليس المراد نفى أصل الإسلام. وخصَّ اللِّسان واليد؛ لكثرة أخطائهما وأضرارهما؛ فَإِنَّ مُعْظَمَ الشُّرُورِ تَصْدُرُ عَنْهُمَا؛ فَاللِّسَانُ يَكْذِبُ، وَيَغْتَابُ، وَيَسُبُّ، وَيَشْهَدُ بِالزُّورِ

³⁴⁰ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب جامع أوصاف الإسلام، 1/65/ح 38.

³⁴¹ المناوي، فيض القدير، 4/523/ح 6143.

³⁴² البخاري، الجامع الصحيح، 2 كتاب الإيمان، باب المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده، 1/11/ح 10.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتب الإيمان، باب بيان تفاضل الإسلام، وأبي الأمور أفضل، 1/65/ح 40.

وقدّم ذكر اللسان لأنّ الإيذاء به أكثر وأسهل، وأشدّ نكايّة، ولا يسلم منه أحد بل يُعم الأحياء والأموات جميعاً. ثم ذكر اليد لأنّها التي تضرب وتقتل وتسرق، إلى غير ذلك.³⁴³

وكفّ اللسان من أشد ما يكون على الإنسان، ولهذا قال النبي ﷺ لمعاذ بن جبل "أَلَا أُخْبِرُكَ بِرَأْسِ الْأَمْرِ، وَعَمُودِهِ، وَدُرُوزِ سَنَامِهِ؟" ثُمَّ قَالَ: "أَلَا أُخْبِرُكَ بِمَلَاكِ ذَلِكَ كُلِّهِ؟" قُلْتُ: بَلَى، فَأَخَذَ بِلِسَانِهِ، فَقَالَ: "تَكْفُفُ عَلَيْكَ هَذَا" قُلْتُ: يَا نَبِيَّ اللَّهِ وَإِنَّا لَمُؤَاخِدُونَ بِمَا نَتَكَلَّمُ بِهِ؟ قَالَ: "تَكَلِّمُكَ أُمَّكَ يَا مُعَاذُ وَهَلْ يُكَيِّبُ النَّاسَ عَلَى وُجُوهِهِمْ فِي النَّارِ، إِلَّا خَصَائِدُ أَلْسِنَتِهِمْ؟".³⁴⁴

فالنبي (ص.س) يُعرّف لنا هوية المسلم الكامل لتكون هذه الصورة مرسومة في الذهن فيسعى المسلم للتحقّق بها. وبعد أن عرّف هذه الذات الإيجابيّة الداخليّة للمسلم نهي عن كل ما يتنافى معها من أفعال، فقال (ص.س): "وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ، وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ، وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ" قِيلَ: وَمَنْ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: "الَّذِي لَا يَأْمُرُ جَارُهُ بِوَأَقْفِهِ"³⁴⁵ أَيْ عَوَائِلُهُ وَشُرُورُهُ³⁴⁶، فكل عمل يناقض الذات الإيجابيّة الإسلامية هو سلوك سلبي مرفوض.

وأكد (ص.س) على هذه الهويّة الإيجابيّة كما جاء في الصحيحين عَنْ أَنَسٍ عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ، حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ".³⁴⁷

³⁴³ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 10/2.

³⁴⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 38 أبواب الإيمان، باب ما جاء في حرمة الصلّة، 11/5/2616، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، كتاب الفتن، باب كفّ اللسان في الفتن، 1314/2/3973.

³⁴⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب إثم من لا يأمر جاره بواقفه، 10/8/6016.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بيان تحريم إيذاء الجار، 1/68/46.

³⁴⁶ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 1/162.

³⁴⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 2 كتاب الإيمان، باب من الإيمان أن يحب لأخيه ما يحب لنفسه، 12/1/13.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب الدليل على أن من خصّص الإيمان...، 1/67/45.

فالمؤمن يفيض قلبه بحب الخير للآخرين، ويريد لهم الخير كما يريد لنفسه، وهذه من أهم مظاهر الإيجابية. فإن كان هناك تناقض بين السلوك الظاهر وبين الذات الداخلية اتصف الإنسان بالنفاق. فالمنافق لا يختلف سلوكه الظاهر عن المسلم ولكن الإشكال يكمن في ذاته الداخلية، ومن هنا ندرك أهمية العقيد في بناء الهوية الإيجابية للإنسان.

وإذا لم يستطع المسلم أن يقدم أي خير لغيره فأقل الإيجابية منه هي أن يكف شره عن إيذاء الآخرين، فكفه هذا هو بحد ذاته موقف إيجابي يُحمد عليه كما في الحديث عَنْ أَبِي ذَرٍّ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَيُّ الْأَعْمَالِ أَفْضَلُ؟ قَالَ: "الْإِيمَانُ بِاللَّهِ وَالْجِهَادُ فِي سَبِيلِهِ" قَالَ: قُلْتُ: أَيُّ الرِّقَابِ أَفْضَلُ؟ قَالَ: "أَنْفُسُهَا عِنْدَ أَهْلِهَا وَأَكْثَرُهَا ثَمَنًا" قَالَ: قُلْتُ: فَإِنْ لَمْ أَفْعَلْ؟ قَالَ: "تُعِينُ صَانِعًا أَوْ تَصْنَعُ لِأَخْرَقٍ" قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَرَأَيْتَ إِنْ ضَعُفْتُ عَنْ بَعْضِ الْعَمَلِ؟ قَالَ: "تَكُفُّ شَرَّكَ عَنِ النَّاسِ فَإِنَّهَا صَدَقَةٌ مِنْكَ عَلَى نَفْسِكَ".³⁴⁸ ففي هذا الحديث جعل النبي (ص.س) مجرد الكف عن السلوك السلبي هو موقف إيجابي وعمل صالح ونوع من الصدقات.

المطلب الثاني: زرع الثقة في النفس

هناك علاقة قوية بين الثقة بالنفس وبين التفكير الإيجابي، فكلما كانت ثقة الإنسان قوية بنفسه وبقدراته كلما كانت شخصيته وأساليب تفكيره إيجابية، وعلى العكس من ذلك فكلما كانت ثقته بنفسه ضعيفة ومهزوزة كلما كانت شخصيته وأساليب تفكيره سلبية.

³⁴⁸ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بيان كَوْنِ الْإِيمَانِ بِاللَّهِ تَعَالَى أَفْضَلَ الْأَعْمَالِ، 84/1 ح.

ويذهب الفقي، إلى أَنَّ الثِّقَّةَ بالنَّفْسِ هي القوة الدَّاتِيَّة التي تدفع الإنسان للتقدم والنمو المستمر، وبدون هذه الثِّقَّة يعيش الإنسان في ظلال الآخرين، ويشعر بالخوف من الفشل والمجهول، فلا يجرؤ على أي تغيير في حياته، لأنه غير واثق بنفسه، ويتوقع الفشل والخسران سلفاً.³⁴⁹

إن الثِّقَّة بالنَّفْس والرضا عن الدَّات مشاعر إيجابية لا تتعارض مع الدين الخفيف، فالإسلام لا يدعو المسلم أن يكون ضعيف النَّفس غير واثق بإرادته، لأنه إن كان كذلك فسينقاد وراءها لتحقيق ملذَّاته، مستسلماً لشهواته، بل إن الشريعة تأمر بالقوة ومصدر القوة نابع من الداخل.

ففي الحديث الصحيح عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ آخِرٌ أَحْرَصُ عَلَى مَا يَنْقُصُكَ، وَاسْتَعِنَ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ".³⁵⁰

ولسنا نقصد بذلك غرور النَّفس، فإن بين الثِّقَّة والغرور شعرة كما يقولون، فالثِّقَّة الإيجابية التي نتحدث عنها هي أمر نبيل يقع في الوسط؛ بين عدم الثِّقَّة من جهة، والتعالي أو الغرور من جهة أخرى وكلاهما على طرفي نقيض، فالشخص غير الواثق بنفسه يرى في نفسه عدم الكفاءة والقصور عن تأدية المهام وتحمل المسؤولية والأعباء، ويقلل من شأن قدراته ومواهبه، ويقارن نفسه بالآخرين فيشعر أنه أقل منهم مما يدفعه إلى اليأس والإحباط، أما المغرور فيرى في نفسه الكفاءة، وأن لديه مواهب وقدرات إلا أنه يراها أكبر من حجمها الحقيقي، ويقارن نفسه بمن حوله فيشعر أنه أفضل منهم، فيتعالى عليهم وربما يحتقرهم وينظر إليهم بعين الإزدراء، وفي الحديث عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَا

³⁴⁹ الفقي، قوة التفكير، ص 65.

³⁵⁰ مسلم، المسند الصحيح، 46 كتاب القدر، بَابُ فِي الْأَمْرِ بِالْقُوَّةِ وَتَرْكِ الْعَجْزِ...، 4/2052/2664.

يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبَرٍ" قَالَ رَجُلٌ: إِنَّ الرَّجُلَ يُحِبُّ أَنْ يَكُونَ ثَوْبُهُ حَسَنًا وَنَعْلُهُ حَسَنَةً، قَالَ: "إِنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ، الْكِبَرُ بَطَرُ الْحَقِّ، وَغَمَطُ النَّاسِ".³⁵¹

فالاهتمام بالمظهر يدل على اهتمام الإنسان بنفسه وثقته بذاته، ولكن هذا لا يعني أن يحتقر الآخرين، فالوائق بنفسه يرى فيها الكفاءة، وأن لديه مواهب وقدرات كامنة في داخله ويريد أن يظهرها ليستفيد منها ويُفيد، ولكنّه يراها في حجمها الحقيقي دون إجحاف أو مبالغة، ولا يرى نفسه أنه أقل من الآخرين كما أنه لا يرى أنه أفضل منهم، بل عنده قناعة بأن لديه إمكانيات قد لا توجد في غيره، وفي الآخرين إمكانيات قد لا يتصف بها في نفسه، ولكنه يسعى لتحقيقها، كما أنه دائماً حريص على أن ينسب الفضل لله تعالى فيما يملك ولا ينسبه لنفسه حتى لا يقع في الكبر والغرور، وصدق الله العظيم إذ يقول: ﴿وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ۝﴾.³⁵²

إن زرع الثقة في النفس هو تنمية الذات الإيجابية لدى الشخص، وهو أمر في غاية الأهمية؛ لأن تدني مستوى مفهوم الذات هو نتيجة التفكير السلبي، والذي ينتج عنه العديد من المشكلات النفسية والسلوكية.

فالإنسان الوائق بنفسه لديه القدرة على حسن إدارة ذاته، ويكون قادراً على الإنجاز، وتجاوز العقبات ويشعر بالاستقلالية، ويتحمل المسؤولية ويواجه الضغوطات وأعباء الحياة، ويكون لديه قدرة الانفتاح على الآخرين والتأثير بهم، وحسن التواصل معهم. وأيضاً تمكنه من الإنجاز في الحاضر، وتحقيق الأهداف في المستقبل؛ هذا مما يجعله يشعر بالاستقرار والطمأنينة والإحساس بالسعادة، والاستمتاع بلذة النجاح.

³⁵¹ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب تحريم الكبر وبيان، 1/93/ح 91.

³⁵² سورة الضحى: 11.

أما الإنسان الذي لديه انخفاض في مستوى ذاته الإيجابية فهو الفرد الغير واثق بنفسه وتكون نظرتة للذات سلبية، ويحط من قيمته وإمكانياته، كما أنه لا يستطيع إدارة ذاته، ويجد في نفسه ضعفاً عند مواجهة المواقف الحرجة، ويفسرها على أنها من المستحيلات التي يصعب تجاوزها فيعاني من الانسحاب والهروب، كما يتأثر بالآخرين ويؤسّثار بسهولة فيكون سريع الشعور بالعجز والإحباط ويفقد القدرة على التواصل الجيد مع الآخرين، ويشعر بأنهم لا يقدرونه ولا يفهمونه، حيث إن لديه حساسية شديدة، ويفسر كثيراً من الأشياء البسيطة التي يتعرض لها على أنها مُحِبطة أو مُهينة لكرامته.

والشخص الغير واثق بنفسه لا يرى قدراته الحقيقية ومواهبه، أو يراها على أنها أشياء ليس لها قيمة كبيرة، وبالتالي فهو لا يتمكن من توظيف إمكانياته والإستفادة منها، مما يجعل لديه في نهاية المطاف شعور بالإحباط واليأس، فلا يشعر بلذة النجاح.

وهناك مجموعة من العوامل التي تبني وتدعم الثِّقة بالنفس لدى الفرد والتي هي من أساسيات بناء التفكير الإيجابي نحو الذات، يمكن أن نستقيها من خلال المنهج النبوي وهي:

أولاً: زرع الثِّقة في نفس الطفل

إن زرع الثِّقة في نفس الطفل وتنمية القدرة على تكوين ذات إيجابية هو أمر غاية في الأهمية، لأن الشعور بالثِّقة والرضا عن الذات عند الطفل يبني عنده التفكير الإيجابي، مما يدفعه إلى الإبداع والنجاح في شتى الجوانب سواء المعرفية منها أو النفسية أو الاجتماعية. وفي السُّنة مشاهد كثيرة تدل على منهج النبي (ص.س) وحرصه على زرع الثِّقة في نفس الطفل منها:

عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ (ر.ض) قَالَ: أَتَى النَّبِيَّ (ص.س) بِقَدَحٍ، فَشَرِبَ مِنْهُ، وَعَنْ يَمِينِهِ عَلَامٌ أَصْغَرَ الْقَوْمِ، وَالْأَشْيَاحُ عَنْ يَسَارِهِ، فَقَالَ: "يَا عَلَامُ أَتَأْذُنُ لِي أَنْ أُعْطِيَهُ الْأَشْيَاحُ"، قَالَ: مَا كُنْتُ لِأَوْثَرِ بِفَضْلِي مِنْكَ أَحَدًا يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَأَعْطَاهُ إِيَّاهُ.³⁵³

هذا التصرف من النبي (ص.س) مع الغلام راعى فيه التوافق النفسي والاجتماعي للطفل. فأشعره بأنه محبوب ومرغوب فيه بين الجلساء، وأن له قيمة ينبغي أن تُحترم وحضوراً يجب أن يُصان، هذا التقدير والاحترام للذات يُجَنِّبُ الطفل كل ميل إلى السلبية والانطواء وكرهية الآخرين، مما يعزز ثقته بذاته، ويضمن انخراطه على نحو إيجابي في المجتمع.

إن الصورة التي يكوّنها الإنسان عن نفسه منذ الصغر وما يرتبط بهذه الصورة من إحساس بالرضا أو عدم الرضا هي ما يسميه البعض "تقدير الذات"، فمن كانت صورته عن نفسه إيجابية فمن الطبيعي عندئذ أن يشعر بالاعتزاز والرضا عن هذه الذات ويقدرها، وعلى العكس من ذلك فمن كانت صورته عن ذاته سلبية فسوف ينكر هذه الذات ويذمها، حتى لو أظهر أحياناً أنه عزيز النفس أمام الآخرين، ولكنه من الداخل ضعيف.

إن ذات الطفل هي المرأة التي تعكس الطريقة التربوية التي استقها من أول يوم ولد فيه سواء أكانت العملية التربوية تتم في البيت باعتباره المؤسسة التربوية الأولى أو في المدرسة أو حتى في المجتمع من الرفاق والأقارب والجيران، فهذه الطريقة تُسهم في تكوين هذه الذات سواء كانت إيجابية أم سلبية. فبناء الذات عند الطفل لا يتم بطريقة وراثية، كما أنها لا تولد معه، فهي ليست أمراً فطرياً بل هي مكتسبة نتيجة عوامل بيئية تعمل على تكوين شخص يحمل ذاتاً إيجابية وآخر يحمل ذاتاً سلبية.

³⁵³ البخاري، الجامع الصحيح، 43 كتاب المساقاة، باب في الشرب ومن رأى صدقة الماء وهبته ووصيته جائزة...، 109/3/ح2351.

ثانياً: إظهار المحبة للطفل

إن الطفل الذي يسمع من والديه كلمات الحب والتقدير والمدح والثناء، وأنه مجتهد وذكي ودؤوب وصاحب مسؤولية سيشعر بحب وثقة بذاته، ويقدرها لتقدير الآخرين لها وخاصة والديه، وعلى النقيض من ذلك فإن الطفل الذي لا يسمع من والديه إلا التأنيب والتذمر من تصرفاته وسلوكه، ووصفه بالفشل والغباء تجعله يشعر أنه غير مفيد وغير مرغوب فيه، الأمر الذي يجعله ينظر إلى نفسه على أنها ذميمة فيكره ذاته، ويكون سلبياً مع نفسه يوجه لها اللوم والتأنيب ويشعر بالألم بسببها، فتبدأ أعراض التوتر والكره والمشاكسة لمن حوله والتراجع الدراسي بالظهور، وبالتالي ينقلب إلى إنسان سلبى في المجتمع، لذلك كان النبي (ص.س) يُظهر حبه للأطفال تعليماً لهذه الأمة، وفي الحديث عن البراء (ر.ض) قَالَ: رَأَيْتُ النَّبِيَّ (ص.س) وَالْحَسَنَ بْنَ عَلِيٍّ عَلَى عَاتِقِهِ، يَقُولُ: "اللَّهُمَّ إِنِّي أُحِبُّهُ فَأَحِبَّهُ".³⁵⁴

وكان (ص.س) لا يكثر من اللوم والعتاب بل يتغاضى عن الأخطاء والزلات.

عن أَنَسٍ (ر.ض) قَالَ: "كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) مِنْ أَحْسَنِ النَّاسِ خُلُقًا، فَأَرْسَلَنِي يَوْمًا لِحَاجَةٍ، فَقُلْتُ: وَاللَّهِ لَا أَذْهَبُ، وَفِي نَفْسِي أَنَّ أَذْهَبَ لِمَا أَمَرَنِي بِهِ نَبِيُّ اللَّهِ (ص.س) فَخَرَجْتُ حَتَّى أُمَرَ عَلَى صَبِيَّانٍ وَهُمَا يَلْعَبُونَ فِي السُّوقِ، فَإِذَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) قَدْ قَبَضَ بِقَفَايَ مِنْ وَرَائِي، قَالَ: فَتَنَظَرْتُ إِلَيْهِ وَهُوَ يَضْحَكُ، فَقَالَ: "يَا أَنَسُ أَذْهَبْتَ حَيْثُ أَمَرْتُكَ؟" قَالَ قُلْتُ: نَعَمْ، أَنَا أَذْهَبُ، يَا رَسُولَ اللَّهِ.³⁵⁵

نرى بعض الآباء يكونون متساهلين مع أبنائهم، وقد يواجهون صعوبة في أن يتصرفوا بصرامة وحزم معهم، وهذا الأسلوب في الغالب يؤدي إلى التساهل مع الأبناء. وعلى الجانب الآخر، نجد آباءً

³⁵⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 62 كتاب أصحاب النبي (ص.س) باب مناقب الحسن والحسين (ر.ض) 5/26/3749.

مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، باب فضائل الحسن والحسين (ر.ض) 4/1883/2422.

³⁵⁵ مسلم، المسند الصحيح، 43 كتاب الفضائل، باب كان رسول الله (ص.س) أحسن الناس خلقاً، 4/1805/2310.

آخرين يتصرفون بحزم وصرامة، وينسون العطف على أبنائهم، وهذا الأسلوب يؤدي إلى التطرف في الشدة والقسوة، وكلا الأسلوبين مضر، إذ أن الشدة والتساهل المفرطين لا يساعدان هؤلاء الأبناء على تنمية الذات الإيجابية لديهم، واللازمة ليكونوا مبتهجين ومشاركين وقادرين على مواجهة الحياة، إن الأسلوب الأمثل في تربية الأبناء ينبغي أن يكون ممزوجاً بين الترغيب والترهيب، من غير إفراط ولا تفريط. وذلك بالاستعانة بالمبادئ والأسس التربوية الملائمة والتي تزرع الثقة بالنفس، مع إظهار المحبة والتقدير.

حيث يخبرنا كتاب التهذيب الإيجابي: "إن التأكد من وصول حبك إلى أطفالك هو أعظم ما تقدمه لأطفالك. إنهم يشكلون آراءهم من خلال إدراكهم لما تشعر به تجاههم، فعندما يشعرون أنك تحبهم وتحافظ على خصوصيتهم يتكوّن بداخلهم رغبة قوية في تطوير قدراتهم"³⁵⁶

ثالثاً: مُبَاسِطَةُ الطِّفْلِ

عَنْ أَنَسٍ، قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) أَحْسَنَ النَّاسِ خُلُقًا، وَكَانَ لِي أَخٌ يَقَالُ لَهُ أَبُو عُمَيْرٍ - قَالَ: أَحْسِبُهُ - فَطِيمًا، وَكَانَ إِذَا جَاءَ قَالَ: "يَا أَبَا عُمَيْرٍ، مَا فَعَلَ النُّعَيْرُ" نُعَرَ كَانَ يَلْعَبُ بِهِ.³⁵⁷ والنغير طائر أحمر المنقار.³⁵⁸ هذا الحديث قد احتوى على وسائل عملية في تنمية الذات الإيجابية عند الأبناء وبخاصة الأطفال، فهو منسجم مع الوصايا التي يطالب بها علماء النفس التربوي، فهم يُؤْهِوْنَ على أُمِّيَّةِ إتقان الآباء للغة التواصل مع أبنائهم، باعتبارها من أهم الوسائل التربوية التي تحقق تنمية الذات المطلوبة عند الأطفال، وما أخبر به الصحابي أنس بن مالك (ر.ض) يدل على أن الرسول (ص.س) كان يحرص على

³⁵⁶ لين لوت، جان نيلسن، التهذيب الإيجابي - من الألف الى الياء، ترجمة مكتبة جرير، ط: بلا، 2007م. ص14.

³⁵⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب الكُفْيَةِ لِلصَّبِيِّ وَقَبْلَ أَنْ يُؤَلَّدَ لِلرَّجُلِ، 8/45/ح6203.

مسلم، المسند الصحيح، 38 كتاب الأدب، باب اسْتِخْبَابِ تَحْنِيكِ الْمُؤَلَّدِ...، 2/1692/ح2150.

³⁵⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 10/584.

أن يخاطب صغار الصحابة، ومعنى هذه المخالطة، أي التواصل معهم كلما سنحت له الفرصة، فيجالسهم ويمازحهم ويداعبهم.

إنه حوار بسيط باختيار العبارات البسيطة، والتي تناسب عمر ذلك الطفل، لتشعره بأنه محط اهتمام الكبار من حوله، وأن هذه الذات التي يحملها هي موضع الاهتمام عند الآخرين.

ولقد كانت لغة الحوار في الحديث، على شكل سؤال يستدعي الجواب، فقال (ص.س) له: "ما فعل النُّعير" وهو طير صغير، فالكلمات سهلة الفهم والجواب يناسب السن، مما يدفع الطفل لحسن الاستماع، لأن الكلام بمتناول عقله، فيطلق العنان للطفل بأن يفكر ويتحدث ويعبر عن ذاته بالطريقة التي يريدها، وفي هذا تدريب حتى يعتاد الطفل على الحوار مع الكبار، فينمو عنده ذاك الإحساس بالمسؤولية وتقدير لذاته، فهو قادر على التحدث والحوار وله كيان ووجود، ويستطيع التواصل مع المجتمع من حوله.

رابعاً: رفع المعنويات بالشَّاء والتَّقدير

كما أن أنظارنا تلتفت لأخطاء الطفل وما يصدر عنه من أعمال سلبية، فكذلك يجب أن نلتفت لمحاسنه، فنشكره على عمله ونثني عليه، ويتجلى هذا في مواقف نبوية، منها:

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) دَخَلَ الْخَلَاءَ، قَالَ: فَوَضَعْتُ لَهُ وُضُوءًا قَالَ: "مَنْ وَضَعَ هَذَا فَأُخْبِرَ فَقَالَ اللَّهُمَّ فَقِّهْهُ فِي الدِّينِ".³⁵⁹

فقد أثنى النبي (ص.س) على ابن عباس (ر.ض) وكافأه بأن دعى له واستجاب الله تعالى دعاءه.

³⁵⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 4 كتاب الوضوء، باب وَضْعُ الْمَاءِ عِنْدَ الْخَلَاءِ، 41/1 ح/143.

مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، باب مِنْ فَضَائِلِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) 2477/4 ح/1927.

ولما خدم أنس رسول الله دعا له النبي (ص.س) أيضاً، كما جاء في الحديث عَنْ أَنَسٍ، عَنْ أُمِّ سَلَيْمٍ، أَنَّهَا قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَنَسٌ خَادِمُكَ، ادْعُ اللَّهَ لَهُ، قَالَ: "اللَّهُمَّ أَكْثِرْ مَالَهُ، وَوَلَدَهُ، وَبَارِكْ لَهُ فِيمَا أُعْطِيَتْهُ".³⁶⁰

خامساً: الاعتماد على النفس

عبارة الاعتماد على النفس تعني أن يرى كل فرد نفسه مسؤولاً عن أعماله، فيقوم بواجباته خير قيام، ويتولى قضاء حاجاته بيده دون الاتكال على الآخرين.

عن عَوْفُ بْنُ مَالِكٍ الْأَشْجَعِيِّ، قَالَ: كُنَّا عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) تِسْعَةً أَوْ ثَمَانِيَةً أَوْ سَبْعَةً، فَقَالَ: "أَلَا تُبَايِعُونَ رَسُولَ اللَّهِ؟" وَكُنَّا حَدِيثَ عَهْدٍ بِبَيْعَةٍ، فَقُلْنَا: قَدْ بَايَعْنَاكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ، ثُمَّ قَالَ: "أَلَا تُبَايِعُونَ رَسُولَ اللَّهِ؟" فَقُلْنَا: قَدْ بَايَعْنَاكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ، ثُمَّ قَالَ: "أَلَا تُبَايِعُونَ رَسُولَ اللَّهِ؟" قَالَ: فَبَسَطْنَا أَيْدِيَنَا وَقُلْنَا: قَدْ بَايَعْنَاكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَعَلَامَ تُبَايِعُكَ؟ قَالَ: "عَلَى أَنْ تَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا، وَالصَّلَاةَ الْخُمُسَ، وَتُطِيعُوا -وَأَسَرَّ كَلِمَةً خَفِيَّةً- وَلَا تَسْأَلُوا النَّاسَ شَيْئًا" فَلَقَدْ رَأَيْتُ بَعْضَ أَوْلِيَاكَ النَّفَرِ يَسْتَفْطِ سَوْطَ أَحَدِهِمْ، فَمَا يَسْأَلُ أَحَدًا يُنَاوِلُهُ إِيَّاهُ.³⁶¹

وعَنْ ثَوْبَانَ مَوْلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ يَكْفُلْ لِي أَنْ لَا يَسْأَلَ النَّاسَ شَيْئًا، وَأَتَكْفُلْ لَهُ بِالْجَنَّةِ؟"، فَقَالَ ثَوْبَانُ: أَنَا، فَكَانَ لَا يَسْأَلُ أَحَدًا شَيْئًا.³⁶²

³⁶⁰ البخاري، **المجامع الصحيح**، 80 كتاب الدعوات، باب الدُّعَاءِ بِكَثْرَةِ الْمَالِ مَعَ الْبَرَكَةِ، 8/81/6378.

مسلم، **المسند الصحيح**، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، باب مِنْ فَضَائِلِ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ (ر.ض) 4/2480/1929.

³⁶¹ مسلم، **المسند الصحيح**، 12 كتاب الزكاة، باب كَرَاهَةِ الْمَسْأَلَةِ لِلنَّاسِ، 2/721/1043.

³⁶² أبو داود، **سنن أبي داود**، 9 كتاب الزكاة، باب كَرَاهِيَةِ الْمَسْأَلَةِ، 2/121/1643. قال المنذري، **الترغيب والترهيب من الحديث الشريف**، 1/330/1210: إسناده صحيح.

وعند ابن ماجه بلفظ: "قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "وَمَنْ يَتَقَبَّلُ لِي بِوَاحِدَةٍ أَنْتَقَبِلُ لَهُ بِالْجَنَّةِ؟" قُلْتُ: أَنَا، قَالَ: "لَا تَسْأَلِ النَّاسَ شَيْئًا" قَالَ: "فَكَانَ ثَوْبَانُ يَقْعُ سَوَطُهُ وَهُوَ رَاكِبٌ، فَلَا يَقُولُ لِأَحَدٍ: نَاولْنِيهِ، حَتَّى يَنْزِلَ فَيَأْخُذَهُ".³⁶³

وكان النبي (ص.س) يُعَلِّمُ أصحابه الاعتماد على النفس في كسب الرزق، وكانوا (ر.ض) يلتزمون بتوجيهه ويسارعون في امتثال أوامره، وفي الحديث الطويل لحكيم ابن حزام، قال (ص.س): "... اليَدُ الْعُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى". قَالَ حَكِيمٌ: فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَالَّذِي بَعَثَكَ بِالْحَقِّ لَا أَرُزُّ أَحَدًا بَعْدَكَ شَيْئًا حَتَّى أَفَارِقَ الدُّنْيَا، فَكَانَ أَبُو بَكْرٍ (ر.ض) يَدْعُو حَكِيمًا إِلَى الْعَطَاءِ، فَيَأْتِي أَنْ يَقْبَلَهُ مِنْهُ، ثُمَّ إِنَّ عُمَرَ (ر.ض) دَعَاهُ لِيُعْطِيَهُ فَأَبَى أَنْ يَقْبَلَ مِنْهُ شَيْئًا، فَقَالَ عُمَرُ: إِنِّي أَشْهَدُكُمْ يَا مَعْشَرَ الْمُسْلِمِينَ عَلَى حَكِيمٍ، أَنِّي أَعْرِضُ عَلَيْهِ حَقَّهُ مِنْ هَذَا الْفَيْءِ فَيَأْتِي أَنْ يَأْخُذَهُ، فَلَمْ يَزِرْ أَحَدًا مِنَ النَّاسِ بَعْدَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) حَتَّى تُؤَيَّبَ.³⁶⁴

سادسا: تحمل المسؤولية

من الصفات الهامة للشخصية الإيجابية السوية شعور الإنسان بالمسؤولية في كل صورها، سواء المسؤولية نحو النفس أو الأسرة، أو الجماعة التي ينتمي إليها، أو المؤسسة التي يعمل بها، أو المسؤولية تجاه المجتمع بشكل عام. ولو أن كل فرد شعر بمسؤوليته نحو نفسه، ونحو غيره، ومدد يد العون تجاه إخوانه، وسعى نحو المصلحة العامة لمجتمعه، لعمَّ الخير في البلاد وبين العباد، وهذا نوع من أنواع العلاج النفسي.

³⁶³ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 8 كتاب الزكاة، باب كَرَاهِيَةِ الْمَسْأَلَةِ، 1/588/ح1837.

³⁶⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 24 كتاب الزكاة، باب الإِسْتِعْفَافِ عَنِ الْمَسْأَلَةِ، 2/123/ح1472.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب بَيَانِ أَنَّ الْيَدَ الْعُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى، 2/717/ح1035.

كان المحلل النفسي (الفرد أدلر) يهتم في علاجه للمرضى النفسيين بتوجيههم إلى الاهتمام نحو الآخرين، ومد يد العون ومساعدتهم، وتقوية علاقة المريض بالمجتمع، ويقول في هذا الصدد: "... وأبتغي من وراء هذا كله أن أحوّل اهتمام مرضاي إلى الغير، فمتى اندمج المريض في جماعة، وأصبح مع أفرادها على قدم المساواة، يعاونهم ويساعدهم، فقد برئ. وعندي أن أهم ما أوصى به الدين هو حب الجار ومعاونته. والشخص الذي يحجم عن معاونة غيره حقيق بأن تنصبّ عليه المتاعب والمشكلات. إن كل ما تتطلبه الحياة من الفرد أن يكون عاملاً منتجاً محباً للناس، فعالاً في الحب والزواج".³⁶⁵

وكان النبي (ص.س) يربي أصحابه على الشعور بالمسؤولية بشتى صورها.

عن عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، الْإِمَامُ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي أَهْلِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ فِي بَيْتِ زَوْجِهَا وَمَسْئُولَةٌ عَنْ رَعِيَّتِهَا، وَالْحَادِمُ رَاعٍ فِي مَالِ سَيِّدِهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ" قَالَ: -وَحَسِبْتُ أَنَّ قَدْ قَالَ- "وَالرَّجُلُ رَاعٍ فِي مَالِ أَبِيهِ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَمَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ".³⁶⁶

قال النووي: "قال العلماء الراعي هو الحافظ المؤمن الملتزم صلاح ما قام عليه وما هو تحت نظره ففيه أن كل من كان تحت نظره شيء فهو مطالب بالعدل فيه والقيام بمصالحه في دينه ودنياه ومتعلقاته".³⁶⁷

³⁶⁵ نجاتي، محمد عثمان، الحديث النبوي وعلم النفس، دار الشروق، القاهرة، ط: 5، 1425هـ، 2005م. ص292.

³⁶⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 11 كتاب الجمعة، باب الجمعة في القرى والمدن، 2/5/893.

مسلم، المسند الصحيح، 33 كتاب الامارة، باب فضيلة الإمام العادل، وغفوة الجائر...، 3/1459/1829.

³⁶⁷ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 12/213.

فكل فرد في المجتمع تتناوله مسؤولية بحسب مكانه ومكانته، وكلما كانت مكانته أعلى كلما ازدادت مسؤوليته، فمسؤولية الإمام عن رعيته مثلاً، هي أوسع من مسؤولية رب الأسرة عن أسرته، والنبي (ص.س) ضرب نماذج عامة من المسؤولية في هذا الحديث.

المطلب الثالث: تقدير الذات والنهي عن تحقيرها

إن الشعور بالسعادة ينبع من داخل الإنسان، وهو مبني على تقديره لذاته أولاً، لأن النظرة السلبية للذات ستعكس لا محالة من الداخل إلى الخارج، فينظر ذلك الشخص إلى كل ما حوله نظرة سلبية، وهذا ما يؤدي إلى السلبية في السلوك.

فما يصدر عن الإنسان من أقوال أو أفعال هي في الحقيقة ترجمة لما يجول في ذهنه من اعتقادات وأفكار عن ذاته وعمّن حوله وعن الحياة بشكل عام، ومصدر بناء هذه الأفكار يعود لأسباب خارجية - كالأسرة والأصدقاء والمدرسة... - ولأسباب داخلية ذاتية، وهذه الأخيرة أشد أثراً لأنها تنبع من الداخل، وهذه الذات لا تفارق الإنسان طوال حياته ولا يستطيع الابتعاد عنها كما لا يستطيع الابتعاد عن العالم الخارجي، لذلك كان لتقدير الذات أثر كبير في بناء الأفكار.

وينقل د. فقي، قول د. كارولين ميس: "التقدير الذاتي قد يكون من الأسباب الرئيسية في تعاسة أو سعادة الإنسان، لأنه يتعامل مع الشعور والأحاسيس، وإذا كان الشخص متقبلاً نفسه ويقدر نفسه أم لا". وقال د. ناتانين براندن وهو المتخصص في علم النفس التحليلي، وعلاج تقدير الذات: "التقدير الذاتي الضعيف هو السبب الأساسي وراء الإدمان، ومعظم السلوكيات السلبية".³⁶⁸

³⁶⁸ الفقي، قوة التفكير، ص 61.

وأجرت كلية الطب في سان فرانسيسكو بحثاً في عام 1986 عن موضوع التحدث مع الذات، وتوصلت إلى أن أكثر من 5% من الأمراض العضوية سببها التحدث مع الذات السلبي، وهو ما يسميه علماء النفس (التمثيل الداخلي) ومعناه الطريقة التي يمثل بها الإنسان حياته داخلياً بما في ذلك الأفكار، وترتيبها في العقل، وأن ذلك يسبب أمراضاً كثيرة، منها أمراض القلب، وضغط الدم، والجلطة والقرحة، وضعف الجهاز المناعي وقد يؤدي ذلك للسرطان.³⁶⁹

ويقصد بتقدير الذات: "تقويم الشخص لنفسه في حدود طريقة إدراكه لأراء الآخرين حوله، وفكرة المرء عن نفسه هي نمط إدراكه لذاته وهذا المفهوم مرتبط جداً بمفهوم الذات وهو يشير إلى نظرة الفرد الإيجابية إلى نفسه، وتتضمن الثقة بالنفس الإيجابية في نفسه، بمعنى أن ينظر الفرد لذاته نظرة تضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ويتضمن إحساس الفرد بكفاءته".³⁷⁰

أما تحقير الذات فهو إذلال الذات وما يصاحبها من شعور بالنقص وأن يحط المرء من شأن نفسه، وهذا هو الإحساس السلبي بالذات أو الإحساس بالدونية، وإن عدم إشباع الفرد لحاجة تقدير ذاته سيؤدي لا محالة إلى احتقاره لنفسه.

وينطلق التفكير الإيجابي من الذات "إذ يتعين على الشخص رغم عثراته وخيباته وحالات فشله أن يَظَلَّ إيجابياً في نظره إلى ذاته وقدراته وفرصه وممارساته، وأن لا يدع اليأس يتسرب إلى ذاته في الحكم عليها وجلدتها".³⁷¹

ويقدر الإنسان ذاته عندما يتقبلها، ومعنى تقبله للذات بحسب ما قاله أحد الباحثين:

³⁶⁹ المرجع السابق، ص 77-78.

³⁷⁰ عسكر، *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*، ص 107.

³⁷¹ حجازي، *إطلاق طاقات الحياة* قراءات في علم النفس الإيجابي، ص 38.

"الفرد الذي يتقبل ذاته، يتقبل مجاهدة الحياة ببعديها السّلي والايجابي بواقعية، كما يشعر من يتقبل ذاته أن له الحق في أن يتكلم ويعيش ويستخدم طاقته، وينمي اهتماماته دون الإحساس بالذم والعار أو الرفض لذاته".³⁷²

فلا بد للإنسان من البرمجة الدّاتية عند التحدث مع النّفس، فيتجنب ما يُسمى (الإرهاب الداخلي) فهو من أخطر مستويات التحدث مع الدّات، فمن الممكن أن يجعل الشخص فاقداً للأمل ويشعره بعدم كفاءته، ويضع أمامه الحواجز التي تُعيقه عن تحقيق أهدافه، لأن هذا الإرهاب الداخلي يبعث إشارات سلبية، مثل قول الإنسان: أنا خجول، أنا ضعيف، أنا ذاكرتي ضعيفة، لأستطيع التحدث أمام الجمهور، لا أستطيع الاستيقاظ باكراً... حيث يقوم الشخص بإرسال إشارات سلبية إلى العقل الباطن من خلال ترديد هذه العبارات باستمرار حتى تصبح جزءاً من اعتقاداته القوية التي تؤثر على تصرفاته وأحاسيسه.³⁷³

وقد نهى النبي (ص.س) أن يُحَقِّر الإنسان نفسه، فينظر إليها نظرة الدونية مما يمنعه من قول الحق والإعلان به بين الناس.

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا يَحْقِرُ أَحَدُكُمْ نَفْسَهُ"، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ كَيْفَ يَحْقِرُ أَحَدُنَا نَفْسَهُ؟ قَالَ: "يَرَى أَمْرًا لِلَّهِ عَلَيْهِ فِيهِ مَقَالٌ، ثُمَّ لَا يَقُولُ فِيهِ، فَيَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ: مَا مَنَعَكَ أَنْ تَقُولَ فِي كَذَا وَكَذَا؟ فَيَقُولُ: خَشِيتُ النَّاسَ، فَيَقُولُ: فَإِيَّايَ كُنْتُ أَحَقُّ أَنْ تَخْشَى".³⁷⁴

³⁷² أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، ص 134.

³⁷³ الفقي، قوة التحكم بالذات، ص 25-26.

³⁷⁴ أحمد، المسند، 18، 11699/230/ح.

وقد نهى النبي (ص.س) أن يصف الإنسان نفسه بوصف قبيح ولو كان صادقاً، ففي الصحيحين عَنْ عَائِشَةَ (ر.ض) عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَا يَقُولَنَّ أَحَدُكُمْ حَبْثَ نَفْسِي، وَلَكِنْ لِيُقُلَّ لِقِسَّتِ نَفْسِي".³⁷⁵

وذهب جميع أهل اللغة وغريب الحديث وغيرهم إلى أن لقست وخبثت بمعنى واحد، وإنما كره لفظ الخبث لبشاعة الاسم، وعلمهم الأدب في الألفاظ، واستعمال حسنهما وهجران خبيثهما، قالوا ومعنى لقست غثت وقال ابن الأعرابي معناه ضاقت. فاختار اللفظة السالمة من ذلك. وكان من سنته تبديل الاسم القبيح بالحسن، وقيل: معناه ساء خلقها وقيل: مالت به إلى الدعة وقال ابن بطال: هو على معنى الأدب وليس على سبيل الإيجاب. ويؤخذ من الحديث استحباب مجانبة الألفاظ القبيحة والأسماء والعدول إلى ما لا قبح فيه. والخبث واللقس وإن كان المعنى المراد يتأدى بكل منهما لكن لفظ الخبث قبيح ويجمع أموراً زائدة على المراد بخلاف اللقس فإنه يختص بامتلاء المعدة وفيه أن المرء يطلب الخير حتى بالفأل الحسن ويضيف الخير إلى نفسه ولو بنسبة ما، ويدفع الشر عن نفسه مهما أمكن، ويقطع الوصلة بينه وبين أهل الشر حتى في الألفاظ المشتركة.³⁷⁶

وقال ابن أبي جمرة الأندلسي: "ويؤخذ من الحديث استحباب مجانبة الألفاظ القبيحة والأسماء، والعدول إلى ما لا قبح فيه... وفيه أن المرء يطلب الخير حتى بالفأل الحسن ويضيف الخير إلى نفسه ولو

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 36 كتاب الفتن، باب الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، 4008/2/1328. قال ابن حجر، أبو الفضل أحمد بن علي بن محمد بن أحمد بن حجر العسقلاني (المتوفى: 852هـ) الأمل في المطلقة، تح: حمدي بن عبد المجيد بن إسماعيل السلفي، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 1، 1416 هـ - 1995 م، عدد الأجزاء: 1. ص 162: هذا حديث حسن.

³⁷⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب لا يقل: حَبْثَ نَفْسِي، 41/8/6179. مسلم، المسند الصحيح، 40 كتاب الألفاظ من الأدب وغيرها، باب كراهة قول الإنسان حَبْثَ نَفْسِي، 4/1765/2250.

³⁷⁶ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 8/15.

ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 564/10.

بنسبة ما، ويدفع الشر عن نفسه مهما أمكن، ويقطع الوصلة بينه وبين أهل الشر حتى في الألفاظ المشتركة".³⁷⁷

وقد كان النبي (ص.س) يبث رسائل إيجابية لينعكس صداها في نفسية السامع لأن ما يسمعه الإنسان يؤثر في ذاته الداخلية، ويزداد هذا الأثر عندما يحكم الإنسان على ذاته فيتكلم بما يظهر ضعفها وعجزها، فيكون هذا الحكم بمثابة تعزيز لتلك الرسائل السلبية حتى تألفها الذات، ومثال ذلك من السنة النبوية ما رواه الإمام البخاري، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض): أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) دَخَلَ عَلَى أَعْرَابِيٍّ يَعُودُهُ، قَالَ: وَكَانَ النَّبِيُّ (ص.س) إِذَا دَخَلَ عَلَى مَرِيضٍ يَعُودُهُ قَالَ لَهُ: "لَا بَأْسَ، طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللَّهُ" قَالَ: قُلْتَ: طَهُورٌ؟ كَلَّا، بَلْ هِيَ حُمَّى تَقُورُ، أَوْ تَتَوَرُّ، عَلَى شَيْخٍ كَبِيرٍ، تُزِيرُهُ الْقُبُورُ، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "فَنَعَمْ إِذَا".³⁷⁸

في هذا الحديث يظهر أسلوب النبي (ص.س) في بث الرسائل الإيجابية لذلك المريض عندما قال له: "لَا بَأْسَ، طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللَّهُ" أي أن المرض يُكْفَرُ الخطايا فإن حصلت العافية فقد حصلت الفائدتان، وإلا حصل ربح التكفير. وقوله "طهور" أي أن الحمى هي مُطَهِّرة لك من ذنوبك.³⁷⁹ لكن الأعرابي أبي أن يتقبل هذه الرسالة الإيجابية، وزاد الطين بلة عندما عكسها فحوّلها إلى رسالة سلبية فقال: "بَلْ هِيَ حُمَّى تَقُورُ، أَوْ تَتَوَرُّ، عَلَى شَيْخٍ كَبِيرٍ، تُزِيرُهُ الْقُبُورُ". أي تبعثه إلى القبور،³⁸⁰ فقال (ص.س): "فَنَعَمْ إِذَا". وهي كناية عن الموت³⁸¹، قال القسطلاني: "(و) (نعم) تقرير لما قال أي إذا أبيت كانت كما

³⁷⁷ ابن أبي جمرة، أبو محمد، عبد الله بن سعد بن أحمد بن أبي جمرة الأزدي الأندلسي، الأنصاري (ت ٧٢٦هـ) *هجرة النفوس وتحليلها*

بمعرفة ما لها وما عليها شرح مختصر صحيح البخاري، دار الكتب العلمية، بيروت، ط: بلا. 342/2.

³⁷⁸ البخاري، *الجامع الصحيح*، 75 كتاب المرضى، باب عِيَادَةِ الْأَعْرَابِ، 7/117/ح 5656.

³⁷⁹ ابن حجر، *فتح الباري شرح صحيح البخاري* شرح صحيح البخاري، 119/110.

³⁸⁰ القسطلاني، *إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري*، 348/8.

³⁸¹ العيني، *عمدة القاري شرح صحيح البخاري*، 148/25.

ظننت، وقال في شرح المشكاة: يعني أرشدتك بقولي لا بأس عليك، أي إن الحمى تطهرك وتنقي ذنوبك فاصبر واشكر الله عليها فأبيت إلا اليأس والكفران، فكان كما زعمت وما اكتفيت بذلك بل رددت نعمة الله عليه، قاله غضباً عليه. وقال ابن التين³⁸²: يحتمل أن يكون دعاء عليه وأن يكون خبراً عما يؤول إليه أمره".³⁸³

وفي رواية الطبراني من حديث شرحبيل الجعفي (ر.ض) قال: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "أَمَّا إِذَا أُبَيَّتْ فَهِيَ كَمَا تَقُولُ، وَمَا فَضَى اللَّهُ فَهُوَ كَائِنْ" قَالَ: فَمَا أَمْسَى مِنَ الْعَدِ إِلَّا مَيِّتًا".³⁸⁴

وفي السُّنَّة مثال آخر لرجل أرشده النبي (ص.س) إلى سلوك إيجابي هو من آداب الطَّعام، ولكنَّ الرجل أصرَّ أن يختار لنفسه واقعا سلبيا فكانت النتيجة كما أرادها.

عن سَلَمَةَ بْنِ الْأَكْوَعِ، أَنَّ رَجُلًا أَكَلَ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) بِشِمَالِهِ، فَقَالَ: "كُلْ يَمِينِكَ"، قَالَ: لَا أَسْتَطِيعُ، قَالَ: "لَا اسْتَطَعْتَ"، مَا مَنَعَهُ إِلَّا الْكِبَرُ، قَالَ: فَمَا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ.³⁸⁵ قال القرطبي: "وهذا دعاء منه عليه؛ لأنَّه لم يكن له في ترك الأكل باليمين عذر، وإنما قصد المخالفة، وكأنَّه كان منافقًا. والله تعالى أعلم. ولذلك قال الراوي: وما منعه إلا الكبر. وقد أجاب الله تعالى دعاء النبي (ص.س) في هذا الرجل، حتى شَلَّتْ يَمِينَهُ، فلم يرفعها لفيه بعد ذلك اليوم".³⁸⁶

³⁸² عبد الواحد ابن التين السفاقي المغربي المحدث المالكي، لهُ شرح الجامع الصحيح للبخاري في مجلدات، ولم تُذكر سنة وفاته. يُنظر:

إسماعيل باشا البغدادي (ت ١٣٩٩ هـ) هدية العارفين أسماء المؤلفين وآثار المصنفين

طبع بعناية وكالة المعارف الجليلية في مطبعتها البهية استانبول ١٩٥١، عدد الأجزاء: 2.

³⁸³ القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 348/8.

³⁸⁴ الطبراني، المعجم الكبير، 306/77 ح/7213.

³⁸⁵ مسلم، المسند الصحيح، 36 كتاب الأشربة، باب آداب الطَّعام والشَّرَابِ وَأَحْكَامِهِمَا، 3/1569 ح/2021.

³⁸⁶ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 297/5.

المطلب الرابع: تأكيد الذات واستقلال الشخصية

حذّر رسول الله (ص.س) أمته من التَّبعية، ووجههم للاستقلالية، لما في ذلك من تأكيد ذواتهم واستقلال شخصيتهم، فأفكار المسلم وسلوكه نابعة من اختياره وإرادته الحرة، دون التبعية العمياء.

عَنْ حُذَيْفَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا تَكُونُوا إِمْعَةً، تَقُولُونَ: إِنَّ أَحْسَنَ النَّاسِ أَحْسَنًا، وَإِنْ ظَلَمُوا ظَلَمْنَا، وَلَكِنْ وَطِنُوا أَنْفُسَكُمْ، إِنَّ أَحْسَنَ النَّاسِ أَنْ تُحْسِنُوا، وَإِنْ أَسَاءُوا فَلَا تَظْلِمُوا".³⁸⁷

والإِمْعَةُ: الذي لا رأي له، فهو يتابع كل أحد على رأيه، والهَاءُ فيه للمبالغة. ويقال فيه إِمْعٌ أيضاً. وقيل: هو الذي يقول لكل أحد أنا معك.³⁸⁸

قال صاحب الفائق: "هو الذي يتابع كل ناعق ويقول لكل أحد أنا معك لأنه لا رأي له يرجع إليه... ومعناه المقلد الذي يجعل دينه تابعاً لدين غيره بلا رؤية ولا تحصيل برهان".³⁸⁹ قال القاري بعد نقل هذا الكلام عن الفائق: "وفيه إشعار بالنهي عن التقليد المجرد حتّى في الأخلاق فضلاً عن الاعتقادات والعبادات".³⁹⁰

وكم حذّر النبي (ص.س) من التقليد الأعمى للأمم السَّابِقة، ذلك أن للمسلم شخصية مستقلة غير تبعية، كما في الحديث الصحيح، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ (ر.ض) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "لَتَتَّبِعَنَّ سَنَنَ مَنْ

³⁸⁷ الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، باب ما جاء في الإحسان والعفو، 4/364/ح، 2007، وقال: حديث حسن غريب.

³⁸⁸ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 1/67.

³⁸⁹ الزمخشري، الفائق في غريب الحديث والأثر، 1/57.

³⁹⁰ القاري، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، 8/3204.

قَبْلَكُمْ شَبْرًا بِشْبَرٍ، وَذِرَاعًا بِذِرَاعٍ، حَتَّى لَوْ سَلَكَوا جُحْرَ صَبٍّ لَسَلَكْتُمُوهُ"، قُلْنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ: الْيَهُودَ،
وَالنَّصَارَى قَالَ: "فَمَنْ".³⁹¹

وخصص ضرب المثل ببحر الضب، وذلك لشدة ضيقه وردائه، ومع ذلك فإنهم لاقتنائهم آثار
أهل الكتاب واتباعهم طرائقهم، لو دخلوا في مثل هذا الجحر الضيق الرديء لتبعوهم.³⁹²

المطلب الخامس: تغيير الأسماء القبيحة

كان الرسول (ص.س) يدرك أهمية الاسم الحسن في تدعيم الثقة بالنفس، وأثره في بناء الذات،
فكان يعجبه الاسم الحسن ويتفائل به، ويكره الاسم القبيح ويغيّره.
فقد يُسهم الاسم أو الوصف في تشكيل الصورة الذاتية (الهوية) للفرد أو حتى للجماعة، ثم
تنعكس هذه الصورة المنطبعة في الداخل لتتحول إلى سلوك.

وذهب ابن القيم إلى أن الأسماء هي قوالب للمعاني، ودالة عليها، لذلك اقتضت الحكمة أن
يكون بينها وبينها ارتباط وتناسب، فللأسماء تأثير في المسميات، وللمسميات تأثير عن أسمائها في الحسن
والقبح، والخفة والثقل. وقد اشتق للنبي (ص.س) من وصفه اسمان مطابقان لمعناه، وهما أحمد ومُحَمَّد، فهو
(ص.س) لكثرة ما فيه من الصفات الحمودة مُحَمَّد، ولشرفها وفضلها على صفات غيره أحمد، فارتبط الاسم
بالمسمى ارتباط الروح بالجسد، وكذلك تكنيته (ص.س) لأبي الحكم بن هشام بأبي جهل، كنية مطابقة

³⁹¹ البخاري، الجامع الصحيح، 60 كتاب أحاديث الأنبياء، باب ما ذكر عن نبي إسرائيل، 4/169/ح3456.

مسلم، المسند الصحيح، 47 كتاب العلم، باب اتباع سنن اليهود والنصارى، 4/254/ح2669.

³⁹² ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 6/498.

لوصفه ومعناه، وكذلك تكنية الله عز وجل لعبد العزى بأبي لهب؛ لما كان مصيره إلى نار ذات لهب كانت هذه الكنية أليق به وأوفق.³⁹³

و دلّنا النبي صلى الله عليه وسلم إلى أحب الأسماء إلى الله تعالى وذلك في الحديث الذي أخرجه أبو داود بسنده عن أبي وهب الجشمي، وكانت له صُحْبَةٌ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "تَسْمَوْا بِأَسْمَاءِ الْأَنْبِيَاءِ، وَأَحِبُّ الْأَسْمَاءِ إِلَى اللَّهِ عَبْدُ اللَّهِ، وَعَبْدُ الرَّحْمَنِ، وَأَصْدَقُهَا حَارِثٌ، وَهَمَامٌ، وَأَقْبَحُهَا حَرْبٌ وَوَمْرَةٌ".³⁹⁴ فقد حث النبي (ص.س) على التسمية بأسماء الأنبياء ليكون ذلك دافعا للاقتداء بهم، "وأحبُّ الأسماءِ إلى الله عبدُ الله، وعبدُ الرَّحْمَنِ"، وذلك لأنَّ فيهما النداءَ بالعبوديةِ لله وحده. "وأصدقُها"، أي: أكثرُ الأسماءِ مُطابَقَةً لمعانيها، "حارِثٌ"، ومعناه: الكاسِبُ، "وهَمَامٌ"، وهو الذي يَهْمُ بالأمرِ، ويعزِمُ عليه. قال: "وأقبحُها حَرْبٌ، ومُورَةٌ"؛ وذلك لما في الحربِ من بَشَاعَةِ القتلِ والتَّدميرِ، وما في مُورَةٍ من المِرارةِ التي تَأْبَاهَا الطَّبَاطُغُ، فَكَانَ (ص.س) يُحِبُّ الْقَالَ الْحَسَنَ وَالْإِسْمَ الْحَسَنَ.³⁹⁵

ولما كان الاسم مقتضيا لمسماه ومؤثرا فيه كان أحب الأسماء إلى الله تعالى ما اقتضى أحب الأوصاف إليه سبحانه، كعبد الله، وعبد الرحمن، وكان إضافة العبودية إلى اسم الله واسم الرحمن أحب إليه من إضافتها إلى غيرهما، كالقاهر والقادر، وهذا لأن التعلق الذي بين العبد وبين الله إنما هو العبودية المحضة، فيكون عبداً لله، وقد عبده لما في اسم الله من معنى الإلهية التي يستحيل أن تكون لغيره، ولما غلبت رحمته غضبه وكانت الرحمة أحب إليه من العُصَب، كان عبد الرحمن أحب إليه من عبد القاهر.³⁹⁶

³⁹³ ابن القيم، زاد المعاد في هدي خير العباد، 307/2-309.

³⁹⁴ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب في تَغْيِيرِ الْأَسْمَاءِ، 287/4 ح 4950. والحديث أخرجه الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب ما جاء ما يُسْتَحَبُّ مِنَ الْأَسْمَاءِ، 132/5 ح 2833، بلفظ: "أَحَبُّ الْأَسْمَاءِ إِلَى اللَّهِ عَبْدُ اللَّهِ وَعَبْدُ الرَّحْمَنِ"، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ مِنْ هَذَا الْوَجْهِ.

³⁹⁵ العظيم آبادي، عون المعبود شرح سنن أبي داود، 200/13.

³⁹⁶ ابن القيم، زاد المعاد في هدي خير العباد، 210/2.

بل إن أثر الاسم على الذات سلباً أو إيجاباً قد ينتقل من جيل إلى جيل، ودليل ذلك من السنة ما جاء في الحديث الصحيح، عن سَعِيدِ بْنِ الْمُسَيَّبِ، أَنَّ جَدَّهُ حَزَنًا قَدِمَ عَلَى النَّبِيِّ (ص.س) فَقَالَ: "مَا اسْمُكَ" قَالَ: اسْمِي حَزْنٌ، قَالَ: "بَلْ أَنْتَ سَهْلٌ" قَالَ: مَا أَنَا بِمُعَيَّرٍ اسْمًا سَمَّيْتَنِيهِ أَبِي قَالَ ابْنُ الْمُسَيَّبِ: "فَمَا زَالَتْ فِيْنَا الْحُزُونَةُ بَعْدُ".³⁹⁷

يشير ابن المسيب إلى الشدة التي بقيت في أخلاقهم فقد ذكر أهل النسب أن في ولده سوء خلق معروف فيهم لا يكاد يعدم منهم.³⁹⁸

ونقل ابن حجر عن الطَّبْرِيِّ أنه لا تنبغي التسمية باسم قبيح المعنى ولا باسم يقتضي التزكية له ولا باسم معناه السب، ووجه الكراهة أن يسمع سامع بالاسم فيظن أنه صفة للمسمى فلذلك كان (ص.س) يُحَوِّلُ الاسم بحيث إذا دُعي به صاحبه كان صدقاً.³⁹⁹

والأمر بتغيير الاسم أي من حزن إلى سهل لم يكن على وجه الوجوب لأن الأسماء لم يُسَمَّ بها لوجود معانيها في المسمى وإنما هي للتمييز ولو كان للوجوب لم يسغ له أن يثبت عليه. نعم الأولى التسمية بالاسم الحسن وتغيير القبيح، كذلك الأولى أن لا يسمى بما معناه التزكية والمذمة بل يسمى بما كان صدقاً وحقاً كعبد الله ونحوه.⁴⁰⁰

وَعَنْ سَهْلٍ، قَالَ: أُتِيَ بِالْمُنْدَرِ بْنِ أَبِي أُسَيْدٍ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) حِينَ وُلِدَ، فَوَضَعَهُ عَلَى فَخْذِهِ، وَأَبُو أُسَيْدٍ جَالِسٌ، فَلَهَا النَّبِيُّ (ص.س) بِشْيٍ بَيْنَ يَدَيْهِ، فَأَمَرَ أَبُو أُسَيْدٍ بِابْنِهِ، فَاخْتُمِلَ مِنْ فَخْذِ النَّبِيِّ

³⁹⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، بَابُ تَحْوِيلِ الْأَسْمَاءِ إِلَى اسْمٍ أَحْسَنَ مِنْهُ، 8/43/ح6193.

³⁹⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 10/575.

³⁹⁹ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 10/577.

⁴⁰⁰ القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 9/111.

(ص.س) فَاسْتَفَاقَ النَّبِيَّ (ص.س) فَقَالَ: "أَتَيْنَ الصَّبِيَّ؟" فَقَالَ أَبُو أُسَيْدٍ: فَلَبَّنَاهُ يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: "مَا اسْمُهُ" قَالَ: فُلَانٌ، قَالَ: "وَلَكِنْ اسْمُهُ الْمُنْدَرُ" فَسَمَّاهُ يَوْمَئِذٍ الْمُنْدَرُ.⁴⁰¹

وَعَنِ ابْنِ عُمَرَ (ر.ض): "أَنَّ ابْنَةً لِعُمَرَ كَانَتْ يُقَالُ لَهَا عَاصِيَةُ فَسَمَّاهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) جَمِيلَةً".⁴⁰²

وَعَنْ أُسَامَةَ بْنِ أَحَدَرِيٍّ، أَنَّ رَجُلًا يُقَالُ لَهُ أَصْرَمُ كَانَ فِي النَّفَرِ الَّذِينَ أَتَوْا رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" قَالَ: أَنَا أَصْرَمُ، قَالَ: "بَلْ أَنْتَ زُرْعَةُ".⁴⁰³

أَصْرَمُ، مِنَ الصَّرَمِ بِمَعْنَى الْقَطْعِ، وَزُرْعَةُ مَاخُودٌ مِنَ الزَّرْعِ وَهُوَ مُسْتَحْسَنٌ بِخِلَافِ أَصْرَمٍ لِأَنَّهُ مُنْبِيُّ عَنِ انْقِطَاعِ الْخَيْرِ وَالْبَرَكَةِ فَبَادَلَهُ بِهِ.⁴⁰⁴

وَفِي مُسْتَدْرَكِ الْحَاكِمِ عَنْ عَائِشَةَ (ر.ض)، قَالَتْ: جَاءَتْ عَجُوزٌ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) وَهُوَ عِنْدِي، فَقَالَ: لَهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ أَنْتِ؟" قَالَتْ: أَنَا جَتَّامَةُ الْمَرْيَتِيَّةُ، فَقَالَ: "بَلْ أَنْتِ حَسَّانَةُ الْمَرْيَتِيَّةُ، كَيْفَ أَنْتُمْ؟ كَيْفَ حَالُكُمْ؟ كَيْفَ كُنْتُمْ بَعْدَنَا؟" قَالَتْ: بِخَيْرٍ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَلَمَّا خَرَجَتْ قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، تُقْبَلُ عَلَى هَذِهِ الْعَجُوزِ هَذَا الْإِقْبَالُ؟ فَقَالَ: "إِنَّهَا كَانَتْ تَأْتِينَا زَمَنَ حَدِيثِيَّةٍ، وَإِنَّ حُسْنَ الْعَهْدِ مِنَ الْإِيمَانِ".⁴⁰⁵

⁴⁰¹ البخاري، **الجامع الصحيح**، 78 كتاب الأدب، بَابُ تَحْوِيلِ الْأَسْمَاءِ إِلَى اسْمٍ أَحْسَنَ مِنْهُ، 6191/43/8.

مسلم، **المسند الصحيح**، 38 كتاب الأدب، بَابُ اسْتِخْبَابِ تَحْيِيكِ الْمُؤَلَّدِ عِنْدَ وَلَادَتِهِ...، 1692/3 ح 2149.

⁴⁰² مسلم، **المسند الصحيح**، 38 كتاب الأدب، بَابُ اسْتِخْبَابِ تَغْيِيرِ الْأَسْمَاءِ الْقَبِيحِ إِلَى حَسَنٍ...، 1686/3 ح 2139.

⁴⁰³ أبو داود، **سنن أبي داود**، 40 كتاب الأدب، بَابُ فِي تَغْيِيرِ الْأَسْمَاءِ الْقَبِيحِ، 4/288 ح 4954، وسكت عنه أبو داود. وقال عنه النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ) **الأذكار**، تج: عبد القادر الأرئوط رحمه الله دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت - لبنان، ط: بلا، 1414 هـ - 1994 م. 292/868: إسناده حسن.

⁴⁰⁴ العظيم آبادي، **عون المعبود**، 201/13.

⁴⁰⁵ الحاكم، **المستدرک علی الصحيحین**، 1/62 ح 40، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ عَلَى شَرْطِ الشَّيْخَيْنِ فَقَدْ اتَّفَقَا عَلَى الْإِخْتِجَاجِ بِرُؤَايِهِ فِي أَحَادِيثَ كَثِيرَةٍ وَلَيْسَ لَهُ عِلَّةٌ. انتهى، ووافقه الذهبي.

والجَنَامَةُ: البليد،⁴⁰⁶ فقد كره لها النبي (ص.س) هذا الإسم الذي يدل على الكسل والبلادة، وأبدله بحَسَانَةً.

ففي هذه الأحاديث الأمر بتغيير الاسم القبيح أو المكروه إلى حسن خشية التطيُّر.

وكذلك غيَّر اسم بَرَّةَ إلى زينب، وجويرية، حتى لا يُزَكِّي الإنسان نفسه.⁴⁰⁷ قال تعالى: ﴿قَلَّا تُزَكُّوْا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى﴾.⁴⁰⁸ وفي هذا توازن في التسمية بحيث لا يكون التَّشَاؤُم بالأسماء، ولا يكون أيضاً الغرور والعجب.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ: "أَنَّ زَيْنَبَ كَانَ اسْمُهَا بَرَّةً، فَقِيلَ: تُزَكِّي نَفْسَهَا، فَسَمَّاها رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) زَيْنَب".⁴⁰⁹

وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، قَالَ: "كَانَتْ جُؤَيْرِيَّةُ اسْمُهَا بَرَّةٌ فَحَوَّلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) اسْمَهَا جُؤَيْرِيَّةً، وَكَانَ يَكْرَهُ أَنْ يُقَالَ: خَرَجَ مِنْ عِنْدَ بَرَّةٍ".⁴¹⁰

وَعَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ عَطَاءٍ، قَالَ: سَمَّيْتُ ابْنَتِي بَرَّةً، فَقَالَتْ لِي زَيْنَبُ بِنْتُ أَبِي سَلَمَةَ: "إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) نَهَى عَنْ هَذَا الْإِسْمِ، وَسَمَّيْتُ بَرَّةً"، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا تُزَكُّوْا أَنْفُسَكُمْ، اللَّهُ أَعْلَمُ بِأَهْلِ الْبِرِّ مِنْكُمْ" فَقَالُوا: بِمِ نُسَمِّيْهَا؟ قَالَ: "سَمُّوْهَا زَيْنَب".⁴¹¹ وفي ذلك حرص من النبي (ص.س) إذا ما زَكَّى الإنسان نفسه أن يُصِيبَهُ الغرور، لأن لفظ بَرَّةَ مشتق من البر.

⁴⁰⁶ ابن منظور، لسان العرب، 83/12.

⁴⁰⁷ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 120/14.

⁴⁰⁸ سورة النجم: 32.

⁴⁰⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب تحوُّيل الإسم إلى اسمٍ أحسنَ منه، 43/8 ح/6192.

مسلم، المسند الصحيح، 38 كتاب الأدب، باب استِخْتَابِ تَغْيِيرِ الإسم القبيح إلى حسنٍ، 3/1687 ح/2141.

⁴¹⁰ مسلم، المسند الصحيح، 38 كتاب الأدب، باب استِخْتَابِ تَغْيِيرِ الإسم القبيح إلى حسنٍ، 3/1687 ح/2140.

⁴¹¹ مسلم، المسند الصحيح، 38 كتاب الأدب، باب استِخْتَابِ تَغْيِيرِ الإسم القبيح إلى حسنٍ، 3/1687 ح/2142.

المطلب السادس: تعزيز الصفات الإيجابية

كان من هديه (ص.س) أن يُعزّز الإيجابية فيمن حوله من الصحابة فيذكر الصفات الحسنة التي تميّزهم؛ وهذا مما يكون له أكبر الأثر في تكوين مفهوم إيجابي عن الذات، مما يدفع الفرد إلى توظيف طاقاته وحسن استثمارها.

ومن أمثلة ذلك قول النبي (ص.س) لِأَشَجَّ عَبْدِ الْقَيْسِ: "إِنَّ فِيكَ لَخَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ: الْحِلْمُ وَالْأَنَانَةُ"⁴¹² فقد مدح هذا الصحابي ليعزز فيه هاتين الخصلتين، كما أن ذكر محاسن الصفات للشخص تدفع السامع للتخلي بها.

وعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: كُنْتُ يَافِعًا فِي عَمِّ لِعُقْبَةَ بْنِ أَبِي مُعَيْطٍ أَرْعَاهَا، فَأَتَى عَلِيَّ النَّبِيَّ (ص.س) وَأَبُو بَكْرٍ، فَقَالَ: "يَا غُلَامُ هَلْ مَعَكَ مِنْ لَبَنِ؟"، فَقُلْتُ: نَعَمْ، وَلَكِنِّي مُؤْتَمِّنٌ، قَالَ: "اِئْتِنِي بِشَاةٍ لَمْ يَنْزُ عَلَيْهَا الْفَحْلُ"، فَأَتَيْتُهُ بِعَنَاقٍ، فَاعْتَقَلَهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) ثُمَّ جَعَلَ يَمْسُحُ الصَّرْعَ، وَيَدْعُو حَتَّى أَنْزَلْتُ، فَأَنَاهُ أَبُو بَكْرٍ رِضْوَانُ اللَّهِ عَلَيْهِ بَشِيءٌ، فَاحْتَلَبَ فِيهِ، ثُمَّ قَالَ لِأَبِي بَكْرٍ: "اشْرَبْ"، فَشَرِبَ أَبُو بَكْرٍ (ر.ض) ثُمَّ شَرِبَ النَّبِيُّ (ص.س) بَعْدَهُ، ثُمَّ قَالَ لِلصَّرْعِ: "اِفْلِصْ"، فَقَلَصَ، فَعَادَ كَمَا كَانَ، قَالَ: ثُمَّ أَتَيْتُ النَّبِيَّ (ص.س): فَقُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ عَلَّمَنِي مِنْ هَذَا الْكَلَامِ أَوْ مِنْ هَذَا الْقُرْآنِ، فَمَسَحَ رَأْسِي، وَقَالَ (ص.س): "إِنَّكَ غُلَامٌ مُعَلَّمٌ" قَالَ: فَلَقَدْ أَخَذْتُ مِنْ فِيهِ سَبْعِينَ سُورَةً، مَا نَارَعَنِي فِيهَا بَشَرٌ.⁴¹³

⁴¹² مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب الأمر بالإيمان بالله ورسوله، وشرائع الدين، والدعاء إليه، 1/48/18.

⁴¹³ أحمد، المسند، 6/82/3598.

ابن حبان، صحيح ابن حبان، 14/432/6504. وقال عنه الذهبي، تاريخ الإسلام، 6/696: إسناده حسن قوي.

ومدح النبي (ص.س) أبا بكر ونال منه شرف الإخوة والصحة، كما في الصحيحين عن ابن عباس (ر.ض) عن النبي (ص.س) قال: "لَوْ كُنْتُ مُتَّخِذًا مِنْ أُمَّتِي خَلِيلًا، لَأَتَّخِذْتُ أَبَا بَكْرٍ، وَلَكِنْ أَخِي وَصَاحِبِي".⁴¹⁴

ومدح النبي (ص.س) عمر كما ورد في الحديث، عَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ (ر.ض) قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "لَوْ كَانَ بَعْدِي نَبِيٌّ لَكَانَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ".⁴¹⁵

وأثنى على أصحابه كما في الحديث عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "نِعَمَ الرَّجُلُ أَبُو بَكْرٍ، نِعَمَ الرَّجُلُ عُمَرُ، نِعَمَ الرَّجُلُ أَبُو عُبَيْدَةَ بْنُ الْجَرَّاحِ، نِعَمَ الرَّجُلُ أُسَيْدُ بْنُ حُضَيْرٍ، نِعَمَ الرَّجُلُ ثَابِتُ بْنُ قَيْسِ بْنِ شَمَّاسٍ، نِعَمَ الرَّجُلُ مُعَاذُ بْنُ جَبَلٍ، نِعَمَ الرَّجُلُ مُعَاذُ بْنُ عَمْرٍو بْنِ الْجُمُوحِ".⁴¹⁶

وكان من هديه (ص.س) توزيع الألقاب المختلفة على من حوله من صحابته، والتي تعبر عن أهم ما يميزهم وما يتصفون به، وقد توارثت الأمة هذا في تاريخها، فنحن نجد في كتب التراث ألقاباً مثل: حبر الأمة، أمين الأمة، سيف الله...

⁴¹⁴ البخاري، **الجامع الصحيح**، 62 كتاب أصحاب النبي (ص.س) باب قَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س): "لَوْ كُنْتُ مُتَّخِذًا خَلِيلًا"، 4/5 ح/3656. مسلم، **المسند الصحيح**، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، باب مِنْ فَضَائِلِ أَبِي بَكْرٍ الصِّدِّيقِ (ر.ض) 1856/4 ح/2383.

⁴¹⁵ أحمد، **المسند**، 624/28 ح/17405. الترمذي، **سنن الترمذي**، 46 أبواب المناقب، باب فِي مَنَاقِبِ أَبِي حَفْصِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ (ر.ض) 619/5 ح/3686، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ.

الحاكم، **المستدرک علی الصحيحین**، 92/3 ح/4495، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ الْإِسْنَادُ، وَلَمْ يُخْرِجَاهُ، وَوَفَّقَهُ الذَّهَبِيُّ. ⁴¹⁶ الترمذي، **سنن الترمذي**، 46 أبواب المناقب، باب مَنَاقِبِ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ، وَزَيْدِ بْنِ ثَابِتٍ...، 666/5 ح/3795. وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ.

المطلب السابع: مدح الذات دون إعجاب

فقد مدح النبي (ص.س) نفسه في مقام البيان والتبليغ، وإظهار نعمة الله تعالى دون فخر، ففي صحيح مسلم عن أبي هريرة (ر.ض) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَى كِنَانَةَ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ، وَاصْطَفَى قُرَيْشًا مِنْ كِنَانَةَ، وَاصْطَفَى بَنِي هَاشِمٍ مِنْ قُرَيْشٍ، وَاصْطَفَانِي مِنْ بَنِي هَاشِمٍ، فَأَنَا سَيِّدُ وَلَدِ آدَمَ وَلَا فَحْرَ، وَأَوَّلُ مَنْ تَنْشَقُّ عَنْهُ الْأَرْضُ، وَأَوَّلُ شَافِعٍ، وَأَوَّلُ مُشَفِّعٍ".⁴¹⁷ ولقد تعلّم الصحابة (ر.ض) ذلك من النبي (ص.س) من باب الدعوة إلى الله تعالى وليس الدعوة لأنفسهم.

فعن شقيق بن سلمة، قَالَ: خُطَبْنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْعُودٍ فَقَالَ: "وَاللَّهِ لَقَدْ أَخَذْتُ مِنْ فِي رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) بَضْعًا وَسَبْعِينَ سُورَةً، وَاللَّهِ لَقَدْ عَلِمَ أَصْحَابُ النَّبِيِّ (ص.س) أَنِّي مِنْ أَعْلَمِهِمْ بِكِتَابِ اللَّهِ، وَمَا أَنَا بِخَيْرِهِمْ"، قَالَ شَقِيقٌ: فَجَلَسْتُ فِي الْحَلْقِ أَسْمَعُ مَا يَقُولُونَ، فَمَا سَمِعْتُ رَأْدًا يَقُولُ غَيْرَ ذَلِكَ.⁴¹⁸

وعن أبي هريرة (ر.ض) قَالَ: "إِنَّ النَّاسَ يَقُولُونَ أَكْثَرَ أَبُو هُرَيْرَةَ، وَلَوْلَا آيَتَانِ فِي كِتَابِ اللَّهِ مَا حَدَّثْتُ حَدِيثًا، ثُمَّ يَتْلُو ﴿إِنَّ الَّذِينَ يَكْتُمُونَ مَا أَنزَلْنَا مِنَ الْبَيِّنَاتِ وَالْهُدَى﴾. إِلَى قَوْلِهِ ﴿الرَّحِيمُ﴾^{١٦٣}.

إِنَّ إِخْوَانَنَا مِنَ الْمُهَاجِرِينَ كَانَ يَشْعَلُهُمُ الصَّفْقُ بِالْأَسْوَاقِ، وَإِنَّ إِخْوَانَنَا مِنَ الْأَنْصَارِ كَانَ يَشْعَلُهُمُ الْعَمَلُ فِي أَمْوَالِهِمْ، وَإِنَّ أَبَا هُرَيْرَةَ كَانَ يَلْزِمُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) بِشَبَعِ بَطْنِهِ، وَيَخْضُرُ مَا لَا يَخْضُرُونَ، وَيَحْفَظُ مَا لَا يَحْفَظُونَ".⁴¹⁹

⁴¹⁷ مسلم، المسند الصحيح، 43 كتاب الفضائل، باب تفضيل نبيّنا (ص.س) على جميع الخلائق، 4/1782/ح2278.

⁴¹⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 66 كتاب فضائل القرآن، باب القراء من أصحاب النبي (ص.س) 6/186/ح5000.

مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة، باب من فضائل عبد الله بن مسعود...، 4/1912/ح2462.

⁴¹⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 3 كتاب العلم، باب حفظ العلم، 1/118/35.

وليس هذا مناقض لقول الله عز وجل: ﴿فَلَا تُزَكُّوْا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى﴾⁴²⁰.

وقوله تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُزَكُّوْنَ أَنْفُسَهُمْ بَلِ اللَّهُ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًا﴾⁴²¹.

لأن هذا النهي عن تزكية النفس في حال الإعجاب أو الرياء، وإذا كان على سبيل التحدث بنعمة الله تعالى فيستثنى من النهي.

قال الألوسي في تفسيره: "والآية نزلت على ما قيل: في قوم من المؤمنين كانوا يعملون أعمالاً

حسنة ثم يقولون صلاتنا وصيامنا وحجنا. وهذا مذموم منهى عنه إذا كان بطريق الإعجاب أو الرياء، أما

إذا لم يكن كذلك فلا بأس به ولا يُعَدُّ فاعله من المزكين أنفسهم، ولذا قيل: المسرة بالطاعة طاعة وذكرها

شكر، ولا فرق في التزكية بين أن تكون عبارة وأن تكون إشارة".⁴²²

المطلب الثامن: توظيف الطاقات

كان النبي (ص.س) يُوظَّف طاقات أصحابه ويرفع من همهم، ويؤكِّل إليهم المهام ليزيد من

ثقتهم بأنفسهم، ومن أمثلة ذلك:

عَنْ سَهْلِ (ر.ض): أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) أَرْسَلَ إِلَى امْرَأَةٍ مِنَ الْمُهَاجِرِينَ، وَكَانَ لَهَا غُلَامٌ نَجَارٌ، قَالَ

لَهَا: "مُرِّي عَبْدَكَ فَلْيَعْمَلْ لَنَا أَعْوَادَ الْمِنْبَرِ"، فَأَمَرَتْ عَبْدَهَا، فَذَهَبَ فَقَطَعَ مِنَ الطَّرَفَاءِ، فَصَنَعَ لَهُ مِنْبَرًا،

فَلَمَّا قَضَاهُ، أَرْسَلَتْ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) إِنَّهُ قَدْ قَضَاهُ، قَالَ (ص.س): "أَرْسِلِي بِهِ إِلَيَّ"، فَجَاءُوا بِهِ،

فَاخْتَمَلَهُ النَّبِيُّ (ص.س) فَوَضَعَهُ حَيْثُ تَرَوْنَ.⁴²³

⁴²⁰ سورة النجم : 32.

⁴²¹ سورة النساء : 49.

⁴²² الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 63/14.

⁴²³ البخاري، الجامع الصحيح، كتاب الهبة وفضلها والتحريض عليها، باب من استؤهب من أصحابه شيئاً، 3/154/ح/2569.

فوجد في هذا الحديث كيف أن النبي (ص.س) لم يستصغر الغلام، بل وثق في قدراته ووكل إليه مهامًا جادة، واعتمد عليه في صنع المنبر الذي وضع في المسجد ليخطب عليه رسول الله (ص.س) أمام أصحابه، فيرى صنيع هذا الغلام كل من حضر.

ولما فرغ رسول الله (ص.س) من حجة الوداع، شد الرحال عائداً إلى المدينة المطهرة، وكان أول ما قام به رسول الله (ص.س) بعد عودته، أن جهّز جيشاً لغزو الروم. فشرع بتجهيز هذا الجيش، وأمر عليه أسامة بن زيد بن حارثة، ولما كان أسامة شاباً، لا يتجاوز الثامنة عشر من العمر، فإن المنافقين أكثروا القول في تأميره وتوليته أمر قيادة الجيش، وشاع بينهم القيل والقال، واعترضوا على أن يقود الرجال الكبار شابٌ مثل أسامة (ر.ض).

وكان النبي (ص.س) واثقاً بقدراته فدافع عنه كما في الحديث الصحيح، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ (ر.ض) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ وَهُوَ عَلَى الْمِنْبَرِ: "إِنَّ تَطَعْنُوا فِي إِمَارَتِهِ -يُرِيدُ أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ- فَقَدْ طَعَنْتُمْ فِي أَمَارَةِ أَبِيهِ مِنْ قَبْلِهِ، وَإِنَّمَا اللَّهُ إِنْ كَانَ خَلِيفًا هَذَا، وَإِنَّمَا اللَّهُ إِنْ كَانَ لِأَحَبِّ النَّاسِ إِلَيَّ، وَإِنَّمَا اللَّهُ إِنْ هَذَا هَذَا خَلِيفٌ -يُرِيدُ أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ- وَإِنَّمَا اللَّهُ إِنْ كَانَ لِأَحَبِّهِمْ إِلَيَّ مِنْ بَعْدِهِ، فَأُوصِيكُمْ بِهِ فَإِنَّهُ مِنْ صَالِحِيكُمْ".⁴²⁴ فحسم الموقف وأمر بالمضي في تسيير جيش أسامة.

ولما اشتد برسول الله (ص.س) وجعه، رجع أسامة من معسكره، ودخل على النبي (ص.س) وكان مستلقياً في فراشه، قد اشتد عليه المرض، قال أُسَامَةُ: لَمَّا ثَقُلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) هَبَطْتُ وَهَبَطَ

⁴²⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 62 كتاب أصحاب النبي (ص.س) بَابُ مَنْاقِبِ زَيْدِ بْنِ حَارِثَةَ مَوْلَى النَّبِيِّ (ص.س) 5/23/ح3730. مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة (ر.ض) بَابُ فَضَائِلِ زَيْدِ بْنِ حَارِثَةَ وَأُسَامَةَ بْنِ زَيْدٍ (ر.ض) 4/1884/ح2426.

النَّاسُ الْمَدِينَةَ، فَدَخَلْتُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) وَقَدْ أَصَمَّتْ فَلَمْ يَتَكَلَّمْ، فَجَعَلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س)

"يَضَعُ يَدَيْهِ عَلَيَّ وَيَرْفَعُهُمَا فَأَعْرِفُ أَنَّهُ يَدْعُو لِي".⁴²⁵



⁴²⁵ أحمد، المسند، 89/36/ح21755.

الترمذي، سنن الترمذي، 46 أبواب المناقب، باب مناقب أسامة بن زيد (ر.ض) 5/677/ح3817، وقال: حديث حسن غريب.

الفصل الثاني: أثر تركية النَّفس في بناء التَّفكير الإيجابي

المبحث الأول: مفهوم النَّفس عند الفلاسفة وعلماء النَّفس

المطلب الأول: مفهوم النَّفس عند الفلاسفة

لقد اختلفت آراء الفلاسفة حول النَّفس البشرية منذ القديم، ودار هذا الاختلاف حول أصلها ووحدتها وبقائها وغير ذلك من الجوانب. ومع أنهم توغَّلوا في الحديث عن النَّفس غير أنهم قد تخبَّطوا في تصوراتهم، وتشعَّبت آراؤهم، فمنهم من غلَّب جانب الرُّوح على الجسد، ومنهم من قدَّم الجسد على الرُّوح، ومنهم من فصل بينهما فأخطأ في المفاهيم.

فمما اختلف فيه الفلاسفة موضوع وحدة النَّفس، هل هي واحدة، أم منقسمة؟. فمنهم من ذهب إلى أنها واحدة، وما يبدوا لنا من اختلاف إنما يعود إلى تنوُّع قواها، وليس بسبب تعدد النفوس وتجزئتها في الإنسان، وهذا ما ذهب إليه أرسطو وأكثر فلاسفة الإسلام، كابن سينا والفارابي. ومنهم من قال بأن النَّفس منقسمة في الكيان الواحد، وهي أجزاء متعددة، وكل منها يقوم بنصيبه في السلوك الإنساني بشكل منفصل عن الجزء الآخر، ومن ذهب إلى هذا القول أفلاطون.⁴²⁶

كما اختلف الفلاسفة في أصل النَّفس، هل هي قديمة أم حادثة؟ وكان هناك ثلاثة اتجاهات:

الأقلية ذهبت إلى كون النَّفس قديمة منذ الأزل، والأكثرية ترى أن النَّفس حادثة، والبعض توقف عن الخوض في هذه المسألة الغيبية، اعتماداً على قوله تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾.⁴²⁷

⁴²⁶ العثمان، عبد الكريم، *الدراسات النفسية عند المسلمين*، مكتبة وهبة، القاهرة، ط1، 1382هـ. ص83.

⁴²⁷ سورة الإسراء: 85.

ومن ذهب للقول بقدّم النَّفس فلاسفة اليونان، وخاصةً أفلاطون، فادعى بأن النَّفس كانت في عالم المثل والأفلاك، ثم هبطت إلى الأرض وحلت في الأبدان. وكذلك ذهب لهذا القول من المسلمين أبو بكر الرازي. والذين ذهبوا لحدوث النَّفس هم أكثر فلاسفة الإسلام، وهو ما ذهب إليه قبلهم أرسطو، حيث قال بأن النَّفس صورة الجسد، وهي بالتالي حادثة معه. وأنكر الفارابي على أفلاطون ادعاءه بقدّم النَّفس، لأن النَّفس عنده تحدث بحدوث البدن.⁴²⁸ ويصف د. أحمد فؤاد الأهواني في ترجمته لكتاب النفس لأرسطو ما وصل إليه الفلاسفة من تحجُّب وضياع فيقول:

لا يخلو فيلسوف من الكلام عن النَّفس الإنسانية، لأنَّها أقرب الأشياء إلينا، ومع ذلك القرب فهي شديدة الغموض، وكلما حُيِّل للمفكرين أنهم قد ازدادوا بها علماً، وبلغوا حقيقتها، وكشفوا أسرارها، وعرفوا جوهرها، إذا بهم يجدون ذلك العلم سراباً، وكان سقراط وأفلاطون وأرسطو قد ابتعدوا أشد البعد عن حقيقتها، ولذلك ضرب العلم الحديث صفحاً عن طلبها، واكتفى بتحليل الظواهر النَّفسية، وترك للفلاسفة ميدان الجوهر يسلكون إليه السبيل، عسى أن يصلوا يوماً ما إلى معرفة حقيقة النَّفس.⁴²⁹

المطلب الثاني: مفهوم النَّفس عند علماء النَّفس

يُعرّف علم النَّفس بأنه: "العلم الذي يهتم بدراسة سلوك الإنسان والحيوان بصورة علمية دقيقة، وعلم النَّفس علم حديث في تنظيمه وهو أيضاً قديم في موضوعه، ولقد تم انشاؤه، وادخاله لأول مرة في المختبرات عام 1879م، على يد العالم الألماني وليم فونت، وهو الذي قام باستقلالية هذا العلم عن الفلسفة".⁴³⁰

⁴²⁸ العثمان، الدراسات النفسية عند المسلمين، ص 93-96.

⁴²⁹ أرسطو، طاليس، النفس، ترجمة وتقديم د. أحمد فؤاد الأهواني، دار إحياء الكتب العربية، القاهرة، ط2، 1962م. ص 27.

⁴³⁰ الهواري، أحمد سليمان، المداخل إلى علم النفس، مكتبة الراشد، ط1، 2007م. ص 12.

فعلم النفس يُعتبر من العلوم الحديثة رغم اتصاله بالماضي القديم. وقد تطورت الدراسات النفسانية وتغيرت اهتمامات علماء النفس تبعاً للثقافات السائدة، فبينما كانت الدراسات سابقاً تركز على الروح بتأثير الثقافة النصرانية، اتجهت الدراسات بعد ذلك للبحث والتركيز على العقل، وذلك عندما تغلب الاتجاه اللاديني في أوروبا، ثم انتقلت الدراسات للتركيز على الشعور والإحساس، وأخيراً صار الموضوع الذي يشغل علم النفس هو التركيز على السلوك الظاهر فقط.⁴³¹

إن النفس التي يدرسها علماء النفس إنما يعنون بها مجموعة الظواهر السلوكية

والوجدانية والعقلية والخواطر التي في خبرة الإنسان، ولا يقصدون أنها جوهر قائم بذاته.⁴³²

فالنفس: "جوهر الإنسان ومحرك أوجهه المختلفة، إدراكية أو حركية أو فكرية أو انفعالية أو أخلاقية سواء أكان ذلك على مستوى الواقع أو مستوى الفهم، والنفس هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلها وتبادلها التأثير المستمر والتأثر، مكونين معاً وحدة متميزة نطلق عليها لفظ "الشخصية" تميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته".⁴³³

والنفس: "هي همزة الوصل بين الروح والجسد، إنها حركة المادة ودونها لا حياة في هذه المادة، ولا نقصد هنا بكلمة "لا حياة" الموت التام، بل نقصد فقط الفعالية الحركية الهادفة والموجهة، إذ من دون النفس يبقى الجسد حياً، ولكن حياته غير منظّمة، يختل معها عمله السلوكي والحركي والعقلي، أي يصبح مضطرباً نفسياً".⁴³⁴

⁴³¹ عبد العزيز، قوصي، علم النفس: أسسه وتطبيقاته التربوية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، [مصر]، 1954م. ص 25.

⁴³² الزين، سميح. معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة، مجمع البيان الحديث، دار الكتاب اللبناني، بيروت، لبنان، ط: بلا، 1991م. 11-12.

⁴³³ عبد القادر، طه فرج، أصول علم النفس الحديث، دار الزهراء، الرياض، ط: 5، 2005م. ص 12-13.

⁴³⁴ الهادي، محمد زين، علم نفس الدعوة، الدار المصرية اللبنانية. ط 1، 1995م. ص 25.

وكثيراً من تلك النظريات التي تتكلم عن النفس ذهبت للاهتمام بالجانب المادي والنفس وما تحتاجه النفس لإشباع غرائزها، مع إهمال الجانب الروحي والوازع الديني فأصبح الإنسان أشبه بالحيوان الذي يعيش بلا قيم روحية، فزادت هذه النظريات النفس البشرية ضياعاً وشتاتاً، وبقي الإنسان يبحث عن السعادة المفقودة التي يسعى إليها، ويبحث عنها.

وسوف نتناول بشكل موجز، بيان الأفكار الرئيسية لأهم المدارس التي اعتنت بدراسة النفس الإنسانية. ونرجى الحديث عن المدرسة التحليلية لنقارنها بعلم التزكية عند المسلمين.

1- المدرسة التجريبية

يتسم عصرنا الحديث بطابع التجريب، فهو يعتمد على التجربة العملية، واستخلاص النتائج من التجارب الواقعية التي تقع في محيط الحواس. فالغريون يؤمنون بما تصل إليه حواسهم ويمكن أن يخضع للتجربة، وإلا فهو خرافة لا يؤمنون بها.

وبناء على ذلك فقد جعلت المدرسة التجريبية النفس البشرية حقلاً للتجريب، لتستنتج بعد ذلك قوانين تحكم بها النشاط النفسي، وتفسّر بمقتضاها الإنسان، فالمجتمع والدين والأخلاق كلها سخافات لا موجب لها في نظرهم، لأنه لا وجود لها في جسم الإنسان، ولما كانت قضية الألوهية لا تخضع للتجربة العملية في معملهم، فقد استغنوا عن هذه القضية كلها، وأعلنوا أن الله غير موجود.⁴³⁵

ولا يمكن لأحد أن ينكر المخترعات العلمية التي قدمها العلم التجريبي، فاختصر لنا الزمان والمكان، وقدم لنا خدمات لا يمكن احصاؤها، ولكن التجريب ميدانه العلمي إنما هو المادة التي يمكن إخضاعها لحقل التجارب، فهي تخضع للمؤثرات والقوانين الطبيعية والكيميائية، مع أن كثيراً من المسائل

⁴³⁵ قطب، محمد، الإنسان بين المادية والإسلام، دار الشروق، القاهرة ط: 10، 1409هـ - 1989م. ص 47-53.

التجريبية لم يبت فيها العلم بعد، وهذا كله في ميدان المادة. أما النَّفس فهي ليست كذلك ولا يمكن إخضاعها للتجريب، وهذا ما وقع فيه أصحاب هذه المدرسة، فأرادوا أن يجعلوا النَّفس في معملهم ليستنتجوا قوانين يحكمون بها النشاط النَّفسي، ويفسرون بمقتضاها الإنسانية.

فهذه المدرسة لا تنظر إلا للجسد الذي تستطيع أن تقيسه بالمقاييس المادية وتدركه بالحواس، وتقف عاجزة أمام الجوانب الخلقية والروحية التي لا تقع في دائرة المحسوسات.

فقد تستطيع أن تقيس التعب والنشاط الجسماني وأثر ذلك في الحالة النَّفسية، ولكن لا تستطيع أن تقيس إحساس الإنسان بالحق والعدل والجمال، ومن باب أولى فلن تستطيع قياس إبداعه الفكري، ونشاطه الروحي.⁴³⁶

2- المدرسة السلوكية

نشأت هذه المدرسة في أوائل القرن العشرين على يد العالم واطسن، وكان يرى أنه لكي يصبح علم النَّفس علما حقيقيا يجب أن يركز على موضوع يمكن للعلماء ملاحظته، هذا الموضوع هو سلوك الكائن الحي، وقد عرف علم النَّفس بأنه: "الدراسة العلمية للمنبهات والسلوك الذي تثيره".

وقد ذهبَت المدرسة السلوكية إلى تفسير الإنسان على أنه مجموعة من العادات وردود الفعل الشرطية المنعكسة، والتي تنميها البيئة، وهي لا تختلف عن بعضها البعض إلا باختلاف المؤثر.

هذه المدرسة لم تكن في الحقيقة تفسر الإنسان بقدر ما كانت تفسر سلوك الحيوان، ثم تُحيل الإنسان على ما تتصوره من سلوك الحيوان، فهي ترد السلوك إلى أسباب فسيولوجية (جسدية) وترد التعلم

⁴³⁶ المرجع السابق، 47-49.

إلى الفعل وردة الفعل، فهي بهذا تضيق مساحة الإنسان لتجعله كالحیوان، ولا تراعي ما في الإنسان من فكر وإرادة ومثل، ولا مشاعر وقيم عليا، إنما نظرتها حیوانية حسية بحتة.⁴³⁷

3- المدرسة الميكانيكية

شَبَّهت هذه المدرسة النَّفس الإنسانية بالجهاز الآلي، وربطت كل نشاطاته بقوانين الطبيعة والكيمياء.

ولم تكنفي هذه المدرسة بتجريد الإنسان من إنسانيَّته، وتشبيهه بالحيوان محدود النطاق فحسب، بل هبطت به إلى درك أسفل فجعلت منه مجرد آلة تحكمه ضرورات الآلة، وتنتفي عنه كل إرادة موجهة، سواء إنسانية أم حیوانية، فينتفي عنه كل شعور نبيل، وتصبح كل تنظيماته الفكرية والرُّوحية والمادية والاقتصادية والاجتماعية أجزاء من الآلة الكبرى الصَّماء الخرساء، التي تحكمها ضرورات الآلة.⁴³⁸

4- نقد النظريَّات

وهكذا نرى كيف أن معظم مدارس علم النَّفس الغربية قديمها وحديثها قد ضلت في تفسيرها للنفس الإنسانية بسبب نظرتها الجزئية وإصرارها على تفسير الإنسان تفسيراً جزئياً.

ومن أبرز ما يعيب هذه النظريَّات على إجمالها، إغفال الجانب الرُّوحي في الإنسان، والاهتمام بالجانب المادي، مما أدَّى إلى قصور في فهمهم للإنسان، وعدم الوصول إلى العوامل المحدِّدة للشخصية

⁴³⁷ قطب، دراسات في النفس الإنسانية، ص22.

⁴³⁸ المرجع السابق ص22.

السوية وغير السوية، وهذا ما أدّى بهم أيضا إلى عدم الاهتمام إلى الطريقة المثلى، في العلاج النفسي السليم لاضطرابات الشخصية.⁴³⁹

كما أن علماء النفس اقتصروا على دراسة حاجات الإنسان الفسيولوجية، والدوافع النفسية التابعة لها، في حين أهملوا دراسة الناحية الروحية وما ينبعث عنها من حاجات سامية هي أرقى من الحاجات الإنسانية والتي يتميز بها عن الحيوان.

حتى ظهر داروين بنظريته القائلة بأن الإنسان قد تطور من أصل حيواني، فهو بأصله حيوان من حيث الخلقة، وأصبحت هذه النظرية أساسا يدرس في علم النفس لفترة من الزمن، وهذه النظرية جعلت علماء النفس يتجهون لدراسة سلوك الحيوان أملاً بأن تُلقى هذه الدراسة بعض الضوء على سلوك الإنسان.⁴⁴⁰

وقد اعترف بعض علماء الغرب بهذا العجز الذي وصل إليه علم النفس الحديث.

يقول (إريك فروم): "إن علم النفس الحديث يهتم في أغلب الأحيان بدراسة نواح تافهة وسطحية من سلوك الإنسان، ويُغفل مشكلات الإنسان الهامة وقيمه العليا".⁴⁴¹

ويقول ألكسيس كاريل: "لقد بذل الجنس البشري مجهوداً لكي يعرف نفسه، ولكن بالرغم من أننا نملك كنزاً من الملاحظات التي كدّسها العلماء والفلاسفة والشعراء... فإننا استطعنا أن نفهم جوانب معينة فقط من أنفسنا، إننا لا نفهم الإنسان ككل... وواقع الأمر أن جهلنا مطبق، فأغلب الأسئلة التي

⁴³⁹ نجاتي، مُجد عثمان، القرآن وعلم النفس، دار الشروق، القاهرة، ط7، 1421، 2001م. ص224.

⁴⁴⁰ خليل، علم النفس الإسلامي العام والتربوي، ص40.

⁴⁴¹ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص43، نقلا عن كتاب: الدين والتحليل النفسي، تأليف ((إريك فروم)) ترجمة: فؤاد كامل، ص11.

يُلقيها على أنفسهم أولئك الذين يدرسون الجنس البشري تظل بلا جواب".⁴⁴² ويقول: "إن معرفتنا بأنفسنا مازالت بدائية في الغالب".⁴⁴³

المبحث الثاني: مفهوم النَّفس وتركيتها عند المسلمين

المطلب الأول: تعريف النَّفس

النَّفس لغة: ⁴⁴⁴ تأتي النَّفس في اللغة بمعان كثيرة وأهمها:

الرُّوح، وَخَرَجَتْ نَفْسُهُ أَي رُوحه.

الدَّم: فيقال: ما لا نَفْسَ له سَائِلَةٌ لا يُنَجِّسُ الماء وإنما سمي الدم نفساً لأن النَّفس تخرج بخروجه.

حقيقة الشيء وذاته: فيقال جاءني بنفسه، وقتل فلان نفسه وأهلك نفسه، أي أوقع الإهلاك

بذاته كلها، ونفس الشيء ذاته.

قال العسكري: "لَفْظُ النَّفْسِ مُشْتَرَكٌ يَقَعُ عَلَى الرُّوحِ وَعَلَى الدَّاتِ وَيَكُونُ تَوْكِيداً، يُقَالُ خَرَجَتْ

نَفْسُهُ أَي رُوحه وَجَاءَنِي زَيْدٌ نَفْسَهُ بِمَعْنَى التَّوْكِيدِ".⁴⁴⁵

وقال الجرجاني: "النَّفس: هي الجوهر البخاري اللطيف الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية،

وسماها الحكيم: الرُّوح الحيوانية، فهو جوهر مشرق للبدن فعند الموت ينقطع ضوؤه عن ظاهر البدن

وباطنه. وأما في وقت النَّوْم فينقطع عن ظاهر البدن دون باطنه، فتثبت أن النَّوْم والموت من جنس واحد؛

لأن الموت هو الانقطاع الكلي، والنَّوْم هو الانقطاع الناقص، فتثبت أن القادر الحكيم دبَّر تَعَلُّقَ جوهر

⁴⁴² كاريل، ألكسيس، *الإنسان ذلك المجهول*، ترجمة: شفيق أسعد فرويد، مكتبة المعارف بيروت، ط3، 1980م. ص17.

⁴⁴³ المرجع السابق، ص19.

⁴⁴⁴ ابن منظور، *لسان العرب*، 6/233-236.

الفيرون آبادي، *القاموس المحيط*، 1/577.

⁴⁴⁵ العسكري، أبو هلال الحسن بن عبد الله بن سهل بن سعيد بن يحيى بن مهران العسكري (المتوفى: نحو 395هـ) *الفروق اللغوية*، تح:

مُحَمَّدُ إِبراهيم سليم، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع، القاهرة - مصر، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1. 103/1.

النَّفس بالبدن على ثلاثة أضرب: الأول إن بلغ ضوء النَّفس إلى جميع أجزاء البدن ظاهره وباطنه، فهو اليقظة، وإن انقطع ضوءها عن ظاهره دون باطنه فهو النَّوم، أو بالكلية فهو الموت.⁴⁴⁶

المطلب الثاني: النَّفس في الكتاب والسُّنة

لقد حاول الإنسان قديماً وحديثاً أن يبحث عن ماهية النَّفس ويكشف عن أسرارها، فسلك أصحاب الفلسفة والديانات المنحرفة مسالك شتى وخاضوا في بحرهما فلم يخرجوا إلا بمزيد من الغموض والضباب فحقيقة النَّفس حيرت العلماء قديماً وحديثاً.

ولعلَّ السبب يعود إلى أن الإنسان لا يستطيع أن يُخضع النَّفس للمناهج التجريبية والمقاييس المختلفة، لذلك كانت دراسات الفلاسفة القدماء تدور حول دراسة سلوك النَّفس دون جوهرها، فالنَّفس من المكنونات الخفية وليس من السهل اكتشاف بواطنها الخفية.

أما المنهج الإسلامي فهو يتكلم عن النَّفس على أنها حقيقة غيبية لا يعلم حقيقتها إلا الخالق سبحانه، وإنما يدرسون أحوالها وانحرافها، وتشخيص أمراضها وكيفية علاجها وتحذيرها، وذلك وفق منهج ذو مصدر إلهي قائم على الكتاب والسُّنة، ويحاول الفلاسفة أوّل شيء أن يثبتوا وجود النَّفس بالبراهين العقلية.⁴⁴⁷

⁴⁴⁶ الجرجاني، التعريفات، ص 243.

⁴⁴⁷ العثمان، الدراسات النفسية عند المسلمين، ص 66-68.

ويرى الراغب الأصفهاني أن الإنسان لا يحتاج أن يدل على وجود النَّفس فيقول: "وجود النَّفس في الإنسان لا يحتاج إلى أن يدل عليه لوضوح أمره، بل ينبَّه الجاحد لها والغافل عنها بأنها هي التي بحصولها في الجسم تحصل الحياة والحركة والحس والعلم والرأي والتمييز".⁴⁴⁸

فالحديث عن النَّفس عند المسلمين يستند إلى مرجع يلوذون إليه، ومنهج يستنبطون به، فالله سبحانه خلق الإنسان فأبدعه وبَيَّن له خفايا نفسه وحقيقتها، ثم رسم له منهجاً لتزكيتها واستقامتها، وذلك بما جاء في كتابه سبحانه أو على لسان نبيه (ص.س) فالحديث عن النَّفس ينبع من العقيدة التي يدين بها المسلم، فمن انحرف عن الفطرة السليمة تاه في الخرافات وضاع وتخطى بين باطل الاعتقادات التي غرق فيها غير المسلمين.

ونحن بحاجة إلى مزيد من الاهتمام بدراسة التراث الإسلامي، مبتدئين بالقرآن الكريم والحديث النبوي الشريف، ثم النظر في الدراسات النَّفسية لدى الفلاسفة والمفكرين المسلمين، بهدف استيعاب المفاهيم النَّفسية الإسلامية استيعاباً صحيحاً، يكون هادياً لنا في دراستنا النَّفسية المعاصرة، وعوناً لنا في تكوين نظريَّاتنا الخاصة عن الشَّخصية الإنسانية، بحيث نجمع بين دقة البحث العلمي الأصيل، والحقائق التي وردت في القرآن والسُّنة.

وقد تعدد ورود النَّفس في القرآن الكريم بمعاني مختلفة وذلك بحسب السياق، وأهم هذه المعاني:

1- النَّفس بمعنى عند: ومنه قوله سبحانه: ﴿تَعَلَّمْ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمْ مَا فِي نَفْسِكَ إِنَّكَ أَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ﴾.⁴⁴⁹ فالتأويل تعلم ما أعلم ولا أعلم ما تعلم.

⁴⁴⁸ الراغب الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: 502هـ) *الذريعة إلى مكارم الشريعة*، تح: أبو اليزيد أبو زيد العجمي، دار السلام - القاهرة، 1428 هـ - 2007 م، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1. ص72.

⁴⁴⁹ سورة المائدة: 116.

2- النَّفْس بمعنى الذات الإلهية: قال تعالى: ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ وَإِلَى اللَّهِ الْمَصِيرُ﴾⁴⁵⁰.

وقال تعالى: ﴿كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ﴾⁴⁵¹.

3- النَّفْس بمعنى الإنسان ككل جسداً وروحاً، أي الذات البشرية:

ومنه قوله سبحانه: ﴿مَا خَلَقُكُمْ وَلَا بَعَثُكُمْ إِلَّا كُنُفٍ وَاحِدَةً إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ﴾⁴⁵².

وقوله سبحانه: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾⁴⁵³.

4- النَّفْس بمعنى الروح:

هذه الروح هي التي يحيا بها الإنسان، وهي سر من الأسرار التي أخفى الله تعالى حقيقتها عن العباد، وهي التي تنفصل عن الجسد عند الموت. قال الله تعالى: ﴿وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الظَّالِمُونَ فِي غَمَرَاتِ الْمَوْتِ وَالْمَلَائِكَةُ بَاسِطُوا أَيْدِيهِمْ أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ الْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ بِمَا كُنْتُمْ تَقُولُونَ عَلَى اللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ وَكُنْتُمْ عَنْ آيَاتِهِ تَسْتَكْبِرُونَ﴾⁴⁵⁴.

وذلك أن الكافر إذا احتضر، بشرته الملائكة بالعذاب، والنكال، والأغلال، والجحيم، فتنفرك روحه في جسده، وتعصي وتأبى الخروج، فتضربهم الملائكة، لتخرج أرواحهم من أجسادهم، فائلين لهم أخرجوا أنفسكم -أي أرواحكم- اليوم تجزون عذاب الهون، أي اليوم تُهانون غاية الإهانة، بما كنتم

⁴⁵⁰ سورة آل عمران: 28.

⁴⁵¹ سورة الأنعام: 54.

⁴⁵² سورة لقمان: 28.

⁴⁵³ سورة البقرة: 286.

⁴⁵⁴ سورة الأنعام: 93.

تكذبون على الله، وتستكبرون عن اتباع آياته والانقياد لرسله.⁴⁵⁵ وقال تعالى: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا﴾.⁴⁵⁶

5- النفس بمعنى محل اليقين وهو القلب: ومنه قوله سبحانه: ﴿وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنْفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا فَانْظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ﴾⁴⁵⁷ ومنه قوله سبحانه: ﴿وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً﴾.⁴⁵⁸ وفائدة ذكر النفس أنهم لما رأوا المعجزات جحدوها بالستهم واستيقنوها في قلوبهم وضمائرهم.⁴⁵⁹

6- النفس بمعنى قوى الخير والشر في الإنسان، أي ما تحمله من الغرائز والشهوات. قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾.⁴⁶⁰ فهذه النفس هي التي تختار طريق الخير أو الشر، وهي مكنن الشهوات الموجودة في الطبيعة البشرية، ولها أثرها على السلوك، فهي المعنى الجامع لقوة الغضب والشهوة في الإنسان، ويهتم أهل التزكية بهذا المعنى، لأنهم يريدون بالنفس: الأصل الجامع للصفات المذمومة من الإنسان فلا بد من مجاهدتها. قال تعالى: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۖ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾.⁴⁶¹

وهذا المعنى الأخير هو المراد في حديثنا عن تزكية النفس، ولا شك أن النفس بهذا المعنى لها أثر على الفكر، والقلب والروح، وينعكس ذلك على السلوك. وهذا ما سنوضحه خلال البحث.

⁴⁵⁵ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 271/3.

⁴⁵⁶ سورة الزمر: 42.

⁴⁵⁷ سورة النمل: 14.

⁴⁵⁸ سورة الأعراف: 205.

⁴⁵⁹ الرازي، مفاتيح الغيب، 545/24.

⁴⁶⁰ سورة ق: 16.

⁴⁶¹ سورة النازعات: 40-41.

المطلب الثالث: تعريف التَّزْكِيَةِ لغةً واصطلاحاً

التَّزْكِيَةُ لغةً: مأخوذة من زَكَا يَزْكُو زَكَاءً وَزُكُوءًا، أي نما وطهر، فالتَّزْكِيَةُ بمعنى النماء والطهارة

والبركة.⁴⁶²

ومنه الزَّكَاةُ: لما يخرج الإنسان من حقِّ الله تعالى في ماله إلى الفقراء، وتسميته بذلك لما يكون

فيها من رجاء البركة في المال، أو لتزكية النَّفْسِ، أي: تنميتها بالخيرات والبركات، أو لهما جميعاً، فإنَّ

الخيرين موجودان فيها.⁴⁶³

قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ﴾.⁴⁶⁴ يحتمل أن يكون المراد زكاة الأموال، ويحتمل

زكاة النفوس، ويحتمل كلا الأمرين، والله أعلم.⁴⁶⁵

وقد ذكر الله تعالى التَّزْكِيَةَ للنفس وضدها في قوله سبحانه: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّهَا﴾⁴⁶⁶ وَقَدْ خَابَ

مَنْ دَسَّهَا⁴⁶⁷. فالتَّزْكِيَةُ التي تمثل الجانب الإيجابي يقابلها التندسية السَّلبية، والمعنى قد أفلح من

أظهرها وأعلاها بطاعة الله، وقد خسر من أخفاها وحقرها وصعَّرها بمعصية الله. وأصل التندسية: الإخفاء،

ومنه قوله تعالى: ﴿أَمْ يَدُسُّهُ فِي التُّرَابِ﴾.⁴⁶⁷ فالعاصي يدسُّ نفسه في المعصية، ويخفي مكانها.⁴⁶⁸

ويجعل نفسه ذليلة حقيرة خسيصة، أما صانع الخير والمعروف فقد أشهر نفسه ورفعها.

⁴⁶² ابن منظور، لسان العرب، 358/14.

⁴⁶³ الراغب الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن مُجَدِّ المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: 502هـ) المفردات في غريب القرآن، تح: صفوان عدنان الداودي، دار القلم، الدار الشامية - دمشق بيروت، ط: 1، 1412 هـ.. ص 381.

⁴⁶⁴ سورة المؤمنون: 4.

⁴⁶⁵ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 216/2.

⁴⁶⁶ سورة الشمس: 9-10.

⁴⁶⁷ سورة النحل: 59.

⁴⁶⁸ ابن القيم، مُجَدِّ بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ) الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي أو الدواء والدواء، دار المعرفة - المغرب، ط: بلا، 1418هـ - 1997م، عدد الأجزاء: 1.

وقد وردت التَّزْكِيَّةُ في القرآن الكريم في عدَّة مواضع بمعان متعدِّدة، منها:

وردت التَّزْكِيَّةُ بنسبتها إلى الله تعالى في قوله: ﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يَزْكُونَ أَنْفُسَهُمْ بِاللَّهِ يُزَكِّي مَنْ

يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًا ۖ﴾.⁴⁶⁹ بمعنى يطهر ويبرِّئ من الذنوب ويصلح.⁴⁷⁰ فقد نحت الآية الإنسان

عن تزكية نفسه تفاخراً وإدعاء التَّقوى والصَّلاح.

ونسبت التَّزْكِيَّةُ للنبي (ص.س) في قوله سبحانه: ﴿كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُوا

عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ ۖ﴾.⁴⁷¹

أي يطهرهم من رذائل الأخلاق ودنس النفوس وأفعال الجاهلية، ويخرجهم من الظلمات إلى النور.⁴⁷²

ونسبت التَّزْكِيَّةُ للعبد في قوله سبحانه: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ﴾.⁴⁷³ أي نفسه. والمقصود في هذا

البحث إنما هو المعنى الثالث بأن يزكي الإنسان نفسه فيطهرها من أدرانها حتى يرتقي بها إلى مرتبة

الإحسان، هذه المرتبة التي عرَّفها النبي (ص.س) عندما سأله جبريل (ع.س) قال: فَأَخْبِرْنِي عَنِ الْإِحْسَانِ،

قَالَ: "أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ".⁴⁷⁴

المطلب الرابع: مراتب النَّفْس

يُمَيِّز علماء التَّزْكِيَّةِ بين أطوار للنفس بحسب درجة طهارتها من الأدنا للأعلى، وهي في جملتها

ثلاث مراتب رئيسية: النَّفْسُ الْأَمَّارَةُ بِالسُّوءِ، النَّفْسُ اللَّوَّامَةُ، النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّة.

ص78.

⁴⁶⁹ سورة النساء: ٤٩.

⁴⁷⁰ البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 1/185.

⁴⁷¹ سورة البقرة: 151.

⁴⁷² ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 1/335.

⁴⁷³ سورة الشمس: 9.

⁴⁷⁴ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب الإيمان ما هو وبيانه خصاله، 1/39/ح9.

قال ابن القَيِّم: واختلف الناس هل النَّفس واحدة، وهذه أوصاف لها؟ أم للعبد ثلاث أنفس: نفس مطمئنة، ونفس لوامة، ونفس أمّارة؟

فالأول هو قول الفقهاء والمتكلمين وجمهور المفسرين ومحققى الصوفية. والثاني قول كثير من أهل التصوف.

ثم جمع ابن القَيِّم بين الفريقين فقال: والتحقيق أنه لا نزاع بين الفريقين، فإنها واحدة باعتبار ذاتها، وثلاث باعتبار صفاتها. فإذا اعتبرت بنفسها فهي واحدة، وإن اعتبرت مع كل صفة دون الأخرى فهي متعددة.⁴⁷⁵

1- النفس الأمّارة بالسوء (السلبية)

هذا النوع يعتبر أدنى أنواع النَّفس لأنها تمثّل الصورة السلبية للنفس، وهذا النوع للنفس عند علماء التزكية هو النَّفس التي تكلم عنها فرويد من علماء الغرب. فهي مستودع الرغبات، سواء الرغبات الحسية كالطعام والشراب والنكاح... أو الرغبات المعنوية كحب الشهرة والمنصب والمدح... وهذه الشّهوات كقوة مهيمنة قد تستولي على القلب وتوجهه نحو الارتباط بقيم مادية أو معنوية لإشباع رغبتها واستقصاء لذتها. ولا يمكن التخفيف من حدة هذه النزعة إلا بالتربية الروحية التي يُعبر عنها بتزكية النَّفس، والتي تُهدّب الرغبة في استقصاء اللذة الحسية أو المعنوية فتجعلها ضمن حدود الشريعة، لأن كثيراً من هذه الشّهوات هي من الفطرة التي فطر الله الناس عليها، وليس المطلوب حرمان النَّفس منها بالكلية.

وعرّفها الجرجاني بأنها: "التي تميل إلى الطبيعة البدنية، وتأمر باللذات والشّهوات الحسية، وتجذب

القلب إلى الجهة السفلية، فهي مأوى الشرور، ومنبع الأخلاق الذميمة."⁴⁷⁶

⁴⁷⁵ ابن القيم، أبو عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب ابن قيم الجوزية (المتوفى 691 - 751) *إغاثة اللهفان في مصادب الشيطان*، تح: محمد عزيز شمس، خرج أحايته: مصطفى بن سعيد إيتيم، دار عالم الفوائد - مكة المكرمة، ط: 1، 1432 هـ، عدد الأجزاء: 2. 75/1-76.

فالنفس البشرية عموماً تميل وتأمر صاحبها بالسوء وتُسَوِّل له الوقوع في بحر الشَّهَوَات والانجراف وراء الأهواء، فتغويه بارتكاب المحرمات والمخالفات، قال الله تعالى حكاية عن يوسف (ع.س) قوله:

﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾⁴⁷⁷.

وذهب المحققون من الحكماء إلى أن النفس الإنسانية في أصلها هي شيء واحد، ولها صفات كثيرة فإذا مالت إلى العالم الإلهي كانت نفساً مطمئنة، وإذا مالت إلى الشَّهْوَةِ والعَضْبِ كانت أمَّارة بالسوء، وكونها أمَّارة بالسوء يفيد وصف المبالغة، والسبب فيه أن النفس من أول حدوثها قد ألقت المحسوسات والتذت بها وعشقتها، فلما كان الغالب هو انجذابها إلى العالم الجسدي وكان ميلها إلى الصعود إلى العالم الأعلى نادراً حُكِمَ عليها بكونها أمَّارة بالسوء.⁴⁷⁸

ويتحدث الشوكاني عن النفس الأمَّارة في تفسير قوله سبحانه: ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾⁴⁷⁹. بأن هذا الجنس من الأنفس البشرية شأنه الأمر بالسوء لميله إلى الشَّهَوَات، وتأثيرها بالطبع، وصعوبة قهرها، وكفها عن ذلك، إلا ما رحم ربي، أي إلا من رحم الله تعالى من هذه النفوس فعصمها عن أن تكون أمَّارة بالسوء.⁴⁸⁰

ومن خلال تأملنا لهذه الآية الكريمة نجد:

إنَّ ورود كلمة النَّفْس بأل التعريف التي تفيد الاستغراق لعموم الجنس يدل على أنَّ كل نفس بشرية تأمر صاحبها بالسوء. فلاستثناء في هذه الآية: ﴿إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي﴾، هو استثناء من العموم الذي

⁴⁷⁶ الجرجاني، *التعريفات*، ص 243.

⁴⁷⁷ سورة يوسف: 53.

⁴⁷⁸ الرازي، *التفسير الكبير*، 471/18.

⁴⁷⁹ سورة يوسف: 53.

⁴⁸⁰ الشوكاني، *فتح القدير*، 42/3.

يغلب على كل نفس، وبالتالي فإن المستثنى قليل، وهذا القليل هو من اتصفت نفسه باللَّوامة أو المطمئنة،

قال تعالى: ﴿وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ﴾⁴⁸¹.

إن ورود هذه الآية بأن التوكيد يدلُّ على تأكيد الله تعالى بأن معظم الأنفس هي كذلك تأمر صاحبها بالسوء. وعندما تستحكم النَّفس الأمارة بالسوء بالإنسان وفي حال غياب أي جهد لإضعاف نفوذها فإنها توجه تفكيره نحو إشباع ما تميل إليه، فيصبح الفكر خادماً والناطق باسمها حيث يقوم بتبرير اختياراتها تبريراً "عقلانياً".

وعلى افتراض أن الإنسان قد أطلق لنفسه العنان وسار منقاداً وراءها حتى ادَّعت الربوبية كما ادعاه فرعون، أو أنكرت وجود الله تعالى لما وصلت إليه من الكبر والعناد، فإنه لن يشعر بالراحة والاستقرار لأن ذلك مما يتنافى مع الفطرة السليمة التي خلُق الإنسان عليها. إن العبودية لله تعالى هي التي تُهدِّب الأنا للنفس الأمارة وتؤكد الأنا الإلهية.

فحق الربوبية الذي هو (العبودية من العبد) يتنافى مع رغبة النَّفس التي هي الاستيلاء على أوصاف الربوبية، كالحياة والعلم والقدرة والغنى والكبرياء... وتقابلها لدى الإنسان: العدم والجهل والعجز، والفقر والذل... التي تعتبر أوصافاً ذاتية للعبد. ولا يتمُّ حل هذا الإشكال إلا في ظل الشريعة الإسلامية.

فإشباع "الحاجات الفطرية المباحة" لتحقيق اللذة يعتبر عملاً تعبدياً يؤجر عليه الإنسان عندما ينضبط بميزان الشرع، كما قال (ص.س): "وَفِي بُضْعٍ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَيَأْتِي أَحَدُنَا

⁴⁸¹ سورة سبأ: 13.

شَهْوَتُهُ وَيَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ؟ قَالَ: "أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي حَرَامٍ أَكَانَ عَلَيْهِ فِيهَا وَزْرٌ؟ فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلَالِ كَانَ لَهُ أَجْرٌ".⁴⁸²

إن الشقاء الذي يعانيه الإنسان في هذه الحياة يكمن في ارتباط تفكيره بالقيم المادية، وطرق توفيرها، فإذا فقدوها أو لم يُحصِّلها أثار ذلك لديه شعورا بالحرمان مما أورثه الحزن والأمراض النفسانية والشعور بالسلبية. فالحضارة المادية تؤدي إلى حدوث اختلالات نفسية لدى الإنسان كما تؤدي إلى تفكيره روحيا. فإذا أردنا أن يعيش الإنسان بسعادة فكرية وبيتعد عن حياة الشقاء فعلينا أن نبني الإنسان بناء روحيا.

وهذه النفس الأمارة يكمن علاجها بعد الاستعانة بالله تعالى بأن يحاسب الإنسان نفسه ويخالفها عن المنهيات، فالمحاسبة والمخالفة تردع النفس عن غيِّها، كما قال (ص.س): "الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ، وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ، وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا، وَتَمَتَّى عَلَى اللَّهِ".⁴⁸³

2- النفس اللوامة (بين السلبية والإيجابية)

عرَّفها الجرجاني فقال: "النفس اللوامة، هي التي تنورت بنور القلب قدر ما تنبهت به عن سنة الغفلة، كلما صدرت عنها سيئة، بحكم جبلتها الظلمانية، أخذت تلوم نفسها وتوب عنها".⁴⁸⁴

وهي حالة بين الإيجابية والسلبية تعترى النفس، واللوامة صيغة مبالغة من اللوم، وهو شدة المعاتبة والمؤاخذه، فاللوم هو حالة وجدانية تحصل عند الإنسان بعد إحساسه بأنه قد صدر منه خطأ أو

⁴⁸² مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب الزكاة، بابُ بَيَانِ أَنَّ اسْمَ الصَّدَقَةِ يَقَعُ عَلَى كُلِّ نَوْعٍ مِنَ الْمَعْرُوفِ، 2/697/ح1006.

⁴⁸³ أحمد، المسند، 28/350/17123.

الترمذي، سنن الترمذي، 35 أبواب صِفَةِ الْقِيَامَةِ وَالرَّقَائِقِ وَالْوَرَعِ...، 4/638/2459. وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 37 كتاب الزهد، بابُ ذِكْرِ الْمَوْتِ وَالِاسْتِغْدَادِ لَهُ، 2/1423/ح4260.

⁴⁸⁴ الجرجاني، التعريفات، ص243.

ذنب ويمكن أن نسميه بتأنيب، وإذا ما تحرك هذا الإحساس والشعور بعد ارتكاب الإنسان الذنب بحق الله أو بحق الناس، فإنه ينم عن وجود ضمير حي في داخله، هذا الضمير يمثل المناعة المعنوية للنفس ضد الذنوب. فكما أن لكل إنسان مناعة في جسمه تقاوم الفيروسات الخارجية، وهو ما أكدته علم الطب بأن الشخص قوي المناعة أقل عرضة للإصابة بالأمراض بينما الضعيف لا يقوى عليها، وقد يتعرض لمرض ما لا يستطيع الجسم مقاومته فيموت. وكذا الحال بالنسبة للنفس الانسانية، فقد خلق الله تعالى الإنسان وفي داخله فطرة الضمير الذي ينبه صاحبه عندما يتجاوز الحدود ويقترف المعاصي والذنوب، وتبقى هذه الفطرة التي هي كالمناعة المعنوية من الوقوع في الأخطاء، فإذا داوم الإنسان على مشاركة نفسه ومحاسبتها ومعاتبتها فإن شعلة الضمير ستبقى متوهجة، وهذا ما يعطينا معنى (النفس اللوامة) وهي النفس التي تمتلك تلك المناعة المعنوية، أي الضمير الحي، فإذا فكر الإنسان أن يُقدم على ذنب بتسويل من النفس، فإن الضمير ينبهه لذلك ويحذره، وإذا وقع في المخالفة أثبته ضميره، وهكذا يبقى الإنسان مراقبا لنفسه بين التنبيه قبل وقوع الخطأ وبين التأنيب بعد اقترافه لتكون بداية التوبة.

فإذا ما استمر الإنسان على هذا المنهج بين التنبيه والتأنيب، والمحاسبة والمعاتبة، والندم والعزم على عدم العودة فسوف تقوى مناعته المعنوية بحجم مراقبته لنفسه ومحاسبتها لها فيصل الى درجة النفس المطمئنة التي هي من صفات الأنبياء عليهم الصلاة والسلام، والأولياء الصالحين.

أما إذا ارتكب الفرد خطأ ولم يحاسب نفسه ولم يعاتبها، فإن شعلة الضمير ستخبو وهجتها في نفسه شيئاً فشيئاً، حتى تنطفئ فيُضحى الضمير ميتاً، ولا يكثرث بما يرتكب صاحبه من خطايا بحق الله تعالى أو بحق الناس، وهذا ما يؤدي به إلى أن تهبط نفسه إلى دركة النفس الأمارة بالسوء. وبالتالي فإننا نرى أن النفس اللوامة هي مرتبة بين الأمارة والمطمئنة، أي بين السلبية والإيجابية، فإما أن يرتقي بها صاحبها وإما أن تهوي به وتكون سبب هلاكه.

فهي تدور بين الخير والشر، فعندما تقع في الخطيئة تكون قد انخرقت وعندما تتوب تعود إلى استقامتها. فالله تعالى قد بيّن للعبد طريق الخير من الشر فهو مزدوج الاستعداد لكلا الطريقين، كما قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ﴾⁴⁸⁵.

لقد أقسم الله تعالى بهذا النوع للنفس فقال سبحانه: ﴿لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَمَةِ ۖ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ۖ﴾⁴⁸⁶ فكان القسم بما بعد القسم ييوم القيامة وذلك تعظيماً لشأنها.

ونقل القرطبي أقوال العلماء كقول الحسن: هي والله نفس المؤمن، ما يرى المؤمن إلا يلوم نفسه - أي أنه دائم اللوم - فيقول: ما أردت بكلامي؟ ما أردت بأكلي؟ ما أردت بحديث نفسي؟ والفاجر لا يحاسب نفسه. وعن مجاهد: هي التي تلوم على ما فات وتندم عليه، فتلوم نفسها على الشر لم فعلته، وعلى الخير لم لا تستكثر منه. وقيل: إنها ذات اللوم. وقيل: إنها تلوم نفسها بما تلوم عليه غيرها، فعلى هذه الوجوه تكون اللّوامة بمعنى اللائمة، وهو صفة مدح لها، وعلى هذا يجيء القسم بما سائغا حسناً.⁴⁸⁷

3- النفس المطمئنة (الإيجابية)

عرّف الجرجاني النفس المطمئنة فقال: "هي التي تم تنورها بنور القلب حتى انخلعت عن صفاتها الذميمة، وتخلّقت بالأخلاق الحميدة".⁴⁸⁸

النفس المطمئنة واحدة من درجات النفس الإنسانية، وهي أرقى مرتبة وتمثّل النفس الإيجابية التي ترتقي عن النفس الأمّارة بالسوء إلى اللّوامة، فتكره الشر وتفرّ منه، وتحب الخير وتلوذ إليه، حتى تصل إلى درجة الاطمئنان، وهي النفس التي تسكن إلى الله وترضى بما رضى الله به، حيث قال عز وجل: ﴿يَا أَيُّهَا

⁴⁸⁵ سورة الشمس: 7-8.

⁴⁸⁶ سورة القامة: 1-2.

⁴⁸⁷ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 93/19.

⁴⁸⁸ الجرجاني، التعريفات، ص 243.

النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾ فَأَدْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾. ⁴⁸⁹ وقد

أعطت هذه الآية للنفس المطمئنة أربعة أوصاف إيجابية مبثّرة وهي:

أها راضية: أي في نفسها قد رضيت عن الله، واستسلمت لأمره وقضائه.

أها مرضية: أي (ر.ض)ا وأرضاها. ⁴⁹⁰

أها داخلة في زمرة عباد الله تعالى الصالحين.

أها ستكون من أهل الجنة.

فصاحبُ النفس المطمئنة يدعو ربه في جميع حالاته ويلجأ إليه بقلبه، عند الحزن وعند الفرح، عند السراء وعند الضراء، ويكون راضياً بما قسمه الله تعالى له فيشعر بالطمأنينة، وهي سكون القلب وراحة النفس، وعدم الشعور بالقلق والاضطراب، وبالتالي فإن الوصول إلى هذه المرتبة هو وقاية وعلاج من الأمراض النفسية الكثيرة التي تنشأ عن عدم الرضا. والنفس المطمئنة من الناحية الطبية هي النفس الخالية من الضغط النفسي، الذي هو حالة من عدم التوازن وعدم الرضا، والناجم عن تعرض الفرد لانفعالات نفسية سيئة تتسم بالقلق والتوتر والضيق مما يؤدي إلى التفكير السلبي المرهق في أحداث ومواقف وخبرات حياتية تعرض لها في الماضي أو يعيشها في الحاضر أو يخشى حدوثها في المستقبل، مما تسبب اضطرابات فسيولوجية ضارة.

إن علماء النفس اليوم قد اضطروا إلى الإقرار بكون الدين عاملاً مساعداً للصحة النفسية والجسدية بعد أن تجاهلوه وقلّلوا من قيمته في الماضي، وهذه نقطة تحوّل مهمة في علم النفس، بل إن علم النفس المعاصر يعتبر الدين عاملاً مهماً في إعادة الطمأنينة إلى النفس. ونحن نتكلم عن الضغوط النفسية

⁴⁸⁹ سورة الفجر: 27-30.

⁴⁹⁰ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 390/8.

الشديدة، أما الضُّغوط النَّفسية البسيطة فقد تكون مفيدة، ومطلوبة لأن قليلاً من الضُّغوط النَّفسية تجعل الشخص يقلق بصورة بسيطة فينعكس ذلك على الشخص بشكل إيجابي، لأنه سيدفعه إلى أن يُحسِّن من أداء أي عمل يقوم به.

والنَّفس المطمئنة: الساكنة الموقنة، أيقنت أن الله تعالى ربحها، فأخبتت لذلك، قاله مجاهد وغيره. وقال ابن عباس: أي المطمئنة بثواب الله والمؤمنة. وقال الحسن: المؤمنة الموقنة. وعن مجاهد أيضاً: هي الراضية بقضاء الله، التي علمت أن ما أخطأها لم يكن ليصيبها، وأن ما أصابها لم يكن ليخطئها.⁴⁹¹ وغاية علم التَّزكية هي الوصول بالنَّفس إلى هذه المرحلة من السعادة والطمأنينة في دار الدنيا قبل الآخرة.

المبحث الثالث: تعلُّقات النَّفس بالروح والقلب والعقل

لهذه الألفاظ مدلولات ومعاني نحتاج لتفصيلها لأنَّها موجودة في كيان الإنسان، والسؤال الذي يتبادر للذهن هل هي ألفاظ مترادفة أم متناقضة، أم أنَّها تشترك في بعض الجوانب دون بعض؟

خلق الله سبحانه وتعالى آدم (ع.س) من طين ثم نفخ فيه من روحه، قال تعالى:

﴿إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَكَةِ إِنِّي خَلَقْتُ بَشَرًا مِّنْ طِينٍ ﴿٧١﴾ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴿٧٢﴾﴾.⁴⁹² ففي هذه الآية إشارة إلى المكوِّنين الأوليِّين للإنسان وهما المادة والروح، وأوضحت أن هذين المكوِّنين داخلان في أصل تكوين الإنسان عند خلقه وإنشائه.

⁴⁹¹ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 20/ 57.

⁴⁹² سورة ص: 71-72.

"وتعتمد الشَّخصيَّة في سلامتها وسوائها على تكامل هذه المكونات واتساقها وبرز كل واحد منها، وقيامه بمهمته بالمقدار المناسب والكافي، والذي يحدد الكفاية هو (الشرع) أو يمكن أن نسميه (المعيار الشرعي) وهو الذي يساعد في تحديد الكيفيات والكميات التي يتحرك ضمنها كل مكوّن".⁴⁹³ وقد تقدم الحديث عن معنى النَّفس وأنواعها فلتتابع الحديث عن بقية المكونات.

المطلب الأول: الرُّوح لغةً واصطلاحاً

الرُّوح لغة: الرُّوح؛ النَّفس، والجمع الأرواح. قال أبو بكر بن الأنباري: الرُّوح والنَّفس واحد، غير أن الرُّوح مذكر والنَّفس مؤنثة عند العرب. قال الفراء: والرُّوح هو الذي يعيش به الإنسان، لم يخبر الله تعالى به أحدا من خلقه ولم يعط علمه العباد. وتأويل الرُّوح أنه ما به حياة النَّفس.⁴⁹⁴

قال ابن الأثير: وقد تكرر ذِكْرُ الرُّوح في القرآن والحديث، ووَرَدَتْ فِيهِ على مَعَانٍ، والغالبُ مِنْهَا أن المراد! بالروح الذي يقوم به الجسد وتكون به الحياة، وقد أُطلق على القرآن والوحي، وعلى (جبريل) والروح: (عيسى) (ع.س) والروح: (النَّفخ) سَمِّيَ رُوحاً لَأَنَّهُ رِيحٌ يَخْرُجُ مِنَ الرُّوح.⁴⁹⁵

الرُّوح اصطلاحاً:

قال الكرخي وجمهور المتكلمين بأن الرُّوح جسم لطيف يحيا به الإنسان بنفوذه فيه. وقال النووي في شرح مسلم إنه الأصح عند أصحابنا، وهو مشتبك بالبدن اشتباك الماء بالعود الأخضر. وقال كثير من العلماء إنها عَرَض، وهي الحياة التي صار البدن بوجودها حياً، وقال الفلاسفة وكثير من الصوفية إنها

⁴⁹³ النغيمشي، عبد العزيز، علم النفس الدعوي، دار المسلم للنشر والتوزيع، الرياض، ط: بلا، 1415هـ. ص324.

⁴⁹⁴ ابن منظور، لسان العرب، 2/462.

⁴⁹⁵ الزبيدي، تاج العروس، 6/409.

ليست بجسم ولا عرض، بل جوهر مجرد قائم بنفسه غير متحيز، متعلق بالبدن للتدبير والتحريك، غير داخل فيه ولا خارج عنه. ووافقهم على ذلك الغزالي والراغب.⁴⁹⁶

وقد ذهب بعض العلماء إلى أن الروح والنفس شيء واحد، واستدلوا بالحديث الذي رواه أبو هريرة (ر.ض) قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَمْ تَرَوْا الْإِنْسَانَ إِذَا مَاتَ شَخَصَ بَصَرُهُ؟" قَالُوا: بَلَى، قَالَ: "فَذَلِكَ حِينَ يَتَّبِعُ بَصَرُهُ نَفْسَهُ".⁴⁹⁷

قال النووي: "المراد بالنفس هنا الروح قال القاضي:⁴⁹⁸ وفيه أن الموت ليس بإفناء وإعدام وإنما هو انتقال وتغير حال وإعدام الجسد دون الروح إلا ما استثنى من عجب الذنب. قال وفيه حجة لمن يقول الروح والنفس بمعنى".⁴⁹⁹

ونقل العيني أقوال العلماء فقال: قَالَ الْأَشْعَرِيُّ: هُوَ النَّفْسُ الدَّاخِلُ مِنَ الْخَارِجِ، وَقِيلَ: هُوَ جِسْمٌ لَطِيفٌ يُشَارِكُ الْأَجْسَامَ الظَّاهِرَةَ وَالْأَعْضَاءَ الظَّاهِرَةَ، وَقَالَ بَعْضُهُمْ: لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا اللَّهُ تَعَالَى، وَقَالَ الْجُمْهُورُ: هِيَ مَعْلُومَةٌ، وَقِيلَ: هِيَ الدَّمُ، وَقِيلَ: هِيَ نُورٌ مِنْ نُورِ اللَّهِ وَحَيَاةٌ مِنْ حَيَاتِهِ، وَقِيلَ: هِيَ أَمْرٌ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ، أَخْفَى حَقِيقَتَهَا وَعَلِمَهَا عَنِ الْخَلْقِ. وَقِيلَ: هِيَ رُوحَانِيَّةٌ خَلَقَتْ مِنَ الْمَلَكُوتِ فَإِذَا صَفَتْ رَجَعَتْ إِلَى الْمَلَكُوتِ، وَقِيلَ: الرُّوحُ نُورِيَّةٌ وَرُوحَانِيَّةٌ وَمَلَكُوتِيَّةٌ إِذَا كَانَتْ صَافِيَّةً، وَقِيلَ: الرُّوحُ لَاهُوتِيَّةٌ، وَالنَّفْسُ أَرْضِيَّةٌ طِينِيَّةٌ نَارِيَّةٌ، وَقَالَتْ عَامَّةُ الْمُعْتَزَلَةِ: إِنَّهَا عَرَضٌ، وَأَغْرَبَ ابْنُ الرَّائِدِيِّ، فَقَالَ: إِنَّهَا جِسْمٌ

⁴⁹⁶ القنوجي، أبو الطيب محمد صديق خان بن حسن بن علي ابن لطف الله الحسيني البخاري القنوجي (المتوفى: 1307هـ) فتح البيان في مقاصد القرآن، عني بطبعه وقدم له وراجعته: خادِمُ الْعِلْمِ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ إِبْرَاهِيمَ الْأَنْصَارِيِّ، الْمَكْتَبَةُ الْعَصْرِيَّةُ لِلطَّبَاعَةِ وَالتَّشْرِ، صَبْدَا - بَيْرُوت، ط: بلا، 1412 هـ - 1992 م، عدد الأجزاء: 15. 66/12-67.

⁴⁹⁷ مسلم، المسند الصحيح، 11 كتاب الجنائز، بَابُ فِي شُحُوصِ بَصَرِ الْمَيِّتِ يَتَّبِعُ نَفْسَهُ، 2/635/ح921.

⁴⁹⁸ القاضي عياض، إكمال المعلم بفوائد مسلم، 3/361.

⁴⁹⁹ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 6/224.

لطيف يسكن البدن، وَقَالَ الْوَاقِدِيُّ: المختار أنه جسم لطيف تُوجد به الحياة، وقيل: الأرواح على صور الخلق لها أيد وأرجل وسمع وبصر.⁵⁰⁰

وقال ابن تيمية: "والروح المدبرة للبدن التي تفارقه بالموت هي الروح المنفوخة فيه وهي النفس التي تفارقه بالموت".⁵⁰¹

واستدل لقوله بحديث أبي هريرة، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) حِينَ قُتِلَ مِنْ عَزْوَةِ حَبَرٍ، سَارَ لَيْلَهُ حَتَّى إِذَا أَذْرَكَهُ الْكَرَى عَرَسَ، وَقَالَ لِبَلَالٍ: "اَكْلًا لَنَا اللَّيْلَ"، فَصَلَّى بِلَالٌ مَا قُدِّرَ لَهُ، وَنَامَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) وَأَصْحَابُهُ، فَلَمَّا تَقَارَبَ الْفَجْرُ اسْتَنَدَ بِلَالٌ إِلَى رَاحِلَتِهِ مُوَاجِهَ الْفَجْرِ، فَعَلَبَتْ بِلَالًا عَيْنَاهُ وَهُوَ مُسْتَنِدٌّ إِلَى رَاحِلَتِهِ، فَلَمْ يَسْتَيْقِظْ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) وَلَا بِلَالٌ، وَلَا أَحَدٌ مِنْ أَصْحَابِهِ حَتَّى ضَرَبَتْهُمْ الشَّمْسُ، فَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) أَوْهُمْ اسْتِيقَظًا، فَفَزِعَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) فَقَالَ: "أَيُّ بِلَالٍ" فَقَالَ بِلَالٌ: أَخَذَ بِنَفْسِي الَّذِي أَخَذَ -بِأَيِّ أَنْتَ وَأُمِّي يَا رَسُولَ اللَّهِ- بِنَفْسِكَ...".⁵⁰² وقال تعالى: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٥٢﴾﴾.⁵⁰³ قال ابن عباس وأكثر المفسرين: يقبضها قبضين: قبض الموت وقبض النوم ثم في النوم يقبض التي تموت ويرسل الأخرى التي لم تمت إلى أجل مسمى حتى يأتي أجلها.⁵⁰⁴

⁵⁰⁰ العيني، عمدة القاري شرح صحيح البخاري، 33/19.

⁵⁰¹ ابن تيمية، مجموع الفتاوى، 289/9.

⁵⁰² مسلم، المسند الصحيح، كتاب المساجد، باب: قَضَاءُ الصَّلَاةِ الْفَائِتَةِ...، 1/471/ح680.

⁵⁰³ سورة الزمر: ٤٢.

⁵⁰⁴ ابن تيمية، مجموع الفتاوى، 289/9.

وقد ثبت عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ فَلْيَنْقُضْ فِرَاشَهُ بِدَاخِلَةِ إِزَارِهِ، فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي مَا خَلَفَهُ عَلَيْهِ، ثُمَّ يَقُولُ: بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ، إِنْ أَمْسَكَتْ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ".⁵⁰⁵ وثبت أيضا عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ النَّبِيِّ (ص.س) أَنَّهُ قَالَ: "إِنَّ الْمَيِّتَ تَحْضُرُهُ الْمَلَائِكَةُ، فَإِذَا كَانَ الرَّجُلُ الصَّالِحُ، قَالُوا: اخْرِجِي أَيْتُهَا النَّفْسُ الطَّيِّبَةُ، كَانَتْ فِي الْجَسَدِ الطَّيِّبِ، اخْرِجِي حَمِيدَةً، وَأُبَشِّرِي بِرُوحٍ، وَرَيْحَانٍ، وَرَبِّ غَيْرِ غَضْبَانَ... الحديث".⁵⁰⁶ فهذه الأدلة تُثبت أن الرُّوح والنَّفْس بمعنى واحد.

قال ابن القيم: "الفرق بين النَّفْس والرُّوح فرق بالصفات لا فرق بالذَّات".⁵⁰⁷

وزهدت فرقة من أهل الحديث والفقه والتصوف إلى أَنَّ الرُّوح غير النَّفْس، وَقَالَ مقاتل بن سُلَيْمَانَ إنَّ لِلْإِنْسَانِ حَيَاةً وَرُوحًا وَنَفْسًا، فَإِذَا نَامَ خَرَجَتْ نَفْسُهُ الَّتِي يَعْقِلُ بِهَا الْأَشْيَاءَ وَلَمْ تَفَارِقِ الْجَسَدَ بَلْ تَخْرُجُ كَحَبْلِ مَمْتَدٍ لَهُ شُعَاعٌ فَيَرَى الرُّؤْيَا بِالنَّفْسِ الَّتِي خَرَجَتْ مِنْهُ وَتَبْقَى الْحَيَاةُ وَالرُّوحُ فِي الْجَسَدِ، يَتَقَلَّبُ وَيَتَنَفَسُ وَهُوَ نَائِمٌ فَإِذَا تَحَرَّكَ رَجَعَتْ إِلَيْهِ أَسْرَعَ مِنْ طَرَفَةِ عَيْنٍ، فَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ أَنْ يَمِيتَهُ فِي الْمَنَامِ أَمْسَكَ تِلْكَ النَّفْسَ الَّتِي خَرَجَتْ.⁵⁰⁸

⁵⁰⁵ البخاري، **الجامع الصحيح**، كتاب الدعوات، بَابُ التَّعَوُّذِ وَالْقِرَاءَةِ عِنْدَ الْمَنَامِ، 8/70/ح6320.

مسلم، **المسند الصحيح**، كتاب الذكر والدعاء، بَابُ مَا يَقُولُ عِنْدَ النَّوْمِ وَأَخَذِ الْمَضْجَعِ، 4/2084/ح2714.

⁵⁰⁶ أحمد، **المسند**، 14/377/ح8769.

ابن ماجه، **سنن ابن ماجه**، كتاب الزهد، بَابُ ذِكْرِ الْمَوْتِ وَالِاسْتِغْدَادِ لَهُ، 2/1423/ح4262.

وقال عنه البوصيري، أبو العباس شهاب الدين أحمد بن أبي بكر بن إسماعيل بن سليم بن قايماز بن عثمان البوصيري الكنايني الشافعي (المتوفى: 840هـ) **مصباح الزجاجة في زوائد ابن ماجه**، تح: مُجَدِّدُ الْمُنْتَقَى الكشناوي، دار العربية - بيروت، ط: 2، 1403 هـ، عدد الأجزاء: 4. 4/250: هَذَا إِسْنَادٌ صَحِيحٌ رَجَالُهُ ثِقَات. 4/250: هَذَا إِسْنَادٌ صَحِيحٌ رَجَالُهُ ثِقَات.

⁵⁰⁷ ابن القيم، مُجَدِّدُ بَنِي بَكْرٍ أَبُو بَكْرٍ بَنِي سَعْدِ شَمْسِ الدِّينِ ابْنِ قَيْمٍ الْجَوْزِيَّةِ (المتوفى: 751هـ) **الروح في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسنة**، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1.

ص218.

⁵⁰⁸ المرجع السابق، 218.

وهناك قول بأن الروح غير النفس والنفس غير الروح وقوام النفس بالروح وأن النفس صورة العبد، والهوى والشهوة والبلاء معجون في النفس، ولا عدو أعدى لابن آدم من نفسه فالنفس لا تريد إلا الدنيا ولا تحب إلا إياها والروح تدعو إلى الآخرة وتؤثرها، كما أن الهوى تبعاً للنفس، والشيطان تبع النفس والهوى، والمملك مع العقل والروح والله تعالى يدمها بإلهامه وتوفيقه.⁵⁰⁹ وبهذا القول يتبين لنا أن هناك ارتباط وثيق بين النفس والروح، وأن النفس مكنم الغرائز والشهوات فهي تدعو للدنيا، وأن وجودها مرتبط بوجود الروح.

جاء في الحديث عن عبد الله، قال: كُنْتُ أَمْشِي مَعَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) فِي حَرْثٍ بِالْمَدِينَةِ وَهُوَ مُتَكِيٌّ عَلَى عَسِيبٍ، فَمَرَّ بِقَوْمٍ مِنَ الْيَهُودِ، فَقَالَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ: سَلُّوهُ عَنِ الرُّوحِ، وَقَالَ بَعْضُهُمْ: لَا تَسْأَلُوهُ عَنِ الرُّوحِ، فَسَأَلُوهُ، فَقَامَ مُتَوَكِّئًا عَلَى الْعَسِيبِ وَأَنَا خَلْفُهُ فَظَنَنْتُ أَنَّهُ يُوحَى إِلَيْهِ، فَقَالَ: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾⁵¹⁰ فَقَالَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ: قَدْ قُلْنَا لَكُمْ لَا تَسْأَلُوهُ.⁵¹¹ وعبر ابن العربي عند حديثه عن هذه الآية بأن الروح خلق من خلق الله تعالى جعلها الله في الأجسام، فأحيّاها به، وبني عليها الصفات الشريفة، والأخلاق الكريمة، فإذا أراد العبد إنكارها لم يقدر لظهور آثارها، وإذا أراد معرفتها وهي بين جنبه لم يستطع، لأنه قصر عنها.⁵¹²

وذهب القرطبي في تفسير الآية إلى أن خلق الروح أمر عظيم وشأن كبير من أمر الله تعالى، مبهما له وتاركا تفصيله، وذلك ليعرف الإنسان على القطع عجزه عن علم حقيقة نفسه مع العلم بوجودها. وإذا

⁵⁰⁹ المرجع السابق 219.

⁵¹⁰ سورة الإسراء: 85.

⁵¹¹ البخاري، الجامع الصحيح، 97 كتاب التوحيد، باب قوله تعالى: {وَلَقَدْ سَبَقَتْ كَلِمَتُنَا لِعِبَادِنَا الْمُرْسَلِينَ}، 9/135/7456.

مسلم، المسند الصحيح، 5 كتاب صفة القيامة والجنة والنار، 4 باب سؤال اليهود النبي (ص.س) عن الروح، 4/2152/2794.

⁵¹² ابن العربي، أحكام القرآن الكريم، 215/3.

كان الإنسان في معرفة نفسه عاجز، فبعجزه عن إدراك حقيقة الحق سبحانه أولى. وحكمة ذلك تعجيز العقل عن إدراك معرفة مخلوق مجاور له، دلالة على أنه عن إدراك خالقه أعجز.⁵¹³

ويعرفها مقدار يالجن بأنها: "جوهر بسيط لطيف حي بذاته يختلف عن ماهية الجسم لأنها من العالم الإلهي متخلق على صورة الجسم الإنساني مرتبط بالجسم كله ارتباطاً وثيقاً ويسري فيه سريان النور في الزجاجة، وهي التي تدير الجسم وتضفي عليه صفاته الذاتية من الإدراك والتعقل والشعور بالتسامي والمسؤولية الوجدانية والإحساسات الأدبية والجمالية".⁵¹⁴

وقال السيد محمد قطب: "إنها مجهولة في كنهها، مبهمة غامضة، محجوبة عن الإدراك، ولكن نتائجها ليست مجهولة ولا محجوبة عن الإدراك".⁵¹⁵

ويقول الباحث: الحديث عن الرُّوح لمعرفة حقيقتها أمر غيبي وجانب خفي عن مداركنا الحسية، قد أخفاه الله تعالى عن العباد وخص به نفسه ولا قدرة للعقل البشري المحدود على الإحاطة بها، والخوض في معرفتها من فضول الأعمال ولغو الكلام، وقد بين القرآن الكريم بأن البحث عن حقيقة الرُّوح ليس من شأن الإنسان، فمهما بذل من جهده فهو جهد ضائع، فليس من سبيل للعلم إلا أن يتتبع الظواهر السلوكية التي تدل على وجودها في نفس الإنسان.

المطلب الثاني: القلب وأنواعه

القلب هو ذلك المحرك الأساسي للجوارح والأبدان، به تستقيم أعمال المرء أوتفسد، ومنه الإيمان

يُشعُّ ليسري نوره بسائر الرُّوح والبدن.

⁵¹³ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 324/10.

⁵¹⁴ يالجن، مقدار، فلسفة الحياة الروحية، ط2، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1418هـ. ص37.

⁵¹⁵ قطب، محمد، منهج التربية الإسلامية، دار الشروق، بيروت، القاهرة، ط6، 1402هـ. 39/1.

ولفظ القلب يطلق لمعنيين:

أحدهما اللحم الصنوبري الشكل المودع في الجانب الأيسر من الصدر وهو لحم مخصوص وبه يتعلق غرض الأطباء ولا تتعلق به الأغراض الدينية، وهو موجود للبهائم وللميت، إذاً هو من عالم الملك والشهادة إذ تدركه البهائم بحاسة البصر فضلاً عن الآدميين.

والمعنى الثاني هو لطيفة ربانية روحانية لها بهذا القلب الصنوبري تعلق، وتلك اللطيفة هي حقيقة الإنسان وهو محل الإرادة والمعرفة من الإنسان، وهو المخاطب والمعاقب والمعاتب والمطالب، وعندما يتحدث علماء التزكية عن القلب يريدون به هذه اللطيفة.⁵¹⁶

ولدى النظر في الكتاب والسنة نجد أن القلب قد ورد في مواضع كثير بدلالات متعددة ولكنها مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالنفس الإنسانية، فهو يُمثل دائرة من دوائر النفس الإنسانية.

ومن خصائص القلب:

1- القلب هو موضع استقرار الإيمان، قال الله تعالى: ﴿قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَأَمَّنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ﴾.⁵¹⁷ وورد الدعاء في الآية: ﴿رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ﴾.⁵¹⁸ وفي الحديث عَنْ أُسَامَةَ بْنِ زَيْدٍ قَالَ: بَعَثَنَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) فِي سَرِيَّةٍ، فَصَبَّحْنَا الْحُرَقَاتِ مِنْ جُھَيْنَةَ، فَأَذْرَكْتُ رَجُلًا فَقَالَ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، فَطَعْنَتْهُ فَوَقَعَ فِي نَفْسِي مِنْ ذَلِكَ، فَذَكَرْتُهُ لِلنَّبِيِّ (ص.س) فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "أَقَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَقَتَلْتَهُ؟" قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّمَا فَالَهَا خَوْفًا مِنَ السِّلَاحِ، قَالَ: "أَفَلَا شَقَقْتَ عَنْ قَلْبِهِ حَتَّى

⁵¹⁶ الغزالي، إحياء علوم الدين، 3/3.

⁵¹⁷ سورة الحجرات: 14.

⁵¹⁸ سورة آل عمران: 8.

تَعْلَمَ أَقَالَهَا أَمْ لَا؟" فَمَا زَالَ يُكَرِّرُهَا عَلَيَّ حَتَّى تَمَنَيْتُ أَنِّي أَسْلَمْتُ يَوْمَئِذٍ.⁵¹⁹ فتبين بذلك أن القلب هو مقرُّ العقيدة.

2- القلب موضع الفهم والتدبر، قال تعالى: ﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ﴾.⁵²⁰

وقال تعالى: ﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾.⁵²¹

وقال تعالى: ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾.⁵²² فالمعاصي عندما تكثر على القلب تغطيه وتحجبه عن قبول الحكمة والموعظة، كما قال (ص.س): "تُعْرَضُ الْفِتْنُ عَلَى الْقُلُوبِ كَالْحَصِيرِ عُوْدًا عُوْدًا، فَأَيُّ قَلْبٍ أَشْرَبَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ، وَأَيُّ قَلْبٍ أَنْكَرَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ بَيْضَاءٌ، حَتَّى تَصِيرَ عَلَى قَلْبَيْنِ، عَلَى أَبْيَضَ مِثْلِ الصَّبَا فَلَا تَضُرُّهُ فِتْنَةٌ مَا دَامَتِ السَّمَاءُ وَالْأَرْضُ، وَالْآخِرُ أَسْوَدُ مُرْبَادًا كَالْكُوزِ، مُجْحِيًّا لَا يَعْرِفُ مَعْرُوفًا، وَلَا يُنْكِرُ مُنْكَرًا، إِلَّا مَا أَشْرَبَ مِنْ هَوَاهُ".⁵²³ فشبه القلب بالكوز مجخيا، أي منكوسا، حتى لا يعلق به خير ولا حكمة فلا يعرف معروفا ولا ينكر منكرا.⁵²⁴

3- القلب محل العواطف، فالحبة والبغضاء، والسعادة والحزن، والرحمة والقسوة... وغير ذلك من المشاعر والانفعالات محلها القلب.

⁵¹⁹ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، بابُ تَحْرِيمِ قَتْلِ الْكَافِرِ بَعْدَ أَنْ قَالَ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، 96/1 ح.

⁵²⁰ سورة ق: ٣٧.

⁵²¹ سورة الأعراف: 179.

⁵²² سورة المطففين: 14.

⁵²³ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، بابُ بَيَانِ أَنَّ الْإِسْلَامَ بَدَأَ غَرِيبًا وَسَيَعُودُ غَرِيبًا...، 128/1 ح.

⁵²⁴ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 173/3.

قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً﴾.⁵²⁵ وقال تعالى: ﴿ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً﴾.⁵²⁶

وعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "أَتَاكُمْ أَهْلُ الْيَمَنِ، هُمْ أَلْيُنُ قُلُوبًا وَأَرْقُ أَفْئِدَةً".⁵²⁷ ويأتي الإسلام ليرسم لنا منهاجاً متكاملًا للتوفيق بين القلب والجسد، بحيث يعطي كلا منهما حقه، حتى لا تطغى الشهوات على القلب فينشأ فيه المرض.

وقد وردَ في كتاب الله تعالى ذكرٌ لبضعةٍ وعشرين وصفاً للأمراض المعنوية التي تصيب القلوب بسبب طغيات الشهوات وهي: النفاق والارتباب والرين والزيف والصرف والضيق والخرج والختم والإفقال والإشراب والرعب والقساوة والنفور والإشمئزاز والإنكار والشكوك والإبعاد والتأبي والبغضاء والغفلة والغمرة واللهو والإصرار وعدم التطهير.⁵²⁸

فالقلب يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أصناف، قلب سليم، وقلب ميت، وقلب مريض.

1- القلب السليم

هو القلب الذي تعمّر بطاعة الله تعالى ورسوله، فكان لنور الطاعة أثر في ردّ ظلمة الشهوات والشبهات، هذا القلب هو الذي ينجو بصاحبه يوم القيامة كما قال تعالى: ﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ﴾⁵²⁹ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴿٨٩﴾.

⁵²⁵ سورة الحديد: 27.

⁵²⁶ سورة البقرة: ٧٤.

⁵²⁷ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب تَفَاضُلِ أَهْلِ الْإِيمَانِ فِيهِ، وَرُجْحَانِ أَهْلِ الْيَمَنِ فِيهِ، 52/73/1.

⁵²⁸ الدوسري، عبد الرحمن، النفاق آثاره ومفاهيمه، مكتبة الرشد ناشرون، السعودية، الرياض، ط: 2، 1404هـ. ص 15.

⁵²⁹ سورة الشعراء: 89-88.

فَهَذَا هُوَ السَّلِيمُ مِنَ الْآفَاتِ الَّتِي تَعْتَرِي الْقُلُوبَ الْمَرِيضَةَ مِنْ مَرَضِ الشُّبْهَةِ الَّتِي تَوْجِبُ اتِّبَاعَ
الظَّنِّ وَمَرَضِ الشَّهْوَةِ الَّتِي تَوْجِبُ اتِّبَاعَ مَا تَهْوَى الْأَنْفُسُ فَالْقَلْبُ السَّلِيمُ الَّذِي سَلِمَ مِنْ هَذَا وَذَاكَ.⁵³⁰

2- القلب الميت

وهو قلب الكافر والمنافق الخالي من الإيمان بالله تعالى وتوحيده، وقد تكرر وصفه بالقرآن
بأوصاف عديدة منها الرِّانَ قال تعالى: ﴿كَأَنَّ بِلَّ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾.⁵³¹ ومنها
الغُلف قال تعالى: ﴿وَقَالُوا قُلُوبُنَا غُلْفٌ بَلْ لَعَنَهُمُ اللَّهُ بِكُفْرِهِمْ فَقَلِيلًا مَّا يُؤْمِنُونَ﴾.⁵³² ومنها
أَكْتَنَ، قال تعالى: ﴿وَقَالُوا قُلُوبُنَا فِي أَكْتَةٍ مِمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ وَفِي آذَانِنَا وَقْرٌ وَمِنْ بَيْنِنَا وَبَيْنَكَ حِجَابٌ
فَأَعْمَلْ إِنَّا نَحْمِلُونَ﴾.⁵³³ ومنها الطبع، قال تعالى: ﴿فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ وَكَفْرِهِمْ بِآيَاتِ اللَّهِ
وَقَتْلِهِمُ الْأَنْبِيَاءَ بَغَيْرِ حَقٍّ وَقَوْلِهِمْ قُلُوبُنَا غُلْفٌ بَلْ طَبَعَ اللَّهُ عَلَيْهَا بِكُفْرِهِمْ فَلَا يُؤْمِنُونَ إِلَّا قَلِيلًا﴾.⁵³⁴
وهذا القلب لاحياة ولا نفع فيه لأنه قلب أعمى غارق في الكفر وبحر الشهوات. وإنما سمي ميتاً بسبب
كفره، فالكفر هو من أعظم الذنوب.

3- القلب المريض

هو القلب الذي فيه أصل التوحيد لله سبحانه وبذرة الإيمان ولكن تغلبت عليه أمراض الشهوات
والشبهات، فينجر وراءها مستجيباً لدواعيها حتى استحكمت فيه، فأصبح أثر الإيمان فيه ضعيف
لا يكاد يردعه عن اقتراف المعصية، وتغلبت جنود النفس على القلب فأصبح معتلاً فاسداً، كما ذكر ابن

⁵³⁰ ابن القيم، الروح، ص 244.

⁵³¹ سورة المطففين: 14.

⁵³² سورة البقرة: 88.

⁵³³ سورة فصلت: 5.

⁵³⁴ سورة النساء: 155.

الْقِيَمِ فِي تَعْرِيفِهِ لِلْقَلْبِ الْمَرِيضِ بِأَنْ فِيهِ حَيَاةٌ وَبِهِ عِلَّةٌ، فَلَهُ مَادَتَانِ، تُمَدُّهُ هَذِهِ مَرَّةً وَهَذِهِ أُخْرَى، فِيهِ مِنْ مَحَبَةِ اللَّهِ تَعَالَى وَالْإِيمَانِ بِهِ وَالْإِخْلَاصِ لَهُ وَالتَّوَكُّلِ عَلَيْهِ وَهَذَا هُوَ مَادَّةُ حَيَاتِهِ، وَفِيهِ مِنْ مَحَبَةِ الشَّهَوَاتِ وَالتَّعَلُّقِ بِهَا، وَإِثَارِهَا، وَالْحِرْصِ عَلَى تَحْصِيلِهَا، وَذَلِكَ كَالْحَسَدِ، وَالْكِبْرِ، وَالْعُجْبِ، وَحُبِّ الْعُلُقِ فِي الْأَرْضِ بِالرِّيَاسَةِ: وَهَذِهِ هِيَ مَادَّةُ هَلَاكِهِ وَعَطْيِهِ، وَهُوَ مُتَخَيَّرٌ بَيْنَ دَاعِيَيْنِ: دَاعٍ يَدْعُوهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالدَّارِ الْآخِرَةِ، وَدَاعٍ يَدْعُوهُ إِلَى الشَّهَوَاتِ الْعَاجِلَةِ، وَهُوَ إِنَّمَا يَجِبُ أَقْرَبُهُمَا مِنْهُ بَابًا، وَأَدْنَاهُمَا إِلَيْهِ جَوَازًا.⁵³⁵

فَقَدْ يَكُونُ هَذَا الْقَلْبُ الْمَرِيضُ فِي حَالَةِ تَقَلُّبٍ، فِيهِ نِدَائَيْنِ وَقَوَتَيْنِ مُتَدَافِعَتَيْنِ يَسْتَجِيبُ لِنِدَاءِ الْإِيمَانِ وَدَافِعِ الْفِطْرَةِ تَارَةً، وَلِنِدَاءِ الشَّهَوَاتِ تَارَةً أُخْرَى، فَهُوَ فِي صِرَاعٍ وَحَرْبٍ مُسْتَعْرَةٍ يَمِيلُ لِلْإِيمَانِ إِذَا قَوِيَتْ دَوَاعِيهِ فِي قَلْبِهِ كَمَا وَاسَمِ الطَّاعَةِ أَوْ عِنْدَ الْمَوْعِظَةِ، فَيَسْتَجِيبُ لِلَّهِ وَلِرَسُولِهِ (ص.س) وَإِذَا غَفَلَ وَخَالَطَ الْفُسْقَةَ وَابْتَعَدَ عَنْ مَوَاطِنِ الذِّكْرِ تَرَدَّى فِي أَوْحَالِ الشَّهَوَاتِ، وَهَذَا الْوَضْعُ يَصَوِّرُهُ قَوْلُ اللَّهِ سُبْحَانَهُ: ﴿وَاللَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مِيلًا عَظِيمًا﴾⁵³⁶. وَقَوْلُهُ: ﴿وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَأَبْصَرَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَنَذَرُهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ﴾⁵³⁷.

وَجَاءَ فِي الْحَدِيثِ عِنْدَ الْإِمَامِ أَحْمَدَ عَنِ الْمُقَدِّدِ بْنِ الْأَسْوَدِ: لَا أَقُولُ فِي رَجُلٍ خَيْرًا وَلَا شَرًّا حَتَّى أَنْظُرَ مَا يُحْتَمُّ لَهُ، يَعْنِي بَعْدَ شَيْءٍ سَمِعْتُهُ مِنَ النَّبِيِّ (ص.س) قِيلَ: وَمَا سَمِعْتَ؟ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "الْقَلْبُ ابْنُ آدَمَ أَشَدُّ انْقِلَابًا مِنَ الْقَدَرِ إِذَا اجْتَمَعَتْ عَلَيْهِ".⁵³⁸ وَعَنْ سَالِمٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: كَثِيرًا مِمَّا كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) يَخْلِفُ: "لَا وَمُقَلِّبِ الْقُلُوبِ".⁵³⁹

⁵³⁵ ابن القيم، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، 13/1.

⁵³⁶ سورة النساء: 27.

⁵³⁷ سورة الأنعام: 110.

⁵³⁸ أحمد، المسند، 239/39 ح/23817. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: حديث حسن.

الطبراني، المعجم الكبير، 20/253 ح/599.

وفي الحديث: "تُعَرِّضُ الْفِتْنُ عَلَى الْقُلُوبِ كَالْخَصِيرِ عُوْدًا عُوْدًا، فَأَيُّ قَلْبٍ أُشْرِبَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ، وَأَيُّ قَلْبٍ أُنْكَرَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ بَيْضَاءٌ، حَتَّى تَصِيرَ عَلَى قَلْبَيْنِ، عَلَى أَبْيَضَ مِثْلِ الصَّفَا فَلَا تَضُرُّهُ فِتْنَةٌ مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ، وَالْآخِرُ أَسْوَدُ مُرْبَادًا كَالْكُوزِ، مُجْحِيًّا لَا يَعْرِفُ مَعْرُوفًا، وَلَا يُنْكِرُ مُنْكَرًا، إِلَّا مَا أُشْرِبَ مِنْ هَوَاهُ".⁵⁴⁰

وهذا النوع من القلوب المريضة ينتقل أثر مرضها إلى نفس الإنسان لأن القلب هو جزء من نفسه كما تقدم، لذلك عندما نتكلم عن مرض القلوب فإنما نتكلم عن مرض النفوس بشكل عام.

فالقلب المريض طغى فيه حب الدنيا وشهواتها على حب الله وطاعته، وهذا الطغيان يختلف من شخص لآخر فكلما استحكمت الشَّهَوَاتُ على القلب زاد مرضه حتى تطمس عليه والعياذ بالله تعالى.

المطلب الثالث: العقل

أكرم الله تعالى الإنسان بالعقل وميزه به عن غيره من المخلوقات، ليَمَكِّنَه من تحمل التبعات والمسئوليات والتصرف في الأعمال. ولقد حثَّ القرآنُ الإنسانَ على إعمال العقل، ودعاه إلى نبذ الجمود والتقليد، وبيَّن أنَّ من أغفل نعمة العقل فإنه ينزل إلى مرتبة دون مرتبة الحيوان فقال سبحانه: ﴿إِنَّ شَرَّ

الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ﴾.⁵⁴¹

الحاكم، *المستدرک علی الصحیحین*، 317/2 ح/3142. وقال الهيثمي، *مجمع الزوائد*، 211/7: رَوَاهُ الطَّبْرَانِيُّ بِإِسْنَادٍ، وَرَجُلٌ أَحَدُهَا ثِقَاتٌ.

⁵³⁹ البخاري، *المجامع الصحيح*، 82 كتاب القدر، باب {يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ} [الأنفال: 24]، 162/8 ح/6617.

⁵⁴⁰ مسلم، *المسند الصحيح*، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ أَنَّ الْإِسْلَامَ بَدَأَ غَرِيْبًا وَسَيَعُوْدُ غَرِيْبًا...، 128/1 ح/144.

⁵⁴¹ سورة الأنفال: 22.

وأكد على أن تعطيل العقل يفضي بصاحبه إلى النار فقال سبحانه: ﴿وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ

نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ ۝﴾.⁵⁴²

وقد مدح النبي (ص.س) العقل وأهله فقال فيما أخرجه الإمام مسلم عن أبي مسعود: قَالَ: كَانَ

رسول الله (ص.س) يمسح مناكبنا في الصَّلَاةِ وَيَقُولُ: "اسْتَوْوَا وَلَا تَخْتَلِفُوا. فَتَخْتَلِفَ قُلُوبُكُمْ. لِيَلِيَّ مِنْكُمْ

أُولُو الْأَحْلَامِ وَالنُّهَى. ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ. ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ" قَالَ أَبُو مسعود: فَأنتم اليوم أشد اختلافًا.⁵⁴³

وأولو الأحلام والنهى هم العقلاء.

والمتبع لما ورد في القرآن الكريم يجد أن الآيات تصنف العقل كقوة مدركة في الإنسان، فالعقل

هو مناط التكليف، وهو الذي يوجه الضمير عند الإنسان ليتبع الطريق المستقيم الذي لا اعوجاج فيه،

وينحاد عن طريق الانحراف والضلال.

يقول الإمام الماوردي: "اعْلَمْ أَنَّ لِكُلِّ فَضِيلَةٍ أَسًا وَلِكُلِّ أَدَبٍ يَنْبُوعًا، وَأَسُّ الْفَضَائِلِ وَيَنْبُوعُ

الْأَدَابِ هُوَ الْعَقْلُ الَّذِي جَعَلَهُ اللَّهُ تَعَالَى لِلدِّينِ أَصْلًا وَلِلدُّنْيَا عِمَادًا، فَأَوْجَبَ الدِّينَ بِكَمَالِهِ وَجَعَلَ الدُّنْيَا

مُدَبَّرَةً بِأَحْكَامِهِ، وَأَلَّفَ بِهِ بَيْنَ خَلْقِهِ مَعَ اخْتِلَافِ هِمَمِهِمْ وَمَآرِبِهِمْ، وَتَبَايُنِ أَغْرَاضِهِمْ وَمَقَاصِدِهِمْ، وَجَعَلَ مَا

تَعَبَّدَهُمْ بِهِ قِسْمَيْنِ: قِسْمًا وَجَبَ بِالْعَقْلِ فَوَكَّدَهُ الشَّرْعُ، وَقِسْمًا جَازَ فِي الْعَقْلِ فَأَوْجَبَهُ الشَّرْعُ فَكَانَ الْعَقْلُ

هُمَا عِمَادًا".⁵⁴⁴

وينقسم العقل إلى قسمين: غريزي ومكتسب.

⁵⁴² سورة الملك: 10.

⁵⁴³ مسلم، المسند الصحيح، 4 كتاب الصلاة، باب تَسْوِيَةِ الصُّنُوفِ وَإِقَامَتِهَا...، 1/323 ح 432.

⁵⁴⁴ الماوردي، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (المتوفى: 450هـ) أدب الدنيا والدين، دار مكتبة الحياة، ط: بلا، 1986م، عدد الأجزاء: 1. ص 17.

فالعقل الغريزي هو العقل الحقيقي، وله حد يتعلق به مناط التكليف، ولا يجاوزه إلى زيادة ولا يقصر عنه إلى نقصان. وبه يمتاز الإنسان عن سائر الحيوان، فإذا تم في الإنسان سُبي به عقلا.

واختلفوا في محله. فقالت طائفة منهم محله الدماغ؛ لأن الدماغ محل الحس. وقالت طائفة أخرى محله القلب؛ لأن القلب معدن الحياة ومادة الحواس.

وأما العقل المكتسب، فهو نتيجة العقل الغريزي وهو نهاية المعرفة، وصحة السياسة، وإصابة الفكرة. وليس لهذا العقل حد؛ لأنه ينمو إن استعمل وينقص إن أهمل.⁵⁴⁵

قال ابن القيم: وألعل عقلا عقل غريزة وهو أب العلم ومربيّه ومثمره. وعقل مكتسب مُستفاد، وهو ولد العلم وثمرته ونتيجته، فإذا اجتمع في العبد فذلك فضل الله يؤتيه من يشاء، واستقام له أمره واقبلت عليه جيوش السعادة من كل جانب وإذا فقد أحدهما فالحيوان البهيم أحسن حالا منه وإذا انقرد انتقص الرجل بنقصان أحدهما".⁵⁴⁶

المطلب الرابع: العلاقة بين تركية النفس والتفكير الإيجابي

يكثُر ورود القلب والنفس في الكتاب والسنة، وقد بينا فيما مضى معاني هذين اللفظين والعلاقة بينهما، وملخص ماوصلنا إليه أن القلب يمثل دائرة من دوائر النفس الإنسانية، فنفس الإنسان لها جانبان جانب روحي معنوي وموضعه القلب، وجانب مادي حسي تمثله الأعضاء وما تحتاجه من غرائز وشهوات جُبل عليها الإنسان.

⁵⁴⁵ المصدر السابق، ص 19-20.

⁵⁴⁶ ابن القيم، مُجد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ) مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2. 117/1.

فالقلب إذاً هو دائرة ضمن دائرة النفس البشرية، تستقر فيه العواطف والمشاعر، كما أنه محل الاعتبار والإيمان. ونحن عندما نتكلم عن تركية النفس نتكلم عن كلا الجانبين للنفس الإنسانية، الجانب الروحي المتعلق بدافع التدئين، وجانب الغرائز والشهوات المتعلقة بالجسد، ولا يمكن فصل أحدهما عن الآخر لأن الإنسان يتكون منهما معاً. ويأتي العقل ليفكر وليوفق بين كلا الجانبين، فيشبع القلب والروح بالإيمان، كما يشبع حاجات البدن، ويعطي لكل ذي حق حقه.

والإنسان يفكر ليجلب لنفسه الخير ويحقق لها السعادة والراحة والطمأنينة، وليدفع عنها الشر والحزن والألم، إذاً التفكير هو وسيلة لإسعاد النفس الإنسانية، لذلك كان من الواجب أن نتحدث عن هذه النفس وسبل تركيتها عندما نريد الحديث عن التفكير، لأنها إن استقامت استقام التفكير واتجه نحو الإيجابية، وإن انحرفت انحرف التفكير واتجه نحو السلبية.

فالنفس هي منبع للأفكار والخواطر؛ فإن غلب خيرها شرها، واطمأنت إليه حتى صار لها خلقاً عرفت به، فهي النفس المطمئنة، وإن تأرجحت بين الحسنات والسيئات، ولكنها سرعان ما ترجع من الذنب إلى التوبة والاستغفار، فهي النفس اللوامة، وإن غلب شرها خيرها، فهي النفس الأمارة بالسوء. والنفس المطمئنة هي مصدر للأفكار الإيجابية، وإن كانت أمارة بالسوء فهي منبع للأفكار السلبية، وإن كانت لوامة فهي تتقلب بين كلا الحالتين.

فالتربية للنفس هي عملية ترسيخ الملكات والآثار الإيجابية، وتخليص النفس من الآثار السلبية. وهذا يؤدي إلى إبقاء جبل التواصل الإيجابي مع الله تعالى متصلاً، كما أشار إلى ذلك قوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾⁵⁴⁷. وقوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى﴾⁵⁴⁸. هذه

⁵⁴⁷ سورة الشمس: 9-10.

⁵⁴⁸ سورة الأعلى: 14.

التَّزْكِيَّةُ المستمدة من منهج الله تعالى، والمتمثل بالكتاب والسُّنَّة، ينعكس أثرها على الذات والمجتمع، لأن فلسفة الأخلاق الإسلامية تقوم على تخلص النَّفس وتنقيتها من جميع الصِّفات السَّلبية لتحل محلها الصِّفات الإيجابية، وبذلك تعود فائدة التَّزْكِيَّة على الذات أولاً قبل أن تكون أخلاقاً تبادلية مع الآخرين، ويشير كتاب ربنا سبحانه لهذا بقوله تعالى: ﴿وَمَنْ تَزَكَّى فَإِنَّمَا يَتَزَكَّى لِنَفْسِهِ ۚ وَإِلَى اللَّهِ الْمَصِيرُ﴾⁵⁴⁹.

كما أنَّ تربية الإسلام للمسلم هي لمحاولة السيطرة على المهيجات التي لها تأثير مباشر على التَّفكير، كالعُصَب والحسد والبغضاء، ومقابلة ذلك بالعفو والإحسان والعطاء، حتى لا تعشعش في داخل نفس الإنسان تلك الأمراض النَّفسية؛ فتجعله بعيداً عن الله سبحانه وعن الناس. فالتَّزْكِيَّة للنفس تُبعد التَّفكير عن الملقَّات السَّلبية، وترسم في أفقه الملفات الإيجابية. لذلك كان من المهم تزكية النفس بمنهج رباني، لتكون نبعاً للأفكار الإيجابية المتوازنة، ولأن بناء النَّفس الإيجابية هو بناء للتفكير الإيجابي.

وإن الأمراض التي تكلم عنها علماء الشريعة في باب تزكية النَّفس لهي وثيقة الصلة بالأمراض النَّفسية التي يتكلم عنها علماء الطب الحديث، فمكان البحث واحد وهو النَّفس البشرية، التي ينبع عنها التَّفكير، فإن كانت قد زُكيت كانت الأفكار إيجابية وإلا كانت الأفكار سلبية خبيثة.

بل إن علم التَّزْكِيَّة يبحث عن الأسباب التي تؤدي إلى الأمراض النَّفسية فيعالج هذه الأسباب ليكون ذلك بمثابة وقاية من الوقوع فيها، فلقد جبلت النَّفس على حب الشَّهوات الفُطرية التي فطرها الله تعالى عليها من الغذاء والنكاح والتَّمَلُّك والاجتماع... فيأتي علم التَّزْكِيَّة لبناء التَّفكير الإيجابي حيال إشباع حاجات هذه النَّفس من تلك الحاجيات وفق منهج الشريعة المطهرة، بإعطاء النَّفس حقها ومنعها من التعدي فيه، فيكون التوازن في العطاء والمنع، من غير إفراط ولا تفريط.

⁵⁴⁹ سورة فاطر: 18.

وبالتالي إذا أردنا أن نتحدث عن التفكير الذي هو انعكاس للحالة النفسية فلا بد أن نتكلم عن النفس أولاً والسبيل الإيجابية لتزكيته والتي بدورها ينتج عنها التفكير الإيجابي السليم.

المبحث الرابع: مقارنة بين علم النفس الحديث وعلم التزكية

لقد أصبحت النفس في حياتنا المعاصرة من أهم ما يُدرس تحت عناوين ومسميات شتى، منها علم النفس، والطب النفسي، والإرشاد النفسي، وبناء الذات أو الشخصية وغير ذلك مما له صلة بدراسة النفس وأمراضها لمحاولة إنقاذ الذات من الأمراض النفسية كالاكتئاب والقلق والتوتر والخوف... إلخ، ثم البحث عن العلاج لتلك الأمراض.

ونستطيع القول بأن تكتيف الدراسات حول النفس وعلومها إنما يرجع للتعطش والخوانء الروحي الذي يعاني منه الإنسان مع تقدم العصر والتكنولوجيا وغرق الإنسان بالمادة وإهماله الجانب الروحي، حتى ترسخت الفكرة المعاصرة بأن قيمة الإنسان تتناسب مع إنجازاته، مما أدى إلى تنامي الاضطرابات النفسية المصحوبة بالانحرافات الإخلاقية.

إن البشرية اليوم تعيش عصرًا صعبًا ينطوي على العديد من التحديات التي لا يمكن مواجهتها بالسبل المادية فحسب. هذا التوجه المادي هو جوهر الثقافة الغربية، الذي أدى إلى الخلل في التوازن بين الروح والجسد.

ولطالما أن الإنسان أصله من روح فإنه يلجأ أمام هذا العطش لأي إرواء داخلي، فكل إنسان ولد بهذا الشوق الباطني ولا يستطيع أن ينكره، فهو أضعف من أن يهرب من أصله الروحاني.

أما المسلم فإن له عقيدة يدين بها ومن خلالها يستطيع أن يروي داخله ويسقي روحه بعقيدة التوحيد التي فيها الطمأنينة النفسية والراحة البدنية والسعادة الداخلية مما يقيه من للاضطرابات والأمراض

النَّفْسِيَّة، ويسعى لذلك عن طريق منهج التَّزْكِيَّة الذي رسمه الله تعالى لعباده من خلال كتابه الكريم وسنة رسوله (ص.س).

"فالإسلام يهتم بالجانبين الرُّوحي والأخلاقي في الإنسان، حيث يحرص إسلامنا الحنيف على تعميق معاني الإيمان القلبي المقترن بالعمل الصالح والصادق، وعلى تنقية نفسية الإنسان وسريته من الضغائن والأحقاد والشرور والآثام، وغرس قيم الإخلاص والصدق، والتحلي بالنُّوايا والمقاصد والغايات الحسنة الداخلية والخارجية، مما يكفل تكوين الشَّخصيَّة الإنسانية السوية من الداخل ومن الأعماق ومن الخارج، وفي ذلك قمة التكامل".⁵⁵⁰

أما الغرب فلطالما أنهم يدرسون النَّفس من مبدأ بعيد عن التَّدْبِير والتَّوْحِيد فإن نظرتهم لعلم النَّفس تختلف من حيث المبدأ مع المسلمين وإن كان الجميع مؤداه واحد وهو سعادة النَّفس وراحتها وتقديم الخير لها.

فمن المهم أن نوضح العلاقة بين علم النَّفس الحديث وبين تزكية النَّفس في الإسلام، ليس هجوماً على علم النَّفس الحديث وإنما سعياً نحو توضيح المفاهيم النَّفسِيَّة وإعطائها صبغة إسلامية، وتأصيلها تأصيلاً شرعياً، ليستفيد المعالج النَّفسي من أدبيات التَّزْكِيَّة ويستفيد المزكي من دراسات علم النَّفس.

وأقصد بتزكية النَّفس في هذا البحث الدراسات الإسلامية التي تحتم بمجاهدة النَّفس وتطهيرها من أمراضها الباطنة مثل الرياء والعجب والكبر والحسد والحقد والعصب والبخل، وتهذيب طُغْيَان شهوة البطن والجنس وحبِّ المال... فهذه تعتبر في علم التَّزْكِيَّة الإسلامي صفات سلبية وأمراض نفسية يعبر عنها

⁵⁵⁰ بورقيبة، مظاهر تحقيق الصحة النفسية في الإسلام، ص8.

بأمراض القلوب، وكثيراً ما ينتج عنها الأمراض النَّفسِيَّة بمصطلح علم النَّفس الحديث كالاكتئاب والقلق والعزلة والحُزن...

وكما أن علم التَّزكية عند المسلمين يعالج النَّفس من صفاتها السَّلبية فإنه في الوقت ذاته يحصنها ويتركها بالمقامات الإيجابية التي لا يعرفها علم النَّفس الغربي الحديث.

كالتوبة والخوف والرجاء والرضا والزهد والصبر والشكر والتوكل... وذلك للوصول إلى مرتبة الإحسان الذي فيه سعادة النَّفس في الدارين.

وقد عُرف علم التَّزكية بأسماء أخرى مثل الرياضة، أو علم الأخلاق، أو علم التصوف. وعندما يقول الباحث علم التصوف يقصد به التصوف الحقيقي المبني على الكتاب والسُّنة والبعيد عن كل بدعة تخالف روح التشريع، فهذا المصطلح لا يختلف عن بقية المسميات من حيث المضمون، ولا مشاحة في الإصطلاح. فعلم التَّزكية هو من أجلِّ العلوم الإسلامية ومن أهمها خصوصاً في هذه الأيام التي طغت فيها المادة وظلّمت فيها الرُّوح.

المطلب الأول: توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين نظرية فرويد وعلم التَّزكية

أولاً: أوجه التشابه

لقد تنوعت مصادر العلماء المسلمين والعرب عموماً في فهمهم للنفس الإنسانية وأحوالها ومشكلاتها وأمراضها، ولعلَّ أهمها ما كتبه شيوخ الصوفية وكبار فلاسفتها مثل الإمام أبي حامد الغزالي رحمه الله تعالى، ولو تأملنا في فهمه للنفس من وجهة نظر علم النَّفس الحديث، لا سيّما مدرسة التحليل النَّفسيّ، لوجدنا أنّه قد استطاع سبر أغوار النَّفس ومكامنها، وأثر اللاوعي أو اللاشعور عليها من خلال التركيز على ثلاثة محاور أساسية؛ وهي طبيعة النَّفس وأمراضها وطرق علاجها. ولذلك لم يكن غريباً على

المترجمين العرب حين أرادوا ترجمة كتب عالم النفس سيغموند فرويد أن لجؤوا إلى المصطلحات الصوفية في منتصف القرن الماضي. ويرى الباحث أن تقسيمات النفس التي تكلم عنها علماء التزكية مثل الإمام الغزالي واستنبطوها من كتاب الله تعالى تشبه في بعض الجوانب تقسيم النفس عند فرويد صاحب المدرسة التحليلية حيث قسم النفس إلى ثلاثة أجزاء :⁵⁵¹

أولاً: (الهو) هذا الجزء في نظر فرويد يحتوي على الغرائز المكبوتة التي تمنعها الأنا من الظهور، والرغبات الداخلية اللاشعورية، والمنبعثة من البدن، وهو يطيع مبدأ اللذة وتجنب الألم فيهدف دائماً إلى الإشباع من غير مراعات للمنطق أو الأخلاق أو الواقع. وهذا الجزء بهذا المعنى يشبه مفهوم (النفس الأمارة) التي تكلم عنها علماء التزكية.

ثانياً: (الأني الأعلى) وهذا الجزء يمثل أوامر ونواهي المجتمع الأخلاقية، ويتكون من التعاليم التي يتلقاها الفرد من والديه ومن يُدرّسه، والقيم الثقافية في البيئة التي ينشأ بها، ويصبح هذا الجزء قوة نفسية تنبع من الداخل، تحاسب الإنسان وتراقبه كما أنها تؤنبه وتهده، ويعرف هذا بالضمير، وهو بهذا المعنى يشبه عند علماء التزكية مفهوم (النفس اللوامة).

ثالثاً: (الأنا) هو الجزء الذي يسيطر على الرغبات والغرائز المنبعثة من الهو ويقبض على زمامها، فيسمح أحياناً بإشباع ما يشاء من هذه الغرائز، ويؤجل ما يرى تأجيله، أحياناً أخرى مراعاةً لمبدأ الواقع والمحيط الخارجي بما يتضمنه من قوانين وقيم وأخلاق وأعراف، أو تعاليم دينية.

⁵⁵¹ ينظر في هذه التقسيمات إلى المصدرين:

كالفن، هالة، أصول علم النفس الفرويدي، ترجمة: محمد فتحي الشنيطي، دار النهضة العربية، بيروت، ط:1، 1970م. ص45.
نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص233-234.

كما يقوم الأنا في رأي فرويد بوظيفة التوفيق بين الهو، والأنا الأعلى بحيث يسمح بإشباع الغرائز في الحدود التي يسمح بها الواقع أو العالم الخارجي، وبذلك يكون الأنا قد حقق التوازن والطمأنينة النفسية.

هذا المعنى يشبه مفهوم (النفس المطمئنة) وهي أرقى مراحل النفس الإيجابية التي يصل إليها المسلم عندما يحقق التوازن بين متطلباته الجسدية والروحية، فيتغلب على غرائزه وأهوائه ويمسك بزمامها، فيعطي غرائزه الفطرية حقها ضمن المبادئ والقواعد التي رسمها له دينه الحنيف من غير إفراط ولا تفريط.

ونرى أن الإمام الغزالي قد سبق فرويد في تقسيمه الثلاثي بقرون فقسم النفس إلى ثلاثة أقسام: فإذا سكنت تحت الأمر وزايلها الاضطراب بسبب معارضة الشهوات سميت النفس المطمئنة. وإذا لم يتم سكونها ولكنها صارت مدافعة للنفس الشهوانية ومعتضة عليها سميت النفس اللوامة لأنها تلوم صاحبها عند تقصيره في عبادة مولاه. وإن تركت الاعتراض وأذعنت وأطاعت لمقتضى الشهوات ودواعي الشيطان سميت النفس الأمارة بالسوء.⁵⁵²

ويُراد بالنفس الأمارة المعنى الجامع لقوة الغضب والشهوة في الإنسان، وهذا الاستعمال هو الغالب عند أهل التزكية، لأنهم يريدون بالنفس الأصل الجامع للصفات السلبية المدمومة من الإنسان، فيقولون لا بد من مجاهدة النفس وكسرها.

وبالتالي يكون للنفس أمام العقل ثلاثة أحوال:

النفس الشهوانية: بحيث تكون قد سيطرت الغرائز والشهوات على التفكير، فانساق العقل

وراءها.

⁵⁵² الغزالي، أحياء علوم الدين، 3/ 44.

النَّفس اللَّوَّامة: وهي التي لا تزال في صراع مستمر بين العقل والشَّهوات.

النَّفس المطمئنة: وذلك عندما يتحكم العقل بالدوافع والغرائز الشَّهوانية، فيكون التَّفكير متوجهاً

إلى إشباعها بشكل متوازن ضمن حدود الشرع.

ثانياً: أوجه الاختلاف

فهناك بعض أوجه للاختلاف بين مفاهيم أنواع النَّفس التي استنبطها علماء التَّزكية من كتاب الله

تعالى، وبين أقسام النَّفس الثلاثة التي ذكرها فرويد، ونذكر أهم هذه الاختلافات:⁵⁵³

1- أنواع النَّفس الثلاثة الواردة في كتاب الله تعالى: (النَّفس الأُمارة بالسُّوء، النَّفس اللَّوَّامة،

النَّفس المطمئنة) تعتبر حالات ومراتب للنفس مختلفة، تتصف بها أثناء صراعها الداخلي بين المادة والروح،

فترتقي لمرتبة الاطمئنان أو تتدنّى لمرتبة الأُمارة أو تكون لومة وهي بين المرتبتين، أما التقسيمات الثلاث

عند فرويد (الهو، الأنا الأعلى، الأنا) فهي أقسامٌ مختلفة للنفس الواحدة، بمعنى أن كل نفس فيها هذه

التقسيمات الثلاث.

2- أنواع النَّفس الثلاث عند علماء التَّزكية ليس لتكوينها مراحل عمرية محددة، أما أقسام النَّفس

عند فرويد فإنها تتكون في مراحل عمرية مختلفة تبدأ مع مراحل نمو الطفل:

أ- الهُو: هو نفس الطفل بعد الولادة مباشرة، إذ يكون الطفل خاضعاً تحت تأثير متطلباته

الغريزية.

ب- وتحت تأثير العالم الخارجي يبدأ يتكون من (الهُو) جزء آخر متميزاً عنه هو (الأنا) الذي

يقوم بدور التحكم بالغرائز المنبعثة من (الهُو) مع مراعات مقتضيات الواقع والعالم الخارجي.

⁵⁵³ نجاني، القرآن وعلم النفس، ص234.

ج- ومن خلال المبادئ والتعاليم التي يستقيها الطفل من والديه والثقافة التي نشأ فيها يتكون لديه (الأنا الأعلى) وهو الضمير الذي يحاسبه ويلومه ويردعه عن الوقوع في الأخطاء.

3- مكان الصراع النفسي مختلف بين نظرية فرويد وبين تصوير القرآن الكريم، فبحسب نظرية فرويد يقع هذا الصراع بين أقسام النفس الثلاثة ويحاول فيه (الأنا) أن يوفق بين متطلبات (الهو) و(الأنا الأعلى). أما القرآن الكريم فإنه يصور هذا الصراع بين الجانب المادي والرؤحي من شخصية الإنسان ونتيجة هذا الصراع تنشأ حالات النفس الثلاث (الأمارة، اللؤامة، المطمئنة).

4- بالمقارنة بين النظرية التحليلية لفرويد وتحليل الإمام الغزالي للنشاط النفسي نرى أن الأول يُرجع النشاط النفسي إلى اللاشعور وغريزة الجنس.

فهو في نظريته لم يكتف بتفسير الإنسان على أساس حيواني بحت، بل أعطى هذا الكيان الحيواني لونا جنسيا صارخا، وجعله يعيش ليأكل ويشرب ويتحرك ويصارع... كل ذلك من أجل تحقيق لذة الجنس، فصار الطفل في نظره يرضع بلذة جنسية، ويتبول ويتبرز بلذة الجنس، ويحس نحو أمه بدافع جنسي أيضاً... إلى آخر هذا التخبط الذي لا يؤيده دليل.⁵⁵⁴

أما الإمام الغزالي فيرجع النشاط النفسي إلى أربعة دوافع أساسية وهي: شهوة البطن، والجنس، والمال، والجاه. والمحرك الأساسي لهذه الدوافع إنما هو غريزة البطن، فهي الأصل في تهيج الغرائز الأخرى، ويوضح ذلك بقوله:

"فأعظم المهلكات لابن آدم شهوة البطن فبها أخرج آدم (ع.س) وحواء من دار القرار إلى دار الذل والافتقار والبطن على التحقيق ينبوع الشهوات ومنبت الأدوية والآفات إذ يتبعها شهوة الفرج وشدة

⁵⁵⁴ نوفل، محمد نبيل، دراسات في الفكر التربوي المعاصر، الأنجلو المصرية، القاهرة، 1985م. ص 15-16.

الشيق إلى المنكوحات ثم تتبع شهوة الطَّعام والنكاح شدة الرغبة في الجاه والمال اللذين هما وسيلة إلى التوسع في المنكوحات والمطعومات ثم يتبع استكثار المال والجاه أنواع الرعونات وضروب المنافسات والمحاسدات ثم يتولد بينهما آفة الرياء وغائلة التفاخر والتكاثر والكبرياء ثم يتداعى ذلك إلى الحقد والحسد والعداوة والبغضاء ثم يفضي ذلك بصاحبه إلى اقتحام البغي والمنكر والفحشاء وكل ذلك ثمرة إهمال المعدة وما يتولَّد منها من بطن الشَّبَع والامتلاء".⁵⁵⁵

ومن خلال هذه المقارنة لأقسام النَّفس نرى أن القرآن الكريم قد سبق أشهر النظريات في علم النَّفس التحليلي، وجاء علماء التَّزكية ليوضِّحوا لنا أثر هذه القوى النَّفسية في التَّفكير الذي يوجِّه السُّلوك الإنساني، فإن كانت النَّفس إيجابية كان التَّفكير إيجابياً وأثمر السُّلوك الإيجابي، وإن كانت النَّفس سلبية كان التَّفكير كذلك وأثمر سلوكاً سلبياً.

المطلب الثاني: اختلاف المبادئ بين علم النَّفس وتزكية النَّفس

المبدأ الأول:

هناك فارق جوهري بين نظرة علم النَّفس وبين علم التَّزكية، فعلم النَّفس يُركِّز على علاقة الإنسان بنفسه ومشاعره وأفكاره، بينما علم التَّزكية في الإسلام يركِّز على علاقة الإنسان بنفسه من خلال علاقته بربه سبحانه، فعلاقة العبد بربه هي الأصل، وعلاقته بنفسه هي الفرع، فنجد دراسات علم النَّفس الغربية دوماً تتحدث عن النَّفس والذَّات فقط، من غير ذكر الإله الخالق سبحانه، فعدم الاعتقاد بوجود الله تعالى في هذه المعادلة هو الحد الفاصل بين علم النَّفس الغربي والإسلامي.

⁵⁵⁵ الغزالي، إحياء علوم الدين، 80/3.

فالسبب الرئيسي لما وصلت إليه نظريّات علم النَّفس الحديث من الانحراف والضيق والتخبط في دراسة النَّفس هو أنها تغفل من حساباتها توجه النَّفس البشرية فطريا إلى خالقها واستمدادها الحياة منه سبحانه، وتهمل تأثير الدين في رسم خطوط جوهرية في تاريخ البشر، فهي لا تؤمن بحقيقة تأثير الإنسان بقدر الله تعالى، وبالتالي ترسم صورة مشوهة للإنسان كأنه يقوم في هذا الكون وحده، أو كأنه يتحرك آلياً بتأثير ما حوله من الأفعال المنعكسة والجنس والمادة وغير ذلك.⁵⁵⁶

وفي الإسلام توجد مفاهيم العناية بالنَّفس ولكن منطلقاتها وأهدافها مختلفة، فعندما يتكلم علماء المسلمين عن النَّفس فإنهم ينطلقون من عقيدة يدينون بها ترسم لهم منهجا متكاملا وتعطيهم صورة واضحة عن الإنسان من البداية إلى النهاية. مَنْ أوجده، ولم أوجده، وإلى أين مصيره؟

وعندما يدرس المسلمون النَّفس والعناية بها وإعطائها حقها والبحث عن سعادتها فإنهم ينطلقون من مبدأ ديني وتشريع رباني مُحكم لأنه من الخالق الذي أبدع خلق الإنسان وعلم ما يُصلح نفوس عباده فأمرهم ونهاهم، ووضع لهم منهجاً متوازناً لتغذية الرُّوح والجسد، فليس المطلوب من العباد إهمال الدنيا وحرمان النَّفس، وكذلك لا يباح للنفس كل ما تظنه من أسباب السعادة، فاعتناء المسلم بنفسه إنما هو تنفيذ لأمر الله تعالى وليس غاية في ذاته.

يقول د. مُحمَّد رشاد خليل: "الحاجة إلى المعرفة الصَّحيحة بالنَّفس، حاجة إنسانية أساسية، لأن حياة الإنسان وبناءه الأخلاقي والنَّفسي والاجتماعي يتوقف عليها، وإنه لمن السفه أن يظن ظان أن الله تعالى قد خلق الناس وتعبدتهم وكلفهم، ثم تركهم بدون علم صحيح بالنَّفس، وهو يعلم أن حياتهم لا

⁵⁵⁶ قطب، دراسات في النفس الإنسانية، ص 25-26.

تصلح إلا بهذا العلم... وعليه فإن العلم الصحيح بالنفس لا يُلتمس إلا عند الأنبياء الذين أخذوا هذا العلم من خالق النفس الذي هو أعلم بها من أهلها".⁵⁵⁷

وهذا فارق جوهري بين أن تكون العناية بالذات هدفاً وغاية بحد ذاتها، وبين أن تكون هذه العناية بالذات وسيلة للوصول إلى مرضاة الله تعالى.

فالإسلام يعتبر إعطاء النفس حقها هو لون من ألوان العبادة، والآيات والأحاديث في ذلك كثيرة.

المبدأ الثاني:

هو أن علم النفس نشأ في ظل الفلسفات والتوجهات والمجتمعات العلمانية والتي تدرس النفس بنظرة فردية، أي ترى أن الفرد بذاته هو مرجع نفسه وهو من يحكم عليها ويلومها. أي أنه يحاكم نفسه بنفسه، أما المسلم فيحاكم نفسه من خلال حاكم منفصل عنه وهو الخالق سبحانه، وكذلك عندما ينجح الإنسان ويُنجز فإن علم النفس بنظرته الفردية ينسب الفضل في النجاح والإنجاز للذات، أما المسلم فينسب الفضل كله لله سبحانه. ولا شك أن اختلاف هذه النظرة بين علم النفس وعلم التزكية له أثر كبير على توجيه التفكير والسلوك.

فعلم النفس خرج من مبدأ العلمانية وعلم التزكية انطلق من مبدأ التوحيد، لذلك نرى أن هناك كثير من الأبحاث التي لها تأثير مباشر على النفس مثل الدعاء والتوبة والاستغفار والرضى واليقين والزهد... وغير ذلك من الأبحاث مما لها أثر على طمئنة النفس وراحتها وسعادتها، نجدها في علم التزكية عند المسلمين ولا نجدها في علم النفس الغربي.

⁵⁵⁷ خليل، محمد رشيد، علم النفس الإسلامي العام والتربوي، دار القلم، الكويت، ط1، 1407م. ص39.

المبدأ الثالث:

عندما نريد أن نقوم النفس ونصحح أخطائها فما هو المرجع الذي سيحدد لنا الصواب من الخطأ؟ لطالما أن علم النفس نشأ في بيئة علمانية فليس له مرجعية أخلاقية ثابتة، فما يكون خطأ أو صواباً في مجتمع من المجتمعات قد يختلف باختلاف الزمان والمكان، بل بنفس المجتمع عند اختلاف الزمان، فالزواج المثلي الذي كان يعتبر شذوذاً جنسياً أصبح في تلك المجتمعات اليوم حرية ينادي بها البعض وتصدر القوانين في تشريعها.

أما الإسلام فهو صالح لكل زمان ومكان فأصوله وقواعده ثابتة وصالحة لكل المجتمعات البشرية. كما أن الإسلام تميز بأن فصل في دقائق الأمور وبينها وجعل لها تفرعات إيجابية وسلبية، فالعصب مثلاً سلبي بالعموم، وقد تكلم علماء تزكية النفس عنه وعن مقاومته، ولكن في نفس الوقت عندما يكون لله فهو إيجابي، والعصب كوسيلة نستعملها لتحقيق الحق هو أيضاً شيء إيجابي.

المبدأ الرابع:

ومن الفوارق الجذرية بين العلمين بأن كلاهما يسعى لأن يكون الإنسان سعيداً ولكن ما هو مفهوم السعادة؟

أما علم النفس فيبحث عن السعادة الدنيوية، ولطالما أن علم النفس نشأ في بيئة علمانية فليس له ضوابط ثابتة لتحقيق هذه السعادة، فالسعادة المنشودة هي سعادة آنية، يسعى لتحصيلها ويتجنب ما يكدرها، وهذا جيد لكنه غير متكامل، وليس له اهتمام بتطهير القلب من أمراضه، فإذا سيطرت الدوافع والشهوات على القلب نتج عنها أمراض كثيرة كالخسد والكبر والعجب والرياء...

أما علم تركية النَّفس فيبحث عن السعادة في الدارين. وهنا لابد من تغليب سعادة الآخرة على سعادة الدنيا، ولذلك فإن الترقى الرُّوحي يتطلب بعض الجوع في الصَّيام وبعض السهر في القيام وبعض التضحية في الإيثار والإنفاق مما يحبه الإنسان، وهكذا يسير العبد بمخالفة أهواء النَّفس وتهذيبها إلى أن يصل لمرتبة الإحسان.

وبعد ذكر أهم الفوارق من حيث المبدأ بين علم النَّفس الحديث وعلم التَّركية نرى أنه لابد من إعادة النظر في مفاهيم علم النَّفس الحديث التي نشأت وترعرعت في البلاد الغربية التي لا تدين بدين الإسلام، فهناك فارق جوهري يكمن في المبدأ الاعتقادي الذي تتبع منه التصورات والنظريات، وبعد إعادة النظر في هذه المفاهيم يتم مناقشتها وإدخال التعديلات أو التغييرات عليها بحيث تصبح متوافقة مع المفاهيم الإسلامية، أو تكون على أقل تقدير غير متعارضة معها.

وهكذا نرى أن علم النَّفس الصحيح هو الذي يستند إلى أسس وقواعد متينة، مستنبطة من الوحي الإلهي الذي لا يأتيه الباطل، فقد استطاع علماء المسلمين من خلال الدراسة والنظر في كتاب ربنا سبحانه وسنة نبينا (ص.س) أن يبينوا لنا أحوال النَّفس ويشخَّصوا أمراضها، ويصفوا الدواء المناسب لعلاجها.

المطلب الثالث: توضيح بعض العبارات التي توهم التناقض

وقد يظن البعض أن هناك تناقضاً في بعض العبارات بين علم النَّفس الحديث وعلم التَّركية، ومن أمثلة هذه العبارات:

أولاً: (الوصول لحالة الرضا عن النَّفس، وتقبل النَّفس كما هي، والمصالحة مع الدَّات) فالناظر للوهلة الأولى لهذه العبارات التي يستخدمها علماء النَّفس يظن أن هذه المفاهيم لا تتفق مع عبارات

علماء التصوف، مثل قول ابن عطاء الله السكندري: "أَصْلُ كُلِّ مَعْصِيَةٍ وَعَقْلَةٍ وَشَهْوَةٍ الرِّضَا عَنِ النَّفْسِ... وَأَصْلُ كُلِّ طَاعَةٍ وَيَقْظَةٍ وَعَقْفَةٍ؛ عَدَمُ الرِّضَا مِنْكَ عَنْهَا".⁵⁵⁸

ومن حيث الحقيقة فلا يوجد أي تناقض بين العبارات، فكلام ابن عطاء رحمه الله تعالى فيه تحذير من الرضا الكامل عن النفس بكل ما يصدر عنها من النقائص والعيوب، بمعنى ألا يكون للإنسان دافع حقيقي للتغيير نحو الأحسن وهذا رضا عن النفس بمعناه السلبي وهو أصل المعصية.

فأصل العيوب والأمراض القلبية أن يرضى العبد عن نفسه، دون محاسبة أو لوم. والله عز وجل قد أقسم بالنفس اللوامة تشريفاً لها فقال سبحانه: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ۝٢﴾.⁵⁵⁹ والنفس اللوامة هي التي تلوم صاحبها، فهي نفس لا ترضى عن صاحبها وما تبرح تلومه أبداً عن كل تقصير وانحراف. ونجد في كتاب الله تعالى قول يوسف عليه وعلى نبينا أفضل الصلوات: ﴿وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ۝٣٦﴾.⁵⁶⁰ يقول هذا مع أنه نبي من الكرام، فالنفس تأمر ولكن الله تعالى قد حفظ الأنبياء من الوقوع في الأخطاء.

أما الذي يرضى عن نفسه بما فيها من انحراف واعوجاج فمثله كمثل صاحب الجننتين حيث قال: ﴿وَمَا أَظُنُّ السَّاعَةَ قَائِمَةً وَلَئِنْ رُدِّدْتُ إِلَىٰ رَبِّي لَأَجِدَنَّ خَيْرًا مِنْهَا مُنْقَلَبًا ۝٣٧﴾.⁵⁶¹ فكان راضياً كل الرضا عن نفسه وهو كافر بالله سبحانه!

⁵⁵⁸ ابن عطاء، ابن عطاء الله السكندري، *الحكم العطانية* (المتوفى: 709هـ) مع شرح ابن عباد، مؤسسة الأهرام، القاهرة، ط:1، 1408هـ - 1988م. ص174.

⁵⁵⁹ سورة القيامة:2.

⁵⁶⁰ سورة يوسف: 53.

⁵⁶¹ سورة الكهف: 36.

وينبغي للمسلم الذي يلوم نفسه ألا يقع في (جلد الذات) فالرضى الكامل عن النفس وكذلك جلد الذات كلاهما طرفي نقيض، فمن الخطأ أن يلوم المسلم نفسه دائماً من غير سبب حتى يئس، ومن الخطأ ألا يلوم نفسه أبداً حتى يعتز. والتوسط هو الفضيلة المطلوبة، والتوازن بين الطرفين.

ثانياً: وهناك مثال آخر يوهم التناقض بين علم النفس وتزكية النفس يحتاج إلى بيان، فعلم النفس الحديث يدعو إلى (السَّلام مع النفس) وفي علم التَّزكية يستخدم العلماء مفهوم (مجاهدة النفس) فقد يظن الناظر أن هناك فرق جوهري بين مسالة النفس وبين محاربتها ولكن من دَقِّق في معنى المجاهدة في علم التَّزكية زال عنه الإشكال.

فمجاهدة النفس قائمة على تطهير الباطن، وتحرير للنفس من أسر الشَّهوات والمعاصي والرعونات النَّفسيَّة الشهوانية، والتي تُكبِّلها وتشكل طبقات من الحُجُب على بصيرتها، فإخراج النفس من الأسر هو الحرية التي نَحَدِّث عنها علماء التَّزكية، يقول الإمام الغزالي رحمه الله تعالى: "وأما الحرية: فالخلاص من أسر الشَّهوات وغموم الدنيا والاستيلاء عليها بالقهر تشبهاً بالملائكة الذين لا تستغفروهم الشَّهوة ولا يستهويهم العُصْب فإن دفع آثار الشَّهوة والعُصْب عن النفس من الكمال الذي هو من صفات الملائكة".⁵⁶²

ثالثاً: مثال ثالث قد يُوهم التَّعارض بين اعتبار النَّدَم على ما فات شيء سلبي على الصحة، وبين الندم الذي يدعو إليه علم التَّزكية، ولتوضيح ذلك يقول الباحث: هناك الندم الذي يدفع صاحبه نحو العمل والتصحيح وهذا ما يقصده علم التَّزكية لأنَّه ندم إيجابي، أما الندم السلبي فهو الذي يُكبِّل صاحبه ويكون عائقاً لاستمرار الحياة.

⁵⁶² الغزالي، *أحياء علوم الدين*، 284/3.

والندم كما يعرفه نجاتي: هو حالة انفعالية تنشأ عن شعور الإنسان بالذنب تأسفاً على ما

ارتكب، فيلوم نفسه ويندم على ما فعل.⁵⁶³

ونستطيع أن نُقسِّم الندم إلى قسمين، إيجابي محمود، وسلي مذموم.

أما الندم الإيجابي المحمود:

فهو من العوامل الهامة في تقويم الشخصية، ودفعه الإنسان إلى محاسن الأمور وتجنب مساوئها،

لذلك أقسم الله تعالى بالنفس اللوامة لما لها من أهمية في توجيه السلوك فقال تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ

الْلَّوَامَةِ ۖ﴾.⁵⁶⁴

ويقابل النفس اللوامة ما نسميه نحن بالضَّمير، ويسميه فرويد والمحللون النفسيون (بالأني الأعلى)

أو (الأنا المثالي) وهو الجزء من النفس الذي يحاسب الإنسان على أخطائه فيؤنبه ويجعله يشعر بالندم.⁵⁶⁵

وهذا الندم الإيجابي شعر به أبو البشر آدم وأُتْمنا حواء عليهما السلام عندما وسوس لهما

الشَّيْطَانُ وأكلا من الشجرة، فشعرا بالندم وتوجها إلى الله تعالى طلباً للمغفرة كما قصَّ الله تعالى ذلك في

كتابه فقال سبحانه: ﴿قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ ۝﴾.⁵⁶⁶

كما ندم قابيل على قتل هابيل، قال تعالى: ﴿فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ

يُؤْرِى سَوْءَ أَخِيهِ قَالَ يُؤَيِّلَتْنِي أَعْجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوْرِي سَوْءَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ

التَّذِمِينَ ۝﴾.⁵⁶⁷

⁵⁶³ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص103.

⁵⁶⁴ سورة القيامة:2.

⁵⁶⁵ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص104.

⁵⁶⁶ سورة الأعراف : 23.

وفي الحديث عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَعْقِلٍ، قَالَ: كَانَ أَبِي عِنْدَ ابْنِ مَسْعُودٍ، فَسَمِعَهُ يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "النَّدَمُ تَوْبَةٌ".⁵⁶⁸

وأما الندم السَّلبي المذموم:

فهو الذي يودي بصاحبه إلى جلد الذات والشعور باليأس والقنوط، وقد حذر الله تعالى منه فقال: ﴿قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾.⁵⁶⁹

فالندم هو وسيلة تدفع للعمل وإصلاح الخلل، فهو إذاً مطلوب، أما حين يصيب صاحبه بالشلل والانتكاس فهو مرفوض.

وعلماء التَّركية لهم منهج متوازن في تزكية النَّفس، فعندما يتحدثون عن النَّدم يتحدثون أيضاً عن الخوف والرجاء، فأحياناً يصفون الرجاء ليكون أنجع في العلاج وتحريك الخير، وأحياناً يرجحون جانب الخوف وذلك بما يتناسب مع حال الشخص فهم أشبه بالطبيب الذي يصف الدواء الذي يناسب حال المريض، فهي موازنة مستمرة يحكمها المنع من أن يتطرف الرجاء إلى أن يصل للأمن من مكر الله تعالى، أو أن يتطَرَّفَ الخوف فيصل بصاحبه للقنوط من رحمة الله تعالى.

فالندم على الأخطاء أمرٌ نافعٌ وجيّد، وهو نَدَمٌ إيجابيٌّ بِنَاءٍ دَعَا إِلَيْهِ الإسلام، ومن صُور الندم السَّلبي الذي نهى عنه الإسلام؛ النَّدم على ما فات من الدنيا والحُزن عليه، قال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ

⁵⁶⁷ سورة المائدة: 31.

⁵⁶⁸ أحمد، المسند، 7/115/4014. وصحح الحديث المحقق شعيب الأرنؤوط.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 37 كتاب الزهد، باب ذِكْرِ التَّوْبَةِ، 2/1420/4252.

ابن حبان، صحيح ابن حبان، 2/379/614.

⁵⁶⁹ سورة الزمر: 53.

مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٣﴾ لَّكَيْلًا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٤﴾⁵⁷⁰.

فكل مصيبة هي مقدرة مكتوبة في اللوح المحفوظ قبل أن يُخلق الإنسان، وإنما على المرء امتثال الأمر، ثم يحذر الله تعالى عباده أن يحزنوا على ما فاتهم من الرزق ومتاع الدنيا. فيقول سبحانه: ﴿لَّكَيْلًا تَأْسُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾⁵⁷¹. أي من الدنيا، قاله ابن عباس. وقال سعيد بن جبير: مَا فَاتَكُمْ من العافية والخصب. وروى عكرمة عن ابن عباس: ليس من أحد إلا وهو يحزن ويفرح، ولكن المؤمن يجعل مصيبته صبراً، وغنيمة شكرًا.⁵⁷² فالْحُزْنُ والفرح أمر فطري في الإنسان ولكن المنهي عنه هو تجاوز حد الاعتدال.

وأكد النبي (ص.س) في النّهي عن الندم السّلبّي الذي يكون لفوات أمور الدنيا فقال: "اِحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ".⁵⁷³

ففي الإسلام ندم مرتبط بما هو أبعد من الحياة الدنيا، فالإنسان عليه أن يُتَرَّ بذنبه مع الندم والعزم على عدم العودة، وفي الوقت ذاته فإن الله تعالى يخبرنا منذ البداية بأن كل بني آدم خطاء وأن خير الخطائين التوابون، فالرجاء فيه كبير وباب التوبة مفتوح وطلب المغفرة يمحو الذنوب وصدقة السر تطفئ غضب الرب والحسنات يذهبن السيئات.

⁵⁷⁰ سورة الحديد: 22-23.

⁵⁷¹ سورة الحديد: 23.

⁵⁷² القرطبي، تفسير القرطبي، 17 / 258.

⁵⁷³ مسلم، المسند الصحيح، 46 كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز..، 4/2052/ح2664.

حتى الندم الإيجابي يجب الحذر من أن يزيد عن حده فلا ينبغي ترسيخ فكرة ارتباط التَّدَيْن بالشعور بالذنب والعار بشكل يدفع للإحباط ولكره العبادة، والسعي للتخلص من العبادات كسبيل للسعادة والتخلص من لوم الذات.

لذلك كان لا بد للداعي أن يث في نفوس السامعين الأمل والرجاء كما يث فيهم الخوف من الحساب.



الفصل الثالث: التعريف بأشهر أنواع الأمراض النفسية

المبحث الأول: التعريف بالأمراض النفسية

عَرَفَ الإنسانُ الإضطرابات النفسية منذ القديم، سواء عند المصريين أو العبرانيين والإغريق والرومان والهنود والصينيين، وأشار المؤرخون إلى المرض العقلي والطب النفسي بما ورد في شعر وأساطير الإغريق، وما احتوت أوراق البردى المصرية على بعض إشارات الاضطرابات العقلية، حيث ذكر في تلك الأوراق التي يعود تاريخها إلى (1500) قبل الميلاد، ملاحظات عن تغييرات تطراً في مرحلة الشيخوخة، تتضمن الاكتئاب وضعف الذاكرة، وقد كان الصَّرَع هو المعروف بصفة خاصة من بين الأمراض العقلية لدى القدماء، وكانوا يطلقون عليه اسم المرض المقدس أو الإلهي.

ولقد حاول الإنسان منذ ذلك العهد علاج هذه الأمراض بشتى الوسائل المتاحة له في ذلك الوقت، وتعلَّم الاغريق من المصريين القدماء طرق العناية بمرضى العقل وكيفية العلاج، وكان المصابون يترددون على معابد معينة، وتقدم لهم القرابين وتقام الصلوات والابتهالات، وكان يوصف لمرضى الصرع التعازيم والطقوس التطهيرية.

وفي القرون الوسطى تُرك علاج المرض العقلي في أوروبا في أيدي رجال الدين، فشاعت المعتقدات الخرافية بفاعلية السحر وغيره، ثم تم إنشاء أماكن بعيدة عن المشافي، لحجز المصابين بالمرض، وذلك لفصلهم عن بقية المرضى، مما أدى إلى الركود في الأبحاث الخاصة بهم، فكان هذا العصر هو الفترة المظلمة في تاريخ الطب النفسي والعقلي، ولم يكن هناك أي تقدمٍ أو محاولة جديدة لدراسته وفهمه، فكانت تكتنف هذه الدراسة صعوبات كبيرة، نظراً لطبيعة المرض المعقدة، ولعدم اهتمام الطب به، ولتحيُّز

الشعور العام ضد هذا النوع من الأمراض، لذا كان التقدُّم بطيئاً جداً، واستمر هذا إلى ما قبل القرن الحالي.⁵⁷⁴

ومع بدايات القرن العشرين ظهرت بوادر هذه الأمراض بشكل كبير، لدرجة أصبح يقال: (إنها أمراض العصر). وذلك لكثرة انتشارها، ولتوفُّر الأسباب المؤدية إليها، فقد انتهت كثير من الأمراض والأوبئة كالطاعون مثلاً، ليحلَّ محلها الأوبئة النَّفسية. كما أفسدت الحروب الحياة، وخَلَّفت وراءها الدمار والتشوهات والحُزن والقلق، وتسببت في الإنهيار الاقتصادي.

وسبب الانفجار السكاني كثيراً من المشاكل الساسية والاجتماعية. وتهدمت بيوت بتفشي الطلاق، فتمزقت الأسرة وانعكس ذلك على نفسية الأطفال والآباء والأمهات، وزاد التوتر بالتَّنافس اللاأخلاقي، والتغير الاجتماعي المتلاحق، ونتيجة لذلك أصبح ينفق نحو خمسين بليون دولار سنوياً على الخمر والمخدرات، وبلغ حجم العقاقير المهدئة مئات الأطنان، كل ذلك من أجل الهروب من التوترات النفسية وتخفيف حدتها.⁵⁷⁵

⁵⁷⁴ عكاشة، أحمد، *الطب النفسي المعاصر*، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ط: 2، . 2003م. ص25-29.

متولي، أحمد مصطفى، *موسوعة الطب النفسي*، دار ابن الجوزي، القاهرة، ط1، 1426هـ - 2005م. 116-715/1.

⁵⁷⁵ المرجع السابق، 162/2-164.

المطلب الأول: الأمراض النفسية عند علماء النفس

عرّف علماء النفس الأمراض النفسية بأنها: "مجموعة متعددة المظاهر من الاضطرابات والانفعالات التي تحدث في كيان الشخصية وتخل بوظائفها، ولا تتسبب عن سبب عضوي معين في الجسم، وتقتزن غالبا بأسباب وعوامل نفسية المنشأ".⁵⁷⁶

وعرّف بعض العلماء المريض النفسي بأنه: "الشخص الذي أصبح من خلال صراعاته الداخلية، وصراعاته مع المجتمع يعاني من أعراض نفسية متعددة، تجعله غير قادر على الاستمرار أو الإنتاج كما ينبغي".⁵⁷⁷

ولقد أصبحت الأمراض النفسية تشغل عقول الأطباء والباحثين، وتنال عناية المراكز البحثية، حتى أضحي الطب النفسي تخصصا له بالغ الأهمية من بين التخصصات الطبية، وأصبحت هناك عيادات متخصصة للعلاج النفسي، فبالرغم من الرفاهية في عصر التطور المادي والتكنولوجيا إلا أن القلق والاضطراب، والخوف والاكتئاب، لا يزال يزداد يوما بعد يوم.

ويرى بعض الأخصائيين أن جميع الناس مرضى بالأمراض النفسية، وإنما يختلفون في درجة الإصابة بهذه الأمراض.⁵⁷⁸ ثم يبرر بعضهم سبب الإصابة بزيادة عدد السكان، والحروب والهجرة، ولأسباب اجتماعية واقتصادية.⁵⁷⁹

⁵⁷⁶ كمال، النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها، ص 9.

⁵⁷⁷ عكاشة، الطب النفسي المعاصر، ص 115.

⁵⁷⁸ كمال، النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها، ص 20.

⁵⁷⁹ المرجع السابق، ص 42.

ويرى الباحث أن هذا ليس هو السبب الأساسي، فهذه الأسباب كانت موجودة من قبل، وإنما السبب الحقيقي هو الانشغال بالمادة وإهمال الروح، فقد ازداد هذا البُعد بعد أن حلَّ عصر التطور والتكنولوجيا الحديثة.

وإذا كان علم النفس يريد أن يتعرف على حقيقة النفس البشرية ويسعى إلى حكم رشيد يحكم به على شخصية الإنسان، فيجب عليه أن يغيّر من وسائله وغاياته، ويبدّل نظره المحدودة، ليصبح قادراً على الوصول إلى نتائج إيجابية تفسر سلوك الإنسان تفسيراً صادقاً وسليماً. والطريق الموصل لهذه النتائج إنما هو اتباع المنهج الإسلامي الذي يستقي مادته من آيات الله تعالى، أي أن نجعل علم النفس علماً إسلامياً.

وإنه لمن المؤسف حقاً أن نجد كثيراً من علماء النفس لا زال مصراً على تجاهل حقيقة هامة، وهي أن العلم لن يحقق للإنسان السعادة ما لم يقتزن بالدين الحق. مع الاعتقاد بأن الدين لا يتناقض مع العلم، بل يدعو إليه ويصحح له المسار.

بل إن العلم بالرغم مما وصل إليه من التقدم في أبحاث العلاج النفسي، إلا أنه لا يزال يقف عاجزاً أمام منهج الدين في تشخيصه وعلاجه للنفس البشرية.

ولقد أصبحت الأمراض النفسيّة داء العصر بعد أن اتجهت الحضارة للجانب المادي وأغفلت الجانب الروحي، مع أن هذه الأمراض هي أخطر من الأمراض الجسديّة العضوية، فهي مخفية قد لا يكتشفها الإنسان لعدم شعوره بآلام ظاهرة محسوسة.

والباحث في كتاب الله تعالى وسنة رسوله (ص.س) يرى أنها حافلة بالحديث عن أمراض النفوس من حيث أسبابها وتشخيصها وعلاجها وطرق الوقاية منها، وذلك حتى تستقيم حياة الإنسان ويحظى بالسعادة في الدارين.

أما ما يقوم به أطباء النفس من علاجات آنية ومؤقتة، مثل العقاقير أو الإيحاءات، أو الرياضة فهي سرعان ما يزول تأثيرها وقد يعود المريض أكثر خوفاً وقلقاً وأرقاً في كثير من الحالات.

يقول الفقي: نرى أن الشخص الذي يبحث عن العلاج من القلق أو التوتر أو الخوف أو الشعور بالوحدة والضياع... إلخ يبحث عن العلاج في العالم الخارجي فيأخذ الأدوية الكيماوية التي قد تساعد في العلاج، ولكن لن تغير هذه الحبوب والأدوية الملفات المخزنة بعمق في العقل الباطن.⁵⁸⁰

فكم هناك من فرق شاسع وبون واسع بين المنهج الرباني في معالجة النفوس، وبين المنهج الوضعي البشري، فالله سبحانه الذي خلق هذه النفس هو أعلم بما يصلح شأنها ويقوم أعوجاجها. قال تعالى: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾.⁵⁸¹

فلكي يحدث أي تغيير متكامل يجب أن يبدأ من داخل الإنسان، ومهما كانت المساعدات الخارجية قوية وفعالة فإنها لن تساعد إلا إذا ساعد الإنسان نفسه، وذلك بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى، ثم بتغيير معنى الإدراك الموجود في الملفات الداخلية، وهنا يكون التغيير شاملاً.⁵⁸²

ويؤكد بعض علماء النفس، أن علاج هذه الأمراض، بالرغم من وسائله المختلفة وخاصة الحديثة منها والمتطورة، لا يزال علاجاً افتراضياً أو تجريبياً، فعلى علماء النفس أن يستفيدوا من الدين، وأن يلتزموا

⁵⁸⁰ الفقي، قوة التفكير، ص 29.

⁵⁸¹ سورة الملك "14..

⁵⁸² الفقي، قوة التفكير، ص 31.

بقوانين الخالق سبحانه، لأنهم ليسوا أعلم بالإنسان من الله تعالى الذي خلقه. فمن أخطر أسباب الأمراض النفسية هو البعد عن الإيمان بالله، والإلحاد وتشويش المفاهيم الدينية وعدم أداء العبادات.⁵⁸³

وقد عقدت الجمعية الأمريكية للطب النفسي اجتماعا في عام 1955م، ضم أصحاب التخصصات في علم النفس والاجتماع والطب والتربية، وطالب هؤلاء بأن يُعمل شيء لتدارك الفشل في العلاج النفسي، ومما توصلوا إليه هو الاستفادة من الدين في العلاج النفسي.⁵⁸⁴

المطلب الثاني: هل يُصاب المسلم بالمرض النفسي؟

إن العوارض النفسية لا يسلم منها إنسان، لأن الحياة الدنيا لا تصفوا لأحد، بل هي حياة ابتلاء وامتحان مليئة بالمنغصات والمكاره، قال تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ﴾.⁵⁸⁵ فالمصائب في دار الدنيا فيها تمحيص واختبار، ومن هذه المصائب الأمراض الجسدية، والأمراض والعوارض النفسية التي تصيب الإنسان، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِّن قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُم بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ﴾.⁵⁸⁶

والبأساء تعني الفقر والضيق في العيش، والضراء هي الأمراض والأسقام والآلام، يبتلي الله عباده بها لعلهم يدعون الله ويتضرعون إليه ويخشعون.⁵⁸⁷ وقيل: "الأسقام والعلل العارضة في الأجسام".⁵⁸⁸

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِي نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللَّهَ وَمَا عَلَيْهِ خَطِيئَةٌ".⁵⁸⁹

⁵⁸³ كمال، النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها، ص16.

⁵⁸⁴ فهمي، مصطفى، الإنسان وصحته النفسية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ط: بلا. ص173.

⁵⁸⁵ سورة الملك: 2.

⁵⁸⁶ سورة الأنعام: 42.

⁵⁸⁷ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 229/3.

⁵⁸⁸ الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، 355/11.

وقال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ

نُنَزِّلُهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٥٩٠﴾

قال الطبري في تفسيره: "(وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ) بالأوصاب والأوجاع والأسقام".⁵⁹¹

فالحياة الدنيا ليست سعادة مستمرة، وكما أن الأجساد تمرض فكذلك النفوس، فالمسلم مُعَرَّض للإصابة بالمرض النفسي، وكلما ضعف الإيمان بالله تعالى كانت وطأة المرض أشد، لذلك لُوَحِظَ أن نسبة حدوث حالات الانتحار في المجتمعات الغربية أكثر بكثير مما يحدث في المجتمعات الإسلامية، فكثير من الكفار يصابون بأمراض نفسية كالكتابة واليأس إذا ما نزلت بهم مصيبة وحلت بهم كارثة، فيلجأ بعضهم للانتحار للتخلص من تلك الأزمات النفسية، أما المؤمن فَإِنَّ إيمانه يجعله صابراً محتسباً، فيستعين بالله على نوائب الدهر، ويقاوم التشاؤم بالتفاؤل والأمل وحسن الظن بالله تعالى، وفي هذا الصدد يقول ابن القيم:

"وإذا اطمأن إلى حكمه الكوني: علم أنه لن يصيبه إلا ما كتب الله له، وأنه ما يشاء كان وما لم يشأ لم يكن فلا وجه للجزع والقلق إلا ضعف اليقين والإيمان. فإن المحذور والمخوف: إن لم يُقَدَّر فلا سبيل إلى وقوعه، وإن قُدِّر فلا سبيل إلى صرفه بعد أن أُبرم تقديره. فلا جزع حينئذٍ، لا مما قُدِّر ولا مما لم يُقَدَّر. نعم إن كان له في هذه النازلة حيلة فلا ينبغي أن يضجر عنها، وإن لم يكن فيها حيلة فلا ينبغي أن يضجر منها. فهذه طمأنينة الضجر إلى الحكم".⁵⁹²

⁵⁸⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، باب ما جاء في الصبر على البلاء، 4/602، ح2399، وقال: حسن صحيح.

⁵⁹⁰ سورة الحديد: 22.

⁵⁹¹ الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، 23/195.

⁵⁹² ابن القيم، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ) مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، تح: محمد المعتصم بالله البغدادي، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: 3، 1416 هـ - 1996 م، عدد الأجزاء: 2. 483/2.

قال تعالى: ﴿وَلَتَبْلُؤَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۚ

وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿٥٩٣﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿٥٩٤﴾. 593

قال البيضاوي في تفسيره: "وليس الصبر بالاسترجاع باللسان، بل به وبالقلب بأن يتصور ما خلق لأجله، وأنه راجع إلى ربه، ويتذكر نعم الله عليه ليرى أن ما أبقي عليه أضعاف ما استردّه منه فيُهَوِّن على نفسه، ويستسلم له". 594

فالمؤمن عنده يقين بأن الله تعالى أرحم بعباده منهم بأنفسهم، وأن ما يصيبهم إنما هو خير كله، وهذا ما أشار إليه النبي (ص.س) بقوله: "عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ". 595

وهذا البيان النبوي يشمل جميع الهموم والغموم، صغيرها وكبيرها، وأياً كان نوعها، فالأمراض النَّفسية هي نوع من الهم والابتلاء، ولم يرد في الكتاب والسنة ما ينفي إصابة المسلم بالأمراض النَّفسية، حسب تعريفها الطبي. 596

فالمؤمن عرضة للإبتلاء، وقد يصاب كغيره بالمرض النفسي، وليس في ذلك عار ولا عيب، وإن كان الكثير من الناس يتوهم أن المرض النفسي يعكس عيباً في شخصية المريض وسلوكه، أو في تدينه، ولا شك أن الإيمان بالله تعالى له أثر ودور كبير في تقوية النفس ورفع درجة صبرها. 597

593 سورة البقرة: 155-165.

594 البيضاوي، أنوار التنزيل وأسرار التأويل، 1/115.

595 مسلم، المسند الصحيح، 53 كتاب الزهد والرقائق، باب المؤمن أفرؤ كله خير، 4/2295 ح/2999.

596 الحبيب، طارق بن علي، مفاهيم خاطئة عن الطب النفسي، دار المسلم، الرياض، ط1، 1419 هـ - 1999 م.

ص14-15.

597 الصغير، محمد بن عبد الله، توعية المرضى بأمور التداوي والرقى، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، ط2، 1422 هـ - 2001 م.

ص17.

ويرى الباحث أنه من المهم أن يدرك الناس أن النفوس تصاب بالمرض كما تصاب الأجساد، ومن الغريب أن نتقبل مرض الأجساد ونذهب للطبيب طلباً للعلاج، وبعد التشخيص نتناول الدواء، في حين أننا لا نقبل بالمرض النفسي ونمتنع عن الذهاب للأطباء المختصين، فلا نقتنع بالتشخيص ولا بأخذ الدواء، ولعل السبب هو اعتقاد سائد لدى الكثيرين بأن الأطباء النفسيين لا يرتاد عياداتهم إلا من به شيء من الجنون أو مرض عقلي، ولا يزال هذا الاعتقاد موجوداً في كثير من مجتمعاتنا العربية.

ولكن مع تطور العلم الحديث، فقد ثبت أن المرض النفسي قد يكون بسبب الوراثة، أو لأسباب خارجة عن إرادة الإنسان، فلا يمكن لنا أن نُنكر هذا العلم، خاصة أننا اليوم نجد كثيراً من المسلمين يرتادون تلك العيادات النفسية. ونؤكد أن زيادة الإيمان له الأثر الكبير في الوقاية والعلاج من هذه الأمراض. ولكن الإيمان يزداد وينقص، فكلما زاد الإيمان ضعف أثر وطأة المرض.

يقول أحد المختصين بأن الوسواس القهري مثلاً قد يصل ببعض الأشخاص إلى المرض النفسي العقلي، وفي العيادات النفسية حالات كثيرة، بعضهم من أهل الخير والصّلاح - ومنهم من طلبة العلم الأخيار - حيث يسترسل المريض مع وساوسه وشكوكه وتُلجُّ عليه أفكاراً وصوراً ذهنية يتوهم صدقها فيظن أنه كافر بذلك، فيذهب ويغتسل ويتشهد ليجدد دخوله في الدين كل يوم مرة أو مرتين أو أكثر.⁵⁹⁸

⁵⁹⁸ الصغير، توعية المرضى بأمور التداوي والرقى، ص 78.

المطلب الثالث: الأمراض النفسِيَّة والعوارض النفسِيَّة

للأمراض النفسِيَّة أنواع كثيرة ولكن قبل البدء بالحديث عن أشهر أنواعها لا بد من الإشارة إلى

أن هناك أمراض نفسية تحتاج إلى علاج، وهناك عوارض نفسية طبيعية يمر بها الإنسان:

1- الأمراض النفسِيَّة: وهي التي تؤثر على تفكير الإنسان وعقله فيفقد استبصاره وإدراكه لما

حوله، وتضعف كفاءته وقدرته في الحكم على الأمور، ويحدث فيها أعراض غريبة لم تكن من قبل،

كالاغتنادات والأفكار الغريبة التي لا تقبل النقاش، أو أن تتأثر بما بعض حواسه، كأن يسمع أصواتا أو

يرى أجساما لا وجود لها في الحقيقة.

2- العوارض النفسِيَّة: وهي غير مؤثرة على عقل الإنسان، ولا تُفقد استبصاره أو قدرته في

الحكم على الأمور، لكنها تُنقص نشاطه بعض الشيء، كالحُزن الشديد لفترات من الزمن، وعدم القدرة

على التوافق مع مستجدات الحياة.⁵⁹⁹

⁵⁹⁹ - الحبيب، مفاهيم خاطئة عن الطب النفسي، ص14-15.

المبحث الثاني: القلق

المطلب الأول: تعريف القلق وأسبابه

1- تعريف القلق

القلق لغة: الإِنْزَعَاَجُ. يُقَالُ: بَاتَ قَلِقًا، وَأَقْلَقَهُ غَيْرُهُ.⁶⁰⁰

وعرّف فرويد القلق بأنه: "حالة من الخوف الغامض الشديد، الذي يمتلك الإنسان ويسبب له الكدر والضييق والألم، والشخص القلق يتوقع الشر دائما، ويبدو دائما متشائما، وهو يتشكك في كل أمر يحيط به، ويخشى أن يصيبه منه ضرر".⁶⁰¹

فهو شعور غامض غير سار ومبالغ فيه، يكون خارج سيطرة المريض، يتصف بالتوتر والخوف، سواء كان حيال أمور محددة أو غامضة.⁶⁰²

2- أسباب القلق

يرى فرويد أن هناك صلة وثيقة بين القلق وبين الحرمان الجنسي، فقد شاهد أن كثيراً من المرضى الذين يشتكون القلق يشتكون أيضا من الحرمان الجنسي، أو من وجود عوائق تمنعهم من ذلك، وهو يفسر ذلك بأنه عندما تُمنع الرغبة الجنسية من التفرغ والإشباع فإن الطاقة النَّفسِيَّةَ المتعلقة بالدَّافِعِ الجنسي تتحول لقلق.⁶⁰³

ويقول الباحث بأن الحرمان والكبت الجنسي يؤدي للقلق، لذلك حث النبي (ص.س) على الزواج ومنع من الرهبانيَّة، ولكن فرويد قد بالغ في الربط بين الأمراض النَّفسِيَّةَ وبين الغريزة الجنسية.

⁶⁰⁰ ابن منظور، لسان العرب، 323/10.

⁶⁰¹ فرويد، سبجمند، الكف والعرض والقلق، ترجمة مُجَّد عثمان نجاتي، دار الشروق، القاهرة، ط4، 1409 هـ-1989 م ص13.

⁶⁰² متولي، موسوعة الطب النفسي، 446/2.

⁶⁰³ فرويد، الكف والعرض والقلق، ص16-17.

وغالباً ما يبدأ القلق طبيعياً ثم يتفاقم ليصبح مرضياً، ويمكن ربطه بثلاثة أسباب رئيسية:

أولاً: الوراثة: يمكن القول بوجود استعداد وراثي يساهم في استجابة الشخص للقلق، ولكن لا يعتبر هو السبب الرئيسي لذلك.

ثانياً: البيئة: وهي العوامل الخارجية والظروف المحيطة بالفرد ومراحل النمو التي مر بها خلال تنشئته، ويتضمن ذلك:

أ- دور الأسرة في التنشئة العقلية والجسمية.

المشاكل الأسرية والاجتماعية التي مر بها الفرد، كالفقر والجهل والحرب والخلافات والمشاجرات.

ب- المشاكل التي مرَّ بها خلال مراحل النمو من الطفولة فالمراهقة والبلوغ، ثم الشباب والكهولة.

ج- الاخفاقات والصدمات التي تعرض لها في حياته.

د- الصراع بين الدوافع، وعدم القدرة على إشباعها المتوازن.

هـ- الشعور بالذنب والخوف من العقاب من قبل القانون أو الدين، في الدنيا أو الآخرة.

ثالثاً: الشخص ذاته: وهذا هو أهم سبب من الأسباب، فليست المشاكل في ذاتها هي السبب فحسب، بل إن نظرة الشخص لهذه المشاكل وتفسيره لها وشدة تأثره بها هو الذي يجعله يشعر بشدة القلق، فقد تكون المواقف والمشاكل واحدة ولكن شدة تأثر الأفراد بها مختلفة وذلك تبعاً لاستجاباتهم وتحليلاتهم.

المطلب الثاني: نوعا القلق (الطبيعي الإيجابي والمرضي السّلي)

القلق هو انفعال كباقي الانفعالات، له درجات طبيعية وقد يتجاوزها إلى المرضية،

ويمكن تقسيم القلق إلى نوعين:

النوع الأول: القلق الطبيعي الإيجابي: وهو عبارة عن انفعالات مؤقتة وطارئة، تمر بالشخص في مرحلة من مراحل حياته، فهو قلق معروف السبب وتكون الاستجابة الانفعالية متوازنة ومتعادلة مع حجم المثير، ويزول بزوال سببه، فكل إنسان تمر به حالة من الحزن والألم والخوف...، وينتج عن ذلك القلق، وهي حالة طبيعية وإيجابية في كثير من الأحيان، لأنها تدفع الإنسان لحماية نفسه ضد أي خطر كما تدفعه للإنجاز والمثابرة والعمل، ويستنفر الطاقات العقلية والحركية للتصرف الملائم حتى يزول مصدر هذا القلق، وهو بهذه الحالة دليل على الصحة والنضوج.

النوع الثاني: القلق المرضي السّلي: الذي يسمى (الحُصْر) وهو في اللغة العُي، وضيق الصدر.⁶⁰⁴

وهو خوف شديد دون مبرر، يستمر لساعات أو أيام، يدفع للانطواء والانغلاق على النفس،

ويعوق التقدم والإنجاز.

"فهو حالة شعورية مصحوبة بتغيرات فيسيولوجية داخلية، وتأهب حركي خارجي، وموضوعه

الخوف من شيء مجهول أو توقع خطر غير معروف".⁶⁰⁵

⁶⁰⁴ الرازي، مختار الصحاح، ص 74.

⁶⁰⁵ توفيق، التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية، ص 387.

المطلب الثالث: أعراض القلق

الأعراض النَّفسِيَّة: الشخص القلق يشعر بالكدر وعدم الطمأنينة، وهو سريع الانفعال ضعيف الانتباه والتركيز، متوتر الأعصاب ويفسّر ما يدور حوله تفسيراً سلبياً، مضطرب المزاج متردد في التّفكير عاجزاً عن البتّ في الأمور لأنه ضعيف الثّقة بنفسه.

فالسّمات الغالبة على تفكير الشخص القلق تتّسم بالسّلبية، فهو متشائم غير متفائل، يتوقع الشر دائماً، يشعر بالخوف مما هو قادم في المستقبل ويتصيد الدلائل الواهية على وقوع المصائب والكوارث. ويمكن إجمال هذه العوارض النَّفسِيَّة كما يلي:

العصبية والتوتر لأنّفه الأسباب.

الخوف الزائد وما يرافقه من الرعب.

الشُرود والنسيان وصعوبة التّفكير.

سوء التوافق الأسري والمهني.⁶⁰⁶

الأعراض الجسمية: قد يتعرض مريض القلب إلى أزمات حادة والخفقان، وتنعكس على الجهاز الدوري الدموي، مما يسبب شعور المريض بألم في الصدر وضيق التنفس واضطراب نبضات القلب، كما يؤدي القلق إلى ارتفاع ضغط الدم، وأمراض المعدة كالقرحة والتقلصات، وبرودة الأطراف، وتصبب العرق، وحالات التعب والإعياء، وقلة الشهية والنّوم، مع أوجاع بدنية مختلفة، كالدوار والصداع، وآلام المفاصل، وعندما يشعر المريض بهذه الأعراض البدنية يزداد عنده القلق.⁶⁰⁷

⁶⁰⁶ توفيق، التّأصيل الإسلامي للدراسات النفسية، ص 390.

⁶⁰⁷ فرويد، الكف والعرض والقلق، ص 13-14.

المطلب الرابع: علاج القلق في الإسلام

إن القلق كاضطراب نفسي له أسباب كثيرة ويكون العلاج بتحليل الأسباب ثم مساعدة المريض على بناء أفكار إيجابية لتحل مكان الأفكار السلبية المؤلدة للقلق.

وإن البعد عن الاعتقاد السليم يجعل الإنسان يقف حائراً أمام الأسئلة التي تحول في فكره، وهي الأسئلة الوجودية، كأن يسأل الإنسان نفسه: من أوجده، ولم أوجده، وما هو مصيره بعد الموت؟. هذه الأسئلة عندما لا يجد لها الإنسان جواباً شافياً يقع في الحيرة والقلق، فيأتي الإسلام ليحييه على هذه الأسئلة ويبين له التصور الإسلامي عن الكون والحياة والخالق والمخلوق، فيجد بياناً واضحاً عن المنشأ والغاية والمصير، ويشعر أن وجوده في الحياة له قيمة وأنه مسؤول، فهو لم يُخلق عبثاً ولم يُترك سداً، مما يبعث في نفسه الأمل والتفاؤل، ويبعد عنه مشاعر الحيرة والتشاؤم، فكثير ممن يصابون بالأمراض النفسانية ويؤدي بهم الأمر للانتحار يكون مبدأ هذه الأمراض الشعور بالقلق الناتج عن خلل في الاعتقاد.

وإذا كان القلق مبعثه صراع الدوافع والغرائز، وعدم التوازن في إشباعها إما بالإفراط أو التفريط، وعدم الاعتدال في تليتها نتيجة التشدد أو التفلت، فإننا نجد أن الإسلام قد قدّم لنا المعيار المتوازن بما يتوافق مع فطرة الإنسان، فبين لنا الحلال من الحرام، والطيب من الخبيث، والمعروف من المنكر، مما يحسم الصراع الداخلي لدى المسلم.

وقد يكون الصراع ضمن نطاق الحلال فيختار الشخص عندما يريد أن يختار، ومثاله: أن يشعر بالقلق عندما يُخَيَّر بين خطيبتين، أو بين وظيفتين، أو بين إبرام عقد تجاري أو رده... وهنا نجد أن الإسلام قد شرع لنا الاستشارة وتكون لأهل الاختصاص، كما شرع لنا الاستخارة.

إبراهيم، عبد الستار، *القلق قيود من الوهم*، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ط: بلا. ص 16-18.
السباعي، زهير أحمد، *القلق وكيف نتخلص منه*، دار القلم، دمشق، ط3، 1420 هـ-1999 م. ص 9.

فبينما كان أهل الجاهلية يلجؤون لزجر الطير ويأتون العرافين والسحرة لقراءة الكف والخط في الرمل وغير ذلك من الضلالات لتخفيف القلق وصراع الأفكار الناشئ عن التردد والحيرة، نجد أن في صلاة ودعاء الاستخارة علاج لحالة القلق النفسية التي يشعر بها الإنسان، لما في هذا الدعاء من تفويض الأمر لله سبحانه الذي يعلم عاقبة الأمور.

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ (ر.ض) قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) يُعَلِّمُنَا الْإِسْتِخَارَةَ فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا، كَمَا يُعَلِّمُنَا السُّورَةَ مِنَ الْقُرْآنِ، يَقُولُ: "إِذَا هَمَّ أَحَدُكُمْ بِالْأَمْرِ، فَلْيَرْكَعْ رَكَعَتَيْنِ مِنْ غَيْرِ الْقِرْبَضَةِ، ثُمَّ لِيَقُلْ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَفِيدُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي - أَوْ قَالَ عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ - فَاقْدُرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي، ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ، وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي - أَوْ قَالَ فِي عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ - فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي عَنْهُ، وَاقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ، ثُمَّ أَرْضِنِي" قَالَ: "وَيُسَمَّى حَاجَتَهُ".⁶⁰⁸

فهذا الدعاء يُطمئن قلب المسلم ويُريح فكره عن التخبط والقلق، ففيه الطلب من الله تعالى أن يختار له ما فيه صلاحه العاجل والآجل، في الدين والدنيا والآخرة، وهذا الغيب لا يعلمه الإنسان لذلك إن لجأ إلى اختياره يبقى قلقاً من نتيجته التي قد يُخطئ فيها وقد يصيب، أما التجاؤه إلى علام الغيوب سبحانه فإنه يقطع علائق القلب بما يريد مع تمام الرضى والتسليم بمراد الله سبحانه. لذلك جاء في الدعاء "وَاقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ، ثُمَّ أَرْضِنِي". فصرفه عن العبد عدم تقديره له، وصرف العبد عنه أنقطاع تعلق القلب به حتى يرضى ويطمئن باختيار الله تعالى له.

⁶⁰⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 80 كتاب الدعوات، بَابُ الدُّعَاءِ عِنْدَ الْإِسْتِخَارَةِ، 1/8 ح/6382.

إن الدعاء والذكر والصلاة والعبادات بشكل عام لها دور كبير في علاج القلق وسائر الأمراض النفسية، لأن هذه الأمراض كثيراً ما يتداخل بعضها ببعض، فالقلق قد يؤدي للاكتئاب، والعكس صحيح، كما أن الوسوسة تؤدي للقلق، والحزن المستمر قد يؤدي للاكتئاب... ولما كان الترابط والتداخل بين هذه الأمراض قائم كان العلاج بالدعاء والذكر والعبادة علاج عام ومناسب في جميع الحالات.

قال تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾⁶⁰⁹.

وقال تعالى: ﴿إِنَّمَا التَّجَوَّى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾⁶¹⁰.

فذكر الله تعالى هو مصدر لطمئينة القلب، بينما وساوس الشيطان هي مصدر لاضطراب القلب والشعور بالقلق. فقد يثير الشيطان بهذه الوسوس الانفعالات عندما يثير في الفكر تذكر مواقف ومثيرات، ثم يغتنم فرص تلك الانفعالات فيؤجج نارها لتنتقل هذه الخواطر في النهاية إلى إرادة وعزم وسلوك منحرف.

⁶⁰⁹ سورة الرعد: 28.

⁶¹⁰ سورة المجادلة: 10.

المبحث الثالث: الاكتئاب

المطلب الأول: الاكتئاب مرض العصر

يسعى الإنسان في هذه الدنيا أن يعيش حياةً مليئةً بالسعادة والمتعة، وبعيدة عن الحزن والألم، وهذه السعادة هي قوة نابعة من الداخل، تبتُّ في نفس الإنسان السكينة والطمأنينة، وكلُّما زاد الإيمان بالله تعالى والرضى بقضائه، والصبر على بلوائه، كلما زادت هذه السعادة، فهي نعمة من الله تعالى لا يمكن أن تُشترى بالمال، فكثير من أرباب الأموال قد يفتقرون إليها، وكثير من الفقراء قد ينعمون بها، فالغنى المادي ليس مقياساً للسعادة، بل كثير ممن يُقدِّمون على الانتحار في الدول الغربية هم من أهل الترف والغنى.

كما أن هذه السعادة ليست دائمة مستمرة على وتيرة واحدة، فالحياة الدنيا لا تخلو من المتاعب والأكدار، والآلام والأحزان، لأنَّها دار ابتلاء وامتحان، فإما أن يتغلب الإنسان على تلك الأحزان، فتكون مؤقتة وعارضة، فيمرُّ بها مرور الكرام، ليعود بعدها إلى ما كان عليه من السكينة والاطمئنان، وإما أن تتغلب عليه فيغرق بين أمواجهها، ويكوى بلهبها، فتؤدي به إلى اليأس والاكتئاب.

ويقول الشرييني بأن الاكتئاب هو من أكثر أمراض العصر انتشاراً، ونستطيع الكشف عنه من خلال الأعراض التي تظهر على المريض، فعندما يشعر الإنسان بضيق وحزن يمنعه من ممارسة أنشطة الحياة المعتادة، كالعمل وتناول الطَّعام والنَّوم وزيارة الأصدقاء وغير ذلك من الأنشطة، فهذه الأعراض تدل على الإصابة بالاكتئاب النَّفسي. والعالم اليوم يعيش في عصر الاكتئاب، وقد ورد في إحصائيات منظمة الصحة العالمية أن الذين يُقدِّمون على الانتحار يصل عددهم في العام إلى (800) ألف شخص، وهذا بسبب الإصابة بالاكتئاب، حيث يصل الشخص إلى مرحلة اليأس، ولكن العدد الحقيقي للمصابين أكثر

من ذلك بكثير، فهناك كثير من الحالات التي تبقى مجهولة ولا يتم الكشف عنها، وتبيّن من خلال الدراسات أن (80%) من المصابين بهذا المرض لا يذهبون للأطباء رغم شدة المعاناة.⁶¹¹

فالإكتئاب أصبح حقيقة من حقائق الحياة، وهو يزداد انتشاراً في عصرنا المليء بالمتغيرات الضاغطة والأحداث المتسارعة، ويحدث عند المراهقين بنسبة (3%) منهم، وتكمن خطورة هذا المرض أنه أحد الأسباب المؤدية إلى دمار الإنسان، وتُشير البحوث إلى ارتباطه بالانتحار، وأن نسبة (50%) إلى (70%) من حالات الانتحار سببها الاكتئاب.⁶¹²

وبالتالي يُعدُّ الاكتئاب أحد المظاهر النَّفسية التي يعاني منها الكثير من الأفراد، ويرافق المريض الشعور بالإحباط، ولا يختلف الاكتئاب من حيث النوع بل يختلف من حيث القوة والدرجة، ويتأثر أغلبنا بأي تغييرٍ في حياتنا، سواء أكان هذا التأثير بسيطاً أو شديداً، ومعظم الأفراد يصيبهم اكتئاب خفيف، نتيجة إصابتهم بالحوادث الصادمة في حياتهم، وبعضهم يكون لديه ردة فعل اكتئابية شديدة تجاه هذه الأحداث نفسها، وهناك عدة عوامل تزيد من قابلية الإصابة، كالعوامل البيولوجية، والوراثة، والعوامل النفسية التي ربما تتأثر بالعوامل الخارجية.⁶¹³

⁶¹¹ الشربيني، لطفي، *الاكتئاب الأسباب والمرض والعلاج*، بيروت، دار النهضة العربية، ط1، 2001م. ص17-18.

⁶¹² بركات، *العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكتئاب*، ص4.

⁶¹³ أبو فايد، ريم محمود يوسف، *فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتخفيف حدة الاكتئاب لدى مرضى الفشل الكلوي*، رسالة ماجستير في قسم علم النفس من كلية التربية في الجامعة الإسلامية، غزة، 1431هـ-2010م. ص10.

المطلب الثاني: التعريف بالاكْتئاب

الكآبة: سُوء الحال، والانكسار، وكَيْب: حَزَنٌ وَاغْتَمَّ وَاِنْكَسَرَ.⁶¹⁴

وقال الزبيدي الكآبة: الغَمُّ، وسُوء الحال، والانكسارُ من حُزن.⁶¹⁵

اصطلاحاً: يعرف الاكتئاب بأنه: "حالة انفعالية وقتية أو دائمة يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق، وتشيع فيها مشاعر الهم والغم، وتُصاحب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية والجسمية".⁶¹⁶

وعرّفت جمعية الطب النفسي الأمريكية الاكتئاب في تصنيفها الرابع بأنه:

"اضطراب يتميز بوجود خمسة أعراض أو أكثر تُمثّل تغيراً في الأداء الوظيفي وهي: المزاج المكتئب غالبية اليوم لمدة لا تقل عن أسبوعين، والنقص الواضح في الاهتمام والمتعة بأي شيء، ونقص الوزن الملحوظ بدون عمل رجيح أو زيادة الوزن، وقلة أو عدم النوم أو زيادة في النوم، هياج نفسي حركي أو بطء في النشاط النفسي والحركي، الشعور بالتعب أو فقدان الطاقة على العمل، الشعور باللامبالاة أو الشعور بالذنب الزائد عن الحد، النقص في القدرة على التفكير أو التركيز أو اتخاذ القرارات، أفكار متكررة عن الموت أو أفكار انتحارية متكررة بدون خطة أو محاولة انتحارية حقيقية، وتتحدد الأعراض من خلال شكوى المريض أو ملاحظة المحيطين به، ويمكن أن يكون المزاج في الأطفال والمراهقين متهيجاً يتميز

⁶¹⁴ ابن منظور، لسان العرب، 694/11.

⁶¹⁵ الزبيدي، تاج العروس، 92/4.

⁶¹⁶ هندية، مُنجد سعيد سلامة، مدى فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في تخفيف حدة الاكتئاب لدى الأطفال (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة عين شمس، مصر، 2003م. ص8.

بسرعة الغَضَب، وتسبب هذه الأعراض اضطراباً واضحاً في المجالات الاجتماعية والمهنية، وهي ليست نتيجة مرض عضوي ولا تعزى إلى فقدان أو موت شخص عزيز".⁶¹⁷

وعرّف زهران الاكتئاب بأنه: "حالة من الحزن الشديد المستمر تنتج عن الظروف المحزنة الأليمة، وتعبّر عن شيء مفقود وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه".⁶¹⁸

وهناك محاولة لتعريف الاكتئاب بنقيضه وهو السعادة، والسعادة تعني الشعور بالارتياح، وهذا الشعور يتضمن الرضا الداخلي عن الذات وعن الحياة بصورة عامة، وإذا غاب هذا الشعور فقد يكون وصفاً يناسب الاكتئاب، وهذه الانفعالات هي أمر طبيعي يمر به الإنسان فلا بد من الشعور بالسعادة في بعض الأحيان، والشعور بالحزن في أحيان أخرى، وهذا الشعور الأخير لا يلزم منه وجود المرض دائماً.⁶¹⁹

فالاعتئاب في أصله حزن ويصبح حالة مرضية عندما يتحول الحزن إلى حالة مزمنة من التشاؤم والقلق والشعور باليأس.

وهناك فرق بين الاعتئاب الانفعالي الذي يعود لاضطرابات نفسية اجتماعية، وبين الاعتئاب الذهاني الذي يعود لاضطرابات عقلية. وقد تبدأ الاضطرابات على شكل انفعالات طبيعية، ثم تتطور لتصبح اضطراباً نفسياً ثم تتطور إلى اضطراب عقلي (ذهاني).

⁶¹⁷ DSM-IV. (1994). Diagnostic Criteria. Washington: published by the American Psychiatric Association.

⁶¹⁸ زهران، حامد زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، ط4، 1426-2005 م. ص514.

⁶¹⁹ - الشربيني، الاعتئاب الأسباب والمرض والعلاج، ص16.

المطلب الثالث: الاكتئاب العرضي والمرضي

يمكن تقسيم الاكتئاب إلى نوعين رئيسيين:

الاكتئاب العرضي:

وهو اكتئاب طارئ، حيث يشعر الإنسان بالحزن والضيق لفترة محدودة، وهذا الشعور لا تخلو منه الحياة اليومية، وعادة لا يؤثر على أعمال الإنسان، كما لا يعتبر مرضا يستوجب العلاج، ويمكن تجاوزه بإشراك صديق أو فرد من العائلة للتنفيس عما يجده الإنسان في نفسه. وقد حدث النبي (ص.س) على تنفيس الكرب عن المسلمين حتى لا يمتد أثرها فتصبح مرضا.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا، نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ يَسِّرْ عَلَى مُعْسِرٍ، يَسِّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ".⁶²⁰

الاكتئاب المرضي: هو اضطراب يستمر لفترة من الزمن ولا يكون عرضيا، وله تصنيفات متعددة

نذكر أهمها فيما يلي:

الاكتئاب الخفيف أو البسيط: وهو أخف أنواع الاكتئاب: "ويبدو في شكل شعور بالإجهاد

وثبوت العزيمة وعدم الشعور بلذة الحياة".⁶²¹ فيقوم المريض المصاب بأداء واجباته اليومية، ولكن مع بذل

الجهد.⁶²²

⁶²⁰ مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، بابُ فَضْلِ الْجَمْعِ عَلَى تِلَاوَةِ الْقُرْآنِ وَعَلَى الذِّكْرِ، 2699/4 ح.

⁶²¹ الشاذلي، عبد الحميد، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، ط2 2001م. ص133.

⁶²² رضوان، سامر، الصحة النفسية، دار المسيرة، عمان، ط:2، 2007م. ص419.

الاكتئاب الحاد: ويسمى (السود) وكلمة السود تطلق على الاكتئاب الكبير، الذي يسبب فقدان الشهية وعدم القدرة على الاستمتاع بالنشاطات اليومية، وصعوبة الاستيقاظ المبكر وبطء الحركة، وكذلك يشعر المريض بالذنب دون مبرر.⁶²³

الاكتئاب المزمن: فعندما يستمر لفترة أكثر من ستة أشهر يُطلق عليه اسم اكتئاب مزمن.⁶²⁴

الاكتئاب التفاعلي أو الموقفى: وهو قصير المدى، ويحدث نتيجة ردة فعل بعد حدوث كارثة مثل رسوب طالب، أو موت عزيز.⁶²⁵

الاكتئاب الشرطي: "وهو اكتئاب مصدره الأصلي يعود إلى خبرة جارحة تعود إلى الظهور بظهور وضع مشابه أو خبرة مماثلة للوضع أو الخبرة السابقة".⁶²⁶

اكتئاب سن القعود: ويحدث عند النساء في الأربعينيات من العمر، وعند الرجال في الخمسينيات، أي عند سن القعود عن العمل، أو عند نقص الكفاية الجنسية أو الإحالة إلى التقاعد ويظهر فيه الشعور بالقلق والهم والتهيج والهذاء، وتسيطر أفكار الوهم والتوتر العاطفي والاهتمام بالجسم، وقد يظهر تدريجياً أو فجأة، وربما صحبته ميول انتحارية، ويسمى أحياناً سوداء سن القعود.⁶²⁷

⁶²³ المطيري، سهيل معصومة، الصحة النفسية (مفهومها - اضطراباتها) مكتبة الفلاح، الكويت، ط:1، 2005م. ص228.

⁶²⁴ المرجع السابق، ص228.

⁶²⁵ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص514.

⁶²⁶ الشاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ص134.

⁶²⁷ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص514.

المطلب الرابع: أسباب وأعراض الاكتئاب

إن أسباب الاكتئاب هي نفسها أسباب الأمراض النفسانية عموماً، فقد يكون هنالك استعداد وراثي وضغوط بيئية ومصائب كفقد الأحبة أو هلاك المال، وأزمات متلاحقة كالحروب والكوارث البيئية والفقر... كل ذلك قد ينتج عنه حال الكآبة، وإن استمر مرضاً يحتاج إلى علاج، ويمكن تشخيصه من خلال الأعراض.

628 فللاكتئاب أعراض جسدية وأعراض نفسية سلبية يمكن تلخيصها كالتالي:

أولاً: الأعراض الجسمية:

ضيق الصدر، وفقدان الشهية ونقص الوزن، والغثيان، والصداع، والدوار، وضعف النشاط العام والشعور بالتعب، وآلام في الظهر، وضعف الشهوة الجنسية، واضطراب الدورة الشهرية عند النساء وتوهم المرض.

ثانياً: الأعراض النفسية والفكرية:

الميل للعزلة والشعور الدائم بالحزن والضيق الشديد والتعاسة، وهبوط الروح المعنوية وسيطرة المشاعر السلبية كاليأس والإحباط، وانحراف المزاج، وضعف الثقة بالنفس، والشعور بالنقص، والقلق والتوتر والأرق، وغلبة التفكير السلبي المتشائم ويكون التفكير بطيء مع ضعف التركيز، وتكون النظرة للحياة سوداوية مع الشعور بالذنب وعدم الرضى عن الذات واحتقارها وجلدها، وقلة الكلام وانخفاض الصوت. كما تراود المريض أفكار الانتحار.

⁶²⁸ المرجع السابق، ص 515-517.

الشاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ص 136-138.

بوميل، علاج الاكتئاب بالوسائل الطبيعية، ص 4.

قال ابن القيم: "فالْحُزْنُ مرض من أمراض القلب يمنعه من نهوضه وسيره وتشميره".⁶²⁹

وللاكتئاب أثر كبير على التفكير حيث ينتاب التفكير عدة اضطرابات من أهمها الإجهاد الشديد عند التفكير في أبسط الأشياء وكأنَّ الشخص يقوم بعمل بدني شاق وكذلك تضخيم الأمور البسيطة فالذهاب للعمل يكتنفه المخاوف وخروج أحد الأولاد من المنزل يصاحبه أفكار بالحادث والموت والقتل ثم تضخيم أتفه الأشياء كدهان المنزل أو الجلوس مع الأصدقاء أو الخروج بالمواصلات...⁶³⁰

ثالثاً: الأعراض الاجتماعية:

كما أن هذه الآثار النفسية للاكتئاب تنعكس سلباً على العلاقات الاجتماعية، ويؤيّن المعايطة هذه الآثار بأنها تتسم بالافتقار للإيجابية في المواقف الاجتماعية، والصعوبة في تكوين علاقات جدية، والتفاعل المحدود وقلة المشاركة مع الآخرين، وعدم القدرة على التعبير عن النفس بشكل مناسب أو الدفاع عما ينسب إليهم من خطأ أو تصرفات، وعدم الرضا عن العلاقات الاجتماعية كالعلاقة بالزوج أو الزملاء.

ويميل الشخص إلى الانسحاب، والشعور بالقلق والكدر تجاه المواقف الاجتماعية المتوقعة أو القائمة بالفعل، وعدم المبالاة بالبيئة، ونقص الميول والاهتمامات وإهمال النظافة الشخصية والإهمال العام.⁶³¹

⁶²⁹ ابن القيم، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ) طريق الهجرتين وباب السعادتين، دار السلفية، القاهرة، مصر، ط: 2، 1394هـ، عدد الأجزاء: 1. ص 279.

⁶³⁰ عكاش، الطب النفسي المعاصر، ص 433.

⁶³¹ المعايطة، المدخل إلى علم النفس، ص 373.

المطلب الخامس: تفسير الاكتئاب النفسي من وجهة نظر المدارس النفسية

1- نظرية التحليل النفسي

ترى هذه النظرية أن نمط الشخصية يحاول كبت وتحويل انفعالات الشخص إلى الداخل، ويكون عرضة للاكتئاب أكثر من ذلك النمط الذي يعبر عن هذه الانفعالات بطرائق مختلفة. وأن الأطفال الأيتام الذين مروا بتجربة فقد والديهم أكثر عرضة للاكتئاب من غيرهم وذلك في سنين رشدتهم، حيث تستثير المشاعر المؤلمة الحاضرة مشاعر الفقد القديمة الناتجة عن اليتم، ولما كان الأنا الأعلى يرفض مثل هذه المشاعر فإنه يحولها إلى الذات. وما الاكتئاب في حقيقته إلا نوع من العدوان الموجه ضد الذات.⁶³²

ويفسر فرويد وأبراهام الاكتئاب على أنه نكوص للمرحلة الفمية السادية في التطور الجنسي للشخصية، وأن المكتئب يحمل شعوراً متناقضاً ناحية موضوع الحب الأول الموجه نحو (الأم) ونتيجة للإحباط، وعدم الإشباع في مراحل نموه الأولى، يتولد عنده الإحساس بالحب والكراهية والالتحام والنبذ، وعندما يصاب الشخص بعد نضوجه بفقدان عزيز أو خيبة أمل فإنه ينكص لحاجته الأولية، وبعمليات دفاعية لا شعورية من الإسقاط والإدماج والنكوص.⁶³³

2- النظرية المعرفية

رائد هذه النظرية هو العالم الأمريكي أرون بيك الذي يرى أن الاكتئاب هو: "اضطراب ناجم عن عملية الإدراك والتفكير الخاطئ: "إذ يعتقد أن الأشخاص المكتئبين هم الذين يخلقون الاكتئاب بأنفسهم عن طريق نزعتهم إلى التفكير السلبي أو ما سماه "باللاعقلانية". وبالتحديد يرى الأشخاص

⁶³² غانم، محمد حسن، مشكلات النوم وعلاقتها بالقلق والصريح والاكتئاب، مجلة دراسات عربية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر، 2002م، ص44.

⁶³³ عكاشة، الطب النفسي المعاصر، ص426.

المعرضين للاكتئاب عادة يلجؤون لتبرير أي فشل يواجههم في حياتهم بأسباب شخصية متعلقة بهم أنفسهم، ويهملون أو يقللون من دور الظروف التي أحاطت بهذا الفشل.⁶³⁴

فالمكتئب يُكوّن نُظم فكرية سلبية ناحية الذات والعالم والمستقبل ويكون العلاج بتغيير النظم الفكرية السلبية بأسلوب العلاج المعرفي، وهذه النظم المعرفية والدينية تختلف في بلادنا العربية عن البلاد الغربية.⁶³⁵

3- النظرية السلوكية

يرى أنصار المدرسة السلوكية أن السلوك العصبي يتم تعلمه واكتسابه تبعاً للمبادئ العامة ذاتها والتي تحكم اكتساب كل سلوك يتم تعلمه.

وعلى حد قول أحد أقطاب المدرسة السلوكية -وهو لازاريوس- فإن الاكتئاب يمكن النظر إليه على أنه نتيجة للتعزيز الخاطئ أو التعزيز غير الكافي، ويمكن حدوثه عند انسحاب التعزيز الكافي، كانسحاب الحب أو العطف والتأييد مع موت أحد الأقارب المقربين.⁶³⁶

4- النظرية الطبية النفسية

يهتم الأطباء النفسيون بدراسة الأعراض الطبية في الاكتئاب وعلاقتها بالاضطرابات الوظيفية في الجسم، واختلال النظام الكيميائي أو العصبي أو الهرموني، وبالتالي فإن العلاج للاكتئاب لديهم ينصبّ على تلك الأعراض المرضية دون البحث في الجذور الحقيقية الكامنة وراءها، أو

⁶³⁴ عبد اللطيف، الاكتئاب النفسي، دراسة الفروق بين الحضارتين وبين النوعين الاجتماعيين، ص 45.

⁶³⁵ عكاشة، الطب النفسي المعاصر، ص 426-427.

⁶³⁶ العيسوي، عبد الرحمن، الإسلام والعلاج النفسي الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، ط: 2، 2009م.

ص 161-162.

الكشف عن دينامية الاكتئاب وعلاقته بالصِّراعات النَّفسية المختلفة، وذلك باستخدام الأسباب العلاجية الطبية مثل العلاج بالعقاقير الكيميائية والعلاج بالصدمات الكهربائية والجراحات النَّفسية، ويعتبر دليل التشخيص الإحصائي الذي أعدته جمعية الأطباء النفسيين الأمريكية عام (1982م) دليل التشخيص الفارقي الرئيس والذي يعتمد عليه معظم الأطباء النفسيين في العالم.⁶³⁷

المطلب السادس: علاج الاكتئاب

يتم علاج الاكتئاب في عيادات الطب النفسي بوسائل متعددة، ويمكن استخدام أكثر من وسيلة في العلاج، أو اختيار وسيلة واحدة مناسبة لحالة المريض، ومن أهم هذه الوسائل:

أولاً: جلسات العلاج النَّفسية والروحية

وتتضمن هذه الجلسات علاج الأسباب الأصلية والعوامل التي أدت للاكتئاب، وحل الصِّراعات والكشف عن عوامل الضغط الداخلي وإزالتها، والتخلص من الشعور بالذنب والضغط المكبوت، وإشاعة جو التفافؤ والمرح حول المريض، ويكون ذلك عن طريق جلسات علاجية فردية أو جماعية، تُستخدم فيها عدة أساليب كالإيحاء والمساندة والتدعيم، وأسلوب التحليل النفسي والعلاج السلوكي، ولكل هذه الأساليب فنيات خاصة ودقيقة يقوم بها المعالج النفسي.⁶³⁸

وقد وضع الإسلام علاجاً نفسياً يعالج أسباب الكآبة، فإن كان سببها نزول المصائب في الأموال والأنفس والثمرات... فإن العلاج سينتقل على الحوار مع المريض حول نظرة الإسلام لهذه المصائب، وأهمية الإيمان بالقضاء والقدر، وأن ما أصابه لم يكن ليخطئه كما قال تعالى: ﴿قُلْ لَّنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا

⁶³⁷ الحسين، أسماء عبد العزيز، المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، السعودية، الرياض، ط1، 2002 م. ص317.

⁶³⁸ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص518.

الشربيني، الاكتئاب الأسباب والمرض والعلاج، ص238.

كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾⁶³⁹ وحسن الظن بالله تعالى مع الاعتقاد بأن كل ما يصيب المؤمن هو خير له، والآيات والأحاديث في ذلك كثيرة منها ما يتعلق بالبشارة في الآخرة ومنها ما يدعوا للتفاؤل في الدنيا.

أما عن الجزاء في الآخرة فقد قال الله تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿٥٦﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿٥٧﴾﴾⁶⁴⁰

وقال رسول الله (ص.س): "عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ".⁶⁴¹

وأما عن التفاؤل في حال الدنيا بعد وقوع المصائب، فقوله تعالى: ﴿كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿١٦٦﴾﴾⁶⁴²

وعَنْ أُمِّ سَلَمَةَ، أَنَّهَا قَالَتْ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "مَا مِنْ مُسْلِمٍ تُصِيبُهُ مُصِيبَةٌ، فَيَقُولُ مَا أَمَرَهُ اللَّهُ: ﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿٥٦﴾﴾⁶⁴³ اللَّهُمَّ أَجْزِنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا،

⁶³⁹ سورة التوبة: 51.

⁶⁴⁰ سورة البقرة: 155-157.

⁶⁴¹ مسلم، المسند الصحيح، 53 كتاب الزهد والرفائق، باب المؤمن أمره كله خير، 4/2295-ح/2999.

⁶⁴² سورة البقرة: 216.

⁶⁴³ سورة البقرة: 156.

إِلَّا أَخْلَفَ اللَّهُ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا"، قَالَتْ: فَلَمَّا مَاتَ أَبُو سَلَمَةَ، قُلْتُ: أَيُّ الْمُسْلِمِينَ خَيْرٌ مِنْ أَبِي سَلَمَةَ؟ أَوَّلُ
بَيْتٍ هَاجَرَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) ثُمَّ إِلَيَّ قُلْتُهَا، فَأَخْلَفَ اللَّهُ لِي رَسُولَ اللَّهِ (ص.س).⁶⁴⁴

وإذا كان سبب الكآبة الشعور بالذنب إلى حد جلد الذات والشعور باليأس، فإن الحوار سيدور
حول مفهوم التوبة، وعن سعة رحمة الله تعالى بعباده، وأن رحمته لا يحدها زمان ولا مكان، وأنها شاملة
لكل ذنب مالم يكن شركاً، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ
وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ افْتَرَىٰ إِثْمًا عَظِيمًا﴾.⁶⁴⁵

وعن أَنَسُ بْنُ مَالِكٍ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: يَا ابْنَ آدَمَ
إِنَّكَ مَا دَعَوْتَنِي وَرَجَوْتَنِي غَفَرْتُ لَكَ عَلَى مَا كَانَ فِيكَ وَلَا أُبَالِي، يَا ابْنَ آدَمَ لَوْ بَلَغَتْ ذُنُوبُكَ عَنَانَ
السَّمَاءِ ثُمَّ اسْتَغْفَرْتَنِي غَفَرْتُ لَكَ، وَلَا أُبَالِي، يَا ابْنَ آدَمَ إِنَّكَ لَوْ أَتَيْتَنِي بِقُرَابِ الْأَرْضِ خَطَايَا ثُمَّ لَقِيتَنِي لَا
تُشْرِكُ بِي شَيْئًا لَأَتَيْتُكَ بِقُرَابِهَا مَغْفِرَةً".⁶⁴⁶

ثانياً: العلاج البيئي

ويتضمن هذا العلاج إيجاد بيئة إيجابية ملائمة، ليعيش فيها المريض ويتعامل معها بعيداً عن
الضغوط والمواقف الاجتماعية والاقتصادية التي كانت سبباً في حصول المرض، فينتقل المريض إلى وسط
اجتماعي علاجي يكون بمثابة استشفاء له، ومن وسائل هذا العلاج الترويح عن المريض بإشغاله في
العمل وتأهيله حتى يندمج بعلاقات اجتماعية تُمهّد الطريق أمامه ليعود مرة أخرى للحياة الطبيعية.⁶⁴⁷

⁶⁴⁴ مسلم، المسند الصحيح، 11 كتاب الجنائز، باب ما يُقَالُ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ، 631/2 ح 918.

⁶⁴⁵ سورة النساء: 48.

⁶⁴⁶ الترمذي، سنن الترمذي، 45 أبواب الدعوات، 5/548 ح 3540. وقال: حَسَنٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ هَذَا الْوَجْهِ.

⁶⁴⁷ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص 518.

الشربيني، الاكتئاب الأسباب والمرض والعلاج، ص 238.

ثالثاً: العلاج الطبي

ويكون بعلاج الأعراض المصاحبة للاكتئاب، مثل الأرق وفقدان الشهية ونقص الوزن، واستخدام العقاقير المضادة للاكتئاب تحت إشراف الأطباء النفسيين المختصين، وأخذ المسكنات لتخفيف حدة القلق، فيختار الطبيب الدواء الذي يناسب حالة المريض ولفترة كافية، ومنبهات الجهاز العصبي والمنشطات لزيادة الدافع النفسي الحركي، وفي حال الاكتئاب الشديد تستخدم الصدمات الكهربائية، والتنبيه الكهربائي في حال الإصابة بالاكتئاب البسيط، وفي حال عدم جدوى الأدوية والصدمات الكهربائية حينما يصبح الاكتئاب مزمنًا قد تُجرى الجراحة النفسية بشق مقدم الفص الجبهي كحل أخير.⁶⁴⁸

واستعمال العلاجات الطبية إلى جانب العلاجات النفسية والروحية يجعل منها علاجاً مساعداً لأن العلاج الطبي يرفع الأعراض والعلاج النفسي الروحي يبحث عن الأسباب ويعلّل الأفكار التي أدت لحصول المرض. وقد حث النبي (ص.س) على التداوي والأخذ بالأسباب فقال: "مَا أُنْزِلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أُنْزِلَ لَهُ شِفَاءٌ".⁶⁴⁹

ولما كانت الكتابة في أصلها حزن كان من المناسب أن نتكلم عن أصل هذا المرض في المبحث التالي.

⁶⁴⁸ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص 519.

⁶⁴⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 76 كتاب الطب، باب ما أنزل الله داءً إلا أنزل له شفاءً، 7/122/ح 5678.

المبحث الرابع: الحزن

المطلب الأول: تعريف الحزن ومرادفاته

1- الحزن

لغة: (الحزن) و(الحزن) ضدُّ الشُّرور.⁶⁵⁰

الحزن اصطلاحاً: "الحزن ألمٌ نفسيّ يعرض لفقد محبوب أو فوت مطلوب".⁶⁵¹ وقال الجرجاني:

"الحزن عبارة عما يحصل لوقوع مكروه، أو فوات محبوب في الماضي".⁶⁵²

ونقل ابن القيم تعريف الحزن فقال: "قال أبو العباس: هو انخلاع عن السرور، وملازمة الكآبة

لتأسف عن فائت أو توجع لممتنع". ثم عرفه بقوله: "فالْحُزْنُ مرض من أمراض القلب يمنعه من نهوضه وسيره وتشميره، والثواب عليه ثواب المصائب التي يبتلى العبد بها بغير اختياره".⁶⁵³

والفرق بين الكآبة والحزن: "أن الكآبة أثر الحزن البادي على الوجه ومن ثم يُقال علته كآبة ولا

يُقال علاه حزن أو كرب لأنَّ الحزن لا يُرى ولكن دلّالته على الوجه وتلك الدلالات تسمى كآبة".⁶⁵⁴

قال ابن حجر عن الهم والحزن "هما من أمراض الباطن".⁶⁵⁵ فالكآبة التي تظهر على الظاهر

تكشف ما في الباطن.

ويقول توفيق: "الاكتئاب في أصله حزن؛ فهو الحالة المرضية لانفعال الحزن؛ أي عندما يتحول

الحزن إلى حالة مزمنة من البؤس والتشاؤم والعجز والقلق فهو اكتئاب".⁶⁵⁶

⁶⁵⁰ الرازي، مختار الصحاح، ص72.

⁶⁵¹ ابن مسكويه، أبو علي أحمد بن محمد بن يعقوب مسكويه (المتوفى: 421هـ) تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق، حققه وشرح غريبه: ابن الخطيب، مكتبة الثقافة الدينية، ط: 1، عدد الأجزاء: 1. ص224.

⁶⁵² الجرجاني، التعريفات، 86/1.

⁶⁵³ ابن القيم، طريق الهجرتين وباب السعادتين، ص278-279.

⁶⁵⁴ العسكري، معجم الفروق اللغوية، 267/1.

⁶⁵⁵ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 106/10.

وهناك ألفاظ أخرى مرادفة للكآبة والحزن منها:

2- الهم

"(هَمْ) الهَاءُ وَالْمِيمُ: أَصْلٌ صَحِيحٌ يَدُلُّ عَلَى ذَوْبٍ وَجَرَيَانٍ وَدَيْبٍ وَمَا أَشْبَهَ ذَلِكَ، ثُمَّ يُقَاسُ عَلَيْهِ. مِنْهُ قَوْلُ الْعَرَبِ: هَمَّي الشَّيْءُ: أَذَابَنِي."⁶⁵⁷

قال ابن حجر: "الهم لما يتصوره العقل من المكروه في الحال والحزن لما وقع في الماضي".⁶⁵⁸

وفرق ابن القيم بين الهم والحزن بأن المكروه الذي يرد على القلب، إن كان لما يستقبل أورث الهم، وإن كان لما مضى أورث الحزن.⁶⁵⁹

3- الغم

(وَعَمَ) الْوَاوُ وَالْعَيْنُ وَالْمِيمُ: كَلِمَةٌ وَاحِدَةٌ، هِيَ الْوَعْمُ: الْغَيْظُ فِي الصَّدْرِ، وَالْحَقْدُ.⁶⁶⁰

والفرق بين الهم والغم قيل: الغم: ما لا يقدر الانسان على إزالته كموت المحبوب، والهم: ما يقدر على إزالته، كالافلاس مثلاً. ويؤيده قوله تعالى في وصف أهل النار: ﴿كُلَّمَا أَرَادُوا أَنْ يَخْرُجُوا مِنْهَا مِنْ غَمٍّ أُعِيدُوا فِيهَا وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ﴾.⁶⁶¹ فإنهم لم يكونوا قادرين على إزالة ما بهم من العذاب.

⁶⁵⁶ توفيق، التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية، ص396.

⁶⁵⁷ ابن فارس، أحمد بن فارس بن زكرياء القزويني الرازي، أبو الحسين (المتوفى: 395هـ) معجم مقاييس اللغة، تح: عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، ط: بلا، 1399 هـ - 1979م، عدد الأجزاء: 6. 13/6.

⁶⁵⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 11/178.

⁶⁵⁹ ابن القيم، مدارج السالكين، 1/501.

⁶⁶⁰ ابن فارس، مقاييس اللغة، 6/127.

⁶⁶¹ سورة الحج: 22.

وقيل: الهم: قبل نزول الامر، والغم: بعد نزول الامر، ويجلب النّوم. وأما الحُزن فهو الأسف على ما فات.⁶⁶²

4- البث

"البث في الأصل شدة الحُزن، والمرض الشديد، كأنه من شدته يبثه صاحبه".⁶⁶³

قال تعالى في وصف حالة الحُزن التي نزلت بسيدنا يعقوب بسبب فقد ابنه يوسف عليهما

السلام: ﴿قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾.⁶⁶⁴

واستعمل البث في الغم الذي لا يطيق صاحبه الصبر عليه، كأنه ثقل عليه فلا يطيق حمله وحده

فيفرقه على من يعينه.⁶⁶⁵

5- الكرب

الكرب: يَدُلُّ عَلَى شِدَّةٍ وَقُوَّةٍ. وَأَصْلُهُ الْكَرْبُ، وَهُوَ عَقْدٌ غَلِيظٌ، وَالْكَرْبَةُ: الشَّدِيدَةُ مِنْ

الشَّدَائِدِ.⁶⁶⁶

والفرق بين الحُزن والكرب: أن الحُزن تكاثف الغم وغلظه، والكرب تكاثف الغم مع ضيق الصدر

ولهذا يقال: كرب الرجل وهو مكروب وقد كربه إذا غمه وضيق صدره.⁶⁶⁷

⁶⁶² العسكري، معجم الفروق اللغوية، ص 560.

⁶⁶³ ابن منظور، لسان العرب، 2/114.

⁶⁶⁴ سورة يوسف: 86.

⁶⁶⁵ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 7/42.

⁶⁶⁶ ابن فارس، مقاييس اللغة، 5/174.

⁶⁶⁷ العسكري، معجم الفروق اللغوية، ص 185.

المطلب الثاني: الحُزْن في القرآن الكريم والسُّنَّة

ورد الحُزْن في القرآن الكريم منهياً عنه، كما ورد منفيّاً. فالمنهي عنه كقوله تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾⁶⁶⁸. وقوله: ﴿وَلَا تَحْزَنُوا عَلَيْهِمْ﴾⁶⁶⁹. والمنفي كقوله سبحانه: ﴿فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾⁶⁷⁰. والسر في ذلك أن أحب شيء إلى الشَّيْطَان أن يُحْزَن العبد ليقطعه عن سيره، ويوقفه عن سلوكه.⁶⁷¹

وذكر الحُزْن في القرآن الكريم مرات كثيرة وبمعاني مختلفة بحسب سياق الآية، من هذه المعاني:

الحُزْن بسبب المصائب: قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾⁶⁷².

قال القرطبي: "عَزَّاهُمْ وَسَلَّاهُمْ بما نالهم يوم أحد من القتل والجراح، وحثَّهم على قتال عدوهم ونهَّاهم عن العجز والفشل".⁶⁷³

الحُزْن بسبب الخوف: قال تعالى: ﴿إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا﴾⁶⁷⁴. حيث كان أبو بكر (ر.ض) يجزع أن يطلع عليهم أحد فينال رسول الله (ص.س) منهم أذى، فجعل النبي (ص.س) يُسكنه ويثبتته.⁶⁷⁵

الحُزْن بمعنى الغم: نهي الله تعالى رسوله (ص.س) عن الرغبة في الدنيا ومزاحمة أهلها عليها، فقال له: لا تغتم على ما فاتك من مشاركتهم في الدنيا.⁶⁷⁶

⁶⁶⁸ سورة آل عمران: 139.

⁶⁶⁹ سورة الحجر: 88.

⁶⁷⁰ سورة البقرة: 38.

⁶⁷¹ ابن القيم، مدارج السالكين، 501/1.

⁶⁷² سورة آل عمران: 139.

⁶⁷³ القرطبي، تفسير القرطبي، 216/4.

⁶⁷⁴ سورة التوبة: 40.

⁶⁷⁵ ابن كثير، تفسير القرآن، 136/4.

أما في الحديث الشريف فقد ورد ذكر المعاني المرادفة للحزن، كما في الصحيحين، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ: عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ، مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَدَى وَلَا غَمٍّ، حَتَّى الشُّوْكَةُ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ".⁶⁷⁷

قال ابن حجر عند شرحه لقول النبي (ص.س): (وَلَا هَمٌّ وَلَا حُزْنٌ): "هما من أمراض الباطن ولذلك ساغ عطفهما على الوصب. قوله: (وَلَا أَدَى) هو أعم مما تقدم وقيل: هو خاص بما يلحق الشخص من تعدي غيره عليه. قوله: (وَلَا غَمٍّ) بالغين المعجمة هو أيضا من أمراض الباطن وهو ما يضيق على القلب. وقيل: في هذه الأشياء الثلاثة وهي: الهمُّ والغمُّ والحُزْنُ. أن الهمَّ ينشأ عن الفكر فيما يتوقع حصوله مما يتأذى به. والغم كرب يحدث للقلب بسبب ما حصل. والحُزْنُ يحدث لفقد ما يشق على المرء فقده.

وقيل: الهم والغم بمعنى واحد وقال الكرمانى: الغم يشمل جميع أنواع المكروهات لأنه إما بسبب ما يعرض للبدن أو النفس والأول إما بحيث يخرج عن المجرى الطبيعي أو لا والثاني إما أن يلاحظ فيه الغير أو لا وإما أن يظهر فيه الانقباض أو لا وإما بالنظر إلى الماضي".⁶⁷⁸

المطلب الثالث: طُغْيَان الدَّوَاعِ والتعلق بالشَّهَوَات من أهم أسباب الحُزْن

إن نظرة الإسلام للإنسان تختلف من حيث المبدأ عن نظرة الغرب، فالمسلم ينظر لنفسه من خلال الوصف الذي وصفه الله تعالى به، فهو سبحانه أعلم بمخلوقاته، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾⁶⁷⁹.

⁶⁷⁶ البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 65/3.

⁶⁷⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 75 كتاب المرضى، تاب ما جاء في كَفَاةِ الْمَرَضِ، 114/7 ح/5641.

مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والأدب، تاب ثَوَابِ الْمُؤْمِنِ فِيمَا يُصِيبُهُ مِنْ مَرَضٍ، أَوْ حُزْنٍ...، 4/1992/2573.

⁶⁷⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 106/10.

فالصحة النَّفْسِيَّة التي يبتغيها الإنسان يجدها في منهج الله سبحانه، حيث أن الإيمان بالله تعالى يحصِّنه ويمنحه الوقاية من الاضطرابات والأمراض النَّفْسِيَّة، قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى﴾⁶⁸⁰.

فمن ابتعد عن دين الله تعالى فإنَّ له معيشة يملأها الشقاء والضيق، ولن ينعم بالسعادة ولن يشعر بالطمأنينة إلا بالتجاء إلى خالقه سبحانه، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾⁶⁸¹.

فجميع ما جاء به هذا الشرع الحنيف من العقيدة والعبادات والمعاملات إنما يصبُّ في مصلحة الإنسان وليحي حياة طيبة قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾⁶⁸².

فاعتناق الدين الصحيح الذي يغدِّي الرُّوح هو بمثابة سفينة النجاة للإنسان، وكلما زاد اهمال الرُّوح والتعلق بالشَّهَوَات المادية حصل الحُزْن بفواتها ويكون ذلك سببا في الاكتئاب، وهذا ما أشار إليه الرازي حيث قال: "إنه لما كانت المادة التي منها تتولد الغموم... وجب أن يكون أكثر الناس وأشدَّهم غمًّا من كانت محبوباته أكثر عددا وكان لها أشدَّ حبا، وأقلُّ الناس غمًّا من كانت حالته بالضد من ذلك".⁶⁸³

⁶⁷⁹ سورة ق: 16.

⁶⁸⁰ سورة طه: 123-124.

⁶⁸¹ سورة الرعد: 28.

⁶⁸² سورة النحل: 97.

⁶⁸³ ابن الجوزي، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن مُحمَّد (المتوفى: 597هـ) *الطب الروحاني*، تح: مُحمَّد السعيد بن بسيوني زغلول، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، ط: بلا، 1406هـ، 1986م، ص84.

وقال ابن مسكويه: "الحُزْنُ ألمٌ نفسيّ يعرض لفقد محبوب أو فوت مطلوب. وسببه الحرص على

المقنيات الجسمانية والشَّره إلى الشَّهوات البدنية والحسرة على ما يفقده أو يفوته منها".⁶⁸⁴

وقال الغزالي: "حزنه وغمُّه بسبب أمر الدنيا أمانة نقصانه وحقاقته، فإن غمه ليس يخلو إما أن

يكون تأسفاً على ماضٍ، أو خوفاً من مستقبل، أو حزناً على سبب حاضر في الحال. فإن كان على

فائت فالعاقل بصير بأن الجزع لا ما فات لا يلم شعثاً، ولا يَرُمُّ ما انتكث... وإن كان حاضراً، فإما أن

يكون حسداً لوصل نعمة إلى من يعرفه، أو يكون حزناً للفقر، وفقدان المال والجاه، وأسباب الدنيا.

وسبب هذا الجهل بغوائل الدنيا وسمومها، ولو عرفها معرفته لشكر الله تعالى على كونه من المخففين، دون

المتقلين...".⁶⁸⁵

ويقول ابن الجوزي: "وينبغي للحازم أن يحتز مما يجلب الغم، وجالبه فقد المحبوب، فمن كثرت

محبوباته كثرت غمه، ومن قلَّ لها قلَّ غمُّه".⁶⁸⁶

ويبين ابن القيم أن الحُزْنَ له أثره في التَّفكير فيقول: "المكروه إذا ورد على النَّفس، فإن كانت

صغيرة اشتغلت بفكرها فيه وفي حصوله عن الفكرة في الأسباب التي يدفعها به فأورثها الحُزْنَ، وإن كانت

نفساً كبيرة شريفة لم تفكر فيه، بل تصرف فكرها إلى ما ينفعها. فإن علمت منه مخرجاً فكرت في طريق

ذلك المخرج وأسبابه وإن علمت أنه لا مخرج منه، فكرت في عبودية الله فيه. وكان ذلك عوضاً لها من

الحُزْنَ، فعلى كل حال لا فائدة لها في الحُزْنَ أصلاً والله أعلم".⁶⁸⁷

⁶⁸⁴ ابن مسكويه، تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق، ص224.

⁶⁸⁵ الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: 505هـ) ميزان العمل، تح: د. سليمان دنيا، دار المعارف، مصر، ط: 1، 1964 هـ. ص388.

⁶⁸⁶ ابن الجوزي، الطب الروحاني، ص42.

⁶⁸⁷ ابن القيم، طريق المجترين وباب السعادتين، ص288.

يقول الأخضر: وهذا ما دفع بعض المعالجين النفسيين في الآونة الأخيرة إلى الاهتمام بالقيم الروحية لعلاج الأمراض النفسية وتخليص المريض من الاضطرابات والأزمات، فالقيم الروحية تفتح أمام الإنسان آفاقاً واسعة من الأمل، وتساعد على تجاوز واقعه المتأزم، وتمكنه من تحديد طاقته الباطنة، واستعادة توازنه النفسي، فتصبح رؤيته لذاته وللعالم من حوله رؤية مفعمة بالرضا والسكينة والتفاؤل والطمأنينة. ويرى بعض المعالجين الغربيين أمثال (ألبرت إيلس، وآرون بيك، وغيرهم) أن سبب الاضطرابات النفسية هو نمط التفكير السلبي، والتشويه المعرفي الذي يقوم على النظرة السلبية للفرد نحو ذاته وعالمه ومستقبله، وأن العلاج يتم بتغيير الأفكار السلبية الغير صحيحة لدى المريض، وتعديل التشوهات المعرفية من خلال ما يؤمن به من معتقدات دينية وقيم روحية.⁶⁸⁸

وفسر الحاجة الاكتئاب بطغيان الحاجات المادية وإهمال الحاجات الروحية حيث يقول: "تُرجع النظرة الإسلامية الاكتئاب إلى الانغماس المفرط في المادية، والبعد عن المعاني الروحية (العبادة، صلة الرحم، كفالة اليتيم، الصدقة...) والتي تحقق إنسانية الفرد الحقيقية، وتضمن له التوازن النفسي القادر على مواجهة مصاعب الحياة بكل كفاءة وفاعلية".⁶⁸⁹

وأرجع توفيق الاكتئاب إلى اقتراف المعاصي والذنوب، وما ينتج عن ذلك من الشعور بالذنب الذي يتولد عنه الاكتئاب حيث يقول: "ويُجمع أنصار الدين في كل الثقافات أن الاكتئاب - كغيره من الأمراض النفسية - ينشأ بسبب الخطيئة والشعور بالإثم".⁶⁹⁰ ولا شك أن الوقوع في المعاصي سببه طغيان الشهوات والتعلق بالدوافع. وذهب النابلسي إلى أن سبب الاكتئاب هو الصراع الناتج عن مخالفة الفطرة

⁶⁸⁸ الأخضر، دور الإرشاد النفسي المعرفي والروحي في علاج الاضطرابات النفسية، ص 281-282.

⁶⁸⁹ الخواجة، حمدي سعيد، وهذا علاج الاكتئاب في الدين. مجلة النور، العدد (254) دار عالم الكتب، 2002م. ص 82-83.

⁶⁹⁰ توفيق، فاعلية برنامج إرشادي لخفض الأعراض الاكتئابية، ص 182.

السليمة، حيث قال: "فالاكتئاب مرض العصر سببه أن فطرتهم سليمة، فلما انحرفوا عذبته فطرتهم فاكْتَابُوا، هذا ما سماه العلماء: الشعور بالذنب وعقدة النقص أو الاكتئاب".⁶⁹¹

ومن خلال ما نقله الباحث عن العلماء المسلمين يتبين لنا أن السبب الرئيسي للحزن والاكتئاب إنما هو شدة التعلق بالدوافع الجسدية، والشهوات النفسانية، والمحسوسات المادية، فإذا لم يحصلها الإنسان، أو في حال فقدانها فإنه يشعر بالحزن والكآبة. لذلك كانت تزكية النفس وتعلقها بخالقها هي وقاية وعلاج من هذه الأمراض.

المطلب الرابع: أنواع الحزن

أولاً: الحزن الإيجابي المحمود

يكون الحزن محموداً عندما يكون باعته، أو ما اقترن به محموداً شرعاً، بحيث لا يصل بصاحبه إلى الاكتئاب، وأمثله كثيرة منها:

أن يحزن المسلم على ارتكاب خطيئة، أو التقصير في أداء طاعة وانغلاق بابها، أو يحزن عندما تُنتهك حرمة الله تعالى، فيكون سبب هذا الحزن لله سبحانه.

أما الحزن على اقتراف السيئة فقد أوصى به رسول الله (ص.س) كما أخرج الترمذي عن عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا النَّجَاهُ؟ قَالَ: "اْمْلِكْ عَلَيْكَ لِسَانَكَ، وَلْيَسَعَكَ بَيْتُكَ، وَابْلِكْ عَلَى خَطِيئَتِكَ".⁶⁹²

وقال (ص.س): "مَنْ سَرَّهُ حَسَنَتُهُ وَسَاءَتْهُ سَيِّئَتُهُ فَلَدِكَ الْمُؤْمِنُ".⁶⁹³

⁶⁹¹ النابلسي، محمد راتب، موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، دار المكتبي، دمشق، ط: 2، 2005م.

ص 54.

⁶⁹² الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، باب ما جاء في حفظ اللسان، 2406/605/4، وقال: حديث حسن.

⁶⁹³ المرجع السابق، 31 أبواب الفتن، باب ما جاء في لزوم الجماعة، 4/465 ح 2165. وقال: حسن صحيح غريب.

فهذا الحزن دليل على قوة الإيمان، حيث يحاسب الإنسان نفسه ويعاتبها، وهذا سبيل نجاتها، لأن من حاسب نفسه ودانها في الدنيا استراح من حساب الآخرة.

عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ، وَالْعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَتَّى عَلَى اللَّهِ".⁶⁹⁴

وأما الحزن على فوات طاعة وعدم تيسر أسبابها فمثاله حزن الصحابة على فوات الجهاد، قال تعالى: ﴿وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَا أَجِدُ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ﴾⁶⁹⁵.

عَنْ أَبِي مُوسَى (ر.ض) قَالَ: أَرْسَلَنِي أَصْحَابِي إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) أَسْأَلُهُ الْخُمْلَانَ لَهُمْ، إِذْ هُمْ مَعَهُ فِي جَيْشِ الْعُسْرَةِ، وَهِيَ غَزْوَةُ تَبُوكَ فَقُلْتُ يَا نَبِيَّ اللَّهِ، إِنَّ أَصْحَابِي أَرْسَلُونِي إِلَيْكَ لِتَحْمِلَهُمْ، فَقَالَ "وَاللَّهِ لَا أَحْمِلُكُمْ عَلَى شَيْءٍ وَوَأَفْقُتُهُ، وَهُوَ غَضَبَانُ وَلَا أَشْعُرُ" وَرَجَعْتُ حَزِينًا مِنْ مَنَعَ النَّبِيِّ (ص.س) وَمِنْ خَافَةِ أَنْ يَكُونَ النَّبِيُّ (ص.س) وَجَدَ فِي نَفْسِهِ عَلَيَّ...⁶⁹⁶

فقد ذكرهم الله تعالى في كتابه على سبيل المدح حيث حزنوا على تخلفهم عن رسول الله (ص.س) لعجزهم عن النفقة.

وأما الحزن على انغلاق باب من أبواب الخير فمثاله حديث مسلم، عَنْ أَنَسٍ، قَالَ: قَالَ أَبُو بَكْرٍ (ر.ض) بَعْدَ وَفَاةِ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) لِعُمَرَ: "انْطَلِقْ بِنَا إِلَى أُمَّ أَيْمَنَ نَزُورُهَا، كَمَا كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س)

⁶⁹⁴ المرجع السابق، 35 أَبْوَابُ صِفَةِ الْقِيَامَةِ وَالرَّقَائِقِ وَالْوَرَعِ...، 4/638/ح2459، وقال الترمذي: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ، وَمَعْنَى قَوْلِهِ: مَنْ دَانَ نَفْسَهُ يَقُولُ حَاسِبَ نَفْسِهِ فِي الدُّنْيَا قَبْلَ أَنْ يُحَاسَبَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 37 كتاب الزهد، بَابُ ذِكْرِ الْمَوْتِ وَالِاسْتِعْدَادِ لَهُ، 2/1423/ح4260.

⁶⁹⁵ سورة التوبة: 92

⁶⁹⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 64 كتاب المغازي، بَابُ غَزْوَةِ تَبُوكَ وَهِيَ غَزْوَةُ الْعُسْرَةِ، 6/2/ح4415.

مسلم 27 كتاب الإيمان، بَابُ نَذْبٍ مَنْ خَلَفَ تَخِيئًا...، 3/1269/ح1649.

يَزُورُهَا، فَلَمَّا انْتَهَيْنَا إِلَيْهَا بَكَتْ، فَقَالَا لَهَا: مَا يُبْكِيكِ؟ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِرَسُولِهِ (ص.س)؟ فَقَالَتْ: مَا أَبْكِي أَنْ لَا أَكُونُ أَعْلَمُ أَنَّ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِرَسُولِهِ (ص.س) وَلَكِنْ أَبْكِي أَنَّ الْوَحْيَ قَدْ انْقَطَعَ مِنَ السَّمَاءِ، فَهَيَّجَتْهُمَا عَلَى الْبُكَاءِ. فَجَعَلَا يَبْكِيَانِ مَعَهَا".⁶⁹⁷

وكذلك من الحزن المحمود التحزن عند تلاوة القرآن. عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّهُ كَانَ يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَمْ يَأْذِنْ اللَّهُ لَشَيْءٍ مَا أَذِنَ لِلنَّبِيِّ أَنْ يَتَغَنَّى بِالْقُرْآنِ".⁶⁹⁸ أي لم يستمع سبحانه وتعالى لشيء كاستماعه للنبي (ص.س) وهو يتغنى بالقرآن يحسن صوته به.⁶⁹⁹

وقد اختلف العلماء في تأويل التغني بالقرآن، وما هو المقصود منه على أقوال عدة. قال ابن حجر: "والحاصل أنه يمكن الجمع بين أكثر التأويلات المذكورة وهو أنه يُحَسِّنُ به صوته جاهرا به مترنما على طريق التحزن مستغنيا به عن غيره من الأخبار طالبا به غنى النفس راجيا به غنى اليد".⁷⁰⁰

وفي الحديث عن سَعْدِ بْنِ أَبِي وَقَّاصٍ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ نَزَلَ بِحُزْنٍ، فَإِذَا قَرَأْتُمُوهُ فَابْكُوا، فَإِنْ لَمْ تَبْكُوا فَتَبَاكَوْا، وَتَعَنُّوا بِهِ فَمَنْ لَمْ يَتَغَنَّ بِهِ فَلَيْسَ مِنَّا".⁷⁰¹

وبين الغزالي وجه استحضر الحزن، بأن يتأمل الإنسان ما فيه من التهديد والوعيد والمواثيق والعهود ثم يتأمل تقصيره في أوامره وزواجه فيحزن ويبكي، فإن لم يحضره حزن ولا بكاء كما يحضر أرباب القلوب الصافية فليبك على فقد الحزن والبكاء فإن ذلك من أعظم المصائب.⁷⁰²

⁶⁹⁷ مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فضائل الصحابة رضي الله تعالى عنهم، باب من فضائل أم أُمِّمَن (ر.ض) 4/1907/ح2454.

⁶⁹⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 66 كتاب فضائل القرآن، باب من لم يتغنَّ بالقرآن، 6/191/ح5023.

مسلم، المسند الصحيح، 6 كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب استجواب تحسين الصوت بالقرآن، 1/545/ح792.

⁶⁹⁹ القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 7/469.

⁷⁰⁰ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 9/72.

⁷⁰¹ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 5 كتاب إقامة الصلاة والسنة فيها، باب في تحسين الصوت بالقرآن، 1/424/ح1337. قال عنه العراقي، تخريج إحياء علوم الدين 1/277: ضعيف.

وذكر الآجري أنه يستحب لمن يقرأ القرآن أن يتحزن عند قراءته، ويتباكى ويخشع قلبه، ويتفكر في الوعد والوعيد المذكور ليستجلب بذلك الحزن، فقد مدح الله عز وجل من هو بهذه الصفة، وأخبرنا بفضلهم، فقال عز وجل: ﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانٍ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَن يَشَاءُ وَمَن يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن هَادٍ ۖ﴾⁷⁰³ ثم ذم قوما استمعوا القرآن فلم تخشع له قلوبهم، فقال عز وجل: ﴿أَفَمِنَ هَٰذَا الْحَدِيثِ تَعْجَبُونَ ۖ وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ ۖ وَأَنتُمْ سَمِدُونَ ۖ﴾⁷⁰⁴ فَاسْجُدُوا لِلَّهِ وَاعْبُدُوا ۝⁷⁰⁵ ﴿٣٦﴾. ويقرأ القرآن مرتلا وعلى تودة.⁷⁰⁵

ومن الحزن المحمود، التحزن عند دخول ديار المعذنين والكافرين. عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ (ر.ض): أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ لِأَصْحَابِ الْحِجْرِ: "لَا تَدْخُلُوا عَلَىٰ هَٰؤُلَاءِ الْقَوْمِ الْمَعَذَّيْنِ، إِلَّا أَنْ تَكُونُوا بَاكِينَ، فَإِنْ لَمْ تَكُونُوا بَاكِينَ فَلَا تَدْخُلُوا عَلَيْهِمْ، أَنْ يُصِيبَكُمْ مِثْلُ مَا أَصَابَهُمْ".⁷⁰⁶ وأراد بهم قوم ثمود لما مرَّ (ص.س) بديارهم في غزوة تبوك.⁷⁰⁷

وذهب الخطَّابي في بيان معنى هذا الكلام: أن الداخل في ديار القوم الذين قد أهلكهم الله تعالى بالخسف والعذاب، إذا دخلها المسلم فلم يجلب عليه ما يرى من آثار ما نزل بهم من مثلات الله بكاءً ولم

⁷⁰² الغزالي، إحياء علوم الدين، 277/1.

⁷⁰³ سورة الزمر: 23.

⁷⁰⁴ سورة النمل: 61-59.

⁷⁰⁵ الآجري، أخلاق أهل القرآن، 86/165.

⁷⁰⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 8 كتاب الصلاة، باب الصلوة في مواضع الخسف والعذاب، 94/1 ح433.

مسلم، المسند الصحيح، 53 كتاب الزهد والرقائق، باب لا تدخلوا مساكن الذين ظلموا أنفسهم، إِلَّا أَنْ تَكُونُوا بَاكِينَ، 2285/4 ح2980.

والحجر: اسم ديار ثمود بوادي القرى بين المدينة والشام، الحموي، ياقوت الحموي، شهاب الدين أبو عبد الله ياقوت بن عبد الله الرومي الحموي (المتوفى: 626هـ) معجم البلدان، دار صادر، بيروت، ط: 2، 1995 م، عدد الأجزاء: 7. 221/2.

⁷⁰⁷ الخطَّابي، أعلام الحديث، 1548/3 ح740.

يبحث عليه حزناً، إما شفقة عليهم وإما خوفاً من حلول مثلها به، فهو قاسي القلب، قليل الخشوع، غير مستشعر للخوف والوجل، فيقول النبي (ص.س): فلا يأمن إذا كان هذا حاله أن يصيبه ما أصابهم، وفيه دلالة على أن ديار هؤلاء المعذبين لا تُسكن بعدهم ولا تُتخذ وطناً لأن المقيم المستوطن فيها لا يمكنه أن يكون دهره باكياً أبداً، وقد نُهي أن يدخل دورهم إلا بهذه الصِّفة، ففيه المنع من المقام والاستيطان.⁷⁰⁸

وتعقب الملا علي القاري كلام الخطّابي فقال: "وما أصاب في قوله إما شفقة عليهم لقوله تعالى: ﴿وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ﴾".⁷⁰⁹ وقوله عز وجل: ﴿فَلَا تَأْسَ عَلَى الْقَوْمِ الْفَاسِقِينَ﴾.⁷¹⁰ وفيه تنبيه نبيه على أن الأماكن لها تأثير من عند الله تعالى بالنسبة إلى سكانها محنة ومنحة كما في الأزمنة من موسم الطاعات وساعات الإجابة".⁷¹¹

ونقل القرطبي في تفسيره كلاماً للقيشيري فيه جمع وتوفيق بين كلام الخطّابي والملا، حيث قال: والحزن على كفر الكافر طاعة، ولكن النبي (ص.س) كان يفرط في الحزن على كفر قومه، فنُهي عن ذلك، كما قال: ﴿فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسْرَتٍ﴾.⁷¹² وقال سبحانه: ﴿فَلَعَلَّكَ بَخِيعٌ نَفْسُكَ عَلَىٰ عَآثِرِهِمْ إِن لَّمْ يُؤْمِنُوا بِهَٰذَا الْحَدِيثِ أَسَفًا﴾.⁷¹³

⁷⁰⁸ المرجع السابق، 11/394/ح 121.

⁷⁰⁹ سورة الحجر: 88.

⁷¹⁰ سورة المائدة: 26.

⁷¹¹ القاري، مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، 8/3201.

⁷¹² سورة فاطر: 8.

⁷¹³ سورة الكهف: 6.

قال السعدي: "﴿فَلَعَلَّكَ بَخِيعٌ نَفْسِكَ﴾ أي: مهلكها، غما وأسفاً عليهم، وذلك أن أجرك قد وجب على الله، وهؤلاء لو علم الله فيهم خيراً لهداهم، ولكنه علم أنهم لا يصلحون إلا للنار، فلذلك خذلهم، فلم يهتدوا، فإشغالك نفسك غماً وأسفاً عليهم، ليس فيه فائدة لك".⁷¹⁴

ثانياً: الحزن السلبي المذموم

وهو الحزن على أمر من أمور الدنيا، فيحزن الإنسان لعدم نيته، أو لفقده، أو حتى الحزن على أمر من أمور الدين بحيث يصل بصاحبه إلى درجة اليأس والإحباط، وقد يكون بعده الاكتئاب.

ومثاله خطاب الله تعالى للصحابة بعد غزوة أحد، حيث أصابهم العجز، قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾⁷¹⁵. يشجع الله تعالى عباده المؤمنين، ويقوي عزائمهم وينهض همهم فيقول لهم: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾. أي: ولا تهنوا وتضعفوا في أبدانكم، ولا تحزنوا في قلوبكم، عندما أصابتكم المصيبة، وابتليتكم بهذه البلوى، فإن الحزن في القلوب، والوهن على الأبدان، وفي ذلك زيادة مصيبة، وعون لعدوكم عليكم، بل شجعوا قلوبكم وصبروها، وادفعوا عنها الحزن وتصلبوا على قتال عدوكم.⁷¹⁶

وبعد أن نهاهم عن هذه الحالة السلبية، بثَّ في نفوسهم روح التفاؤل والإيجابية، وذكر تعالى أنه لا ينبغي ولا يليق بهم الوهن والحزن، فهم الأعلون في الإيمان.

ومن الحزن المذموم عدم الرضى بقضاء الله تعالى، كما أخبر الله تعالى عن أهل الجاهلية الذين كان الحزن يحيم عليهم بولادة الإناث، قال تعالى: ﴿وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنْثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَافٍ﴾

⁷¹⁴ السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، ص 470.

⁷¹⁵ سورة آل عمران: 139.

⁷¹⁶ السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، ص 149.

كَظِيمٌ ﴿٥٨﴾. ⁷¹⁷ أي إذا بشر أحد هؤلاء الذين جعلوا لله البنات، بولادة بنت، ظل وجهه مسوداً من

كراهته لذلك، قد كظم الحزن، وامتلاً غماً بهذه الولادة. ⁷¹⁸

والحزن أمر طبيعي عند نزول المصائب ولكن يكون مدموماً عندما يؤدي إلى اليأس والانقطاع عن العمل الصالح.

عن فُرّة بن إياس قال: كَانَ نَبِيُّ اللَّهِ (ص.س) إِذَا جَلَسَ يَجْلِسُ إِلَيْهِ نَفَرٌ مِنْ أَصْحَابِهِ، وَفِيهِمْ رَجُلٌ لَهُ ابْنٌ صَغِيرٌ يَأْتِيهِ مِنْ خَلْفِ ظَهْرِهِ، فَيُقْعِدُهُ بَيْنَ يَدَيْهِ، فَهَلَكَ فَاَمْتَنَعَ الرَّجُلُ أَنْ يَحْضُرَ الْحَلْقَةَ لِذِكْرِ ابْنِهِ، فَحَزَنَ عَلَيْهِ، فَفَقَدَهُ النَّبِيُّ (ص.س) فَقَالَ: "مَا لِي لَا أَرَى فُلَانًا؟" قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، بُنِيَّتُهُ الَّتِي رَأَيْتَهُ هَلَكَ، فَلَقِيَتْهُ النَّبِيُّ (ص.س) فَسَأَلَهُ عَنْ بُنَيْتِهِ، فَأَخْبَرَهُ أَنَّ هَلَكَ، فَعَزَّاهُ عَلَيْهِ، ثُمَّ قَالَ: "يَا فُلَانُ، أَيْمًا كَانَ أَحَبُّ إِلَيْكَ أَنْ تَمَتَّعَ بِهِ عُمْرُكَ، أَوْ لَا تَأْتِيَ عَدَا إِلَى بَابٍ مِنْ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ إِلَّا وَجَدْتَهُ قَدْ سَبَقَكَ إِلَيْهِ يَفْتَحُهَا لَكَ"، قَالَ: يَا نَبِيَّ اللَّهِ، بَلْ يَسْبِقُنِي إِلَى بَابِ الْجَنَّةِ فَيَفْتَحُهَا لِي هُوَ أَحَبُّ إِلَيَّ، قَالَ: "فَذَاكَ لَكَ". ⁷¹⁹

فهذا الرجل قد امتنع عن حضور حلقة الذكر تأثراً على فقد ولده الذي كان يحضر معه، فكانت المصيبة سبباً في تقصيره عن العمل الصالح وهذا من الحزن المدموم، حيث أن النبي (ص.س) نقله من هذا الشعور السلبي إلى التفاؤل والأمل بأن ابنه سيكون ذخراً له في الجنة.

⁷¹⁷ سورة النحل: 58.

⁷¹⁸ الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، 255/114.

⁷¹⁹ النسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (المتوفى: 303هـ) المجتبى من السنن = السنن الصغرى للنسائي، تح: عبد الفتاح أبو غدة، مكتب المطبوعات الإسلامية - حلب، ط: 2، 1406 - 1986م، عدد الأجزاء: 9 (8) ومجلد للفهارس). 21 كتاب الجنائز، التعزية، 2088 / 118/4.

ثالثاً: الحزن المباح

وهو الحزن على أمر مُباح دون جزع ولا صخب، ودون خروج عن دائرة الشرع، كالحزن على فقد ولد، أو نزول مصيبة، وهذا من الطبيعة البشرية، التي لا تنافي الصبر، أو الإيمان بالقضاء والقدر.

قال ابن تيمية: "لَا يَأْتُمُّ صَاحِبُهُ إِذَا لَمْ يَقْتَرِنْ بِحُزْنِهِ مُحَرَّمٌ كَمَا يَحْزَنُ عَلَى الْمَصَائِبِ".⁷²⁰

وإذا أُصيب الإنسان بمصيبة فهل يُظهر حزنه أم يخفيه؟

لقد ترجم الإمام البخاري في صحيحه للأحاديث التي فيها النهي عن شق الجيوب،⁷²¹ وحلق الشعر،⁷²² ولطم الحدود.⁷²³ ولما وصل إلى: "بَابُ مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ".⁷²⁴ لم يفصح عن حكم هذه المسألة، كما قال ابن حجر: "وَلَمْ يُفْصَحِ الْمَصْنَفُ بِحُكْمِ هَذِهِ الْمَسْأَلَةِ وَلَا الَّتِي بَعْدَهَا حَيْثُ تَرَجَّمَ مَنْ لَمْ يُظْهِرْ حُزْنَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ"⁷²⁵ لِأَنَّ كُلًّا مِنْهُمَا قَابِلٌ لِلتَّرْجِيحِ أَمَّا الْأَوَّلُ فَلِكُونِهِ مَنْ فَعَلَ النَّبِيَّ (ص.س)⁷²⁶ وَالثَّانِي مَنْ تَقَرَّرَ بِهِ⁷²⁷ وَمَا يُبَاشِرُهُ بِالْفِعْلِ أَرْجَحُ غَالِبًا وَأَمَّا الثَّانِي فَلِأَنَّهُ فَعَلَ أَبْلَغُ فِي

⁷²⁰ ابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام بن عبد الله بن أبي القاسم بن محمد ابن تيمية الحراني الحنبلي الدمشقي (المتوفى: 728هـ) *أمراض القلب وشفاؤها*، المطبعة السلفية - القاهرة، ط: 2، 1399هـ، عدد الأجزاء: 1. ص 42.

⁷²¹ البخاري، *الجامع الصحيح*، 23 كتاب الجنائز، باب: لَيْسَ مِنَّا مَنْ شَقَّ الْجُيُوبَ، 81/2.

⁷²² المرجع السابق، باب: مَا يُنْهَى مِنَ الْحُلُقِ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ، 81/2.

⁷²³ المرجع السابق، باب: لَيْسَ مِنَّا مَنْ ضَرَبَ الْحُدُودَ، 82/2.

⁷²⁴ المرجع السابق، باب: مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ، 82/2.

⁷²⁵ المرجع السابق، باب: مَنْ لَمْ يُظْهِرْ حُزْنَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ، 82/2.

⁷²⁶ ففي باب: مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ، أورد البخاري حديثان يدلان على أن النبي (ص.س) أظهر الحزن، أما الأول: عن عُمَرُو، قَالَتْ: سَمِعْتُ عَائِشَةَ (ر.ض) قَالَتْ: لَمَّا جَاءَ النَّبِيُّ (ص.س) قَتْلُ ابْنِ حَارِثَةَ، وَجَعْفَرٍ، وَابْنِ رَوَاحَةَ جَلَسَ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ... الحديث، ح 1299.

وأما الثاني: عَنْ أَنَسٍ (ر.ض) قَالَ: قَتَلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) شَهْرًا حِينَ قُتِلَ الْفَرَّاءُ، فَمَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) حَزَنَ حُزْنًا قَطُّ أَشَدَّ مِنْهُ، ح 1300.

⁷²⁷ يقصد الحديث الذي أخرجه البخاري في باب: مَنْ لَمْ يُظْهِرْ حُزْنَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ (ر.ض) يَقُولُ: اشْتَكَى ابْنُ لَأْبِي طَلْحَةَ، قَالَ: فَمَاتَ، وَأَبُو طَلْحَةَ خَارِجٌ، فَلَمَّا رَأَتْ امْرَأَتُهُ أَنَّهُ قَدْ مَاتَ هَبَّتْ شَيْئًا، وَنَحْنَتْ فِي جَانِبِ النَّبِيِّ، فَلَمَّا جَاءَ أَبُو طَلْحَةَ قَالَ: كَيْفَ الْعِلَامُ، قَالَتْ: قَدْ هَدَأَتْ نَفْسُهُ، وَأَرْجُو أَنْ يَكُونَ قَدْ اسْتَرَاحَ، وَظَنَّ أَبُو طَلْحَةَ أَنَّهَا صَادِقَةٌ، قَالَ: فَبَاتَ، فَلَمَّا أَصْبَحَ اغْتَسَلَ، فَلَمَّا أَرَادَ أَنْ

الصَّبْرُ وَأَزْجَرُ لِلنَّفْسِ فَيَرْجَحُ، وَيُحْمَلُ فَعْلُهُ (ص.س) الْمَذْكُورُ عَلَى بَيَانِ الْجَوَارِ وَيَكُونُ فِعْلُهُ فِي حَقِّهِ فِي تِلْكَ الْحَالَةِ أَوَّلَى. وَقَالَ الزَّيْنُ بْنُ الْمُنِيرِ مَا مُلَخَّصُهُ: مَوْفِعُ هَذِهِ التَّرْجَمَةِ مِنَ الْفِعْلِ أَنَّ الْإِعْتِدَالَ فِي الْأَحْوَالِ هُوَ الْمَسْلُوكُ الْأَفْضَلُ فَمَنْ أُصِيبَ بِمُصِيبَةٍ عَظِيمَةٍ لَا يُفْرِطُ فِي الْحُزْنِ حَتَّى يَقَعَ فِي الْمَحْذُورِ مِنَ اللَّطَمِ وَالشَّقِّ وَالنُّوحِ وَغَيْرِهَا وَلَا يُفْرِطُ فِي التَّجَلُّدِ حَتَّى يُفْضِيَ إِلَى الْقَسْوَةِ وَالِاسْتِحْقَافِ بِقَدْرِ الْمَصَابِ فَيُقْتَدَى بِهِ (ص.س) فِي تِلْكَ الْحَالَةِ بِأَنْ يَجْلِسَ الْمَصَابُ جَلْسَةً خَفِيفَةً بِوَقَارٍ وَسَكِينَةٍ تَظْهَرُ عَلَيْهِ تَحَايِلُ الْحُزْنِ وَيُؤْذِنُ بِأَنَّ الْمِصِيبَةَ عَظِيمَةٌ".⁷²⁸

ومن الحُزْنِ المباح الحُزْنُ على فقد المال الذي أُعِدَّ لأداء عبادة أو عمل مطلوب شرعاً ومندوب إليه، وليس المقصود الحُزْنُ على ذات المال، إنما لكونه سبباً في قضاء حوائج الإنسان لدوام حياته واستقرارها، وبه تكون كرامة الإنسان وإغناؤه عن ذل الطلب والمسألة، وسبباً في أداء العبادات والأعمال الصالحة.

عَنْ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: كَانَتْ لِي شَارِفٌ مِنْ نَصِيبِي مِنَ الْمَعْنَمِ يَوْمَ بَدْرٍ، وَكَانَ النَّبِيُّ (ص.س) أَعْطَانِي بِمَا أَفَاءَ اللَّهُ عَلَيْهِ مِنَ الْخُمْسِ يَوْمَئِذٍ، فَلَمَّا أَرَدْتُ أَنْ أَبْتَنِي بِقَاطِمَةَ (ع.س) بَنَتِ النَّبِيَّ (ص.س) وَاعَدْتُ رَجُلًا صَوَاعًا فِي بَنِي قَيْنُقَاعَ أَنْ يَرْتَحِلَ مَعِي، فَتَأْتِي بِإِذْخِرٍ، فَأَرَدْتُ أَنْ أَبِيعَهُ مِنَ الصَّوَاغِينِ، فَتَسْتَعِينُ بِهِ فِي وَلِيمَةِ غُرْسِي، فَبَيْنَا أَنَا أَجْمَعُ لِشَارِفِي مِنَ الْأَقْتَابِ وَالْعَرَائِرِ وَالْحِبَالِ، وَشَارِفَايَ مُنَاخَانَ إِلَى جَنْبِ حُجْرَةِ رَجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ، حَتَّى جَمَعْتُ مَا جَمَعْتُ، فَإِذَا أَنَا بِشَارِفِي قَدْ أُجِبْتُ أَسْمَتُهَا،

⁷²⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 167/3.
يُخْرِجُ أَغْلَمَتَهُ أَنَّهُ قَدْ مَاتَ، فَصَلَّى مَعَ النَّبِيِّ (ص.س) ثُمَّ أَخْبَرَ النَّبِيَّ (ص.س) بِمَا كَانَ مِنْهُمَا، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَعَلَّ اللَّهَ أَنْ يُبَارِكَ لَكُمَا فِي لَيْلَتِكُمَا" قَالَ سُفْيَانُ: فَقَالَ رَجُلٌ مِنَ الْأَنْصَارِ: فَرَأَيْتُ لَكُمَا تِسْعَةَ أَوْلَادٍ كُلُّهُمْ قَدْ قَرَأَ الْقُرْآنَ. ح 1301

وَبُقِرَتْ خَوَاصِرُهُمَا، وَأُخِذَ مِنْ أَكْبَادِهِمَا، فَلَمْ أَمْلِكْ عَيْنِي حِينَ رَأَيْتُ الْمَنْظَرَ، قُلْتُ: مَنْ فَعَلَ هَذَا؟
...الحديث. 729

قال ابن حجر: "والمراء أَنَّهُ بَكَى مِنْ شِدَّةِ الْقَهْرِ الَّذِي حَصَلَ لَهُ وَفِي رِوَايَةِ بْنِ جُرَيْجٍ رَأَيْتُ مَنْظَرًا
أَفْطَعِي، بِقَاءٍ وَظَاءٍ مُشَالَةٍ مُعْجَمَةٍ أَيْ نَزَلَ بِي أَمْرٌ مُفْطِعٌ أَيْ مُخِيفٌ مَهُولٌ وَذَلِكَ لِتَصَوُّرِهِ تَأَخُّرَ الْإِبْتِنَاءِ
بِزَوْجَتِهِ بِسَبَبِ قَوَاتٍ مَا يُسْتَعَانُ بِهِ عَلَيْهِ أَوْ لِحَشْيَةِ أَنْ يُنْسَبَ فِي حَقِّهَا إِلَى تَقْصِيرٍ لَا لِمُجَرَّدِ قَوَاتِ
النَّافَتَيْنِ". 730

وكذلك من الحزن المباح، الحزن على فقد الولد والأحبة، كما حزن نبينا مُحَمَّد (ص.س) لفقد ابنه
إبراهيم (ع.س) وحزن النبي (ص.س) على أصحابه في مواقف كثيرة منها بكاؤه على عثمان بن مظعون.
وسترد هذه الأحاديث في المطلب التالي.

729 وفي الحديث: ... قَالُوا فَعَلَهُ حَمْرَةٌ بُنْتُ عَبْدِ الْمَطْلَبِ، وَهُوَ فِي هَذَا الْبَيْتِ، فِي شَرْبٍ مِنَ الْأَنْصَارِ، عِنْدَهُ فَيَنْتَهِي وَأَصْحَابُهُ، فَقَالَتْ فِي غِنَائِهَا:
أَلَا يَا حَمْرُ لِلشَّرَفِ الْيَوَاءُ.. فَوُتِبَ حَمْرَةٌ إِلَى السَّيْفِ، فَأَجَبَ أَسْنِمَتُهُمَا وَبَقَرِ خَوَاصِرَهُمَا، وَأُخِذَ مِنْ أَكْبَادِهِمَا، قَالَ عَلِيٌّ: فَأَنْطَلَقْتُ حَتَّى أَذْخُلَ
عَلَى النَّبِيِّ (ص.س) وَعِنْدَهُ رَيْدٌ بُنْتُ حَارِثَةَ، وَعَرَفَ النَّبِيُّ (ص.س) الَّذِي لَقِيتُ، فَقَالَ: "مَا لَكَ" قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا رَأَيْتُ كَالْيَوْمِ، عَدَا
حَمْرَةٌ عَلَى نَاقَتِي، فَأَجَبَ أَسْنِمَتُهُمَا، وَبَقَرِ خَوَاصِرَهُمَا، وَهَذَا هُوَ ذَا بَيْتٍ مَعَهُ شَرِبْتُ، فَدَعَا النَّبِيُّ (ص.س) بِرِدَائِهِ فَأَرْتَدَيْتُ، ثُمَّ انْطَلَقْتُ بِمَنْشِي،
وَاتَّبَعْتُهُ أَنَا وَرَيْدٌ بُنْتُ حَارِثَةَ، حَتَّى جَاءَ الْبَيْتَ الَّذِي فِيهِ حَمْرَةٌ، فَاسْتَأْذَنَ عَلَيْهِ، فَأُذِنَ لَهُ، فَطَفِقَ النَّبِيُّ (ص.س) يَلُومُ حَمْرَةَ فِيمَا فَعَلَ، فَإِذَا حَمْرَةٌ
كَيْلٌ، مُحَمَّرَةٌ عَيْنَاهُ، فَنَظَرَ حَمْرَةَ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) ثُمَّ صَعَدَ النَّظَرَ فَنَظَرَ إِلَى رُكْبَتَيْهِ، ثُمَّ صَعَدَ النَّظَرَ فَنَظَرَ إِلَى وَجْهِهِ، ثُمَّ قَالَ حَمْرَةٌ: وَهَلْ أَنْتُمْ إِلَّا
عَبِيدٌ لِأَيٍّ، فَعَرَفَ النَّبِيُّ (ص.س) أَنَّهُ كَيْلٌ فَتَكَصَّرَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عَلَى عَقَبَتَيْهِ الْفَهْقَرَى فَخَرَجَ وَخَرَجْنَا مَعَهُ. وَالشَّارِفُ: النَّاقَةُ الْمُسِنَّةُ، ابْنُ
الْأَثِيرِ، النِّهَايَةُ فِي غَرِيبِ الْحَدِيثِ، 462/2.

وَالْيَوَاءُ: الْبَيْتَانِ، الْمَرْجِعُ السَّابِقُ، 132/5. ومعناه يا حمرة من للنوق السمان؟ فانهض إليها، تحته أن ينحرفها ليطعم أضيافه. قال ابن حجر،
فتح الباري شرح صحيح البخاري، 201/6: "زاد بن جريج وذلك قبل تحريم الخمر أي ولذلك لم يؤخذ النبي (ص.س) حمزة بقوله".

أخرجه: البخاري، الجامع الصحيح، 64 كتاب المغازي، 82/5 ح/4003.
مسلم، المسند الصحيح، 36 كتاب الأشربة، باب تحريم الخمر، وَبَيَّنَّا أَنَّهَا تَكُونُ مِنْ غَصِيرِ الْعَنْبِ... 1568/3 ح/1979.
730 ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 200/6.

المطلب الخامس: الصِّفة الخَلقية والخَلقية حُزْن النبي (ص.س)

إن الله تعالى قد اختار من البشر أنبياء ورسلاً، فهم يفرحون ويحزنون كما يكون ذلك لسائر البشر، ولكنَّ حزنهم كان أكثر ما يرتبط بدعوتهم لدين الله تعالى وتبليغهم لرسالته، وقد تقدّم الحديث عن حزن بنينا (ص.س) على قومه، وكذلك الرسل الكرام.

قال تعالى: ﴿وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَىٰ إِلَىٰ قَوْمِهِ غَضْبَنَ أَسِفًا قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِنْ بَعْدِي ۖ أَعْجَلْتُمُ أَمْرَ رَبِّكُمْ ۖ وَأَلْقَى الْأَلْوَاخَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ﴾.⁷³¹ فقد كان حزن موسى (ع.س) لمخالفة قومه أمره، ولعبادتهم العجل. قَالَ ابْنُ عَبَّاسٍ وَالسُّدِّيُّ: أَسِفًا أَيُّ حَزِينًا. وَالْأَسْفُ أَشَدُّ الْحُزْنِ.⁷³² وحزن شعيب (ع.س) على قومه عندما كفروا برسالته، قال تعالى: ﴿فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَاقَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَتِ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ فَكَيْفَ ءَاسَىٰ عَلَىٰ قَوْمٍ كَافِرِينَ﴾.⁷³³

هذا القول يحتمل أن يكون تأنيباً وتوبيخاً لهم وقوله سبحانه: ﴿فَكَيْفَ ءَاسَىٰ عَلَىٰ قَوْمٍ كَافِرِينَ﴾^(٩٢) إنكار لمضمونه، أي لقد أعدرت لكم في الإبلاغ والنصيحة والتحذير مما حلَّ بكم فلم تسمعوا قولي ولم تصدّقوني فكيف آسى، أي لا آسى عليكم لأنكم لستم أحقاء بالآسى وهو الحُزن.

ويحتمل أن يكون تأسفا بهم لشدة حزنه عليهم، وقوله سبحانه: (فكيف آسى...) إنكاراً على نفسه، وفيه تجريد والتفات على ما قيل، حيث جرد (ع.س) من نفسه شخصاً آخر، وأنكر عليه حزنه على قوم لا يستحقونه.⁷³⁴ ولما كان الأنبياء والمرسلون من البشر، فإنهم تجري عليهم الطبائع البشرية

⁷³¹ سورة الأعراف: 150.

⁷³² البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 235/2.

⁷³³ سورة الأعراف: 93.

⁷³⁴ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 9/5.

فيحزنون لما يحزن له البشر، وكذلك يفرحون، ولكن كان حزنهم وفرحهم موزونا بميزان الشرع، مع كامل الرضى والتسليم لأمر الله سبحانه.

فقد بكى (ص.س) لفقد ابنه إبراهيم (ع.س) كما في الحديث الصحيح، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ (ر.ض) قَالَ: دَخَلْنَا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) عَلَى أَبِي سَيِّفِ الْقَيْنِ، وَكَانَ ظَفِرًا⁷³⁵ لِإِبْرَاهِيمَ (ع.س) فَأَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) إِبْرَاهِيمَ، فَقَبَّلَهُ، وَشَمَّهُ، ثُمَّ دَخَلْنَا عَلَيْهِ بَعْدَ ذَلِكَ وَإِبْرَاهِيمُ يَجُودُ بِنَفْسِهِ، فَجَعَلَتْ عَيْنَا رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) تَدْرِفَانِ، فَقَالَ لَهُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ عَوْفٍ (ر.ض): وَأَنْتَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ فَقَالَ: "يَا ابْنَ عَوْفٍ إِنَّهَا رَحْمَةٌ"، ثُمَّ أَتْبَعَهَا بِأُخْرَى، فَقَالَ (ص.س): "إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ، وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ".⁷³⁶ قال ابن بطال: "هذا البكاء تفسير البكاء المباح والحزن الجائر، وذلك ما كان بدمع العين ورقة النفس، ولم يكن تسخطاً لأمر الله، إذ الفطرة مجبولة على الحزن، وقد قال الحسن البصري: العين لا يملكها أحد، صباة المرء بأخيه".⁷³⁷

وحزن النبي (ص.س) على أصحابه في مواقف كثيرة منها بكائه على عثمان بن مظعون.

عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: "قَبَّلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عُثْمَانَ بْنَ مَظْعُونٍ وَهُوَ مَيِّتٌ، فَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى دُمُوعِهِ تَسِيلُ عَلَى خَدَّيْهِ".⁷³⁸

⁷³⁵ الظفر: المرصعة غير ولدها. ويقع على الذكر والأنثى. ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 154/3.

⁷³⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 23 كتاب الجنائز، باب قَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س): "إِنَّا بِكَ لَمَحْزُونُونَ"، 83/2 ح 1303.

مسلم، المسند الصحيح، 43 كتاب الفضائل، باب رَحْمَتِهِ (ص.س) الصَّبِيَّانَ وَالْعِيَالَ وَتَوَاضَعِهِ وَفَضْلِهِ ذَلِكَ، 4/1807 ح 2315.

⁷³⁷ ابن بطال، شرح صحيح البخاري لابن بطال، 288/3.

⁷³⁸ الترمذي، سنن الترمذي، 8 أبواب الجنائز، باب مَا جَاءَ فِي تَقْبِيلِ الْمَيِّتِ، 3/305 ح 989، وقال: حَسَنٌ صَحِيحٌ.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 6 كتاب الجنائز، باب مَا جَاءَ فِي تَقْبِيلِ الْمَيِّتِ، 1/468 ح 1456.

وبكى النبي (ص.س) على موت أصحابه يوم مؤتة، فعن أنس بن مالك (ر.ض) قال: قال النبي (ص.س): "أَخَذَ الرَّايَّةَ زَيْدٌ فَأُصِيبَ، ثُمَّ أَخَذَهَا جَعْفَرٌ فَأُصِيبَ، ثُمَّ أَخَذَهَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ رَوَاحَةَ فَأُصِيبَ - وَإِنَّ عَيْنِي رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) لَتَذْرِفَانِ - ثُمَّ أَخَذَهَا خَالِدُ بْنُ الْوَلِيدِ مِنْ غَيْرِ امْرَأَةٍ فُقُتِحَ لَهُ".⁷³⁹

وحزن (ص.س) أشد الحزن يوم قُتل من أصحابه القراء السبعون، كما أخرج البخاري عن عاصم قال: سألت أنسًا (ر.ض) عن القنوت، قال: قَبْلَ الرُّكُوعِ، فَقُلْتُ: إِنَّ فُلَانًا يَزْعُمُ أَنَّكَ قُلْتَ بَعْدَ الرُّكُوعِ؟ فَقَالَ: كَذَبٌ، ثُمَّ حَدَّثَنَا، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س): "أَنَّهُ قَنَتَ شَهْرًا بَعْدَ الرُّكُوعِ، يَدْعُو عَلَى أَحْيَاءٍ مِنْ بَنِي سُلَيْمٍ"، قَالَ: "بَعَثَ أَرْبَعِينَ - أَوْ سَبْعِينَ يَشْكُ فِيهِ - مِنَ الْقُرَاءِ إِلَى أَنَاسٍ مِنَ الْمُشْرِكِينَ"، فَعَرَضَ لَهُمْ هَؤُلَاءِ فَقَتَلُوهُمْ، وَكَانَ بَيْنَهُمْ وَبَيْنَ النَّبِيِّ (ص.س) عَهْدٌ، "فَمَا رَأَيْتُهُ وَجَدَ عَلَى أَحَدٍ مَا وَجَدَ عَلَيْهِمْ".⁷⁴⁰

ولم يكن حزن النبي (ص.س) على هؤلاء الصحابة (ر.ض) حزنًا مُباحًا فحسب، بل هو أيضًا من الحزن المحمود، لما في قتلهم من القضاء على الحفاظ والقراء الذين أراد منهم (ص.س) أن ينشروا دين الله سبحانه.

ومن صفة حزنه الخلقية والخلقية أنه كان يجلس بسكينة ووقار، ومن نظر إليه يعرف فيه الحزن. عن عَمْرَةَ، قَالَتْ: سَمِعْتُ عَائِشَةَ (ر.ض) قَالَتْ: لَمَّا جَاءَ النَّبِيُّ (ص.س) قَتْلُ ابْنِ حَارِثَةَ، وَجَعْفَرٍ، وَابْنِ رَوَاحَةَ جَلَسَ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ وَأَنَا أَنْظُرُ مِنْ صَائِرِ الْبَابِ شِقِّ الْبَابِ، فَأَتَاهُ رَجُلٌ فَقَالَ: إِنَّ نِسَاءَ جَعْفَرٍ وَذَكَرَ بُكَاءَهُنَّ، فَأَمَرَهُ أَنْ يَنْهَاهُنَّ، فَذَهَبَ، ثُمَّ أَتَاهُ الثَّانِيَّةُ، لَمْ يُطْعَمَهُ، فَقَالَ: "انْهَيْهِنَّ" فَأَتَاهُ الثَّالِثَةُ، قَالَ:

⁷³⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 23 كتاب الجنائز، باب الرجل ينعى إلى أهل الميت بنفسه، 72/2 ح 1246.

⁷⁴⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 58 كتاب الجزية، باب دُعَاءُ الْإِمَامِ عَلَى مَنْ نَكَّثَ عَهْدًا، 100/4 ح 3170.

وَاللَّهُ لَقَدْ عَلَبْنَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَرَزَعَمْتُ أَنَّهُ قَالَ: "فَاحْثُ فِي أَفْوَاهِهِنَّ التُّرَابَ" فَقُلْتُ: أَرَزَعَمَ اللَّهُ أَنْفَكَ، لَمْ تَفْعَلْ مَا أَمَرَكَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) وَلَمْ تَتْرُكْ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) مِنَ الْعَنَاءِ.⁷⁴¹

وقد ترجم الإمام البخاري لهذا الحديث تحت باب: مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ.⁷⁴²

قال ابن حجر: "فِي هَذَا الْحَدِيثِ مِنَ الْفَوَائِدِ أَيْضًا جَوَازُ الْجُلُوسِ لِلْعَزَاءِ بِسَكِينَةٍ وَوَقَارٍ".⁷⁴³

قال ابن القيم: "وَأَمَّا بُكَاءُهُ (ص.س) فَكَانَ مِنْ جِنْسِ ضَحِكِهِ لَمْ يَكُنْ بِشَهِيقٍ وَرَفَعَ صَوْتًا، كَمَا لَمْ يَكُنْ ضَحِكُهُ بِمَهْفَهَةٍ، وَلَكِنْ كَانَتْ تَدْمَعُ عَيْنَاهُ حَتَّى تَهْمَلَا، وَيُسْمَعُ لِمَصْدَرِهِ أَزِيرٌ. وَكَانَ بُكَاءُهُ تَارَةً رَحْمَةً لِلْمَيِّتِ، وَتَارَةً خَوْفًا عَلَى أُمَّتِهِ وَشَفَقَةً عَلَيْهَا، وَتَارَةً مِنْ حَشْيَةِ اللَّهِ، وَتَارَةً عِنْدَ سَمَاعِ الْقُرْآنِ وَهُوَ بُكَاءُ اسْتِيقَاقٍ وَمَحَبَّةٍ وَإِجْلَالٍ مُصَاحِبٍ لِلْخَوْفِ وَالْحُشْيَةِ. وَلَمَّا مَاتَ ابْنُهُ إِبْرَاهِيمَ دَمَعَتْ عَيْنَاهُ وَبَكَى رَحْمَةً لَهُ وَقَالَ: "تَدْمَعُ الْعَيْنُ وَتَحْزَنُ الْقَلْبُ، وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يُرْضِي رَبَّنَا، وَإِنَّا بِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ".⁷⁴⁴ وَبَكَى لَمَّا شَاهَدَ إِحْدَى بَنَاتِهِ وَنَفْسُهَا تَفِيزُ،⁷⁴⁵ وَبَكَى لَمَّا قَرَأَ عَلَيْهِ ابْنُ مَسْعُودٍ سُورَةَ النَّسَاءِ وَانْتَهَى فِيهَا إِلَى قَوْلِهِ تَعَالَى: ﴿فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِنْ كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَى هَؤُلَاءِ شَهِيدًا﴾.⁷⁴⁶ وَبَكَى لَمَّا

⁷⁴¹ البخاري، الجامع الصحيح، 223 كتاب الجنائز، بَابُ مَنْ جَلَسَ عِنْدَ الْمَصِيبَةِ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ، 82/2 ح 1299.

مسلم، المسند الصحيح، 11 كتاب الجنائز، بَابُ التَّشْدِيدِ فِي النَّبَاحَةِ، 644/2 ح 935.

⁷⁴² المرجع السابق.

⁷⁴³ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 168/3.

⁷⁴⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 23 كتاب الجنائز، بَابُ قَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س): "إِنَّا بِكَ لَمَحْزُونُونَ"، 83/2 ح 1303.

⁷⁴⁵ الحديث في الصحيحين من حديث أسامة بن زيد، وعندهما أنه شاهد ابناً أو ابنة لإحدى بناته.

البخاري، الجامع الصحيح، 100 البخاري، الجامع الصحيح، كتاب التوحيد، بَابُ: قَوْلِ اللَّهِ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: {قُلْ ادْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ ... الآية}، 2686/6 ح 6942.

مسلم، المسند الصحيح، 11 كتاب الجنائز، بَابُ الْبُكَاءِ عَلَى الْمَيِّتِ، 635/2 ح 922.

⁷⁴⁶ سورة النساء: 41.

68 البخاري، الجامع الصحيح، 68 كتاب التفسير، بَابُ: {فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِنْ كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَى هَؤُلَاءِ شَهِيدًا}، 1676/4 ح 4306.

مَاتَ عُثْمَانُ بْنُ مَطْعُونٍ،⁷⁴⁷ وَبَكَى لَمَّا كَسَفَتِ الشَّمْسُ... وَبَكَى لَمَّا جَلَسَ عَلَى قَبْرِ إِخْدَى بَنَاتِهِ،⁷⁴⁸

وَكَانَ يَبْكِي أحيانًا فِي صَلَاةِ اللَّيْلِ⁷⁴⁹.⁷⁵⁰

وكان (ص.س) إذا حزن أخذ بلحيته الشريفة، كما أخرج ابن حبان بسنده عن مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو،

عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، عَنْ عَائِشَةَ: "أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) كَانَ إِذَا هَمَّ شَيْءٌ أَخَذَ بِلِحْيَتِهِ هَكَذَا، وَقَبَضَ ابْنُ

مُسْهَرٍ عَلَى لِحْيَتِهِ".⁷⁵¹



⁷⁴⁷ الترمذي، سنن الترمذي، 8 أبواب الجنائز، باب ما جاء في تَقْيِيلِ الْمَيِّتِ، 3/305/989، وقال: حَسَنٌ صَحِيحٌ.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 6 كتاب الجنائز، باب ما جاء في تَقْيِيلِ الْمَيِّتِ، 1/468/1456.

⁷⁴⁸ أحمد، المسند، 19/293/12275.

⁷⁴⁹ المرجع السابق، 11/21/648.

⁷⁵⁰ ابن القيم، زاد المعاد في هدي خير العباد، ص 166-167.

⁷⁵¹ ابن حبان، صحيح ابن حبان، 14/350/6439. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: حديث حسن صحيح.

المبحث الخامس: الوسواس القهري

المطلب الأول: تعريف الوسواس القهري

الوسوسة لغة: هي الكلام الخفي في اختلاط. وفي الحديث: "الحمد لله الذي رد كيده إلى الوسوسة".⁷⁵² وهي حديث النفس والأفكار. ورجل موسوس إذا غلبت عليه الوسوسة. والوسواس: الشيطان.⁷⁵³ قال تعالى: ﴿مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾.⁷⁵⁴

والقهر لغة: الغلبة.⁷⁵⁵ وقهره يقهره قهراً: غلبه. وتقول: أخذتهم قهراً أي من غير رضاهم.⁷⁵⁶

الوسواس القهري اصطلاحاً: والوساوس القهرية هي أفكار شاذة تراود المريض وتلازمه، بحيث لا يستطيع التخلص منها أو ردها، بالرغم من شعوره بغرابتها وعدم واقعيتها وجدواها.⁷⁵⁷ فالأفكار الوسواسية هي مجموعة من الأفكار أو الصور المتواصلة والمتسلطة، التي تقتحم عقل المريض وتلازمه مع عجزه عن طردها، وتسبب له الكثير من القلق والإزعاج، وتُلحُّ على خاطره كثير من العبارات والأسماء المعينة، وتكرر باستمرار.⁷⁵⁸

⁷⁵² الحديث أخرجه الإمام أحمد، وأبو داود عن ابن عباس، قال: جاء رجل إلى النبي (ص.س) فقال: يا رسول الله، إن أخذنا نجد في أنفسه، يُعْرَضُ بِالشَّيْءِ، لَأَنْ يَكُونَ حُمَةً أَحَبُّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ، فَقَالَ "اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَدَّ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَاسِ".

أحمد، *المسند*، 4/10/2097، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده صحيح على شرط الشيخين.

أبو داود، *سنن أبي داود*، 40 كتاب الأدب، باب في رد الوسوسة، 4/329/5112.

⁷⁵³ ابن منظور، *لسان العرب*، 6/255.

⁷⁵⁴ سورة الناس: 4-6.

⁷⁵⁵ الفيروزآبادي، *القاموس المحيط*، 1/467.

⁷⁵⁶ ابن منظور، *لسان العرب*، 5/120.

⁷⁵⁷ طه، فرج عبد القادر، *موسوعة علم النفس والتحليل النفسي*، دارغريب، ط2، 2003م، ص888.

⁷⁵⁸ سالم، محمد شريف، *الوسواس القهري*، مكتبة دار العقيدة، القاهرة، الأزهر، ط5، 2008م، ص16.

ويمكن تعريف الوسواس القهري عندما يتعلق بأمر شرعي بأنه: "مرض يؤدي إلى تصرفات خارجة

عن المؤلف في أمور شرعية".⁷⁵⁹

المطلب الثاني: بيان نوعي الخاطر (الإلهام والوسواس)

عرّف الجرجاني الخاطر بأنه: ما يرد على القلب من الخطاب، أو الوارد الذي لا عمل للعبد فيه،

وما كان خطأً فهو أربعة أقسام:

رباني: وهو أول الخواطر، وهو لا يخطئ أبداً، وقد يعرف بالقوة والتسلط وعدم الاندفاع.

وملكي: وهو الباعث على مندوب أو مفروض، ويسمى: إلهاماً.

ونفساني: وهو ما فيه حظ النفس، ويسمى: هاجساً.

وشيطاني: وهو ما يدعو إلى مخالفة الحق، قال الله تعالى: ﴿الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُمُ

بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾.⁷⁶⁰

قال الغزالي: "وأعني بالخواطر ما يحصل فيه من الأفكار والأذكار وأعني به إدراكاته علوماً إما

على سبيل التجدد وإما على سبيل التذكر، فإنها تسمى خواطر من حيث أنها تخطر بعد أن كان القلب

غافلاً عنها، والخواطر هي المحركات للإرادات فإن النية والعزم والإرادة إنما تكون بعد خطور المنوى بالبال

لا محالة، فمبدأ الأفعال الخواطر ثم الخاطر يحرك الرغبة والرغبة تحرك العزم والعزم يحرك النية، والنية تحرك

الأعضاء.

⁷⁵⁹ الجدعاني، الوسوسة وأحكامها في الفقه الإسلامي، ص 442.

⁷⁶⁰ الجرجاني، التعريفات، 96.

والخواطر المحركة للرغبة تنقسم إلى ما يدعو إلى الشر، أعني إلى ما يضر في العاقبة وإلى ما يدعو إلى الخير، أعني إلى ما ينفع في الدار الآخرة فهما خاطران مختلفان فافتقرا إلى اسمين مختلفين. فالخاطر المحمود يسمى إلهاما والخاطر المذموم أعني الداعي إلى الشر يسمى وسواسا".⁷⁶¹

والإلهام لغة كما عرفه ابن فارس: "(هَمْ) اللَّامُ وَالْهَاءُ وَالْمِيمُ أَصْلٌ صَحِيحٌ يَدُلُّ عَلَى ابْتِلَاعِ شَيْءٍ، ثُمَّ يُقَاسُ عَلَيْهِ. تَقُولُ الْعَرَبُ: أَلْتَهَمَ الشَّيْءُ: اتَّقَمَهُ. وَمِنْ هَذَا الْبَابِ الْإِلْهَامُ، كَأَنَّهُ شَيْءٌ أُلْقِيَ فِي الرُّوعِ فَالْتَهَمَهُ".⁷⁶²

وعرّفه الجرجاني فقال: "الإلهام: ما يُلقى في الرُّوع بطريق الفيض. وقيل: الإلهام: ما وقع في القلب من علم، وهو يدعو إلى العمل من غير استدلال بآية، ولا نظر في حجة، وهو ليس بحجة عند العلماء".⁷⁶³

وعرف الصاغاني الهاجس بأنه: "الخاطرُ بالبال؛ وهو أَنْ يُحْدِثَ نَفْسُهُ وَيَجِدَ فِي صَدْرِهِ مِثْلَ الْوَسْوَاسِ".⁷⁶⁴

وبذلك يتبين لنا أن الخواطر الإيجابية تسمى إلهاما، وأن السلبية منها تسمى وسوسة.

وقد يكون تفكير الإنسان بإرادة منه، وقد يكون أصل الفكرة عبارة عن خاطر، فإن كان خاطر خير فهو إلهام من الله تعالى بواسطة الملك وإن كان خاطر شر فهو وسوسة من الشَّيْطَان، وإلى هذا أشار النبي (ص.س) في الحديث الصحيح عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا مِنْكُمْ

⁷⁶¹ الغزالي، إحياء علوم الدين، 27-26/3.

⁷⁶² ابن فارس، مقاييس اللغة، 217/5.

⁷⁶³ الجرجاني، التعريفات، 34.

⁷⁶⁴ الصغاني، العباب الزاخر واللباب الفاخر، 215/1.

مِنْ أَحَدٍ، إِلَّا وَقَدْ وَكَّلَ بِهِ قَرِينُهُ مِنَ الْجِنَّ" قَالُوا: وَإِيَّاكَ؟ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: "وَإِيَّايَ، إِلَّا أَنَّ اللَّهَ أَعَانَنِي عَلَيْهِ فَأَسْلَمَ، فَلَا يَأْمُرُنِي إِلَّا بِخَيْرٍ".⁷⁶⁵ وفي رواية: "وَقَدْ وَكَّلَ بِهِ قَرِينُهُ مِنَ الْجِنَّ وَقَرِينُهُ مِنَ الْمَلَائِكَةِ".⁷⁶⁶

وهو عند الترمذي بلفظ: "إِنَّ لِلشَّيْطَانِ لَمَّةً بِابْنِ آدَمَ وَلِلْمَلِكِ لَمَّةً فَأَمَّا لَمَّةُ الشَّيْطَانِ فإِبْعَادُ بِالشَّرِّ وَتَكْذِيبُ بِالْحَقِّ، وَأَمَّا لَمَّةُ الْمَلِكِ فإِبْعَادُ بِالْخَيْرِ وَتَصْدِيقُ بِالْحَقِّ، فَمَنْ وَجَدَ ذَلِكَ فَلْيَعْلَمْ أَنَّهُ مِنَ اللَّهِ فَلْيَحْمَدِ اللَّهَ وَمَنْ وَجَدَ الْآخَرَى فَلْيَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ".⁷⁶⁷

وفي هذا الحديث بيان لأصل ومنبع الأفكار اللاإرادية، حيث إن الأفكار إما إرادية أو غير إرادية، أما الثانية فمنبعها هو الخاطرة والتي هي إما إلهام من الملك، أو وسوسة من الشَّيْطَانِ، ولطالما أنها خواطر لاإرادية فإن الإنسان لا يحاسب عليها، فإذا جالت في القلب فقبلها أصبحت فكرة، والفكرة تصبح بعد ذلك إرادة، والإرادة عزيمة، والعزيمة تتحول إلى فعل، وقد يصبح بعد ذلك عادة يعتاده الإنسان في سلوكه.

ولا يستطيع الإنسان أن يرى الملك ولا الشَّيْطَانِ ولا يعلم كيف يتم بث تلك الخواطر ولكنه يلمس آثارها النَّفْسِيَّةَ الداخلية التي يترجمها السُّلُوكُ، فعلماء النَّفْسِ يقفون على معرفة ذلك عن طريق التجربة والملاحظة، ويفسرون كل عمل على أنه يبدأ بنشاط داخلي ويقفون عند ذلك الحد، أما المسلمون فيلجؤون للوحي الذي يفسر لنا منبع هذه العمليات المعرفية.

⁷⁶⁵ مسلم، *المسند الصحيح*، 50 كِتَابُ صِفَاتِ الْمُنَافِقِينَ وَأَخْكَامِهِمْ، بَابُ تَحْرِيشِ الشَّيْطَانِ...، 4/167/ح2814.

⁷⁶⁶ المرجع السابق.

⁷⁶⁷ الترمذي، *سنن الترمذي*، 44 أبواب تفسير القرآن، بَابُ: وَمِنْ سُورَةِ الْبَقَرَةِ، 5/219/ح2988، وقال: حسن غريب.

فهذه الخواطر لها منيرات داخلية وخارجية، أما المثيرات الداخلية فمثالها من السُّنة ما جاء في الصحيحين عن أبي هريرة، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "يَأْتِي الشَّيْطَانُ أَحَدَكُمْ فَيَقُولُ: مَنْ خَلَقَ كَذَا وَكَذَا؟ حَتَّى يَقُولَ لَهُ: مَنْ خَلَقَ رَبَّكَ؟ فَإِذَا بَلَغَ ذَلِكَ، فَلَيْسَتْ عِندَ اللَّهِ وَلَيْسَتْ".⁷⁶⁸

ومثال المثيرات الخارجية ماجاء في الصحيحين عَنْ صَفِيَّةَ بِنْتِ حُيَيٍّ، قَالَتْ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) مُعْتَكِفًا فَأَتَيْتُهُ أَزُورُهُ لَيْلًا، فَحَدَّثْتُهُ ثُمَّ قُمْتُ فَأَنْقَلَبْتُ، فَقَامَ مَعِيَ لِيَقْلِبَنِي، وَكَانَ مَسْكَنُهَا فِي دَارِ أُسَامَةَ بْنِ زَيْدٍ، فَمَرَّ رَجُلَانِ مِنَ الْأَنْصَارِ، فَلَمَّا رَأَى النَّبِيَّ (ص.س) أَسْرَعَا، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "عَلَى رَسُولِكُمَا إِنَّهَا صَفِيَّةُ بِنْتُ حُيَيٍّ" فَقَالَا سُبْحَانَ اللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: "إِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مِنَ الْإِنْسَانِ جَرَى الدَّمِ، وَإِنِّي خَشِيتُ أَنْ يُقْذِفَ فِي قُلُوبِكُمَا سُوءًا، أَوْ قَالَ: شَيْئًا".⁷⁶⁹

وتكلم الإمام الغزالي عن هذه المثيرات فقال: "وسبب موارد الخواطر إما أن يكون أمراً خارجاً أو أمراً في ذاته باطناً، أما الخارج فما يقرع السمع أو يظهر للبصر فإن ذلك قد يختطف الهم حتى يتبعه ويتصرف فيه ثم تنجر منه الفكرة إلى غيره ويتسلسل ويكون الإبصار سبباً للافتكار ثم تصير بعض تلك الأفكار سبباً للبعض، ومن قويت نيته وعلت همته لم يلهه ما جرى على حواسه ولكن الضعيف لا بد وأن يتفرق به فكره وعلاجه قطع هذه الأسباب بأن يغض بصره أو يصلي في بيت مظلم أو لا يترك بين يديه ما يشغل حسه ويقرب من حائط عند صلاته حتى لا تتسع مسافة بصره ويحتز من الصلاة على الشوارع...".⁷⁷⁰

⁷⁶⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 59 كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، 4/123/ح3276.
مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بيان الوسوسة في الإيمان وما يقوله من وجدها، 1/120/ح134.
⁷⁶⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 59 كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، 4/124/ح3281.
مسلم، المسند الصحيح، 59 كتاب السلام، باب بيان أنه يستحب لمن رُئي خالياً بإفراة وكانت زوجته...، 1/1712/ح2175.
⁷⁷⁰ الغزالي، إحياء علوم الدين، 1/164.

ويستطيع المسلم أن يقف على هذه الخواطر وأن يميّز ما بين الوسوسة والإلهام وذلك من خلال تسليحه بعلم الشريعة، فيعرض تلك الخواطر على ميزان الشريعة وينكشف له الخير من الشر.

وإلى هذا أشار النبي (ص.س) فعن حُذَيْفَةَ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "تُعْرَضُ الْفِتْنُ عَلَى الْقُلُوبِ كَالْخَصِيرِ عُوْدًا عُوْدًا، فَأَيُّ قَلْبٍ أَشْرَبَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءٌ، وَأَيُّ قَلْبٍ أَنْكَرَهَا، نُكِتَ فِيهِ نُكْتَةٌ بَيْضَاءٌ، حَتَّى تَصِيرَ عَلَى قَلْبَيْنِ، عَلَى أَيْضِضٍ مِثْلِ الصَّفَا فَلَا تَضُرُّهُ فِتْنَةٌ مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ، وَالْأَحَرُّ أَسْوَدُ مُرْبَادًا كَالْكُوزِ، مُجْحِيًّا لَا يَعْرِفُ مَعْرُوفًا، وَلَا يُنْكِرُ مُنْكَرًا، إِلَّا مَا أَشْرَبَ مِنْ هَوَاهُ".⁷⁷¹

فمن الفتن الوسوس التي تُعرض على القلب، فإن قبلها واسترسل معها واستسلم لها قاداته لطريق الضلال، وإذا أنكرها وردّها ولم يلتفت إليها استقام على طريق الخير.

فالإنسان يولد وهو مزود بهذين القرينين، داعي الخير وداعي الشر، وللبيئة التي يعيش فيها الإنسان الدور الفعال في تقبل أحد هذين الداعيين، ويأتي دور الإنسان في مجاهدة نفسه وتقوية إيمانه واختيار طريق الخير كما قال تعالى: ﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ﴾⁷⁷². وينعكس ذلك على النفس سلباً أو إيجاباً وتنتقل من الأمارة إلى اللّوامة حتى تصل إلى المطمئنة.

"فالإلهام الملكي يكثر في القلوب الطاهرة النقية التي قد استنارت بنور الله فللملك بها اتصال وبينه وبينها مناسبة، فإنه طيب طاهر لا يجاور إلا قلباً يناسبه فتكون لمة الملك بهذا القلب أكثر من لمة

⁷⁷¹ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ أَنَّ الْإِسْلَامَ بَدَأَ غَرِيبًا وَسَيَعُودُ غَرِيبًا...، 128/1 ح 144.

⁷⁷² سورة البلد: 10.

الشَّيْطَانُ. وأما القلب المظلم الذي قد اسودَّ بدخان الشَّهَوَاتِ والشَّبهَاتِ فإلقاء الشَّيْطَانِ وملكته به أكثر من لمة الملك".⁷⁷³

وليس للشيطان على الإنسان من سبيل أكثر من الوسوسة كما قال الله تعالى حكاية عن إبليس اللعين: ﴿وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَلُمُونِي وَلُومُوا أَنْفُسَكُمْ مَا أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا أَنْتُمْ بِمُصْرِخِيَّ إِنِّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِنْ قَبْلُ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾.⁷⁷⁴

المطلب الثالث: أنواع الوسواس

ترتبط نظرية التحليل النفسي بين تكوين الشخصية في الطفولة والاستعداد للإصابة بمرض الوسواس القهري، وتنسب أسباب الإصابة به إلى الصرامة في تعليم الطفل لأصول النظافة، أي إلى أساليب خاطئة في التنشئة.

وتذهب النظرية الفيسيولوجية إلى وجود أساس بيولوجي في الجهاز العصبي يساعد على وجود الوسواس القهري للإنسان، ويستدلون على ذلك بوجود الاستعداد للإصابة بهذا المرض عند بعض الأسر. ويذهب البعض إلى أن هذا المرض ناتج عن وجود بؤرة كهربائية نشطة في لحاء الدماغ، تُسبب بحسب مكانها من اللحاء فكرة أو حركة أو اندفاعاً.⁷⁷⁵

ويُضاف إلى هذه النظريات نظرة الإسلام بأن للشيطان أثراً في إحداث هذا الوسواس عن طريق الخواطر والأفكار، فهذه الوسواس الشَّيْطَانِيَّة قد تتطور إلى وسواس مرضية فيما بعد.

⁷⁷³ ابن القيم، الروح، ص 257.

⁷⁷⁴ سورة إبراهيم: 22.

⁷⁷⁵ توفيق، التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية، ص 404.

النوع الأول: وساوس غير مَرَضِيَّة

أ- الوسواس الطبيعية في الأمور الحياتية

الوسوسة الطبيعية لا تخلو من دور إيجابي، فهي تُعَوِّد الدقة والترتيب واحترام المواعيد، وهي بهذا

الشكل لا تسمى وسوسة مرضية، فهي أفكار إيجابية لا تتسم بالتكرار والاجترار.⁷⁷⁶

فاهتمام الموظف بترتيب مكتبه، واهتمام المرأة بنظافة بيتها، وغير ذلك من الروتينات الحياتية لا

يعتبر مرضاً ما لم يكن مبالغاً فيه.

ب- وساوس النَّفْس

أخبر الله تعالى عن هذا النوع من الوسواس فقال تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا

تُوَسَّوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾.⁷⁷⁷ ويسمى هذا النوع من الوسواس بحديث

النَّفْس، قال الألوسي: "أي ما تُحَدِّثُهُ به وهو ما يخطر بالبال".⁷⁷⁸

وهذا النوع من الوسواس هو من طبيعة النَّفْس البشرية، فهي تميل إلى شهواتها ومحبوباتها، ولقد

أباح الله تعالى للإنسان أن يعطي نفسه حقها من الشَّهَوَاتِ المباحة، وإشباع حاجاته الفِطْرِيَّةِ، ولكن

عندما تطغى هذه الشَّهَوَاتِ تنحرف عن جادة الصواب فتُعَرِّضُ صاحبها للحساب والعذاب.

قال تعالى: ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي﴾.⁷⁷⁹ أي إِنَّ النَّفْسَ البشرية لكثيرة

الأمر بالسُّوء، فهي تميل إلى الشَّهَوَاتِ مستعملة في تحصيلها القوى والآلات.⁷⁸⁰

⁷⁷⁶ المرجع السابق، ص 403.

⁷⁷⁷ سورة ق: 16.

⁷⁷⁸ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 328/13.

⁷⁷⁹ سورة يوسف: 53.

وقال تعالى: ﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾⁷⁸¹.

قال الرازي في تفسيره: "سهلت له نفسه قتل أخيه... فإذا أوردت النفس أنواع وساوسها صار هذا الفعل سهلاً عليه، فكأن النفس جعلت بوساوسها العجيبة هذا الفعل كالمطيع له بعد أن كان كالعاصي المتمرد عليه".⁷⁸²

وقد وردت في السنة أحاديث عن النبي (ص.س) يُخبر بها عن حديث النفس.

أخرج البخاري ومسلم، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "إِنَّ اللَّهَ تَجَاوَزَ عَنْ أُمَّتِي مَا حَدَّثَتْ بِهِ أَنْفُسَهَا، مَا لَمْ تَعْمَلْ أَوْ تَتَكَلَّمْ".⁷⁸³

وأخرج الإمام مسلم عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ: إِذَا هَمَّ عَبْدِي بِسَيِّئَةٍ فَلَا تَكْتُبُوهَا عَلَيْهِ، فَإِنْ عَمِلَهَا فَاتَّكِبُوهَا سَيِّئَةً، وَإِذَا هَمَّ بِحَسَنَةٍ فَلَمْ يَعْمَلْهَا فَاتَّكِبُوهَا حَسَنَةً، فَإِنْ عَمِلَهَا فَاتَّكِبُوهَا عَشْرًا".⁷⁸⁴

وقد ذهب القاضي أبو بكر ابن الطيب⁷⁸⁵ فيما نقله عنه النووي، إلى أن من عزم على المعصية بقلبه ووطن نفسه عليها أثم في اعتقاده وعزمه. ويحمل ما وقع في هذه الأحاديث وأمثالها على أن ذلك

⁷⁸⁰ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 4/7.

⁷⁸¹ المائدة: 30.

⁷⁸² الرازي، مفاتيح الغيب، 340/11.

⁷⁸³ البخاري، الجامع الصحيح، 68 كتاب الطلاق، بَابُ الطَّلَاقِ فِي الْإِغْلَاقِ وَالْكُرْهِ وَالسُّكْرَانِ...، 46/7 ح 5269.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، بَابُ تَجَاوُزِ اللَّهِ عَنْ حَدِيثِ النَّفْسِ وَالْخَوَاطِرِ بِالْقَلْبِ، إِذَا لَمْ تَسْتَقِرَّ، 116/1 ح 127.

⁷⁸⁴ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، بَابُ إِذَا هَمَّ الْعَبْدُ بِحَسَنَةٍ كُتِبَتْ، وَإِذَا هَمَّ بِسَيِّئَةٍ لَمْ تُكْتُبْ، 117/1 ح 128.

⁷⁸⁵ القاضي أبو بكر محمد بن الطيب بن محمد بن جعفر البصري المالكي الأصولي، المتكلم صاحب المصنفات، روى عن أبي بكر القطيعي، وأخذ علم النظر عن أبي عبد الله بن مجاهد الطائي صاحب الأشعري، وكان من العبّاد. وقال ابن الأهدل: سيف السنة، القاضي أبو بكر محمد بن الطيب، المشهور بابن الباقلاني الأصولي الأشعري المالكي، مجدد الدين على رأس المائة الرابعة على الصحيح. يُنظر في ترجمته:

فيمن لم يوطّن نفسه على المعصية وإنما مرّ ذلك بفكره من غير استقرار، ويسمى هذا همّاً ويفرق بين الهم والعزم. وذكر القاضي عياض أن هذا القول هو ما عليه عامة السلف وأهل العلم من الفقهاء والمحدثين، للأحاديث الدالة على المؤاخذة بأعمال القلوب، وقالوا إن هذا العزم يكتب سيئة بسبب الإصرار على المعصية، وليست السيئة التي همّ بها لكونه لم يعملها وقطعه عنها قاطع غير خوف الله تعالى والإنابة، فإذا عملها كتبت عليه معصية ثانية، فإن تركها خشية الله تعالى كتبت حسنة لخوف من الله تعالى ومجاهدته لنفسه الأثمة بالسوء، وعصيانه هواه. أما الهم الذي لا يكتب فهي الخواطر التي لا توطن النفس عليها ولا يصحبها عقد ولا نية وعزم.⁷⁸⁶

فمجرد التفكير بالمعصية لا يحاسب عليه العبد، وإنما يحاسب عندما يصبح عزمًا وإصرارًا.

ج- وساوس الشَّيْطَان

قد تكون هذه الوسواس مصدرها من شياطين الجن، أو من شياطين الإنس، أما الأولى فقد قال تعالى: ﴿فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَئْتَدُمُ هَلْ أَذُكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَىٰ﴾.⁷⁸⁷ ووردت الاستعاذة من كلا المصدرين في قوله سبحانه: ﴿مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ۝ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ۝ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾.⁷⁸⁸

هذه الوسواس قد لا تكون مرضية بل عارضة، سواء منها ما يتعلق بأمر الحياة العامة أو الأمور

الدينية والاعتقادية.

ابن العماد، عبد الحي بن أحمد بن محمد ابن العماد العكري الحنبلي، أبو الفلاح (ت ١٠٨٩هـ) *شذرات الذهب في أخبار من ذهب*، تح: محمود الأرناؤوط، خرج أحاديثه: عبد القادر الأرناؤوط، دار ابن كثير، دمشق - بيروت، ط: 1، ١٤٠٦ هـ - ١٩٨٦ م. عدد الأجزاء: 11. 20/5-21.

⁷⁸⁶ النووي، *المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج*، 151/2.

⁷⁸⁷ سورة طه: 120.

⁷⁸⁸ سورة الناس: 4-6.

أما الوسوسة في العبادات: فقد تكون في عقد النية والطهارة بالوضوء والغسل، والصلاة... ومثالها ما جاء في الحديث عَنْ أَبِي بِنِ كَعْبٍ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "إِنَّ لِلْوُضُوءِ شَيْطَانًا، يُقَالُ لَهُ: الْوُكْهَانُ، فَأَتَقُوا وَسْوَاسَ الْمَاءِ".⁷⁸⁹

فدل الحديث على أن للوضوء شيطاناً يوسوس يقال له الْوُكْهَانُ، وهو ذهاب العقل والتحير من شدة الوجد وغاية العشق، سمي بها شيطان الوضوء إما لشدة حرصه على طلب الوسوسة في الوضوء وإما لإلقاءه الناس بالوسوسة في مهواة الحيرة حتى يرى صاحبه حيران ذاهب العقل لا يدري كيف يلعب به الشَّيْطَانُ ولم يعلم هل وصل الماء إلى العضو أم لا وكم مرة غسله، مرتين أو مرة وهل هو طاهر أو نجس أو بلغ قلتين أم لم يبلغ.⁷⁹⁰

وعن عُثْمَانَ بْنِ أَبِي الْعَاصِ، أَنَّهُ أَتَى النَّبِيَّ (ص.س) فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ الشَّيْطَانَ قَدْ حَالَ بَيْنِي وَبَيْنَ صَلَاتِي وَقِرَائَتِي يَلْبِسُهَا عَلَيَّ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "ذَاكَ شَيْطَانٌ يُقَالُ لَهُ حَنْزَبٌ، فَإِذَا أَحْسَسْتَهُ فَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْهُ، وَانْفِلْ عَلَى يَسَارِكَ ثَلَاثًا" قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ فَأَذْهَبَهُ اللَّهُ عَنِّي.⁷⁹¹ قال النووي: "وفي هذا الحديث استحباب التعوذ من الشَّيْطَانِ عند وَسْوَاسِهِ مَعَ التَّفَلُّ عَنِ الْيَسَارِ ثَلَاثًا".⁷⁹²

⁷⁸⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 1 أبواب الطهارة، باب كراهية الإسراف في الماء، 84/1 ح 57. وقال: حديث أبي بن كعب حديث غريب، وليس إسناده بالقوي والصحيح عند أهل الحديث، لأننا لا نعلم أحداً أسنده غير خارجة، وقد روي هذا الحديث من غير وجه، عن الحسن قوله: ولا يصح في هذا الباب عن النبي (ص.س) شيء وخارجة ليس بالقوي عند أصحابنا، وضعفه ابن المبارك. أقول: بناء على ذلك فالحديث ضعيف.

⁷⁹⁰ المباركفوري، تحفة الأحمدي، 156/1.

⁷⁹¹ مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، باب التَّعَوُّذُ مِنَ الشَّيْطَانِ الْوَسْوَاسَةِ فِي الصَّلَاةِ، 1728/4 ح 2203.

⁷⁹² النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 190/14.

وأما الوسوسة في العقيدة: فعن أبو هريرة (ر.ض): قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "يَأْتِي الشَّيْطَانُ أَحَدَكُمْ فَيَقُولُ: مَنْ خَلَقَ كَذَا، مَنْ خَلَقَ كَذَا، حَتَّى يَقُولَ: مَنْ خَلَقَ رَبَّكَ؟ فَإِذَا بَلَغَهُ فَلْيَسْتَعِذْ بِاللَّهِ وَلْيَنْتِهِ".⁷⁹³

وأخرج الإمام مسلم عن أبي هريرة، قَالَ: جَاءَ نَاسٌ مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ (ص.س) فَسَأَلُوهُ: إِنَّا نَحْذِرُ فِي أَنْفُسِنَا مَا يَتَعَاطَمُ أَحَدُنَا أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ، قَالَ: "وَقَدْ وَجَدْتُهُمْ؟" قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ: "ذَاكَ صَرِيحُ الْإِيمَانِ".⁷⁹⁴

ويشهد له الحديث عند أبي داود، عن ابنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ أَحَدَنَا يَجِدُ فِي نَفْسِهِ، يُعْرِضُ بِالشَّيْءِ، لِأَنْ يَكُونَ حُمَةً أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ، فَقَالَ: "اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَدَّ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَسَةِ".⁷⁹⁵

قوله: (يُعْرِضُ بِالشَّيْءِ) أَيِ الْقَبِيحِ (لِأَنْ يَكُونَ حُمَةً) أَيِ فَحْمًا (مِنْ أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ) أَيِ بِذَلِكَ الشَّيْءِ (رَدَّ كَيْدَهُ) الضَّمِيرُ عَائِدٌ لِلشَّيْطَانِ وَإِنْ لَمْ يَجْرِ ذِكْرُهُ لِدَلَالَةِ السِّيَاقِ عَلَيْهِ.⁷⁹⁶

وبعد الحديث عن وساوس النفس والشَّيْطَانِ فقد يصعب على الإنسان أن يميّز بين النوعين، لأنَّ الشَّيْطَانِ قد يوسوس للإنسان ويدخل عليه من خلال شهواته النَّفْسِيَّةِ. ويمكن القول للتمييز بين كلا النوعين بأنَّ النفس تُلح على الإنسان لفعل معصية بعينها لشهوتها بها، فشهوات النفس محبوبة للإنسان، وكلما جاهدتها ألحَّت عليه في طلبها.

⁷⁹³ البخاري، **المجامع الصحيح**، 59 كتاب بدء الوحي، باب صِفَةِ إِبْلِيسَ وَجُنُودِهِ، 4/123/3276.

مسلم، **المسند الصحيح**، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ الْوَسْوَسَةِ فِي الْإِيمَانِ وَمَا يَقُولُهُ مَنْ وَجَدَهَا، 1/120/134.

⁷⁹⁴ مسلم، **المسند الصحيح**، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ الْوَسْوَسَةِ فِي الْإِيمَانِ وَمَا يَقُولُهُ مَنْ وَجَدَهَا، 1/119/132.

⁷⁹⁵ أبو داود، **سنن أبي داود**، 40 كتاب الأدب، باب فِي رَدِّ الْوَسْوَسَةِ، 4/329/5112.

⁷⁹⁶ العظيم آبادي، **عون المعبود**، 12/114.

أما الشَّيْطَانُ فإنما يريد أن يوقع الإنسان في المعصية، فإن لم يلق استجابة تحوّل دون إلحاح ليوسوس في نوع آخر من المعاصي.

كما أن وساوس الشَّيْطَانِ يمكن التغلب عليها بالإستعاذة بالله تعالى والذكر، فهذا هو سلاح المؤمن عندما تهجم عليه تلك الخواطر، حتى يردّها ولا يسترسل مع اجتراح الأفكار حال تكرارها، قال تعالى: ﴿وَأَمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾⁷⁹⁷.

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "إِنَّ الشَّيْطَانَ وَاضِعٌ خَطْمَهُ عَلَى قَلْبِ ابْنِ آدَمَ، فَإِنْ ذَكَرَ اللَّهَ خَسَنَ، وَإِنْ نَسِيَ التَّقَمَّ قَلْبُهُ فَذَلِكَ الْوَسْوَاسُ الْخَنَّاسُ".⁷⁹⁸

ولذلك فإن كيد الشَّيْطَانِ ضعيف كما أخبر سبحانه بذلك فقال: ﴿إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا﴾⁷⁹⁹.

النوع الثاني: وساوس مرضية

وتسمى بالوساوس القهرية، وهي الأفكار أو الصور المتكررة والمتسلطة، التي تقتحم عقل المريض ويعجز عن طردها، وقد يكون مقتنعا بتفاهتها، وتسبب له القلق والإزعاج.

ونستطيع القول بأن الوساوس العرضية عندما تزيد في شدتها وتطول مدتها - سواء في شؤون الحياة أو أمور الدين - فإنها تصبح مرضا يحتاج إلى العلاج.

⁷⁹⁷ سورة الأعراف: 200.

⁷⁹⁸ أبو يعلى، مسند أبي يعلى، 7/278/ح 4301.

ابن شاهين، الترغيب في فضائل الأعمال وثواب ذلك، ص 56/ح 155.

البيهقي، شعب الإيمان، 2/74/ح 536.

وقال الهيثمي، مجمع الزوائد، 7/149: رَوَاهُ أَبُو يَعْلَى، وَفِيهِ عَدِيُّ بْنُ أَبِي عُمَارَةَ وَهُوَ ضَعِيفٌ.

⁷⁹⁹ سورة النساء: 76.

فقد يخاف المريض من المكروبات، ويبالغ في غسل الأشياء، والرغبة بالانتحار من الأدوار العليا، أو القطار والحافلة، أوسيطرة فكرة أو صورة، كفكرة الموت وصور الجثث، مع العجز عن التخلص من هذه الأفكار ومقاومتها.⁸⁰⁰

وتكون هذه الوسواس في أمور العبادات، كتكرار المصلي لتكبيرة الإحرام، أو تكرار غسل أعضاء الوضوء، أو أن شيئاً من الماء المتنجس قد أصاب الملابس أثناء وجوده في الحمام، وإعادة التطهر من النجاسة بالرغم من إدراكه أنه مخطئ، لكن هناك ما يدفعه رغماً عنه لإعادة ذلك الفعل، أو الوسوسة في انتقاض الوضوء.

عَنْ عَبَّادِ بْنِ تَمِيمٍ، عَنْ عَمِّهِ، أَنَّهُ شَكَاَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) الرَّجُلُ الَّذِي يُحِيلُ إِلَيْهِ أَنَّهُ يَجِدُ الشَّيْءَ فِي الصَّلَاةِ؟ فَقَالَ: "لَا يَنْفَتِلُ - أَوْ لَا يَنْصَرِفُ - حَتَّى يَسْمَعَ صَوْتًا أَوْ يَجِدَ رِيحًا".⁸⁰¹

فقد عالج النبي (ص.س) هذه الوسواس بعدم الالتفات إليها والاسترسال معها.

المطلب الرابع: هل لوسواس الشَّيْطَان علاقة بالوسَّواس القهري؟

يتبادر للذهن هذا السؤال، فكثير من الناس يظن أن الشَّيْطَان هو مصدر للوسواس بشتى أنواعها، فيما يرى علماء الطب النفسي أن الوسواس القهري هي نوع من أنواع الأمراض النَّفسية ولا علاقة للشيطان بها، وهذا الاختلاف له أثر في اختلاف توجه الناس نحو العلاج.

يقول عضوا اللجنة العالمية للوسواس القهري، أ.د. أحمد عكاشة: لقد قمت بدراسة حضارية مقارنة في اضطراب الوسَّواس القهري من خلال متابعة عدة سنوات لمائة وأربعة من المرضى، وقد استطعنا

⁸⁰⁰ عكاشة، الطب النفسي المعاصر، ص 170-171.

⁸⁰¹ البخاري، الجامع الصحيح، 4 كتاب الوضوء، باب مَنْ لَا يَتَوَضَّأُ مِنَ الشَّلَاةِ حَتَّى يَسْتَيْقِنَ، 1/39/ح 137.

مسلم، المسند الصحيح، 3 كتاب الحيض، باب الدَّلِيلُ عَلَى أَنَّ مَنْ تَيَقَّنَ الطَّهَارَةَ، 1/276/ح 361.

تحديد عامل الثقافة والحضارة في اضطراب الوسواس القهري، فيتغلب على المرضى العرب الوسواس الدينية، وهي التفكير في الذات الإلهية، والصور المشينة التي تنتاب المريض عن الله والأنبياء.

ووجدت أن الوسواس الدينية تنتشر في حوالي 57% بين المسلمين في مصر، فيما تقل بين اليهود إلى نسبة 52% والهنود 23% و18% في الولايات المتحدة، وتختفي عند البريطانيين، فالوسوسة في طقوس الطهارة والنجاسة والنظافة والطمث الشهري تنتشر بين المسلمين أكثر من غيرهم.⁸⁰²

ثم يتكلم عن الالتباس الذي يقع عند المسلمين فيخلطون بين وساوس الشيطان ومرض الوسواس فيقول: الجدير بالذكر أن كلمة الوسواس في اللغة العربية تشمل الوسواس الخناس، ألا وهو الشيطان، والوسواس القهري وهو مرض نفسي، أما في باقي اللغات فالكلمتان مختلفتان، وهذا ما يُفسّر لجوء مرضى الوسواس القهري من المسلمين إلى رجال الدين الذين كثيراً ما يصفون المرض على أنه من عمل الشيطان، ويزيد الطين بلة حيث يعاني المريض المؤمن من الشعور بالذنب والاكْتئاب، لذلك يجب التوعية بهذه الفروق، حيث إن كثيراً من المرضى لا يعلمون، وليس عندهم الوعي الكافي والدراية اللازمة بأنه مرض، وله علاج ناجح خاصة في السنوات الأخيرة.⁸⁰³

ويرى د. طارق حبيب أن هناك عدة أمور تُرجّح الصِّفة المرضية للوسواس القهري، وأنه مختلف عن وساوس الشيطان والنفس، وهذه الأمور هي:

- أنه يحدث في غير أمور العبادات بشكل كبير، بالإضافة إلى أنه يصيب الأشخاص الذين ليس لديهم مزيد من الصّلاح والتّدين، فيصابون بالوسواس القهرية في أمور العبادات.

⁸⁰² عكاشة، الطب النفسي المعاصر، ص180

⁸⁰³ المرجع السابق.

- انتقاله عن طريق الوراثة في بعض الأحيان، أو بسبب أسلوب التربية التي يتلقاها الشخص من والديه أو أحدهما، وانتشار المرض عند أقارب المريض.

- يلاحظ المعالجون النفسيون شفاء بعض المرضى بعد علاجهم بالعقاقير الطبية، أو الوسائل العلاجية الأخرى والجراحة.

- أثبتت أبحاث علمية وجود تغير في أنسجة المخ، واضطراب في مستوى بعض النواقل العصبية عند بعض المصابين بالوسواس القهري، والذي يتبدل عند التداوي بالعلاج المناسب، سواء كان عقاراً نفسياً أو برنامجاً علاجياً معرفياً سلوكياً.

- إصابة بعض الكفار بهذا المرض، وهم غير مؤمنين، فلا حاجة للشيطان أن يصيبهم بالوسواس فيما دون ذلك من أمور الدين.⁸⁰⁴

ويرى الباحث أن الوسواس القهري هو مرض نفسي يحتاج إلى علاج، ولكن لا نستطيع الجزم بعدم وجود تأثير للشيطان في هذا المرض، خاصة أننا نبحث في أمر غيبي نرى آثاره وندرسه من خلالها.

لذلك لا يستبعد الباحث أن يكون للشيطان دور في نشوء هذا المرض في بعض الحالات، وذلك عندما يرى قابلية في الإنسان للاسترسال مع تلك الوسواس، ولكن لا نستطيع أن نربط وجود هذا المرض بالشيطان دائماً، خاصة بعد أن ثبت بالدراسات الحديثة أثر العامل الوراثي في تهيئة الفرد للإصابة بالوسواس القهري، بل بالأمراض النفسية بشكل عام.

⁸⁰⁴ الحبيب، طارق بن علي، الوسواس القهري مرض نفسي أم أحاديث شيطانية، مؤسسة الجريسي، الرياض، ط1، 1424هـ، 2003م. ص29-30.

المبحث السادس: أسباب الأمراض النَّفسية

خلق الله تعالى الإنسان في هذه الدنيا وجعلها دار ابتلاء وامتحان، وهذه سنة الله تعالى في خلقه، فالدنيا لا تصفو لأحد إنما جُبلت على الأكدار، قال تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾⁸⁰⁵. قال الألوسي: "أي في تعب ومشقة فإنه لا يزال يقاسي فنون الشدائد من وقت نفخ الروح إلى حين نزعها وما وراءه".⁸⁰⁶

وعندما يصاب الإنسان بأنواع من المؤثرات والضغوطات الداخلية والخارجية فقد يكون هناك ردود أفعال تختلف في شدتها بحسب التأثير بالأسباب، مما ينتج عن ذلك حصول الانفعالات النفسية كالقلق والحزن والهم... وهي ردات فعل طبيعية ولكن خروجها عن الحد المألوف واستمرارها لفترة من الزمن تنقلب هذه الانفعالات النفسية إلى أمراض نفسية تحتاج إلى العلاج.

ويذهب د. الفقي، إلى أنه لو بحثنا عن أسباب الحالات النفسية سواء كانت اكتئاباً أو قلقاً أو خوفاً... فسنجد أن جذور معظم هذه الأمراض النفسية يحدث أولاً في العقل عن طريق التفكير، الذي قالت عنه الجامعات العالمية إنه يسبب أكثر من 75% من الأمراض النفسية.⁸⁰⁷

كما أن 90% من الأمراض العضوية يرجع سببها للفكر، فما يفكر به العقل يؤثر على سائر أعضاء الجسم الخارجية، من تعبيرات الوجه وتحركات الجسم، وأيضاً أعضاء الجسم الداخلية، كزيادة

⁸⁰⁵ سورة البلد: 4.

⁸⁰⁶ الألوسي، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، 351/15.

⁸⁰⁷ الفقي، قوة التفكير، ص 73.

ضربات القلب، واضطراب حرارة الجسم، وطريقة التنفس وارتفاع ضغط الدم، مما يؤثر على الكبد والكلية والمعدة... إلخ.⁸⁰⁸

وقامت كلية الطب في سان فرنسيسكو في عام 1986م بإجراء بحث عن علاقة العقل بالجسد في الإصابة بالأمراض المختلفة على المستويين النفسي والعضوي، وكانت النتيجة أن أكثر من 95% من الأمراض يرجع سببه إلى العقل، بمعنى أن العقل يفكر فيرسل الرسائل للجسد الذي يقوم بدوره برد فعل يؤثر على كل عضو من أعضاء الجسد.⁸⁰⁹

ويعطي علم النفس اهتماماً بالغاً للوقاية من الأمراض النفسية، أو التحصين النفسي، لأن درهم وقاية خير من قنطار علاج، وللوقاية من هذه الأمراض لابد من معرفة أسبابها، بغية التحصين منها وإزالتها. ولا شك أن هناك تفاعل بين الأسباب، فلا نستطيع أن نحدد سبباً واحداً ونجزم بأن المرض ناتج عنه، فالأسباب تتعدد ولا نستطيع أن نحدد نسبة أثر كل من هذه الأسباب على حدة.

كما لا يلزم من وجود السبب وجود المرض، لأن طاقات التحمل للضغوط والأزمات تختلف من شخص لآخر، وبناء على اختلاف القدرات الشخصية تختلف نسبة الاستسلام لتلك الضغوط. ومن المهم أن يعتقد الإنسان بأن السبب الرئيسي والعامل الهام لحصول الأمراض النفسية ليست الظروف والنكبات التي يتعرض لها الإنسان، بل الأمر متعلق بردة الفعل التي تصدر من الشخص في مقابلة هذه الأزمات والصدمات، ولطالما أن الحياة لا تخلو من هذه الإبتلاءات والمنغصات فعلى الإنسان المحافظة على التوازن النفسي لمواجهتها.

⁸⁰⁸ المرجع السابق، نقلاً عن د. هربرت سينسر، ص 78.

⁸⁰⁹ الفقي، قوة التفكير ص 220.

فكثير ممن يمرون بحوادث قاسية، ومواقف مؤلمة، كموت قريب أو حبيب، أو خسارة فادحة في الأموال، أو مرض عضال مزمن...، فإنهم لا يصابون بالأمراض النفسانية، بل يخرجون من تلك المحن أقوى وأقوياء ثابتين. ويأتي دور الإيمان بالله تعالى في تخفيف حدة تلك الضغوط والصدمات، وكلما زاد الإيمان بالله تعالى كلما كان العبد متمتعاً بمرتبة عالية من الرضى والتسليم، مما يساعد على احتواء ردة الفعل النفسية وتخفيف وطأتها.

وبعد أن تحدثنا عن أهم الأمراض النفسية نبدأ بالحديث بشكل موجز عن أهم أسبابها.

المطلب الأول: الأسباب الذاتية (الداخلية)⁸¹⁰

أولاً: الوراثة

الوراثة تعني الانتقال الحيوي (البيولوجي) من خلال المورثات (الجينات) من الوالدين إلى الأولاد في لحظة الحمل، وتؤثر الوراثة على التكوينات الجسمية مثل الطول والوزن ولون البشرة والشعر والعينين، والتكوينات العصبية ونشاط الغدد، كما تؤثر الوراثة على قوة الدوافع. وللوراثة دور كسبب مهين للأمراض النفسية، ولكنها ليست وحدها قوة مستقلة، بل للبيئة دور في دعم أثر الوراثة فتتفاعل معها لحصول المرض، فالوراثة إذاً تزود الفرد بالاستعداد الفطري وتأتي البيئة لتظهر أثر الوراثة أو تعوق ظهوره، فالذي يورث هو الاستعداد للمرض وليس المرض.

ولقد دعمت الدراسات الوراثية فرضية أنه يوجد تأثير للعامل الوراثي في حصول مرض الوسواس القهري، وأوضحت الدراسات المتعلقة بالأسرة أن 35% من المصابين لهم أقرباء من الدرجة الأولى هم مصابون بالمرض نفسه.⁸¹¹

⁸¹⁰ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص 108-111.

كما أن الزواج بين الأقارب يجعل الذرية عرضة للإصابة بالأمراض الوراثية، ومنها الاضطرابات النفسانية، ويظهر أثر ذلك أكثر بتوالي الزواج بين الأقرباء جيلاً بعد جيل، مما يسبب ضعف الذرية بدناً وعقلاً، ويؤكد خبراء الطب، والطب النفسي على انتقال بعض الأمراض عن طريق الوراثة.⁸¹²

وقد أخبر النبي (ص.س) عن أثر الوراثة في انتقال خصائص المولود من والديه وأقربائه.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ (ص.س) فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وُلِدَ لِي غُلَامٌ أَسْوَدُ، فَقَالَ: "هَلْ لَكَ مِنْ إِبِلٍ؟" قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: "مَا أَلْوَانُهَا؟" قَالَ: حُمْرٌ، قَالَ: "هَلْ فِيهَا مِنْ أَوْزَقٍ؟"⁸¹³ قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: "فَأَتَى ذَلِكَ؟" قَالَ: لَعَلَّهُ نَزَعَهُ عِرْقٌ⁸¹⁴، قَالَ: "فَلَعَلَّ ابْنَكَ هَذَا نَزَعَهُ".⁸¹⁵

وفي الحديث عند مسلم، قول النبي (ص.س): "... إِذَا عَلَا مَاءُ الرَّجُلِ، أَشَبَّهَ الْوَلَدُ أَحْوَالَهُ، وَإِذَا عَلَا مَاءُ الرَّجُلِ مَاءَهَا أَشَبَّهَ أَعْمَامَهُ".⁸¹⁶

فانتقال الخصائص والصفات الشكلية أمر مشاهد ومعلوم، ومن الممكن الاستدلال بما ورد من هذه الأحاديث على احتمالية انتقال الخصائص النفسية أيضاً، لاسيما وأن هناك دراسات علمية تثبت ذلك.

⁸¹¹ سالم، الوسواس القهري، ص 19.

⁸¹² عقل، محمود عطا حسين، النمو الإنساني "الطفولة والمراهقة"، دار الخرجي، الرياض، ط: بلا، 1417هـ، 1997م. ص 59.

⁸¹³ الأورق هو الذي فيه سواد ليس بصاف. النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 133/10.

⁸¹⁴ المراد بالعرق هنا الأصل من النسب تشبيهاً بعرق الثمرة ومنه قولهم فلان معرق في النسب والحسب وفي اللؤم والكرم ومعنى نزعه أشبهه واجتذبه إليه وأظهر لونه عليه. المصدر السابق.

⁸¹⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 68 كتاب الطلاق، باب إذا عرّض بنفي الولد، 53/7 ح 5305.

مسلم، المسند الصحيح، 18 كتاب الطلاق، باب انقضاء عدة المتوفى عنها زوجها، وغيرها بوضع الحنبل، 1137/2 ح 1500.

⁸¹⁶ مسلم، المسند الصحيح، 3 كتاب الحيض، باب وجوب الغسل على المرأة بخروج المني منها، 251/1 ح 314.

قد تكون الأسباب الفسيولوجية لها التأثير المباشر في نشوء الاضطراب النفسي، ويسمى ذلك بالاضطراب النفسي الفسيولوجي، ومن أهم الأسباب الفسيولوجية:

أ- خلل أجهزة الجسم والاصابة بالأمراض: كالجهاز العصبي المركزي، والجهاز التنفسي، والهضمي، والتناسلي، والعضلي. والإصابة بالأمراض المزمنة، والمعدية، والاعاقة البدنية.

ب- اضطراب الغدد: لجهاز الغدد أهمية كبيرة في تنظيم النمو ووظائف الجسم، وللغدد وما تفرزه من (الهرمونات) تأثير في عملية النمو، فهي تجعل الفرد شخصاً سليماً، أو مصاباً بالمرض النفسي، كما أن اضطراب الغدد يحدث اضطراباً حيوياً وتشوهاً جسيماً مما يسبب الاضطرابات النفسية مثل الشعور السلبي بالنقص والإحباط واضطراب الشخصية.

ج- التغير الفسيولوجي في مراحل النمو المختلفة، وأهم حالاته:

البلوغ الجنسي: فالأفكار الخاطئة نحو الغريزة الجنسية، وجهل الوالدين وإعراضهم عن مناقشة هذه المعلومات بذكاء وموضوعية، والبلوغ المبكر وما يصحبه من الشعور بالخجل أو الذنب، وكذلك البلوغ المتأخر الذي يصحبه الشعور بالعجز والنقص، كل هذا يؤدي إلى عدم ضبط الدافع الجنسي أو سوء توجيهه، ونقص التربية الجنسية.

الحالة الزوجية: كالعنوسة وتأخر الزواج، والحرمان الجنسي، وعدم الإشباع، والانفصال والطلاق والترمل.

⁸¹⁷ الفسيولوجيا: هي علم وظائف الأعضاء، مثل عمليات ووظائف الجهاز الهضمي والتنفسي والدوري. طه، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ص 632.

الحمل والولادة: فهذه المرحلة قد يصحبها التوتر النَّفسي، والإرهاق الجسمي والقلق والانفعال أثناء الحمل والولادة والرضاع.

سِنَّ القعود: فقد يصاب الشخص بالقلق، والاكتئاب، والشعور بالنقص، ومحاولة الانتحار. الشيخوخة: ففقدان الدقة الحسية في السمع والبصر، وضعف الحركة، ونقص الحيوية، والشعور بالحرمان والنقص وقرب النهاية، كل ذلك يؤدي إلى التدهور النَّفسي.

ثالثاً: الخلل في إشباع الدوافع

في الإنسان دوافع كثيرة منها ما يتعلق بحفظ الذات، ومنها ما يتعلق بحفظ النوع، فإذا قصر الإنسان في إشباعها أو تجاوز الحدود، حصل الخلل بسبب النقص أو الطغيان، وكان ذلك سبباً في حصول الأمراض النَّفسية.

والإمام الغزالي تكلم عن هذه الأمراض، فهو يعطي للنفس والقلب والروح نفس المعنى في بعض الأحيان، لذلك يسمي هذه الأمراض بأمراض القلوب، ويُرجع هذه الأمراض إلى سبب رئيسي هو الصِّراع بين قوى الخير وقوى الشر، أو الصِّراع بين العقل والغريزة، أو بين إشباع الجسد وإشباع الروح، فالجسد يطلب اللذة والروح تطلب الاستقامة، فإذا أطاع الإنسان لذة الجسد وعصى أوامر العقل لإشباع الروح انتابه الشعور بالذنب والإحساس بالندم.

ويتولد عن هذا الصِّراع الشعور بالقلق والتوتر، كما يتولد عن الرضوخ أمام الغرائز الإصابات بأمراض القلوب كالحسد والتكبر والبخل والغضب والعدوان...

وتنعكس هذه الانفعالات النَّفسية الداخلية على السلوك مما يؤدي إلى الانحراف.

لذلك كان الاعتدال في إشباع هذه الغرائز والقدرة على ضبطها والتحكم بزماتها له دور كبير للوقاية والعلاج من الأمراض النفسية، ويكون ذلك بمنهج مستمد من الكتاب والسنة، رسمه علماء المسلمين وأطلقوا عليه اسم (علم التزكية) ولأهمية هذا العلم وتعلقه بموضوع البحث سنتحدث عنه في فصل مستقل.

المطلب الثاني: الأسباب الاجتماعية

ونقصد بها البيئة الاجتماعية التي تحيط بالإنسان، وتتكون من الأسرة والمدرسة والأصدقاء، والمجتمع بشكل عام، وأهم هذه الأسباب:

الوالدان: إن الخلافات الزوجية، والهجران أو الانفصال والطلاق، وسوء أخلاق الوالدين والحالة العصبية التي تسود البيت، كل ذلك له أثر في نفسية الطفل.

وهناك كثير من الأخطاء في معاملة الوالدين للأولاد، كالموقف السلبي من جنس المولود، ونقص العناية والرعاية، وشعور الطفل بنقص العطف والحنان من الوالدين أو أحدهما، أو تفضيل بعض الأولاد على بعض والمقارنة بينهم، والقسوة الزائدة أو العناية الزائدة، وغير ذلك من أساليب التربية الخاطئة، لها دور وأثر نفسي على الطفل.⁸¹⁸

وقد أدت بحوث ميدانية كثيرة إلى أن الطفل إذا تعرض للنبذ والطرْد، وعدم القبول من جهة الوالدين، وإذا تلقى القسوة والعنف والزجر في المعاملة، وإذا تعرّض للإهمال والحرمان من العطف والحب والحنان، شب الطفل مريضاً نفسياً أو عقلياً.⁸¹⁹

⁸¹⁸ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص 124.

⁸¹⁹ العيسوي، الإسلام والعلاج النفسي الحديث، ص 41-42.

ثانياً: المدرسة والأصدقاء: إن إخفاق المدرسة في تحقيق مسؤولياتها عن نمو شخصية التلميذ من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، ونقص التعاون بين الأسرة والمدرسة، وكذلك سوء التوافق النفسي للمربي، وممارسته للتهديد والعنف، وممارسة النقد والتوبيخ، وانخفاض قدرات الطالب مع ارتفاع مستوى التعليم، والفشل الدراسي، واضطراب العلاقة بين الأستاذ والتلميذ، كل ذلك يؤدي إلى نشوء المرض والعقد النفسية لدى الطفل.⁸²⁰

ويعتبر الأصدقاء والأصحاب عاملاً مؤثراً في الصحة النفسية للفرد، فهو يختلط بهم، ويتأثر بأفكارهم وعاداتهم، وقد يتعلم منهم السلوك السوي أو الانحرافات عن طريق الحث والتقليد والمحاكاة، مما يهدد بإصابته بالمرض النفسي.⁸²¹

ثالثاً: المجتمع: فمن صور المجتمع المريض أنه يحول دون إشباع حاجات أفراده، ويفرض أنواعاً من الحرمان، والعزل الاجتماعي للأقليات بسبب اختلاف الدين أو العرق أو الطبقة، وعدم المساواة والاضطهاد والتنشئة الاجتماعية الخاطئة عن طريق وسائل الإعلام.

كما أن نشوب الحروب والصراعات في البلاد يتولد عنها الكثير من الآثار النفسية السلبية، حيث يصاحب ذلك التوتر والخوف خاصة مع انتشار الأسلحة الفتاكة المدمرة، وتنتشر الكراهية والعُدوانية وتتحطم المثل الأخلاقية في المجتمع، مع الخسارة في الأرواح والأموال والممتلكات، ويشعر الفرد بالضياع وانعدام الأمن والأمان. وكذلك الكوارث الاجتماعية العنيفة والمجاعات تعتبر من أسباب الأصابة بالأمراض النفسية.⁸²²

⁸²⁰ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص124.

⁸²¹ علوان، عبد الله ناصح، تربية الأولاد في الإسلام، دار السلام، بيروت، ط2، 1401هـ - 1981م. ص124.

⁸²² زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص124.

وقد أثبتت الدراسات أن مشاعر فقدان التي تنتج عن موت شخص عزيز يكون لها تأثير على الصحة، وأثبتت دراسة أجريت في عام 1979م، أن الأمهات اللواتي فقدن أزواجهن يتعرضن للضغط النفسي والاجتماعية بسبب مسؤوليات تربية الأطفال، والفراغ العاطفي الذي يُحدثه فقد الأزواج يجعلهن أكثر عرضة للإصابة بالأمراض.⁸²³

وتتأخر الآثار النفسية والاجتماعية للحروب لما بعد الحرب، فإن كثيراً من المدنيين ممن يعانون من التوترات ويعيشون في فترة الحرب وفي ظل الخوف والرعب والتهديد من الممكن أن يتماسكوا طوال فترة الحرب، ولكن تنفجر لديهم بعد ذلك أعراض نفسية.⁸²⁴

ومن المشكلات أيضاً عدم قدرة الفرد على التكيف مع المحيط الاجتماعي من حوله، وعدم الشعور بالانتماء، والقدرة على التكيف مع نمط العصر من التطور والتكنولوجيا، فجميع ذلك يمثل ضغوطاً نفسية، قد يضعف الفرد أمامها وينهار تحت شدتها.⁸²⁵

المطلب الثالث: الأسباب الاقتصادية

تكلمنا فيما مضى عن أهمية إشباع الدوافع للوقاية من الأمراض النفسية، وكثير من هذه الدوافع قد يكون مرتبطاً بالجانب الاقتصادي، فلا يستطيع الفرد تأمين حاجاته ما لم يتوفر لديه المقدار المطلوب من المال، ومن هنا كان للأسباب الاقتصادية دور كبير في تحقيق الصحة النفسية.

ومن هذه الأسباب الاقتصادية: الخسائر المالية والإفلاس، والديون، والبطالة.

⁸²³ الحسيني، عبد العزيز بن عبد الله، *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*، دار كنوز إشبيلية، الرياض، ط2، 1426هـ - 2005م. ص158-159.

⁸²⁴ كفاي، علام الدين، مقال بعنوان: *الثقافة والمرض النفسي*، مجلة علم النفس، العدد 46، 1996م.

⁸²⁵ عقل، *النمو الإنساني "الطفولة والمراهقة"*، ص373-379.

فعندما يصاب صاحب المال بالخسارة والإفلاس فقد تؤدي به هذه الكارثة إلى الإصابة بسكتة قلبية، أو أمراض جسدية خطيرة كارتفاع ضغط الدم أو مرض السكري، وغير ذلك من المرض العضال، وقد تكون هذه الخسارة سببا في الصدمات النفسية.

وفي عصرنا انتشرت المتاجرة والاستثمار في سوق الأسهم المالية، التي يقول عنها د. محمد الحامد: إن أمراضا نفسية عديدة تزامنت مع الأسهم، خاصة مع الأشخاص الذين تردت ظروفهم وتحطمت أحلامهم نتيجة لتلك الخسائر المتكررة، وتناقص رأس المال وتراكم الديون، وتشير الحقائق الطبية أن بعضهم يدخلون إلى العيادات النفسية ويصبحون زبائن يرتادون العيادات النفسية، وتتفاقم المشكلة مع شعور الفرد بالعجز عن أداء الاحتياجات الأسرية، فيظل يلقي اللوم على نفسه، فضلا عن أن بعض الخاسرين يصابون بمرض الاكتئاب المزمن، وقد يتطور المرض إلى أن يصل المريض إلى درجة قد يضر فيها نفسه بأن يقدم على الانتحار.⁸²⁶

وكذلك للديون أثر نفسي، فهي هم يلاحق المدين حتى وفائه، وقد تعوذ نبينا (ص.س) من الدين. فعن أنس بن مالك، قال: كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) يَقُولُ: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَضَلَعِ الدِّينِ، وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ".⁸²⁷ وضلع الدين: أي ثقله.⁸²⁸

كذلك البطالة تؤدي إلى آثار سلبية تنعكس على سلوك الشخص وحالته النفسية، وتتمثل في تعزيز الشعور بالإحباط والفشل والضياع، مما ينجم عنه ميول عدواني تجاه المجتمع، وقد يؤدي إلى إحداث

⁸²⁶ الحامد، محمد، جريدة عكاظ، العدد 14492، الصادر يوم الاثنين الموافق 1427/4/3 هـ..

⁸²⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 80 كتاب الدعوات، بَابُ التَّعَوُّذِ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ، 8/79/ح. 6369.

⁸²⁸ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 96/3.

خلل في الوظائف الجسمية، وإفرازات الغدد، وتؤثر في سلوك الفرد العاطل عن العمل، مما يسبب الإصابة بالأمراض النفسانية.⁸²⁹ وقد حثَّ النبي (ص.س) على العمل والجد والكسب، وحذَّر من البطالة.

عَنِ الْمُقْدَامِ (ر.ض) عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "مَا أَكَلَ أَحَدٌ طَعَامًا قَطُّ، خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ (ع.س) كَانَ يَأْكُلُ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ".⁸³⁰

عَنِ الزُّبَيْرِ بْنِ الْعَوَّامِ (ر.ض) عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَأَنْ يَأْخُذَ أَحَدُكُمْ حَبْلَهُ، فَيَأْتِيَ بِحُزْمَةِ الْخَطَبِ عَلَى ظَهْرِهِ، فَيَبِيعَهَا، فَيَكُفَّ اللَّهُ بِهَا وَجْهَهُ خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَسْأَلَ النَّاسَ أَنْعَظُوهُ أَوْ مَنَعُوهُ".⁸³¹

⁸²⁹ حويتي، أحمد، *علاقة البطالة بالجريمة والانحراف في الوطن العربي*، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، ط: بلا، 1419-1998م. ص 157.

⁸³⁰ البخاري، *المجامع الصحيح*، 34 كتاب البيوع، باب كَسْبِ الرَّجُلِ وَعَمَلِهِ بِيَدِهِ، 3/57/ح 2072.

⁸³¹ البخاري، *المجامع الصحيح*، 34 كتاب الزكاة، باب الاستِغْفَابِ عَنِ الْمَسْأَلَةِ، 2/123/ح 1471.

الفصل الرابع: أثر تركية النفس في بناء التفكير الإيجابي نحو إشباع الدوافع

المبحث الأول: الدوافع في علم النفس الحديث وعند أهل الكتاب

المطلب الأول: تعريف الدوافع والغرائز والسلوك

أولاً: التعريف اللغوي

1- الدوافع

قال ابن منظور نقلاً عن ابن تيمية: الدوافع أسافل الميث حيث تدفع في الأودية، أسفل كل ميثاء دافعة. وقال الأصمعي: الدوافع مدافع الماء إلى الميث، والميث تدفع إلى الوادي الأعظم. والدافعة: التلعة من مساليل الماء تدفع في تلعة أخرى إذا جرى في صبيب وحدور من حدب، فكل واحد من ذلك دافعة والجمع الدوافع. وقيل: المدافع المجاري والمساليل، والمدافعة: المزاحمة.⁸³² ويتبين من خلال التعريف اللغوي للفظ (الدوافع) أنه يدل على الحركة والدفع بقوة.

2- الغرائز

قال ابن دريد: "والغريزة: الطبيعة، والجمع غرائز، فلان كريم الغريزة والطبيعة والنحيطة والنحيرة والخليقة والسليقة، كل ذلك واحد".⁸³³

والغريزة: "بوزن العربية وهي الطبيعة والفريضة والسجية من خير أو شر؛ وقال اللحياني: هي الأصل والطبيعة".⁸³⁴

⁸³² ابن منظور، لسان العرب، 88/8.

⁸³³ ابن دريد، أبو بكر محمد بن الحسن بن دريد الأزدي (المتوفى: 321هـ) جمهرة اللغة، تح: رمزي منير بعلبكي، دار العلم للملايين - بيروت، ط: 1، 1987م. 706/2.

⁸³⁴ الرازي، مختار الصحاح، ص 226 - ابن منظور، لسان العرب، 387/5.

3- السُّلُوك

(السُّلُوكُ) بِالْفَتْحِ مَصْدَرُ (سَلَكَ) الشَّيْءُ فِي الشَّيْءِ (فَأَنسَلَكَ) أَيُّ أَدْخَلَهُ فِيهِ فَدَخَلَ.⁸³⁵ قَالَ

اللَّهُ تَعَالَى: ﴿كَذَلِكَ سَلَكْنَاهُ فِي قُلُوبِ الْمُجْرِمِينَ ۖ﴾.⁸³⁶ قَالَ ابْنُ عَبَّاسٍ، وَالْحَسَنُ، وَمُجَاهِدٌ: أَدْخَلْنَا

الشَّرْكَ وَالتَّكْذِيبَ.⁸³⁷ وَاللَّهُ يُسَلِّكُ الْكُفَّارَ فِي جَهَنَّمَ أَيُّ يُدْخِلُهُمْ فِيهَا، وَالْمُسْلِكُ: الطَّرِيقُ.⁸³⁸

ويُردُّ السُّلُوكُ بِمَعْنَى الْإِسْتِقَامَةِ، جَاءَ فِي الْقَامُوسِ الْحَمِيظِ: (وَأَسْلَكَهَا) أَدْخَلَهَا فِيهِ. وَالسُّلُوكَةُ،

بِالْكَسْرِ: الْحَيْطُ يُحَاطُ بِهِ، وَالسُّلُوكِيُّ، بِالضَّمِّ: الطَّعْنَةُ الْمُسْتَقِيمَةُ، وَالْأَمْرُ الْمُسْتَقِيمُ.⁸³⁹

ثَانِيًا: التَّعْرِيفُ الْإِصْطِلَاحِي

1- الدَّوَافِعُ إِصْطِلَاحًا

هناك تعاريف كثيرة للدافع، وهي متفقة من حيث المضمون، وهذه أهمها:

يعرّف نجاتي الدوافع بأنها: "القوى المحركة التي تبعث النشاط في الكائن الحي وتبدي السلوك

وتوجهه نحو هدف أو أهداف معينة".⁸⁴⁰

ويعرّفها أحمد زكي صالح: "الدوافع أو الحافز هو أي عمل داخلي في الكائن يدفعه إلى عمل

معين، والاستمرار في هذا العمل مدة معينة من الزمن حتى يشبع هذا الدافع".⁸⁴¹

⁸³⁵ الرازي، مختار الصحاح، ص152.

⁸³⁶ سورة الشعراء: 200.

⁸³⁷ البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 6/129.

⁸³⁸ ابن منظور، لسان العرب، 10/443.

⁸³⁹ ابن منظور، القاموس المحيظ، 1/943.

⁸⁴⁰ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص27.

⁸⁴¹ صالح، أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، دار المعارف، مصر، ط14، 1988م. ص314.

وتُعرّف الدوافع بأنها تلك القوى المحركة والتي تبعث النشاط في الإنسان وتبدي السلوك، وتوجهه نحو هدف أو أهداف معينة.⁸⁴² فقد يطلق على الدافع لفظ (الباعث).

ويعرّفه حامد زهران بأنه: حالة جسمية أو نفسية داخلية (تكوين فرضي) يؤدي إلى توجيه الكائن الحي تجاه أهداف معينة ومن شأنه أن يقوي استجابات محددة من بين عدة استجابات يمكن أن تقابل مثيراً محدداً.⁸⁴³

أقول: من خلال هذه التعاريف يتبين لنا أن الدافع هو طاقة كامنة وقوة محركة للسلوك، تدفعه نحو تحقيق هدف معين.

وبين د. طه العلاقة بين الحاجة والدافع، فالحاجة يقصد بها أنه عندما ينشط دافع ما لدى الفرد فإن هذا الدافع يجعله يحس بأن شيئاً ما ينقصه، وأنه بحاجة إلى شيء يشبع هذا الدافع.

فمثلاً عندما ينشط دافع الجوع فإن الإنسان يحس بحاجة إلى الطعام، وكذلك الشراب وسائر الدوافع، فالحاجة مرتبطة بالدوافع، يسعى الإنسان لإشباعها ليحافظ على نفسه ونوعه، مما يحقق المصلحة له ولمجتمعه.⁸⁴⁴

فالدافع فهو طاقة داخل الكائن الحي إنساناً كان أو حيواناً، تدفعه هذه الطاقة إلى القيام بسلوك أو نشاط معين تحقيقاً لهدف معين، وهو ما يؤدي إلى إشباع هذا الدافع.⁸⁴⁵

⁸⁴² نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص 27.

⁸⁴³ زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ص 127.

⁸⁴⁴ طه، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ص 313.

⁸⁴⁵ المرجع السابق، ص 349.

2- الغرائز اصطلاحاً

عبر الجاحظ عن معنى الغرائز بقوله: "وللإنسان قوى معروفة المقدار، وشهوات مصروفة في وجوه حاجات النفوس، مقسومة عليها. لا يجوز تعطيلها وترك استعمالها ما كانت النفوس قائمة بطبائعها ومزاجاتها وحاجاتها. وباب المنكح من أكبرها، وأقواها، وأعمّها".⁸⁴⁶

فالغريزة في اللغة تدل على الصفات أو الاستعدادات النفسية أو الحركية، أو السلوكية مغروزة في أصل بنية الكائن الحي حتى إنه يمارسها بالفطرة التي أودعها الله فيه، من غير حاجة إلى تعلم.⁸⁴⁷

وقد عرّفها أحمد زكي صالح فقال: "الغريزة مظهر نفسي ثلاثي البعد بمعنى أنه يوجد لها أبعاد ثلاثة، إدراك يثيرها، ونشاط انفعالي يصاحبها، وسلوك تعبيرية عن نفسها".⁸⁴⁸

وعرف محمد أحمد جاد المولى الغرائز بأنها: "قوة فطرية أودعها الله جسم الإنسان مقسومة بحركة داخلية ذاتية إلى المحافظة على بقاءه وبقاء سلالته فهي نزعات الفطرة".⁸⁴⁹

وخلص عبد الرحمن إلى أن مفهوم الغرائز عند العلماء الشرعيين واللغويين وعند العلماء المهتمين بالدراسات النفسية هو: "مجموعة الطبائع والبواعث والأخلاق المترسخة في النفس الإنسانية الذي يدفعها إلى نشاط سلوكي عقلي وحركي تتبين إيجابيته من سلبيته حسب صلاح النفس واستقامتها وضبطها تجاه

⁸⁴⁶ الجاحظ، الحيوان، 73/1.

⁸⁴⁷ النحلاوي، عبد الرحمن، الغرائز والدوافع تنظيمها وتأثيرها في الحياة النفسية، محاضرة أقيمت يوم الاثنين الموافق 1385/11/15هـ ضمن الموسم الثقافي العاشر للكلية والمعاهد العلمية، الرئاسة العامة للكلية والمعاهد العلمية، الرياض، 1386هـ.

⁸⁴⁸ صالح، علم النفس التربوي، ص798.

⁸⁴⁹ محمد أحمد جاد المولى، الخلق الكامل، مصر، مطبعة حجازي، ط: بلا. 34/1.

الدوافع المثيرة للسلوك البشري... وهي قابلة للتوجيه الإيجابي كما هي قابلة للانحراف السلبي عن منهج الفطرة في الأصل".⁸⁵⁰

3- السلوك اصطلاحاً

يقوم السلوك بمقام مترجم للسان حال الشخصية، فيعبر عن مكنوناتها ويكشف عن خباياها وينطق بأسرارها، كما أن السلوك هو الذي يجسد المشاعر والأحاسيس والغرائز والعواطف الداخلية ويحولها إلى المحسوس، لذلك كان السلوك المستقيم والمتوازن عنواناً للشخصية السوية.

إن سلوك الإنسان هو سلوك مدفوع فليس من عمل إلا ومن ورائه دوافع. فالدوافع والحاجات تبعث على عقد النيات، والنية هي بداية السلوك، لذلك كانت النية مرتبطة بالعمل، وإلى هذا أشار النبي (ص.س) بقوله: "إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَّا نَوَى، فَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى دُنْيَا يُصِيبُهَا، أَوْ إِلَى امْرَأَةٍ يَنْكِحُهَا، فَهِجْرَتُهُ إِلَى مَا هَاجَرَ إِلَيْهِ".⁸⁵¹

المطلب الثاني: أهمية دراسة الدوافع

إن دراسة دوافع السلوك الإنساني تعتبر من أهم موضوعات علم النفس الحديث وأكثرها دراسة وعناية، إذ لا مجال لفهم سلوك الإنسان وتفسيره والقدرة على تعديله وتغييره إلا من خلال دراسة الدوافع التي تحركه، ولا يمكن لهذه الدوافع أن توجه السلوك نحو اشباعها إلا من خلال التفكير للبحث عن طرق الإشباع، وبالتالي فإن دراسة الدوافع وتنظيمها لها أثر في التفكير لتوجيه الفرد نحو السلوك الإيجابي.

⁸⁵⁰ الزيد، عبد الرحمن، الهادي الإسلامي للغرائز عند الإنسان، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، 1417هـ. ص4-5.

⁸⁵¹ البخاري، الجامع الصحيح، 1 كتاب بدء الوحي، كَيْفَ كَانَ بَدْءُ الْوَحْيِ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س)؟، 1/6/ح1.

مسلم، المسند الصحيح، 33 كتاب الإمارة، بَابُ قَوْلِهِ (ص.س): "إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ"، 3/1515/ح1907.

فللإنسان حاجات كثيرة، منها ما هو أساسي لأنه سبب في الحياة، وبانعدامها تتوقف الحياة، ومنها ما هو ضروري أيضا لتحقيق الأمن النفسي والسعادة. وسميت دوافع لأنها تدفع الإنسان للقيام بنشاط سلوكي لإشباع حاجاته.

إذا إن الدوافع هي حاجة جسمية، أوحالة نفسية، توجه سلوك الفرد نحو اتجاه معين، وتواصل توجيهه إلى أن يصل للهدف الذي يريد تحصيله.

هذه الدوافع الفطرية كامنّة في الإنسان ويحتاج إلى إشباعها، ولكن طريقة إشباعها تكون مكتسبة بالتعلم والتوجيه، من البيئة المنزلية، أو المجتمع الخارجي.

ويقسّم علماء النفس الدوافع الفطرية إلى قسمين أساسيين:

القسم الأول: دوافع حفظ الذات، وهي ضرورية لبقاء الحياة، لأنها تتعلق باختلال في التوازن العضوي الكيميائي في جسم الإنسان، مثل: دافع التنفس، والجوع، والعطش، والإخراج، والنوم طلباً للراحة من التعب، وتجنب الحرارة والبرودة، وغيرها. وتسمى بالدوافع الفسيولوجية، كما تسمى بالدوافع الأولية، وهي دوافع عامة ومشاركة بين الإنسان والحيوان.

القسم الثاني: وإلى جانب تلك الدوافع الفسيولوجية حاجات أخرى روحية ونفسية، أما الروحية فهي الحاجة للتدين، فالإنسان يشعر بقرارة نفسه بحاجة إلى إله يعبدّه ويلجأ إليه. وأما الدوافع النفسية فمنها دافع التملك والعدون، وسنأتي على ذكرها في المباحث القادمة بعونه سبحانه.

ويُصنّف البعض الدوافع إلى:

دوافع أولية، بحيث تولد مع الإنسان، ويشارك فيها مع الحيوان. وهي متعلقة بالحاجات الجسمية.

الحاجات الثانوية، وهي التي يختص بها الإنسان، وتنشأ نتيجة التأثير بالمحيط الاجتماعي.⁸⁵²

ومن تعدد هذه المعاني يمكن أن نستدل لمفهوم الدافع على أمرين:

تعدد دلالات الدافع لتشمل جميع الجوانب الفطرية والمكتسبة من السلوك. وتقوم هذه الدلالات

اللفظية على مفهومين لتعريف الدافع وهما:

أ- الدافع بكونه طاقة مغذية للسلوك تعكس الناحية الفطرية وراءه.

ب- الدافع كتكوين فرضي يفسر السلوك.⁸⁵³

المطلب الثالث: العلاقة بين الدوافع والغرائز والسلوك في علم النفس الحديث

استعمل علماء النفس الحديث مصطلح الغرائز والدوافع بمعنى واحد، وقد أكد هذا المعنى العالم

(ماكدوجل) عندما ذهب إلى أن الغرائز: هي الدوافع الأساسية للسلوك البشري، فيعرفها بأنها استعداد

فطري نفسي جسمي يدفع الفرد إلى أشياء من نوع معين، ويشعر الإنسان إزاءها بانفعال خاص، ثم

يسلك نحوها سلوكاً معيناً أو يحاول ذلك على الأقل، والغرائز عامة يشترك فيها الناس جميعاً، في كل

سلالة وفي كل حضارة وفي كل عصر، وهي دوافع فطرية لا تكتسب ولا يمكن استئصالها أو القضاء

عليها.⁸⁵⁴

وأما فرويد فقد حاول تفسير سلوك الإنسان عن طريق غريزتين أساسيتين هما: غريزة الحياة،

ويمثلها مبدأ اللذة. وغريزة الموت، ويمثلها مبدأ العدوان.

⁸⁵² العثمان، الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي بوجه خاص، ص 189.

⁸⁵³ عبد الجابر، محمد محمود، الإسلام وعلم النفس، الرياض، ط: بلا، 1989-1410م. ص 100.

⁸⁵⁴ راجح، أحمد عزت، أصول علم النفس، دار الكتاب العربي للطباعة والنشر، القاهرة، ط: 7، 1968م.

ص 85.

إلا أن علماء آخرين افترضوا وجود عدد أكبر من الغرائز من تلك التي أشار إليها (فرويد) و(ماكدوجل) وقد بلغ عدد الغرائز عندهم المئات بل الآلاف، وهذا ما سبب إضعاف وجهة النظر الغرائزية فيما بعد، وبسبب المضاعف المتعددة التي واجهتها نظرية الغرائز في تفسير السلوك الإنساني، تم استبدال تعبير الغريزة بمفهوم جديد ألا وهو الدافع والحاجة.⁸⁵⁵

ويرى البعض أن هناك سبباً لهذا الاستبدال، وهو أن الغريزة اصطلاح مبهم ويحمل أكثر من معنى مما يدعو إلى الارتباك، وقد كان هذا أحد الأسباب التي أدت إلى اختفائه من كتب علم النفس الحديث.⁸⁵⁶

وقد عدل علماء النفس عن مصطلح الغرائز ورفضوه واستبدلوه بلفظ (الدوافع) وذلك في العشرينات من هذا القرن.⁸⁵⁷

فالدافع هو اصطلاح عام وشامل يحتوي على ألفاظ كثيرة كالحافز والباعث والرغبة والميل والحاجة والنزعة والعاطفة والغرض والقصد والنية والغاية والإرادة.⁸⁵⁸

وقد تعددت مدارس علم النفس واختلفت نظرياتها حول الغرائز والدوافع، وسنتكلم عن أهم هذه المدارس باختصاراً.

⁸⁵⁵ عدس، عبدالرحمن - وتوق، محي الدين - وقطامي، يوسف، *أسس علم النفس التربوي*، دار الفكر للطباعة والنشر، ط: 3، 1424 هـ - 2003 م. ص 259-260.

⁸⁵⁶ راجع، *أصول علم النفس*، ص 89.

⁸⁵⁷ عدس وآخرون، *أسس علم النفس التربوي*، ص 260.

⁸⁵⁸ راجع، *أصول علم النفس*، ص 111.

أولاً: المدرسة الغرضية

من أشهر مدارس علم النفس التي قالت بنظرية الغرائز هي المدرسة الغرضية التي يتزعمها (مكدوجل) والذي اعتبر أن الغريزة هي استعداد فطري نفسي جسمي يولد به الكائن الحي، ويوجهه لكي يسلك سلوكاً على نحو ما، وذلك بأن يدرك المثير، ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير، ثم ينزع إلى القيام بتصرف أو فعل ملائم.

وبهذا فإن الغريزة تتكون من ثلاثة مكونات هي: مكون عقلي (إدراك) ومكون انفعالي (وجدان) ومكون نزوعي (أداء) وقدم -أي مكدوجل- أربع عشرة غريزة، وأهملت هذه المدرسة بنظريتها هذه أثر التعلم والثقافة في السلوك.⁸⁵⁹

إلا أن مكدوجل تحدث عن الميل الفطرية العامة للإنسان، وأكد أنها موجودة عند الإنسان والحيوان ولكنها تختلف عن الغرائز في أنها ليس لها مثيرات محددة أو خاصية، وليس لها انفعال خاص بها وتحدث في وسط اجتماعي بحيث يوجد طرفان على الأقل وهما: المؤثر والمتأثر، ويقصد بالمؤثر من تنتقل منه الحالة النفسية، أما المتأثر فهو من تنقل إليه الحالة النفسية.⁸⁶⁰

⁸⁵⁹ الفرماوي، حمدي علي، *دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة والاتجاهات المعاصرة*، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط: بلا، 1425هـ... ص 19-20.

⁸⁶⁰ محمد مصطفى زيدان، *الدوافع والانفعالات*، شركة مكتبات عكاظ للنشر والتوزيع، جدة، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1404هـ. ص 14-15.

ثانياً: المدرسة التحليلية

يرى العالم (فرويد) زعيم هذه المدرسة أن جميع الغرائز ترجع في أصلها إلى غريزة واحدة وهي الغريزة الجنسية، ويرى أنها مصدر كل شيء في سلوك الكائن ونشاطه. فقد حاول تفسير سلوك الإنسان عن طريق غريزتين أساسيتين هما: غريزة الحياة، ويمثلها مبدأ اللذة. وغريزة الموت، ويمثلها مبدأ العدوان.⁸⁶¹

كما أن تلميذه (أدلر) يُرجع كل الغرائز إلى غريزة التفوق والسيطرة، ويرى ربط وتفسير سلوك الإنسان برغبته في أن يثبت وجوده، ويفرض إرادته وسيطرته.⁸⁶²

وينظر فرويد إلى الإنسان أنه مخلوق أرضي، عالمه محصور في هذا النطاق الضيق القريب، وأزال عن الإنسان كل ما يحيطه من روحانية وكرامة إنسانية، ونزل به إلى مستوى الحيوان، وادعى أن رعاية الله لهذا المخلوق، وتكرمه له خرافة كبيرة نتجت من الخرافة الكبرى المتصلة بمخلوق آدم، كما ادعى أن غرائز الإنسان هي الامتداد الطبيعي لغرائز الحيوانات السابقة له في سلم الصعود، أي أنها تطورت، وهذا التطور نتج من الظروف التي صادفت الجد الأعلى للإنسان، فأثرت فيه، وأنتجت منه الكائن البشري.⁸⁶³

وتتفق المدرسة التحليلية مع المدرسة الغرضية، في أن الغرائز هي الدوافع الأساسية للسلوك البشري، ولكنهم يختلفون معهم في عدد هذه الغرائز، وفي مبدأ حتمية السلوك أي أنها ليست كلها غرضية ولكنها حتمية جبرية، وهذا يعني أن أي حادث في الطبيعة له أسبابه وليس مجرد الصدفة المحضة.⁸⁶⁴

⁸⁶¹ عدس، وآخرون، أسس علم النفس التربوي، ص 259-260.

⁸⁶² محمد، الصادق المتأ، تهذيب القرآن والسنة وتوجيهها للغرائز البشرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدعوة أصول الدين، جامعة أم القرى، 1409هـ. ص 87.

⁸⁶³ زيدان، الدوافع والانفعالات، ص 22.

⁸⁶⁴ قطب، الإنسان بين المادية والإسلام، ص 24.

ثالثاً: المدرسة السلوكية

نظرت المدرسة السلوكية للإنسان نظرة آلية، فقد جعلت سلوكه مدفوعاً بما تعلمه وبما تكون لديه من عادات وخبرات، وما ينتج عن سلوكه من إثابة أو عقاب، فقد رأى (ثورنديك) أن السلوك يحركه باعث له ثلاث وظائف:

الأول: أنه يمد السلوك بشحنة محركة تبعث فيه النشاط.

الثاني: أنه ينتقي استجابات معينة تؤدي إلى الإثابة.

الثالث: أنه يوجه إلى الهدف الذي يُعده عن العقاب.

ومن هنا فإن منظور المدرسة السلوكية في العَرائِز والدَّافِعية، يقوم على أساس أن جميع الارتباطات هي التي تقوم بالوظيفة الاستشارية والتوجيهية للباحث، ويؤكد (سكنر) أن التعزيز له أهمية كبيرة في دفع السلوك، وبه يمكن تشكيل وتعديل سلوك الإنسان.⁸⁶⁵

بينما يرى (جاثري) أن الكائن الحي يولد مزوداً بردود أفعال فطرية يمكن استشارتها إذا وجد المثير المناسب وهي آلية ليس للإنسان إرادة فيها، حيث تقوم الأفعال المنعكسة باستقبال الحواس للمثير ثم يوصل التيار العصبي الناتج على عضلة أو غدة فتقوم بالرد المناسب للمثير، وذلك عن طريق تقلص أو تمدد للعضلة أو زيادة لافرازات الغدة.⁸⁶⁶

⁸⁶⁵ الفرماوي، دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة والاتجاهات المعاصرة، ص 23-24.

⁸⁶⁶ زيدان، الدوافع والانفعالات، ص 25-26.

رابعاً: التنظيم الهرمي للدوافع عند (ماسلُو)

يفترض عالم النفس ماسلُو أن الدوافع الإنسانية تنمو على نحو هرمي لإنجاز حاجات ذات مستوى مرتفع كحاجات تحقيق الذات، ولا تتبدى هذه الحاجات في السلوك إلا بعد إشباع الحاجات التي قبلها وهي على الترتيب الآتي:

الحاجات الفيزيولوجية: كال حاجة للطعام والشرب، والراحة والنوم والجنس.

حاجات الأمن: وتشير هذه الحاجات لرغبة الفرد في السلامة والأمن والطمأنينة، وتجنب القلق والاضطراب والخوف.

حاجات الحب والانتماء: وتنطوي على الرغبة في إنشاء علاقات وجدانية وعاطفية مع الآخرين، أفراداً وجماعات.

حاجات احترام الذات: تشير لرغبة الفرد في تحقيق قيمته الشخصية كفرد متميز، ويتبدى إشباع هذه الحاجات بمشاعر القوة والثقة بالنفس، والجدارة والكفاءة والفائدة.

حاجات تحقيق الذات: وتشير إلى رغبة الفرد في تحقيق إمكاناته المتنوعة على نحو فعلي وكلي، وتتبدى هذه الحاجات في النشاطات المهنية واللامهنية التي يمارسها الفرد في حياته الراشدة، والتي تتفق مع رغباته وميوله وقدراته.

حاجات المعرفة والفهم: تشير لرغبة مستمرة في الفهم والمعرفة، وتتجلى في النشاطات الاستطلاعية والاستكشافية، وفي البحث عن المزيد من المعرفة، والحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات.

الحاجات الجمالية: وهي متعلقة بالرغبة في القيم الجمالية، كالنظام والترتيب والاتساق، والكمال

في النشاطات والأعمال.⁸⁶⁷

المطلب الرابع: الدافع عند أهل الكتاب

أولاً: اليهودية

قام اليهود بتحريف دينهم ليوافق هواهم فحادوا عن منهج الله تعالى الذي أنزله للناس، وفسدت نفوسهم، مما أثر على توجه غرائزهم ودوافعهم. قال تعالى: ﴿مِنَ الَّذِينَ هَادُوا يُحَرِّفُونَ الْكَلِمَ عَنْ مَوَاضِعِهِ وَيَقُولُونَ سَمِعْنَا وَعَصَيْنَا وَأَسْمَعُ غَيْرَ مُسْمِعٍ وَرَاعِنَا لَيًّا بِأَلْسِنَتِهِمْ وَطَعْنَا فِي آلِ الدِّينِ﴾.⁸⁶⁸ ومن هذا التحريف:

أ - شدة تعلقهم بالدنيا وبحب المال وخاصة الذهب، فجعلوه غاية في ذاته، بل عبده من دون الله ، قال تعالى عن السامري: ﴿فَأَخْرَجَ لَهُمْ عِجْلًا جَسَدًا لَهُ خُورٌ فَقَالُوا هَذَا إِلَهُكُمْ وَإِلَهُ مُوسَى فَنَسِيَ﴾.⁸⁶⁹

وأباحوا الربا وأفسدوا الحياة الاقتصادية في العالم منذ القديم، قال تعالى في تعداد أنواع ظلمهم:

﴿وَأَخَذَهُمُ الرِّبَا وَقَدْ نُهُوا عَنْهُ وَأَكْلِهِمْ أَمْوَالَ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ﴾.⁸⁷⁰

⁸⁶⁷ نشواني، عبد المجيد، علم النفس التربوي، دار الفرقان، اريد، الأردن، ط: بلا، 1984م. ص214.

⁸⁶⁸ سورة النساء: 46.

⁸⁶⁹ سورة طه: 88.

⁸⁷⁰ سورة النساء: 161.

ب - انحرافهم وشدة غلوهم في غريزة التَّمَلُّك وحب السيطرة، ففي دينهم الحرف يجوز لهم غش غير اليهودي وسرقته وإقراضه بالربا الفاحش، كما تجوز شهادة الزور ضده وعدم البر بالقسم الذي أمامه.⁸⁷¹

قال (مارتن لوثر)⁸⁷²: "لن يعرف التاريخ شعباً بمستوى الجشع الذي يتميز به اليهود، فهكذا كانوا وهكذا هم اليوم، وهكذا سيقون إلى الأبد".⁸⁷³

ج - نشر الفساد في الأرض، بالقتل والتدمير، ومن أبرز معتقداتهم، القرايين التي كانت تشمل الضحايا البشرية إلى جانب الحيوان والثمار، ثم اكتفى الإله بعد ذلك بجزء من الإنسان وهو ما يقتطع منه في عملية الختان التي يتمسك بها اليهود حتى اليوم، بالإضافة إلى الثمار والحيوان.⁸⁷⁴

د- غريزة الاجتماع، فقد حصرها اليهود في نطاق شعبهم فحسب، وتقوقعوا على أنفسهم وانعزلوا عن المجتمعات الأخرى، حيث يعتقدون بأنهم شعب الله المختار وأن أرواح اليهود جزء من الله، وإذا ضرب أميَّ إسرائيلياً فكأنما ضرب العزة الالهية، وأن الفرق بين درجة الإنسان والحيوان هو بمقدار الفرق بين اليهودي وغير اليهودي.⁸⁷⁵

⁸⁷¹ الندوة العالمية للشباب الإسلامي، الموسوعة الميسرة في الأديان والمذاهب المعاصرة، إشراف وتخطيط ومراجعة: د. مانع بن حماد الجهني، ص503.

⁸⁷² مارتن لوثر (10 نوفمبر 1483 - 18 فبراير 1546) راهب ألماني وقس وأستاذ لاهوت ومُطلق عصر الإصلاح في أوروبا من بعد اعتراضه على صكوك الغفران التي تصدرها الكنيسة الكاثوليكية. نشر في عام 1517 رسالته الشهيرة المؤلفة من خمس وتسعين قضيةً تتعلق أغلبها بلاهوت التحرير وسلطة البابا في الحل من «العقاب الزمني للخطيئة»، وقد أدى به رفضه التراجع عن نقاطه الخمس والتسعين تلك بناءً لطلب البابا ليون العاشر عام 1520 والإمبراطور شارل الخامس إلى النفي والحرمان الكنسي وإدانته مع كتاباته بوصفها مهرطقةً كنسيًا وخارجةً عن القوانين المرعية في الإمبراطورية. ينظر موقع ويكيبيديا.

⁸⁷³ الفاتح، زهدي، اليهود، 1392هـ، بدون معلومات أخرى، ص8.

⁸⁷⁴ الندوة العالمية للشباب الإسلامي، الموسوعة الميسرة في الأديان والمذاهب المعاصرة، ص502.

⁸⁷⁵ المرجع السابق، ص572.

يقول أبو الحسن الندوي: "وقد أورثهم تاريخهم الخاص، وما تفردوا به بين أمم الأرض من العبودية الطويلة والاضطهاد الفظيع والكبرياء بالقومية والإذلال بالنسب، والجشع وشهوة المال وتعاطي الربا أورثهم كل ذلك نفسية غريبة لم توجد في أمة، وانفردوا بخصائص خلقية كانت لهم شعاراً على تعاقب الأعصار والأجيال، منها الخنوع عند الضعف، والبطش وسوء السيرة عند الغلبة والقتل والنفاق في عامة الأحوال..."⁸⁷⁶.

هـ - انحراف غريزة الجنس: نصَّ أحد بنود بروتوكولات حكماء صهيون، على ضرورة نشر الفجور وإثارة الانحلال الخلقي في العالم وذلك تمهيداً لتخديده والسيطرة عليه، فجاء فيه: "إن الشهوانية أشد من أي هوى آخر تدمر كل قوى الفكر والتنبؤ بالعواقب، هي تصرف عقول الرجال نحو أسوأ جانب في الطبيعة الإنسانية".⁸⁷⁷ ومن معتقداتهم أنه لا فرق لديهم في الميراث، بين المولود بنكاح شرعي أو غير شرعي.⁸⁷⁸

وقد حذر النبي (ص.س) أمته من الوقوع في الانحراف كما حصل في بني إسرائيل، ففي الحديث عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "إِنَّ الدُّنْيَا حُلُوءٌ حَضِرَةٌ، وَإِنَّ اللَّهَ مُسْتَحْلِفُكُمْ فِيهَا، فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ، فَاتَّقُوا الدُّنْيَا وَاتَّقُوا النَّسَاءَ، فَإِنَّ أَوَّلَ فِتْنَةٍ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانَتْ فِي النِّسَاءِ".⁸⁷⁹

⁸⁷⁶ الندوي، علي أبو الحسن بن عبد الحي بن فخر الدين الندوي (المتوفى: 1420هـ) ماذا خسر العالم بخطاط المسلمين، مكتبة الإيمان، المنصورة - مصر، عدد الأجزاء: 1. ص52.

⁸⁷⁷ الخطر اليهودي، بروتوكولات حكماء صهيون، ترجمة مُجَّد خليفة التونسي، دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان، ط4. ص190.

⁸⁷⁸ الندوة العالمية للشباب الإسلامي، الموسوعة الميسرة في الأديان والمذاهب المعاصرة، ص503.

⁸⁷⁹ مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب الذِّكْرِ والدُّعَاءِ وَالتَّوْبَةِ وَالِاسْتِغْفَارِ، باب أَكْثَرُ أَهْلِ الْجَنَّةِ الْفُقَرَاءُ...، 4/2098 ح 2742.

ثانياً: النَّصْرَانِيَّةُ

أ - الرّهبانِيّةُ وانحراف غريزة الجنس

لقد تحولت الديانة المسيحية بطول الزمن وعبث العابثين إلى رهبانية تنعزل عن الحياة، وتقهر التواريخ، حاولت النصارى تحريف دينهم فأدخلوا فيه الرهبانية، لتعزل الناس عن الحياة الطبيعية، وتبعدهم عن الفطرة الأنسانية، بحجة أن هذه النوازع دنس ينبغي أن يتطهر منه المتدينون الأتقياء، الذين يخشون ربهم ويرجون لقاءه يوم القيامة قال تعالى: ﴿ثُمَّ قَفَّيْنَا عَلَىٰ آثَارِهِم بِرُسُلِنَا وَقَفَّيْنَا بِعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ وَآتَيْنَاهُ الْإِنْجِيلَ وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً وَرَهْبَانِيَّةً ابْتَدَعُوهَا مَا كَتَبْنَاهَا عَلَيْهِمْ إِلَّا ابْتِغَاءَ رِضْوَانِ اللَّهِ فَمَا رَعَوْهَا حَقَّ رِعَايَتِهَا فَآتَيْنَا الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْهُمْ أَجْرَهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَسِقُونَ ﴿٧٧﴾﴾⁸⁸⁰.

ويذهب السيد قطب إلى أن الراجح في تفسير هذه الآية، أن هذه الرهبانية التي عرفها تاريخ المسيحية كانت اختباراً من بعض أتباع عيسى (ع.س) ابتدعوها من عند أنفسهم ابتغاء رضوان الله، ولم يكتبها الله عليهم ابتداء، ثم انتهت إلى أن تصبح في الغالب طقوساً وشعائر خالية من الروح، وأن يتخذها الكثيرون مظهراً عارياً من الحقيقة...⁸⁸¹.

ومن نتائج الرهبنة عند النصارى، احتقارهم للمرأة لأنّها في نظرهم أصل الشر، ومنبع الخطيئة في العالم، فهي التي أغرت الرجل بالأكل من الشجرة، لهذا كله حرّموا على أنفسهم التمتع بالمرأة. "بل كانوا يفرون من ظل المرأة ويتأثمون من قربها والاجتماع بها، وكانوا يعتقدون أن مصادفتها في الطريق والتحدث

⁸⁸⁰ سورة الحديد: 27.

⁸⁸¹ قطب، سيد قطب إبراهيم حسين الشاربي (المتوفى: 1385 هـ) في ظلال القرآن، دار الشروق - بيروت - القاهرة، ط: 17، 1412 هـ... 740/7-741.

إليها ولو كانت أمّاً أو زوجاً أو شقيقة تحبب أعمالهم وجهودهم الرُّوحية، وقد روى مؤلف تاريخ أخلاق أوروبا من هذه المضحكات شيئاً كثيراً".⁸⁸²

ونسبوا لعيسى (ع.س) أقوالاً أسندوها إليه كذباً وبهتاناً، ليبرروا رهبانيتهم، ومما نسبوه قوله: "يوجد خصيان ولدوا هكذا، ويوجد خصيان خصاهم الناس، ويوجد خصيان خصوا أنفسهم لأجل ملكوت السماوات، من استطاع أن يحتمل فليحتمل".⁸⁸³

فالطريقة المثلى لتطهير النَّفس عند المسيحية هي عدم الزَّواج، والانقطاع عن هذه الشَّهوة الجنسية المدمِّرة، التي تُنهك الجسد وتُحبِّط الرُّوح، فمن استطاع أن يخمد هذه الشَّهوة فقد سيطر على نزعات الشَّيْطَان، وأصبح تقياً لله.

ولكن النتيجة الحتمية لهذا الاعتقاد، هي أن يعيش الفرد حياته في صراع مستمر، بين تشدد العقيدة وسطوتها من جهة، وبين حاجات النَّفس وسطوة النوازع الفطريَّة من جهة أخرى، وينقضي العمر في شقاء لا يتيح للإنسان أن يستمتع بطيبات الحياة.⁸⁸⁴

ب - غريزة الاجتماع:

فرجال الدين الرهبان في دين المسيحية، هم أصحاب الخلوات، حيث يهجرون المجتمعات ويفرون بأنفسهم وينعزلون عن الناس، فيلجؤون للكهوف والمغارات بقصد محاربة الجسد، والإكثار من العبادات والتأمل، وذلك من خلال الوحدة والإنفراد.

⁸⁸² الندوي، ماذا خسر العالم بانحطاط المسلمين، ص 241.

⁸⁸³ شلي، المسيحية، ص 245.

⁸⁸⁴ قطب، في ظلال القرآن، ص 12-13.

يتحدث صاحبُ قصّة الحضارة عن الرهبان ويضرب أمثلة عن انعزالهم، فيقول عن (كاربوس) أنه نام ستة أشهر في مستنقع ليقرض جسمه العاري ذباب سام، وكان يحمل دائماً نحو قنطار من حديد.

كما يُحدث عن الراهب (سرابيون) الذي كان يعيش في كهف في قاع هاوية لم يجرؤ على النزول إليها إلا عدد قليل من الحجاج، ولما وصل (جيروم) و(بولا) إلى صومعته هذه وجدوه فيها، وكان رجلاً بكاء يزيد جسمه على بضعة عظام وليس عليه إلا خرقة تستر حقويه، ويغطي الشعر وجهه وكتفيه، ولا تكاد صومعته تتسع لفراشه المكون من لوح الخشب وبعض أوراق الشجر.

ومن النساك الرهبان من كانوا لا يرقدون قط، ومنهم من تخصص في الصمت، وظلوا عدداً من السنين لا يتكلمون، بل لا تنفرج شفاههم عن كلمة واحدة، ومنهم من كانوا يشدون أعضاءهم بأطواق أو قيود أو سلاسل، ومنهم من كانوا يفخرون بعدد السنين التي لم ينظروا فيها إلى وجه امرأة، ومنهم من كان يرى أنّ النظافة لا تتفق مع الإيمان.⁸⁸⁵

ج - غريزة حب التملك:

في الوقت الذي كان رجال الدين يدعون الناس إلى الرهبانية والابتعاد عن متع الدنيا نجد أن الكنيسة قد ناقضت نفسها وتعاليم دينها حيث كانت منكبة على الدنيا، وامتصاص دماء الأتباع، حيث أصبحت الكنيسة أكبر ممالك الأرض وأكبر السادة الإقطاعيين في أوروبا، فكان دير (قلدا) مثلاً يمتلك (15000) قصراً صغيراً، وكان دير (سانت جول) يملك ألفين من رقيق الأرض، وكان (الكوين فبتور)

⁸⁸⁵ ديورنت، ول، قصة الحضارة، ترجمة زكي نجيب محمود، مطبعة لجنة التأليف والترجمة والنشر، جامعة الدول العربية، ط: 2.

أحد رجال الدين سيداً لعشرين ألفاً من الأرقاء، مما يلحق بها العار. وكانت سخرية تلوكها ألسنة الخارجين على الدين، ومصيراً للجدل والعنف بين الأباطرة والباباوات.⁸⁸⁶

ويصور (ديورنت) ضخامة ممتلكات الكنيسة، فكانت أملاكها مما لا يجوز انتقاله إلى غيرها، وكانت قبل عام 1200م معافاة في الأموال العادية من الضرائب الزمنية، ولكن أخذت هذه الأملاك تنمو على مر القرون، حتى أصبح يمتلك دير الرجال والنساء عدة آلاف من الضياع.⁸⁸⁷ وهكذا نجد أن الكنيسة ناقضت مبادئها، وغالت في غريزة التملك بصورة متطرفة.

المبحث الثاني: الدوافع من منظور إسلامي

المطلب الأول: العلاقة بين الفطرة والدوافع والغرائز من منظور إسلامي

سبق التعريف بالدوافع والغرائز في علم النفس الحديث، ونُضيف إليها مصطلح الفطرة من منظور إسلامي.

الفِطْرَةُ: بِالْكَسْرِ الْخَلْقَةُ.⁸⁸⁸ وَ(الْفَطْرُ) أَيْضًا الْإِبْتِدَاءُ وَالْإِخْتِرَاعُ.⁸⁸⁹ وَالْفِطْرَةُ: مَا فَطَرَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْخَلْقَ مِنَ الْمَعْرِفَةِ بِهِ.⁸⁹⁰

واصطلاحاً: جاءت الفطرة في الكتاب والسنة بمعنى الخَلْقَة المبتدأة والاختِرَاع والجِبَلَّة وَالِدَيْنِ وَالسُّنَّة.

⁸⁸⁶ المرجع السابق ، 428/14.

⁸⁸⁷ المرجع السابق ، 70/16.

⁸⁸⁸ ابن منظور، لسان العرب، 56/5.

⁸⁸⁹ الرازي، مختار الصحاح، ص241.

⁸⁹⁰ ابن منظور، لسان العرب، 56/5.

قال ابن حجر: "قال أبو شامة أصلُ الفِطْرَةِ الخِلْقَةُ المَبْتَدَأَةُ وَمِنْهُ فَاطِرُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَيِ المَبْتَدِئِ خَلَقَهُنَّ وَقَوْلُهُ (ص.س) كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الفِطْرَةِ أَيِ عَلَى مَا ابْتَدَأَ اللَّهُ خَلْقَهُ عَلَيْهِ وَفِيهِ إِشَارَةٌ إِلَى قَوْلِهِ تَعَالَى فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا وَالْمَعْنَى أَنَّ كُلَّ أَحَدٍ لَوْ تَرَكَ مِنْ وَقْتٍ وَلَادَتِهِ وَمَا يُؤَدِّيهِ إِلَيْهِ نَظَرُهُ لِأَدَّاهُ إِلَى الدِّينِ الْحَقِّ وَهُوَ التَّوْحِيدُ وَيُؤَيِّدُهُ قَوْلُهُ تَعَالَى قَبْلَهَا فَأَقِمَّ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ وَالَّتِي يُشِيرُ فِي بَقِيَّةِ الْحَدِيثِ حَيْثُ عَقَّبَهُ بِقَوْلِهِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ وَيُنَصِّرَانِهِ وَالْمَرَادُ بِالفِطْرَةِ فِي حَدِيثِ الْبَابِ أَنَّ هَذِهِ الْأَشْيَاءَ إِذَا فُعِلَتْ انْتَصَفَ فَاعِلُهَا بِالفِطْرَةِ الَّتِي فَطَرَ اللَّهُ الْعِبَادَ عَلَيْهَا وَحَثَّمَهُمْ عَلَيْهَا وَاسْتَحَبَّهَا لَهُمْ لِيَكُونُوا عَلَى أَكْمَلِ الصِّفَاتِ وَأَشْرَفِهَا صُورَةً اهـ. وَقَدْ رَدَّ الْقَاضِي الْبَيْضَاوِيُّ الفِطْرَةَ فِي حَدِيثِ الْبَابِ إِلَى مَجْمُوعٍ مَا وَرَدَ فِي مَعْنَاهَا وَهُوَ الْإِخْتِرَاعُ وَالْجِبِلَّةُ وَالِدِّينُ وَالسُّنَّةُ فَقَالَ هِيَ السُّنَّةُ الْقَدِيمَةُ الَّتِي اخْتَارَهَا الْأَنْبِيَاءُ وَاتَّفَقَتْ عَلَيْهَا الشَّرَائِعُ وَكَانَتْهَا أَمْرٌ جِبِلِّيٌّ فُطِرُوا عَلَيْهَا. انْتَهَى".⁸⁹¹

وتأتي الفِطْرَةُ فِي مَوَاضِعَ بِمَعْنَى مُخْتَلَفٍ عَنِ الْغَرِيزَةِ، وَتَوَافَقَ مَعْنَاهَا فِي مَوَاضِعَ أُخْرَى. كَمَا تَأْتِي الْغَرِيزَةُ عَلَى أَنَّهَا جُزْءٌ مِنَ الْفِطْرَةِ.

فَمِنَ الْمَعَانِي الَّتِي تَخْتَلِفُ فِيهَا كَلِمَةُ الْفِطْرَةِ عَنِ الْغَرِيزَةِ: السُّنَّةُ، وَالِدِّينُ، وَالْإِسْلَامُ، وَالْمِلَّةُ.

وَمِنَ الْمَعَانِي الَّتِي تَشْتَرِكُ فِيهَا كَلِمَةُ الْفِطْرَةِ مَعَ الْغَرِيزَةِ: الْجِبِلَّةُ الَّتِي خَلَقَ اللَّهُ النَّاسَ عَلَيْهَا. فَفِي قَوْلِهِ تَعَالَى: ﴿رُزِّقَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَلِيلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ ١٤﴾.⁸⁹²

قال القرطبي: "فَتَزَيُّنُ اللَّهِ تَعَالَى إِنَّمَا هُوَ بِالْإِيجَادِ وَالتَّهْيِئَةِ لِلِانْتِفَاعِ وَإِنْشَاءِ الْجِبِلَّةِ عَلَى الْمِيلِ إِلَى هَذِهِ الْأَشْيَاءِ. وَتَزَيُّنُ الشَّيْطَانِ إِنَّمَا هُوَ بِالْوَسْوَسَةِ وَالْخَدِيعَةِ وَتَحْسِينِ أَخْذِهَا مِنْ غَيْرِ وَجْهِهَا".⁸⁹³

⁸⁹¹ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 339/10.

⁸⁹² سورة آل عمران: 14.

فهذه الغرائز الشهوانية التي هي متاع الحياة الدنيا والمذكورة في الآية قد عبّر عنها القرطبي بالجبلة.

وقد نقل المناوي في شرحه لحديث "كلُّ مولود يولد على الفطرة..." قول الطيبي: "الفطرة تدل على نوع من الفطر وهو الابتداء والاختراع والمعنيُّ بها هنا تمكُّن الناس من الهدى في أصل الجبلة بالتهيئ لقبول الدين فلو ترك عليها استمر على لزومها ولم يفارقها لغيرها لأن هذا الدين حسنه مركز في النفوس وإنما يعدل عنه بأفة من الآفات البشرية والتقليد..."⁸⁹⁴. فقد عبّر عن الفطرة بأصل الجبلة. ثم قال المناوي: "والحاصل أن الإنسان مفطور على التهيئ للإسلام".⁸⁹⁴ ويتحصّل من ذلك أن الجبلة تأتي بمعنى الفطرة والغريزة.

أما كون الغريزة جزء من الفطرة فقد عرف مُجدّد أحمد جاد المولى العرّاز بأنها: "قوة فطرية أودعها الله جسم الإنسان مقسومة بحركة داخلية ذاتية إلى المحافظة على بقائه وبقاء سلالته فهي نزعات الفطرة".⁸⁹⁵

وجاء في معجم لغة الفقهاء: "الغريزة: بفتح الغين والزاي، جمعها غرائز، الدافع للإنسان إلى عمل من غير فكر، وهي جزء من الفطرة".⁸⁹⁶ وبناء على ذلك فإن مصطلح الفطرة أعم وأشمل من مصطلح الغريزة الذي لم يرد في الكتاب والسنة.

⁸⁹³ القرطبي، *الجامع لأحكام القرآن*، 28/4.

⁸⁹⁴ المناوي، *فيض القدير*، 33/5 ح ٦٣٥٦.

⁸⁹⁵ مُجدّد أحمد جاد المولى، *الخلق الكامل*، مصر، مطبعة حجازي، ط: بلا. 34/1.

⁸⁹⁶ قلعجي، مُجدّد رواس - وقنيبي، حامد صادق، *معجم لغة الفقهاء*، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع، ط: 2، ١٤٠٨ هـ - ١٩٨٨ م. ص 330.

ويُطلق على الدَّافع في المصادر الإسلامية لفظ: الفطرة، والشَّهوة، كما ورد في القرآن الكريم والسُّنة الشريفة، وعَبَّرَ عنها العلماء بألفاظ مرادفة كالذات والدَّواعي والجِبِلَّة والغريزة، ويطلق على التحريض والوازع والترغيب والترهيب كما في القرآن الكريم.⁸⁹⁷

والغريزة من المصطلحات ذات العلاقة بالدَّافع وهي الميل الفطري الذي يدفع الإنسان إلى العمل في اتِّجاه معين وتحت ضغط حاجته الحيوية، فالعَرَائِز هي الحركة الأولى لكل نشاط حركي أو عقلي، أما الدَّافع فهو كل ما يدفع السُّلوك ذهنياً كان هذا السُّلوك أو حركياً، ويمكن القول بأنَّ العَرَائِز هي مجموعة الطَّبَاع والسجايا والبواعث المترسِّخة في النَّفس الإنسانية، والذي يدفعها إلى نشاط سلوكي عقلي وحركي تتبين إيجابيته وسلبيته حسب صلاح النَّفس واستقامتها وضبطها تجاه الدَّوافع المثيرة للسلوك البشري. فالعَرَائِز قابلة للتوجيه الإيجابي كما هي قابلة للانحراف السُّلبي عن منهج الفطرة.⁸⁹⁸

غير أن مصطلح غريزة هو السائد في كتب علماء المسلمين المتأخرين كالإمام الغزالي، حيث يقول: "الجِبِلَّات مختلفة، بعضها سريعة القبول وبعضها بطيئة القبول ولاختلافها سببان: أحدهما قوة الغريزة في أصل الجبلة...".⁸⁹⁹

ونقل الغنيمشي عن بعض الباحثين الإسلاميين تصنيف دوافع السُّلوك الإنساني بما يتوافق مع المقاصد الخمس للشريعة الإسلامية وهي:

الحفاظ على الدين، الحفاظ على النَّفس، الحفاظ على العقل، الحفاظ على المال، الحفاظ على النسل.

⁸⁹⁷ الغنيمشي، علم النفس الدعوي، ص 68.

⁸⁹⁸ الزيد، الهادي الإسلامي للعَرَائِز عند الإنسان، ص 114-115.

⁸⁹⁹ الغزالي، إحياء علوم الدين، 3/56.

ومن خلال هذا التصنيف نرى أن الاسلام ينظر للإنسان على أنه مكون من روح وجسد، وأول هذه الدوافع من حيث الأهمية هو الدافع الديني والحفاظ عليه، ولا شك أن هذه الدوافع مترابطة ومتكاملة فيما بينها، وهي هامة في توازن حياة الإنسان، وتحتل حياة الإنسان وتظهر مشكلاته بمقدار إخلاله بهذه الدوافع نوعاً وكمّاً وترتيباً.⁹⁰⁰

ويُعتبر الدافع الديني من أهم هذه الضروريات الخمس لأنه ضرورة فطرية ونفسية واجتماعية، فهو يشبع الروح، ويحقق الاستقرار والصحة النفسية، وكون الدين ضرورة اجتماعية لاحتوائه على المنهج الذي يحقق الانسجام والتوافق بين الإنسان ومفردات المحيط الذي يعيش فيه.

والفرد يحتاج للدين كبيان للغاية من وجوده والسبيل الذي يسلكه لتحقيق هذه الغاية ويضع الأحكام والقوانين لإيجاده، ولو غُدم الدين لا نعدم المنهج الحكيم الذي يكفل للإنسان حفظ ذاته واستمرار تناسله، مع سعادته ورعايته. فبالدين يتم رسم المنهج الذي يضمن حفظ باقي الضروريات الخمس، وبالمقابل فإن فقدته سيؤدي لا محالة إلى الخلل في الحفاظ على باقي الضروريات الخمس، لذلك كان هو الأساس بينها والحافظ لها.

ونجد أن الإمام الغزالي قد قرر بعض القواعد التي تتعلق بالدوافع وأهمها:

أ- الإنسان يولد مزوداً بدوافع وميول، حيث قال: "الإنسان لا يخلو في مبدأ خلقته من اتباع الشّهوات أصلاً".⁹⁰¹ ويقول: "فاضطرت إلى أن يكون لك ميل إلى ما يوافقك يسمى شهوة".⁹⁰²

⁹⁰⁰ الغنيمشي، علم النفس الدعوي، ص 69-72.

⁹⁰¹ الغزالي، إحياء علوم الدين، 4/10.

⁹⁰² المرجع السابق، 4/111.

ب- الدوافع والميول هي التي تجعل الإنسان يفكر ويبحث عن أسباب إشباعها وإروائها بالطريق السليم، وبالتالي هناك ارتباط بين الدوافع والتفكير: "والشهوة تميل إلى لذائد الأظعمة... ولو خلق الله العقل المعرف بعواقب الأمور ولم يخلق هذا الباعث المحرك للأعضاء على مقتضى حكم العقل لكان حكم العقل ضائعاً على التحقيق".⁹⁰³

ج- الدوافع هي التي تحرك الأعضاء نحو القيام بسلوك، فيقول: "اعلم أنه لو خلق لك البصر حتى تدرك به الغذاء من بعد ولم يخلق لك ميل في الطبع وشوق إليه وشهوة له تستحثك على الحركة لكان البصر معطلاً، فكم من مريض يرى الطعام وهو أنفع الأشياء له وقد سقطت شهوته فلا يتناوله فيبقى البصر والإدراك معطلاً في حقه...".⁹⁰⁴

المطلب الثاني: انحراف الدوافع من الإيجابية للسلبية ومبادئ تركيتها

اقتضت مشيئة الله تعالى إيجاد دوافع فطرية في الإنسان، وهي دوافع إيجابية من حيث المبدأ، منها دوافع فسيولوجية تدفعه للقيام بأنشطة لإشباع الحاجات الأساسية لحفظ الذات وبقاء النوع، ومنها دوافع روحية نفسية لتحقيق الغذاء الرُّوحي والتوافق النفسي، حتى يعيش الإنسان سعيداً مطمئناً، غير أن التنشئة الاجتماعية والعوامل والظروف التي يتعرض لها الإنسان أثناء حياته تؤثر في نموه الفكري والنفسي، وينتج عن ذلك أثر سلوكي، فقد يتعلم أساليب وطرق صحيحة وسليمة في إشباع دوافعه، وبالمقابل قد يتعلم أساليب شاذة، فإذا لم تخضع دوافع الإنسان منذ صغره للتهديب والتوجيه، انخرقت عن اتجاهها الطبيعي نحو السلبية.

⁹⁰³ المرجع السابق، 8/3.

⁹⁰⁴ المرجع السابق، 111/4.

فالدوافع البدنية الفطرية مثلا، تهدف أساسا إلى إشباع الحاجات الضرورية لحفظ الذات وبقاء النوع، ولكن هذه الدوافع عندما تنحرف عن مسراها الصحيح يصبح هدفها تحقيق اللذة والمتعة الجسدية، أي يصبح الدافع غاية في ذاته وليس وسيلة لحفظ الذات والنوع.

ومثال ذلك: الطَّعام قد يصبح عند بعض الناس غاية في ذاته لتحقيق المتعة واللذة، فيكثرون منه زيادة عما يحتاجونه، فيؤدي الإكثار من الطَّعام إلى التخممة والسمنة وكثير من الأمراض، فبدلا من أن يكون دافع الطَّعام وسيلة للحفاظ على صحة البدن، ينحرف هذا الدافع ليكون سببا في العلل والأوجاع. وكذلك دافع الشَّرَاب، عندما يتعاطى الإنسان المشروبات المحرمة كالخمر والمخدرات، وتكون الغاية هي المتعة الخاصة بهذا الشَّرَاب، فإن دافع الشَّرَاب يكون قد انحرف عن الحكمة التي أرادها الله تعالى، وهي حفظ الذات، ويكون قد ألحق الضرر والأذى بالذات.

وكذلك دافع الجنس، عندما تكون الغاية منه تحقيق اللذة فحسب دون ضوابط وقيد، فإن الإنسان قد يرتكب الفواحش، ويكون قد انحرف عن الحكمة الأساسية من إيداع هذه الغريزة فيه، وهي حفظ النسل وبقاء النوع، فينتشر الزنا وتختلطا الأنساب وتضيع، بل إن الكثير من الرجال والنساء في الغرب قد لا يرتبطون بعلاقة زوجية قانونية، وإنما تكون العلاقة بينهما لتحقيق المتعة الآنية، لذلك تستمر العلاقة بينهما لفترة دون إنجاب الأولاد، ثم ينتقل كل منهما للبحث عن شخص آخر لقضاء هذه الشهوة البهيمية التي أصبحت غاية في حد ذاتها وليست وسيلة للتناسل وإنجاب الأولاد والاستقرار النفسي.

وعندما ينحرف دافع التَّمَلُّك، ترى الإنسان يسعى لجمع المال وتكديسه، فبدلا من أن يكون وسيلة لتأمين الاحتياجات وقضاء الحوائج، يصبح غاية في ذاته، فيمتنع عن أداء الزكاة، ويقصّر بحق أهله وأولاده، بل قد ييخل في حق نفسه ويحرمها خوفا من إنقاص هذا المال، فهذا المال قد أضحي سببا في

تعاسة هذا الإنسان، فلا هو حقق الخير لنفسه ولا لجمعه، ويكون قد ابتعد عن الحكمة التي أرادها الله تعالى من تحصيل هذا المال.

وفي الحقيقة فإن هذه الانحرافات السلوكية الظاهرة تنبع عن انحرافات داخلية باطنة، فالسلوكيات المنحرفة ترجع في أصلها إلى خواطر وأفكار سلبية سيئة، تسمى عند علماء المسلمين (باطن الإثم) أو (أمراض القلوب) أو (أمراض النفوس). وقد جاء التحريم لهذه الانحرافات بكلا نوعيها الظاهرة والباطنة. قال تعالى: ﴿وَذَرُوا ظَهَرَ الْإِثْمِ وَبَاطِنَهُ إِنَّ الَّذِينَ يَكْسِبُونَ الْإِثْمَ سَيُجْزَوْنَ بِمَا كَانُوا يَقْتَرِفُونَ﴾⁹⁰⁵.

قال مجاهد: "ظاهر الإثم ما يعمل به بالجوارح من الذنوب، وباطنه ما ينويه ويقصده بقلبه كالمصر على الذنب القاصد له".⁹⁰⁶ وقال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ﴾⁹⁰⁷.

قال مجاهد: "الطيف الغضب. ويسمى الجنون والغضب والوسوسة طيفاً، لأنه لمة من الشيطان تشبه بلمة الخيال".⁹⁰⁸

ولا يمكن لنا أن نفصل بين الانحراف الباطن والظاهر، لأن انحراف الأفكار سيؤدي لانحراف السلوك، كما أن الاعتياد على السلوك السلبي سيبرمج التفكير نحو التماذي والاستمرار في هذا الطريق.

وهذه الأمراض الباطنة لم يجد لها علم الطب النفسي تشخيصها بالمعيار الطبي، فلا يمكن إخضاعها لعمليات البحث التجريبي، بينما نجد علماء المسلمين قد كشفوا اللثام عنها وشخصوها وأظهروا آثارها وأضرارها، ثم بينوا وسائل وطرق علاجها، وذلك من خلال الوحي الإلهي، من الكتاب والسنة.

⁹⁰⁵ سورة الأنعام: 120.

⁹⁰⁶ البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 182/3.

⁹⁰⁷ سورة الأعراف: 201.

⁹⁰⁸ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 350/7.

وكان الباعث الأول لهم على دراستها هو ما تحدثه من انحراف في السلوك مما يُعرض المسلم للمساءلة والعقاب، هذا في الدرجة الأولى، ثم لما تسببه من قلق وتوتر يعود بالضرر على الفرد والمجمع.

ونستطيع القول بأن التصور الإسلامي للسلوك قائم على أساس تركية الدوافع السلوكية، وتغليب العقل الإيماني على الشهوة وذلك من خلال مبادئ ثلاثة:

المبدأ الأول: الإشباع بطريق مُباح

فدافع الجوع يمكن إشباعه بالكسب من المال الحلال، لذلك أباح لنا الإسلام الطيبات من الرزق وحرم علينا أكل أنواع معينة من المطعومات وكذلك المشروبات، وما حرمه سبحانه أقل بكثير مما أباحه لعباده، وإنما التحريم لما فيه من الضرر على صحة الإنسان بدنيًا أو عقليًا، وكذلك فإن إشباع الدافع الجنسي ليس بأي طريقة يراها الإنسان، سواء بالحلال أو بالحرام، لما في ذلك من أضرار لا تُعد ولا تحصى، والطريق السليم إنما هو بالزواج الشرعي. وقد أشار النبي (ص.س) إلى أهمية هذا المبدأ.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا، وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ، فَقَالَ: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾⁹⁰⁹ وَقَالَ: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾⁹¹⁰. ثُمَّ ذَكَرَ الرَّجُلَ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ، يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ، يَا رَبِّ، يَا رَبِّ، وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ، وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ، وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ، فَأَنَّى يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ؟"⁹¹¹

⁹⁰⁹ سورة المؤمنون: 51.

⁹¹⁰ سورة البقرة: 172.

⁹¹¹ مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب قُبُولِ الصَّدَقَةِ مِنَ الْكَسْبِ الطَّيِّبِ وَتَرْكِهَا، 703/2 ح 1015.

هذا الحديث أحد الأحاديث التي هي قواعد الإسلام ومباني الأحكام، وفيه الحث على الإنفاق من الحلال والنهي عن الإنفاق من غيره، وفيه أن المشروب والمأكول والملبوس ونحو ذلك ينبغي أن يكون مصدره مالاً حلالاً خالصاً لا شُبْهة فيه.⁹¹² فهذا الرجل يطيل السفر في وجوه الطاعات كحج وزيارة مستحبة وصلة رحم وغير ذلك. ولكن كل ما يحمله من طعامه وشرابه ولباسه ونفقته هي من كسب خبيث، وقد غذي به. فقد أشبع دافع الجوع والعطش والملبس بطريق غير شرعي.

ونقل السيوطي قول القرطبي: "فَأَنَّى يُسْتَجَابَ لِذَلِكَ. أَيْ كَيْفَ عَلَى جِهَةِ الاستبعاد، وَمَعْنَاهُ أَنَّهُ لَيْسَ أَهْلًا لِإِجَابَةِ دُعَائِهِ".⁹¹³ وكذلك فإن إشباع دافع التَّمَلُّك يجب أن يكون بالحلال. عَنْ حَوَلَةِ الْأَنْصَارِيَّةِ (ر.ض) قَالَتْ: سَمِعْتُ النَّبِيَّ (ص.س) يَقُولُ: "إِنَّ رَجُلًا يَتَحَوَّضُونَ فِي مَالِ اللَّهِ بِغَيْرِ حَقٍّ، فَلَهُمُ النَّارُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ".⁹¹⁴ أَيْ رَبُّ مُتَصَرِّفٍ فِي مَالِ اللَّهِ تَعَالَى بِمَا لَا يَرْضَاهُ اللَّهُ. وَالتَّحَوُّضُ: قِيلَ هُوَ التَّخْلِيطُ فِي تَحْصِيلِهِ مِنْ غَيْرِ وَجْهِهِ كَيْفَ أُمِكَّنَ.⁹¹⁵

وكذلك في إشباع دافع الجنس، فلا بد أن يكون بطريق حلال، عن طريق الزَّوَاج وليس الزنا. عَنْ جَابِرٍ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) رَأَى امْرَأَةً فَدَخَلَ عَلَى زَيْنَبَ بِنْتِ جَحْشٍ فَقَضَى حَاجَتَهُ مِنْهَا، ثُمَّ خَرَجَ إِلَى أَصْحَابِهِ فَقَالَ لَهُمْ: "إِنَّ الْمَرْأَةَ تُقْبَلُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ، فَمَنْ وَجَدَ مِنْ ذَلِكَ شَيْئًا فَلْيَاتِ أَهْلَهُ فَإِنَّهُ يُضْمَرُ مَا فِي نَفْسِهِ".⁹¹⁶

⁹¹² النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 100/7.

⁹¹³ السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر، جلال الدين السيوطي (المتوفى: 911هـ) الديباج على صحيح مسلم بن الحجاج، تح: أبو اسحق الحويني الأثري، دار ابن عفان للنشر والتوزيع - المملكة العربية السعودية - الخبر، ط: 1، 1416 هـ - 1996م، عدد الأجزاء: 6. 89/3.

⁹¹⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 57 كتاب فرض الخمس، باب قَوْلُ اللَّهِ تَعَالَى: {فَأَنَّا لِلَّهِ خُمُسُهُ وَلِلرَّسُولِ} [الأنفال: 41]، 3118/4.

⁹¹⁵ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 88/2.

قوله: (إِنَّ الْمَرْأَةَ تُقْبَلُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ) مِنَ الْإِقْبَالِ، شَبَّهَهَا بِالشَّيْطَانِ فِي صِفَةِ الْوَسْوَسةِ وَالْإِضْلالِ فَإِنَّ رُؤْيَيْهَا مِنْ جَمِيعِ الْجِهَاتِ دَاعِيَةٌ لِلْفَسَادِ. وقوله: (فَإِنَّهُ يُضْمِرُ مَا فِي نَفْسِهِ) أَيُّ يُضْعِفُهُ وَيُقْلِلُهُ، مِنَ الضُّمُورِ وَهُوَ الْهَزَلُ وَالضَّعْفُ.⁹¹⁷ فقد أرشد النبي (ص.س) من رأى امرأة فتحرّكت به الشهوة، أن يأتي أهله ويصرف شهوته بالحلال، فإن ذلك يضعف ثوران هذا الدافع ويشبعه بالحلال. وكذلك سائر الدوافع قد جعل الله لها طريقين لإروائها، طريق الحلال وطريق الحرام، طريق مشروع وطريق ممنوع، وهذا هو مظهر من مظاهر الابتلاء والامتحان، وللإنسان حرية الاختيار. قال تعالى: ﴿وَهَدَيْنَاهُ

التَّجْدِينَ﴾⁹¹⁸.

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "لَا يَزْنِي الزَّانِي حِينَ يَزْنِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَشْرِبُ الْخَمْرَ حِينَ يَشْرِبُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَسْرِقُ السَّارِقُ حِينَ يَسْرِقُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَنْتَهَبُ نَهْبَةً، يَرْفَعُ النَّاسُ إِلَيْهِ فِيهَا أَبْصَارَهُمْ، وَهُوَ مُؤْمِنٌ".⁹¹⁹

هذا الحديث مما اختلف العلماء في معناه فالقول الصحيح الذي قاله المحققون أن معناه لا يفعل هذه المعاصي وهو كامل الإيمان، وهو من الألفاظ التي تطلق على نفي الشيء ويراد نفي كماله.⁹²⁰ فهذا الرجل الذي استسلم لدافع الفرج والبطن والتَّمَلُّك، فإن النبي (ص.س) لم ينفِ عنه أصل الإيمان، وإنما نفى كماله وقوته، فالمسلم قوي الإيمان يقيه إيمانه من ارتكاب المعاصي، حتى يخرج من هذا الصِّراع قويا منتصرا.

⁹¹⁶ أحمد، المسند، 14537/ح407/22. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: صحيح لغيره.
⁹¹⁷ أبو داود، سنن أبي داود، 12 كتاب النكاح، باب مَا يُؤْمَرُ بِهِ مِنْ غَضِّ الْبَصَرِ، 2/246/ح2151.
⁹¹⁸ العظيم آبادي، عون المعبود، 6/132.
⁹¹⁹ سورة البلد: 10.
⁹²⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 86 كتاب الحدود، باب لَا يُشْرَبُ الْخَمْرُ، 8/157/ح6772.
 مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بيان نقصان الإيمان بالمعاصي، 1/76/ح57.
⁹²⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 2/41.

المبدأ الثاني: اختيار الوقت المناسب

في بعض الأوقات قد يكون إشباع الدوافع محظوراً، ففي فترة الصَّيام مثلاً يحرم الطَّعام والشراب والجماع، كما يحرم إتيان المرأة حال حيضها ونفاسها، وكذلك حال الإحرام بالحج.

ويأتي هنا دور العقل للسيطرة على زمام الأمور، وللوقوف أمام إلحاح الشَّهوات، ففي بعض الأوقات لابد من تأجيل إشباعها حتى يحين الوقت المناسب لإروائها.

المبدأ الثالث: التوازن في الإشباع من غير إسراف ولا تقتير

أباح الله تعالى لنا إشباع الدوافع بالطرق الشرعية، ولكن هذا الإشباع ليس على إطلاقه، فالطَّعام يسبب السممة التي تولد الأمراض والأضرار بالجسد وكذلك الإسراف في الشراب دون قيود يؤدي إلى تعاطي المحرمات، والإسراف في النَّوم له أضرار لما يورثه من الكسل وضياع الوقت والعمر، كما أن النَّوم لساعات طويلة ومتواصلة في الليل دون الاستيقاظ لصلاة الفجر له آثار طيبة سلبية. وطُغيان الشَّهوة ينشر الفواحش وضياع الأنساب، وطُغيان حب التَّمَلُّك يؤدي إلى الجرائم وأكل أموال الناس بالباطل... وكذلك سائر الدوافع، وقد أشار الله تعالى في كتابه إلى هذا المبدأ. قال تعالى: ﴿يَبْنِيْ عَادَمَ خُدُوْا زَيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾⁹²¹.

وجاءت كثير من الأحاديث الشريفة لتؤكد النهي عن الإسراف في إشباع الدوافع فقال النبي

(ص.س): "كُلُوا وَاشْرَبُوا وَابْسُوا وَتَصَدَّقُوا، فِي غَيْرِ إِسْرَافٍ وَلَا خَيْلَةٍ".⁹²²

⁹²¹ سورة الأعراف: 31.

⁹²² البخاري، الجامع الصحيح، 77 كتاب اللباس، 140/7.

وتأتي أهمية العقل هنا لإعطاء العرائز حقها بالقدر المعقول، ومنعها من التماذي فيه، ذلك أن النفس تتلذذ بالشهوات وتريد استمرارها، أي أن النفس تبحث عن (الإشباع المطلق) دون حدود، وإلى ذلك أشار النبي (ص.س) بقوله: "لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ مَالٍ لَا يَبْتَغِي ثَالِثًا، وَلَا يَمَلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ، وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ".⁹²³

أما العقل المنور بنور الإيمان فيبحث عن (الإشباع النسبي) أو المقيد بالضوابط والقواعد المرسومة من قبل الدين. وإذا فشل الإنسان في كبح جماح شهواته وضبط دوافعه الفطرية والتحكم بها انخرقت هذه الدوافع عن الأهداف الحقيقية والحكم التي أرادها الله تعالى من وجودها، وتصبح هذه الدوافع بعد ذلك غاية في ذاتها وليست وسيلة لغايات سامية، وذلك بعد أن استحكمت بالإنسان وسيطرت عليه بدلاً من أن يتحكم بها ويسيطر عليها. وكما أن الإسراف يسبب الخلل، فكذلك الكبت والحرمان، والمطلوب هو التوسط والاعتدال.

ونستطيع القول بأن أي عملية إشباع للدوافع خارجة عن مبادئ التركيبة الثلاث فإنها ستكون سببا في هلاك الإنسان وضياعه وشقاوته بدلا من أن تكون سببا في سعادته وراحته في الدارين. وانطلاقا من هذه المبادئ أردنا أن ندرس تركيبة هذه الدوافع في فصول مستقلة.

المطلب الثالث: كبت الدوافع يسبب الانفعال والاضطراب في التفكير

لقد جاءت آيات القرآن الكريم وأحاديث النبي (ص.س) تتحدث عن الدوافع متفقة مع الفطرة الإنسانية، فهي تُقرها وتعترف بها بل تدعو إلى إشباعها ضمن الحدود التي رسمتها الشريعة الحكيمة، دون تجاوز أو إسراف، ودون تفريط أو حرمان. فليس في الكتاب والسنة ما يشير إلى إنكار هذه الدوافع

⁹²³ البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقائق، باب ما يُتَّقَى مِنْ فِتْنَةِ الْمَالِ، 8/92/ح6436.
مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب لَوْ أَنَّ لِبْنِ آدَمَ وَادِيَيْنِ لَا يَبْتَغِي ثَالِثًا، 2/725/ح1048.

أوكبتها. ويفرّق علماء النفس بين قمع الدوافع وبين كبتها، فالقمع لا يتضمن إنكار الرغبة واسقذارها، بل هو الكف الإرادي للدافع أو رغبة ما، ومقاومة إشباعها أو التعبير عنها في ظروف لا تسمح بإشباعها، حتى يحين الوقت المناسب لإشباعها في ظروف مسموح بها.

أما كبت الدوافع فهو إنكار الرغبة واستقذارها أو الخوف منها ومحاولة إبعادها عن دائرة الوعي لما تسببه من شعور الفرد بالإثم والقلق، مما يؤدي إلى كبت هذه الرغبة في اللاشعور. فمفهوم الكبت يتضمن إبعاد الرغبة عن دائرة الوعي أو الشعور لتصبح مطمورة في أعماق اللاشعور، مما يسبب نشوء أعراض مختلفة من الانحرافات في السلوك.⁹²⁴

وليس في الإسلام ما يدعوا إلى كبت دوافع السلوك الفطريّة، ولكن الدعوة إلى تنظيم إشباعها، والتحكم في توجيهها مع مراعات المصلحة الفردية والجماعية، فيكون العقل هو المتحكم والمسيطر على دوافعه، يوجهها التوجيه السليم، ولا يكون منقادا لها.

إنَّ أي خلل في عملية إشباع الدافع سيكون لها أثر سلبي على الحالة النفسيّة والفكرية للفرد، فحينما يثار الدافع نتيجة حاجة الجسم لإشباع غريزة ما يصاحب ذلك حالة من التوتر والقلق وشعور بالضيق والكدر، فالجوع مثلا، يصحبه حالة نفسية مكدرّة، وتغير بالمزاج والأخلاق والتّفكير، لذلك أوصى النبي (ص.س) الصائم فقال: "... وَإِذَا كَانَ يَوْمُ صَوْمِ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْحَبْ، فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ إِنِّي امْرُؤٌ صَائِمٌ ".⁹²⁵

⁹²⁴ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص52-53.

⁹²⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 30 كتاب الصوم، باب هَلْ يَقُولُ إِنِّي صَائِمٌ إِذَا شَيْئٌ، 26/ح1904. مسلم، المسند الصحيح، 13 كتاب الصيام، باب فَضْلِ الصَّيَّامِ، 2/807/ح1151.

فالمسلم ولو كان في حالة نفسية مضطربة بسبب الجوع فعليه أن يدرب نفسه على تحمل الأذى، وضبط أعصابه ومراقبة تصرفاته حال الصَّيَّام. لذلك نهى النبي (ص.س) المسلم عن صوم الوصال. وأشار النبي (ص.س) إلى هذه الحالة التي تصاحب الجوع، وذلك في الحديث عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: كَانَ رَسُولُ صَلَّى عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُوعِ، فَإِنَّهُ يَنْسُ الضَّجِيعُ..."⁹²⁶.

بينما نرى أن في حال إشباع دافع الجوع والعطش يكون مصحوبا بحالة وجدانية من السرور والفرح، وإلى هذا المعنى أشار النبي (ص.س) بقوله: "لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ: فَرْحَةٌ عِنْدَ فِطْرِهِ، وَفَرْحَةٌ عِنْدَ لِقَاءِ رَبِّهِ".⁹²⁷ فكبت الدوافع إنما هو تشدد سلبي مرفوض، والمطلوب هو التنظيم.

وبين السيد قطب أن الذين يتحدثون في هذه الأيام عن "الكبت" وأضراره، وعن "العقد النفسية" التي يُنشئها الكبت والقمع، يقررون أن السبب الرئيسي للعقد هو "الكبت" وليس هو "الضبط"، والكبت هو استقذار دوافع الفطرة واستنكارها من الأساس، مما يوقع الفرد تحت ضغطين متعارضين:

الأول: ضغط من شعوره -الذي كونه الإيحاء أو كونه الدين أو كونه العرف- بأن دوافع الفطرة دوافع قدرة لا يجوز وجودها أصلاً، فهي خطيئة ودوافع شيطانية!

الثاني: ضغط هذه الدوافع التي لا تُغلب لأنها عميقة في الفطرة، ولأنها ذات وظيفة أصيلة في كيان الحياة البشرية لا تتم إلا بها، ولم يخلقها الله في الفطرة عبثاً، وعندئذ وفي ظل هذا الصِّراع تتكون "العقد النفسية".

⁹²⁶ أبوداود، سنن أبي داود، 8 كتاب تفريع أبواب الوتر، بَابُ فِي الْإِسْتِعَاذَةِ، 2/91/ح 1547.

النسائي، سنن النسائي، 50 كتاب الاستعاذة، 8/263/ح 5468. وقال النووي، الأفكار، ص 603/ح 1020: إسناده صحيح.

⁹²⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 30 كتاب الصوم، بَابُ هَلْ يَقُولُ إِنِّي صَائِمٌ إِذَا شَبَّهَ، 3/26/ح 1904.

مسلم، المسند الصحيح، 13 كتاب الصيام، باب فَضْلِ الصَّيَّامِ، 2/807/ح 111.

ثم يتابع السيد قطب حديثه قائلاً: "فحتى إذا سلمنا جدلاً بصحة هذه النظريات النفسية، فإننا نرى الإسلام قد ضمن سلامة الكائن الإنساني من هذا الصراع بين شطري النفس البشرية. بين نوازع الشهوة واللذة، من جهة، وبين أشواق الارتفاع والتسامي من جهة ثانية، وحقق لهذه وتلك نشاطها المستمر في حدود التوسط والاعتدال".⁹²⁸

فدين الإسلام هو دين الوسطية، قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا﴾.⁹²⁹ وهذا ما يميز دين الإسلام من بين الأديان الأخرى، فلا غلو ولا تقصير، ولا طُغيان ولا إقتار، بل إنَّ منهجه قائم على القسطاس المستقيم، قال تعالى: ﴿وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ﴾.⁹³⁰ قال الراغب الأصفهاني في هذه الآية: "إشارة إلى مراعاة المعدلة في جميع ما يتحرّاه الإنسان من الأفعال والأقوال".⁹³¹

عَنْ عُرْوَةَ، قَالَ دَخَلَتْ امْرَأَةٌ عُثْمَانَ بْنَ مَطْعُونٍ أَحْسِبُ اسْمَهَا حَوْلَةَ بِنْتُ حَكِيمٍ عَلَى عَائِشَةَ وَهِيَ بَادَّةُ الْهَيْئَةِ فَسَأَلَتْهَا مَا شَأْنُكَ؟ فَقَالَتْ: زَوْجِي يَقُومُ اللَّيْلَ، وَيَصُومُ النَّهَارَ، فَدَخَلَ النَّبِيُّ (ص.س) فَذَكَرْتُ عَائِشَةَ ذَلِكَ لَهُ فَلَقِيَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عُثْمَانَ فَقَالَ: يَا عُثْمَانُ " إِنَّ الرَّهْبَانِيَّةَ لَمْ تُكْتَبْ عَلَيْنَا، أَفَمَا لَكَ فِيَّ أَسْوَةٌ، فَوَاللَّهِ إِنِّي أَخْشَاكُمْ لِلَّهِ، وَأَخْفَظُكُمْ لِحُدُودِهِ".⁹³²

ويُصحح الإمام الغزالي مفهوم المجاهدة للنفس ويوضح بأن تزكية الدوافع لا يعني كبتها والقضاء عليها، لأن ذلك يناقض الطبيعة البشرية التي فطر الله الناس عليها، فليس المقصود من المجاهدة قمع هذه

⁹²⁸ قطب، في ظلال القرآن، 374/1.

⁹²⁹ سورة البقرة: 143.

⁹³⁰ سورة الرحمن: 9.

⁹³¹ الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن، ص 868.

⁹³² أحمد، المسند، 25893 /70/43، قال الهيثمي، مجمع الزوائد، 7611 /301/4: رجاله ثقات.

الشَّهَوَات بالكلية، وهيئات أن يكون ذلك فإن الشَّهوة خلقت لفائدة وهي ضرورية في الجبللة فلو انقطعت شهوة الطَّعام مثلاً لهلك الإنسان، ولو انقطعت شهوة الوقاع لانقطع النسل ولو انعدم العَضْب بالكلية لم يدفع الإنسان عن نفسه ما يهلكه، ومهما بقي أصل الشَّهوة فيبقى لا محالة حُبُّ المال الذي يوصله إلى الشَّهوة حتى يحمله ذلك على إمساك المال وليس المطلوب إمادة هذه الدَّوافع ومحوها بالكلية بل المطلوب ردها إلى الاعتدال الذي هو وسط بين الإفراط والتفريط.⁹³³

يقول السيد قطب: لا يترك الإسلام الإنسان لشهواته تستعبده وتجرفه بل يضبطها ويهذبها وينظفها... لكنه لا يكبتها، لأن الكبت منافي لفكرته ومنهجه في الحياة... وفكرته ومنهجه هي احترام كل الطاقة مادامت تؤدي مهمتها التي فطره الله عليها، وفي ظل هذه الفكرة وهذا المنهج لا يوجد مجال للكبت ولا محاربة للطاقات، وكيف يكبتها ويحاربها وهو بحاجة إليها؟.⁹³⁴

وللإسلام توجيه عام يتعلق بهذه الدَّوافع الغريزية العضوية يمكن ذكرها في النقاط الآتية:

أ- تربية الأجيال على إشباعها بالآداب الإسلامية، لأن هذه الآداب هي التي تزين الإنسان وتميزه عن البهائم.

ب- تبصير الأجيال بأهداف هذه الدَّوافع وتوجيههم إلى أساليب تحقيقها.

ج- تكوين قدرة التحكم فيها حتى لا يكونوا أسرى لها أو عبيداً.

د- تكوين قدرة إقامة التنسيق والموازنة بينها حتى لا يكون صراع فيما بينها.

هـ- تحقيق العدالة والموازنة في إشباعها بإعطاء كل ذي حق حقه.

و- توجيهها إلى الأهداف التي خلقت من أجلها.⁹³⁵

⁹³³ الغزالي، إحياء علوم الدين، 3/ 56 - 57.

⁹³⁴ محمد قطب، منهج التربية الإسلامية، ص 111/1.

⁹³⁵ يالجن، مقداد، التربية الإسلامية والطبيعة الإنسانية، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1418هـ. ص 83.

المطلب الرابع: تركية الدوافع بتوجيهها الإيجابي المتوازن

إن من حكمة الله تعالى في خلقه أن أودع في الإنسان غرائز فطرية تحفظ الذات كما تحفظ بقاء الجنس البشري، فيميل الإنسان لهذه الشهوات بفطرته وتطلبها النفس وتسعى لتحصيلها، قال تعالى: ﴿زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَلَعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ ۝﴾⁹³⁶.

يخبر سبحانه عمّا زين للناس في حياتهم الدنيا من أنواع الملاذ من النساء والبنين، فبدأ بالنساء لأن الفتنة بهنّ أشد، أما إذا كان القصد بمن الإغفاف وكثرة الأولاد فهذا مطلوب مرغوب فيه، بل مندوب إليه، كما وردت أحاديث كثيرة بالترغيب في التزويج والاستكثار منه، وحبّ المال كذلك تارة يكون للفخر والخيلاء، والتكبر على الضعفاء والتجبر على الفقراء فهذا مذموم. وتارة يكون المال سببا للنفقة في القربات وصلة الأرحام ووجوه البر والطاعات، فهذا ممدوح محمود شرعا.

وحب الخيل على ثلاثة أقسام تارة يكون ربطها أصحابها في سبيل الله تعالى، متى احتاجوا إليها غزوا عليها، فهؤلاء يثابون، وتارة تربط فخرا فهذه على صاحبها وزر، وتارة للتعفف واقتناء نسلها، ولم ينس صاحبها حق الله في رقابها فهذه لصاحبها ستر، وأما المسومة، فعن ابن عباس (ر.ض): الخيل المسومة الراعية، والمطهمة الحسان، وقال مكحول: المسومة الغرة والتحجيل وقيل: غير ذلك. وقوله تعالى (والأنعام) يعني الإبل والبقر والغنم، (والحرث) يعني الأرض المتخذة للغراس والزراعة. ثم قال تعالى: (ذلك

⁹³⁶ سورة آل عمران: 14.

متاع الحياة الدنيا) أي إنما هذا زهرة الحياة الدنيا وزينتها الفانية الزائلة (والله عنده حسن المآب) أي حسن

المرجع والثواب.⁹³⁷

وقال فخر الدين الرازي: "وَأَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ تَعَالَى فِي إِيجَادِ حُبِّ الرُّوْحَةِ وَالْوَلَدِ فِي قَلْبِ الْإِنْسَانِ حِكْمَةً بَالِغَةً، فَإِنَّهُ لَوْلَا هَذَا الْحُبُّ لَمَا حَصَلَ التَّوَالُدُ وَالتَّنَاسُلُ وَلَأَدَّى ذَلِكَ إِلَى انْقِطَاعِ النَّسْلِ، وَهَذِهِ الْمَحَبَّةُ كَأَنَّهَا حَالَةٌ غَرِيزِيَّةٌ وَلِذَلِكَ فَإِنَّهَا حَاصِلَةٌ لِجَمِيعِ الْحَيَوَانَاتِ، وَالْحِكْمَةُ فِيهِ مَا ذَكَرْنَا مِنْ بَقَاءِ النَّسْلِ".⁹³⁸

ويقول سيد قطب في تفسيره بأن في الإنسان هذا الميل إلى هذه الشَّهَوَاتِ، وهو جزء من تكوينه الأصيل، لا حاجة إلى استنكاره في ذاته، فهو ضروري للحياة البشرية كي تتأصل وتنمو، فهي شهوات مستحبة مستلذة وليست مستفدرة ولا كريهة. والتعبير في الآية لا يدعو إلى استقذارها وكراهيتها إنما يدعو فقط إلى معرفة طبيعتها وبواعثها، ووضعها في مكانها بحيث لا تتعداه، ولا تطغى على ما هو أكرم في الحياة وأعلى. والنساء والبنون شهوة من شهوات النفس الإنسانية، وقد قرن إليهما القناطر المقنطرة من الذهب والفضة، ولو كان يريد مجرد الميل إلى المال لقال: والأموال، أو والذهب والفضة. ولكن القناطر المقنطرة تلقي ظلاً خاصاً هو المقصود، ظل النَّهْمِ الشديد لتكديس الذهب والفضة. ذلك أن التكديس ذاته هو شهوة، بغضِّ النظر عما يستطيع المال توفيره لصاحبه من الشَّهَوَاتِ الأخرى، ثم قرن الخيل المسومة وقرن إلى تلك الشَّهَوَاتِ الأنعام والحرث، وهذه الشَّهَوَاتِ التي ذُكرت هنا هي نموذج لشهوات النفوس.⁹³⁹

⁹³⁷ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 15/2 - 18.

⁹³⁸ الرازي، مفاتيح الغيب، 162/7.

⁹³⁹ قطب، في ظلال القرآن، 373/1 - 374.

وليس المطلوب أن يحرم الإنسان نفسه من هذه الشّهوات ولكن إشباع هذه الدّوافع لا بُدّ له من ميزان قويم يحفظ للإنسان التوازن من غير انحراف، لأن هذه الشّهوات إن استحكمت بالإنسان خرجت عن الفطرة السليمة لتصبح نزعات شهوانية سلبية تؤدي بصاحبها إلى الهلاك والشقاء في الدنيا قبل الآخرة. وإن تم تجاهلها واستفادها ومحاربتها أدى ذلك لكبتها، وفي كلا الأمرين تطرف وانحراف عن ميزان الاعتدال الذي رسمه منهج الإسلام.

فهذه الشّهوات إن كان لها توجيه بمنهج رباني كانت لونا من ألوان العبادة وسببا من أسباب القرب من الله سبحانه، كما قال (ص.س) "وفي بضع أحدكم صدقة".⁹⁴⁰

وإلى جانب هذه الحاجات والدّوافع البدنية هناك الحاجات والدّوافع النّفسية والروحية، فهي ضرورية لتحقيق الأمن النّفسي والشعور بالسعادة والطمأنينة، فالإنسان بقرارة نفسه يشعر بحاجة إلى إله يؤمن به ويعبده كحاجته للطعام والشراب، كما أنه بحاجة إلى الانتماء للمجتمع فهو اجتماعي بطبعه ولا يستطيع أن يعيش بمنعزل عن المجتمع. إذاً المطلوب إنما هو منهج الاعتدال في إشباع الرّوح والجسد، وهذا ما تتصف به شريعتنا الإسلامية المتمثلة بالكتاب والسنة.

وذلك لأن إغفال بعض الدّوافع وكبتها سيؤدي إلى حالة من الاضطراب والخلل، والإضرار بصحة الإنسان النّفسية والجسدية.

فعندما ينكب الإنسان على إشباع دوافعه الجسدية، ويحقق ملذاته وشهواته الدنيوية، ويُغفل إشباع احتياجاته الروحية، فإنه لن ينعم بالسعادة والأمن والطمأنينة، قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَنَّا

⁹⁴⁰ مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب الزكاة، باب بيان أنّ اسم الصدقة يقع على كلّ نوع من المعروف، 2/697/ح1006.

ذَكَرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى ﴿١٢٤﴾⁹⁴¹ قال ابن كثير في تفسيره: "فإن له

معيشة ضنكا أي ضنكا في الدنيا، فلا طمأنينة له ولا انشراح لصدوره، بل صدره ضيق حرج لضلاله، وإن
تنعم ظاهره ولبس ما شاء وأكل ما شاء وسكن حيث شاء، فإن قلبه ما لم يخلص إلى اليقين والهدى فهو
في قلق وحيرة وشك، فلا يزال في ريبة يتردد، فهذا من ضنك المعيشة. قال علي بن أبي طلحة عن ابن
عباس، فإن له معيشة ضنكا قال: الشقاء".⁹⁴²

فلا يزال الإنسان يشقى من الداخل، وإن كان يتنعم ويتلذذ بمُتَع الدنيا من حيث الظاهر.
وكذلك فإن الإنسان الذي يتشدّد في دينه، فيُشبع دوافعه الرُّوحية، ويهمل حاجاته البدنية، فإنه لا يعتبر
شخصاً متوازناً سوياً، ولا يتمتع بالصحة البدنية والنَّفسيّة، لأنّ عدم إعطاء الجسم حقه سيُجعل حياته
غير منسجمة مع الفطرة التي فطره الله تعالى عليها.

والحل الأمثل إنما هو التوازن بين الرُّوح والجسد، وذلك بإشباع الدّوافع البدنية في الحدود الشرعية،
وفي الوقت نفسه يقوم الإنسان بإشباع دوافعه الرُّوحية بأداء العبادات والطاعات تقرباً من الله تعالى.

وينبه الإمام الغزالي إلى أهميّة التوازن والاعتدال من غير كبح ولا شطط فيقول: "الاعتدال في
الأخلاق هو صحة النّفس والميل عن الاعتدال سقم ومرض... وكما أن البدن في الابتداء لا يخلق كاملاً
وإنما يكمل ويقوى بالنشوء والتربية بالغذاء، فكذلك النّفس تخلق ناقصة قابلة للكمال وإنما تكمل بالتربية
وتهذيب الأخلاق والتغذية بالعلم".⁹⁴³

⁹⁴¹ سورة طه: 124.

⁹⁴² ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 283/5.

⁹⁴³ الغزالي، إحياء علوم الدين، 61/3.

وقد أمرنا الله تعالى بهذا التوازن في قوله سبحانه: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾.⁹⁴⁴ أي استعمل ما وهبك الله من هذا المال الجزيل والنعمة الطائلة في طاعة ربك والتقرب إليه بأنواع القربات والطاعات، التي يحصل لك بها الثواب في الدنيا والآخرة ولا تنس نصيبك من الدنيا مما أباح الله فيها من المأكل والمشرب والملابس والمسكن والمنكح، فإن لربك عليك حقاً، ولنفسك عليك حقاً، ولأهلك عليك حقاً، فأت كل ذي حق حقه.⁹⁴⁵

ونجد أن القرآن الكريم في كثير من الآيات يدعو المسلم بأن يتمسك بمنهج الموازنة بين الرُّوح والجسد لأن في ذلك خلاصاً من الصِّراع النَّفسي الذي يصيب الإنسان فيحرمه نعمة الطمأنينة والسعادة، ويكون سبباً للخسارة في الدنيا والآخرة.

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُلْهِكُمْ ءُمُورُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ﴾.⁹⁴⁶ ولما ذكر الله تعالى في سورة آل عمران بعض الدوافع الدنيوية التي ينشغل الإنسان وينهمك في إشباعها نجد أنه سبحانه بعد أن عددها التفتت الآية مباشرة إلى توجيه المسلم إلى تقوى الله تعالى وتحذيره من الانغماس في بحر الشهوات.

فقال تعالى: ﴿ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَبَاقِ﴾.⁹⁴⁷ وقال تعالى: ﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَةُ الصَّالِحَةُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمْلاً﴾.⁹⁴⁸

⁹⁴⁴ سورة القصص: 77.

⁹⁴⁵ ابن كثير، تفسير القرآن الكريم، 6/226.

⁹⁴⁶ سورة المنافقون: 9.

⁹⁴⁷ سورة آل عمران: 14.

⁹⁴⁸ سورة المائدة: 25.

ونجد أن القرآن الكريم يحث المسلم بأن يعمل عقله في تفكير في مآل هذه المتع العاجلة وأنها للزوال

القريب فهي أشبه ما تكون بالنبات الأخضر الذي سرعان ما تعصف به الرياح فيذبل ويبس.

قال تعالى: ﴿اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌّ وَلَهُوَ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ

وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَمًا ۖ وَفِي الْآخِرَةِ

عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَمَتَعِ الْغُرُورِ ﴿٩٤٩﴾.

كما نرى أن النبي (ص.س) رسم منهجا واضحا للموازنة بين الروح والجسد، وكان (ص.س)

نموذجا للشخصية السوية المتوازنة، فكان أتقى العباد وأشدهم خشية، ومع ذلك كان يصوم ويفطر،

ويصلي وينام، ويتزوج النساء.

وعن عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ (ر.ض) قال: قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "يَا عَبْدَ اللَّهِ، أَلَمْ

أُخْبِرْ أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ، وَتَقُومُ اللَّيْلَ؟"، فَقُلْتُ: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: "فَلَا تَفْعَلْ صُمْ وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ،

فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرِجْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرِزْوَرِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ

بِحَسْبِكَ أَنْ تَصُومَ كُلَّ شَهْرٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ لَكَ بِكُلِّ حَسَنَةٍ عَشْرَ أَمْثَالِهَا، فَإِنَّ ذَلِكَ صِيَامُ الدَّهْرِ كُلِّهِ"،

فَشَدَّدْتُ، فَشَدَّدَ عَلَيَّ قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي أَجِدُ قُوَّةً قَالَ: "فَصُمْ صِيَامَ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ (ع.س) وَلَا تَزِدْ

عَلَيْهِ"، قُلْتُ: وَمَا كَانَ صِيَامُ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ (ع.س)؟ قَالَ: "نِصْفَ الدَّهْرِ"، فَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَقُولُ بَعْدَ مَا

كَبِرَ: يَا لَيْتَنِي قَبِلْتُ رُحْصَةَ النَّبِيِّ (ص.س).⁹⁴⁹

⁹⁴⁹ سورة الحديد: 20.

⁹⁵⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 30 كتاب الصوم، باب حق الجسم في الصوم، 39/3 ح 1975.

مسلم، المسند الصحيح، 13 كتاب الصيام، باب التَّهْيِ عَنْ صَوْمِ الدَّهْرِ لِمَنْ تَضَرَّرَ بِهِ...، 817/22 ح 1159.

ندم هذا الصحابي الجليل، لأنه عندما كبرت به السن وضعف الجسم، أدرك أن منهج التوازن الذي رسمه النبي (ص.س) لأُمَّته فيه كل الخير والإعتدال.

وكان (ص.س) يحب النساء ولكن حبه لهن لم يمنعه من أن تكون الصلاة هي قرة عينه، فكان يؤدي للجسد حقه من غير أن ينشغل قلبه عن ربه سبحانه.

عن أنس قال: قال رسول الله (ص.س): "حَبَّبَ إِلَيَّ النِّسَاءَ وَالطَّيِّبُ، وَجَعَلْتُ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ".⁹⁵¹

وعن أبي جُحَيْفَةَ، قَالَ: أَخَى النَّبِيُّ (ص.س) بَيْنَ سَلْمَانَ، وَأَبِي الدَّرْدَاءِ، فَرَارَ سَلْمَانُ أَبَا الدَّرْدَاءِ، فَرَأَى أُمَّ الدَّرْدَاءِ مُتَبَدِّلَةً، فَقَالَ لَهَا: مَا شَأْنُكِ؟ قَالَتْ: أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ لَيْسَ لَهُ حَاجَةٌ فِي الدُّنْيَا، فَجَاءَ أَبُو الدَّرْدَاءِ فَصَنَعَ لَهُ طَعَامًا، فَقَالَ: كُلْ؟ قَالَ: فَإِنِّي صَائِمٌ، قَالَ: مَا أَنَا بِأَكِلٍ حَتَّى تَأْكُلَ، قَالَ: فَأَكَلَ، فَلَمَّا كَانَ اللَّيْلُ ذَهَبَ أَبُو الدَّرْدَاءِ يَقُومُ، قَالَ: نَمْ، فَنَامَ، ثُمَّ ذَهَبَ يَقُومُ فَقَالَ: نَمْ، فَلَمَّا كَانَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ قَالَ: سَلْمَانُ فِيمَ الْآنَ، فَصَلَّيَا فَقَالَ لَهُ سَلْمَانُ: إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلَأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ، فَأَتَى النَّبِيَّ (ص.س) فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "صَدَقَ سَلْمَانُ".⁹⁵²

⁹⁵¹ أحمد، المسند، 19/305/ح12293.

النسائي، سنن النسائي، 36 كتاب عشرة النساء، باب حب النساء، 7/61/ح3939.
الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 2/174/ح2676، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ عَلَى شَرْطِ مُسْلِمٍ، وَلَمْ يُخَرِّجَاهُ، وَوَافَقَهُ الذَّهَبِيُّ.
قال العراقي، المغني عن حمل الأسفار في الأسفار، ص466: إسناده جيد.

⁹⁵² البخاري، الجامع الصحيح، 30 كتاب الصوم، باب مَنْ أَقْسَمَ عَلَى أَخِيهِ لِيُقْطَرَ فِي التَّطَوُّعِ، 3/38/ح1968.

ولقد نهي النبي (ص.س) عن التشدد في الدين، والمغالاة في العبادة، فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "إِنَّ الدِّينَ يُسْرٌ، وَلَنْ يُشَادَّ الدِّينَ أَحَدٌ إِلَّا غَلَبَهُ، فَسَدِّدُوا وَقَارِبُوا، وَأَبْشِرُوا، وَاسْتَعِينُوا بِالْعَدْوَةِ وَالرُّوحَةِ وَشَيْءٍ مِنَ الدُّجَةِ".⁹⁵³

وفي حديث آخر: "... سَدِّدُوا وَقَارِبُوا، وَاعْدُوا وَزُوحُوا، وَشَيْءٌ مِنَ الدُّجَةِ، وَالْقَصْدَ الْقَصْدَ تَبَلُّعُوا".⁹⁵⁴

سدّدوا معناه اقصدوا السداد أي الصواب، والمراد بالعدو السير من أول النهار وبالروح السير من أول النصف الثاني من النهار، والدجة يقال سار دجة من الليل أي ساعة، فلذلك قال شيئاً من الدجة لعسر سير جميع الليل، وفيه إشارة إلى الحث على الرفق في العبادة، والقصد القصد بالنصب على الإغراء أي الزموا الطريق الوسط المعتدل.⁹⁵⁵

والتربية الإسلامية تقوم على التوازن الدقيق بين منافع الجسد ومطالب الروح، ويعتمد بناء الشخصية الإسلامية أساساً على مدى التوازن بين القوى والاستعدادات الإنسانية، المادية والمعنوية، والفطرية المكتسبة، وكل خلل يلحق بها أو ينقصها يؤثر تأثيراً سلبياً في تشكيل الشخصية المتكاملة، ويسبب لها الاضطراب والاهتزاز، وعدم الاستقرار والثبات، وهو ما يجعلها غير قادرة على التكيف مع مشاكل الحياة، وغير مستعدة لتحمل المصاعب والعقبات، وغير مؤهلة لمواجهة المتاعب والأزمات، التي تكتنف ظروف الكائن البشري من مهده إلى لحدّه، وهو ما يؤدي بالتالي إلى أن تكون الشخصية سلبية

⁹⁵³ البخاري، الجامع الصحيح، 2 كتاب الإيمان، 1/16/39.

⁹⁵⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقاق، باب القصد والمداومة على العمل، 8/98/6463.

⁹⁵⁵ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 11/298.

هروبية، لا نفع يرجى منها للفرد أو الجماعة أو تكون شخصية عدوانية مدمرة تُلحق بالفرد والجماعة أشد الضرر.⁹⁵⁶

عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) إِذَا أَمَرَهُمْ، أَمَرَهُمْ مِنَ الْأَعْمَالِ بِمَا يُطِيقُونَ، قَالُوا: إِنَّا لَسْنَا كَهَيْئَتِكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ اللَّهَ قَدْ عَفَرَ لَكَ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِكَ وَمَا تَأَخَّرَ، فَيَعْصِبُ حَتَّى يُعْرِفَ الْعَصَبَ فِي وَجْهِهِ، ثُمَّ يَقُولُ: "إِنَّ أَتَقَاكُمْ وَأَعْلَمَكُمُ بِاللَّهِ أَنَا".⁹⁵⁷ وللحديث فوائد كثيرة عدها الحافظ ابن حجر ومنها :

1- أن العبد إذا بلغ الغاية في العبادة وثمراتها كان ذلك أدعى له إلى المواظبة عليها استبقاءً للنعمة واستزادة لها بالشكر عليها.

2- الوقوف عند ما حدَّ الشارع من عزيمة ورخصة، واعتقاد أن الأخذ بالأرفق الموافق للشرع أولى من الأشق المخالف له.

3- أن الأولى في العبادة القصد والملازمة لا المبالغة المفضية إلى الترك.⁹⁵⁸

ويذهب الإمام الغزالي إلى أنَّ أسماء النَّفس تختلف باختلاف الأحوال العارضة لها، فقد تشبه بالملائكة، وقد تشبه بالبهائم:

فَإِنْ اتَّجَهَتْ إِلَى الصَّوَابِ وَنَزَلَتْ عَلَيْهَا السَّكِينَاتُ الْإِلَهِيَّةُ فَتَطْمَئِنُّ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَتَسْكُنُ إِلَى الْمَعَارِفِ الْإِلَهِيَّةِ وَتَطِيرُ إِلَى أَعْلَى أَفْقِ الْمَلَكِيَّةِ فَيُقَالُ نَفْسٌ مَطْمَئِنَّةٌ. وَإِنْ كَانَتْ مَعَ قَوَاهَا وَجُنُودِهَا فِي حَرْبٍ وَشَجَارٍ وَنَزَاعٍ وَكَانَتْ الْحَرْبُ بَيْنَهُمَا سَجَالًا فَتَارَةً هَا أَيْدٍ عَلَيْهَا وَتَارَةً لِلْقَوَى عَلَيْهَا أَيْدٍ فَلَا تَكُونُ

⁹⁵⁶ الزنتاني، عبد الحميد، *أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية*، الدار العربية للكتاب، لبيان تونس، ط: بلا، 1984م. ص 843.

⁹⁵⁷ البخاري، *المجامع الصحيح*، 2 كتاب الإيمان، بابُ قَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س): "أَنَا أَعْلَمُكُمْ بِاللَّهِ"، 1/13/ح 20.

⁹⁵⁸ ابن حجر، *فتح الباري شرح صحيح البخاري*، 71/1.

حَالَهَا مُسْتَقِيمَةً فَتَارَةً تَنْزِعُ إِلَى جَانِبِ الْعُقُولِ وَتَثْبِتُ عَلَى الطَّاعَاتِ، وَتَارَةً تَسْتَوِلِي عَلَيْهَا الْقَوَى فَتَهْبِطُ إِلَى حَضِيضِ مَنَازِلِ الْبَهَائِمِ فَهَذِهِ النَّفْسُ نَفْسُ لَوَامَةٍ، وَهَذِهِ النَّفْسُ هِيَ حَالَةٌ أَكْثَرَ الْخَلْقِ فَإِنْ مِنْ ارْتَفَعَ إِلَى أَفْقِ الْمَلَائِكَةِ حَتَّى تَحْلِيَ بِالْعُلُومِ وَالْفَضَائِلِ النَّفْسِيَّةِ وَالْأَعْمَالِ الْحُسْنَى فَهُوَ مُلْكٌ جَسْمَانِي لَارْتِفَاعَهُ عَنِ الْإِنْسَانِيَّةِ وَعَدَمِ مِشَارَكَتِهِ لِلْبَشَرِ إِلَّا بِالصُّورَةِ التَّخْطِيطِيَّةِ. وَمَنْ اتَّضَعُ وَنَزَلَ حَتَّى صَارَ فِي حَضِيضِ الْبَهَائِمِ فَلَوْ تَصَوَّرَ كَلْبًا أَوْ حِمَارًا مُنْتَصِبَ الْقَامَةِ مُتَكَلِّمًا لَكَانَ هُوَ إِيَّاهُ، لَانْسِلَاخَهُ عَنِ الْفَضَائِلِ الْإِنْسَانِيَّةِ وَعَدَمِ مِشَارَكَتِهِ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا بِالصُّورَةِ التَّخْطِيطِيَّةِ وَهَذِهِ هِيَ النَّفْسُ الْأَمَّارَةُ بِالسُّوءِ.⁹⁵⁹

فَنَجِدُ أَنَّ الْإِمَامَ الْغَزَالِيَّ قَدْ جَعَلَ خَصَائِصَ نَفْسِ الْإِنْسَانِ بَيْنَ طَرَفَيْنِ نَقِيضَيْنِ، الْحَيَوَانِيَّةِ بِمَا تَحْمِلُهُ هَذِهِ الْكَلِمَةُ مِنَ الْغَرَائِزِ وَالْمَطَالِبِ الْجَسَدِيَّةِ مِنْ جِهَةٍ، وَبَيْنَ الْمَلَائِكِيَّةِ بِمَا تَحْمِلُهُ مِنَ الرُّوحَانِيَّةِ وَالطَّاعَةِ لِلَّهِ تَعَالَى وَالتَّرَفُّعِ عَنِ الْغَرَائِزِ وَالشَّهَوَاتِ مِنْ جِهَةٍ أُخْرَى.

أَمَّا الْإِنْسَانُ فَإِنَّهُ بِأُمُورٍ بِالسَّعْيِ لِلتَّوْفِيقِ بَيْنَ مَطَالِبِ الرُّوحِ وَالْجَسَدِ، فَلَيْسَ الْمَطْلُوبُ مِنْهُ أَنْ يَكُونَ مُلْكًا مُنْزَهًا عَنِ الْغَرَائِزِ الْفِطْرِيَّةِ، وَلَا أَنْ يَنْزِلَ إِلَى مَسْتَوَى الْبَهَائِمِ فِي الْإِنْقِيَادِ وَرَاءَ الرِّذَائِلِ وَالرَّعُونَاتِ، وَإِنَّمَا الْمَطْلُوبُ هُوَ التَّوَازُنُ وَالتَّوْفِيقُ، وَتَحْقِيقُ الْإِعْتِدَالِ.

إِنْ التَّحَكُّمُ بِالْغَرَائِزِ، وَالْإِعْتِدَالُ فِي تَلْبِيَّتِهَا هُوَ وَسِيلَةُ الصَّحَةِ النَّفْسِيَّةِ، وَالتَّحَكُّمُ بِالنَّفْسِ لِنَقْدَادِ بِالْعَقْلِ الْوَاعِي، وَإِلَّا فَقَدَ الْإِنْسَانُ السَّيْطَرَةَ وَأَصْبَحَ يَتَصَرَّفُ بِغَيْرِ إِرَادَةٍ وَلَا وَاعِيٍّ، فَيَقَعُ فِي الْمَرَضِ النَّفْسِيِّ الَّذِي يَتَحَدَّثُ عَنْهُ عِلْمُ النَّفْسِ الْحَدِيثِ.

⁹⁵⁹ الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: 505هـ) معارج القدس في مدارج معرفة النفس، دار الآفاق الجديدة - بيروت، ط: 2، ص 15-16.

فيكون الإمام الغزالي له فضل السبق في هذا التشخيص الدقيق، والتفريق حيث قال: "من

استولت عليه النفس صار أسيرا في حب شهواتها محصورا في سجن هواها مقهورا مغلولا زمامه في يدها

تجره حيث شاءت فتمنع قلبه من الفوائد..."⁹⁶⁰



⁹⁶⁰ المرجع السابق، 66/3.

الفصل الخامس: تركية الدافع الروحي

المبحث الأول: أهمية دافع التدئين

المطلب الأول: التدئين أمر فطري

إلى جانب الحاجات البدنية الفسيولوجية التي تتعلق بحفظ الذات وبقاء النوع، يوجد حاجات من نوع آخر، هي حاجات روحية غير عضوية، مثل دافع التدئين، والتمسك بالتقوى وحب الخير والعدل، وكراهية الشر والباطل والظلم، وقد أغفل معظم علماء النفس الغربيون هذا النوع من الدوافع، رغم أنها أهم ما يميز الإنسان عن الحيوان.⁹⁶¹

هذه الدوافع تتأثر بخبرات التعلم التي يتلقاها الفرد ويتعرض لها وهي مكملّة للحاجات الجسديّة والنفسية، لأن إشباعها يحقق للإنسان السعادة والطمأنينة النفسية، وإذا لم يتم إشباعها عاش في قلق واضطراب، وشعور بالإحباط والشقاء، وستتناول الحديث عن أهم هذه الدوافع، وهو دافع التدئين.

فالتدئين فطرة فطر الله عباده عليها، وركزها في نفوسهم، بحيث لا يستطيع الإنسان أن يعيش مستقرّ النفس دون أن يلي هذه الفطرة، وإلا عاش حياة مليئة بالضنك والاضطراب، فحاجة الإنسان إلى التدئين أعظم من حاجته إلى الطعام والشراب.

ويذهب البعض إلى أن دافع التدئين هو نفسي له أساس فطري في طبيعة تكون الإنسان.⁹⁶² غير أن اختلاف تصور الإنسان لطبيعة الإله الذي يريد أن يتعرف عليه ليعبده قد اختلف عبر عصور التاريخ، ونشأ عن هذه التصورات الاختلاف في طريقة أداء العبادة، وكل ذلك متعلق بطريقة التفكير

⁹⁶¹ نجاني، القرآن وعلم النفس، ص42.

⁹⁶² المرجع السابق، ص49.

والمستوى الثقافي للفرد، بالإضافة إلى التأثير بالمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه الإنسان. فهذا الدافع الفطري موجود في أعماق النفس البشرية ولكن اختلفت الطرق في التعبير عنه وإروائه.

والفطرة في اللغة: مَا فَطَرَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْخَلْقَ مِنَ الْمَعْرِفَةِ بِهِ.⁹⁶³

فالإنسان يشعر في أعماق نفسه بدافع يدفعه إلى التفكير والبحث عن خالق هذا الكون بما فيه، فيعبده ويتقرب إليه ويلوذ به في الشدائد والكربات. ويكتسب التدئين أهميته أيضا بالنظر إلى آثاره الإيجابية، سواء على مستوى الفرد أو الجماعة على حد سواء.

ويحظى الدافع الروحي بأهمية خاصة في الإسلام فهو المحرك الرئيس للسلوك الإنساني، والذي يدفعه لتحقيق الهدف من وجوده، وهو عبادة الله عز وجل، ولا يتوقف عمل هذه الدوافع عند حد بل يبقى المسلم يطلب منه الزيادة حتى يلقي الله تعالى.

ويتميز دافع التدئين والعبادة بالآتي:⁹⁶⁴

1- إن إشباع هذه الدافع هو إشباع روحي بالدرجة الأولى.

2- إن المسؤولية عن هذا الدافع يكون قرب البلوغ حيث يرتبط أكثر بالنضج العقلي والاستواء النفسي وحياة الضمير.

3- أنه من الدوافع الذاتية الداخلية الاعتقادية، نظراً لتأسيسه على كوامن التدئين والتعبد والفطرة، ولكون العائد والمكافأة المتمثلة بالجنة ونعيمها والنار وعذابها أمور غير حاضرة.

⁹⁶³ ابن منظور، لسان العرب، 5/56.

⁹⁶⁴ النعيمشي، علم النفس الدعوي، ص 79-80.

4- أنه أقوى أنواع الدوافع، وأعظمها قدراً ومكانة، وأكثرها ملازمة للإنسان لأنه يدفع الإنسان

في السر والعلن، وفي كل الأوقات والأحوال.

5- أن له السيادة والقيادة على بقية الدوافع مهما كانت فورية وملحة، وذلك لسبب شموليته

وخصوصيته، وهو يميّز الإنسان عن أنواع الخلائق الأخرى.

وقد تضافرت الأدلة الشرعية من الكتاب والسنة، وكذلك الأدلة الحسية على أن التدئين فطرة

فطر الله الناس عليها، فمن أدلة الكتاب قول الله تعالى: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي

فَطَرِ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾﴾.⁹⁶⁵

قيل معنى الآية: اتبعوا دين الله الذي خلق الناس له، وسميت الفطرة ديناً لأن الناس يخلقون له⁹⁶⁶، قال عز

وجل: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥١﴾﴾.⁹⁶⁷

ومن أدلة السنة ما ثبت في الصحيحين عن أبي هريرة عن رسول الله (ص.س) أنه قال: "مَا مِنْ

مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ".⁹⁶⁸ وفي صحيح مسلم عن عياض بن حمار (ر.ض) أن رسول الله (ص.س)

ذكر فيما يرويه عن ربه سبحانه قال: "إِنِّي خَلَقْتُ عِبَادِي حُنَفَاءَ كُلِّهُمْ، وَإِنَّهُمْ أَتَتْهُمْ الشَّيَاطِينُ فَاجْتَالَتْهُمْ

عَنْ دِينِهِمْ، وَحَرَّمْتُ عَلَيْهِمْ مَا أَخْلَلْتُ لَهُمْ، وَأَمَرْتُهُمْ أَنْ يُشْرِكُوا بِي مَا لَمْ أَنْزِلْ بِهِ سُلْطَانًا".⁹⁶⁹ ومعنى

"الحنفاء" جمع حنيف، وأصل الحنف الميل وهو: المائل عن الأديان كلها إلى دين الإسلام الثابت عليه،

⁹⁶⁵ سورة الروم: 30.

⁹⁶⁶ القرطبي، 24/14.

⁹⁶⁷ سورة الذاريات: 56.

⁹⁶⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 23 كتاب الجنائز، باب إذا أسلم الصبي فمات...، 94/2 ح/1358.

مسلم، المسند الصحيح، 46 كتاب القدر، باب معنى كل مولود يولد على الفطرة...، 2658/2047/4.

⁹⁶⁹ مسلم، المسند الصحيح، 51 كتاب الجنة وصفة نعيمها وأهلها، باب الصفات التي يُعرف بها في الدنيا أهل الجنة وأهل النار...،

2865 ح/2197/4.

والحنيف عند العرب: من كان على دين إبراهيم (ع.س)⁹⁷⁰ وهذا نحو قوله (ص.س): "كل مولود يولد على الفطرة".

ففي الحديث بَيَّنَّ النبي (ص.س) أن الله تعالى خلق الناس جميعاً وفيهم استعداد فطري لمعرفة سبحانه، والإيمان به وتوحيده، غير أن الشياطين أثَّرت عليهم وأغرقتهم بالشِّرك بالله، وأبعدتهم عن الطريق الصحيح الذي تهديهم إليه الفطرة السليمة، وعندما يتعد الإنسان عن هذه الفطرة فإن الشياطين تستحوذ عليه فتُحلُّ له ما حرم الله، وتُحرِّم عليه ما أحل الله تعالى.

وقوله: "وانهم أتتهم الشياطين فاجتالتهم عن دينهم". يعني: شياطين الإنس من الآباء والمعلمين بتعليمهم، وتدريبهم، وشياطين الجن بوساوسهم. ومعنى اجتالتهم: أي: صرفتهم عن مقتضى الفطرة الأصلية، حتى يكون أبواه هما اللذان يُهودانه، أو يُنصرانه، أو يُمجسانه.⁹⁷¹ فقد اتفقت أدلة الكتاب والسُّنة على أن التَّدْيُنَ جِبَلَةٌ في الإنسان خلقت معه ووجدت بوجوده، إلا أن تنشئة الإنسان وتربيته إن كانت على خلاف منهج الله وشرعه فإنها ستؤثر سلباً على جبلة التَّدْيُن وتتحرف بها عن مسارها الصحيح.

أما الشواهد الحسية على أن التَّدْيُنَ فطرة فطر الله الناس عليها، فنلمسها من خلال حاجة الإنسان في حياته إلى قواعد وقوانين تنظم حياته وتضبط سلوكه، فإن الناس إما أن يكونوا على الدين الحق الذي جاءهم بالبينات والهدى، فيكونوا بذلك على توافق مع فطرتهم التي فطروا عليها، فتتنظم أمور حياتهم خير انتظام، وإما أن يعيشوا من غير دين ينظّم حياتهم، فإن اختاروا ذلك عاشوا حياة بهيمية يأكل

⁹⁷⁰ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 451/1.

⁹⁷¹ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 712/6.

الضعيف منهم القوي، وبذلك أشبهوا الحيوان بل هم أضل، وربما يتخذوا لهم من البشر من يُشرع لهم التشريعات الوضعية، فلا يهتدوا إلى ما يصلح شأنهم.

فلم يبق للبشر إلا أن يحتكموا إلى الدين الحق ليأخذوا منه شرائعهم، ويبين لهم ما يحل لهم فيأتوه، وما يحرم عليهم فيجتنبوه، وهنا تكمن قمة السعادة باتباع الدين الحق الذي ارتضاه الله لعباده بقوله: ﴿إِنَّ الَّذِينَ عِنْدَ اللَّهِ أَلْهَمُوا الْإِسْلَامَ﴾⁹⁷² فمن اتبعه نال السعادة والفوز، ومن أعرض عنه خسر وندم في الدارين، قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾⁹⁷³.

ومن الشواهد الحسية أيضا التي تدل على أن التدئين ضرورة إنسانية، ما يحسه الإنسان في قرارة نفسه من ضعف أمام بعض مظاهر الكون، كالزلازل، والبراكين، والرياح العاتية، وأمواج البحار الهائجة، فإن الإنسان مهما عظمت قوته البدنية، وقدراته العقلية، يبقى ضعيفا أمام هذه الظواهر الكونية، فيقف عاجزا أمامها ويعلم من نفسه أن لا قدرة له على دفعها.

وبعد أن انحرف الناس عن دعوة الأنبياء والمرسلين أخذوا يبحثون عن سبيل لتلبية حاجة الإنسان للتدين وأخذوا يلتمسون الآلهة، وتنقل الإنسان بين مظاهر الطبيعة يعبد بعضها لتحمية وتدفع عنه الشر، قال تعالى: ﴿وَإِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فِي الْبَحْرِ ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِلَٰهًا فَلَمَّا تَجَلَّيْكُمْ إِلَى الْبَرِّ أَعْرَضْتُمْ وَكَانَ الْإِنْسَانُ كَفُورًا﴾⁹⁷⁴. فعبد قوم الكواكب كالشمس ظنا منهم أنها الأقوى، وعبد آخرون القمر، ومنهم من عبد البشر وآخرون سجدوا للحجر وهكذا زين لهم الشيطان أعمالهم كما قال تعالى على لسان

⁹⁷² سورة آل عمران: 19.

⁹⁷³ سورة آل عمران: 85.

⁹⁷⁴ سورة الإسراء: 67.

الهدهد: ﴿وَجَدْتُهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُونَ لِلشَّمْسِ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَلَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ
السَّبِيلِ فَهُمْ لَا يَهْتَدُونَ﴾⁹⁷⁵.

ومن الأدلة على حاجة الإنسان للتدين، ما نشهده في واقع الحياة التي يحياها الملحدون، فهم وإن
تنعموا بملذات الدنيا ونعيمها إلا أنهم فقدوا أغلى ما فيها وهو الإيمان بالله عز وجل، فهم يتقلبون في
ظلمات الشك وبحار التيه النفسي، فيشعرون بالتعاسة ما يدفع بالكثيرين منهم إلى التخلص من حياة
الرفاهية والثراء واللجوء للانتحار، وذلك بسبب ما يعيشونه من خواء روحي مريع، يجعل من الحياة مهما
توفرت لهم فيها من سبل الراحة أمرا ممقوتا، وصدق الله إذ يقول: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ
مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى﴾⁹⁷⁶ قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيرًا ﴿١٢٥﴾ قَالَ
كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيتَهَا وَكَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنسى﴾⁹⁷⁶.

ويرى عبد الجابر أن دافع التدين يتحكم فيه أساسان هما الفطرة والهدى، أما الفطرة فهي
الأساس الصالح للإنسان، والهدى يعني الرشد والحركة إلى سبيل الهداية والرشاد، وكلا الأساسين هما من
الفطرة، ثم يذهب عبد الجابر إلى أن للهدى مصادر تؤصل دافع التدين، وتنميه وتوجهه كما يرشد إليها
القرآن الكريم ومن هذه المصادر:⁹⁷⁷

- الهدى من الله تعالى؛ قال سبحانه: ﴿قُلْ إِنَّ هُدَى اللَّهِ هُوَ الْهُدَىٰ وَأُمِرْنَا لِنُسَلِّمَ لِرَبِّ
الْعَالَمِينَ﴾⁹⁷⁸.

⁹⁷⁵ سورة النمل: 24.

⁹⁷⁶ سورة طه: 124-126.

⁹⁷⁷ عبد الجابر، الإسلام وعلم النفس، 129-131.

⁹⁷⁸ سورة الأنعام: 71.

- الهدى بمتابعة الرسول (ص.س) قال تعالى: ﴿فَإِنْ أَسْلَمُوا فَقَدِ اهْتَدَوْا وَإِنْ تَوَلَّوْا فَإِنَّمَا عَلَيْكَ

الْبَلْغُ وَاللَّهُ بِصِيرٍ بِالْعِبَادِ ﴿٩٧٩﴾. 979

- الهدى بالإقتداء بالأنبياء والمرسلين، وصالح المؤمنين، قال تعالى: ﴿أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ

فَبِهْدَاهُمُ اقْتَدِهْ ﴿٩٨٠﴾. 980

- الهدى بالقرآن الكريم: قال تعالى: ﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ﴾. 981

كما أنه يوجد عوامل لتضليل الفطرة وتحريفها عن منهج الهدى وهي:

- الشَّيْطَانُ: قال تعالى: ﴿وَيُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُضِلَّهُمْ ضَلَالًا بَعِيدًا ﴿٩٨٢﴾. 982

- الكافرون ومن شاكلهم في الفساد، قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ

مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿٩٨٣﴾. 983

- الإنسان نفسه باتباع الهوى: قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ

اللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ ﴿٩٨٤﴾. 984

المطلب الثاني: دور العقيدة في بناء التفكير

أكرم الله تعالى الإنسان بنعمة العقل وميّزه به عن سائر المخلوقات، فبالعقل يهتدي الإنسان

للخير والرشاد، وهو دليله لما فيه صلاح أمر دينه ودنياه، وهو مناط التكليف، حيث قال رسول الله صل

979 سورة آل عمران: 20.

980 سورة الأنعام: 90.

981 سورة الإسراء: 9.

982 سورة النساء: 60.

983 سورة البقرة: 27.

984 سورة القصص: 50.

الله عليه وسلم: "رَفَعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ: عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ، وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَخْتَلِمَ، وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ"⁹⁸⁵ ولقد حرصت الشريعة على حفظ العقل من كل ما يؤذيه واعتبرت ذلك من مقاصد الشريعة، فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْحُمُرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَأَجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾⁹⁸⁶.

ومن المهم أن نؤكد على نقطة جوهرية وهي أنه لا يمكن الفصل بين البعد الروحي -المتمثل بالعقيدة والعبادة- وبين البعد الفكري؛ لأنّ الفكر هو الذي يمثل قاعدة الحركة، وعنه تنبثق أهداف الإنسان في الحياة فإذا كان هذا الفكر ينطلق من مبادئ اعتقادية إسلامية سليمة من الشبهات نتج عنه عبادة صحيحة وسليمة وسلوك مستقيم، وإن كان التفكير مبنيًا على اعتقاد باطل نتج عن ذلك عبادة باطلة وسلوك منحرف.

وقد نقل د. إبراهيم الفقي أقوال بعض العلماء عن أثر الاعتقاد في برمجة العقل الباطن، وأثر ذلك على التفكير والسلوك:

قال الكاتب الأمريكي روبرت ديلتز: "يمثل الاعتقاد أكبر إطار للسلوك، وعندما يكون الاعتقاد قويا ستكون تصرفاتنا متماشية مع هذا الاعتقاد".

وقال د. ريتشارد باندلر أحد مؤسسي البرمجة اللغوية العصبية: "إن الاعتقادات قوة كبيرة، فإذا استطعت أن تغير اعتقادات أي شخص فإنك من الممكن أن تجعله يفعل أي شيء".

⁹⁸⁵ أبو داود، سنن أبي داود، 37 كتاب الحدود، باب في المجنون يسرق أو يُصيب خذًا، 4/141/ح4403.

الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 4/430/ح8171، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ الْإِسْنَادُ وَلَمْ يُجَرَّجْ.

⁹⁸⁶ سورة المائدة: 90.

وقال هيرم سميث: "لكل اعتقاد مجموعة قوانين مبرمجة، في مستوى عميق من العقل الباطن،

وعلى أساس هذه القوانين يتصرف الإنسان".⁹⁸⁷

إن التغيير الجوهرى فى الجوانب المعرفية للفرد هو الأساس فى إحداث التغييرات فى الجوانب

الانفعالية والسلوك. أما إحداث تغيير فى الانفعالات والسلوك فلن يؤدي إلى تغييرات جوهرية فى التفكير

والجوانب المعرفية.⁹⁸⁸

لذلك كانت دعوة النبي (ص.س) قد بدأت فى مكة المكرمة بتغيير الأفكار الاعتقادية عند

الناس، وليس بتغيير واقع وسلوك الناس، لأن تغيير الواقع من غير قناعة قد يدوم لفترة من الزمن ولا يلبث

أن عليها، فىكون تغيير السلوك تابعاً لتغيير الأفكار، فترى بأن النبي (ص.س) مكث فى مكة ثلاث عشرة

سنة ليرسخ فى نفوس أصحابه عقيدة التوحيد، وبعد هذه السنوات الطوال من البناء والتأسيس جاءت

النتيجة بأن يقوم هؤلاء الرجال يوم فتح مكة إلى تلك الأصنام التى عبدوها طوال فترة الجاهلية فىكسروها

بأيديهم. أما لو أنه (ص.س) أقدم على كسرها وتحطيمها منذ البداية، دون إقناع العقول لباءت الدعوة

بالفشل. ومن هنا ندرك معنى المقولة: (التفكير يولد السلوك).

وقد أشار صاحب كتاب نظريات الإرشاد والعلاج النفسى إلى أن التغيير الجوهرى فى الجوانب

المعرفية للفرد هو الأساس فى إحداث التغييرات فى الجوانب الانفعالية والسلوك. أما إحداث تغيير فى

الانفعالات والسلوك فلن يؤدي إلى تغييرات جوهرية فى التفكير والجوانب المعرفية، ذلك لأن الإنسان

⁹⁸⁷ الفقى، قوة التحكم بالذات، ص 41-42.

⁹⁸⁸ عبد الله، نظريات الإرشاد والعلاج النفسى، ص 166-167.

يُتَصَف بالتَّفكير والحوار الدَّائِي الذي يَمَيِّزه عن غيره، فيستعمل الإنسان التَّفكير الإيجابي لتغيير الأفكار السَّلبية حتى يتم إحداث التغيير العميق في شخصية الفرد.⁹⁸⁹

فالإنسان يتكون من عنصر مادي وعنصر معنوي، أما الأول فهو الجسد وأما الثاني فهو الرُّوح، هذه الرُّوح يتم عن طريقها اتصال العبد بربه، و"الرُّوح طاقة هائلة في كيان الشَّخصية، وأحد العناصر الأساسية في تكوينها، وهي التي يتم عن طريقها الإتصال بخالقها تعالى لأنَّها من روح الله تعالى التي أودعها قبضة من طين، قال تعالى: ﴿فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ﴾.⁹⁹⁰

فللجسم طاقة وللروح طاقة، أما طاقة الجسم فمحدودة بما تدركه الحواس ومقيدة بالزمان والمكان، وهي مرافقة للإنسان حال الحياة وتنعدم بموته، وأما طاقة الرُّوح فهي فوق الحواس، مطلقة غير مقيدة فلا يحدُّها زمان ولا مكان، ولا تفنى بموت الإنسان، لذلك تكون صلتها بالله تعالى.

إن للتفكير الإيجابي تأثير على كل جانب من جوانب الإنسان، لكن تأثيره على الجانب الرُّوحي له الدور الأكبر، فإذا صلح هذا الجانب كان الأساس الذي يؤدي إلى صلاح باقي المجالات، كالعبادة بين العبد وربه، والمعاملة الاجتماعية بين العباد، تعليمية أو اقتصادية أو سياسية أو طبية...

لقد جعل الإسلام من العقيدة قاعدة ينطلق منها الفكر، وعلى أساسها يكوّن مفاهيمه، فالعقيدة هي التي تحفظ الفكر من الانحراف والزلل، فتجعل الفكر يسلك الطرق الشرعية لإشباع غرائزه وتحقيق حوائجه ورغباته النَّفسية.

⁹⁸⁹ عبد الله، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ص 166-167.

⁹⁹⁰ سورة الحجر: 29.

الغامدي، أحمد سعيد، منهاج التربية الإسلامية في بناء الشخصية، رسالة دكتوراه في الجامعة الإسلامية، السعودية، 1408هـ. ص 393.

فالشخصية الإسلامية تنطلق من العقيدة التي تكون مقياساً للمفاهيم الفكرية، والميولات النفسية، فإذا كانت العقيدة صحيحة نبع عنها التفكير الصحيح الذي يوجه السلوك نحو الطريق المستقيم، فكلما أعمل الإنسان عقله بالتفكير المبني على الاعتقاد الصحيح كلما زاد الإيمان ورسخت العقيدة، لأن العقيدة توجه الفكر، والفكر بدوره ينمي العقيدة، فبينهما ترابط وتأثير متبادل، لذلك نجد كثيراً من الآيات قد أمرت بإعمال الفكر ومدحت المتفكرين.

وليست كل عقيدة تصلح لأن تكون أساساً وموجهاً للتفكير، إنما هي العقيدة الإسلامية التي توافق الفطرة الإنسانية، فإذا وافقت هذه العقيدة الفطرة التي جبل الله تعالى الناس عليها فهي العقيدة الصحيحة التي تصلح أن تكون موجهاً للتفكير، وإذا خالفت فطرة الإنسان فهي عقيدة باطلة لا تصلح لأن تكون حاكمة على الأفكار وما ينتج عنها من سلوك. إذاً أهم طريق لبناء التفكير الإيجابي هو أن يُبنى على العقيدة الإسلامية ذات المصدر الإلهي المتمثل بالكتاب والسنة.

لقد أشار الله تعالى إلى هذه الفطرة بقوله سبحانه: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾.⁹⁹¹ فإنه تعالى فطر خلقه على معرفته وتوحيده، فقال سبحانه: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ﴾⁹⁹²

992 ﴿١٧٢﴾

⁹⁹¹ سورة الروم: 30.

⁹⁹² سورة الأعراف: ١٧٢.

قال ابن كثير: "يخبر تعالى أنه استخرج ذرية بني آدم من أصلابهم شاهدين على أنفسهم أن الله رهم ومليكمهم وأنه لا إله إلا هو كما أنه تعالى فطرهم على ذلك وجبلهم عليه".⁹⁹³ ففريدة التوحيد تولد مع الإنسان والاعتراف بربوبيته سبحانه متأصل في فطرته، وموجود منذ الأزل في أعماق روحه، ويكون مهياً بهذا الاستعداد الفطري لزيادة التعرف على الله تعالى والإيمان به عن طريق إعمال الفكر.

ولكن انشغال الإنسان بمطالب الحياة وتمتع الجسد قد يُغطي هذا الاستعداد الفطري ويغمره بالنسيان، فيحتاج بعد ذلك إلى أسباب توقظ هذا الشعور الضمني وتوقظه من غفلته، ومن هذه الأسباب إعمال الفكر في خالق هذا الكون ومبدعه.

وأيضاً من العوامل التي توقظ هذا الدافع تعرض الإنسان للأخطار التي تهدد حياته، فتغلق أمامه جميع الأبواب والسبل ولا يجد إلا باب اللجوء إلى الله تعالى فيلتجئ إليه بدافع من الفطرة طالباً منه المعونة كما قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي يُسَيِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّى إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرِينَ بِيَمِ بَرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِنْ أَجَبْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ ﴿٢٢﴾﴾.⁹⁹⁴

وقد وردت كثير من الأحاديث يؤكد فيها النبي (ص.س) على أن كل إنسان يولد على هذه الفطرة بغض النظر عن الزمان والمكان والمعتقد الذي يعتقد به من حوله، ولكن يأتي دور المحيط الذي يتربى فيه هذا الإنسان ليرسخ هذه العقيدة أو ينحرف بها عن الصراط المستقيم.

⁹⁹³ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 451/3.

⁹⁹⁴ سورة يونس: 22.

قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ، أَوْ يُمَجِّسَانِهِ، كَمَا تُنْتَجِ الْبَهِيمَةُ بِهَيْمَةٍ جَمْعَاءَ، هَلْ تُحْسِنُونَ فِيهَا مِنْ جَدْعَاءَ"، ثُمَّ تَلَا أَبُو هُرَيْرَةَ (ر.ض): ﴿فَظَرَّتْ اللَّهُ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا﴾.⁹⁹⁵

فقد شبه النبي (ص.س) كمال الفطرة التي يولد عليها الإنسان بكمال أعضاء البهيمة التي تولد وليس فيها أي نقص أو تشويه.

وفي هذا المثال إشارة وتنبيه أيضاً، فكما أن الإنسان لا يريد أن يشوه البهيمة التي رزق بها، فعليه ألا يشوه عقيدة المولود بل يعتني بها ويرعاها وينميها كما يعتني برعاية وتنمية هذه البهيمة، وهذا المثال ضرب من الواقع الذي يعيشه الصحابة ليكون أقرب إلى الأفهام.

قال الملا علي القاري في شرحه للحديث: " (مَا مِنْ مَوْلُودٍ) أي من بني آدم (إلا يولد على الفطرة) أي فطرة الإسلام من التوحيد والعرفان والمعنى أنه لو خلى وطبعه لما اختار إلا طريق الإيمان على وجه الإحسان لما جبل عليه من الطبع المتهيء لقبول الشرع فلو ترك عليها لاستمر على لزومها ولم يفارقها مائلاً إلى غيرها. وقيل معناه: كل مولود يولد على معرفة الله تعالى، والإقرار به، فلا تجد أحداً إلا وهو يقر بأن الله صانع، وإن سماه غير إلهاء، وهذا يوافق قول أبي حنيفة من أنه يجب على كل مكلف أن يعرف الله بمجرد عقله مع عدم علمه ببعثه الرسل"⁹⁹⁶.

وفي مسند الإمام أحمد أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) بَعَثَ سَرِيَّةً يَوْمَ حُنَيْنٍ، فَقَاتَلُوا الْمُشْرِكِينَ، فَأَفْضَى بِهِمُ الْقَتْلُ إِلَى الذُّرِّيَّةِ، فَلَمَّا جَاءُوا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا حَمَلَكُمُ عَلَى قَتْلِ الذُّرِّيَّةِ؟" قَالُوا: يَا رَسُولَ

⁹⁹⁵ البخاري، **المجامع الصحيح**، 23 كتاب الجنائز، بابُ إِذَا أَسْلَمَ الصَّبِيُّ فَمَاتَ...، 94/2 ح 1358.

مسلم، **المسند الصحيح**، 46 كتاب القدر، بابُ مَعْنَى كُلِّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، 2047/4 ح 2658.

⁹⁹⁶ القاري، علي بن (سلطان) محمد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري (المتوفى: 1014هـ) **شرح مسند أبي حنيفة**، نج: الشيخ خليل محيي الدين الميس، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 1، 1405 هـ - 1985 م، عدد الأجزاء: 1. 225/1.

الله، إِنَّمَا كَانُوا أَوْلَادَ الْمُشْرِكِينَ، قَالَ: "أَوَهْلَ خِيَارِكُمْ إِلَّا أَوْلَادُ الْمُشْرِكِينَ، وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ مَا مِنْ نَسَمَةٍ تُولَدُ، إِلَّا عَلَى الْفِطْرَةِ حَتَّى يُعْرَبَ عَنْهَا لِسَانُهَا" ⁹⁹⁷ فقد نهى النبي (ص.س) عن قتل الأولاد وبيّن أنهم مازالوا على الفطرة فإن بقوا على ذلك دون أن تشوبهم شائبة كانوا مسلمين موحدين ما لم تؤثر بهم التربية فتحرفهم عن الطريق المستقيم.

وفي رواية أخرى قال: "أَلَا لَا تَقْتُلُوا ذُرِّيَّةً، أَلَا لَا تَقْتُلُوا ذُرِّيَّةً " قَالَ: "كُلُّ نَسَمَةٍ تُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، حَتَّى يُعْرَبَ عَنْهَا لِسَانُهَا، فَأَبَوَاهَا يُهَوِّدَانَهَا وَيُنَصِّرَانَهَا" ⁹⁹⁸.

المطلب الثالث: منهج العقيدة في بناء التفكير

إنَّ العقيدة، لها دور كبير في توجيه التفكير الإيجابي للإنسان، لأنها تحييه عن سر وجوده في هذا الكون، من أوجده ولم أوجده، وماذا يجب عليه، وإلى أين سينتهي؟
وتكشف له عن خالقه وخالق المخلوقات من حوله، وتحدد له علاقته بهذا الخالق وبالكون والوجود، وتبين له مصيره ونهايته. فالعقيدة السليمة، هي اللبنة الأساسية في بناء شخصية المسلم على المستوى الفكري والسلوكي، وهي العنصر الفعّال المحرك لعواطفه والموجه لإرادته. ولهذا ركزت عقيدة التوحيد الإسلامية في بنائها للإنسان على البناء الفكري أولاً، لينال بذلك السعادة المنشودة في الدارين. وعنيت العقيدة بالعقل وأعطته مكانته من غير إفراط ولا تفريط، ولا إهمال ولا تقديس، فوضعت له الحدود وبيّنت له المعالم، فلم تسمح للعقل أن يُنصّب نفسه حاكماً على النصوص كما فعلت المعتزلة، ولم تعطل

⁹⁹⁷ أحمد، المسند، 354/24، ح/15588.

⁹⁹⁸ المرجع السابق، 356/24، ح/15589.

الطبراني، المعجم الكبير، 284/1، ح/829.

وأورده الهيثمي في "المجمع الزوائد" 216/5، وقال: رواه أحمد بأسانيد، والطبراني في "الكبير" و"الأوسط"، وبعض أسانيد أحمد رجاله رجال الصحيح.

عمله وتحمّل دوره في الاجتهاد والاستنباط، كما فعل الظاهرية، بل اتخذت موقفاً وسطاً من خلال بناء التفكير الإيجابي المتوازن، فقد "حدد الإسلام للعقل مجاله الذي يتحرك فيه وييدي فيه حكمه بالصواب والخطأ، بالخير أو الشر، بالمصلحة أو المفسدة. وله حرية النظر في كل محسوس مادي، وحرية الاستنتاج والابتكار والتطوير"⁹⁹⁹.

واتبعت عقيدة التوحيد في بنائها للفكر الإنساني منهجاً سديداً يتحدد في خطوات مُتتالية:

أولاً: تحرير العقل الإنساني من كل الأوهام والخرافات التي علقّت به مع مرور السنين والأعوام، وتفرّغه من كل المعتقدات والأفكار السابقة التي لم تقم على يقين ولم تستند إلى دليل، إنما هي عادات ومعتقدات موروثّة عن السابقين، قال تعالى: ﴿وَإِذَا قِيلَ لَهُم اتَّبِعُوا مَا أَنْزَلَ اللَّهُ قَالُوا بَلْ نَتَّبِعُ مَا أَفْقَيْنَا عَلَيْهِ ءَابَاءُنَا أُولَٰئِكَ كَانَ ءَابَاؤُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ ﴾¹⁰⁰⁰.

ثانياً: ثم تأتي الخطوة الثانية بعد التحرير والتنقية، فبعد التخلية تأتي التحلية، فنوجه العقل إلى منهج الثبوت من كل أمر قبل الاعتقاد والتسليم به، وعدم الاعتماد على الظنون في بناء الحقائق والمعتقدات.

قال تعالى: ﴿وَمَا لَهُمْ بِهِ مِنْ عِلْمٍ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَإِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا ﴾¹⁰⁰¹. فالمنهج العلمي للإعتقاد ينأى اقتفاء الأمور، وتبني الأفكار بلا دليل ولا تثبت، ولذلك قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴾¹⁰⁰².

⁹⁹⁹ النشيمي، عجيل جاسم، *معالم التربية*، مكتبة المنار الإسلامية، مكتبة المنار الإسلامية، الكويت، ط: 1، 1980م. ص 157.

¹⁰⁰⁰ سورة البقرة: 170.

¹⁰⁰¹ سورة النجم: 28.

¹⁰⁰² سورة الإسراء: 36.

فهذا تحذير من الله سبحانه من تعطيل حواس الإنسان الظاهرة والباطنة وعدم استخدامها في اكتساب العلوم والمعارف، فمن أهمل هذه الحواس والعقول وأقعدتها عن البحث والتفكير فإن ذلك سيكون حسرة على صاحبها يوم القيامة، قال تعالى: ﴿وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾.¹⁰⁰³

ثالثاً: أما الخطوة الثالثة فتتضمن دفع العقل إلى البحث والتفكير، وحثه على التأمل والتدبر في ملكوت الله عز وجل، وفي بديع صنعه سبحانه، ليكون ذلك سبيلاً لزيادة الإيمان بعد تثبيته، ومن ذلك قوله تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ﴾.¹⁰⁰⁴ وبهذا النظر والتفكير في مخلوقات الله عز وجل وبديع صنعه يتجه العقل البشري إلى الإيمان اليقيني القائم على البراهين القاطعة والأدلة الساطعة والاستدلالات المنطقية، وبعد ذلك يصل المؤمن إلى درجة الذين قال الله تعالى في حقهم: ﴿الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾.¹⁰⁰⁵

فالفكر الذي تبنيه عقيدة التوحيد الإسلامية هو فكر إيجابي منتهج، مستقيم ومتوازن، يسير على هدى ونور من الله عز وجل، قد تحرر من كل الأوهام والخرافات الموروثة والأفكار الهدامة، واجتنب طريق الزيغ والضلال، والانحراف والشطط، فتحرر من قيود التبعية العمياء، وانتقل من العمى إلى الهدى ومن الظلمات إلى النور.

¹⁰⁰³ سورة الملك: 10-11.

¹⁰⁰⁴ سورة البقرة: 164.

¹⁰⁰⁵ سورة آل عمران: 191.

المطلب الرابع: أثر دافع التَّدِين في تركية الدَّوافع الأخرى (الصِّراع بين الدَّوافع)

إن الدين الذي يعتقد به الإنسان له دور كبير في توجيه دوافعه وتنظيم إشباعها،

فالصِّراع بين الدَّافع الإيماني وشهوات النَّفس هو صراع مستمر لا ينتهي حتى يموت الإنسان، وقد

أخبر الله تعالى عن شهوات النَّفس فقال: ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي

إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾.¹⁰⁰⁶

يقول يوسف (ع.س): ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي﴾ من الخطأ والزلل فأزكيها ﴿إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ

بِالسُّوءِ﴾ أي إن نفوس العباد تأمرهم بما تحواه، وإن كان هواها في غير ما فيه رضا الله تعالى ﴿إِلَّا مَا

رَحِمَ رَبِّي﴾ إلا أن يرحم ربي من شاء من خلقه، فينجيه من اتباع هواها وطاعته فيما تأمره به من

السُّوء.¹⁰⁰⁷

ويقع الصِّراع بين الدَّوافع المتعلقة بإشباع الحاجات البدنية والشَّهوات الدنيوية من جهة، وبين

داعي الفطرة ودافع الدين من جهة ثانية، فالدَّوافع الجسديَّة تريد تحقيق مآربها من غير قيود وشروط طلباً

للذة والسعادة اللآنية العاجلة، أما دافع الفطرة فيقف أمامها ممسكاً بزمامها، فيعطيها حقها في الوقت

المناسب وبالقدر المناسب، ليوجهها توجيهها سليماً يضمن لها السعادة في الدارين.

فمطالب الجسد التي تمثله العرائز، تقابلها من الطرف الآخر مطالب الرُّوح، ويشترك الإنسان مع

الحيوان في متطلبات الجسد التي تسمى بالطبيعة الحيوانية، فيما يختلف عنه بمتطلبات الرُّوح التي تسمى

بالطبيعة الملائكية. ويسمي الغزالي الصِّفة التي فارق بها الإنسان الحيوان بالباعث الديني حيث يقول:

"فلنُسَمِّ هذه الصِّفة الَّتِي بِهَا فَارَقَ الْإِنْسَانُ الْبَهَائِمَ فِي قَمْعِ الشَّهَوَاتِ وَقَهْرِهَا بَاعِثاً دِينِيّاً وَلِنُسَمِّ مَطَالِبَةَ

¹⁰⁰⁶ سورة يوسف: 53.

¹⁰⁰⁷ الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، 212/13.

الشَّهَوَاتُ بِمَقْتَضِيَّاتِهَا بَاعَثَ الْهَوَى وَلِيَفْهَمُ أَنَّ الْقِتَالَ قَائِمٌ بَيْنَ بَاعِثِ الدِّينِ وَبَاعِثِ الْهَوَى وَالْحَرْبَ بَيْنَهُمَا
سجّال...".¹⁰⁰⁸

وقد وصف رسول الله (ص.س) هذا الصِّراع بين الجانب المادي الجسدي وبين الجانب المعنوي
الرُّوحي، وصوّره لنا تصويراً معبراً ومؤثراً عندما قال: "مَثَلِي كَمَثَلِ رَجُلٍ اسْتَوْقَدَ نَارًا، فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهَا
جَعَلَ الْفَرَاشُ وَهَذِهِ الدَّوَابُّ الَّتِي فِي النَّارِ يَقَعْنَ فِيهَا، وَجَعَلَ يَحْجُزُهُنَّ وَيَغْلِبْنَهُ فَيَتَفَحَّخْنَ فِيهَا، قَالَ قَدْ لَكُمْ
مَثَلِي وَمَثَلُكُمْ، أَنَا آخِذٌ بِحُجَزِكُمْ عَنِ النَّارِ، هَلُمَّ عَنِ النَّارِ، هَلُمَّ عَنِ النَّارِ فَتَغْلِبُونِي تَفَحَّخُونَ فِيهَا"¹⁰⁰⁹.

والْحُجَزُ جمع حُجْزَة وهي معقد الإزار والسرّويل. ومقصود الحديث أنه (ص.س) شبه تساقط
الجاهلين والمخالفين بمعاصيهم وشهواتهم في نار الآخرة، وحرصهم على الوقوع فيها مع منع النبي (ص.س)
إياهم رحمة بهم، وقبضه على مواضع المنع منهم، شبه ذلك بتساقط الفراش في نار الدنيا، لهواه وضعف
تمييزه، وكلاهما حريص على إهلاك نفسه ساعٍ في ذلك لجهله.¹⁰¹⁰

فالذي يلهث وراء شهواته هو منبهر باللذات العاجلة الفانية كانبهار هذه الفراش، ولو فكر
وتدبر لعلم أنها ستكون سببا في هلاكه. ومن أخذ بتعاليم النبي (ص.س) استطاع أن يصارع تلك
الشَّهَوَاتُ وينجو من العذاب، ومن استسلم لها باء بالخسران والهلاك.

كما صور لنا النبي (ص.س) هذا الصِّراع بمثل رجلين، الأول منهما عاقل، قد كبح جماح غرائزه،
فهو لا يتبع اللذائذ العاجلة الفانية، ولا ينظر للسعادة المزيفة، بل ينظر لمآل الأمور وعواقبها، ويسعى
للنعيم الدائم الذي لا يزول، لذلك يحاسب نفسه على الدوام، فهو صاحب عقل وعزم.

¹⁰⁰⁸ الغزالي، إحياء علوم الدين، 63/4.

¹⁰⁰⁹ مسلم، المسند الصحيح، 43 كتاب الفضائل، باب شَفَقَتِهِ (ص.س) عَلَى أُمَّتِهِ وَمُبَالِغَتِهِ فِي تَحْذِيرِهِمْ بِمَا يَضُرُّهُمْ، 1789/4/ح2284.

¹⁰¹⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 50/15.

أما الرجل الآخر فقد عجز عن التفكير، واستسلم للمغريات، فساقت نفسه واستعبده شهوته،
وخرج من الدنيا خاسرا مغلوبا.

وحذر النبي (ص.س) المسلمين من أشد دافع وأخطر غريزة، فقال: "مَا تَرَكْتُ بَعْدِي فِتْنَةً أَضُرَّ
عَلَى الرَّجَالِ مِنَ النِّسَاءِ" ¹⁰¹¹.

وقال (ص.س): "إِنَّ الدُّنْيَا خُلُوعٌ خَضِرٌ، وَإِنَّ اللَّهَ مُسْتَخْلِفُكُمْ فِيهَا، فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ، فَاتَّقُوا
الدُّنْيَا وَاتَّقُوا النِّسَاءَ، فَإِنَّ أَوَّلَ فِتْنَةٍ بَنِي إِسْرَائِيلَ كَانَتْ فِي النِّسَاءِ". ¹⁰¹².

ومعنى الحديث: تجنبوا الافتتان بها وبالنساء، وابتلاء أكثر الناس بهن.

ومعنى الدنيا خضرة حلوة يحتمل أن المراد به شيثان:

أحدهما حسنهما للنفوس ونضارتها ولذتها فهي كالفاكهة الخضراء الحلوة المذاق، فإن النفوس
تطلبها طلبا حثيثا للونها وطعمها، فكذلك الدنيا.

والثاني سرعة فنائها كالشيء الأخضر. ومعنى مستخلفكم فيها: جاعلكم خلفاء من القرون
الذين قبلكم فينظر هل تعملون بطاعته أم بمعصيته وشهواتكم. ¹⁰¹³

هذا الصراع بين دافع الروح ودافع الجسد مستمر، وتكون الغلبة لأكثرهما قوة، لأنه عند تعارض
الدوافع سيتجه الإنسان إلى الهدف الذي يكون الدافع إليه أقوى من غيره، وإذا تساوت القوى وقع

¹⁰¹¹ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب مَا يُتَّقَى مِنَ شُؤْمِ الْمَرْأَةِ، 8/7 ح/5096.

مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب الذِّكْرِ وَالِدُّعَاءِ وَالتَّوْبَةِ وَالِاسْتِغْفَارِ، باب أَكْثَرُ أَهْلِ الْجَنَّةِ الْفُقَرَاءُ...، 4/2097 ح/2741.

¹⁰¹² مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب الذِّكْرِ وَالِدُّعَاءِ وَالتَّوْبَةِ وَالِاسْتِغْفَارِ، باب أَكْثَرُ أَهْلِ الْجَنَّةِ الْفُقَرَاءُ...، 4/2097 ح/2742.

¹⁰¹³ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 17/55.

الإنسان في الحيرة والتردد، ويكون العلاج بتقوية دافع الإيمان وعندها تخضع له الدوافع الأخرى، وكلما أحكم الإنسان السيطرة عليها كان ذلك دليل على قوة إيمانه.

وقد أشار النبي (ص.س) لهذا المعنى كما جاء في الحديث عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يَكُونَ هَوَاهُ تَبَعًا لِمَا جِئْتُ بِهِ".¹⁰¹⁴

وهو عند البيهقي بلفظ: "لَنْ يَسْتَكْمِلَ مُؤْمِنٌ إِيْمَانَهُ حَتَّى يَكُونَ هَوَاهُ تَبَعًا لِمَا جِئْتُكُمْ بِهِ".¹⁰¹⁵ كما جعل النبي (ص.س) الوقوع في شباك الشهوات المحرمة تلبية لتلك الدوافع، دليلا على ضعف إيمانه. فالْمُؤْمِنُ يجعل أهواءه تبعاً لما جاء به الشرع، بينما الكافر متَّبِعٌ لهواه سائر وراءه، وأما المنافق فهو ليس من أهل الإيمان من حيث الباطن، وليس من أهل الكفر من حيث الظاهر، وقد صَوَّرَ لنا القرآن الكريم ذلك التخبُّط والتناقض الذي يعيشه المنافق، فهو في حالة من القلق والاضطراب النَّفْسِي، لا يهنأ بالطمأنينة ولا يشعر بالسكينة، قال تعالى: ﴿مُذَبِّذِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَلَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَلَنْ يَجِدَ لَهُ سَبِيلًا﴾.¹⁰¹⁶

¹⁰¹⁴ ابن أبي عاصم، أبو بكر بن أبي عاصم وهو أحمد بن عمرو بن الضحاك بن مخلد الشيباني (المتوفى: 287هـ) *السنة*، تح: محمد ناصر الدين الألباني، المكتب الإسلامي، ط: 1، 1400هـ/ 1980م، عدد الأجزاء: 2. 15/12/1. قال النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ) *الأربعون النووية*، غني به: قصي محمد نورس الحلاق، أنور بن أبي بكر الشبخي، دار المنهاج للنشر والتوزيع، لبنان - بيروت، ط: 1، 1430هـ - 2009م، عدد الأجزاء: 1. ص 113، ح 41، حديث حسن صحيح.

¹⁰¹⁵ البيهقي، *المدخل إلى السنن الكبرى*، 188/209.

¹⁰¹⁶ سورة النساء: 143.

المبحث الثاني: حرص النبي (ص.س) على تثبيت العقيدة

إن أخصب مرحلة للبناء العقدي الفكري هي مرحلة الطفولة المبكرة، فأول ما ينبغي بناؤه في الطفل هو البناء العقائدي الفكري، لأن هذه المرحلة الفطرية تتميز بالمرونة والصفاء، وتمتد لفترة من الزمن يستطيع فيها المربي -سواء كان أبا أو أما أو معلما- أن يغرس في نفس الطفل وعقله ما يريد. ولقد حرص النبي (ص.س) على تثبيت هذه الفطرة من خلال عدة أمور نتناولها في المطالب الآتية.

المطلب الأول: دعوة الغلمان للدخول في الإسلام

وكان ذلك أول ما أمر النبي (ص.س) بالتبليغ، قال ابن كثير: "وَأَوَّلُ مَنْ أَسْلَمَ مِنَ الْعِلْمَانِ عَلِيُّ بْنُ أَبِي طَالِبٍ، فَإِنَّهُ كَانَ صَغِيرًا ذُو الْبُلُوغِ عَلَى الْمَشْهُور".¹⁰¹⁷

وقال ابن الصلاح: "أَوَّلُ مَنْ أَسْلَمَ مِنَ الرِّجَالِ الْأَخْرَارِ أَبُو بَكْرٍ، وَمِنَ الصِّبْيَانِ أَوْ الْأَخْدَانِ عَلِيُّ وَمِنَ النِّسَاءِ حَدِيجَةُ، وَمِنَ الْمَوَالِي زَيْدُ بْنُ حَارِثَةَ، وَمِنَ الْعَبِيدِ بِلَالٌ".¹⁰¹⁸ فقد كان للصغير مكانة من الدعوة، كما كانت للرجال والنساء والعبيد، وكان علي وزيد (ر.ض) غلامين صغيرين.

وقد بايع النبي (ص.س) الأطفال الصغار ومنهم عبد الله بن الزبير كما في الحديث الصحيح عند مسلم، عن عُرْوَةَ بِنِ الزُّبَيْرِ، وَفَاطِمَةُ بِنْتُ الْمُنْذِرِ بْنِ الزُّبَيْرِ، أَنَّهُمَا قَالَا: خَرَجْتُ أَسْمَاءُ بِنْتُ أَبِي بَكْرٍ حِينَ هَاجَرَتْ وَهِيَ حُبْلَى بِعَبْدِ اللَّهِ بْنِ الزُّبَيْرِ، فَقَدِمَتْ قُبَاءً، فَتُفِسَّتْ بِعَبْدِ اللَّهِ بِقُبَاءٍ، ثُمَّ خَرَجْتُ حِينَ تَفَسَّتْ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) لِيُحَنِّكَهُ "فَأَخَذَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) مِنْهَا، فَوَضَعَهُ فِي حَجْرِهِ، ثُمَّ دَعَا بِتَمْرَةٍ" قَالَتْ: عَائِشَةُ: فَمَكَّنَتْنَا سَاعَةً نَلْتَمِسُهَا قَبْلَ أَنْ نَحْدَهَا، "فَمَضَعَهَا. ثُمَّ بَصَقَهَا فِي فِيهِ، فَإِنَّ أَوَّلَ شَيْءٍ

¹⁰¹⁷ ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن كثير (٧٠١ - ٧٧٤ هـ) السيرة النبوية (من البداية والنهاية لابن كثير) تح: مصطفى عبد الواحد، الناشر: عيسى البابي الحلبي، القاهرة، ١٣٩٥ هـ - ١٩٧٦ م، عدد الأجزاء: 4. 432/1.

¹⁰¹⁸ ابن الصلاح، علوم الحديث، ص300.

دَخَلَ بَطْنُهُ لَرِيقُ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س)، "ثُمَّ قَالَتْ أَسْمَاءُ: "ثُمَّ مَسَحَهُ وَصَلَّى عَلَيْهِ وَسَمَّاهُ عَبْدَ اللَّهِ، ثُمَّ جَاءَ، وَهُوَ ابْنُ سَبْعِ سِنِينَ أَوْ ثَمَانٍ، لِيُبَايَعَ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) وَأَمَرَهُ بِذَلِكَ الزُّبَيْرُ، فَتَبَسَّمَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) حِينَ رَأَاهُ مُقْبِلًا إِلَيْهِ، ثُمَّ بَايَعَهُ" ¹⁰¹⁹

قال النووي في شرحه على مسلم: "هذه بيعة تبريك وتشريف لابيعة تكليف" ¹⁰²⁰ وذلك لأن عبد الله (ر.ض) كان دون سن التكليف.

حتى الأولاد الذين غير آباؤهم دينهم كان النبي (ص.س) يسعى أن يردهم إلى فطرتهم الأولى حتى لا يموتوا على ملة غير ملة الإسلام.

عَنْ أَنَسٍ (ر.ض) قَالَ: كَانَ غُلَامٌ يَهُودِيٌّ يَخْدُمُ النَّبِيَّ (ص.س) فَمَرَضَ، فَأَتَاهُ النَّبِيُّ (ص.س) يَعُودُهُ، فَقَعَدَ عِنْدَ رَأْسِهِ، فَقَالَ لَهُ: "أَسْلِمَ"، فَنَظَرَ إِلَى أَبِيهِ وَهُوَ عِنْدَهُ فَقَالَ لَهُ: أَطْعَ أَبَا الْقَاسِمِ (ص.س) فَأَسْلَمَ، فَخَرَجَ النَّبِيُّ (ص.س) وَهُوَ يَقُولُ: "الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَنْقَذَهُ مِنَ النَّارِ". ¹⁰²¹

والحديث عند عبد الرزاق في مصنفه أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) كَانَ لَهُ جَارٌ يَهُودِيٌّ لَا بَأْسَ بِخُلُقِهِ، فَمَرَضَ فَعَادَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) بِأَصْحَابِهِ، فَقَالَ: "أَتَشْهَدُ أَنَّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَأَنِّي رَسُولُ اللَّهِ؟"، فَنَظَرَ إِلَى أَبِيهِ، فَسَكَتَ أَبُوهُ، وَسَكَتَ الْفَتَى، ثُمَّ الثَّانِيَةَ، ثُمَّ الثَّالِثَةَ، فَقَالَ أَبُوهُ فِي الثَّالِثَةِ: قُلْ مَا قَالَ لَكَ، فَفَعَلَ، فَمَاتَ، فَأَرَادَتِ الْيَهُودُ أَنْ تَلِيَهُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَنْ أَوَّلَى بِهِ مِنْكُمْ"، فَعَسَلَهُ النَّبِيُّ (ص.س) وَكَفَّنَهُ، وَخَنَطَهُ، وَصَلَّى عَلَيْهِ". ¹⁰²² وهذه هي وصية الأنبياء من قبل، بأن يوصوا أبناءهم بالعقيدة، قال

¹⁰¹⁹ مسلم، *المسند الصحيح*، كتاب الآداب، بَابُ اسْتِخْبَابِ تَحْنِيكِ الْمَوْلُودِ، 3/1690 ح/2146.

¹⁰²⁰ النووي، *المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج*، 14/136.

¹⁰²¹ البخاري، *المجامع الصحيح*، 23 كتاب الجنائز، بَابُ إِذَا أَسْلَمَ الصَّبِيُّ فَمَاتَ، هَلْ يُصَلَّى عَلَيْهِ، وَهَلْ يُغْرَضُ عَلَى الصَّبِيِّ الْإِسْلَامَ، 2/94 ح/1356.

¹⁰²² عبد الرزاق، أبو بكر عبد الرزاق بن همام بن نافع الحميري اليماني الصنعاني (المتوفى: 211هـ) *المصنف*، تح: حبيب الرحمن الأعظمي، المجلس العلمي - الهند، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 2، 1403هـ، عدد الأجزاء: 11.

الله تعالى: ﴿وَوَصَّىٰ بِهَا إِبْرَاهِيمُ بَنِيهِ وَيَعْقُوبُ يَبْنَئِي إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَىٰ لَكُمْ الدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ

مُسْلِمُونَ﴾¹⁰²³

ولو نظرنا في كتاب الله تعالى لرأينا أن سورة الإخلاص مع قصرها تمثل الاعتقاد الفكري، وبعد

أن تثبت هذه الأفكار فإنها تتحول لسلوك عملي يتمثل في قوله تعالى: ﴿قُلْ يَنَاقُهَا الْكَافِرُونَ﴾ لَا

أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ ﴿٢﴾ وَلَا أَنْتُمْ عِبُدُونَ مَا أَعْبُدُ ﴿٣﴾ وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَا عَبَدْتُمْ ﴿٤﴾ وَلَا أَنْتُمْ عِبُدُونَ مَا

أَعْبُدُ ﴿٥﴾ لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ ﴿٦﴾¹⁰²⁴

وقصَّ الله تعالى علينا وصية لقمان لأبنه وهو يعظه: ﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَنُ لِبْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَبْنَئِي لَا

تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾¹⁰²⁵ وقال أيضاً: ﴿يَبْنَئِي إِنَّهَا إِنْ تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ

فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ﴾¹⁰²⁶ واستمر

الصحابة (ر.ض) والسلف الصالح بتثبيت عقيدة الفطرة في قلوب وعقول الأطفال.

أخرج عبد الرزاق بسنده أن عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ (ر.ض): "كَانَ لَا يَدْعُ يَهُودِيًّا وَلَا نَصْرَانِيًّا يُنَصِّرُ

وَلَدَهُ وَلَا يَهُودِيَّةً فِي مُلْكِ الْعَرَبِ".¹⁰²⁷

9919/34/6 ح

¹⁰²³ سورة البقرة: 132.

¹⁰²⁴ سورة الكافرون.

¹⁰²⁵ سورة لقمان: 13.

¹⁰²⁶ سورة لقمان: 16.

¹⁰²⁷ عبد الرزاق، المصنف، 48/6 ح/9971.

المطلب الثاني: ترسيخ عقيدة التوحيد والتحذير من الشرك

حرص النبي (ص.س) على ترسيخ العقيدة في الصغار من خلال نصيحته لابن عمه وكان لا يزال غلاماً صغيراً، وذلك في الحديث الذي أخرجه الترمذي عن ابن عباس، قال: كُنْتُ خَلْفَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) يَوْمًا، فَقَالَ: "يَا غُلَامُ إِنِّي أَعَلِّمُكَ كَلِمَاتٍ، أَحْفَظِ اللَّهَ يَحْفَظَكَ، أَحْفَظِ اللَّهَ بَجِدِّهِ تُجَاهِلَكَ، إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ، وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ، وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوِ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ، وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ، زُفِعَتِ الْأَقْلَامُ وَجَفَّتِ الصُّحُفُ".¹⁰²⁸

وفي رواية غير الترمذي: "أَحْفَظِ اللَّهَ يَحْفَظَكَ، أَحْفَظِ اللَّهَ بَجِدِّهِ أَمَامَكَ، تَعَرَّفْ إِلَيْهِ فِي الرَّحَاءِ، يَعْرِفَكَ فِي الشَّدَّةِ، وَإِذَا سَأَلْتَ، فَاسْأَلِ اللَّهَ، وَإِذَا اسْتَعَنْتَ، فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ، قَدْ جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا هُوَ كَاتِبٌ، فَلَوْ أَنَّ الْخَلْقَ كُلَّهُمْ جَمِيعًا أَرَادُوا أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَكُنْ لَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ، لَمْ يَقْدِرُوا عَلَيْهِ، وَإِنْ أَرَادُوا أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَكُنْ لَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ، لَمْ يَقْدِرُوا عَلَيْهِ، وَاعْلَمْ أَنَّ فِي الصَّبْرِ عَلَى مَا تَكْرَهُ خَيْرًا كَثِيرًا، وَأَنَّ النَّصْرَ مَعَ الصَّبْرِ، وَأَنَّ الْفَرْجَ مَعَ الْكَرْبِ، وَأَنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا".¹⁰²⁹

فهذا الحديث إذا ما حفظه الطفل ووعاه كان له أثر كبير في توجيهه نحو التفكير الإيجابي، وذلك بزيادة إيمانه وانقياده لشرع الله تعالى، والإستعانة به، والإيمان بالقضاء والقدر، كما يدفعه للتفاؤل بأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسراً.

¹⁰²⁸ الترمذي، سنن الترمذي، أبواب صفة القيامة، 4/664/ح2516، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ.

¹⁰²⁹ أحمد، المسند، 5/19/ح2803.

الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 3/623/ح6303.

ولقد سلك الصحابة (ر.ض) والسلف الصالح رحمهم الله تعالى هذا النهج فكانوا يحرصون على ترسيخ الإيمان في نفوس الغلمان. وقد يكون أحدهم على فراش موته فيوصي ابنه بهذه الوصية، كما روى الإمام أحمد عن عُبَادَةَ بْنِ الْوَلِيدِ بْنِ عُبَادَةَ، قال: حَدَّثَنِي أَبِي قَالَ: دَخَلْتُ عَلَى عُبَادَةَ، وَهُوَ مَرِيضٌ أَتَحَايِلُ فِيهِ الْمَوْتَ فَقُلْتُ: يَا أَبَتَاهُ أَوْصِنِي وَاجْتَهِدْ لِي. فَقَالَ: أَجْلِسُونِي. فَلَمَّا أَجْلَسُوهُ قَالَ: يَا بُنَيَّ إِنَّكَ لَنْ تَطْعَمَ طَعْمَ الْإِيمَانِ، وَلَنْ تَبْلُغَ حَقَّ حَقِيقَةِ الْعِلْمِ بِاللَّهِ حَتَّى تُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ خَيْرَهِ وَشَرِّهِ قَالَ: قُلْتُ: يَا أَبَتَاهُ وَكَيْفَ لِي أَنْ أَعْلَمَ مَا خَيْرُ الْقَدَرِ مِنْ شَرِّهِ؟ قَالَ: تَعْلَمُ أَنَّ مَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبِكَ، وَمَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ. يَا بُنَيَّ إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "إِنَّ أَوَّلَ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْقَلَمَ، ثُمَّ قَالَ: اكْتُبْ فَجَرَى فِي تِلْكَ السَّاعَةِ بِمَا هُوَ كَاتِبٌ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ" يَا بُنَيَّ إِنْ مِتَّ وَلَسْتَ عَلَى ذَلِكَ دَخَلْتَ النَّارَ.¹⁰³⁰

وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ فِي سَفَرٍ فَرَأَى غَلامًا يَرعى غَنَمًا فَقَالَ لَهُ: تَبِيعَ مِنْ هَذِهِ الْغَنَمِ وَاحِدَةً؟ فَقَالَ: إِنَّمَا لَيْسَتْ لِي. فَقَالَ: قُلْ لِمَ صَاحِبُهَا إِنْ الذَّنْبُ أَخَذَ مِنْهَا وَاحِدَةً فَقَالَ الْعَبْدُ: فَأَيْنَ اللَّهِ. فَكَانَ ابْنُ عُمَرَ يَقُولُ بَعْدَ ذَلِكَ إِلَى مَدَّةٍ مَقَالَ ذَلِكَ الْعَبْدَ فَأَيْنَ اللَّهِ.¹⁰³¹

¹⁰³⁰ أحمد، المسند، 37/378/37 ح 22705..

الترمذي، سنن الترمذي، أبواب تفسير القرآن، باب وَمِنْ سُورَةِ ن، 5/424/3319، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ غَرِيبٌ.
¹⁰³¹ القشيري، عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (المتوفى: 465هـ) الرسالة القشيرية، د. عبد الحليم محمود، د. محمود بن الشريف، دار المعارف، القاهرة، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2. 330/1.

المطلب الثالث: الاعتقاد بوجوب محبة النبي (ص.س) ليكون القدوة الحسنة

إن من طبيعة النفس البشرية أنها إذا أحببت شخصية فإنها تحاول أن تتشبه بها وتسير على نهجها، لتكون لها قدوة حسنة في كل أمر من الأمور، لذلك أمرنا الله تعالى أن نجعل من شخصية النبي (ص.س) الشخصية المثالية فقال سبحانه: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ۖ﴾¹⁰³².

وقد جعل الله تعالى محبة النبي (ص.س) من محبته وطاعته من طاعته فقال تعالى: ﴿قُلْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ۖ﴾¹⁰³³.

وجاء في الحديث الصحيح عن أنس، قال: قال النبي (ص.س) "لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ وَالِدِهِ وَوَلَدِهِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ"¹⁰³⁴. فالمحبة هي سبب للاتباع.

وعن أنس (ر.ض) أَنَّ رَجُلًا سَأَلَ النَّبِيَّ (ص.س) عَنِ السَّاعَةِ، فَقَالَ: مَتَى السَّاعَةُ؟ قَالَ: "وَمَاذَا أَعْدَدْتَ لَهَا". قَالَ: لَا شَيْءَ، إِلَّا أَنِّي أُحِبُّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ (ص.س) فَقَالَ: "أَنْتَ مَعَ مَنْ أَحْبَبْتَ". قَالَ أَنَسٌ: فَمَا فَرَحْنَا بِشَيْءٍ، فَرَحْنَا بِقَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س): "أَنْتَ مَعَ مَنْ أَحْبَبْتَ" قَالَ أَنَسٌ: "فَأَنَا أُحِبُّ النَّبِيَّ (ص.س) وَأَبَا بَكْرٍ، وَعُمَرَ، وَأَرْجُو أَنْ أَكُونَ مَعَهُمْ بِحُبِّي إِيَّاهُمْ، وَإِنْ لَمْ أَعْمَلْ بِمِثْلِ أَعْمَالِهِمْ"¹⁰³⁵. فهذا الإعرابي بمحبته للنبي (ص.س) وحسن اعتقاده به نال شرف المعية.

¹⁰³² سورة الأحزاب: 21.

¹⁰³³ آل عمران: 31.

¹⁰³⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب: حُبُّ الرَّسُولِ (ص.س) مِنَ الْإِيمَانِ، 12/1 ح/15.

¹⁰³⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 62 كتاب أصحاب النبي (ص.س) بابُ مَنَاقِبِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ، 12/5 ح/3688.

مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب الزَّيْرِ وَالصَّلَاةِ وَالْأَدَابِ، باب: المرء مع من أحب، 4/2033 ح/2639.

الفصل السادس: تركية الدوافع الجسدية من الطُغيان (المهلكات السلبية)

مُقَدِّمة الفصل

هناك حاجات أساسية لا يستطيع الإنسان الاستغناء عنها، لأنها سبب استمرار الحياة، وتنبعث عن هذه الحاجات دوافع تدفع الإنسان للحصول على ما يشبع حاجاته حتى يعود التوازن للجسم، فالدوافع هي فطرية غريزية ناشئة عن خلل عضوي يرافقه توتر داخلي يدفع الإنسان لخفضه من خلال القيام بسلوكيات تهدف إلى إشباع الحاجة. وهي نوعان: دوافع لحفظ الذات، ودوافع لحفظ النوع.

أما دوافع حفظ الذات: كدافع الجوع والعطش والإخراج، والتنفس والتعب، والحرارة والبرودة... وهي مشتركة بين الإنسان والحيوان. فدافع الجوع يدفع الإنسان للتفكير والبحث عن الطعام ودافع العطش يدفعه للبحث عن الشراب وشعوره بالتعب والحرارة والبرودة يدفعه للبحث عن مسكن يرتاح فيه ويقيه من تقلبات الجو ويحفظه من أذى الأعداء والوحوش، وكذلك البحث عن ثياب توارى عورته وتدفع عنه حر الصيف وبرد الشتاء، كما أنه بحاجة إلى نار يستدفئ بها من البرد القارس ويطهي بها طعامه.

ولقد خاطب الله تعالى آدم (ع.س) محذراً إياه من كيد الشَّيْطَان الذي يريد أن يخرجَه من النعيم ليهبط به إلى الأرض فيشقى بالعمل والبحث المتواصل لإشباع هذه الدوافع البدنية التي كان بغنى عنها، فقال سبحانه: ﴿فَقُلْنَا يَكَادُمُ إِنَّ هَذَا عَدُوٌّ لَكَ وَلِزَوْجِكَ فَلَا يُخْرِجَنَّكُمَا مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقَى ۖ إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَا وَلَا تَعْرَى ۖ وَأَنَّكَ لَا تَظْمَأُ فِيهَا وَلَا تَصْحَى ۖ﴾¹⁰³⁶.

¹⁰³⁶ سورة طه: 117-119.

كما أشار ربنا سبحانه إلى دافع الحرارة والبرودة، فقال سبحانه: ﴿وَجَزَّاهُمْ بِمَا صَبَرُوا جَنَّةَ وَحَرِيرًا ۖ مُتَّكِينَ فِيهَا عَلَى الْأَرَائِكِ لَا يَرَوْنَ فِيهَا شَمْسًا وَلَا زَمْهَرِيرًا ۖ﴾¹⁰³⁷.

وأشار الله سبحانه إلى دافع التعب الذي لا يجده المؤمنون في الجنة فيقولون ﴿الَّذِي أَحَلَّنَا دَارَ الْمُقَامَةِ مِنْ فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا نَصَبٌ وَلَا يَمَسُّنَا فِيهَا لُغُوبٌ ۖ﴾¹⁰³⁸. كما أشار النبي (ص.س) إلى أهمية توفّر هذه الاحتياجات، ففي الحديث عند الترمذي عن أبي الدرداء، وابن حبان عن عبيد الله بن محصن الخطمي (ر.ض) أن رسول الله (ص.س) قال: "مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرِّهِ مُعَانًى فِي جَسَدِهِ عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمِهِ فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا".¹⁰³⁹

ففي الحديث بيان لأهمية الأمن من الخوف بأن يعيش الإنسان في مجتمع يأمن فيه على دمه وعرضه وماله، ثم العافية في البدن من غير أسقام وآلام، ثم توفر المأكل والمشرب، فإن اجتمعت هذه النعم فقد وصل الإنسان لقمة السعادة، وكأنما ملك الدنيا.

وَعَنْ عُثْمَانَ بْنِ عَقَّانَ (ر.ض) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "لَيْسَ لِابْنِ آدَمَ حَقٌّ فِي سِوَى هَذِهِ الْخِصَالِ، بَيْتٌ يَسْكُنُهُ وَثَوْبٌ يُوَارِي عَوْرَتَهُ وَجِلْفُ الْخُبْزِ وَالْمَاءُ"¹⁰⁴⁰

¹⁰³⁷ سورة لالإنسان: 12-13.

¹⁰³⁸ سورة فاطر: 35.

¹⁰³⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، 4/574/ح2346، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ حَدِيثِ مَرْوَانَ بْنِ مُعَاوِيَةَ. وَحِيزَتْ: جُمِعَتْ.

ابن حبان، صحيح ابن حبان، 2/447/671، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: له شواهد كحديث عبيد الله بن محصن الذي يتقوى ويحسن بحديث ابن عمر.

¹⁰⁴⁰ الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، 4/571/ح2341، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ وَهُوَ حَدِيثُ الْحَزِينِ بْنِ السَّائِبِ "وَسَمِعْتُ أَبَا دَاوُدَ سُلَيْمَانَ بْنَ سَلَمَةَ الْبَلْخِيِّ، يَقُولُ: قَالَ النَّضْرُ بْنُ شُمَيْلٍ: جِلْفُ الْخُبْزِ يَعْنِي لَيْسَ مَعَهُ إِذَا مَ".
الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، كتاب الرقاق، 4/347/ح7866، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ الْإِسْنَادِ وَلَمْ يُجَرِّجَاهُ، ووافقه الذهبي.

والمراد بها ضروريات بدنه المعين على دينه، قيل أراد بالحق ما وجب له من الله من غير تبعة في الآخرة وسؤال عنه وإذا اكتفى بذلك من الحلال لم يسأل عنه في الآخرة لأنه من الحقوق التي لا بد للنفس منها، وأما ما سواه من الحظوظ يسأل عنه ويطلب بشكره.

وقال القاضي رحمه الله أراد بالحق ما يستحقه الإنسان لافتقاره إليه وتوقف تعيشه عليه وما هو المقصود الحقيقي من المال.¹⁰⁴¹

وفي حديثٍ عَنْ رَجُلٍ، مِنَ الْمُهَاجِرِينَ مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: غَزَوْتُ مَعَ النَّبِيِّ (ص.س) ثَلَاثًا أَسْمَعُهُ، يَقُولُ: "الْمُسْلِمُونَ شُرَكَاءُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْكَلَالِ، وَالْمَاءِ، وَالنَّارِ"¹⁰⁴².

قَالَ الْخَطَّابِيُّ: مَعْنَاهُ الْكَلَالُ الَّذِي يَنْبُثُ فِي مَوَاتِ الْأَرْضِ وَيَرْعَاهُ النَّاسُ لَيْسَ لِأَحَدٍ أَنْ يَخْتَصَّ بِهِ دُونَ أَحَدٍ أَوْ يَحْجُرَهُ عَنْ غَيْرِهِ، وَأَمَّا الْكَلَالُ إِذَا كَانَ فِي أَرْضٍ لِمَالِكٍ بَعِيْنِهِ فَهُوَ مَالٌ لَهُ لَيْسَ لِأَحَدٍ أَنْ يُشْرِكُهُ فِيهِ إِلَّا بِإِذْنِهِ انْتَهَى. وَ(النَّارِ) يُرَادُ مِنَ الْإِشْتِرَاكِ فِيهَا أَنَّهُ لَا يُمْْنَعُ مِنَ الْإِسْتِصْبَاحِ مِنْهَا وَالْإِسْتِصْبَاحُ بِضَوَائِهَا، لَكِنْ لِلْمُسْتَوْفِدِ أَنْ يُمْْنَعَ أَحَدٌ جَذْوَةً مِنْهَا لِأَنَّهُ يُنْقَضُهَا وَيُؤَدِّي إِلَى إِطْفَائِهَا. وَقِيلَ: الْمُرَادُ بِالنَّارِ الْحِجَارَةُ الَّتِي تُورِي النَّارَ لَا يُمْْنَعُ أَحَدٌ شَيْءٍ مِنْهَا إِذَا كَانَتْ فِي مَوَاتٍ.¹⁰⁴³

لقد وضع النبي (ص.س) لأئمة منهجا وسطيا يقوم على الموازنة بين الرُّوح والجسد، فليس معنى العبادة في الإسلام هي إرهاب وتعذيب البدن، بل إعطاء الرُّوح حقها وإعطاء الجسد حقه، فمن حق الجسد النَّوم والراحة في الليل، والطَّعام والشَّرَاب في النهار، والزَّوَاج بعقد النكاح الصحيح، لذلك لم يؤيد

¹⁰⁴¹ المباركفوري، تحفة الأحوذني، 4/7-5/ح2341.

¹⁰⁴² أحمد، المسند، 174/38/23082. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده صحيح.

أبو داود، سنن أبي داود، 22 كتاب البيوع، باب في منع الماء، 3/278/ح3477.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 16 كتاب الموهون، بابُ الْمُسْلِمُونَ شُرَكَاءُ فِي ثَلَاثٍ، 2/826/ح2472.

¹⁰⁴³ العظيم آبادي، عون المعبود شرح سنن أبي داود، ومعه حاشية ابن القيم، 268/9.

النفر الثلاثة الذين أرادوا أن يتجاوزوا حدَّ الاعتدال في العبادة، وذلك ما جاء في الحديث الصحيح عن أنس بن مالك (ر.ض) قال: جاء ثلاثة رهط إلى بيوت أزواج النبي (ص.س) يسألون عن عبادة النبي (ص.س) فلما أخبروا كأنهم تَفَالُوها، فقالوا: وأين نحن من النبي (ص.س)؟ قد عُفِرَ لَهُ ما تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وما تَأَخَّرَ، قالَ أَحَدُهُمْ: أَمَا أَنَا فَإِنِّي أَصَلِّي اللَّيْلَ أَبَدًا، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَصُومُ الدَّهْرَ وَلَا أَفْطِرُ، وَقَالَ آخَرُ: أَنَا أَعْتَرِلُ النِّسَاءَ فَلَا أَتَزَوَّجُ أَبَدًا، فَجَاءَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) إِلَيْهِمْ، فَقَالَ: "أَنْتُمْ الَّذِينَ قُلْتُمْ كَذَا وَكَذَا، أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتَقَاتُمْ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأُفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأَرْقُدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي".¹⁰⁴⁴

فكانه (ص.س) يقول: من ترك طريقي وأخذ بطريقة غيري فليس مني، ولمح بذلك إلى طريق الرهبانية، فإنَّ الرهبان هم الذين ابتدعو التشديد، وطريقة النبي (ص.س) هي الحنيفية السمحة فيفطر ليتقوى على الصوم وينام ليتقوى على القيام ويتزوج لكسر الشهوة وإعفاف النفس وتكثير النسل. وقوله فليس مني أي على طريقي.¹⁰⁴⁵ وهذا المنهج المعتدل الذي رسمه النبي (ص.س) سنوِّحُه خلال المباحث الآتية.

¹⁰⁴⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب التَّزْجِيبِ فِي النِّكَاحِ، 2/7 ح/5063.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب اسْتِخْبَابِ النِّكَاحِ لِمَنْ تَأَقَّتْ نَفْسُهُ إِلَيْهِ...، 2/1020 ح/1401.

¹⁰⁴⁵ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 105/9.

المبحث الأول: تركية دافع الطَّعام والشَّراب

ما من مخلوق إلا وهو بحاجة إلى الطَّعام ليتغذى به، وإلى الماء يشربه ليروي به ظمأه، لأن الطَّعام والشَّراب كالوقود المحرك للإنسان، وإن الدَّوافع الفسيولوجية تنشأ نتيجة اختلال الاتزان العضوي الكيميائي، وهو ما يعرف بعلم النَّفس بالاتزان الحيوي، وهذا ما يدفع الإنسان للقيام بنشاط سلوكي للتخلص من هذا الاختلال، وإعادة البدن إلى حالته الطبيعية المتوازنة.

ولهذا ذهب العالم الأمريكي الفسيولوجي (وولتر كانون) إلى أن للبدن حكمة توجهه إلى أنواع من النشاط السلوكي المفيد الذي يحتاجه البدن ليحفظ توازنه الحيوي. وقد بيَّنت الدراسات التجريبية الحديثة أن شعور البدن بأي نقص في بعض العناصر الغذائية الهامة فإنه يُحدث ميلاً واشتهاء لأنواع معينة من الأطعمة التي تحتوي على هذه العناصر، وهذا مما يفيد البدن ويساعد على تحسن صحته.¹⁰⁴⁶

وهذه الحقيقة العلمية قد أشار إليها النبي (ص.س) منذ قرون بعيدة، وذلك في الحديث الذي رواه ابن ماجه: عَنْ عِكْرِمَةَ، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) عَادَ رَجُلًا، فَقَالَ: "مَا تَشْتَهِي؟" قَالَ: أَشْتَهِي خُبْزَ بُرٍّ، قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "مَنْ كَانَ عِنْدَهُ خُبْزُ بُرٍّ، فَلْيَبْعْهُ إِلَى أَخِيهِ" ثُمَّ قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "إِذَا اشْتَهَى مَرِيضٌ أَحَدَكُمْ شَيْئًا، فَلْيُطْعِمْهُ". وفي رواية عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: دَخَلَ النَّبِيُّ (ص.س) عَلَى مَرِيضٍ يُعَوِّدُهُ، فَقَالَ: "أَتَشْتَهِي شَيْئًا؟ أَتَشْتَهِي كَعْكًا؟" قَالَ: نَعَمْ، فَطَلَّبُوا لَهُ.¹⁰⁴⁷

¹⁰⁴⁶ نجاتي، الحديث النبوي وعلم النفس، ص23.

¹⁰⁴⁷ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 6 كتاب الجنائز، باب ما جاء في عيادة المريض، 1/463/ح-1439-1440.

قال البوصيري، مفتاح الزجاجة في زوائد ابن ماجه، 51/4: هَذَا إِسْنَادٌ ضَعِيفٌ لضعف يزيد الرقاشي.

وشهوة الطَّعام والشراب كغيرها من الشَّهَوَات، ينبغي ألا تسيطر على صاحبها حتى لا تكون غاية في ذاتها، بل هي وسيلة لحفظ الصحة، وتنفيذاً لأمر الله تعالى حيث قال: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾¹⁰⁴⁸.

فإذا طغت هذه الشَّهوة أسرف الإنسان في إشباعها وترتَّب على ذلك أضراراً بدنية ونفسية، أضرار بدنية بحصول الأمراض والأوجاع، وأضرار نفسية بسبب تعلق النَّفس بهذه الشَّهوة فتصبح شغله الشاغل، فينشغل عقله بالتَّفكير فيها وتصبح همته منصرفة إليها وفي تحصيلها.

ويعتبر الإمام الغزالي شهوة الطَّعام أساساً لكل الغرائز الأخرى: فلا يطمع أحد في سلوك طريق السعادة قبل أن يراعي أمر المطعم في مقداره ووجه حله، فإن المعدة هي منبع القوى، فكأنه الباب والمفتاح إلى الخير والشر جميعاً.¹⁰⁴⁹

ويشرح الأضرار المترتبة على طُغيان هذه الشَّهوة فيقول: "والبطن على التحقيق ينبوع الشَّهَوَات ومنبت الأدواء والآفات إذ يتبعها شهوة الفرج وشدة الشبق إلى المنكوحات ثم تتبع شهوة الطَّعام والنكاح شدة الرغبة في الجاه والمال اللذين هما وسيلة إلى التوسع في المنكوحات والمطعومات ثم يتبع استكثار المال والجاه أنواع الرعونات وضروب المنافسات والمحاسدات ثم يتولد بينهما آفة الرياء وغائلة التفاخر والتكاثر والكبرياء ثم يتداعى ذلك إلى الحقد والحسد والعداوة والبغضاء ثم يفضي ذلك بصاحبه إلى اقتحام البغي والمنكر والفحشاء وكل ذلك ثمرة إهمال المعدة وما يتولد منها من بطن الشبع والامتلاء".¹⁰⁵⁰

¹⁰⁴⁸ سورة الأعراف : 31.

¹⁰⁴⁹ الغزالي. ميزان العمل، ص 314.

¹⁰⁵⁰ الغزالي، إحياء علوم الدين، 80/3.

فالمعدة هي بيت الأدوية الجسدية والنفسية، وعلاجها واعتدالها هو علاج واعتدال لسائر الدوافع الأخرى لأنها منبع لها، فبشبع البطن دون اعتدال يتحرك دافع العدوان والتعدي على الناس، فيتحرر اللسان بعد الشبع، وتتطلع النفس إلى إشباع دافع الجنس وتحقيق الرغبات.

ويوضح الغزالي بأسلوب مبني على الملاحظة والخبرة بالنفس البشرية، كما يشير إلى أثر العرائز على التفكير، فإذا شبع الإنسان افتقر إلى فاكهة فيتفكه لا محالة بأعراض الناس، وأما شهوة الفرج فلا تخفى غائلتها، والجوع يكفي شرها، وإذا شبع الرجل لم يملك فرجه وإن منعه التقوى فلا يملك عينه فالعين تزني بالنظر، فإن ملك عينه بغض الطرف فلا يملك فكره فيخطر له من الأفكار الرديئة وحديث النفس بأسباب الشهوة ما يتشوش به في مناجاته، وربما عرض له ذلك في أثناء الصلاة، فجميع معاصي الأعضاء السبعة سببها القوة الحاصلة بالشبع.¹⁰⁵¹

وقد أرشد النبي (ص.س) إلى ميزان الاعتدال في الطعام، وذلك في الحديث الذي رواه الترمذي عَنْ الْمُقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرَبٍ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "مَا مَلَأَ آدَمِيَّ وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتٍ يُقْمَنُ صَلْبُهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلُتْ لَطْعَامِهِ وَتُلُتْ لِسَرَابِهِ وَتُلُتْ لِنَفْسِهِ".¹⁰⁵²

ومفاسد الطعام نوعان:

أولاً: ما يُفسده لعينه وذاته كالحرمات، وهي نوعان:

محرمات لحق الله: كالميتة والدم، ولحم الخنزير، وذي الناب من السباع والمخلب من الطير. وهي في الحقيقة إنما حرمها الله تعالى لما فيها من ضرر على العباد.

¹⁰⁵¹ المرجع السابق، 86/3

¹⁰⁵² الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، باب ما جاء في كراهية كثرة الأكل، 4/590/ح2380، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ.

الحاكم، المستدرک علی الصحیحین، 4/367/ح7945، قال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ إِسْنَادٌ وَلَمْ يُخْرَجْ، ووافقه الذهبي.

محرماتُ لحقِّ العباد: كالمسروق والمغصوب والمنهوب، وما أخذ بغير رضا صاحبه، إما قهراً وإما حياءً وتذمماً. ففي هذه تعدّ على حقوق الناس.

ثانياً: ما يفسده بقدره وتعدّي حده، كالإسراف في الطّعام الحلال، والشبع المفرط، فإنه ينقل العبد عن الطاعات، ويشغله بمزاولة مؤنة البطنة ومحاولتها، حتى يظفر بها، فإذا ظفر بها شغله بمزاولة تصرفها ووقاية ضررها، والتأذي بثقلها، وقوى عليه مواد الشهوة، وطرق مجاري الشّيطان ووسّعها، فإنه يجري من ابن آدم مجرى الدم، فالصوم يضيق مجاري الشّيطان ويسد عليه طرقه، والشبع يطرقها ويوسعها، ومن أكل كثيراً شرب كثيراً، فنام كثيراً، فخر كثيراً.¹⁰⁵³

فالله تعالى عندما حرّم على عباده أشياء، إنما التحريم هو رحمة بهم، لما في هذا الطّعام من ضرر وأذى. قال تعالى: ﴿قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ﴾.¹⁰⁵⁴

والمعنى: لا أجد فيما أوحى إلي محرماً إلا هذه الأشياء، لا ما تحرّمونه بشهوتكم. وهذه الآية مكّية. ولم يكن في الشريعة في ذلك الوقت محرم غير هذه الأشياء، ثم نزلت سورة المائدة بالمدينة. وزيد في المحرمات: كالمنخنقة والموقوذة، والمتردية والنطيحة والخمر وغير ذلك. كما حرم رسول الله (ص.س) بالمدينة أكل كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير.¹⁰⁵⁵

¹⁰⁵³ ابن القيم، مدارج السالكين، 456/1.

¹⁰⁵⁴ سورة الأنعام: 145.

¹⁰⁵⁵ القرطبي، تفسير القرطبي، 115/7.

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) قَالَ: "كَانَ أَهْلُ الْجَاهِلِيَّةِ يَأْكُلُونَ أَشْيَاءَ وَيَتَرَكُونَ أَشْيَاءَ تَقْدُرُ" فَبَعَثَ اللَّهُ تَعَالَى نَبِيَّهُ، (ص.س) وَأَنْزَلَ كِتَابَهُ، وَأَحَلَّ حَلَالَهُ، وَحَرَّمَ حَرَامَهُ، فَمَا أَحَلَّ فَهُوَ حَالًا، وَمَا حَرَّمَ فَهُوَ حَرَامًا، وَمَا سَكَتَ عَنْهُ فَهُوَ عَقْوٌ وَتَلَا ﴿قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا﴾ إِلَى آخِرِ الْآيَةِ.¹⁰⁵⁶

فمنهج الإسلام أن ما فيه خير ونفع من الأطعمة والأشربة فهو الحلال، وكل نجس كالميتة والدم، وكل ما فيه مضرة كالسموم وغيرها فهو محرم، وهذا المنهاج واضح في كثير من آيات القرآن والسنة، ومن ذلك قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ﴾.¹⁰⁵⁷ فكل ما أحله الله من المأكول والمشرب فهو طيب نافع للبدن والدين، وكل ما فيه ضرر فقد حرمه الشرع، قال تعالى: ﴿وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾.¹⁰⁵⁸

ولقد حذرنا ربنا سبحانه من شره النفس نحو الطعام حتى لا يصبح غاية في ذاته فهذا وصف للبهائم كما قال سبحانه: ﴿وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَّهُمْ﴾.¹⁰⁵⁹

كما أن إتيان المعدة بالطعام هو من وصف الكافر كما قال (ص.س): "الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى وَاحِدٍ، وَالْكَافِرُ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ".¹⁰⁶⁰

¹⁰⁵⁶ أبو داود، سنن أبي داود، 26 كتاب الأطعمة، باب مَا لَمْ يُذَكَّرْ تَحْرِيمُهُ، 3/354/ح3800. والحديث سكت عنه أبو داود. وقال شعيب الأرنؤوط، تخريج مشكل الآثار، 226/ح754: إسناده صحيح.

¹⁰⁵⁷ سورة البقرة: 168.

¹⁰⁵⁸ سورة الأعراف: 157.

¹⁰⁵⁹ سورة محمد: 12.

¹⁰⁶⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 70 كتاب الأطعمة، باب: الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى وَاحِدٍ...، 7/71/ح5393.

مسلم، المسند الصحيح، 36 كتاب الأشربة، باب الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى وَاحِدٍ...، 3/1631/ح2060.

ذلك أن الأكل بمقدار الحاجة يعطي الجسم حاجته من القوة والطاقة ويعينه على الطاعة، أما الكافر فليس له عبادة لله سبحانه فيكون أكله سببا في إعاقته على تهيج غرائزه وإشباعها بالحرام. وقيل: المراد بالسبعة سبع صفات: الحرص والشره وطول الأمل والطمع وشؤء الطبع والحسد والسمن.¹⁰⁶¹

وقيل: المعنى أن من شأن المؤمن التقلل من الأكل لاشتغاله بأسباب العبادة ولعلمه بأن مقصود الشرع من الأكل هو ما يسد الجوع ويمسك الرمق ويعين على العبادة، ولخشيتة أيضا من حساب ما زاد على ذلك، والكافر بخلاف ذلك كله فإنه لا يقف مع مقصود الشرع بل هو تابع لشهوة نفسه مسترسل فيها غير خائف من تبعات الحرام فصار أكل المؤمن إذا نسب إلى أكل الكافر كأنه بقدر السبع منه، ولا يلزم من هذا اطراحه في حق كل مؤمن وكافر فقد يكون في المؤمنين من يأكل كثيرا إما بحسب العادة وإما لعارض يعرض له من مرض باطن أو لغير ذلك ويكون في الكفار من يأكل قليلا إما لمراعاة الصحة على رأي الأطباء وإما للرياضة على رأي الرهبان وإما لعارض كضعف المعدة.¹⁰⁶²

وهناك من العلماء من ربط بين الفكر وشهوة البطن، وبأن المراد في هذا الحديث المؤمن التام الإيمان لأن من حسن إسلامه وكمل إيمانه اشتغل فكره فيما يصير إليه من الموت وما بعده، فشدة الخوف وكثرة الفكر والإشفاق على نفسه تمنعه من استيفاء شهوته، أي طغيانها، ويشير إلى ذلك قول النبي (ص.س): "إِنَّ هَذَا الْمَالَ خَضِرَةٌ حُلْوَةٌ، فَمَنْ أَخَذَهُ بِسَخَاوَةِ نَفْسٍ بُورِكَ لَهُ فِيهِ، وَمَنْ أَخَذَهُ بِإِشْرَافِ نَفْسٍ

¹⁰⁶¹ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 24/14.

¹⁰⁶² ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 539/9.

لَمْ يُبَارَكْ لَهُ فِيهِ، وَكَانَ كَالَّذِي يَأْكُلُ وَلَا يَشْبَعُ".¹⁰⁶³ فدل على أن المراد بالمؤمن من يقتصد في مطعمه وأما الكافر فمن شأنه الشره فيأكل بالنهم كما تأكل البهائم.¹⁰⁶⁴

والإسراف في الطعام يؤدي للسمنة التي تسبب كثيراً من الأمراض، وقد ذم النبي (ص.س) ظهور السمن في أمته، ففي الحديث الصحيح، عن عِمْرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ (ر.ض) قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "خَيْرُكُمْ قَرْنِي، ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ، ثُمَّ الَّذِينَ يُلُونَهُمْ" - قَالَ عِمْرَانُ: لَا أَدْرِي أَذَكَرَ النَّبِيُّ (ص.س) بَعْدَ قَرْنَيْنِ أَوْ ثَلَاثَةٍ - قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "إِنَّ بَعْدَكُمْ قَوْمًا يَحُونُونَ وَلَا يُؤْتَمِنُونَ، وَيَشْهَدُونَ وَلَا يُسْتَشْهَدُونَ، وَيَنْذِرُونَ وَلَا يَنْفُونَ، وَيُظْهَرُ فِيهِمُ السِّمَنُ".¹⁰⁶⁵

"ويظهر فيهم السمن" معناه وليس لهم إلا كثرة الأكل ولا رغبة لهم في الآخرة لغلبة شهوات الدنيا عليهم.¹⁰⁶⁶ وهذا من السرف، أو يجمعون الأموال، أو يغفلون عن أمر الدين ويقللون الاهتمام به لأن الغالب على السمين أن لا يهتم بالرياضة، والظاهر أنه حقيقة في معناه. وقالوا المذموم منه ما يستكسبه وأما الكسبي فلا دم.¹⁰⁶⁷

¹⁰⁶³ البخاري، الجامع الصحيح، 24 كتاب الزكاة، بَابُ الْإِسْتِغْفَافِ عَنِ الْمِسْأَلَةِ، 1472/2 ح. 1472.
مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، بَابُ بَيَانِ أَنَّ الْيَدَ الْغُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى...، 717/2 ح. 1035.
¹⁰⁶⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 539/9.
¹⁰⁶⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 52 كتاب الشهادات، بَابُ لَا يَشْهَدُ عَلَى شَهَادَةِ جَوْرِ إِذَا أُشْهِدَ، 171/3 ح. 2651.
مسلم، المسند الصحيح، 44 كتاب فَضَائِلِ الصَّخَابَةِ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُمْ، بَابُ فَضْلِ الصَّخَابَةِ...، 1964/2 ح. 2535.
¹⁰⁶⁶ الكرمانى، محمد بن يوسف بن علي بن سعيد، شمس الدين الكرمانى (المتوفى: 786هـ) الكواكب الدراري في شرح صحيح البخاري، دار إحياء التراث العربي، بيروت-لبنان، ط: 2، 1401هـ - 1981م، عدد الأجزاء: 25.
2477/173/11 ح.
¹⁰⁶⁷ المرجع السابق، 3415/14 ح. 199/14.

فالجسم يأخذ حاجته من الطَّعام والغذاء، وما زاد عن الحاجة يتحول إلى شحوم تتراكم في الجسم لتكون سببا في العلل والأسقام، بالإضافة إلى ما ينتج عنه من ثقل وتكاسل عن العبادات، وتهيج للشهوات.

ولم يكتفي الإمام الغزالي بتشخيص المشاكل الناجمة عن شهوة الطَّعام، وإنما يقدم أيضا بعد ذلك العلاج والحلول المناسبة، بالإعتدال في الطَّعام، فيقول: الأفضل أن يأكل بحيث لا يحس بثقل المعدة ولا يحس بألم الجوع... فإن مقصود الأكل بقاء الحياة وقوة العبادة وثقل المعدة يمنع من العبادة، وألم الجوع أيضا يشغل القلب ويمنع منها. فالمقصود أن يأكل أكلا لا يبقى للمأكل فيه أثر ليكون متشبهًا بالملائكة فإنهم مُقدسون عن ثقل الطَّعام وألم الجوع وغاية الإنسان الاقتداء بهم، وإذا لم يكن للإنسان خلاص من الشبع والجوع فأبعد الأحوال عن الطرفين الوسط وهو الاعتدال.¹⁰⁶⁸

وكلامه يتوافق مع المقاييس والدراسات العلمية، فكثير من الأمراض ناتجة عن نوعية وكمية الغذاء الذي يتناوله الإنسان، لذلك كثيراً ما يصف الأطباء الحمية ويعتبرونها أساسا في العلاج، وتكون الحمية موصوفة من حيث الكمية والنوع لكي لا يتضرر المريض بنقص الغذاء.

وعن هذه الحمية يتكلم الغزالي منبِّها إلى أهميَّة التدرج والمثابرة حتى لا يضر الإنسان جسمه وفكره فيقترح أن يكون التدرج سبيلاً للرياضة في تقليل الطَّعام، فمن اعتاد الأكل الكثير وانتقل دفعة واحدة إلى القليل لم يحتمله مزاجه، وضعف وعظمت مشقته، فينبغي أن يتدرج إليه بأن ينقص قليلا قليلا من طعامه المعتاد.¹⁰⁶⁹

¹⁰⁶⁸ الغزالي، إحياء علوم الدين، 96/3.

¹⁰⁶⁹ الغزالي، إحياء علوم الدين، 89/3.

ولطالما أن الإنسان لا يستطيع أن يعيش بغير طعام وشراب، فهما شرط لدوام الحياة وصفة ملازمة لكل إنسان كان وجودهما نعمة من الله تعالى ينبغي شكرها.

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرِبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا".¹⁰⁷⁰ وقد أباح الله تعالى لنا أن نأكل من الطيبات لتكون عوناً لنا على طاعته وابتداءً بأنبيائه ليكونوا قدوة لأقوامهم فقال سبحانه: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾.¹⁰⁷¹

قال ابن كثير في تفسير هذه الآية: "يأمر تعالى عباده المرسلين عليهم الصلاة والسلام أجمعين بالأكل من الحلال والقيام بالصالح من الأعمال، فدل هذا على أن الحلال عون على العمل الصالح".¹⁰⁷²

وعندما يحتاج الإنسان لهذه الحاجات الجسدية فإنه يصحب هذا الاحتياج حالة من الضيق والتوتر والقلق تدفع الإنسان للتفكير والبحث عن الوسائل المناسبة لتلبية متطلباته، فإن لم يجد بغيته تولدت عنده حالة سلبية من الاضطراب، فإذا أشبع تلك العرايز شعر بالارتياح والسعادة والطمأنينة وأصبح في حالة إيجابية من المزاج والتفكير، لذلك كان النبي (ص.س) يعلمنا أن نحمد الله تعالى على ما أنعم به علينا من طعام وشراب وكساء ومأوى حتى نتخلص من الفضلات هي نعمة تحتاج إلى حمد.

¹⁰⁷⁰ مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب استحباب حمد الله تعالى بعد الأكل والشرب، 2095/4.

¹⁰⁷¹ سورة المؤمنون: 51.

¹⁰⁷² تفسير ابن كثير، 415/5.

فكما أن الشعور بالجوع والعطش يدفعان للبحث عن الطعام والشراب فكذلك يحتاج الإنسان للتخلص من فضلاته بعد أكله وشربه لأن بقاءها يسبب له الإيذاء والضرر، وقد لفت النبي (ص.س) الانتباه إلى هذه النعمة فعلمنا أن ندعو الله تعالى بعد قضاء الحاجة.

فَعَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: "كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) إِذَا خَرَجَ مِنَ الْخَلَاءِ، قَالَ: "الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأَذَى وَعَافَانِي".¹⁰⁷³

بل قد يغفل الإنسان عن نعمة مع أنها لا تفارقه وهي نعمة التنفس، كما جاءت الإشارة إليها في الحديث عَنْ الْمُقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرِبَ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتٍ يُقَمِّنُ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلُتْ لِبَطْنِهِ وَتُلُتْ لَشِرَابِهِ وَتُلُتْ لِنَفْسِهِ".¹⁰⁷⁴

¹⁰⁷³ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 1 كتاب الطهارة وسننها، باب ما يقول إذا خرج من الخلاء، 1/110/301. والحديث قال عنه الإمام النووي في المجموع 75/2 : ضعيف. وقال العيني، عمدة القاري شرح صحيح البخاري، 2/273: ضعيف.

¹⁰⁷⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، 4/590/2380، وقال: هذا حديث حسن صحيح.

المبحث الثاني: تزكية دافع النَّوْم

المطلب الأول: حاجة الإنسان الى النوم

يُعد النَّوْم من الدوافع الضرورية للشعور بالراحة التي يحتاجها الإنسان، ولا يمكن لأي شخص الاستغناء عنه، فهو مهم للعيش بطريقة طبيعية وصحية متوازنة، حيث تتسبب قلة النَّوْم بإصابة الفرد بالتعب الشديد، والأمراض المتنوعة، فالنَّوْم لساعات كافية يمدّ الجسم بالنشاط، والحيوية للقيام بأمر الحياة ومستلزماتها المختلفة.

لذلك نجد أن النبي (ص.س) نهى عن إجهاد النَّفس وتحميلها فوق طاقتها، فليس هذا من السُّنة، بل هو مخالف لها، فمن حاجات البدن الراحة عند الشعور بالتعب والحاجة إلى النَّوْم، لذلك ورد في الكتاب الكريم، والسُّنة الشريفة الاعتدال في صلاة الليل، قال الله تعالى: ﴿إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَائِفَةٌ مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ عَلِمَ أَن لَّنْ نَّحْصُوهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾.¹⁰⁷⁵

وقد ورد عن ابن عباس (ر.ض) سبب نزول هذه الآية حيث قال: "لَمَّا نَزَلَتْ أَوَّلُ الْمَزْمَلِ، كَانُوا يَقُومُونَ نَحْوًا مِنْ قِيَامِهِمْ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ، حَتَّى نَزَلَ آخِرُهَا، وَكَانَ بَيْنَ أَوَّلِهَا وَآخِرِهَا سَنَةٌ"¹⁰⁷⁶.

فقد بينت هذه الآية أن المسلم لن يستطيع قيام الليل لذلك خفف الله عليه وأمرهم أن يصلوا من الليل ما تيسر منه، وجعل قيام الليل نافلة غير فريضة. وأمر (ص.س) أن يصلي الإنسان من الليل ما استطاع فإذا فتر أو نعس فعليه ألا يُغض عبادة الله إلى نفسه بل يستريح حتى يجدد نشاطه، وعن أنس بن مالك (ر.ض) قَالَ: دَخَلَ النَّبِيُّ (ص.س) فَإِذَا حَبْلٌ مَمْدُودٌ بَيْنَ السَّارِيَتَيْنِ، فَقَالَ: "مَا هَذَا الْحَبْلُ؟"

¹⁰⁷⁵ سورة المزمل: 20.

¹⁰⁷⁶ أبو داود، سنن أبي داود، أبواب قيام الليل، باب نُسَخِ قِيَامِ اللَّيْلِ وَالتَّيَسُّرِ فِيهِ، 2/32/ح 1305.

قَالُوا: هَذَا حَبْلٌ لِرَيْبٍ فَإِذَا فَتَرْتُ تَعَلَّقْتُ، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "لَا حُلُوهُ لِيُصَلَّ أَحَدُكُمْ نَشَاطَهُ، فَإِذَا فَتَرَ فَلْيَقْعُدْ"¹⁰⁷⁷ وفيه الحث على الاقتصاد في العبادة والنهي عن التعمق فيها والأمر بالإقبال عليها بنشاط.¹⁰⁷⁸

ونقل القسطلاني قول العلماء: "وقال بعضهم: يعني، ليصل الرجل عن كمال الإرادة والدوق، فإنه في مناجاة ربه، فلا تجوز له المناجاة عند الملل"¹⁰⁷⁹.

قَالَ السَّفَارِينِي: "لَا يَنْبَغِي مُدَافَعَةُ النَّوْمِ كَثِيرًا، وَإِذَا مَا السَّهَرِ، فَإِنَّ مُدَافَعَةَ النَّوْمِ وَهَجْرَهُ مُوَرِّثٌ لَأَقَاتٍ أُخَرَ مِنْ سُوءِ الْمَزَاجِ وَيُبْسِيهِ. وَأُخْرَافِ النَّفْسِ، وَجَفَافِ الرُّطُوبَاتِ الْمَعِينَةِ عَلَى الْفَهْمِ وَالْعَمَلِ، وَثَوْرُثِ أَمْرَاضٍ مُتَلَفَةٍ".¹⁰⁸⁰

وكان من هدي النبي (ص.س) عدم مدافعة النوم إذا غلبه، وفي حديث طويل للسيدة عائشة (ر.ض) تصف فيه قيام رسول الله عليه وسلم: "... وَكَانَ إِذَا غَلَبَهُ نَوْمٌ، أَوْ وَجَعَ عَنْ قِيَامِ اللَّيْلِ صَلَّى مِنَ النَّهَارِ ثِنْتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً..."¹⁰⁸¹.

وفي صحيح الإمام مسلم باب كامل بعنوان: (بَابُ مَنْ نَعَسَ فِي صَلَاتِهِ، أَوْ اسْتَعْجَمَ عَلَيْهِ الْقُرْآنُ، أَوْ الذِّكْرُ بَأَنَّهُ يَرْقُدُ، أَوْ يَقْعُدُ حَتَّى يَذْهَبَ عَنْهُ ذَلِكَ).¹⁰⁸²

¹⁰⁷⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، مَا يُكْرَهُ مِنَ التَّشْدِيدِ فِي الْعِبَادَةِ، 2/53/ح1150.

¹⁰⁷⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 2/37.

¹⁰⁷⁹ القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 2/327.

¹⁰⁸⁰ السفاريني، شمس الدين، أبو العون محمد بن أحمد بن سالم السفاريني الحنبلي (المتوفى: 1188هـ) غداء الألباب في شرح منظومة

الأدب، مؤسسة قرطبة - مصر، ط: 2، 1414 هـ - 1993م، عدد الأجزاء: 2، 2/359.

¹⁰⁸¹ مسلم، المسند الصحيح، 6 صلاة المسافر وقصرها، بَابُ جَمَاعٍ صَلَاةِ اللَّيْلِ، وَمَنْ نَامَ عَنْهُ أَوْ مَرَضَ، 1/513/ح746.

¹⁰⁸² مسلم، المسند الصحيح، 6 صلاة المسافر وقصرها، باب رقم 31.

يقول ابن القيم: وكما أن كثرة النوم مورثة للآفات، فمدافعتة وهجره مورث لآفات أخرى عظام: من سوء المزاج وبيسه، وانحراف النفس، وجفاف الرطوبات المعينة على الفهم والعمل، ويورث أمراضا متلفة لا ينتفع صاحبها بقلبه ولا بدنه معها، وما قام الوجود إلا بالعدل، فمن اعتصم به فقد أخذ بحظه من مجامع الخير.¹⁰⁸³

كما ورد الأمر بالتخفيف على المأمومين تلبية لحاجة الجسم للراحة، وخاصة لمن كان له عذر. فعن أبي مسعود (ر.ض) قال: قال رجل: يا رسول الله إني لأتأخر عن الصلاة في الفجر مما يطيل بنا فلان فيها، فعضب رسول الله (ص.س) ما رأيته غضب في موضع كان أشد غضبا منه يومئذ، ثم قال: "يا أيها الناس، إن منكم منقرين، فمن أَمَّ النَّاسَ فَلْيَتَجَوَّزْ، فَإِنَّ خَلْفَهُ الضَّعِيفَ وَالْكَبِيرَ وَذَا الْحَاجَةِ"¹⁰⁸⁴

في هذا الحديث تظهر إيجابية النبي (ص.س) في الدعوة لأداء فريضة الصلاة جماعة من غير إطالة على المصلين حتى لا يكون الإمام منفراً عن الصلاة، وهذا هو منهج الوسطية من غير إفراط بإطالة القراءة، ومن غير تفريط، وذلك بالإتيان بالأركان والواجبات والاطمئنان فيها.

فالإمام صاحب المنهج الإيجابي هو الذي يكون سببا في جذب المصلين، لأنه يراعي أطياف الناس كالمسن والمريض والهرم وأصحاب المهن والمشغل، فالتزام الوسطية في القراءة يجمع المسلمين في بيت الله تعالى لأداء هذه العبادة.

وفي حديث جابر قال: أَقْبَلَ رَجُلٌ بِنَاضِحَيْنِ وَقَدْ جَنَحَ اللَّيْلُ، فَوَافَقَ مُعَاذًا يُصَلِّي، فَتَرَكَ نَاضِحَهُ وَأَقْبَلَ إِلَى مُعَاذٍ، فَقَرَأَ بِسُورَةِ الْبَقَرَةِ - أَوْ النَّسَاءِ - فَأَنْطَلَقَ الرَّجُلُ وَبَلَغَهُ أَنَّ مُعَاذًا نَالَ مِنْهُ، فَأَتَى النَّبِيَّ

¹⁰⁸³ ابن القيم، مدارج السالكين، 457/1.

¹⁰⁸⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 10 كتاب الأذان، باب مَنْ شَكَا إِمَامَهُ إِذَا طَوَّلَ، 142/1 ح 704.

مسلم، المسند الصحيح، 4 كتاب الصلاة، باب أَمْرُ الْأُيُمَّةِ بِتَخْفِيفِ الصَّلَاةِ فِي تَمَامٍ، 340/1 ح 466.

(ص.س) فَشَكَا إِلَيْهِ مُعَاذًا، فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "يَا مُعَاذُ، أَفَتَأْتِ أَنْتَ - أَوْ "أَفَاتِنُ" - ثَلَاثَ مِرَارٍ: "فَلَوْلَا صَلَّيْتُ بِسَبِّحِ اسْمِ رَبِّكَ، وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا، وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَى، فَإِنَّهُ يُصَلِّي وَرَاءَكَ الْكَبِيرُ وَالضَّعِيفُ وَذُو الْحَاجَةِ".¹⁰⁸⁵ ومعنى الفتنة ها هنا أن التطويل يكون سببا لخروجهم من الصلاة وللتكره للصلاة في الجماعة.¹⁰⁸⁶

ولما رأى النبي (ص.س) رجلا قد أرق نفسه وأتعبها بالوقوف بالشمس صائما نهاره عن ذلك كما في الحديث، عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، قَالَ: بَيْنَا النَّبِيُّ (ص.س) يَخْطُبُ، إِذَا هُوَ بِرَجُلٍ قَائِمٍ، فَسَأَلَ عَنْهُ فَقَالُوا: أَبُو إِسْرَائِيلَ، نَذَرَ أَنْ يَقُومَ وَلَا يَقْعُدَ، وَلَا يَسْتَظِلَّ، وَلَا يَتَكَلَّمَ، وَيَصُومَ. فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "مُرْهُ فَلْيَتَكَلَّمْ وَلْيَسْتَظِلَّ وَلْيَقْعُدْ، وَلْيَتِمَّ صَوْمُهُ".¹⁰⁸⁷ ولما رأى النبي (ص.س) عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ (ر.ض) يقوم الليل ويرهق نفسه، قال له: "فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا".¹⁰⁸⁸

وفي الوقت الذي وجه فيه النبي (ص.س) المسلم للإشباع الإيجابي لهذا الدافع، بأن يعطي جسده حقه من النوم والراحة، حذره أيضا من السلبية في الإشباع والتمادي فيه.

ففي الصحيحين، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: ذُكِرَ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) رَجُلٌ نَامَ لَيْلَةً حَتَّى أَصْبَحَ، قَالَ: "ذَاكَ رَجُلٌ بَالَ الشَّيْطَانُ فِي أُذُنَيْهِ". أَوْ قَالَ: "فِي أُذُنِهِ".¹⁰⁸⁹

¹⁰⁸⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 10 كتاب الأذان، بَابُ مَنْ شَكَا إِمَامَهُ إِذَا طَوَّلَ، 1/142/705.

مسلم، المسند الصحيح، 4 كتاب الصلاة، بَابُ الْقِرَاءَةِ فِي الْعِشَاءِ، 1/339/465.

¹⁰⁸⁶ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 2/195.

¹⁰⁸⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 83 كِتَابُ الْأَيْمَانِ وَالنُّذُورِ، بَابُ النَّذْرِ فِيمَا لَا يَمْلِكُ وَفِي مَعْصِيَةٍ، 8/143/6704.

¹⁰⁸⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 30 كِتَابُ الصَّوْمِ، بَابُ حَقِّ الْجِسْمِ فِي الصَّوْمِ، 3/39/1975.

مسلم، المسند الصحيح، 13 كِتَابُ الصِّيَامِ، بَابُ النَّهْيِ عَنْ صَوْمِ الدَّهْرِ لِمَنْ تَصَرَّرَ بِهِ...، 22/817/1159.

¹⁰⁸⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، بَابُ إِذَا نَامَ وَمُ يُصَلِّ بَالَ الشَّيْطَانُ فِي أُذُنِهِ، 2/52/1144.

مسلم، المسند الصحيح، 6 كتاب صلاة المسافرين وقصرها، بَابُ مَا رُويَ فِيمَنْ نَامَ اللَّيْلَ أَجْمَعَ حَتَّى أَصْبَحَ، 1/537/774.

واختلف في بول الشَّيْطَانِ فقليل هو على حقيقته. قال القرطبي وغيره: لا مانع من حمله على الحقيقة، لأنه ثبت أن الشَّيْطَانِ يأكل ويشرب وينكح فلا مانع من أن يبول، وقيل: هو كناية عن سد الشَّيْطَانِ أذن الذي ينام عن الصلاة حتى لا يسمع الذكر... وقيل: معناه أن الشَّيْطَانِ استولى عليه واستخفَّ به حتى اتخذ كالكنيف المعد للبول إذ من عادة المستخف بالشيء أن يبول عليه. وقيل: هو مثل مضروب للغافل عن القيام بثقل النَّوْمِ كمن وقع البول في أذنه فثقل أذنه وأفسد حسَّه... وقال الطيبي¹⁰⁹⁰ خص الأذن بالذكر وإن كانت العين أنسب بالنَّوْمِ إشارة إلى ثقل النَّوْمِ فإن المسامع هي موارد الانتباه. وخص البول لأنه أسهل مدخلا في التجاوب وأسرع نفوذا في العروق فيورث الكسل في جميع الأعضاء.¹⁰⁹¹

ويؤيد هذا الحديث حديث آخر يثبت أن للشيطان تأثيراً، بأن يجعل النَّوْمَ له أثر سلبي على الإنسان، ففي الصحيحين، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض): أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "يَعْقُدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسٍ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ يَضْرِبُ كُلَّ عُقْدَةٍ عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ، فَارْقُدْ فَإِنْ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ، انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنْ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنْ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ وَإِلَّا أَصْبَحَ حَيْثُ النَّفْسُ كَسَلًا".¹⁰⁹²

واختلف العلماء في هذه العقد فقليل هو عقد حقيقي بمعنى عقد السحر للإنسان ومنعه من القيام كما قال تعالى: ﴿وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ﴾.¹⁰⁹³ فعلى هذا هو قول يقوله يؤثر في تثبيط

¹⁰⁹⁰ الطيبي، شرح الطيبي على مشكاة المصابيح، 4/1202.

¹⁰⁹¹ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 3/29.

¹⁰⁹² البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، باب عُقْدِ الشَّيْطَانِ عَلَى قَافِيَةِ الرَّأْسِ إِذَا لَمْ يُصَلِّ بِاللَّيْلِ، 2/52/ح1142.

مسلم، المسند الصحيح، 6 كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب مَا رُويَ فِيْمَنْ نَامَ اللَّيْلَ أَجْمَعَ حَتَّى أَصْبَحَ، 1/538/ح776.

¹⁰⁹³ سورة الفلق: 4.

النائم كتأثير السحر، وقيل: يحتمل أن يكون فعلا يفعله كفعل النفاثات في العقد، وقيل: يوسوس في نفسه ويجدته بأن عليك ليلا طويلا فتأخر عن القيام. وقيل: هو مجاز.¹⁰⁹⁴

فالني (ص.س) يبين لنا الحالة النفسية الإيجابية التي يكون عليها من استيقظ وذكر الله تعالى وتوضاً فصلى وعبر عن هذه الحالة بقوله: "فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ".

أما عندما يغرق في نومه ويضيع صلاة الفجر بعد أن أثر فيه الشيطان فإنه يصبح في حالة نفسية سلبية عبر عنها (ص.س) بقوله: "وَالْأَصْبَحَ حَيْثُ النَّفْسُ كَسَلًا".

ومن أضرار كثرة النوم أنه يميت القلب، ويثقل البدن، ويضيع الوقت، ويورث كثرة الغفلة والكسل، ومنه المكروه جدا، ومنه الضرر غير النافع للبدن، وأنفع النوم ما كان عند شدة الحاجة، إليه، ونوم أول الليل أحمد وأنفع من آخره، ونوم وسط النهار أنفع من طرفيه، وكلما قرب النوم من الطرفين قل نفعه، وكثر ضرره، ولا سيما نوم العصر، والنوم أول النهار إلا لسهران.¹⁰⁹⁵

ونقل السفاريني عن كتاب شرح أوزاد أبي داود قوله: "وَأَمَّا كَثْرَةُ النَّوْمِ فَلَهُ آفَاتٌ: مِنْهَا أَنَّهُ دَلِيلٌ عَلَى الْفُسُولَةِ وَالضَّعْفِ وَعَدَمِ الذِّكَاةِ وَالْفِطْنَةِ، وَمُسَبِّبٌ لِلْكَسَلِ وَعَادَةِ الْعَجْزِ وَتَضْيِيعِ الْعُمْرِ فِي غَيْرِ نَفْعٍ، وَقَسَاوَةِ الْقَلْبِ وَعَقْلِيَّتِهِ وَمَوْتِهِ، وَالشَّاهِدُ عَلَى هَذَا مَا يُعْلَمُ ضُرُورَةً وَيُوجَدُ مُشَاهَدَةً وَيُنْقَلُ مُتَوَاتِرًا مِنْ كَلَامِ الْأُمَمِ وَالْحُكَمَاءِ السَّالِفِينَ وَأَشْعَارِ الْعَرَبِ وَصَحِيحِ الْأَحَادِيثِ وَأَثَارٍ مِنْ سَلَفٍ وَخَلَفٍ مِمَّا لَا يَحْتَاجُ إِلَى الْإِسْتِشْهَادِ عَلَيْهِ اخْتِصَارًا وَاقْتِصَارًا عَلَى شُهْرَتِهِ"¹⁰⁹⁶.

¹⁰⁹⁴ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 6/66.

¹⁰⁹⁵ ابن القيم، مدارج السالكين، 1/457.

¹⁰⁹⁶ السفاريني، غداء الألباب في شرح منظومة الآداب، 2/359.

وما ذكره علماء الشريعة يتحدث عنه علماء الطب المعاصرين، فاختلال ساعات النَّوم تؤثر على الصحة العامة للجسم، والنَّوم الزائد عن تسع ساعات لمتوسط العمر يسبب خمول الذاكرة وتراجعاً، كما يؤدي عدم النَّوم، أو النَّوم الطويل إلى آثار سلبية على الذاكرة منها:

- فقدان التدريجي للذاكرة حيث يفقد الإنسان جزءاً بعد جزء من استرجاع المعلومة أو الحدث.

- فقدان الذاكرة لفترة زمنية معينة حيث يعاني الشخص من فقد أجزاء من الذكريات التي قد حدثت في فترة زمنية معينة، رغم أنه قد يكون قادراً على تذكر الأحداث التي سبقتها أو تذكر الأحداث التي حدثت بعدها.

- فقدان الذاكرة للحدث أو المعلومة الجديدة حيث يفقد الإنسان جزءاً من قدرته على استعادة الأحداث التي حدثت في وقت قريب، رغم أنه قادر على أن يتذكر ويسترجع الأحداث القديمة.¹⁰⁹⁷

وقد وضع النبي (ص.س) البرنامج الأمثل للنوم الصحي، فحدد لنا أوقاتا للنوم، ونهانا عن أوقات أخرى نهي إرشاد وتوجيه.

المطلب الثاني: برنامج النَّوم الصحي من السُّنة النَّبَوِيَّة

أما فترات النَّوم الواردة في السُّنة فهي ثلاثة، وقد ذكرت في قول الله عز وجل: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِيَسْتَغْنِيَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَوةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَوةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ

¹⁰⁹⁷ السبسي، فؤاد، كيف تقوي ذاكرتك؟ وتتغلب على النسيان، دار القيروان للنشر والتوزيع، ط: بلا، 2009م.

وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوْفُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾¹⁰⁹⁸.

الفترة الأولى: وهي في قوله تعالى: ﴿مِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ﴾. وقد نهي عن الدخول فيه إلا بعد الاستئذان، لأنه وقت يكون فيه المرء مُتَخَفِّفًا من ملابسه استعدادًا للنوم، وكانت العرب من عاداتها النَّوْمُ في هذا الوقت ولم ينكر القرآن عليهم ذلك. بل جاءت السُّنَّةُ لتؤكد لنا كراهية تأخير النَّوْمِ بعد العشاء، وفي حديث أَبِي بَرزَةَ الْأَسْلَمِيِّ، وهو يتكلم عن صلاة رسول الله (ص.س) قَالَ: "كَانَ لَا يُبَالِي بَعْضَ تَأْخِيرِهَا - يَعْنِي الْعِشَاءَ - إِلَى نِصْفِ اللَّيْلِ، وَلَا يُحِبُّ النَّوْمَ قَبْلَهَا، وَلَا الْحَدِيثَ بَعْدَهَا".¹⁰⁹⁹

وأما كراهة الحديث بعدها؛ فلما يؤدي إليه من السهر، ومخافة غلبة النَّوْمِ آخر الليل، فينام عن قيام آخر الليل، وربما ينام عن صلاة الصبح.¹¹⁰⁰

وفي سنن ابن ماجه، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: "جَدَّبَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) السَّمَرَ بَعْدَ الْعِشَاءِ" يَعْنِي زَجْرَنَا.¹¹⁰¹

ورخص النبي (ص.س) السهر بعد العشاء في حالة الصلاة أو السفر، كما عند الترمذي، عن عبد الله بن مسعودٍ عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَا سَمَرَ إِلَّا لِمُصَلٍّ أَوْ مُسَافِرٍ"¹¹⁰² كما رخص النبي

¹⁰⁹⁸ سورة النور: 58.

¹⁰⁹⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 9 كتاب مواقيت الصلاة، بَابُ وَقْتِ الْعَصْرِ، 1/114/ح 547.

مسلم، المسند الصحيح، 5 كتاب المساجد ومواضع الصلاة، بَابُ اسْتِخْبَابِ التَّكْبِيرِ بِالصُّبْحِ...، 1/447/ح 647.

¹¹⁰⁰ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 2/271.

¹¹⁰¹ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 2 كتاب الصلاة، بَابُ التَّهْنِئَةِ عَنِ النَّوْمِ قَبْلَ صَلَاةِ الْعِشَاءِ، وَعَنِ الْحَدِيثِ بَعْدَهَا، 1/230/ح 703.

قال البوصيري، مصباح الزجاجة في زوائد ابن ماجه، 1/88: هَذَا إِسْنَادُ رِجَالِهِ ثِقَاتٌ وَلَا أَعْلَمُ لَهُ عِلَّةً إِلَّا أَنْ غَطَاءَ بِنِ السَّائِبِ اخْتَلَطَ بِآخِرِهِ وَتَحَمَّدَ بِنُ فَضَّلَ رَوَى عَنْهُ بَعْدَ الْإِخْتِلَاطِ.

¹¹⁰² أحمد، المسند، 6/90/ح 3603، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: حديث حسن، وهذا إسناد ضعيف لإبهام راويه عن ابن مسعود، وبقية رجاله ثقات رجال الشيخين.

(ص.س) السهر على أمر من أمور المسلمين. عن عمر بن الخطاب (ر.ض) قال: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) يَسْمُرُ عِنْدَ أَبِي بَكْرٍ اللَّيْلَةَ كَذَلِكَ فِي الْأَمْرِ مِنْ أَمْرِ الْمُسْلِمِينَ، وَأَنَا مَعَهُ " ¹¹⁰³

قال الترمذي بعد إخرجه الحديث: وقد اختلف أهل العلم من أصحاب النبي (ص.س) والتابعين، ومن بعدهم في السمر بعد صلاة العشاء الآخرة، فكره قوم السمر بعد صلاة العشاء، ورخص بعضهم إذا كان في معنى العلم، وما لا بد منه من الحوائج، وأكثر الحديث على الرخصة. ¹¹⁰⁴

الفترة الثانية: نوم السدس الآخر من الليل الى الفجر.

ويكون ذلك بعد قيام الليل، قال تعالى في آية الاستئذان: ﴿مَنْ قَبْلَ صَلَوةِ الْفَجْرِ﴾. ¹¹⁰⁵ ففي هذه الآية إقرار من الله سبحانه بأن ما بعد قيام الليل إلى ما قبل صلاة الفجر وقت نوم، وكان النبي (ص.س) بعد أن يُتم ورده من الليل ينام وقت السحر وهو السدس الأخير من الليل، فعن عائشة (ر.ض) قالت: "مَا أَلْقَاهُ السَّحَرُ عِنْدِي إِلَّا نَائِمًا" تَغْنِي النَّبِيَّ (ص.س). ¹¹⁰⁶

قال ابن حجر: قال المهلب: كان داود (ع.س) يَجُمُّ نفسه بنوم أول الليل ثم يقوم في الوقت الذي ينادي الله فيه هل من سائل فأعطيه سؤله. ثم يستدرك بالنَّوْم ما يستريح به من نصب القيام في بقية الليل وهذا هو النَّوْم عند السحر... وإنما صارت هذه الطريقة أحب من أجل الأخذ بالرفق للنفس

¹¹⁰³ أحمد، المسند، 1/311/178. قال ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 1/213: رجاله ثقات، إلا أن في إسناده اختلافا على علقمة.

¹¹⁰⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 2 أبواب الصلاة، باب ما جاء من الرخصة في السمر بعد العشاء، 1/315/169، وقال: حديث حسن.

¹¹⁰⁵ سورة النور: 58.

¹¹⁰⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، باب مَنْ نَامَ عِنْدَ السَّحْرِ، 2/51/1133.

مسلم، المسند الصحيح، 6 كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب صَلَاةِ اللَّيْلِ، وَعَدَدُ رَكَعَاتِ النَّبِيِّ (ص.س) فِي اللَّيْلِ..، 1/511/742.

التي يخشى منها السامة وقد قال (ص.س): "إن الله لا يمل حتى تملوا".¹¹⁰⁷ والله يحب أن يديم فضله ويوالي إحسانه، وإنما كان ذلك أرفق لأن النوم بعد القيام يريح البدن ويذهب ضرر السهر وذبول الجسم... وفيه من المصلحة أيضا استقبال صلاة الصبح وأذكار النهار بنشاط وإقبال وأنه أقرب إلى عدم الرياء لأن من نام السدس الأخير أصبح ظاهر اللون سليم القوى فهو أقرب إلى أن يخفي عمله الماضي على من يراه.¹¹⁰⁸

وسئلت السيدة عائشة (ر.ض) كَيْفَ كَانَتْ صَلَاةُ النَّبِيِّ (ص.س) بِاللَّيْلِ؟ قَالَتْ: "كَانَ يَنَامُ أَوَّلَهُ وَيَقُومُ آخِرَهُ، فَيُصَلِّي، ثُمَّ يَرْجِعُ إِلَى فِرَاشِهِ، فَإِذَا أَذَّنَ الْمُؤَدِّنُ وَتَبَّ، فَإِنْ كَانَ بِهِ حَاجَةٌ، اغْتَسَلَ وَإِلَّا تَوَضَّأَ وَخَرَجَ".¹¹⁰⁹

والنوم في هذا الوقت هو في حق من قام جزءاً من الليل، ولا تعارض بين حديث السيدة عائشة (ر.ض) وبين مدح الله تعالى للمستغفرين في الأسحار في قوله سبحانه: ﴿الْصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ﴾.¹¹¹⁰

وقوله تعالى: ﴿وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾.¹¹¹¹ فإن إخبار السيدة عائشة (ر.ض) عن نوم النبي (ص.س) وقت السحر لا يستلزم أنه كان ينام كله، ولكن كان يأخذ نومة للراحة بعد طول قيام ليسترد نشاطه وقوته، فرما استغفر النبي (ص.س) أول مادخل وقت السحر ثم نام، أو أنه نام أول السحر

¹¹⁰⁷ الطبراني، المعجم الكبير، 18/ 228، عن عُمَرَانَ بْنِ حُصَيْنٍ، بلفظ "عَلَيْكُمْ مِنَ الْعَمَلِ بِمَا تُطِيقُونَ، فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَمَلُّ حَتَّى تَمَلُّوا". قال الهيثمي، مجمع الزوائد، 2/ 259، 3561: اسناده حسن.

¹¹⁰⁸ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 3/ 17.

¹¹⁰⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، بَابُ مَنْ نَامَ أَوَّلَ اللَّيْلِ وَأَخْبَا آخِرَهُ، 2/ 53 ح 1146.

مسلم، المسند الصحيح، كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب صَلَاةِ اللَّيْلِ، وَعَدَدُ رَكَعَاتِ النَّبِيِّ (ص.س) فِي اللَّيْلِ...، 1/ 510 ح 739.

¹¹¹⁰ سورة آل عمران: 17.

¹¹¹¹ سورة الذاريات: 18.

واستيقظ آخره فاستغفر فيه، وبذلك يزول الإشكال، فقد كان أشد امتثالاً لأمر الله تعالى وأحرص الناس على الخير.

ومن العلماء من رأى أن النَّوْمَ المقصود ليس هو النَّوْمُ الحقيقي، بل مجرد الاضطجاع، كما قاله ابن التين فيما نقله عنه ابن حجر. ومن أهل العلم من يرى أنَّ نومه (ص.س) كان حقيقياً إلا أنه لم يكن ينام في هذا الوقت في جميع الأحوال كما قال ابن بطلان، بل كان ذلك في الليالي الطوال، وفي غير شهر رمضان فإنه كان يتشاغل بالسحور في آخر الليل ثم يخرج لصلاة الفجر. وحمله البعض على نوم الاستراحة بعد ركعتي الفجر.¹¹¹²

وجاء العلم الحديث ليكشف عن الفوائد الصحية لهذا الاستيقاظ، فإن الإنسان الذي ينام ساعات طويلة على وتيرة واحدة يتعرض للإصابة بأمراض القلب بنسب عالية جداً، والتعليل العلمي لهذه الظاهرة أن شحوم الدم تترسب على جدران الشرايين الخاصة بالقلب بنسبة كبيرة إذا طالت ساعات النَّوْم مما يؤدي إلى إضعاف عمل هذه الشرايين وفقدان مرونتها، مما يؤدي إلى تصلب الشرايين، فلا تصلح لضخ كميات الدم المناسبة لتغذية عضلة القلب، علاوة على أن نبض القلب يبطؤ ومع بطء النبض يبطؤ تدفق الدم في العروق. ولذلك نرى أن الباحثين في هذا الأمر والذين لا يعرفون عن الإسلام شيئاً فيقدمون النصائح التي قدمها الإسلام، فيوصون بأن يقوم الإنسان من نومه بعد أربع أو خمس ساعات لإجراء بعض الحركات الرياضية أو المشي لربع ساعة تقريباً للحفاظ على مرونة الشرايين القلبية ووقايتها من الترسبات الدهنية والإصابة بالذبحة الصدرية.¹¹¹³

¹¹¹² ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 18/3.

¹¹¹³ مخيمر، مجلة التبيان، العدد السبعون [38-39].

الفترة الثالثة: القيلولة

كانت من عادة العرب في الجاهلية نوم القيلولة، وهي النَّوْم والاسترخاء وقت تعامد الشمس، وربما كان ذلك لشدة الحرارة في ذلك الوقت، وجاء الإسلام ليقرها وليحث عليها، فقد جعلها الله تعالى ضمن أوقات الاستئذان الثلاثة، بقوله سبحانه: ﴿وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهِيرَةِ﴾.¹¹¹⁴ وكانوا يضعون ثيابهم استعدادًا للنوم.

وقال تعالى: ﴿أَصْحَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَئِذٍ خَيْرٌ مُّسْتَقَرًّا وَأَحْسَنُ مَقِيلًا﴾.¹¹¹⁵ فمن النعيم الذي يكون فيه أهل الجنة أنهم يقيلون.

قَالَ الْأَزْهَرِيُّ: القيلولة والمقيل الاستراحةُ نِصْفَ النَّهَارِ، وَإِنْ لَمْ يَكُنْ مَعَ ذَلِكَ نَوْمٌ، لِأَنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ: ﴿وَأَحْسَنُ مَقِيلًا﴾.¹¹¹⁶ وَالْجَنَّةُ لَا نَوْمَ فِيهَا.

قال الغزالي: "القيلولة وهي سنة يستعان بها على قيام الليل كما أن التسحر سنة يستعان به على صيام النهار".¹¹¹⁷

و من خلال هذه الأحاديث والآيات يتبين لنا أن ليل المسلم عبارة عن نوم النصف وقيام الثلث ونوم السدس، وقد مدح النبي (ص.س) نبي الله داود (ع.س) حيث كان هذا أيضًا دأبه، فعن عبد الله بن عمرو بن العاص (ر.ض) أن رسول الله (ص.س) قال له: "أَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ (ع.س)

¹¹¹⁴ سورة النور: 58.

¹¹¹⁵ سورة الفرقان: 24.

¹¹¹⁶ البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 443/3.

¹¹¹⁷ الغزالي، إحياء علوم الدين، 338/1.

وَأَحَبُّ الصَّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ، وَكَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ وَيَقُومُ ثُلُثَهُ، وَيَنَامُ سُدُسَهُ، وَيَصُومُ يَوْمًا، وَيُفْطِرُ يَوْمًا".¹¹¹⁸

والنَّوْمُ الصَّحِي الشَّرْعِيَّ يُمْكِنُ أَنْ يُوَزَّعَ عَلَى أَوْقَاتٍ ثَلَاثَةٍ: نِصْفَ اللَّيْلِ الْأَوَّلِ، وَفِي السَّحَرِ، وَفِي الْقِيلُولَةِ. وَقَدْ حَدَّثَ النَّبِيُّ (ص.س) مِنْ النَّوْمِ فِي بَعْضِ الْفَتَرَاتِ، كَالنَّوْمِ بَعْدَ الْفَجْرِ.

فَقَدْ مَدَحَ اللَّهُ تَعَالَى صَلَاةَ الْفَجْرِ لَمَّا فِي هَذَا الْوَقْتِ مِنَ الْبَرَكَةِ، قَالَ تَعَالَى: ﴿وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا﴾.¹¹¹⁹ وَحَدَّثَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عَلَى النَّشَاطِ فِي هَذَا الْوَقْتِ، وَدَعَا اللَّهَ أَنْ يَبَارِكَ لِأَمَّتِهِ فِيهِ، فَعَنْ صَخْرَ بْنِ وَدَاعَةَ (ر.ض) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأَمَّتِي فِي بَكُورِهَا". وَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ جَيْشًا بَعَثَهُمْ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ وَكَانَ صَخْرًا تَاجِرًا فَكَانَ يَبْعَثُ تِجَارَتَهُ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ فَأَثَرِي وَكَثُرَ مَالُهُ".¹¹²⁰ فَهَذَا وَقْتُ يَجِدُ فِيهِ الْمُسْلِمُ مِنَ النَّشَاطِ وَالْبَرَكَةِ مَا لَا يَجِدُهُ فِي بَاقِي الْأَوْقَاتِ.

وَرَأَى عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَبَّاسٍ ابْنًا لَهُ نَائِمًا نَوْمَةَ الصُّبْحَةِ، فَقَالَ لَهُ: (قُمْ، أَتَنَامُ فِي السَّاعَةِ الَّتِي تُقَسِّمُ فِيهَا الْأَرْزَاقَ)؟ وَقِيلَ: نَوْمُ النَّهَارِ ثَلَاثَةٌ: خُلُقٌ، وَحَرْقٌ، وَخُمُقٌ. فَالْخُلُقُ: نَوْمَةُ الْهَاجِرَةِ، وَهِيَ خُلُقُ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س). وَالْحَرْقُ: نَوْمَةُ الضُّحَى، تَشْعَلُ عَنْ أَمْرِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ. وَالْخُمُقُ: نَوْمَةُ الْعَصْرِ.. وَنَوْمُ الصُّبْحَةِ يَمْنَعُ الرِّزْقَ؛ لِأَنَّ ذَلِكَ وَقْتُ تَطْلُبُ فِيهِ الْخَلِيقَةُ أَرْزَاقَهَا، وَهُوَ وَقْتُ قِسْمَةِ الْأَرْزَاقِ، فَنَوْمُهُ جَزْمَانٌ إِلَّا لِعَارِضٍ

¹¹¹⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 19 كتاب التهجد، بَابُ مَنْ نَامَ عِنْدَ السَّحَرِ، 2/50/1131

مسلم، المسند الصحيح، 113 كتاب الصيام، بَابُ النَّهْيِ عَنْ صَوْمِ الدَّهْرِ لِمَنْ تَصَرَّرَ بِهِ أَوْ فُوتَ بِهِ حَقًّا...، 2/816/1159.

¹¹¹⁹ سورة الاسراء: 78.

¹¹²⁰ أحمد، المسند، 24/177/15443.

أبو داود، سنن أبي داود، 15 كتاب الجهاد، بَابُ فِي الْإِتِّكَارِ فِي السَّفَرِ، 3/35/2606.

الترمذي، سنن الترمذي، 12 أبولب البيوع، بَابُ مَا جَاءَ فِي التَّبَكِيرِ بِالتَّجَارَةِ، 3/509/1212، وقال: حديث حسن.

أَوْ ضَرُورَةٍ، وَهُوَ مُضَرٌّ جَدًّا بِالْبَدَنِ لِإِرْحَائِهِ الْبَدَنَ، وَإِفْسَادِهِ لِلْفَضَالَاتِ الَّتِي يَنْبَغِي تَحْلِيلُهَا بِالرِّيَاضَةِ،
فَيُحْدِثُ تَكْسُّرًا وَعِيًّا وَضَعْفًا.¹¹²¹

والمكروه عند العلماء في نوم الصبحة هو النَّوْمُ بين صلاة الصبح وطلوع الشمس.¹¹²²

وجاء العلم الحديث وأثبت أن أعلى نسبة لغاز الأوزون تكون عند الفجر وهذه النسبة تقل
وتنتهي عند طلوع الشمس، فهذا الغاز ينشّط الجهاز العصبي فمن استيقظ بعد الشمس شعر طوال اليوم
بانخيار القوى والكسل، وكذلك أثبت العلم الحديث أن نسبة الأشعة فوق البنفسجية تكون أكبر عند
الشروق فهي مفيدة للجلد وهشاشة العظام، فالاستيقاظ مبكراً يمنع الأعراض السابقة الذكر من بطء في
دقات القلب وسريان الدم بالشرابين وترسيب المواد الدهنية على جدار الشرايين، مما يسبب الذبحة
الصدرية وغيرها.¹¹²³

وتؤكد الباحثة الفرنسية (نيريس دي) أن عبارة "النَّوْمُ المبكر والاستيقاظ المبكر يجعل الإنسان
صحيحاً وغنياً وحكيماً" عبارة "إن ساعة النَّوْمِ قبل منتصف الليل تساوي ثلاث ساعات بعده" فيهما
بعض الصحة والحقيقة العلمية، ولقد تبين أن 70 بالمئة من نومنا العميق غير الحالم يحدث خلال الثلث
الأول من الليل، وعندما نتجاوز النَّوْمِ قبل منتصف الليل فإننا نفقد كثيراً من نومنا العميق غير الحالم.¹¹²⁴

كما أن ريح الصبا التي تهب عند ساعات الفجر لها تأثير لطيف يحس به الإنسان ويتذوق
حلاوته حيث يكون الهواء المشبع بالأوزون، وقد تبين علمياً أن لهذا الغاز تأثيرات رائعة على الجملة
العصبية والمشاعر النَّفْسِيَّة والنشاط العضلي والفكري، كما أن أروع الإنتاجات الصوتية والتلحين الجميل

¹¹²¹ ابن القيم، زاد المعاد في هدي خير العباد، 222/4.

¹¹²² ابن القيم، مدارج السالكين، 457/1.

¹¹²³ مخيمر، مجلة التبيان، العدد السبعون، 38-39.

¹¹²⁴ الدقر، مُجَدُّ نَزَار، رَوَائِعُ الطَّبِّ الْإِسْلَامِيِّ، المكتبة الشاملة، ط: بلا. ص 51.

سُجِّلَتْ وقت الفجر الباكر، وهكذا فإن قارئ القرآن الكريم يحس بقابلية عجيبة وقت الفجر من حيث نقاوة الصوت وصفائه والقدرة على التلحين الجميل، هذا عدا عمّا في القراءة من خشوع وصفاء. وقد أشار القرآن الكريم عند قوله الله تعالى: ﴿وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا﴾¹¹²⁵. إلى سر هذه المعجزة العلمية.¹¹²⁶

وقد ذكرني كتاب الطب في القرآن الكريم الفوائد الصحية التي يجنيها الانسان بيقظة الفجر وهي كثيرة منها:

1- تكون أعلى نسبة لغاز الأوزون (O 3) في الجو عند الفجر، وتقل تدريجياً حتى تضمحل عند طلوع الشمس، ولهذا الغاز تأثير مفيد للجهاز العصبي، ومنشط للعمل الفكري والعضلي، بحيث يجعل ذروة نشاط الانسان الفكرية والعضلية تكون في الصباح الباكر، كما يستشعر الانسان عندما يستنشق نسيم الفجر الجميل المسمى بريح الصبا، لذة ونشوة لا شبيه لها في أي ساعة من ساعات النهار أو الليل.

2 - إن أشعة الشمس عند شروقها تكون قريبة إلى اللون الأحمر، ومن المعروف تأثير هذا اللون المثير للأعصاب، والباعث على اليقظة والحركة، وكما أن نسبة الأشعة فوق البنفسجية تكون أكبر ما يمكن عند الشروق، وهي الأشعة التي تُخَرِّضُ الجلد على صنع فيتامين - د -.

3 - الاستيقاظ المبكر يقطع النَّوْم الطويل الطويل، وقد تبين أن الانسان الذي ينام ساعات طويلة وعلى وتيرة واحدة يتعرض للإصابة بأمراض القلب، وخاصة مرض العصيدة الشرياني Atherosclerosis الذي يثير ويؤهب هجمات خناق الصدر، لان النَّوْم ما هو إلا سكون مطلق، فإذا

¹¹²⁵ سورة الاسراء: 78.

¹¹²⁶ الدقر، روائع الطب الإسلامي، ص 51.

دام طويلا أدى ذلك لترسب المواد الدهنية على جدران الأوعية الشريانية، ومنها الشرايين الإكليلية القلبية Coronarya، ولعل الوقاية من عامل من عوامل الأمراض الوعائية، هي إحدى الفوائد التي يجنيها المؤمنون حين يستيقظون في أعماق الليل متقربين لخالقهم بالدعاء والصلاة.

4 - من الثابت علميا أن أعلى نسبة للكورتزون في الدم هي وقت الصباح حيث تبلغ (7 - 22) ميكروغرام / 100 مل بلاسما، وأخفض نسبة له تكون عند المساء حيث تصبح أقل من (7) ميكرو غرام / 100 مل بلاسما، والكورتزون هو المادة السحرية التي تزيد فعاليات الجسم، وتنشط استقلالته بشكل عام. ويزيد نسبة السكر في الدم الذي يزود الجسم بالطاقة اللازمة له. وبالتالي نجد أن المسلم الملتزم بتعاليم القرآن، هو إنسان فريد بالفعل، حيث يستيقظ باكرا ويستقبل اليوم الجديد بجد ونشاط، ويباشر أعماله اليومية في الساعات الأولى من النهار، حيث تكون إمكاناته الذهنية والنفسية والعضلية على أعلى مستوى، وهذا يؤدي لمضاعفة الانتاج، كل ذلك في عالم ملؤه الصفاء والسرور والانشراح ولو تصورنا أن ذلك الالتزام أخذ طابعا جماعيا فسيغدو المجتمع المسلم، مجتمعا مميزا فريدا، وأهم ما يميّزه هو أن الحياة تدب فيه منذ الفجر.¹¹²⁷

وكره بعض العلماء التَّوْم بعد العصر ولم يرد في ذلك حديث يُعتمد عليه.

قال الإمام أحمد: "يكره أن ينام بعد العصر يُخاف على عقله" ونقل السفاريني عن كتاب شرح أورد أبي داود: "كلما قرب التَّوْم من الطرفين يعني طرقي النهار قل نفعه وكثر ضرره".¹¹²⁸

¹¹²⁷ دياب، عبد الحميد، وقرقوز، أحمد، مع الطب في القرآن الكريم، مؤسسة علوم القرآن. دمشق. ط:2، 1402 هـ - 1982م.

ص109.

¹¹²⁸ السفاريني، غذاء الألباب في شرح منظومة الآداب، 355/2.

المبحث الثالث: تزكية الدافع الجنسي

المطلب الأول: الحكمة من وجود هذه الغريزة الفطرية

إن من أقوى الغرائز التي فطر الله تعالى عليها الإنسان الغريزة الجنسية التي تدفع الرجل للتفكير وللبحث عن شريكة حياته ليجد عندها المودة والرحمة كما قال تعالى: ﴿وَمِنْ ءَايَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾¹¹²⁹.

هذه الشهوة هي التي تجذب الذكر والأنثى لقيما علاقة شرعية، فتتكون الأسرة المسلمة التي تضمن بقاء النوع البشري بالتناسل والتعاقب على وجه الأرض.

فكما أن الله تعالى أوجد في الإنسان دوافع فطرية لحفظ الذات واستمرار العيش، فكذلك أوجد فيه دافع التناسل والتكاثر الذي يضمن بقاء جنس الإنسان. وهو ما يسمى في علم النفس بالدافع الجنسي.

ومهمة هذا الدافع في الإسلام ليس فقط حفظ النوع كما هو عند الحيوان، بل كذلك حفظ الأنساب عند التناسل والتكاثر، لذلك حرم نكاح المحارم بالنسب أو بسبب الرضاع والمصاهرة، وحرم الزنا ونكاح المتعة وغير ذلك من الفواحش.

وقد اهتم الإسلام بهذا الدافع فسماه بألفاظ شرعية تعبر عن أهميته مثل: النكاح، الزواج، المعاشرة بالمعروف، الجماع، الوطء، بالإضافة إلى المباحث الفقهية المتعلقة بالزواج والسكن والنسب والمصاهرة وغير ذلك من الأبحاث.

¹¹²⁹ سورة الروم: 21.

فليست الغاية من الزَّواج قضاء الشَّهوة فحسب بل من حكم وجود هذه الغريزة أنها تجذب كلا الجنسين ليقوما العلاقة الشرعية بينهما، فتتكون الأسرة المسلمة التي تتناسل وتتعاقب ويتحقق الهدف السامي، وهو بقاء نوع الإنسان الذي يعمر هذه الأرض بطاعة الله تعالى، كما قال سبحانه: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾¹¹³⁰.

ويذكر الإمام الغزالي أن شهوة الوقاع سُلِّطت على الإنسان لفائدتين:

إحدهما: أن يدرك الإنسان لذته فيقيس به لذات الآخرة فإن لذة الوقاع لو دامت لكانت أقوى لذات الجسد، كما أن النار وآلامها أعظم آلام الجسد، والترغيب والترهيب يسوق الناس إلى سعادتهم ولا يكون ذلك إلا بألم محسوس ولذة محسوسة مدركة فإن ما لا يدرك بالاحساس وبالذوق لا يعظم إليه الشوق.

والفائدة الثانية: بقاء النسل واستمرار وجود النوع البشري، فهاتان فائدتان لهذه الشَّهوة، ولكن

فيها من الآفات ما يهلك الدين والدنيا إن لم تُضبط ولم تُقهر ولم تُردَّ إلى حد الاعتدال.¹¹³¹

¹¹³⁰ سورة الذاريات: 56.

¹¹³¹ الغزالي، إحياء علوم الدين، 99/3.

المطلب الثاني: الآثار النفسية الإيجابية للعلاقة الشرعية

أولاً: السكينة النفسية والاستقرار الفكري

إن السكينة والطمأنينة النفسية لكلا الزوجين هي من أهم ثمرات الزواج الشرعي كما قال تعالى:

﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾.¹¹³²

وبوجود هذه السكينة تنمو المودة والمحبة كما وصفها ابن كثير: "فلا ألفة بين روحين أعظم مما

بين الزوجين".¹¹³³

وعندما تغشى هذه المشاعر الإيجابية الحياة الزوجية يأتي الأولاد لينمووا في بيت تغمره قوة الصلة

بين الأبوين ولينشؤوا بين جوانح الإيجابية من الحب والحنان.

وهكذا يكون البيت علاجاً من متاعب الحياة يلجأ إليه الرجل آخر النهار لينزل عنه الأتعب

والأكدار، قال (ص.س): "الدُّنْيَا مَتَاعٌ، وَخَيْرُ مَتَاعِ الدُّنْيَا الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ".¹¹³⁴

لذلك عدَّ النبي (ص.س) المرأة الصالحة من أسباب السعادة والنعيم في الدنيا فقال: "أَرْبَعٌ مِنَ

السَّعَادَةِ: الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ، وَالْمَسْكَنُ الْوَاسِعُ، وَالْجَارُ الصَّالِحُ، وَالْمَرْكَبُ الْهَيِّءُ، وَأَرْبَعٌ مِنَ الشَّقَاوَةِ: الْجَارُ

السُّوءُ، وَالْمَرْأَةُ السُّوءُ، وَالْمَسْكَنُ الضَّيِّقُ، وَالْمَرْكَبُ السُّوءُ".¹¹³⁵

كما أنّ كثرة التفكير بالجنس دون إرواء تؤدي إلى سيطرة وطغيان هذا التفكير السلبي على كل

الالتزامات الاجتماعية والأنشطة التي اعتاد الفرد أن يقوم بها، مما يؤثّر على حياته ويجعله منفصلاً عن

الواقع وبعيداً عن الحياة الاجتماعية الإيجابية.

¹¹³² سورة الأعراف: 189.

¹¹³³ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 474/3.

¹¹³⁴ مسلم، المسند الصحيح، 17 كتاب الرضاع، باب خَيْرُ مَتَاعِ الدُّنْيَا الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ، 2/1090 ح/1467.

¹¹³⁵ ابن حبان، صحيح ابن حبان، 9/340 ح/4032. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده صحيح على شرط البخاري.

وقد اعتبر الإمام الغزالي طُغيان هذه الشَّهوة حالة مرضية، إذا استفحلت عسر على الإنسان السيطرة عليها فتصبح عصبية عن التغيير، ويصف حال الشخص المريض قائلاً: "حتى يستسخر العقل لخدمة الشَّهوة وقد خُلِق ليكون مطاعاً لا ليكون خادماً للشَّهوة... وهو مرض قلب فارغ لا هم له وإنما يجب الاحتراز من أوائله بترك معاودة النظر والفكر وإلا فإذا استحكم عسر دفعه فكذلك عشق المال والجاه والعقار والأولاد حتى حب اللعب بالطيور والنرد والشطرنج فإن هذه الأمور قد تستولي على طائفة بحيث تنعّص عليهم الدين والدنيا ولا يصبرون عنها البتة".¹¹³⁶

فالشَّهوة تنبع من النَّفس وعندما تزداد حدتها وتخرج عن السيطرة يصبح الفكر خادماً لها يبحث عن سبل إروائها، وإذا لم تنتهياً هذه الطرق والوسائل نتج عن ذلك تشويش في التَّفكير واضطراب في المزاج وكبت نفسي، فلا يشعر صاحب الشَّهوة المستعرة بالراحة والسكينة، وينعكس ذلك كله على القلب الذي هو محل للإيمان، فإن قضى صاحب الشَّهوة شهوته مُحَرَّم أورثته المعصية ظلمة في قلبه أثَّرت على نور الإيمان وازداد القلب قسوة، ومصدق ذلك حديث النبي (ص.س) فيما رواه الشيخان عن أبي هريرة، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "لَا يَزْنِي الزَّانِي حِينَ يَزْنِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَسْرِقُ حِينَ يَسْرِقُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَشْرِبُ حِينَ يَشْرِبُهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَالتَّوْبَةُ مَعْرُوضَةٌ بَعْدُ".¹¹³⁷

فانشغال التَّفكير بالمعاصي ثم الوقوع فيها يتنافى من نور الإيمان، فلا تجتمع الظلمة والنور. وفي رواية عند البخاري قَالَ عِكْرِمَةُ: قُلْتُ لِابْنِ عَبَّاسٍ: كَيْفَ يُنْزَعُ الْإِيمَانُ مِنْهُ؟ قَالَ: "هَكَذَا، وَشَبَّكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ، ثُمَّ أَخْرَجَهَا، فَإِنْ تَابَ عَادَ إِلَيْهِ هَكَذَا، وَشَبَّكَ بَيْنَ أَصَابِعِهِ".¹¹³⁸

¹¹³⁶ الغزالي، إحياء علوم الدين، 101/3.

¹¹³⁷ البخاري، الجامع الصحيح، 86 كتاب الحدود، بَابُ إِثْمِ الرُّثَاةِ، 8/164/ح6810.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بيان نقصان الإيمان بالمعاصي ونفيه...، 1/177/ح57.

¹¹³⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 86 كتاب الحدود، بَابُ إِثْمِ الرُّثَاةِ، 8/164/ح6809.

وهذا معنى قول النبي (ص.س): "إِذَا زَنَى الْعَبْدُ خَرَجَ مِنْهُ الْإِيمَانُ فَكَانَ فَوْقَ رَأْسِهِ كَالظُّلَّةِ، فَإِذَا

خَرَجَ مِنْ ذَلِكَ الْعَمَلِ عَادَ إِلَيْهِ الْإِيمَانُ".¹¹³⁹

ثانياً: تحصين النفس

الزَّوْجَ الْإِسْلَامِي هُوَ السَّبِيلُ الْوَحِيدُ لِتَحْصِينِ النَّفْسِ وَلِإِشْبَاعِ هَذِهِ الْغَرِيزَةِ الْجَنَسِيَّةِ، لِذَلِكَ حَضَّنَا

الْإِسْلَامُ عَلَيْهِ بَلْ أَبَاحَ لَنَا تَعَدُّدَ الزَّوْجَاتِ حَتَّى لَا يَبْقَى أَيُّ مَبَرٍّ لِلِاقْتِرَابِ مِنَ الْمَحْرَمَاتِ.

وَقَدْ بَيَّنَّ النَّبِيُّ (ص.س) أَنَّ الزَّوْجَ فِي حَقِّ الْمُسْتَطِيعِ هُوَ أَفْضَلُ الْحُلُولِ لِتَحْصِينِ النَّفْسِ فَقَالَ فِيهِ:

"... فَإِنَّهُ أَعْضُ لِلْبَصَرِ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ".¹¹⁴⁰

فَإِذَا كَانَتِ النَّفْسُ خَبِيثَةً قَدْ اسْتَحْكَمَتْ فِيهَا الشَّهَوَاتُ وَانْسَاقَتْ وَرَاءَ النِّزَوَاتِ انْخَرَفَتِ الْغَرِيزَةُ

وَأَصْبَحَ الْإِنْسَانُ شَبِيهَا بِالْأَنْعَامِ، يَلْهَثُ وَرَاءَ شَهْوَتِهِ كَمَا يَنْقُضُ الْحَيَوَانَ عَلَى فَرِيستِهِ.

لِذَلِكَ نَرَى أَنَّ مِنْ أَقْسَى أَنْوَاعِ الْحُدُودِ هُوَ حَدُّ الزَّيْنِ، فَإِنْ كَانَ مَتَزَوِّجاً فَحُدُّهُ الرِّجْمُ حَتَّى الْمَوْتُ،

وَفِي ذَلِكَ صَوْنٌ لِلْأَعْرَاضِ وَحِفْظٌ لِلْأَنْسَابِ.

فَلَا بَدَّ مِنْ تَحْصِينِ النَّفْسِ وَإِشْبَاعِ الشَّهْوَةِ حَتَّى لَا يَكُونَ التَّشْتُّ الْفِكْرِي وَالْاضْطِرَابُ النَّفْسِي

وَالْانْخِرَافُ السُّلُوكِي، فَمَنْ تَزَوَّجَ فَقَدْ سَدَّ أَمَامَ نَفْسِهِ بَاباً مِنْ أَبْوَابِ الضِّيَاعِ وَالْهَلَاكِ وَاسْتَكْمَلَ نِصْفَ إِيْمَانِهِ

¹¹³⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 38 أبواب الإيمان، باب ما جاء لا يزني الزاني وهو مؤمن، 5/15/ح2625.

الحاكم، المستدرک علی الصحيحین، 1/72/ح56، وقال: هَذَا حَدِيثٌ صَحِيحٌ عَلَى شَرْطِ الشَّيْخَيْنِ فَقَدْ اخْتَجَا بِرُؤَايَاهُ وَلَهُ شَاهِدٌ عَلَى شَرْطِ مُسْلِمٍ. ووافقه الذهبي.

¹¹⁴⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب قول النبي (ص.س): مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ... 3/7/ح5065.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب استئجاب النكاح لمن تاقَتْ نَفْسُهُ إِلَيْهِ...، 2/1018/ح1400.

كما في الحديث عند الطبراني عن أنس بن مالك قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ تَزَوَّجَ فَقَدْ اسْتَكْمَلَ نِصْفَ الْإِيمَانِ، فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي النِّصْفِ الْبَاقِي".¹¹⁴¹

وفي لفظ عند البيهقي عن أنس بن مالك قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِذَا تَزَوَّجَ الْعَبْدُ فَقَدْ كَمَّلَ نِصْفَ الدِّينِ، فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي النِّصْفِ الْبَاقِي".¹¹⁴²

فدل الحديث على أهمية الزواج في الإسلام وأنه يحقق نصف الدين لما يؤدي إليه من تركية النفس وتحسينها عن الرذائل.

ونصح النبي (ص.س) الرجال المتزوجين عندما تُنتشر شهوتهم برؤية امرأة، أن يرجعوا إلى زوجاتهم فيواقعوهن لإخماد شهوتهم.

عن جابر قال: سَمِعْتُ النَّبِيَّ (ص.س) يَقُولُ: "إِذَا أَحَدُكُمْ أَعْجَبَتْهُ الْمَرْأَةُ، فَوَقَعَتْ فِي قَلْبِهِ، فَلْيَعْمِدْ إِلَى امْرَأَتِهِ فَلْيُؤَاقِعْهَا، فَإِنَّ ذَلِكَ يَرُدُّ مَا فِي نَفْسِهِ".¹¹⁴³

وهو عند الترمذي بلفظ: "إِنَّ الْمَرْأَةَ إِذَا أَقْبَلَتْ أَقْبَلَتْ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ، فَإِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ امْرَأَةً فَأَعْجَبَتْهُ، فَلْيَأْتِ أَهْلَهُ فَإِنَّ مَعَهَا مِثْلَ الَّذِي مَعَهَا".¹¹⁴⁴

من خلال هذه الأحاديث نرى أن ديننا الحنيف قد شرع الزواج وحث المسلم عليه ليكون الطريق الشرعي لتلبية دواعي الفطرة الإنسانية وإرواء حاجته الجنسية وتصريف هذه الشهوة بما يحقق السعادة والسكن النفس والطمأنينة لكلا الجنسين، وذلك ضمن ضوابط الشريعة الإسلامية، لأن الحرمان سيورث

¹¹⁴¹ الطبراني، المعجم الأوسط، 7/332/ح7647.

¹¹⁴² البيهقي، شعب الإيمان، 7/340/ح5100. وقال الهيثمي، مجمع الزوائد، 4/252/ح7310:

رَوَاهُ الطَّبْرَانِيُّ فِي الْأَوْسَطِ بِإِسْنَادَيْنِ، وَفِيهِمَا يَزِيدُ الرَّقَاشِيُّ، وَجَابِرُ الْجُعْفِيُّ، وَكِلَاهُمَا ضَعِيفٌ، وَقَدْ وَثَّقَا.

¹¹⁴³ مسلم، المسند الصحيح، 16/كتاب النكاح، باب نَذْبُ مَنْ رَأَى امْرَأَةً فَوَقَعَتْ فِي نَفْسِهِ، 2/1021/ح1403.

¹¹⁴⁴ الترمذي، سنن الترمذي، 10/أبواب الرضاع، باب مَا جَاءَ فِي الرَّجُلِ يَرَى الْمَرْأَةَ تُعْجِبُهُ، 3/456/ح1158.

الإنسان اضطراباً في التفكير وفساداً في المزاج، وكذلك فإن إعطاء النفس ما تريد من هذه الشهوات دون ضوابط وحدود يؤدي بها إلى الانحراف والضلال.

المطلب الثالث: الآثار النفسية السلبية لطُغيان الشهوة الجنسية

إن وجود الغريزة الجنسية في الإنسان لها شهوة إيجابية بالأصل لما تثمره من حِكم تَمَّ الحديث عنها، ولكن عندما تطغى هذه الشهوة وتتعدى الحدود تصبح نتائجها سلبية مهلكة.

وقد درس علماء النفس والمحللون النفسيون أنواعاً كثيرة من الانحرافات الجنسية، وعلى رأسهم عالم النفس سيجمند فرويد، فأجرى دراسات كثيرة عن أنواع الانحرافات الجنسية، وحاول تفسير أسبابها في ظل نظريته الخاصة عن مراحل النمو النفسي الجنسي لدى الطفل، وما يتعرض له من خبرات خاصة تؤدي إلى تقوية وتثبيت بعض المراحل للنمو النفسي الجنسي، فعند بعض الأفراد يحدث التثبيت في المرحلة الفموية، أو الشرجية، أو المرحلة القضيبية، وهذا ما يجعل الحصول على إشباع الدافع الجنسي لديهم يأخذ صوراً شاذة وغير طبيعية.

ومن أمثلة هذه الانحرافات الجنسية الشاذة الحصول على اللذة الجنسية عن طريق التعلق بأشياء يستعملها أفراد الجنس الآخر، مثل الملابس، أو أجزاء من أبدانهم مثل الشعر، ومن هذه الانحرافات ما يعرف بالنظر الجنسي، وهو التلذذ بمجرد النظر للأجسام العارية، أو الأفعال الجنسية، وأيضاً من هذه الانحرافات التلذذ بإظهار الفرد لعورته، أو استعرائه.¹¹⁴⁵

والغريب أن هذا الذي تكلم عنه فرويد من الشذوذ والانحرافات الجنسية، هو ما نشاهده اليوم في تلك المجتمعات الغربية وتدعو إليه بعض الجماعات الانحلالية!

¹¹⁴⁵ نجاتي، الحديث النبوي وعلم النفس، ص 74.

ولو نظرنا في السُّنَّة الشريفة لرأينا أن النبي (ص.س) قد تحدث عن هذه الأنواع من الانحرافات التي ذكرها فرويد، وحذّر منها النبي (ص.س) أشدّ التحذير، فهي الرجل والمرأة عن تشبه كل منهما بالآخر، سواء باللباس والمظهر والأشياء المستعملة، أو بتغيير الحلقة والشكل.

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) قَالَ: "لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) الْمُتَشَبِّهِينَ مِنَ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ، وَالْمُتَشَبِّهَاتِ مِنَ النِّسَاءِ بِالرِّجَالِ".¹¹⁴⁶

ففي الحديث النَّهي عن تشبه الرجال بالنساء سواء باللباس الخاص والزينة، أو بالأخلاق والأفعال، وكذلك النساء، فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: "لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) الرَّجُلَ يَلْبَسُ لِبْسَةَ الْمَرْأَةِ، وَالْمَرْأَةَ تَلْبَسُ لِبْسَةَ الرَّجُلِ".¹¹⁴⁷

ومن الانحرافات الجنسية التي تنتشر بقوة، وقد أخذت بعض الدول تعترف بها بشكل قانوني، الزَّواج المثلي، وهو ميل الفرد إلى آخر من جنسه، وهوما يسمى بين الرجال باللواط، وبين النساء بالسحاق، وقد انتشرت اللواط في قوم لوط فنسبت إليهم كما قال تعالى: ﴿وَلُوطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ أَتَأْتُونَ الْفَاحِشَةَ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِّنَ الْعَالَمِينَ ۝ إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّنْ دُونِ النِّسَاءِ ۚ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ ۝﴾.¹¹⁴⁸

¹¹⁴⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 77 كتاب اللباس، بَاب: الْمُتَشَبِّهُونَ بِالنِّسَاءِ، وَالْمُتَشَبِّهَاتُ بِالرِّجَالِ، 159/7 ح/5885.

¹¹⁴⁷ أحمد، المسند، 61/14 ح/8309. وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده صحيح على شرط مسلم.

أبو داود، سنن أبي داود، 31 كتاب اللباس، بَاب فِي لِبَاسِ النِّسَاءِ، 60/4 ح/4098.

¹¹⁴⁸ سورة الأعراف: 80-81.

وهذه الجنسية المثلية عدّها النبي (ص.س) من كبائر الذنوب، وكانت من الذنوب التي خافها على أمته، كما في الحديث عن جابر قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ أَحْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِي عَمَلُ قَوْمِ لُوطٍ".¹¹⁴⁹

واستحق فاعلها اللعن من الله تعالى لما فيه من فعل شنيع تأباه الفطرة السليمة.

ففي حديث طويل عن ابنِ عَبَّاسٍ، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "... مَلْعُونٌ مَنْ وَقَعَ عَلَى بَيْمَةٍ، مَلْعُونٌ مَنْ عَمِلَ بِعَمَلِ قَوْمِ لُوطٍ ".¹¹⁵⁰

أما السِّحَاقُ فَعَنْ وَائِلَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "السِّحَاقُ بَيْنَ النِّسَاءِ زِنًا بَيْنَهُنَّ".¹¹⁵¹

ومن مظاهر الطُّغْيَانِ لهذه الغريزة إتيان المرأة في دبرها، فالزوجة هي محل الاستمتاع ولكن لما كان هذا الإستمتاع في المكان الذي تنفر منه الفطرة السليمة ويخالف تعاليم الشريعة الحكيمة سمي باللوطية الصغرى.

أخرج الإمام أحمد بسنده عَنْ قَتَادَةَ، عَنْ عَمْرِو بْنِ شُعَيْبٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "هِيَ اللَّوْطِيَّةُ الصُّغْرَى"، يَعْنِي الرَّجُلَ يَأْتِي امْرَأَتَهُ فِي دُبُرِهَا.¹¹⁵²

ونتيجة لانحراف هذا الدافع، يُصاب الفرد ببعض الاضطرابات النَّفْسِيَّةِ لكثرة التّفكير بالجنس؛ وترافقه مشاعر القلق والضيق مرافقةً دائمة، وقد يؤدي به الأمر إلى الاكتئاب في بعض الحالات.

¹¹⁴⁹ أحمد، المسند، 3/17/23، ح15093.

الترمذي، سنن الترمذي، 15 أبواب الحدود، باب ما جاء في حَدِّ اللُّوطِيَّةِ، 4/58/1457، وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ.

¹¹⁵⁰ أحمد، المسند، 3/367/1874، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده حسن.

¹¹⁵¹ الطبراني، المعجم الكبير، 22/63/153، وقال الهيثمي، مجمع الزوائد، 6/256/10548: رجاله ثقات.

¹¹⁵² أحمد، المسند، 11/309/6706، وقال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده حسن، وقد اختلف في رفعه ووقفه، والموقوف أصح.

بالإضافة إلى أنّ العصبية المفرطة والتوتر المستمر وكلّ المشاعر المماثلة لن ترحمه في حال لم يتمكّن من ممارسة السلوك الجنسي الذي يسيطر على عقله نتيجة كثرة تفكيره به.

المطلب الرابع: التدابير الوقائية من طُغيان الشهوة الجنسية

وضع لنا ديننا الإسلامي تدابير وقائية تكون بمثابة حصن من الوقوع في براثن الشّهوات، وأغلق الأبواب أمام سبل المغريات، حتى تبقى النفس منضبطة بميزان الشريعة لا تحيد عنها فتهلك، وأهم هذه التدابير:

أولاً: الحث على الزّواج الشرعي وإباحة تعدد الزوجات

دافع الجنس من الدوافع الفطرية التي لا يمكن كبتها وتجاهلها، ولقد وردت أحاديث كثيرة عن رسول الله (ص.س) يحث فيها المسلمين على الزّواج والتكاثر والتناسل، منها قوله (ص.س): "يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ".¹¹⁵³

فأفضل وقاية من الانحراف إنما هو الزّواج الشرعي الذي يُشبع هذه الغريزة ويطفئ لهيبها، فالزّواج يكون أفضل علاج، لذلك ورد وصفه بصيغة المبالغة بقوله (أَغْضُ لِلْبَصَرِ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ).¹¹⁵⁴

والزّواج هو أفضل حل لقطع الوسواس عن القلب، فقد يغض الإنسان بصره عن المحرّمات ولكن قطع الخواطر ليس بمقدوره، وقد أشار الغزالي لذلك فقال: "فأما حفظ القلب عن الوسواس والفكر فلا

¹¹⁵³ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب قول النبي (ص.س): مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ... 3/7/ح 5065.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب اسْتِخْبَابِ الْكَاحِ لِمَنْ تَأَقَّتْ نَفْسُهُ إِلَيْهِ... 1018/2/ح 1400.

¹¹⁵⁴ العيني، عمدة القاري شرح صحيح البخاري، 278/10.

يدخل تحت اختياره بل لا تزال النفس تجاذبه وتحذنه بأمور الوقاع ولا يفتر عنه الشَّيْطَانُ الموسوس إليه في أكثر الأوقات وقد يعرض له ذلك في أثناء الصلاة".¹¹⁵⁵

هذا الدَّافِعُ يعتبر من ضمن أشدِّ الدَّوافِعِ الغريزية الفِطْرِيَّة التي تُلحُّ بشدة طلباً للإشباع، وخاصة في مرحلة القوة والشباب، حيث تكون الحيوية والنشاط، وإذا ما تهيَّجت هذه الشَّهْوَةُ فإنها تصل في بعض الأحيان إلى الشعور بالاضطراب النَّفْسي بسبب الصِّراع في كبح الدَّافِعِ ومقاومته، ولا شك أن أفضل الحلول هو الزَّواج للمستطيع، فمن لم تتوفر له الأسباب لجأ إلى حلول مخفِّفة لشدة هذا الإلحاح، كالألعاب الرياضية البدنية التي تفرِّغ جزءاً من هذه الطاقة فيضعف الدَّافِعُ الجنسي، وكذلك الأعمال الأدبية الفكرية والأنشطة الاجتماعية، ومن هذه الحلول ذات الأثر الفعال الصوم، لأن البطن هي مفتاح الشَّهْوَةِ، فعندما يقل الغذاء تضعف الشَّهْوَةُ، فتخف الطاقة البدنية المتوهجة، كما تخف الهمة الفكرية نحو الشَّهْوَةِ.

فالزَّواج الشرعي هو الحل الأمثل لهذا الدَّافِعِ، فهو يلي حاجة الفطرة السليمة، ويساعد على غض البصر والتحصُّن والتعفف، واستمرار التناسل والتكاثر، والاستقرار النَّفْسي، والترفع الأخلاقي.

ولقد وردت أحاديث كثيرة عن رسول الله (ص.س) يحثُّ فيها المسلمين على الزَّواج والتكاثر والتناسل، كما جاء في الحديث: "عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) يَأْمُرُ بِالْبَاءَةِ، وَيَنْهَى عَنِ التَّبْتُلِ نَهْياً شَدِيداً، وَيَقُولُ: "تَزَوَّجُوا الْوُدُودَ الْوُلُودَ، إِنِّي مُكَاثِّرُ الْأَنْبِيَاءِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ".¹¹⁵⁶

¹¹⁵⁵ الغزالي، إحياء علوم الدين، 28/2.

¹¹⁵⁶ أحمد، المسند، 63/20/12613، وقال عنه الهيثمي في مجمع الزوائد، 4/158/7339: أسنده حسن.

وعند أبي داود عَنْ مَعْقِلِ بْنِ يَسَارٍ، قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ (ص.س) فَقَالَ: إِنِّي أَصَبْتُ امْرَأَةً دَاتَ حَسَبٍ وَجَمَالٍ، وَإِنَّهَا لَا تِلْدُ، أَفَأَتَزَوَّجُهَا، قَالَ: "لَا" ثُمَّ أَتَاهُ الثَّانِيَةَ فَنَهَا، ثُمَّ أَتَاهُ الثَّالِثَةَ، فَقَالَ: "تَزَوَّجُوا الْوُدُودَ الْوُلُودَ فَإِنِّي مُكَاتِّرٌ بِكُمْ الْأُمَمَ".¹¹⁵⁷

ولقد جعل النبي (ص.س) النكاح من سننه كما روت السيدة أم المؤمنين عائشة (ر.ض) قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "النِّكَاحُ مِنْ سُنَّتِي، فَمَنْ لَمْ يَعْمَلْ بِسُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي، وَتَزَوَّجُوا، فَإِنِّي مُكَاتِّرٌ بِكُمْ الْأُمَمَ، وَمَنْ كَانَ ذَا طَوْلٍ فَلْيَنْكِحْ، وَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَعَلَيْهِ بِالصِّيَامِ، فَإِنَّ الصَّوْمَ لَهُ وَجَاءٌ".¹¹⁵⁸

فالتفريط في إرواء هذا الدافع منبوذ مرفوض، وليس من سنة نبينا (ص.س) ولا من سنة الأنبياء من قبله عليهم الصلاة والسلام ترك الزَّوَاجِ، بل إن الزَّوَاجِ مِنْ سُنَّتِهِمْ، وقد كان لهم أزواج وذرية، كما قال تعالى مخبرا: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلًا مِّن قَبْلِكَ وَجَعَلْنَا لَهُمْ أَزْوَاجًا وَذُرِّيَّةً وَمَا كَانَ لِرَسُولٍ أَنْ يَأْتِيَ بِآيَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٌ﴾.¹¹⁵⁹

أي جعلناهم بشرا يقضون ما أحلَّ الله لهم من شهوات الدنيا، فهذه الآية تدل على الترغيب في النكاح والحض عليه، وتنهى عن التبتل، وهو ترك النكاح، وهذه سنة المرسلين كما نصَّت عليه هذه الآية، والسُّنَّةُ واردة بمعناها.¹¹⁶⁰

¹¹⁵⁷ أبو داود، سنن أبي داود، 12 كتاب النكاح، باب النِّهْيِ عَنْ تَزْوِيجِ مَنْ لَمْ يَلِدْ مِنَ النِّسَاءِ، 2/220/ح2050.

¹¹⁵⁸ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 9 كتاب النكاح، باب مَا جَاءَ فِي فَضْلِ النِّكَاحِ، 1/592/ح1846.

وقال عنه ابن حجر، أبو الفضل أحمد بن علي بن محمد بن أحمد بن حجر العسقلاني (المتوفى: 852هـ) التلخيص الحبير في تخريج أحاديث الرافعي الكبير، دار الكتب العلمية، ط: 1، 1419هـ. 1989م، عدد الأجزاء: 4. 2/252/ح1435: في إسنادِهِ عِيسَى بْنُ مَيْمُونٍ وَهُوَ ضَعِيفٌ.

¹¹⁵⁹ سورة الرعد: 38.

¹¹⁶⁰ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 9/327.

وفي الصحيحين عن أنس بن مالك (ر.ض) قال: جاء ثلاثة رهط إلى بيوت أزواج النبي (ص.س) يسألون عن عبادة النبي (ص.س) فلما أُخبروا كأنهم تفألوها... وقال آخر: أنا أعتزل النساء فلا أتزوج أبداً، فجاء رسول الله (ص.س) إليهم، فقال: "أنتم الذين فُتُم كذا وكذا؟! أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم له لكي أصوم وأفطر، وأصلي وأرقد، وأتزوج النساء، فمن رغب عن سنتي فليس مني" ¹¹⁶¹ فهذا نص صريح بأن ترك الزواج بحجة التعب هو مخالف للسنة، كما أن العزوف عن الزواج مخالف للفطرة التي فطر الله الخلق عليها، ويتنافى مع الحكمة من وجود هذه الغريزة، كحفظ النسل، وتحقيق المتعة للطرفين، وتحصينهما عن الحرام، والشعور بالسكينة والطمأنينة، لذلك شُن الزواج ليكون طريقاً نظيفاً لإشباع هذا الميل، وقضاء هذه الشهوة، بل إن الزواج هو بحد ذاته علاج من القلق والاضطرابات النفسانية، لذلك حذر النبي (ص.س) من التفریط والتقصير في إشباع هذه الغريزة بالحلال عند توفر الأسباب، واعتبر ذلك مخالفاً لسنة الشريفة التي جاءت متوافقة مع الفطرة السليمة.

وبين الإمام الغزالي حد الاعتدال فيقول: "فإذن إفراط الشهوة أن يغلب العقل إلى هذا الحد وهو مذموم جداً وتفریطها بالعنة أو بالضعف عن إمتناع المنكوحه وهو أيضاً مذموم وإنما المأمود أن تكون معتدلة ومطبعة للعقل والشرع في انقباضها وانبساطها ومهما أفرطت فكسرها بالجوع والنكاح". ¹¹⁶²

من خلال هذه الأحاديث نرى أن ديننا الحنيف قد حثَّ المسلم على تلبية دواعي الفطرة الإنسانية وإرواء حاجته الجنسية ولكن ضمن ضوابط الشريعة الإسلامية، ذلك لأن الحرمان سيورث الإنسان اضطراباً في التفكير وفساداً في المزاج، وكذلك فإن إعطاء النفس ما تريد من هذه الشهوات يؤدي

¹¹⁶¹ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب التزويج في النكاح، 5063 ح/2/7.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب استئجاب النكاح لمن تأقت نفسه إليه...، 1401 ح/1020/2.

¹¹⁶² الغزالي، إحياء علوم الدين، 101/3.

بها إلى الانحراف والضلال. لذلك وضع لنا ديننا الحنيف منهجا وسطا بإعطاء النفس احتياجها ومنعها من التماذي فيه، وهذا هو عين التوازن والوسطية.

وفي الوقت الذي يدعو فيه الغرب لتلبية هذا الدافع وإرواءه بالطرق المحرمة نرى أن الاسلام قد نظم الزواج وهذبته وأعطاه صبغة شرعية عن طريق الخطبة وعقد النكاح مع توفر شروطه. قال تعالى: ﴿وَأَنكِحُوا الْأَيْمَىٰ مِنَكُمُ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِن يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ۝﴾.¹¹⁶³

ولقد جعل النبي (ص.س) النكاح من سننه كما روت السيدة أم المؤمنين عائشة (ر.ض) قالت: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "النِّكَاحُ مِنْ سُنَّتِي، فَمَنْ لَمْ يَعْمَلْ بِسُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي، وَتَزَوَّجُوا، فَإِنِّي مُكَاثِّرٌ بِكُمْ الْأُمَمَ، وَمَنْ كَانَ ذَا طَوْلٍ فَلْيَنْكِحْ، وَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَعَلَيْهِ بِالصَّيَّامِ، فَإِنَّ الصَّوْمَ لَهُ وَجَاءٌ".¹¹⁶⁴ ولقد نهى النبي (ص.س) عن التَّبَتُّل: وهو الإنقطاع عَنِ النِّسَاءِ وَتَرْكُ النِّكَاحِ.¹¹⁶⁵ فعن سعد بن أبي وقاص قال: "رد رسول الله (ص.س) على عثمان بن مظعون التبتل ولو أذن له لاختصينا".¹¹⁶⁶

عَنِ ابْنِ مَسْعُودٍ (ر.ض) قَالَ: "كُنَّا نَعْزُو مَعَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) وَلَيْسَ لَنَا شَيْءٌ، فَقُلْنَا: أَلَا نَسْتَحْصِي؟ فَهَنَّا عَنْ ذَلِكَ، ثُمَّ رَخَّصَ لَنَا أَنْ نَنْكِحَ الْمَرْأَةَ بِالثَّوْبِ، ثُمَّ قَرَأَ عَلَيْنَا: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ۝﴾".¹¹⁶⁷

¹¹⁶³ سورة النور: 32.

¹¹⁶⁴ ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 9 كتاب النكاح، باب ما جاء في فضل النكاح، 1/592/ح 1846. وقال عنه ابن حجر، التلخيص الحبير، 2/252/ح 1435: في إسناده عيسى بن ميثون وهو ضعيف.

¹¹⁶⁵ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 1/94.

¹¹⁶⁶ الترمذي، سنن الترمذي، 9 أبواب النكاح، باب ما جاء في النهي عن التبتل، 3/386/1083، وقال: هذا حديث حسن صحيح.

النسائي، سنن النسائي، 26 كتاب النكاح، باب: النهي عن التبتل، 6/58/ح 3212.

وقد جاء النهي عن الرهبانية فقال (ص.س): "أَمَّا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمُ لِلَّهِ وَأَتَقَاكُمُ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأُفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأَرْفُدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَن سُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي".¹¹⁶⁸

فقد اعترف الإسلام بهذا الدافع ولم ينكر إشباعه بل حثَّ على ذلك بالطريق الشرعي، فبالنية يرتقي إلى مستوى العبادة التي يؤجر عليها العبد، كما جاء في الحديث قوله (ص.س): "وَفِي بُضْعٍ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَيَأْتِي أَحَدُنَا شَهْوَتُهُ وَيَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ؟ قَالَ: "أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي حَرَامٍ أَكَانَ عَلَيْهِ فِيهَا وَرَرٌ؟ فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلَالِ كَانَ لَهُ أَجْرٌ".¹¹⁶⁹

وفي هذا دليل على أن المباحات تصير طاعات بالنيات الصادقات، فالجماع يكون عبادة إذا نوى به الزوج قضاء حق الزوجة ومعاشرتها بالمعروف الذي أمر الله تعالى به، أو طلب ولد صالح، أو إعفاف نفسه أو إعفاف الزوجة ومنعهما جميعاً من النظر إلى حرام أو الفكر فيه أو الهم به أو غير ذلك من المقاصد الصالحة.¹¹⁷⁰

وقد أرشد النبي (ص.س) إلى تيسير المهر وعدم المغالاة فيه، تيسيراً لأسباب الزواج وتشجيعاً للشباب.

عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ، قَالَ: جَاءَتْ امْرَأَةٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، جِئْتُ أَهْبُ لَكَ نَفْسِي، قَالَ: فَنَظَرَ إِلَيْهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) فَصَعَدَ النَّظَرَ فِيهَا وَصَوَّبَهُ، ثُمَّ طَاطَأَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) رَأْسَهُ، فَلَمَّا رَأَتْ الْمَرْأَةُ أَنَّهُ لَمْ يَقْضِ فِيهَا شَيْئًا جَلَسَتْ، فَقَامَ رَجُلٌ مِنْ أَصْحَابِهِ، فَقَالَ: يَا

¹¹⁶⁷ سورة المائدة: 87.

البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب مَا يُكْرَهُ مِنَ التَّبَتُّلِ وَالْحِصَاءِ، 4/7 ح/5075.

¹¹⁶⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب التَّزْوِيجِ فِي النِّكَاحِ، 2/7 ح/5063.

¹¹⁶⁹ مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب بَيَانِ أَنَّ اسْمَ الصَّدَقَةِ يَقَعُ عَلَى كُلِّ نَوْعٍ مِنَ الْمَعْرُوفِ، 2/697 ح/1006.

¹¹⁷⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 92/7.

رَسُولُ اللَّهِ، إِنْ لَمْ يَكُنْ لَكَ بِهَا حَاجَةٌ فَرَوِّجِيهَا، فَقَالَ: "وَهَلْ عِنْدَكَ مِنْ شَيْءٍ؟" قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَقَالَ: "أَذْهَبْ إِلَى أَهْلِكَ فَانْظُرْ هَلْ تَجِدُ شَيْئًا"، فَذَهَبَ ثُمَّ رَجَعَ، فَقَالَ: لَا وَاللَّهِ مَا وَجَدْتُ شَيْئًا، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "انْظُرْ وَلَوْ خَاتَمًا مِنْ حَدِيدٍ"، فَذَهَبَ ثُمَّ رَجَعَ، فَقَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَلَا خَاتَمًا مِنْ حَدِيدٍ، وَلَكِنْ هَذَا إِزَارِي - قَالَ سَهْلٌ: مَا لَهُ رِذَاءٌ - فَلَهَا نِصْفُهُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا تَصْنَعُ بِإِزَارِكَ إِنْ لَبِسْتَهُ لَمْ يَكُنْ عَلَيْهَا مِنْهُ شَيْءٌ، وَإِنْ لَبِسْتَهُ لَمْ يَكُنْ عَلَيْكَ مِنْهُ شَيْءٌ"، فَجَلَسَ الرَّجُلُ حَتَّى إِذَا طَالَ مَجْلِسُهُ قَامَ، فَرَأَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) مُوَلَّيًّا، فَأَمَرَ بِهِ فُدْعِيَ، فَلَمَّا جَاءَ قَالَ: "مَاذَا مَعَكَ مِنَ الْقُرْآنِ". قَالَ: مَعِيَ سُورَةُ كَذَا وَسُورَةُ كَذَا، عَدَدَهَا، فَقَالَ: "تَقْرَأُهُنَّ عَنْ ظَهْرِ قَلْبِكَ" قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: "أَذْهَبْ فَقَدْ مَلَكْتُكَهَا بِمَا مَعَكَ مِنَ الْقُرْآنِ".¹¹⁷¹

فقد زوج النبي (ص.س) هذا الصحابي على مهر هو بعض سور القرآن الكريم، وما هذا إلا إشارة إلى الحث على تيسير أمور الزواج.

وعن أُمِّ الْمُؤْمِنِينَ (ر.ض) قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "أَخَفُ النِّسَاءِ صَدَاقًا أَعْظَمُهُنَّ بَرَكَهً".¹¹⁷²

وورد الحديث أيضا عن عائشة (ر.ض) بلفظ: "إِنَّ مِنْ يُحِبُّ الْمَرْأَةَ تَيْسِيرَ خِطْبَتِهَا، وَتَيْسِيرَ صَدَاقِهَا، وَتَيْسِيرَ رَحِمِهَا". قَالَ عُروَةُ: يَعْنِي يَتَيْسَّرُ رَحِمُهَا لِلْوِلَادَةِ، قَالَ عُروَةُ: وَأَنَا أَقُولُ مِنْ عِنْدِي: مِنْ أَوَّلِ شُؤْمِهَا أَنْ يَكْثُرَ صَدَاقُهَا.¹¹⁷³

¹¹⁷¹ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب تزويج المغير، 6/7 ح/5087.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب الصَّدَاقِ، وَجَوَازُ كُفْرِهِ تَغْلِيمَ قُرْآنٍ...، 2/1040 ح/1425.

¹¹⁷² الطبراني، المعجم الأوسط، 9/173 ح/9451، قال السخاوي، شمس الدين أبو الخير محمد بن عبد الرحمن بن محمد السخاوي (المتوفى:

902هـ) المقاصد الحسنة في بيان كثير من الأحاديث المشتهرة على الألسنة، تح: محمد عثمان الخشت، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: 1، 1405 هـ - 1985 م، عدد الأجزاء: 1. 330/453 ح/453: سنده ضعيف.

¹¹⁷³ أحمد، المسند، 41/27 ح/24478.

وحتى يكون الزَّواج سبيلا لبناء أسرة تسودها المحبة والسكينة، والمودة والرحمة، وتسير على منهج الله تعالى فقد وضع لنا النبي (ص.س) مقياسا لاختيار كل من الزوجين للآخر لأن اختيار الزوج المناسب يعتبر اللبنة الأولى للبناء الصحيح للأسرة المسلمة.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "تُنَكِّحُ الْمَرْأَةَ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَلِجَمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاطْفَرُ بِذَاتِ الدِّينِ تَرَبَّتْ يَدَاكَ".¹¹⁷⁴

فحُسن الاختيار هو السبب الأول لاستقرار الحياة الزوجية، وتحقيق السكينة والطمأنينة والمودة بين الزوجين، فيكون الدين هو على رأس الأولويات للاختيار.

وكما أوصى النبي (ص.س) الرجل بحسن انتقاء الزوجة، فقد أوصى ولي الزوجة أيضا بحسن انتقاء الزوج، حتى لا تكون النظرة الأولى للزواج نظرة مادية، فقال: "إِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَخُلُقَهُ فَأَنْكِحُوهُ، إِلَّا تَفْعَلُوا تَكُنْ فِتْنَةٌ فِي الْأَرْضِ وَفَسَادٌ"، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَإِنْ كَانَ فِيهِ؟ قَالَ: "إِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَخُلُقَهُ فَأَنْكِحُوهُ"، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ.¹¹⁷⁵

فوجود الدين عند كلا الزوجين هو الضمان الأول لاستقرار الحياة ودوامها وازدهارها لتثمر التعاون بينهما على طاعة الله تعالى وتحقيق الراحة النَّفسية، لأن دين الله تعالى قد جعل لكل من الزوجين حقوقا وواجبات، فكل منهما يعلم ماله وما عليه، فإذا حصل بينهما ثمة خلاف كان الاحتكام لشرعية الدين، فإن كان الدين هو أساس الزَّواج بينما استمرت الحياة وزال الخلاف، حتى إن بقي شيء من آثار المشكلة وشعر أحد الزوجين بكراهية للآخر فإن وجود الدين عامل مساعد على بقاء واستمرار الحياة

الطبراني، المعجم الأوسط، 7/ 385/ح 14357. قال السخاوي، المقاصد الحسنة، 453/ح 453: سنده جيد.

¹¹⁷⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب الأُخْفَاءِ فِي الدِّينِ، 7/7/ح 5090.

مسلم، المسند الصحيح، 17 كتاب الرضاع، باب اسْتِخْبَابِ نِكَاحِ ذَاتِ الدِّينِ، 2/1086/ح 1466.

¹¹⁷⁵ الترمذي، سنن الترمذي، 9 أبواب النكاح، 3/387/ح 1085، وقال عنه: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ.

الزوجية لتدوم الأيام وتعود المحبة وتتجدد المودة بينما كما قال تعالى ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ۝﴾.¹¹⁷⁶

أي فعسى أن يكون صبركم مع إمساكنهن وكراهن في خير كثير لكم في الدنيا والآخرة، كما قال ابن عباس (ر.ض) في هذه الآية: هو أن يعطف عليها فيرزق منها ولدا، ويكون في ذلك الولد خير كثير.¹¹⁷⁷

وفي الحديث الصحيح: "لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ". أَوْ قَالَ: "غَيْرُهُ".¹¹⁷⁸ أي: لا يبغضها بغضا كلياً يحمله على فراقها؛ ولا ينبغي له ذلك، بل يغفر سيئتها لحسنها، ويتغاضى عما يكره لِمَا يحب.¹¹⁷⁹

هذا إن كان الدين هو مقياس لاختيار الأزواج فيكون مرجعا لهما، أما إن كان المقياس هو المال والجمال والحسب فهي أساسات مادية هشة وعرضة للزوال.

وإذا لم يكتف المسلم بوحدة فقد أباح له الإسلام التعدد، قال تعالى: ﴿فَأَنكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبْعَ﴾.¹¹⁸⁰

قال السعدي: "وذلك لأن الرجل قد لا تندفع شهوته بالواحدة، فأبيح له واحدة بعد واحدة، حتى يبلغ أربعاً، لأن في الأربع غنية لكل أحد، إلا ما ندر".¹¹⁸¹

¹¹⁷⁶ سورة النساء: 19.

¹¹⁷⁷ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 2/212.

¹¹⁷⁸ مسلم، المسند الصحيح، 17 كتاب الرضاع، باب الوصية بالنساء، 2/1091 ح/1469.

¹¹⁷⁹ القرطبي، المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، 4/222.

¹¹⁸⁰ سورة النساء: 3.

¹¹⁸¹ السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، ص 163.

وقال الإمام الغزالي: "من الطباع ما تغلب عليها الشهوة بحيث لا تحصنه المرأة الواحدة فيستحب لصاحبها الزيادة على الواحدة إلى الأربع".¹¹⁸²

وتعدد الزوجات ليس بشيء جديد أحدثه الإسلام، وإنما جاء الإسلام فوجده بلا قيود ولا حدود، فتعدد الزوجات كان موجوداً منذ العصور القديمة التي كانت تعيش في فوضى، حتى كان في الجاهلية من يتزوج العشرة من النساء، فجاء الإسلام لبيح تعدد النساء مع تقييد العدد، واشترط العدل بين الزوجات، وإلا اقتصر على الواحدة حتى لا يقع في الظلم الذي كانت تعيشه تلك المجتمعات، وبهذا نجد الإسلام هو دين الوسطية، فلم يترك الزواج عبثاً من غير عدد وتنظيم وتهذيب، كما أنه لم يمنع من تعدد الزوجات الذي تمنعه الدول الغربية من حيث القانون.

وتشريع التعدد له حكم كثيرة، فلعل الزوجة عاقر والزوج يريد الولد، أو قد يصيبها المرض الذي يمنع زوجها من مقاصد الزواج، وقد يغترب ويحتاج في غربته إلى ما يُحصّن به نفسه بالحلال، أو قد تتوق نفسه للتعدد، فهذه بعض الحكم على الصعيد الفردي.

وأما على الصعيد المجتمعي فقد تكون الحاجة ملحة للتعدد في وقت الحروب والكوارث والأزمات، وزيادة عدد النساء ونقص الرجال.

ثانياً: الحث على الصِّيَام

عندما لا يستطيع المرء الزواج ولا تتيسر له أسبابه، ويجد في نفسه توقاناً للشهوة، فقد أرشد النبي (ص.س) بالصِّيَام لما فيه من إضعاف وتسكين وطأة هذه الغريزة، ولينصرف العقل عن التفكير والانشغال بهذه الشهوة.

¹¹⁸² الغزالي، إحياء علوم الدين، 30/2.

فالصوم فيه تقوية للإرادة والعزيمة، وتربية على الصبر، فالصائم يجد أمامه الطعام والشراب فيمتنع عنهما مع حاجته إليهما، ولا يمنعه عن لذائذ الطعام وبارد الشراب والاقتراب من الزوجة إلا مراقبته للخالق سبحانه.

لذلك جاءت الوصية بالصوم لمن لا يستطيع الزواج فقال (ص.س): "يا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصَرِ، وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ".¹¹⁸³

قال ابن حجر: "وفي الحديث أيضا إرشاد العاجز عن مؤن النكاح إلى الصوم لأن شهوة النكاح تابعة لشهوة الأكل تقوى بقوته وتضعف بضعفه".¹¹⁸⁴

ويقول ولي الله الدهلوي: "فإن سرد الصوم له من خاصية في كسر سُورَةِ الطبيعة، وكبحها عن غلوائها؛ لما فيه من تقليل مادتها، فيتغير به كل خلق فاسد نشأ من كثرة الاختلاط".¹¹⁸⁵

حتى إن استطاع الرجل الزواج فإن عليه أن يعتدل في هذا الدافع، من غير إفراط ولا تفريط، فإن الشهوة إن استحوذت عليه لم يحصن نفسه ولو بتعدد الزوجات، وأدى به ذلك إلى الوقوع في الفواحش فيكون الصوم علاجاً يردّه للاعتدال والتوازن، وفي ذلك يقول الإمام الغزالي:

"وإنما المحمود أن تكون الشهوة معتدلة ومطبعة للعقل والشرع في انقباضها وانبساطها، ومهما أفرطت فكسرها بالجوع والنكاح".¹¹⁸⁶

¹¹⁸³ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب قَوْل النَّبِيِّ (ص.س): مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ... 3/7 ح/5065.

مسلم، المسند الصحيح، 16 كتاب النكاح، باب اسْتِخْبَابِ التَّكَاكِحِ لِمَنْ تَأَقَّتْ نَفْسُهُ إِلَيْهِ... 1018/2 ح/1400.

¹¹⁸⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 111/9.

¹¹⁸⁵ الدهلوي، أحمد بن عبد الرحيم بن الشهيد وجيه الدين بن معظم بن منصور المعروف بـ "الشاه ولي الله الدهلوي"، (المتوفى: 1176هـ)

حجة الله البالغة، نج: السيد سابق، دار الجيل، بيروت - لبنان، ط: 1، 1426 هـ - 2005 م. 189/2.

فالإفراط في هذه الغريزة يوصل إلى حالة الإدمان، وهي حالة مرضية، كما يكون سببا في انصراف القلب عن العبادات وانشغاله بالشَّهَوَات، وقد تتمادى به شهوته حتى يرتكب الفواحش، لأن هذه الشَّهوة إذا استحكمت بالإنسان أخذ يلهث وراءها ولو على حساب دينه وصحته.

وقد أكد الغزالي على هذا الإفراط الذي يجعل صاحبه يقدم على أمرين شنيعين وهما:

أولا: أن يتناول الرجل بعض المقويات التي تزيد الشَّهوة الجنسية. وهذا واقع في زماننا أكثر من ذلك الزمان بعد أن تطور وتوفرت هذه المقويات وبشكل عقاقير طبية.

ثانيا: أن ينتهي الأمر ببعض الناس للوصول إلى مرحلة العشق المفرط، التي يزداد بها الإنسان ذُلًّا ومهانة وعبودية لمن يعشق، فيكون العقل خادما للشَّهوة بدلا من أن يكون مطاعا.¹¹⁸⁷

ثالثاً: الأمر بستر العورات وتحريم النظر

دافع الجنس كغيره من الدوافع تؤثر فيه المؤثرات البيئية، وعندما تتكرر المثيرات دون إرواء وإشباع للدافع فإنها ستؤدي إلى التوتر المستمر، لذلك أمرنا الله تعالى بتجنب هذه المثيرات. ومما يساعد على الوقاية من طُغيان هذه الشَّهوة عدم تعرض الشباب لرؤية مفاتن جسم المرأة، التي تجذب نظر الرجال إليها، لذلك أمرها الله تعالى بستر مفاتها وزينتها، فقال سبحانه: ﴿وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا^ط وَلْيَضْرِبْنَ خُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ^ط﴾.¹¹⁸⁸ ومع الأمر بوجوب الحجاب أمر الله تعالى الرجال والنساء بغض البصر، لأن النظر هو أول سبيل لتهييج العرائز وإثارة الشَّهَوَات وإعمال الفكر، ومنه تنفذ سهام الشَّهوة للقلب، لذلك أمر الله تعالى عباده بغض البصر فقال: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا

¹¹⁸⁶ الغزالي، إحياء علوم الدين، 100/3 - 101.

¹¹⁸⁷ المرجع السابق، 100/3.

¹¹⁸⁸ سورة النور: 31.

فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣١﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَرِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴿٣٢﴾.

1189

كما أمر الله تعالى بالاستئذان حتى لا يطلع المسلم على العورات فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْذِنُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكَ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾ (٢٧).

1190

وكذلك دعى رسول الله (ص.س) المرأة إلى إخفاء زينتها، ونهى أن تبدي شيئا يلفت انتباه الشباب إليها وتكون سببا في إثارتهم.

عَنْ عَائِشَةَ (ر.ض) أَنَّ أَسْمَاءَ بِنْتَ أَبِي بَكْرٍ، دَخَلَتْ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) وَعَلَيْهَا ثِيَابٌ رِقَاقٌ، فَأَعْرَضَ عَنْهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) وَقَالَ: "يَا أَسْمَاءُ، إِنَّ الْمَرْأَةَ إِذَا بَلَغَتِ الْمَحِيضَ لَمْ تَصْلُحْ أَنْ يَرَى مِنْهَا إِلَّا هَذَا وَهَذَا" وَأَشَارَ إِلَى وَجْهِهِ وَكَفِّهِ.

1191

كذلك نهى النبي (ص.س) عن خروج المرأة مستعطرة حتى لا يشم الرجال عطرها، ونفّرها من ذلك بوصفها زانية.

عن أبي موسى الأشعري قال: قال رسول الله (ص.س): "أما امرأة استعطرت فمرت على قوم ليجدوا من ريحها فهي زانية".

1192

سورة النور: 30-31.

سورة النور: 27.

1191 أبو داود، سنن أبي داود، 31 كتاب اللباس، باب فيما تُبدي المرأة من زينتها، 4/62 ح 4104. وقال عقبه: "هَذَا مُرْسَلٌ، خَالِدٌ بْنُ دُرَيْكٍ لَمْ يُدْرِكْ عَائِشَةَ (ر.ض)". فالحديث ضعيف.

1192 أبو داود، سنن أبي داود، 32 كتاب الرجل، باب ما جاء في المرأة تَتَطَيَّبُ لِلْخُرُوجِ، 4/79 ح 4173.

النسائي، سنن النسائي، 48 كتاب الزينة، ما يكره للنساء من الطيب، 8/153 ح 5126.

ووصف النبي (ص.س) النظرة المحرمة أنها سهم من سهام إبليس اللعين لما تحمله من سموم فكرية ونفسية، وسلوكية اجتماعية فقال: "إِنَّ النَّظْرَةَ سَهْمٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ مَسْمُومٌ، مَنْ تَرَكَهَا مَخَافَتِي أَبَدَلْتُهُ إِيمَانًا يَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِي قَلْبِهِ".¹¹⁹³

وفي حديث بُرَيْدَةَ أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ لِعَلِيٍّ (ر.ض): "يَا عَلِيُّ لَا تُتَبِعِ النَّظْرَةَ النَّظْرَةَ، فَإِنَّ لَكَ الْأُولَى وَلَيْسَتْ لَكَ الْآخِرَةُ".¹¹⁹⁴

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ (ر.ض) قَالَ: كَانَ الْفَضْلُ رَدِيفَ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) فَجَاءَتْ امْرَأَةٌ مِنْ حَشَعَمَ، فَجَعَلَ الْفَضْلُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا وَتَنْظُرُ إِلَيْهِ، وَجَعَلَ النَّبِيُّ (ص.س) يَصْرِفُ وَجْهَ الْفَضْلِ إِلَى الشِّقِّ الْآخِرِ...".¹¹⁹⁵

وَعَنْ جَرِيرٍ، قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) عَنْ نَظْرَةِ الْفَجَاءَةِ؟ فَقَالَ: "اصْرِفْ بَصْرَكَ".¹¹⁹⁶

كما نهي (ص.س) عن النظر للعوامات وأمر بسترها، فعَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "لَا يَنْظُرُ الرَّجُلُ إِلَى عَوْرَةِ الرَّجُلِ، وَلَا الْمَرْأَةُ إِلَى عَوْرَةِ الْمَرْأَةِ، وَلَا يُفْضِي الرَّجُلُ إِلَى الرَّجُلِ فِي ثَوْبٍ وَاحِدٍ، وَلَا تُفْضِي الْمَرْأَةُ إِلَى الْمَرْأَةِ فِي الثَّوْبِ الْوَاحِدِ".¹¹⁹⁷

الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب ما جاء في كراهية خروج المرأة متعطرة، 5/106/2786، وقال: حديث حسن صحيح.

¹¹⁹³ الطبراني، المعجم الكبير، 10/173/10362.

وقال الهيثمي، مجمع الزوائد، 8/63/12943: رَوَاهُ الطَّبْرَانِيُّ، وَفِيهِ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ إِسْحَاقَ الْوَاسِطِيُّ وَهُوَ ضَعِيفٌ.

¹¹⁹⁴ أبو داود، سنن أبي داود، 12 كتاب النكاح، بَابُ مَا يُؤْمَرُ بِهِ مِنْ غَضِّ الْبَصَرِ، 2/246/2149.

الترمذي، سنن الترمذي، 41 أبواب الأدب، باب ما جاء في نظرة الفجاءة، 5/101/2777، وقال: هذا حديث غريب لا نعرفه إلا من حديث شريك.

¹¹⁹⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 25 كتاب الحج، بَابُ وَجُوبِ الْحَجِّ وَفَضْلِهِ، 2/132/1513.

مسلم، المسند الصحيح، 15 كتاب الحج، باب الْحَجِّ عَنِ الْعَاجِزِ لِيَزَامَنَةَ وَهَرَمَ وَخَوَّهَهَا، أَوْ لِلْمَوْتِ، 2/973/1334.

¹¹⁹⁶ أحمد، المسند، 31/498/19160، قال شعيب الأرنؤوط: إسناده صحيح على شرط مسلم.

أبو داود، سنن أبي داود، 12 كتاب النكاح، بَابُ مَا يُؤْمَرُ بِهِ مِنْ غَضِّ الْبَصَرِ، 2/46/2148.

الحديث فيه تحريم نظر الرجل إلى عورة الرجل وكذلك المرأة إلى عورة المرأة، وهذا لا خلاف فيه وكذلك نظر الرجل إلى عورة المرأة والمرأة إلى عورة الرجل حرام بالإجماع. وثَبَّه (ص.س) بتحريم نظر الرجل إلى عورة الرجل، على نظره إلى عورة المرأة وذلك بالتحريم أولى. ونهيه أن يفضي أحد في ثوب أحد هو نهي تحريم إذا لم يكن بينهما حائل، وفيه دليل على تحريم لمس عورة غيره بأي موضع كان من بدنه.¹¹⁹⁸

كما حرَّم النبي (ص.س) أن تنظر المرأة للمرأة ثم تصفها لزوجا كأنه يراها، فَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ (ر.ض) قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "لَا تُبَاشِرُ الْمَرْأَةُ الْمَرْأَةَ، فَتَنْتَعَهَا لِزَوْجِهَا كَأَنَّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا".¹¹⁹⁹

ولقد بينت دراسات التحليل النفسي أن الدافع الجنسي يمر بمراحل تمهد لنضجه، فهو لا يظهر فجأة وإنما يتم نضجه عند البلوغ، فإذا تعرض الطفل لمثيرات مهيجة له فإنَّ ذلك سيؤدي إلى تنشيطه في وقت مبكر، مما يؤثّر تأثيراً سلبياً على سير نموه الجنسي الطبيعي فيما بعد، ويظهر عنده الانحراف والشذوذ.

وهذا الذي حذّر منه العالم سيجموند فرويد مؤسس مدرسة التحليل النفسي، أشار إليه القرآن الكريم من قرون، فوضع ضوابط وقواعد تربوية لتجنب الأولاد رؤية العورات. ووجه القرآن الآباء والأمهات إلى تعليم أولادهم أدب الاستئذان عند الدخول على والديهم، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَبْغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَوةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَوةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ

¹¹⁹⁷ مسلم، المسند الصحيح، 3 كتاب الحيض، باب تحريم النظر إلى العورات، 1/266/ح338.

¹¹⁹⁸ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 30/4-31.

¹¹⁹⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، باب لا تبأشِر المرأة المرأة فتنتعها لزوجها، 7/38/ح5240.

وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوْفُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾¹²⁰⁰

فأمر الله تعالى المؤمنين أن يستأذنهم وأطفالهم الذين لم يبلغوا الحلم منهم في ثلاثة أوقات:

الأول: من قبل صلاة الغداة، لأن الناس إذ ذاك يكونون نياما في فرشهم.

الثاني: حين تضعون ثيابكم من الظهيرة، أي في وقت القيلولة، لأن الإنسان قد يضع ثيابه في

تلك الحال مع أهله.

الثالث: من بعد صلاة العشاء لأنه وقت النوم، فيؤمر الخدم والأطفال أن لا يهجموا على أهل

البيت في هذه الأحوال لما يخشى من أن يكون الرجل على أهله أو نحو ذلك من الأعمال.¹²⁰¹

هذا التوجيه القرآني منذ أكثر من أربعة عشر قرنا، فيه تدابير للوقاية من احتمال أن يرى الطفل

شيئا في بيته يؤثر في فكره وسلوكه، فكيف بنا في زمن أصبحت هذه المشاهد متاحة في كل زمان ومكان

وعن طريق الأجهزة المتطورة، المرئية والمسموعة؟.

ومن هذه التوجيهات الوقائية النبوية التفريق بين الأطفال في المضاجع، وذلك في سن مبكرة،

فَعَنْ عَمْرِو بْنِ شُعَيْبٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ جَدِّهِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ

أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَاصْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا، وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ".

وفي رواية الإمام أحمد زيادة بلفظ: "وَإِذَا أَنْكَحَ أَحَدُكُمْ عَبْدَهُ أَوْ أَحِيرَهُ، فَلَا يَنْظُرَنَّ إِلَى شَيْءٍ مِنْ

عَوْرَتِهِ، فَإِنَّ مَا أَسْفَلَ مِنْ سُرَّتِهِ إِلَى رُكْبَتَيْهِ مِنْ عَوْرَتِهِ".¹²⁰²

¹²⁰⁰ سورة النور: 58.

¹²⁰¹ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 75/6.

فقد جاء الأمر بتعليم الأولاد الصلاة وهم في سنِّ الصِّغَر لما في الصلاة من أثر في تركية نفوسهم وتعويدهم على العبادة، قال تعالى: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ﴾¹²⁰³. فآثر الصلاة يبدأ من الصغر ليهذب الغرائز والشَّهَوَات ويوجهها أثناء مراحل نموها، ومن شَبَّ على شَيْءٍ شاب عليه.

وقال المناوي في شرح الحديث: يعني إذا بلغ أولادكم سبعا فامروهم بأداء الصلاة ليعتادوها ويأنسوا بها، فإذا بلغوا عشراً فاضربوهم على تركها. (وفرَّقوا بينهم في المضاجع) أي فرَّقوا بين أولادكم في مضاجعهم التي ينامون فيها إذا بلغوا عشراً حذراً من غوائل الشَّهْوَةِ وإن كُنَّ أخواته. قال الطيبي: جمع بين الأمر بالصلاة والتفرُّق بينهم في المضاجع في مواقف التَّهَم فيجتنبوا المحارم. (وإذا زوج أحدكم خادمه عبده أو أجيَّره فلا ينظر إلى ما دون السرة وفوق الركبة) وفي رواية فلا يرين ما بين سرتة أو ركبته فإن ما بين سرتة وركبته من عورته.¹²⁰⁴

وقد أباح الإسلام النظر للمخطوبة لما في ذلك من مصلحة للطرفين بنية الزَّوْاج.

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِذَا حَطَبَ أَحَدُكُمْ الْمَرْأَةَ، فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنْظُرَ إِلَى مَا يَدْعُوهُ إِلَى نِكَاحِهَا فَلْيَفْعَلْ"، قَالَ: فَحَطَبْتُ جَارِيَةً فَكُنْتُ أَتَحَبَّبُ لَهَا حَتَّى رَأَيْتُ مِنْهَا مَا دَعَانِي إِلَى نِكَاحِهَا وَتَزَوُّجِهَا فَتَزَوَّجْتُهَا.¹²⁰⁵

¹²⁰² أحمد، المسند، 11/284/6689، قال المحقق شعيب الأرنؤوط: إسناده حسن.

أبو داود، سنن أبي داود، 2 كتاب الصلاة، باب مَن يُؤْمَرُ الْعُلَامُ بِالصَّلَاةِ، 1/133/495.

¹²⁰³ سورة العنكبوت: 45.

¹²⁰⁴ المناوي، فيض القدير، 5/521/8174.

¹²⁰⁵ أبو داود، سنن أبي داود، 12 كتاب النكاح، باب في الرَّجُلِ يَنْظُرُ إِلَى الْمَرْأَةِ وَهُوَ يُرِيدُ تَزَوُّجَهَا، 2/228/2082.

قال الحافظ في بلوغ المرام، ح 947: رجاله ثقات.

رابعاً: تحريم الاختلاط

لا يوجد أمرٌ محرّمٌ ولا كبيرةٌ من الكبائر إلا وقد حاطها الله تعالى وسيجها وحماها من جميع جهاتها، حتى لا يتوصل الناس إليها فيقعوا فيها؛ فحرّم الله الزنى، وحرّم الوسائل المفضية إليه. فإذا تيسرت الوسائل سهّل الوصول إلى الغايات.

ومن وسائل الزنى المحرّمة: النظر، والسُّفور، والخضوع بالقول، والعزل، والاختلاط، والخلوة، وهذه خطوات كل واحدة منها تلي الأخرى، أوّلها النظر، ثم يسير حتى يتكلّم بالفحش، ثم يختلط، فيخلو، فيمسّ، فيزني، وهذا ما بيّنه النبي (ص.س) كما في الحديث الصحيح: "إِنَّ اللَّهَ كَتَبَ عَلَى ابْنِ آدَمَ حُطَّةً مِنَ الزَّانَا، أَدْرَكَ ذَلِكَ لَا مَحَالَةَ، فَرْنَا الْعَيْنَ النَّظْرَ، وَزَنَا اللِّسَانَ الْمُنْطِقَ، وَالنَّفْسَ تَمَنَّى وَتَشْتَهِي، وَالْفَرْجَ يُصَدِّقُ ذَلِكَ كُلُّهُ وَيُكَدِّبُهُ".¹²⁰⁶

قال ابن حجر: "أي أن الزنا لا يختص بإطلاقه بالفرج بل يطلق على ما دون الفرج من نظر وغيره".¹²⁰⁷

وقد ذكر النبي (ص.س) التفكير بالزنى وتمني النفس له؛ لأنّه يثير قوّة كامنة في النفس، ورغبة للبحث عنه؛ لبدأ الإنسان خطوات الوقوع فيه، ولن يصل إلى الزنى إلا بهذه الوسائل التي نهى الله عنها، وكلما كانت الوسيلة إلى الفاحشة أقرب، وتسهيلها لها أقوى، كان التأكيد على تحريمها في القرآن والسنة أشدّ.

¹²⁰⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 79 كتاب الاستئذان، باب زنا الجوارح دون الفرج، 8/54/ح 6243.

مسلم، المسند الصحيح، 46 كتاب القدر، باب قدّر على ابن آدم حطّة من الزنا وغيره، 4/2046/ح 2657.

¹²⁰⁷ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 26/11.

وقد عظمَ الله سبحانه جريمة الزَّنى، وشدَّدَ في تحريم كل الوسائلِ المفضية إليه، فلو أُحكمتْ هذه الوسائل ما وَقَعَ الناسُ في الغاياتِ المحرَّمة. ولما كان افتتانُ الرجلِ بالمرأةِ أقوى، ولأنه أكثرُ جرأةً لِمَا بعدَ النظرِ في الإقدامِ على الزنى، شُدِّدَ عليه في تحريم وسيلةِ النظرِ أكثرَ مِنَ المرأةِ، وإنِ اشترَكَ في أصلِ النَّهي. ولما كان الاختلاطُ وخلوةُ الرجلِ بالمرأةِ من وسائلِ الوصولِ للمحرم قال رسول الله (ص.س): "لَا يَخْلُونُ رَجُلٌ بِامْرَأَةٍ، وَلَا تُسَافِرُنَّ امْرَأَةٌ إِلَّا وَمَعَهَا مُحَرَّمٌ". فَقَامَ رَجُلٌ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ امْرَأَتِي خَرَجَتْ حَاجَةً، وَإِنِّي اكْتَسَبْتُ فِي غَزْوَةٍ كَذَا وَكَذَا، قَالَ: "انْطَلِقْ فَحُجَّ مَعَ امْرَأَتِكَ".¹²⁰⁸

ففي الاختلاط منزلقٌ للوقوع في الفاحشة، وما اجتمع رجلٌ بامرأةٍ إلا حاول الشَّيْطَانُ إغراءهما لارتكاب المعصية، وقد يضعف الرجل في هذا الموقف وينقاد لشهوته.

وجاء في حديث طويل: "...ألا لا يَخْلُونُ رَجُلٌ بِامْرَأَةٍ إِلَّا كَانَ ثَالِثَهُمَا الشَّيْطَانُ...".¹²⁰⁹

وَعَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "إِيَّاكُمْ وَالِدُخُولَ عَلَى النِّسَاءِ" فَقَالَ رَجُلٌ مِّنَ الْأَنْصَارِ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَفَرَأَيْتَ الْحَمُو؟ قَالَ: "الْحَمُو الْمَوْتُ".¹²¹⁰ وَالْحَمُو أَقَارِبُ زَوْجِ الْمَرْأَةِ كَأَبِيهِ وَعَمِّهِ وَأَخِيهِ وَبَنِ أَخِيهِ وَبَنِ عَمِّهِ وَنَحْوِهِمْ.¹²¹¹

¹²⁰⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، بَابُ لَا يَخْلُونُ رَجُلٌ بِامْرَأَةٍ إِلَّا دُوْ مُحَرَّمٍ، وَالِدُخُولُ عَلَى الْمَغِيْبَةِ، 5233 ح/37/7. مسلم، المسند الصحيح، 15 كتاب الحج، بَابُ سَفَرِ الْمَرْأَةِ مَعَ مُحَرَّمٍ إِلَى حَجٍّ وَغَيْرِهِ، 1341 ح/978/2. ¹²⁰⁹ الترمذي، سنن الترمذي، 31 أبواب الفتن، باب ما جاء في لزوم الجماعة، 465/44 ح/2165، وقال: هذا حديث حسن صحيح غريب من هذا الوجه.

¹²¹⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 67 كتاب النكاح، بَابُ لَا يَخْلُونُ رَجُلٌ بِامْرَأَةٍ...، 5232 ح/67/7. مسلم، المسند الصحيح، 39 كتاب السلام، بَابُ تَحْرِيمِ الْخُلُوءِ بِالْأَخْتِيبَةِ وَالِدُخُولِ عَلَيْهَا، 2172 ح/1711/4. ¹²¹¹ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 154/14.

الفصل السابع: تركية الدوافع النفسية

مقدمة الفصل

الدوافع النفسية ليس لها ارتباط مباشر بحاجات الإنسان الفسيولوجية، ويطلق عليها علماء النفس اسم الدوافع النفسية الاجتماعية، لأنها تُشبع الحاجات النفسية للفرد كما أنها تظهر أثناء التنشئة الاجتماعية ونتيجة لتفاعل الشخص مع المجتمع الذي يعيش فيه، ويذهب معظم علماء النفس المحدثين إلى أن الدوافع النفسية هي في الأغلب مكتسبة على أساس دوافعنا الفسيولوجية، أي أنها متفرعة أو مشتقة عنها.¹²¹²

لقد وضع الإسلام ضوابط لتهذيب هذه الدوافع وتوجيهها إيجابياً، وهي ضوابط شرعية وأخلاقية، يتميز بها الإنسان عن الحيوان، وأهم تلك التوجيهات هي:¹²¹³

- 1- توجيه الدوافع إلى أهدافها التي خلقت من أجلها.
- 2- تحقيق التوازن في إشباع الحاجات.
- 3- تجنب الوقوع في تناقضات وصراعات بين الدوافع النفسية، سواء من الناحية النظرية أم من الناحية العملية.
- 4- تجنب احتقارها أو ازدراء بعضها، لأن ذلك قد يؤدي إلى إهمالها نتيجة لذلك، بل يجب الاهتمام بكل دافع منها بقدر ما يستحق، دون السماح لطغيان بعضها على غيرها.
- 5- تدريب الناشئين على توجيهها في أطر إسلامية.

¹²¹² نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص 41-42.

¹²¹³ يالجن، التربية الإسلامية والطبيعة الإنسانية، ص 103-104.

6- تمكين الناشئين من التوجه الذاتي لأنفسهم، والتحكم في انفعالاتهم وعواطفهم.

7- تبصير الناشئين بأساليب التسامي على العرائز والدوافع.

8- التربية المستمرة في تهذيب النفس وضبط الدوافع ومواصلة البحث عن المعرفة المتجددة

واللازمة لتحقيق حاجات الشخص وحاجات الأمة.

9- مراعاة الاستعدادات الفطرية والواقعية في جميع المجالات التربوية.

10- اتخاذ أساليب ووسائل تربوية تحقق المقاصد والأهداف، ومراعات القيم والآداب

الإسلامية.

11- عند القيام بالعملية التعليمية لابد من تكرار المعاني السامية، فلا نكتفي بالإقناع العقلي

ولا بالسرد العلمي الجاف الخالي من العاطفة، بل لابد من إثارة الانفعالات والعواطف الإسلامية واستثمارها استثماراً إيجابياً.

فيجب ألا تخلو دروسنا من تذكير الطلاب، وتهذيب دوافعهم وتنمية هذه العواطف والانفعالات

الدافعة المرغبة، فلقد وجد الرسول (ص.س) سراقه بن مالك يهوى المال فاستغلَّ عنده هذا الدافع الفطري

وبيّن له ما سيصل إليه الإسلام من مجد وغنى ووعد به بأنه سيلبس سوارى كسرى ومضت السنوات ونادى

عمر بن الخطاب يوماً: أين سراقه ابن مالك؟ ليحقق نبوءة رسول الله (ص.س) فألبسه سوارى كسرى،

وتحول حب سراقه للمال إلى حب الله خالق المال ومصرفه في أيدي العباد.¹²¹⁴

¹²¹⁴ النحلاوي، عبد الرحمن، *العرائز والدوافع تنظيمها وتأثيرها في الحياة النفسية*، محاضرة أقيمت يوم الاثنين الموافق 1385/11/15 هـ ضمن الموسم الثقافي العاشر للكليات والمعاهد العلمية، الرئاسة العامة للكليات والمعاهد العلمية، الرياض، 1386 هـ.

12- تحفيز الإنسان بالثناء عليه، وذلك لاستثارة ميوله العاطفية والانفعالية والاجتماعية ويكون

التحفيز والثناء باللفظ، وهذا من سنة النبي (ص.س).

عَنْ أُسَامَةَ بْنِ زَيْدٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ صُنِعَ إِلَيْهِ مَعْرُوفٌ فَقَالَ لِفَاعِلِهِ: جَزَاكَ

اللَّهُ خَيْرًا فَقَدْ أُبْلَغَ فِي الثَّنَاءِ".¹²¹⁵

وكان النبي (ص.س) يثني على أصحابه عندما تظهر عليهم خصال أو أعمال تستحق التنويه

والإشادة، ليحثهم على الاستمرار والمثابرة على تلك الخصال والأعمال، فعن ابن عباس (ر.ض) أن

رسول الله (ص.س) قال لِأَشَجِّ عَبْدِ الْقَيْسِ: "إِنَّ فِيكَ لَخَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ: الْحِلْمُ وَالْأَنَاةُ".¹²¹⁶

المبحث الأول: تركية دافع التملك

المطلب الأول: حاجة الإنسان للتملك والكسب

حُبُّ لِلْإِنْسَانِ تَمَلُّكُ الْأَمْوَالِ الْمَنْقُولَةِ وَغَيْرِ الْمَنْقُولَةِ، فَهِيَ غَرِيزَةٌ فَطَرِيَّةٌ يَحَاوِلُ الْإِنْسَانُ مِنْ خِلَالِهَا

تَأْمِينَ مَا يَحْتَاجُهُ فِي حَاضِرِهِ وَمُسْتَقْبَلِهِ، حَتَّى لَا يَشْعُرَ بِالْخَوْفِ وَالْقَلَقِ مِمَّا هُوَ قَادِمٌ، لِذَا يَنْدَفِعُ النَّاسُ بِمَا

هُوَ دَاعٍ لِمَتْلُكِ الدَّرْهَمِ وَالْدِينَارِ، وَالْأَرْضِ وَالْعَقَارِ، وَالْأَنْعَامِ وَالْخَيُْولِ، وَأَثَاثِ الْمَنْزِلِ وَغَيْرِ ذَلِكَ مِنْ

الْمَمْتَلِكَاتِ الَّتِي تَزْدَادُ مِنْ عَصْرِ إِلَى عَصْرٍ وَتَتَنَوَّعُ أَشْكَالُهَا، وَكُلَّمَا زَادَ مَالُ الْإِنْسَانِ وَمَلَكَهُ كُلَّمَا تَطَلَّعَتْ

نَفْسُهُ لِلْمَزِيدِ، وَقَدْ أَشَارَ اللَّهُ تَعَالَى فِي كِتَابِهِ إِلَى هَذَا فَقَالَ: ﴿وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا﴾.¹²¹⁷

¹²¹⁵ الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، باب ما جاء في المتشيع بما لم يُعطه، 4/380/ح2035، وقال: هذا حديث

حسنٌ جيّدٌ غريبٌ.

¹²¹⁶ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب الأمر بالإيمان بالله ورَسُولِهِ، وَشَرَائِعِ الدِّينِ، وَالدُّعَاءِ إِلَيْهِ، 1/48/ح18.

¹²¹⁷ سورة الفجر: 20.

وقد دَلَّ القرآن الكريم على فطرية هذه الغريزة ووجودها في كيان الإنسان حتى قبل أن يهبط إلى الأرض، فهي إحدى الغرائز التي استشارها إبليس اللعين في نفس سيدنا آدم (ع.س) كما قصَّ الله تعالى علينا ذلك فقال: ﴿فَوَسَّوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَكَادُمُ هَلْ أَذُكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى ۚ﴾.¹²¹⁸

قال فخر الدين الرازي في تفسيره: "قَوْلُهُ (وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى) أَيُّ مَنْ أَكَلَ مِنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ دَامَ مُلْكُهُ".¹²¹⁹

وقد اعترف الإسلام بحق الإنسان بالامتلاك، فشرَّع له أحكاماً فقهية كثيرة تنظم هذا الامتلاك، كالبيع والشراء والميراث والهبة، كما ذكر أحكام التجارة والصناعة والزراعة وغير ذلك من أعمال التملك.

ووجود هذه الغريزة له جانب إيجابي فهي القوة المحركة لنشاط الإنسان من أجل العمل والكسب وعمارة الأرض، كما أنها سبب في أداء بعض العبادات والقربات، ولو كبتت هذه الغريزة بمنع التملك وإحراز المال لفُتِر الإنسان عن العمل والإنتاج وأصاب المجتمع الشلل الاقتصادي والكسل.

وفي الكتاب والسنة الكثير من الأدلة التي تدعو إلى العمل والكسب والأخذ بالأسباب، قال تعالى: ﴿فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنْكُمْ مَرْضًى وَعَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَعَآخَرُونَ يُقْتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ﴾.¹²²⁰

قال القرطبي في تفسيره: "سَوَّى الله تعالى في هذه الآية بين درجة المجاهدين والمكتسبين لمال الحلال للنفقة على نفسه وعياله، والإحسان والإفضال، فكان هذا دليلاً على أن كسب المال بمنزلة الجهاد، لأنه جمعه مع الجهاد في سبيل الله".¹²²¹

¹²¹⁸ سورة طه: 120.

¹²¹⁹ الرازي، مفاتيح الغيب، 108/22.

¹²²⁰ سورة المزمل: 20.

¹²²¹ القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، 55/19.

وقال تعالى: ﴿فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ

كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿١٠﴾. ¹²²²

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا، وَإِنَّ

اللَّهُ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ، فَقَالَ: ﴿يَتَأْتِيهَا الرُّسُلُ كُلُّوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا

تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ ﴿٥١﴾. ¹²²³ وَقَالَ: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُّوا مِنَ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾. ¹²²⁴ ثُمَّ ذَكَرَ

الرَّجُلُ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ، يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ، يَا رَبِّ، يَا رَبِّ، وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ،

وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ، وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ، فَأَنَّى يُسْتَجَابَ لِذَلِكَ؟" ¹²²⁵

في هذا الحديث الأمر بالأخذ بأسباب الرزق، وبأن يكون مصدر كسب المال حلالاً خالصاً لا

شبهة فيه، وكذلك إنفاقه في الحلال، وهذا الأمر شمل الرسل كما شمل أقوامهم، فقد حثنا النبي (ص.س)

على العمل وتحصيل الرزق بكسب اليد كأداء مهنة كما في الحديث، عَنِ الْمُقَدَّامِ (ر.ض) عَنْ رَسُولِ اللَّهِ

(ص.س) قَالَ: "مَا أَكَلَ أَحَدٌ طَعَامًا قَطُّ، خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ (ع.س)

كَانَ يَأْكُلُ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ". ¹²²⁶

¹²²² سورة الجمعة: 10.

¹²²³ سورة المؤمنون: 51.

¹²²⁴ سورة البقرة: 172.

¹²²⁵ مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب قبول الصدقة من الكسب الطيب وتزويتها، 2/703/ح 1015.

¹²²⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 34 كتاب البيوع، باب كسب الرجل وعمله بيده، 3/57/ح 2072.

أو تحصيل الرزق عن طريق التجارة، فقد مدح النبي (ص.س) التاجر الصادق كما في الحديث،
عَنْ أَبِي سَعِيدٍ، عَنْ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "التَّاجِرُ الصَّدُوقُ الْأَمِينُ مَعَ النَّبِيِّينَ، وَالصِّدِّيقِينَ،
وَالشُّهَدَاءِ".¹²²⁷

وكذلك تحصيل الرزق عن طريق الزراعة. عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ (ر.ض) قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ
(ص.س): "مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَغْرِسُ غَرْسًا، أَوْ يَزْرَعُ زَرْعًا، فَيَأْكُلُ مِنْهُ طَيْرٌ أَوْ إِنْسَانٌ أَوْ بَهِيمَةٌ، إِلَّا كَانَ لَهُ بِهِ
صَدَقَةٌ".¹²²⁸

فلا مانع في ديننا من كسب المال، بل من الواجب الأخذ بالأسباب، ولكن المشكلة تكمن
بانحراف هذا الدافع، وذلك إذا ما استولى حب التملك على قلب الإنسان فإنه يضحي عبداً للدرهم
والدينار فتتحول هذه الغريزة إلى شكلها السلبي، كما قال (ص.س): "تَعَسَّ عَبْدُ الدِّينَارِ، وَعَبْدُ
الدِّرْهَمِ".¹²²⁹

وإذا ما استولى حب المال واكتنازه على قلب الإنسان فإن ذلك يصرفه عن أداء العبادات
والقربات، قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ
أَلِيمٍ﴾.¹²³⁰

¹²²⁷ الترمذي، سنن الترمذي، 12 أبواب البيوع، باب ما جاء في التجار وتسمية النبي (ص.س) إياهم، 3/507/ح1209. وقال: هذا حديث حسن لا نعرفه إلا من هذا الوجه من حديث الثوري عن أبي حمزة.

¹²²⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 41 كتاب المزارعة، باب فضل الزرع والغرس إذا أكل منه، 3/103/ح2320.

مسلم، المسند الصحيح، 22 كتاب المساقاة، باب فضل الغرس والزرع، 3/1189/ح1553.

¹²²⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 56 كتاب الجهاد والسير، باب الحراسة في الغزو في سبيل الله، 4/34/ح2886..

¹²³⁰ سورة التوبة: 34.

لذلك مدح الله تعالى الصحابة الذين لم تشغلهم التجارة والبيع والشراء عن أداء العبادات، بل كانت سببا في القرب من الله، فقال تعالى: ﴿رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَلَا بَصَرَ﴾.¹²³¹

وعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا تَتَّخِذُوا الضَّيْعَةَ فَتَرْغَبُوا فِي الدُّنْيَا".¹²³²

قال ابن الأثير: "والضَّيْعَةُ فِي الْأَصْلِ: الْمَرَّةُ مِنَ الضَّبَاعِ. وَضَيْعَةُ الرَّجُلِ فِي غَيْرِ هَذَا مَا يَكُونُ مِنْهُ مَعَاشُهُ، كَالصَّنْعَةِ وَالتِّجَارَةِ وَالزَّرَاعَةِ وَغَيْرِ ذَلِكَ".¹²³³

قال المباركفوري: "والمراد النهي عن الاشتغال بها وبأمثالها مما يكون مانعا عن القيام بعبادة المولى وعن التوجه كما ينبغي إلى أمور العقبي. وقال الطيبي المعنى لا تتوغلوا في اتخاذ الضيعة فتلهاوا بها عن ذكر الله قال تعالى: ﴿رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ﴾".¹²³⁴

فالمال هو وسيلة من وسائل إشباع حاجات الإنسان، والتقرب به إلى الله تعالى، وهذه الحاجات هي بحسب أهميتها مرتبة كالتالي:

ضروريات الطعام والشراب والكساء والمسكن والزواج.

ضروريات الصحة والتعلم.

كماليات الحياة (ومعظمها حاجات مكتسبة)

¹²³¹ سورة النور: 37.

¹²³² الترمذي، سنن الترمذي، 34 أبواب الزهد، باب ما جاء في الهَمِّ فِي الدُّنْيَا وَحُبِّهَا، 4/565 ح/2328، وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ.

¹²³³ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 3/108.

¹²³⁴ سورة النور: 37.

المباركفوري، تحفة الأحوذى، 6/511.

الحصول على المركز الاجتماعي والمكانة والنفوذ.¹²³⁵

وفي الوقت الذي ذهب فيه العلماء إلى اعتبار التَّمْلُك غريزة فطرية، نرى أن البعض الآخر يرى بأن دافع التَّمْلُك إنما هو نفسي مكتسب، وليس من الضروري أن نستنتج من وسوسة الشَّيْطَان لآدم (ع.س) بأنه سيدله على (ملك لا يبلَى) أن دافع التَّمْلُك غريزة فطرية، فمن الممكن أن نفهم أيضا من ذلك أن إبليس حاول أن يثير دافع التَّمْلُك عند أبينا آدم (ع.س) من خلال الإيحاء والتأثير فيه، ولم يكن هذا الدَّافِع لديه من قبل.¹²³⁶

ويرى جابر أن دافع التَّمْلُك هو من أكثر الدَّوافِع الفِطْرِيَّة المؤثرة، لأنه دافع فردي اجتماعي، يعمل على إشباع معظم الدَّوافِع الجسمية والنَّفْسِيَّة والرُّوحِيَّة الأخرى، وما يبين أنه دافع فطري المفاهيم المرتبطة به وهي:

1- أنه عطاء ورزق مقسوم من الله تعالى، قال سبحانه: ﴿قُلِ اللَّهُمَّ مَلِكُ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾.¹²³⁷

2- أنه يتوافق مع ميل الإنسان وهواه في توسيع ملكية الأشياء. قال تعالى ﴿زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْخَرْثِ ذَلِكَ مَتْنَعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ﴾.¹²³⁸

¹²³⁵ مرسى، سيد عبد الحميد، النفس المطمئنة، مكتبة وهبة، القاهرة، ط: بلا، 1403 هـ، 1983 م. ص 75-76.

¹²³⁶ نجاشي، القرآن وعلم النفس، ص 42.

¹²³⁷ سورة آل عمران: 26.

¹²³⁸ سورة آل عمران: 14.

3- ومن خلاله يحقق الله تعالى الابتلاء والجزاء، وهما أكثر أهمية وأبعد تأثيراً في النفس عندما

يكونان في شيء فطري، يقول الله سبحانه وتعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ

الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٩﴾. وهذا يتبين أن دافع التملك هو فطري.¹²⁴⁰

ويرجح الباحث أن حبَّ التملك هو غريزة، قد أودعها الله تعالى وحبَّها للإنسان وزينها له

ليميل إليها كما قال تعالى: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ

وَالْأَفْضَةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْخَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَبَاقِ ﴿١٦٠﴾. فقد¹²⁴¹

عدد الله تعالى أصناف الأموال التي تميل إليها النفس وذكر المال، ضمن الشهوات الغريزية، ولا شك أن

البيئة الاجتماعية تؤثر في إثارة هذه الشهوات.

وقد صرح النبي (ص.س) بأن حبَّ المال هو من متعلقات النفس، وأن الغنى الحقيقي ليس هو

بالإكثار من الممتلكات، لأن النفس لا تشبع منها، وإنما الغنى هو غنى النفس.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ، وَلَكِنَّ الْغِنَى غِنَى

النَّفْس".¹²⁴²

وجمع المال الحلال هو وسيلة للوصول إلى طاعة الله تعالى، فيعف به الإنسان نفسه عن الطلب

من الآخرين، ويسابق به إلى العمل الصالح، فنظرة الإسلام للمال تتفرع عن تصوره للحياة الدنيا بشكل

عام، فهو تصور معتدل لا يذم الدنيا مطلقاً كما لا يمدحها على الإطلاق، بل المدح والذم متعلق بعمل

¹²³⁹ سورة البقرة: 155.

¹²⁴⁰ عبد الجابر، الإسلام وعلم النفس، ص 133.

¹²⁴¹ سورة آل عمران: 14.

¹²⁴² البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقاق، باب الغنى غنى النفس، 8/95/ح 6446.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب ليس الغنى عن كثرة العرض، 2/726/ح 1051.

الإنسان فإن سَخَّرَ نعم الدنيا في مرضاة الله تعالى كانت محمودة، وإن كانت سببا في طُغيانه وبعده عن منهج الله تعالى كانت مذمومة.

ومصداق ذلك ما رواه الإمام أحمد عن عمرو ابن العاص (ر.ض) أن رسول الله (ص.س) قال له: "نِعَمَ الْمَالِ الصَّالِحُ لِلرَّجُلِ الصَّالِحِ".¹²⁴³

وقد وضع الإسلام قواعد وأسس لتنظيم إشباع هذا الدافع، يمكن تلخيصها كما يلي:

- 1- يجب أن يكون مصدر الكسب حلالا، وكذلك يكون إنفاقه بطريق مشروع.
 - 2- الاعتدال والتوسط في الإنفاق، قال تعالى: ﴿يَبْنَى عَادَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾¹²⁴⁴.
 - 3- المال وسيلة لأداء كثير من الطاعات والعبادات، فينبغي أن يكون سببا في تركية النفس كما قال تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا﴾¹²⁴⁵.
- فالانحرافات في تلبية هذا الدافع تقع عند الكسب وعند الإنفاق، ومثال الانحراف عند الاكتساب: كالحصول على المال بالسرقة والغش والظلم... كما يكون انحرافه عند الإنفاق: بالشُّح والبخل والتقتير... لذلك شرع لنا ديننا طرق الكسب كما أرشد إلى طرق الإنفاق وجعل السؤال عن المال مضاعفا عن بقية النعم، فعَنْ أَبِي بَرْزَةَ الْأَسْلَمِيِّ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ

¹²⁴³ أحمد، المسند، 298/27، 17763، وصححه العراقي في تخریج الإحياء، 234/3.

¹²⁴⁴ سورة الأعراف: 31.

¹²⁴⁵ سورة التوبة: 103.

الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عُمْرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ، وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ فَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ، وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلَاهُ".¹²⁴⁶

المطلب الثاني: التحذير من التنافس المذموم

لقد ترجَّح لدى الباحث أن دافع التَّمَلُّك هو غريزة في الإنسان، ويتفرع عنه دافع التَّنَافُس وهو من الدَّوافِع النَّفْسِيَّةِ المكتسبة، حيث أن البيئة والثقافة التي ينشأ الفرد فيها لها أثر في إثارتها وتوجيهه.

وتقوم التربية التي يتلقاها الفرد بتوجيهه إلى النواحي التي يستحسن فيها التَّنَافُس من أجل تقدمه ورفقه، فمن خلال ثقافة المجتمع يتعلم التَّنَافُس الاقتصادي، أو التَّنَافُس السياسي، أو التَّنَافُس العلمي والثقافي، أو غير ذلك.¹²⁴⁷

فهذا الدَّافِع هو من الدَّوافِع النَّفْسِيَّةِ الاجتماعية، فمن عادة الناس التَّنَافُس على الدنيا بجمع الأموال والعقارات ويحرصون على ذلك ولو تقدم بهم العمر. قال (ص.س): "يَهْرُمُ ابْنُ آدَمَ وَتَشِبُّ مِنْهُ اثْنَتَانِ: الْحِرْصُ عَلَى الْمَالِ، وَالْحِرْصُ عَلَى الْعُمُرِ".¹²⁴⁸

فحُبُّ المال هو دافع إيجابي لجمعه وانفاقه في وجوه الخيرات ولكن سرعان ما يتحول إلى دافع سلبي عندما يتعلق الإنسان به ويجعله غاية وهدفا يسعى إليه، فلا يشبع الإنسان من جمعه ويبقى يلهث وراءه حتى يأتيه الموت.

ولا شك أن مظاهر التَّنَافُس متعددة، كالتَّنَافُس على ركوب المراكب الفارهة، وتشديد القصور، وتعدد النساء، والتنافس على المناصب والجاه... وغير ذلك من الشَّهَوَات ولكن تأتي أهمية المال بكونه

¹²⁴⁶ الترمذي، سنن الترمذي، 35 أبواب صِفَةِ الْقِيَامَةِ وَالزَّكَاةِ وَالْوَرَعِ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) باب في القيامة، 4/612/ح/2417. وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ.

¹²⁴⁷ مرسى، النفس المطمئنة، ص76.

¹²⁴⁸ مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب كَرَاهَةِ الْحِرْصِ عَلَى الدُّنْيَا، 2/724/ح/1047.

وسيلة لتحصيل تلك الشهوات، وإلى ذلك أشار النبي (ص.س) بقوله: "لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ مَالٍ لَابْتَغَى تَالِثًا، وَلَا يَمَلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ، وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ".¹²⁴⁹

وذهب الكرماني فيما نقله عنه ابن حجر، إلى أنَّ المراد هو الكناية عن الموت لأنه مستلزم لامتلاء فكأنه قال لا يشبع من الدنيا حتى يموت.¹²⁵⁰ ففي الحديث بيَّن النبي (ص.س) حب الإنسان الشديد لامتلاك المال، ورغبته في الاستزادة، ولا يقف عن طلب المزيد إلا بالموت.

هذا التَّنَافُس يتولد منه آثار سلبية مدمرة للنفس وللمجتمع كالحقد والبغضاء والحسد، وكلما زاد التَّنَافُس على الدنيا تناقص التَّنَافُس على الآخرة من فعل الطاعات والقربات لذلك بين الله تعالى لنا التَّنَافُس الإيجابي الحمود بقوله سبحانه: ﴿إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ۝ عَلَى الْأَرْيَافِ يَنْظُرُونَ ۝ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ ۝ يُسْقَوْنَ مِنْ رَحِيقٍ مَخْتُومٍ ۝ خِتْمُهُ مِسْكَ ۝ فِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ ۝﴾.¹²⁵¹

وكم حذر النبي (ص.س) من التَّنَافُس على الدنيا، وكان هذا أخوف ما يخافه على أمته من بعده فقال: "قَوْلَ اللَّهِ لَا الْفَقْرَ أَحْشَى عَلَيْكُمْ، وَلَكِنْ أَحْشَى عَلَيْكُمْ أَنْ تُبْسَطَ عَلَيْكُمُ الدُّنْيَا كَمَا بُسِطَتْ عَلَى مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ، فَتَنَافَسُوهَا كَمَا تَنَافَسُوهَا وَتُهْلِكُكُمْ كَمَا أَهْلَكَتْهُمْ".¹²⁵²

وجاء التحذير أيضا في الحديث الصحيح، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ أَكْثَرَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمْ مَا يُخْرِجُ اللَّهُ لَكُمْ مِنْ بَرَكَاتِ الْأَرْضِ" قِيلَ: وَمَا بَرَكَاتُ الْأَرْضِ؟ قَالَ: "زَهْرَةُ الدُّنْيَا" فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ: هَلْ يَأْتِي الْخَيْرُ بِالشَّرِّ؟ فَصَمَتِ النَّبِيُّ (ص.س) حَتَّى ظَنَنَّا أَنَّهُ يُنْزَلُ

¹²⁴⁹ البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقائق، بَابُ مَا يُتَّقَى مِنْ فِتْنَةِ الْمَالِ، 8/92/6436.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، بَابُ لَوْ أَنَّ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَيْنِ لَابْتَغَى تَالِثًا، 2/725/1048.

¹²⁵⁰ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 11/255.

¹²⁵¹ سورة المطففين: 22 - 25.

¹²⁵² البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقاق، بَابُ مَا يُحْذَرُ مِنْ زَهْرَةِ الدُّنْيَا وَالتَّنَافُسِ فِيهَا، 8/90/6425.

مسلم، المسند الصحيح، 53 كتاب الرقائق، 4/2273/2961.

عَلَيْهِ، ثُمَّ جَعَلَ يَمْسَحُ عَنْ جَبِينِهِ، فَقَالَ: "أَيُّنَ السَّائِلِ؟" قَالَ: أَنَا - قَالَ أَبُو سَعِيدٍ: لَقَدْ حَمَدْنَاهُ حِينَ طَلَعَ ذَلِكَ - قَالَ: "لَا يَأْتِي الْخَيْرُ إِلَّا بِالْخَيْرِ، إِنَّ هَذَا الْمَالَ خَضِرَةٌ حُلْوَةٌ، وَإِنْ كُلَّ مَا أَنْبَتَ الرَّبِيعُ يَقْتُلُ حَبَطًا أَوْ يُلِّمُ، إِلَّا أَكَلَةَ الْخَضِرَةِ، أَكَلْتُ حَتَّى إِذَا افْتَدَتْ حَاصِرَتَاهَا، اسْتَقْبَلَتِ الشَّمْسُ، فَاجْتَرَّتْ وَتَلَطَّتْ وَبَالَتْ، ثُمَّ عَادَتْ فَأَكَلَتْ. وَإِنَّ هَذَا الْمَالَ حُلْوَةٌ، مَنْ أَخَذَهُ بِحَقِّهِ، وَوَضَعَهُ فِي حَقِّهِ، فَنِعِمَّ الْمَعُونَةُ هُوَ، وَمَنْ أَخَذَهُ بِغَيْرِ حَقِّهِ كَانَ كَالَّذِي يَأْكُلُ وَلَا يَشْبَعُ".¹²⁵³

في الحديث التحذير من الاغترار بالدنيا والنظر إليها والمفاخرة بها. فقد خاف النبي (ص.س) على أمته من بركات الأرض وفسرها بقوله: (زَهْرَةُ الدُّنْيَا) والمراد بزهرة الدنيا حسناتها وبهجتها وزينتها، وما يزهو منها. فسأل الرجل: (هَلْ يَأْتِي الْخَيْرُ بِالشَّرِّ؟) وهو استفهام استرشاد لا إنكار، أي هل تصير النعمة عقوبة لأن زهرة الدنيا نعمة من الله تعالى فهل تعود نقمة؟ فكان الجواب: (لَا يَأْتِي الْخَيْرُ إِلَّا بِالْخَيْرِ) أي أن الخير الحقيقي لا يأتي إلا بالخير، وإنما يعرض له الشر بعارض البخل به عمن يستحقه والإسراف في إنفاقه فيما لم يشرع. ثم ضرب (ص.س) لذلك مثلاً فقال: (إِنَّ هَذَا الْمَالَ خَضِرَةٌ حُلْوَةٌ) شبهها بالفاكهة التي تجذب ينضارتها وحلاوتها. (وَإِنْ كُلَّ مَا أَنْبَتَ الرَّبِيعُ يَقْتُلُ حَبَطًا أَوْ يُلِّمُ) والربيع: الجدول الذي يُسقى به. الحَبَطُ: الانتفاخ والتخمة، يقال: حبَطت الدابة تُحْبَطُ، إذا انتفخ بطنها من كثرة الأكل، وربما تموت من ذلك، ويُلِّمُ: يقرب من الموت، ومعناه أن نبات الربيع وخضيره عندما تُكثر الدواب من أكله فإنه يقتل بالتخمة لكثرة الأكل، أو يقارب القتل.

(إِلَّا أَكَلَةَ الْخَضِرَةِ) قيل الخَضِرُ: كلاً الصيف. فإذا اقتصر منه على اليسير الذي تدعو إليه الحاجة وتحصل به الكفاية فإنه لا يضر. وشبه بها لأنها التي ألف المخاطبون أحوالها في سومها ورعيها وما

¹²⁵³ البخاري، الجامع الصحيح، كتاب الرقاق، باب ما يُخَذَّرُ مِنْ زَهْرَةِ الدُّنْيَا وَالتَّنَافُسِ فِيهَا، 8/91 ح 6427.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، باب تَخَوُّفِ مَا يَخْرُجُ مِنْ زَهْرَةِ الدُّنْيَا، 2/727 ح 1052.

يعرض لها من البشم وغيره (أَكَلْتُ حَتَّى إِذَا امْتَدَّتْ خَاصِرَتَاهَا، اسْتَقْبَلَتِ الشَّمْسُ، فَاجْتَرَّتْ وَثَلَطَتْ وَبَالَتْ) أي إذا امتلأت شبعاً وعظم جنبها تركت الأكل مستقبلة الشمس؛ فَاجْتَرَّتْ: أي أخرجت الجِرَّةَ وهي: ما تخرجه الماشية من كرشها لتمضغه ثم تبلعه تستمرئ بذلك ما أكلت، وتثلط. والثَلَطُ: ما تلقيه الماشية سهلاً رقيقاً، وإذا ثلطت فقد زال عنها الحبط، وإنما تحبط الماشية لأنها لا تثلط، ولا تبول، فتنتفخ أجوافها فيعرض لها المرض فتهلك.¹²⁵⁴

ثم قال النبي (ص.س): "وَأَنَّ هَذَا الْمَالَ حُلُوءٌ، مَنْ أَخَذَهُ بِحَقِّهِ، وَوَضَعَهُ فِي حَقِّهِ، فَنِعْمَ الْمَعُونَةُ هُوَ، وَمَنْ أَخَذَهُ بِغَيْرِ حَقِّهِ كَانَ كَالَّذِي يَأْكُلُ وَلَا يَشْبَعُ" أي من جمع هذا المال من حلال وصرفه في وجوه الخير يكون نعمة عليه، لأنه استعان به على طاعة الله تعالى وقربه، ومن لم يبال في جمعه ولم يؤدي حق الله فيه، فمثله كمثل تلك البهيمة التي يكون أكلها سببا في هلاكها.

قال ابن الأثير: "ضَرَبَ فِي هَذَا الْحَدِيثِ مَثَلَيْنِ: أَحَدُهُمَا لِلْمُفْرَطِ فِي جَمْعِ الدُّنْيَا وَالْمَنْعِ مِنْ حَقِّهَا، وَالْآخَرُ لِلْمُقْتَصِدِ فِي أَخْذِهَا وَالنَّفْعِ بِهَا. فَقَوْلُهُ: إِنَّ مِمَّا يُنْبِتُ الرِّبْعَ مَا يَقْتُلُ حَبَطًا أَوْ يُلِّمُ، فَإِنَّهُ ضَرَبَ مَثَلًا لِلْمُفْرَطِ الَّذِي يَأْخُذُ الدُّنْيَا بِغَيْرِ حَقِّهَا، وَذَلِكَ أَنَّ الرِّبْعَ يُنْبِتُ أَحْرَارَ الْبُقُولِ فَتَسْتَكْثِرُ الْمَاشِيَةُ مِنْهُ لَا اسْتَطَاعَتِهَا إِيَّاهُ، حَتَّى تَنْتَفِخَ بِطُوعِهَا عِنْدَ مُجَاوَزَتِهَا حَدَّ الْإِحْتِمَالِ، فَتَنْشَقَّ أَمْعَاؤُهَا مِنْ ذَلِكَ فَتَهْلِكَ أَوْ تُقَارِبُ الْهَلَاكَ، وَكَذَلِكَ مِثْلُ الَّذِي يَجْمَعُ الدُّنْيَا مِنْ غَيْرِ حِلِّهَا وَمَنْعِهَا مُسْتَحِقَّهَا قَدْ تَعَرَّضَ لِلْهَلَاكِ فِي الْآخِرَةِ بِدُخُولِ النَّارِ، وَفِي الدُّنْيَا بَأْدَى النَّاسِ لَهُ وَحَسَدِهِمْ إِيَّاهُ، وَغَيْرِ ذَلِكَ مِنْ أَنْوَاعِ الْأَدَى.

وَأَمَّا قَوْلُهُ إِلَّا أَكَلَةُ الْخَضِرِ، فَإِنَّهُ مَثَلٌ لِلْمُقْتَصِدِ، وَذَلِكَ أَنَّ الْخَضِرَ لَيْسَ مِنْ أَحْرَارِ الْبُقُولِ وَجَدِّهَا الَّتِي يُنْبِتُهَا الرِّبْعُ بِتَوَالِي أَمْطَارِهِ فَتَحْسُنُ وَتَنْعُمُ، وَلَكِنَّهُ مِنَ الْبُقُولِ الَّتِي تَرْعَاهَا الْمَوَاشِي بَعْدَ هَيْجِ الْبُقُولِ

¹²⁵⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 247/11.
القسطلاني، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، 246-245/9.

وَيُبْسِيهَا حَيْثُ لَا يَجِدُ سِوَاهَا.. فَلَا تَرَى الْمَاشِيَةَ تُكْثِرُ مِنْ أَكْلِهَا وَلَا تَسْتَمِرُّهَا، فَضَرَبَ أَكِلَةَ الْحَظِيرِ مِنَ الْمَوَاشِي مَثَلًا لِمَنْ يَقْتَصِدُ فِي اخْتِيارِ الدُّنْيَا وَجَمْعِهَا، وَلَا يَحْمِلُهُ الْحِرْصُ عَلَى اخْتِيارِهَا بِغَيْرِ حَقِّهَا، فَهُوَ بَنَجُورٍ مِنْ وَبَالِهَا، كَمَا نَجَتْ أَكِلَةُ الْحَظِيرِ".¹²⁵⁵

كما أن شهوة حُبِّ المال هي فتنة قد تكون سببا للانحراف والضلال لأن وجوده يسهل الوصول إلى كثير من المحرمات، وقد لا يسلم الإنسان من آفات الغنى، قال تعالى: ﴿كَلاَّ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنَافٍ ۚ أَن يَرَاهُ اسْتَغْنَى ۚ﴾¹²⁵⁶.

فإن الله سبحانه يمنح عباده المال ليختبرهم فيه، فقد يكون سببا في القرب من الله تعالى وقد يكون سببا في البعد عنه سبحانه، قال تعالى: ﴿إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ۝ فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَأَسْمِعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا لِّأَنْفُسِكُمْ ۚ وَمَنْ يُوقِ شَحْنَفَهُ فَإُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۝﴾¹²⁵⁷.

وفي الوقت الذي كان النبي (ص.س) يُحذِرُ من التَّنَافُسِ السَّلْبِيِّ كان يوجِّهه للتَّنَافُسِ الإيجابي فيقول: "لَا حَسَدَ إِلَّا فِي اثْنَتَيْنِ: رَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ مَالًا فَسَلَّطَ عَلَى هَلَكَتِهِ فِي الْحَقِّ، وَرَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ الْحِكْمَةَ فَهُوَ يَقْضِي بَيْنَهُمَا وَيُعْلِمُهُمَا".¹²⁵⁸

فالمال هو خير من وجهه وشر من وجهه، ومحمود من حيث هو خير ومذموم من حيث هو شر، فهو ليس بخير محض ولا بشر محض بل هو سبب لكلا الأمرين.¹²⁵⁹

¹²⁵⁵ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 40/2.

¹²⁵⁶ سورة العلق: 6-7.

¹²⁵⁷ سورة التغابن: 15-16.

¹²⁵⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 3 كتاب العلم، باب الإغتياب في العلم والحكمة، 73/1/25.

¹²⁵⁹ الغزالي، احياء علوم الدين، 234/3.

المطلب الثالث: أهم الآثار النفسية لطُغيان شهوة حُبِّ المال

أولاً: الشُّح

إن طُغيان حُبِّ المال يورث البخل والحرص على جمعه والطمع بالمزيد من تحصيله، مما يدفع الإنسان إلى سلوك أي طريق للحصول عليه سواء من حلال أم من حرام، لذلك حذّر النبي (ص.س) من هذا المرض النفسي الفكري فقال: "اتَّقُوا الظُّلْمَ، فَإِنَّ الظُّلْمَ ظُلُمَاتٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَاتَّقُوا الشُّحَّ، فَإِنَّ الشُّحَّ أَهْلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ، حَمَلَهُمْ عَلَى أَنْ سَفَكُوا دِمَاءَهُمْ وَاسْتَحَلُّوا مَحَارِمَهُمْ".¹²⁶⁰ فقد أدى البخل بالأقوام السالفة إلى أن قتل بعضهم بعضاً واستحلوا المحارم فكان سبباً في هلاكهم.

قيل يحتمل أن هذا الهلاك هو الهلاك الذي أخبر عنهم به في الدنيا بأنهم سفكوا دماءهم، ويحتمل أنه هلاك الآخرة، ويحتمل أنه أهلكهم في الدنيا والآخرة. قال جماعة: الشُّح أشد البخل وأبلغ في المنع من البخل وقيل: هو البخل مع الحرص وقيل: البخل في أفراد الأمور والشُّح عام، وقيل: البخل في أفراد الأمور والشُّح بالمال والمعروف.¹²⁶¹

وبعد أن تكلم النبي (ص.س) عن الداء وصف لنا الدواء، فعلاج البخل هو تذكر الموت الذي يزهّد بالدنيا ويدفع للآخرة كما في الحديث الصحيح عند مسلم عَنْ مُطَرِّفٍ، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ: "أَتَيْتُ النَّبِيَّ (ص.س) وَهُوَ يَقْرَأُ: أَهْلَاكُمُ التَّكَاثُرُ، قَالَ: "يَقُولُ ابْنُ آدَمَ: مَالِي، مَالِي، قَالَ: وَهَلْ لَكَ، يَا ابْنَ آدَمَ مِنْ

¹²⁶⁰ مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والآداب، بَابُ تَحْرِيمِ الظُّلْمِ، 4/1996/ح2578.

¹²⁶¹ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 134/16.

مَالِكَ إِلَّا مَا أَكَلْتَ فَأَقْنَيْتِ، أَوْ لَيْسَتْ فَأَبْلَيْتِ، أَوْ تَصَدَّقْتَ فَأَمْضَيْتِ؟".¹²⁶² وفي رواية: "وَمَا سِوَى ذَلِكَ فَهُوَ ذَاهِبٌ، وَتَارِكُهُ لِلنَّاسِ".¹²⁶³

بل الإنسان عندما يصاب بمرض البخل يحرم نفسه كما يحرم غيره من التمتع بالمباحات حتى يموت ويفترق المال رغما عنه، بعد أن أرهق نفسه في جمعه، ويترك ما جمعه لورثته يتنعمون به دونه.

ويتكلم الإمام الغزالي واصفا حال أهل الدنيا فيقول: فهم طائفة ظنوا أن السعادة تتحصل في كثرة المال والاستغناء بكثرة الكنوز فأسهروا ليلهم وأتعبوا نهارهم وأرهقوا أجسامهم في الجمع فهم يتعبون في الأسفار طول الليل والنهار ويترددون في الأعمال الشاقة ويكتسبون ويجمعون ولا يأكلون إلا قدر الضرورة شحاً وبخلاً إلى أن يدركهم الموت، فيبقى المال مدفوناً تحت الأرض أو يظفر به من يأكله في الشّهوات واللذات فيكون للجامع تبعه ووباله وللاكل لذته.¹²⁶⁴

ثانياً: الخوف من الفقر

إن حُبَّ المال يبيث في النفس القلق والاضطراب نتيجة التَّشاؤم والخوف من الفقر، مما يدفع الإنسان على إمتاع الفكر والجسد في جمع المال ظناً منه أن السعادة والطمأنينة تكمن فيه.

ولكن حقيقة الأمر ليست كذلك فكلما زاد التعلق بالمال كلما زاد القلق وكان في ذلك مدخل للشيطان بإثارة الأفكار السلبية المتشائمة كما قال تعالى: ﴿الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾.¹²⁶⁵

¹²⁶² مسلم، المسند الصحيح، 53 كتاب الزُّهْدِ وَالرَّقَائِقِ، 4/2273/ح2958.

¹²⁶³ مسلم، المسند الصحيح، الموضع السابق، ح2959.

¹²⁶⁴ الغزالي، إحياء علوم الدين، 3/229.

¹²⁶⁵ سورة البقرة: 268.

فالشَّيْطَانُ يحاول بوسوسته أن يؤثر في التَّفكير، وعندما يسترسل المرء مع تلك الوسوس و يقتنع بها تتحول الأفكار إلى سلوك، لذلك يقع المرء بالظلم والتعدي على أموال الناس، أو يظلم الفقير بامتناعه عن أداء الزكاة، فتأتي فريضة الزكاة علاجاً من هذا الداء، فالزكاة هي الطهارة والنماء لأنها تطهر النَّفس وتركيها كما قال تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا﴾.¹²⁶⁶

وجاءت أحاديث النبي (ص.س) لتعطي الفكرة الصَّحيحة نحو هذه المسألة وتبين أن الفقر يكمن في الاهتمام بالدنيا والانكباب عليها، أما الغنى فهو غنى النَّفس الذي يجعل صاحبها همه الوحيد هو الآخرة فقال: "مَنْ كَانَتْ الْآخِرَةُ هَمَّهُ جَعَلَ اللَّهُ غِنَاهُ فِي قَلْبِهِ وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ، وَمَنْ كَانَتْ الدُّنْيَا هَمَّهُ جَعَلَ اللَّهُ فُقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَفَرَّقَ عَلَيْهِ شَمْلَهُ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا مَا قُدِّرَ لَهُ".¹²⁶⁷

فلن ينعم الإنسان ولن يشعر بالطمأنينة والراحة النَّفسية إذا كان همه مُنصباً على حُبِّ المال، بل إن ذلك سيزيده شقاءً وتعاسة، وصوّر لنا النبي (ص.س) الحالة النَّفسية القلقة التي يحياها صاحب الدرهم والدينار كما قال (ص.س): "تَعْسَ عَبْدُ الدِّينَارِ، وَعَبْدُ الدَّرْهِمِ، وَعَبْدُ الْحَمِيصَةِ، إِنْ أُعْطِيَ رِضْيٍ، وَإِنْ لَمْ يُعْطَ سَخِطَ، تَعْسَ وَانْتَكَسَ، وَإِذَا شَيْكَ فَلَا انْتَقَشَ".¹²⁶⁸

ولما كان البخل مرض نفسي، يبعث في النَّفس التَّشاؤم والخوف من الفقر، كان العلاج في الكتاب والسُّنة متوجهاً نحو تزكية النَّفس وبث التَّفاؤل فيها، هذا التَّفاؤل مادي ومعنوي، أما المعنوي فهو

¹²⁶⁶ سورة التوبة: 103.

¹²⁶⁷ الترمذي، سنن الترمذي، 35 أبواب صفة القيامة والرقائق والورع، 4/646/ح2465.

قال المباركفوري، تحفة الأحمدي بشرح جامع الترمذي، 7/140: والحديث لم يحكم عليه الترمذي بشيء من الصحة والضعف وفي سنده يزيد الرقاشي وهو ضعيف.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 37 كتاب الزهد، باب الهَمِّ بالدُّنيا، 2/1375/ح4105.

قلت: الحديث عند الترمذي في سنده ضعف بسبب يزيد الرقاشي، ولكنه عند ابن ماجه بسند آخر، والحديث حسن.

¹²⁶⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 56 كتاب الجهاد والسير، باب الحِرَاسَةِ فِي الْعَزْوِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، 4/34/ح2887.

بترغيبها بالثواب العظيم والأجر الجسيم عند الله تعالى فقال سبحانه: ﴿مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَتَتْتِ سَعِ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنبُلَةٍ مِائَةٌ حَبَّةٌ وَاللَّهُ يُضْعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَسِعُ عَلِيمٌ ﴿٣٦﴾﴾. ¹²⁶⁹

وَعَنْ حُرَيْمِ بْنِ قَاتِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ أَنْفَقَ نَفَقَةً فِي سَبِيلِ اللَّهِ كُتِبَتْ لَهُ بِسَبْعِ مِائَةِ ضِعْفٍ". ¹²⁷⁰

كما بث النبي (ص.س) في نفس المسلم التفاضل المادي العاجل في دار الدنيا، عندما طمأنه أن الصدقة هي زيادة في الرزق، ففي الحديث الصحيح، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ". ¹²⁷¹

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ، إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ، فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلْفًا، وَيَقُولُ الْآخَرُ: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُتْسِكًا تَلَفًا". ¹²⁷²

وعنه أيضا، يُبْلَغُ بِهِ النَّبِيُّ (ص.س) قَالَ: "قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: يَا ابْنَ آدَمَ أَنْفِقْ أُنْفِقْ عَلَيْكَ". ¹²⁷³ وَهُوَ وَعْدٌ بِالْخُلْفِ، ¹²⁷⁴ وَمِنْهُ قَوْلُهُ تَعَالَى: ﴿وَمَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُ وَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ ﴿٣٦﴾﴾. ¹²⁷⁵

¹²⁶⁹ سورة البقرة: 261.

¹²⁷⁰ الترمذي، سنن الترمذي، 20 أبواب فضائل الجهاد، بَابُ مَا جَاءَ فِي فَضْلِ النَّفَقَةِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، 4/167/1625، وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ.

¹²⁷¹ مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والأدب، بَابُ اسْتِخْبَابِ الْعِفْرِ وَالتَّوَضُّعِ، 4/2001/2588.

¹²⁷² البخاري، الجامع الصحيح، 24 كتاب الزكاة، بَابُ قَوْلِ اللَّهِ تَعَالَى: {فَأَمَّا مَنْ أَعْطَى وَاتَّقَى} 2/115/1442.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، بَابُ فِي الْمُنْفِقِ وَالْمُسْلِكِ، 2/700/1010.

¹²⁷³ البخاري، الجامع الصحيح، 69 كتاب النفقات، بَابُ فَضْلِ النَّفَقَةِ عَلَى الْأَهْلِ، 7/62/5352.

مسلم، المسند الصحيح، 12 كتاب الزكاة، بَابُ الْحَثِّ عَلَى النَّفَقَةِ وَتَبْشِيرِ الْمُنْفِقِ بِالْخُلْفِ، 2/690/993.

¹²⁷⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 9/499.

ويتضح مما سبق من الأحاديث النبوية الشريفة أن النبي (ص.س) كان يدعو المسلمين نحو السيطرة على دافع التملُّك وتوجيهه نحو الإيجابية، فالشُّح إنما هو داء نفسي سلبي، وعلاجه بالجدود والكرم الذي هو دواء نفسي إيجابي، أي أنه (ص.س) عالج هذا السلوك السلبي بضده، وهو السلوك الإيجابي، ويكون بذلك قد سبق علماء النفس المعاصرين في استخدام العلاج المضاد.

حيث قام بعض المعالجين النفسيين في العصر الحديث، وهم من أتباع مدرسة العلاج السلوكي، باتباع هذا الأسلوب في علاج الأمراض النفسية، وبخاصة علاج القلق، والمخاوف المرضية.¹²⁷⁶

المبحث الثاني: تركية دافع العدوان

المطلب الأول: دافع العدوان ونظريات علماء النفس

العدوانية ظاهرة سلبية منتشرة لا تخلو منها المجتمعات الإنسانية، سواء على صعيد الأفراد، أو القبائل والجماعات، أو الدول، حتى لو كان بينها حق الجوار.

إن دافع العدوان يلعب دوراً كبيراً في المشكلات النفسية والاجتماعية التي تنعكس على الأفراد والدول، كالجرائم والحروب والعنصرية.

وقد أخبر الله تعالى ملائكته بعلمه بما سيكون من العدوان والإعتداء بين الناس، وذلك قبل أن يهبط آدم (ع.س) إلى الأرض، قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا

¹²⁷⁵ سورة سبأ: 39.

¹²⁷⁶ ريتشاردوم، شوين، علم الأمراض النفسية والعقلية، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة، القاهرة، دار النهضة العربية، ط: بلا، 1979م. ص846.

أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾¹²⁷⁷.

فقد علمت الملائكة أن الإنسان فيه الشهوة والعصب، فيتولد الفساد عن الشهوة وسفك الدماء عن العصب.¹²⁷⁸

وهذه حقيقة موجودة مع بداية وجود الإنسان على وجه الأرض، وقد قص الله تعالى علينا في كتابه العزيز أول جريمة اعتداء، وكانت بين أخوين، قابيل وهابيل، قال تعالى: ﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾¹²⁷⁹.

وذكر الله تعالى العدوان الذي يظهر بالإيذاء باللسان كتعابير لفظية، أو الإيذاء باليد دون القتل، فللعُدوان صور ومظاهر متعددة، قد يكون معنويا بالقلم واللسان، وقد يكون ماديا بأعضاء الأبدان. فقال تعالى: ﴿إِنْ يَتَّقُوا اللَّهَ يَكُونُوا لَكُمْ أَعْدَاءَ وَيَبْسُطُوا إِلَيْكُمْ أَيْدِيَهُمْ وَأَلْسِنَتَهُم بِالسُّوءِ وَوَدُّوا لَوْ تَكْفُرُونَ﴾¹²⁸⁰.

يُعرِّف بعض العلماء العدوان على أنه: سلوك يُقصد منه إيذاء أو إقلاق شخص آخر، وليس السلوك الذي يكون فيه الإيذاء عرضيا بالنسبة لتحقيق هدف من الأهداف.¹²⁸¹

¹²⁷⁷ سورة البقرة: 30.

¹²⁷⁸ الرازي، مفاتيح الغيب، 392/2.

¹²⁷⁹ سورة المائدة: 3.

¹²⁸⁰ سورة الممتحنة: 2.

¹²⁸¹ منصور، طلعت، وآخرون، أسس علم النفس العام، القاهرة، الانجلو المصرية، ط: بلا، 1978م. ص 131.

ويُعرف بأنه تلك الاستجابة التي تلي الإحباط، أودلك الفعل الذي تُعتبر استجابته الهادفة هي أن يلحق فردٌ الأذى بكائن أو من يقوم مقامه.¹²⁸² أي بأن يعتدي على ممتلكاته. وهل هذا الدافع هو فطري أم مكتسب؟

ترى نظرية التحليل النفسي أن العدوانية هي حافز فطري. ويفترضون أن هذا الحافز موجّه أصلاً بصورة تدميرية نحو الذات، ولا يتجه إلى الخارج أو ضد الأفراد أو العالم إلا كظاهرة ثانوية.¹²⁸³

ويذهب العالم (فرويد) إلى أن دوافع السلوك تتبع من طاقة بيولوجية عامة تنقسم إلى نزعات بنائية (دوافع الحياة) وأخرى هدامة (دوافع الموت). ودوافع الموت تعبر عن نفسها في صورة دوافع عدوانية موجهة نحو الذات ونحو الآخرين، وتأخذ صورة الاعتداء والتجني والحدق والقتل أو الانتحار... ومقر دوافع الموت هو اللا شعور ويمثلها (الهو).¹²⁸⁴

ويرى فرويد أن العدوان ميل فطري في الإنسان، والمجتمع هو المسؤول عن تهذيب ميول الفرد العدائي، وجعل هذه الميول قادرة على التوافق مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الإنسان.

والعدوان في نظر فرويد هو نتاج الإحباط ولكن في جزء منه وليس الكل، بمعنى أن الإنسان عندما يصاب بالإحباط فإنه يلجأ إلى العدوان، كما أن الغضب ينشأ نتيجة لعائق يعيق حركة الإنسان في تحقيق رغباته، كما أن الطاقة الزائدة تتحول إلى انفعال.¹²⁸⁵

¹²⁸² ستور، أنتني، *العدوان البشري*، ترجمة (أحمد محمد غالي، إلهام عبد الظاهر) الاسكندرية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط: 1، 1975م. ص 8.

¹²⁸³ المرجع السابق، ص 13.

¹²⁸⁴ المليجي، حلمي، *علم النفس المعاصر*، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ط: 4، 1982م. ص 131.

¹²⁸⁵ الشيبيني، محمد مصطفى، *مقالات في علم النفس*، القاهرة، النهضة المصرية، ط: بلا، 1963م. ص 153.

وكذلك فإن ميلاني كلين وهي من أبرز خلفاء فرويد في مدرسة التحليل النفسي، اهتمت اهتماماً خاصاً بمسألة العدوان، وكانت ترى أنه يتولد داخل الطفل منذ بداية الحياة.¹²⁸⁶ وفي نفس الاتجاه يذهب العالم (أدلر) إلى القول بأن الإنسان عدواني، وأن العدوان هو المحرك الأساسي لسلوكه بدلاً من الجنس الذي قال به (فرويد).¹²⁸⁷

فيما ترى نظرية التعلم أن العدوان ليس فطرياً كما قال فرويد وأتباعه، وأن العدوان يُكتسب في ظل البيئة التي يعيش فيها الفرد نتيجة الاحتكاك بالجماعة والمجتمع الذي يعيش فيه. فهذه النظرية تفسر العدوان على أنه نشاط متعلم ومكتسب، وتكوم نتيجته الحصول على تملك أو مديح أو مركز اجتماعي أو اقتصادي.¹²⁸⁸

فكثير من علماء النفس لم يوافقوا على اعتبار العدوان دافعاً فطرياً في الإنسان، لأن ذلك يعطي فكرة سلبية تشاؤمية عن طبيعة الإنسان، وأنه ميلاً بفطرته إلى الشر والعدوان، لذلك ذهب عالم النفس فروم وماسلو وغيرهما إلى تأكيد النواحي الإيجابية والتعاونية والخيرة في الطبيعة البشرية.¹²⁸⁹

وقد بينت الدراسات الحديثة بأن السلوك العدواني يظهر عند الأطفال الصغار إذا قيدت حركاتهم البدنية مما يسبب ذلك لهم حالة الإحباط، فيظهر نتيجة لذلك السلوك العدواني، وأثناء نمو الطفل تتعدد أنواع العوائق التي تحدث له حالات من الإحباط، مثل العوائق الاجتماعية والقانونية والاقتصادية والسياسية والنفسية.

¹²⁸⁶ ستور، العدوان البشري، ص 23.

¹²⁸⁷ غنيم، سيد محمد، سيكولوجية الشخصية، القاهرة، دار النهضة العربية، 1875م. ص 541.

¹²⁸⁸ الشعبي، مقالات في علم النفس، ص 170.

¹²⁸⁹ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص 47.

كما بيّنت بعضُ الدِّراسات الأخرى أن الإحباط ليس بالضرورة أن يؤدي إلى سلوك عدواني، بل قد تظهر أنواع أخرى من السُّلوك مثل طلب المساعدة من الآخرين، والانسحاب من الموقف، أو الالتجاء إلى تعاطي الخمر والمخدرات، ويلعب دور في هذه المواقف العوامل الخاصة بتربية الطفل وعلاقته بوالديه، والخبرات الشخصية السابقة، وبناء على ذلك فإن كثيراً من علماء النفس المحدثين يميلون إلى اعتبار أن السُّلوك العدواني هو في جزء منه سلوك مكتسب.¹²⁹⁰

ويرى الباحث أنه لا بد من التمييز بين الغريزة الفطرية والاستعداد الفطري، وبيانه في المطلب الآتي.

المطلب الثاني: التمييز بين الغريزة الفطرية والاستعداد الفطري

إن مفهوم الغريزة، والدافع الفطري مرتبط بمبدأ (تحصيل اللذة واجتناب الألم). فحين يجوع الإنسان يبحث عن لذة الشبع، وفي الوقت ذاته ليتجنب ألم الجوع المتمثل بتقلصات المعدة. وهذه الغرائز قد تكون نابعة من أصل حيوي، أي من حاجات الجسد، كالطَّعام والشَّراب، وقد تكون نابعة من أصل نفسي كالحاجة للاجتماع، بكون الإنسان اجتماعي بطبعه.

وقد تكون حيوية نفسية، كغريزة الجنس، فهناك إفرازات هرمونية جسدية، كما أن هناك دافع نفسي يدفع الإنسان للبحث عن زوجة يجد عندها الطمأنينة النفسية.

ولكن دافع العدوانية هل يمكن إدراجه تحت عنوان الغرائز التي يُفطر عليها الإنسان وتولد معه،

أم أنه دافع ليس بفطري بل مكتسب؟ والجواب:

أولاً: لا بد أن نميز بين الغريزة الجسدية، والغريزة النفسية

¹²⁹⁰ المرجع السابق، ص 48.

فالغريزة الفطرية الحيوية (الجسدية) لا مناص لنا من إشباعها وإلا تعرّض الإنسان للخطر والموت، وهذه العرائز يشترك بها الإنسان والحيوان.

أما العرائز النفسية فهي وإن كانت بحاجة إلى إشباع ولكنها ليست في خطورتها كالأولى.

ولا شك أن دافع العدوان لا يمكن تصنيفه على أنه دافع حيوي جسدي.

ثانيا: لا بد أن نميز بين الغريزة الفطرية وبين الاستعداد الفطري.

فدافع العدوان إنما هو استعداد فطري، بمعنى أن الإنسان يولد وعنده استعداد فطري بأن يكون عدائيا أو مسالما. كما أن الاستعداد الفطري يتأثر بالبيئة والتربية والعقيدة فهي التي تحدد وتوجه الإنسان نحو العدوانية والمقاتلة، أو نحو المسالمة.

لذلك يرى الباحث أنه من الخطأ اعتبار العدوانية غريزة، بل هي مندرجة تحت مسمى (القابلية الفطرية أو الاستعداد الفطري) وبهذا التفصيل نخرج من شبهة أن الإنسان مُسَيَّرٌ، لأننا إن قلنا بأنه مفطور على العدوانية وحبّ الشر فهذا يعني أنه لا يملك الاختيار. فالإنسان فيه استعداد لكل من الخير والشر، ولا نستطيع أن نحكم عليه أنه شرير بفطرته وأن العدوان متأصل فيه. وهنا يأتي دور العقل ليختار أحد الطريقين وليكون الإنسان محاسبا على اختياره، وهذا ما أشارت إليه الآية الكريمة في قوله سبحانه وتعالى: ﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ﴾¹²⁹¹. وقال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾¹²⁹².

وقد أشار النبي (ص.س) إلى هذا الاستعداد الفطري لاختيار أحد طريقي الخير أو الشر في الحديث: "عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ لِلشَّيْطَانِ لَمَّةً بِإِنِّ آدَمَ وَلِلْمَلَكِ

¹²⁹¹ سورة البلد: 10.

¹²⁹² سورة الشمس: 7-10.

لَمَّةٌ فَأَمَّا لَمَّةُ الشَّيْطَانِ فَإِيعَادٌ بِالشَّرِّ وَتَكْذِيبٌ بِالْحَقِّ، وَأَمَّا لَمَّةُ الْمَلِكِ فَإِيعَادٌ بِالْخَيْرِ وَتَصْدِيقٌ بِالْحَقِّ، فَمَنْ وَجَدَ ذَلِكَ فَلْيَعْلَمْ أَنَّهُ مِنَ اللَّهِ فَلْيَحْمَدِ اللَّهَ وَمَنْ وَجَدَ الْآخَرَى فَلْيَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ".¹²⁹³

ولا شك أن هناك كثير من العوامل التي تؤثر على توجه المسلم لأحد طريقي الخير أو الشر، كالاتقاد والتدثين، والتربية المنزلية، والمدرسية والثقافة المجتمعية، فقد يستجيب الإنسان للإحباط أمام العقبات وتكون ردة الفعل صدور سلوك عدواني، أو بالانسحاب، أو بالانطواء والكبت، أو أن يتعلم المسلم كيف يوجّه تفكيره، فيفكر بإيجابية ويحاول التغلب على الصعوبات من جديد عن طريق التفاوض والأمل.

وبما أن الإنسان عنده استعداد فطري لدافع العدوان، فقد وجه الإسلام المسلم ليغتني هذا الاستعداد بتوجيهه توجيهًا إيجابيًا، فيكون هذا الدافع إيجابيًا عندما يتوجه ضد المعتدين لرد عدوانهم، سواء كان الإعتداء على دين الله عز وجل، أو على عباده.

ويكون دافع العدوان سلبيًا عندما يتوجه توجيهًا سلبيًا، كالاعتداء على المسلمين دون مبرر شرعي.

المطلب الثالث: العدوان الإيجابي والسلبي

قال تعالى: ﴿فَمَنْ أَعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَأَعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا أَعْتَدَى عَلَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ﴾¹²⁹⁴. فهذا الإعتداء إيجابي مشروع، ومن صوره:

- الجهاد في سبيل الله تعالى.

¹²⁹³ الترمذي، سنن الترمذي، 44 أبواب تفسير القرآن عن رسول الله (ص.س) باب: وَمِنْ سُورَةِ الْبَقَرَةِ، 219/5/ح2988، وقال: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ.
¹²⁹⁴ سورة البقرة: 194.

- الدفاع عن النفس والعرض والمال.

- إقامة الحدود.

ولا يخفى على المسلم أهمية هذه الصور من العدوان الإيجابي، لذلك نبدأ بالحديث عن العدوان السلبي.

لقد حذر القرآن الكريم من صفة العدوان الذميمة، والتعاون عليها، والآيات في ذلك كثيرة منها قوله سبحانه: ﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ﴾.¹²⁹⁵ قال الطبري في تفسير العدوان: "ولا على أن تتجاوزوا ما حد الله لكم في دينكم، وفرض لكم في أنفسكم وفي غيركم".¹²⁹⁶

وإذا نظرنا في السنة المطهرة فإننا نجد كثيراً من الأحاديث التي حث فيها النبي (ص.س) للسيطرة على دافع العدوان، ونهى عن ترويع المسلمين، أو إيذائهم بأي نوع من الإيذاء المادي أو المعنوي، وسواء كان هذا الإيذاء والإعتداء على الأبدان، أو المال أو العرض، حتى إن صاحب العدوان قد استحق اللعن من الله تعالى كما جاء في الحديث، عَنْ أَبِي بَكْرٍ الصِّدِّيقِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مُلْعُونٌ مَنْ ضَارَّ مُؤْمِنًا أَوْ مَكَرَ بِهِ".¹²⁹⁷ ولطالما أنجزاء من جنس العمل فقد حذر النبي (ص.س) من آثار هذا العدوان، تهويلاً لأمره وزجراً لفاعله. فعَنْ أَبِي صِرْمَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "مَنْ ضَارَّ ضَارَّ اللَّهُ بِهِ، وَمَنْ شَاقَّ شَقَّ اللَّهُ عَلَيْهِ".¹²⁹⁸

¹²⁹⁵ سورة المائدة: 2.

¹²⁹⁶ الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، 52/8.

¹²⁹⁷ الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) 4/332، 1941، وقال: حديث غريب.

¹²⁹⁸ الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، تاب ما جاء في الخيانة والغش، 4/332، 1940، وقال: حسن غريب.

وقوله (من ضارّ) أي أوصل ضرراً إلى مسلم (ضارّ الله به) أي أوقع به الضرر البالغ. (ومن شاقّ) أي أوصل مشقة إلى أحد بمحاربة وغيرها (شقّ الله عليه) أي أدخل عليه ما يشق عليه. وقيل: إن الضرر والمشقة متقاربان لكن الضرر يستعمل في إتلاف المال والمشقة في إيصال الأذى إلى البدن.¹²⁹⁹

وعرّف النبي (ص.س) المسلم، كما جاء في الحديث الصحيح، فعن أبي بردة، عن أبي موسى (ر.ض) قال: قالوا يا رسول الله، أيّ الإسلام أفضل؟ قال: من سلّم المسلمون من لسانه، ويديه.¹³⁰⁰

وفي رواية أخرى، عن أبي هريرة، قال: قال رسول الله (ص.س): "المسلم من سلّم المسلمون من لسانه ويديه، والمؤمن من آمنه الناس على دماءهم وأموالهم".¹³⁰¹

وعن أبي هريرة، قال: قال رسول الله (ص.س): "لا تحاسدوا، ولا تناجشوا، ولا تباغضوا، ولا تدابروا، ولا يبيع بعضكم على بيع بعض، وكونوا عباد الله إخواناً المسلم أخو المسلم، لا يظلمه ولا يخذله، ولا يحقره التقوى هاهنا" ويشير إلى صدره ثلاث مرات "بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم، كل المسلم على المسلم حرام، دمه، وماله، وعرضه".¹³⁰²

وفي هذا الحديث يُخبر النبي ﷺ بما ينبغي أن يكون عليه المسلم تجاه أخيه المسلم، فيبيّن أنّ المسلم -سواء كان حراً أو عبداً، ذكراً أو أنثى، بالغاً أو غير بالغ- أخو المسلم في الإسلام، ووصف

¹²⁹⁹ المباركفوري، تحفة الأحوذى، 60/6.

¹³⁰⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 1 كتاب الإيمان، تاب: المسلم من سلّم المسلمون من لسانه ويديه، 10/ح1.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتب الإيمان، تاب: بيان تفاضل الإسلام، وأيّ أمور أفضل، 1/ح41.

¹³⁰¹ الترمذي، سنن الترمذي، 38 أبواب الإيمان، تاب: ما جاء في أنّ المسلم من سلّم المسلمون من لسانه ويديه، 5/17/ح2627، وقال: هذا حديث حسن صحيح.

¹³⁰² مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والأدب، باب تحريم ظلم المسلم، 4/1986/ح2564.

العلاقة بينهما بالأخوة، لأنَّ بالعادة أن الأخ تأخذه الشفقة تجاه أخيه، فكما أنه يأبى الإضرار بأخيه،
فكذلك جميع المسلمين هم إخوته. قال تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ﴾.¹³⁰³

ونقل المباركفوري في شرحه للحديث أقوال العلماء فقال: المسلم أخو المسلم، أي فليتعامل
المسلمون فيما بينهم معاملة الأخوة، ومعاشرتهم بالمودة والرفق والشفقة والملاطفة والتعاون في الخير ونحو
ذلك، مع صفاء القلوب والنصيحة بكل حال، فعلى المسلم ألا يخون أخاه، ولا يخذله، وهو ترك النصرة
والإعانة. قال النووي: معناه إذا استعان به في دفع ظالم ونحوه لزمه إعانته إذا أمكنه ولم يكن له عذر.

وقوله "وَلَا يَحْقِرُهُ التَّقْوَى هَاهُنَا" قال في مجمع البحار: أي لا يجوز تحقير المتقي من الشريك
والمعاصي، والتَّقْوَى محله القلب، يكون مخفيا عن الأعين فلا يحكم بعدمه لأحد حتى يحقره، أو يقال محل
التَّقْوَى هو القلب فمن كان في قلبه التَّقْوَى لا يحقر مسلما لأن المتقي لا يحقر مسلما. انتهى. وقوله:
(بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم) أي حسبه وكافيه من خلال الشر وذنابل الأخلاق احتقار
أخيه المسلم.

ثم بيّن النبي (ص.س) ما يحرم من المسلم على المسلم، وهو الدم والمال والعرض. قال الجزري في
النهاية: العرض موضع المدح والذم من الإنسان سواء كان في نفسه أو في سلفه أو من يلزمه أمره. وقيل:
هو جانبه الذي يصونه من نفسه وحسبه ويحامي عنه أن ينتقص ويثلب.¹³⁰⁴

وتوعد النبي (ص.س) من يعتدي على أي مسلم، بأي نوع من أنواع الإعتداء، بالخسران
والإفلاس يوم الحساب، فعن أبي هريرة، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "اتَّدُرُونَ مَا الْمُفْلِسُ؟" قَالُوا: الْمُفْلِسُ
فِينَا مَنْ لَا دِرْهَمَ لَهُ وَلَا مَتَاعَ، فَقَالَ: "إِنَّ الْمُفْلِسَ مِنْ أُمَّتِي يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِصَلَاةٍ، وَصِيَامٍ، وَزَكَاةٍ، وَيَأْتِي

¹³⁰³ سورة الحجرات: 10.

¹³⁰⁴ المباركفوري، تحفة الأحوذى، 46/6.

قَدْ شَتَمَ هَذَا، وَقَذَفَ هَذَا، وَأَكَلَ مَالَ هَذَا، وَسَفَكَ دَمَ هَذَا، وَضَرَبَ هَذَا، فَيُعْطَى هَذَا مِنْ حَسَنَاتِهِ، وَهَذَا مِنْ حَسَنَاتِهِ، فَإِنْ فَنِيَتْ حَسَنَاتُهُ قَبْلَ أَنْ يُقْضَى مَا عَلَيْهِ أُخِذَ مِنْ خَطَايَاهُمْ فَطُرِحَتْ عَلَيْهِ، ثُمَّ طُرِحَ فِي النَّارِ".¹³⁰⁵

فلما سأل النبي (ص.س) أصحابه عن المفلس، أجابوا بما عندهم من العلم بحسب عرف أهل الدنيا كما يدل عليه قولهم فينا، وغفلوا عن أمر الآخرة وكان حقهم أن يقولوا الله ورسوله أعلم.¹³⁰⁶

فسؤال النبي (ص.س) إنما كان عن حقيقة المفلس، وأما من ليس له مال ومن قلَّ ماله فالتاس يسمونه مفلساً وليس هو حقيقة المفلس، لأن هذا أمر يزول وينقطع بموته، وربما ينقطع بيسار وغنى يحصل له بعد ذلك في حياته، وإنما حقيقة المفلس المراد في الحديث، فهو الهالك الهلاك التام والمعدوم الإعدام المقطع، وذلك عندما تؤخذ حسناته لغرمائه فإذا فرغت حسناته أخذ من سيئاتهم فوضعت عليه ثم أُلقي في النار، فتمت خسارته وهلاكه وإفلاسه.¹³⁰⁷

ويالها من صدمة، إذا ما كان يوم القامة وظن الإنسان أن له حسنات كثيرة يتفاجأ عندما تطيش حسناته وتبتدد، مع أنَّ له أعمال صالحة وعبادات كثيرة، ولكنَّه خسر ثوابها بإيذائه للمسلمين بأنواع الإيذاء، حتى إذا فنيت حسناته تحمَّل من أوزار من اعتدى عليهم في الدنيا.

أولاً: تحريم الاعتداء على المسلمين وترويعهم

نهى النبي (ص.س) عن ترويع المسلم، لما في ذلك من إيذائه.

¹³⁰⁵ مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب الصلة والبر والأدب، باب تحريم الظلم، 4/1997/ح2581.

¹³⁰⁶ المباركفوري، تحفة الأحمدي، 86/7.

¹³⁰⁷ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 136/16.

عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى، قَالَ: حَدَّثَنَا أَصْحَابُ مُحَمَّدٍ (ص.س) أَنَّهُمْ كَانُوا يَسِيرُونَ مَعَ النَّبِيِّ (ص.س) فَنَامَ رَجُلٌ مِنْهُمْ، فَانْطَلَقَ بَعْضُهُمْ إِلَى حَبْلٍ مَعَهُ فَأَخَذَهُ، فَفَزِعَ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يُرَوِّعَ مُسْلِمًا".¹³⁰⁸

وَعَنِ ابْنِ سِيرِينَ، قَالَ: سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ، يَقُولُ: قَالَ أَبُو الْقَاسِمِ (ص.س): "مَنْ أَشَارَ إِلَى أَخِيهِ بِحَدِيدَةٍ، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَلْعَنُهُ، حَتَّى يَدَعَهُ وَإِنْ كَانَ أَخَاهُ لِأَبِيهِ وَأُمِّهِ".¹³⁰⁹

قال النووي: فيه تأكيد حرمة المسلم والنهي الشديد عن ترويعه وتخويفه والتعرض له بما قد يؤذيه. وقوله (ص.س) وإن كان أخاه لأبيه وأمه، فيه مبالغة في إيضاح عموم النهي في كل أحد سواء من يتهم فيه ومن لا يتهم وسواء كان هذا هزلاً ولعباً أم لا لأن ترويع المسلم حرام بكل حال ولأنه قد يسبقه السلاح.¹³¹⁰

وترويع المسلم محرم ولو كان من باب المزاح، قال (ص.س): "لَا يَأْخُذُ أَحَدُكُمْ عَصَا أَخِيهِ لَاعِبًا أَوْ جَادًّا، فَمَنْ أَخَذَ عَصَا أَخِيهِ فَلْيُرُدِّهَا إِلَيْهِ".¹³¹¹

¹³⁰⁸ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب مَنْ يَأْخُذُ الشَّيْءَ عَلَى الْمَزَاحِ، 301/4 ح/5004، قال ابن حجر الهيتمي، الزواجر عن اقتراف الكبائر، 160/2: رواه ثقات. وقال السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر بن محمد ابن سابق الدين الحضيري السيوطي، جلال الدين (المتوفى: 911 هـ) الجامع الصغير من حديث البشير الندي، ط: بلا، 400/2: صحيح.

¹³⁰⁹ مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والآداب، باب النَّهْيُ عَنِ الْإِشَارَةِ بِالسَّلَاحِ إِلَى مُسْلِمٍ، 2020/4 ح/2616.

¹³¹⁰ النووي، المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، 170/116.

¹³¹¹ الترمذي، سنن الترمذي، 31 أبواب الفتن، باب مَا جَاءَ لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يُرَوِّعَ مُسْلِمًا، 462/4 ح/2160، وقال: حديث حسن غريب.

ثانياً: تركية اللسان من العدوان

الاعتداء على الآخرين صورته كثيرة، وآلاته متعددة، ولكن التعدي عن طريق اللسان هو أكثر ما يكون بين الناس، ذلك لأن اللسان لا يسلم منه حي ولا ميت، ولا يتقيد بزمان ولا مكان، لذلك ورد التحذير منه لأنه أكثر ما يدخل الناس النار.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: سُمِلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عَنْ أَكْثَرِ مَا يُدْخِلُ النَّاسَ الْجَنَّةَ، فَقَالَ: "تَقْوَى اللَّهِ وَحُسْنُ الْخُلُقِ"، وَسُمِلَ عَنْ أَكْثَرِ مَا يُدْخِلُ النَّاسَ النَّارَ، فَقَالَ: "الْقَمَمُ وَالْفَرْجُ".¹³¹²

وَعَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ، عَنْ رَسُولِ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "مَنْ يَضْمَنْ لِي مَا بَيْنَ لَحْيَيْهِ وَمَا بَيْنَ رِجْلَيْهِ أَضْمَنْ لَهُ الْجَنَّةَ".¹³¹³ قال ابن بطال: "دلّ الحديث على أن أعظم البلاء على المرء في الدنيا لسانه وفرجه فمن وقى شرهما وقى أعظم الشر".¹³¹⁴

وفي حديث طويل، لمعاذ بن جبل: "... فَعُلْتُ: يَا نَبِيَّ اللَّهِ، وَإِنَّا لَمُؤَاخِدُونَ بِمَا نَتَكَلَّمُ بِهِ؟ فَقَالَ: "تَكَلَّمْتُكَ أَتَمُّكَ يَا مُعَاذُ، وَهَلْ يَكُفُّ النَّاسَ فِي النَّارِ عَلَى وُجُوهِهِمْ أَوْ عَلَى مَنَاخِرِهِمْ إِلَّا حَصَائِدُ أَلْسِنَتِهِمْ".¹³¹⁵

ولما كان اللسان هو أكثر ما يدخل الناس النار، فقد مدح النبي (ص.س) الصمت؛ فعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ صَمَتَ نَجَا".¹³¹⁶

¹³¹² الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، باب ما جاء في حسن الخلق، 4/363/ح2004. وقال: حديث صحيح غريب.

¹³¹³ البخاري، الجامع الصحيح، 81 كتاب الرقاق، باب حفظ اللسان، 8/100/ح6474.

¹³¹⁴ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 11/310.

¹³¹⁵ الترمذي، سنن الترمذي، 38 أبواب الإيمان، باب ما جاء في حزمة الصلاة، 5/11/ح2616، هذا حديث حسن صحيح.

¹³¹⁶ أحمد، المسند، 11/19/ح6481.

الترمذي، سنن الترمذي، 35 أبواب صفة القيامة والرقائق والورع، 4/660/ح2501، وقال: هذا حديث غريب، لا نعرفه إلا من حديث ابن لهيعة.

والمقصود بالصمت هو عمّا لا خير فيه، قال تعالى: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾¹³¹⁷.

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكَلِّمْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ".¹³¹⁸

ومن ألوان الإيذاء باللسان السب والشتم، وفي الحديث عَنْ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "لَيْسَ الْمُؤْمِنُ بِالطَّعَّانِ وَلَا اللَّعَّانِ وَلَا الْفَاحِشِ وَلَا الْبَذِيءِ".¹³¹⁹

والمعنى ليس المؤمن كامل الإيمان (بالطعّان) أي عيباً للناس (ولا اللعان) ولعل اختيار صيغة المبالغة فيها لأن الإنسان قلّ أن يخلو عن المنقصة بالكلية (ولا الفاحش) أي فاعل الفحش أو قائله.¹³²⁰ والمراد الشتم القبيح الذي يقبح ذكره.

وفي النهاية البذاء بالمد: الفحش في القول وهو بذى اللسان وقد يقال بالهمز وليس بكثير.¹³²¹

الطبراني، المعجم الكبير، 13/47/ح113.
قال العراقي، المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج ما في الإحياء من الأخبار، ص996: أخرجه الترمذي من حديث عبد الله بن عمرو بسند فيه ضعف وَقَالَ غَرِيبٌ وَهُوَ عِنْدَ الطَّبْرَانِيِّ بِسَنَدٍ جَيِّدٍ.
¹³¹⁷ سورة النساء: 114.
¹³¹⁸ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، بَابُ: مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يُؤْذِ جَارَهُ، 8/11/ح6018..
مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، بَابُ الْحُثِّ عَلَى إِكْرَامِ الْجَارِ وَالضَّيْفِ، 1/68/ح47.
¹³¹⁹ أحمد، المسند، 6/390/ح3839..
الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، بَابُ مَا جَاءَ فِي اللَّغَةِ، 4/350/ح1977، وقال: حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ، وَقَدْ رُوِيَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ مِنْ غَيْرِ هَذَا الْوَجْهِ. وقال الذهبي، المذهب، 8/4200/ح16054: إسناده جيد.
¹³²⁰ المباركفوري، تحفة الأحوذني، 6/95.
¹³²¹ ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، 1/111.

قال القارىء: فعلى هذا يخص الفاحش بالفعل لئلا يلزم التكرار أو يحمل على العموم والثاني

يكون تخصيصا بعد تعميم لزيادة الاهتمام به لأنه متعديّ، وقد يقال عطف تفسير ولا زائدة. انتهى.¹³²²

وقد استحق صاحب اللسان البديء أن يبغضه الله تعالى كما في الحديث عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ، أَنَّ

النَّبِيِّ (ص.س) قَالَ: "مَا شَيْءٌ أَثْقَلُ فِي مِيزَانِ الْمُؤْمِنِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ خُلُقٍ حَسَنٍ، وَإِنَّ اللَّهَ لَيُبْغِضُ

الْفَاحِشَ الْبَدِيءَ".¹³²³

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "سَبَابُ الْمُسْلِمِ فُسُوقٌ، وَقِتَالُهُ كُفْرٌ".¹³²⁴

والفسق: الْعِصْيَانُ، وَالتَّرُكُ لِأَمْرِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَالْخُرُوجُ عَنْ طَرِيقِ الْحَقِّ.¹³²⁵ وهو في عرف الشرع

أشد من العصيان قال الله تعالى: ﴿وَكَرِهَ إِلَيْكُمْ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ﴾.¹³²⁶ فقد ذكر الفسق

بعد الكفر، وفي الحديث تعظيم حق المسلم والحكم على من سبه بغير حق بالفسق.¹³²⁷

ومن ألوان الإيذاء باللسان السُّخْرِيَّةُ والتَّحْقِيرُ، قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ

مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ

وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّغَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾﴾.¹³²⁸

¹³²² المباركفوري، تحفة الأحوذى، 95/6.

¹³²³ الترمذي، سنن الترمذي، 25 أبواب البر والصلة، باب ما جاء في تحسن الخلق، 362/4 ح/2002.

وقال: حديث حسن صحيح.

¹³²⁴ البخاري، الجامع الصحيح، 2 كتاب الإيمان، باب خوف المؤمن من أن يحبط عمله وهو لا يشعر، 19/1 ح/48.

مسلم، المسند الصحيح، كتاب الإيمان، باب بيان قول النبي (ص.س): "سباب المسلم فسوق وقتاله كفر"، 81/1 ح/64.

¹³²⁵ ابن منظور، لسان العرب، 308/10.

¹³²⁶ سورة الحجرات: 7.

¹³²⁷ ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري، 112/1.

¹³²⁸ سورة الحجرات: 11.

فَقَدْ نَهَى اللَّهُ تَعَالَى عَنِ السُّحْرِ بِالنَّاسِ، وَهُوَ اخْتِفَاؤُهُمْ وَالِاسْتِهْزَاءُ بِهِمْ، كَمَا ثَبَتَ فِي الْحَدِيثِ الصَّحِيحِ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ أَنَّهُ قَالَ: "الْكِبَرُ بَطَرُ الْحَقِّ وَغَمَطُ النَّاسِ".¹³²⁹ وَالْمَرَادُ مِنْ ذَلِكَ: اخْتِفَاؤُهُمْ وَاسْتِهْزَاؤُهُمْ، فَدَ يَكُونُ الْمُخْتَفَرُ أَعْظَمَ قَدْرًا عِنْدَ اللَّهِ وَأَحَبَّ إِلَيْهِ مِنَ السَّاحِرِ مِنْهُ الْمُخْتَفَرُ لَهُ. وَالْهَمَازُ اللَّمَازُ مِنَ الرِّجَالِ مَذْمُومٌ مَلْعُونٌ، فَالْهَمْزُ بِالْفِعْلِ وَاللَّمْزُ بِالْقَوْلِ. وَقَوْلُهُ: ﴿وَلَا تَنَابَرُوا بِالْأَلْقَابِ﴾. أَي: لَا تَتَدَاعَوْا بِالْأَلْقَابِ، وَهِيَ الَّتِي يَسُوءُ الشَّخْصَ سَمَاعُهَا. وَقَوْلُهُ: ﴿يَبْسُ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيْمَنِ﴾ أَي: يَبْسُ الصِّفَةُ وَالِاسْمُ الْفُسُوقُ وَهُوَ: التَّنَابُرُ بِالْأَلْقَابِ، كَمَا كَانَ أَهْلُ الْجَاهِلِيَّةِ يَتَنَاعَتُونَ، بَعْدَمَا دَخَلْتُمْ فِي الْإِسْلَامِ وَعَقَلْتُمُوهُ.¹³³⁰

كما جاء تحريم الغيبة والنميمة في قوله سبحانه: ﴿وَلَا يَغْتَبِ بَّعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ﴾.¹³³¹

قال مجاهد: لما قيل لهم أيحب أحدكم أن يأكل لحم أخيه ميتا قالوا: لا، فقبل لهم: (فكرهتموه) أي فكما كرهتم هذا فاجتنبوا ذكره بالسوء في حال غيبته. قال الزجاج: تأويله: إنَّ ذِكْرَكَ مِنْ لَمْ يَحْضُرَكَ بِسُوءٍ بِمَنْزِلَةِ أَكْلِ لَحْمِهِ وَهُوَ مَيْتٌ لَا يَحْسُ بِذَلِكَ.¹³³²

وقد عَرَّفَ النَّبِيُّ (ص.س) الْغَيْبَةَ كَمَا جَاءَ فِي الْحَدِيثِ الصَّحِيحِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "أَتَدْرُونَ مَا الْغَيْبَةُ؟" قَالُوا: اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ، قَالَ: "ذِكْرُكَ أَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ" قِيلَ أَفَرَأَيْتَ إِنْ كَانَ فِي أَخِي مَا أَقُولُ؟ قَالَ: "إِنْ كَانَ فِيهِ مَا تَقُولُ، فَقَدْ اغْتَبَيْتَهُ، وَإِنْ لَمْ يَكُنْ فِيهِ فَقَدْ بَهْتَهُ".¹³³³

¹³²⁹ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب تحريم الكبر وبتنايه، 93/1 ح 91.

¹³³⁰ ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، 352 / 7.

¹³³¹ سورة الحجرات: 12.

¹³³² البغوي، معالم التنزيل في تفسير القرآن، 264/4.

¹³³³ مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والآداب، باب تحريم الغيبة، 2589 ح 2001/4.

وقوله: أتدرون ما الغيبة؟. كأن هذا السؤال صدر عنه بعد أن جرى ذكر الغيبة، ولا يبعد أن يكون ذلك بعد نزول قوله تعالى: ﴿وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا﴾. ففسّر النبي (ص.س) هذه الغيبة المنهي عنها. ووزنها فعلة، وهي مأخوذة من الغيبة، مصدر غاب، لأنها ذكر الرجل في حال غيبته بما يكرهه لو سمعه.¹³³⁴

كما ورد تحريم النميمة، وأنها سبب في البعد عن دخول الجنة، ففي الحديث الصحيح، عَنْ حَدِيثِهِ، أَنَّهُ بَلَغَهُ أَنَّ رَجُلًا يَتِمُّ الْحَدِيثَ فَقَالَ حَدِيثُهُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) يَقُولُ: "لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ نَمَّامٌ".¹³³⁵ وورد بلفظ: "لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ قَتَّاتٌ".¹³³⁶

وقد بيّن الإمام الغزالي، أن اسم النميمة إنما يطلق في الأكثر على من ينم قول الغير إلى المقول فيه، وليست النميمة مختصة به، بل حدها كشف ما يُكره كشفه، سواء كرهه المنقول عنه أو المنقول إليه أو كرهه شخص ثالث، وسواء كان الكشف بالقول أبو بالكتابة أو بالرمز أو بالإيماء، وسواء كان المنقول من الأعمال أو من الأقوال، وسواء كان ذلك عيباً ونقصاً في المنقول عنه أو لم يكن، بل حقيقة النميمة إفشاء السر وهتك الستر عما يُكره كشفه.¹³³⁷ هذا هو الوجه السَلْبِي للنميمة، ثم راح الإمام الغزالي يبين الوجه الإيجابي المحمود، فكل ما رآه الإنسان من أحوال الناس مما يُكره، فينبغي أن يسكت عنه إلا ما في حكايته فائدة لمسلم، أو دفع لمعصية، كما إذا رأى إنساناً يتناول مال غيره، فعليه أن يشهد به مراعاة لحق المشهود له، فأما إذا رآه يخفي مالا لنفسه فذكره فهو نميمة وإفشاء للسر، فإن كان ما ينم به نقصاً وعيباً

¹³³⁴ القرطبي، المفهم، 570/6.

¹³³⁵ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ غَلْظِ تَحْرِيمِ النَّمِيْمَةِ، 105/1 ح.

البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، بابُ مَا يُكْرَهُ مِنَ النَّمِيْمَةِ، 6056/17 ح.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ غَلْظِ تَحْرِيمِ النَّمِيْمَةِ، 105/1 ح.

¹³³⁶ البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، بابُ مَا يُكْرَهُ مِنَ النَّمِيْمَةِ، 6056/17 ح.

مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب بَيَانِ غَلْظِ تَحْرِيمِ النَّمِيْمَةِ، 105/1 ح.

¹³³⁷ الغزالي، إحياء علوم الدين، 156/33.

في المحكي عنه كان قد جمع بين الغيبة والنميمة فالباعث على النميمة إما إرادة السوء للمحكي عنه أو إظهار الحب للمحكي له أو التفرج بالحديث والخوض في الفضول والباطل.¹³³⁸

المبحث الثالث: تزكية دافع حُبِّ النَّفْس

من الطبيعي أن يحب الإنسان نفسه فيكون حريصا على جلب الخير لها ودفع الشر عنها، فكل إنسان يريد أن يحقق لنفسه أسباب السعادة والفلاح ويدفع عنها أسباب الشقاوة والخسران، وقد جاء الإسلام بمنهج متكامل يحقق للمسلم ما يريد من هذه السعادة في الدارين، ولكن النَّفْس عندما تخرج عن منهج الله تعالى فإنها تتجاوز الحدود المشروعة ويصيبها الطُّغْيَان والانحراف، ومن ذلك طُّغْيَان حُبِّ النَّفْس الذي ينتج عنه أمراض نفسية خطيرة تكون سببا في الشقاء بدلا من السعادة، فكما يوجد انحرافات ظاهرة في السُّلُوك فهناك انحرافات باطنة والتي يسميها علماء المسلمين (باطن الإثم) أو (أمراض القلوب) كالكِبَر والعجب والعُضْب والحَسَد والحقد وسُوء الظَّن... هذه الأمراض الخفية لها انعكاس على التَّفكير لما تسببه من القلق والاضطراب الذي يوهن الصحة النَّفْسِيَّة والجسمية. وسنتكلم عن أهم الآثار النَّفْسِيَّة المترتبة على طُّغْيَان حُبِّ النَّفْس وعلاجها في المطالب التالية.

¹³³⁸ المرجع السابق.

المطلب الأول: الكبر

لغة: (الكبر) بِالْكَسْرِ الْعَظَمَةُ وَكَذَا (الكبرياءُ) و(التَّكَبُّرُ) و(الاستِكْبَارُ) التَّعَظُّمُ.¹³³⁹

واصطلاحاً: حالةٌ يتخصَّص بها الإنسان من إعجابه بنفسه، وأن يرى نفسه أكبر من غيره،

وأعظم الكبر التَّكَبُّرُ على الله بالامتناع عن قبول الحق.¹³⁴⁰

وقد عرَّف النبي (ص.س) الكبر بقوله: "الكبر بطرُ الحقِّ، وعَمُّ النَّاسِ".¹³⁴¹

وقسَّم الإمام الغزالي الكبر إلى قسمين فقال: "الكبر ينقسم إلى باطن وظاهر فالباطن هو خلقٌ في

النَّفْس، والظاهر هو أعمال تصدر عن الجوارح".¹³⁴²

فإذا ظهر هذا الخلق على الجوارح كان تكبراً وإذا لم يظهر يقال له في نفس صاحبه كبر.

ولا يتصور أن يكون متكبراً إلا أن يكون مع غيره وهو يرى نفسه فوق ذلك الغير في صفات

الكمال فعند ذلك يكون متكبراً، فالكبر يستدعي متكبراً عليه ومتكبراً به، وبهذا يختلف الكبر عن

العجب، فإن العجب لا يستدعي وجود غير المعجب بنفسه، بل لو لم يخلق الإنسان إلا وحده تُصور أن

يكون معجباً بنفسه، وهذه العقيدة تنفخ فيه فيحصل في قلبه اعتداد وهزة وفرح وركون إلى ما اعتقده وهو

خلق الكبر.¹³⁴³

¹³³⁹ الرازي، مختار الصحاح، ص265.

¹³⁴⁰ الزبيدي، تاج العروس، 9/14.

¹³⁴¹ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب تحريم الكبر وبَيَانِهِ، 93/1 ح91.

¹³⁴² الغزالي، إحياء علوم الدين، 343/3.

¹³⁴³ المرجع السابق، 344/3.

أولاً: أهم الآثار النفسية للتكبر

1- الملازمة للنقائص

وذلك أن المتكبر يظن أنه بلغ الكمال في كل شيء لذلك لا يفتش في نفسه، ليعرف قصورها وطُغيانها فيصلح من شأنها، وكذلك لا يقبل نصحاً أو توجيهاً أو إرشاداً من الآخرين، فيبقى غارقاً في عيوبه ونقائصه مقيماً على أخطائه، غارقاً في أحواله، حتى تنتهي به الحياة.

2- القلق والاضطراب النفسي

ذلك أن المتكبر يحبُّ الترفع والتعالي على الآخرين، وأن يحني الناس رؤوسهم له، وأن يكونوا دوماً تبعاً في ركابه، فإذا لم يتحقق له ما يريد لأنَّ أعزة الناس وكرامهم يأبون ذلك، بل ليسوا مستعدين له أصلاً، فإنه يصاب بحيبة أمل، تكون عاقبتها القلق والاضطراب النفسي، كما أن التكبر يؤدي إلى قلة الأصحاب والأنصار، والشعور بالعزلة ذلك أنَّ القلوب قد جُبلت على حبِّ من ألان لها الجانب، وخفض لها الجناح.

ثانياً: أهم الأسباب النفسية للتكبر

1- الشعور بالنقص

المتكبر يشعر بضعف في إدراك حقيقة نفسه يجعله هذا الشعور يفكر في تدني قيمته. وبالتالي يستخدم التكبر كوسيلة لاسترجاع ثقته بنفسه رغم أنها ثقة مصطنعة وغير حقيقية. فتجعله في حالة مضطربة من التخبط وعدم الأمان النفسي. وقد يكون هذا بسبب مقارنته لنفسه بشخص آخر، أو بسبب ضعف الثقة بالنفس وتقدير الذات.

وبعبارة أخرى يعيش المتكبر في شك حول مسألة تقديره لذاته، ذلك الشك يجعله يفكر في التكبر على الآخرين لتعويض الثقة بالنفس المصطنعة وغير الطبيعية.

ووفقاً لعلم النفس، فإن الخبراء قد يعتبرون الشعور بالنقص شعوراً طبيعياً، بل وفي بعض الأحيان قد يكون صحيحاً، وذلك عندما يكون حافزاً ودافعاً لتنمية الذات وتطويرها، وحثها على التميز بين الأقران، ويصبح هذا الشعور شعوراً مرضياً عندما يتحول الشخص المصاب إلى شخص قلق متوتر، أو عدواني مؤذٍ، يسلك أي طريقة ليلفت أنظار من حوله.

2- عدم الموازنة بين الثقة بالنفس والغرور

إن من طبيعة الإنسان بصفة عامة أن يشعر بشيء من الإعجاب بالنفس كلما ازدادت منزلته في المجتمع، وحصل على الأشياء التي يتكبر بها، فقد يكون التكبر بالمال أو العلم أو المنصب، أو الحسب والنسب أو الجمال والقوة... فقد يحقق بعض الإنجازات في حياته، كأن يحصل على شهرة أو منصب أو شهادة جامعية أو نجاح في مشروع. مثل هذه الأمور تجعل المتكبر يزداد إعجاباً بنفسه ويعامل من حوله بتكبر وغطرسة.

ولكن ليست هذه الأشياء هي السبب الرئيسي في التكبر، فقد تكون بأيدي أناس فتكون سبباً للتكبر، وبأيدي آخرين مدعاة للتواضع وخفض الجناح، وهذا يعود بنا إلى أصل التكبر وهو تفكير خاطئ أو خادع عن حقيقة إدراك الذات والواقع، فلو فكر الإنسان بأن أصل هذه النعم من الله سبحانه لنسب الفضل له ولزاد شكراً لله تعالى وتواضعاً للعباد.

ولو درسنا شخصية أي أنسان مغرور، لرأينا أنّ هناك خطأ في تقييمه وتقديره لنفسه؛ فالمغرور ينظر إلى نفسه نظرة فيراها مُفخّمة وأكبر من حجمها، وأعلى من غيرها، فيداخله العجب ويشعر بالزهو

والخيلاء، وهذا يعني أن نظرة المغرور إلى نفسه غير متوازنة، ففي الوقت الذي ينظر إلى نفسه بإكبار وإجلال، تراه ينظر إلى غيره باستصغار وإجحاف، فلا نظرته إلى نفسه صحيحة ولا نظرته إلى غيره سليمة. ومنشأ هذا الاختلال في التقويم هو شعور داخلي بالنقص يحاول المغرور أو المتكبر تغطيته برداء غروره ونكبره، وهنا يجب التفريق بين مسألتين: الثقة بالنفس، وهي صفة إيجابية مطلوبة، والغرور، وهي صفة سلبية منبوذة.

فالثقة بالنفس، تتأتى من عوامل عدّة، أهمّها: تكرار النجاح، والقدرة على تجاوز الصعوبات وتخطي العقبات، والحكمة في التعامل، وتوطين النفس على تقبل النتائج مهما كانت بعد الأخذ بالأسباب، فالثقة بالنفس تقدير للإمكانات المتوفرة وتوظيفها نحو النجاح، وهذا شيء إيجابي. أمّا الغرور فهو شعور بالعظمة وتوهم حصول الكمال وعدم النقص، فتزداد الثقة بالنفس لدرجة الطغيان فيرى صاحبها أنه قادر على فعل كل شيء فتتقلب إلى غرور.

هذا الغرور يمكن التعبير عنه بالإعجاب بالنفس أو الكبر الباطن، لأنه لا يزال في طيات النفس الداخلية فإذا ما ترجم إلى سلوك خارجي أصبح تكبرا.

فالمعجب بنفسه المغرور بقدراته لا يتيح له هذا الشعور أن يتبين النقائص والمساوئ التي يتصف بها، فيبقى معتلا بأمراضه يتخبط بها، لذلك كان الغرور مانعا من الزيادة في بناء الشخصية وفي عطائها.

ثالثاً: العلاج النفسي للتكبر

إن مبدأ سلوك الإنسان هو أفكار واعتقادات، لذلك إذا أردنا أن نعالج الأفعال فلا بد أن نصحح الأفكار قبل الأفعال. ولعلاج التكبر طريقتان:

الطريق الأول: علاج علمي فكري: فلا بد أولاً من الاستعانة بالله تعالى والاحتماء به من شر الوسواس الشَّيْطَانِيَّة كما قال تعالى: ﴿إِنْ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرٌ مَّا هُمْ بِبَلِيغِيَّةٍ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾¹³⁴⁴. ثم أن يتفكر المتكبر في نفسه: ممَّ خُلِق، ولم خُلِق، وماهي عاقبة المتكبر؟. ويستحضر الإجابة على هذه الأسئلة من كتاب الله تعالى فقد قال سبحانه: ﴿ثُمَّ جَعَلْ نَسْلَهُ مِنْ سُكُلَةٍ مِّن مَّاءٍ مَّهِينٍ﴾¹³⁴⁵.

قال تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾¹³⁴⁶. وقال تعالى: ﴿أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِّلْمُتَكَبِّرِينَ﴾¹³⁴⁷. وقال النبي (ص.س): "لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِّنْ كِبَرٍ".¹³⁴⁸

يقول الإمام الغزالي عن العلاج العلمي للتَّكَبُّر: "أما العلمي فهو أن يعرف نفسه ويعرف ربه تعالى ويكفيه ذلك في إزالة الكِبَر فإنه مهما عرف نفسه حق المعرفة علم أنه أذل من كل ذليل وأقل من كل قليل وأنه لا يليق به إلا التواضع والذلة والمهانة وإذا عرف ربه علم أنه لا تليق العظمة والكبرياء إلا بالله".¹³⁴⁹

فاستحضر الإنسان لبدائته ونهايته، بين بداية النطفة ونهاية الحفرة، وما تعتربه بينهما من مظاهر الضعف، كشعوره بالحاجة للطعام والشَّراب والهواء والنَّوم والعلاج... كل ذلك يكون له رادعا لينزع

¹³⁴⁴ سورة غافر: 56.

¹³⁴⁵ سورة السجدة: 8.

¹³⁴⁶ سورة الذاريات: 56.

¹³⁴⁷ سورة الزمر: 60.

¹³⁴⁸ مسلم، المسند الصحيح، 1 كتاب الإيمان، باب تحريم الكِبَر وَبَيَانِهِ، 93/1 ح.91.

¹³⁴⁹ الغزالي، احياء علوم الدين، 358/3.

مشاعر الكبر من نفسه. وأن يعتبر بما حل بالمتكبرين على مر التاريخ أمثال إبليس اللعين، وفرعون، والنمرود، وقارون ومشرقي قريش وغيرهم، فيأخذ من قصصهم العبرة والعظة.

وأن يتذكر أنّ الغرور والتكبر خلق شيطاني بغض، فإبليس أول من عاش الغرور والتكبر عندما رفض السجود لآدم حيث فاضل بين (النار) التي خلقت منها و(الطين) الذي خلقت منه آدم (ع.س) وتناسى أنّ الخالق للإثنين معاً هو الله سبحانه وتعالى، وهو الذي يُشرف ويكرم ويُفاضل بين العباد كيف يشاء.

وفي المقابل استذكار سيرة العظماء المتواضعين وعلى رأسهم الأنبياء والمرسلين، كيف كانوا على الرغم من سعة علمهم وعظمة أعمالهم وجلالة قدرهم.

فهذا الطريق الأول يتعلق بالعلاج الفكري لأن الوعي بالمرض ضروري لمعالجته. فإذا تغيرت نظرة الإنسان الداخلية نحو الخلق شمر للتخلص منه، فيبدأ حينئذ بخطوات عملية سلوكية.

الطريق الثاني: علاج عملي سلوكي: وهو أن يسعى المتكبر لمجالسة المتواضعين ومصاحبتهم والاتصاف بصفاتهم، والتخلق بأخلاقهم.

وبالرغم من أن تغيير التصور يستتبع تغيير السلوك غير أن التحكم بالسلوكيات وتوجيهها يكون عوناً على إخماد المشاعر الداخلية للكبر، فيكون العلاج العملي بمقاومة أخلاق المتكبرين والتخلق بأخلاق المتواضعين، ويلزم الإنسان ويجاهد نفسه، وإن تصنّع في بداية الأمر وتشبه بهم حتى يصبح ذلك من خصاله وسجاياه التي اعتاد عليها.

ومما يُعين على ذلك استعراض الآيات والأحاديث والحكم والمواعظ والقصص، التي تعطي توجيهاً عملياً سلوكياً، كما قال الله تعالى حكايةً لنصيحة لقمان لابنه وهو يعظه: ﴿وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا

تَمْشِي فِي الْأَرْضِ مَرْحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿١٨﴾¹³⁵⁰ وقوله تعالى: ﴿وَلَا تَمْشِي فِي الْأَرْضِ مَرْحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا﴾¹³⁵¹.

المطلب الثاني: الغضب

والغضب هو انفعال نفسي، وله آثار تنعكس وتظهر على الإنسان، فالجسد صورة ومرآة لما يحدث في الداخل من تغيرات، وقدم الغزالي وصفا دقيقا موضّحا العلاقة الوثيقة بين الجسد والنفس في حدوث الانفعالات، فيصف آثار الغضب الجسدية قائلا:

"ومن آثار هذا الغضب في الظاهر تغير اللون وشدة الرعدة في الأطراف وخروج الأفعال عن الترتيب والنظام واضطراب الحركة والكلام حتى يظهر الزبد على الأشداق وتحمّر الأهداق وتنقلب المناخر وتستحيل الخلقة، ولو رأى الغضبان في حالة غضبه قبح صورته لسكن غضبه حياء من قبح صورته واستحالة خلقته وقبح باطنه أعظم من قبح ظاهره فإن الظاهر عنوان الباطن وإنما قبحت صورة الباطن أولاً ثم انتشر قبحها إلى الظاهر ثانياً فتغير الظاهر ثمرة تغير الباطن فقس الثمرة بالثمرة فهذا أثره في الجسد".¹³⁵²

وبعد أن وصف بدقة المظاهر الجسدية للغضب، بدء بتحليل الآثار السلوكية مبتدئاً باللسان فيقول: "وأما أثره في اللسان فانطلاقه بالشتيم والفحش من الكلام الذي يستحي منه ذو العقل ويستحي منه قائله عند فتور الغضب وذلك مع تحبّط النظم واضطراب اللفظ. أما أثره على الأعضاء فالضرب والتهجم والتمزيق والجرح عند التمكّن من غير مبالاة فإن هرب منه المغضوب عليه أو فاته بسبب

¹³⁵⁰ سورة لقمان: 18.

¹³⁵¹ سورة الإسراء: 37.

¹³⁵² الغزالي، أحياء علوم الدين، 3/168.

وعجز عن التشفي رجع الغضب على صاحبه فمزق ثوب نفسه ويلطم نفسه وقد يضرب بيده على الأرض ويعدو عدو الواله السكران والمدهوش المتحير وربما يسقط سريعا لا يطيق العدو والنهوض بسبب شدة الغضب ويعتر به مثل الغشية وربما يضرب الجمادات والحيوانات فيضرب القصة مثلا على الأرض وقد يكسر المائدة إذا غضب عليها ويتعاطى أفعال المجانين فيشتتم البهيمة والجمادات ويخاطبها ويقول إلى متى منك هذا يا كيت وكيت كأنه يخاطب عاقلا حتى ربما رفسته دابة فيرفس الدابة ويقابلها بذلك".

ثم ينتقل إلى أهم عضو في الإنسان والذي هو مكن الأمراض الباطنة فيقول: "وأما أثره في القلب مع المغضوب عليه فالحقد والحسد وإضممار السوء والشماتة بالمساءات والحزن بالسرور والعزم على إفشاء السر وهتك السر والاستهزاء وغير ذلك من القبائح فهذه ثمرة الغضب المفرط".¹³⁵³

أولاً: نوعا الغضب السلبي والإيجابي

الغضب هو انفعال كغيره من الانفعالات التي يشعر بها الإنسان كالفرح والحزن والخوف... ووجود هذه الانفعالات في الإنسان أمر ضروري، وليس المطلوب القضاء على أصل هذه الانفعالات وإنما المطلوب توجيهها التوجيه الإيجابي المتوازن من غير إفراط ولا تفريط، ويتكلم الغزالي عن الجانب الإيجابي من وجود الغضب فيقول: "وأما الأسباب الخارجة التي يتعرض لها الإنسان فكالسيف والسنان وسائر المهلكات التي يقصد بها فافتقر إلى قوة وحماية تنور من باطنه فتدفع المهلكات عنه".¹³⁵⁴

فطغيان الغضب يؤدي إلى السلوك السلبي، والعُدوان والعنف، وإلحاق الأذى بالنفس وبالغير، وغياب العقل وتشتت الإرادة، واضطراب التفكير.

وكما أن الإفراط في الغضب مذموم، فكذلك التفريط فيه، وقد بين ذلك الغزالي،

¹³⁵³ المرجع السابق.

¹³⁵⁴ المرجع السابق، 167/3.

فعندما تضعف الحمية عند الرجال تَقِلُّ الأنفة عند التعرض للزوجة والمحارم، وإنما خلقت الغيرة لحفظ الأنساب ولو تسامح الناس ولم يغضبوا بذلك لاختلطت الأنساب، ولذلك قيل كل أمة وضعت الغيرة في رجالها وضعت الصيانة في نسائها، ومن ضعف العَصَب السكوت عند مشاهدة المنكرات، بل من فقد العَصَب عجز عن رياضة نفسه إذ لا تتم الرياضة إلا بتسليط العَصَب على الشهوة فيغضب الإنسان على نفسه عند الميل إلى هذه الشهوات الخسيسة، ففقد العَصَب مذموم وإنما الم محمود غضب ينتظر إشارة العقل والدين، فينبعث حيث تجب الحمية، وينطفئ حيث يحسن الحلم، وحفظه على حد الاعتدال، فمن مال غضبه إلى الفتور حتى أحس من نفسه بضعف الغيرة وخسة النفس في احتمال الذل والضميم في غير محله فينبغي عليه أن يعالج نفسه حتى يقوى غضبه. ومن مال غضبه إلى الإفراط حتى جره إلى التهور واقتحام الفواحش فينبغي أن يعالج نفسه لينقص من شدة العَصَب ويقف على الوسط الحق بين الطرفين.¹³⁵⁵

فالدور الإيجابي لانفعال العَصَب يتمثل في الدفاع عن النفس ضد أي خطر يأتي من الخارج، وكذلك الدفاع عن الدين والمال والعرض والولد، وقد وصف الله تعالى أصحاب النبي (ص.س) بقوله: ﴿تَحَمَّدُ رَسُولَ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾.¹³⁵⁶

وقال تعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾.¹³⁵⁷ فقد مدحهم بكظم الغيظ وليس بفقده.

"والمطلوب في صفة العَصَب حسن الحمية وذلك بأن يخلو عن التهور وعن الجبن جميعا وبالجملة أن يكون في نفسه قويا ومع قوته منقاداً للعقل ولذلك قال الله تعالى أشداء على الكفار رحماء بينهم

¹³⁵⁵ المرجع السابق، 168/3.

¹³⁵⁶ سورة الفتح: 29.

¹³⁵⁷ سورة آل عمران: 134.

وصفهم بالشدة وإنما تصدر الشدة عن الغضب ولو بطل الغضب لبطل الجهاد وكيف يقصد قلع الشهوة والغضب بالكلية والأنبياء (ع.س) لم ينفكوا عن ذلك إذ قال (ص.س): "إنما أنا بشر أغضب كما يغضب البشر"¹³⁵⁸ حيث أنه كان يتكلم بين يديه بما يكرهه فيغضب حتى تحمر وجنتاه ولكن لا يقول إلا حقا فكان الغضب لا يُخرجه عن الحق".¹³⁵⁹

وأمر الله تعالى نبيه ومن معه أن يغلظوا في قتال الكفار فقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قَاتِلُوا الَّذِينَ يَلُونَكُمْ مِنَ الْكُفَّارِ وَلِيَجِدُوا فِيكُمْ غِلْظَةً وَعَلِّمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ﴾¹³⁶⁰. وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَمَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ﴾¹³⁶¹.

والغضب حالة نفسية تؤثر على التفكير مما ينعكس ذلك على السلوك. ويستجيب الإنسان لانفعال الغضب فيوجه عدوانه إلى المصدر الذي يكون عقبة أمام إشباع دوافعه، أو يشكل خطراً نحوها. وقد لا يستطيع الإنسان أن يُنزل غضبه في الأسباب المعوقة مباشرة، فيفرغ طاقة غضبه وينقلها إلى جهة ثالثة ليست سبباً رئيسياً في الإثارة، ومثاله موقف موسى (ع.س) حين غضب من قومه بسبب عبادتهم العجل فحوّل موجة غضبه إلى أخيه هارون (ع.س) فأمسك برأسه ولحيته وأخذ يحجره إليه. قال تعالى: ﴿وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَى إِلَى قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِنْ

¹³⁵⁸ والحديث الذي استشهد به الغزالي أخرجه مسلم في صحيحه، أن رسول الله (ص.س) قال "يَا أَيُّهَا سُلَيْمٌ أَمَا تَعْلَمِينَ أَنَّ شَرَّطِي عَلَى رَجِي، أَيُّ اشْتَرَطْتُ عَلَى رَجِي فَقُلْتُ: إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ، أَرْضَى كَمَا يَرْضَى الْبَشَرُ، وَأَغْضَبُ كَمَا يَغْضَبُ الْبَشَرُ، فَأَيُّمَا أَحَدٍ دَعَوْتُ عَلَيْهِ، مِنْ أَقْبَى، بِدَعْوَةٍ لَيْسَ لَهَا بِأَهْلٍ، أَنْ يَجْعَلَهَا لَهُ طَهُورًا وَزَكَاةً، وَقُرْبَةً يُقَرَّبُ بِهَا مِنْهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.

¹³⁵⁸ مسلم، *المسند الصحيح*، 45 كتاب البر والصلة والأدب، تاب من لعنه النبي (ص.س) أو سبّه، أو دعا عليه...
2603/4 ح/2009.

¹³⁵⁹ الغزالي، *إحياء علوم الدين*، 57/3.

¹³⁶⁰ سورة التوبة: 123.

¹³⁶¹ سورة التحريم: 9.

بَعْدِي أَعْجَلْتُمْ أَمْرَ رَبِّكُمْ^{١٣٦٢} وَأَلْقَى الْأَلْوَاخَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ قَالَ ابْنَ أُمَّ إِنَّ الْقَوْمَ اسْتَضَعُّونِي وَكَادُوا يَقْتُلُونَنِي فَلَا تُشْمِتْ بِيَ الْأَعْدَاءَ وَلَا تَجْعَلْنِي مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ ﴿١٥١﴾¹³⁶².

فحينما يستحكم الغضب في الإنسان تتعطل قدراته العقلية ويضطرب التفكير لديه فقد يصدر منه سلوك يندم عليه، لذلك استغفر موسى (ع.س) ربه لما زال غضبه وعرف حقيقة الأمر كما قال تعالى حكاية عنه: ﴿قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِأَخِي وَأَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾¹³⁶³.

وشتان بين غضب سيدنا موسى (ع.س) وغضب غيره، فإنما كان غضبه نصره لدين الله عز وجل.

ولما كان الغضب يعطل التفكير ويفقد القدرة على إصدار الأحكام الصحيحة كان التحكم بانفعال الغضب له أهمية كبرى من عدة وجوه:

أولاً: يحتفظ الإنسان بقدرته على التفكير السليم لإصدار الأحكام الصحيحة.

ثانياً: يحتفظ الإنسان بآثرانه الجسدي فلا ينتابه التوتر وبذلك يتجنب الاندفاع للقيام بأعمال العنف تجاه الخصم.

ثالثاً: أن كظم الغيظ والعفو عن المسيء والمعاملة بالإحسان هي من أهم الأساليب التربوية التي تؤثر في سلوك الشخص المعتدي فتحمله إلى مراجعة نفسه وتعديل سلوكه، وهذا ما يؤدي إلى كسب صداقة الناس ونشر المحبة والسلام في المجتمع.

¹³⁶² سورة الأعراف: 150.

¹³⁶³ سورة الأعراف: 151.

رابعاً: إن التحكم في انفعال الغضب مفيد جداً من الناحية الصحية لأنه يجنب البدن كثيراً من الأمراض التي تحدث نتيجة الانفعال.¹³⁶⁴

ولما كانت موجة الغضب تُفقد الإنسان القدرة على التفكير الإيجابي السليم كان لزاماً عليه أن يتعلم كيف يسيطر على غضبه ويعالجه، فيتحكم بانفعاله بدلاً من أن ينقاد له.

ثانياً: علاج الغضب

لا يمكن لنا إزالة أصل الغضب بالكلية، وإنما علاجه بالتحكم فيه عندما ينحرف نحو السلبية ويخرج عن حد التوازن. وهذا التحكم له طريقان، علمي فكري، وعملي سلوكي.

أ- العلاج العلمي الفكري للغضب:

ذكر الإمام الغزالي ست أفكار يستحضرها الغاضب لتعيده إلى التوازن الإنفعالي وهي:

الأول: أن يتفكر في أخبار فضل كظم الغيظ والعفو والحلم والاحتِمَال فيرغب في ثوابه فتمنعه شدة الحرص على ثواب الكظم عن التشفي والانتقام وينطفئ عنه غيظه، قال تعالى: ﴿وَالْكَظِيمِينَ﴾

الثاني: أن يخوف نفسه بعقاب الله فيقول لنفسه: إن قدرة الله تعالى عليّ أعظم من قدرتي على هذا الإنسان فلو أمضيت غضبي عليه لم آمن أن يمضي الله غضبه علي يوم القيامة.

أَلْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾¹³⁶⁵

¹³⁶⁴ نجاتي، القرآن وعلم النفس، ص 117.

¹³⁶⁵ سورة آل عمران: 137.

الثَّالِثُ: أَنْ يُحَذِّرَ نَفْسَهُ عَاقِبَةَ الْعَدَاوَةِ وَالْإِنْتِقَامِ وَتَشْمُرَ الْعُدُوَّ لِمُقَابَلَتِهِ وَالسَّعْيَ فِي هَدْمِ أَعْرَاضِهِ
وَالشَّمَاتَةِ بِمَصَائِبِهِ وَهُوَ لَا يَخْلُو عَنْ هَذِهِ الْمَصَائِبِ، فَيُحَوِّفُ نَفْسَهُ بِعَوَاقِبِ الْعُصْبِ فِي الدُّنْيَا إِنْ كَانَ لَا
يَخَافُ مِنَ الْآخِرَةِ.

الرَّابِعُ: أَنْ يَتَفَكَّرَ فِي قُبْحِ صُورَتِهِ عِنْدَ الْعُصْبِ بِأَنْ يَتَذَكَّرَ صُورَةَ غَيْرِهِ فِي حَالَةِ الْعُصْبِ
وَمُشَابَهَةِ حَالِ الْعُصْبَانِ لِلْكَلْبِ الضَّارِي وَالسَّبُعِ الْعَادِي وَمُشَابَهَةِ الْحَلِيمِ الْهَادِي التَّارِكِ لِلْعُصْبِ
لِلْأَنْبِيَاءِ وَالْأَوْلِيَاءِ وَالْعُلَمَاءِ وَالْحُكَمَاءِ وَيُجَيِّزَ نَفْسَهُ لِتَمِيلَ إِلَى حُبِّ الْإِفْتِدَاءِ بِالْعُلَمَاءِ وَالْأَنْبِيَاءِ فِي عَادَتِهِمْ.
الخَامِسُ: أَنْ يَتَفَكَّرَ فِي السَّبَبِ الَّذِي يَدْعُوهُ إِلَى الْإِنْتِقَامِ وَيَمْنَعُهُ مِنْ كَظْمِ الْغِيظِ، مِثْلَ قَوْلِ
الشَّيْطَانِ لَهُ إِنَّ هَذَا يُحْمَلُ مِنْكَ عَلَى الْعِزِّ وَصِغَرِ النَّفْسِ وَالدَّلَّةِ وَالْمَهَانَةِ فِي أَعْيُنِ النَّاسِ، فَيَرُدُّ هَذِهِ
الْوَسَاوِسَ بِالتَّفَكُّيرِ السَّلِيمِ، وَالْمُقَارَنَةِ بَيْنَ خِزْيِ الدُّنْيَا وَخِزْيِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، فَيَهْوَنُ عَلَيْهِ أَنْ تَصْغُرَ نَفْسُهُ فِي
أَعْيُنِ النَّاسِ بَدَلًا مِنْ أَنْ تَصْغُرَ عِنْدَ اللَّهِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالنَّبِيِّينَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ.

السادس: أَنْ يَعْلَمَ أَنَّ جَرِيَانَ الشَّيْءِ عَلَى وَفْقِ مَرَادِ اللَّهِ تَعَالَى فَيَقْدِمُ مَرَادَهُ سُبْحَانَهُ عَلَى مَرَادِ

نفسه. 1366

ولا يقال إن كظم الغيظ سيؤدي إلى الكبت والاحتقان النفسي، لأن هذا الكظم مبني على
اعتقاد بأن الفوز بالثواب والرضى من الله تعالى أفضل من التشفي، وبهذا الاعتقاد يُنْقَسُ المسلم عن نفسه
فلا يبقى أثر سلبي نتيجة لكظم تلك الانفعالات.

¹³⁶⁶ الغزالي، إحياء علوم الدين، 3/173-174.

ب- العلاج العملي السلوكي:

وكما أن هناك علاج علمي فكري نظري، فإن هناك علاج عملي سلوكي تطبيقي، بحيث يكون كل من العلاجين متمماً للآخر ومعيناً على الوصول إلى الغاية المطلوبة في إطفاء نار الغضب.

ويقوم هذا العلاج على إشغال الجوارح بأعمال تكون صارفة للفكر عن موضوع الغضب، فإن إشغال الحواس والأعضاء يشتت التفكير عن التمادي في الانفعال حال الغضب، فكما أن للتفكير أثر على السلوك فكذلك للسلوك أثر في تأجيج نار التفكير أو إخمادها.

وقد أرشدنا نبينا (ص.س) إلى علاج عملي يكون عوناً للمسلم على صرف حالة الغضب، وذلك وفق الخطوات الآتية:

1- بشغل اللسان بالاستعاذة بالله تعالى من الشيطان الذي هو مصدر تأجيج الغضب السلبي المذموم.

عن سُلَيْمَانَ بْنِ صُرَدٍ، قَالَ: اسْتَبَّ رَجُلَانِ عِنْدَ النَّبِيِّ (ص.س) فَغَضِبَ أَحَدُهُمَا، فَاشْتَدَّ غَضَبُهُ حَتَّى انْتَفَحَ وَجْهُهُ وَتَغَيَّرَ: فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "إِنِّي لَأَعْلَمُ كَلِمَةً، لَوْ قَالَهَا لَذَهَبَ عَنْهُ الَّذِي يَجِدُ" فَانْطَلَقَ إِلَيْهِ الرَّجُلُ فَأَخْبَرَهُ بِقَوْلِ النَّبِيِّ (ص.س) وَقَالَ: "نَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ" فَقَالَ: أَتَرَى بِي بَأْسٌ، أَجْتُونُ أَنَا، اذْهَبْ. ¹³⁶⁷

2- شغل الجوارح بتغيير الحالة التي يكون عليها الغضبان ساعة الغضب.

¹³⁶⁷ البخاري. الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، بَابُ مَا يُنْهَى مِنَ السَّبَابِ وَاللَّعْنِ، 8/15/ح6048.
مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والأدب، بَابُ فَضْلِ مَنْ يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ...، 4/2015/ح2610.

عَنْ أَبِي دَرٍّ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ".¹³⁶⁸

3- علاج الغضب بالماء كمحسوس مادي يطفى حرارة ولهيب الغضب.

عَنْ عَطِيَّةٍ -وَقَدْ كَانَتْ لَهُ صُحْبَةٌ- قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ، وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ".¹³⁶⁹

ولقد أرشدنا النبي (ص.س) إلى الابتعاد عن أسباب الغضب ومهيجاته، فدرهم وقاية خير من قنطار علاج.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ (ص.س): "أَوْصِنِي، قَالَ: "لَا تَغْضَبْ" فَرَدَّدَ مِرَارًا، قَالَ: "لَا تَغْضَبْ".¹³⁷⁰

وليس المطلوب في هذا الحديث إماتة هذا الشعور بالكلية لأن وجوده في الإنسان ضروري كما بينا، وإنما الابتعاد عن مهيجاته كالمراء والجدال والتنافس على متاع الدنيا... فإذا غضب الإنسان سارع للإمساك بزمام نفسه حتى لا يُصدر من الأقوال والأفعال ما يندم عليه.

¹³⁶⁸ أحمد، المسند، 21348/278/35، وذكره الهيثمي، مجمع الزوائد، 12995/70/8، وقال: رَوَاهُ أَحْمَدُ، وَرِجَالُهُ رِجَالُ الصَّحِيحِ.

أبو داود، سنن أبي داود، 40/كتاب الأدب، بَابُ مَا يُقَالُ عِنْدَ الْغَضَبِ، 4/249/ح4782.

ابن حبان، صحيح ابن حبان، 12/501/ح5688.

¹³⁶⁹ أحمد، المسند، 17985/505/29، وقال محقق الكتاب شعيب الأرنؤوط: ضعيف الإسناد.

أبو داود، سنن أبي داود، 40/كتاب الأدب، بَابُ مَا يُقَالُ عِنْدَ الْغَضَبِ، 4/249/ح4784.

¹³⁷⁰ البخاري، الجامع الصحيح، 78/كتاب الأدب، بَابُ الْحَذَرِ مِنَ الْغَضَبِ، 8/28/ح6116.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ".¹³⁷¹

المطلب الثالث: الحسد

الحسد: "إِحْسَاسٌ نَفْسَانِيٌّ مُرَكَّبٌ مِنْ اسْتِحْسَانِ نِعْمَةٍ فِي الْغَيْرِ مَعَ تَمَنِّي زَوَالِهَا عَنْهُ لِأَجْلِ غَيْرَةٍ عَلَى اخْتِصَاصِ الْغَيْرِ بِتِلْكَ الْحَالَةِ أَوْ عَلَى مُشَارَكَتِهِ الْحَاسِدَ فِيهَا. وَقَدْ يُطْلَقُ اسْمُ الْحَسَدِ عَلَى الْغِبْطَةِ جَمَازًا".¹³⁷²

وقال السيد قطب: "والحسد انفعال نفسي إزاء نعمة الله على بعض عباده مع تمني زوالها. وسواء أتبع الحاسد هذا الانفعال بسعي منه لإزالة النعمة تحت تأثير الحقد والغيط، أو وقف عند حد الانفعال النفسي، فإن شرا يمكن أن يعقب هذا الانفعال".¹³⁷³

أولاً: أسباب الحسد

الحسد كثيراً ما يكون من نتائج الغضب، لأنه إن غضب وكظم غيظه ليس بناء على اعتقاد ورجاء الثواب وإنما بسبب العجز عن التشفي احتقن هذا الغضب في النفس وصار حقداً يفضي إلى البغضاء والحسد، ولا يكاد ينفك أحد عن هذه المشاعر المتأصلة في داخله، لأنه جُبل على دافع حب التملُّك والمنافس في تحصيل متع الدنيا، ويأتي دور تقوية الإيمان بالله تعالى لتهديب هذه الدوافع وضبطها بضوابط الشرع.

¹³⁷¹ البخاري. الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، 28/8 ح/6114.
مسلم، المسند الصحيح، 45 كتاب البر والصلة والأدب، باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، 4/2014 ح/2609.
¹³⁷² ابن عاشور، محمد الطاهر بن محمد بن محمد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى: 1393 هـ) التحرير والتنوير "تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد"، الدار التونسية للنشر - تونس، ط: بلا، 1984 هـ، عدد الأجزاء: 30. 30/629.
¹³⁷³ قطب، في ظلال القرآن، 6/408.

والدليل على ذلك ماورد عن النبي (ص.س) أنه قال: "ثَلَاثٌ لَا زِمَاتٍ لِأُمِّي: الطَّيْرَةُ، وَالْحَسَدُ، وَسُوءُ الظَّنِّ". فَقَالَ رَجُلٌ: مَا يُذْهِبُهُنَّ يَا رَسُولَ اللَّهِ مِمَّنْ هُوَ فِيهِ؟ قَالَ: "إِذَا حَسَدْتَ فَاسْتَغْفِرِ اللَّهَ، وَإِذَا ظَنَنْتَ فَلَا تُحَقِّقْ، وَإِذَا تَطَيَّرْتَ فَأَمُضِ".¹³⁷⁴

ثانياً: نوعا الحسد (السلي المذموم والإيجابي المحمود)

فالحسد المذموم هو كراهية رؤية النعمة على الغير وتمني زوالها.

أما الحسد المحمود فيسمى الغبطة وذلك بأن يتمنى الإنسان أن تكون له النعمة كما هي لغيره دون تمني زوالها، فهذا النوع ليس بمذموم خاصة إذا كانت الغبطة في أمر شرعي محمود، كأن يغبط إنسانا على ما آتاه الله من العلم فهو يعلمه للناس، وكذلك أن يغبط الغني الذي ينفق ماله في وجوه الخيرات فيرجو أن يكون له كما لغيره من الأغنياء ليصنع مثل صنيعهم، وهذا ما أشار إليه النبي (ص.س) في قوله: "لَا حَسَدَ إِلَّا فِي اثْنَتَيْنِ: رَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ مَالًا فَسَلِطَ عَلَى هَلَكَتِهِ فِي الْحَقِّ، وَرَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ الْحِكْمَةَ فَهُوَ يَقْضِي بِهَا وَيُعَلِّمُهَا".¹³⁷⁵

وأما الحسد المذموم فلقد كان أول خطيئة على وجه الأرض، عندما حسد قابيل أخاه هابيل، قال تعالى: ﴿وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقْبِلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ ﴿٢٧﴾﴾.¹³⁷⁶

¹³⁷⁴ الطبراني، المعجم الكبير، 3/ 3227. وقال الهيثمي: رواه الطبراني، وفيه إسماعيل بن قيس الأنصاري وهو ضعيف، مجمع الزوائد، 13046/8.

¹³⁷⁵ البخاري، الجامع الصحيح، 3 كتاب العلم، باب الإغْتِبَاتِ فِي الْعِلْمِ وَالْحِكْمَةِ، 1/ 25/ ح 73.

¹³⁷⁶ سورة المائدة: 27.

والحسد يثير الحقد والكراهية ويدفع الإنسان إلى تمني نزول الأذى بالمحسود تشفياً، كما قتل قابيل هابيل، وألقى إخوة يوسف أخاهم في البئر، وحسد إبليس اللعين آدم (ع.س) فكاد له المكيدة حتى كان سبباً في خروجه من الجنة.

ولخطورة الحسد أمرنا ربنا سبحانه أن نستعيز بالله منه كما في سورة الفلق: ﴿وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا

حَسَدَ ۝﴾.¹³⁷⁷

ثالثاً: علاج الحسد

للحسد علاج علمي فكري وأهم هذه الأفكار العلاجية:

- 1- معرفة أن الحسد خلق ذميم حذر منه الإسلام، وهو من أخلاق إبليس اللعين حيث حسد آدم (ع.س) فطرد من الجنة، وهو يحاول بوسوسته أن يزرع الحسد بين العباد.
- 2- أن يتفكر الإنسان بأن أصل هذه النعم من الله تعالى، فالحاسد يعترض على قسمة الله سبحانه، فهو سبحانه المعطي والمانع.

- 3- التفكير في نتائج الحسد وأضراره على الدين والدنيا، فهو يأكل الحسنات كما جاء في الحديث، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ (ص.س) قَالَ: "إِيَّاكُمْ وَالْحَسَدَ، فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْخَطْبَ. أَوْ قَالَ: الْعُشْبَ".¹³⁷⁸

¹³⁷⁷ سورة الفلق: 5.

¹³⁷⁸ أبو داود، سنن أبي داود، 40 كتاب الأدب، باب في الحسد، 276/4، ح 4903.

ابن ماجه، سنن ابن ماجه، 37 كتاب الزهد، باب الحسد، 2/1408/ح 4210.

الحديث روي بعدة أسانيد، بعضها حسن، العراقي، المغني عن حمل الأسفار في الأسفار، في تخريج ما في الإحياء من الأخبار، ص 56.

والْحَسَدُ يَأْكُلُ صِحَّةَ الْإِنْسَانِ كَمَا يَأْكُلُ حَسَنَاتِهِ، فَوْبَالَهُ يَعُودُ عَلَى صَاحِبِهِ كَمَا قَالَ الشَّاعِرُ:

لله در الحسد ما أعدله بدأ بصاحبه فقتله.

فالحسد يُؤجج انفعالات الغضب والهَم والحزن والغم ويُعكّر فكر الإنسان ليكون سببا في

الاضطرابات النفسِيَّة والجسمِيَّة.

4- إشغال الفكر في البحث عن عيوب النَّفس بدلاً من التشاغل بالغير، لأن تتبع أحوال الناس

وما هم فيه من نعيم كالمال والجاه والملك والولد... يفتح الباب لوسوسة الشيطان. فانشغال الإنسان

بعيوب نفسه يلهيه عن التفكير في أحوال غيره.

المطلب الرابع: سُوء الظَّن

وسُوء الظَّن هو الاتهام بغير دليل، ويسمى بالغيبة القلبية، ومنشؤه الأفكار السَّلبية نحو شخص،

فيؤل كلامه ويفسر أفعاله بشكل سلبي، وقد يسُوء ظن الإنسان بربه أو بنفسه.

وقد يكون سُوء الظَّن مبنيا على معلومات مغلوطة، لذلك قد يسيء الإنسان ظنه بشخص قبل

أن يتعرف عليه بسبب كلام سمعه عنه، فتكون الفكرة السيئة عن هذا الشخص قد بنيت في الفكر قبل

اللقاء به.

ويكون علاجه بتصحيح تلك الأفكار المغلوطة وعدم الاقتناع بها قبل التثبت والتبين. لذلك أمرنا

الله تعالى بحسن الظَّن بالناس واعتقاد البراءة الأصلية بهم، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا

كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ¹³⁷⁹﴾.

¹³⁷⁹ سورة الحجرات: 12.

فقد نهى الله تعالى عن ظن السوء بالمؤمنين، ولم يقل: الظن كله، إذ كان قد أذن للمؤمنين أن

يظن بعضهم ببعض الخير.¹³⁸⁰

وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِمِجَالَةٍ

فَتُصِيبُكُمْ عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ ﴿٦٦﴾﴾.¹³⁸¹

وفي الحديث عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ (ر.ض) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ص.س) قَالَ: "إِيَّاكُمْ وَالظَّنَّ، فَإِنَّ الظَّنَّ

أَكْذَبُ الْحَدِيثِ وَلَا تَحَسَّسُوا، وَلَا تَجَسَّسُوا، وَلَا تَنَافَسُوا، وَلَا تَحَاسَدُوا، وَلَا تَبَاغَضُوا، وَلَا تَدَابَرُوا، وَكُونُوا

عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا".¹³⁸²

ولو نظرنا إلى تقديم ذكر سوء الظن في هذا الحديث لعلمنا أنه يفضي إلى كثير من أبواب الشر،

كالتجسس والتنافس على الدنيا والتحاسد والتباغض... وقد ذكرت في الحديث، وختم (ص.س) بقوله:

"وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا"، فابتعاد التفكير عن سوء الظن السلي سيحل محله حسن الظن بالناس مما يؤدي

إلى زرع المحبة والأخوة بين المسلمين.

¹³⁸⁰ الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، 373/21.

¹³⁸¹ سورة الحجرات: 6.

¹³⁸² البخاري، الجامع الصحيح، 78 كتاب الأدب، باب { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا }،

19/8 ح/6066.

مسلم، المسند الصحيح، 48 كتاب البر والصلة والأدب، باب تحريم الظن، والتجسس...، 4/1985 ح/2563.

الخاتمة: أهم النتائج والتوصيات

أهم النتائج:

1- بعد البحث في نظريات التفكير الإيجابي تبين للباحث أن للتفكير أسلوبين هما: التفاؤل والتشاؤم، اللذين يفسران الوقائع والأحداث، أما الأسلوب المتفائل فيحافظ على إيجابية النظرة إلى الذات وتقديرها والثقة بقدراتها وإمكاناتها، وانطلاقاً من هذه النظرة الداخلية تكون التفسيرات للظروف والمواقف الخارجية، أي أن بناء التفكير الإيجابي ينطلق من بناء الذات الإيجابية. وهو الطريق لحقيق السعادة وتحمل أعباء الحياة.

فيمكن تلخيص نظريات التفكير الإيجابي بأنها تركز على أساسين: التفاؤل، وبناء الذات الإيجابية. ولو بحثنا في أحاديث النبي (ص.س) واستعرضنا حوادث السيرة لرأينا الكثير من الأدلة والشواهد التي تؤصل لهذه المعرفة، ولوجدنا في شخصية النبي (ص.س) منهجاً عملياً مليئاً بالتفاؤل في شتى مجالات الحياة. كما أننا نجد في سنته الشريفة قواعد متينة لبناء الذات والهوية الإيجابية للمسلم.

2- جميع الناس في هذه الدنيا مؤمنهم وكافرهم يبحثون عن السعادة المنشودة، هذه السعادة هي ثمرة التفكير الإيجابي. وتختلف فلسفة الحياة في تحقيق السعادة باختلاف العقيدة التي يدين بها الإنسان، فالمسلم لديه هدف سام يسعى إليه، وهو تحقيق دوره في هذه الحياة من أداء العبودية لله سبحانه، لذلك تكون برمجة تفكيره مبنية على تعاليم الإسلام، فمفهوم السعادة مرتبط بالعقيدة التي برمج المسلم تفكيره عليها فكل ما يأمر به الإسلام هو بالنسبة له أمر إيجابي يحقق له السعادة، وكل ما نهى عنه فهو أمر سلبي يسبب اقترافه الشقاء والتعاسة، وبقدر ما يسير على هذا المنهج بقدر ما يُحصّل السعادة في الدارين.

3- لقد حاول الإنسان قديماً وحديثاً أن يبحث في ماهية النَّفس ويكشف عن أسرارها، فسلكت أصحاب الفلسفة والديانات المنحرفة مسالك شتى وخاضوا في بحرها فلم يخرجوا إلا بمزيد من الغموض والتخبط والضياع. كما أن معظم مدارس علم النَّفس الغربية قديمها وحديثها قد ضلّت في تفسيرها للنفس الإنسانية بسبب نظرتها الجزئية في تفسير الإنسان. ومن أبرز ما يعيب هذه النظريات، إغفالها الجانب الرُّوحي في الإنسان والاهتمام بالجانب المادي، مما أدّى بهم إلى عدم الاهتمام إلى الطرق المثلى في العلاج النَّفسي.

أما عند المسلمين فالحديث عن النَّفس يستند إلى مرجع يلوذون إليه، ومنهج يستنبطون به، فالله سبحانه خلق الإنسان فأبدعه وبَيَّن له خفايا نفسه وحقيقتها، ثم رسم له منهجاً لتزكيتها واستقامتها، وذلك بما جاء في كتابه سبحانه أو على لسان نبيه (ص.س) فالحديث عن النَّفس ينبع من العقيدة التي يدين بها المسلم، فمن انحرف عن الفطرة السليمة تاه في الخرافات وضاع وتخط بين باطل الاعتقادات.

4- إن الشقاء الذي يعانيه الإنسان في هذه الحياة يكمن في ارتباط تفكيره بالقيم المادية، وطرق توفيرها، فإذا فقدّها أو لم يحصلها أثار ذلك لديه شعوراً بالحرمان، مما يورثه الحُزن والأمراض النَّفسية والشعور بالسلبية. فإذا أردنا أن يعيش الإنسان بسعادة فكرية ويتعد عن حياة الشقاء فعلينا أن نبني الإنسان بناءً روحياً.

فالعقيدة الإسلامية بما فيها من الإيمان بالقضاء والقدر هي الملاذ الوحيد لتخفيف الضغوطات أمام المصائب، وبناء الأفكار الإيجابية المتفائلة، والتحصن من الأفكار السلبية المتشائمة.

5- النَّفس المطمئنة من الناحية الطبية هي النَّفس الخالية من الضغط النَّفسي، الذي هو حالة من عدم التوازن وعدم الرضا، والناجم عن تعرض الفرد لانفعالات نفسية سيئة تتسم بالقلق والتوتر

والضيق مما يؤدي إلى التفكير السلبي المرهق في أحداث ومواقف وخبرات حياتية تعرّض لها في الماضي أو يعيشها في الحاضر أو يخشى حدوثها في المستقبل.

6- بعض علماء النفس اليوم قد اضطروا إلى الإقرار بكون الدين عاملاً مساعداً للصحة النفسية والجسدية، وذلك بعد أن تجاهلوه وقللوا من قيمته في الماضي، وهذه نقطة تحوّل مهمة في علم النفس، ولطالما أن الإنسان أصله من روح فإنه يلجأ أمام هذا التعطش الروحي للبحث عما يروي داخله، فكل إنسان ولد بهذا الشوق الباطني ولا يستطيع أن ينكره، فهو أضعف من أن يهرب من أصله الروحاني. وغاية علم التزكية عند المسلمين هي الوصول بالنفس إلى هذه المرحلة من السعادة والطمأنينة في دار الدنيا قبل الآخرة.

7- النفس هي منبع للأفكار والخواطر؛ فإن غلب خيرها شرها، واطمأنت إليه حتى صار لها خلقاً عرفت به، فهي النفس مطمئنة، وإن تأرجحت بين الحسنات والسيئات، ولكنها سرعان ما ترجع من الذنب إلى التوبة والاستغفار، فهي النفس اللّوامة، وإن غلب شرها خيرها، فهي النفس الأمّارة بالسوء. والنفس مطمئنة هي مصدر للأفكار الإيجابية، وإن كانت أمّارة بالسوء فهي نبع للأفكار السلبية، وإن كانت لوامة فهي تتقلب بين كلا الحالتين.

8- التزكية للنفس تُبعد التفكير عن الملقات السلبية، وترسم في أفقه الملفات الإيجابية. لذلك كان من المهم تزكية النفس بمنهج رباني، لتكون نبعا للأفكار الإيجابية المتوازنة، ولأن بناء النفس الإيجابية هو بناء للتفكير الإيجابي. وبذلك تعود فائدة التزكية على الذات أولاً قبل أن تكون أخلاقاً تبادلية في المجتمع.

9- إن الأمراض التي تكلم عنها علماء الشريعة في باب تركية النفس لها وثيقة الصلة بالأمراض النفسية التي يتكلم عنها علماء الطب الحديث، فمكان البحث واحد وهو النفس البشرية. بل إن علم التزكية يبحث عن الأسباب التي تؤدي إلى الأمراض النفسية فيعالج هذه الأسباب ليكون ذلك بمثابة وقاية من الوقوع فيها، فلقد جبلت النفس على حب الشهوات الفطرية من الغذاء والنكاح والتملك... وهي ما تسمى بالدوافع والغرائز، فيأتي علم التزكية لبناء التفكير الإيجابي حيال إشباع حاجات هذه النفس وفق منهج الشريعة المطهرة، بإعطاء النفس حقها ومنعها من التعدي فيه، فيكون التوازن في العطاء والمنع، من غير إفراط ولا تفريط.

10- يرى الباحث أن الوسواس القهري هو مرض نفسي يحتاج إلى علاج، ولكن لا نستطيع الجزم بعدم وجود تأثير للشيطان في هذا المرض، خاصة أننا نبحث في أمر غيبي نرى آثاره وندرسه من خلالها.

لذلك لا يستبعد الباحث أن يكون للشيطان دور في نشوء هذا المرض في بعض الحالات، وذلك عندما يرى قابلية في الإنسان للاسترسال مع تلك الوسواس، ولكن لا نستطيع أن نربط وجود هذا المرض بالشيطان دائماً، خاصة بعد أن ثبت بالدراسات الحديثة أثر العامل الوراثي في تهيئة الفرد للإصابة بالوسواس القهري، بل بالأمراض النفسية بشكل عام.

11- إن التصور الإسلامي للسلوك قائم على أساس تركية الدوافع السلوكية، وتغليب العقل الإيماني على الشهوة وذلك من خلال مبادئ ثلاثة:

المبدأ الأول: الإشباع بطريق مُباح

المبدأ الثاني: اختيار الوقت المناسب

المبدأ الثالث: التوازن في الإشباع من غير إسراف ولا تقتير، ومن غير كبت ولا جموح.

ونستطيع القول بأن أي عملية إشباع للدوافع خارجة عن مبادئ التَّركية الثلاث فإنها ستكون

سببا في هلاك الإنسان وضياعه وشقاوته بدلاً من أن تكون سببا في سعادته.

12- يرى الباحث أنَّه من الخطأ اعتبار العدوانية غريزة، بل هي مندرجة تحت مسمى (القابلية

الفِطْرِيَّة أو الاستعداد الفطري) وبهذا التفصيل نخرج من شبهة أن الإنسان مسيرٌ، لأننا إن قلنا بأنَّه مفطور

على العدوانية وحبِّ الشرِّ فهذا يعني أنه لا يملك الاختيار. فالإنسان فيه استعداد لكل من الخير والشرِّ،

ولا نستطيع أن نحكم عليه أنه شرير بفطرته وأنَّ العدوان متأصل فيه. وهنا يأتي دور العقل ليختار أحد

الطريقين وليكون الإنسان محاسباً على اختياره.

13- كما توصَّل الباحث إلى أن الدوافع التي فطر الله الإنسان عليها هي دوافع إيجابية من

حيث المبدأ، ولكنها تتحول إلى سلبية عند إعطاء النَّفس ما تريد دون ضوابط وحدود، فإن ذلك سيؤدي

بها إلى الانحراف والطُّغيان. وكلَّما زاد التعلق بالشَّهوات المادية حصل الحُزن بفواتها ويكون ذلك سبباً في

الاكتئاب والأمراض النَّفسيَّة والجَسديَّة، وفي الوقت ذاته فإن كبت دوافع النَّفس وحرمانها قد يؤدي بها

أيضاً لتلك الأمراض. فيأتي علم التَّركية لبناء التَّفكير الإيجابي حيال إشباع حاجات هذه النَّفس وفق منهج

متوازن، يُستقى من الوحي الإلهي.

14- هناك صراع مستمر بين دافع الرُّوح ودوافع الجسد، وتكون الغلبة لأكثرهما قوة، لأنه عند

تعارض الدوافع سيتجه الإنسان إلى الهدف الذي يكون الدافع إليه أقوى من غيره، وإذا تساوت القوى

وقع الإنسان في الحيرة والتردد، ويكون العلاج بتقوية دافع الإيمان وعندها تخضع له الدوافع الأخرى،

وكلما أحكم الإنسان السيطرة عليها كان ذلك دليلاً على قوة إيمانه.

15- من المهم أن نؤكد على نقطة جوهرية، وهي أنه لا يمكن الفصل بين البعد الروحي -

المتمثل بالعقيدة والعبادة - وبين البعد الفكري؛ فقد جعل الإسلام من العقيدة أساساً ينطلق منها الفكر ويكون مفاهيمه، فالعقيدة هي التي تحفظ الفكر من الانحراف والزلل، فتجعل الفكر يسلك الطرق الشرعية لإشباع غرائزه وتحقيق حوائجه ورغباته النفسية. إذاً أهم طريق لبناء التفكير الإيجابي هو أن يُبنى على العقيدة الإسلامية ذات المصدر الإلهي المتمثل بالكتاب والسنة. ثم إن الفكر هو الذي يمثل قاعدة الحركة، وعنه تنبثق أهداف الإنسان في الحياة فإذا كان هذا الفكر ينطلق من مبادئ اعتقادية إسلامية سليمة من الشبهات نتج عنه عبادة صحيحة وسليمة وسلوك مستقيم، وإن كان التفكير مبنيًا على اعتقاد باطل نتج عن ذلك عبادة باطلة وسلوك منحرف.

16- توجد في الإسلام مفاهيم العناية بالنفس ولكن منطلقاتها وأهدافها مختلفة عن علم النفس،

فعندما يتكلم علماء المسلمين عن النفس فإنهم ينطلقون من عقيدة يدينون بها ترسم لهم منهجاً متكاملًا وتعطيهم صورة واضحة عن الإنسان من البداية إلى النهاية. من أوجده، ولم أوجده، وإلى أين مصيره؟

وهذا فارق جوهري بين أن تكون العناية بالذات هدفاً وغاية بحد ذاتها، وبين أن تكون هذه العناية بالذات وسيلة للوصول إلى مرضاة الله تعالى، فالإسلام يعتبر إعطاء النفس حقها هو لون من ألوان العبادة، وعندما تنحرف هذه الدوافع عن مسراها الصحيح يصبح هدف الإنسان تحقيق اللذة والمتعة الجسدية، أي يصبح الدافع غاية في ذاته وليس وسيلة لحفظ الذات والنوع.

وبالرغم مما وصل إليه العلم من التقدم في أبحاث العلاج النفسي، إلا أنه لا يزال يقف عاجزاً أمام منهج الدين في تشخيصه وعلاجه للنفس البشرية. فما يقوم به أطباء النفس من علاجات آنية ومؤقتة، مثل العقاقير أو الإبر، أو الرياضة فهي سرعان ما يزول تأثيرها وقد يعود المريض أكثر خوفاً وقلقا وأرقاً في كثير من الحالات.

والباحث في كتاب الله تعالى وسنة رسوله (ص.س) يرى أنها حافلة بالحديث عن أمراض النفوس من حيث أسبابها وتشخيصها وعلاجها وطرق الوقاية منها، وذلك حتى تستقيم حياة الإنسان ويحظى بالسعادة في الدارين.

17- ليس في الإسلام ما يدعوا إلى كبت دوافع السُّلوك الفِطريَّة ومحوها بالكلية، وليس المطلوب أن يحرم الإنسان نفسه من هذه الشَّهَوَات، ولكن الدعوة إلى تنظيم إشباعها، والتحكم في توجيهها مع مراعات المصلحة الفردية والجماعية، فيكون العقل هو المتحكم والمسيطر، يوجهها التوجيه السليم، ولا يكون منقاداً وراءها. فإشباع هذه الدوافع لا بُدَّ له من ميزان قويم يحفظ للإنسان التوازن من غير انحراف، لأن هذه الشَّهَوَات إن استحكمت بالإنسان خرجت عن الفطرة السليمة لتصبح نزعات شهوانية سلبية تؤدي بصاحبها إلى الهلاك والشقاء في الدنيا قبل الآخرة. وإن تم تجاهلها واستقذارها ومحاربتها أدى ذلك لكبتها، فعندما يحتاج الإنسان إلى ما يُشبع حاجاته يصحب هذا الاحتياج حالة من الضيق والتوتر والقلق تدفع الإنسان للتفكير والبحث عن الوسائل المناسبة لتلبية متطلباته، فإن لم يجد بغيته تولدت عنده حالة سلبية من الاضطراب، فإذا أشبع تلك العَرَائِز من غير إفراط ولا تفريط شعر بالارتياح والسعادة والطمأنينة وأصبح في حالة إيجابية من المزاج والتفكير.

فالإسلام يرفض الكبت كما يرفض إعطاء النَّفس ما تريد دون قيود، ففي كلا الأمرين تطرف وانحراف عن ميزان الاعتدال الذي رسمه منهج الإسلام. فالحل الأمثل إنما هو التوازن بين الرُّوح والجسد، وذلك بإشباع الدوافع البدنية في الحدود الشرعية، وفي الوقت نفسه يقوم الإنسان بإشباع دوافعه الرُّوحية بأداء العبادات والطاعات تقرباً من الله تعالى. وبعبارة مختصرة فإن المطلوب حيال هذه الدوافع هو (الضبط) وليس (الكبت). أي ردها إلى الاعتدال الذي هو وسط بين الإفراط والتفريط.

أهم التوصيات:

1- نحن بحاجة إلى مزيد من الاهتمام بدراسة التراث الإسلامي، مبتدئين بالقرآن الكريم والحديث النبوي الشريف، ثم النظر في الدراسات النفسانية لدى الفلاسفة والمفكرين المسلمين، بهدف استيعاب المفاهيم النفسانية الإسلامية استيعاباً صحيحاً، يكون هادياً لنا في دراستنا النفسانية المعاصرة، وعوناً لنا في تكوين نظريّاتنا الخاصة عن الشّخصيّة الإنسانية، بحيث نجمع بين الحقائق التي وردت في القرآن والسُّنة وبين دقة البحث العلمي الأصيل.

2- من المهم أن تكون هناك أبحاث علمية توضح العلاقة بين علم النفس الحديث وبين تركيبة النفس في الإسلام، ليس هجوماً على علم النفس الحديث وإنما سعياً نحو توضيح المفاهيم النفسانية وإعطائها صبغة إسلامية، وتأصيلها تأصيلاً شرعياً، ليستفيد المعالج النفسي من أدبيات التّركيبة ويستفيد المركزي من نظريّات علم النفس.

3- يرى الباحث أنه لا بد من إعادة النظر في مفاهيم علم النفس الحديث التي نشأت وترعرعت في البلاد الغربية، والتي لا تدين بدين الإسلام، فهناك فارق جوهري يكمن في المبدأ الاعتقادي الذي تنبع منه التصورات والنظريّات، وبعد إعادة النظر في هذه المفاهيم يتم مناقشتها وإدخال التعديلات أو التغييرات عليها بحيث تصبح متوافقة مع المفاهيم الإسلامية، أو تكون على أقل تقدير غير متعارضة معها.

4- يُوصي الباحث بأنّ على مَنْ يدرس علم النفس، أن يُعَيِّر من وسائله وغاياته، وأن يُبدِّل نظريته المحدودة، ليصبح قادراً على الوصول إلى نتائج إيجابية تُفسّر سلوك الإنسان تفسيراً صادقاً وسليماً. والطريق الموصل لهذه النتائج إنما هو اتباع المنهج الإسلامي الذي يستقي مادته من آيات الله تعالى، أي أن نجعل علم النفس علماً إسلامياً.

5- يُوصي الباحث بالدعوة إلى دين الله تعالى عن طريق العلم، وإثبات أن ديننا الحنيف لم يترك لنا ما نحتاجه إلا وقد بيّنه، وجاء العلماء ليستنبطوا من الكتاب والسُّنة قواعد الاهتمام بالنفس الإنسانية وتحليلها وتشخيص أمراضها وعلاجها، وذلك قبل ظهور النظريات الغربية بقرون.

6- يُوصي الباحث بتكثيف البحوث العلمية من قبل الباحثين والمؤسسات البحثية المهمة بالدراسات النفسانية وربطها بالمسائل والمواضيع العقديّة للدين الإسلامي، وذلك من خلال البحث في الكتاب والسُّنة.

7- كما يُوصي الباحث بتأصيل الدراسات والأمراض النفسانية تأصيلاً إسلامياً، من حيث تشخيصها وبيان أسبابها وآثارها، ووسائل الوقاية والعلاج منها. وسيجد الباحث في كتب علماء المسلمين - كالإمام الغزالي - ما يثري بحثه بالتأصيل، وهذا ما يمكن أن نعبر عنه بمصطلح (علم النفس الإسلامي).

فهرس الآيات

م	الآية	اسم السورة ورقم الآية	الصفحة
1.	﴿أَعْلَمُوا أَنَّهَا الْحَيَوةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيْجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَمًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَوةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعٌ الْعُرُورِ ﴿٢٠﴾﴾	الحديد: 20	358
2.	﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾﴾	الفاتحة: 2	93
3.	﴿الَّذِي أَحَلَّنَا دَارَ الْمَقَامَةِ مِن فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا نَصَبٌ وَلَا يَمَسُّنَا فِيهَا لُغُوبٌ ﴿٣٥﴾﴾	فاطر: 35	391
4.	﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَوةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُورُ ﴿٢﴾﴾	الملك: 2	242
5.	﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾﴾	الرعد: 28	101، 253، 273
6.	﴿الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١١١﴾﴾	آل عمران: 191	373
7.	﴿الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينِ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٣٤﴾﴾	آل عمران: 134	103
8.	﴿الَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿٧٧﴾﴾	البقرة: 27	364
9.	﴿الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُمْ بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٣٨﴾﴾	البقرة: 268	289، 459
10.	﴿الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَنِيتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ﴿٧٧﴾﴾	آل عمران: 17	407
11.	﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ذَٰلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَن يَشَاءُ وَمَن يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن هَادٍ ﴿٢٣﴾﴾	الزمر: 23	276
12.	﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٥٢﴾﴾	الزمر: 42	202

116	الأحزاب: 10 - 11	﴿إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونًا ۚ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا ۝﴾	13
463	البقرة: 30	﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَن يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ۝﴾	14
200	ص: 71-72	﴿إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَلِيقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ ۝ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ۝﴾	15
98	التوبة: 40	﴿إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ ۝﴾	16
409	الفرقان: 24	﴿أَصْحَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَئِذٍ خَيْرٌ مُّسْتَقَرًّا وَأَحْسَنُ مَقِيلًا ۝﴾	17
276	النجم: 59-61	﴿أَفَمِن هَٰذَا الْحَدِيثِ تَعْجَبُونَ ۝ وَتَضْحَكُونَ وَلَا تَبْكُونَ ۝ وَأَنْتُمْ سَمِيدُونَ ۝ فَاسْجُدُوا لِلَّهِ وَاعْبُدُوا ۝﴾	18
98	يونس: 62-63	﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۝ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ ۝﴾	19
191	النساء: ٤٩	﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يَزْكُونَ أَنْفُسَهُمْ بَلِ اللَّهُ يُرَكِّي مَن يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًا ۝﴾	20
484	الزمر: 60	﴿أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِّلْمُتَكَبِّرِينَ ۝﴾	21
454	المطففين: 22-25	﴿إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ۝ عَلَى الْأَرَائِكِ يَنْظُرُونَ ۝ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ ۝ يُسْقَوْنَ مِنْ رَّحِيقٍ مَّخْتُومٍ ۝ خَتَمُهُ مِسْكٌ وَفِي ذَٰلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ ۝﴾	22
362	آل عمران: 19	﴿إِنَّ الَّذِينَ عِنْدَ اللَّهِ الْأَسْلَمُ﴾	23
338	الأعراف: 201	﴿إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ ۝﴾	24
92	فصلت: 30	﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ۝﴾	25
94 262	النساء: 48	﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَٰلِكَ لِمَن يَشَاءُ ۚ وَمَن يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ افْتَرَىٰ إِثْمًا عَظِيمًا ۝﴾	26
97	النحل: 128	﴿إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقَوْا وَالَّذِينَ هُمْ مُحْسِنُونَ ۝﴾	27
31	الرعد: 11	﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾	28

398	المزمل: 20	﴿إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنُصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَافُفَهُ مِنَ الَّذِينَ مَعَكَ وَاللَّهُ يُقَدِّرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ عَلِمَ أَنْ لَنْ تُحْصَوْهُ فَتَابَ عَلَيْكُمْ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾	29
373	البقرة: 164	﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ﴾	30
207	ق: ٣٧	﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَىٰ لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ﴾	31
484	غافر: 56	﴿إِنَّ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرًا مَا هُمْ بِبَالِغِيهِ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾	32
300	النساء: 76	﴿إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا﴾	33
364	الإسراء: 9	﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ﴾	34
464	المتحنة: 2	﴿إِنْ يَتَّقُوا اللَّهَ يَكُونُوا لَكُمْ أَعْدَاءً وَيَبْسُطُوا إِلَيْكُمْ أَيْدِيَهُمْ وَأَلْسِنَتَهُمُ بِالْإِسَاءِ وَوَدُّوا لَوْ تَكْفُرُونَ﴾	35
97	آل عمران: 140	﴿إِنْ يَمْسَسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مِثْلُهُ وَتِلْكَ الْأَيَّامُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَيَتَّخِذَ مِنْكُمْ شُهَدَاءَ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ﴾	36
471	الحجرات: 10	﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ﴾	37
250	المجادلة: 10	﴿إِنَّمَا التَّجَوُّىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزَنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾	38
457	التغابن: 15-16	﴿إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَأَسْمِعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا لِّأَنْفُسِكُمْ وَمَنْ يُوقْ شَحْ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾	39
364	الأنعام: 90	﴿أُولَٰئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهِدْيِهِمُ اقْتَدِهْ﴾	40
187	المائدة: 116	﴿تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ إِنَّكَ أَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ﴾	41
484	السجدة: 8	﴿ثُمَّ جَعَلْ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ مَّاءٍ مَهِينٍ﴾	42
180	البقرة: ٧٤	﴿ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً﴾	43
328	الحديد: 27	﴿ثُمَّ قَفَّيْنَا عَلَىٰ ءَاثَرِهِمْ بِرُسُلِنَا وَقَفَّيْنَا بِعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ وَءَاتَيْنَاهُ الْإِنْجِيلَ وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً وَرَهَابَانِيَّةً ابْتَدَعُوهَا مَا كَتَبْنَاهَا عَلَيْهِمْ إِلَّا ابْتِغَاءَ رِضْوَانِ اللَّهِ فَمَا رَعَوْهَا حَقَّ رِعَايَتِهَا فَآتَيْنَا الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْهُمْ أَجْرَهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ﴾	44

45	﴿ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَأَنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٥٣﴾﴾	الأنفال: 53	52
46	﴿رَبَّنَا لَا تُرِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ﴿٨﴾﴾	آل عمران: 8	206
47	﴿رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ ﴿٣٧﴾﴾	النور: 37	448
48	﴿زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَمِ وَالْخَرْبِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ ﴿١٤﴾﴾	آل عمران: 14	332 348 350
49	﴿سَابِقُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ ذَٰلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ ﴿٢١﴾﴾	الحديد: 21	98
50	﴿سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا ﴿٧﴾﴾	الطلاق: 7	102
51	﴿فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنْكُمْ مَّرْضَىٰ وَءَاخِرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَءَاخِرُونَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ ﴿٤٤﴾﴾	المزمل: 20	446
52	﴿فَأَنكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مِمَّنِّي وَتِلْكَ رُبُعٌ ﴿٣﴾﴾	النساء: 3	431
53	﴿فَأَخْرَجَ لَهُمْ عِجْلًا جَسَدًا لَهُ خُورٌ فَقَالُوا هَٰذَا إِلَهُكُمُ وَإِلَهُ مُوسَىٰ فَنَسِيَ ﴿٨٨﴾﴾	طه: 88	325
54	﴿فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴿٢١﴾﴾	الحجر: 29	200 367
55	﴿فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَب ﴿٨﴾﴾	الشرح: 7-8	101
56	﴿فَإِذَا فُضِّيتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٥٠﴾﴾	الجمعة: 10	446
57	﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتُ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾﴾	الروم: 30	-360 368
58	﴿فَإِنْ أَسْلَمُوا فَقَدِ اهْتَدَوْا وَإِنْ تَوَلَّوْا فَإِنَّمَا عَلَيْكَ الْبَلَاغُ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ ﴿٥٠﴾﴾	آل عمران: 20	363
59	﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾﴾	الشرح: 5-6	101
60	﴿فَبِعَنَتِ اللَّهِ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُورِي سَوَاءَ أَخِيهِ قَالَ يُؤْتِيكَ أَعْجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَٰذَا الْغُرَابِ فَأُورِيَ سَوَاءَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّدِيمِينَ ﴿٢١﴾﴾	المائدة: 31	231

209	النساء: 155	﴿فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ وَكُفْرِهِمْ بِآيَاتِ اللَّهِ وَقَتْلِهِمُ الْأَنْبِيَاءَ بَعِيرَ حَقِّ وَقَوْلِهِمْ قُلُوبُنَا غُلْفٌ بَلْ طَبَعَ اللَّهُ عَلَيْهَا بِكُفْرِهِمْ فَلَا يُؤْمِنُونَ إِلَّا قَلِيلًا﴾ ﴿١٥٥﴾	61
283	الأعراف: 93	﴿فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَاقَوْمُ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَتِ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ فَكَيْفَ آسَأُ عَلَى قَوْمٍ كَافِرِينَ﴾ ﴿٩٣﴾	62
-295 483	المائدة: 3	﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ ﴿٣﴾	63
385	طه: 117-119	﴿فَقُلْنَا يَتَّادُمُ إِنَّ هَذَا عَدُوٌّ لَكَ وَلِزَوْجِكَ فَلَا يُخْرِجَنَّكُمَا مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقَى ﴿١١٧﴾ إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَا وَلَا تَعْرَى ﴿١١٨﴾ وَأَنَّكَ لَا تَظْمَأُ فِيهَا وَلَا تَصْحَى ﴿١١٩﴾﴾	64
278	فاطر: 8	﴿فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسْرَتٍ﴾ ﴿٨﴾	65
171	النجم: 32	﴿فَلَا تُزَكُّوا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى﴾ ﴿٣٢﴾	66
268-98	البقرة: 38	﴿فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ ﴿٣٨﴾	67
278	الكهف: 6	﴿فَلَعَلَّكَ بَخْعُ نَفْسِكَ عَلَى آثَرِهِمْ إِنْ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَذَا الْحَدِيثِ أَسَفًا﴾ ﴿٦﴾	68
469	البقرة: 194	﴿فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا اعْتَدَى عَلَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ﴾ ﴿١٩٤﴾	69
-297 445	طه: 120	﴿فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَتَّادُمُ هَلْ أَذُكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى﴾ ﴿١٢٠﴾	70
267	يوسف: 86	﴿قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِي وَحْزَنِي إِلَى اللَّهِ وَاعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ ﴿٨٦﴾	71
491	الأعراف: 151	﴿قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِأَخِي وَأَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ ﴿١٥١﴾	72
119	الأعراف: 128	﴿قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ اسْتَعِينُوا بِاللَّهِ وَاصْبِرُوا إِنَّ الْأَرْضَ لِلَّهِ يُورِثُهَا مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ﴾ ﴿١٢٨﴾	73
95	الحجر: 56	﴿قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ﴾ ﴿٥٦﴾	74
231	الأعراف: 23	﴿قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ ﴿٢٣﴾	75
206	الحجرات: 14	﴿قَالَتِ الْأَعْرَابُ ءَامَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ﴾ ﴿١٤﴾	76
215	الأعلى: 14	﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى﴾ ﴿١٤﴾	77
-190 215	الشمس: 9-10	﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَزَقَهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّهَا﴾ ﴿١٠﴾	78
450	آل عمران: 26	﴿قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكُ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ ﴿٢٦﴾	79

383	آل عمران: 31	﴿قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿٣١﴾﴾	80
363	الإنعام: 71	﴿قُلْ إِنْ هَدَى اللَّهُ هُوَ الْهُدَىٰ وَأَمْرًا لِنُسْلِمَ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٧١﴾﴾	81
391	الأنعام: 145	﴿قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَىٰ طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهْلًا لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ ؕ﴾	82
434	النور: 30-31	﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَ لَهُمْ إِنْ أَلَّاهُ خَيْرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ﴾	83
361	التوبة: 51	﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾﴾	84
380	الكافرون	﴿قُلْ يَتَّخِذُهَا الْكَافِرُونَ ﴿١﴾ لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ ﴿٢﴾ وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ ﴿٣﴾ وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَا عَبَدْتُمْ ﴿٤﴾ وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ ﴿٥﴾ لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ ﴿٦﴾﴾	85
232-93	الزمر: 53	﴿قُلْ يَبْعَادَى الَّذِينَ اسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿٥٣﴾﴾	86
187	الأنعام: 54	﴿كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ ﴿٥٤﴾﴾	87
262-96	البقرة: 216	﴿كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كَرْهٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾﴾	88
315	الشعراء: 200	﴿كَذَلِكَ سَلَكَنَا فِي قُلُوبِ الْمُجْرِمِينَ ﴿٢٠٠﴾﴾	89
457	العلق: 6-7	﴿كَلَّا إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنَافٍ ﴿٦﴾ إِنَّ رَأْيَهُ اسْتَغْنَىٰ ﴿٧﴾﴾	90
-207 209	المطففين: 14	﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ﴿١٤﴾﴾	91
266	الحج: 22	﴿كُلَّمَا أَرَادُوا أَنْ يَخْرُجُوا مِنْهَا مِنْ غَمٍّ أُعِيدُوا فِيهَا وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ ﴿٢٢﴾﴾	92
191	البقرة: 151	﴿كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ ﴿١٥١﴾﴾	93
197	القائمة: 1-2	﴿لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَمَةِ ﴿١﴾ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾﴾	94
96	الطلاق: 1	﴿لَا تَذَرْنِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثَ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا ﴿١﴾﴾	95
475	النساء: 114	﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ﴿١١٤﴾﴾	96

95	فصلت: 49	﴿لَا يَسْمُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَسْأَلْ قَنُوطٌ﴾ ^(٩٥)	97
188	البقرة: 286	﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾	98
304	البلد: 4	﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ ^(٩٩)	99
383	الأحزاب: 21	﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾ ^(١٠٠)	100
233	الحديد: 23	﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾	101
-135 232 240	الحديد: 22-23	﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾ ^(١٠٢) لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ ^(١٠٣)	102
188	لقمان: 28	﴿مَا خَلَقْتُمْ وَلَا بَعَثْتُمْ إِلَّا كُنُفُسٍ وَاحِدَةً إِنْ اللَّهُ سَمِيعٌ بَصِيرٌ﴾ ^(١٠٤)	103
460	البقرة: 261	﴿مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَتَتْتِ سَبْعَ سَنَابِلٍ فِي كُلِّ سُنبُلَةٍ مِّائَةٌ حَبَّةٌ وَاللَّهُ يُضْعِفُ لِمَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَسِيعٌ عَلِيمٌ﴾ ^(١٠٥)	104
489	الفتح: 29	﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾	105
377	النساء: 143	﴿مُذَبِّذِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَلَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَمَن يُضِلِلِ اللَّهُ فَلَن تَجِدَ لَهُ سَبِيلًا﴾ ^(١٠٦)	106
325	النساء: 46	﴿مِنَ الَّذِينَ هَادُوا يُحَرِّفُونَ الْكَلِمَ عَنْ مَوَاضِعِهِ وَيَقُولُونَ سَمِعْنَا وَعَصَيْنَا وَأَسْمَعُ غَيْرَ مُسْمِعٍ وَرَاعِنَا لَيًّا بِأَلْسِنَتِهِمْ وَطَعْنَا فِي الدِّينِ﴾	107
-288 297	الناس: 4-6	﴿مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ﴾ ^(١٠٨) الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿مِنَ الْحِجَّةِ وَالنَّاسِ﴾ ^(١٠٩)	108
270-53	النحل: 97	﴿مَن ذَكَرَ أَوْ أَنْتَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ ^(١١٠)	109
415	الأعراف: 189	﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾	110
369	يونس: 22	﴿هُوَ الَّذِي يُسِيرُكُم فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّى إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرِينَ بِيَمِ بَرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِن أُنجِيتَنَا مِنْ هَٰذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ﴾ ^(١١١)	111
148	الحج: 78	﴿هُوَ سَمَّاكُمُ الْمُسْلِمِينَ مِن قَبْلُ﴾	112
351	القصص: 77	﴿وَأَبْتِغَ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾	113
496	المائدة: 27	﴿وَأَنزِلْ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَى آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقْبِلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ﴾ ^(١١٤)	114

189	الأعراف: 205	﴿وَأَذْكُر رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرَّعًا وَخِيفَةً﴾	115
99	النحل: 137	﴿وَأَصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِمَّا يَمْكُرُونَ﴾ (١٢٧)	116
101	الحجر: 99	﴿وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾ (٩١)	117
992	نوح: 12	﴿وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ﴾ (١٢)	118
99	الفرقان: 74	﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْ لَنَا لِمَتَّقِينَ﴾ إِمَامًا (٧٤)	119
448	التوبة: 34	﴿وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ﴾ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ (٣٤)	120
-103 498	آل عمران: 134	﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (١٣٤)	121
210	النساء: 27	﴿وَاللَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مَيْلًا﴾ عَظِيمًا (٢٧)	122
325	النساء: 161	﴿وَأَخْذِهِمُ الرِّبَا وَقَدْ نُهُوا عَنْهُ وَأَكْلِهِمْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ﴾	123
368	الأعراف: ١٧٢	﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ﴾ (١٧٢)	124
380	لقمان: 13	﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾ (١٣)	125
117	الأحزاب: 12	﴿وَإِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ مَا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ إِلَّا غُرُورًا﴾ (١٢)	126
279	النحل: 58	﴿وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنْثَى ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ﴾ (٥٨)	127
103	النساء: 86	﴿وَإِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوها إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ﴾ حَسِيبًا (٨٦)	128
372	البقرة: 170	﴿وَإِذْ قِيلَ لَهُمُ اتَّبِعُوا مَا أَنْزَلَ اللَّهُ قَالُوا بَلَى نَتَّبِعُ مَا أَلْفَيْنَا عَلَيْهِ آبَاءَنَا أَوَلَوْ﴾ كَانَ آبَاؤُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ (١٧٠)	129
362	الإسراء: 67	﴿وَإِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فِي الْبَحْرِ ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِلَهُهُ فَلَمَّا جَنَحَكُمْ إِلَى الْبَرِّ﴾ أَعْرَضْتُمْ وَكَانَ الْإِنْسَانُ كَفُورًا (٦٧)	130
96	هود: 114	﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفَا مِنْ أَلَيْلٍ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ﴾ ذِكْرٌ لِلذَّكِّرِينَ (١١٤)	131

438	العنكبوت: 45	﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿١٩﴾﴾	132
346	الرحمن: 9	﴿وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ ﴿١﴾﴾	133
190	المؤمنون: 4	﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ ﴿٥﴾﴾	134
152	الضحى: 11	﴿وَأَمَّا يَنْعَمَ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ﴿١١﴾﴾	135
189	النازعات: 40-41	﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٥٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴿٥١﴾﴾	136
299	الأعراف: 200	﴿وَأَمَّا يَنْزِعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٠٠﴾﴾	137
407	الذاريات: 18	﴿وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ ﴿١٨﴾﴾	138
445	الفجر: 20	﴿وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا ﴿٢٠﴾﴾	139
469-98	المائدة: 2	﴿وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ﴿٢﴾﴾	140
189	النمل: 14	﴿وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنْفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا فَانْظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ ﴿١٤﴾﴾	141
362	النمل: 24	﴿وَجَدْتَهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُونَ لِلشَّمْسِ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَرَبِّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَلَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ فَهُمْ لَا يَهْتَدُونَ ﴿٢٤﴾﴾	142
385	لإنسان: 12-13	﴿وَجَزَّيْنَهُمَا بِمَا صَبَرُوا جَنَّةً وَحَرِيرًا ﴿١٢﴾ مُتَّكِئِينَ فِيهَا عَلَى الْأَرَائِكِ لَا يَرَوْنَ فِيهَا شَمْسًا وَلَا زَمْهَرِيرًا ﴿١٣﴾﴾	143
208	الحديد: 27	﴿وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً ﴿٢٧﴾﴾	144
388	الأنعام: 120	﴿وَذَرُوا ظِلَهِرَ الْإِثْمِ وَبَاطِنَهُ إِنَّ الَّذِينَ يَكْسِبُونَ الْإِثْمَ سَيَجْزَوْنَ بِمَا كَانُوا يَفْقَرُونَ ﴿١٢٠﴾﴾	145
98	آل عمران: 133	﴿وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمُوتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣٣﴾﴾	146
430	النساء: 19	﴿وَعَايِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴿١٩﴾﴾	147
293	إبراهيم: 22	﴿وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِّن سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي ط فَلَا تُلْهُمُونِي وَلَوْ مَوْأ أَنفُسَكُمْ مَا أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا أَنْتُمْ بِمُصْرِخِي إِيَّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِن قَبْلُ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿٢٢﴾﴾	148
-212 372	الملك: 10	﴿وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴿١٠﴾﴾	149

209	البقرة: 88	﴿وَقَالُوا قُلُوبُنَا غُلْفٌ بَلْ لَعَنَهُمُ اللَّهُ بِكُفْرِهِمْ فَقَلِيلًا مَّا يُؤْمِنُونَ﴾ ^(٨٨)	150
209	فصلت: 5	﴿وَقَالُوا قُلُوبُنَا فِي أَكِنَّةٍ مِمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ وَفِيَ آذَانِنَا وَقْرٌ وَمِنْ بَيْنِنَا وَبَيْنِكَ حِجَابٌ فَأَعْمَلْ إِنَّا عَمِلُونَ﴾ ^(٩٠)	151
-409 411	الاسراء: 78	﴿وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا﴾ ^(٧٨)	152
194	سبا: 13	﴿وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ﴾ ^(١٣)	153
346	البقرة: 143	﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا﴾ ^(١٤٣)	154
292	القيامة: 2	﴿وَلَا أَقْسِمُ بِاللَّوَامَةِ﴾ ^(٢)	155
-267 277	الحجر: 88	﴿وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ﴾ ^(٨٨)	156
486	لقمان: 18	﴿وَلَا تُصْعِرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ ^(١٨)	157
372	الاسراء: 36	﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ ^(٣٦)	158
486	الاسراء: 37	﴿وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا﴾ ^(٣٧)	159
267-99 278	آل عمران: 139	﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُّؤْمِنِينَ﴾ ^(١٣٩)	160
274	التوبة: 92	﴿وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَا أَجِدُ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ﴾ ^(٩٢)	161
477	الحجرات: 12	﴿وَلَا يَغْتَبِ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ﴾ ^(١٢)	162
239	الأنعام: 42	﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِّن قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُم بِالْبَاسِ وَالضَّرَآءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ﴾ ^(٤٢)	163
424	الرعد: 38	﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلًا مِّن قَبْلِكَ وَجَعَلْنَا لَهُمْ أَزْوَاجًا وَذُرِّيَّةً وَمَا كَانَ لِرَسُولٍ أَنْ يَأْتِيَ بِآيَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٌ﴾ ^(٣٨)	164
189	ق: 16	﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَنَعَلَهُم مَّا تَوْسَّوْسُ بِهِ نَفْسَهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾ ^(١٦)	165
207	الأعراف: 179	﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾ ^(١٧٩)	166

211	110: الأنعام:	﴿وَنُقَلِّبُ أَفْعَدَتَهُمْ وَأَبْصَرَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَنَذَرُهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ ﴿١١٠﴾﴾	182
292	البلد: 10:	﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴿١٠﴾﴾	183
380	البقرة: 132	﴿وَوَصَّى بِهَا إِبْرَاهِيمُ بَنِيهِ وَيَعْقُوبُ يَبْنَئِ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَى لَكُمُ الدِّينَ فَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُمْ مُسْلِمُونَ ﴿١٣٢﴾﴾	184
187	آل عمران: 28	﴿وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ ۖ وَإِلَى اللَّهِ الْمَصِيرُ ﴿٢٨﴾﴾	185
392	الأعراف: 157	﴿وَيُجِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ ﴿١٥٧﴾﴾	186
364	النساء: 60:	﴿وَيُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُضِلَّهُمْ ضَلَالًا بَعِيدًا ﴿٦٠﴾﴾	187
178	الإسراء: 85	﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٨٥﴾﴾	188
198	الفجر: 27-30	﴿يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُظْمِئَةُ ﴿٧﴾ أَرْجَعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً ﴿٨﴾ فَأَدْخُلِي فِي عِبْدِي ﴿٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿١٠﴾﴾	189
498	الحجرات: 12	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ ﴿١٢﴾﴾	190
499-66	الحجرات: 6:	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهْلَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ ﴿٦﴾﴾	191
365	المائدة: 90	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْحُمُرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَأَجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٩٠﴾﴾	192
490	التوبة: 123	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قَتِلُوا الَّذِينَ يَلُونَكُمْ مِنَ الْكُفَّارِ وَلْيَجِدُوا فِيكُمْ غِلْظَةً وَعَلِّمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ ﴿١٢٣﴾﴾	193
434	النور: 27	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّىٰ تَسْتَأْذِنُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَىٰ أَهْلِهَا ذَٰلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿٢٧﴾﴾	194
352	المنافقون: 9	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُلْهَكُمُ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَٰلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿٩﴾﴾	195
476	الحجرات: 11	﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾﴾	196

197	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِيَسْتَعِذَّكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِّن قَبْلِ صَلَوةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِّنَ الظَّهِيرَةِ وَمِن بَعْدِ صَلَوةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَّكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَھُنَّ طَوْفُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿٥٨﴾﴾	النور: 58	-404 437
198	﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَلًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿٦٨﴾﴾	البقرة: 168	392
199	﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَمَأْوَهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ ﴿٩﴾﴾	التحریم: 9	490
200	﴿يَبْنَئِ عَادَمُ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾﴾	الأعراف: 31	-342 452
201	﴿يَبْنَئِ أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِن يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾﴾	يوسف: 87	94
202	﴿يَبْنَئِ إِنَّهَا إِن تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ ﴿٦٦﴾﴾	لقمان: 16	380
203	﴿يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ﴿٨٨﴾ إِلَّا مَنَ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴿٨٩﴾﴾	الشعراء: ٨٨- 89	209
204	﴿يَوْمَ يَأْتِ لَا تَكَلَّمُ نَفْسٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ فَمِنْهُمْ سُعَىٰ وَسَعِيدٌ ﴿١٠٥﴾﴾	هود: 105	56

فهرس الأحاديث

رقم	طرف الحديث ومكان الشاهد منه	الراوي من الصحابة	مصدر الحديث	درجة الحديث	دلالة الحديث	ص
1.	أَتَاكُمْ أَهْلُ الْيَمَنِ، لَهُمْ أَلْيُّ قُلُوبًا وَأَرْقُ أَفْئِدَةً	أبو هريرة	مسلم		القلب محل العواطف	208
2.	أَتَذَرُونَ مَا الْغَيْبَةُ؟" قَالُوا: اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ	أبو هريرة	مسلم		تعريف الغيبة	477
3.	أَتَذَرُونَ مَا الْمُفْلِسُ؟" قَالُوا: الْمُفْلِسُ فِينَا مَنْ لَا دِزْهَمَ لَهُ وَلَا مَتَاعَ، فَقَالَ: "إِنَّ الْمُفْلِسَ مِنْ أَمْتِي يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِصَلَاةٍ، وَصِيَامٍ، وَزَكَاةٍ، وَيَأْتِي قَدْ شَتَمَ هَذَا، وَقَذَفَ هَذَا	أبو هريرة	مسلم		الوعيد لمن يعتدي على المسلم، بأي نوع من أنواع الاعتداء، بالخسران والإفلاس يوم الحساب	471
4.	أَتَشْتَهِي شَيْئًا؟ أَتَشْتَهِي كَعْكًا؟ قَالَ: نَعَمْ، فَطَلَبُوا لَهُ	ابن عباس أنس	ابن ماجه	ضعيف	الإنسان يشتهي ما يحتاجه الجسم	387
5.	اتَّقُوا الظُّلْمَ، فَإِنَّ الظُّلْمَ ظُلُمَاتٌ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَاتَّقُوا الشُّحَّ، فَإِنَّ الشُّحَّ أَهْلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ	جابر	مسلم		طُغيان حُبِّ المال يورث البخل والحرص على جمعه والطمع بالمزيد	457
6.	أَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ (ع.س) وَأَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ، وَكَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ وَيَقُومُ ثُلُثَهُ، وَيَنَامُ سُدُسَهُ	عبد الله بن عمرو	البخاري مسلم		الحث على نوم النصف وقيام الثلث ونوم السدس من الليل	408
7.	أَحْسَنُهَا الْفَأَلُ وَلَا تَزِدْ مُسْلِمًا	عروة بن عامر	أبو داود	ضعيف	أحسن الطيرة هي الفأل	131
8.	أَخَذَ الرَّايَةَ زَيْدٌ فَأُصِيبَ، ثُمَّ أَخَذَهَا جَعْفَرٌ فَأُصِيبَ، ثُمَّ أَخَذَهَا	أنس	البخاري		الحزن الممود على فقد الأصحاب	284
9.	أَخَذْنَا فَأَلَكُ مِنْ فَيْكٍ	أبو هريرة	أحمد أبو داود	حسن	حبه (ص.س) سماع الفأل من فم الرجل	105
10.	أَخَفُ النِّسَاءِ صَدَاقًا أَعْظَمُهُنَّ بَرَكَةً	عائشة	الطبراني في الأوسط	ضعيف	أرشاد النبي (ص.س) إلى تيسير المهر وعدم المغالاة فيه	428
11.	إِذَا أَخَذَكُمْ أَعْجَبَتْهُ الْمَرْأَةُ، فَوَقَعَتْ فِي قَلْبِهِ، فَلْيَعْمِدْ إِلَى امْرَأَتِهِ فَلْيُوقِعْهَا، فَإِنَّ ذَلِكَ يَزِدُّ مَا فِي نَفْسِهِ	جابر	مسلم		الحث على إخماد الشهوة عندما تستثار بالطريق الحلال	418
12.	إِذَا أَوَى أَحَدُكُمْ إِلَى فِرَاشِهِ فَلْيَنْفُضْ فِرَاشَهُ بِدَاخِلَةِ إِزَارِهِ... إِنْ أَمْسَكَتْ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلَتْهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا حَفِظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ	أبو هريرة	البخاري مسلم		الروح بمعنى النفس	203

108	استبشاره (ص.س) باسم عمّاله	حسن	البرار الطبراني في الأوسط	أبو هريرة	إِذَا بَعَثْتُمْ إِلَى رَجُلًا فَأَبْعَثُوا حَسَنَ الْوَجْهِ حَسَنَ الْإِسْمِ	13.
428	انتقاء الزوج صاحب الدين والخلق	حسن غريب	الترمذي	أبو حاتم المزني	إِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ دِينَهُ وَخُلُقَهُ فَأَنْكِحُوهُ،	14.
438	أباح الإسلام النظر للمخطوبة بنية الزّواج، لما في ذلك من مصلحة للطرفين	صحيح	أبو داود	جابر	إِذَا خَطَبَ أَحَدُكُمْ الْمَرْأَةَ، فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنْظُرَ إِلَى مَا يَدْعُوهُ إِلَى نِكَاحِهَا فَلْيَفْعَلْ	15.
416	المعصية تنافي كمال الإيمان	صحيح	الترمذي الحاكم	أبو هريرة	إِذَا زَنَى الْعَبْدُ خَرَجَ مِنْهُ الْإِيمَانُ فَكَانَ فَوْقَ رَأْسِهِ كَالظِّلَّةِ	16.
111	تفاؤل النبي (ص.س) بالرؤى	حسن	الدارمي	عائشة	إِذَا عَزَبْتُمْ لِلْمُسْلِمِ الرُّؤْيَا فَأَعْبُرُوهَا عَلَى الْحَيَرِ	17.
306	أثر الوراثة في انتقال خصائص المولود		مسلم	عائشة	إِذَا عَلَا مَاءُهَا مَاءَ الرَّجُلِ، أَشَبَّهَ الْوَلَدُ أَحْوَالَهُ، وَإِذَا عَلَا مَاءَ الرَّجُلِ مَاءَهَا أَشَبَّهَ أَعْمَامَهُ	18.
493	من علاج الغضب تغيير الحالة التي يكون عليها الغضبان	صحيح	أحمد أبو داود ابن حبان	أبو ذر	إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ دَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ	19.
248	صلاة ودعاء الاستخارة علاج لحالة القلق		البخاري	جابر	إِذَا هَمَّ أَحَدُكُمْ بِالْأَمْرِ، فَلْيَتَوَكَّعْ رَكَعَتَيْنِ مِنْ غَيْرِ الْفَرِيضَةِ	20.
295	مجرد خاطر الشؤء دون عزم على الفعل لا يقتضي المحاسبة		مسلم	أبو هريرة	إِذَا هَمَّ عَبْدِي بِسَيِّئَةٍ فَلَا تَكْتُبُوهَا عَلَيْهِ (حديث قدسي)	21.
415	المرأة الصالحة من أسباب السعادة والنعيم في الدنيا	صحيح	ابن حبان	عن سعد بن أبي وقاص	أَنْبَغُ مِنَ السَّعَادَةِ: الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ، وَالْمَسْكَنُ الْوَاسِعُ، وَالْجَارُ الصَّالِحُ، وَالْمَرْكَبُ الْهَيِّئُ	22.
143	اختلاف الطبائع سبب في النفرة		البخاري مسلم	أبو هريرة	الْأَرْوَاحُ جُنُودٌ مُجَنَّدَةٌ فَمَا تَعَارَفَ مِنْهَا اِئْتَلَفَ، وَمَا تَنَافَرَ مِنْهَا اخْتَلَفَ	23.
191	الغاية من علم التزكية الوصول لمرتبة الإحسان		مسلم	عمر	الْإِسْلَامُ أَنْ تَشْهَدَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنْ مُحَمَّدًا رَسُولَ اللَّهِ... قَالَ: فَأَخْبِرْنِي عَنِ الْإِحْسَانِ، قَالَ: أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ..	24.
378	الحرص على ردّ الأولاد إلى فطرتهم الأولى		البخاري	أنس	أَسْلِمُ، فَنَظَرَ إِلَى أَبِيهِ وَهُوَ عِنْدَهُ فَقَالَ لَهُ: أَطْعِ أَبَا الْقَاسِمِ	25.
435	التَّهْي عن النظر للنساء	صحيح	أحمد أبو داود	جرير	اصْرِفْ بَصْرَكَ	26.
453	تحذير النبي (ص.س) من التَّنَافس على الدنيا		البخاري مسلم	عمرو بن عوف المزني	أُظُنُّكُمْ قَدْ سَمِعْتُمْ أَنَّ أَبَا عُبَيْدَةَ قَدْ جَاءَ بِشَيْءٍ... وَلَكِنْ أَخَشَى عَلَيْكُمْ أَنْ تُبْسِطَ عَلَيْكُمْ الدُّنْيَا كَمَا بُسِطَتْ عَلَى مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ، فَتَنَافَسُوهَا	27.

28.	اعْتَنِمْ حَسَنًا قَبْلَ حَسَنِ	ابن عباس	ابن أبي الدنيا/ الحاكم	حسن	من الصِّفات الإيجابية اغتنام الأوقات	101
29.	أَقَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَقَتْلَتُهُ؟... أَقَالَ شَقَّقْتُ عَنْ قَلْبِهِ حَتَّى تَعْلَمَ أَقَالَهَا أَمْ لَا	أسامة بن زيد		مسلم	القلب هو مقر العقيدة	207
30.	اخْأَكُ لَنَا اللَّيْلُ... فَقَالَ يَلَالُ: أَخَذَ بِنَفْسِي الَّذِي أَخَذَ - يَا بِي أَنْتَ وَأُمِّي يَا رَسُولَ اللَّهِ - بِنَفْسِكَ	أبو هريرة	مسلم		الروح بمعنى النفس	202
31.	أَلَا تُبَايِعُونَ رَسُولَ اللَّهِ... - وَلَا تَسْأَلُوا النَّاسَ شَيْئًا	عَوْفُ بْنُ مَالِكٍ	مسلم		الاعتماد على النفس	158
32.	أَلَمْ أُخْبِرْ أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ، وَتَقُومُ الَّيْلَ...؟ فَلَا تَفْعَلْ صُمْ وَأَقِطْ، وَثُمَّ وَثُمَّ، فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرِزْجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرِزْوَرِكَ عَلَيْكَ حَقًّا	عبد الله بن عمرو	البخاري مسلم		الاعتدال في العبادة	352
33.	أَلَمْ تَرَوْا الْإِنْسَانَ إِذَا مَاتَ شَخْصَ بَصَرُهُ؟ قَالُوا: بَلَى، قَالَ: "فَذَلِكَ حِينَ يَتْبَعُ بَصَرُهُ نَفْسَهُ	أبو هريرة	مسلم		الروح بمعنى النفس	201
34.	امْلِكْ عَلَيْكَ لِسَانَكَ، وَلَيْسَعَكَ بَيْتُكَ، وَإِنَّكَ عَلَى خَطِيئَتِكَ	عقبة بن عامر	الترمذي	حسن	الحث على الحزن الإيجابي	272
35.	إِنَّ أَتْفَاكُمُ وَأَعْلَمَكُمُ بِاللَّهِ أَنَا	عائشة	البخاري		كَانَ (ص.س) إِذَا أَمَرَهُمْ، أَمَرَهُمْ مِنْ الْأَعْمَالِ بِمَا يُطِيعُونَ	354
36.	إِنَّ أَخَوْفَ مَا أَخَافُ عَلَى أُمَّتِي عَمَلُ قَوْمٍ لُوطٍ	جابر	أحمد الترمذي	حسن غريب	الجنسية المثلية عدها النبي (ص.س) من كبائر الذنوب	420
37.	إِنَّ أَكْثَرَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمْ مَا يُخْرِجُ اللَّهُ لَكُمْ مِنْ بَرَكَاتِ الْأَرْضِ	أبو سعيد الخدري	البخاري مسلم		تحذير النبي (ص.س) من التناقص على الدنيا	453
38.	إِنَّ الدُّنْيَا حُلُوهٌ حَضِرَةٌ، وَإِنَّ اللَّهَ مُسْتَحْلِلُكُمْ فِيهَا، فَيَنْظُرُ كَيْفَ تَعْمَلُونَ، فَاتَّقُوا الدُّنْيَا وَاتَّقُوا الْيَسَاءَ فَإِنَّ أَوَّلَ فِتْنَةٍ بَنَى إِسْرَائِيلَ كَانَتْ فِي الْيَسَاءِ	أبو سعيد الخدري	مسلم		التحذير من الافتتان بالدنيا والنساء كما فعل بنو إسرائيل	326
39.	إِنَّ الدَّيْنَ يُسْرٌ، وَلَنْ يُشَادَّ الدَّيْنَ أَحَدٌ إِلَّا غَلَبَهُ، فَسَادُّوْا وَقَارِبُوا	أبو هريرة	البخاري		التَّهْي عن التشدد في الدين، والأمر بالتوسط	353
40.	إِنَّ الرُّقَى، وَالتَّمَائِمَ، وَالتَّوَلَّهَ شِرْكَ	زينب امرأة عبد الله	أحمد أبو داود ابن ماجه	صحيح لغيره	التَّهْي عن الرُّقَى، وَالتَّمَائِمَ، وَالتَّوَلَّهَ	128
41.	إِنَّ الزُّهْبَانِيَّةَ لَمْ تُكْتَبْ عَلَيْنَا، أَفَمَا لَكَ فِيَّ أُسُوءَ، فَوَاللَّهِ إِنِّي أَخْشَاكُمُ لِلَّهِ، وَأَخْفَظُكُمْ لِحُدُودِهِ	عائشة	أحمد	صحيح	التَّهْي عن كبت الدوافع	345

298	ذَكَرَ اللهُ تعالى علاج لوساوس الشَّيْطَانِ	ضعيف	أبو يعلى ابن شاهين البيهقي في الشعب	أنس	إِنَّ الشَّيْطَانَ وَاضِعٌ حَظْمَهُ عَلَى قَلْبِ ابْنِ آدَمَ، فَإِنْ ذَكَرَ اللهُ حَسَنَ	42.
295	البكاء المباح على فقد الولد		البخاري مسلم	أنس	إِنَّ الْعَيْنَ تَذْمَعُ، وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا تَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ	43.
493	علاج الغَضَبِ بالماء كمحسوس مادي يطفى حرارة ولهيب الغَضَبِ	ضعيف	أحمد أبو داود	عن عطية بن عروة السعدي	إِنَّ الْعَصَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خَلَقَ مِنَ النَّارِ، وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ	44.
174	جواز مدح الذَّاتِ دون إعجاب، لبيان فضل الله تعالى		مسلم	أبو هريرة	إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَىٰ كِبَانَةَ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ... وَاصْطَفَانِي مِنْ بَنِي هَاشِمٍ، فَأَنَا سَيِّدُ وَلَدِ آدَمَ وَلَا فَحْرَ	45.
295	حديث النَّفس من أنواع الوسوس		البخاري مسلم	أبو هريرة	إِنَّ اللَّهَ تَجَاوَزَ عَنْ أَمَّتِي مَا حَدَّثْتُ بِهِ أَنْفُسَهَا، مَا لَمْ تَعْمَلْ أَوْ تَتَكَلَّمْ	46.
119	التَّفَاوُلُ بالنصر للأمة		مسلم	ثوبان	إِنَّ اللَّهَ رَوَى لِي الْأَرْضَ، فَرَأَيْتُ مَشَارِقَهَا وَمَغَارِبَهَا وَإِنَّ أَمَّتِي سَيَبْلُغُ مُلْكُهَا مَا رَوَى لِي مِنْهَا	47.
439	تحريم الوسائل والمقدمات المفضية للزنا		البخاري مسلم	أبو هريرة	إِنَّ اللَّهَ كَتَبَ عَلَى ابْنِ آدَمَ حَظَّهُ مِنَ الزَّانَا، أَذْرَكَ ذَلِكَ لَا مَحَالَةَ، فَرِنَا الْعَيْنَ النَّظْرَ، وَزِنَا اللِّسَانَ الْمُنْطِقَ، وَالنَّفْسَ مَتًى وَتَشْتَهِي، وَالْفَرْجَ يُصَدِّقُ	48.
405	الرفق بالنَّفس التي يُخْشَى منها السَّامة	حسن	الطبراني في الكبير	عِمْرَانُ بْنُ حُصَيْنٍ	إِنْ اللَّهَ لَا يَمَلُ حَتَّى تَمْلُوا	49.
395	الحث على شكر النعم		مسلم	أنس	إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيُحْمَدَهُ عَلَيْهَا أَوْ يَشْرِبَ الشَّرْبَةَ فَيُحْمَدَهُ عَلَيْهَا	50.
339	إشباع دافع الجنس عند الإثارة لا بد أن يكون بطريق حلال	صحيح لغيره	أحمد أبو داود	جابر	إِنَّ الْمَرْأَةَ تُقْبَلُ فِي صُورَةِ شَيْطَانٍ، فَمَنْ وَجَدَ مِنْ ذَلِكَ شَيْئًا فَلْيَأْتِ أَهْلَهُ	51.
203	الرُّوح بمعنى النَّفس	صحيح	أحمد ابن ماجه	أبو هريرة	إِنَّ الْمَيِّتَ تَحْضُرُهُ الْمَلَائِكَةُ، فَإِذَا كَانَ الرَّجُلُ الصَّالِحَ، قَالُوا: اخْرُجِي أَيُّهَا النَّفْسُ الطَّيِّبَةُ، كَانَتْ فِي الْجَسَدِ الطَّيِّبِ	52.
434	حديث قدسي يصف النظرة المحرمة أنها سهم من سهام إبليس اللعين لما تحمله من سموم فكرية ونفسية	ضعيف	الطبراني في الكبير	ابن مسعود	إِنَّ النَّظْرَةَ سَهْمٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ مَسْمُومٌ، مَنْ تَرَكَهَا تَخَافِي أَبْدَلْتُهُ إِيمَانًا يَجِدُ خَلَاوَتَهُ فِي قَلْبِهِ (حديث قدسي)	53.
381	ترسيخ الإيمان في نفوس الغلام	حسن صحيح	أحمد الترمذي	عبادة بن الصامت	إِنَّ أَوَّلَ مَا خَلَقَ اللهُ الْقَلَمَ، ثُمَّ قَالَ: احْتَبْ فَجَرَى فِي تِلْكَ السَّاعَةِ بِمَا هُوَ كَائِنٌ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ	54.

176	توظيف الطاقات واستثمار القدرات		البخاري مسلم	ابن عمر	55. إِنَّ تَطَعْتُمْ فِي إِمَارَتِهِ - يُرِيدُ أُسَامَةَ بْنَ زَيْدٍ - فَقَدْ طَعَنْتُمْ فِي أَمَارَةِ أَبِيهِ مِنْ قَبْلِهِ، وَإِنَّمَا اللَّهُ إِنْ كَانَ خَلِيفًا لَهَا
339	إشباع دافع التملك يجب أن يكون بطريق الحلال		البخاري	خَوْلَةَ الْأَنْصَارِيَّةِ	56. إِنَّ رِجَالًا يَتَحَوَّضُونَ فِي مَالِ اللَّهِ بِغَيْرِ حَقٍّ، فَلَهُمُ النَّارُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ
172	تعزيز الصفات الإيجابية		مسلم	ابن عباس	57. إِنَّ فِيكَ لَخَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ: الْحِلْمُ وَالْأَنَاءُ
122	بث روح الأمل والحث على العمل	حسن	أحمد	أنس	58. إِنْ قَامَتْ عَلَى أَحَدِكُمُ الْقِيَامَةُ، وَفِي يَدِهِ فَسِيلَةٌ فَلْيَغْرِسْهَا
290	الخاطر إما إلهام وإما وسوسة وفي الإنسان استعداد فطري لاختيار أحد طريقي الخير أو الشر	حسن غريب	الترمذي	ابن مسعود	59. إِنَّ لِلشَّيْطَانِ لَمَمَةً بَابْنِ آدَمَ وَلِلْمَلِكِ لَمَمَةٌ فَأَمَّا لَمَمَةُ الشَّيْطَانِ فَاِبْعَادُ بِالْشَّرِّ وَتَكْذِيبُ بِالْحَقِّ
296	للشيطان أثر في وسوسة العبادات	ضعيف	الترمذي	أبي بن كعب	60. إِنَّ لِلزُّمُوءِ شَيْطَانًا، يُقَالُ لَهُ: الْوَلْهَانُ، فَاتَّقُوا وَسْوَاسَ الْمَاءِ
274	من الحزن المحمود التحزن عند تلاوة القرآن	ضعيف	ابن ماجه	سعد بن أبي وقاص	61. إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ نَزَلَ بِحُزْنٍ، فَإِذَا قَرَأْتُمُوهُ فَابْكُوا
120	من التفاؤل حسن الظن بالله تعالى		البخاري مسلم	أبو هريرة	62. أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي (حديث قدسي)
386	وجوب إعطاء الجسد حقه، التهي عن الرهبانية والتصريح بأن ترك الزواج بحجة التبعيد هو مخالف للسنة		البخاري مسلم	انس	63. أَنْتُمْ الَّذِينَ قُلْتُمْ كَذًّا وَكَذًّا، أَمَّا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَخْشَاكُمْ لِلَّهِ وَأَتَّقَاكُمْ لَهُ، لَكِنِّي أَصُومُ وَأُفْطِرُ
125	عدم الاستسلام للطيرة	ضعيف	أحمد	الفضل بن عباس	64. إِنَّمَا الطَّيْرَةُ مَا أَمَضَاكَ أَوْ رَدَّكَ
284	مشروعية الحزن المحمود على فقد الأصحاب		البخاري	أنس	65. أَنَّهُ قَتَتْ شَهْرًا بَعْدَ الرُّكُوعِ، يَدْعُو عَلَى أَحْيَاءٍ مِنْ بَنِي سُلَيْمٍ
359	إخبار من الله تعالى بأنه فطر عباده على التوحيد		مسلم	عياض بن حمار	66. إِنِّي خَلَقْتُ عِبَادِي خُنَفَاءَ كُلُّهُمْ، وَإِنَّهُمْ أَتَتْهُمْ الشَّيَاطِينُ فَاجْتَالَتْهُمْ عَنْ دِينِهِمْ
493	من علاج الغضب الاستعاذة بالله تعالى من الشيطان الذي هو مصدر تأجيج الغضب		البخاري مسلم	سُلَيْمَانَ بْنِ صُرَيْدٍ	67. إِنِّي لَأَعْلَمُ كَلِمَةً، لَوْ قَالَهَا لَذَهَبَ عَنْهُ الَّذِي يَجِدُ" فَانْطَلَقَ إِلَيْهِ الرَّجُلُ فَأَخْبَرَهُ... وَقَالَ: "تَعَوَّذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ"
439	التهي عن الاختلاط ففيه منزلق للقوع في الفاحشة	حسن صحيح غريب	الترمذي	عمر	68. أَوْصِيَكُمْ بِأَصْحَابِي ثُمَّ الَّذِينَ يُلَوِّمُهُمْ... أَلَا لَا يَخْلَوْنَ رَجُلٌ بامرأةٍ إِلَّا كَانَ ثَالِثُهُمَا الشَّيْطَانُ
194	إشباع الغريزة بالطرق الشرعية فيه أجر		مسلم	أبو ذر	69. أُولَئِكَ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ مَا تَصَدَّقُونَ... وَفِي بُضْعٍ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ
496	من علاج الحسد التفكير في نتائجه وأضراره على الدين والدنيا	حسن	أبو داود ابن ماجه	أبو هريرة	70. إِيَّاكُمْ وَالْحَسَدَ، فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْخُطْبَ - أَوْ قَالَ: الْعُشْبَ

440	التحذير من أقارب زوج المرأة كأبيه وعمه وأخيه وابن أخيه ونحوهم		البخاري مسلم	عُقْبَةُ بْنُ غَامِرٍ	إِيَّاكُمْ وَالذُّخُولَ عَلَى النِّسَاءِ " فَقَالَ رَجُلٌ مِنَ الْأَنْصَارِ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَفَرَأَيْتَ الْحَمْمُو؟ قَالَ: " الْحَمْمُو الْمَوْتُ	71.
434	النَّهْيُ عَنْ خُرُوجِ الْمَرْأَةِ مُسْتَطَعِرَةً حَتَّى لَا تَفْتِنَ الرِّجَالَ بِعَطْرِهَا	حسن صحيح	أبو داود النسائي الترمذي	أبو موسى الأشعري	أَيُّمَا امْرَأَةً اسْتَطَعَرْتَ فَمَرْتَ عَلَى قَوْمٍ لِيَجِدُوا مِنْ رِيحِهَا فِيهِ زَانِيَةٌ	72.
150	أَقْلُ الْإِيجَابِيَّةِ مِنَ الْمُسْلِمِ كَفِ الْأَذَى		مسلم	أبو ذر	الْإِيمَانُ بِاللَّهِ وَالْجِهَادُ فِي سَبِيلِهِ... قَالَ: "تَكْفُ شَرِّكَ عَنِ النَّاسِ فَإِنَّهَا صَدَقَةٌ مِنْكَ عَلَى نَفْسِكَ"	73.
170	تَغْيِيرُ النَّبِيِّ (ص.س) لِلأَسْمِ الْقَبِيحِ إِلَى حَسَنِ تَفَاوُلًا		البخاري مسلم	سهيل	أَتَيْنَ الصَّبِيَّ؟... قَالَ: "مَا اسْمُهُ" قَالَ: فُلَانٌ، قَالَ: "وَلَكِنْ أَسْمُهُ الْمُنْدَرُ"	74.
338	الأمر بالكسب الطيب		مسلم	أبو هريرة	أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا، وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ	75.
117	التَّفَاوُلُ بِالنَّصْرِ فِي غَزْوَةِ الْخَنْدَقِ	حسن	أحمد	البراء بن عازب	بِسْمِ اللَّهِ فَضَرَبَ ضَرْبَةً فَكَسَرَ ثُلُثَ الْحَجَرِ، وَقَالَ: "اللَّهُ أَكْبَرُ أُعْطِيتُ مَقَاتِيحَ الشَّامِ، وَاللَّهُ إِلَيَّ لَا بُصِيرَ فُصُورَهَا الْحُمْرُ مِنْ مَكَانِي هَذَا	76.
400	النَّهْيُ عَنِ الْمَغَالَاتِ وَالْإِبْتِدَاعِ فِي الدِّينِ		البخاري	ابن عباس	بَيْنَا النَّبِيُّ (ص.س) يَخْطُبُ، إِذَا هُوَ بِرَجُلٍ قَائِمٍ، فَسَأَلَ عَنْهُ فَقَالُوا: أَبُو إِسْرَائِيلَ، نَذَرَ أَنْ يَوْمَ وَلَا يَقْعُدَ، وَلَا يَسْتَظِلَّ، وَلَا يَتَكَلَّمَ، وَيَصُومُ. فَقَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "مُرَهُ فَلْيَتَكَلَّمْ وَلْيَسْتَظِلَّ وَلْيَقْعُدْ، وَلْيَتِمَّ صَوْمُهُ	77.
446	مدح النبي (ص.س) للتاجر الصادق	حسن	الترمذي	أبو سعيد الخدري	التَّاجِرُ الصَّدُوقُ الْأَمِينُ مَعَ النَّبِيِّ، وَالصِّدِّيقِينَ، وَالشُّهَدَاءِ	78.
423	الحث على التنازل والتكاسل	حسن	أحمد أبو داود	أنس/معقل بن يسار	تَزَوَّجُوا الْوُدُودَ الْوُلُودَ فَلَا يَمُوتَنَّ بِكُمْ الْأُمَمُ	79.
168	التسمية بأسماء الأنبياء ليكون ذلك دافعا للاقتداء بهم	حسن غريب	أبو داود الترمذي	أبو وهب الجشمي	تَسَمَّوْا بِأَسْمَاءِ الْأَنْبِيَاءِ	80.
211	الذنوب سبب مرض القلب		مسلم	حذيفة بن اليمان	تُعْرَضُ الْفِتْنُ عَلَى الْقُلُوبِ كَالْخَصِيرِ عُوْدًا عُوْدًا	81.
291	وساوس الشيطان من الفتن التي تعرض على القلوب		مسلم	حذيفة	تُعْرَضُ الْفِتْنُ عَلَى الْقُلُوبِ كَالْخَصِيرِ عُوْدًا عُوْدًا، فَأَيُّ قَلْبٍ أَشْرَبَهَا	82.
447	لن ينعم الإنسان ويشعر بالطمأنينة النفسية إذا كان همه منصبًا على حَتِّ المال وجمعه، بل إن ذلك سيزيده شقاء وتعاسة		البخاري	أبو هريرة	تَعَسَّ عَثِدُ الدِّينَارِ، وَعَثِدُ الدِّرْهَمِ، وَعَثِدُ الْحَمِيصَةِ، إِنْ أُعْطِيَ رِضًى، وَإِنْ لَمْ يُعْطَ سَخِطَ، تَعَسَّ وَأُتْسَكَسَ، وَإِذَا شَبِكَ فَلَا اتَّقَشَّ	83.

428	معايير اختيار الزوجة وتقديم ذات الدين		البخاري مسلم	أبو هريرة	تُنَكِّحُ الْمَرْأَةَ لِأَرْبَعٍ: لِمَالِهَا، وَلِحَسَبِهَا، وَلِحِمَالِهَا، وَلِدِينِهَا، فَاطْفَرُ بِذَاتِ الدِّينِ تَرَبَّتْ بِذَلِكَ	84.
124	لا يسلم إنسان من أن يجد الطيرة في نفسه، فلا يسترسل ويعمل بموجبها	ضعيف	الطبراني في الكبير	حارثة بن النعمان	ثَلَاثٌ لَا زِمَاتٍ لِأُمَّتِي: الطَّيْرَةُ، وَالْحَسَدُ، وَسُوءُ الظَّنِّ	85.
404	كراهية تأخير التَّوْم بعد العشاء		ابن ماجه	ابن مسعود	جَذَبَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) السَّمَرُ بَعْدَ الْعِشَاءِ " يَعْنِي زَجْرَنَا	86.
285	مشروعية إظهار الحُزْن بموت الأحبة		البخاري	عائشة	جَلَسَ يُعْرِفُ فِيهِ الْحُزْنَ وَأَنَا أَنْظُرُ مِنْ صَائِرِ الْبَابِ - شَقِ الْبَابِ -	87.
100	الطموح المحمود	صحيح	أحمد الترمذي	عبادة بن الصامت	الْجَنَّةُ مِائَةُ دَرَجَةٍ مَا بَيْنَ كُلِّ دَرَجَتَيْنِ مَسِيرَةُ مِائَةِ عَامٍ... وَإِذَا سَأَلْتُمُ اللَّهَ فَاسْأَلُوهُ الْفِرْدَوْسَ	88.
352	الاعتدال بين مطالب الروح والجسد	صحيح	أحمد النسائي الحاكم	أنس	حُبِّبَ إِلَيَّ النِّسَاءُ وَالطَّيِّبُ، وَجُعِلَتْ قُرَّةُ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ	89.
90	التَّفَاوُلُ بحسن الخلق	ضعيف	أبو داود	زافع بن مكيث	حُسْنُ الْمَلَكََةِ بُنَى، وَسُوءُ الْخُلُقِ سُؤْمٌ	90.
396	قضاء الحاجه نعمة تقتضي الشكر	ضعيف	ابن ماجه	أنس	الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأُذَى وَعَافَانِي	91.
111	تفأوله (ص.س) في تأويل الرؤى	حسن	الدارمي	عائشة	خَيْرٌ، يَرْجِعُ رُوحُكَ عَلَيْكَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ تَعَالَى صَالِحًا، وَلِدَيْنِ غُلَامًا بَرًّا	92.
393	التحذير من الإسراف في الطعام مما يؤدي للسمنة للمذمومة		البخاري مسلم	عِمْرَانُ بْنُ حُصَيْنٍ	خَيْرُهُمْ قَرْنِي، ثُمَّ الَّذِينَ يَلُونَهُمْ، ثُمَّ الَّذِينَ يَلُونَهُمْ... إِنْ بَغَدَكُمْ قَوْمًا يَخُونُونَ وَلَا يُؤْمِنُونَ، وَيَشْهَدُونَ وَلَا يُسْتَشْهِدُونَ، وَيَنْذِرُونَ وَلَا يَنْفُونَ، وَيُظْهَرُ فِيهِمُ السِّمْنُ	93.
70	من الحكمة سد باب الإشاعات		مسلم	جابر	دَعُهُ، لَا يَتَخَدَّثُ النَّاسُ أَنَّ مُحَمَّدًا يَقْتُلُ أَصْحَابَهُ	94.
415	المرأة الصالحة من خير متاع الدنيا		مسلم	ابن عباس	الدُّنْيَا مَتَاعٌ، وَخَيْرُ مَتَاعِ الدُّنْيَا الْمَرْأَةُ الصَّالِحَةُ	95.
400	التحذير من التماذي في إشباع دافع التَّوْم		البخاري مسلم	ابن مسعود	ذَلِكَ رَجُلٌ بَالَ الشَّيْطَانُ فِي أَذُنَيْهِ	96.
124	عدم الاسترسال مع الخواطر التشاؤمية		مسلم	مُعَاوِيَةُ بْنُ الْحَكَمِ	ذَلِكَ شَيْءٌ يَجِدُونَهُ فِي صُدُورِهِمْ، فَلَا يَصُدُّهُمْ	97.
297	للشيطان وسوسة في العبادات		مسلم	عثمان بن أبي العاص	ذَلِكَ شَيْطَانٌ يُقَالُ لَهُ خَنْزَبٌ، فَإِذَا أَحْسَسْتَهُ فَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْهُ	98.
142	جواز التحول عن الدار لمن وجد الوحشة في نفسه	حسن	أبو داود	أنس	ذَرُوهَا دَمِيمَةً	99.

100.	رَأَيْتُ اللَّيْلَةَ رَجُلَيْنِ أَتْيَايَ، قَالَ: الَّذِي رَأَيْتَهُ يُشَقُّ شِدْقُهُ فَكَذَّابٌ، يَكْذِبُ بِالْكَذِبَةِ حُمْلَ عَنْهُ حَتَّى تَبْلُغَ الْآفَاقَ، فَيُصْنَعُ بِهِ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ	سَمُرَةَ بِنُ جُنْدَبٍ	البخاري	التَّهْيِي عَنْ بَثِّ الْإِشَاعَاتِ	66
101.	رَأَيْتُ ذَاتَ لَيْلَةٍ، فِيمَا يَرَى النَّاسُ... فَأَوَّلْتُ الرِّفْعَةَ لَنَا فِي الدُّنْيَا، وَالْعَاقِبَةَ فِي الْآخِرَةِ، وَأَنْ دِينَنَا قَدْ طَابَ	أنس	مسلم	تَفَاوُلُ النَّبِيِّ (ص.س) بِالرُّوْيِ	110
102.	الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ	أبو هريرة	أبو داود الترمذي	لِلصَّحْبَةِ أَثَرٌ عَلَى الْفَرْدِ	63
103.	رَدَّ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عَلَى عَثْمَانَ بْنِ مَظْعُونٍ التَّبِتْلَ وَلَوْ أَدْنَى لَهُ لَاخْتِصِنَا	سعد بن أبي وقاص	الترمذي النسائي	التَّهْيِي عَنْ التَّبِتْلِ	426
104.	رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ: عَنِ النَّاسِمِ حَتَّى يَسْتَنْقِطَ، وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَحْتَلِمَ، وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ	علي	أبو داود الحاكم	الْعَقْلُ مَنَاطُ التَّفَكُّيرِ	363
105.	الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ مِنَ اللَّهِ	أبو سلمة	البخاري مسلم	الاسْتِبْشَارُ بِالرُّؤْيَا الصَّالِحَةِ	112
106.	رُؤْيَا الْمُسْلِمِ جُزْءٌ مِنْ سِتَّةٍ وَأَرْبَعِينَ جُزْءًا مِنَ النَّبُوَّةِ	أبو رزین	الترمذي	عَلَى الْمَعْبَرِ أَنْ يَبْشُرَ وَلَا يُنْفِرَ	112
107.	الرُّؤْيَا عَلَى رَجُلٍ طَائِرٍ، مَا لَمْ تُعَبَّرْ	أبو رزین	أبو داود ابن ماجه	عَلَى الْمَعْبَرِ أَنْ يَبْشُرَ وَلَا يُنْفِرَ	112
108.	سَبَابُ الْمُسْلِمِ فُسُوقٌ، وَقِتَالُهُ كُفْرٌ	ابن مسعود	البخاري مسلم	مَنْ أَلْوَانَ الْإِيذَاءَ بِاللِّسَانِ السَّبِّ وَالشَّتْمِ	475
109.	السِّحْقُ بَيْنَ النِّسَاءِ زِنًا بَيْنَهُنَّ	فَعْنُ وَائِلَةُ	الطبراني في الكبير	تَحْرِيمُ السِّحْقِ وَعُدُّهُ مِنَ الْكِبَائِرِ	420
110.	سُئِلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س)... وَسُئِلَ عَنْ أَكْثَرِ مَا يَدْخُلُ النَّاسَ النَّارَ، فَقَالَ: "الْقَمُ وَالْقَرْحُ"	أبو هريرة	الترمذي	تَرْكِيبَةُ الْإِنْسَانِ مِنَ الْعُدْوَانِ	473
111.	صَدَقَ سَلْمَانُ	أبو جُحَيْفَةَ	البخاري	إِعْطَاءُ الْجَسَدِ حَقَّهُ	353
112.	الطَّيْرَةُ شِرْكٌ، الطَّيْرَةُ شِرْكٌ	ابن مسعود	ابو داود الترمذي ابن ماجه	الاعْتِقَادُ بِالطَّيْرَةِ يُخِلُّ بِالْعَقِيدَةِ فَهُوَ مِنَ الشِّرْكِ	130
113.	عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ	صهيب الرومي	مسلم	البَشَارَةُ بِأَجْرِ الْآخِرَةِ بَعْدَ وَقُوعِ الْمَصَائِبِ فَقَضَاءُ اللَّهِ تَعَالَى فِيهِ خَيْرٌ	260
114.	عَرِضَتْ عَلَيَّ الْأُمَمُ، فَجَعَلَ النَّبِيُّ وَالنَّبِيَّانِ يَمْزُونَ مَعَهُمُ الرَّهْطُ، وَالنَّبِيُّ لَيْسَ مَعَهُ أَحَدٌ	ابن عباس	البخاري مسلم	الْمُسْلِمُ يَبْذُلُ الْجُهْدَ وَلَا تَحْبِطُهُ النَّتَائِجُ	102

291	الرؤية من المثبرات الخارجية للخواطر		البخاري	صَفِيَّةُ بِنْتُ حُجَيْيٍّ	عَلَى رَسْلِكُمَا إِنَّهَا صَفِيَّةُ بِنْتُ حُجَيْيٍّ... إِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مِنَ الْإِنْسَانِ جَرَى الدَّمِّ، وَإِنِّي خَشِيتُ أَنْ يَقْدِفَ فِي قُلُوبِكُمَا سُوءًا	115.
91	العيافة والطيرة من الكهانة	حسن	أحمد أبو داود	قَبِيصَةُ بِنْتُ مُحَارِقٍ	الْعِيَافَةُ، وَالطَّيْرَةُ، وَالطَّرْقُ مِنَ الْجَبْتِ	116.
109	تفاؤله (ص.س) بأسماء القبائل		البخاري مسلم	عبد الله بن عمر	غِفَارُ غَفَرِ اللَّهِ لَهَا، وَأَسْلَمُ سَأَلَهَا اللَّهَ	117.
378	بيعة النبي صلى الله عليه وسلم للأطفال		مسلم	عروة	فَأَخَذَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) مِنْهَا... فَتَبَسَّمَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) حِينَ رَأَاهُ مُقْبِلًا إِلَيْهِ، ثُمَّ بَايَعَهُ	118.
172	تغيير النبي (ص.س) للاسم خشية الغرور		مسلم	ابن عباس	فَحَوَّلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) اسْمَهَا جُوَيْرِيَّةَ	119.
170	تغيير النبي (ص.س) للاسم القبيح إلى حسن تفاؤلاً		مسلم	ابن عمر	فَسَمَّاهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) حَبِيبَةَ	120.
172	تغيير النبي (ص.س) للاسم خشية الغرور		البخاري مسلم	أبو هريرة	فَسَمَّاهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) زَيْنَبَ	121.
127	النهي عن الكهانة والطيرة		مسلم	معاوية بن الحكم	فَلَا تَأْتُوا الْكُهَّانَ	122.
204	الروح من أمر الله تعالى		البخاري مسلم	ابن مسعود	فَمَرَّ بِقَوْمٍ مِنَ الْيَهُودِ، فَقَالَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ: سَلُوهُ عَنِ الرُّوحِ.. فَقَالَ: {وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا}	123.
427	أرشاد النبي (ص.س) إلى تيسير المهر وعدم المغالاة فيه		البخاري مسلم	سَهْلُ بْنُ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ	فَنَظَرَ إِلَيْهَا رَسُولُ اللَّهِ (ص.س)... قَالَ: "أَذْهَبْ فَقَدْ مَلَكَتْكِهَا بِمَا مَعَكَ مِنَ الْقُرْآنِ"	124.
426	النهي عن الاختصاء والحث على الزواج		البخاري	ابن مسعود	فَنَهَانَا عَنْ ذَلِكَ، ثُمَّ رَخَّصَ لَنَا أَنْ نَنْكِحَ الْمَرْأَةَ بِالنَّؤُبِ	125.
137	الإنكار على تشاؤم اليهود بالمذكورات	ضعيف	الطيالسي في مسنده	عائشة	قَاتَلَ اللَّهُ الْيَهُودَ، يَقُولُونَ إِنَّ الشُّؤْمَ فِي ثَلَاثَةٍ: فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ	126.
460	من علاج البخل بث التفاؤل المادي العاجل في دار الدنيا، فالصدقة هي زيادة في الرزق		البخاري مسلم	أبو هريرة	قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: يَا ابْنَ آدَمَ أَنْفِقْ أُنْفِقْ عَلَيْكَ (حديث قدسي)	127.
261	سعة رحمة الله تعالى	حسن غريب	الترمذي	أنس	قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: يَا ابْنَ آدَمَ إِنَّكَ مَا دَعَوْتَنِي وَرَجَوْتَنِي	128.
284	مشروعية الحزن على فقد الأصحاب	حسن صحيح	الترمذي ابن ماجه	عائشة	قَبَّلَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) عُثْمَانَ بْنَ مَطْعُونٍ وَهُوَ مَيِّتٌ، فَكَأَنِّي أَنْظُرُ إِلَى ذُمُوعِهِ تَسِيلُ عَلَى خَدَّيْهِ	129.

130.	قُلْ: آمَنْتُ بِاللّهِ، فَاسْتَقِمَّ	سُفْيَانُ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ التَّقْفِيُّ	مسلم		الاستقامة هي السلوك العملي الذي يترجم هوية المسلم	148
131.	كَانَ إِذَا هَمَّ شَيْءٌ أَخَذَ بِلِحْيَتِهِ هَكَذَا، وَقَبَضَ ابْنُ مُسْهِرٍ عَلَى لِحْيَتِهِ	عائشة	ابن حبان	حسن صحيح	الصِّفَةُ الْخَلْقِيَّةُ وَالْخَلْقِيَّةُ لِحْزَنُهُ (ص.س)	286
132.	كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ إِذَا سَمِعَ اسْمًا قَبِيحًا غَبَرَهُ، فَمَرَّ عَلَى قَرْيَةٍ يُقَالُ لَهَا عُقْرَةٌ، فَسَمَّاها حَضِرَةٌ	عائشة	الطبراني في الصغير	صحيح	تغييره صلى الله عليه وسلم الأسماء القبيحة للأماكن إلى أسماء حسنة	110
133.	كَانَ النَّبِيُّ (ص.س) "يُعْجِبُهُ التَّيْمُنُ"	عائشة	البخاري مسلم		التيمن تفاؤلاً بأصحاب اليمين	89
134.	كان رسول الله (ص.س) يتفائل ولا يتطير، ويعجبه الاسم الحسن	ابن عباس	أحمد الطبراني في الكبير	حسن لغيره	محبه (ص.س) للإسم الحسن	107
135.	كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) يَسْمُرُ عِنْدَ أَبِي بَكْرٍ اللَّيْلَةَ كَذَلِكَ فِي الْأَمْرِ مِنْ أَمْرِ الْمُسْلِمِينَ	عمر بن الخطاب	أحمد الترمذي	حسن	ترخيص السهر على أمر من أمور المسلمين	404
136.	كَانَ فِيمَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ رَجُلٌ قَتَلَ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ نَفْسًا... انْطَلَقَ إِلَى أَرْضٍ كَذَا وَكَذَا، فَإِنَّ بِهَا أَنَاسًا يَعْبُدُونَ اللَّهَ فَأَعْبَدَ اللَّهُ مَعَهُمْ، وَلَا تَرْجِعْ إِلَى أَرْضِكَ، فَإِنَّهَا أَرْضُ سُوءٍ	أبو سعيد الخدري	مسلم		للمحيط الاجتماعي أثر على سلوك الفرد	60
137.	كَانَ لَا يُبَالِي بَعْضُ تَأْخِيرِهَا - يَعْني الْعِشَاءَ - إِلَى نِصْفِ اللَّيْلِ، وَلَا يُحِبُّ النَّوْمَ قَبْلَهَا، وَلَا الْحَدِيثَ بَعْدَهَا	أبو بَرَزَةَ الْأَسْلَمِيُّ	البخاري مسلم		كراهية تأخير النَّوْمِ بعد العشاء	404
138.	كَانَ لَا يَتَطَيَّرُ مِنْ شَيْءٍ، وَكَانَ إِذَا بَعَثَ عَامِلًا سَأَلَ عَنْ اسْمِهِ، فَإِذَا أَعْجَبَهُ اسْمُهُ فَرَّخَ بِهِ وَرَتَّى بِشَرِّ ذَلِكَ فِي وَجْهِهِ	بُرَيْدَةُ	أحمد أبو داود البيهقي	حسن	استبشاره (ص.س) بأسماء عُمَّاله	107
139.	كَانَ يُعْجِبُهُ إِذَا خَرَجَ لِحَاجَتِهِ أَنْ يَسْمَعَ: يَا زَائِدُ، يَا نَحِيحُ	أنس	الترمذي	حسن صحيح غريب	تفاؤله (ص.س) بالأسماء	106
140.	كَانَ يَنَامُ أَوَّلَهُ وَيَقُومُ آخِرَهُ، فَيُصَلِّي، ثُمَّ يَرْجِعُ إِلَى فِرَاشِهِ	عائشة	البخاري مسلم		صفة نوم رسول الله (ص.س)	406
141.	الْكِبَرُ بَطَرُ الْحَقِّ وَعَمَطُ النَّاسِ	ابن مسعود	مسلم		الكبر: تعدي على الحقوق واحتقار الآخرين	476
142.	كَفَى بِالْمَرْءِ كَذِبًا أَنْ يُحَدِّثَ بِكُلِّ مَا سَمِعَ	أبو هريرة	مسلم		وجوب التثبت في نقل الأخبار	66
143.	كُلُّ بَيْمِينِكَ، قَالَ: لَا أَسْتَطِيعُ	سَلَمَةُ بْنُ الْأَكْوَعِ	مسلم		إرشاد النبي (ص.س) إلى سلوك إيجابى هو من آداب الطَّعام	166

144.	كُلُّ عَمَلٍ ابْنِ آدَمَ لَهُ، إِلَّا الصِّيَامَ... وَإِذَا كَانَ يَوْمُ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَزُفْتُ وَلَا يَصْحَبُ، فَإِنْ سَاءَ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيُقِلَّ إِلَيَّ امْرُؤُ صَائِمٍ	أبو هريرة	البخاري مسلم		الجوع قد يصحبه حالة نفسية مكدرّة، وتغير بالمزاج والأخلاق والتّفكير	343
145.	كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ	ابن عمر	البخاري مسلم		وجوب تحمل المسؤولية	160
146.	كُلُّوا وَاشْرَبُوا وَابْسُؤُوا وَتَصَدَّقُوا، فِي غَيْرِ إِسْرَافٍ وَلَا خِيَلَةٍ	عبد الله بن عمرو بن العاص	البخاري		النهي عن الإسراف في إشباع الدوافع	341
147.	الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ	شَدَّادُ بْنُ أَوْسٍ	أحمد الترمذي ابن ماجه	حسن	الحث على محاسبة النفس الأثارة	273
148.	لَا بَأْسَ، طَهَّرَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ	ابن عباس	البخاري		أسلوب النبي (ص.س) في بَيِّ الرّسائل الإيجابية للمرضى	165
149.	لَا تُبَاشِرِ الْمَرْأَةَ الْمَرْأَةَ، فَتَنْتَعِثَهَا لِزَوْجِهَا كَأَنَّهُ يَنْظُرُ إِلَيْهَا	ابن مسعود	البخاري		النهي عن نظر المرأة للمرأة لتصفها لزوجها كأنه يراها	436
150.	لَا تَتَخَذُوا الضَّيْعَةَ فَتَرْعَبُوا فِي الدُّنْيَا	ابن مسعود	الترمذي	حسن	التحذير من الانشغال بالدنيا عن الآخرة	447
151.	لَا تَحَاسِدُوا، وَلَا تَنَاجَشُوا، وَلَا تَبَاغَضُوا، وَلَا تَدَابَرُوا، وَلَا يَبْغِ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ بَغْضًا، وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا	أبو هريرة	مسلم		تنبيه لما ينبغي أن يكون عليه المسلم تجاه أخيه المسلم	469
152.	لَا تَدْخُلُوا عَلَى هَؤُلَاءِ الْقَوْمِ الْمُعَذِّبِينَ، إِلَّا أَنْ تَكُونُوا بَاكِينَ	ابن عمر	البخاري مسلم		من الحزن المحمود التحزن عند دخول ديار المعذبين والكافرين	275
153.	لَا تُزَكُّوا أَنْفُسَكُمْ، اللَّهُ أَعْلَمُ بِأَهْلِ الْبَيْتِ مِنْكُمْ، فَقَالُوا: بِمَ نُسَبِّحُهَا؟ قَالَ: "سُبُّهَا زَيْنَبُ"	زينب بنت أبي سلمة	مسلم		تغيير النبي (ص.س) للاسم خشية الغرور	172
154.	لَا تُزُولُ قَدَمًا عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ غَمْرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ، وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ فَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ	أبو بَرَزَةَ الْأَسْلَمِيُّ	الترمذي	حسن صحيح	التحذير من الانحرافات في تلبية دافع التملُّك، والتي تقع عند الكسب وعند الانفاق	451
155.	لَا تَغْضَبْ، فَرَدَّدَ مِرَارًا، قَالَ: "لَا تَغْضَبْ"	أبو هريرة	البخاري		التحذير من الغضب	493
156.	لَا تَكُونُوا إِقْعَةً، تَقُولُونَ: إِنَّ أَحْسَنَ النَّاسِ أَحْسَنًا	حذيفة	الترمذي	حسن غريب	تأكيد الذات واستقلال الشخصية	167
157.	لَا حَسَدَ إِلَّا فِي اثْنَتَيْنِ: رَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ مَالًا فَسَلِطَ عَلَى هَلَكْتِهِ فِي الْحَقِّ، وَرَجُلٌ آتَاهُ اللَّهُ الْحِكْمَةَ فَهُوَ يَقْضِي بِهَا وَيُعَلِّمُهَا	ابن مسعود	البخاري		الحث على التنافس الإيجابي	495

158.	لَا سَمَرَ إِلَّا لِلْمَصَلِّ أَوْ مُسَافِرٍ	ابن مسعود	أحمد	حسن	ترخيص السهر في حالة الصلاة أو السفر	404
159.	لَا شُّؤْمٌ، وَقَدْ يَكُونُ الْيَمْنُ فِي الدَّارِ وَالْمَرْأَةِ وَالْفَرَسِ	حكيم بن معاوية	الترمذي ابن ماجه	ضعيف	اليمن من ألفاظ الفأل ويدل على البركة في هذه الثلاث المذكورات	90
160.	لَا طَيِّرَةٌ، وَالطَّيْرَةُ عَلَى مَنْ تَطِيرُ	أنس	ابن حبان	حسن	لا أثر للطيرة، وإنما أثرها في نفس من اعتقد بها	143
161.	لَا طَيِّرَةٌ، وَخَيْرُهَا الْفَأْلُ	أبو هريرة	البخاري مسلم		حبه (ص.س) للفأل الحسن	104
162.	لَا عَدْوَى وَلَا صَفَرٌ وَلَا هَامَةٌ	أبو هريرة	البخاري مسلم		الأسباب ليس لها تأثير بذاتها	126
163.	لَا عَدْوَى وَلَا طَيِّرَةٌ، وَالشُّؤْمُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْمَرْأَةِ، وَالْأُتَى، وَالْأُتَى	ابن عمر	البخاري		أكثر ما يكون الشؤم عند من يعتقد به في هذه الثلاث المذكورات	132
164.	لَا عَدْوَى وَلَا طَيِّرَةٌ، وَيَعْبِي الْفَأْلُ الصَّالِحَ	أنس	البخاري مسلم		حبه (ص.س) للفأل الصالح	105
165.	لَا عَدْوَى وَلَا هَامَةٌ وَلَا نَوَّءٌ وَلَا صَفَرٌ	أبو هريرة	مسلم		التهني عن التعلق بالأسباب	128
166.	لَا عَدْوَى، وَلَا طَيِّرَةٌ، وَلَا عُولٌ	جابر	مسلم		التهني عن الاعتقاد بالغيلان	128
167.	لَا كَرْبَ عَلَى أَبِيكَ بَعْدَ الْيَوْمِ يَا فَاطِمَةُ	أنس	ابن ماجه ابن حبان	صحيح	التفاؤل عند الموت	93
168.	لَا وَمُقَلِّبِ الْقُلُوبِ	ابن عمر	البخاري		تقلب القلب بيد الله سبحانه	211
169.	لَا يَأْخُذُ أَحَدُكُمْ عَصَا أَخِيهِ لَاعِبًا أَوْ جَادًّا، فَمَنْ أَخَذَ عَصَا أَخِيهِ فَلْيَرْدِّهَا إِلَيْهِ	يزيد بن عبد الله والد السائب	الترمذي	حسن غريب	التهني عن ترويع المسلم	473
170.	لَا يُبْلَغُنِي أَحَدٌ مِنْ أَصْحَابِي عَنْ أَحَدٍ شَيْئًا	عبد الله بن مسعود	أحمد/ أبو داود/ الترمذي	ضعيف	التهني عن نقل الأخبار السلبية	68
171.	لَا يَحْقِرُ أَحَدُكُمْ نَفْسَهُ	أبو سعيد الخدري	أحمد ابن ماجه	حسن	تقدير الذات والتهني عن تحقيرها	163
172.	لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يُرَوِّعَ مُسْلِمًا	عبد الرحمن بن أبي ليلى	أبو داود	صحيح	التهني عن ترويع المسلم	472
173.	لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ قَتَاتٌ	حذيفة	البخاري مسلم		تحريم النميمة	477
174.	لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبَرٍ	ابن مسعود	مسلم		التحذير من الكبر والغرور	484
175.	لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ نَمَامٌ	حذيفة	البخاري مسلم		تحريم النميمة	477
176.	لَا يَزْنِي الزَّانِي حِينَ يَزْنِي وَهُوَ مُؤْمِنٌ، وَلَا يَشْرَبُ الْخَمْرَ حِينَ يَشْرَبُ وَهُوَ مُؤْمِنٌ	أبو هريرة	البخاري مسلم		من استسلم لدوافعه لم يبلغ كمال الإيمان	340

429	الصبر على النساء وإمساكنهن	مسلم	أبو هريرة	لَا يَفْرُكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً، إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ	177.
164	نهى النبي (ص.س) بأن يصف الإنسان نفسه بوصف قبيح	البخاري مسلم	عائشة	لَا يَقُولَنَّ أَحَدُكُمْ خَبِثْتُ نَفْسِي، وَلَكِنْ لِيُقِلَّ لِقَسَّتْ نَفْسِي	178.
435	التَّهْيِي عَنْ النَّظَرِ لِلْعَوْرَاتِ وَالْأَمْرِ بِسِتْرِهَا	مسلم	أبو سعيد الخدري	لَا يَنْظُرُ الرَّجُلُ إِلَى عَوْرَةِ الرَّجُلِ، وَلَا الْمَرْأَةُ إِلَى عَوْرَةِ الْمَرْأَةِ، وَلَا يُفْضِي الرَّجُلُ إِلَى الرَّجُلِ فِي ثَوْبٍ وَاحِدٍ	179.
299	علاج الوسواس بعدم الالتفات إليها والاسترسال معها	البخاري مسلم	عبد الله بن زيد	لَا يَنْفَتِلْ - أَوْ لَا يَنْصَرِفْ - حَتَّى يَسْمَعَ صَوْتًا أَوْ يَجِدَ رِيحًا	180.
376	كمال الإيمان بأن يجعل المؤمن أهواه تبعًا لما جاء به الشرع	حسن صحيح	ابن أبي عاصم البيهقي	لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يَكُونَ هَوَاهُ تَبَعًا لِمَا جِئْتُ بِهِ	181.
382	الحبة سبب للاتباع وكمال الإيمان	البخاري	أنس	لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ، حَتَّى أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ وَالِدِهِ وَوَلَدِهِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ	182.
150	من كمال الإيمان حب الخير للغير	البخاري مسلم	أنس	لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ، حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ	183.
118	التَّفَاوُلُ بِالنَّصْرِ فِي غَزْوَةِ خَيْبَرِ	البخاري مسلم	سَهْلُ بْنُ سَعْدٍ	لَأُعْطِيَنَّ الرَّائِيَةَ رَجُلًا يَفْتَحُ اللَّهُ عَلَى يَدَيْهِ	184.
312	الحث على العمل ومحاربة البطالة المورثة للحالة السلبية	البخاري	الزبير بن العوام	لَأَنْ يَأْخُذَ أَحَدُكُمْ حَبْلَهُ، فَيَأْتِيَ بِخُزْمَةٍ الْحَطَبِ عَلَى ظَهْرِهِ	185.
167	التحذير من التقليد الأعمى للأمم السابقة	البخاري مسلم	أبو سعيد الخدري	لَتَنَبِّئَنَّ سَنَنْ مَنْ قَبْلَكُمْ شَيْئًا بَشِيرًا، وَذِرَاعًا بِذِرَاعٍ	186.
419	التَّهْيِي عَنْ تَشْبِهِ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ وَالنِّسَاءِ بِالرِّجَالِ	صحيح	أحمد أبو داود	لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) الرَّجُلَ يَلْبَسُ لِنِسَةِ الْمَرْأَةِ، وَالْمَرْأَةَ تَلْبَسُ لِنِسَةِ الرَّجُلِ	187.
419	التَّهْيِي عَنْ تَشْبِهِ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ وَالنِّسَاءِ بِالرِّجَالِ	البخاري	ابن عباس	لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س) الْمَتَشَبِّهِينَ مِنَ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ، وَالْمَتَشَبِّهَاتِ	188.
149	اللِّسَانُ هُوَ أَكْثَرُ مَا يَدْخُلُ النَّاسَ النَّارَ	حسن صحيح	الترمذي	لَقَدْ سَأَلَنِي عَنْ عَظِيمٍ وَإِنَّهُ لَيْسَ بِشَيْءٍ عَلَى مَنْ يَسِّرُهُ اللَّهُ عَلَيْهِ... تُكَلِّمُكَ أُمَّكَ يَا مُعَاذُ وَهَلْ يُكِبُّ النَّاسَ عَلَى وُجُوهِهِمْ فِي النَّارِ، إِلَّا خَصَائِدَ أَلْسِنَتِهِمْ؟	189.
54	أَسْعَدَ النَّاسَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مَنْ أَخْلَصَ بِكَلِمَةِ التَّوْحِيدِ	البخاري	أبو هريرة	لَقَدْ طَلَنْتُ يَا أَبَا هُرَيْرَةَ أَنْ لَا يَسْأَلَنِي عَنْ هَذَا الْحَدِيثِ أَحَدٌ أَوَّْلُ... أَسْعَدَ النَّاسَ بِشَفَاعَتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ، مَنْ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، خَالِصًا مِنْ قَلْبِهِ، أَوْ نَفْسِهِ	190.
211	تَقْلِبِ الْقُلُوبَ مُسْتَمِرٌّ وَهِيَ بِيَدِ اللَّهِ تَعَالَى	حسن	أحمد الطبراني في الكبير الحاكم	لَقَلْبُ ابْنِ آدَمَ أَشَدُّ انْقِلَابًا مِنَ الْقَدَرِ إِذَا اجْتَمَعَتْ غَلِيًّا	191.

274	من الحُزْن المحمود التحزن عند تلاوة القرآن		البخاري مسلم	أبو هريرة	192. لَمْ يَأْذَنْ اللَّهُ لِشَيْءٍ مَا أَدْنَى لِلنَّبِيِّ أَنْ يَتَعَتَّى بِالْقُرْآنِ
298	وساوس الشَّيْطَان لا سلطة لها على الإنسان	صحيح	أبو داود	ابن عباس	193. اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَزَقَ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَاسَةِ
118	التَّفَاوُل بالنصر في غزوة خيبر		البخاري مسلم	أنس	194. اللَّهُ أَكْبَرُ، حَرَيْتُ حَيْبَرَ إِنَّا إِذَا نَزَلْنَا بِسَاحَةِ قَوْمٍ، فَسَاءَ صَبَاحُ الْمُنْذَرِينَ
158	رفع معنويات الطفل بالثناء والتقدير		البخاري مسلم	أنس	195. اللَّهُمَّ أَكْثِرْ مَالَهُ، وَوَلَدَهُ، وَبَارِكْ لَهُ فِيمَا أُعْطِيَتْهُ
155	إظهار المحبة للطفل		البخاري مسلم	البراء	196. اللَّهُمَّ إِنِّي أُحِبُّهُ فَأَجِبْهُ
343	التَّهْيِي عن صوم الوصال لأن الجوع قد يصحبه حالة نفسية مكيدة	صحيح	أبو داود النسائي	أبو هريرة	197. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُوعِ، فَإِنَّهُ يَفْسِدُ الصَّحْبُ
312	للديون أثر على الاضطرابات النفسية		البخاري	أنس	198. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَضَلَعِ الدِّينِ
409	الحث على النشاط في الصباح الباكر	حسن	أحمد/ أبو داود/ الترمذي	صخر بن وداعة	199. اللهم بارك لأمتي في بكورها
173	المدح لتعزيز الصفات الإيجابية	حسن	أحمد الترمذي الحاكم	عقبة بن عامر	200. لَوْ كَانَ بَعْدِي نَبِيٌّ لَكَانَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ
342	النَّفْس تبحث عن (الإشباع المطلق) دون حدود		البخاري مسلم	ابن عباس	201. لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ مَالٍ لَا يَبْتَغَى ثَالِثًا، وَلَا يَمْلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ
452	التنافس على جمع المال لكونه وسيلة لتحصيل الشهوات		البخاري مسلم	ابن عباس	202. لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ مَالٍ لَا يَبْتَغَى ثَالِثًا، وَلَا يَمْلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ، وَيُثَوِّبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ
173	المدح لتعزيز الصفات الإيجابية		البخاري مسلم	ابن عباس	203. لَوْ كُنْتُ مُتَّخِذًا مِنْ أُمَّتِي خَلِيلًا، لَأَتَّخِذْتُ أَبَا بَكْرٍ
494	الحث على إمساك زمام النفس عند الغضب		البخاري مسلم	أبو هريرة	204. لَيْسَ السَّيِّدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا السَّيِّدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ
450	الغنى الحقيقي هو غنى النفس		البخاري مسلم	أبو هريرة	205. لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ، وَلَكِنَّ الْغِنَى غِنَى النَّفْسِ
474	التَّهْيِي عن ألوان الإيذاء باللسان كالسب والشتم	حسن	أحمد الترمذي	ابن مسعود	206. لَيْسَ الْمُؤْمِنُ بِالطَّعَّانِ وَلَا اللَّعَّانِ وَلَا الْفَاحِشِ وَلَا الْبَذِيءِ
385	بيان الضروريات التي يحتاجها الإنسان	صحيح	الترمذي الحاكم	عثمان بن عفان	207. لَيْسَ لِابْنِ آدَمَ حَقٌّ فِي سِوَى هَذِهِ الْخِصَالِ، بَيْتٌ يَسْكُنُهُ وَتَوْتُ يُوَارِي عَوْرَتَهُ وَجَلْفُ الْخُبْرِ وَالْمَاءُ

208.	مَا اسْتَمَك؟ قَالَ: اسْتَمِي حَزْنٌ، قَالَ: بَلْ أَنْتَ سَهْلٌ	حزْن	البخاري		أثر الاسم على الذات سلباً أو إيجاباً	169
209.	مَا اسْتَمَك؟ قَالَ: أَنَا أَصْرُمُ، قَالَ: بَلْ أَنْتَ زُرْعَةٌ	أُسَامَةُ بْنُ أَخْذَرِيٍّ	أبو داود	حسن	تغيير النبي (ص.س) للاسم القبيح إلى حسن تفاولاً	107
210.	مَا أَكَلْتُ أَحَدًا طَعَامًا قَطُّ، خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلِي يَدِي، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ	المقدام	البخاري		الحث على العمل ومحاربة البطالة الموروثة للحالة السلبية	312
211.	مَا أَكَلْتُ أَحَدًا طَعَامًا قَطُّ، خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلِي يَدِي، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ (ع.س)، كَانَ يَأْكُلُ مِنْ عَمَلِي يَدِي	المقدام	البخاري		الحث على العمل	446
212.	مَا أَفْقَاهُ السَّحَرُ عِنْدِي إِلَّا نَائِمًا	عائشة	البخاري مسلم		النَّوْمُ فِي جِزَاءٍ مِنَ السَّحَرِ فِي حَقِّ مَنْ قَامَ اللَّيْلَ	405
213.	مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً	أبو هريرة	البخاري		الحث على التداوي والأخذ بالأسباب	263
214.	مَا تَرَكْتُ بَعْدِي فِتْنَةً أَصَرَّ عَلَى الرَّجَالِ مِنَ النِّسَاءِ	أُسَامَةُ	البخاري مسلم		التحذير من فتنة النساء التي هي من أشدِّ الغرائز	375
215.	مَا حَدِيثٌ بَلَغَنِي عَنْكُمْ... "أَمَا تَرْضَوْنَ أَنْ يَذْهَبَ النَّاسُ بِالْأَمْوَالِ، وَتَذْهَبُوا بِالنَّبِيِّ (ص.س) إِلَى رِجَالِكُمْ" فَلَمْ يَقُومُوا مِنْ مَجْلِسِهِمْ إِلَّا وَهُمْ يَقُولُونَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ قَدْ رَضِينَا	أنس	البخاري		من أساليب معالجة الإشاعة الحوار الهادئ الملامس للقلوب، لتتقبل الإشاعة التي أورثت حالة سلبية إلى حالة إيجابية ملبنة بالحب والرضى	67
216.	مَا حَمَلَكُم عَلَى قَتْلِ الذُّرِّيَّةِ؟	الأسود بن سريع	أحمد الطبراني في الكبير	صحيح	النَّهْيُ عَنْ قَتْلِ أَوْلَادِ الْمُشْرِكِينَ لِأَنَّهُمْ عَلَى الْفِطْرَةِ	369
217.	مَا شَيْءٌ أَثْقَلُ فِي مِيزَانِ الْمُؤْمِنِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ خُلُقٍ حَسَنٍ، وَإِنَّ اللَّهَ لَيُبْعِضُ الْفَاحِشَ الْبَذِيءَ	أبو الدرداء	الترمذي	حسن صحيح	استحقاق صاحب اللسان البذيء أن يبغضه الله تعالى	475
218.	مَا مَلَكَ أَدَمِي وَعَاءٌ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ. يَحْسِبُ ابْنُ آدَمَ أَكْلَاتِ يَقْمَنَ صَلْبَهُ... فَوَلَّتْ لِبَطْعَامِهِ وَوَلَّتْ لِشَرَابِهِ وَوَلَّتْ لِنَفْسِهِ	المقدام بن معدي كَرَب	الترمذي الحاكم	حسن صحيح	ميزان الاعتدال في الطعام والتنبيه على نعمة التنفس التي لا تفارق الإنسان	389
219.	مَا مِنْ مُسْلِمٍ تُصِيبُهُ مُصِيبَةٌ، فَيَقُولُ مَا أَمَرَهُ اللَّهُ: {إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ}... إِلَّا أَخْلَفَ اللَّهُ لَهُ خَيْرًا مِنْهَا	أم سلمة	مسلم		التَّفَاوُلُ بَعْدَ وَقُوعِ الْمَصَائِبِ بِالْخُلْفِ	261
220.	مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ... كَمَا تُنْتَجُ الْبَهِيمَةُ بِجِمَّةٍ جَمْعَاءَ هَلْ تُحْسِنُونَ فِيهَا مِنْ جَدْعَاءَ	أبو هريرة	البخاري مسلم		كمال الفطرة التي يولد عليها الإنسان بكمال أعضاء البهيمة التي تولد وليس فيها أي نقص أو تشويه	368
221.	مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ، أَوْ يُمَجِّسَانِهِ،	أبو هريرة	البخاري مسلم		أثر الوالدين في بناء التفكير وتثبيت الفطرة	58

222.	مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ، إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ، فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلْفًا	أبو هريرة	البخاري مسلم	علاج البخل ببث التَّفَاوُل المادي العاجل في دار الدنيا، فالصدقة هي زيادة في الرزق	460
223.	مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَقَدْ كُتِبَ مَعَهُ مِنَ النَّارِ... أَمَا مَنْ كَانَ مِنْ أَهْلِ السَّعَادَةِ فَيُبَيِّسُ لِعَمَلِ أَهْلِ السَّعَادَةِ	علي	البخاري	الإيمان بالقضاء والقدر سبب السعادة	55
224.	مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ، إِلَّا وَقَدْ وَكَّلَ بِهِ قَرِينُهُ مِنَ الْجِنِّ وَقَرِينُهُ مِنَ الْمَلَائِكَةِ	ابن مسعود	مسلم	الخطر إما إلهام وإما وسوسة	290
225.	مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ	أبو هريرة	مسلم	علاج البخل ببث التَّفَاوُل المادي العاجل في دار الدنيا، فالصدقة هي زيادة في الرزق	460
226.	مَا هَذَا الْخَبَلُ؟ قَالُوا: هَذَا خَبَلٌ لِرِزْنٍ فَإِذَا فُتِرَتْ تَعَلَّقَتْ... لَا خُلُوهُ لِيُصَلَّيْ أَحَدُكُمْ نَشَاطُهُ، فَإِذَا فُتِرَ فَلْيَقْعُدْ	أنس	البخاري	التهني عن التشدد في قيام الليل	398
227.	مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِي نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ	أبو هريرة	الترمذي	ابتلاء المؤمن قد يكون بالأمراض النفسية	239
228.	مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ، مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ	أبو سعيد الخدري وأبو هريرة	البخاري مسلم	ذكر المعاني المرادفة للحزن	268
229.	مَا يَنْتَقِمُ ابْنٌ جَمِيلٍ إِلَّا أَنَّهُ كَانَ فَقِيرًا... وَأَمَّا خَالِدٌ: فَإِنَّكُمْ تَطْلُمُونَ خَالِدًا، قَدْ احْتَبَسَ أَذْرَاعَهُ وَأَعْتَدَهُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ	أبو هريرة	البخاري مسلم	الدفاع عمن أثيرت حوله الإشاعات	68
230.	مَا لَكَ؟ قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا رَأَيْتُ كَالْيَوْمِ؛ عَدَا حَمْرَةٌ عَلَى نَاقَتِي، فَأَجَبْتُ أَسْنِمَتُهُمَا، وَبَقَرٌ خَوَاصِرُهُمَا	علي	البخاري مسلم	من الحُزْن المباح الحُزْن على فقد المال الذي أُعِدَّ لأداء عبادة	281
231.	مَا لِي لَا أَرَى فُلَانًا؟" قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، بُنِيَةُ الَّذِي رَأَيْتَهُ هَلَكَ... يَا فُلَانُ، أَمَّا كَانَ أَحَبُّ إِلَيْكَ أَنْ تَمْتَعَ بِهِ عُمْرُكَ، أَوْ لَا تَأْتِي عَدَا إِلَى بَابٍ مِنْ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ إِلَّا وَجَدْتَهُ قَدْ سَبَقَكَ إِلَيْهِ يَفْتَحُهُ لَكَ	قرة بن إياس	النسائي في الصغرى	علاج الحُزْن ببث التَّفَاوُل والأمل	278
232.	مَثَلِي كَمَثَلِ رَجُلٍ اسْتَوْقَدَ نَارًا، فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهَا جَعَلَ الْفَرَّاشُ وَهْدِهِ الدَّوَابُّ الَّتِي فِي النَّارِ يَقَعْنَ فِيهَا، وَجَعَلَ يَخْجِزُهُنَّ وَيَغْلِبْنَهُ فَيَتَفَحَّمْنَ فِيهَا	أبو هريرة	مسلم	وصف للصراع بين الجانب المادي الجسدي وبين الجانب المعنوي الروحي	374
233.	مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا، وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ	عبد الله بن عمرو	أحمد أبو داود	من التوجيهات الوقائية النبوية التفريق بين الأطفال في المضاجع	437

234.	مُرِيَ عَبْدُكَ فَلْيَعْمَلْ لَنَا أَعْوَادَ الْمُنْبَرِ	سهل	البخاري		توظيف الطّاقات نحو الخير والإنتاج	176
235.	المُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ، وَالْمُؤْمِنُ مَنْ أَمِنَهُ النَّاسُ عَلَى دِمَائِهِمْ وَأَمْوَالِهِمْ	أبو هريرة	الترمذي	حسن صحيح	تعريف المسلم	469
236.	الْمُسْلِمُونَ شُرَكَاءُ فِي ثَلَاثٍ: فِي الْكَلَالِ، وَالْمَاءِ، وَالنَّارِ	رجل من الصحابة	أحمد أبو داود ابن ماجه	صحيح	الضروريات التي يستحقها الإنسان	385
237.	مَلْعُونٌ مَنْ ضَارَّ مُؤْمِنًا أَوْ مَكَرَ بِهِ	أبو بكر الصدّيق	الترمذي	غريب	السيطرة على دافع الغدوان وتحريم الإيذاء	468
238.	مَلْعُونٌ مَنْ وَقَعَ عَلَى بَيْمَةٍ، مَلْعُونٌ مَنْ عَمِلَ بِعَمَلِ قَوْمٍ لُوطٍ	ابن عباس	أحمد	حسن	الجنسية المثلية تستوجب اللعن	420
239.	مَنْ أَشَارَ إِلَى أَخِيهِ بِحَدِيدَةٍ، فَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ تَلْعَنُهُ، حَتَّى يَدْعُوهُ وَإِنْ كَانَ أَخَاهُ لِأَبِيهِ وَأُمِّهِ	أبو هريرة	مسلم		التّهي عن ترويع المسلم	472
240.	مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرِّهِ مُعَانٍ فِي جَسَدِهِ عِنْدَهُ قُوْتُ يَوْمِهِ فَكَأَنَّمَا حَبِزَتْ لَهُ الدُّنْيَا	أبو الدرداء وعُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ مُحْصَنٍ	الترمذي ابن حبان	حسن غريب	اجتماع النعم هي من فضل الله تعالى	384
241.	مَنْ أَنْتَ؟ قَالَتْ: أَنَا جَنَامَةُ الْفُرْنِيَّةِ، فَقَالَ: بَلْ أَنْتِ حَسَانَةُ الْفُرْنِيَّةِ	عائشة	الحاكم	صحيح	تغيير النبي (ص.س) للاسم القبيح إلى حسن تفاؤلاً	171
242.	مَنْ أَنْفَقَ نَفَقَةً فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَتَبَتْ لَهُ بِسَبْعِ مِائَةِ ضِعْفٍ	حُرَيْرُ بْنُ قَاتِكٍ	الترمذي	حسن	علاج البخل بالصدقة والتّفاؤل المعنوي بالأجر	460
243.	مَنْ تَزَوَّجَ فَقَدْ اسْتَكْمَلَ نِصْفَ الْإِيمَانِ، فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي التَّبَصُّفِ الْبَاقِي	أنس	الطبراني في الأوسط البيهقي في الشعب	ضعيف	الزّواج في الإسلام يحقق نصف الدين لما فيه من تركية النّفس وتحصينها عن الردائل	417
244.	مَنْ رَدَّتْهُ الطَّيْرَةُ مِنْ حَاجَةٍ فَقَدْ أَشْرَكَ	عبد الله بن عمرو	أحمد	حسن	الطّيّرة من البّشر	125
245.	مِنْ سَعَادَةِ ابْنِ آدَمَ ثَلَاثَةٌ	سَعْدُ بْنُ أَبِي وَقَّاصٍ	أحمد	صحيح	المرأة والمسكن والمركب من أسباب السعادة	140
246.	مَنْ صَمَتَ نَجَا	عبد الله بن عمرو	أحمد الترمذي	حسن	اللّسان هو أكثر ما يَدْخُلُ الناس النار	473
247.	مَنْ صُنِعَ إِلَيْهِ مَعْرُوفٌ فَقَالَ لِفَاعِلِهِ: جَزَاكَ اللَّهُ خَيْرًا فَقَدْ أَبْلَغَ فِي الثَّنَاءِ	أسامة بن زيد	الترمذي	حَسَنٌ غَرِيبٌ	من سنة النبي (ص.س) تحفيز الإنسان بالثناء عليه	443
248.	مَنْ ضَارَّ ضَارَّ اللَّهُ بِهِ، وَمَنْ شَاقَّ شَقَّ اللَّهُ عَلَيْهِ	أبو صرّمة	الترمذي	حسن غريب	السيطرة على دافع الغدوان وتحريم الضرر	469

249.	مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكْفِلْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْنُفْ	أبو هريرة	البخاري مسلم		من كمال الإيمان ضبط اللسان	447
250.	مَنْ كَانَتْ الْآخِرَةُ هَمَّهُ جَعَلَ اللَّهُ غَنَاهُ فِي قَلْبِهِ وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهْيَ رَاغِمَةٌ، وَمَنْ كَانَتْ الدُّنْيَا هَمَّهُ جَعَلَ اللَّهُ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ	أنس	الترمذي ابن ماجه	حسن	الفقر يكمن في الاهتمام بالدنيا والانكباب عليها أما الغنى فهو غنى النفس	459
251.	مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا	أبو هريرة	مسلم		الحث على تنفيس الكرب	254
252.	مَنْ وَضَعَ هَذَا ؟ فَأُخْبِرَ فَقَالَ اللَّهُمَّ فَفُتِّهْهُ فِي الدِّينِ	ابن عباس	البخاري مسلم		رفع معنويات الطفل بالثناء والتقدير	158
253.	مَنْ يَحْلُبُ هَذِهِ فَقَامَ رَجُلٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ لَهُ الرَّجُلُ: مُرَّةٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "اجْلِسْ" ... مَنْ يَحْلُبُ هَذِهِ؟" فَقَامَ رَجُلٌ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "مَا اسْمُكَ؟" فَقَالَ: يَعْيشُ. فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ (ص.س): "اخْلُبْ	يعيش الغفاري	مالك الطبراني في الكبير	حسن	تفاؤله (ص.س) بالأسماء	106
254.	مَنْ يَضْمَنْ لِي مَا بَيْنَ لَحْيَيْهِ وَمَا بَيْنَ رِجْلَيْهِ أَضْمَنْ لَهُ الْجَنَّةَ	سهل بن سعد	البخاري		تركية اللسان من العدوان	473
255.	مَنْ يَكْفُلُ لِي أَنْ لَا يَسْأَلَ النَّاسَ شَيْئًا	ثوبان	أبو داود ابن ماجه	صحيح	الاعتماد على النفس	159
256.	مِنْ بَيْنِ الْمَرْأَةِ أَنْ يَتَّبِعَ خَطْبَتُهَا، وَأَنْ يَتَّبِعَ صَدَاقَهَا	عائشة	أحمد ابن حبان الحاكم	صحيح	التفاؤل بالمرأة بتيسير خطبتها ومهرها	90
257.	الْمُؤْمِنُ الَّذِي يُخَالِطُ النَّاسَ، وَيَصْبِرُ عَلَى آذَانِهِمْ، أَعْظَمُ أَجْرًا مِنَ الْمُؤْمِنِ الَّذِي لَا يُخَالِطُ النَّاسَ، وَلَا يَصْبِرُ عَلَى آذَانِهِمْ	ابن عمر	أحمد ابن ماجه	حسن	الحث على الخلطة	27
258.	الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ	أبو هريرة	مسلم		الحث على تقوية الثقة بالنفس، والتحذير من الندم والحزن على الماضي	151
259.	الْمُؤْمِنُ يَأْكُلُ فِي مَعَى وَاحِدٍ، وَالْكَافِرُ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَفْعَاءٍ	عبد الله بن عمر	البخاري مسلم		المؤمن يقتصد في مطعمه وأما الكافر فمن شأنه الشره	391
260.	النَّدَمُ تَوْبَةٌ	عبد الله بن معقل	أحمد ابن ماجه ابن حبان	صحيح	الحث على الندم المحمود الذي يدفع لصالح العمل	231
261.	نِعَمَ الرَّجُلِ أَبُو بَكْرٍ، نِعَمَ الرَّجُلِ عُمَرُ، نِعَمَ الرَّجُلِ أَبُو عُبَيْدَةَ	أبو هريرة	الترمذي	حسن	المدح لتعزيز الصفات الإيجابية	174
262.	نِعَمَ أُمَمٍ الصَّالِحِ لِلرَّجُلِ الصَّالِحِ	عمرو ابن العاص	أحمد	صحيح	المدح والذم للمال متعلق بطرق كسبه وإنفاقه من قبل صاحبه	450

263.	النِّكَاحُ مِنْ سُنَّتِي، فَمَنْ لَمْ يَعْمَلْ بِسُنَّتِي فَلَيْسَ مِنِّي، وَتَزَوَّجُوا، فَإِنِّي مُكَاثِّرٌ بِكُمْ	عائشة	ابن ماجه	ضعيف	النكاح من السنة والتفريط في إرواء هذا الدافع منبوذ مرفوض	423
264.	هَذَا مَصْرُغٌ فَلَانٌ، قَالَ: وَيَضَعُ يَدُهُ عَلَى الْأَرْضِ "هَاهُنَا، هَاهُنَا"	أنس	مسلم		التفاؤل بالنصر في غزوة بدر	115
265.	هَذَا مَكْرَزٌ، وَهُوَ رَجُلٌ فَاجِرٌ... لَمَّا جَاءَ سَهْمِيلُ بْنُ عَمْرٍو، قَالَ النَّبِيُّ (ص.س): "لَقَدْ سَهَّلَ لَكُمْ مِنْ أَمْرِكُمْ"	المسور بن مخزومة ومروان بن الحكم	البخاري		تفاؤله (ص.س) بالأسماء	106
266.	هَلْ أَتَى عَلَيْكَ يَوْمٌ كَانَ أَشَدَّ مِنْ يَوْمٍ أُخِذَ... إِنْ شِئْتَ أَنْ أُطَبِّقَ عَلَيْهِمُ الْأُخْسَيْنَيْنِ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: بَلْ أَرْجُو أَنْ يُخْرِجَ اللَّهُ مِنْ أَصْلَابِهِمْ مَنْ يَعْبُدُ اللَّهَ وَخَدَهُ لَا يُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا	عائشة	البخاري مسلم		حسن الظن بالله تعالى والتفاؤل بالمستقبل	121
267.	هَلْ لَكَ مِنْ إِبِلٍ؟ قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: "مَا أَلَوَانُهَا؟" قَالَ: حُمْرٌ... قَالَ: "هَلْ فِيهَا مِنْ أَوْزَقٍ؟" قَالَ: نَعَمْ، قَالَ: "فَأَنَّى ذَلِكَ؟" قَالَ: لَعَلَّهُ نَزَعَهُ عِزِّي قَالَ: "فَلَعَلَّ ابْنَكَ هَذَا نَزَعَهُ"	أبو هريرة	البخاري مسلم		أثر الوراثة في انتقال خصائص المولود	306
268.	هِيَ اللُّوْطِيَّةُ الصَّغْرَى	عبد الله بن عمرو	أحمد	حسن	التنفير من إتيان المرأة في الدبر	421
269.	وَاللَّهُ لَا أَهْمِلُكُمْ عَلَى شَيْءٍ وَوَأَفْقُتُهُ، وَهُوَ غَضْبَانٌ وَلَا أَشْعُرُ" وَرَجَعْتُ حَزِينًا مِنْ مَنَعَ النَّبِيَّ (ص.س)، وَمِنْ خَفَافَةٍ أَنْ يَكُونَ النَّبِيُّ (ص.س) وَجَدَ فِي نَفْسِهِ عَلَيَّ	أبو موسى	البخاري مسلم		مشروعية الحزن على فوات الجهاد وغيره من الطاعات	273
270.	وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ، وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ، وَاللَّهُ لَا يُؤْمِنُ. قِيلَ: وَمَنْ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: "الَّذِي لَا يَأْمَنُ جَارُهُ بَوَائِقِهِ"	أبو هريرة	البخاري مسلم		إيجابية المسلم في التعامل مع الجار	150
271.	وَجَعَلَ النَّبِيُّ (ص.س)، يَصْرِفُ وَجْهَهُ الْفَضْلَ إِلَى الشَّقِيقِ الْآخِرِ	ابن عباس	البخاري مسلم		منع الذكور والإناث من أن ينظر بعضهم إلى بعض	435
272.	وَقَدْ وَجَدْتُمُوهُ؟ قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ: "ذَاكَ صَرِيحُ الْإِيمَانِ"	أبو هريرة	مسلم		للشيطان وسوسة في العقيدة	297
273.	وَكَانَ إِذَا غَلَبَهُ نَوْمٌ، أَوْ وَجَعَ عَنْ قِيَامِ اللَّيْلِ صَلَّى مِنَ النَّهَارِ ثِنْتَيْ عَشْرَةَ رُكْعَةً	عائشة	مسلم		من هدي النبي (ص.س) عدم مدافعة النوم إذا غلبه	398
274.	وَمَازَا أَعْدَدْتُ لَهَا". قَالَ: لَا شَيْءَ، إِلَّا أَنِّي أُحِبُّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ (ص.س)، فَقَالَ: أَنْتَ مَعَ مَنْ أُحِبِّبْتَ	أنس	البخاري مسلم		المحبة سبب في المعية يوم القيامة	382

275.	يَا أَبَا عُمَيْرٍ، مَا فَعَلَ التُّغَيْرُ "نَعَرَ كَانَ يَلْعَبُ بِهِ	أنس	البخاري مسلم		مباشرة الطفل	156
276.	يَا أَسْمَاءُ، إِنَّ الْمَرْأَةَ إِذَا بَلَغَتِ الْمَحِيضَ لَمْ تَصْلُحْ أَنْ يَرَى مِنْهَا إِلَّا هَذَا وَهَذَا	عائشة	أبو داود	ضعيف	أمر المرأة بإخفاء زينتها	434
277.	يَا أُمَّ سُلَيْمٍ أَمَا نَعْلَمِينَ أَنَّ شَرَطِي عَلَى رَبِّي، أَيُّ اشْتَرَطْتُ عَلَى رَبِّي فَقُلْتُ: إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ، أَرْضَى كَمَا يَرْضَى الْبَشَرُ، وَأَعْصِبُ كَمَا يَعْصِبُ الْبَشَرُ	أنس	مسلم		النبي (ص.س) كان يغضب غضباً لا يُخرجه عن الحق	488
278.	يَا أُتَيْسُ أَذْهَبْتَ حَيْثُ أَمَرْتُكَ؟	أنس	مسلم		التغاضي عن أخطاء الطفل	156
279.	يَا أَيُّهَا النَّاسُ، إِنَّ مِنْكُمْ مُنْفَرِينَ، فَمَنْ أَمَّ النَّاسَ فَلْيَتَجَوَّزْ	أبي مسعود	البخاري مسلم		الأمر بالتخفيف على المأمونين تلبية لحاجة الجسم	399
280.	يَا بِلَالُ أَقِمِ الصَّلَاةَ أَرْخَنَا بِهَا	بلال	أبو داود الدارقطني	صحيح	استفتاح الصلاة بالحمد لله تبت التَّقاؤل في نفس المصلي	92
281.	يَا حَكِيمُ إِنَّ هَذَا الْمَالَ خَضِرَةٌ خُلُوَّةٌ، فَمَنْ أَخَذَهُ بِسَخَاوَةِ نَفْسٍ بُورِكَ لَهُ فِيهِ	حكيم بن حزام	البخاري مسلم		التحذير من الحرص والطمع، ووجوب الاعتماد على النفس في الكسب	392
282.	يَا عَدِيُّ، هَلْ رَأَيْتَ الْحَيْرَةَ؟ قُلْتُ: لَمْ أَرَهَا، وَقَدْ أُتَيْتُ عَنْهَا، قَالَ "فَإِنْ طَالَتْ بِكَ حَيَاةٌ، لَتَرَى الظُّعِينَةَ تَرْجُلُ مِنَ الْحَيْرَةِ، حَتَّى تَطُوفَ بِالْكَعْبَةِ لَا تَخَافُ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ	عدي بن حاتم	البخاري		التقاؤل عند الأزمات	113
283.	يَا عَلِيُّ لَا تُتْبِعِ النَّظْرَةَ النَّظْرَةَ، فَإِنَّ لَكَ الْأُولَى وَلَيْسَتْ لَكَ الْآخِرَةُ	بُرَيْدَة	أبو داود الترمذي	غريب	التحذير من النظرة المحرمة	434
284.	يَا غُلَامُ أَتَأْذُنُ لِي أَنْ أُعْطِيَهُ الْأَشْيَاءَ؟ قَالَ: مَا كُنْتُ لِأَوْثِرَ بِفَضْلِي مِنْكَ أَحَدًا يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَأَعْطَاهُ إِيَّاهُ	سهل بن سعد	البخاري		زرع الثقة في نفس الطفل وإعطائه مكانته في مجالس الرجال	154
285.	يَا غُلَامُ إِنِّي أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ، احْفَظِ اللَّهَ يَحْفَظْكَ، احْفَظِ اللَّهَ يَجِدْهُ تُجَاهَكَ، إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ، وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ	ابن عباس	أحمد الترمذي الحاكم	حسن صحيح	ترسيخ العقيدة في الصغار	380
286.	يَا غُلَامُ هَلْ مَعَكَ مِنْ لَبَنٍ؟...، فَمَسَحَ رَأْسِي، وَقَالَ (ص.س): "إِنَّكَ غُلَامٌ مُعَلَّمٌ	ابن مسعود	أحمد ابن حبان	حسن	تعزيز الصفات الإيجابية	173
287.	يَا لَبَيْكَ نَحْنُ أَخَذْنَا فَالْكَ مِنْ فَيْكَ، اخْرُجُوا بِنَا إِلَى خَضِرَةٍ، فَخَرَجُوا إِلَيْهَا فَمَا سَلَّ فِيهَا سَيْفٌ	عمرو بن عوف	الكبراني في الكبير والأوسط أبو نعيم	ضعيف	تفاؤله (ص.س) بأسماء الأماكن	109
288.	يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ، مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ	ابن مسعود	البخاري		الزواج في حق المستطيع هو أفضل	421

	الباءة فليتزوج، فإنه أعص للبر، وأحصن للفرج		مسلم		الحلول لتحسين النفس، وإرشاد العاجز إلى الصوم لأن شهوة النكاح تابعة لشهوة الطعام
289.	يأتي الشيطان أحدكم فيقول: من خلق كذا وكذا؟ حتى يقول له: من خلق ربك؟ فإذا بلغ ذلك، فليستعذ بالله وليئته	أبو هريرة	البخاري مسلم	290	وسوسة الشيطان في العقيدة من المثبرات الداخلية للخواطر
290.	يدخل الجنة من أمي سبعون ألفاً بغير حساب، قالوا: من هم يا رسول الله؟ قال: "هم الذين لا يستزفون، ولا يتطيرون، ولا يكتفون، وعلى ربهم يتوكلون"	ابن عباس	البخاري مسلم	132	مدح المتفائلين المتوكلين
291.	يعقذ الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقدة يضرب كل عقدة	أبو هريرة	البخاري مسلم	401	للشيطان تأثير بأن يجعل النوم له أثر سلبى على الإنسان
292.	يقول ابن آدم: مالي، مالي، قال: وهل لك، يا ابن آدم من مالك إلا ما أكلت فأفنيته، أو لبست فأبليت، أو تصدقت فأفصيت؟	عن عبد الله بن الشخير	مسلم	457	فعلاج البخل هو تذكر الموت الذي يرهق بالدنيا ويدفع للآخرة
293.	يمن الخيل في الشفر	ابن عباس	الترمذي	89	التفاؤل بالخيل الشفر
294.	يهرم ابن آدم وتشتب منه اثنتان: الحرص على المال، والحرص على العمر	أنس	مسلم	452	يحرص الإنسان على المال وإن تقدم به العمر

قائمة المصادر والمراجع

- القرآن الكريم

1. إبراهيم، عبد الستار، عين العقل (دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني والمهارات الإيجابية)، سلسلة الممارس النفسي (1)، مكتبة الأنجلو المصرية، ط: 1، 2008م.
2. إبراهيم، عبد الستار، القلق قيود من الوهم، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ط: بلا.
3. ابن أبي الدنيا، أبو بكر عبد الله بن مُجَدِّد بن عبيد بن سفيان بن قيس البغدادي الأموي القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (المتوفى: 281هـ)، قصر الأمل، تح: مُجَدِّد خير رمضان يوسف، دار ابن حزم، بيروت، ط: 2، 1417هـ - 1997م.
4. ابن أبي جمرة، أبو مُجَدِّد، عبد الله بن سعد بن أحمد بن أبي جمرة الأزدي الأندلسي، الأنصاري (ت ٧٢٦هـ) بهجة النفوس وتحليلها بمعرفة ما لها وما عليها شرح مختصر صحيح البخاري، دار الكتب العلمية، بيروت، ط: بلا.
5. ابن أبي عاصم، أبو بكر بن أبي عاصم وهو أحمد بن عمرو بن الضحاك بن مخلد الشيباني (المتوفى: 287هـ)، السنّة، تح: مُجَدِّد ناصر الدين الألباني، المكتب الإسلامي، ط: 1، 1400هـ - 1980م، عدد الأجزاء: 2.
6. ابن الأثير، مجد الدين أبو السعادات المبارك بن مُجَدِّد بن مُجَدِّد بن عبد الكريم الشيباني الجزري ابن الأثير (المتوفى: 606هـ)، النهاية في غريب الحديث والأثر، تح: طاهر أحمد الزاوي - محمود مُجَدِّد الطناحي، المكتبة العلمية، بيروت، ط: بلا، 1399هـ - 1979م، عدد الأجزاء: 5.
7. ابن الجوزي، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن مُجَدِّد (المتوفى: 597هـ)، الطب الروحاني، تح: مُجَدِّد السعيد بن بسيوني زغلول، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، ط: بلا، 1406هـ، 1986م.
8. ابن الصّلاح، عثمان بن عبد الرحمن، أبوعمر، تقي الدين المعروف بابن الصّلاح (المتوفى: 643هـ)، معرفة أنواع علوم الحديث، ويُعرف بمُقَدِّمة ابن الصّلاح، تح: د. نور الدين عتر، دار الفكر - سوريا، دار الفكر المعاصر - بيروت، 1406هـ - 1986م، عدد الأجزاء: 1.

9. ابن العربي، القاضي مُجَدُّ بن عبد الله أبو بكر بن العربي المعافري الاشبيلي المالكي (المتوفى: 543هـ)، أحكام القرآن الكريم، راجع أصوله وخرج أحاديثه وعلّق عليه: مُجَدُّ عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 3، 1424 هـ - 2003م، عدد الأجزاء: 4.
10. ابن العربي، القاضي مُجَدُّ بن عبد الله أبو بكر بن العربي المعافري الاشبيلي المالكي (المتوفى: 543هـ)، المسالك في شرح مُوطَّأ مالك، قرأه وعلّق عليه: مُجَدُّ بن الحسين السُّلَيْماني وعائشة بنت الحسين السُّلَيْماني، قدّم له: يوسف القُرْضَاوي، دار الغرب الإسلامي، ط: 1، 1428 هـ - 2007م.
11. ابن العماد، عبد الحي بن أحمد بن مُجَدُّ ابن العماد العكري الحنبلي، أبو الفلاح (ت ١٠٨٩هـ)، شذرات الذهب في أخبار من ذهب، تح: محمود الأرناؤوط، عبد القادر الأرناؤوط، دار ابن كثير، دمشق - بيروت، ط: 1، ١٤٠٦ هـ - ١٩٨٦ م. عدد الأجزاء: 11.
12. ابن القَيِّم، أبو عبد الله مُجَدُّ بن أبي بكر بن أيوب ابن قيم الجوزية (المتوفى: 691 - 751هـ)، إغاثة اللفهان في مصائد الشَّيْطَان، تح: مُجَدُّ عزيز شمس، خرج أحاديثه: مصطفى بن سعيد إيتيم، دار عالم الفوائد - مكة المكرمة، ط: 1، 1432 هـ، عدد الأجزاء: 2.
13. ابن القَيِّم، مُجَدُّ بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، زاد المعاد في هدي خير العباد، مؤسسة الرسالة، بيروت - مكتبة المنار الإسلامية، الكويت، ط: 27، 1415هـ / 1994م، عدد الأجزاء: 5.
14. ابن القَيِّم، مُجَدُّ بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي أو الداء والدواء، دار المعرفة - المغرب، ط: بلا، 1418هـ - 1997م، عدد الأجزاء: 1.
15. ابن القَيِّم، مُجَدُّ بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، الرُّوح في الكلام على أرواح الأموات والأحياء بالدلائل من الكتاب والسُّنَّة، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1.
16. ابن القَيِّم، مُجَدُّ بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2.

17. ابن القَيِّم، مُجَدِّد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، تح: مُجَدِّد المعتمد بالله البغدادي، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: 3، 1416 هـ - 1996م، عدد الأجزاء: 2.
18. ابن القَيِّم، مُجَدِّد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (المتوفى: 751هـ)، طريق المهجرتين وباب السعادتين، دار السلفية، القاهرة، مصر، ط: 2، 1394هـ، عدد الأجزاء: 1.
19. ابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن تيمية الحراني (المتوفى: 728هـ)، مجموع الفتاوى، تح: عبد الرحمن بن مُجَدِّد بن قاسم، مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف، المدينة النبوية، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1416 هـ - 1995م.
20. ابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام بن عبد الله بن أبي القاسم بن مُجَدِّد ابن تيمية الحراني الحنبلي الدمشقي (المتوفى: 728هـ)، أمراض القلب وشفائها، المطبعة السلفية - القاهرة، ط: 2، 1399هـ، عدد الأجزاء: 1.
21. ابن جزى الكلبي، أبو القاسم مُجَدِّد بن أحمد بن مُجَدِّد بن عبد الله، ابن جزى الكلبي الغرناطي (المتوفى: 741هـ)، التسهيل لعلوم التنزيل، تح: د. عبد الله الخالدي، شركة دار الأرقم بن أبي الأرقم - بيروت، ط: 1، 1416 هـ، عدد الأجزاء: 2.
22. ابن حبان، مُجَدِّد بن حبان بن أحمد بن حبان بن معاذ بن مَعْبَد، التميمي، أبو حاتم، الدارمي، البُستي (المتوفى: 354هـ)، صحيح ابن حبان بترتيب ابن بلبان، تح: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة - بيروت، ط: 2، 1414 هـ - 1993م، عدد الأجزاء: 18 (17 جزء ومجلد فهارس).
23. ابن حجر الهيتمي، أحمد بن مُجَدِّد بن علي بن حجر الهيتمي السعدي الأنصاري، شهاب الدين شيخ الإسلام، أبو العباس (المتوفى: 974هـ)، الزَّوْجَر عن اقتراف الكبائر، دار الفكر، ط: 1، 1407 هـ - 1987م، عدد الأجزاء: 2

24. ابن حجر، أبو الفضل أحمد بن علي بن مُجَدِّد بن أحمد بن حجر العسقلاني (المتوفى: 852هـ)، الأُمالي المطلقة، تح: حمدي بن عبد المجيد بن إسماعيل السلفي، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 1، 1416 هـ - 1995م، عدد الأجزاء: 1.
25. ابن حجر، أبو الفضل أحمد بن علي بن مُجَدِّد بن أحمد بن حجر العسقلاني (المتوفى: 852هـ)، التلخيص الخبير في تخريج أحاديث الرافعي الكبير، دار الكتب العلمية، ط: 1، 1419هـ. 1989م، عدد الأجزاء: 4.
26. ابن حجر، أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني (المتوفى: 852هـ)، فتح الباري شرح صحيح البخاري، رَقْم كُتُبِهِ وَأَبْوَابُهُ وَأَحَادِيثُهُ: مُجَدِّدُ فَوَادِ عَبْدِ الْبَاقِي، قَامَ بِإِخْرَاجِهِ وَصَحَّحَهُ وَأَشْرَفَ عَلَى طَبْعِهِ: مُحَمَّدُ الدِّينُ الْخَطِيبُ، ط: بلا، دار المعرفة - بيروت، ط: بلا، 1379هـ، عدد الأجزاء: 13.
27. ابن دريد، أبو بكر مُجَدِّد بن الحسن بن دريد الأزدي (المتوفى: 321هـ)، جُمُهرَةُ اللُّغَةِ، تح: رمزي منير بعلبكي، دار العلم للملايين - بيروت، ط: 1، 1987م.
28. ابن عاشور، مُجَدِّد الطاهر بن مُجَدِّد بن مُجَدِّد الطاهر بن عاشور التونسي (المتوفى: 1393هـ)، التحرير والتنوير «تحرير المعنى السديد وتنوير العقل الجديد من تفسير الكتاب المجيد»، الدار التونسية للنشر - تونس، ط: بلا، 1984هـ، عدد الأجزاء: 30.
29. ابن عبد البر، أبو عمر يوسف بن عبد الله بن مُجَدِّد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (المتوفى: 463هـ)، التمهيد لما في الموطأ من المعاني والأسانيد، تح: مصطفى بن أحمد العلوي، مُجَدِّد عبد الكبير البكري، وزارة عموم الأوقاف والشؤون الإسلامية - المغرب، ط: بلا، 1387 هـ، عدد الأجزاء: 24.
30. ابن عبد البر، أبو عمر يوسف بن عبد الله بن مُجَدِّد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (المتوفى: 463هـ)، الاستذكار، تح: سالم مُجَدِّد عطا، مُجَدِّد علي معوض، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1421هـ - 2000م، عدد الأجزاء: 9.
31. ابن عطاء، ابن عطاء الله السكندري (المتوفى: 709هـ)، الحكم العطائية، مع شرح ابن عباد، مؤسسة الأهرام، القاهرة، ط: 1، 1408هـ - 1988م.

32. ابن فارس، أحمد بن فارس بن زكرياء القزويني الرازي، أبو الحسين (المتوفى: 395هـ)، معجم مقاييس اللغة،
تح: عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، ط: بلا، 1399 هـ - 1979م، عدد الأجزاء: 6.
33. ابن قتيبة، أبو محمد عبد الله بن مسلم بن قتيبة الدينوري (المتوفى: 276هـ)، تأويل مختلف الحديث، المكتب
الإسلامي - مؤسسة الإشراف، ط: 2، مزيدة ومنقحة 1419هـ - 1999م، عدد الأجزاء: 1.
34. ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (المتوفى: 774هـ)، تفسير القرآن
العظيم، تح: محمد حسين شمس الدين، دار الكتب العلمية، منشورات محمد علي بيضون - بيروت، ط: 1، 1419 هـ.
35. ابن كثير، أبو الفداء إسماعيل بن كثير (701 - 774 هـ)، السيرة النبوية (من البداية والنهاية لابن كثير)،
تح: مصطفى عبد الواحد، الناشر: عيسى البابي الحلبي، القاهرة، 1395 هـ - 1976 م، عدد الأجزاء: 4.
36. ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، وماجه اسم أبيه يزيد (المتوفى: 273هـ)، سنن ابن ماجه، تح:
محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية - فيصل عيسى البابي الحلبي، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2.
37. ابن مسكويه، أبو علي أحمد بن محمد بن يعقوب مسكويه (المتوفى: 421هـ)، تهذيب الأخلاق وتطهير
الأعراق، حققه وشرح غريبه: ابن الخطيب، مكتبة الثقافة الدينية، ط: 1، عدد الأجزاء: 1.
38. ابن مفلح، محمد بن مفلح بن محمد بن مفرج، أبو عبد الله، شمس الدين المقدسي الراميني ثم الصالحي الحنبلي
(المتوفى: 763هـ)، الآداب الشرعية والمنح المرعية، عالم الكتب، ط: بلا، عدد الأجزاء: 3.
39. ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفي الإفريقي (المتوفى:
711هـ)، لسان العرب، دار صادر - بيروت، ط: 3، 1414 هـ. عدد الأجزاء: 15.
40. ابن هشام، عبد الملك بن هشام بن أيوب الحميري المعافري، أبو محمد، جمال الدين (المتوفى: 213هـ)، السيرة
النَّبَوِيَّة لابن هشام، تح: مصطفى السقا وإبراهيم الأبياري وعبد الحفيظ الشلبي، شركة مكتبة ومطبعة
مصطفى البابي الحلبي وأولاده بمصر، ط: 2، 1375هـ - 1955م.
41. أبو داود، سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (المتوفى: 275هـ)، سنن
أبي داود، تح: محمد محيي الدين عبد الحميد، المكتبة العصرية، صيدا - ط: بلا، بيروت، عدد الأجزاء: 4.
42. أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، علم النفس الإرشادي، دار المسيرة، عمان، الأردن، ط: 1، 2011م.

43. أبو زيد، مدحت عبد الحميد، **العلاج النفسي وتطبيقاته الجماعية - العلاج بضبط الذات والعلاج العقلائي الانفعالي السلوكي - دراسات تدخلية وبروتوكولات علاجية**، دار المعارف الجامعية، ط: 5، 2003م.
44. أبو زيد، إبراهيم، **سيكولوجية الذات والتوافق**، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية، ط: بلا، ١٩٨٧م.
45. أبو فايد، ريم محمود يوسف، **فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتخفيف حدة الاكتئاب لدى مرضى الفشل الكلوي**، رسالة ماجستير في قسم علم النفس من كلية التربية في الجامعة الإسلامية، غزة، 1431هـ-2010م.
46. أبو نعيم، أحمد بن عبد الله بن أحمد بن إسحاق بن موسى بن مهران الأصبهاني (المتوفى: 430هـ)، **الطب النبوي**، تح: مصطفى خضر دوغان التركي، دار ابن حزم، ط: 1، 2006 م.
47. أبو يعلى، أحمد بن علي بن المثنى بن يحيى بن عيسى بن هلال التميمي، الموصلي (المتوفى: 307هـ)، **مسند أبي يعلى**، تح: حسين سليم أسد، دار المأمون للتراث - دمشق، ط: 1، 1404هـ - 1984م، عدد الأجزاء: 13.
48. الأجرى، أبو بكر محمد بن الحسين بن عبد الله الأجرى البغدادي (المتوفى: 360هـ)، **أخلاق أهل القرآن**، حققه وخرج أحاديثه: الشيخ محمد عمرو عبد اللطيف بإشراف المكتب السلفي لتحقيق التراث، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 3، 1424هـ - 2003م، عدد الأجزاء: 1.
49. أحمد، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (المتوفى: 241هـ)، **مسند الإمام أحمد بن حنبل**، تح: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1421هـ - 2001م.
50. أحمد شلبي، **المسيحية**، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ط: بلا، 1965م.
51. الأخضر، قويدري، **دور الإرشاد النفسي المعرفي والروحي في علاج الاضطرابات النفسية الإيجابية**، سلسلة الممارس النفسي (1)، مكتبة الأنجلو المصرية، ط: 1، 2008م.
52. أدوارد، ديونو، **تعليم التفكير**، ترجمة: عادل عبد الكريم، وإياد ملحم، وتوفيق العمري، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، ط: 1، 1989م.
53. أرسطو، طالس، **النفس**، ترجمة وتقديم د. أحمد فؤاد الأهواني، دار إحياء الكتب العربية، القاهرة، ط: 2، 1962م. ص 27.
54. أسعد، ميخائيل إبراهيم، **مشكلات الطفولة والمراهقة**، دار الآفاق للنشر والتوزيع، مصر، ط: بلا، 1991م.

55. الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن مُجَدَّ المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: 502هـ)، الذريعة إلى مكارم الشريعة، تح: أبو اليزيد أبو زيد العجمي، دار السلام- القاهرة، ط: بلا، 1428 هـ - 2007 م، عدد الأجزاء: 1.
56. الألوسي، شهاب الدين محمود بن عبد الله الحسيني الألوسي (المتوفى: 1270هـ)، روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، تح: علي عبد الباري عطية، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1415 هـ، عدد الأجزاء: 16 (15 مجلد فهارس).
57. أنيس، إبراهيم، عبد الحلیم المنتصر، عطية الصوالحي، ومُجَدَّ خلف الله أحمد، المعجم الوسيط، وأشرف على الطبع: حسن علي عطية ومُجَدَّ شوقي أمين، ط: 2.
58. البخاري، مُجَدَّ بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي (المتوفى: 256هـ)، الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله (ص.س) وسننه وأيامه = صحيح البخاري، تح: مُجَدَّ زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة (مصورة عن السُلْطَانِيَّة بإضافة ترقيم مُجَدَّ فؤاد عبد الباقي)، ط: 1، 1422 هـ. عدد الأجزاء: 9.
59. البرزنجي، ذكريات، التَّفَاوُل والتَّشَاوُم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان الأردن، ط: 1، 2010 م.
60. بركات، آسيا بنت علي راجح، العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكْتِتَاب لدى بعض المراهقين المراجعين لمشفى الصحة النَّفْسِيَّة بالطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية، 2000 م.
61. بركات، زياد، دراسة في سيكولوجية الشخص: التَّفَاوُل والتَّشَاوُم وعلاقته ببعض المتغيرات بالطالب الجامعي، جامعة القدس المفتوحة، مركز طولكرم، فلسطين، 1998 م.
62. البزار، أبو بكر أحمد بن عمرو بن عبد الخالق بن خلاد بن عبيد الله العتكي المعروف بالبزار (المتوفى: 292هـ)، مسند البزار المنشور باسم البحر الزخار، تح: محفوظ الرحمن زين الله، (حقق الأجزاء من 1 إلى 9) وعادل بن سعد (حقق الأجزاء من 10 إلى 17) وصبري عبد الخالق الشافعي (حقق الجزء 18)، مكتبة العلوم والحكم، المدينة المنورة، ط: 1، (بدأت 1988 م، وانتهت 2009 م).

63. البغوي، محيي السنّة أبو مُحمّد الحسين بن مسعود بن مُحمّد بن الفراء البغوي الشافعي (المتوفى: 516هـ)، شرح السنّة، تح: شعيب الأرناؤوط-مُحمّد زهير الشاويش، المكتب الإسلامي - دمشق، بيروت، ط: 2، 1403هـ - 1983م، عدد الأجزاء: 15.
64. البغوي، محيي السنّة، أبو مُحمّد الحسين بن مسعود البغوي (المتوفى: 510هـ)، معالم التنزيل في تفسير القرآن = تفسير البغوي، حققه وخرج أحاديثه مُحمّد عبد الله النمر - عثمان جمعة ضميرية - سليمان مسلم الحرش، دار طبية للنشر والتوزيع، ط: 4، 1417 هـ - 1997 م، عدد الأجزاء: 8.
65. بكار، عبد الكريم، مدخل إلى التنمية المتكاملة رؤية إسلامية، دمشق، دار القلم، ط: 4.
66. بورقية، داود، مظاهر تحقيق الصحة النفسيّة في الإسلام. مجلة دراسات نفسية، العدد (8).
67. البوصيري، أبو العباس شهاب الدين أحمد بن أبي بكر بن إسماعيل بن سليم بن قايماز بن عثمان البوصيري الكناني الشافعي (المتوفى: 840هـ)، مصباح الزجاجة في زوائد ابن ماجه، تح: مُحمّد المنتقى الكشناوي، دار العربية - بيروت، ط: 2، 1403 هـ، عدد الأجزاء: 4.
68. بوميل، سيد، علاج الاكتئاب بالوسائل الطبيعية، ترجمة وطباعة: مكتبة جرير، ط: 1، 2004م.
69. البضاوي، ناصر الدين أبو سعيد عبد الله بن عمر بن مُحمّد الشيرازي البضاوي (المتوفى: 685هـ)، أنوار التنزيل وأسرار التأويل، تح: مُحمّد عبد الرحمن المرعشلي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 1، 1418 هو عدد الأجزاء: 5.
70. البيهقي، أحمد بن الحسين بن علي بن موسى الحُسُورجُردِي الخراساني، أبو بكر البيهقي (المتوفى: 458هـ)، المدخل إلى السنن الكبرى، تح: د. مُحمّد ضياء الرحمن الأعظمي، دار الخلفاء للكتاب الإسلامي - الكويت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1.
71. البيهقي، أحمد بن الحسين بن علي بن موسى الحُسُورجُردِي الخراساني، أبو بكر البيهقي (المتوفى: 458هـ)، شعب الإيمان، حققه وراجع نصوصه وخرج أحاديثه: د. عبد العلي عبد الحميد حامد، أشرف على تحقيقه وتخرّيج أحاديثه: مختار أحمد الندوي، صاحب الدار السلفية ببومباي - الهند، مكتبة الرشد للنشر والتوزيع بالرياض بالتعاون مع الدار السلفية ببومباي بالهند، ط: 1، 1423 هـ - 2003 م، عدد الأجزاء: 14 (13)، ومجلد للفهارس).

72. البيهقي، أحمد بن الحسين بن علي بن موسى الحُسْرُو جردى الخراساني، أبو بكر البيهقي (المتوفى: 458هـ)، السنن الكبرى، تح: مُجَدِّد عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 3، 1424 هـ - 2003 م.
73. الترمذي، مُجَدِّد بن عيسى بن سُوْرَة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (المتوفى: 279هـ)، سنن الترمذي، تح: أحمد مُجَدِّد شاكر (ج 1، 2) - ومُجَدِّد فؤاد عبد الباقي (ج 3) - وإبراهيم عطوة عوض المدرس في الأزهر الشريف (ج 4، 5)، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي - مصر، ط: 2، 1395 هـ - 1975 م، عدد الأجزاء: 5 أجزاء.
74. تريسي، برايان، غير تفكيرك غير حياتك، ترجمة ونشر مكتبة جرير، الرياض، ط 1، 2007م.
75. توفيق، مُجَدِّد عز الدين، التأصيل الإسلامي للدراسات التفسيريّة، دار السلام، مصر - القاهرة، ط: 1، 1423، 2002م.
76. توفيق، عبد المنعم توفيق، فاعلية برنامج إرشادي لخفض الأعراض الاكتئابية لدى طلاب الجامعة، 1997م.
77. الثبيتي، إبراهيم سعيد عالي، مفهوم الذات والتحصيل الدراسي والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى ذوي المشكلات من المرحلة الثانوية بمدينة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة. مكة المكرمة: جامعة أم القرى، 1409هـ.
78. الجاحظ، عمرو بن بحر بن محبوب الكنانى بالولاء، الليثي، أبو عثمان، الشهير بالجاحظ (المتوفى: 255هـ)، الحيوان، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 2، 1424هـ، عدد الأجزاء: 7.
79. الجدعاني، حامد بن حميدان، الوسوسة وأحكامها في الفقه الإسلامي، دار الأندلس الخضراء، جدة، ط: بلا.
80. الجرجاني، علي بن مُجَدِّد بن علي الزين الشريف الجرجاني (المتوفى: 816هـ)، كتاب التّعريفات، المحقق: ضبطه وصححه جماعة من العلماء بإشراف الناشر، دار الكتب العلمية بيروت - لبنان، ط: 1، 1403 هـ - 1983 م، عدد الأجزاء: 1.
81. جوزيف ميرني، قوة عقلك الباطن، ترجمة ونشر مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية، الرياض، ط 3، 2007م.
82. الجوهري، أبو نصر إسماعيل بن حماد الجوهري الفارابي (المتوفى: 393هـ)، منتخب من صحاح الجوهري، ط: بلا.

83. الحاكم، أبو عبد الله الحاكم مُجَدِّد بن عبد الله بن مُجَدِّد بن حمدويه بن نُعيم بن الحكم الضبي الطهماني النيسابوري المعروف بابن البيع (المتوفى: 405هـ)، المستدرك على الصحيحين، تح: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1411هـ - 1990م، عدد الأجزاء: 4.
84. الحامد، مُجَدِّد، جريدة عكاظ، العدد 14492، الصادر يوم الاثنين الموافق 1427/4/3هـ...
85. الحاوري، محمد عبد الله، الإيجابية في حياة المسلم، دار الوفاء، ط: 1، 2009م.
86. الحبيب، طارق بن علي، الوُسْوَاس القهري مرض نفسي أم أحاديث شيطانية، مؤسسة الجريسي، الرياض، ط: 1، 1424هـ، 2003م.
87. الحبيب، طارق بن علي، مفاهيم خاطئة عن الطب النَّفسي، دار المسلم، الرياض، ط: 1، 1419هـ - 1999م.
88. حجازي، مصطفى، الإنسان المهدور، المركز الثقافي العربي، بيروت لبنان، ط: 1، 2005م.
89. حجازي، مصطفى، إطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النَّفس الإيجابي)، التنوير للطباعة والنشر، بيروت، لبنان، ط: بلا، 2012م.
90. حريزي، أسامه، التطوير الذَّاتي، دار المجتمع، جدة. ط: 1، 1424هـ.
91. حسين، طه عبد العظيم - وحسين، سلامة عبد العظيم، استراتيجيات إدارة الضُّغوط التربوية والنَّفسيَّة، دار الفكر، عمان، الأردن، ط: 1، 2006م.
92. الحسين، أسماء عبد العزيز، المدخل الميسر إلى الصحة النَّفسيَّة والعلاج النَّفسي، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، السعودية، الرياض، ط: 1، 2002م.
93. الحسيني، عبد العزيز بن عبد الله، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار كنوز إشبيلية، الرياض، ط: 2، 1426هـ - 2005م.
94. حويتي، أحمد، علاقة البطالة بالجريمة والانحراف في الوطن العربي، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، ط: بلا، 1419-1998م.

95. الخطّابي، أبو سليمان حمد بن مُحمَّد الخطّابي (ت 388 هـ)، أعلام الحديث في شرح صحيح البخاري، تح: مُحمَّد بن سعد بن عبد الرحمن آل سعود، جامعة أم القرى (مركز البحوث العلمية وإحياء التراث الإسلامي)، ط: 1، 1409 هـ - 1988 م، عدد الأجزاء: 4.
96. الخطر اليهودي، بروتوكولات حكماء صهيون، ترجمة مُحمَّد خليفة التونسي، دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان، ط: 4.
97. خليل، مُحمَّد رشيد، علم النَّفس الإسلامي العام والتربوي، دار القلم، الكويت، ط: 1، 1407 م.
98. الخواجة، حمدي سعيد، وهذا علاج الاكتئاب في الدين. مجلة النور، العدد (254)، دار عالم الكتب، 2002 م.
99. الدارقطني، أبو الحسن علي بن عمر بن أحمد بن مهدي بن مسعود بن النعمان بن دينار البغدادي (المتوفى: 385 هـ)، العلل الواردة في الأحاديث النَّبَوِيَّة، تحقيق وتخريج: محفوظ الرحمن زين الله السلفي، دار طبية - الرياض، ط: 1، 1405 هـ - 1985 م، عدد الأجزاء: 11.
100. دبلو، سكوت، قوة التفكير الإيجابي في الأعمال، مكتبة العبيكان، الرياض، ط: 1، 1424 هـ.
101. الدقر، مُحمَّد نزار، روائع الطب الإسلامي، المكتبة الشاملة، ط: بلا.
102. الدهلوي، أحمد بن عبد الرحيم بن الشهيد وجيه الدين بن معظم بن منصور المعروف بـ «الشاه ولي الله الدهلوي»، (المتوفى: 1176 هـ)، حجة الله البالغة، تح: السيد سابق، دار الجيل، بيروت - لبنان، ط: 1، 1426 هـ - 2005 م.
103. الدوسري، عبد الرحمن، النفاق آثاره ومفاهيمه، مكتبة الرشد ناشرون، السعودية، الرياض، ط: 2، 1404 هـ.
104. دياب، عبد الحميد، وقرقوز، أحمد، مع الطب في القرآن الكريم، مؤسسة علوم القرآن - دمشق. ط: 2، 1402 هـ - 1982 م.
105. ديورنت، ول، قصة الحضارة، ترجمة زكي نجيب محمود، مطبعة لجنة التأليف والترجمة والنشر، جامعة الدول العربية، ط: 2.
106. راجح، أحمد عزت، أصول علم النَّفس، دار الكتاب العربي للطباعة والنشر، القاهرة، ط: 7، 1968 م.
107. الرازي، زين الدين أبو عبد الله مُحمَّد بن أبي بكر بن عبد القادر الحنفي الرازي (المتوفى: 666 هـ)،

108. مختار الصحاح، تح: يوسف الشيخ مُجَدِّد، المكتبة العصرية - الدار النموذجية، بيروت - صيدا، ط: 5،

1420، هـ - 1999م، عدد الأجزاء: 1.

109. الرازي، أبو عبد الله مُجَدِّد بن عمر بن الحسن بن الحسين التيمي الرازي الملقب بفخر الدين الرازي خطيب الري

(المتوفى: 606هـ)، مفاتيح الغيب = التفسير الكبير، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 3، 1420 هـ.

110. الراغب الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن مُجَدِّد المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: 502هـ)، الدررعة إلى

مكارم الشريعة، تح: أبو البزید أبو زید العجمي، دار السلام - القاهرة، 1428 هـ - 2007 م، ط: بلا،

عدد الأجزاء: 1.

111. الراغب الأصفهاني، أبو القاسم الحسين بن مُجَدِّد المعروف بالراغب الأصفهاني (المتوفى: 502هـ)، المفردات في

غريب القرآن، تح: صفوان عدنان الداودي، دار القلم، الدار الشامية - دمشق بيروت، ط: 1، 1412 هـ..

112. رضوان، سامر، الصحة النفسية، دار المسيرة، عمان، ط: 2، 2007م

113. الرقيب، سعد بن صالح، أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية، كلية

التربية، جامعة الباحة، 2008م.

114. الرقيب، سعد بن صالح، التفكير الإيجابي، ضمن سلسلة مهارات الحياة المثلى، مكتبة لبنان، بيروت ط: 1،

٢٠٠٥م.

115. ريتشاردوم، شوين، علم الأمراض النفسية والعقلية، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة، القاهرة، دار النهضة

العربية، ط: بلا، 1979م.

116. الزبيدي، محمد بن محمد بن عبد الرزاق الحسيني، أبو الفيض، الملقب بمرتضى، الزبيدي (المتوفى: 1205هـ)،

تاج العروس من جواهر القاموس، تح: مجموعة من المحققين، دار الهداية، ط: بلا.

117. الزمخشري، أبو القاسم محمود بن عمرو بن أحمد، الزمخشري جار الله (المتوفى: 538هـ)، الفائق في غريب

الحديث والأثر، تح: علي مُجَدِّد البجاوي - مُجَدِّد أبو الفضل إبراهيم، دار المعرفة - لبنان، ط: 2، عدد الأجزاء: 4.

118. الزنتاني، عبد الحميد، أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية، الدار العربية للكتاب، لبيان تونس، ط: بلا،

1984م.

119. زهران، حامد زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، القاهرة، ط4، 1426-2005 م.
120. الزيات، أحمد، وآخرون، مجمع اللغة العربية بالقاهرة، المعجم الوسيط، دار الدعوة، ط: بلا.
121. الزيد، عبد الرحمن، الهدى الإسلامي للغرائز عند الإنسان، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، 1417هـ.
122. الزين، سميح. معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة، مجمع البيان الحديث، دار الكتاب اللبناني، بيروت، لبنان، ط: بلا، 1991م.
123. سالم، محمد شريف، الوسواس القهري، مكتبة دار العقيدة، القاهرة، الأزهر، ط 5، 2008م.
124. السباعي، زهير أحمد، القلق وكيف نتخلص منه، دار القلم، دمشق، ط3، 1420 هـ - 1999 م.
125. ستور، أنتني، الغدوان البشري، ترجمة (أحمد محمد غالي، إلهام عبد الظاهر)، الاسكندرية، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ط: 1، 1975م.
126. السخاوي، شمس الدين أبو الخير محمد بن عبد الرحمن بن محمد السخاوي (المتوفى: 902هـ)، المقاصد الحسنة في بيان كثير من الأحاديث المشتهرة على السنة، تح: محمد عثمان الخشت، دار الكتاب العربي - بيروت، ط: 1، 1405 هـ - 1985م، عدد الأجزاء: 1.
127. السعدي، عبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله السعدي (المتوفى: 1376هـ)، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تح: عبد الرحمن بن معلا اللويحق، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1420 هـ - 2000 م، عدد الأجزاء: 1.
128. السفاريني، شمس الدين، أبو العون محمد بن أحمد بن سالم السفاريني الحنبلي (المتوفى: 1188هـ)، غذاء الألباب في شرح منظومة الآداب، مؤسسة قرطبة - مصر، ط: 2، 1414 هـ - 1993م، عدد الأجزاء: 2.
129. السلطاني عزيمة عباس، تأثير منهج إرشادي لتنمية التفكير الإيجابي، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 3، العدد 3، أيلول 2010.
130. السمدوني، السيد إبراهيم، الذكاء الوجداني أسسه وتطبيقاته وتنميته، دار الفكر عمان، ط: 1، 2007م.
131. السندي، محمد بن عبد الهادي التتوي، أبو الحسن، نور الدين السندي (المتوفى: 1138هـ)، حاشية السندي على سنن ابن ماجه = كفاية الحاجة في شرح سنن ابن ماجه، دار الجيل - بيروت، ط: 2.

132. السيسي، فؤاد، كيف تقوي ذاكرتك؟ وتتغلب على النسيان، دار القيروان للنشر والتوزيع، ط: بلا، 2009 م.
133. السهيلي، عبد الرحمن بن عبد الله بن أحمد السهيلي (ت ٥٨١هـ)، الروض الأنف في شرح السيرة النبوية لابن هشام، تح: عمر عبد السلام السامي، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ط: 1، ١٤٢١هـ - ٢٠٠٠م، عدد الأجزاء: ٧.
134. السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر بن محمد ابن سابق الدين الخضير السيوطي، جلال الدين (المتوفى: 911 هـ)، الجامع الصغير من حديث البشير النذبي، ط: بلا.
135. السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر، جلال الدين السيوطي (المتوفى: 911 هـ)، الديباج على صحيح مسلم بن الحجاج، تح: أبو اسحق الحويني الأثري، دار ابن عفان للنشر والتوزيع - المملكة العربية السعودية - الخبر، ط: 1، 1416 هـ - 1996 م، عدد الأجزاء: 6.
136. الشاذلي، عبد الحميد، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، ط2، 2001 م.
137. شاهين محمد أحمد، وحدي محمد نزيه، علاقة تقدير الذات بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي في تحسين الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين، مؤتمر مؤسسة التعليم، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمان. 2009 م.
138. الشربيني، لطفي، الاكتئاب الأسباب والمرض والعلاج، بيروت، دار النهضة العربية، ط1، 2001 م.
139. الشعبيني، محمد مصطفى، مقالات في علم النفس، القاهرة، النهضة المصرية، ط: بلا، 1963 م.
140. الشوكاني، محمد بن علي بن محمد بن عبد الله الشوكاني اليمني (المتوفى: 1250 هـ)، فتح القدير، دار ابن كثير، دار الكلم الطيب - دمشق، بيروت، ط: 1، 1414 هـ.
141. صالح، أحمد زكي صالح، علم النفس التربوي، دار المعارف، مصر، ط14، 1988 م.
142. الصغير، محمد بن عبد الله، توعية المرضى بأمور التداءوي والرقى، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، ط2، 1422 هـ - 2001 م.
143. الطاهر، قحطان، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان، ط: 2، 2010 م.

144. الطبراني، سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (المتوفى: 360هـ)، المعجم الكبير، تح: حمدي بن عبد المجيد السلفي، مكتبة ابن تيمية - القاهرة، ط: 2، عدد الأجزاء: 25.
145. الطبراني، سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (المتوفى: 360هـ)، المعجم الأوسط، تح: طارق بن عوض الله بن مُجَدِّد، عبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، دار الحرمين - القاهرة، ط: بلا، عدد الأجزاء: 10.
146. الطبري، مُجَدِّد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الآملي، أبو جعفر الطبري (المتوفى: 310هـ)، جامع البيان في تأويل القرآن، أحمد مُجَدِّد شاكر، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1420 هـ - 2000 م، عدد الأجزاء: 24.
147. الطبري، مُجَدِّد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الآملي، أبو جعفر الطبري (المتوفى: 310هـ)، تهذيب الآثار وتفصيل الثابت عن رسول الله من الأخبار، تح: محمود مُجَدِّد شاكر، الناشر: مطبعة المدني - القاهرة، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2.
148. الطحاوي: أبو جعفر أحمد بن مُجَدِّد بن سلامة بن عبد الملك بن سلمة الأزدي الحجري المصري المعروف بالطحاوي (المتوفى: 321هـ)، شرح معاني الآثار، حققه وقدم له: (مُجَدِّد زهري النجار - مُجَدِّد سيد جاد الحق) من علماء الأزهر الشريف راجعه ورقم كتبه وأبوابه وأحاديثه: د يوسف عبد الرحمن المرعشلي - الباحث بمركز خدمة السُّنَّة بالمدينة النَّبَوِيَّة، ط: 1، 1414 هـ، 1994م، عدد الأجزاء: 5.
149. الطحاوي، أبو جعفر أحمد بن مُجَدِّد بن سلامة بن عبد الملك بن سلمة الأزدي الحجري المصري المعروف بالطحاوي (المتوفى: 321هـ)، شرح مشكل الآثار، تح: شعيب الأرناؤوط، مؤسسة الرسالة، ط: 1، 1415 هـ، 1494م، عدد الأجزاء: 16.
150. طه، فرج عبد القادر، موسوعة علم النَّفس والتحليل النَّفسي، دارغريب، ط: 2، 2003م.
151. الطيالسي، أبو داود سليمان بن داود بن الجارود الطيالسي البصري (المتوفى: 204هـ)، مسند أبي داود الطيالسي، تح: د. مُجَدِّد بن عبد المحسن التركي، دار هجر - مصر، ط: 1، 1419 هـ - 1999م.

152. الطيبي، شرف الدين الحسين بن عبد الله الطيبي (743هـ)، شرح الطيبي على مشكاة المصابيح المسمى بـ (الكاشف عن حقائق السنن)، تح: عبد الحميد هنداوي، مكتبة نزار مصطفى الباز (مكة المكرمة - الرياض)، ط: 1، 1417 هـ - 1997 م
153. عبد الجابر، مُجَدِّ محمود، الإسلام وعلم النَّفس، الرياض، ط: بلا، 1410-1989م
154. عبد الرزاق، أبو بكر عبد الرزاق بن همام بن نافع الحميري اليماني الصنعاني (المتوفى: 211هـ)، المصنف، تح: حبيب الرحمن الأعظمي، المجلس العلمي - الهند، المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 2، 1403هـ، عدد الأجزاء: 11.
155. عبد العزيز، قوصي، علم النَّفس: أسسه وتطبيقاته التربوية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1954م.
156. عبد الفتاح، كميليا، مفهوم الذات لدى الشباب، الكتاب السنوي لعلم النَّفس الهيئة المصرية العامة للكتاب، الجمعية المصرية للدراسات النَّفسية، ط: بلا، القاهرة، 1975م.
157. عبد اللطيف، إبراهيم، الاكتئاب النَّفسي دراسة الفروق بين الحضارتين وبين النوعين الاجتماعيين. دراسة نفسية، 7 (1). 73 - 85. 1997م.
158. عبد الله، مُجَدِّ قاسم، نظريَّات الإرشاد والعلاج النَّفسي، دار الفكر، عمان الأردن، ط: 1، 2012م.
159. عبد القادر، طه فرج، أصول علم النَّفس الحديث، دار الزهراء، الرياض، ط: 5، 2005م.
160. العثمان، عبد الكريم، الدراسات النَّفسية عند المسلمين والغزالي بوجه خاص، مكتبة وهبة، القاهرة، ط: 1، 1382هـ.
161. عدس، عبد الرحمن - وتوق، محي الدين - وقطامي، يوسف، أسس علم النَّفس التربوي، دار الفكر للطباعة والنشر، ط: 3، 1424 هـ - 2003م.
162. العراقي، أبو الفضل زين الدين عبد الرحيم بن الحسين بن عبد الرحمن بن أبي بكر بن إبراهيم العراقي (المتوفى: 806هـ)، المغني عن حمل الأسفار في الأسفار، في تخريج ما في الإحياء من الأخبار (مطبوع بهامش إحياء علوم الدين)، دار ابن حزم، بيروت - لبنان، ط: 1، 1426 هـ - 2005 م، عدد الأجزاء: 1.

163. عرق سوسي، مُجد خير، نوازع الخير والشر بين الفطرة والاكتساب، محاضرة أقيمت ضمن الموسم الثقافي الثاني والتي بعنوان الثقافة الأمنية، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب، الرياض، ط: بلا، 1408هـ.
164. عسكر، علي، ضوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة. ط: بلا، 1998م.
165. العسكري، أبو هلال الحسن بن عبد الله بن سهل بن سعيد بن يحيى بن مهران العسكري (المتوفى: نحو 395هـ)، معجم الفروق اللغوية، تح: مُجد إبراهيم سليم، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع، القاهرة - مصر، ط: بلا، عدد الأجزاء: 1.
166. العظيم آبادي، مُجد أشرف بن أمير بن علي بن حيدر، أبو عبد الرحمن، شرف الحق، الصديقي، العظيم آبادي (المتوفى: 1329هـ)، عون المعبود شرح سنن أبي داود، ومعه حاشية ابن القيم: تهذيب سنن أبي داود وإيضاح علله ومشكلاته، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 2، 1415 هـ، عدد الأجزاء: 14.
167. عقل، محمود عطا حسين، النمو الإنساني "الطفولة والمراهقة"، دار الخريجي، الرياض، ط: بلا، 1417هـ، 1997م.
168. عكاشة، أحمد، الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ط: 2، 2003م.
169. علوان، عبد الله ناصح، تربية الأولاد في الإسلام، دار السلام، بيروت، ط: 2، 1401 هـ - 1981م.
170. العنزي، يوسف محيلان سلطان، أثر التدريب على التفكير الإيجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التأخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت، أطروحة، كلية التربية الأساسية، جامعة الكويت، 2007م.
171. العيسوي، عبد الرحمن، الإسلام والعلاج النفسي الحديث، دار النهضة العربية، بيروت، ط: 2، 2009م.
172. العيسوي، عبد الرحمن، علم النفس الطبي، الإسكندري، منشأة المعارف. ط: 1.
173. العيني، أبو مُجد محمود بن أحمد بن موسى بن أحمد بن حسين الغيتابي الحنفى بدر الدين العيني (المتوفى: 855هـ)، عمدة القاري شرح صحيح البخاري، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: بلا، عدد الأجزاء: 12.

174. الغامدي، أحمد سعيد، **منهاج التربية الإسلامية في بناء الشخصية**، رسالة دكتوراه في الجامعة الإسلامية، السعودية، 1408هـ.
175. غانم، زاد بركات، **التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة**، دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، الصفحات: 85 – 138، 2005م.
176. غانم، محمد حسن، **مشكلات النوم وعلاقتها بالقلق الصريح والاكتئاب**، مجلة دراسات عربية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر، 2002م.
177. الغرير، أحمد نابل - وأبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، **التعامل مع الضغوط النفسية**، دار الشروق للنشر، عمان، الأردن، ط: 1، 2009م.
178. الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: 505هـ)، **معارج القدس في مدارج معرفة النفس**، دار الافاق الجديدة - بيروت، ط: 2.
179. الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (المتوفى: 505هـ)، **ميزان العمل**، تح: الدكتور سليمان دنيا، دار المعارف، مصر، ط: 1، 1964هـ.
180. غنيم، سيد محمد، **سيكولوجية الشخصية**، القاهرة، دار النهضة العربية، 1875م.
181. الفاتح، زهدي، **اليهود**، 1392هـ، بدون معلومات أخرى.
182. فايد، حسين علي، **دراسات في الصحة النفسية**، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، ط: 1، 2001م.
183. الفرماوي، حمدي علي، **دافعية الإنسان بين النظريات المبكرة والاتجاهات المعاصرة**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط: بلا، 1425هـ..
184. فرويد، سيجمند، **الكف والعرض والقلق**، ترجمة محمد عثمان نجاتي، دار الشروق، القاهرة، ط: 4، 1409هـ - 1989م.
185. الفقي، إبراهيم، **قوة التحكم بالذات**، الناشر المركز الكندي للتنمية البشرية، ط: بلا، 2000م.
186. الفقي، إبراهيم، **قوة التفكير**، شركات د. إبراهيم الفقي العالمية للتنمية البشرية، ط: بلا، 2007م.

187. فهمي، مصطفى، **الإنسان وصحته النفسية**، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ط: بلا.
188. فيرا، بيفر، **التفكير الإيجابي**، مكتبة جرير، مكة العربية السعودية، الرياض ط 8، 2011م.
189. الفيروزآبادي، مجد الدين أبو طاهر مُجَد بن يعقوب الفيروزآبادي (المتوفى: 817هـ)، **القاموس المحيط**، تح: مكتب تحقيق التراث في مؤسسة الرسالة بإشراف: مُجَد نعيم العرقسوسي، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، ط: 8، 1426 هـ - 2005 م، عدد الأجزاء: 1
190. فيصل، فراحي، **تقدير الذات وعلاقته بمشروع التكوين لدى طلبة التكوين المهني**، رسالة دكتوراه، جامعة وهران، 2011م.
191. القاري، علي بن (سلطان) مُجَد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري (المتوفى: 1014هـ)، **مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح**، دار الفكر، بيروت - لبنان، ط: 1، 1422 هـ - 2002 م، عدد الأجزاء: 9.
192. القاري، علي بن (سلطان) مُجَد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري (المتوفى: 1014هـ)، **شرح مسند أبي حنيفة**، تح: الشيخ خليل محيي الدين الميس، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: 1، 1405 هـ - 1985 م، عدد الأجزاء: 1.
193. قاسم، عبد المريد، **أبعاد التفكير الإيجابي في مصر**، دراسة علمية، مجلة دراسات نفسية، مجلد 19 العدد 4، القاهرة، ص 691-723، 2009م.
194. القاضي، ناصر الدين عبد الله بن عمر البيضاوي (ت ٦٨٥هـ)، **تحفة الأبرار شرح مصابيح السنة**، تح: لجنة مختصة بإشراف نور الدين طالب، وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية بالكويت، ط: بلا، ١٤٣٣ هـ - ٢٠١٢ م، عدد الأجزاء: ٣.
195. القراني، أبو العباس شهاب الدين أحمد بن إدريس بن عبد الرحمن المالكي الشهير بالقراني (المتوفى: 684هـ)، **الكتاب: الفروق = أنوار البروق في أنواء الفروق**، عالم الكتب، ط: بلا، عدد الأجزاء: 4.
196. القرطبي، أبو العباس أحمد بن عمر بن إبراهيم القرطبي (578 - 656 هـ)، **المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم**، حققه وعلق عليه وقدم له: محيي الدين ديب ميسنو - أحمد مُجَد السيد - يوسف علي بديوي

- محمود إبراهيم بزال، (دار ابن كثير، دمشق - بيروت)، (دار الكلم الطيب، دمشق - بيروت)، ط: 1،

1417 هـ - 1996 م، عدد الأجزاء: 7.

197. القرطبي، أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (المتوفى:

671هـ)، الجامع لأحكام القرآن = تفسير القرطبي، تح: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية

- القاهرة، ط: 2.

198. القسطلاني، أحمد بن محمد بن أبي بكر بن عبد الملك القسطلاني القتيبي المصري، أبو العباس، شهاب الدين

(المتوفى: 923هـ)، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، المطبعة الكبرى الأميرية، مصر، ط: 7،

1323هـ، عدد الأجزاء: 10.

199. القشيري، عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (المتوفى: 465هـ)، الرسالة القشيرية، د. عبد الحليم

محمود، د. محمود بن الشريف، دار المعارف، القاهرة، ط: بلا، عدد الأجزاء: 2.

200. قطب، سيد قطب إبراهيم حسين الشاربي (المتوفى: 1385 هـ)، في ظلال القرآن، دار الشروق - بيروت -

القاهرة، ط: 17، 1412 هـ..

201. قطب، محمد، الإنسان بين المادية والإسلام، دار الشروق، القاهرة ط: 10، 1409 هـ - 1989 م.

202. قطب، محمد، منهج التربية الإسلامية، دار الشروق، بيروت، القاهرة، ط: 6، 1402 هـ.

203. القنوجي، أبو الطيب محمد صديق خان بن حسن بن علي ابن لطف الله الحسيني البخاري القنوجي (المتوفى:

1307هـ)، فتح البيان في مقاصد القرآن، عني بطبعه وقدم له وراجعته: خادم العلم عبد الله بن إبراهيم

الأنصاري، المكتبة العصرية للطباعة والنشر، صيدا - بيروت، ط: بلا، 1412 هـ - 1992 م، عدد

الأجزاء: 15.

204. كاريل، ألكسيس، الإنسان ذلك المجهول، ترجمة: شفيق أسعد فريد، مكتبة المعارف بيروت، ط: 3، 1980 م.

205. كالفن، هالة، أصول علم النفس الفرويدي، ترجمة: محمد فتحي الشنيطي، دار النهضة العربية، بيروت، ط: 1،

1970 م.

206. الكرمانى، مُحمَّد بن يوسف بن علي بن سعيد، شمس الدين الكرمانى (المتوفى: 786هـ)، الكواكب الدارارى فى شرح صحيح البخارى، دار إحياء التراث العربى، بيروت-لبنان، ط: 2، 1401هـ - 1981م، عدد الأجزاء: 25.
207. كفاى، علام الدين، مقال بعنوان: الثقافة والمرضى النفسى، مجلة علم النفس، العدد 46، 1996م.
208. كمال، على، النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها، ط1 بغداد، 1967م.
209. كيت، كينان، تنظيم وتفعيل الذات، الدار العربىة للعلوم سلسلة الدليل الادارى للنشر والتوزيع، ط: بلا، 2005م.
210. اللوبانى، عيسى إبراهيم، الإعجاز القرآنى فى التعامل مع النفس البشرىة، دار المأمون للنشر والتوزيع، ط1، 2009م.
211. لين لوت، جان نيلسن، التهذيب الايجابى - من الألف الى الياء، ترجمة مكتبة جرير، ط: بلا، 2007م.
212. المازرى، أبو عبد الله مُحمَّد بن علي بن عمر التميمى المازرى المالكى (المتوفى: 536هـ)، المُعَلَّم بفوائد مسلم تح: فضيلة الشيخ مُحمَّد الشاذلى النيفر، الدار التونسىة للنشر، المؤسسة الوطنىة للكتاب بالجزائر، المؤسسة الوطنىة للترجمة والتحقيق والدراسات بيت الحكمة، ط: 2، 1988 م، والجزء الثالث صدر بتاريخ 1991م.
213. مالك، مالك بن أنس بن مالك بن عامر الأصبحى المدينى (المتوفى: 179هـ)، الموطأ، تح: مُحمَّد مصطفى الأعظمى، مؤسسة زايد بن سلطان آل نهيان للأعمال الخيرية والإنسانية - أبو ظبى - الإمارات، ط: 1، 1425 هـ - 2004 م، عدد الأجزاء: 8.
214. الماوردى، أبو الحسن على بن مُحمَّد بن مُحمَّد بن حبيب البصرى البغدادى، الشهير بالماوردى (المتوفى: 450هـ)، أدب الدنيا والدين، دار مكتبة الحياة، ط: بلا، 1986م، عدد الأجزاء: 1.
215. المباركفورى، أبو العلا مُحمَّد عبد الرحمن بن عبد الرحيم المباركفورى (المتوفى: 1353هـ)، تحفة الأحوذى بشرح جامع الترمذى، دار الكتب العلمىة - بيروت، ط: بلا، 141هـ، 1990م، عدد الأجزاء: 10.
216. متولى، أحمد مصطفى، موسوعة الطب النفسى، دار ابن الجوزى، القاهرة، ط1، 1426هـ - 2005م.

217. مجاهد، أبو الحجاج مجاهد بن جبر التابعي المكي القرشي المخزومي (المتوفى: 104هـ)، تفسير مجاهد، تح: د. محمد عبد السلام أبو النيل، دار الفكر الإسلامي الحديثة، مصر، ط: 1، 1410 هـ 1989 م، عدد الأجزاء: 1.
218. محمد أحمد جاد المولى، الخلق الكامل، مصر، مطبعة حجازي، ط: بلا.
219. محمد مصطفى زيدان، الدوافع والانفعالات، شركة مكنتات عكاظ للنشر والتوزيع، جدة، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1404هـ.
220. محمد، الصادق المتأ، تهذيب القرآن والسنة وتوجيهها للغرائز البشرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدعوة أصول الدين، جامعة أم القرى، 1409هـ.
221. مخيمر، علي فؤاد، مجلة التبيان، العدد السبعون [38-39].
222. مرسي، سيد عبد الحميد، النفس المطمئنة، مكتبة وهبة، القاهرة، ط: بلا، 1403 هـ، 1983 م.
223. مسلم، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (المتوفى: 261هـ)، المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله (ص.س)، تح: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 1، 1412هـ-1991م.
224. مصطفى، وفاء محمد، حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي، دار ابن حزم، ط: بلا، 2004م.
225. المطيري، سهيل معصومة، الصحة النفسية (مفهومها - اضطراباتها)، مكتبة الفلاح، الكويت، ط: 1، 2005م.
226. معمري، بشير، سيكولوجية الدافع إلى الانجاز، دار الخلدونية، الجزائر، ط: بلا، 2010م، ص 142.
227. المكتب الإسلامي - بيروت، ط: 1، 1400هـ، عدد الأجزاء: 2.
228. المليجي، حلمي، علم النفس المعاصر، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ط: 4، 1982
229. المناوي، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (المتوفى: 1031 هـ)، فيض القدير، المكتبة التجارية الكبرى - مصر، ط: 1، 1356م، عدد الأجزاء: 6.
230. المنذري، عبد العظيم بن عبد القوي بن عبد الله، أبو محمد، زكي الدين المنذري (المتوفى: 656هـ)، الترغيب والترهيب من الحديث الشريف، تح: إبراهيم شمس الدين، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: 1، 1417هـ، عدد الأجزاء: 4.

231. منصور، طلعت، وآخرون، **أسس علم النفس العام**، القاهرة، الانجلو المصرية، ط: بلا، 1978م.
232. النابلسي، محمد راتب، **موسوعة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة**، دار المكتبي، دمشق، ط: 2، 2005م.
233. نجاتي، محمد عثمان، **الحديث النبوي وعلم النفس**، دار الشروق، القاهرة، ط: 5، 1425هـ، 2005م.
234. نجاتي، محمد عثمان، **القرآن وعلم النفس**، دار الشروق، القاهرة، ط: 7، 1421، 2001م.
235. النحلاوي، عبد الرحمن، **الغرائز والدوافع تنظيمها وتأثيرها في الحياة النفسية**، محاضرة أقيمت يوم الاثنين الموافق 1385/11/15هـ ضمن الموسم الثقافي العاشر للكلية والمعاهد العلمية، الرئاسة العامة للكلية والمعاهد العلمية، الرياض، 1386هـ.
236. الندوة العالمية للشباب الإسلامي، **الموسوعة الميسرة في الأديان والمذاهب المعاصرة**، إشراف وتخطيط ومراجعة: د. مانع بن حماد الجهني.
237. الندوي، علي أبو الحسن بن عبد الحي بن فخر الدين الندوي (المتوفى: 1420هـ)، **ماذا خسر العالم بانحطاط المسلمين**، مكتبة الإيمان، المنصورة - مصر، عدد الأجزاء: 1.
238. النسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي (المتوفى: 303هـ)، **المجتبى من السنن = السنن الصغرى للنسائي**، تح: عبد الفتاح أبو غدة، مكتب المطبوعات الإسلامية - حلب، ط: 2، 1406 - 1986م، عدد الأجزاء: 9 (8 ومجلد للفهارس).
239. نشواتي، عبد المجيد، **علم النفس التربوي**، دار الفرقان، أريد، الأردن، ط: بلا، 1984م.
240. النشيمي، عجيل جاسم، **معالم التربية**، مكتبة المنار الإسلامية، مكتبة المنار الإسلامية، الكويت، ط: 1، 1980م.
241. النعيمشي، عبد العزيز، **علم النفس الدعوي**، دار المسلم للنشر والتوزيع، الرياض، ط: بلا، 1415هـ.
242. نوفل، محمد نبيل، **دراسات في الفكر التربوي المعاصر**، الأنجلو المصرية، القاهرة، 1985م.
243. النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ)، **المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج**، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: 2، 1392هـ، عدد الأجزاء: 18 (في 9 مجلدات).

244. النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ)، **الأربعون النووية**، عُني به: قصي مُجّد نورس الحلاق، أنور بن أبي بكر الشيعي، دار المنهاج للنشر والتوزيع، لبنان - بيروت، ط: 1، 1430 هـ - 2009 م، عدد الأجزاء: 1.
245. النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (المتوفى: 676هـ)، **الأذكار**، تح: عبد القادر الأرناؤوط رحمه الله دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت - لبنان، ط: بلا، 1414 هـ - 1994 م.
246. الهادي، مُجّد زين، **علم نفس الدعوة**، الدار المصرية اللبنانية. ط: 1، 1995 م.
247. هندية، مُجّد سعيد سلامة، **مدى فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في تخفيف حدة الاكتئاب لدى الأطفال** (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة عين شمس، مصر، 2003 م.
248. الهواري، أحمد سليمان، **المدخل إلى علم النفس**، مكتبة الراشد، ط: 1، 2007 م.
249. الهيثمي، أبو الحسن نور الدين علي بن أبي بكر بن سليمان الهيثمي (المتوفى: 807هـ)، **مجمع الزوائد ومنبع الفوائد**، تح: حسام الدين القدسي، مكتبة القدسي، القاهرة، ط: بلا، 1414 هـ، 1994 م، عدد الأجزاء: 1.
250. ياقوت الحموي، شهاب الدين أبو عبد الله ياقوت بن عبد الله الرومي الحموي (المتوفى: 626هـ)، **معجم البلدان**، دار صادر، بيروت، ط: 2، 1995 م، عدد الأجزاء: 7.
251. يالجن، مقداد، **فلسفة الحياة الروحية**، ط: 2، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1418 هـ...
252. يالجن، مقداد، **التربية الإسلامية والطبيعة الإنسانية**، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية، ط: بلا، 1418 هـ.
253. يعقوب، غسان، **أزمة المراهقة والشباب**، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت - لبنان، ط: 1، 1978 م.

- المراجع الإلكترونية

1- الكشف للبحوث العلمية.

http://thesis.mandumah.com/Search/Results?lookfor=%D8%A7%D9%84%D8%B5%D9%81%D8%AD%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9

2- دار المنظومة.

http://search.mandumah.com/Search/Results?lookfor=%D8%A7%D9%84%D8%B5%D9%81%D8%AD%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9

3- مكتبة المنهل الالكترونية.

https://platform.almanhal.com/Search/Result?q=%D8%A7%D9%84%D8%B5%D9%81%D8%AD%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9

4- قاعدة البيانات الرقمية العربية "معرفة".

<https://search.emarefa.net/ar>

5- مركز الأبحاث التابع لهيئة التعليم العالي التركية (yok).

<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi>

6- المركز الإسلامي للبحوث التابع لوقف الديانة في تركيا (ISAM).

http://www.isam.org.tr/index.cfm?fuseaction=objects2.search_result

7- الموسوعة الحرة (ويكيبيديا) The Free Encyclopedia (WIKIPEDIA)

https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%B5%D9%81%D8%AD%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9%D8%B1%D8%A6%D9%8A%D8%B3%D9%8A%D8%A9

https://en.wikipedia.org/wiki/Main_Page

https://en.wikipedia.org/wiki/Main_Page

السيرة الذاتية

مُحَمَّد مصطفى حياني، أتممتُ المرحلة الابتدائية والإعدادية والثانوية في مدينة حلب السُّورية،
ودرست اللسانس والدِّراسات العليا في كُلية الشَّريعة في جامعة دِمَشق، وانتهيت من الدِّراسة في عام
2005م.



ÖZGEÇMİŞ

Muhammed Mustafa Hayani, ilkokul, Ortaokul ve liseyi Suriye'nin Halep şehrinde okudum. Şam Üniversitesi Şariat Fakültesi'nde lisans ve Yüksek Lisans eğitim aldım. Eğitimimi MS 2005'te bitirdim.





**NEBEVİ SÜNNET'TEKİ POZİTİF DÜŞÜNCE
OLUŞTURMAKLA İLGİLİ HADİSLERİN
TAHLİLİ**

**2023
DOKTORA TEZİ
TEMEL İSLAM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

Muhammed HAYANİ

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi. Kemel FETTUH**