



منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية

لدى الفرد المسلم

Islamic education approach to confronting psychological challenges for the individual Muslim

إعداد

ماجد بن عبدالله فالح المغامسي
Majid Abdullah Almughamsi

باحث دكتوراه في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة - كلية اللغة العربية
والدراسات الإنسانية - قسم أصول التربية

Doi: 10.21608/jasis.2025.405823

٢٠٢٤ / ١٠ / ٢٢

استلام البحث

٢٠٢٤ / ١١ / ١٩

قبول البحث

المغامسي، ماجد بن عبدالله فالح (٢٠٢٥). منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم. *المجلة العربية للدراسات الإسلامية والشرعية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٩ (٣١)، ٣٢١-٣٥٦.

<http://jasis.journals.ekb.eg>

منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم المستخلص:

هدفت الدراسة بيان أهم التحديات النفسية المعاصرة التي يواجهها الفرد المسلم ، والتعرف على أهم أساليب التربية الإسلامية في مواجهة هذه التحديات النفسية، ومن أبرز نتائج الدراسة أن التحديات النفسية هي مجموعة المشكلات والمتغيرات التي تؤثر على الجانب النفسي لدى الإنسان وتعيق من عملية الاتزان الشخصي والنفسي لديه وعلى قدرته في إدارة انفعالاته وضبطها. هناك العديد من التحديات النفسية التي يواجهها المسلم ولها عدة أسباب مثل ضعف تقدير الذات وضعف الإيمان وضعف إدارة الانفعالات وإهمال بناء الجانب النفسي. تقوم التربية الإسلامية بالتعامل مع التحديات النفسية بعدة أساليب وقائية وعلاجية ونمائية، وكان من أبرز توصيات الدراسة ضرورة الاهتمام بدراسة بعض المشاكل النفسية الدقيقة التي تمس كيان الإنسان ووصلت به إلى مراحل سلبية، وضرورة دراسة العوامل التي أدت لتعرض الفرد للمشكلات النفسية وتوضيح كيفية علاجها .

الكلمات المفتاحية : التربية الإسلامية – النفس – التحديات النفسية .

Abstract:

The current study aimed at the most important contemporary psychological challenges facing the Muslim, and identifying the most important methods of Islamic education in facing these psychological challenges, in addition, one of the most prominent results of the study is that psychological challenges are a group of problems and variables that affect the psychological aspect of the human being also, hinder the process of personal and psychological balance and his ability to manage and control his emotions. There are many psychological challenges facing the Muslim and have several causes such as weak self-esteem, weak faith, and weak management of Islamic education in dealing with psychological challenges with several preventive, therapeutic and developmental methods. One of the most prominent recommendations of the study was the necessity of paying attention to studying some of the delicate psychological problems that affect the human being and have reached negative stages, and the necessity of studying the factors

that led to the individual's exposure to psychological problems and clarifying how to treat them.

Keywords: Islamic education - Psyche - Psychological challenges.

المقدمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على رسول الله الأمين، نبينا وسيدنا محمد، خاتم الأنبياء والمرسلين، وعلى آله وصحبه أجمعين، أما بعد:

تعتبر النفس الإنسانية هي الميدان العملي للتربية الإسلامية، وهي المقصودة بالتغيير الفكري والتعديل السلوكي، والبناء الإنساني الشمولي، لذا لا بد أن تكون عملية تربيتها وتنقيتها مبنية على تصور وفهم سليم لطبيعة النفس الإنسانية، وهذا ما حاولت جاهدة جميع الفلاسفة التربوية على مر العصور الوقوف عليه، وتحصيله وتقديم رؤية له، حيث قدمت آراء مختلفة ومتنوعة في فهم النفس الإنسانية ورسم حدود لطبيعتها، لكنها بقيت آراء بشرية قاصرة عن الوصول إلى معارف وحقائق شمولية صادقة عن النفس، بدليل وصول كثير من الآراء إلى حد التناقض فيما بينها، أو التطرف في رؤيتها بين الأحادية والثنائية، أو المادية والروحية، أو البعد الواحد في النفس الإنسانية، مرتبة على كل ذلك عملياتها التربوية، التي حارت ما بين ترك النفس بدون تدخل المجتمع أو تسليط المجتمع عليه، أو تضخيم جانبه الجسدي أو العقلي وغير ذلك، ولكن تبقى المعرفة المستمدة من الوحيين القرآن والسنة هي أفضل من يقدم الحقيقة والتصور الصحيح عن هذه النفس، لكون الذي أخبر بحقائقها هو الله خالق هذه النفس، يقول تعالى (ألا يعلم من خلق وهو اللطيف الخبير)^١.

وتعتبر النفس مصدر أساسي للسلوك الإنساني، وهي في ضوء طاقتها المسئولة عن دفعه وتحريكه فالسلوك الإنساني تتحكم فيه الملكات العقلية، التفكير، الإرادة والتعلم والانتباه والتذكر والتحليل، وكذا الانفعالات الوجدانية كالإحساس باللذة أو الألم أو الفرح أو الحزن أو الخوف أو الغضب، وما يرغب به أو يفر منه، وتعتبر النفس مستودع للكثير من الدوافع السلوكية والإنسان مسئول عم جميع سلوكياته^٢ وسوف نتطرق في هذه الدراسة إلى "منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم"، حيث أن المسلم حاليا يتعرض إلى الكثير من التحديات والضغوطات النفسية والحياتية التي من شأنها أن تؤثر عليه، وهنا يأتي دور التربية الإسلامية في حماية الفرد من هذه التحديات، وذلك من خلال عدة جوانب أولها الجانب

^١ سورة تبارك : آية ١٤ .

^٢ مبروك بن عيضة المالكي

الوقائي حيث يحمي الفرد المسلم من التعرض في الأساس لهذه المشاكل النفسية، وثانياً من خلال الجانب العلاجي حيث تقوم التربية الإسلامية بعلاج المشاكل النفسية والضغوطات، وثالثاً من خلال الجانب النمائي وهو عن طريق تحفيز وتنمية النفس البشرية ووضعها في غير محلها لتكون قادرة على الخروج من كل المصاعب والمشاكل النفسية، وهو ما سوف نؤكد عليه من خلال هذه الدراسة، ونرجو من الله تعالى التوفيق والإحسان.

أولاً : مشكلة الدراسة

يواجه الفرد المسلم اليوم العديد من التحديات المختلفة لأسباب عديدة، من أبرزها التغيرات المتسارعة في هذا الزمان، وسيطرة الحياة المادية والتقنية على حياة الناس، والجري الحثيث خلف الرزق، وانتشار الأمراض المزمنة، وظهور بعض الأوبئة، ومرور العالم بأزمات اقتصادية، كل ذلك ساهم في بروز العديد من التحديات، من أبرزها التحديات النفسية، والتي سببت لدى الكثير العديد من المشكلات والأزمات النفسية، مع سيطرة الحياة المادية اليوم على كثير من الاهتمامات الإنسانية، أدى ذلك إلى إهمال الجانب النفسي الذي هو من المكونات الأساسية للنفس البشرية، حتى وصل الأمر بالبعض إلى عدم الوعي بانفعالاته ووجدانه، وعدم القدرة على إدارة ذاته، حيث وقع فريسةً لضغوطه ومشكلاته النفسية، فاستسلم للحزن والكآبة والقلق، وأصبح يعاني من صعوبة في النهوض بعد السقوط.

ومما لاشك فيه أن التربية الإسلامية تمتاز بالتكامل والشمول في جميع جوانبها، والجانب النفسي من الجوانب المهمة في تكامل الشخصية، ولقد عني القرآن الكريم والسنة النبوية بهذا الجانب ولم يغفله لأهميته، قال الله تعالى { وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ } (٢٠) وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ } (٢١) ، يقول ابن كثير في تفسير هذه الآية: أي فيها من الآيات الدالة على عظمة خالقها وقدرته الباهرة مما قد ذرأ فيها من صنوف النبات والحيوانات والمهاد والجبال والقفار والبحار والأنهار واختلاف السنة الناس وألوانهم وما جبلوا عليه من الإرادات والقوى، وما بينهم من التفاوت في العقول والفهوم والحركات والسعادة والشقاوة، وما في تركيبهم من الحكم في وضع كل عضو من أعضائهم في المحل الذي هو محتاج إليه فيه ولهذا قال عز وجل { وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ } .^٤

^٣ سورة الذاريات : الآية ٢٠ - ٢١ .

^٤ الحافظ أبي الفداء إسماعيل بن كثير القرشي، ط ١، دار المعرفة، بيروت، ١٤٠٧هـ، ص:

ويقول نبيه عثمان : " والنفس البشرية مكنون عميق ليس من السهل استجلاء كل بواطن الخفاء والتعقيد في جوانبها المحيرة والمدهشة ، ومنهج الله دائماً يتعرض إلى مواجهة الإنسان بحقائق عن تكوينه النفسي وخاصة ما كان خافياً في مكنونها وأسرار انفعالاتها وما زال الإنسان يجهل الكثير عن تركيب هذه النفس "° .

واستناداً إلى شعار التربية الإسلامية منهج حياة ، وإيماننا بذلك لأنها تنبع من مصدرين ثابتين وهما القرآن الكريم والسنة النبوية ، فإن هذا البحث يأتي لبيان منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية المعاصرة لدى الفرد المسلم ، وكيف عالجت التربية الإسلامية الحياة الوجدانية الإنسانية.

ولهذا تتمحور إشكالية الدراسة نحو تساؤل رئيس وهو:

" ما منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم؟"

ثانياً : أسئلة الدراسة :

السؤال الرئيس للدراسة هو: " ما منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم؟"

يتفرع منه تساؤلين فرعيين هما:

- ما أبرز التحديات النفسية المعاصرة لدى الفرد المسلم؟
- ما أساليب التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم؟

ثالثاً: الأهداف

تسعى الدراسة إلى توضيح:

- بيان أبرز التحديات النفسية المعاصرة التي يواجهها الفرد المسلم.
 - بيان أساليب التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم.
- رابعاً : أهمية الدراسة

تتجلى أهمية الدراسة في عدة نقاط :

١. في حدود علم الباحث فإن الدراسات التربوية التي تطرقت للتحديات النفسية التي تواجه الفرد المسلم في وقتنا المعاصر قليلة جداً وتحتاج إلى مزيد من البحث .
٢. كونها تقدم معالجة علمية ومنهجية للنفس البشرية عن طريق التربية الإسلامية، وتحاول توضيح الدور الجلي والواضح للتربية الإسلامية.
٣. هذه الدراسة أحد أساليب الدفاع ضد التحديات النفسية التي يواجهها الفرد المسلم، والإشارة إلى أساليبها المختلفة في ذلك، والتي بإمكانها إثراء المكتبة العلمية والإسلامية في أحد أهم أصول التربية الإسلامية.

° نبيه عبدالرحمن عثمان، دعوة الحق الإنسان والروح والعقل والنفس، رابطة العالم الإسلامي، مكة المكرمة، ١٤٠٨ هـ، ص: ١٢٦.

٤. هذه الدراسة تبحث عن علاج المشكلات والأمراض النفسية التي تتسلط على أغلب المجتمعات ولا زالت تفتك بالنفوس البشرية.

خامساً : منهج الدراسة

نظراً لطبيعة موضوع الدراسة ألا وهو "منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية التي تواجه الفرد المسلم " سوف أتبع في الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الاستقرائي ، حيث سأقوم بوصف الظاهرة أو الحالة النفسية وتتبعها، ثم سأقوم بتحليل أساليب التربية في علاجها، واستقراء بعض التوجيهات والأسس الإسلامية التي تنطوي عليها التربية الإسلامية وتقوم باستخدامها في هذه الحالات، وسوف أتبع الخطوات الآتية في الدراسة:

- عزو الأقوال والنقول إلى أصحابها مع التوثيق بالطريقة العلمية الصحيحة والحرص على أخذها من مصادرها.
- عزو الآيات بأرقامها وسورها في القرآن الكريم.
- عزو الأحاديث النبوية الشريفة للصحيحين وكتب الحديث الستة .
- إذا ذكرت الكتاب لأول مرة التزمت بذكر معلوماته كاملة إن وجدت على حسب الترتيب التالي: اسم الكاتب أو المؤلف، ثم ذكر اسم المحقق إن وجد، ثم اسم الكتاب، رقم الطبعة، ثم دار النشر، ثم التاريخ، ثم رقم الصفحة.
- وفي بحثي تعرضت إلى التحديات التالية: ضعف الإيمان، الخوف المرضي، وضعف تقدير الذات، وإهمال بناء الجانب النفسي وسيطرة الحياة المادية على الإنسان، وضعف القدرة على ضبط الانفعالات المزعجة.

سادساً : حدود الدراسة

الحدود الموضوعية :

- ١/ تتحصر هذه الدراسة في التحديات النفسية التي تواجه الفرد المسلم في وقتنا المعاصر .
- ٢/ تم تحديد التحديات النفسية التالية في هذه الدراسة : ضعف الإيمان، والخوف المرضي، وضعف تقدير الذات، وإهمال بناء الجانب النفسي وسيطرة الحياة المادية على الإنسان، وضعف القدرة على ضبط وإدارة الانفعالات المزعجة .

٦ عبدالوهاب أبو سليمان، كتابة البحث العلمي صياغة جديدة ، الرياض ، السعودية، مكتبة الرشد ، ١٤٢٦هـ، ص ٣٣

سابعاً : مصطلحات الدراسة

مفهوم التربية :

في اللغة : الرب في الأصل بمعنى التربية، وهي تبليغ الشيء إلى كماله شيئاً فشيئاً.^٧

وقيل الرب في الأصل هو إنشاء الشيء حالاً فحالاً إلى حد التمام.^٨
وفي الاصطلاح: هي تنشئة الإنسان شيئاً فشيئاً في جميع جوانبه وفق المنهج الإسلامي.^٩

مفهوم التربية الإسلامية :

لقد تناولت الكثير من مؤلفات التربية الإسلامية هذه المفهوم، فأوردت له تعاريف عديدة، لعل أكثرها وضوحاً وتحديداً بالنسبة للباحث التعريفين التاليين :

الأول : أورده (مقداد يالجن) بأنها " هي إعداد المسلم إعداداً كاملاً من جميع النواحي في جميع مراحل نموه للحياة الدنيا والآخرة في ضوء المبادئ والقيم وطرق التربية التي جاء بها الإسلام"^{١٠}.

والثاني : أورده (الميمان) وهو " مجموعة الأصول الخاصة ببناء الإنسان المسلم الواردة في القرآن الكريم والسنة النبوية ، والآراء والتطبيقات التربوية في أي زمان ومكان، بهدف بناء الشخصية الإسلامية المتكاملة التي تعمل لخير دنياها وأخرتها"^{١١}.

مفهوم النفس :

في اللغة : يقول ابن منظور : النفس : الروح ، قال أبو إسحاق : النفس في كلام العرب يجري على ضربين : أحدهما قولك خرجت نفس فلان ، أي روحه ، وفي نفس فلان أن يفعل كذا وكذا أي في روعه ، والضرب الأخر معنى النفس فيه معنى

^٧ عبد الله بن عمر بن محمد البيضاوي، أنوار التنزيل وأسرار التأويل، تحقيق: محمد عبد الرحمن المرعشلي، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ١٤١٨هـ، ص: ٦٥.

^٨ الراغب الأصفهاني، تحقيق محمد كيلاني، المفردات في غريب القرآن، دار المعرفة، لبنان، بدون تاريخ، ص: ١٤٨.

^٩ خالد الحازمي، أصول التربية الإسلامية، ط ١، دار عالم الكتب، الرياض، ص: ٢٠.

^{١٠} مقداد يالجن، أهداف التربية الإسلامية وغاياتها، ط ٣، دار عالم الكتب، الرياض، ١٤٢٤هـ، ص: ٢٠.

^{١١} بدرية الميمان، نحو تأصيل إسلامي لمفهوم التربية وأهدافها، دار عالم الكتب، الرياض، ١٤٢٤هـ، ص: ٤٩٩.

جملة الشيء وحقيقته ، تقول : قتل فلان نفسه وأهلك نفسه ، أي أوقع الإهلاك بذاته كلها وحقيقته ، والجمع من كل ذلك أنفس ونفوس^{١٢} .
وفي الاصطلاح : النفس هي ذلك الكل المركب من الجسد والروح والذي تطلق عليه أحيانا الذات أو الأنا، وهي تحمل سمات الجسم والروح^{١٣}.
مفهوم التحديات :
التحدي لغة :

جاء في لسان العرب حداه، وتحداه، بمعنى واحد، وهو حديا الناس، يتحداهم ويتعمدهم، يقول الجوهري: تحديت فلان : إذا باربته في فعل ونازعه الغلبة^{١٤}
وفي الاصطلاح : هو قوة خارجة عن إرادة الإنسان تنازعه الغلبة لتحويل مسار حياته الحقيقي الذي ارتضاه له ربه إلى كل ما يخالف هذا المسار شكلاً ومضموناً^{١٥} .
وعلى هذا فإن تعريف التحديات النفسية (اجرائياً) في هذه الدراسة :
هو مجموعة من العوامل والمتغيرات والقوى الداخلية والخارجية التي تؤثر على الجانب النفسي لدى الإنسان وتعيق من عملية الاتزان الشخصي والنفسي لديه، وتضعف قدرته على إدارة الانفعالات وضبطها، مما يؤثر بالسلب على سلوكه ونشاطه وعطاءه في الحياة.

ثامناً : الدراسات السابقة

في حدود علم الباحث فإن الدراسات التربوية التي تطرقت للتحديات النفسية التي تواجه الفرد المسلم في وقتنا المعاصر قليلة جداً، وتحتاج إلى مزيد من البحث، ونظراً للمتغيرات المتسارعة اليوم في كل المجالات والتي أسهمت في بروز بعض التحديات النفسية المعاصرة، فإن الباحث حرص في اختياره على الدراسات الحديثة ذات العلاقة بالموضوع، ومنها :

- (٢٠١٣) دراسة "الأصل النفسي للتربية الإسلامية: دراسة تأصيلية"، د. عدنان مصطفى خطاطبة، جامعة اليرموك. إربد. الأردن، هدفت هذه الدراسة إلى بيان مفهوم الأصل النفسي للتربية الإسلامية واستخلاص مرتكزاته وما تدل عليه من مبادئ تربوية، والإشارة لانعكاسات ذلك على العملية التعليمية، ومن أهم نتائج الدراسة أن مفهوم الأصل النفسي للتربية الإسلامية يدل على منظومة المفاهيم

^{١٢} ابن منظور، لسان العرب، دار المعارف، ط ١، بدون سنة نشر، ص: ٤٥٠٠ .

^{١٣} عزت الطويل، النفس في القرآن الكريم، المكتب الجامعي الحديث، ١٩٨٢م، ص: ٥٥.

^{١٤} ابن منظور، مرجع سابق، ص: ٩٠ .

^{١٥} وفاء الفايز، الحملات الإعلامية ضد المرأة المسلمة المعاصرة تحديات وأخطار، بحوث مؤتمرات المرأة في السيرة النبوية، جامعة القصيم، ع ١٢، ٢٠١٢م، ص: ١٠١ .

والمركزات الإسلامية المتعلقة بالنفس الإنسانية والتي تفيد البناء المعرفي للتربية الإسلامية وتقوم على أساسها عملياتها التربوية التعليمية، وضرورة مراعاة المنهج التربوي الإسلامي لمركزات الأصل النفسي المستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية .

- (٢٠١٣م) دراسة " طرق علاج سوء الظن من منظور التربية الإسلامية" رسالة ماجستير، للطالب سالم الرفاعي، الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة، كلية الدعوة وأصول الدين، قسم التربية، وقد هدفت الدراسة إلى إبراز طرق علاج سوء الظن من منظور التربية الإسلامية من خلال تصيير كل من الفرد والمجتمع بمفهوم سوء الظن وأنواعه وأسبابه وآثاره والطرق الوقائية والعلاجية له، وأسفرت الدراسة عن عدد من النتائج أهمها أن الفرد يستطيع وقاية نفسه من سوء الظن إذا قام بمجموعة من التدابير المستنبطة من الشريعة الإسلامية، وضرورة استخدام الطرق الوقائية والعلاجية التي وضعتها التربية الإسلامية في حياتهم اليومية والعملية للتوصل إلي مجتمع خال من سوء الظن .

- (٢٠١٨) دراسة "الانفعالات النفسية ومسلك القرآن في معالجتها"، رسالة ماجستير للطالبة إلهام صلوبة، كلية التربية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، وقد هدفت هذه الدراسة إلى لفت النظر إلى ما تحويه الآيات القرآنية من فوائد تربوية وعلاجات نفسية وضبط انفعالات الإنسان وسلوكياته، ومن أهم نتائج الدراسة أن القرآن الكريم له قدرة عظيمة على احتمال وعلاج الانفعالات النفسية وتدارك أعراضها وعواملها.

التعليق على الدراسات :

تتفق هذه الدراسة مع الدراسات السابقة بشكل عام في تناولها النفس الإنسانية من منظور منهج التربية الإسلامية القائم على الوحيين القرآن الكريم والسنة النبوية، وتتفق بشكل خاص مع دراسة سالم الرفاعي في أساليب معالجة التحديات النفسية من خلال توظيف أساليب التربية الإسلامية الوقائية والعلاجية، وكذلك تتفق هذه الدراسة مع دراسة إلهام صلوبة في علاج ضعف التحكم في الانفعالات، وأن مصدر هذه الانفعالات والمشكلات النفسية هي النفس وما يترتب عليها من تغيرات بسبب ما تواجهه من متغيرات ومؤثرات حياتية داخلية وخارجية، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة عدنان مخاطبة في أن الأصول النفسية للتربية الإسلامية والمستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية لها دور فعال وأثر كبير في علاج المشكلات النفسية.

بينما تختلف هذه الدراسة مع دراسة سالم الرفاعي في أنها تناولت تحديات نفسية مختلفة عن دراسة سالم الرفاعي، بالإضافة إلى أن هذه الدراسة أضافت الأسلوب النمائي في المعالجة مع الأسلوب الوقائي والعلاجي في مواجهة التحديات

النفسية، بينما اكتفت دراسة الرفاعي بالأسلوب الوقائي والعلاجي، وتختلف هذه الدراسة مع دراسة إلهام صلوبة بأنها عالجت مجموعة من التحديات النفسية من منظور القرآن الكريم والسنة النبوية، بينما اكتفت دراسة صلوبة بمعالجة مشكلة الانفعالات من منظور القرآن الكريم فقط، وتختلف هذه الدراسة عن دراسة عدنان المخاطبة بأنها تعالج تحديات نفسية معاصرة من منظور القرآن الكريم والسنة النبوية، بينما دراسة عدنان المخاطبة هي دراسة تأصيلية لاستنباط أسس ومبادئ نفسية من القرآن الكريم والسنة النبوية.

الفصل الأول: التحديات النفسية المعاصرة لدى الفرد المسلم وفيه المباحث التالية :

النفس البشرية مخلوقة لله، قال تعالى: (ونفسٍ وما سواها)^{١٦}، والنفس البشرية لها حقٌّ على صاحبها ومن حقها عليه العناية بها وبجوانبها المختلفة، يقول النبي صلي الله عليه وسلم لعبدالله بن عمرو بن العاص: "وإن لنفسك وأهلك عليك حقاً"^{١٧}، والنفس البشرية تحتاج أيضاً إلى مجاهدة لكبح جماحها وحسن إدارة انفعالاتها وعدم الانسياق وراء شهواتها، يقول النبي ﷺ "المجاهد من جاهد نفسه في سبيل الله"^{١٨}.

ما سبق يبين أهمية النفس واهتمام الإسلام بها، وفي هذا الفصل سنتعرف على مفهوم التحديات النفسية وخصائص النفس البشرية وأبرز التحديات النفسية التي تواجه الفرد المسلم.

المبحث الأول: مفهوم التحديات النفسية :

حرياً بنا قبل التعريف بمفهوم التحديات النفسية، أن نتعرف أولاً على مفهوم النفس الإنسانية وما المقصود بها، لأن هذا المفهوم فيه نوعٌ من الإشكال بسبب أنه يأتي بعدة أوجه وبمعانٍ مختلفة ومقاصد شتى، ولذلك اتبعت مبدأ التدرج في توضيح المقصود بالنفس حتى نصل لمفهوم واضح وجلي لمفهوم التحديات النفسية، وذلك من خلال البدء بالتعريف أولاً بماهية النفس في اللغة والاصطلاح، ومن ثم الوصول لمعنى محدد للنفس والتربية النفسية، ومن ثم الوصول للمعنى المراد لمفهوم التحديات النفسية في هذه الدراسة.

أولاً: مفهوم النفس في اللغة:

يمكننا القول إن المعجمات اللغوية قد حددت معاني للنفس فيما يلي:

جاء في القاموس المحيط أن النفس:

^{١٦} سورة الشمس : آية ٧ .

^{١٧} محمد بن إسماعيل البخاري، صحيح البخاري، ط١، دار طوق النجاة، دمشق، ١٤٢٢هـ، كتاب الصوم، باب في حق الأهل في الصوم، رقم (١٩٧٧).

^{١٨} أحمد بن حنبل، المسند، ط١، ج٢، مؤسسة الرسالة، بيروت، ٢٠٠١م، رقم الحديث (٢٤٤٦٥)، ص: ٢٢.

١. عين الشيء: جاء نفسه.
 ٢. السعة والري: ومنه شراب ذو نفس أي ذو سعة وري.
 ٣. النفس: الروح " (١٩)
- وجاء في تاج العروس: "قال أبو إسحاق: في كلام العرب تجري على ضربين: الضرب الأول الروح قولك: خرجت نفسه أي روحه. والضرب الثاني: جملة الشيء وحقيقته. على الأول: قال أبو خراش: نجا سالم والنفس منه بشدقه
- وقال النفس: (العند). قال تعالى: ﴿تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ﴾ (٢٠).. وقال تعال: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تُمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (٢١). وروي عن ابن عباس انه قال: "لكل إنسان نفسان: أحدهما نفس لعقل الذي يكون به التمييز والآخر نفس الروح الذي يكون به الحياة"، وقال ابن الانباري: "من اللغويين من سوى بين النفس والروح وقال هما شيء واحد إلا أن النفس مؤنثة والروح مذكرة" (٢٢)، وقال صاحب الصحاح: "ومن المجاز النفس بمعنى الدم، يقال: سال نفسه؛ أي دمه (٢٣).
- ويقول الجرجاني: النفس: هي الجوهر البخاري اللطيف الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية وهي ثلاثة أنواع:
- النفس الأمارة: هي التي تميل إلى الطبيعة البدنية وتأمّر بالذات والشهوات الحسية وتجذب القلب إلى الجهة السفلية فهي مأوى الشرور ومنبع الأخلاق الذميمة.
- النفس اللوامة: هي التي تنورت بنور القلب قدر ما تنبتهت به عن سيئة الغفلة كلما صدرت عنها سيئة بحكم جبلتها الظلمانية أخذت تلوم نفسها وتنوب عنها.

١٩ محمد بن يعقوب الفيروز آبادي، القاموس المحيط، ط٣، دار صادر، بيروت، ١٤١٨هـ، ص: ٧٤٦.

٢٠ سورة المائدة: الآية ١١٦.

٢١ سورة الزمر: الآية ٤٢.

٢٢ السيد محمد مرتضى الزبيدي، تاج العروس، دار ليبيا للنشر والتوزيع، بنغازي، ١٤١٥هـ، مادة (نفس)، ٢٥٩/٤-٢٦٠.

٢٣ إسماعيل بن حماد الجوهري، الصحاح، تحقيق: أحمد عبد الغفور عطار، ١٤١٥هـ، مادة (نفس)، ٩٨٤/٣.

النفس المطمئنة : هي التي تم تنورها بنور القلب حتى انخلعت عن صفاتها الذميمة وتخلقت بالأخلاق الحميدة^{٢٤} .

ويتضح لنا من خلال التعريفات السابقة أن النفس هي الروح التي تسكن البدن وتنقسم إلى ثلاث أقسام النفس الأمانة والنفس اللوامة والنفس المطمئنة، وسيكون محور الدراسة الوصول بنفس الفرد المسلم لمرتبة النفس المطمئنة وهي التي تم تنورها بنور القلب حتى انخلعت عن صفاتها الذميمة وتخلقت بالأخلاق الحميدة، وهي ما نريد تحقيقه من خلال التربية النفسية السليمة القائمة على مبادئ التربية الإسلامية.

ثانياً: مفهوم النفس وعلم النفس في الاصطلاح:

لقد اختلفت عبارات الباحثين في تعريف النفس وعلم النفس في الاصطلاح، إلا أن التعريفات في مجملها تدل على الخفايا الإنسانية وما يجول في خواطر الإنسان وما يترتب على ذلك من الانعكاسات السلوكية.

فيقول الراغب الأصفهاني " النفس الروح ، ونفسه ذاته ، والنفس الريح الداخل والخارج في البدن من الفم والمنخر وهو كالغذاء للنفس وبانقطاعه بطلانها ، والنفس ولادة المرأة ، تقول هي نفساء وجمعها نفاس ، وصبي منفوس ، وتتفس النهار عبارة عن توسعه ، ونفست بكذا ضنت نفسي به وشيء نفيس ومنفوس به ونفس^{٢٥} .

والنفس في علم الاجتماع هي ذلك الكل المركب من الجسد والروح والذي تطلق عليه أحيانا الذات أو الأنا، وهي تحمل سمات الجسم والروح^{٢٦}.

وعرفها التهانوي فقال يطلق عند الحكماء بالاشتراك اللفظي على المفارق عن المادة في ذاته دون فعله، وهو على قسمين: نفس فلكية ونفس إنسانية^{٢٧}.

وأما علم النفس: فهو علم يحاول اكتشاف مكونات النفس البشرية واستخراج مخزونها ومحاولة خطابها والقرآن الكريم قد أثبت إعجازه في هذا الجانب^{٢٨}.

^{٢٤} علي الجرجاني، معجم التعريفات، تحقيق محمد المنشاوي، دار الفضيحة، القاهرة، بدون تاريخ، ص: ٢٠٤ .

^{٢٥} الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن ، ص: ٥٠١ .

^{٢٦} د. عزت الطويل، النفس في القرآن الكريم، المكتب الجامعي الحديث، ١٩٨٢م، ص: ٥٥ .

^{٢٧} محمد علي بن محمد التهانوي، كشف اصطلاحات الفنون، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى، ١٩٩٩م، ٤/٢١٥ .

^{٢٨} د. حسان العمدة قمحية ود. عمار سمير ود. معتز قعصراني، الطب النفسي، دار الألباب، دمشق، الطبعة الأولى، ص: ٢ .

وعرفه الدكتور محمد مصطفى زيدان بأنه علم يدرس الحياة العقلية الشعورية واللاشعورية بمظاهرها الداخلية والخارجية، أو علم وصفي يبحث في الأعمال العقلية من حيث وصفها وتطورها وعلاقة بعضها ببعض وتأثيرها في السلوك.^{٢٩} والناظر في هذه التعريفات سواءً في تعريفات علم النفس والطب النفسي والتعريفات الفلسفية عند الحكماء والمتكلمين يجد أنها تدل في مجملها أن المقصود بالنفس من وجهة نظر الباحث : بأنها الكل المتكامل للإنسان الذي يشمل الجسد والعقل والروح جميعاً ولا يقتصر على شعوره أو لا شعوره فقط . مفهوم التحديات النفسية:

عرف العدة التحديات النفسية بأنها كافة الصعوبات والحوازج والمعوقات التي تؤثر على النفس البشرية^{٣٠}، بينما عرفها على مهدي بأنها " هي الاضطرابات والمشكلات التي تواجه الأفراد نتيجة التغيرات المتسارعة في الحياة والتي يمكن أن تؤدي إلى العديد من المشكلات التي تهدد البناء النفسي للإنسان وتعيق حركته وانطلاقته في الحياة"^{٣١}.

وبما أننا أردنا سابقاً بأن المفهوم الاصطلاحي للتحديات في هذه الدراسة هو قوة خارجة عن إرادة الإنسان تنازعه الغلبة لتحويل مسار حياته الحقيقي الذي ارتضاه له ربه إلى كل ما يخالف هذا المسار شكلاً ومضموناً^{٣٢}، وبمقارنته مع التعريفات السابقة يمكن الجمع بينها للخروج بمفهوم التربية النفسية والتحديات النفسية على النحو التالي :

التربية النفسية تنشئة الإنسان نفسياً ووقايته وحمايته وإصلاحه شيئاً فشيئاً بالتدرج في تشكيل نفسه وشخصيته وصولاً للتكامل والاتزان الشخصي والنفسي. والتحديات النفسية هي مجموعة القضايا والمشكلات والمتغيرات التي تؤثر على الجانب النفسي لدى الإنسان، وتعيق من عملية الاتزان الشخصي والنفسي لديه، وعلى قدرته في إدارة انفعالاته وضبطها، مما يؤثر بالسلب على سلوكه ونشاطه وعطاءه في الحياة .

٢٩ د. محمد مصطفى زيدان، القرآن وعلم النفس، دار مكتبة الأندلس، بنغازي ليبيا، ١٣٩٣هـ، الطبعة الأولى، ص: ٢٣.

٣٠ إبراهيم العدة، التحديات التي تواجه الطلبة ذوي الإعاقة في الجامعة الأردنية (دراسة ميدانية)، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، مج ٤٣، ٢٠١٦م، ص: ٢٢ .

٣١ علي مهدي، أهم التحديات التي تواجه المراهقين، وزارة التربية والتعليم، ع ٢٤، ٢٠٠٩ م، ص: ٣٣.

٣٢ وفاء الفايز، الحملات الإعلامية ضد المرأة المسلمة المعاصرة تحديات وأخطار، ص:

المبحث الثاني: خصائص النفس البشرية :

النفس مصدر أساسي للسلوك الإنساني، وهي في ضوء طاقتها المسؤولة عن دفعه وتحريكه فالسلوك الإنساني تتحكم فيه الملكات العقلية، التفكير، الإرادة والتعلم والانتباه والتذكر والتحليل، وكذا الانفعالات الوجدانية كالأحاساس بالذلة أو الألم أو الفرح أو الحزن أو الخوف أو الغضب، وما يرغب به أو ينفرد منه، وتعتبر النفس مستودع للكثير من الدوافع السلوكية والإنسان مسئول عم جميع سلوكياته، فالنفس الإنسانية تتصف بالعديد من الصفات منها:

- أن النفس مفطورة على معرفة الله تعالى وهو ما يطلق عليه الشعور الديني الفطري في الإنسان.

- تتسم النفس البشرية بالتقلب والتطرف والخروج عن حد الاعتدال، حيث أن الإنسان شديد الانفعال متطرف بعواطفه، ما لم يرجع إلى نهج الله سبحانه وتعالى، لأن الإيمان بالله تعالى والعمل على نهجه هو السبيل الذي يعيد الإنسان إلى حالة من التوازن والاعتدال، حيث يصبح سلوكه معها بعيد عن التعصب والتطرف، وإن الإنسان بحكم طبيعته البشرية إذا أحب شيئاً أقبل عليه بكليته، وإذا كره شيئاً ابتعد عنه بكليته، ولذا يريد الله أن نلتزم بجانب الاعتدال في الحب والبغض.

- في النفس معرفة الخير والشر ولها القدرة الفطرية التي منحها الله تعالى للإنسان أن يتعرف على الخير والشر.

- النفس شديدة الحرص على الخير وجزوعة من الشر، فإن الإنسان دائماً يطلب الخير فعندما يعطي الله تعالى الخير للإنسان قد يتعالى، وعلى العكس عندما يمسسه الضر يصبح ضعيف ومتخاذل، ولا يلبث بعد أن ينكشف الضر أن يعود لاستعلانه وغروره حتى يصل به الحال إلى التوهم في هذه الدنيا.

- من خصائص النفس أيضاً العجل والتسرع دون تمحيص للأمر فهو طبع متأصل في النفس الإنسانية، حيث يريد الإنسان من ربه أن يهبه الخير، وبكل سرعة وقلق إزاء أي تأخير لهذا الخير.

- التردد والضعف من سمات النفس الإنسانية حيث أن الإنسان لا يكاد يستقر على شيء ولا يثبت على قاعدة بل يستجيب للمؤثرات المتعارضة، ويتلون بألوان مختلفة ويبدو بوجوده متعددة.

- التمرد والمكابرة والعناد وذلك عندما يتعامى الإنسان عن الحق، ويتجاهل الأدلة الدامغة على وجود الله تعالى ولزوم طاعته واجتناب نواهيه، ومع أن الكافر يصل في قرارة نفسه إلى صدق الحق إلا أنه يأبى أن يتراجع عن عناده وخصومته لهذه الدعوة.

- شدة الحرص والتكاليف على جمع المال، لأن الإنسان لا يدرك كنه حكمة الله تعالى من بسط الرزق له أو الضيق به عليه، وإنما الإنسان دائماً ملهوف وفي عجلة من أمره ليحصل على أكبر قدر مستطاع منه.
- أحكام النفس عاطفية تبعاً لانفعالاتها، فالنفس الإنسانية فيها مجموعة من العواطف تدل عليها كل سلوكياتها وتصرفاتها.
- الخوف والرجاء حيث أن الإنسان ولد وفيه هذان الاستعدادان متجاورين، يخاف الظلمة والوحدة ويخاف السقوط ويخاف المناظر التي لم يألفها والأشخاص الذين لم يألفهم، وينمو الإنسان، وينمو معه هذا الخطان المتقابلات وتتنوع المخاوف، ويتنوع الرجاء ولكن هذين الخطين هما في تقابلهما وازدواجهما يحددان له مشاعر الحياة واتجاهاتها.
- الشح والبخل من صفات الإنسان وهي صفة تقوى وتشتد كلما ضعف إيمان الإنسان بخالقه وضعف اعتماده عليه في طلب رزقه.^{٣٣}
- أهم التحديات النفسية المعاصرة التي تواجه الفرد المسلم
- يواجه الفرد المسلم اليوم العديد من التحديات المختلفة لأسباب عديدة، من أبرزها التغيرات المتسارعة في هذا الزمان، وسيطرة الحياة المادية والتقنية علي حياة الناس، والجري الحثيث خلف الرزق، وانتشار الأمراض المزمنة، وظهور بعض الأوبئة، ومرور العالم بأزمات اقتصادية، كل ذلك ساهم في بروز العديد من التحديات، من أبرزها التحديات النفسية، والتي سببت لدى الكثير العديد من المشكلات والأزمات النفسية، وفي هذا المبحث سنتعرف على أهم التحديات النفسية المعاصرة والتي يرى الباحث أنها سببت الكثير من المشكلات النفسية للمسلم، وانعكست بدورها على سلوكه وصحته وقوته وعطاءه .
- أهم التحديات النفسية التي يواجهها الفرد المسلم :
- كما ذكرنا هناك تحديات عديدة أثرت اليوم على الجانب النفسي لدى الإنسان أفرزتها سيطرة الحياة المادية، والمتغيرات المتسارعة، وما رافق ذلك من منافسة وتحديات ومشكلات أفقدت الإنسان التوازن وجعلته يسقط فريسة للضغوط النفسية مثل القلق والتوتر والخوف والحزن، ولكن إجمالاً يمكن القول بأن هناك أسباب عديدة يأتي في مقدمتها ما يلي :

^{٣٣} مبروك بن عيضة المالكي، ضبط النفس في التربية الإسلامية "دراسة مقدمة إلى قسم التربية الإسلامية بكلية تربية جامعة أم القرى"، تحت إشراف د. عبد اللطيف بن محمد، جامعة أم القرى، ١٤١٥هـ، ص: ٣٢ و ٣٣. (بتصرف)

أولاً : ضعف الإيمان :

يكتسب الإنسان أغلب قيمه ومبادئه الأخلاقية والدينية من أسرته، فخلال السنوات العشر الأولى من عمره يتعلم ويتشرب عادات وقيم أسرته ويتبناها حتى تصبح قيمه الشخصية، فإذا كانت قيم الأسرة سليمة اكتسب قيماً سليمة وإذا كانت قيم الأسرة منحرفة اكتسب الفرد قيماً منحرفة.^{٣٤}

ومن هنا كان لزاماً على الأسرة في هذا العصر أن تواجه هذه التحديات النفسية بأن تستعين بالله وتحتسب الأجر فيما يبذله من تربية ورعاية ومعاناة، فالتربية عملية شاقة ومسئولية عظيمة يجب تحمل تبعاتها والمخاطر التي تواجه الأسرة، وأن ما يبذله الوالدين من تربية وتعلم وإصلاح للأخلاق والسلوك فهو في ميزان حسناتهم، تأسيا بقول الرسول ﷺ: "أفضل دينار ينفقه الرجل دينار ينفقه على عياله"^{٣٥}، وهو ما يتطلب من الأسرة الإخلاص في التربية والإحسان فيها مما يعين الأسرة على الصبر والمثابرة والمجاهدة، واستعذاب المرابطة على هذا الثغر استجابة لقوله تعالى: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا﴾^{٣٦}، وهذا في الصلاة والعبادات والأخلاق وأمور التربية بأكملها بالأخص في هذا العصر ومع هذه التحديات.

ثانياً : ضعف تقدير الذات

يعتبر مفهوم الذات من أبرز سمات النمو الانفعالي لدى الإنسان، ويقصد بالذات الفكرة التي يحملها الفرد عن نفسه، وهي تنشأ من ردود أفعال الآخرين تجاه الشخص وقد تكون إيجابية وقد تكون سلبية، ويعرف تقدير الذات على أنه مجموعة من المشاعر والأحاسيس النفسية والقناعات العقلية تتكون لدى الفرد، فتؤكد معرفته بذاته وقدراته ومواهبه وهويته ورسالته وأهميته وجدارته باحترام وتقدير الآخرين له، وهو ما يمنحه الشعور بالرضا والثقة والحب والاعتزاز لذاته ولهويته ورسالته في الحياة وتدفعه للمحافظة على هذه المكانة وأداء رسالته في الإصلاح والبناء، ويأتي عكسها ضعف تقدير الذات والإحساس بالدونية أمام الآخر.^{٣٧}

^{٣٤} عالية محمد بن تراب الخياط، دور التربية الإسلامية في مواجهة التحديات المعاصرة على منظومة القيم الأخلاقية لدى الشباب، دراسة تحليلية، مجلة كلية التربية جامعة الملك عبد العزيز، جدة، مج ٢٦، ١٠٢٤، ٢٠١٥م، ص: ٢٤٤.

^{٣٥} مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم، دار إحياء التراث العربي، بيروت، بدون تاريخ نشر، رقم الحديث ٢٣١٠، ص: ٨٣٥.

^{٣٦} سورة طه، الآية ١٣٢.

^{٣٧} عالية محمد بن تراب الخياط، دور التربية الإسلامية في مواجهة التحديات المعاصرة على منظومة القيم الأخلاقية لدى الشباب، مرجع سابق، ص: ٢٢٦.

وبالتالي فإن الإنسان الذي يفتقر إلى الثقة بالذات لا يكون متفائل حول ناتج مجهوده، فهو دائما ما يشعر بالعجز والنقص والتشاؤم ويفتقد إلى الحماس، ويتنامى لديه شعور بالخوف والضجر الدائم، وقد يرسم لذاته صفات سلبية مثل سيء وعاجز، وتعتبر تلك الأشياء بالنسبة إليه بمثابة عامل ملازم له، لذا فهو يستسلم بسهولة وقد يتعامل بإحباط أو غضب نحو الآخرين أو نحو ذاته.

ثالثاً : إهمال بناء الجانب النفسي وسيطرة الحياة المادية على الإنسان:

عندما يتناسى الإنسان عقيدته ويضعف إيمانه، يتناسى أن الله تعالى خلق الإنسان بطبيعة مزدوجة جسم وروح في كيان واحد، ولكل جزء من هذا التكوين احتياجات يجب على الإنسان العمل على تلبيتها، وهي عبارة عن دوافع فطرية تدفع الإنسان إلى القيام بسلوك معين وهي نوعان، الأول دوافع فيسيولوجية تتبع الجانب الجسدي للإنسان مثل الجوع والعطش والجنس والإخراج والراحة والنوم وتجنب الحرارة أو البرودة وما إلى ذلك، أما الدوافع النفسية فهي تابعة للجانب الروحي أو النفسي للإنسان كالتيدين وحب الاستشهاد في سبيل الله، وحب الاستطلاع وحب التملك، وحب الانتماء وحب التقدير، وما إلى ذلك.

وتلك الدوافع هي ما يبقى مع الإنسان طوال حياته مع التفاوت في قوة كلا منها وحسب المرحلة العمرية التي يعيشها الإنسان، وحسب الحالة الإيمانية ولكي تستقيم حياته ويسعد في جنياه وأخرته، لا بد له من تلبية الجانب النفسي والفيسيولوجي بتوازن واتزان وبدون إفراط أو تفريط، مع مراعاة الضوابط الشرعية أثناء تلبية تلك الاحتياجات، فيقول تعالى: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾^{٣٨}، ولكن مع الأسف يقع الكثير من الناس في هذا المأزق حيث يتم الإفراط أو التفريط أثناء تلبية احتياجات الجسدية أو النفسية ولا يتقيدون بالضوابط الشرعية سواء من حيث الكم أو الكيف، ويكونون بذلك عبيدا لشهواتهم وأهوائهم، ولا يستمعون إلى صوت العقل وتوجيهات الدين، فعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال رسول الله ﷺ: "تعس عبد الدينار والدرهم والقطيفة والخميصة، إن أعطي رضي وإن لم يعط لن يرضى"^{٣٩}، والنتيجة الطبيعية للإفراط أو التفريط في تلبية الاحتياجات الجسدية والنفسية هو الشقاء والاضطراب وعدم الإحساس بالسعادة والأمن والوقوع في الأمراض العضوية المختلفة وعندها تفسد حياة من يرتكب ذلك.^{٤٠}

^{٣٨} سورة القصص، الآية ٧٧.

^{٣٩} أخرجه البخاري في صحيحه رقم ٦٤٣٥.

^{٤٠} د. مسعد أحمد النجار، الاضطرابات النفسية : أسبابها والوقاية منها من منظور إسلامي، مجلة الآداب، جامعة دمار، السودان، ١٤، ٢٠٠٢م، ص: ٨٥.

رابعاً: ضعف القدرة على ضبط وإدارة الانفعالات المزعجة:
إن الإنسان جسم وعقل ونفس والذي يهيم التربية الإسلامية في الدرجة الأولى هو النفس والعقل ولم تغفل الجسد، فقال بعض أهل العلم أن بعض الطالبين انتهى به سفره إلى الظفر بنفسه فأفلح ونجح ومن ظفرت به نفسه خسر وهلك، وهذا يدل دلالة واضحة على أهمية الأخذ والمبادرة بضبط الأنفس، وكثير من الناس تجده لا يستطيع ان يضبط نفسه وكلامه وتصرفاته فيندفع اندفاعاً شديدة متحدثاً أو فاعلاً أمراً من الأمور حال الغضب أو الانفعال الشديدين كالإساءة للناس بغيببتهم أو السخرية منهم أو السب أو الضرب أو القتل وهذا واضح وملاحظ من بعض الناشئة الإسلامية التي ما عرفت لضبط النفس سبيلاً، وإن عدم القدرة على ضبط النفس بادئ ذي بدء يجر على صاحبه عواقب لا طالقة له بها فيجد العواقب القاسية المؤلمة في خاتمة سيئة كالمثول بين يدي الجلاد لتنفيذ الأحكام بالقصاص في الجاني الذي ما ضبط نفسه عن إزهاق روح أخيه كما حكى الله عن ابني آدم حيث قال تعالى: ﴿قَطَّوْعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَفَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾^{٤١}، فتكون الخاتمة السيئة المؤلمة له ولأسرته ولمجتمعها الذي خسر أحد أفرادها الذين كان يرجو صلاحهم ونفعهم^{٤٢}.

حيث أن الله تعالى خلق الإنسان مزوداً بما يعينه على الحياة في الأرض زوده بالسمع والبصر والفؤاد فيقول تعالى: ﴿قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾^{٤٣}، وزوده بالإرادة والاختيار والقدرة على التكيف مع من حوله ليصبح مهيباً لدور الخلافة في الأرض كما قال عز وجل: ﴿إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً﴾^{٤٤} والخليفة هو الإنسان الذي زوده الله تعالى بالقدرة على ضبط النفس والاختيار.

خامساً: الخوف المرضي:

يولد الإنسان وفيه هذا الاستعداد، يخاف الظلمة والوحدة ويخاف المناظر التي لم يألّفها والأشخاص الذين لم يألّفهم، وينمو الإنسان وينمو معه هذان الخطان المتقابلان وتتنوع المخاوف، فهناك الخوف من الشيطان ويدخل تحته أيضاً الخوف من الأعداء بحكم أن الشيطان عدو الله وعدو البشر، وهناك الخوف السر وهو الناتج من اعتقاد فاسد وأن يعتقد النفع والضرر من غير الله تعالى، كأن يخاف الإنسان من الأصنام أن تبطش به أو نحو ذلك، أو خوف الإنسان من الأولياء الذين يدعون من

^{٤١} سورة المائدة الآية ٣٠.

^{٤٢} مبروك بن عيضة المالكي، ضبط النفس في التربية الإسلامية، ص: ٣٥.

^{٤٣} سورة الملك الآية ٢٣.

^{٤٤} سورة البقرة، الآية ٣٠.

دون الله أنهم يعذبونه، أو من الأنداد أن تبطش به، أو نحو ذلك فالخوف هنا يعتبر سرا، أو الخوف من الجن فكل هذا يعتبر من قبيل الخوف المرضي.^{٤٥}

واليوم ونتيجة للمتغيرات المتسارعة والتقدم التقني السريع وما واكبه من ثورة تقنية هائلة، كان من أبرز سلبياتها شيوع الثقافة الاستهلاكية للفرد، والتعلق بالماديات، والخوف من المستقبل، وانتشار الأمراض المزمنة، وظهور جائحات مرضية، وما قابلها من ضعف الإيمان بقضاء الله وقدره، والتعلق بالدنيا وملذاتها، ذلك كله أفقد قيمة الرضا والقناعة لدى كثير من الناس، وجعلهم في حالة من الخوف المبالغ به.

الفصل الثاني: أساليب التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم

إن الإنسان يولد على الفطرة كما قال النبي ﷺ " كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه" ، وهذا يعني أن الإنسان يحتاج إلى من يقيه ويحميه وينميه، ولا يحقق ذلك إلا التوجيه الإسلامي الحنيف دين النماء والوقاية والعلاج مما يصيب القلوب من مشكلات وتحديات نفسية قد تهدم القلوب وتهدم الخير فتجعلها مرتعاً للردائل .

وبما أن التربية الإسلامية منهج حياة للإنسان فإننا سنتعرف في هذا الفصل على مفهوم التربية الإسلامية وخصائصها وأساليبها النمائية والوقائية والعلاجية في مواجهة التحديات النفسية المعاصرة التي تواجه الفرد المسلم .

المبحث الأول: مفهوم التربية الإسلامية :

التربية في اللغة :

يتضمن مصطلح التربية العديد من الدلالات اللغوية والتي تشير أغلبها إلى ما ينبغي أن تتضمنه العملية التربوية من أنشطة مثل:

١- الإصلاح: رب الشيء أي أصلحه، والإصلاح قد لا يقتضي الزيادة، وإنما التعديل والتصحيح.^{٤٦}

٢- النماء والزيادة: ربا يربو، بمعنى زاد ونمى، وهذا المعنى في قوله تعالى: ﴿وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأُنْبِتَتْ مِنْ كُلِّ رَوْحٍ بِهِيجٍ﴾^{٤٧}

٣- نشأ وترعرع: ربي يربي، على وزن خفي يخفى، أي نشأ وترعرع.^{٤٨}

^{٤٥} عاطف شوشرة، طبيعة النفس البشرية في مرحلة التكليف في ضوء القرآن الكريم، فلسطين، جامعة النجاح الوطنية، علوم الإنسانية، مج ٢٤، ١٤، ٢٠١٠م، ص: ٢٠.

^{٤٦} أبي الحسن ابن فارس، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، معجم مقاييس اللغة، مكتبة الخانجي مصر، دار الفكر، ١٣٩٩هـ، ٤٠١/١.

^{٤٧} سورة الحج، الآية رقم ٥.

٤- ساس وتولى أمره، ربيت القوم أي ساستهم، أي كنت فوقهم، ومنه قول أحدهم: لأن يربنى فلان أحب إلى من أن يربنى فلان، قال: أبو سفيان: غلبت والله هوازن! فقال صفوان: لأن يربنى جل من قریش أحب إلى من أن يربنى رجل من هوازن.

٥- التعليم: الرباني من الرب، بمعنى التربية، وقال ابن الأعرابي: الرباني العالم المعلم الذي يغزو الناس بصغار العلوم قبل كبارها، والرباني هو الراسخ في العلم أو الذي يطلب بعلمه وجه الله تعالى.^{٤٩}
التربية في الاصطلاح:

ورد في تعريف التربية في الاصطلاح عدة تعاريف متعددة منها:
التربية: "إنشاء الشيء حالاً فحلاً إلى حد التمام"^{٥٠}، والرب في الأصل بمعنى التربية، وهي تبليغ الشيء إلى كماله شيئاً فشيئاً.^{٥١}
ويقول الراغب الأصفهاني: الرب في الأصل التربية هو إنشاء الشيء حالاً فحلاً إلى حد التمام.^{٥٢}

والتربية: تعني الرعاية والعناية في مراحل العمر الأدنى، سواء كانت هذه العناية موجهة إلى الجانب الجسمي أم موجهة إلى الجانب الخُلقي الذي يتمثل في إكساب الطفل أساسيات قواعد السلوك ومعايير الجماعة التي ينتمي إليها.^{٥٣}
والتربية تعني: الزيادة والنماء، وذلك حين يتزوّد الطفل بأنواع المعرفة، وألوان الثقافة، فيتعدى عقله، وتكبر مدركاته، فيزكو ويسمو، علاوةً على نماء جسمه، بسبب تغذيته ورعايته صحياً، وتأمين ما يحتاج إليه من مأكّل ومشرب؛ ليترعرع بعافية جيدة، ويشبّ عن الطوق بقوة، فيتحمل تكاليف الحياة، وتبعاتها، وقد تربى جسمه، ونما عقله، وصفت نفسه، وزكت روحه.^{٥٤}

^{٤٨} أحمد بن محمد بن علي الفيومي ، المصباح المنير في غريب الشرح الكبير، تحقيق: عبد العظيم الشناوي، دار المعارف، القاهرة، الطبعة الثانية، ٢٩٦/١.

^{٤٩} ابن منظور، لسان العرب، ٤٠٠/١.

^{٥٠} بهاء الدين الزهوري، المنهج التربوي الإسلامي للطفل، مطبعة اليمام، حمص، سوريا، ١٤٣٢هـ، ص ١٦.

^{٥١} عبد الله بن عمر بن محمد البيضاوي، أنوار التنزيل وأسرار التأويل، تحقيق: محمد عبد الرحمن المرعشلي، ص: ٦٥.

^{٥٢} الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن، ص: ١٤٨.

^{٥٣} عباس محبوب، أصول الفكر التربوي في الإسلام، دار ابن كثير، دمشق، سوريا ١٣٩٨هـ، ص ١٥.

^{٥٤} محمد حسين، الأهداف التربوية للعبادات في الإسلام، رسالة لنيل درجة الدكتوراه في التربية، كلية التربية، جامعة طنطا، قسم التربية، غير منشورة، ص: ١٤.

مفهوم التربية الإسلامية :

لقد تناولت الكثير من مؤلفات التربية الإسلامية هذه المفهوم، فأوردت له تعاريف عديدة، لعل أكثرها وضوحاً وتحديداً التعريفين التاليين :
الأول : أورده (مقداد يالجن) بأنها " هي إعداد المسلم إعداداً كاملاً من جميع النواحي في جميع مراحل نموه للحياة الدنيا والآخرة في ضوء المبادئ والقيم وطرق التربية التي جاء بها الإسلام"^{٥٥}.

والثاني : أورده (الميمان) وهو " مجموعة الأصول الخاصة ببناء الإنسان المسلم الواردة في القرآن الكريم والسنة النبوية ، والآراء والتطبيقات التربوية في أي زمان ومكان، بهدف بناء الشخصية الإسلامية المتكاملة التي تعمل لخير دنياها وأخرتها"^{٥٦}.

وبعد كل ماسبق يتضح لنا أن التربية الإسلامية هي:

١- التنظيم النفسي والاجتماعي الذي يؤدي إلى اعتناق الإسلام وتطبيقه كلياً في حياة الفرد والجماعة، أو بمعنى آخر هي تنمية فكر الإنسان وتنظيم سلوكه وعواطفه على أساس الدين الإسلامي، بقصد تحقيق أهداف الإسلام في حياة الفرد والجماعة في كل مجالات الحياة.

٢- التربية الإسلامية هي تنمية فكر الإنسان وتنظيم سلوكه اللفظي والعملي على أساس الدين الإسلامي، فهي تهتم ببناء شخصية المسلم الذي سيبني المجتمع الإسلامي القويم القادر على مواجهة أخطاء أعداء الدين الإسلامي والعامل على نشر كلمة الله في الأرض.

٣- التربية الإسلامية هي تربية القيم التي بها وحدها صلاح الحياة البشرية، وبها وحدها لتحقيق التوازن الكامل في شخصية الفرد لأنها التربية التي تجمع بين الإيمان الخلق والعلم والعمل ولا معنى للتربية إذا أنكرت هذه العناصر.

٤- التربية الإسلامية هي النظام التربوي القائم على الإسلام بمعناه الشامل قال تعالى: ﴿إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ﴾^{٥٧}

وأيضاً من كل هذه التعريفات نجد جميعها تركز على تنمية شخصية الفرد المسلم في جميع جوانبها حيث يمكن تحقيق أهداف الإسلام عن طريقها ونشر كلمة الله في الأرض.

^{٥٥} مقداد يالجن، أهداف التربية الإسلامية وغاياتها، ص ٢٠ .

^{٥٦} بدرية الميمان، نحو تأصيل إسلامي لمفهوم التربية وأهدافها، ص ٤٩٩ .

^{٥٧} سورة آل عمران: ١٩ .

المبحث الثاني : خصائص التربية الإسلامية

يمكن إجمال خصائص التربية الإسلامية كما أوردها الدكتور صالح إيشان في دراسته "منهج التربية الإسلامية في تربية النفس"^{٥٨} على النحو التالي :

أولاً: التربية الإسلامية تربية تكاملية شاملة:

حيث أن التربية الإسلامية لا تقتصر على جانب واحد من شخصية الإنسان، وتخطب حواسه جميعاً فيقول تعالى: ﴿إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾^{٥٩}، أي أن التربية الإسلامية تدعو إلى الاهتمام بالجسم ونظافته والعناية به، وتأمّر العقل بالنظر في ملكوت الله أوسع للتفكير والتدبر والنظر لأن استخدام العقل يؤدي إلى تنميته، فيقول تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ﴾^{٦٠}، وتهتم بالروح والنفس فوجهتها للعبادة التي تهذب النفس وتسمو بالروح، قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (٧) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾^{٦١} ثانياً: التربية الإسلامية تقوم على الإيمان بالله عز وجل:

وتدعو الإنسان أول ما تدعو إلى اليقين بوجود الله عز وجل وقدرته، فيقول تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ﴾^{٦٢}، ولا ينحصر همها في تنمية الإيمان عن طريق الغيبات والظواهر الروحية والعبادات فقط، بل تدعو إلى النظر في هذا الكون، ومطالعة ما فيه من ظواهر كونية وعلوم مختلفة، حيث أن كتاب الطبيعة المفتوح والظواهر الكونية والعلوم المختلفة والممارسة العلمية في الحياة كلها تعزز هذا الإيمان وترتبط به أيما ارتباط.

ثالثاً: التربية الإسلامية تربية علمية :

حيث تؤكد التربية الإسلامية على الجانب العملي في حياة الفرد والمجتمع، ولا تكفي بالنظريات فقط، بل لابد من التوازن بين النواحي النظرية والعملية فيقول تعالى: ﴿وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُبَوِّئَنَّهُمْ مِنَ الْجَنَّةِ غُرَفًا تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ﴾^{٦٣}، وقد حث الإسلام على العمل وشجع عليه، وبين أن الإيمان مرتبط ارتباطاً وثيق بالعمل، وبين أن الإنسان يجزى بما عمل،

^{٥٨} صالح إيشان عبد الرحيم، منهج التربية الإسلامية في تربية النفس، مجلة الجامعة الإسلامية، غزة، ٢٠٠٥م، ص: ١٦ إلى ص ٢٠. (بتصرف) .

^{٥٩} سورة الإسراء، الآية ٣٦.

^{٦٠} سورة آل عمران، الآية ١٩٠.

^{٦١} سورة الشمس، الآية ٧ و٨.

^{٦٢} سورة الأنفال، الآية ٢.

^{٦٣} سورة العنكبوت، الآية ٥٨.

فيقول تعالى: ﴿وَأَنْ لَيْسَ لِلإِنسَانِ إِلَّا مَا سَعَى (٣٩) وَأَنْ سَعِيَهُ سَوْفَ يُرَى (٤٠) ثُمَّ يُجْزَاهُ الْجَزَاءَ الأَوْفَى﴾^{٦٤}، وقال تعالى: ﴿وَعَدَ اللهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرٌ عَظِيمٌ﴾^{٦٥}، وقد حث النبي الكريم ﷺ وأثنى على العمال ونهى عن الكسل وحذر منه وحرّم التسول.

رابعاً: التربية الإسلامية تربية فردية وجماعية معا :

تعمل التربية الإسلامية على إعداد الفرد إعدادا سليما في كل شيء وتعتبره مسئولاً عن تصرفاته وحياته، وتمنحه الحرية في كل الأمور ضمن الضوابط الشرعية التي أقرها الإسلام، فيقول تعالى: ﴿كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ﴾^{٦٦}، وهي مع ذلك تدعو الفرد ليكون اجتماعيا ومتفاعلا ومؤثرا في المجتمع الذي يعيش فيه، فكما أن الإنسان مسئول عن نفسه فهو مطالب بالانتماء إلى الجماعة والتفاعل معها إيجابيا. خامساً: التربية الإسلامية تنمي في الإنسان الرقابة الذاتية على عمله :

حيث تجعله يشعر برقابة الله تعالى وهو شعور يمنعه عن الانحراف في السر أو العلن، فيقول تعالى: ﴿يَعْلَمُ خَائِنَةَ الأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ﴾^{٦٧}، ويقول تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ وَنَعَلْمَا مَا تُؤَسُّوسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الؤُرْدِيِّ﴾^{٦٨}، فالمسلم الذي يربي تربية إسلامية ملتزم سلوكيا وأخلاقيا في كل وقت وكل حين لأنه يعلم أن الله تعالى يراقبه ومطلع على أعماله.

سادساً: التربية الإسلامية مستمرة :

يحتاج الإنسان المسلم إلى التربية الإسلامية من المهد إلى اللحد حاجته إلى الطعام والشراب، فهي ليست محدودة بفترة زمنية، ولا تنتهي بمراحل دراسية معينة، والإنسان مهما تعلم وتطور ووصل إلى مراتب علمية يبقى يتعلم ويحتاج إلى التربية الإسلامية، فيقول تعالى: ﴿وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ العِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾^{٦٩}، ولا شك أيضا أن الشريعة الإسلامية صالحة لكل زمان ومكان والتربية الإسلامية جزء منها مناسبة لكل زمان ومكان، وبالتالي فهي مستمر ومتابعة لا تتوقف أبدا والإنسان محتاج إليها في كل مراحل حياته، فقد يستغنى الإنسان أحيانا عن دراسة بعض العلوم لأنها تخصص في مجال من المجالات فالذي يتخصص مثلا في الآداب قد لا يحتاج تخصص في الرياضيات أو الفيزياء وتصبح معلوماته في المجالات الأخرى محدودة، والعكس

^{٦٤} سورة النجم، الآيات من ٣٩ إلى ٤١.

^{٦٥} سورة المائدة، الآية ٩.

^{٦٦} سورة المدثر، الآية ٣٨.

^{٦٧} سورة غافر، الآية ١٩.

^{٦٨} سورة ق، الآية ١٦.

^{٦٩} سورة الإسراء، الآية ٨٥.

كذلك فقد يستغنى المتخصص في المجالات العلمية عن التاريخ والفلسفة، ولكن كل هؤلاء لا يمكنهم أن يستغنوا عن التربية الإسلامية.
سابعاً: التربية الإسلامية تربية متدرجة :

لقد نزل القرآن الكريم على النبي الكريم ﷺ منجماً مفرقا على مدار ثلاث وعشرين سنة ولك ينزل دفعة واحدة، بل نزل حسب الأحداث والوقائع يعالج المشاكل ويضع لها الحلول المناسبة كلما وقعت، وتدرجت تربية القرآن الكريم للأمة فلم يطالب الناس بكل الأحكام الشرعية دفعة واحدة، فكان التدرج في فرض الجهاد وتحريم الخمر، وفرضت العبادات على مراحل ولم تفرض مرة واحدة، فكانت الصلاة في السنة العاشرة للبعثة في رحلة الإسراء والمعراج، وكان الصوم في السنة الثانية للهجرة بينما تأخر الحج إلى السنة التاسعة.
أساليب التربية الإسلامية الوقائية والعلاجية والنمائية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم .

قد تناولت التربية الإسلامية موضوع النفس البشرية بالرعاية والاهتمام والوقاية والتحسين والعلاج بشكل متكامل، يظهر ذلك من خلال ثلاثة جوانب رئيسية :

١/ الجانب الوقائي.

٢/ الجانب العلاجي

٣/ الجانب العلاجي.

وفي هذا المبحث سنوضح للفرد المسلم أساليب التربية الإسلامية الوقائية والعلاجية والنمائية التي تساعد في مواجهة المشكلات النفسية المعاصرة: من ضعف الإيمان، وضعف تقدير الذات، وأثار إهمال بناء الجانب النفسي وسيطرة الحياة المادية، وضعف التحكم والقدرة على إدارة الانفعالات المزعجة على النحو التالي :

أولاً : أساليب التربية الإسلامية في الجانب الوقائي :

يعتبر الجانب الوقائي في التربية الإسلامية بمثابة سياج للمسلم يحميه ويقيه من الوقوع في الرذائل الخلقية والتربية السيئة، ومن أساليب التربية الإسلامية في الجانب الوقائي إلى:

١/ الوعي بالنفس:

وهو كما يقول جون ماير (John Mayer) الذي وضع نظرية الذكاء العاطفي: "أن نكون مدركين لحالتنا النفسية وتفكيرنا بالنسبة لهذه الحالة المزاجية نفسها، أو هو الانتباه للحالة النفسية الداخلية"^{٧٠}.

^{٧٠} دانييل جولمان، الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، إصدار المجلس الوطني للثقافة والفنون، الكويت، 2000م، ص ٥٧ .

والوعي بالنفس في التربية الإسلامية يرتكز ويبنى على المنطلقات الأساسية الثلاث التالية :

أولاً: أن النفس البشرية بمكوناتها مخلوقة لله تعالى: قال تعالى (وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا) ^{٧١}، ولقد كان النبي ﷺ كثيراً ما يقسم بقوله: "والذي نفس محمد بيده"، ومن هنا فعلى الإنسان توجيه عاطفته وضبط انفعالاته نحو خالق هذه النفس، وأن يجعل دافعيته في تحريك سلوكه لتحقيق مرضاته ، وأن يطوع هذه النفس وفق منهج الله تعالى، وأن يعالجها باللجوء إلى بارئها ^{٧٢}.

ثانياً: النفس البشرية لها حق على صاحبها، ومن حقها العناية بجوانبها العاطفية، فلذلك قال النبي ﷺ لعبد الله بن عمرو ابن العاص رضي الله عنهما: "وإن لنفك وأهلك عليك حقاً".

ثالثاً: النفس البشرية تحتاج إلى مجاهدة، لكبح جماح هواها وحسن إدارة انفعالها وعدم الانسياق

قال: "المجاهد من جاهد نفسه في سبيل الله" ^{٧٣}.

ولقد كان النبي ﷺ شديد الوعي بنفسه وانفعالاته حتى إنه يدعو ربه أن يعينه على ذلك فقال: "اللهم إنما محمد بشر يغضب كما يغضب البشر، وإني قد اتخذت عندك عهداً لن تخلفنيه، فأيما مؤمن أذيته أو سببته أو جلدته، فاجعلها كفارة وقربة تقربه إليك يوم القيامة" ^{٧٤}.

٢/ اتقاء الشبهات :

قد يوقع مباشرة الشبهات الإنسان في حرام، وإذا اعتاد المرء ذلك ولم يتورع عنه كان له سجية، والوقاية من ذلك تكون بترك الشبهات حتى يستبرئ لدينه وعرضه، وقد وجهنا النبي ﷺ في الحديث الذي ذكره النعمان بن بشير رضي الله عنه قال سمعت رسول الله ﷺ يقول: " إن الحلال بين وإن الحرام بين، وبينهما مشتهيات لا يعلمهن كثير من الناس، فمن اتقى الشبهات فقد استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في الشبهات وقع في الحرام كالراعي يرعى حول الحمى يوشك أن يرتع فيه ألا وإن كان ملك حمى، ألا وإن حمى محارمه، ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب" ^{٧٥}، أي أنه ينبغي ترك المشتهيات فإنه سبب لحماية دينه وعرضه، وحذر من مواقع الشبهات، ولا يوجد أعظم فتنة من

^{٧١} سورة الشمس : آية ٧ .

^{٧٢} البخاري، صحيح البخاري، كتاب الصوك، باب في حق الأهل في الصوم، رقم (١٩٧٧)

^{٧٣} أحمد بن حنبل، المسند، ج٢، رقم الحديث (٢٤٤٦٥) ، ص ٢٢.

^{٧٤} مسلم ، صحيح مسلم، كتاب البر والصلة ، باب من لعنه النبي ﷺ، رقم (٢٦٠٢) .

^{٧٥} رواه البخاري في صحيحه ٧٤/٢ برقم ٢٠٥١.

مقاربة الفتنة، وقل أن يقاربها إلا من يقع فيها، ومن حام حول الحمى يوشك أن يقع فيه.^{٧٦}

قال ﷺ: "ده ما يريبك إلى ما لا يريبك"^{٧٧}، ومن هذا الحديث نجد أنه على المسلم أن يبني أمورهِ على اليقين ليكون في أمر دينه على بصيرة، والنهي عن الوقوع في الشبهات وما تتردد فيه النفس بين حله أو حرمة، واستحباب الورع مما كان فيه شبهة حرام، إن كان الأصل الحل، وبذلك فإن ترك الشبهات وقاية للمرء من الوقوع في الرذائل الخلقية، فيكون بعيداً عنها قريباً من الفضائل.

٣/ الوقاية بإقامة الحدود وتأجيل الإشباع :

إن إقامة الحدود بمثابة وقاية للفرد من انتشار الرذائل لأنها تجلب له الخوف من اقتراف الجرائم الخلقية والوقوع في حبالها، وقد أبرزت الدراسات الحديثة أن الشريعة الإسلامية تعتبر منهجاً في القضاء على الإجرام، وقد وضعت العديد من العقوبات التي كان لها أثر سديد في كبح جماح النفس من إشباع غرائزها بما لم يأمر به أو يبيحه الشرع، وفي درء المفاصد الخلقية والوقاية منها بالحيلولة دون وقوعها، ومن يترقى في بيئة تطبق التشريع الإسلامي ينشأ وهو كارها للرذيلة محبا للفضيلة، ويؤازر ذلك ويعضده إدارة للنفس في عملية إشباع أهدافها.

٤/ الوقاية بسد باب الذرائع :

يكون سد باب الذرائع المؤدية إلى ما يفسد النفس والخلق وذلك عن طريق تربية النفس على حب الآخرين وحب دوام النعمة عليهم وعدم النظر إلى ما يتمتع به الغير، فيقول تعالى: ﴿وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ لِلرَّجَالِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِمَّا اكْتَسَبْنَ وَاسْأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا﴾^{٧٨}، ويقول تعالى: ﴿وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفِثَنَّهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ﴾^{٧٩}

ثانياً : أساليب التربية الإسلامية في الجانب العلاجي :

تقوم التربية الإسلامية بوضع عدة أسس هامة جداً للفرد المسلم في الجانب العلاجي ومن أهم هذه الأسس ما يلي:

١/ الصبر وإدارة الغضب:

^{٧٦} ابن الجوزي، صيد الخاطر، ط١، دار القلم، دمشق، ١٤٢٥هـ، ص: ٢٠٣.

^{٧٧} أحمد النسائي، سنن النسائي، ط٢، مكتب المطبوعات الإسلامية، حلب، سوريا، ١٤٠٦هـ،

٣٢٧/٨ - ٣٢٨ برقم ٥٧١١.

^{٧٨} سورة النساء، الآية ٣٢.

^{٧٩} سورة طه، الآية ١٣١.

الصبر هو عدم إظهار الجزع، وعدم التكلم بما يعبر عن اعتراض المسلم على ما أصابه من سوء، فأظهار الجزع يمكن أن يزيد من الضغط النفسي الناتج عن الموقف من خلال آلية الإيحاء الذاتي، وعندما يظهر المسلم جزعا في موقف ما سيدرك حالة جزعه هذه وهذا يوحي له بأن هذا الموقف فعلا مصدر للجزع، ولا مناص منه ولا محيص عنه، وهو ما سيفقل من تقويمه لذاته وتقديره لها، وهذا يزيد الطين بلة والحالة سوءا، وإن حبس النفس عن الجزع واللسان عن التشكي والجوارح عن الحزن، وإن الصبر فيه ثلاثة معاني المنع والشدة والضم ويقال صبر إذا أتى بالصبر وتصبر إذا تكلفه واستدعاه، واصطبر إذا اكتسبه وتعلمه، وصابر إذا وقف خصمه في مقام الصبر وصبر نفسه وغيره بالتشديد إذا حملها على الصبر، والصبر هو صبر الأوامر والطاعات وصبر عن المناهي والمخالفات وصبر على الأقدار، وإن تأكيد القرآن المتكرر على الصبر وتعظيم أجر الصابر حافز يدفع المسلم إلى أن ينظر إلى الصبر نظرة إيجابية، ويعدّها مرحلة متقدمة يرنو إلى الوصول إليها، فيقول تعالى: إِنَّمَا يُؤَفِّقُ الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ^{٨٠}، يدفع المسلم دفعا قويا حتى يكون ممن يوفون أجورهم بغير حساب، والملاحظ أن الصابرين هم الوحيدون الذين قال عنهم القرآن الكريم أنهم سيوفون أجورهم بغير حساب^{٨١}

فكون المرء مسلما لا يعني أن الضغوط النفسية لن تجد إليه سبيلا، بل لا بد مما أسماه المتصوفة بالرياضة الروحية أو المجاهدة النفسية، لاكتساب هذه السمة الشخصية ألا وهي الصبر، ومما لا شك فيه أن رد فعل شخص متيقن من أن صبره على ما يصيبه من سوء عمل سوف يؤجر عليه، يختلف تماما عن رد فعل شخص آخر للموقف نفسه، يعتقد أن الصبر سلاح الضعفاء، وبما أن الصبر ليس غريزة فطرية تولد مع الإنسان بل يكتسب اكتسابا، لذلك على المرشد أو المعالج النفسي أن يضع برنامجا لتعليم الصبر والتدريب عليه، بعد التعرض لضغوط نفسية شديدة وفي محاولة للعلاج منها، ويطلق عليها الغرب معالجة الغضب.

ولتحقيق الوعي في إدارة الغضب، بين النبي ﷺ فضل من يملك نفسه عند الغضب، عندما قال لصحابته "فما تعدون الصرعة فيكم؟" قال: قلنا: الذي لا يصرعه الرجال. قال: "ليس بذلك ولكنه الذي يملك نفسه عند الغضب"^{٨٢}، وهذا يبين أهمية إدارة الإنسان لانفعالاته وهي من الأسس التي يقوم عليها قوة الشخصية، حيث جعله النبي عليه الصلاة والسلام إدارة الغضب مقياساً لقوة الشخصية.

^{٨٠} سورة الزمر، الآية ١٠.

^{٨١} آزاد علي إسماعيل، الدين والصحة النفسية، المعهد العالي للفكر الإسلامي، لبنان، الطبعة الأولى، ١٤٣٥هـ، الطبعة الأولى، ص: ١٣٠ - ١٣١.

^{٨٢} مسلم، صحيح مسلم، كتاب البر، باب فضل من يملك نفسه عند الغضب، رقم (٢٦٠٨).

ولا شك أن مفتاح سعادتنا العاطفية يكمن في ضبط وإدارة انفعالاتنا المزعجة بصورة دائمة، لأن التطرف الزائد والمكثف في العواطف لفترة طويلة من الزمن يؤدي إلى تقويض استقرارنا، وتحقيق التوازن النفسي هو المطلوب في حياتنا، وليس المطلوب قمع عواطفنا، لأن لكل شعور قيمته ودلالته، والحياة بدون العاطفة تصبح قاحلة ومملة، وعندما يُكبت الانفعال تماماً فإن ذلك يؤدي إلى الفتور والعزلة، وعندما يخرج عن إطار الانضباط والسيطرة يصل بصاحبه إلى حد التطرف ويتحول إلى حالة مرضية تحتاج إلى علاج مثل الاكتئاب والقلق المزمن والخوف المرضي.

٢/ علاج سوء الظن والتشاؤم :

عالجت التربية الإسلامية سوء الظن والتشاؤم بعدة أساليب منها سلامة الصدر من الأحقاد والغل، لأن سوء الظن هو نتاج لما في الصدور من الآفات وقد كان من دعاء الأولين الصالحين دعاء بسلامة الصدر، فيقول تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ﴾^{٨٣}، وقد نهت التربية الإسلامية عما يؤدي إلى الغل والحقد فقال رسول الله ﷺ: "لا تحاسدوا ولا تباغضوا ولا تتاجسوا وكونوا عباد الله إخوانا، المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يخذله ولا يحقره، التقوى ههنا- ويشير إلى صدره ثلاث مرات- بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم كل المسلم على المسلم حرام: دمه وماله وعرضه"^{٨٤}، والتوكل على الله وحسن الظن به حيث أن المتوكل على الله سحين الظن به ونفسه مطمئنة إلى ما وعده الله فيسلم نفسه ويرضى ولا يسفط، فيعلم إن ما أصابه لم يكن ليخطئه وما أخطأه لم يكن ليصيبه، ومؤمن بأن له في كلا الأمرين خيرا، قال رسول الله ﷺ: "عجبا لأمر المسلم إن أمره كله خير"^{٨٥}، فإن لم يساء الظن به كان خيرا، وإن أسيء به الظن وصبر واحتسب وتحمل أذى سوء الظن كان خيرا له بنيل الحسنات والثواب العظيم.

لذا يجب أن يتوكل المسلم على الله، فإن من توكل على الله كفاه، فيقول ﷺ: "لو أنكم توكلتم على الله حق توكله لرزقكم كما يرزق الطير، تغدو خماسا وتروح

^{٨٣} سورة الحشر، الآية ١٠.

^{٨٤} مسلم: صحيح مسلم، كتاب البر، باب تحريم ظلم المسلم وخذله، حديث رقم ٢٥٦٤، ص: ٩٦٨.

^{٨٥} مسلم، صحيح مسلم، كتاب الزهد، باب المؤمن أمره كله خير، حديث رقم ٢٩٩٩، ص: ١١١٨.

بطاناً^{٨٦}، وإن من ثمرات التوكل على الله تقوية العزيمة والوصل إلى الهدف فيقول تعالى: ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾^{٨٧}
٣/ التفاؤل وعدم اليأس :

تحت التربية الإسلامية على التفاؤل الدائم والاستيثار في وجه الله تعالى، فإن المؤمن المتفائل دائماً لا يتطرق اليأس إلى نفسه فيقول تعالى: ﴿وَلَا تَيْسُّوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْسُّ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾^{٨٨}، ويطمئن الله تعالى المؤمنين بأنه دائماً معهم إذا سألوه فإنه قريب منهم ومجيب إذا دعوه، فيقول تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾^{٨٩} وهي قمة الأمن النفسي والراحة الداخلية للإنسان.^{٩٠}

والتفاؤل هو منهج نبوي فعن أنس بن مالك عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني الفأل، الكلمة الحسنة الكلمة الطيبة"^{٩١}، ويعني التفاؤل أن تملك توقعات قوية الاحتمال أن الأمر في النهاية سينتهي إلى خير، بالرغم من بعض الصعوبات والاختناقات، وهذا في حقيقته هو واجب الفرد المسلم، ومطلوب من شرعاً أن يحسن الظن بالله في كل أموره، فقد جاء في الحديث القدسي يقول الله تعالى " أنا عند ظن عبدي بي فليظن بي ما شاء"^{٩٢}.

ثالثاً : أساليب التربية الإسلامية في الجانب النمائي :

إن الإسلام يوجه الإنسان إلى التنشئة والتربية في ضوء توجيهاته حتى لا يحد من جادة الطريق، فيقع الفساد وذلك بترغيبه في تركيبة النفس لأنه متى حصلت في النفس هذه التركيبة غدت صالحة لغرس فضائل الأخلاق فيها، وتهذيب طباعها تهذيباً مصلحاً ومقوماً وكابحاً وموجهاً، وتهذيب النفس يتهيأ المناخ النفسي الصالح لتفجر منابع الخير، والمراد بتركيبة النفس تطهيرها من نزعات الشرور والآثام وإزالة حظ الشيطان منها، وتنمية فطرة الخير فيها، فيقول تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى (١٤) وَذَكَرَ

^{٨٦} محمد بن عيسى الترمذي، سنن الترمذي، ط٢، مطبعة مصطفى البابي، القاهرة، مصر، ٥١٣٩٥، ٤/٥٧٣.

^{٨٧} سورة آل عمران، الآية ١٥٩.

^{٨٨} سورة يوسف، الآية ٨٧.

^{٨٩} سورة البقرة، الآية ١٨٦.

^{٩٠} سالم بن مرضي بخيت الرفاعي، طرق علاج سوء الظن من منظور التربية الإسلامية، كلية الدعوة وأصول الدين الجامعة الإسلامية، ١٤٣٣هـ، ص: ٥٦ و ٥٧.

^{٩١} مسلم، صحيح مسلم، كتاب السلام، باب الطيرة والفأل، رقم (٢٢٢٤).

^{٩٢} مسلم، صحيح مسلم، كتاب الذكر، باب الحث على ذكر الله، رقم (١٦٧٥).

اسْمُ رَبِّهِ فَصَلَّى^{٩٣}، وقال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾^{٩٤}، وتتجلى التوجيهات الخاصة بالتربية الإسلامية في الجانب النمائي فيما يلي:

١- تنمية التقوى أو الجانب الديني في الإنسان عن طريق تنفيذ أمر الله تعالى في قوله: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانْتِظِرُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ﴾^{٩٥}، وذلك يشمل فعل ما أمر الله به وترك ما عنه زجر، وأن تحاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وأن تنتظروا ماذا أدخرتم لأنفسكم من الأعمال الصالحة ليوم معادكم وعرضكم على ربكم، إن اسم تقوى الله يجمع فعل كل ما أمر الله به إيجابا واستحبابا وما نهى عنه تحريما وتنزيها، وهذا يجمع حقوق الله وحقوق العباد، والمخلص يصونه الله لعبادته وحده وإرادة وجهه، وخشيته وحده ورجائه وحده والطلب منه والذل له والافتقار إليه.

٢- تنمية السلوك الظاهر والباطن حتى يتوافقا في القول والعمل، فيقول تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَعْمَلُونَ (٢) كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ﴾^{٩٦}، وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: "إن الله لا ينظر إلى أجسامكم ولا إلى صوركم ولكن ينظر إلى قلوبكم وأشار بأصابعه إلى صدره"^{٩٧}

٣- تنمية الأخلاق بالإيمان والإيمان عند جميع أهل السنة يزيد بالطاعة وينقص بالمعصية والقبايح تسود القلب وتطفى نوره، والإيمان هو نور في القلب، والقبايح تذهب به أو تقلله قطعاً، فالحسنات تزيد نور القلب والسيئات تطفى نور القلب.^{٩٨}

٤- تنمية الفضائل حيث إن قيام الإنسان بواجب العبادات التي أمره الله تعالى بها تنمي لديه الفضائل وتبعده عن المنكرات وتقوي صلته بالله، فأداء الصلاة والمحافظة عليها تحمله على ترك الفحشاء والمنكر، فأداء الصلاة والمحافظة عليها تحمله على ترك الفحشاء والمنكر، فيقول تعالى: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾^{٩٩}، فإن الصلاة تشتمل على شيئين على ترك الفواحش والمنكرات أي المواظبة على الصلاة تحمل على ترك ذلك، والزكاة تطهر الإنسان وتنمي لديه العطاء والعطف على المحتاجين والإحساس بفقورهم، والشعور بنعمة الله تعالى عليه، قال عز وجل: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ

^{٩٣} سورة الأعلى، الآية ١٤ و ١٥.

^{٩٤} سورة الشمس، الآيات ٩ و ١٠.

^{٩٥} سورة الحشر، الآية ١٨.

^{٩٦} سورة الصف، الآيات ٢ و ٣.

^{٩٧} رواه مسلم في صحيحه ٤/ ١٩٨٦ - ١٩٨٧.

^{٩٨} ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين، ط ٣، دار الكتاب العربي، بيروت، ١٦٤١ هـ، ٢/ ٢٤٥.

^{٩٩} سورة العنكبوت، الآية ٤٥.

سَكَنَ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ^{١٠٠} ، والصوم ينمي لدى الإنسان الكثير من الفضائل الخلقية وترك الرذائل والفواحش، قال رسول الله ﷺ: "من لم يدع الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه"^{١٠١} ، وفي الصوم حبس للنفس وزجر لها عن الفواحش وتنميتها على سلوك الفضائل فإن ساب الصائم أحد فإنه لا يعامله بالمثل، بل يقل له إني صائم، قال رسول الله ﷺ: "إِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرَفْتْ يَوْمئِذٍ وَلَا يَصْخَبُ، فَإِنْ سَابَهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي أَمْرٌ صَائِمٌ"^{١٠٢} ، والرفث هو الكلام الفاحش ويطلع على الجماع وعلى مقدماته، وفي الحج تدريب للنفس على السمو والترقي بها إلى الانتهاء عن الرفث والفسوق والجدال وتعويدها على فعل الخير والتزود بالتقوى، فيقول تعالى: ﴿الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثٍ وَلَا فَسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ﴾^{١٠٣} والسفه هو الاستخفاف بالحق وهي رذائل تعوق نمو الفضائل.^{١٠٤}

٥- تنمية الفضائل بكثرة النوافل كلما تزود العبد من النوافل ازداد تقربا إلى الله تعالى فأحبه الله، وحظى بخصائص ذكرها ﷺ في الحديث الذي يرويه عن الله عز وجل: "إن الله قال: من عاد لي وليا فقد عادى أذنته بالحرب، وما تقرب إلي عبدي بشيء أحب إلي مما افترضته عليه، وما زال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها، وإن سألني لأعطينه ولئن استعاذ بي لأعيذه، وما ترددت عن شيء أنا أفعله ترددي عن نفس المؤمن يكره الموت وأنا أكره مساءته"^{١٠٥} ، أي أن توفيق الله لعبده في الأعمال التي يباشرها بهذه الأعضاء وتيسير المحبة له فيها، بأن يحفظ جوارحه عليه، ويعصمه عن مواقف ما يكره الله من الإصغاء للهو بسمعه ومن النظر إلى ما نهى الله عنه ببصره، ومن البطش فيما لا يحل له بيده، ومن السعي إلى الباطل برجله.

٦- تنمية الأخلاق بالترغيب فيما عند الله من الثواب العظيم والأجر الكريم لمن حسن خلقه قال رسول الله ﷺ: "إن الرجل ليدرك بحسن خلقه درجات قائم الليل صائم

^{١٠٠} سورة التوبة، الآية ١٠٣.

^{١٠١} رواه البخاري في صحيحه ٣١/٢ برقم ١٩٠٣.

^{١٠٢} رواه البخاري في صحيحه ٢٩/٢ برقم ١٧٤١.

^{١٠٣} سورة البقرة، الآية ١٩٧.

^{١٠٤} د. خالد بن حامد الحازمي، أصول التربية الإسلامية، ٥٧-٥٨.

^{١٠٥} رواه البخاري في صحيحه ١٩٢/٤ برقم ٦٥٠١.

النهار" ^{١٠٦}، وقال ﷺ: "أنا زعيم بببيت في ربض الجنة لمن ترك المراء وإن كان محقا، وببيت في وسط الجنة لمن ترك الكذب وإن كان مازحا، وببيت في أعلى الجنة لمن حسن خلقه" ^{١٠٧}، ولقد وقال رسول الله ﷺ: "ما شيء أثقل في ميزان المؤمن يوم القيامة من خلق حسن، وإن الله ليبغض الفاحش البذيء" ^{١٠٨}، ودائرة الأخلاق واسعة تشمل كل ما فيه صلاح العبد في آخرته ودينه، كالصدق والإخلاص والأمانة والعفة وغيرها من مكارم الأخلاق التي حث عليها الإسلام.

٧- تأجيل الإشباع لتحقيق الأهداف وهو القدرة على ضبط الاندفاع وتأخير الحصول على المكافأة، فكل إنسان لديه طموح ورغبة في الإنجاز يقول النبي ﷺ : (والصبر ضياء) ^{١٠٩} أي يضيء طريق الإنسان نحو النجاح في الدنيا والآخرة، فالضوء لا بد فيه من حرارة وهكذا الصبر وتأخير المكافأة لا بد فيها من حرارة وتعب ومشقة، ولكنه في النهاية يحقق هدفه ومبتغاه من خلال إدارة النفس.

الخاتمة

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات، في ختام الدراسة نتمنى من الله تعالى أن نكون قد وفقنا في تقديمها بالشكل الأمثل الذي يتناسب مع موضوع الدراسة ألا وهو " منهج التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية لدى الفرد المسلم"، حيث اشتمل الموضوع على شقين شق إسلامي تربوي والشق الآخر هو النفس والحالة النفسية ومسائلها، وقد تطرقنا في دراستنا إلى عدة جوانب منها مفهوم التربية الإسلامية ومفهوم النفس ومفهوم التحديات النفسية، ثم أشرنا إلى خصائص التربية الإسلامية وخصائص النفس البشرية، وقمنا بتحليل أسباب التحديات التي يواجهها الفرد المسلم والتي منها ضعف تقدير الذات وضعف الإيمان وإهمال بناء الجانب النفسي وسيطرة الحياة المادية على الإنسان وضعف القدرة على ضبط وإدارة الانفعالات المزعجة، ثم تطرقنا إلى أساليب التربية الإسلامية في مواجهة التحديات النفسية، وقد كانت ثلاثا وهي الأسلوب الوقائي والنمائي والعلاجي وتطرقنا إلى كل جزئية تتعلق به في شكل مختصر.

أهم النتائج :

-التربية الإسلامية هي تنمية فكر الإنسان وتنظيم سلوكه اللفظي والعملية على أساس الدين الإسلامي.

^{١٠٦} رواه أبو داود في سننه ١٤٩/٥ برقم ٤٧٩٨.

^{١٠٧} رواه أبو داود في سننه ١٥٠/١ برقم ٤٨٠٠.

^{١٠٨} رواه أبو داود في سننه ١٥٠/٥ برقم ٤٧٩٩.

^{١٠٩} مسلم، صحيح مسلم، كتاب الطهارة، باب فضل الوضوء، رقم (٢٢٣).

-التحديات النفسية هي مجموعة القضايا والمشكلات والمتغيرات التي تؤثر على الجانب النفسي لدى الإنسان وتعيق من عملية الاتزان الشخصي والنفسي لديه وعلى قدرته في إدارة انفعالاته وضبطها.
-التربية الإسلامية تقوم على الإيمان بالله عز وجل وتدعو الإنسان أول ما تدعو إلى اليقين بوجود الله عز وجل وقدرته.
-تعمل التربية الإسلامية على إعداد الفرد إعدادا سليما في كل شيء وتعتبره مسئولا عن تصرفاته وحياته، وتمنحه الحرية في كل الأمور ضمن الضوابط الشرعية التي أقرها الإسلام.
-تتسم النفس البشرية بالعديد من الصفات مثل الخوف والرجاء والعاطفية وشدة الحرص والتكالب على المال.
-هناك العديد من التحديات النفسية التي يواجهها المسلم ولها عدة أسباب مثل ضعف تقدير الذات وضعف الإيمان وضعف إدارة الانفعالات وإهمال بناء الجانب النفسي.
-تقوم التربية الإسلامية بالتعامل مع التحديات النفسية بعدة أساليب وهي النمائي والعلاجي والوقائي.

التوصيات

توصي الدراسة بما يلي:

- ضرورة الاهتمام بدراسة بعض المشاكل النفسية الدقيقة التي تمس كيان الإنسان ووصلت به إلى مراحل سلبية، وتوضيح ماهية الحلول التي دعي الإسلام إلى اتباعها كإعراض عن الجاهلين والتسامح واتباع اللين لحل المشاكل.
- القيام بدراسة استطلاعية لواقع الناشئة الإسلامية ومدى التزامهم الفعلي بالإسلام وما دعي إليه من أخلاق وقواعد وأساليب في التعامل مع المشاكل النفسية.
- ضرورة دراسة العوامل النفسية التي أدت إلى التعرض للمشاكل النفسية وتوضيح كيفية علاجها والمنهج المتبع فيها.

قائمة المراجع والمصادر

- ١/ إبراهيم العدرة، التحديات التي تواجه الطلبة ذوي الإعاقة في الجامعة الأردنية (دراسة ميدانية)، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، مج ٤٣، ٢٠١٦م.
- ٢/ ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، لبنان، بدون تاريخ نشر.
- ٣/ ابن الجوزي، صيد الخاطر، ط١، دار القلم، دمشق، ١٤٢٥هـ.
- ٤/ ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين، ط٣، دار الكتاب العربي، بيروت، ١٤١٦هـ،
- ٥/ أبي الحسن ابن فارس، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، معجم مقاييس اللغة، مكتبة الخانجي مصر، دار الفكر ، ١٣٩٩هـ.
- ٦/ أحمد النسائي، سنن النسائي، ط٢، مكتب المطبوعات الإسلامية، حلب، سوريا، ١٤٠٦هـ.
- ٧/ أحمد بن حنبل، المسند، ط١، ج٢، مؤسسة الرسالة، بيروت، ٢٠٠١م.
- ٨/ أحمد بن محمد بن علي الفيومي ، المصباح المنير في غريب الشرح الكبير، تحقيق: عبد العظيم الشناوي، ط٢، دار المعارف، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٩/ آزاد علي إسماعيل، الدين والصحة النفسية، ط١، المعهد العالي للفكر الإسلامي، لبنان، ١٤٣٥هـ.
- ١٠/ إسماعيل بن حماد الجوهري، الصحاح، تحقيق: أحمد عبد الغفور عطار، ط٤، دار العلم، بيروت، ١٤٠٧هـ.
- ١١/ بدرية الميمان، نحو تأصيل إسلامي لمفهوم التربية وأهدافها، دار عالم الكتب، الرياض، ١٤٢٤هـ.
- ١٢/ بهاء الدين الزهوري، المنهج التربوي الإسلامي للطفل، مطبعة اليمام، حمص، سوريا، ١٤٣٢هـ.
- ١٣/ الحافظ أبي الفداء إسماعيل بن كثير القرشي، ط ١، دار المعرفة، بيروت، ١٤٠٧هـ.
- ١٤/ حامد المصلح، المعاصي وآثارها على الفرد والمجتمع، ط٣، مكتبة الضياء، جدة، ١٤١٠هـ.
- ١٥/ حسن الشرقاوي، نحو علم نفس إسلامي، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، ١٩٨٤م.
- ١٦/ دانييل جولمان، الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، إصدار المجلس الوطني للثقافة والفنون ، الكويت، ٢٠٠٠م.
- ١٧/ د. حسان العمدة قمحية ود. عمار سمير ود. معتز عاصراني، الطب النفسي، ط١، دار الألباب، دمشق، ١٩٩٣هـ.

- ١٨/ د. محمد مصطفى زيدان، القرآن وعلم النفس، ط١، دار مكتبة الأندلس، بنغازي - ليبيا، ١٣٩٣هـ.
- ١٩/ د. عزت الطويل، النفس في القرآن الكريم، المكتب الجامعي الحديث، ١٩٨٢م.
- ٢٠/ د. خالد الحازمي، أصول التربية الإسلامية، ط١، دار عالم الكتب، الرياض، ١٤٢٠هـ.
- ٢١/ د. مقداد يالجن، أهداف التربية الإسلامية وغاياتها، ط٣، دار عالم الكتب، الرياض، ١٤٢٤هـ.
- ٢٢/ د. مسعد أحمد النجار، الاضطرابات النفسية : أسبابها والوقاية منها من منظور إسلامي، مجلة الآداب، جامعة ذمار، السودان، ع١٤، ٢٠٠٢م.
- ٢٣/ الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن، تحقيق محمد كيلاني، المفردات في غريب القرآن، دار المعرفة، لبنان، بدون تاريخ .
- ٢٤/ السيد محمد مرتضى، تاج العروس، دار ليبيا للنشر والتوزيع، بنغازي، ١٤١٥هـ.
- ٢٥/ سالم بن مرضي بخيت الرفاعي، طرق علاج سوء الظن من منظور التربية الإسلامية، كلية الدعوة وأصول الدين الجامعة الإسلامية، ١٤٣٣هـ.
- ٢٦/ سليمان حسين المزين، دور الأسرة الفلسطينية في تعزيز المعايير الاجتماعية المستمدة من السنة النبوية لدى أبنائها من وجهة نظر طلبة الثانوية في محافظة غزة وسبل تطوره، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، ٢٠٠٣م.
- ٢٧/ السيد محمد مرتضى الزبيدي، تاج العروس، دار ليبيا للنشر والتوزيع، بنغازي، ١٤١٥هـ.
- ٢٨/ صالح إيشان عبد الرحيم، منهج التربية الإسلامية في تربية النفس، مجلة الجامعة الإسلامية، غزة، ٢٠٠٥م.
- ٢٩/ عباس محبوب، أصول الفكر التربوي في الإسلام، دار ابن كثير، دمشق، سوريا، ١٣٩٨هـ.
- ٣٠/ عاطف شوشرة، طبيعة النفس البشرية في مرحلة التكليف في ضوء القرآن الكريم، فلسطين، جامعة النجاح الوطنية، علوم الإنسانية، مج٢٤، ع١، ٢٠١٠م.
- ٤٠/ عالية محمد بن تراب الخياط، دور التربية الإسلامية في مواجهة التحديات المعاصرة على منظومة القيم الأخلاقية لدى الشباب : دراسة تحليلية، مجلة كلية التربية جامعة الملك عبد العزيز، جدة، مج ٢٦، ع١٠٢٤، ٢٠١٥م.
- ٤١/ عبد الله علي عبد الرحمن أبو السعود، تحت إشراف: د. محمد خازر المجالي، الإعجاز النفسي في القرآن الكريم (دراسة تأصيلية)، الجامعة الأردنية، عمان، ٢٠٠٥م

- ٤٢/ عبد الله بن عمر بن محمد البيضاوي، أنوار التنزيل وأسرار التأويل، تحقيق: محمد عبد الرحمن المرعشلي، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ١٤١٨هـ.
- ٤٥/ علي الجرجاني، معجم التعريفات، تحقيق محمد المنشاوي، دار الفضيلة، القاهرة، بدون تاريخ .
- ٤٦/ لينا أحمد محمد ملحم، الصفات التربوية للمرأة المسلمة في القرآن الكريم، رسالة ماجستير، كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة اليرموك، ١٩٩٦م.
- ٤٧/ عبد الرحمن النحلاوي، أصول التربية الإسلامية وأساليبها، الطبعة الثالثة، دمشق، دار الفكر العربي، ١٩٩٦م.
- ٤٨/ عبدالوهاب أبو سليمان، كتابة البحث العلمي صياغة جديدة ، الرياض ، السعودية، مكتبة الرشد ، ١٤٢٦هـ .
- ٤٩/ علي مهدي، أهم التحديات التي تواجه المراهقين، وزارة التربية والتعليم، ع ٢٤، ٢٠٠٩م.
- ٥٠/ الفيروز آبادي، محمد بن يعقوب، القاموس المحيط، ط٣، دار صادر، بيروت، ١٤١٨هـ.
- ٥١/ مبروك بن عيضة المالكي، ضبط النفس في التربية الإسلامية "دراسة مقدمة إلى قسم التربية الإسلامية بكلية تربية جامعة أم القرى"، تحت إشراف د. عبد اللطيف بن محمد، جامعة أم القرى، ١٤١٥هـ.
- ٥٢/ محمد بن إسماعيل البخاري، صحيح البخاري، ط١، دار طوق النجاة، دمشق، ١٤٢٢هـ .
- ٥٣/ محمد علي بن محمد التهاوني ، كشف اصطلاحات الفنون، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، الطبعة الأولى، ١٩٩٩م.
- ٥٤/ محمد حسين، الأهداف التربوية للعبادات في الإسلام، رسالة لنيل درجة الدكتوراه في التربية، كلية التربية، جامعة طنطا، قسم التربية، رسالة غير منشورة، ١٤١٥هـ.
- ٥٥/ محمد بن عيسى الترمذي، سنن الترمذي، ط٢، مطبعة مصطفى البابي، القاهرة، مصر، ١٣٩٥هـ .
- ٥٦/ مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم، دار إحياء التراث العربي، بيروت، بدون تاريخ نشر .
- ٥٧/ نبيه عبدالرحمن عثمان، دعوة الحق الإنسان والروح والعقل والنفس، رابطة العالم الإسلامي، مكة المكرمة، ١٤٠٨هـ .
- ٥٨/ هديل أبو ضلفة، التربية الإسلامية "مدخل إلى العلوم التربوية والسلوكية" تحت إشراف: فايز كمال شلدان، بحث الكتروني منشور، ٢٠٠٨م.
- ٥٩/ وفاء الفايز، الحملات الإعلامية ضد المرأة المسلمة المعاصرة تحديات وأخطار، بحوث مؤتمرات المرأة في السيرة النبوية، جامعة القصيم، ع ١٢، ٢٠١٢م .