

الإرشاد النفسي الديني في ضوء القرآن الكريم

واللسنة النبوية الشريفة

د. محمود فتوح محمد سعدات

الإرشاد النفسي الديني

في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة

د. محمود فتوح محمد سعادات

1436هـ

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا
بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (28)

(سورة الرعد، 28)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة:

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله، أما بعد

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان وهو يعلم من خلق، والخالق هو الذي يعرف كيف يصير الإنسان سوياً، ووضع لذلك القوانين السماوية، وهو الذي يعرف ماذا يفسد الإنسان، وهو الذي يعرف طريق وقايته وصيانتها، وهو الذي يعرف طريقة علاجه وصلاحه قال الله تعالى: { أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ } (سورة الملك، 14)، وعليه فالقرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة والعقائد والتعاليم الدينية الإسلامية سبقت العلم والعلماء المحدثين الذين حاولوا الغوص في أعماق النفس البشرية والخروج بآراء ونظريات في النفس الإنسانية والشخصية السوية واللاسوية.

إن من أبرز الوظائف التي يؤديها الدين للفرد والجماعة تحقيق الاستقرار النفسي، فحينما يصاب الأفراد بالتمزق النفسي والصراعات الداخلية يحقق لهم الدين توازناً نفسياً عن طريق ما يسوقه من إرشاد وعلاج نفسي، وتوجيه إلهي، لقول الله تعالى: { أَهْمُ يَقْسُمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِيًّا وَرَحْمَتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ } (الزخرف، 32)، ففي حمى الدين تخف وطأة الحياة، وتهون أمور الدنيا، وتصبح هذه المظاهر أمراً ثانوياً وبعيداً عن المألوف. ويؤدي الشعور الديني إلى الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر خيره وشره، الذي يعين الفرد على مواجهة الضغوط، ويمنح الثقة والقوة لمواجهة التحديات والأزمات التي تعترضه في مجرى حياته، فيكون الملاذ وقت الشدة، الذي يشعره بالأمان وعدم الخوف والتشاؤم، لليقين بأن الله - تعالى - يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائماً، الذي يتحقق للفرد من خلال: الدعاء، والصلاة، والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة، إلى أنه مع هذا الدعم تتناقض مشاعر الخوف والقلق، وخاصة قلق المستقبل، فيطمئن الفرد على مصيره المستقبلي؛ الأمر الذي يسهم في تحقيق السواء، لاعتباره بعداً أساسياً للشخصية السوية، ومن هذا المنطلق يسعى الكتاب الحالي إلى التعريف بالارشاد النفسي الديني في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة.

وقد اشتمل الكتاب على ثلاثة ابواب تناول الباب الاول: المدخل إلى الإرشاد النفسي الديني، من حيث ماهيته وأهميته واهدافه واسسه ومسلماته وخطواته. في حين تناول الباب الثاني: فنيات الإرشاد النفسي الديني وتطرق إلى عدد منها بشيء من التفصيل مثل: قراءة القرآن الكريم وتدبره، واسلوب النصيحة، واسلوب الحوار، والوضوء، والخشوع في الصلاة، والذكر والدعاء، والصبر، والتوبة. بينما تناول الباب الثالث: مجالات الإرشاد النفسي الديني وتطرق إلى عدد منها بشيء من التفصيل مثل: الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث، والإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي، والإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة "، والإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي، والإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين.

والله وليّ التوفيق

د. محمود فتوح محمد سعادات

—1436هـ

deanmahmoud@yahoo.com

الباب الاول: المدخل إلى الإرشاد النفسي الديني

الفصل الاول: ماهية الإرشاد النفسي الديني وأهميته

الفصل الثاني: أهداف الإرشاد النفسي الديني

الفصل الثالث: مسلمات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الرابع: خطوات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الخامس: أسس الإرشاد النفسي الديني

الفصل السادس: تصنيف الارشاد النفسي الديني

الباب الاول: المدخل إلى الإرشاد النفسي الديني

الفصل الاول: ماهية الإرشاد النفسي الديني وأهميته:

مقدمة:

إن الحمد لله نحمده ونستعين به ونستغفره ونستهديه، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، إنه من يهدي الله فلا مضل له، ومن يضل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله. أما بعد:

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان وهو يعلم من خلق، والخالق هو الذي يعرف كيف يصير الإنسان سوياً، ووضع لذلك القوانين السماوية، وهو الذي يعرف ماذا يفسد الإنسان، وهو الذي يعرف طريق وقايته وصيانتها، وهو الذي يعرف طريقة علاجه وصلاحه قال الله تعالى: { أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ } (سورة الملك، 14)، وعليه فالقرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة والعقائد والتعاليم الدينية الإسلامية سبقت العلم والعلماء المحدثين الذين حاولوا الغوص في أعماق النفس البشرية والخروج بآراء ونظريات في النفس الإنسانية والشخصية السوية واللاسوية ولا ننسى فضل العلماء المسلمين الذين نقلوا العلوم في الغرب، بواسطة ترجمتهم لكتب الحضارة اليونانية، مع إضافتهم لكثير من العلوم الإسلامية. ويهتم

العلماء والباحثون من كافة الأديان بالارشاد والعلاج النفسي الديني مؤكدين أهمية القيم الدينية في عملية العلاج النفسي وضبط السلوك، ولقد تناولت كثيراً من البحوث والدراسات المنحى الديني في علاج الاضطرابات النفسية من بينها دراسة الرعاية النفسية للأولاد في هدى القرآن الكريم الذي قاما به كل من زهران وسرى (1990)، ودراسة أخرى قامت به البنا (1990) حول التخفيف من القلق بواسطة الأذكار والأدعية.

ويهدف الارشاد النفسي الديني إلى تحرير الفرد المضطرب من مشاعر الإثم والخطيئة التي تهدد أمنه النفسي، ومساعدته على تقبل ذاته وإشباع الحاجة إلى الأمن والسلام النفسي. ويحتاج هذا الارشاد إلى المرشد المؤمن الذي يتبع تعاليم دينه ويحترم الأديان السماوية الأخرى، فالارشاد النفسي الديني يعد عملية يشترك فيها المرشد والمسترشد، ويتم خلالها إجراءات مثل: الاعتراف والتوبة والاستبصار والتعلم ويلجأ المسترشد إلى الله بالدعاء، مبتغياً رحمته، مستغفراً إياه، ذاكراً، صابراً، متوكلاً عليه.

إن من أبرز الوظائف التي يؤديها الدين للفرد والجماعة تحقيق الاستقرار النفسي، فحينما يصاب الأفراد بالتمزق النفسي والصراعات الداخلية يحقق لهم الدين توازناً نفسياً عن طريق ما يسوقه من علاج نفسي، وتوجيه إلهي، لقول الله تعالى: { أَهُمْ يَقْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِيًّا وَرَحْمَتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ (32) } (الزخرف، 32)، ففي حمى الدين تخف وطأة الحياة، وتهون أمور الدنيا، وتصبح هذه المظاهر أمراً ثانوياً وبعيداً عن المؤلف. ويؤدي الشعور الديني إلى الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر خيره وشره، الذي يعين الفرد على مواجهة الضغوط، ويمنح الثقة والقوة لمواجهة التحديات والأزمات التي تعترضه في مجرى حياته، فيكون الملاذ وقت الشدة، الذي يشعره بالأمان وعدم الخوف والتشاؤم، لليقين بأن الله - تعالى - يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائماً، الذي يتحقق للفرد من خلال: الدعاء، والصلاة، والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة، إلى أنه مع هذا الدعم تتناقض مشاعر الخوف والقلق، وخاصة قلق المستقبل، فيطمئن الفرد على مصيره المستقبلي؛ الأمر الذي يسهم في تحقيق السواء، لاعتباره بعداً أساسياً للشخصية السوية. إن للدين وظائف وآثاراً نفسية واجتماعية على الفرد والمجتمع، حيث يزود الفرد بنسق من القيم والمبادئ والمعايير والمحكات الاجتماعية التي توفر له التكيف مع

من حوله، ويزوده برؤية عالم آخر غير محسوس فيه الخلاص، تشعره بالاستقرار النفسي؛ لأنه بمثابة الإطار المرجعي المعياري الذي يلجأ اليه الفرد في سعيه لكل ما قد يواجهه من مختلف صور الصراع، ومن هذا المنطلق يسعى الكتاب الحلي إلى التعريف بالارشاد النفسي الديني في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة..

اولا: مفهوم الارشاد النفسي الديني:

ظهرت عدة تعريفات للإرشاد النفسي الديني في البيئة العربية وخاصة بعد التفاف عدد كبير من الباحثين والعلماء في مجال الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسيين نحو القرآن الكريم والسنة المطهرة وكتابات علماء المسلمين، فنجد إبراهيم (1980) يعرفه بأنه عملية توجيه وإرشاد وعلاج وتربية وتعليم تتضمن تصحيح وتغيير تعلم سابق خطأ، وهو إرشاد تدعيمي يقوم على استخدام القيم والمفاهيم الدينية والخلقية، ويتناول فيه المرشد مع المسترشد موضوع الاعتراف والتوبة والاستبصار، وتعلم مهارات وقيم جديدة تعمل على وقاية وعلاج الفرد من الاضطرابات السلوكية والنفسية.

في حين يعرف فهمي (1987) الإرشاد والعلاج النفسي الديني بأنه أسلوب توجيه واستبصار يعتمد على معرفة الفرد لنفسه، ولربه، ولدينه، وللقيم والمبادئ الروحية و الخلقية، وهذه المعرفة غير الدنيوية المتعددة الجوانب والأركان تعتبر مشعلاً يوجه الفرد في دنياه، ويزيده استبصاراً بنفسه، وبأعماله، وطرائق توافقه في حاضره ومستقبله. وقد أشار هذا التعريف إلى عمليتي التوافق والاستبصار كهدفين مهمين للإرشاد والعلاج النفسي الديني.

ويعرف المهدي (1990) الإرشاد النفسي الديني من منظور إسلامي على أنه وسيلة من وسائل الإرشاد النفسي تهدف إلى مساعدة المريض على التغيير فكرياً وشعورياً وسلوكياً وروحياً، بشكل يساعده على التصالح العام مع نفسه، ومجتمعها والكون.

وترى شقير (1991) أن الارشاد النفسي الديني هو محاولة استعادة صفات وخصائص النفس المطمئنة والمتمتعة بالصحة النفسية، تلك الصفات التي أقرها الدين الإسلامي الحنيف من قبل، والتي فقدتها الفرد بسبب إغوائه وانزوائه وراء أهوائه ونزعاته.

في حين يرى معوض (1996) أن الارشاد النفسي الديني هو شكل من أشكال العلاج النفسي الحديث يقوم على أساليب ومفاهيم ومبادئ دينية وروحية وأخلاقية بغية تصحيح وتغيير الأفكار المشوهة

والتصورات المختلة وظيفياً لدى الفرد في أمور الحياة كلها، ومساعدته على تحمل مشاق الحياة، وبيعث الأمن والطمأنينة في النفس وراحة البال ويغمره الشعور بالسعادة.

وعرّف كل من مرسي ومحمد (1997) الإرشاد والعلاج النفسي الديني الإسلامي بأنه عمليات تعلم وتعليم نفسي اجتماعي، تتم في مواجهة بين شخص متخصص في علم النفس الإرشادي (مرشد)، وشخص آخر يقع عليه التوجيه والإرشاد (المسترشد)، و يستخدم فيه فنيات وتقنيات وأساليب فنية ومهنية، ويهدف إلى مساعدة المسترشد على حل مشكلاته ومواجهتها بأساليب توافقية مباشرة، وإعانتة على فهم نفسه، ومعرفة قدراته وميوله وتشجيعه على الرضا بما قسم الله له، وتدريبه على اتخاذ قراراته بهدي من شرع الله حتى ينشأ عنده طلب الحلال بإرادته، وترك الحرام بإرادته، ويضع لنفسه أهدافاً واقعية مشروعة، ويفيد من قدرته بأقصى وسعها في عمل ما ينفعه وينفع الآخرين، ويجد تحقيق ذاته من فعل ما يرضي الله فينعم بالسعادة في الدنيا والآخرة.

وعرّف زهران أيضاً (1999) الإرشاد والعلاج النفسي الديني بأنه أسلوب توجيه وإرشاد وتربية وتعليم، يقوم على معرفة الفرد لنفسه ولدينه ولربه والقيم الروحية والأخلاقية. وأنه علاج نفسي تدعيمي، يوفر نوعاً من الإرشاد الدعوي.

بينما عرّف الأحمد (1999) الإرشاد النفسي الديني بأنه مجموعة من الأساليب والمعارف والخدمات يقدمها أخصائيوهم في الإرشاد معتمدين على القرآن والسنة، بهدف تحقيق الصحة النفسية.

وقد عرّف حضر (2000) الإرشاد النفسي الديني بأنه محاولة مساعدة الفرد لاستخدام المعطيات الدينية للوصول إلى حالة من التوافق تسمح له بالقدرة على ضبط انفعالاته إلى الحد الذي يساعده على النجاح في الحياة.

ويرى السهل (2001) ان الإرشاد النفسي الديني يهدف إلى مساعدتهم على تجنب الوقوع في مشكلات أو محن نفسية أو اجتماعية أو أسرية، وتقليل آثارها إذا وقعت، وتزويدهم بالمعارف الدينية والعلمية والمهارات الفنية لتحسين توافقهم النفسي مع هذه الظروف استرشاداً بالعبادات والقيم الدينية، مثل: التقوى، والتوكل، والصبر، والإيمان، والدعاء، هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى استغلال فنيات وأساليب نظريات الإرشاد النفسي بأنواعها كوسائل معينة لمساعدة المسترشد على تحقيق النمو الذاتي وتحمل المسؤولية الاجتماعية وتحقيق أهدافه المشروعة من الناحية الدينية في نطاق قدراته وإمكاناته.

وترى ياركندي (2003) أن الإرشاد النفسي الديني هو استخدام مبادئ وأحكام الدين في توجيه سلوك الأفراد بحيث يتفق مع هذه المبادئ والأحكام.

وتعرف المالكي (2003) الإرشاد النفسي الديني على أنه استخدام مبادئ وأحكام الدين من توجيه سلوك الأفراد بحيث يتفق مع هذه المبادئ والأحكام.

بينما عرف الأميري (2004) الإرشاد النفسي الديني بأنه مجموعة من الأساليب والمعارف والخدمات يقدمها أخصائيون في الإرشاد معتمدين على القرآن والسنة؛ بهدف تحقيق الصحة النفسية.

ويعرف الحبيب (2005) الإرشاد النفسي الديني بأنه طريقة من الطرق الإرشادية التي تستخدم فنيات الدين وقيمه ومفاهيمه في إصلاح عيوب النفس وإرجاعها إلى فطرتها السليمة التي فطرها الله عليها.

في حين يظهر أبو غده (2005) أن الإرشاد النفسي الديني هو إرشاد روحي بمعناه الغيبي غير المحسوس بالإضافة إلى الاهتمام الملحوظ بالعلاج النفسي الذي أخضع للدراسة على صعيد العلم والتجربة أحياناً، وبذلك يجمع بين الأخذ بالأسباب واللجوء إلى خالقها، لقوله تعالى: {وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ} (الشعراء، 80).

ويرى رجب (2009) ان الإرشاد النفسي الديني هو شكل من أشكال الإرشاد النفسي الحديث يستمد أساسياته وفتياته من الإسلام، وأنه ذو فعالية في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي في نهاية المطاف.

يتضح من العرض السابق لمفهوم الإرشاد النفسي الديني من المنظور الإسلامي أنه ركز على أنه شكل من أشكال الإرشاد النفسي الحديث يستمد أساسياته ومبادئه وفتياته من القرآن الكريم والسنة النبوية، وأنه ذو فعالية في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي في نهاية المطاف.

ثانياً: مفهوم المرشد النفسي الديني:

قدمت الرابطة الأمريكية للمرشدين النفسيين تعريفاً للمرشد النفسي في المؤسسة التعليمية بأنه المهني المتخصص الذي يقع عليه عبء مساعدة جميع الطلبة، ومقابلة احتياجات نموهم وما يصادفونه من مشاكل في حياتهم.

ويرى الشهري (1999) ان المرشد النفسي هو عضواً من أعضاء الهيئة المدرسية المعنيين بالإرشاد بصورة دائمة ومنتظمة، حيث تقع على كاهله مسؤولية تطوير تلك الجوانب من عملية التوجيه التي تتطلب بذل الوقت واستخدام كفاءات متخصصة لا يملكها المعلم العادي، ويعتبر المرشد المسئول المباشر أمام المدير. يعرف كل من الأسدي وإبراهيم (2003) المرشد النفسي بأنه شخص يمتلك المعرفة والتدريب على مساعدة الأفراد في تحقيق توافقهم النفسي، ويتميز بالقدرة على كشف الذات والتلقائية والسرية والدقة والانفتاح والمرونة والالتزام بالعملية والموضوعية.

ويرى زريقي (2008) ان المرشد النفسي هو شخص يمتلك الخبرة والمهارة والوقت الكافي لمساعدة الطالب في مجالات متعددة، وهو شخص متخصص ومدرب لإنجاز عمله بمهارة.

وفي ضوء ما سبق يمكن تعريف المرشد النفسي الديني بأنه شخص يمتلك المعرفة والتدريب على مساعدة الأفراد في تحقيق توافقهم الروحي والنفسي والاجتماعي، ومقابلة احتياجات نموهم وما يصادفونه من مشاكل في حياتهم، وإصلاح عيوب النفس وإرجاعها إلى فطرتها السليمة التي فطرها الله عليها.

ثالثاً: الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني:

تبرز في الوقت الراهن حاجة المجتمعات إلى الإرشاد النفسي الديني، ولعل ذلك راجع إلى مجموعة من الاسباب، وهي:

(1) تشهد المجتمعات حالة من تزايد الوعي بالهوية الثقافية، من خلال البحث عن معالم قومية لعلم النفس بصفة عامة، والإرشاد النفسي بصفة خاصة، استناداً لما أشارت إليه العديد من الدراسات والأبحاث إلى عدم ملائمة أساليب الإرشاد الأخرى للمجتمعات الإسلامية.

(2) يعد نقل الإرشاد من المجتمعات الغربية إلى المجتمعات الإسلامية، ليس مناسباً، لأنه ليس النموذج الأمثل للتطبيق في هذه المجتمعات، لاعتبارات كثيرة من أهمها ما يلي:

- يعد نقل الإرشاد من مجتمع إلى مجتمعات أخرى تختلف عنها في عقيدتها ومناهج الحياة فيها من الأخطاء المنهجية ما ينبغي إعادة النظر فيها، لأن الإرشاد لا يمارس في معزل عن قيم وعادات وفلسفة الحياة والمجتمع الذي يطبق فيه.

- وجود فروق جوهرية بين الثقافة الغربية التي نشأ فيها النموذج الإرشادي والثقافة العربية الإسلامية التي ينتقل إليها، وتتلخص هذه الفروق في: فلسفة الحياة ونظامها، طبيعة الإنسان وأهدافه وغاياته في الحياة، والأخذ بالأسباب والتوكل على الله.

- أهمية التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي، والذي ادركه الكثير من علماء النفس في البيئة الإسلامية، فأخذوا ينقبون في القرآن الكريم والسنة الشريفة واجتهادات علماء المسلمين، مما يسهم في بناء علم نفس إرشادي مرتبط بالثقافة الإسلامية، ولقد بدأت تظهر منذ بداية الستينات حتى الآن المقدمات التي قام بها علماء النفس التي تنادي بأهمية الإفادة من التعاليم والقيم الدينية الإسلامية في الإرشاد النفسي والصحة النفسية، وترى أن الإيمان الحقيقي بالله قوة هائلة تمد الإنسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة وتجنبه القلق الناتج عن الاهتمام بالحياة المادية، وتمثلت تلك الاتجاهات في كتابات عديدة منها: عبد الوهاب حمودة (1962) (القرآن وعلم النفس، ومحمد ماهر عمر (1983) ملامح علم نفس إسلامي، و حسن محمد الشرقاوي (1984) نحو علم نفس إسلامي، وسيد عبد الحميد مرسي (1985)) سلسلة دراسات نفسية إسلامية "الشخصية السوية"، ومحمد عثمان نجاتي (1987) القرآن وعلم النفس،

والحديث النبوي وعلم النفس (2000)، ومحمد عبد الفتاح مهدي (1990) نحو علم نفس إسلامي "العلاج النفسي في ضوء الإسلام" وسيكولوجية الدين والتدين" (2002)، ورشاد علي عبد العزيز موسى (1993) علم النفس الديني، أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية (2001)، الإرشاد النفسي في حياتنا اليومية في ضوء الوحي الإلهي والهدي النبوي (2001)، العلاج الديني (2001)، محمد يوسف خليل (1994)، تلاوة القرآن الكريم وأثرها على اطمئنان النفس، ومحمد عوده، كمال مرسي (1994) الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، وعبد العلي الجسماني (1996) علم النفس القرآني والتهديب الوجداني، ومصطفى محمود (1998) علم نفس قرآني جديد، وعبد الرحمن محمد العيسوي (2001) سيكولوجية الإسلام والإنسان المعاصر، ومحمد محروس الشناوي (2001) بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، ومحمد رمضان محمد (2006)، الإعجاز العلمي للقرآن الكريم في علم النفس والتحليل النفسي.

- تزايد الاضطرابات النفسية في المجتمع الغربي في العقدين الماضيين، إلا أن أخذت في التزايد، بالرغم من نمو الإرشاد، مما يدل على عدم قدرته على تحقيق أهدافه في تلك المجتمعات.
- اختلاف قيم المجتمع العربي الإسلامي عن قيم المجتمع الغربي في العقيدة، ومنهج الحياة الذي ترتب على اختلاف ثقافتها، الأمر الذي يؤدي بطبيعة الحال إلى اختلاف طبيعة الإرشاد والحاجة إليه وأهدافه في مجتمعنا العربي عن المجتمع الغربي.
- الإرشاد والعلاج النفسي الفعال هو الذي يرتبط بثقافة المجتمعات ويتفق مع معتقداتها وقيمتها، ويساند نظرة الإنسان فيها إلى الحياة، وعلى المرشد أو المعالج النفسي أن يكون واعياً بخصوصيات ثقافة المسترشد حتى يرشده ويعالجه في إطارها.
- إن حالة الانفصام أو الانفصال بين الدين المشوه في الحضارات الغربية والتكنولوجيا الحديثة هو الذي يشكل مشكلة الإنسان المعاصر، فعدم الالتقاء بين الفكر الديني وبين الفكر التكنولوجي خلق فجوة أدت إلى ما يسمى بالقلق الذي يعاني منه الإنسان الغربي في هذا العصر، فلا بد والحالة هذه، من الالتقاء العقلائي بين الدين والتطور العلمي والتكنولوجي لتخفيف حدة التوتر والانفصام.

رابعاً: أهمية الإرشاد النفسي الديني:

يستمد الإرشاد النفسي الديني أهميته من قسمين أساسيين، وهما:

القسم الأول: أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد نفسي:

يمثل الدين أهمية كبيرة بما يمثله من جانب روحي وأخلاقي في الإنسان و يعتبر هو حجر الزاوية في الإرشاد النفسي الديني، فهو يخاطب الروح بما يحمله من سمو ورفعة، وما يحث عليه من أخلاق حميدة، وتمسك بالقيم والمثل العليا، والإرشاد يبرز تلك الجوانب والأبعاد، وتلك العلاقات التي تربط الإنسان بجوانبه المختلفة. ويؤدي الدين جملة من الوظائف التي لا غنى عنها لكل من الفرد والجماعة، وكونه عاملاً مهماً في حياة الإنسان النفسية، وعنصراً أساسياً في نمو شخصيته، وأعظم دعائم السلوك، حيث يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي، وتفاؤل وحب للحياة، وعدم النظرة إليها نظرة تشاؤمية، وتأكيد الهوية؛ لما يوفره الإحساس الديني من الإحساس بالسعادة والرضا والقناعة والإيمان بالقضاء والقدر، ويخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد، فيشعر الفرد بالاطمئنان وعدم الخوف أو التشاؤم من المستقبل، من خلال إطار علاقة الإنسان بخالقه، التي تعد موجهاً لسلوكه في شتى مناحي الحياة، وفي كل مرحلة عمرية من حياة الإنسان.

وتتسم مرحلة المراهقة بنوع من اليقظة والنضج الديني، والحاجة إلى تعقل الدين والشعائر الدينية، وإن علم النفس وعلم الاجتماع قد أفردا فرعاً مستقلاً لتناول الظاهرة الدينية سمياً: علم النفس الديني (The Psychology of Religious) وعلم الاجتماع الديني (The Sociology of Religious) على أساس أن الدين يعد تجسماً لأعلى الطموحات الإنسانية باعتباره حصن الأخلاق، الذي يعد المصدر الأساسي لأمن الأفراد لتحقيق السلام الداخلي لهم.

وأظهرت الكثير من الدراسات أن الدين يؤدي دوراً إيجابياً في الوقاية من أعراض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين؛ نظراً لارتباط ارتفاع مستوى التدين بالكثير من الجوانب الإيجابية لدى الأفراد، فيؤدي إلى صحة نفسية أفضل وقدرة أكبر على مجابهة الأمراض والتغلب على آثارها السلبية وسرعة الشفاء من الأعراض النفسية والقدرة على تحمل الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة القاسية (Smith, 2003)، ولقد أشارت العديد من الدراسات كدراسة (Bergin, 1987)، ودراسة (Watson, 1989)، ودراسة أخرى قام بها (موسى، 1992) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجهات الدينية

وتقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطية سلبية مع كل من القلق والاكتئاب، وأن الأفراد الأكثر تديناً أقل قلقاً واكتئاباً وأكثر تأكيداً لذواتهم.

ويؤدي الإحساس الديني إلى الشعور بالرضا والسعادة والافتناع والإيمان بقدرته الله، الذي يعين الشخص ويجعله قوياً لمواجهة الضغوط، وبمنح اليقين والثوق والقوة لمواجهة الأزمات والمشاكل والتحديات التي تعترض له في مجرى حياته، فيكون له الملجأ وقت الشدة، الذي يشعره بالأمان الكافي وعدم الخوف والبعد عن التشاؤم، لليقين بأن الله هو المسير للأحداث من أجل الأفضل دائماً، والذي يتحقق للفرد من خلال الصلاة، والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة. ولذلك يذهب كل من (Kipartrick, 1994) و (عبد العليم، 1997) إلى أنه مع هذا الدعم تتناقض مشاعر الخوف والقلق، وخاصة قلق المستقبل، فيطمئن الفرد على مصيره المستقبلي؛ الأمر الذي يسهم في تحقيق السواء النفسي، لاعتباره بعداً أساسياً للشخصية السوية. وإن كل نظرية إرشادية، وحتى الإرشاد النفسي التكاملي أهمل أهم مؤثر في النفس الذي يسبب الوحدة والتكامل للإنسان، ألا وهو " الروح"، وعلاقة الفرد بربه.

القسم الثاني: أهمية الإرشاد النفسي الديني كإرشاد ديني :

إن التدين يحتل مكانة بارزة بين حاجات الأفراد، بكونه دافعاً فطرياً لدى الفرد لعبادة الله، وطلب العون والحاجة من الله، وقد اعتبره (Allport) في دراسة له بأنه حاجة نفسية موروثية، فمعظم الناس عبر تاريخ البشرية يمارسون شكلاً ما من أشكال التدين، يمثل لهم محمداً لهويتهم، لذا يشير (الريماوي) إلى أن الحاجة للتدين استعداد فطري عند الإنسان، وهي حاجة ملحة نامية، يتعلم الفرد كيف يشبعها من خلال عمليات التنشئة الاجتماعية في البيت والمدرسة، وأن التدين الحقيقي الجوهرى أفضل من التدين الظاهري في إشباع الحاجة إلى التدين، وينادي علماء علم النفس والطب النفسي والصحة النفسية بضرورة تنمية الحاجة إلى الدين وإشباعها للوقاية من الاضطرابات النفسية.

إن الإرشاد النفسي الجيد والفعال هو الذي يرتبط بثقافة المجتمعات ويتفهم ويتفق مع معتقداتها ودينها

وقيمها، ويساند نظرة الإنسان فيها إلى الحياة، وعلى المرشد أو المعالج النفسي أن يكون واعياً بخصوصيات ثقافة المسترشد وقيمه وثقافته وإن الدين يعتبر أحد أهم القيم الثقافية، حتى يرشده ويعالجه في إطارها.

خامساً: الفرق بين الإرشاد النفسي الديني والوعظ الديني:

يوجد فرق بين الإرشاد النفسي الديني وبين الوعظ الديني، فالوعظ الديني فيه تعليم للشخص وتوجيهه، غالباً ما يكون من جانب واحد، وهو كما نسمع في دور العبادة وفي البرامج الدينية في الإذاعة والتلفزيون مثلاً. ويهدف الوعظ الديني إلى تحصيل وتوجيه معلومات دينية منظمة فقط، أما بالنسبة للإرشاد النفسي الديني فهو يهتم بتكوين حالة نفسية متكاملة نجد فيها السلوك متماشياً ومتكاملاً مع المعتقدات الدينية للمسترشد، مما يؤدي إلى توافق الشخصية والسعادة ويؤدي إلى الصحة النفسية، والمرشد النفسي يستطيع أن يقوم بالإرشاد النفسي الروحي، ولكنه لا يستطيع أن يقوم به وحده.

الفصل الثاني: أهداف الإرشاد النفسي الديني:

يتمثل الهدف الرئيسي للإرشاد النفسي الديني في إعادة الفرد لخالقه وتقوية العلاقة بينهما، وينبثق عن هذا الهدف الرئيسي مجموعة من الأهداف الفرعية، وهي:

1- حل الصراعات الداخلية للفرد: يوجد داخل الفرد صراعات داخلية لقول المصطفى صلى الله عليه وسلم: ((إن للشيطان لمة وللملك لمة فأما لمة الشيطان فيإيعاد بالشر وتكذيب بالحق، وأما لمة الملك فيإيعاد بالخير وتصديق بالحق فمن وجد ذلك فليحمد الله ومن وجد الأخرى فليتعوذ من الشيطان ثم قرأ قوله تعالى: (الشيطان يعدكم الفقر ويأمركم بالفحشاء والله يعدكم مغفرة منه وفضلاً)) (رواه أحمد وقال شعيب محقق المسند إسناده صحيح موقوفا وله حكم الرفع، وصححه الألباني في صحيح الترمذي 2988 وفي المشكاة)، ومن المتفق عليه انه يوجد مصدران للشر في هذا الكون المصدر الأول هو (هوى النفس) والثاني هو (وسواس الشيطان)، فالله خلق الانسان بنازعين نازع خير ونازع شر، كما جاء في قوله تعالى: { وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (7) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (8) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (9) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (10) } (الشمس، آيات 7-10)، فكل إنسان مغرور في قلبه مكان للخير، وهو نازع الخير وباعث التقوى

يدعوه وَيُحِثُّهُ ويحضه على فعل الخيرات والابتعاد عن المهلكات، ومغروز في قلبه أيضا مكان للهوى، وهو نازع الشر وباعث الفجور يدعوه وَيُحِثُّهُ ويحضه على فعل الشهوات بأنواع المهلكات.

2- التعامل مع الأفكار غير المنطقية: بين الله سبحانه وتعالى عظمته وقدرته في خلق السماوات والأرض وما فيهما من مخلوقات وأنهار ونبات، كل ذلك ليدل على بديع صنعه، وأنه الرب الخالق المستحق للعبادة من خلقه، ويا للعجب! كيف يعرف كثير من المشركين مخلوقات الله وينسبون صنعها إلى الله وفي نفس الوقت يعبدون غيره، ويشكرون آلهة باطلة من دونه سبحانه، فيقول الله عز وجل: {قُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ وَسَلَامٌ عَلَىٰ عِبَادِهِ الَّذِينَ اصْطَفَىٰ اللَّهُ خَيْرٌ مَّا يُشْرِكُونَ} * أَمَّنْ خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَنْبَتْنَا بِهِ حَدَائِقَ ذَاتَ بَهْجَةٍ مَا كَانَ لَكُمْ أَنْ تُنْبِتُوا شَجَرَهَا أَئِنَّ اللَّهَ بِهِ لَبَلٌ هُمْ قَوْمٌ يَعْدِلُونَ} * أَمَّنْ جَعَلَ الْأَرْضَ قَرَارًا وَجَعَلَ خِلَالَهَا أَنْهَارًا وَجَعَلَ لَهَا رَوَاسِيًا وَجَعَلَ بَيْنَ الْبَحْرَيْنِ حَاجِزًا أَئِنَّ اللَّهَ بِهِ لَأَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ} * أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَئِنَّ اللَّهَ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ} * أَمَّنْ يَهْدِيكُمْ فِي ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَنْ يُرْسِلِ الرِّيَّاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ أَئِنَّ اللَّهَ مَعَ اللَّهِ تَعَالَى اللَّهُ عَمَّا يُشْرِكُونَ} (النمل: 59-63).

3- زيادة الوعي: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى توعية الفرد، وقد وردت العديد من الآيات القرآنية في هذا الشأن كما جاء في قوله تعالى: {قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُجْرِمِينَ} (69) (وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُنْ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ) (70) وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هَذَا الْوَعْدُ إِن كُنْتُمْ صَادِقِينَ} (71) قُلْ عَسَىٰ أَنْ يَكُونَ رَدْفٌ لَكُمْ بَعْضُ الَّذِي تَسْتَعْجِلُونَ} (72) وَإِنَّ رَبَّكَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَشْكُرُونَ} (73) وَإِنَّ رَبَّكَ لَيَعْلَمُ مَا تُكِنُّ صُدُورُهُمْ وَمَا يُعْلِنُونَ} (74) وَمَا مِنْ غَائِبَةٍ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ} (75) إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَقُصُّ عَلَىٰ بَنِي إِسْرَائِيلَ أَكْثَرَ الَّذِي هُمْ فِيهِ يَخْتَلِفُونَ} (76) { (النمل، 69-76).

4- تقليل انشغال الفرد بالماضي والتركيز على الحاضر: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تقليل انشغال الفرد بالماضي والتركيز على الحاضر، كما جاء في قوله تعالى: { إِذْ تُصْعِدُونَ وَلَا تَلْوُونَ عَلَىٰ أَحَدٍ وَالرَّسُولُ يَدْعُوكُمْ فِي أُخْرَاكُمْ فَأَتَابَكُمْ غَمًّا بِغَمٍّ لِّكَيْلًا تَحْزَنُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا مَا أَصَابَكُمْ ۗ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ } (آل عمران، 153).

5- الوصول إلى هوية النجاح: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى الوصول بالأفراد إلى هوية النجاح، فيحدد لهم هوية النجاح ويطلب منهم التحقق بها كما جاء في قوله تعالى: { اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ (6) } (الفاتحة، 6)، كما ينفهم من هوية الفشل ويحذرهم منها، كما جاء في قوله تعالى: { صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ } (الفاتحة، 7).

6- تنمية الشعور بالمسئولية: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تنمية الشعور بالمسئولية، كما جاء في قوله تعالى: { فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ (7) وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ } (الزلزلة: 7- 8).

7- تكوين معنى للحياة: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تكوين معنى للحياة للانسان من خلال توضيح الهدف من خلقه، كما جاء في قوله تعالى: { وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ (56) مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَنْ يُطْعَمُوا (57) إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ (58) } (الذاريات: 56- 58). وقال: " { وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ } " (البقرة: 30)، وقوله تعالى { فَحَسِبْتُمْ أَنْمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنْتُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ * فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ } (المؤمنون: 115-116).

8- المساعدة على ضبط النفس: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى المساعدة على ضبط النفس لدى الافراد، كما جاء في قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (200) } (آل عمران، 200)، كما أمرنا أن نضبط انفعالاتنا فقال تعالى: { الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (134) } (آل عمران، 134).

9- تعديل سلوك المسترشد: يهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تعديل سلوك المسترشد، كما جاء في قوله تعالى: { وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۗ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ } (34) { فصلت، 34}.

الفصل الثالث: مسلمات الإرشاد النفسي الديني:

يقوم الإرشاد النفسي الديني على مجموعة من المسلمات، وهي:

1- الخير والشر في طبيعة الإنسان: تحتوى الطبيعة الانسانية على الخير والشر معا، كما جاء في قوله تعالى: { وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (7) فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (8) قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (9) وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (10) } (الشمس، 7-10)، وقوله تعالى: { وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ (10) } (البلد، 10).

2- الإنسان هو الكائن المكرم: كرم الله تعالى الانسان، كما جاء في قوله تعالى: { وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا } (الاسراء، 70).

3- الإنسان هو المخلوق المسؤول: يعد الإنسان هو المخلوق المسؤول فقد قيل تحمل الامانة بعد ان رفضتها السموات والارض، كما جاء في قوله تعالى: { إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا (72) } (الاحزاب، 72).

4- الإنسان هو الكائن المكلف: يعد الإنسان هو الكائن المكلف، والخليفة في الارض، كما جاء في قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (21) } (البقرة، 21).

(البقرة، 21)، وقال: { وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ (30) } (البقرة، 30).

5- قابلية السلوك للتعديل: يقوم الإرشاد النفسي الديني على مسلمة هامة وهى قابلية السلوك للتعديل، كما جاء فى قوله تعالى: { إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ } (الرعد، 11).

6- الإنسان روح وجسد: الانسان عبارة عن روح وجسد لذا يجب اعطاء كل ذي حق حقه، والالتزام بهدي النبي صلى الله عليه وسلم والمداومة على الأعمال التي يحبها الله وإن قلت، وعدم تحميل النفس فوق طاقتها وتضييع حقوق الآخرين، لما روى عن أبي حنيفة رضي الله عنه قال: آخى النبي صلى الله عليه وسلم بين سلمان وبين أبي الدرداء، فزار سلمان أبا الدرداء، فرأى أم الدرداء متبذلة فقال لها: ما شأنك؟ قالت: أخوك أبو الدرداء ليس له حاجة في الدنيا، فجاء أبو الدرداء فصنع له طعاما فقال: كل فإني صائم، فقال سلمان: ما أنا بأكل حتى تأكل، فأكل فلما كان الليل ذهب أبو الدرداء يقوم قال سلمان نم، فنام ثم ذهب يقوم فقال نم، فلما كان من آخر الليل، قال سلمان قم الآن، فصليا فقال له سلمان: إن لربك عليك حقا، ولنفسك عليك حقا، ولأهلك عليك حقا، فأعط كل ذي حق حقه، فأتى النبي صلى الله عليه وسلم فذكر ذلك له فقال صلى الله عليه وسلم (صدق سلمان). رواه البخاري.

ويشير هذا الحديث إلى الفوائد التالية:

- الإسلام دين الوسطية والاعتدال.
- التناصح حق من حقوق الإخوة.
- الرسول هو القدوة والأسوة في كل شيء.
- للزوجة حق على زوجها لا يجوز التفريط فيه.
- الغلو والتشديد تعذيب للنفس يناقض دين الفطرة.

الفصل الرابع: خطوات الإرشاد النفسي الديني:

يمر الإرشاد النفسي الديني بعدة خطوات، وهي:

1 – الاعتراف بالذنب: حيث أن نقطة البداية في العلاج النفسي الديني هو الإثم والشعور بالخطيئة، وهو محور العصاب، وتسمى بنظرية الخطيئة في العصاب، والعلاج هنا ينصب علي تخفيف حدة مشاعر الذنب والخطيئة التي تنجم عن ارتكاب خطأ انتهك الشخص فيه مبادئ الخلق والدين، عن طريق مساعدة العميل علي الاعتراف بذنوبه وآثامه، والاعتراف يتضمن شكوى النفس من النفس طلبا للخلاص وللغفران وهنا يحدث التنفيس الانفعالي وتخف حدة التوتر ويعيد إليها طمأنينتها، لأنها نوع من التفريغ للطاقات الانفعالية الضاغطة عليها، ولذا نجد فيها نوعا من التسكين لمشاعر الإثم التي تهدد الإنسان المخطئ.

2 – التوبة والتكفير: نظرا لأن الاعتراف وحده غير كاف للشفاء لذلك يجب أن يتبعه أو يصاحبه التكفير عن الإثم أو الرجوع إلي الفضيلة لأن التوبة هي الطريق إلي الغفران، وإذا كان التعزيز في عمليات التعلم يؤدي إلي تثبيت وتقوية الاستجابة المتعلمة فان التوبة والتكفير في العلاج الديني يدعم تطهير النفس، قال تعالى: { قل يا عبادي الذين أسرفوا علي أنفسهم لا تقنطوا من رحمة الله إن الله يغفر الذنوب جميعا انه هو الغفور الرحيم } (سورة الزمر، 53). ومهما أذنب العبد وكثرت ذنوبه فإن باب التوبة مفتوح له، والتوبة هي الخطوة الحاسمة في محاولة الاستقامة والسير علي هدي الله تعالى والبعد عن الجنوح والانحراف وهي الباب الواسع الذي فتحه الله لعباده علي مصراعيه لرجوع المذنبين وتوبة العصاة والجانحين دون إبطاء أو تردد، ولذا فالتوبة تفتح أبواب الأمل والنظر إلي الحياة بنظرة متفائلة بدلا من الشك والهواجس، ومن خلالها يتقبل الفرد ذاته بدلا من إعلان الحرب عليها باستمرار بالتفكير المستمر في أشياء وهواجس ليس لها واقع، وتجعله يتحرر من الشعور بالذنب، ودور المعالج هنا يقوم بالاستماع إلي العميل ويعرفه سبب ونتيجة هذه الأفكار ويعطي له دلائل من القرآن الكريم والسنة

النبوية المطهرة (الاستبصار النفسي)، قال تعالى: { إنما التوبة على الله للذين يعملون السوء بجهالة ثم يتوبون من قريب فأولئك يتوب الله عليهم وكان الله عليما حكيما } (سورة النساء، 17).

3 — تكوين ذات اجتماعية جديدة: إن الشخص الذي يعاني من المرض النفسي نتيجة لسيطرة أفكار وأفعال غير مقبولة عليه فإنه يشعر بأنه غير مقبول اجتماعيا من العالم المحيط به، ولكنه لا يستطيع إرضاءهم لأنه مقهور، وهذه الخطوة تقوم علي بث مشاعر الطمأنينة والثقة بالنفس واحترامه لذاته واحترام الآخرين له كل ذلك من شأنه أن يولد لديه أفكارا سليمة، ويجتهد في التخلص عن الوسواس التي تجلب عليه الشقاء.

4 — تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم لدي العميل: وتتم هذه الخطوة عندما يستطيع المعالج تعديل فكرة الشخص عن نفسه، وجعلها مركزا لخبرات إدراكية وانفعالية جديدة.

5 — أهمية الفحص الطبي: لأن الصحة الجسمية تؤثر وتتأثر بالمرض النفسي فعندما يعاني الشخص من مرض عضوي أو يعاني من أي إعاقة ما فإن ذلك يولد لديه مشاعر بالنقص ويجعله يفكر في مرضه أو إعاقته ويكون لديه القابلية أو الاستعداد أو الاستهداف بتوليد أفكار قد تكون في بدايتها واقعية وأحيانا تأخذه إلي عالم الخيال والمبالغة، وسرعان ما تتحول إلي فكرة قهرية لا يستطيع البعد عنها، وقد تتحول الفكرة إلي سلوك، ولذا لابد من إجراء فحص طبي علي المريض أثناء عملية العلاج حتى يتم تقديم العلاج الطبي المناسب له.

الفصل الخامس: أسس الإرشاد النفسي الديني

أسس الإرشاد النفسي الديني:

يسعى علم النفس الديني إلى التأصيل الديني للإرشاد والعلاج النفسي من خلال تأسيس الإرشاد النفسي على أسس ومنطلقات وممارسات دينية تجعل الإرشاد النفسي أكثر كفاءة عند الأفراد في وقايتهم من الاضطرابات النفسية ومساعدتهم على استعادة الصحة النفسية.

ويمثل الدين حجر الزاوية في الإرشاد النفسي الديني، فهو يخاطب الروح بما يحمله من سمو ورفعة، وما يحث عليه من أخلاق حميدة، وتمسك بالقيم والمثل العليا، والإرشاد يبرز تلك الجوانب والأبعاد، وتلك العلاقات التي تربط الإنسان بجوانبه المختلفة.

إن الإرشاد النفسي الديني يقوم على أسس تعتمد على معطيات الأديان السماوية من الكتب المقدسة وسنة الأنبياء والمنقول عن أعلام الدين من القيم والمبادئ الدينية والخلقية، وذلك تبعاً لدين كل مسترشد، فالإرشاد النفسي الديني للمسترشد المسلم مثلاً يعتمد على مبادئ وأسس مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية وإسهامات العلماء المسلمين أمثال الغزالي وابن القيم والكندي والرازي وغيرهم.

ويشير الشرقاوي (1984)، إلى أن الإرشاد النفسي الديني يستمد أسسه القرآن الكريم (الشرقاوي، 1984)، من قول الله تعالى: {قُلْ أَنْزَلَهُ الَّذِي يَعْلَمُ السِّرَّ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِنَّهُ كَانَ غَفُوراً رَحِيماً} (الفرقان، 6)، وقوله تعالى: { وَسِعَ رَبِّي كُلَّ شَيْءٍ عِلْماً أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ } (الأنعام، 80)، وقوله تعالى: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ الرَّسُولُ بِالْحَقِّ مِنْ رَبِّكُمْ فَآمِنُوا خَيْراً لَكُمْ وَإِنْ تَكْفُرُوا فَإِنَّ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيماً حَكِيماً } (النساء، 170).

ويرى كل من مرسي والرشيدي (1988) أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يستمد مسلماته ومبادئه من الشريعة الإسلامية، والتي تستند على الأسس التالية:

- النصيحة عماد الدين وقوامه، فالدين النصيحة كما قال صلى الله عليه وسلم.
- الإرشاد من أفضل الأعمال عند الله لأن فيه نفع الناس.
- يقوم الإرشاد على تنمية إرادة الفرد في طلب ما ينفعه وترك ما يضره.

- كل شخص حر في اتخاذ قراراته بنفسه واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.
- الالتزام في الإرشاد بالمحافظة على خصائص النظام والتمسك بالأخلاق الإسلامية.
- الإرشاد خدمة يقصد بها وجه الله وطلب مرضاته.

ويشير النغمشي (1991) إلى أن الشخصية تنبني في البيئة الإسلامية وفق مفهومي الدين والإيمان اللذين يقدرهما القرآن والسنة النبوية، وذلك بتدرجهما في سلم الإيمان الذي يؤهلها لاكتساب صفات وسمات معينة حسب الدرجة التي تقع فيها، أما المبادئ التي ينبني عليها هذا التصور لتلك الشخصية يتمثل في أربعة مبادئ هي:

- أن العمل والسلوك مكون رئيس للإيمان.
- أن الإيمان يزيد وينقص.
- أن المؤمنين يتفاوتون في الإيمان .
- أن للمؤمنين صفات وسمات .

وتمثل هذه المبادئ الأربعة تسلسلاً خطياً أي أن الأول يؤدي إلى الثاني، والثاني يؤدي إلى الثالث، وهكذا.

ويرى معوض (1996) ان الإرشاد النفسي الديني يقوم على مجموعة من المبادئ هي:

- المناقشة الدينية القائمة على النظرة الموضوعية للأفكار واحترام حرية الفرد في التفكير.
- يعد الإرشاد النفسي الديني إرشاداً بنائياً وموجهاً نحو المشكلات النفسية.
- يقوم الإرشاد النفسي الديني على نموذج تربوي؛ حيث إنه في طريقته لإرشاد الأفراد ذوي المشكلات النفسية يولي اهتماماً أكثر لعملية التعلم بجانب عملية التفاعل، فالجلسة تبدأ بمادة تعليمية دينية ونفسية يلقبها المرشد مع الحرص على إعطاء مفاهيم وتصورات صحيحة للمبادئ والقيم الإسلامية، كما يتم التعليم أيضاً من خلال القدوة.
- يقوم على التركيز على " هنا والآن " على اعتبار أن القرآن والسنة موجودين في " هنا والآن " فالمنظور الإسلامي يقول: " أنا وأنت مع الله هنا والآن.

- تعتمد فنيات الإرشاد النفسي الديني على الفهم الصحيح للعبادات الدينية وممارستها ممارسة الرياضة الروحية.

بينما يرى فرج (1998) أنه يمكن تحديد أسس الإرشاد النفسي الديني الإسلامي في النقاط

التالية:

- الإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في الإرشاد النفسي الديني.
- الأخذ بما توصل إليه علم النفس الحديث في مجال الإرشاد النفسي الديني.
- الإفادة من التراث الإسلامي، وما تركه علماء المسلمين من آراء ونظريات نفسية في الإرشاد النفسي الديني.
- قابلية السلوك للتعديل والتغيير، حيث يؤكد الإسلام على أهمية العقل والتفكير وقابلية الإنسان للتعلم.
- التدرج في تعديل السلوك من البسيط إلى الصعب، حيث يقر الإسلام بمبدأ التدرج في التخلص من العادات والسلوكيات السيئة وتعلم سلوكيات جديدة بدلاً منها.

ويقوم الإرشاد النفسي الديني على أساس اللجوء إلى الله عند الشدة، وهذه طبيعة نفسية بشرية، وأن في اتصال الإنسان بفاطره وموجده "خالقه" القوي العليم الخبير رابطة وثيقة، تقود إلى الأمن النفسي، فإذا أفضى بمخاوفه وقلقه إلى الله، ولجأ إليه هدأت نفسه وشعرت بالسكينة، وبذلك يشفى من الجزع والفرع والخوف والحزن، ومن هذا المنطلق يرى شاذلي (1999) أن الإرشاد النفسي الديني يعتمد على

أسس أهمها:

- معرفة الخالق.
- معرفة الذات.
- الصدق مع الذات .
- قبول الذات.
- قبول القضاء والقدر.

في حين يرى شاذلي (1999) أن الإرشاد النفسي الديني يعتمد على أسس أهمها:

- معرفة الخالق.

- معرفة الذات.
- الصدق مع الذات.
- قبول الذات.
- قبول القضاء والقدر.

وترى الخراشي (1999) ان الإرشاد النفسي الديني يقوم على أساس اللجوء إلى الله عند الشدة، وهذه طبيعة نفسية بشرية، وأن في اتصال الإنسان بفطره وموجده " خالقه " القوي العليم الخبير رابطة وثيقة، تقود إلى الأمن النفسي، فإذا أفضى بمخاوفه وقلقه إلى الله، ولجأ إليه هدأت نفسه وشعرت بالسكينة، وبذلك يشفى من الجزع والفرع والخوف والحزن.

وأشار عمار (2000) إلى أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يركز على ركيزة مهمة مؤداها اللجوء إلى الله عند الشدة، كما أن المداومة على الذكر والصلاة في وقتها تجعل الإنسان دائماً مع خالقه، ويتخلص بذلك من كل ما يساوره من اضطرابات، وتغمره السكينة ويشعر بالرضا والطمأنينة في أحواله جميعها، فهو دائماً في معية الله، ويتقي الفرع والجزع والهلم؛ لأنه يطلب من الله أن يزيل عنه الكرب والقلق، لأنه لا يعلم.

في حين يرى مرسى (2000) إلى أن الإرشاد النفسي الديني الإسلامي يستمد مسلماته

ومبادئه من الشريعة الإسلامية والتي تستند على الأسس التالية:

- النصيحة عماد الدين وقوامه، فالدين النصيحة كما قال صلى الله عليه وسلم.
- الإرشاد من أفضل الأعمال عند الله لأن فيه نفع للناس.
- الإرشاد خدمة يقصد بها وجه الله وطلب مرضاته.
- يقوم الإرشاد على تنمية إرادة الفرد في طلب ما ينفعه وترك ما يضره.
- حرية كل شخص في اتخاذ قراراته بنفسه واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.
- الالتزام في الإرشاد بالمحافظة على خصائص النظام والتمسك بالأخلاق الإسلامية.

ويرى زهران (2003) أن الإرشاد النفسي الديني يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب

دينية يمكن صياغتها فيما يلي:

- ✘ أن الله - سبحانه وتعالى - خلق الإنسان، وهو يعلم من خلق، قال تعالى: {الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ، وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ، وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ} (الشعراء، 78).
- ✘ أن الله - سبحانه وتعالى - يعلم أسباب انحراف سلوك الإنسان وفساده واضطرابه.
- ✘ أن الله - سبحانه وتعالى - هو الذي يعرف طرق الوقاية من تلك الاضطرابات وسبل علاجها.

وتشير أبو شهبه(2007) إلى أن الأسس التي يقوم عليها الإرشاد النفسي في ضوء الإسلام،

تتمثل في:

- ❖ الإفادة مما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومفاهيم دينية وخلقية في الإرشاد النفسي الديني.
- ❖ الأخذ بما توصل إليه علم النفس الحديث في مجال الإرشاد النفسي الديني.
- ❖ الإفادة من التراث الإسلامي، وما تركه علماء المسلمين من آراء ونظريات نفسية في الإرشاد النفسي الديني.
- ❖ قابلية السلوك للتعديل والتغيير، حيث يؤكد الإسلام على أهمية العقل والتفكير وقابلية الإنسان للتعلم.
- ❖ التدرج في تعديل السلوك من البسيط إلى الصعب، حيث يقر الإسلام بمبدأ التدرج في التخلص من العادات والسلوكيات السيئة وتعلم سلوكيات جديدة بدلاً منها.

وفي ضوء عرض الأسس والمبادئ التي يستند عليها الإرشاد النفسي الديني، يمكن أن نحدد أسس

الإرشاد النفسي الديني الإسلامي، فيما يلي:

- الإرشاد النفسي الديني إرشاد بنائي موجه نحو حل المشكلات لخفض التوتر.
- قابلية السلوك للتعديل؛ لتأكيد الدين الإسلامي على أهمية العقل والتفكير، وقابلية الإنسان للتعلم، واكتساب العادات والمهارات المهنية.
- مراعاة الفروق الفردية، فكل فرد حر في اتخاذ قراراته بنفسه، واختيار ما يناسبه من الأنشطة التي أحلها الله له.

- يعد كل من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة المصدر لكل من فنيات الإرشاد النفسي الديني الإسلامي وعملية الإرشاد.

- يقوم الإرشاد النفسي الديني على أسس أهمها:

■ الله سبحانه وتعالى خلق الإنسان، يعرف أسباب فسادِه وانحراف سلوكه، ويعلم طرق وقايتِه وعلاجِه وصلاحيه.

■ الدين الإسلامي لأنه خاتم الأديان وجامعها قال الله تعالى: { إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوْتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ (19) } (سورة آل عمران، 19)، وقال أيضا: { وَمَنْ يَتَّبِعْ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ (85) } (سورة آل عمران، 85).

■ محمد صلى الله عليه وسلم خاتم الأنبياء والرسل لذلك نسترشد به وبحديثه الشريف قال صلى الله عليه وسلم: " إني قد تركت فيكم شيئين لن تضلوا بعدهما: كتاب الله و سنتي، ولن يترقا حتى يردا علي الحوض " رواه الحاكم في المستدرک (رقم 319) وهو حديث صحيح صححه الألباني في " صحيح الجامع " (2937).

■ الإيمان له تأثير عظيم في نفس الإنسان لذلك نجد الإنسان المتدين يتمتع بشخصية سوية، ويتمتع بالصحة النفسية و لا يعاني من المرض النفسي.

■ يعد الدين الإسلامي خاتم الأديان وجامعها، لقوله تعالى: { إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوْتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ (19) } (سورة آل عمران، 19). وقال أيضا: { وَمَنْ يَتَّبِعْ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ (85) } (سورة آل عمران، 85).

■ القرآن الكريم فيه ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين كما ورد ذلك في الكثير من الآيات القرآنية، منها:

➤ قوله تعالى: { وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا (82) وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يَؤُوسًا (83) قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا (84) وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا (85) } (سورة الإسراء، 82-85).

➤ وقوله سبحانه وتعالى: { الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (78) وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ (79) وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ (80) وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ (81) وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنْ يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ (82) رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ (83) } (سورة الشعراء، 78-82).

➤ وقوله تعالى: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (57) } (سورة يونس، 57).

➤ وقوله سبحانه وتعالى: { وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ أَلَّا تَعْلَمَ وَعَرَبِيٌّ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَئِكَ يُنَادُونَ مِنْ مَكَانٍ بَعِيدٍ (44) } (سورة فصلت، 44).

➤ وقوله حل ذكره: { إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا (9) } (سورة الإسراء، 9).

الفصل السادس: تصنيف الارشاد النفسى الديني:

يمكن تصنيف الارشاد النفسى الديني من حيث عدد المشاركين فيه، إلى قسمين:

القسم الاول: الارشاد النفسى الديني الفردى:

(أ) مفهوم الارشاد النفسى الديني الفردى:

هو ارشاد فردا واحدا وجها لوجه فى كل مرة وتعتمد فعاليته اساسا على العلاقة الارشادية المهنية بين المرشد والمسترشد، اى انها علاقة مخططة بين الطرفين تتم فى اطار الواقع وفى ضوء الاعراض وفى حدود الشخصية ومظاهر النمو.

(ب) الوظائف الرئيسية للارشاد النفسى الديني الفردى:

يعد كل من تبادل المعلومات واثارة الدافعية لدى العميل وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة من الوظائف الرئيسية للارشاد النفسى الديني الفردى. ويحتاج الارشاد النفسى الديني الفردى إلى توافر اعداد كافية من المرشدين النفسيين بحيث يقابلون الحاجات الفردية للارشاد

(ج) أهداف الإرشاد النفسى الديني الفردى:

1. يركز الإرشاد النفسى الديني الفردى على الأفراد الذين يتمتعون بدرجة جيدة من الصحة النفسية وعلى النواحي الإيجابية من شخصية الفرد ويعمل على تنميتها واستثمارها .
2. يركز الإرشاد النفسى الديني الفردى أيضا على تفاعل الفرد مع البيئة وعلى تنمية الجوانب التعليمية والمهنية للفرد .
3. يهدف الإرشاد النفسى الديني الفردى إلى علاج المشكلات التي يعاني منها الفرد أو الوقاية من المشكلات بالإضافة إلى تنمية الإمكانيات الذاتية للفرد .

4. يلتزم المرشدون النفسيون بأخلاقيات المهنة والتي من أهمها الاحتفاظ بسرية المعلومات التي يفصح عنها المسترشد. (الدستور الاخلاقي للمرشدين).
5. يتطلب تقديم الإرشاد كفاءة علمية وخبرة واسعة في التعامل مع صعوبات ومشكلات الطلبة .
6. تمكن الفرد من فهم ومعالجة مشكلاته الشخصية، الاجتماعية والمهنية.

(د) فوائد الإرشاد النفسي الديني الفردي:

يحقق الإرشاد النفسي الديني الفردي فوائد عديدة، منها:

- ❖ يقوم المرشد النفسي الديني بمساعدة المسترشد على تحديد أهداف معينة للعمل على تحقيقها من خلال عملية الإرشاد .
- ❖ يساعد المرشد النفسي الديني المسترشد على استكشاف الخيارات المتاحة أمامه واختيار الأنسب منها بما يتفق وإمكانات البيئة المحيطة به بمساعدة الأهل .
- ❖ يتيح الإرشاد النفسي الديني الفردي للمسترشد فرصة للتحدث مع المرشد النفسي حول بعض المشكلات الشخصية التي يصعب عليه مواجهتها بمفرده .
- ❖ يساعد المسترشد على مناقشة الصعوبات أو المشكلات التي تواجهه في ضوء علاقة مهنية تحكمها أخلاقيات وأسس علمية ومهنية .
- ❖ يساعد المسترشد في فهم ومعالجة مشكلاته الشخصية والاجتماعية والمهنية .

(هـ) عدد الجلسات الإرشادية المقدمة للمسترشد:

الإرشاد الفردي الذي يقدم للمسترشد ربما يكون قصير المدى، حيث يكون بإمكان المسترشد التنسيق مع الأخصائي النفسي لتحديد عدد الجلسات الإرشادية ومدة كل جلسة وفقاً للأهداف التي سيتم الاتفاق عليها. الحد الأقصى لإرشاد مسترشد ما هو عشر جلسات بمعدل (45) دقيقة للجلسة الواحدة، وفي بعض الحالات يمكن للمسترشد الحصول على عدد من الجلسات الإرشادية يزيد أو يقل عن ذلك بالتنسيق مع المرشد النفسي.

(و) حالات استخدام الارشاد النفسى الدينى الفردى:

يستخدم الارشاد النفسى الدينى الفردى مع الحالات الآتية:

- الحالات ذات المشكلات التى يغلب عليها الطابع الفردى والخاصة جدا كما فى وجود محتويات ذات طبيعة خاصة فى مفهوم الذات الخاص وحالات المضكلات والانحرافات الجنسية.....الخ.
- الحالات التى لا يمكن تناولها بفاعلية عن طريق الارشاد الجماعى.

القسم الثانى: الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

(1) مفهوم الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

هو ارشاد عدد من العملاء الذين يحسن ان تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معا فى جماعات صغيرة , كما يحدث فى جماعة ارشادية او فى فصل دراسى.

(2) الاسس النفسية الاجتماعية للارشاد النفسى الدينى الجماعى:

يقوم الارشاد النفسى الدينى الجماعى على اسس نفسية واجتماعية اهمها:

- ❖ الانسان كائن اجتماعى لديه حاجات نفسية اجتماعية لا بد من اشباعها فى اطار اجتماعى مثل الحاجة إلى الامن، النجاح، والتقدير.....الخ
- ❖ تتحكم المعايير الاجتماعية التى تحدد الادوار الاجتماعية فى سلوك الفرد وتخضعه للضغوط الاجتماعية
- ❖ تعتمد الحياة فى العصر الحاضر على العمل فى جماعات وتتطلب ممارسة اساليب التفاعل الاجتماعى السوى واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة
- ❖ يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعى هدفا هاما من اهداف الارشاد النفسى
- ❖ تعتبر العزلة الاجتماعية سببا من اسباب المشكلات والاضطرابات النفسية

(3) اهداف الإرشاد النفسى الدينى الجماعى:

- يهدف الإرشاد النفسى الدينى الجماعى إلى تحقيق ما يلى:
- يعمل المرشد النفسى الدينى على توفير مناخ يتصف بالثقة والسرية بحيث يتمكن أعضاء المجموعة الإرشادية من مناقشة صعوباتهم والمشكلات التي تشغلهم وتقديم مقترحات للتغلب على هذه المشكلات.
- يساعد الإرشاد النفسى الدينى الجماعى الأفراد على تجريب سلوكيات جديدة لتحسين مهارات التواصل الجماعى والحصول على مقترحات وأفكار من المجموعة الإرشادية التي يكون لدى أعضائها اهتمامات ومشكلات مماثلة.
- تساعد المجموعة الإرشادية الأفراد على الشعور بالارتياح، وذلك عند معرفة أن هناك الكثير من الأفراد يعانون من صعوبات وهموم مماثلة.

(4) حالات استخدام الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- يستخدم الارشاد النفسى الدينى الجماعى فى عيادات ومراكز الارشاد النفسى فى الحالات:
- ☒ ارشاد جماعات الاطفال والشباب والراشدين والشيوخ والمغتربين.....الخ
- ☒ توجيه الوالدين للمساعدة فى ارشاد اولادهم
- ☒ الارشاد الاسرى
- ☒ اصحاب الحالات ذات المشكلات العامة المشتركة مثل مشكلات التوافق الاجتماعى والمدرسى
- ☒ حالات التمركز حول الذات والانطواء والحجل والصمت والشعور بالنقص

(5) اساليب الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- تتعدد اساليب الارشاد النفسى الدينى الجماعى وذلك حسب المعايير:
- اعضاء الجماعة ومشكلاتهم النفسية من حيث مدى التشابه او الاختلاف ومن ناحية الجنس والسن والمستوى الاجتماعى والاقتصادى ومن حيث نوع المشكلات.
- المكان الذى تتم فيه الجلسات الارشادية مثل العيادة او مركز الارشاد او المنزل او المدرسة....الخ.

- حدود الانفتاح او الانغلاق من حيث اشراك اشخاص آخرين في عملية الارشاد او جعل الجلسات مغلقة تضم العملاء والمرشد فقط
- نوع النظرية التي يتبعها المرشد من حيث تركيزها على دينامية الجماعة او على شخصية الافراد
- طريقة تكوين الجماعة من حيث كونها عشوائية او يراعى فيها بناء العلاقات الاجتماعية
- مدى استغلال دينامية الجماعة في عملية الارشاد من حيث ترك المجال للتأثير الحر التلقائي او التأثير في شكل تلقين على اعداد سابق.

(6) مزايا الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- يمكن ابراز اهم مزايا الارشاد النفسى الدينى الجماعى فى النقاط التالية:
- يشعر المسترشد بأنه يعطى ولا يأخذ فقط.
- يعتبر انسب الطرق لارشاد العملاء الذين لا يتجاوبون ولا يتعاونون فى الارشاد الفردى.
- يطمئن المسترشد إلى انه ليس الوحيد الذى يعانى من مشكلات نفسية.
- يتيح فرصة الاستفادة من اخطاء الغير والاعاظ بها.
- الاقتصاد فى نفقات الارشاد وتوفير الوقت والجهد وخفض عدد المرشدين.
- يعتبر انسب طرق الارشاد فى البلاد النامية التى تعانى من نقص فى عدد المرشدين.
- يعتبر انسب الطرق الارشادية لتناول المشكلات التى تحل بفاعلية اكثر فى المواقف الاجتماعية مثل مشكلات سوء التوافق.
- يتيح خبرات عملية وواجه نشاط متنوعة مفيدة فى الحياة اليومية.
- يجمع بين خبرات المسترشد الشخصية وبين واقع اجتماعى مجسد.

(7) عيوب الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- يمكن ابراز اهم عيوب الارشاد النفسى الدينى الجماعى فى النقاط التالية:
- شعور بعض المشترشدين بالحرج والخجل حين يكشفون عن انفسهم ويتحدثون عن.
- عدم استفادة البعض بالدرجة المطلوبة فى خضم الاهتمام بالجماعة.
- صعوبة عملية الارشاد النفسى الدينى الجماعى من الناحية الفنية اذا قورن بالارشاد الفردى.

- عدم التمكن من أحداث تغيرات جوهرية في البناء الاساسى للشخصية المسترشد.
- احتمال ظهور بعض المضاعفات حيث قد يتعلم بعض المسترشدين انماطا سلوكية غير سوية.

(8) العوامل التي تساعد على نجاح الارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- توجد مجموعة من العوامل التي تساعد على نجاح الارشاد النفسى الدينى الجماعى، من اهمها:
- **تقليد السلوك:** يستفيد الأعضاء من ملاحظة سلوكيات الآخرين الإيجابية.
- **التنفيس:** ويقصد به التنفيس عن المشاعر وخاصة السلبية التي لا يستطيع الفرد التعبير عنها أمام الآخرين.
- **التآزر:** تقبل كل من الأعضاء للآخر وتقديم الدعم النفسى المناسب.
- **التعليم الاجتماعى:** يتيح الارشاد النفسى الدينى الجماعى الفرص لتعلم مهارات اجتماعية (مثل تكوين علاقات جيدة مع الآخرين، تعلم مهارات التغلب على القلق الاجتماعى... الخ).
- **التعليم الشخصى:** يتيح الارشاد النفسى الدينى الجماعى الفرصة للفرد لتعديل الخبرات الشخصية والأنفعالية وإدراك أهمية العلاقات الإنسانية والاجتماعية والتعلم من سلوكيات الآخرين.
- **الأمل:** أي يتكون لدى الفرد توقعات المساعدة والأمل في التحسن.
- **العمومية:** مساعدة الفرد على الإحساس بالراحة عند معرفة أن هناك أشخاصا آخرين لديهم صعوبات مماثلة.
- **إعطاء معلومات:** عن الصحة النفسية وإرشادات وتوجيهات.
- **مساعدة الآخرين:** حيث يقوم أعضاء المجموعة الإرشادية بتقديم المساعدة لبعضهم البعض.
- **تعديل ديناميات الأسرة:** من خلال التفاعل مع أعضاء المجموعة الإرشادية يتم إدراك وفهم ديناميات التفاعل مع أفراد الأسرة وبالتالى تعديلها.
- **عوامل وجودية:** يتيح الإرشاد النفسى الدينى الجماعى للأفراد التعامل مع مواقف الحياة المختلفة مثل: الموت، فراق الآخرين، تحمل المسؤولية.

(9) اوجه الشبه بين الارشاد النفسى الدينى الفردى والارشاد النفسى الدينى الجماعى:

- وحدة الاهداف العامة فكل منهما يهدف إلى مساعدة وتوجيه العميل ليفهم ويساعد ويوجه ذاته.
- وحدة الاجراءات الاساسية فى عملية الارشاد.

- كلاهما يتعامل مع الاشخاص العاديين واقرب المرضى إلى الصحة واقرب المنحرفين إلى السوء.
- كلاهما عرضة لحدوث طوارئ عملية الارشاد.

(10) اوجه الاختلاف بين الارشاد النفسي الديني الفردي والارشاد النفسي الديني الجماعي:

توجد مجموعة من الاختلاف بين الارشاد النفسي الديني الفردي والارشاد النفسي الديني الجماعي، يمكن ابرازها، في الجدول التالي:

جدول (1) يوضح اوجه الاختلاف بين الارشاد النفسي الديني الفردي والارشاد النفسي الديني الجماعي

الارشاد النفسي الديني الفردي	الارشاد النفسي الديني الجماعي
يتركز الاهتمام على الفرد	يتركز الاهتمام على كل افراد الجماعة
دور المرشد اسهل و اقل تعقيدا	دور المرشد اصعب و اكثر تعقيدا
يتركز الاهتمام على المشكلات الخاصة	التركيز على المشكلات العامة
يبدو اصطناعيا اكثر	يبدو طبيعيا اكثر
ينقصه وجود المناخ الاجتماعي	يتيح وجود الجماعة تجريب الافراد للسلوك الاجتماعي المتعلم
الجلسة الارشادية مدتها اقصر (45) دقيقة	الجلسة الارشادية مدتها اطول (ساعة ونصف)

الباب الثاني: فنيات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الاول: آراء العلماء حول فنيات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الثاني: قراءة القرآن الكريم وتدبره

الفصل الثالث: اسلوب النصيحة

الفصل الرابع: أسلوب الحوار

الفصل الخامس: الوضوء

الفصل السادس: الخشوع في الصلاة

الفصل السابع: الذكر والدعاء

الفصل الثامن: الصبر

الفصل التاسع: التوبة

الباب الثاني: فنيات الإرشاد النفسي الديني:

الفصل الاول: آراء العلماء حول فنيات الإرشاد النفسي الديني:

تمهيد:

يذهب البعض بالقول بأنه لا توجد فنيات محددة للإرشاد النفسي الديني، ولكن المرشد النفسي يستخدم الفنيات التي يتميز بها الإرشاد النفسي الديني أو الموجودة في الإرشاد النفسي بشكل عام، فهو يستخدم فنيات العلاج التحليلي، أو فنيات العلاج السلوكي مثلاً، أو فنيات العلاج المعرفي، والديني. فالعلاج النفسي الديني هو علاج شامل لاتجاهات واستراتيجيات علاجية أخرى كثيرة، حيث يظهر له جانب تحليلي يبرز كيفية تناوله وتحليله لأسباب وأعراض الاضطراب النفسي لدى الشخص، مثل ما يقوم

به المعالج أو المرشد النفسي الديني أثناء المقابلة الإرشادية في الكشف عن مكبوتات اللاشعور، وتعريفها وإخراجها إلى حيز شعور المسترشد لعلاجها، كما يحدد المعالج أو المرشد النفسي النمو الديني والقيم المؤثرة على المسترشد، وكيفية الإفادة منها في العملية الإرشادية، بالإضافة إلى امتلاكه جانباً إنسانياً يبرز في تعامله مع الإنسان كوحدة كلية شاملة، وفي نظريته لصاحب الإرادة القوية والعقيدة الصحيحة على أنه مسئول عن اختياراته وأفعاله وأقواله، مما يجعله متمتعاً بالتوافق والصحة النفسية، بالإضافة إلى الجانب المعرفي المتمثل في تناول العمليات المعرفية العقلية وآليات التفكير الشامل، أما الجانب السلوكي في الإرشاد والعلاج النفسي الديني فيتمثل في استخدامه مبادئ وقوانين التعلم، وتعديل السلوك لمساعدته في التغلب على اضطراباته النفسية، بالإضافة إلى أساليب الترغيب والترهيب من وسائل الثواب والعقاب.

أولاً: شروط اختيار المرشد النفسي للفنيات والأساليب في عملية الإرشاد النفسي الديني:

ان اختيار المرشد النفسي للفنيات والأساليب في عملية الإرشاد النفسي الديني (الروحي) يتوقف على شروط مهمة، وهذه الشروط هي:

– أن يعرف المرشد أن استخدام أي فنية إرشادية إنما تساعد في تحقيق التعزيز الإيجابي للناحية الروحية للمسترشد.

– أن يستخدم المرشد النفسي الفنيات الموجودة في الدين الذي يؤمن به، بالإضافة إلى الفنيات الأخرى، كفنيات التحليل النفسي مثلاً، أو فنيات العلاج السلوكي، أو فنيات العلاج المعرفي، أو العلاج الوجودي وغيرها.

– الاندماج الديني (Religious Involvement) أي المشاركة الدينية بين المرشد والمسترشد داخل العملية الإرشادية و التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما.

وهذا ما يميز الإرشاد النفسي الديني عن الإرشاد النفسي الانتقائي أو التكاملي، كأسلوب وصفي متكامل منظم لمزيج من الفنيات المختلفة، التي ينتقل خلالها المرشد حسب ظروف المسترشد صاحب المشكلة، الذي يأتي للعلاج الانتقائي بمجموعة من الاضطرابات النفسية الناتجة عن مشكلات متعددة؛ الأمر الذي يحتم على المرشد مواجهتها بعلاجات متعددة الوسائل، مع التركيز على استدامة العلاج؛ باستخدام الأبعاد السبعة للشخصية BASIC- ID ، هي: السلوك، والوجدان، والإحساس، والتخيل، والمعرفة، والعلاقات الشخصية، والعقائير، ولذا تشير Qulsoom Inayat(2001) إلى أن الإرشاد

النفسي التكاملية Integrative Counseling يعد وسيلة من وسائل الإرشاد النفسي الذي يتعامل مع العميل داخل الإطار الطبيعي والاجتماعي له، ولكن الإرشاد النفسي الإسلامي ينتفع من المبادئ الأساسية للإرشاد التكاملية، ويضيف إليها بعداً جديداً، وهو العلاقة بين العميل وخالقه.

ثانياً: آراء العلماء حول فنيات الإرشاد النفسي الديني:

يرى ابن القيم أن أساليب الإرشاد الديني هي الأساليب الإيمانية المعروفة من محاسبة النفس والتوبة والإنابة والرجوع إلى الله والدعاء والذكر والعبادات، وقد أورد الكثير من هذه الجوانب في كتبه، مثل: مدارج السالكين، والوابل والصيب من الكلم الطيب، وإغاثة اللهفان، وطريق المهجرتين وباب السعادتين، والجواب الكافي (الدعاء والدعاء)، والطب النبوي..... وغيرها.

وقد أشار كلاً من مارتن و كارلسون (Martin & Carlson, 1988) إلى أن الصلاة تعد من أقدم الفنيات التي تستخدم في التدخلات العلاجية، وقد أُشير أيضاً إلى أن الصلاة هي فنية علاجية مناسبة لخفض القلق لدى الأفراد، فيتعلم الفرد منها الاسترخاء الذي يساهم كفنية للعلاج النفسي الروحي (الديني) في تخفيف أزمات الحياة الصعبة، وتكوين اتجاهات جيدة ومناسبة للتعامل مع ظروف هذه الحياة، والافتناع بأن الأمر كله بيد الله.

ويرى أبو النور (1996) أنه توجد العديد من الفنيات الخاصة بالعلاج النفسي الديني التي لها أثر فعال في علاج النفس الإنسانية من اضطراباتها المختلفة، وهذه الفنيات تستمد منهجها وإجراءاتها من الكتاب والسنة، وهي عديدة ومتنوعة، وتتناول العلاج بالتوحيد، بالأدعية والأذكار، بالاستغفار، بالصبر، بالصلاة، بالتخييل، بالاسترخاء، بالأضداد، وتلك الفنيات يمكن اعتبارها فنيات معرفية سلوكية في آن واحد، وتركز على أفكار المريض واتجاهاته المرضية المختلفة وظيفياً وتمده بالمهارات التي تساعد على ممارسة السلوكيات المتكيفة.

ثالثا: الفنيات المستخدمة في الإرشاد النفسى الدينى:

تتعدد الأساليب والفنيات التي يستخدمها المرشد في الإرشاد النفسى الدينى، ويمكن اجمال ابرزها، في الاتى:

(1) قراءة القرآن الكريم وتدبره:

قال تعالى: { كتاب أنزلناه إليك مبارك ليدبروا آياته وليتذكر أولوا الألباب } (سورة ص: 29) في هذه الآية بين الله - تعالى - أن الغرض الأساس من إنزال القرآن هو التدبر والتذكر لا مجرد التلاوة على عظم أجزائها. وان القرآن ملئ بالنصوص الآمرة بالنظر في الآيات والتفكر والتبصر والتذكر، وقد تكررت هذه النصوص في مواضع كثيرة من القرآن، مما يؤكد أن الغرض هو الحث على الوقوف مع الآيات والتأمل والتفكر وإعمال العقل والبصر والسمع فيها، والنظر في دلالاتها وهداياتها، والانتفاع بها والامتثال لها، وهذا هو التدبر، ومن هذه النصوص ما يلي:

- ❖ قوله تعالى: { أَفَلَا تَعْقِلُونَ } (البقرة: 44).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ } (الروم: 22).
- ❖ قوله تعالى: { أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ } (الأنعام: 50).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ } (يونس: 67).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ } (الرعد: 3).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ } (الرعد: 4).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّلْمُتَوَسِّمِينَ } (الحجر: 75).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّأُولِي النُّهَى } (طه: 54).
- ❖ قوله تعالى: { أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ } (الأنعام: 80).
- ❖ قوله تعالى: { أَفَلَا تَذَكَّرُونَ } (يونس: 3).
- ❖ قوله تعالى: { أَفَلَا تُبْصِرُونَ } (القصص: 72).
- ❖ قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ أَفَلَا يَسْمَعُونَ } (السجدة: 26).

يتمسك الإنسان المؤمن بكتاب الله لاجئاً إليه دائماً، فهو بالنسبة له خير مرشد في تحقيق الاستقرار النفسي له، فمهما قابله من مشاكل وواجهه من محن فإن كتاب الله وكلماته المشرقة بأنوار الهدى كفيلة بأن تزيل ما في نفسه من وساوس، وما في جسده من آلام وأوجاع، ويتبدل خوفه إلى أمن وسلام، وشقاؤه إلى سعادة وهناء كما يتبدل الظلام الذي كان يراه إلى نور يشرق على النفس، ويشرح الصدر، ويهيج الوجدان. قال تعالى: {الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب} [الرعد:28] إذن علينا أن نتمسك بكتاب الله ونقتدي به، وتندبر في آياته البينات، وتأمل في كلماته التي لا تنفد أبداً، قال تعالى: {قل لو كان البحر مداداً لكلمات ربي لنفد البحر قبل أن تنفد كلمات ربي ولو جئنا بمثله مدداً} (الكهف:109) حتى نتحلى بالإيمان الكبير في هذه الرحلة الروحية مع آيات الله فتزود بما جاء به القرآن الكريم من خلق عظيم، وأدب حميد، وسلوك فريد، ومعرفة شاملة بحقيقة النفس الإنسانية كما أرادها الله عز وجل أن تكون، وترتقي حيث الحب والخير والصفاء والنورانية، فننعم بالسلام الروحي الممدود، والاطمئنان القلبي المشهود والأمن النفسي المنشود.

(2) النصيحة:

ذكر النصح في كتاب الله في عدد من الآيات معظمها على لسان أنبياء الله - عليهم السلام - الذين هم أنصح الخلق وأخلصهم، والذين بذلوا جهودهم في نصح أقوامهم فاستجاب لهم قلة وخالفهم الأكثرون قال - تعالى - على لسان نوح - عليه السلام - : { يَا قَوْمِ لَيْسَ بِي ضَلَالَةٌ وَلَكِنِّي رَسُولٌ مِّن رَّبِّ الْعَالَمِينَ أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَأَنْصَحُ لَكُمْ } (سورة الأعراف: 62)، وقال - تعالى - على لسان هود - عليه السلام - : { أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَأَنَا لَكُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ } (سورة الأعراف: 68)، وقال - تعالى - على لسان صالح - عليه السلام - بعد إهلاك قومه: { فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رَسُولًا مِّن رَّبِّي وَأَنْصَحْتُ لَكُمْ وَلَكِن لَّا تُحِبُّونَ النَّاصِحِينَ } (سورة الأعراف: 79)، والنصيحة من أهم ما فيها هو الأسلوب، وقد ركز القرآن الكريم على الأسلوب في النصيحة تركيزاً كبيراً، فقال الله تعالى لموسى وهارون عندما أرسلهما إلى فرعون: { فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى } (سورة طه: 44).

ويرجع أسباب نجاح أسلوب النصيحة كأحد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني إلى مراعاة

أسلوب النصيحة لخصائص المرحلة العمرية للفرد المنصوح، ومراعاة أسلوب النصيحة لأسس ومبادئ

الارشاد النفسي الديني وبخاصة مرحلة بناء العلاقة العلاجية والحث على المشاركة النشطة، واستفادة اسلوب النصيحة من فردية الارشاد النفسي الديني، من خلال مساعدة الأفراد على التحسن في إطار خاص بكل حالة على حدة، ووفق الحالة الفردية لكل فرد على حدة، واعتماد اسلوب النصيحة على الأنشطة والواجبات المترتبة التي يقوم بها المدرب بالجلسة وخارجها وبشكل دوري تنفيذاً لما دار بالجلسة، والتي يتم التأكيد على أهميتها في أي برنامج علاجي نفسي ديني، واعتماد اسلوب النصيحة على أسلوب التعزيز الإيجابي والتشجيع، والجمع بين أسلوب التعزيز الذاتي، والمتمثل في إدراك الفرد لما طرأ على سلوكها من تحسن، والتعزيز الخارجي، والمتمثل في تشجيع الفرد عند قيامه بالأداء الصحيح للفنية التي يكون الفرد بصدد تنفيذها، وحرص اسلوب النصيحة على تحقيق الاندماج الديني أي المشاركة الدينية بين المرشد والمسترشد داخل العملية الإرشادية و التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما، وسعى اسلوب النصيحة إلى تقليل الحساسية التدريجي عند النصح، وذلك باستخدام مدرجات السلوك بدءاً من المواقف الأقل إثارة إلى المواقف الأشد إثارة، واعتماد اسلوب النصيحة على تكوين ذات اجتماعية جديدة لدى الفرد المنصوح، إذ أن الشخص الذي يعاني من الوسواس القهري على سبيل المثال نتيجة لسيطرة أفكار وأفعال غير مقبولة عليه، فإنه يشعر بأنه غير مقبول اجتماعياً من العالم المحيط به، ولكنه لا يستطيع إرضاءهم لأنه مقهور، وهذه الخطوة تقوم علي بث مشاعر الطمأنينة والثقة بالنفس واحترامه لذاته واحترام الآخرين له كل ذلك من شأنه أن يولد لديه أفكاراً سليمة، ويجتهد في التخلي عن الوسواس التي تجلب عليه الشقاء، و أخيراً اعتماد اسلوب النصيحة على تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم لدى الفرد المنصوح، وتتم هذه الخطوة عندما يستطيع المرشد تعديل فكرة الشخص عن نفسه، وجعلها مركزاً لخبرات إدراكية وانفعالية جديدة فمثلاً توجد عدة اتجاهات وقيم تساعد علي العلاج من وسواسه القهري مثل: القدرة علي الصمود، والقدرة علي العمل والإنتاج، والقدرة علي تقبل الذات وذوات الآخرين واتخاذ أهداف واقعية، والقدرة علي ضبط الذات وتحمل المسؤولية، والقدرة علي تكوين علاقات مبنية علي الثقة المتبادلة، والقدرة علي بالتضحية وخدمة الآخرين والشعور بالسعادة.

(3) الوضوء:

من أجمل الأحكام والحكم ما يتعلق بالطهارة والوضوء؛ ذلكم أن الإسلام دين الطهارة والنقاء والنظافة والصفاء.. جمع بين تطهير الباطن والظاهر، وفي أوائل آيات التزليل: { يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ * قُمْ فَأَنْذِرْ * وَرَبِّكَ فَكَبِّرْ * وَتَيَّابِكَ فَطَهِّرْ * وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ } (المدثر: 1-5).. وعند التأمل يتضح لنا أحكاماً جليلة وحكمٌ جميلة تتبين فيها عظمة الإسلام ورفي أحكامه وسمو شريعته، فما أجمل أن يكون المسلم متوضئاً.. فضائل وأجور ونظافة وطهور: { ... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222)، عملٌ يسيرٌ وأجرٌ كبير، وفي آخر آية الوضوء { ... مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ } (المائدة: 6).

وينقى الوضوء المسلم من الذنوب التي تلبّست بها جوارحه؛ كما أخبر بذلك المصطفى - صلى الله عليه وسلم -: فعن سويد بن سعيد عن مالك بن أنس وحدثنا أبو الطاهر. واللفظ له. أخبرنا عبدالله بن وهب عن مالك بن أنس، عن سهيل بن أبي صالح، عن أبيه، عن أبي هريرة؛ أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال "إذا توضأ العبد المسلم (أو المؤمن) فغسل وجهه، خرج من وجهه كل خطيئة نظر إليها بعينه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا غسل يديه خرج من يديه كل خطيئة كان بطشتها يده مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا غسل رجليه خرجت كل خطيئة مشتها رجلاه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) حتى يخرج نقياً من الذنوب" رواه مسلم (صحيح مسلم، 244).

وعن محمد بن معمر بن ربعي القيسي. حدثنا أبو هشام المخزومي، عن عبد الواحد (وهو ابن زياد. حدثنا عثمان بن حكيم. حدثنا محمد بن المنكدر عن حمران، عن عثمان بن عفان؛ قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "من توضأ فأحسن الوضوء خرجت خطاياها من جسده. حتى تخرج من من تحت أظفاره رواه مسلم (صحيح مسلم، 245).

وحدثني أبو الطاهر ويونس بن عبد الأعلى. قالوا: أخبرنا عبدالله بن وهب عن عمرو بن الحارث؛ أن الحكيم ابن عبدالله القرشي حدثه؛ إن نافع بن جبير وعبدالله بن أبي سلمة حدثاه؛ إن معاذ بن عبدالرحمن حدثهما عن حمران مولى عثمان بن عفان، عن عثمان بن عفان؛ قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "من توضأ للصلاة فأسبغ الوضوء. ثم مشى إلى الصلاة المكتوبة. فصلها مع الناس. أو مع الجماعة. أو في المسجد. غفر الله له ذنوبه" رواه مسلم (صحيح مسلم، 232).

وعن عبد الله الصُّنَابِيحي أن رسول الله - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قال: ((إذا توضأ العبد المؤمن فتمضمض خرجت الخطايا من فيه، وإذا استنثر خرجت الخطايا من أنفه، فإذا غسل وجهه خرجت الخطايا من وجهه حتى تخرج من تحت أشفار عينيه، فإذا غسل يديه خرجت الخطايا من يديه حتى تخرج من تحت أظفار يديه، فإذا مسح برأسه خرجت الخطايا من رأسه حتى تخرج من أذنيه، فإذا غسل رجليه خرجت الخطايا من رجليه حتى تخرج من تحت أظفار رجليه))، قال: ((ثم كان مشيه إلى المسجد وصلاته نافلة له))؛ أحمد ومالك في "الموطأ" والنسائي والحاكم في "المستدرک" وقال: هذا حديث صحيح على شرط الشيخين ولم يخرجاه، وليس فيه علة، وصححه الألباني (أحمد في مسنده، 19091) و(النسائي في المجتبى، 103) و(الألباني في صحيح الترغيب والترهيب، 185).

ويعد الوضوء احد فنيات الارشاد النفسي الديني، والتي اثبت فعاليتها في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي. ويعتبر الوضوء احد فنيات الارشاد النفسي الديني، التي تهتم بتوجيه المريض إلى الاهتمام بعلاج الاضطراب الذي يعاني منه وفق المفاهيم الدينية الصحيحة، والأفكار السليمة التي تساعده على التوافق الروحي والنفسي، والاجتماعي. وينشط الوضوء الجوارح ويزيد حركة الدم في البدن ويعيد فيه قوته ونشاطه وحيويته، يوقف العبد أمام ربه بطهارة وروح عالية، ويجلب محبة الله للعبد: { ... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222). وفي سورة التوبة: { ... فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ } (التوبة: 108) مما يكون له اكبر الأثر على تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي للفرد.

(4) التوبة:

تعد التوبة احد الفنيات المستخدمة في الارشاد النفسي الديني، وقد ورد ذكرها في القرآن الكريم في قوله تعالى: { وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ } (النور: 31). ويترتب على توبة العبد فضائل عدة منها:

☒ أنها سبب الفلاح، كما جاء في قوله تعالى: { وتوبوا إلى الله جميعاً أيها المؤمنون لعلكم تفلحون } (النور: 31)، وقال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله ان القلب لا يصلح، ولا يفلح، ولا يتلذذ، ولا يسر، ولا يطيب، ولا يسكن، ولا يطمئن إلا بعبادة ربه ووجهه، والإنابة إليه.

✘ أَمَا سَبَبٌ لِلْمَغْفِرَةِ وَالرَّحْمَةِ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ } (الاعراف، 153).

✘ أَمَا سَبَبٌ فِي تَبْدِيلِ السَّيِّئَاتِ إِلَى حَسَنَاتٍ، فَإِذَا مَا أَحْسَنْتِ التَّوْبَةَ بَدَّلَ اللَّهُ سَيِّئَاتِ صَاحِبِهَا حَسَنَاتٍ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا (68) يُضَاعَفُ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدُ فِيهِ مُهَانًا (69) إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا (70) } (الفرقان، 68-70).

✘ أَنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوْبَةَ وَالتَّوَّابِينَ، فَعِبُودِيَّةُ التَّوْبَةِ مِنْ أَحَبِّ الْعِبُودِيَّاتِ إِلَى اللَّهِ وَأَكْرَمِهَا؛ كَمَا أَنَّ لِلتَّائِبِينَ عِنْدَهُ — عِزٌّ وَجَلٌّ — مَحَبَّةً خَاصَّةً، أَيْ أَنَّ التَّوْبَةَ تَكُونُ سَبَبًا لَجَلْبِ مَحَبَّةِ اللَّهِ عِزٌّ وَجَلٌّ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222).

✘ أَمَا سَبَبٌ لِقَبُولِ أَعْمَالِ الْعَبْدِ وَالْعَفْوِ عَنْهُ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ } (الشورى، 25)، وَفِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا } (التوبة، 71).

✘ أَمَا سَبَبٌ لِدُخُولِ الْجَنَّةِ وَالنَّجَاةِ مِنَ النَّارِ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا ﴿59﴾ إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ وَلَا يُظْلَمُونَ شَيْئًا } (مريم، 59-60).

✘ أَمَا سَبَبٌ لِلإِيمَانِ وَالْأَجْرِ الْعَظِيمِ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ فَأُولَئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا (146) } (النساء، 146).

✘ التَّوْبَةُ سَبَبٌ لِلْمَتَاعِ الْحَسَنِ، الْبَرَكَاتِ مِنَ السَّمَاءِ، وَنَزُولِ الْأَمْطَارِ، وَزِيَادَةِ الْقُوَّةِ، وَالإِمْدَادِ بِالْأَمْوَالِ وَالْبَنِينَ، كَمَا جَاءَ فِي قَوْلِهِ تَعَالَى: { وَأَنْ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى وَيُؤْتِي كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ } (هود: 3). وَقَالَ — تَعَالَى — عَلَى لِسَانِ هُودٍ — عَلَيْهِ السَّلَامُ: { وَيَا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ وَلَا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِينَ } (هود: 52). وَقَالَ عَلَى لِسَانِ نُوحٍ — عَلَيْهِ السَّلَامُ: { فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبِّي إِنَِّّي ظَلَمْتُ نَفْسِي وَأَنَا مِنَ الْمَذْمُومِينَ } (هود: 106).

رَبِّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا (10) يُرْسِلُ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا (11) (وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا) { (نوح: 10-12).

✘ أما سبب لكل خير، كما جاء في قوله تعالى: { وَأَذَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ إِلَى النَّاسِ يَوْمَ الْحَجِّ الْأَكْبَرِ أَنَّ اللَّهَ بَرِيءٌ مِّنَ الْمُشْرِكِينَ ۖ وَرَسُولُهُ ۚ فَإِن تُبْتُمْ فَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَإِن تَوَلَّيْتُمْ فَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ غَيْرُ مُعْجِزِي اللَّهِ ۗ وَبَشِّرِ الَّذِينَ كَفَرُوا بِعَذَابٍ أَلِيمٍ (3) } {التوبة،3}، قوله تعالى: { يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ مَا قَالُوا وَلَقَدْ قَالُوا كَلِمَةَ الْكُفْرِ وَكَفَرُوا بَعْدَ إِسْلَامِهِمْ وَهَمُّوا بِمَا لَمْ يَنَالُوا ۚ وَمَا نَقَمُوا إِلَّا أَن أَغْنَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ مِن فَضْلِهِ ۚ فَإِن يَتُوبُوا يَكُ خَيْرًا لَهُمْ ۖ وَإِن يَتَوَلَّوْا يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ عَذَابًا أَلِيمًا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۚ وَمَا لَهُم فِي الْأَرْضِ مِن وَّلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ (74) } {التوبة،74}.

✘ أما سبب في دعاء الملائكة للتائبين، كما جاء في قوله تعالى: { الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُسَبِّحُونَ بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَيُؤْمِنُونَ بِهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَّحْمَةً وَعِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِينَ تَابُوا وَاتَّبَعُوا سَبِيلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ (7) } {غافر،7}.

✘ أما طاعة مراده لله عز وجل، كما جاء في قوله تعالى: { وَاللَّهُ يُرِيدُ أَن يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ سَتْمِيلُوا مِيلًا عَظِيمًا (27) } {النساء،27}. فالتائب فاعل لما يجبه ويرضاه.

✘ أن الله يفرح بتوبة العبد قال عليه الصلاة والسلام: ((لله اشد فرحاً بتوبة عبده حين يتوب إليه من أحدكم كان على راحلته بأرض فلاة فانفلتت منه وعليها طعامه وشرابه فيأس منها فاتى شجرة فأضجع في ظلها وقد يأس من راحلته فينما هو كذلك إذا هو بها قائمة عنده فأخذ بخطامها ثم قال من شدة الفرح: اللهم أنت عبدي وأنا ربك اخطأ من شدة الفرح)) (رواه مسلم).

(5) الاستبصار:

يعد الاستبصار احد فنيات الارشاد النفسى الدينى، والذى يهدف الى استبصار المسترشد باسباب مشكلته التى يعانى منها، وقد بدى الاستبصار جليا فى قصة الرسول صلى الله عليه وسلم مع الشاب الذى جاء يستأذنه فى الزنا، فعن أبي أمامة قال: ((أَنَّ فِتْيَ أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ ائْذَنْ لِي بِالزَّانَا، فَأَقْبَلَ الْقَوْمُ عَلَيْهِ فَزَجَرُوهُ، قَالُوا: مَهْ مَهْ، فَقَالَ: اذْنُهُ، فَدَنَا مِنْهُ قَرِيْبًا، قَالَ: أَتَحِبُّهُ لِأُمَّكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِأُمَّهَاتِهِمْ، قَالَ: أَتَحِبُّهُ لِابْنَتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِابْنَاتِهِمْ، قَالَ: أَتَحِبُّهُ لِأُخْتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ

جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِأَخْوَاتِهِمْ، قَالَ: أَتُحِبُّهُ لِعَمَّتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِعَمَّاتِهِمْ، قَالَ: أَفَتُحِبُّهُ لِخَالَاتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِخَالَاتِهِمْ، قَالَ: فَوَضَعَ يَدَهُ عَلَيْهِ، وَقَالَ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ ذَنْبَهُ، وَطَهِّرْ قَلْبَهُ، وَحَصِّنْ فَرْجَهُ، فَلَمْ يَكُنْ بَعْدُ ذَلِكَ الْفَتَى يَلْتَفِتُ إِلَى شَيْءٍ)) (أخرجه الطبراني في المعجم الكبير، والإمام أحمد في مسنده).

(6) الدعاء:

ورد الدعاء في القرآن الكريم بمعانٍ منها:

أ- الاستغاثة: كما في قوله تعالى: { قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ أَتَاكُمْ عَذَابُ اللَّهِ أَوْ أَتَتْكُمُ السَّاعَةُ أَغَيْرَ اللَّهِ تَدْعُونَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ * بَلْ إِلَٰهُهُمُ اللَّهُ فَيَكْشِفُ مَا تَدْعُونَ إِلَيْهِ إِنْ شَاءَ وَتَنْسَوْنَ مَا تُشْرِكُونَ } (الأنعام: 40-41).

ب- العبادة: كما في قوله تعالى: { إِنْ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ عِبَادٌ أَمْثَلُكُمْ } (الأعراف: 194)، وقوله تعالى: { وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ } (الكهف: 28)، وقوله تعالى: { لَنْ نَدْعُو مِنْ دُونِهِ إِلَهًا لَقَدْ قُلْنَا إِذَا شَطَطًا } (الكهف: 14).

ج- النداء: ومنه قوله تعالى: { يَوْمَ يَدْعُوكُمْ فَتَسْتَجِيبُونَ بِحَمْدِهِ [الاسراء: 52]. وقوله: { قَالَتْ إِنْ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَا } (القصص: 25).

د- الطلب والسؤال من الله: وهو المراد هنا كما في قوله تعالى: { وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ } (البقرة: 186)، وقوله تعالى: { وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ } (غافر: 60)، ويوافق هذا المعنى ما يقال: دعوت الله أدعوه دعاء، أي ابتهلت إليه بالسؤال، ورغبت فيما عنده من الخير، والداعي اسم الفاعل من الدعاء، والجمع دعاة، وداعون، مثل قاضٍ وقضاة وقاضون.

ويدخل الدعاء الامن والاطمئنان إلى قلوب الناس، لقوله تعالى: { الَّذِينَ آمَنُوا تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ إِنْ لَا يَذَكَّرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ، الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحَسَنَ مَثَابٌ } (سورة الرعد، 28-29)، وهو ما يشير إلى ان الأدعية والذكر، تدخل في النفس الطمأنينة وراحة البال، وينشط في التمسك بالأمل في الشفاء، في المستقبل، ويتعشخ حياه، ويقوى رجاؤه، لأنه قد ألقى ثقل مرضه أو مصيبته إلى من يتكفل بها بقوة، وقدرة شفائية وهو الله.

(7) الاستغفار:

يعد الاستغفار احد فنيات الارشاد النفسى الدينى، وقد جاء ذكره فى قوله تعالى: {وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا (110)} (النساء: 110). وقد حث الله تعالى نبيه محمد صلى الله عليه وسلم على سؤاله المغفرة، فقال المولى عز وجل: {وَاسْتَغْفِرِ اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا [(النساء: 106) وقال تعالى [فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا } (النصر: 3)، وقال الله تعالى { وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ } (محمد: 19)، وحث الله سبحانه وتعالى عباده المؤمنين وجميع خلقه على طلب المغفرة، قال تعالى: {وَاللَّهُ يَدْعُو إِلَى الْجَنَّةِ وَالْمَغْفِرَةِ بِإِذْنِهِ} (البقرة: 221)، وقال تعالى: {وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ} (آل عمران: 133)، وقال تعالى: {وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (البقرة: 199)، وقال تعالى: {قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِثْلُكُمْ يُوحَى إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ فَاسْتَقِيمُوا إِلَيْهِ وَاسْتَغْفِرُوهُ وَوَيْلٌ لِلْمُشْرِكِينَ} (فصلت: 6)، وحتى أولئك الذين أسرفوا على أنفسهم بمعصيتهم لربهم، لقله تعالى: {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ} {الزمر: 53}، وقوله تعالى: {وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا} (النساء: 110)، وقوله تعالى: {تَبَيَّنَ عِبَادِيَ أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ. وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ} (الحجر: 49-50).

وينادي الله على عباده ويحثهم سبحانه على سؤاله المغفرة لذنوبهم كما فى الحديث القدسي : [يَا عِبَادِيَ، إِنَّكُمْ تَخْطِئُونَ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَأَنَا أَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا، فَاسْتَغْفِرُونِي أَغْفِرْ لَكُمْ] مسلم [2577] وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِيمَا يَحْكِي عَنْ رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ قَالَ : أَذْنَبَ عَبْدٌ ذَنْبًا، فَقَالَ: اللَّهُمَّ! اغْفِرْ لِي ذَنْبِي، فَقَالَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: أَذْنَبَ عَبْدِي ذَنْبًا، فَعَلِمَ أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ، وَيَأْخُذُ بِالذُّنُوبِ، ثُمَّ عَادَ فَأَذْنَبَ، فَقَالَ: أَيُّ رَبِّ اغْفِرْ لِي ذَنْبِي، فَقَالَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: عَبْدِي أَذْنَبَ ذَنْبًا، فَعَلِمَ أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ، وَيَأْخُذُ بِالذُّنُوبِ، ثُمَّ عَادَ فَأَذْنَبَ، فَقَالَ: أَيُّ رَبِّ اغْفِرْ لِي ذَنْبِي، فَقَالَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: أَذْنَبَ عَبْدِي ذَنْبًا، فَعَلِمَ أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ، وَيَأْخُذُ بِالذُّنُوبِ، اعْمَلْ مَا شِئْتَ فَقَدْ غَفَرْتُ لَكَ [أخرجه أحمد { 296/2، 405، 492}، والبخاري [7507] ومسلم [2758] واللفظ له].

وعنه رضى الله عنه قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: [وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَوْ لَمْ تُذْنَبُوا لَدَهَبَ اللَّهُ بِكُمْ، وَلَجَاءَ بِقَوْمٍ يُذْنِبُونَ، فَيَسْتَغْفِرُونَ اللَّهَ فَيَغْفِرُ لَهُمْ] أحمد، ومسلم [2749] وفي رواية

لأحمد والترمذي : [لَوْ لَمْ تُذْنِبُوا لَذَهَبَ اللَّهُ بِكُمْ وَكَلَّاءَ بِقَوْمٍ يُذْنِبُونَ فَيَسْتَغْفِرُونَ اللَّهَ فَيَغْفِرُ لَهُمْ]
 صحيح: انظر: صحيح الجامع [5253] عن أبي هريرة رضي الله عنه، وَعَنْ أَبِي أَيُّوبَ أَنَّهُ قَالَ حِينَ
 حَضَرَتْهُ الْوَفَاةُ: كُنْتُ كَتَمْتُ عَنْكُمْ شَيْئًا سَمِعْتُهُ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ
 صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: [لَوْ لَمْ أَنْتُمْ تُذْنِبُونَ، لَخَلَقَ اللَّهُ خَلْقًا يُذْنِبُونَ يَعْفِرُ لَهُمْ] [2748]
 وعن أنس بن مالك رضي الله عنه: قال: [سمعتُ النبيَّ صلى الله عليه وسلم يقول: [قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: يَا
 ابْنَ آدَمَ، إِنَّكَ مَا دَعَوْتَنِي وَرَجَوْتَنِي، غَفَرْتُ لَكَ عَلَى مَا كَانَ مِنْكَ وَلَا أُبَالِي. يَا ابْنَ آدَمَ، لَوْ بَلَغَتْ ذُنُوبُكَ
 عَنَانَ السَّمَاءِ، ثُمَّ اسْتَغْفَرْتَنِي غَفَرْتُ لَكَ وَلَا أُبَالِي، يَا ابْنَ آدَمَ، إِنَّكَ لَوْ أَتَيْتَنِي بِقَرَابِ الْأَرْضِ خَطَايَا، ثُمَّ
 لَفَيْتَنِي لَا تُشْرِكُ بِي شَيْئًا، لَأَتَيْتَكَ بِقَرَابِهَا مَعْفَرَةً] حسن: أخرجه الترمذي، وقال حديث حسن، الضياء،
 وانظر: صحيح الجامع [4338]، المشكاة [2336].

وتوجد فضائل عديدة للاستغفار، فهو مطلب إلهي، ومراد رباني، طلبه الله لنفسه، وارتضاه من
 عباده، واختاره لتكفير ذنوب المقربين، وأحبه ليطهرهم من سيئاتهم، وأنزله في كتابه، وأرسل به رسله، كما
 ان الاستغفار عمل الأنبياء، ودعوة المرسلين، وشغلهم الشاغل، أكثروا منه بالليل والنهار، مع خلوهم من
 أسبابه، وبعدهم من دائه، وهو عمل الصالحين، وذكر المقربين، ودأب المؤمنين، وسبيل المتقين، ونجاة
 السالكين، ومحب الراغبين، وطريق الفالحين، ومقيل عثرات العائرين، وتفريج هموم المهمومين، ودواء
 للعصاة والمذنبين. وهو مفتاح التوبة، وطريق العودة، وسبيل المغفرة، وبداية الاعتذار، والصلح مع الله رب
 العالمين. وهو مطهر البدن من الذنوب، وتنظيف القلب من الران، وسبب لعدم تكديس المعاصي على العبد،
 وهو أقرب طريق لجلب رحمة الله تعالى.

(8) استخدام النماذج السلوكية الصحيحة (الملاحظة):

يعد استخدام النماذج السلوكية الصحيحة (الملاحظة) أحد فنيات الارشاد النفسي الديني، وقد قال
 تعالى: {لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ
 كَثِيرًا} (الاحزاب، 21). وهذه الآية الكريمة أصل كبير في التأسى برسول الله صلى الله عليه وسلم، في
 أقواله وأفعاله وأحواله، ولهذا أمر تبارك وتعالى الناس بالتأسى بالنبي صلى الله عليه وسلم في صبره ومصابرته
 ومرابطته ومجاهدته

(9) التنفيس الانفعالي:

يعتبر التنفيس الانفعالي أحد فنيات الارشاد النفسي الديني، وقد وردت العديد من الاحاديث النبوية الشريفة في هذا الشأن، ومنها:

- عن أنس بن مالك قال: دخلت مع رسول الله صَلَّى الله عليه وآله على أبي سيف القين، وكان ظئراً لإبراهيم عليه السلام، فأخذ رسول الله صَلَّى الله عليه وآله يقبله، ويشمّه، ثم دخل عليه بعد ذلك وإبراهيم عليه السلام يجود بنفسه، فجعلت عينا رسول الله صَلَّى الله عليه وآله تذرّفان، فقال له عبدالرحمن بن عوف: وأنت يا رسول الله؟ فقال: ((يا ابن عوف، إنّها رحمة — ثمّ أتبعها بأخرى، فقال رسول الله صَلَّى الله عليه وآله —: العين تدمع، والقلب يجزن، ولا نقول إلا ما يرضي ربنا، وإنا لفراقك — يا إبراهيم — لمحزونون)) صحیح البخاري: 105) والظئر: زوج المرصعة، ويشمّه اي يضمه إلى صدره.

- وعن أسماء ابنة زيد قالت: لما توفي ابن رسول الله صَلَّى الله عليه وآله — إبراهيم عليه السلام — بكى رسول الله صَلَّى الله عليه وآله. فقال له المعزي: أنت أحقّ من عظم الله عزّ وجلّ حقّه، فقال رسول الله صَلَّى الله عليه وآله: « تدمع العين ويجزن القلب ولا نقول ما يسخط الرب، لولا أنّه وعد حق وموعد جامع وأنّ الآخر تابع للأوّل، لو جدنا عليك — يا إبراهيم — أفضل ممّا وجدناه، وإنا بك لمحزونون)) (سنن ابن ماجه 1: 506 / 1589، ومنتخب كتر العمال 6: 265).

- وعن السائب بن يزيد، أنّ النبي صَلَّى الله عليه وآله لما مات ابنه الطاهر ذرفت عيناه، فقيل: يا رسول الله، بكيت؟ فقال صَلَّى الله عليه وآله: ((إنّ العين تذرّف وإنّ الدمع يغلب، وإنّ القلب يجزن ولا نعصي الله عزّ وجلّ)) (ورد الحديث في الجامع الكبير 1: 207).

- وروى مسلم في صحيحه: أنّ النبي صَلَّى الله عليه وآله زار قبر أمه، فبكى وأبكى من حوله (صحیح مسلم 2: 671، سنن النسائي 4: 90، سنن أبي داود 3: 218 / 3234).

- وروي أنّ النبي صَلَّى الله عليه وآله لما مات عثمان بن مظعون كشف الثوب عن وجهه، ثمّ قبل ما بين عينيه، ثمّ بكى طويلاً، فلمّا رفع السرير قال: ((طوباك — يا عثمان — لم تلبسك الدنيا، ولم تلبسها)) (ورد الحديث في الجامع الكبير 1: 568).

- واشتكى سعد بن عبادَةَ شكوى، فأثاه رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ يَعُودُهُ، فَلَمَّا دَخَلَ عَلَيْهِ وَجَدَهُ فِي غَشِيَّتِهِ، فَقَالَ: ((أَوْ قَد مَاتَ؟)) فَقَالُوا: لَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَبَكَى رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ، فَلَمَّا رَأَى الْقَوْمَ بَكَاءَهُ بَكَوْا، فَقَالَ: ((أَلَا تَسْمَعُونَ؟ إِنَّ اللَّهَ لَا يَعْذِبُ بِدَمْعِ الْعَيْنِ، وَلَا بِحُزْنِ الْقَلْبِ، وَلَكِنْ يَعْذِبُ بِهَذَا — وَأَشَارَ إِلَى لِسَانِهِ — أَوْ يَرْحَمُ)) (صحيح البخاري 2: 106، صحيح مسلم 2: 636 / 924 باختلاف يسير).

- وروى: أَنَّ ابْنَةَ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ بَعَثَتْ إِلَيْهِ: إِنَّ ابْنَتِي مَغْلُوبَةٌ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ: ((إِنَّ اللَّهَ مَا أَخَذَ، وَاللَّهُ مَا أَعْطَى)) وَجَاءَهَا فِي نَاسٍ مِنْ أَصْحَابِهِ، فَأَخْرَجَتْ إِلَيْهِ الصَّبِيَّةَ، وَنَفْسَهَا يَتَقَعَّقُ فِي صَدْرِهَا، فَفَرَّقَ عَلَيْهَا، وَذَرَفَتْ عَيْنَاهُ، فَنَظَرَ إِلَيْهِ أَصْحَابُهُ، فَقَالَ: ((مَا لَكُمْ تَنْظُرُونَ إِلَيَّ؟ رَحْمَةٌ يَضَعُهَا اللَّهُ حَيْثُ يَشَاءُ، إِنَّمَا يَرْحَمُ اللَّهُ مَنْ عَابَدَهُ الرَّحْمَاءُ)) (صحيح البخاري 2: 100 و 7: 151 و 8: 166 و 9: 141 و 164، صحيح مسلم 2: 635 / 923، التعازي: 10، سنن ابن ماجه 1: 506 / 1588، سنن أبي داود 3: 193 / 3125، سنن النسائي 4: 22 باختلاف في ألفاظه). تقعقع: اضطرب وتحرك.

(10) العبادات كإرشاد وعلاج نفسي:

تعد العبادات من أنفع أنواع الوقاية من الإصابة بالأمراض العلاج النفسية إن لم تكن أنفعها على الإطلاق، فهي دواء الله العليم بأحوال النفوس، والرسول صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا حَزَبَهُ — أَوْ حَزَنَهُ — أَمَرَ فَرَزَعَ إِلَى الصَّلَاةِ، فَرَوَى النَّسَائِيُّ وَغَيْرُهُ عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((حُبُّ إِلِي النَّسَاءِ وَالطَّيِّبِ وَجَعَلَتْ قِرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ)). وَقَالَ تَعَالَى: {أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنْ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ (45)} (العنكبوت: 45)، وَقَالَ تَعَالَى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (البقرة، 183)، وَقَالَ تَعَالَى: {خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (103)} (التوبة، 103).

(11) الاسترخاء:

يعد الاسترخاء أحد فنيات الارشاد النفسى الدينى، فقد حثنا الرسول صلى الله عليه وسلم على اداء الصلاة فى اوقاتها لما لها من اهمية كبيرة فى تحقيق السكنية والطمانية للفرد، كما حثنا على عدم الغضب، فاذا غضب الفرد فليتوضأ، واذا كان واقفاً فليجلس، وإن كان جالساً فليتكئ، فعن أبي وإيل القاص قال: دَخَلْنَا عَلَى عُرْوَةَ بْنِ مُحَمَّدٍ السَّعْدِيِّ فَكَلَّمَهُ رَجُلٌ فَأَغْضَبَهُ فَقَامَ فَتَوَضَّأَ، ثُمَّ رَجَعَ وَقَدْ تَوَضَّأَ فَقَالَ: حَدَّثَنِي أَبِي، عَنْ جَدِّي عَطِيَّةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((إِنَّ الْعُضْبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ، وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ)). أخرجه أبو داود (4784)، وأحمد (226/4)، والبخاري فى شرح السنة (3583).

ومن وسائل تخفيف الغضب والوصول الى حالة السكنية والاسترخاء أيضاً السكوت، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (عِلِّمُوا وَيَسْرُوا وَلَا تَعْسُرُوا، وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ، وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ) رواه الإمام أحمد.

ومن الوسائل التي أرشد إليها النبي صلى الله عليه وسلم لعلاج الغضب، والتخفيف من حدته، وجاء الطب الحديث بتصديقتها، أن يغير الإنسان الوضع الذي كان عليه حال الغضب من القيام إلى القعود، أو الاستلقاء، فعن بي الأسود عن أبي ذر قال: كَانَ يَسْتَقِي عَلَى حَوْضٍ لَهُ، فَجَاءَ قَوْمٌ فَقَالَ: أَيُّكُمْ يُورِدُ عَلَى أَبِي ذَرٍّ، وَيَحْتَسِبُ شَعْرَاتٍ مِنْ رَأْسِهِ فَقَالَ رَجُلٌ: أَنَا فَجَاءَ الرَّجُلُ، فَأُورِدَ عَلَيْهِ الْحَوْضَ، فَدَقَّهُ، وَكَانَ أَبُو ذَرٍّ قَائِمًا فَجَلَسَ، ثُمَّ اضْطَجَعَ فَقِيلَ لَهُ: يَا أَبَا ذَرٍّ، لِمَ جَلَسْتَ، ثُمَّ اضْطَجَعْتَ قَالَ: فَقَالَ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَنَا: إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْعُضْبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ. رواه أحمد (152/5)، وأبو داود (4782).

(12) استخدام حديث النفس:

يعد استخدام حديث النفس احد فنيات الارشاد النفسى الدينى، وهو ما يعرف باسم الحديث الايجابى مع النفس فى النظريات الحديثة لعلم النفس، وقد وردت العديد من الاحاديث النبوية الشريفة فى هذا الشأن، ومنها:

- (حديث قدسي) أَخْبَرَنِي عَطَاءٌ ، عَنْ أَبِي صَالِحِ الزِّيَّاتِ ، أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا هُرَيْرَةَ ، يَقُولُ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((إِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرُقُّثُ، وَلَا يَسْنَحِبُ، فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ شَاتَمَهُ أَوْ قَاتَلَهُ فَلْيَقُلْ: إِنِّي امْرُؤٌ صَائِمٌ)) (رواه البخارى، 1894، وراه مسلم، 1151).

- وحدثنا عبد الله بن مسلمة عن مالك عن أبي الزناد عن الأعرج عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال الصيام جنة فلا يرفث ولا يجهل وإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إني صائم مرتين والذي نفسي بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله تعالى من ريح المسك يترك طعامه وشرابه وشهوته من أجلي الصيام لي وأنا أجزي به والحسنة بعشر أمثالها (رواه البخارى، 1795).

(13) استخدام الحوار التربوى فى تقديم الموعدة من خلال تحليل الموقف وما يترتب عليه ومساعدة الفرد على الحكم على السلوك وتغييره:

يعتبر أسلوب الحوار أمراً فى غاية الأهمية باعتباره نقطة الانطلاق الأولى التي تعزز ثقة الفرد فى التواصل مع الآخرين، بل النواة الأساسية التي يتشكل فيها تعامل الفرد مع الغير، وإذا افتقد هذا الحوار مع اقرب الناس إليه فإنه من الصعب أن يجده لدى الآخرين، وأحياناً تتشكل المفاهيم الايجابية ووجهات النظر والآراء السديدة من خلال تبادل الآراء واحترام وجهات النظر داخل الجماعة الواحدة، وسيادة مبدأ الإقناع بالحجة والمنطق، وغياب وسائل القهر والإذلال وفرض الآراء بالقوة.

مثال: قصة الرسول مع الشاب الذي جاء يستأذنه فى الزنا، فعن أبي أمامة قال: ((أَنَّ فَتَى أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أئذَنْ لِي بِالزَّنَا، فَأَقْبَلَ الْقَوْمُ عَلَيْهِ فَزَجَرُوهُ، قَالُوا: مَهْ مَهْ، فَقَالَ: اذْنُهُ، فَذَنَا مِنْهُ قَرِيْبًا، قَالَ: أَتَجِبُهُ لِأُمَّكَ؟ قَالَ: لَأَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاءَكَ، قَالَ: وَكَأَنَّ النَّاسُ يُجِبُّونَهُ

لِأُمَّهَاتِهِمْ، قَالَ: أَفْتَحِيهِ لِابْنَتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِبَنَاتِهِمْ، قَالَ: أَفْتَحِيهِ لِأَخَوَاتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِأَخَوَاتِهِمْ، قَالَ: أَتَحِيهِ لِعَمَّتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِعَمَّاتِهِمْ، قَالَ: أَفْتَحِيهِ لِخَالَاتِكَ؟ قَالَ: لَا وَاللَّهِ جَعَلَنِي اللَّهُ فِدَاكَ، قَالَ: وَلَا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِخَالَاتِهِمْ، قَالَ: فَوَضَعَ يَدَهُ عَلَيْهِ، وَقَالَ: اللَّهُمَّ اغْفِرْ ذَنْبَهُ، وَطَهِّرْ قَلْبَهُ، وَحَصِّنْ فَرْجَهُ، فَلَمْ يَكُنْ بَعْدَ ذَلِكَ الْفَتَى يَلْتَفِتُ إِلَى شَيْءٍ)) (أخرج الطبراني في المعجم الكبير، والإمام أحمد في مسنده).

(14) استخدام التعزيز من خلال: الثواب — المدح — تنمية التعزيز الداخلي بطلب الأجر من الله:

يعد استخدام التعزيز من خلال: الثواب — المدح — تنمية التعزيز الداخلي بطلب الأجر من الله أحد فنيات الارشاد النفسى الدينى، وقد وردت العديد من الاحاديث النبوية الشريفة في هذا الشأن، ومنها:

— أخبرنا حجاج بن منهال حدثنا حماد بن سلمة حدثنا إسحاق بن عبد الله بن أبي طلحة عن أنس بن مالك أن النبي صلى الله عليه وسلم قال من قتل كافرا فله سلبه فقتل أبو طلحة يومئذ عشرين وأخذ أسلحتهم (سسنن الدرामी، 2484).

— وَأَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سَعِيدٍ، حَدَّثَنَا أَبُو أُسَامَةَ، عَنْ هِشَامِ بْنِ عُرْوَةَ، قَالَ أَخْبَرَنِي عُبَيْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ رَافِعٍ، أَنَّ جَابِرَ بْنَ عَبْدِ اللَّهِ، أَخْبَرَهُ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: مَنْ أَحْيَا أَرْضًا مَيْتَةً فَلَهُ فِيهَا أَجْرٌ وَمَا أَكَلَتْ الْعَافِيَةُ مِنْهَا فَلَهُ فِيهَا صَدَقَةٌ قَالَ أَبُو مُحَمَّدٍ الْعَافِيَةُ الطَّيْرُ وَغَيْرُ ذَلِكَ (سسنن الدرामी، 2493).

(15) استخدام أسلوب العقاب لإبطال السلوك السلبي:

يعد استخدام أسلوب العقاب لإبطال السلوك السلبي أحد فنيات الارشاد النفسى الدينى، وقد وردت العديد من الآيات القرآنية في هذا الشأن، ومنها:

— قوله تعالى: {الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِّنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلَا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِينِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ} وَلْيَشْهَدْ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ (2) { (النور، 2).

- وقوله تعالى: {وَالسَّارِقُ وَالسَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا جَزَاءً بِمَا كَسَبَا نَكَالاً مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ} (المائدة، 38).

(16) استخدام أسلوب الإهمال والإعراض لإطفاء السلوك السليبي:

يعتبر استخدام أسلوب الإهمال والإعراض لإطفاء السلوك السليبي أحد فنيات الإرشاد النفسي الديني، وقد قال تعالى: {الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنِ اطَّعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيماً كَبِيراً} (34) {النساء، 34}.

(17) الكف بالنقيض (استخدام استجابة قوية مضادة لاستجابة مؤلمة):

يعد الكف بالنقيض (استخدام استجابة قوية مضادة لاستجابة مؤلمة) أحد فنيات الإرشاد النفسي الديني، وقد قال تعالى: { إِذْ تُصْعِدُونَ وَلَا تَلْوُونَ عَلَىٰ أَحَدٍ وَالرَّسُولُ يَدْعُوكُمْ فِي أُخْرَاكُمْ فَأَثَابَكُمْ غَمًّا بِغَمٍّ لِّكَيْلًا تَحْزِنُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا مَا أَصَابَكُمْ ۗ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٥٣﴾ } (آل عمران، 153).

(18) إزالة الحساسية التدريجي:

مثال 1: كيفية تحريم الربا:

تدرجت الآيات القرآنية في تحريم الربا، كما تدرجت في تحريم الخمر ويمكن ترتيب هذه التدرج كما يلي:

المرحلة الأولى: ما جاء في سورة الروم وهي مكية نزلت قبل الهجرة ببضع سنين مقروناً بدم الربا ومدح الزكاة وذلك قبل فرض الزكاة كما في قوله تعالى: {وَمَا آتَيْتُمْ مِنْ رَبًّا لِيَرْبُوَ فِي أَمْوَالِ النَّاسِ فَلَا يَرْبُو عِنْدَ اللَّهِ وَمَا آتَيْتُمْ مِنْ زَكَاةٍ تُرِيدُونَ وَجْهَ اللَّهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُضْعِفُونَ} (الروم، 39). وقد جاء في السور المكية أصول الواجبات والمحرمات بوجه إجمالي كما في هذه الآية.

المرحلة الثانية: وهي في قوله تعالى في سورة النساء: {فَبِظُلْمٍ مِّنَ الَّذِينَ هَادُوا حَرَّمْنَا عَلَيْهِمْ طَيِّبَاتٍ أُحِلَّتْ لَهُمْ وَبِصَدِّهِمْ عَنِ سَبِيلِ اللَّهِ كَثِيراً (160) وَأَخَذِهِمُ الرِّبَا وَقَدْ نُهُوا عَنْهُ وَأَكْلِهِمْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ وَأَعْتَدْنَا

لِلْكَافِرِينَ مِنْهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا (161) { (النساء، 160 - 161) أي أن الله قد نهاهم عن الربا فتناولوه وأخذوه واحتالوا عليه بأنواع من الحيل وصنوف من الشبه. وهذا تلميح بالتحريم لأنه جاء على سبيل الحكاية عن بني إسرائيل وأن الربا كان محرماً عليهم، فاحتالوا على أكله، فهو بذلك تمهيد، وإيماء إلى إمكان تحريم الربا على المسلمين كما هو محرم على بني إسرائيل... وفيه إيماء آخر، وهو أنه إذا حرم عليكم الربا فلا تفعلوا مثل فعلهم، فتلقوا من العذاب الأليم مثل ما لقوا لأن هذا السلوك ليس إلا سلوك الكافرين والعياذ بالله.

المرحلة الثالثة: في سورة آل عمران حيث يقول تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا الرِّبَا أَضْعَافًا مُضَاعَفَةً وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ. وَاتَّقُوا النَّارَ الَّتِي أُعِدَّتْ لِلْكَافِرِينَ. وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ } (آل عمران، 130 - 132). أي: يا أيها الذين آمنوا لا تأكلوا الربا في إسلامكم بعد إذ هداكم له، كما كنتم تأكلونه في جاهليتكم. وهذا مفيد لتحريم الربا - كما سبق بيانه - إلا أنه لم يكن فيه من التهديد والوعيد ما كان في آخر مراحل التحريم.

المرحلة الرابعة والأخيرة: وفي هذه المرحلة جاءت الآيات الكريمة بالحكم الشرعي: { الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لَا يَقُومُونَ إِلَّا كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَالُوا إِنَّمَا الْبَيْعُ مِثْلُ الرِّبَا وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الرِّبَا فَمَنْ جَاءَهُ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّهِ فَاتْتَهَى فَلَهُ مَا سَلَفَ وَأَمْرُهُ إِلَى اللَّهِ وَمَنْ عَادَ فَأُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ. يَمْحَقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُرْبِي الصَّدَقَاتِ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ. إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَذَرُوا مَا بَقِيَ مِنَ الرِّبَا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ. فَإِنْ لَمْ تَفْعَلُوا فَأْذَنُوا بِحَرْبٍ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَإِنْ تُبْتُمْ فَلَكُمْ رُءُوسُ أَمْوَالِكُمْ لَا تَظْلِمُونَ وَلَا تُظْلَمُونَ } (البقرة، 275 - 279). وهذه الآيات من آخر ما نزل من القرآن الكريم، كما قال ابن عباس رضي الله عنهما في قوله تعالى: « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَذَرُوا مَا بَقِيَ مِنَ الرِّبَا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ. فَإِنْ لَمْ تَفْعَلُوا فَأْذَنُوا بِحَرْبٍ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَإِنْ تُبْتُمْ فَلَكُمْ رُءُوسُ أَمْوَالِكُمْ لَا تَظْلِمُونَ وَلَا تُظْلَمُونَ » أن هذه آخر آية نزلت على النبي صلى الله عليه وسلم (رواه البخاري معلقاً بصيغة الجزم). وقد أجاز الله تعالى فيها أخذ رؤوس الأموال بشرط أن يتوبوا.

ويستمر تحريمه إلى يوم القيامة، هذا تاريخ الربا عبر التاريخ، وكابوسه الثقيل على الأمم وموقف الشرائع السماوية منه ومحاربه لإنقاذ البشرية من ويلاته ولكن يابى الذين استحوذ عليهم الشيطان واستولى عليهم الشحّ إلا عتواً ونفوراً ليستمروا على التحكم بأموال الناس بغير حق (فقه وفتاوى البيوع: 152). وانظر في التدرج في تحريم الربا: فقه السنة: 3 / 156).

مثال 2: تحريم الخمر:

نزل تحريم الخمر في سنة ثلاث بعد وقعة أحد، وأول ما نزل في شأنها: ﴿يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا﴾ (البقرة: 219)، أي: في تجارتهم، فلما نزلت هذه الآية تركها بعض الناس وقالوا: لا حاجة لنا فيما فيه إثم كبير، ولم يتركها بعض الناس، وقالوا: نأخذ منفعتها ونترك إثمها، فنزلت هذه الآية: ﴿لَا تَقْرُبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى﴾ (النساء: 43)، فتركها بعض الناس وقالوا: لا حاجة لنا فيما يشغلنا عن الصلاة، وشربها بعض الناس في غير أوقات الصلاة حتى نزلت: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ * إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ﴾ (المائدة: 90، 91)، فصارت حراماً عليهم حتى صار يقول بعضهم: ما حرّم الله شيئاً أشد من الخمر (تفسير القرطبي، ص 2283، جزء 4). وبهذا يتبين أن فرض التكاليف لم يأت إلا بعد أن عمّرت القلوب بالإيمان، وأصبح سلطان الإيمان أقوى من سلطان الهوى والنفس، وقد مر ذلك بمراحل طويلة، كان أولها غرس الإيمان بالله في القلوب، وهذا أول الطريق، ثم الترقى بعد ذلك شيئاً فشيئاً في مدارج السالكين إلى أعلى مراتب السائرين ودرجات المتقين (فقه وفتاوى البيوع: 152)، والتدرج في تحريم الربا: فقه السنة: 3 / 156).

(19) وقف الخواطر:

يعد وقف الخواطر أحد فنيات الارشاد النفسى الدينى، وقد قال تعالى: {وَمَا يَتَرَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (36) } (فصلت، 36).

(20) الصبر:

ربط الله سبحانه وتعالى الفلاح فى الدنيا والآخرة بالصبر، كما جاء فى قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (200) } (سورة آل عمران، 200)، وبشر الله تعالى الصابرين بان لهم حظ عظيم فى الدنيا والآخرة، كما جاء فى قوله تعالى: { وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَن آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ (80) } (القصص، 80)، قوله تعالى: { وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ } (فصلت: 35)، بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء، فقال تعالى: { وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ } (سورة البقرة، 155). يرجع نجاح الصبر كفنية من فنيات الارشاد النفسى الدينى الى ان نزول البلاء والمصائب والمشكلات على العبد علامة على حب الله تعالى، بل هو خيرٌ للمؤمن من أن يُدَّخِر له العقاب فى الآخرة، يقول النبي - صلى الله عليه وسلم: ((إذا أراد الله بعبده الخير عَجَّلَ له العقوبة فى الدنيا، وإذا أراد بعبده الشر أمسك عنه بذنبه حتى يوافيه به يوم القيامة)) رواه الترمذى وصححه. وقال الحسن البصرى - رحمه الله -: "لا تكثرها البلىا الواقعة والنقمة الحادثة، فلربَّ أمرٍ تكثره فيه نجاتك، ولربَّ أمرٍ تؤثره فيه عطبك" أي: هلاكك، وقال الفضل بن سهل: "إن فى العلل لنعمًا لا ينبغى للعاقل أن يجهلها، فهي تمحيص للذنوب، وتعرض لثواب الصبر، وإيقاظ من الغفلة، وتذكير بالنعمة فى حال الصحة، واستدعاء للتوبة، وحض على الصدقة."

(21) الخشوع لله تعالى فى الصلاة:

يعد الخشوع لله تعالى فى الصلاة احد فنيات الارشاد النفسى الدينى، والتي تعد احد اسباب الفوز والنجاح والسعادة فى الدنيا والآخرة للخاصعين فى صلاتهم، قال الله تعالى: { قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ *الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ } (سورة المؤمنون، الآيتان: 1-2)، فالخشوع فى الصلاة هو حضور القلب بين يدي

الله تعالى، مستحضراً لقربه، فيسكن لذلك قلبه، وتطمئن نفسه، وتسكن حركاته، ويقلُّ التفاته، متأدباً بين يدي ربه، مستحضراً جميع ما يقوله ويفعله في صلاته من أول صلاته إلى آخرها، فتنفسي بذلك الوسوس والأفكار الرديئة، وهذا روح الصلاة، والمقصود منها، وهو الذي يكتب للبعد، فالصلاة التي لا خشوع فيها، ولا حضور قلب، وإن كانت مجزئة مثاباً عليها، فإن الثواب على حسب ما يعقل القلب منها (تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المَنان، للعلامة عبد الرحمن بن ناصر السعدي، ص 547).

وسوف يتم تناول بعض فنيات الإرشاد النفسي الديني (قراءة القرآن الكريم وتدبره، واسلوب النصيحة، وأسلوب الحوار، والوضوء، والخشوع في الصلاة، والذكر والدعاء، والصبر، والتوبة) في الفصول التالية ان شاء الله تعالى.

الفصل الثاني: قراءة القرآن الكريم وتدبره

أولاً: القرآن الكريم:

القرآن هادي البشرية ومرشدها ونور الحياة ودستورها، ما من شيء يحتاجه البشر إلا وبينه الله فيه نصاً أو إشارة أو إيماءً، عَلمه مَنْ عَلمه، وجهله من جهله، ولذا اعتنى به صَحْبُ الرسول صلى الله عليه وسلم وتابعوهم تلاوة وحفظاً وفهماً وتدبراً وعملاً. وعلى ذلك سار سائر السلف. ومع ضعف الأمة في عصورها المتأخرة تراجع الاهتمام بالقرآن وانحسر حتى اقتصر الأمر عند غالب المسلمين على حفظه وتجويده وتلاوته فقط بلا تدبر ولا فهم لمعانيه ومراداته، وترتب على ذلك ترك العمل به أو التقصير في ذلك، "وقد أنزل الله القرآن وأمرنا بتدبره، وتكفل لنا بحفظه، فانشغلنا بحفظه وتركنا تدبره. وليس المقصود الدعوة لترك حفظه وتلاوته وتجويده؛ ففي ذلك أجر كبير؛ لكن المراد التوازن بين الحفظ والتلاوة والتجويد من جهة وبين الفهم والتدبر. ومن ثم العمل به من جهة أخرى كما كان عليه سلفنا الصالح رحمهم الله تعالى.

ثانيا: مفهوم تدبر القرآن الكريم:

تناول العديد من العلماء: مفهوم تدبر القرآن الكريم فنجد الميداني يعرفه بأنه التفكير الشامل الواصل إلى أواخر دلالات الكلم ومراميه البعيدة.

في حين يرى مقاتل بن سليمان أن مفهوم تدبر القرآن الكريم هو التأمل في معانيه، وتحديق الفكر فيه، وفي مبادئه وعواقبه، ولوازم ذلك

ويرى الزمخشري أن مفهوم تدبر القرآن الكريم هو تأمل معانيه وتبصر ما فيه. وقال: وتدبر الآيات: التفكير فيها، والتأمل الذي يؤدي إلى معرفة ما يدبر ظاهرها من التأويلات الصحيحة والمعاني الحسنة. ويعرف القرطبي تدبر القرآن الكريم بأنه التفكير فيه وفي معانيه.

ويرى الخازن أن مفهوم تدبر القرآن الكريم هو تأمل معانيه، وتفكر في حكمه، وتبصر ما فيه من الآيات.

ويعرف أبو حيان مفهوم تدبر القرآن الكريم بأنه التفكير في الآيات، والتأمل الذي يفضي بصاحبه إلى النظر في عواقب الأشياء.

ويعرفه ابن القيم بأنه تحديق ناظر القلب إلى معانيه، وجمع الفكر على تدبره وتعقله ويصف السيوطي الشخص الذي يتدبر القرآن الكريم بأنه يشغل الشخص الذي قلبه بالتفكير في معنى ما يلفظ به، فيعرف معنى كل آية، ويتأمل الأوامر والنواهي، ويعتقد قبول ذلك؛ فإن كان مما قصر عنه فيما مضى اعتذر واستغفر، وإذا مر بآية رحمة استبشر وسأل، أو عذاب أشفق وتعوذ، أو تنزيه نزه و عظم، أو دعاء تضرع وطلب.

ويعرف ابن عاشور مفهوم تدبر القرآن الكريم بأنه تعقب ظواهر الألفاظ ليعلم ما يدبر ظواهرها من المعاني المكنونة والتأويلات اللائقة.

ويعرف الميداني مفهوم تدبر القرآن الكريم بأنه التفكير الشامل الواصل إلى أواخر دلالات الكلم ومراميه البعيدة.

ثالثاً: تدبر القرآن في سور القرآن الكريم:

تعددت الآيات التي تدعو إلى تدبر القرآن الكريم ومنها:

قال الله - تعالى: { كتاب أنزلناه إليك مبارك ليدبروا آياته وليتذكر أولوا الألباب } (سورة ص: 29) في هذه الآية بين الله - تعالى - أن الغرض الأساس من إنزال القرآن هو التدبر والتذكر لا مجرد التلاوة على عظم أجرها. قال الحسن البصري: "والله! ما تدبُّره بحفظ حروفه وإضاعة حدوده حتى إن أحدهم ليقول: قرأت القرآن كله، ما يرى له القرآن في خُلُق ولا عمل" (تفسير ابن كثير، 64/7).

قال - تعالى: { أفلا يتدبرون القرآن... } (النساء: 82). قال ابن كثير: " يقول الله تعالى آمراً عباده بتدبر القرآن وناهياً لهم عن الإعراض عنه وعن تفهم معانيه والحكمة وألفاظه البليغة: أفلا يتدبرون القرآن" (تفسير ابن كثير، 364/3)، فهذا أمر صريح بالتدبر والأمر للوجوب.

قال - تعالى: { الذين آتيناهم الكتاب يتلونه حق تلاوته أولئك يؤمنون به } (البقرة: 121). روى ابن كثير عن ابن مسعود قال: "والذي نفسي بيده! إن حق تلاوته أن يحل حلاله ويحرم حرامه ويقراه كما أنزله الله" (تفسير ابن كثير، 403/1). وقال الشوكاني: "يتلونه: يعملون بما فيه" (فتح القدير، 135/1) ولا يكون العمل به إلا بعد العلم والتدبر.

قال - تعالى: { ومنهم أميون لا يعلمون الكتاب إلا أمانى وإن هم إلا يظنون } (البقرة: 78). قال الشوكاني: "وقيل: (الأماني: التلاوة) أي: لا علم لهم إلا مجرد التلاوة دون تفهم وتدبر، وقال ابن القيم: "ذم الله المحرفين لكتابه والأميين الذين لا يعلمون منه إلا مجرد التلاوة وهي الأماني".

قال الله تعالى: { وقال الرسول يا رب إن قومي اتخذوا هذا القرآن مهجوراً } (الفرقان: 30). قال ابن كثير: "وترك تدبره وتفهمه من هجرانه". وقال ابن القيم: "هجر القرآن أنواع... الرابع: هجر تدبره وتفهمه ومعرفة ما أراد المتكلم به منه".

ومما سبق يمكن أن نستنتج بعض الملاحظات على الآيات التي تدعو إلى تدبر القرآن الكريم وهي:

1- أن الآيات الواردة في التدبر قد جاءت كلها معترضة في سياقات مختلفة غير سياق الحديث عن القرآن: فقوله تعالى: { أفلا يتدبرون القرآن ولو كان من عند غير الله لوجدوا فيه اختلافاً كثيراً } وردت معترضة الأمر والاستجابة له والرجوع في بطاعة الرسول الحكم إليه. وقوله تعالى { أفلا يتدبرون القرآن أم على

قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا } (محمد:24)، وردت معترضة الأمر بالصدق في الاستجابة والإذعان وعدم التولي. وقوله تعالى: { أَفَلَمْ يَدَّبَّرُوا الْقَوْلَ أَمْ جَاءَهُمْ مَا لَمْ يَأْتِ آبَاءَهُمُ الْأَوَّلِينَ } [المؤمنون: 68] وردت معترضة في سياق الأمر بالإيمان بالنبي والاعتراف به وعدم الاستكبار. وقوله تعالى { كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ } (سورة ص:29) وردت معترضة في سياق محاضرة الكافرين في الحق الذي جاء به محمد، وذكر قصة داود وسليمان ورجوعهما للحق بعدما تبين وإنابتهما إلى الله. فنلاحظ من ورود هذه الآيات الأمرة بالتدبر معترضة في سياق الحديث عن غير القرآن أن الغرض منها الأمر بالوقوف مع الآيات الواردة والتأمل فيها والانتفاع والامتثال لها. مما يؤكد لنا أن التدبر هو الوقوف مع الآيات والتأمل فيها للانتفاع والامتثال.

2- أن القرآن ملئ بالنصوص الأمرة بالنظر في الآيات والتفكر والتبصر والتذكر، وقد تكررت هذه النصوص في مواضع كثيرة من القرآن، مما يؤكد أن الغرض هو الحث على الوقوف مع الآيات والتأمل والتفكر وإعمال العقل والبصر والسمع فيها، والنظر في دلالاتها وهداياتها، والانتفاع بها والامتثال لها، وهذا هو التدبر، ومن هذه النصوص ما يلي:

قوله تعالى: { أَفَلَا تَعْقِلُونَ } (البقرة:44)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ } (الروم:22)

وفي أسلوب استفهامي يدعوا للوقوف مع الآيات والتأمل في مقاصدها:

قوله تعالى: { أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ } (الأنعام:50)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ } (يونس:67)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ } (الرعد:3)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ } (الرعد:4)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّلْمُتَوَسِّمِينَ } (الحجر:75)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّأُولِي النُّهَى } (طه:54)

قوله تعالى: { أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ } (الأنعام:80)

قوله تعالى: { أَفَلَا تَذَكَّرُونَ } (يونس:3)

قوله تعالى: { أَفَلَا تُبْصِرُونَ } (القصص:72)

قوله تعالى: { إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ أَفَلَا يَسْمَعُونَ } (السجدة: 26)

3- تكرر الآيات في بعض السور مما يؤكد أنها للحث على الوقوف مع الآيات والتأمل فيها، ومن ذلك مثلاً: قوله تعالى: { وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ } (القمر: 17) تكررت هذا الآية في السورة أربع مرات، وتكررها دال على أن المقصود الوقوف مع الآيات والقصص الواردة والتذكر بها ولهذا قال { فهل من مدكر }، وهي آية دالة دلالة صريحة على الحث على التدبر ولهذا قال: { وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ } أي للتذكر والانتفاع. وقوله تعالى { فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ } (الرحمن: 13) تكررت هذه الآية ثلاثين مرة، وهي آية حاثّة على الوقوف مع النعم والآلاء الواردة في السورة وتأملها مما يبعث على الامتثال والإيمان

4- ورود القسم في ابتداء السور بالآيات الكونية وتعدده وتضمنه للتغيرات والأحوال التي تتضمنها الآيات الكونية المقسم بها فهذا التعدد وتضمينه للأحوال والتغيرات دال على الأمر بالوقوف مع هذه الآيات والتأمل فيها للانتفاع والإيمان.

رابعاً: تدبر القرآن الكريم في السنة النبوية الشريفة:

تعددت الأحاديث النبوية التي تدعو إلى تدبر القرآن الكريم ومنها:

عن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "ما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله يتلون كتاب الله ويتدارسونه بينهم إلا نزلت عليهم السكينة، وغشيتهم الرحمة، وحفتهم الملائكة، وذكرهم الله فيمن عنده" (رواه مسلم، ح/2699). فالسكينة والرحمة والذكر مقابل التلاوة المقرونة بالدراسة والتدبر.

روى حذيفة - رضي الله عنه -: "أنه صلى مع النبي صلى الله عليه وسلم ذات ليلة فكان يقرأ مترسلاً إذا مر بآية فيها تسبيح سبح، وإذا مر بسؤال سأل، وإذا مر بتعوذ تعوذ" (رواه مسلم، ح/772). فهذا تطبيق نبوي عملي للتدبر ظهر أثره بالتسبيح والسؤال والتعوذ.

عن أبي ذر - رضي الله عنه - قال: "صلى رسول الله صلى الله عليه وسلم ليلة فقرأ بآية حتى أصبح يركع بها ويسجد بها: ((إن تعذبهم فإنهم عبادك وإن تغفر لهم فإنك أنت العزيز الحكيم))

[المائدة: 118] (رواه أحمد، ح /20365). فهذا رسول الله صلى الله عليه وسلم يقدم التدبر على كثرة التلاوة، فيقرأ آية واحدة فقط في ليلة كاملة.

عن ابن مسعود قال: "كان الرجل منا إذا تعلم عشر آيات لم يجاوزهن حتى يعرف معانيهن والعمل بهن" (رواه الطبري، 80/1). فهكذا كان منهج النبي صلى الله عليه وسلم في تعليم الصحابة القرآن: تلازم العلم والمعنى والعمل؛ فلا علم جديد إلا بعد فهم السابق والعمل به.

لما راجع عبد الله بن عمرو بن العاص النبي صلى الله عليه وسلم في قراءة القرآن لم يأذن له في أقل من ثلاث ليالٍ وقال: "لا يفقه من قرأ القرآن في أقل من ثلاث" (رواه الترمذي والدارمي 2870). فدل على أن فقه القرآن وفهمه هو المقصود بتلاوته لا مجرد التلاوة.

خامساً: ما ورد عن السلف في مسألة تدبر القرآن الكريم:

عن ابن عمر - رضي الله عنه - قال: "كان الفاضل من أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم في صدر هذه الأمة لا يحفظ من القرآن إلا السورة ونحوها ورزقوا العمل بالقرآن، وإن آخر هذه الأمة يقرؤون القرآن، منهم الصبي والأعمى ولا يرزقون العمل به. وفي هذا المعنى قال ابن مسعود: إنا صعب علينا حفظ ألفاظ القرآن، وسهل علينا العمل به، وإن من بعدنا يسهل عليهم حفظ القرآن ويصعب عليهم العمل به" (تفسير القرطبي، 1/39-40).

روى مالك عن نافع عن ابن عمر قال: "تعلم عمر البقرة في اثني عشرة سنة، فلما ختمها نحر جزوراً (نزهة الفضلاء تهذيب سير أعلام النبلاء، 1/35/أ). وطول المدة ليس عجزاً من عمر ولا انشغالاً عن القرآن؛ فما بقي إلا أنه التدبر.

عن ابن عباس قال: "قدم على عمر رجل فجعل عمر يسأل عن الناس فقال: يا أمير المؤمنين! قد قرأ القرآن منهم كذا وكذا، فقلت: والله ما أحب أن يسارعوا يومهم هذا في القرآن هذه المسارعة. قال: فزبرني عمر، ثم قال: مه! فانطلقت لمتري حزينا فجاجني، فقال: ما الذي كرهت مما قال الرجل آنفاً؟ قلت: متى ما يسارعوا هذه المسارعة يحتقوا - يختصموا: كل يقول الحق عندي - ومتى يحتقوا يختصموا، ومتى اختصموا يختلقوا، ومتى ما يختلقوا يقتلوا، فقال عمر: لله أبوك! لقد كنت أكرمها الناس حتى جئت بها" (نزهة الفضلاء تهذيب سير أعلام النبلاء، نزهة الفضلاء

تهذيب سير أعلام النبلاء، 1/279)، وقد وقع ما خشى منه عمــــر وابن عبــــاس - رضي الله عنهما - فخرجت الخوارج الذين يقرؤون القرآن؛ لكنه لا يجاوز تراقيهم. عن محمد بن كعب القرظي أنه قال: "لأن أقرأ في ليلتي حتى أصبح بـ (إذا زلزلت) و (القارعة) لا أزيد عليهما أحب إليّ من أن أهدّ القرآن ليلتي هذا". أو قال: أنثره نثرًا" (وموسوعة نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، 913).

قال الحسن البصري: "إن هذا القرآن قد قرأه عبيد وصبيان لا علم لهم بتأويله، وما تدبر آياته إلا بإتباعه، وما هو بحفظ حروفه وإضاعة حدوده حتى إن أحدهم ليقول: لقد قرأت القرآن فما أسقطت منه حرفاً وقد - والله! - أسقطه كله ما يرى القرآن له في خلق ولا عمل، حتى إن أحدهم ليقول: إني لأقرأ السورة في نفس! والله! ما هؤلاء بالقراء ولا العلماء ولا الحكماء ولا الورعة متى كانت القراء مثل هذا؟ لا كثر الله في الناس أمثالهم" (الزهد والرفائق، 276). وقال الحسن أيضاً: "نزل القرآن ليتدبر ويعمل به؛ فاتخذوا تلاوته عملاً. أي أن عمل الناس أصبح تلاوة القرآن فقط بلا تدبر ولا عمل به".

وكان شعبة بن الحجاج بن الورد يقول لأصحاب الحديث: "يا قوم! إنكم كلما تقدمتم في الحديث تأخرتم في القرآن" (مدارج السالكين، 1/485). وفي هذا تنبيه لمن شغلته دراسة أسانيد الحديث ومسائل الفقه عن القرآن وتدبره أنه قد فقد توازنه واحتل ميزانه.

سادسا: الغاية من تدبر القرآن الكريم:

تعد الغاية من تدبر القرآن الكريم هي تحقيق العبودية لله سبحانه وتعالى وذلك بالتعرف عليه وعلى عظيم سلطانه وفضله، ومن ثم امتثال أمره ونهيه.. قال تعالى (فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ) (محمد:19).. فالعلم مقدم على العمل.. فتدبر هذا القرآن العظيم والتأمل في آياته هو الباب الأعظم إلى العلم بالتوحيد.. فذاك الذي يملئ القلوب بالإيمان.. وبه يتبين للعباد الطريق الموصلة إلى الله وإلى جنته.. الطريق الموصلة إلى العذاب وبأي شيء تحذر.. ولعرفهم برهم وأسمائه وصفاته وإحسانه، ولشوقهم إلى الثواب الجزيل، ولرهبهم من العقاب الوبيل.

سابعاً: حكم تدبر القرآن الكريم:

أوجب الله تعالى التدبر والتفكير وإمعان النظر، لفهم معاني آيات الكتاب العزيز، قال تعالى: { كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ } (سورة ص: 29)، وعاب على المنافقين إعراضهم عن تدبر القرآن والتفكير فيه وفي معانيه، فقال تعالى: { أَفَلَا يَتَذَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا } (محمد: 24).

قال الحسن البصري رحمه الله (ما أنزل الله آية إلا وهو يجب أن يُعلم فيما أنزلت وما أراد بها). وقال الزركشي رحمه الله (فالقرآن كله لم يُترله تعالى إلا لِيُفهِمَهُ وَيُعَلِّمَهُ وَيُفْهَمَهُ، ولذلك خاطب به أولي الألباب الذين يعقلون والذين يفهمون، والذين يتفكرون).

قال السيوطي رحمه الله (العادة تمنع أن يقرأ قوم كتاب في فن من العلم كالطب والحساب ولا يستشرحونه، فكيف بكلام الله الذي هو عصمتهم وبه نجاحهم وسعادتهم وقيام دينهم ودنياهم؟)

ثامناً: ثمرات تدبر القرآن الكريم:

يحث المولى عز وجل خلقه على أن يتدبروا كلامه، ومن تدبر كلامه عرف المولى عز وجل، وعرف عظيم سلطانه وقدرته، وعرف عظيم تفضله على المؤمنين، وعرف ما عليه من فرض عبادته، فألزم نفسه الواجب، فحذر مما حذر مولاة الكريم، ورغب فيما رغبه فيه، ومن كانت هذه صفته عند تلاوته للقرآن، وعند استماعه من غيره، كان القرآن له شفاء، فاستغنى بلا مال، وعز بلا عشيرة، وأنس بما يستوحش منه غيره.

ذكر ابن القيم رحمه الله عند قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ } (يونس: 57). ما يبين أن القرآن هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة، وما كُلُّ أَحَدٍ يُؤْهِلُّ وَلَا يُؤَفِّقُ لِلِاسْتِشْفَاءِ بِهِ، وَإِذَا أَحْسَنَ الْعَلِيلُ التَّدَاوِي بِهِ، وَوَضَعَهُ عَلَىٰ دَائِهِ بِصِدْقٍ وَإِيمَانٍ. وَقَبُولٍ تَامٍ، وَاعْتِقَادٍ جَازِمٍ، وَاسْتِيفَاءٍ شَرْوْطِهِ، لَمْ يُقَاوِمَهُ الدَّاءُ أَبَدًا.

تاسعا: أركان تدبر القرآن الكريم:

لابد للتدبر من ركنين أساسيين، باجتماعهما يتميز التدبر عن غيره وهما:

الركن الأول: الركن النظري: وهو يمثل الوقوف مع الآيات والتأمل فيها، ويدخل في هذا الركن

التفسير والاستنباط والتفكير والتأمل .

الركن الثاني: الركن العملي: وهو يمثل التفاعل مع الآيات، وقصد الانتفاع والامتثال، ويدخل في

هذا الركن الاعتبار والاتعاظ والتذكر .

عاشرا: علامات تدبر القرآن الكريم:

توجد العديد من الآيات التي تشير إلى علامات التدبر لكتاب الله ومن هذه الآيات ما يلي:

وقوله تعالى: { إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا

وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ } (الأنفال: 2) .

وقوله تعالى: (وَإِذَا مَا أَنْزَلَتْ سُورَةٌ فَمِنْهُمْ مَّن يَقُولُ أَيُّكُمْ زَادَتْهُ هَذِهِ إِيمَانًا فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا فَزَادَتْهُمْ

إِيمَانًا وَهُمْ يَسْتَبْشِرُونَ) (التوبة: 124).

وقوله تعالى: { قُلْ آمَنُوا بِهِ أَوْ لَا تُؤْمِنُوا إِنَّ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ مِنْ قَبْلِهِ إِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ يَخِرُّونَ

لِلأَذْقَانِ سُجَّدًا * وَيَقُولُونَ سُبْحَانَ رَبِّنَا إِنْ كَانَ وَعْدُ رَبِّنَا لَمَفْعُولًا * وَيَخِرُّونَ لِلأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ

خُشُوعًا } (الإسراء: 107-109).

وقوله تعالى: { وَإِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ قَالُوا آمَنَّا بِهِ إِنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّنَا إِنَّا كُنَّا مِنْ قَبْلِهِ مُسْلِمِينَ }

(القصص: 53) .

وقوله تعالى: { اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَانِي تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ

ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضِلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ }

(الزمر: 23).

وقوله تعالى: { إِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُ الرَّحْمَنِ خَرُّوا سُجَّدًا وَبُكِيًّا } (مريم: 58).

وقوله تعالى: { وَالَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمًّا وَعُمْيَانًا } (الفرقان: 73).

وقوله تعالى: { وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَىٰ أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ

يَقُولُونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ } (المائدة: 83) .

وفي ضوء الآيات السابقة التي تدل على علامات صدق تدبر قارئ القرآن نستنج مجموعة من العلامات التي تدل على تدبر القرآن وهي:

- 1) اجتماع القلب والفكر حين القراءة ودليله التوقف تعجبا وتعظيما.
- 2) البكاء من خشية الله.
- 3) زيادة الخشوع.
- 4) زيادة الإيمان؛ ودليلة التكرار العفوي للآيات.
- 5) الفرح والاستبشار.
- 6) القشعريرة خوفا من الله تعالى ثم غلبة الرجاء والسكينة.
- 7) السجود تعظيما لله عز وجل.

الحادى عشر: الآليات والوسائل المعينة على تدبر القرآن الكريم:

إن لتدبر قرآن آليات ووسائل تعين على ذلك ومن هذه الآليات والوسائل:

- ☒ **تفريغ القلب من الانشغال بغير الله:** تفريغ القلب من الانشغال بغير الله، والتفكير في غير كتابه، فاقراً القرآن وقلبك فارغ من كل شيء إلا من الله، ومحبه، والرغبة في فهم كلامه، قال تعالى: {إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ (37)} (سورة ق: 37)
- ☒ **البعد عن الذنوب والمعاصي:** البعد عن الذنوب والمعاصي، لأن لها ظلمة في القلب تحجبه عن الاستنارة بنور الذكر.

- ☒ **تحري الأوقات التي يكون القلب فيها أبعد ما يكون عن الشواغل:** تحري الأوقات التي يكون القلب فيها أبعد ما يكون عن الشواغل وأقرب ما يكون إلى الخشوع كالوقت الذي بعد صلاة الفجر وجوف الليل ونحو ذلك .

- ☒ **قراءة الليل:** قراءة الليل مما يعين على تدبر القرآن والتأمل في آياته ومواعظه وعبره صلاة الليل والقراءة فيه، وفي ذلك يقول المولى عز وجل: {إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا} (المزمل: 6)

ترديد الآية المؤثرة في القلب: ترديد الآية المؤثرة في القلب مما يعين على تدبر القرآن والتفكير في

معانيه ترديد الآية المؤثرة في القلب، وهذا الترديد من أبرز صور الوقوف على المعاني، وإن لنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة.. عن أبي ذر رضي الله عنه أنه قال: ((قَامَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِآيَةٍ حَتَّى أَصْبَحَ يُرَدِّدُهَا، وَالآيَةُ { إِنَّ تُعَذِّبُهُمْ فَإِنَّهُمْ عِبَادُكَ وَإِنْ تَغْفِرَ لَهُمْ فَإِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ } (المائدة: 118) . وقال ابن القيم رحمه الله (وهذه كانت عادة السلف، يردد أحدهم الآية إلى الصباح).

✘ **الترتيل عند قراءة القرآن:** أمر الله تعالى بترتيل القرآن - الباعث على تدبره وفهمه - في قوله: { وَرَتَّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا } (المزمل: 4) فالترتيل يعني الترتيل والتأمل، وهو يشمل مراعاة المقاطع والمبادئ وتمام المعنى، بحيث يكون القارئ متفكراً فيما يقرأ. ويعد الترتيل عند قراءة القرآن، معين على التدبر والتأمل، وقد كان النبي صلى الله عليه وسلم وقف مرة يستمع لقراءة أبي موسى، وقال إنك قد أعطيت مزاراً من مزامير آل دواد.

✘ **استشعار عظمة الله:** استشعار عظمة الله، وأنه يكلمك بهذا القرآن، حتى كأنك تسمعه منه الآن .

✘ **محاولة فهم معاني القرآن:** محاولة فهم معاني القرآن، بالرجوع إلى التفاسير التي تهتم ببيان المعنى، دون دخول في دقائق اللغة والإعراب، أو المسائل الفقهية. وقد ذم الله تعالى من أعرض عن فهم كتابه فقال: { فَمَالِ هَؤُلَاءِ الْقَوْمِ لَا يَكَادُونَ يَفْقَهُونَ حَدِيثًا } (النساء: 78). فالجهل بمعاني القرآن يصرف عن تدبره وتلذذ القلب بقراءته.

✘ **ربط القرآن بواقعك الذي تعيش فيه:** ربط القرآن بواقعك الذي تعيش فيه، وذلك بالنظر في المواعظ التي يذكرها، والقصص التي يحكيها، وكيف أن الله أهلك أمماً كثيرة لما كذبوا وأعرضوا، وأن هذا المصير ينتظر كل من أعرض عن الله، وكفر برسله، مهما كانوا في قوة وعزة.

✘ **حب القرآن:** من المعلوم أن القلب إذا أحب شيئاً تعلق به، واشتاق إليه، وشغف به، وانقطع عما سواه، والقلب إذا أحب القرآن تلذذ بقراءته، واجتمع على فهمه ووعيه فيحصل بذلك التدبر المكين، والفهم العميق، وبالعكس إذا لم يوجد الحب فإن إقبال القلب على القرآن يكون صعباً، وانقياده إليه يكون شاقاً لا يحصل إلا بمجاهدة ومغالبة، وعليه فتحصيل حب القرآن من أنفع الأسباب لحصول التدبر. ومن علامات حب القرآن: الفرح بلقائه وتقديمه على كل شيء، والجلوس

معه أوقاتا طويلة دون ملل، والشوق إليه متى بُعد العهد عنه وحال دون ذلك بعض الموانع وتمني لقائه والتطلع إليه وإزالة العقبات التي تحول دونه، والرجوع إليه فيما يشكل من أمور الحياة، وطاعته أمرا ونهيا.

الثاني عشر: واجبات تدبر القرآن الكريم :

وتتمثل واجبات التدبر في الاتي:

(أ) الوقوف مع الآيات: بإحضار القلب، وإلقاء السمع، وإمعان النظر، وإعمال العقل
(ب) التأمل فيما وراء النص: بإدراك مغزى الآيات، تفهم المعنى، واستخراج الدلالات والهدايات، ومن ذلك قوله تعالى: (أفلا يتدبرون القرآن) وقوله: (ليدبروا آياته) وقد جاءت عبارات المفسرين على النحو التالي:

- ابن جرير: أفلا يتدبر هؤلاء المنافقون مواعظ الله التي يعظهم بها في آي القرآن الذي أنزله على نبيه عليه الصلاة والسلام، ويتفكرون في حججه التي بينها لهم في تنزيله...
- البغوي: أفلا يتفكرون في القرآن (تفسير البغوي، 2/254).
- ابن الجوزي: ليتفكروا فيها (زاد المسير في علم التفسير، 5/238).
- القرطبي: أي: يتفهمونه (تفسير القرطبي، 16/246).
- الخازن: يتفكرون فيه وفي مواعظه وزواجره (تفسير الخازن، 5/427).
- أبو حيان: أي: فلا يتأملون ما نزل عليك من الوحي ولا يعرفون عنه؛ فإنه في تدبره يظهر برهانه ويسطع نوره، ولا يظهر ذلك لمن أعرض عنه ولم يتأمله (تفسير البحر المحيط، 4/207).
- البقاعي: أي: يتأملون (نظم الدرر في تناسب الآيات والسور، 2/238).
- الشوكاني: أفلا يتفهمونه...
- ابن عاشور: يتأملون دلالته...

(ج) **التفاعل مع الآيات**: ويكون التفاعل مع الآيات من خلال الآتي:

-**القلب**: ويكون بالإيمان والتعظيم للقرآن وللمتكلم به وهو الله تعالى، واستحضار مقاصد القرآن العامة، والشعور بأن القارئ هو المخاطب بهذه الآيات.

-**اللسان**: ويكون بتلاوتها بترتيل وترسل وعلى مكث، وتخزن وتباكي، وترديد للآية، والتفاعل معها بالسؤال والتعوذ والاستغفار عند المرور بما يناسب ذلك.

-**الجوارح**: ويكون بالقشعريرة، ودمع العين، والسجود عند آيات السجدة ونحوها.

(د) **قصد الانتفاع والامتثال**: ويكون قصد الانتفاع والامتثال من خلال الآتي:

-قصد الانتفاع بالعلم والإيمان والخشية

- قصد الامتثال بالعمل والسلوك .

الثالث عشر: أنواع تدبر القرآن الكريم:

النوع الأول: تدبره لاستخراج الأحكام منه: يساعد تدبر القرآن الكريم على استخراج الأحكام منه، سواء كان ذلك مما يتصل بالعقائد، أو الأعمال المتعلقة بالجوارح، أو السلوك؛ إذ الأحكام تشمل ذلك كله بمفهومها الأوسع.

النوع الثاني: تدبره للوقوف على ما حواه من العلوم والأخبار والقصص: ينبغي تدبر القرآن الكريم للوقوف على ما حواه من العلوم والأخبار والقصص، وما ورد فيه من أوصاف هذه الدار، وما بعدها من الجنة أو النار، وما وصف الله تعالى فيه من أهوال القيامة ونهاية الحياة الدنيا، وأوصاف المؤمنين والكافرين بطوائفهم، وصفات أهل النفاق، بالإضافة إلى الأوصاف المحبوبة لله تعالى، والأوصاف التي يكرهها... إلى غير ذلك مما يلتحق بهذا المعنى.

النوع الثالث: تدبره للوقوف على وجوه فصاحته: يساعد تدبر القرآن الكريم على الوقوف على وجوه فصاحته وبلاغته وإعجازه، وصورف خطابه، واستخراج اللطائف اللغوية التي تستنبط من مضامين النص القرآني.

النوع الرابع: تدبره لمعرفة صدق من جاء به: أن من يقرأ القرآن الكريم يجد التصديق الجازم واليقين الثابت والطمأنينة بكلام المولى عز وجل ووحيه فقال تعالى: {بل هو آيات بينات في صدور الذين أوتوا العلم } (

العنكبوت: 49) وقوله: (ويرى الذين أوتوا العلم أنه الحق من ربك فيؤمنوا به) [الحج: 54] وقوله: { ويرى الذين أوتوا العلم الذي أنزل إليك من ربك هو الحق } (سبأ: 6)، ولهذا حث الله عز وجل عباده إلى تدبر القرآن الكريم. فقال تعالى: { أفلا يتدبرون القرآن ولو كان من عند غير الله لوجدوا فيه اختلافاً كثيراً } (النساء: 81-82).

فعند قيام المسلم تدبر القرآن الكريم يتضح له أمور عديدة من أهمها:

- ❖ اتساق معانيه (تفسير الطبري، 567/8).
- ❖ ائتلاف أحكامه (تفسير الطبري، 567/8).
- ❖ "تأييد بعضه بعضاً بالتصديق و شهادة بعضه لبعض بالتحقيق فإن ذلك لو كان من عند غير الله لاختلفت أحكامه، وتناقضت معانيه، وأبان بعضه عن فساد بعض" (ابن جرير 567/8، وانظر أيضاً: البغوي 254/2، ابن عطية 161/2، الرازي 196/10، الخازن 137/2، النيسابوري 36/3، البقاعي 238/2، الألوسي 150/4، ابن عاشور (67/1)(483/3).
- ❖ قال ابن عباس رضي الله عنهما: " أفلا يتدبرون القرآن فيتفكرون فيه، فيرون تصديق بعضه لبعض، وما فيه من المواعظ والذكر والأمر والنهي، وأن أحداً من الخلائق لا يقدر عليه" (معاني القرآن للزجاج 82/2، زاد المسير 72/2، الخازن 137/2).
- ❖ ما اشتمل عليه من أنواع الهدايات التي تشهد لصحتها العقول - فيما للعقل مجال لإدراكه - وتوافق الفطر السليمة، فهو يدعو إلى كل معروف وخير، وينهى عن كل منكر وشر، فلا تجد فيه ما يجافي الحقيقة والفضيلة، أو يأمر بارتكاب الشر والفساد، أو يصرف عن الأخلاق الفاضلة (ابن عاشور 67/1).
- ❖ صدق ما تضمنه من الإخبار عن الغيوب الماضية والمستقبلية، ومن ذلك: كشف خبايا و خفايا المنافقين و إظهار ذلك، وهم يعلمون صدق ما أخبر به عنهم (البغوي 254/2، الرازي 196/10، الخازن 137/2، النيسابوري 36/3، البقاعي 238/2، الألوسي 150/4).
- ❖ ما حواه من ألوان الأدلة والبراهين التي يخضع لها كل منصف مرید للحق متجرد من الهوى (المحرر الوجيز 161/2).
- ❖ فصاحته وإعجازه للإنس والجن، عربهم و عجمهم. وهذه سمه لا تفارقه من أوله إلى آخره، فهو على كثرة سوره وآياته، وطول المدة التي نزل فيها لا تجد فيه تفاوتاً و لا خللاً في موضع واحد،

وهذا لا يتأتى للبشر مهما بلغت فصاحتهم(الرازي 196/10, الخازن 137/2, النيسابوري 36/3, البقاعي 238/2, الألوسي 150/4, ابن عاشور (483/3)(385/9)).

النوع الخامس: تدبره للوقوف على عظاته: يساعد تدبر القرآن الكريم على الوقوف على عظاته والاعتبار بما فيه من القصص والأخبار, وتعقل أمثاله المضروبة, وما اشتمل عليه من الوعد والوعيد, والترغيب والترهيب؛ من أجل أن يرعوي العبد فيستدرك ما وقع له من تقصير, ويزداد من الإقبال والتشمير في طاعة الله تعالى(ابن جرير 179/22, الواحدي 912/1, القرطبي 246/16, الألوسي 154/19, ابن عاشور 483/3).

النوع السادس: تدبره للتعرف على ضروب المحاجة والجدال للمخالفين: يساعد تدبر القرآن الكريم على التعرف على ضروب المحاجة والجدال للمخالفين وأساليب الدعوة للناس على اختلاف أحوالهم, وطرق التأثير على المخاطبين, وسبل الإقناع التي تضمنها القرآن الكريم.

النوع السابع: تدبره من أجل الاستغناء به عن غيره سوى السنة فإنها شارحة له: وقال ابن تيمية: في باب فهم القرآن: قارئ القرآن - دائم التفكير والتدبر لألفاظه, واستغناؤه بمعاني القرآن وحكمه عن غيره من كلام الناس, وإذا سمع شيئاً من كلام الناس وعلومهم عرضه على القرآن؛ فإن شهد له بالتركيب قبله وإلا رده" (التفسير الكبير, ابن تيمية, المحقق: عبد الرحمن عميرة, دار الكتب العلمية, القاهرة, 71/6).

النوع الثامن: تدبره من أجل تليين القلب به وترقيقه, وتحصيل الخشوع: يساعد تدبر القرآن الكريم من أجل تليين القلب به وترقيقه, وتحصيل الخشوع. فقال تعالى: { الله نزل أحسن الحديث كتاباً متشابهاً مثاني تقشعر منه جلود الذين يخشون ربهم ثم تليين جلودهم وقلوبهم إلى ذكر الله ذلك هدى الله يهدي به من يشاء ومن يضل الله فما له من هاد } (الزمر: 23). وقال تعالى: { لو أنزلنا هذا القرآن على جبل لرأيته خاشعاً متصدعاً من خشية الله وتلك الأمثال نضربها للناس لعلهم يتفكرون } (الحشر: 21).

وقال تعالى: { ألم يأن للذين آمنوا أن تخشع قلوبهم لذكر الله و ما نزل من الحق ولا يكونوا كالذين أوتوا الكتاب من قبل فطال عليهم الأمد فقست قلوبهم وكثير منهم فاسقون } (الحديد: 16).

وقال تعالى: { قل آمنوا به أو لا تؤمنوا إن الذين أوتوا العلم من قبله إذا يتلى عليهم يخروا للأذقان سجداً * ويقولون سبحان ربنا إن كان وعد ربنا مفعولاً * } ويخرون للأذقان ليكون ويزيدهم خشوعاً { (الإسراء: 107-109).

النوع التاسع: تدبره من أجل الامتثال والعمل بما فيه من الأوامر، واجتناب النواهي: يساعد تدبر القرآن الكريم على أحل الامتثال والعمل بما فيه من الأوامر، وعن ابن مسعود رضي الله عنه في بيان المراد بقوله تعالى: { يتلونه حق تلاوته } (البقرة، 121) قال: " والذين نفسي بيده، إن حق تلاوته أن يحل حلاله، ويحرم حرامه، ويقراه كما أنزله الله " (تفسير ابن كثير، 1/403). وعن عكرمة: يتبعونه حق إتباعه بإتباع الأمر والنهي، فيحلون حلاله ويحرمون حرامه ويعملون بما تضمنه. (تفسير القرطبي، 1/92).

الرابع عشر: أسباب نجاح آليات تدبر القرآن في الارشاد النفسي الديني ومعالجة المشكلات المعاصرة:

يرجع الباحث أسباب نجاح آليات تدبر القرآن في الارشاد النفسي الديني ومعالجة المشكلات المعاصرة إلى عدد من الأسباب منها ما يلي:

1- يعد علم النفس علماً احتمالياً ينطوي على الخطأ والصواب: يعد علم النفس علماً احتمالياً ينطوي على الخطأ والصواب والحق والباطل، ولن ينقذه من هذا المصير سوى جعله يصدر عن مصدر يقيني. والتأصيل الإسلامي لعلم النفس يجعل هذا العلم يصدر عن مصدر يقيني ويقدم علماً يقيناً وليس احتمالياً، وبالتالي الاستناد إلى آليات تدبر القرآن في العلاج النفسي الديني ومعالجة المشكلات المعاصرة يعد أمر ضرورياً.

2- استخدام إستراتيجيات التعامل الديني الإيجابية: إن استخدام إستراتيجيات التعامل الديني الإيجابية مثل طلب المساندة الروحية، والتسامح، والصلاة ارتبطت بتراجع الشكاوى السيكوسوماتية وزيادة النمو النفسي والروحي.

3- الأثر الإيجابي للدين والتدين في التعامل مع الاضطرابات النفسية: أظهرت الدراسات الأثر الإيجابي للدين والتدين في التعامل مع الاضطرابات النفسية المنتشرة والمؤثرة على المجتمعات في الوقت الحالي

4- الإنسان المؤمن يتمسك بكتاب الله لاجئاً إليه دائماً: يتمسك الإنسان المؤمن بكتاب الله لاجئاً إليه دائماً، فهو بالنسبة له خير مرشد في تحقيق الاستقرار النفسي له، فمهما قابله من مشاكل وواجهه من محن فإن كتاب الله وكلماته المشرقة بأنوار الهدى كفيلة بأن تزيل ما في نفسه من وساوس، وما في جسده من آلام وأوجاع، ويتبدل خوفه إلى أمن وسلام، وشقاؤه إلى سعادة وهناء كما يتبدل الظلام الذي كان يراه إلى نور يشرق على النفس، ويشرح الصدر، ويهيج الوجدان. قال تعالى: {الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب} [الرعد:28] إذن علينا أن نتمسك بكتاب الله ونقتدي به، ونتدبر في آياته البينات، ونتأمل في كلماته التي لا تنفد أبداً، قال تعالى: {قل لو كان البحر مداداً لكلمات ربي لنفد البحر قبل أن تنفد كلمات ربي ولو جئنا بمثله مدداً} (الكهف:109) حتى نتحلى بالإيمان الكبير في هذه الرحلة الروحية مع آيات الله فننزود بما جاء به القرآن الكريم من خلق عظيم، وأدب حميد، وسلوك فريد، ومعرفة شاملة بحقيقة النفس الإنسانية كما أرادها الله عز وجل أن تكون، وترتقي حيث الحب والخير والصفاء والنورانية، فننعم بالسلام الروحي الممدود، والاطمئنان القلبي المشهود والأمن النفسي المنشود.

5- يتضمن الدين الإسلامي مصادر هامة للتنشئة الاجتماعية: يتضمن الدين الإسلامي مصادر هامة للتنشئة الاجتماعية تهدف إلى تعديل الاتجاهات وغرس القيم الفاضلة. ومما لا شك فيه أن لهذه القيم أثر كبير في حياة الفرد لأنها تنظم حياته وتمده بمجموعة من المعايير توجه سلوكه الشخصي والاجتماعي، كما أنها تزوده بطاقات وجدانية تساعد على تقبل صعوبات الحياة والخروج من أزماتها.

6- سبق القرآن المعرفة البشرية: سبق القرآن المعرفة البشرية بإعلانه قيمة العقل وتمييز أهله عن غيرهم؛ حين قصر سبحانه وتعالى الانتفاع بالذكر والموعظة والتدبر على أصحاب العقول، فقال عز وجل: {وما يذكر إلا أولوا الألباب} (البقرة: 269). وقال عز وجل: {لقد كان في قصصهم عبرة لأولي الألباب} (يوسف: 111) وغيرها من الآيات.

7- يعتمد الدين الإسلامي على مجموعة من الثوابت؛ منها أركان الإيمان: وهي الإيمان بالله وملائكته ورسوله وكتبه واليوم الآخر والقدر خيره وشره، ما ورد في سورة البقرة الآية 283 {آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ}. ونجد في رحاب كل منها تربية نفسية إن أحسن شرح هدفها والتدريب عليها. ويؤدي الالتزام بها إلى تشكيل فلسفة عامة تقينا الاضطرابات النفسية. وتطبيق هذه

القناعات يزيد الصلابة النفسية كما تؤكد النظرية المعرفية التي تقوم على أساس أن السلوك تابع للأفكار؛ حيث تؤثر أفكارنا تجاه الأحداث على مشاعرنا العالم الخارجي وتغير سلوكنا. إن تدبر القرآن الكريم يدعم أركان الإيمان لدى الفرد والتي تحميه من بعض أسباب الاضطرابات النفسية؛ مثل: الصراع: وهو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه في وجهات متعددة بحيث يصبح عاجزا عن اختيار وجهة معينة. ويشعر الفرد في مثل هذا الموقف بالضيق والتوتر لعجزه عن الاختيار، والإحباط: الذي هو حالة انفعالية تشمل التوتر والقلق تنتج عن مواجهة الفرد عائقا أو عقبة تحول بينه وبين إشباع دافع أو أكثر، والقلق والذي هو خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شيء دون أن يستطيع تحديده تحديدا واضحا. وهكذا نرى أن أركان الإيمان هي أسس لتربية نفسية قوية سهلة وبسيطة في ذات الوقت وتقدم وقاية من الاضطرابات النفسية، وفيما يلي شرح وتوظيف لكل ركن من أركان الإيمان:

الركن الأول: الإيمان بالله وأثره النفسي:

تعد الحاجة إلى الانتماء للانتماء والشعور بالأمن والطمأنينة حاجة أساسية للإنسان. ويمثل الإيمان وسيلة لإشباعها، ولذلك نرى تعدد القناعات الدينية وثبات وجودها وتأثيرها في الناس. وتمثل صيغة الإيمان بالله في الإسلام هي أشهد أن لا إله إلا الله إيمان بوحداية الله المطلقة. ويؤكد هذا الإيمان أن الإنسان ليس عبدا لكائن مادي ولا يوجد شركاء ولا شفعاء ولا وسطاء بين العبد وخالقه وهو أمر يبعث راحة في النفس ويحررها من عبء القلق. الإيمان بالله يقوي في النفس مراقبته وتتولد لديه الإرادة الذاتية في السيطرة على النفس ونزعات الهوى فينصلح الفرد من داخله ويقوم لأمواره ميزانا من عقديته وضميره فلا يضل ولا ينحرف ولا يشقى لاعتقاده الجازم بأن عين الله ترقبه وتراه. ونظرا لان الصغار قابلون للتلقين لذا يجب البدء بتلقينهم وحادانية الله والشهادة ثم التوصل معهم لتأكيد هذا الإيمان بالعقل من خلال تدبر أنواع الخلق التي يراها الطفل كالزهرة والسماء والأرض وغيرها من المخلوقات ليستنتج ذهنيا ويستدل عقليا على الخالق الله سبحانه.

اهتم الإسلام بالتربية الوجدانية والانفعالية للفرد ودعا للتخلص من التعلق بغير الله خالق كل شيء أو الخضوع لغيره يجعله المعبود واحد لا إله إلا هو، كما اهتم الإسلام بإشباع الحاجة للآمان؛ حيث يقول تعالى: {ألا بذكر الله تطمئن القلوب} (سورة الرعد، 28) { والحاجة للانتماء والولاء بقوله تعالى: " {الله

ولي الذين آمنوا { (سورة البقرة: 257) وقوله تعالى: { والمؤمنون والمؤمنات بعضهم أولياء بعض } (سورة التوبة: 71).

تتفق الدراسات على حاجة الأطفال لتكوين علاقة ارتباط وثيقة بمصدر رعاية ثابت فإن نجحت تشكل لديهم الارتباط الآمن الذي يمهّد لتكوين شخصية سوية بعيدة عن القلق والخوف والعدوان بينما يؤدي غياب هذا الارتباط الآمن إلى الاضطرابات، وليس من بديل أفضل لإشباع هذه الحاجة من التعلق بالله والاعتماد على وجوده الدائم.

الركن الثاني: الإيمان بالملائكة وأثره النفسي:

يضفي الإيمان بالملائكة علينا شعورا بالأمان كما في سورة الأنعام، الآية: 16: { وَهُوَ الْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهِ ۗ وَيُرْسِلُ عَلَيْكُمْ حَفَظَةً حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدَكُمْ الْمَوْتُ تَوَفَّتْهُ رُسُلُنَا وَهُمْ لَا يُفِرُّونَ } . فأنت لست وحدك بل خاضع لقدرة الله عليك وهناك من يركعك بأمر الله.

يعين التدريب على الإيمان بالغيبات الإنسان في تقبل حدود قدراته. فهو من البداية أقر بتواضع أدوات معرفته، واقتصار تحصيلها على النواحي المادية. وقبوله واعترافه بوجود حالات لا يستطيع التعامل معها كباقي الأمور المادية يعلمه خلق التواضع ويتجنب بذلك الوقوع في براثن الإحباط كلما واجه طريقا مسدودا لا يستطيع النفاذ خلاله كما اعتاد في باقي حالاته ومجريات حياته.

واستباق المعرفة بحدود القدرة يعدنا لقبولها. وقد دربنا رب العالمين على هذا من خلال فرض ضرورة الإيمان بوجود خلق لا ندركه وهم الملائكة وصفهم لنا كمخلوقات نورانية، واكتفى بذكر بعض صفاتهم بأنهم أولو أجنحة، ولا يعصون الله، ولهم وظائف منها حمل العرش، ورسل النصر حفظة النفوس والكتابة والموكلون بقبض الأرواح ومنهم الموكلون بأمر الجنة والنار وعاد فأكد في كتابه الكريم في قوله تعالى: { وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ ۗ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا } (سورة الإسراء: 85).

الركن الثالث: الإيمان بالرسل والكتب وأثره النفسي:

يخدم الإيمان بالرسل والكتب هدفان نفسيان؛ الأول هو: التحقق من رعاية الله للبشر منذ خلقهم وإن تعددت الرسل والكتب. أما الأمر الثاني فهو: تعلم احترام الآخرين في الحياة ليتحقق الانسجام في المجتمعات وتيسر قنوات الاتصال والدعوة إلى إتباع كلمة الله النهائية للبشر الموجودة في القرآن الكريم.

ومن عناصر التنشئة الدينية الهامة تعليم الصغار احترام معتقدات وقناعات الآخرين كما في قوله تعالى: {وَلَا تُجَادِلُوا أَهْلَ الْكِتَابِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِلَّا الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْهُمْ^ط وَقُولُوا آمَنَّا بِالَّذِي أُنزِلَ إِلَيْنَا وَأُنزِلَ إِلَيْكُمْ وَإِلَهُنَا وَإِلَهُكُمْ وَاحِدٌ وَنَحْنُ لَهُ مُسْلِمُونَ}. (سورة العنكبوت: 46).

ويوضح الإسلام حقوق غير المسلمين في المجتمع بأها الوفاء له بالعهود واحترام دينته وحسن معاملته ومعاشرته كما في قوله تعالى {لَا يَنْهَاكُمُ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقَاتِلُوكُمْ فِي الدِّينِ وَلَمْ يُخْرِجُوكُمْ مِنْ دِيَارِكُمْ أَنْ تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ^ج إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ}. (سورة الممتحنة: 8).

يضيف الإيمان بوجود الله وملائكته ورسله شعور بالأمان على الإنسان، كما انه يمثل إشباع حقيقي لحاجته للارتباط بمن يقدم له الرعاية والحماية فإن كان البشر يذهبون ويسبون فإن الله رحمن رحيم كررها في كل سورة من سور القرآن الكريم، ومن أسمائه الحي القيوم. وإيضفاء بعدا واقعيا للاتصال بالله بعث الله لنا الرسل من البشر ليسهل علينا التواصل معهم والافتداء بهم. ففي قوله تعالى {وَقَالُوا لَوْأَنزِلَ عَلَيْهِ مَلَكٌ^ط وَلَوْ أَنزَلْنَا مَلَكًا لَقُضِيَ الْأَمْرُ ثُمَّ لَا يُنظَرُونَ}. (سورة الأنعام: 8-9).

الركن الرابع: الإيمان باليوم الآخر وأثره النفسي:

يساعد الإيمان باليوم الآخر في التعامل مع ما يواجهنا من ظلم وقصور وعجز في الوصول لأحلامنا ورغباتنا بأها لن تنسى ولن تضيع الحقوق بل هناك يوما للحساب فلا تبتئس.

الركن الخامس: الإيمان بالقدر خيره وشره:

يساعد الإيمان بالقدر خيره وشره في مواجهة الإحباط وتجاوزه دون الوقوع في فخ تدني مفهوم الذات أو الاكتئاب أو لوم الذات. فما يجري علينا في حياتنا هو جزء من أقدارنا، ولأننا لا نعرف ما هو مقدر؛ ينبغي علينا بذل كل طاقتنا والسعي ما استطعنا. ولكن إن لم تتحقق مطالبنا فليس لأننا لم نحاول أو لم نكن إيجابيين ولكن لان ما نريد لم يكن قدرنا. وتؤكد الدراسات أثر التوقعات المستقبلية في أساليب تعامل الأفراد مع هذه الصعوبات عند ظهورها كما تؤثر على نجاح التعامل معها انفعاليا واجتماعي، وهذا ما يضمنه بعد الإيمان بالقدر خيره وشره فهو يعد الإنسان نفسيا وانفعاليا لتوقع الصعوبات والاستعداد والتخطيط لكيفية التعامل معها.

8- تدبر القرآن يعطينا طمأنينة وراحة نفسية: ان تدبر القرآن يعطينا طمأنينة وراحة نفسية على مستويات متعددة نذكر منها:

المستوى الأول: الطمأنينة لمجرد سماعه: الطمأنينة لمجرد سماعه حتى دون فهم وتدبر، فالتراكيب اللفظية والإيقاعات الصوتية المعجزة تجعلنا في حالة هدوء واسترخاء.

المستوى الثاني: الإحساس بوجود الله: { الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ } (الرعد: 28) ذلك الإحساس الذي يجعلنا نشعر أننا لسنا وحدنا في هذه الحياة وأن هناك قوة عظيمة وهائلة تساندنا وتحميننا وترعانا , وأن حياتنا البسيطة المحدودة ليست نهاية الكون وإنما هناك امتدادات وآفاق هائلة في المكان والزمان وبهذا نتقل من ضيق الأفق البشري إلى اتساع ولا نهائية ملك الإله الأعظم وقدرته، وفي هذا تخفيف لحدة الكرب الذي نحياه بسبب ضغوط الحياة المختلفة واضطراب توافقنا مع الناس والأشياء.

المستوى الثالث: التنظيم النفسي الفردي: التنظيم النفسي الفردي الذي يحقق التوازن بين كافة الاحتياجات والرغبات والدوافع فلا تطغى حاجة على أخرى ولا تلغي رغبة قيمة ولا ينفرد دافع متضخم بتحريك الشخصية لحسابه، ذلك التوازن النفسي الداخلي يتحقق بتبني المفاهيم القرآنية الصحيحة على المستوى الداخلي، قال تعالى: { وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا } (الإسراء: 82).

المستوى الرابع: التنظيم الجماعي: التنظيم الجماعي على المستويات السياسية والاقتصادية والاجتماعية ذلك التنظيم الذي يحقق الشورى والعدل والتكافل الاجتماعي فيخفف بذلك من نزعات الغضب والقلق والحقد والكراهية , أي يحقق الطمأنينة الجماعية.

المستوى الخامس: التناغم الكوني: يعد الإنسان على مستواه الفردي والجماعي هو جزء من كون واسع خلقه الله وسيره على ناموس دقيق , فإذا استوعب الإنسان القرآن وسار على منهجه الصحيح فإنه يتناغم في حركته مع الكون الأوسع.

المستوى السادس: السعي نحو الله وهو قمة الطمأنينة: { يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنِّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29) وَادْخُلِي جَنَّاتِي } (الفجر: 27-30)، لأن النفس البشرية

مفطورة على الشوق إلى لقاء الله خالقها ومبدعها لذلك فكلما اتجهت إليه شعرت بالأمان والطمأنينة وكلما ابتعدت عنه نتيجة تشوه الفطرة شعرت بالضيق والقلق والخوف ومن يعرض عن ذكر الله نجعل صدره ضيقاً حرجاً كأنما يصعد في السماء أو تهوي به الريح في مكان سحيق، وهذه المستويات من الطمأنينة ليست عامة لكل الناس، فالقرآن يؤثر في النفوس وفي الجماعات حسب استقبالها له: { وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا } (الإسراء: 82). وفي سورة فصلت بيان لاختلاف تأثير القرآن باختلاف المتلقي وطريقة تلقيه قال تعالى: { قل هو للذين آمنوا هدىً وشفاءً والذين لا يؤمنون في آذانهم وقرُّ وهو عليهم عمى } (فصلت: 44) وفي سورة الإسراء يقول تعالى: { وَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ جَعَلْنَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ حِجَابًا مَّسْتُورًا ﴿٤٥﴾ وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ وَفِي آذَانِهِمْ وَقْرًا ۖ وَإِذَا ذَكَرْتَ رَبَّكَ فِي الْقُرْآنِ وَحْدَهُ وَلَّوْا عَلَىٰ أَدْبَارِهِمْ نُفُورًا ﴿٤٦﴾ } (الإسراء: 44-45). إذن فالقرآن يصبح شفاءً لمن يؤمن به ولمن يفقهه ولمن يعمل به، ومن هنا فمن لا يؤمن به لا يستفيد منه بل هو يزداد خسارة عند سماعه لأنه ينفر منه ويصبح ذلك حجة عليه، ومن لا يفقه القرآن ولا يعمل به ستتوقف استفادته عند الحدود الدنيا، والمريض النفسي الذي يعاني من الفصام أو الاكتئاب أو أي مرض نفسي آخر يكون لديه اضطراب في كيمياء المخ ربما يؤدي إلى خلل في استقباله للقرآن فكأنه لا يسمعه أو يسمعه ولا يفهمه، أو يفهمه بشكل مرضي متأثراً بوساوسه القهرية أو ضلالاته أو هلاوسه المرضية، ولذلك نجد بعض المرضى النفسيين يتألمون أو ينفرون أو يعرضون حين يسمعون القرآن، وهم ليسوا مؤاخذين على ذلك لأنهم في أوضاع غير سوية تؤثر في إدراكهم واستقبالهم: فالمريض الاكتيبي مثلاً قد ينفر من أعز أبنائه ويضيق بالأشياء التي كان يعشقها ولذلك حين نرى ضيقه بسماع القرآن أو قراءته لا نحكم عليه بكراهية القرآن أو النفور منه لأنه يعيش ظروفاً استثنائية ترفع عنه الحرج في الكثير من الأشياء. والمريض الذهاني لا يفهم ما يسمع أو يفهم بطريقة مشوهة نتيجة اضطراب إدراكه وتفكيره. والمعالجون بالقرآن لا يراعون هذه الخصوصيات وهذه الفروق في العملية الإدراكية وفي عمليات الاستقبال للقرآن فهم يفرضونه قهراً على كل المرضى الذين يقصدونهم دون مراعاة لظروفهم النفسية وحالاتهم الوجدانية واستعداداتهم للتلقي فضلاً عن الفهم والعمل. وهناك احتمالات تقديس المعالج بالقرآن والارتكان إلى بركاته وكراماته وقدراته الهائلة في دفع المرض ودفع القوى الخفية كالجن والسحر والحسد، وفي هذا خطر شديد على الاعتقاد الديني للشخص حيث يتوجه إلى بشر ضعيف مثله طالباً الخلاص على يديه وخطر شديد أيضاً على اتجاهاته النفسية حيث يميل إلى الاعتمادية الطفلية السلبية ويسلم نفسه لمعالج

يدعي القدرة على امتلاك السر الأعظم من القرآن وتطويعه بشكل خفي لعلاج كل الأمراض ضارباً عرض الحائط بقانون الأسباب والمسببات الذي وضعه الله لحركة هذا الكون ولحياة البشر فيه من خلال وسائل نوعيه قائمة على المناهج العلمية الصحيحة. كل هذه الاعتبارات تجعلنا نأخذ موقفاً واعياً تجاه هذه الظاهرة التي تضع القرآن في غير موضعه وتختزل رسالته العظيمة في الهداية والإصلاح، وأيضاً تركز لكل معاني التغييب الحضاري والتثاؤب التاريخي والاعتماد السليبي.

9- إدراك الكثير من علماء النفس في البيئة الإسلامية أهمية التأصيل الإسلامي للإرشاد والعلاج

النفسي: إدراك الكثير من علماء النفس في البيئة الإسلامية أهمية التأصيل الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي فأخذوا ينقبون في القرآن الكريم والسنة الشريفة واجتهادات علماء المسلمين، مما يسهم في بناء علم نفس إرشادي مرتبط بالثقافة الإسلامية. ولقد بدأت تظهر منذ بداية الستينات حتى الآن المقدمات التي قام بها علماء النفس التي تنادي بأهمية الاستفادة من التعاليم والقيم الدينية الإسلامية في الإرشاد النفسي والصحة النفسية، وترى أن الإيمان الحقيقي بالله قوة هائلة تمد الإنسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة وتجنبه القلق الناتج عن الاهتمام بالحياة المادية. تمثلت تلك الاتجاهات في كتابات عديدة منها: عبد الوهاب حمودة (1962) القرآن وعلم النفس، ومحمد ماهر عمر (1983) ملامح علم نفس إسلامي، وحسن محمد الشرفاوي (1984) نحو علم نفس إسلامي، وسيد عبد الحميد مرسي (1985) سلسلة دراسات نفسية إسلامية "الشخصية السوية"، ومحمد عثمان نجاتي (1987) القرآن وعلم النفس، والحديث النبوي وعلم النفس (2000)، ومحمد عبد الفتاح مهدي (1990) نحو علم نفس إسلامي "العلاج النفسي في ضوء الإسلام" وسيكولوجية الدين والتدين" (2002)، ورشاد علي عبد العزيز موسى (1993) علم النفس الديني، أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية (2001)، الإرشاد النفسي في حياتنا اليومية في ضوء الوحي الإلهي والهدي النبوي (2001)، العلاج الديني (2001)، محمد يوسف خليل (1994)، تلاوة القرآن الكريم وأثرها على اطمئنان النفس، ومحمد عوده، كمال مرسي (1994) الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، وعبد العلي الجسماني (1996) علم النفس القرآني والتهديب الوجداني، ومصطفى محمود (1998) علم نفس قرآني جديد، وعبد الرحمن محمد العيسوي (2001) سيكولوجية الإسلام والإنسان المعاصر، ومحمد محروس الشناوي (2001) بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، ومحمد رمضان محمد (2006)، الإعجاز العلمي للقرآن

الكريم في علم النفس والتحليل النفسي. ولقد أشارت أيضاً العديد من الدراسات إلى أهمية استخدام المفاهيم الدينية في الإرشاد والعلاج النفسي وتحقيق الصحة النفسية.

الفصل الثالث: اسلوب النصيحة:

تمهيد:

إن الدين النصيحة، فالمسلم لا بد أن يكون ناصحاً لنفسه ولجتمعه ولأسرته، والنصيحة أمر مهم في شريعة الإسلام، فهو الدين كله ظاهره وباطنه، ويحتاج إليه كل إنسان حاكم أو محكوم، سيد أو مولى، غني، أو فقير. إن من الحكمة والبصيرة في النصيحة معرفة أقدار الناس، وإنزالهم منازلهم، والترفق مع أهل الفضل والسابقة، وتخير وقت النصح المناسب، وتخير أسلوب النصح المتزن البعيد عن الانفعالات، وانتقاء الكلم الطيب والوجه البشوش والصدر الرحب، فهو أوقع في النفس وأدعى للقبول وأعظم للأجر عند الله، فهذه هي حدود النصيحة الشرعية، وخلاف ذلك هو الإرجاف والتعيير والغش الذي هو من علامات النفاق عياداً بالله، قال على رضي الله عنه: "المؤمنون نصحة والمنافقون غششة"، وقال غيره: "المؤمن يستر وينصح والفاجر يهتك ويعير". وقد فسر النبي صلى الله عليه وسلم النصيحة بأمر خمسة، تشتمل على القيام بحقوق الله، وحقوق كتابه، وحقوق رسوله، وحقوق جميع المسلمين على اختلاف أحوالهم وطبقاتهم، فشمل ذلك الدين كله، ولم يبق منه شيء إلا دخل في هذا الكلام الجامع المحيط، فكان لزاماً على المسلمين أخذ النصيحة خلقاً بينهم، فهي القاطعة لفساد ذات البين والتحريش، والموصلة لمعاني الأخوة والمحبة في الله، وهي العامل الأهم في تماسك الجماعة والأمة.

كان منهج أنبياء الله ورسوله مع أممهم مبنياً على النصح لهم والشفقة عليهم، قال نوح عليه السلام مخاطباً قومه: { أبلغكم رسالات ربي وأنصح لكم وأعلم من الله ما لا تعلمون } (سورة الأعراف: 62). وقال صالح لقومه: { فتولى عنهم وقال يا قوم لقد أبلغتكم رسالة ربي ونصحت لكم ولكن لا تحبون الناصحين } (سورة الأعراف: 79)، وقال هود: { أبلغكم رسالات ربي وأنا لكم ناصح أمين } (سورة الأعراف: 68). وأعظم حديث جامع يبين مفهوم النصيحة الشرعية وحدودها، الحديث الذي رواه الإمام مسلم عن تميم الداري أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (الدين النصيحة ثلاثاً، قلنا: لمن يا رسول

الله ؟ قال: لله ولكتابه ولرسوله ولأئمة المسلمين وعامتهم). فهذا الحديث له شأن عظيم، فهو ينص على أن عماد الدين وقوامه بالنصيحة ، فبوجودها يبقى الدين قائماً في الأمة، وبعدمها يدخل النقص على الأمة في جميع شؤون حياتها.

إن الدين - بكسر الدال - هو دين الإسلام، ودين الإسلام النصيحة أي عماده وقوامه كما قيل: أن الحج عرفة، فالنصيحة لم تبق من الدين شيئاً، وهي كلمة يعبر بها عن جملة هي إرادة الخير للمنصوح له، ولا يمكن أن يعبر عن هذا المعنى بكلمة واحدة تجمع معناها غيرها. وتشمل النصيحة خصال الإسلام والإيمان والإحسان، ولذلك سمي الدين النصيحة. واعتبرها بعض العارفين من علامات اليقين، وبعضهم من أركان الدين، وتطلب النصيحة عند الأبرار فان المشاركة في الإيمان يجب أن يكون أدعى شيء إلى النصيحة وان تباعدت الأجناس والأماكن. وقد ذكر القرآن الكريم أن الوظيفة الأساسية لبعثة الأنبياء (عليهم السلام) هي النصح لأمتهم كما أن الأولياء والصالحين لم يفتق بعضهم على بعض بالصوم والصلاة بل بالنصيحة ففي المأثور عن النبي (صلى الله عليه وآله) قال: (يقول الله تعالى من أهان لي ولياً فقد بارزني بالحاربة، يا ابن آدم إنك لم تدرك ما عندي إلاّ بأداء ما افترضت عليك ولا يزال عبدي يتقرب بالنوافل حتى أحبه فأكون قلبه الذي يعقل به ولسانه الذي ينطق به وبصره الذي يبصر به فإذا دعاني أحبته وإذا سألتني أعطيته وإذا أستنصرني نصرته، وأحب عبادة عبدي إليّ النصيحة) (رواه الطبراني عن عثمان بن أبي عاتكة عن علي بن يزيد عن القاسم عن أبي امامة، جامع العلوم والحكم 1/ 359)، وإن النصيحة تقبل من الغني والفقير. قال رسول الله (صلى الله عليه وآله): (الذي يصح للغني من الفقير النصيحة)، فمن قبل النصيحة آمن الفضيحة ومن أبي فلا يلوم من إلاّ نفسه.

أولاً: مفهوم النصيحة:

(أ) تعريف النصيحة في اللغة:

نَصَحَ: نصح الشيء خَلَصَ كمنع، ونصحه ونَصَحَ له يَنْصَحُ بالفتح فيهما نُصْحاً بالضم وَنَصَاحَةً بالفتح وهو باللام أفصح، وفي زيادة اللام دلالة على المبالغة في النصح. قال الله تعالى في محكم كتابه العزيز: { أبلغكم رسالات ربي وأنصح لكم وأعلم من الله ما لا تعلمون } (سورة الأعراف، آية: 62). والناصح: الخالص من العسل وغيره، وقال الأصمعي: الناصح الخالي من الغل، وكل شيء خالص

فقد نصح. والاسم النصيحة: وهو تحري ما ينبغي له وما يصلح وأراد له الخير وأخلص في تدبير أمره، وهو من قولهم: نصحت له الود: أخلصته. وتقول: نصحت لصديقي في الرأي. ونصح لنفسه: تجنب ما يؤذيها في الدنيا والآخرة. وقول: نصحت له: أي نصحت له رأيه أي أخلصته وأصلحته(الفوائد،3/306). ونصح الثوب نصحاً: خاطه وشبهوا فعل الناصح فيما يتحراه من إصلاح المنصوح له بفعل الخياط فيما يسد من خلل الثوب. والتوبة النصوح: هي الخالصة التي لا يشوبها تردد أو هي التي لا يعاود الذنب بعدها، فإن الذنب يمزق الدين، فالتوبة النصوح بمتزلة نصح الخياط الثوب إذا أصلحه وضم أجزاءه. وفي حديث أبيّ، سألت النبي(صلى الله عليه وآله) عن التوبة النصوح، قال: (هي الخالصة التي لا يعاود بعدها الذنب). وأنتصح فلان أي قبل النصيحة. قال بعض العارفين: الناصح الخيط والمنصحة الإبرة والناصح الخائط، والخائط هو الذي يؤلف أجزاء الثوب حتى يصير قميصاً أو نحوه فينتفع به بتأليفه إياه وما ألفه إلا لنصحه. والناصح في دين الله هو الذي يؤلف بين عباد الله وما فيه سعادتهم.

(ب) تعريف النصيحة اصطلاحاً:

تتعدد تعريفات العلماء حول النصيحة ومن أهمها ما يلي:

- إخلاص النية من شائب الفساد في المعاملة، أو إخلاص الفاعل ضميره فيما يظهر من عمله.
- إخلاص العمل من الغش.
- إخلاص العمل من الفساد على الاجتهاد فيه(تفسير البيان 6/104).
- التحري ما فيه الصلاح قولاً وفعلاً.
- تعريف وجه المصلحة مع خلوص النية من شوائب المكروه(روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني).

- إرادة الخير لغيرك مما تريد لنفسك أو النهاية في صدق العناية(فتح القدير 2/216).

ومما سبق من تعاريف النصيحة يتضح لنا أن النصيحة كلمة جامعة يعبر بها عن جملة: وهي إرادة الخير للمنصوح له أو حيازة الحظ للمنصوح له هذا من جانب، ومن جانب آخر أنها تدور حول المصلحة أو الخير أو الصلاح أو العناية للمنصوح له، والصحيح هو إطلاق النصيحة على القول والفعل والمعاملة.

ثانيا: النصيحة في القرآن الكريم:

ذكر النصح في كتاب الله في عدد من الآيات معظمها على لسان أنبياء الله - عليهم السلام - الذين هم أنصح الخلق وأخلصهم، والذين بذلوا جهدهم في نصح أقوامهم فاستجاب لهم قلة وخالفهم الأكثرون قال - تعالى - على لسان نوح - عليه السلام - : قَالَ (يَا قَوْمِ لَيْسَ بِي ضَلَالَةٌ وَلَكِنِّي رَسُولٌ مِّن رَّبِّ الْعَالَمِينَ أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَأُنصَحُ لَكُمْ) (سورة الأعراف: 62)، وقال - تعالى - على لسان هود - عليه السلام - : { أُبَلِّغُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَأَنَا لَكُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ } (سورة الأعراف: 68)، وقال - تعالى - على لسان صالح - عليه السلام - بعد إهلاك قومه: { فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَاتِ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ وَلَكِن لَّا تُحِبُّونَ النَّاصِحِينَ } (سورة الأعراف: 79)، وقال - تعالى - في موضع آخر عن أصحاب الأعدار الذين تخلفوا عن الجهاد مع رسول الله في غزوة تبوك، وقد عذرهم الله - تعالى -، فقال عز من قائل: { لَيْسَ عَلَى الضُّعَفَاءِ وَلَا عَلَى الْمَرْضَى وَلَا عَلَى الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ مَا يَنْفِقُونَ حَرَجٌ إِذَا نَصَحُوا لِلَّهِ وَرَسُولِهِ } (سورة التوبة: 91)، قال الحافظ ابن كثير - رحمه الله - في تفسيره: "فليس على هؤلاء حرج إذا قعدوا ونصحوا في حال قعودهم، ولم يرجفوا بالناس، ولم يُبْطِطوهم، وهم محسنون في حالهم هذا".

ثالثاً: في النصيحة السنة النبوية الشريفة:

عند التعرض لموضوع النصيحة في سنة رسول نجد الحديث النبوي: ((الدِّينُ النَّصِيحَةُ)) فهذا الحديث من الأحاديث التي قيل فيها إنها أحد أرباع الدين، ومِمَّنْ عَدَّهُ فِيهَا الْإِمَامُ مُحَمَّدُ بْنُ أَسْلَمَ الطُّوسِيُّ - رحمه الله -، وقال الإمام النَّوَوِيُّ - رحمه الله - بَلْ هُوَ وَحْدَهُ مُحَصَّلٌ لِعَرَضِ الدِّينِ كُلِّهِ. ولمسلم عن جرير بن عبد الله - رضي الله عنه - قَالَ: «بَايَعْتُ النَّبِيَّ عَلَى السَّمْعِ وَالطَّاعَةِ فَلَقَنَنِي» «فِيمَا اسْتَطَعْتَ» وَالنُّصْحَ لِكُلِّ مُسْلِمٍ، فَكَانَ جَرِيرٌ - رضي الله عنه - إِذَا اشْتَرَى شَيْئًا أَوْ بَاعَهُ، قَالَ لِصَاحِبِهِ: "اعْلَمْ أَنَّ مَا أَخَذْتُ مِنْكَ أَحَبُّ إِلَيْنَا مِمَّا أُعْطِينَاكَ فَاخْتَرْنَا" وقد اشتهر عنه - رضي الله عنه - شدة نصحه للمسلمين؛ حرصاً منه على تطبيق هذه الوصية والوفاء بهذه البيعة. وهكذا كان حال جميع الصحابة الكرام في نصحهم للمسلمين وتناصحهم فيما بينهم وطلبهم للنصح وأنصحهم كان أبو بكر - رضي الله عنه -، فقد قال ابن عُلَيَّةَ فِي قَوْلِ أَبِي بَكْرٍ الْمَزْنِيِّ مَا فَاقَ أَبُو بَكْرٍ - رضي الله عنه - أصحاب رسول الله بصوم ولا صلاة، ولكن بشيء كان في قلبه، قال: "الذي كان في قلبه الحبُّ لله - عز وجل -، والنصيحة في خلقه".

رابعاً: حكمها:

النصيحة عند أهل العلم على قولين:

القول الأول: فرض عين: قَالَ الْإِمَامُ ابْنُ حَزْمٍ - رحمه الله -: "النَّصِيحَةُ لِكُلِّ مُسْلِمٍ فَرَضٌ" رسالة الجامع. وذهب الفقهاء إلى أن النصيحة تجب للمسلمين، وقال ابن حجر الهيتمي - رحمه الله - يتأكد وجوبها لخاصة المسلمين وعامتهم، وقال الراغب الأصفهاني - رحمه الله - عظم النبي أمر النصح، فَقَالَ ((الَّذِينَ النَّصِيحَةُ))، إن النصح واجب لكافة الناس بأن تتحرى المصلحة في جميع أمورهم الموسوعة الفقهية.

القول الثاني: فرض كفاية: قَالَ ابْنُ بَطَّالٍ - رحمه الله -: "النَّصِيحَةُ فَرَضٌ يَجْزِي فِيهِ مَنْ قَامَ بِهِ، وَيَسْتَقْطُ عَنْ الْبَاقِينَ، وَقَالَ: وَالنَّصِيحَةُ لِأَزْمَةٍ عَلَى قَدْرِ الطَّاقَةِ إِذَا عَلِمَ النَّاصِحُ أَنَّهُ يُقْبَلُ نُصْحُهُ، وَيُطَاعُ أَمْرُهُ، وَأَمِنْ عَلَى نَفْسِهِ الْمَكْرُوهَ فَإِنْ خَشِيَ عَلَى نَفْسِهِ أَذَى فَهُوَ فِي سَعَةٍ، وَاللَّهُ أَعْلَمُ."

خامساً: الفرق بين النصح والتعير:

يتمثل الفرق بين النصح والتعير فيما يلي:

- النصح يكون من المؤمن، والتعير يكون من الفاجر، ونعيد هنا مقولة الفضيل بن عياض رحمه الله: "المؤمن يستر وينصح، والفاجر يهتك ويعير"، فلهذا كان إشاعة الفاحشة مقترنة بالتعير، وهما من خصال الفجار؛ لأن الفاجر لا غرض له في زوال المفسد، ولا في اجتناب المؤمن للنقائص والمعائب، إنما غرضه في مجرد إشاعة العيب في أخيه المؤمن، وهتك عرضه، فهو يعيد ذلك ويبيده، ومقصوده تنقص أخيه المؤمن في إظهار عيوبه للناس، ليدخل عليه الضرر في الدنيا وأما الناصح، فغرضه بذلك إزالة عيب أخيه المؤمن باجتنابه له" انظر الفرق بين النصيحة والتعير.

- النصيحة تكون في السر، والتعير يكون في العلن، وفي هذا يقول الحافظ ابن رجب - رحمه الله - قال الفضيل - رحمه الله -: "المؤمن يستر وينصح والفاجر يهتك ويعير"، فهذا يعني أن النصح يقترن به الستر والتعير يقترن به الإعلان، وكان يقال "من أمر أخاه على رعوس الملاء فقد عيره" أو بهذا المعنى. انظر: الفرق بين النصيحة والتعير.

- الناصح غرضه الإصلاح، والمعير غرضه الإفساد وقد مر في النقطة السابقة أن مقصود الناصح من نصحه الإصلاح وتسديد المسار، وتكميل النقص، وهذا بلا شك قصد شريف يُشكر صاحبه عليه عند

الناس، ويؤجر عليه عند الله وعلى الضّدّ من ذلك، فإن مقصد المعير هتك الأعراض، وإشاعة الفساد والإفساد، وإيغار الصدور، وتتبع العورات، ولا شك أن هذا من أقبح الذنوب والأعمال عند الله وعند الناس. انظر فقه النصيحة.

● الناصح يؤدي حقاً واجباً عليه لأخيه المؤمن فهو مأجور على نصحه لأخيه، وأما المعير فهو هاتك لحقوق عباد الله مفرّق لجماعتهم، مفسد لدينهم، وبالتالي فهو آثم عند الله جزاء إيذاء عباد الله بإشاعة الأذى والفاحشة بينهم، والله - سبحانه - يقول: {إِنَّ الَّذِينَ يُجِبُونَ أَنْ تَشِيَعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ} (النور، 19).

● الناصح يخلو من حظ النفس في الغالب، وأما المعير فغير خالٍ من حظ نفسه ومرض قلبه ذلك لأن الناصح يجب لمنصوحه ما يحبه لنفسه من أفعال الخير، وبالتالي يحرص على ازدياده منها، ولو كان فيها حظ نفس لما أقدم على النصيحة وأما المعير فلا يجب من يريد تعييره، ولا يجب له الخير، بل يرجو له الشر، ولا تخلو مقولته من حظ نفس يدفعه إلى الأذى والإفساد. انظر فقه النصيحة

سادساً: أركان النصيحة:

تتمثل أركان النصيحة في الأركان الثلاثة الآتية:

- 1- الناصح وهو الذي ينصح غيره.
- 2- المنصوح وهو الذي ينصحه غيره.
- 3- المنصوح به، وهو الأمر الذي ينصح به الناصح المنصوح.

سابعاً: شروط النصيحة:

النصيحة لها شروط وآداب، ومن شروط النصيحة ما يلي:

(أ) أن تكون مبنية على الدليل: نلاحظ كثيراً من الناس قد ينصح في أمرٍ خطأ، وقد يأمر بمنكر أو ينهى عن معروف من باب النصيحة وإنما أتى من جهله؛ لأنه لم يعرف الأمر على وجهه، ولم يعرف دليل ما يأمر به، فالدليل مهم من عدة جهات:
أولها: يجب أن تكون نصيحتك في محلها.

ثانيها: أن تدعم نصيحتك عند المنصوح، فعندما تقدم الكلام بدليل يكون له من الوزن والقيمة ما لا يكون للكلام عندما يكون خالياً من الدليل، وهذا صحيح وأمر مشاهد ومعروف بالتجربة؛ لأن الناس الذين لديهم عقل ووعي لا يقبلون الأمور بغير أدلة، وقد يناقشون ويعترضون، فإذا لم يكن الدليل فيما تقدمه لهم، فإن هذه النصيحة ستكون نصيحة ناقصة، والدليل بعمومه سواءً كان من الكتاب أو من السنة، أو من أقوال الصحابة، أو من الإجماع أو قياس صحيح.. الخ.

(ب) الإيجاز: إن الناس يملون إذا سمعوا كلاماً مكرراً ومعاداً ومطولاً، فإنهم يحبون في الغالب أن تعطيههم زبدة الكلام كما يقولون، ولذلك تسمع كثيراً من الناس يقولون: فلان الخطيب أو المحاضر أو الناصح تكلم نصف ساعة أو ساعة ولم نعلم ما هي الزبدة، فالإيجاز في النصيحة من الأشياء التي تجعل النصيحة مقبولة ولها أثر في النفوس.

(ج) الوضوح: الوضوح في النصيحة أمر مطلوب؛ لأنك إذا عرضت القضية مشوشة متداخلة لا يعرف أولها من آخرها فإن الناس لن يتأثروا؛ لأنهم لم يفهموا ماذا تقصد، ولذلك إعداد النصيحة قبل عرضها من الأمور المهمة، أن تركز فكرك وتجمع الشتات المبعثر من الأفكار والكلام قبل عرضه على الناس ليكون واضحاً، تقدم شيئاً واضحاً. لقد كانت دعوة الرسول صلى الله عليه وسلم من أهم صفاتها الوضوح - الكلام الذي كان صلى الله عليه وسلم يقوله للناس من أهم صفاته أنه كان كلاماً واضحاً- لذلك لا تجد الناس انصرفوا من مجلس من مجالسه عليه الصلاة والسلام من غير فهم، وإنما كان صلى الله عليه وسلم أحياناً يطرح عليهم موضوعاً وينتظر منهم السؤال عن هذا الموضوع (الدين النصيحة، قلنا: لمن يا رسول الله؟) وهكذا.. لكن عندما يفسر الرسول صلى الله عليه وسلم، أو يجيب عن سؤال، أو ينصح إنساناً تكون النصيحة في غاية الوضوح، تصل إلى شغاف القلوب فتمس تلك الضمائر فيحييها الله عز وجل، فتتأثر بهذا الكلام الذي تسمعه. كذلك فإن من الأمور المهمة في النصيحة: أن تكون خاليةً من التكلف والتفاسح والتعاضم، وهذا أمر تطرقنا إليه في كلامنا عن الناصح.

(د) أن تكون بعيدة عن سوء الظن: لا بد أن تكون النصيحة بعيدة عن سوء الظن، لأن كثيراً من الناس نصائحهم ليست نصائح، وإنما هي عبارة عن اتهامات مبنية ومؤسسة على سوء الظن، فعندما يحس الشخص الآخر بأنك تتهمه وتسيء الظن به فلن يعتبر هذه نصيحة ولن يستجيب مطلقاً، ولذلك إذا انتقد الإنسان فإنه ينتقد في شيء مؤكد مثبت يبيّن عليه نصيحته، أما أن يخمن ويظن ويسيء في الظن، ثم يقدم

الكلام على أنه نصائح، فإنها أمور تجرح المشاعر وتؤدي الآخرين، ولا يمكن لهذه النصيحة أن تكون ناجحة.

(هـ) أن تكون خالية من ألفاظ التشهير والتجهيل: ينبغي أن تكون النصيحة خالية من ألفاظ التشهير والتجهيل إلا إذا دعت الحاجة إلى ذلك، لأن الإنسان مجرد أن يسمع في نصيحتك: يا فاسق! يا كافر! يا ضال! وتتلو هذه الجمل ألفاظ جارحة، فإنه سيصد تلقائياً عن تقبل نصيحتك، وإن كان ما يفعله حقيقةً فسق أو جهل أو ضلال أو كفر، فإنه ليس من الحكمة أن تتهمه بهذا مباشرة.

(و) الحكمة عند طرح النصيحة: لا بد أن يراعي الإنسان الحكمة عند طرح النصيحة؛ لأن النصيحة أحياناً تؤدي إلى تفرق الشمل، أو تؤدي إلى منكر أكبر من المعروف الذي تحمله في طياتها، فلذلك على الإنسان المسلم أن يكون حكيماً ويقدر أبعاد الأمور عندما ينصح، قد يكون من الحكمة أن تؤخر النصيحة إلى مستقبل قريب؛ لأن هذا الوقت ليس وقت طرحها، فمن القواعد في الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر: أن الإنسان لا يأمر بمعروف أو ينهى عن منكر إذا كان سيؤدي إلى منكر أكبر منه، أو يضيع معروفاً أكبر من المعروف الذي يدعو إليه. ولقد نهى الله عز وجل الصحابة رضوان الله عليهم عن سب آلهة المشركين، مع أن سب آلهة المشركين من الأمور المشروعة؛ لأنها آلهة زائفة، ومع ذلك فقد نهى الله عز وجل صحابة الرسول صلى الله عليه وسلم في ظرفٍ من الظروف ووقت من الأوقات عن سب آلهة المشركين، لماذا؟ يقول الله عز وجل: {وَلَا تَسُبُّوا الَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ فَيَسُبُّوا اللَّهَ عَدْوًا بِغَيْرِ عِلْمٍ} (سورة الأنعام: 108)، لأن سب آلهة المشركين ستؤدي إلى أن يسب الكفار الله عز وجل، وسب الكفار لله عز وجل منكر عظيم جداً، فلذلك إذا علمت أن الشخص الآخر سيسب الدين، أو يسب الرب عز وجل جراء النصيحة التي ستنصحه بها، فإنه في هذه الحالة لا يستحسن أن تنصح، وتؤخر أو تتخذ وسيلة أخرى تتلافى بها هذه السلبية.

(ن) مراعاة الأسلوب الحسن: النصيحة من أهم ما فيها هو الأسلوب، وقد ركز القرآن الكريم على الأسلوب في النصيحة تركيزاً كبيراً، فقال الله تعالى لموسى وهارون عندما أرسلهما إلى فرعون: {فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَيْنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى} (سورة طه: 44)، والعجيب أن الكثير من المسلمين لا يلتزمون بهذه الصفة القرآنية للنصيحة، في الوقت الذي استفاد منها من أعداء الإسلام، فأنت إذا نظرت -مثلاً- إلى طريقة المبشرين بالدين النصراني وأسلوبهم، تجد أن الأسلوب يعتمد اعتماداً كبيراً على اللين والعاطفة، واستشارة

المكانم الحساسة في النفس المخاطبة. نحن ورآث العلم النبوي والطريقة المحمدية، نحن الأحق والأجدر بإتباع اللين في الأسلوب، وإذا نظرنا إلى سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم وجدت نصيحته عليه الصلاة والسلام تتصف اتصافاً كاملاً بهذه الصفة.

وبعد التعرض لشروط النصيحة، يجب أن نشير إلى الشروط الواجب توافرها في الناصح والمنصوح والتي من أهمها:

- 1- الإسلام، فالأصل في الناصح أن يكون مسلماً، وأما بالنسبة للمنصوح، فيرى بعض أهل العلم أنه لا بد أن يكون مسلماً، وفي هذا يقول الإمام أحمد: "ليس على المسلم نصح الذمي". وحجة من اشترط الإسلام حديث جرير بن عبد الله - رضي الله عنه - وفيه: ((وَالنُّصْحُ لِكُلِّ مُسْلِمٍ)) البخاري، ويرى آخرون عدم اشتراط الإسلام، وأن التقييد بالإسلام للأغلب، وفي هذا يقول الحافظ ابن حجر - رحمه الله -: "التَّيْقِيدُ بِالمُسْلِمِ لِلأغْلَبِ، وَإِلَّا فَالنُّصْحُ لِلْكَافِرِ مُعْتَبَرٌ بِأَنْ يُدْعَى إِلَى الإِسْلَامِ وَيُشَارَ عَلَيْهِ بِالصَّوَابِ إِذَا اسْتَشَارَ".
- 2- العقل، فلا بد أن يكونا عاقلين؛ لأن العقل مناط التكليف، وقد رفع القلم عن من ليس بعاقل، وفي الحديث: ((وَعَنِ المَجْنُونِ حَتَّى يُفِيْقَ))

في حين يجب توفر مجموع من الشروط في المنصوح به من أبرزها: أن يكون داخلاً تحت الأمر الشرعي، بأن يكون إما طلباً لفعل مطلوب فعله شرعاً، أو طلباً لترك أمر مطلوب تركه شرعاً، وعلى هذا؛ فإن النصح بترك المأمور به شرعاً لا يسمى نصيحة، وكذا النصح بفعل المحرم شرعاً لا يعد نصحاً شرعياً يحتّم على المنصوح قبوله، وعلى الناصح إسداؤه.

ثامنا: الفرق بين النصيحة والتأنيب والمداراة والمداهنة والتقية:

تعرف النصيحة بأنها إحسان إلى من تنصحه بصورة الرحمة له والشفقة عليه والغيرة له، وعليه فهي إحسان محض يصدر عن رحمة ورقة يتلطف الناصح في بذل النصيحة غاية التلطف ويحتمل أذى المنصوح ولائتمته ويعامله معاملة الطبيب العالم المشفق للمريض، وهو يتحمل سوء خلقه وشراسته ونفرتة ويتلطف في وصول الدواء إليه بكل ممكن فهذا شأن الناصح.

في حين يعرف **التأنيب** بأنه التعبير في صورة النصيحة بقصد إهانة وذم وشتم من أتبه فهو يقول له مثلاً: يا فاعل كذا وكذا يا مستحقاً للذم والإهانة في صورة ناصح مشفق، وعلامة المؤنب أنه لو رأى من

يحبه ويحسن إليه على مثل عمل المؤنب أو شر منه لم يعرض له ولم يقل له شيئاً ويطلب له وجوه المعاذير، فان غلب طلب له وجوه المعاذير فمثلاً يقول: الإنسان عرضة للخطأ، ومحاسنه أكثر من مساوئه والله غفور رحيم ونحو ذلك، ومن الفروق بين الناصح والمؤنب، أن الناصح لا يعاديك إذا لم تقبل نصيحته، ويقول: قد وقع أجلي على الله قبلت أم لم تقبل، ويدعو لك بظهر الغيب ولا يذكر عيوبك ولا يبينها في الناس، والمؤنب بعد عن ذلك.

أما المداراة فتشير إلى بذل الدنيا لصالح الدنيا أو الدين أو هما معاً، وهي مباحة وربما استحسنت فإن مداراة الظالم والفاسق اتقاء شرهما من باب المداراة لا التقية. قال بعض الصحابة: (إنا لنكشر في وجوه أقوام وإن قلوبنا لتلعنهم)، وينبغي للمداري التحفظ من الكذب فإنه قل أن يخلو أحد من صفة المدح. بينما المداهنة تشير إلى بذل الدين لصالح الدنيا مثل إهانة شعائر الإسلام من أجل التقرب عند بعض الظلمة لتحصيل صداقته، أو من يشكر ظالماً على ظلمه ويصوره بصورة العدل، أو مبتدعاً على بدعته ويصورها بصورة الحق، والمداهنة معصية لأنها وسيلة لتكثير الظلم والباطل عند أهله. قال الله تعالى في محكم كتابه: {وَدُّوا لَوْ تُدْهِنُ فَيُدْهِنُونَ} (سورة القلم، آية 9).

في حين تشير التقية إلى مجاملة الناس بما يعرفون وترك ما ينكرون حذراً من غوائلهم في أمور الدين. وقد دل كتاب الله الكريم والأحاديث الشريفة على مشروعية التقية. قال الله تعالى: {لَا يَتَّخِذُ الْمُؤْمِنُونَ الْكَافِرِينَ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِ الْمُؤْمِنِينَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَلَيْسَ مِنَ اللَّهِ فِي شَيْءٍ إِلَّا أَنْ تَتَّقُوا مِنْهُمْ تُقَاةً...} (سورة آل عمران، آية 28).

تاسعا: أنواع النصيحة:

تتمثل أنواع النصيحة فيما يلي:

النوع الأول: النصيحة لله: وتكون بالاعتراف بوحدانيته وتفرد بصفاته الكمال ونعوت الجلال، والقيام بعبوديته ظاهراً وباطناً، والإنابة إليه كل وقت، مع التوبة والاستغفار الدائم.

النوع الثاني: النصيحة لكتاب الله: تكون بالإيمان بهذا القرآن العظيم وتعظيمه، وبحفظه وتدبره، وتعلم ألفاظه ومعانيه، وتلاوته حق التلاوة، والوقوف مع أوامره وعند نواهيه، وتدبر آياته والدعوة إليه، وعدم هجرانه، وتدرسه ونشره والحكم به في كل أمر.

النوع الثالث: النصيحة للرسول صلى الله عليه وسلم: وتكون بالإيمان به ومحبته، وتقديمه على النفس والمال والولد، والتزام طاعته في أمره ونهييه، وموالاته من والاه، ومعاداة من عاداه، وتوقيره ومحبته، وإحياء سنته ونشرها والدعوة إليها؛ قال تعالى: {وَإِنْ تُطِيعُوهُ تَهْتَدُوا} (سورة النور، آية: 54)، وقال أيضاً: {فَلْيَحْذَرِ الَّذِينَ يُخَالِفُونَ عَنْ أَمْرِهِ أَنْ تُصِيبَهُمْ فِتْنَةٌ أَوْ يُصِيبَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ} (سورة النور، آية: 63).

النوع الرابع: النصيحة لأئمة المسلمين وهم الولاة: من الإمام الأعظم إلى الأمراء والقضاة وجميع من لهم ولاية عامة أو خاصة، وتكون هذه النصيحة باعتقاد ولايتهم، والسمع والطاعة لهم، وحث الناس على ذلك، وبذل ما استطاع في إرشادهم للقيام بواجبهم، وما ينفعهم وينفع الناس.

النوع الخامس: النصيحة لعامة المسلمين: تكمن في إرشادهم لمصالحهم في دنياهم وآخرتهم، وكف الأذى عنهم، وتعليمهم ما يجهلون من دينهم وحقوقهم، وستر عوراتهم، ودفع المضار عنهم، وجلب المنافع لهم، والشفقة عليهم، ونصرة مظلومهم، وتوقير كبيرهم، ورحمة صغيرهم، وترك غشهم وحسدتهم، والذب عن أموالهم وأعراضهم بالقول والفعل، وأن يجب الإنسان لهم ما يجب لنفسه، ويكره لهم ما يكره لنفسه، بل يصل الأمر إلى التضحية من أجل مصالحهم.

عاشر: الآثار السلبية لترك النصيحة:

إذا كان للنصيحة آثار حميدة فإن لترك النصيحة مضاراً كثيرة، تتمثل في الآتي:

1. دوام الخطأ والانحراف.
 2. ضعف مستوى العطاء في جميع المستويات.
- استحقاق الإثم والعذاب: فقد أصاب العذاب أقواماً في الدنيا قبل الآخرة بسبب رفضهم لنصائح أنبيائهم كما حكي القرآن عن قوم صالح: ﴿فَعَقَرُوا النَّاقَةَ وَعَتَوْا عَنْ أَمْرِ رَبِّهِمْ وَقَالُوا يَا صَالِحُ ائْتِنَا بِمَا تَعِدُنَا إِنْ كُنْتَ مِنَ الْمُرْسَلِينَ (77) فَأَخَذْتَهُمُ الرَّجْفَةُ فَأَصْبَحُوا فِي دَارِهِمْ جَاثِمِينَ (78) فَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ

أَبْلَغْتُكُمْ رَسُولَ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ وَلَكِنْ لَا تُحِبُّونَ النَّاصِحِينَ (79) ﴿﴾ (سورة الأعراف، الآيات: 77-79).

3. تزداد الأنانية، ويتفشى النفاق الاجتماعي.

4. بترك التناصح يتمادى المخطئون في غيهم وانحرافهم؛ الأمر الذي يؤدي إلى الفساد في المجتمع.

الحادى عشر: دور النصيحة في النهوض بالأمة:

إن المتأمل في حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: "الدين النصيحة" بفهم صحابة رسول الله صلى الله عليه وسل والتابعين لهم بإحسان، وإدراكهم لمعنى النصيحة وفقاً لمنهج الكتاب والسنة، ليجد فيها الدور المطلوب ومنهج التعامل المنشود مع جهود الأمة الإسلامية، والدور الذي ينبغي لكل منا مع جمهور الأمة، للنهوض بها من كبوتها الحالية، وتبويتها مكان الريادة بين الأمم. فالنصيحة أولاً ليست مرادفة لإنكار المنكر، وإن كانت لا تتعارض معه، وإنما إنكار المنكر وتقويم خطأ المخطئ ركن من أركان النصيحة للمسلمين والنصيحة أيضاً ليست مرادفة لمسلك إضمار الخير للمسلمين والشفقة عليهم فحسب، وإنما تلك الشفقة على المسلمين ركن من أركان النصيحة لهم، والنصيحة للمسلمين ليست مرادفة لمسلك إرشادهم إلى مصالح دنياهم وقضائهم لهم، وإنما إرشاد المسلمين لمصالح دنياهم وقضائهم لهم ركن من أركان النصيحة، ولا يحقق النصيحة الكاملة للمسلمين. إذن فالنصيحة للمسلمين في معناها السليم تجمع ثلاثة أمور: تقويم المخطئين، والشفقة عليهم، وقضاء حوائجهم، وباجتماع هذه الأمور والأركان في النصيحة تزول السلبات المختلفة. فمع وجود الشفقة على المسلمين وقضاء مصالحهم لا يصبح الإنكار على خطئهم سبب فتنة وانقباض لهم، ومع تقويم أخطائهم وتعليم جهلائهم لا يغدو قضاؤك لمصالحهم عملاً سياسياً بحتاً، ومع تقويم خطئهم وقضاء مصالحهم لا يصير إضمارك للخير لهم والشفقة بهم شيئاً سلبياً لا قيمة له من الناحية العملية. لما كان هذا هو المعنى الحقيقي لمفهوم النصيحة، فعلي ذلك يكون أصل التصح هو الخلوص والصفاء والصدق وعدم الغش، لذا كان لزاماً على كل مجتمع مسلم أن يجعل لهذه الشعيرة محلاً واسعاً في حياته واهتماماً بالغاً لا يقل مستوى عن الاهتمام بالجوانب الصحية والأمنية والمعيشية، وهو ما من شأنه أن يسهم في النهوض بالأمة.

الثاني عشر: صفات القائمين بالنصيحة:

توجد العديد من الصفات الواجب توافرها في القائمين بالنصيحة ومن أهمها ما يلي:

(1) **العلم النافع**: إن العلم النافع من أعظم الصفات الواجب توافرها في القائمين بالنصيحة؛ ولهذا أمر الله به قبل القول والعمل فقال سبحانه: { فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ } (سورة محمد، الآية: 19)؛ ولهذا بَوَّب البخاري رحمه الله تعالى في صحيحه باباً قال فيه: باب: العلم قبل القول والعمل. والعلم ما قام عليه الدليل، والنافع منه ما جاء به الرسول صلى الله عليه وسلم، قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((من يرد الله به خيراً يفقهه في الدين)) (متفق عليه: البخاري، كتاب العلم، باب من يرد الله به خيراً يفقهه في الدين، برقم 71، ومسلم، كتاب الزكاة، باب النهي عن المسألة، برقم 98 (1037)).

ويقسم العلم النافع إلى ثلاثة أقسام هي:

القسم الأول: علم بالله، وأسمائه، وصفاته، وما يتبع ذلك، وفي مثله أنزل الله سورة الإخلاص، وآية الكرسي ونحوهما.

القسم الثاني: علم بما أخبر الله به مما كان من الأمور الماضية، وما يكون من الأمور المستقبلية، وما هو كائن من الأمور الحاضرة، وفي مثل هذا أنزل الله آيات القصص، والوعد، والوعيد، وصفة الجنة والنار، ونحو ذلك.

القسم الثالث: علم بما أمر الله به من العلوم المتعلقة بالقلوب والجوارح من الإيمان بالله من معارف القلوب وأحوالها، وأقوال الجوارح وأعمالها، وهذا يندرج فيه: العلم بأصول الإيمان وقواعد الإسلام، ويندرج فيه العلم بالأقوال والأفعال الظاهرة، ويندرج فيه ما وُجد في كتب الفقهاء من العلم بأحكام الأفعال الظاهرة فإن ذلك جزء من علم الدين. والعلم لا بد فيه من إقرار القلب ومعرفته بما طُلب منه عمله وتمامه العمل بمقتضاه؛ فإن العلم النافع ما كان مقروناً بالعمل، أما العلم بلا عمل فهو حجة على صاحبه يوم القيامة. وقد أحسن القائل حيث قال:

إذا العلم لم تعمل به كان حجةً عليك ولم تُعذر بما أنت جاهله
فإن كنت قد أوتيت علماً فإنما يصدق قول المرء ما هو فاعله

يكتسب العلم بعدة طرق من أهمها: أن يسأل العبد ربه العلم النافع، وأن يجتهد في طلبه، وأن يتعد عن جميع المعاصي؛ لأنها سبب في حرمان العلم، وأن لا يستحيي من طلب العلم، ولا يتكبر عن طلبه، وأن يخلص في الطلب.

(2) **الحكمة:** إن الحكمة هي من أعظم الصفات الواجب توافرها في القائمين بالنصيحة، وهي بلا شك الإصابة في الأقوال والأفعال، ووضع كل شيء في موضعه بإحكام وإتقان. والحكمة تكون تارة باستخدام الرفق واللين، وتارة باستخدام الموعظة الحسنة، وتارة تكون باستخدام الجدال والتي هي أحسن، وتارة تكون باستخدام القوة لمن كان له سلطة مشروعة بالضوابط التي دلّ عليها الكتاب والسنة. قد بين القرآن الكريم طرق الدعوة إلى الله تعالى، ويأتي في مقدمة هذه الطرق: الحكمة في الدعوة إلى الله عز وجل، وقد أمر الله تعالى نبيه محمداً صلى الله عليه وسلم بالدعوة إلى الله تعالى بالحكمة، فقال: {ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ} (سورة النحل، الآية: 125).

من تتبّع سيرة النبي صلى الله عليه وسلم وجد أنه كان يلازم الحكمة في جميع أموره، وخاصة في نصحه ودعوته إلى الله عز وجل، فأقبل الناس ودخلوا في دين الله أفواجاً بفضل الله تعالى، ثم بفضل هذا النبي الحكيم صلى الله عليه وسلم الذي ملأ الله قلبه بالإيمان والحكمة، فعن أنس رضي الله عنه قال: كان أبو ذر يحدث أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: ((فِرَجَ سَقْفِ بَيْتِي وَأَنَا مَكَّةَ، فَتَزَلَّ جَبْرِيلُ فَفَرَجَ صَدْرِي ثُمَّ غَسَلَهُ بِمَاءِ زَمْزَمَ، ثُمَّ جَاءَ بِطُسْتٍ (فتح الباري بشرح صحيح البخاري، 460/1، والمعجم الوسيط، مادة: (الطُّسْتُ: إناء كبير مستدير)، 557/2) من ذهب ممتلئ حكمة وإيماناً فأفرغه في صدري، ثم أطبقه، ثم أخذ بيدي فخرج بي...)) الحديث (البخاري، كتاب الصلاة، باب كيف فرضت الصلوات في الإسراء، برقم 3164، ومسلم، واللفظ له، كتاب الإيمان، باب الإسراء برسول الله صلى الله عليه وسلم إلى السموات وفرض الصلوات، برقم 163). وهذا يُثبِتُ أن الحكمة من أعظم الأمور الأساسية في منهج النصح والدعوة إلى الله تعالى، حيث امتلأ بها صدر رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو صاحب الدعوة، مع الإيمان، وهو قضية الدعوة في لحظة واحدة، كما يؤكد قيمة وأهمية الحكمة من خلال مجيئها يحملها جبريل وهو روح القدس، في طست من ذهب، وهو أعلى المعادن، في مكة المكرمة، وهي البقعة المباركة؛ ليمتلئ بها صدر محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو خير الخلق، بعد غسله بماء زمزم وهو أطهر الماء وأفضله. كل

هذا يؤكد أن الحكمة في الدعوة إلى الله تعالى أمرها عظيم، وشأنها كبير، وقد قال تعالى: {وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا} (سورة البقرة، الآية: 269).

وتقسم الحكمة إلى نوعان:

النوع الأول: حكمة علمية نظرية: وهي الاطلاع على بواطن الأشياء، ومعرفة ارتباط الأسباب بمسبباتها، خلقاً وأمرأ، وقدراً وشرعاً.

النوع الثاني: حكمة عملية: وهي وضع الشيء في موضعه.

فالحكمة النظرية مرجعها إلى العلم والإدراك، والحكمة العملية مرجعها إلى فعل العدل والصواب، ولا يمكن خروج الحكمة عن هذين المعنيين؛ لأن كمال الإنسان في أمرين: أن يعرف الحق لذاته، وأن يعمل به، وهذا هو العلم النافع والعمل الصالح. وقد أعطى الله عز وجل أنبياءه ورسوله ومن شاء من عباده الصالحين هذين النوعين، قال تعالى عن إبراهيم عليه السلام: {رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا}، وهو الحكمة النظرية، {وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ} (سورة الشعراء، الآية: 83)، وهو الحكمة العملية. وقال تعالى لموسى عليه السلام: {إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا}، وهو الحكمة النظرية، {فَاعْبُدْنِي} (سورة طه، الآية: 14)، وهو الحكمة العملية. وقال عن عيسى عليه السلام: {إِنِّي عَبْدُ اللَّهِ آتَانِيَ الْكِتَابَ وَجَعَلَنِي نَبِيًّا} (مريم، 30)، وهو الحكمة النظرية، {وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا} (سورة مريم، الآيتان: 30-31)، وهو الحكمة العملية. وقال في شأن محمد صلى الله عليه وسلم: {فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ}، وهو الحكمة النظرية، {وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ} (سورة محمد، الآية: 19)، وهو الحكمة العملية.

وتوجد عدة طرق تكتسب بها الحكمة وتُحصَلُ بها، فإذا سلك القائمون بالنصح هذه الطرق وُفقوا

لاكتساب الحكمة ياذن الله تعالى، ومن أبرز وأهم هذه الطرق ما يلي:

الطريق الأول: السلوك الحكيم الذي يسلكه القائمون بالنصح في حياتهم وتصرفاتهم، وسيرتهم.

الطريق الثاني: العلم بالعمل المقرون بالصدق والإخلاص.

الطريق الثالث: الخبرات والتجارب؛ لأن التجارب لها الأثر العظيم في اكتساب المهارات والخبرات، لا تخرج الحكمة عن كونها فضل الله يؤتيه من يشاء؛ فإنه المعطي الوهاب: {وَمَا بِكُمْ مِّنْ نُّعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ} (سورة النحل، الآية: 53)؛ ولكنه سبحانه جعل لكل شيء سبباً يوصل إليه.

الطريق الرابع: السياسة الحكيمة ومن أعظمها: تحرّي أوقات الفراغ والنشاط والحاجة عند المدعويين، حتى لا يملّوا عن الاستماع، وترك الأمر الذي لا إثم في تركه ولا ضرر اتقاءً للفتنة، وهذا يبيّن للقائمين بالنصيحة أن المصالح إذا تعارضت أو تعارضت مصلحة ومفسدة وتعذر الجمع بين فعل المصلحة وترك المفسدة بُدئ بالأهم، فإنّ دفع المفسد مقدم على جلب المصالح، ودفع أعظم المفسدتين أو الضررين باحتمال أيسرهما، وتحصيل أعظم المصلحتين بترك أيسرهما. وإذا سلك القائمين بالنصيحة في دعوتهم إلى الله تعالى مسلك السياسة الحكيمة، فسيكون لذلك عظيم الأثر في نجاح دعوتهم واكتسابه الحكمة، والوصول إلى الغاية المطلوبة بإذن الله تعالى.

الطريق الخامس: لا يكون الداعية إلى النصيحة حكيماً في دعوته إلى الله - تعالى - إلا بفقه وإتقان ركائز النصيحة وأسسها التي تقوم عليها، حتى يسير في نصحه ودعوته على بصيرة، ولا شك أن فهم هذه الأركان يدخل في قوله تعالى: {قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَىٰ بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ} (سورة يوسف، الآية 108). فلا بدّ من معرفة القائمين بالنصح مضمون النصيحة، ومن هو المنصوح، وما هي الصفات والآداب التي ينبغي أن تتوافر في القائمين بالنصح؟ وما هي الوسائل والأساليب التي تستخدم في النصح؟ فالناصح الحكيم كالطبيب الذي يُشخّص المرض، ويعرف الداء ويحدّده، ثم يعطي العلاج والدواء المناسب على حسب حال المريض ومرضه، مراعيّاً في ذلك قوة المريض، وضعفه وتحملّه للعلاج، وقد يحتاج المريض إلى عملية جراحية فيشقّ بطنه، أو يقطع شيئاً من أعضائه؛ من أجل استئصال المرض طلباً لصحة المريض، وهكذا الناصح الحكيم يعرف أمراض المجتمع، ويحدّد المرض تحديداً دقيقاً، وينظر ما هي الشبه والعوائق فيزيلها، ثم يقدم العلاج المناسب بدءاً بأمور العقيدة الإسلامية الصحيحة مع تشويق المنصوح إلى القبول والإجابة.

(3) الحلم: إن الحلم هو ضبط النفس والطبع عن هيجان الغضب، وهو من أهم الصفات الواجب توافرها في القائمين بالنصيحة، فمن عظيم حلم رسول الله صلى الله عليه وسلم عدم دعائه على من آذاه من قومه، وقد كان باستطاعته أن يدعو عليهم، فيهلكهم الله، ويدمرهم، ولكنه صلى الله عليه وسلم حليم حكيم يهدف إلى الغاية العظمى، وهي رجاء إسلامهم، أو إسلام ذرياتهم؛ ولهذا قال عبد الله بن مسعود رضی الله عنه: كأني أنظر إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم يحكي نبياً من الأنبياء، صلوات الله وسلامه عليهم، ضربه قومه فأدمّوه وهو يمسح الدم عن وجهه ويقول: ((اللهم اغفر لقومي فإنهم لا يعلمون)) (البخاري، كتاب أحاديث الأنبياء، باب

حدثنا أبو اليمان، برقم 3477، ومسلم، في كتاب الجهاد والسير، باب غزوة أحد، برقم 1792). وما أكثر الصور التطبيقية التي فعلها رسول الله صلى الله عليه وسلم وأصحابه الكرام في مجال الحلم في الدعوة إلى الله تعالى فدخل الناس في دين الله أفواجاً بفضل الله تعالى ثم بتطبيق هذا المقوم العظيم.

(4) **الأناة:** إن الأناة من أعظم الصفات الواجب توافرها في القائمين بالنصيحة، وهي من صفات أصحاب العقل والرزانة، بخلاف العجلة فإنها من صفات أصحاب الرعونة والطيش، وهي تدلّ على أن صاحبها لا يملك الإرادة القوية التي تضبط نفسه؛ فإن الأناة عند القائمين بالنصيحة تجعلهم يحكموا أمورهم ويضعوا الأشياء مواضعها، والتثبت في الأمور الواقعة وفي الأخبار الواردة حتى تتضح وتظهر، والاستيثاق من مصدرها قبل الحكم عليها أو لها: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا } (سورة الحجرات، الآية 6) وكم من الصور التطبيقية للأناة في الدعوة إلى الله تعالى التي طبقها رسول الله صلى الله عليه وسلم وطبقها من بعده أهل العلم والإيمان فنفذ الله بها؟

(5) **الصدق والإخلاص في النصيحة:** إن الصدق والإخلاص في النصيحة، بحيث يكون الهدف منها هو التقرب إلى الله وحده: لا رياءً ولا سمعةً، ولا طلباً للعرض الزائل، ولا تصنعاً وإنما يرجو ثواب الله ويخشى عقابه، ويطمع في رضاه، ويقصد بنصحه وسائر تصرفاته وتوجيهاته وجه الله وحده لا شريك له، ولا رب سواه. ولهذا قال سبحانه: { وَمَنْ أَحْسَنُ دِينًا مِّمَّنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ... } (سورة النساء، الآية 125). والصدق يكون في القصد والنية وهو الإخلاص، وفي القول بالأخذ بالحق ونبد الباطل، وفي العمل بموافقة القول، وهذه المجالات تحت قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ } (سورة التوبة، الآية 119).

(6) **الخلق الحسن:** إن الخلق الحسن حالة راسخة في النفس تصدر عنها الأفعال الحسنة الجميلة وهو من أعظم مقومات القائمين بالنصيحة، وإذا تخلّق به الداعية الناصح أحبه الناس جميعاً حتى أعدائه في الغالب، فيتمكن بذلك من إدراك مطالبه السامية بإذن الله تعالى؛ لأن الداعية الناصح لا يسع الناس بماله ولكن يبسط الوجه وحسن الخلق.

ومن التجارب الملموسة والمشاهدة أن من لم يتخلّق بالخلق الحسن من القائمين بالنصيحة ينفر الناس من دعوتهم ونصائحهم، ولا يستفيدون من علمهم وخبرتهم؛ لأن من طبائع الناس أنهم لا يقبلون ممن يسيء إليهم، ويبدو منه احتقارهم ولو كان ما يقوله حقاً؛ ولهذا قال الله تعالى لنبيه الكريم: { فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ

لِنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ... } (سورة آل عمران، الآية 159).

ويعد الخلق الحسن موضوع واسع جداً يشمل: الحلم، والأناة، والجود، والكرم، والعفو والصفح، والرفق واللين، والصبر والعزيمة، والثبات، والعدل والإنصاف، والصدق والإخلاص، والبر والإحسان، والوفاء، والإيثار، والرحمة، والتواضع، والزهد، والكيس والنشاط، والسماحة، والمروءة، والشجاعة، والأمانة، وحفظ السر، والورع، واليقين، والتوكل، وهذا مفهوم واسع إذا عمل به القائمين بالنصيحة كانوا ناجحين في نصحتهم ودعوتهم بعون الله.

(7) القدوة الحسنة: إن القدوة الحسنة هي أن يكون الناصح قدوة صالحة فيما ينصح ويدعو إليه فلا يناقض قوله فعله ولا فعله قوله، وهي من ابرز مقومات القائمين بالنصيحة؛ لأن الناس ينظرون إليهم نظرة دقيقة دون أن يعلموا أنهم تحت رقابة مجهرية، فرب عمل يقوم به الناصح من المخالفات لا يلقي له بالاً يكون في نظرهم من الكبائر والموبقات؛ لأنهم يعدونه قدوة، وقد يراه الجاهل على عمل غير مشروع فيظن أنه على حق، ومعلوم أن الناصح إذا كان عاملاً بما ينصح إليه كان ذلك أيسر في إيصال المفاهيم التي يريد إيصالها للناس المقتدين به؛ لأن كثيراً من الناس يقتنعون بالسيرة الحسنة أكثر مما يقتنعون بالأقوال، ولا سيما عامة الناس؛ ولهذا قال سبحانه: { وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلًا مِّمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا... } (سورة فصلت، الآية 33)، وقد ذم سبحانه من خالف قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ * كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ } (سورة الصف، الآيتان 2-3)، وقوله تعالى: { أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ } (سورة البقرة، الآية 44).

(8) الرفق: إن الرفق هو لين الجانب بالقول والفعل، والأخذ بالأسهل والأسهل، وحسن الخلق وكثرة الاحتمال، وعدم الإسراع بالغضب والتعنيف والشدّة، وهو من أعظم مقومات الداعية الناجح؛ ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ولا يُترع من شيء إلا شانته)) (رواه مسلم، كتاب البر والصلوة والآداب، باب فضل الرفق، برقم 78 (2594))، وقال صلى الله عليه وسلم: ((يسرّوا ولا تعسّروا وبشّروا ولا تنفّروا)) (متفق عليه: البخاري، كتاب العلم، باب ما كان النبي صلى الله عليه وسلم يتخولهم بالموعظة والعلم كي لا ينفروا، برقم 69، ومسلم، كتاب الجهاد والسير، باب في الأمر بالتيسير وترك التنفير، برقم 8-1734). وإذا خلت النصيحة من الرفق صارت تعنيفاً وتوبيخاً لا يقبل، ومن حرم الرفق فقد حرم الخير كله كما أخبر بذلك نبينا عليه الصلاة والسلام.

(9) **الصبر:** إن الصبر هو منع النفس وحبسها عن الجزع، واللسان عن التشكي، والجوارح عن التشويش، وهو يمنع صاحبه من فعل ما لا يحسن ولا يجمل، وهو قوة من قوى النفس التي بها صلاح شأنها وقوام أمرها، وهذه القوة تمكن الداعية الناصح من ضبط نفسه لتحمل المشاق والمتاعب والآلام ابتغاء مرضاة الله تعالى، وهو من أعظم مقومات الداعية الناجح، ويحتاجه الداعية قبل الدعوة، وأثناء الدعوة، وبعد الدعوة كما بين ذلك أهل العلم والإيمان. والصبر في النصح والدعوة بمثابة الرأس من الجسد، فلا نصح ولا دعوة لمن لا صبر له، كما أنه لا جسد لمن لا رأس له. والصبر ينتصر به الناصح على عدوه مع الأخذ بالأسباب المشروعة { وَإِنْ تَصَبَّرُوا وَتَتَّقُوا لَأَيُّضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ } (سورة آل عمران، الآية: 120). فلا بد للناصح أن يصبر على نصحه، وعلى ما يتعرض نصحه من معارضا، وعلى ما يصيبه هو من أذى، فإذا فعل ذلك كان إماماً يقتدي به: { وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أُمَّةً يَهْتَدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ } (سورة السجدة، الآية 24).

الثالث عشر: طرق النصح في الارشاد النفسي الديني:

- 1 — الطرق الاقتدائية في القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة المثل الرائع علي ما يجب علينا الاقتداء به، والاقتداء بالمربي له أثره البالغ فيما يعلمه للأبناء، ويساعد الاعتماد على طريقة الاقتداء في النصح كطريقة علاجية تعليمية على اكتساب الفرد منها المهارات الاجتماعية، إذ أن كثير من الاستجابات والاضطرابات الانفعالية يمكن أن تعدل وان التفكير المنظم يمكن تعلمه من خلال التعامل مع الآخرين
- 2 — الطرق الوعظية وهي تعتمد علي أسلوب النصح والإرشاد والترغيب والترهيب.
- 3 — الطرق العقلانية الانفعالية في النصح وتتمثل في إدخال المنطق والعقل للتعرف على الأفكار غير العقلانية بطريقة موجهة مباشرة وغير مباشرة.
- 4 — المناظرة والحوار والإقناع المنطقي في النصح وتتم من خلال الحوار والمناقشة حول موضوع معين ينتهي بإقناع الطرف الآخر بالابتعاد عن التفكير غير المنطقي.

5 — تقليل الحساسية التدريجي عند النصح، وذلك باستخدام مدرجات السلوك بدءاً من المواقف الأقل إثارة إلى المواقف الأشد إثارة.

الرابع عشر: أسباب نجاح اسلوب النصيحة كأحد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني:

يرجع الباحث أسباب نجاح اسلوب النصيحة كأحد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني إلى عدد من الأسباب منها ما يلي:

- 1- مراعاة اسلوب النصيحة لخصائص للمرحلة العمرية للفرد المنصوح، إذ يجب عند توجيه النصيحة مراعاة الخصائص للمرحلة العمرية للفرد أو الأفراد الموجه إليهم النصيحة.
- 2- مراعاة اسلوب النصيحة لأسس ومبادئ الارشاد النفسي الديني وبخاصة مرحلة بناء العلاقة العلاجية والحث على المشاركة النشطة.
- 3- استفادة اسلوب النصيحة من فردية الارشاد النفسي الديني، من خلال مساعدة الأفراد على التحسن في إطار خاص بكل حالة على حدة، ووفق الحالة الفردية لكل فرد على حدة.
- 4- اعتماد اسلوب النصيحة على الأنشطة والواجبات المتزلية التي يقوم بها المدرب بالجلسة وخارجها وبشكل دوري تنفيذاً لما دار بالجلسة، والتي يتم التأكيد على أهميتها في أي برنامج علاجي نفسي ديني.
- 5- اعتماد اسلوب النصيحة على أسلوب التعزيز الإيجابي والتشجيع، والجمع بين أسلوب التعزيز الذاتي، والممثل في إدراك الفرد لما طرأ على سلوكها من تحسن، والتعزيز الخارجي، والممثل في تشجيع الفرد عند قيامه بالأداء الصحيح للفنية التي يكون الفرد بصدد تنفيذها.
- 6- حرص اسلوب النصيحة على تحقيق الاندماج الديني أي المشاركة الدينية بين المرشد والمسترشد داخل العملية الإرشادية و التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما
- 7- سعى اسلوب النصيحة إلى تقليل الحساسية التدريجي عند النصح، وذلك باستخدام مدرجات السلوك بدءاً من المواقف الأقل إثارة إلى المواقف الأشد إثارة.
- 8- اعتماد اسلوب النصيحة على تكوين ذات اجتماعية جديدة لدى الفرد المنصوح، إذ أن الشخص الذي يعاني من الوسواس القهري على سبيل المثال نتيجة لسيطرة أفكار وأفعال غير مقبولة عليه، فإنه

يشعر بأنه غير مقبول اجتماعيا من العالم المحيط به، ولكنه لا يستطيع إرضاءهم لأنه مقهور، وهذه الخطوة تقوم علي بث مشاعر الطمأنينة والثقة بالنفس واحترامه لذاته واحترام الآخرين له كل ذلك من شأنه أن يولد لديه أفكارا سليمة، ويجتهد في التخلي عن الوسوس التي تجلب عليه الشقاء.

9- اعتماد اسلوب النصيحة على تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم لدي الفرد المنصوح: وتتم هذه الخطوة عندما يستطيع المرشد تعديل فكرة الشخص عن نفسه، وجعلها مركزا لخبرات إدراكية وانفعالية جديدة فمثلا توجد عدة اتجاهات وقيم تساعد علي العلاج من وسوسه القهرية مثل: القدرة علي الصمود، القدرة علي العمل والإنتاج، والقدرة علي تقبل الذات وذوات الآخرين واتخاذ أهداف واقعية، والقدرة علي ضبط الذات وتحمل المسؤولية، والقدرة علي تكوين علاقات مبنية علي الثقة المتبادلة، والقدرة علي بالتضحية وخدمة الآخرين والشعور بالسعادة.

ويجب على المرشد النفسي الديني أن يراعى مجموعة من النقاط عند استخدام اسلوب النصيحة

كأحد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني من أبرزها:

- أن يضع المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة في اعتباره أن استخدام أي فنية علاجية يساعد في تحقيق التعزيز الإيجابي للناحية الدينية للعميل.
- أن يستخدم المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة، الفنيات الموجودة في الدين الذي يؤمن به، بالإضافة إلى الفنيات الأخرى، مثل: فنيات التحليل النفسي، أو السلوكية، أو المعرفية، أو الوجودية وغيرها.
- يحرص المرشد النفسي الديني على استخدام اسلوب النصيحة لأنه يعمل على تحقيق الاندماج الديني أي المشاركة الدينية بين المعالج والعميل التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما.
- يجب تركيز المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة على الارشاد النفسي الديني وليس الوعظ الديني، فالوعظ الديني يكون فيه التعليم والتوجيه من جانب واحد وهو الواعظ ويكون غالبا في دور العبادة أو في البرامج الدينية، ويهدف إلي توصيل المعلومات الدينية المنظمة، أما الارشاد النفسي الديني فهو عملية يشترك فيها المرشد والعميل، فالمرشد يتناول مع العميل موضوع الاعتراف والتوبة والاستبصار ويشتركان معا في عملية تعلم واكتساب اتجاهات وقيم، والعميل يلجأ إلي الله بالدعاء مبتغيا رحمته، مستغفرا إياه ذاكرا صابرا علي كل حال، متوكلا علي الله مفوضا أمره إليه.

- أن يراعى المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة عند قيامه بتوجيهها طرق النصح في الارشاد النفسي الديني(الطرق الاقتدائية في القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة، الطرق الوعظية، الطرق العقلانية الانفعالية في النصح، المناظرة والحوار والإقناع المنطقي، تقليل الحساسية التدريجي عند النصح.
- أن يدرك المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة فضل وأهمية النصح لان معرفة الناصح لفضل النصح، وأجره عند الله، يكون حافزاً ودافعاً للتفاني في النصح.
- أن يكون لدى المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة الرغبة في السير بطريق النصح فكلما كان الناصح محباً لنصحه، راغباً للسير في طريقها، كلما كان عمله متقناً، فلا يصلح للسير في هذا الطريق إلا من دخله بحب ورغبة، ومن سار فيه بقناعة ووعي.
- مراعاة المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة التجرد وإخلاص النية لله، فكلما كان الناصح تقياً نقياً، متجرداً في نصحه، يبتغي بها وجه الله عز وجل، كلما أعانه الله على أدائها، وحسب له عليها الأجر الوفير، والإخلاص سر من أسرار الله لا يعطيه إلا لمن أحبه، قال تعالى: ﴿ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَيُعَلِّمُكُمُ اللَّهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴾ (سورة البقرة، آية:282).
- أن يتحلى المرشد النفسي الديني الذي يقوم بالنصيحة بمجموعة من الصفات من أهمها:
 - ❖ **التحلي بالصبر الجميل:** فهو محتاج إلى الصبر للحصول على العلم اللازم لنصحه، ومحتاج للصبر في التعامل مع المنصوحين، الذين يستهدفهم بنصحه، محتاج إلى الصبر الجميل لمواجهة العقبات التي ستعترض طريق نصحه. قال تعالى: ﴿ وَالْعَصْرِ * إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ * إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالْحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ. ﴾ (سورة العصر، آيات: 1-3)
 - ❖ **التحلي بالخلق الحسن:** فينبغي أن يتحلى المعالج النفسي الذي يقوم بالنصيحة بالخلق الحسن، فيكون صادقاً لا يكذب، أميناً لا يغش، وفيماً لا يخون، عفيف اللسان، فإذا وعد لا يخلف، وإذا حدث لا يكذب، وإذا عاهد لا يغدر، وإذا خاصم لا يفجر .

❖ **التسلح بالعلم:** فهو زاد هذه النصيحة، وزيتها المحرك، وعلى قدر علم الناصح يكون قدره، ومكانته، ولا يصلح لهذه النصيحة إلا من ملك أدواتها.

❖ **الاتصاف بالحكمة والحنكة:** فلا بد على المعالج النفسي الناصح أن يكون حكيماً، نافذ البصيرة، بعيد النظر، والحكمة هي وضع الشيء المناسب، في المكان المناسب، في الوقت المناسب، بالقدر المناسب، والحكمة تقتضي أن يكون عارفاً بما يجب تقديمه، وما يمكن تأخيرها، وأن يكون مدركاً للضروري، عارفاً بترتيب الأولويات، والمراتب والدرجات... إلى آخر هذه الأمور المهمات.

❖ **الخبرة والتخصص:** ينبغي على المعالج النفسي الناصح أن يكون خبيراً بالوسط الذي ينصح فيه، خاصة بعدما أضحت النصيحة بحراً واسعاً، وبناءً فارهاً، وأقساماً شتى، فالنصيحة بين الطلاب لها لغتها، والنصيحة بين العمال لها طريقتها التي تلائمها، والنصيحة العامة لها أسلوبها الذي يناسبها، والنصيحة النسائية لها خصوصيتها... الخ. ولكل قسم من هذه الأقسام أدواته ووسائله التي تناسبه.

الفصل الرابع: أسلوب الحوار:

تمهيد:

يعتبر أسلوب الحوار أمراً في غاية الأهمية باعتباره نقطة الانطلاق الأولى التي تعزز ثقة الفرد في التواصل مع الآخرين، بل النواة الأساسية التي يتشكل فيها تعامل الفرد مع الغير، وإذا افتقد هذا الحوار مع اقرب الناس إليه فإنه من الصعب أن يجده لدى الآخرين، وأحياناً تتشكل المفاهيم الإيجابية ووجهات النظر والآراء السديدة من خلال تبادل الآراء واحترام وجهات النظر داخل الجماعة الواحدة، وسيادة مبدأ الإقناع بالحجة والمنطق، وغياب وسائل القهر والإذلال وفرض الآراء بالقوة.

يشكل القرآن الكريم الوثيقة الرائعة من وثائق الحوار الديني الذي يتعلق بكل قضايا العقيدة ابتداءً من فكرة وجود الله، ووحدانيته، إلى الأحكام الشرعية". يعد الحوار بكل أشكاله سمة من سمات المجتمع المسلم ابتداءً من عهد الرسول — عليه الصلاة والسلام — وحتى العهود التي تلت عهده الكريم وتاريخنا مليء بالشواهد التي تصلح أن تكون أمثلاً ساطعة على حرية الحوار بين المواطن والخليفة أو بين المواطن والآخر وكذا بين العلماء من مختلف المذاهب والملل.

إن القرآن الكريم أمرنا بالحوار مع أهل الكتاب بغية التوصل إلى واقع يقودهم لمعرفة الإسلام على وجهه الصحيح، قال تعالى: ﴿ قل يا أهل الكتاب تعالوا إلى كلمة سواء بيننا وبينكم ألا نعبد إلا الله ولا نشرك به شيئاً ولا يتخذ بعضنا بعضاً أرباباً من دون الله فإن تولّوا فقولوا اشهدوا بأنا مسلمون ﴾ (آل عمران، 64)، وقد اختار الرسول الهجرة الأولى للمسلمين إلى الحبشة مع كون ملكها نصرانياً، إلا أن عدله وإنصافه للمظلومين جعل الرسول يختاره لهجرة أصحابه، وقد ذكرت كتب التاريخ ذلك الحوار الرائع بين النجاشي وبين جعفر بن أبي طالب وكيف انتهى ذلك الحوار بإقرار النجاشي بنبوة الرسول عليه السلام وتقديمه العون لأصحابه.

وتظهر أهمية الحوار في كونه حاجة إنسانية مهمة يتواصل فيها الإنسان مع غيره لنقل آرائه وأفكاره وتجاربه وقيمه، كما أن الشعوب أصبحت في حاجة ماسة لنقل حضارتها من خلال الحوار، كما أن الحوار يساعد الإنسان إلى تقوية الجانب الاجتماعي في شخصيته من خلال حوار مع الآخرين وتواصله معهم، كما أن العصر الذي نعيش فيه أصبح لزاماً على الإنسان أن يدرك مهارة الحوار من خلال ظهور القنوات الفضائية فأصبح في عالم متسارع من الاكتشافات العلمية والانفجارات المعرفية في جميع مجالات الحياة.

يعد الحوار من أهم أدوات التواصل الفكري والثقافي والاجتماعي والاقتصادي التي تتطلبها الحياة في المجتمع المعاصر لما له من أثر في تنمية قدرة الأفراد على التفكير المشترك والتحليل والاستدلال، والبعد عن الانغلاق والانعزالية، فضلاً عن كونه وسيلة للتآلف والتعاون والتفكير الجماعي والنقد الفكري الذي يؤدي إلى توليد الأفكار والابتعاد عن سوء الفهم وسوء الظن وإلغاء الآخر. وقد أكد الإسلام على الحوار وبين أهميته في كثير من نصوص الكتاب المبين والسنة الشريفة، كما في سورة النحل (آية 125) في قوله تعالى: **آدعُ إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن،** لذا تسعى الدراسة الحالية إلى تناول موضوع مقومات الحوار الناجح بالدراسة والتحليل.

يعد الحوار مطلب إنساني، تتمثل أهميته باستخدام أساليب الحوار البناء لإشباع حاجة الإنسان للاندماج في جماعة، والتواصل مع الآخرين، فالحوار يحقق التوازن بين حاجة الإنسان للاستقلالية، وحاجته للمشاركة والتفاعل مع الآخرين. كما يعكس الحوار الواقع الحضاري والثقافي للأمم والشعوب، حيث تعلقو

مرتبته وقيمته وفقاً للقيمة الإنسانية لهذه الحضارة وتلك. وتعد الندوات واللقاءات والمؤتمرات إحدى وسائل ممارسة الحوار الفعال، الذي يعالج القضايا والمشكلات التي تواجه الإنسان المعاصر.

إن من أبرز المزايا التي اقتص بها الحوار الإسلامي علمية الحوار المستمدة من عالمية الدين الإسلامي، وقد أكد هذا رب العزة في محكم تنزيله إذ قال: " وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا " (الحجرات، الآية 13) أي ليعرف بعضكم بعضاً من خلال التحوار المؤدي إلى التعارف والتعاون بين بني البشر فالحوار بهذا المعنى ظاهرة إنسانية عالمية، وضرورة حياتية يبررها التفاوت البشري في العقول والأمزجة، فقد قال تعالى مؤكداً هذا التفاوت والاختلاف: " ولو شاء ربك لجعل الناس أمة واحدة ولا يزالون مختلفين إلا من رحم ربك ولذلك خلقهم " (هود، الآية 118). ويكتسب الحوار أهمية بالغة في الدعوة الإسلامية، فهو أسلوب أصيل من أساليب الدعوة، فضلاً عن دوره الكبير في تأصيل الموضوعية ورد الفكرة المغرصة كالفكرة القائلة إن الإسلام دين القهر، وإنه انتشر بالسيف كما روجه أعداء الإسلام من ضلال المستشرقين والحقادين على هذا الدين، ولم ينتشر الإسلام ونظامه في المشارق والمغرب إلا بفضل الحوار الهادف الذي يعني قبول التكافؤ بين مختلف الشعوب والأمم، فبالحوار والإقناع وإعطاء التصور الصحيح للإسلام، ومحاولة نقاش الآخرين واحترامهم، تحقق انتصار الإسلام وتم قبول دعوته السامية القائمة على البساطة والاعتقاد الصحيح، والالتزام بحقوق الإنسان، ولا سيما العمل بمقتضى العدالة والمساواة والحرية والإخاء الإنساني والمرونة.

يعد الدين الإسلامي دين الحوار بدليل ما جاء في التنزيل الحكيم ﴿لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَأَنْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (سورة البقرة، 256)، ومنهج الإسلام هو إتباع طريقة الحوار التام الذي يقصد به الكشف عن الحقيقة المجردة، وتحقيق المصادقة بين المتحاورين، فالإسلام كله دعوة دائمة للحوار مع أهل الأديان الأخرى، وهو أيضاً دعوة خالصة لحوار الحضارات لبيان زيف الحضارة المادية وانطلاقها من الماديات فقط، وإثبات صحة منهج الحضارة الإسلامية القائمة على مراعاة الماديات والروحانيات معاً. والحوار أجدى على الإسلام والمسلمين من التقاطع والتدابير والانعزال، أو العزلة أو الانغلاق والعنصرية فهو يحقق المصلحة الإسلامية، بنشر الدعوة بطريق هادئ، كما فعل النبي صلى الله عليه وسلم في المرحلة المكية مع المشركين، ولأن الحوار دليل على الثقة بالنفس والمبدأ، ولأن الإسلام كما عرفنا دين التسامح والتوازن والاعتدال، ولا يقر ما يسمى بالإرهاب الفكري والحربي إلا للضرورة لقمع عدوان المعتدين، واستخلاص الحقوق المغتصبة من

الظلمة الغاصبين، ولا ينكر في الإسلام تفاوت المدارك والثقافات والترعات، فيكون الإسلام الذي هو رحمة شاملة للعالمين طريق إنقاذ ونجاة، وإرساء لمعالم الحكمة والاعتدال، بالحوار المفيد والنقاش الهادئ.

وقد أكد ديننا الحنيف الحوار من خلال ما ذكره الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز حين قال: ﴿أدع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن﴾ (سورة النحل، 125)، وفي القرآن الكريم أشكال متعددة ومختلفة من الحوار بين مستويات عديدة، منها: حوار الملائكة مع ربه سبحانه وتعالى في سورة البقرة ﴿وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة قالوا أتجعل فيها من يفسد فيها ويسفك الدماء ونحن نسبح بحمدك ونقدس لك قال إني أعلم ما لا تعلمون﴾ (سورة البقرة، 30)، وحوار الله سبحانه وتعالى مع الأنبياء والرسل على سبيل المثال حوار الله تعالى مع عيسى عليه السلام في سورة المائدة: ﴿وإذ قال الله يا عيسى بن مريم أنت قلت للناس اتخذوني وأمي إلهين من دون الله قال سبحانك ما يكون لي أن أقول ما ليس بحق إن كنت قلته فقد علمته تعلم ما في نفسي ولا أعلم ما في نفسك إنك أنت علام الغيوب﴾ (سورة المائدة، 116). وحوار الله سبحانه وتعالى مع إبليس على سبيل المثال حوار الله تعالى مع عيسى عليه السلام في سورة المائدة [الآية 116]: ﴿وإذ قال الله يا عيسى بن مريم أنت قلت للناس اتخذوني وأمي إلهين من دون الله قال سبحانك ما يكون لي أن أقول ما ليس بحق إن كنت قلته فقد علمته تعلم ما في نفسي ولا أعلم ما في نفسك إنك أنت علام الغيوب﴾. وحوار الرسل مع أقوامهم، كحوار آدم مع زوجته وهما في الجنة، وكذلك ما أمر الله به الملائكة من السجود لآدم لما خلقه، كما جاء في قوله تعالى من سورة [البقرة]: ﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ إلى آخر الآيات.. وغيرها من الأمثلة.

وقد وردت في السنة النبوية أمثلة كثيرة لحوار النبي، حيث كان من مبدأ الرسول، الحوار مع كل معارض، وقد حملت لنا كتب السنة كثير من حواراته، مع قومه وأصحابه، ومع معارضيه، ومن أشهر المحاورات ما حصل عند ما بعث المشركون عتبة بن ربيعة ليعرض على رسول الله أموراً لعله يقبل بعضها فيعطى من أمور الدنيا ما يريد إلى آخر المحاورات المشهورة، وكذلك قصة من جاء يستأذنه في الزنا..

ومن السنة أيضاً قصة الرسول مع عتبة بن ربيعة حيث بان لنا حسن استماع الرسول لعتبة حتى فرغ من كلامه، وقصة الرسول مع الأنصار بعد معركة حنين في توزيعه للغنائم وكيف بان لنا قبول

الأنصار لقسمة الرسول، والرضا بها، ولقد تحاور المسلمون فيما بعد مع المجوس والنصارى واليهود وأصحاب الملل الأخرى التي تخالف ملتهم، بل إنهم تحاوروا مع الذين ينكرون وجود الله والرسالات والبعث والنشور، وكانت هذه الحوارات تتم في أجواء علمية رائعة وكان الجميع يعيشون في مجتمع واحد وتحت ظل دولة واحدة، ولم تكن كل تلك الاختلافات تفرق بينهم، وتجعل بعضهم أعداءً لبعضهم الآخر، فالتعامل مع المخالف له قواعد وأصول، وبذلك يعد الحوار ذا أهمية كبيرة، فهو من وسائل الاتصال الفعالة؛ حيث يتعاون المتحاورون على معرفة الحقيقة والتوصل إليها؛ ليكشف كل طرف منهم ما خفي على صاحبه منها، والسير بطريق الاستدلال الصحيح للوصول إلى الحق. والحوار مطلب إنساني، تتمثل أهميته باستخدام أساليب الحوار البناء لإشباع حاجة الإنسان للاندماج في جماعة، والتواصل مع الآخرين، فالحوار يحقق التوازن بين حاجة الإنسان للاستقلالية، وحاجته للمشاركة والتفاعل مع الآخرين. كما يعكس الحوار الواقع الحضاري والثقافي للأمم والشعوب، حيث تعلق مرتبته وقيمه وفقاً للقيمة الإنسانية لهذه الحضارة وتلك. وتعد الندوات واللقاءات والمؤتمرات إحدى وسائل ممارسة الحوار الفعال، الذي يعالج القضايا والمشكلات التي تواجه الإنسان المعاصر. يقوم الحوار المنضبط الراقي على أصول عظيمة كثيرة، ويمكن إجمالها بسلامة المقاصد، والثبت، والعلم بمادة الحوار، ولزوم العدل مع المخاور. فهذه الأصول، وما يندرج تحتها تعد أعظم أصول الحوار ومقوماته. وهذه الأصول الرفيعة الشأن تتجلى غاية التجلي في السيرة النبوية الشريفة.

أولاً: مفهوم الحوار:

أ - الحوار في اللغة: من حور، الحور: الرجوع عن الشيء وإلى الشيء، حار إلى الشيء وعنه حوراً ومحاراً ومحارة وحؤوراً: رجع عنه وإليه؛ أن كلمة الحوار في اللغة مشتقة من تحاور وتحاوروا، أي تراجعوا الكلام بينهم، والحوار حديث يجري بين شخصين أو أكثر في العمل القصصي، أو بين ممثلين أو أكثر على المسرح.

ب - الحوار في الاصطلاح: تعددت تعريفات الحوار فنجد الهاشمي (1981) يعرفه بأنه وسيلة تستخدم الإقناع الذاتي لتمحيص الأفكار والمعلومات السابقة، واختبارها بطريقة غير مباشر للتأكد من صحتها أو خطئها؛ لذا فهي لا تعتمد التلقين المجرد القائم على الأمر والنهي أو على مجرد الإلقاء والسماع المطلقين، فالحوار طريقة تقوم على المناقشة المتبادلة بين طرفين وتتخللها أسئلة وإجاباتها.

يرى الشيباني (1985) بأن الحوار تلك الطريقة التي تقوم على أساس الحوار والنقاش بالأسئلة والأجوبة للوصول إلى حقيقة من الحقائق لا تحمل الشك ولا النقد ولا الجدل. وأشار زيادة إلى أن الحوار في جملته من الأساليب التي توظف لنقل معلومة لا بطريق الخبر وإنما من خلال السؤال والجواب أو رأيين يلتقيان أو يفترقان من حول الشيء ونقيضه مما يعطي الإطار الذي تنقل به المعلومة حيوية تفضل السرد الذي قد يشعر السام والملل.

ويعرف عحك (1418هـ) الحوار بأنه محادثة بين شخصين أو فريقين، حول موضوع محدد، لكل منهما وجهة نظر خاصة به، هدفها الوصول إلى الحقيقة، أو إلى أكبر قدر ممكن من تطابق وجهات النظر، بعيداً عن الخصومة أو التعصب، بطريق يعتمد على العلم والعقل، مع استعداد كلا الطرفين لقبول الحقيقة ولو ظهرت على يد الطرف الآخر.

ثانياً: مفهوم الحوار التربوي في السنة النبوية: يقصد بالحوار التربوي في السنة النبوية في الدراسة الحالية بأنه أسلوب تعليمي استخدم فيه الرسول صلى الله عليه وسلم الأسئلة وإجاباتها بهدف إثارة أذهان المتعلمين ودفعهم إلى تمحيص الأفكار ومحاكمتها عقلياً للوصول إلى الحقائق التي لا تقبل الشك أو الجدل.

ثالثاً: آداب الحوار:

إن الأخذ بآداب الحوار يجعل للحوار قيمته العلمية، وانعدامها يقلل من الفائدة المرجوة منه للمتداولين. إن بعض الحوارات تنتهي قبل أن تبدأ، وذلك لعدم التزام المتداولين بآداب الحوار. والحوار الجيد لا بد أن تكون له آداب عامة، تكون مؤشراً لاجابية هذا الحوار أو سلبيته، وإن لم تتوافر فيه فلا داعي للدخول فيه، وهذه الآداب تكون ملازمة للحوار نفسه، فانعدامها يجعل الحوار عديم الفائدة، لذا ينبغي أن تكون هناك آداب لضمان استمرارية الحوار كي لا ينحرف عن الهدف الذي من أجله كان الحوار، وحتى بعد انتهاء الحوار لا بد من توافر آداب من أجل ضمان تنفيذ النتائج التي كانت ثمرة الحوار، فكم من حوار كان ناجحاً ولكن لعدم الالتزام بالآداب التي تكون بعد الحوار كانت النتائج سلبية على المتداولين. يحتوى الحوار على آداب جملة ينبغي على كافة الأطراف التحلي بها والالتزام بها حتى لا يتحول كلامهم إلى مرأى أو جدال. ومن أهم آداب الحوار

- **إخلاص المحاور النية لله تعالى:** يجب ان يتوافر في الأعمال سواء كانت كبيرة أو صغيرة النية الخالصة لله عز وجل، وتحقيق الإخلاص في النية لله ينبغي أن يتحقق عملياً في واقع الحياة لقوله تعالى ﴿ قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ (الأنعام:162) وقد وضع النبي صلى الله عليه وسلم حقيقة النية بحديثه " إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ وَإِنَّمَا لِامْرِئٍ مَّا نَوَى، فَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ فَهَجْرَتُهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ، وَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ لِدُنْيَا يُصِيبُهَا أَوْ امْرَأَةٍ يَتَرَوَّجُهَا فَهَجْرَتُهُ إِلَى مَا هَاجَرَ إِلَيْهِ رواه مسلم (مسلم،4927)، والمحاور عمل من الأعمال، ولذا لا بد له من نية خالصة لله تعالى تتمثل في إحقاق الحق وإظهاره على الناس، إذ " ينبغي على المسلم ألا يدخل في حوار ما إذا لم يكن متأكداً من أن نيته لله عز وجل، فليس المقصود من الحوار أن يظهر المحاور براعته وثقافته أو أن يتفوق على الآخرين.
- **التذكير بالله تعالى:** ينبغي للمحاور التذكير بالله دائماً حتى ولو كان المحاور لا يؤمن بالله تعالى وهذا أدب قرآني ورد في حوارات الأنبياء مع رسلهم، وقد قال موسى وهارون لفرعون ﴿ قَدْ جِئْنَاكَ بِآيَةٍ مِنْ رَبِّكَ وَالسَّلَامُ عَلَيَّ مَنْ اتَّبَعَ الْهُدَى ﴾ (طه:47) وقال هود لقومه ﴿ أَوْ عَجِبْتُمْ أَنْ جَاءَكُمْ ذِكْرٌ مِنْ رَبِّكُمْ عَلَى رَجُلٍ مِنْكُمْ لِيُنذِرَكُمْ وَلِتَتَّقُوا وَلَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴾ (الأعراف:63). إن التذكير بالله تعالى أصل من أصول الحوار والدعوة، وهو رد على من يريدون إقامة الحوار بين الثقافات والأديان في عصرنا دون الخوض في مسائل العقيدة، وهو حوار غير مجد نفعاً لأنه مبني على ضياع الأصل الأصيل في هذا كله، ألا وهو توحيد الله تعالى كما سنفصل ذلك في موضع آخر.
- **صدق المحاور:** إن توافر هذا الأدب في المتحاورين له قيمته الكبيرة في نجاح المحاور فوجود ضد هذه الصفة وهي الكذب يفقد طرفي المحاوره أمانتهم ويتطرق الشك في صدقهم، ان اعتماد المحاور الصدق في كلامه يكسبه قوة في محاورته، فكلما تمسك بهذه الصفة كان لهذا الأثر البالغ في إقناع محاوريه بصحة دعواه وسلامة قضيته. والمحاور الصادق يجعل لكل كلمة قيمة واضحة تؤثر فيمن يتحاور أو يستمع له فكل أقواله لها وزنها، وأما لو كان كاذبا في أقواله فإن أغلب كلامه وإن كان ظاهره الصحة فإنه لا يؤخذ به ولا تكون له قيمة عند محاوريه أو حتى المستمعين له؛ لأنه فقد المصدقية التي كان يتمتع بها.
- **الصبر والحلم:** إن البعض يضيق صدره بسرعة في المحاوره حتى وإن كان الطرف الآخر لا يخالفه في الرأي، وهذا أمر خطير لأنه لا يتمكن من شرح أو توضيح وجهة نظره، فضلا على أنه لن يستطيع الدفاع عنها

عند المخالفة، ولذا يجب أن يتصف المحاور بالصبر والحلم قبل دخوله في المحاور. والصبر في الحوار أنواع منها:

- الصبر على الحوار ومواصلته.
- الصبر على الخصم سيئ الخلق.
- الصبر عند سخريه الخصم واستهزائه.
- الصبر على شهوة النفس في الانتصار على الخصم.
- الصبر على النفس وضبطها.

● **الرحمة:** إن من الصفات التي يتصف بها المحاور المسلم هي الرحمة، وهي رقة القلب وعطفه، والرحمة في الحوار لها أهمية فالمحاور حين يتصف بها تجدد فيه إشفاقاً على من يتحاور معه وميلاً إلى إقناعه بالحسنى فهو لا يعد على خصمه الأخطاء للتشفي منه. والرحمة في الحوار تدل على صدق نوايا وسلامة الصدر والمحاور المسلم لا تكون رحمته لمن يجب فقط بل هي شاملة لكل من يراه، والمتحاورون لو نظر كل منهم إلى من يحاوره نظرة رحمة، تعاطف معه وسعى إلى إقناع بكل الوسائل الممكنة. وتقبل الناس للفكرة ليس بالسهولة المتوقعة، لأن عقول الناس مختلفة في قدرتها على الفهم، فقد يفهم أحد الناس أمراً ما في وقت أقصر من غيره، وبالرفق يمكن إقناع الآخرين. والرفق بالمحاور يجعله متقبلاً لما يطرح عليه من أفكار، بل قد يرجع وبهوله عن رأيه إذا بين الخطأ الذي وقع فيه. ولو عوامل بشدة لما استجاب، بل سيكابري ويعاند ويصر على الخطأ والباطل الذي كان عليه، وسيلتمس لنفسه المبررات والأعذار في إصراره على ما هو عليه من الخطأ.

● **عدم التكبر على المحاور:** إن التكبر أمر مذموم وهو مرض إبليس الذي أخرجته إلى الكفر، والناس لا يقبلون من متكبر أياً كان موقعه أو منصبه أو مكانته، فإن قبلوا منه لمكانة له أو سلطان فعلى مضض وكره وتربص إلى حين.. ولهذا أوصى لقمان ولده بقوله ﴿ وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾ (لقمان: 18).

ولا ينبغي أن يبدأ الحوار بتخطئة الآخر واتهامه، فلماذا الحوار إذاً؟ إن الحوار سبيل لبيان الحق، وإذا بدأنا بالإدانة والاتهام فلن يظهر الحق، وسوف يصر الطرف الآخر على موقفه، ومن ثم تضع الحقيقة، وهذا ثابت فيما أوردناه من حوارات النبي صلى الله عليه وسلم. ولم يثبت قط في حوار للنبي صلى الله عليه وسلم أنه سب محاوره أو لعنه أو قبح أو تنقص... حتى في أشد الأزمات وأحلك الأوقات، ولعل حوار

مع مبعوثي قريش في صلح الحديبية خير شاهد على ذلك كما ذكرناه من قبل، فحين أملى النبي صلى الله عليه وسلم شروط الصلح مع قريش على علي بن أبي طالب بحضور سهيل بن عمرو ممثلاً لقريش قال النبي صلى الله عليه وسلم لعلي: " اكتب: بسم الله الرحمن الرحيم، فقال سهيل: لا أعرف هذا! ولكن اكتب باسمك اللهم، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: اكتب باسمك اللهم فكتبها، ثم قال: اكتب: هذا ما صالح عليه محمد رسول الله سهيل بن عمرو، قال: فقال سهيل: لو شهدت أنك رسول الله لم أقاتلك، ولكن اكتب اسمك واسم أبيك، قال: فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: اكتب: هذا ما صالح عليه محمد بن عبد الله سهيل بن عمرو (ابن هشام، 2007).

إن بشاشة الوجه ولين الجانب وخفض الجناح وإلقاء السلام أمور كالسحر في اجتذاب القلوب والنفوس، وفي الحديث " لا تَحْقِرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ شَيْئاً وَلَوْ أَنْ تَلْقَى أَخَاكَ بِوَجْهِ طَلِقٍ رَوَاهُ مُسْلِمٌ وَأَحْمَدُ (6690) وَ(أحمد، 21559) إن اللقاء بوجه طلق وبإلقاء السلام يفتح مغاليق القلوب ويقارب بين الأرواح، لهذا السبب ورد ذم المحادل المتكبر عن الحق { وَمِنَ النَّاسِ مَن يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُنِيرٍ. تَأْنِي عِطْفِهِ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُ فِي الدُّنْيَا حِزْبٌ وَنَذِيقُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَذَابَ الْحَرِيقِ { (الحج، 8-9).

● **الجدال والمخاطبة بالتي هي أحسن:** إن إتباع الحسنى في القول والفعل كاف في جذب القلوب والعقول الواعية، ولهذا أمر المسلمون بمجادلة أهل الكتاب بالتي هي أحسن { وَلَا تُجَادِلُوا أَهْلَ الْكِتَابِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِلَّا الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْهُمْ } (العنكبوت، 46)، والدعوة بالحسنى أدب قرآني أمر به المرسلون على مر التاريخ، وحين أرسل الله تعالى موسى وهارون إلى فرعون الذي بلغ المدى في كفره فزعم أنه إله، قال تعالى لهما { فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى } (طه، 42) هذا مع علم الله تعالى المسبق أن فرعون لن يؤمن، وسيبقى على كفره حتى الغرق ولكنه مع ذلك أمرهما بما أمر ليكون ذلك نبراساً وأدباً ومنهاجاً مستمراً للدعاة إلى يوم القيامة، وإذا لم ينجح هذا الأدب مع فرعون، فلعله ينجح مع غيره فيتذكر أو يخشى.

وقد حاور النبي صلى الله عليه وسلم اليهود مراراً وتكراراً، فما سبَّ أحداً منهم ولا تنقصه بل كان على الدوام يحاورهم بالحسنى ويظهر احترام محاوريه ورغبته الشديدة في هدايتهم إلى الحق، حتى حين كانوا يشتدون في القول وينشرون الأكاذيب كعادتهم كان يقابلهم بالحسنى ويفضح أكاذيبهم، ومن ذلك سؤاله

لهم في غزوة خيبر عن أهل النار، قال: " فَهَلْ أَنْتُمْ صَادِقِي عَنْ شَيْءٍ إِنْ سَأَلْتُ عَنْهُ؟ فَقَالُوا: نَعَمْ يَا أَبَا الْقَاسِمِ، وَإِنْ كَذَبْنَا عَرَفْتَ كَذَبْنَا كَمَا عَرَفْتَهُ فِي آيِنَا، فَقَالَ لَهُمْ: مَنْ أَهْلُ النَّارِ؟ قَالُوا: نَكُونُ فِيهَا يَسِيرًا ثُمَّ تَخْلُفُونَا فِيهَا! فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: اخْسَئُوا فِيهَا، وَاللَّهِ لَا تَخْلُفُكُمْ فِيهَا أَبَدًا رواه البخاري (3169).

● **الاحترام:** إن اختلاف وجهات النظر مهما بلغت بين المتحاورين فإن ذلك لا يمنعهم من الاحترام والتقدير، إن الاحترام المتبادل يجعل الأطراف المتحاورة تتقبل الحق وتأخذ به، وكل إنسان يجب أن يعامل باحترام فعلى المحاور أن يجب لأخيه ما يجبه لنفسه، وحتى لو كان هناك رد في الحوار فالواجب بقاء الاحترام، فالحوار لم يدخل الحوار إلا وهو يرغب في الاستفادة، فإن لم يستفد فعليه أن لا يفقد الاحترام والتقدير لمن يتحاور معه.

● **البعد عن المماارة والجدل:** يسبب الجدل تشتت القلوب ولا فائدة من ورائه ولا يقصد منه إلا إفحام الخصم.. أو التشهير به، وإظهار الخلل في كلامه أو فعله أو قصده.. وعن أبي أمامه الباهلي رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: [أنا زعيمٌ بيتٍ في ريبض الجنة (ما يحيط بها خارجاً عنها) لمن ترك المراء وإن كان محقاً] رواه أبو داود بإسناد صحيح .

أن يخاطب كل إنسان بما يناسبه شرعاً و عرفاً: فيخاطب الوالدين بالتوقير والإجلال، والرحمة وخفض الجانب لهما. ﴿فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٌ وَلَا تَنْهَرَهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا﴾ (الإسراء، الآية 23). أن لا يعظم الفاسق والكافر (لا تقولوا للمنافق سيدياً، فإنه إن يكن سيدياً فقد أسخطتم ربكم عز وجل) رواه أبو داود بإسناد صحيح .

● **البعد عن عبارات المدح للنفس أو للغير إلا لمصلحة وبالضوابط الشرعية:** { فَلَا تُرْكُوا أَنْفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ اتَّقَى } (النجم، 32). أن يكون الكلام هادفاً إلى الخير { لا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا } (النساء، 114).

● **البعد عن الخوض في الباطل:** ويقصد بالباطل كل معصية، فمثلا الحديث في الأغاني وليالي الطرب على سبيل الإعجاب هذا يعد من الخوض في الباطل. وفي الواقع أنواع الباطل كثيرة كما يقول الإمام الغزالي لا يمكن حصرها لكثرتها وتفennها.

● **الصبر:** إن التحلي بالصبر والتواضع للمحاور يجعلانه يشعر بأن الذي أمامه لا يريد شيئاً إلا الحق والحقيقة في ذاتها، والوصول إلى الحقيقة فيه نفع للناس، وقد لقي رسول الله صلى الله عليه وسلم من الناس إبان دعوته ألواناً من التطاول فما ضجر وما سب وما لعن، لقد ابتسم للرجل الذي خنقه بشيابه طالباً بعض المال حتى احمرت رقبته الشريفة صلى الله عليه وسلم فما زجره وما لعنه.. بل أعطاه ما سأل، ففي الحديث عن أنس قال: "كُنْتُ أَمْشِي مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَعَلَيْهِ بُرْدٌ نَجْرَانِيٌّ غَلِيظُ الْحَاشِيَةِ، فَأَدْرَكَهُ أَعْرَابِيٌّ فَجَذَبَهُ جَذْبَةً شَدِيدَةً حَتَّى نَظَرْتُ إِلَى صَفْحَةِ عَاتِقِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَدْ أَثَرَتْ بِهِ حَاشِيَةُ الرِّدَاءِ مِنْ شِدَّةِ جَذْبَتِهِ ثُمَّ قَالَ: مُرْ لِي مِنْ مَالِ اللَّهِ الَّذِي عِنْدَكَ!! فَالْتَمَتَ إِلَيْهِ فَصَحِكَ ثُمَّ أَمَرَ لَهُ بِعَطَاءٍ رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ وَمُسْلِمٌ (البخاري، 3149) و(مسلم، 2429). إن الصبر والهدوء والاعتماد على الحجة الناصعة والدليل البين سبل هامة لنجاح الحوار، حتى إذا لم يقتنع المحاور فإنه يظل في دخيلة نفسه عالماً بأنه على الباطل وأن خصمه على الحق.. وهذه قد تؤدي في النهاية إلى الهزيمة النفسية إذا لم تأت الهزيمة من سلطان أعلى، وقد قال الله تعالى في فرعون وقومه بشأن آيات موسى ﴿وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا﴾ (النمل، 14) فهم قد عرفوا أن موسى على الحق واستيقنوا أن الآيات التي جاء بها حق، ولكن منعهم الكبر حتى جاءهم وعد الله بالهلاك.

● **التواضع:** يعد التواضع خلق إسلامي جميل، ما رزقه أحد إلا حبه الله إلى الخلق وجعل له في قلوب الناس مؤمنهم وفاسقهم مكانة طيبة، فإذا تحاور مع الناس تلهفوا على حديثه وقبلوا منه، ولهذا أوصى الله تعالى رسله وأتباعهم بالتواضع وفي الحديث عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "وَإِنَّ اللَّهَ أَوْحَى إِلَيَّ أَنْ تَوَاضَعُوا حَتَّى لَا يَفْخَرَ أَحَدٌ عَلَى أَحَدٍ وَلَا يَبْغِي أَحَدٌ عَلَى أَحَدٍ رَوَاهُ مُسْلِمٌ وَأَبُو دَاوُدَ وَابْنُ مَاجَةَ (مسلم، 7210)، (أبو داود، 4895)، (ابن ماجه، 4179). إنه التواضع الذي يستصغر به الإنسان نفسه وجهده، بحيث لا يقف من خصمه موقف التحدي ولكن موقف المسترشد المتعرض بنفسه لمساقط الغيث، وعلى جسر من هذا التواضع الذي يفتح الطريق أمام الرأي الآخر تنجلي معركة الرأي عن فوائد كثيرة.

● **التحاور مع أطراف مستعدة للتحاور:** إن من شروط نجاح الحوار وجود أطراف مستعدة للتحاور ومستعدة لبحث المسائل موضوع الخلاف، فإذا لم يكن لدى أحد الطرفين رغبة في بحث المسألة فلا داعي إذاً لضياح الجهد والوقت، ولكن الدعاة أحياناً - مع وجود الإيمان بالدعوة والحماس لها - يواصلون الحوار برغم هذا العائق الخطير، ولم يكن الأنبياء يقطعون الحوار مع أقوامهم حتى آخر لحظة في دعوتهم، وبأمر

مباشر من الله تعالى، وفي حوار صالح مع قومه ﴿فَعَقَرُوهَا فَقَالَ تَمَتَّعُوا فِي دَارِكُمْ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ ذَلِكَ وَعَدُّ غَيْرُ مَكْدُوبٍ﴾ (هود:65) فقد ظل يجاورهم حتى آخر لحظة، ثم أمره الله بترك الحوار بعد عقربهم الناقاة، وتوعدهم ثلاثة أيام يكون بعدها الهلاك (المغامسي، 2005)

وقد حاور النبي صلى الله عليه وسلم قومه كثيراً... ثم تمرّ الأيام وتجتمع قريش عند أبي طالب يشتكون محمداً صلى الله عليه وسلم إلى أقرب الناس إليه، عمه المدافع عنه حمية وصلة للرحم، فحاور أبو طالب ابن أخيه فقال النبي صلى الله عليه وسلم: أي عمّ، أو لا أدعوهم إلى ما هو خير لهم منها؟ قال: وإلامّ تدعوهم؟ قال: أدعوهم إلى أن يتكلموا بكلمة تدين لهم بها العرب، ويملكون بها العجم، قال: فقال أبو جهل من بين القوم: ما هي؟ وأبيك لنعطينكها وعشرأ أمثالها، قال: تقول: لا إله إلا الله، قال: فنفروا وتفرقوا وقالوا: سلنا غير هذه، فقال: لو جئتموني بالشمس حتى تضعوها في يدي ما سألتكم غيرها! قال: فغضبوا وقاموا من عنده غضابي، وقالوا: والله لنشتمنك وإلهك الذي يأمرك بهذا (الطبري، 2007). وحين يصل الحوار إلى طريق مسدود يؤمر المحاور بالسكوت، لأنه يكون أبلغ من الكلام، قال تعالى ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ (الفرقان، 63).

● **تجنب الغضب:** من الأمور التي تضعف الحوار وتخرجه إلى الخصومة اللجوء إلى الغضب، ولقد نهينا عن الغضب كما أكدته النبي صلى الله عليه وسلم بتكرار النهي عنه كما في الحديث عن أبي هريرة " أن رجلاً قال للنبي صلى الله عليه وسلم: أوصني، قال: لا تغضب فرّد مراراً قال: لا تغضب " رواه البخاري (البخاري، 6116)، ذلك أن الغضب مخرج للإنسان عن شعوره وتعقله، فإذا حدث شيء من ذلك أفسد الحوار، وأحدث الخصومة، وربما استتبع العداوة، كما هو مشاهد في الحياة.

● **الإعراض عن الحوار المجادل المتكبر:** إذا تعدى الحوار الآداب المرعية وخرج إلى التكذيب والجدال بالباطل فإن الأفضل إغلاق باب الحوار، لهذا أمرت مريم بإغلاق باب الحوار مع بني إسرائيل بشأن صبيها الذي حملت به فجأة، وتركت الحوار لعيسى لتكون المعجزة، وقد أمرنا بالإعراض عن المجادلين بالباطل ﴿وَإِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ﴾ (الأنعام، 68) وقال تعالى ﴿مَا ضَرَبُوهُ لَكَ إِلَّا جَدَلًا بَلْ هُمْ قَوْمٌ خَصِمُونَ﴾ (الزخرف، 58) وفي الحديث عن النبي صلى الله عليه وسلم " أَبْغَضُ الرَّجَالِ إِلَى اللَّهِ الْأَلْدُ الْخَصِيمُ " رواه البخاري ومسلم (البخاري، 7188) و(مسلم، 6780).

● **العلم بموضوع الحوار:** لا بدّ إذاً للمحاور الناجح العلم بموضوع الحوار وعدم الخوض فيما لا يعلم والتسلح بالعلم والمعرفة، خاصة في الموضوع الذي سيحاور فيه، إن " موضوع الحوار والعلم بتفاصيله والتسلح بالحجج والبراهين المؤيدة له سلاح فعال في يد المحاور الناجح يمكنه من الوقوف على أرض ثابتة وليس على رمال متحركة، وحق الاعتراض والتخطئة والتصدي للمحاورة والجدال لا يتأتى لجاهل في مواجهة عالم. إن المحاور الجاد لا بدّ له أن يلم بأطراف القضية ويفترض لها الاحتمالات والشبهات ويعدّ الردود عليها بالأدلة، فذلك أكثر إقناعاً وأسرع إذا كان لدى الخصم استعداد لتقبل الحق وعدم التمادي في الباطل، ومن أسباب نجاح الحوار وسرعة تأثيره أن يلم المحاور بعناصر موضوعه وأن تكون لديه الحجج الدامغة والمعلومات المناسبة التي يفاجئ بها الخصم، وقد بين الله تعالى لأهل الكتاب خطأ دعواهم في إبراهيم ولما هم على جدالهم فيما لا علم لهم به فقال: ﴿ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لِمَ تُحَاجُّونَ فِي إِبْرَاهِيمَ وَمَا أُنزِلَتِ التَّوْرَةُ وَالْإِنْجِيلُ إِلَّا مِنْ بَعْدِهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ. هَذَا أَنْتُمْ هَؤُلَاءِ حَاجَجْتُمْ فِيمَا لَكُمْ بِهِ عِلْمٌ فَلِمَ تُحَاجُّونَ فِيمَا لَيْسَ لَكُمْ بِهِ عِلْمٌ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾ (آل عمران، 65-66).

وأمر الله تعالى رسوله والمسلمين والناس جميعاً بالالتزام العلمي واتباع الأدلة ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولاً ﴾ (الإسراء، 36) قال ابن كثير: " وقال قتادة: لا تقل: رأيت ولم تر، وسمعت ولم تسمع، وعلمت ولم تعلم، فإن الله سائلك عن ذلك كله.. إلى أن قال: إن الله تعالى نهى عن القول بلا علم، فالقول بلا علم من باب الظن المنهي عنه، وفي الحديث النبوي: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: " إِيَّاكُمْ وَالظَّنَّ؛ فَإِنَّ الظَّنَّ أَكْذَبُ الْحَدِيثِ رواه البخاري ومسلم (البخاري، 5143) و(مسلم، 6536). وعلى المحاور أن يعد موضوع حوارهِ إعداداً جيداً بأدلتِهِ وعناصرهِ، والإتيان في كل أمرٍ محمودٍ مطالبٌ به كما في الحديث " إن الله يحبُّ إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه (رواه البيهقي في شعب الإيمان 335/4 ح (5314)، وحسنه الألباني في صحيح الجامع ح (1880) وهو في مجال المحاورة التي أساسها الدعوة إلى الله أكثر تطلباً.

● **إظهار احترام المحاور:** من الآداب المرعية في فن الحوار التركيز على حل المشكلات وتجنب التعرض للأشخاص بأي نوع من أنواع التشويه للإنسان من حيث هو إنسان كرامة وفضل بخلق الله له بيديه ونفخه فيه من روحه كما قال سبحانه ﴿ وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً ﴾ (الإسراء، 70) وكان النبي صلى الله عليه وسلم يظهر الاحترام الكبير لكل من خالفه في الدين إذا لم يكن منه أذى أو اعتداء.. وهو أدب قرآني، ولا غرو فقد

كانت أخلاقه هي أخلاق القرآن العليا. وهذا الأدب كثير في سنة النبي صلى الله عليه وسلم نذكر منه على سبيل المثال كتابه إلى هرقل الذي رواه البخاري في حديث طويل، ونص الكتاب: " بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، مِنْ مُحَمَّدٍ عَبْدِ اللَّهِ وَرَسُولِهِ إِلَى هِرْقَلِ عَظِيمِ الرُّومِ، سَلَامٌ عَلَيَّ مَنْ أَتَبَعَ الْهُدَى، أَمَّا بَعْدُ فَإِنِّي أَدْعُوكَ بِدِعَايَةِ الْإِسْلَامِ، أَسْلِمْتَ تَسْلَمَ، يُؤْتِكَ اللَّهُ أَجْرَكَ مَرَّتَيْنِ، فَإِن تَوَلَّيْتَ فَإِنَّ عَلَيْكَ إِثْمَ الْأَرِيسِيِّينَ، وَ﴿ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ أَلَّا نَعْبُدَ إِلَّا اللَّهَ وَلَا نُشْرِكَ بِهِ شَيْئًا وَلَا يَتَّخِذَ بَعْضُنَا بَعْضًا أَرْبَابًا مِّن دُونِ اللَّهِ فَإِن تَوَلَّوْا فَقُولُوا اشْهَدُوا بِأَنَّا مُسْلِمُونَ ﴾ (آل عمران، 64) (رواه البخاري، 7).

● **الإنصاف:** إن إنصاف الخصم وجعله يشعر بأن وجهة نظره مفهومة أمر أساس لنجاح المحاور، والإنصاف معناه إعطاؤه حقه في الكلام والنقاش بغير تضيق عليه، لبيسط رأيه واضحاً، ثم يأخذ المحاور في رده الذي ينقض قول الآخر أو يعدله حسب سياق المحاور، والإنصاف لون من العدل الذي أمرنا به حتى مع من نخالفهم ونبغضهم قال تعالى ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ لِلَّهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴾ (المائدة، 8). وهذا الأدب التحواري أدب قرآني تبعه الأنبياء وغيرهم من الصالحين، لقد كانوا يعطون الفرصة لخصومهم ليقولوا ما يشاءون ثم يردون عليهم بالحجة الدامغة طلباً للهداية وإظهار الحق، وليس لمأرب شخصي أو حاجة دنيوية، وفي حوارات موسى مع فرعون صور فريدة لذلك كما في سور: طه والشعراء والقصص وغيرها. إن الإنصاف يجعل الطرف الآخر - رغم المخالفة - يحترم محاوره ويقدره، وربما يدعو ذلك إلى الإذعان للحق آخر الأمر، لهذا يُعد من آداب الحوار " أن تكون حواراتك مع الطرف الآخر تتسم بقدر من النزاهة والمعقولية بحيث يؤدي ذلك إلى وجود جسور من التفاهم المنطقي العقلاني ومما يدخل تحت الإنصاف كذلك "حسن الفهم لحجج الطرف الآخر وأدلته وأقواله، والخلفيات المؤثرة على أفعاله وتصرفاته.

● **القدوة الحسنة:** القدوة الحسنة ركن أساس من أركان الدعوة، إن الداعي إلى أمر لا بد أن يكون أول السابقين إليه، وفي حوار شعيب عليه السلام مع قومه ﴿ وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالِفَكُمْ إِلَىٰ مَا أَنهَاكُمْ عَنْهُ إِن أُرِيدُ إِلَّا الْإِصْلَاحَ مَا اسْتَطَعْتُ ﴾ (هود، 88) فهو يدعوهم إلى أمر يبدأ فيه بنفسه، وينهاهم عن أمور ينتهي هو قبلهم عن إتيانها، وهذا ضابط الأسوة الحسنة، وكم تضيع ثمار دعوات لا يراعي فيها أصحابها هذا الركن من أركان الدعوة، إن عامة الناس تضخم هفوة العالم والداعي، ولا يغفرون له صغائر يغفرونها لغيره من الناس، ولقد ضرب النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الميدان أروع الأمثلة مما هو معلوم من جماع سنته

الشريفة، كان يأمر الناس بصيام التطوع إن استطاعوا، وهو أكثرهم صيام تطوع، وكذا الصلاة وحسن الخلق.

- **العمل على إظهار الحق أولاً:** القصد من التحوار أو الجدل لا بد أن يكون إظهار الحق في ذاته، لا إرضاءً لمخلوق أياً كانت درجته على حساب الحق الذي أمرنا بإعلانه وإظهاره، وكم تعرض للناس الشبهات والأهواء فيؤثرون الخلق على الحق طمعاً في متاع عاجل أو سلطان زائل، لقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يغضب للحق إذا انتهك ولا يغضب لنفسه كما قالت عائشة: "عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: مَا ضَرَبَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَيْئاً قَطُّ بِيَدِهِ وَلَا امْرَأَةً وَلَا خَادِمًا، إِلَّا أَنْ يُجَاهِدَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، وَمَا نِيلَ مِنْهُ شَيْءٌ قَطُّ فَيَنْتَقِمَ مِنْ صَاحِبِهِ إِلَّا أَنْ يُنْتَهَكَ شَيْءٌ مِنْ مَحَارِمِ اللَّهِ فَيَنْتَقِمَ لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ (رواه مسلم، 6050).
- **الثقة بالنفس:** ينبغي للمحاور ما دام يدافع عن الحق أن لا يهاب محاوره، وأن يقدم حججه ناصعة، لا يضره في ذلك كيد عدو أو جهل جاهل، أو تجاهل كبير، فالحق أكبر من هذا كله، ولو أن أصحاب الحق لم يضعوا هذا في نصابهم ما تقدم رجالان ضعيفان فقيران كموسى وهارون إلى فرعون ذي الأوتاد والجنود والعذاب... ولكنهما على حق، ومعهما ربهما يسمع ويرى ولهذا تحول الفزع خفياً إلى قلب فرعون وهو يحاورهما بغير علم ولا هدى ولا كتاب منير، ولولا الثقة بالنفس ما خرج محمد صلى الله عليه وسلم على قومه بدعوته الجديدة داعياً إلى الله ليل نهار، يدعو الصغير والكبير والعبد والحر والمرأة والرجل، وقد كان يدعو كل من يراه، ويخرج في الموسم فيعرض نفسه على القبائل ليهاجر ويضمنوا له الحماية وحرية الدعوة إلى الله، ورغم كثرة المعارضين ورغم خوف القبائل من سلطان قريش وسطوتها، خرج فحاور أهل المدينة ورغبتهم حتى وجد عندهم طلبته، فهاجر إليهم. وسلك أصحابه رضوان الله عليهم مسلكه، فما هاب أحد منهم الخروج إلى دعوة أو إلى حرب، خرج بعضهم برسائل منه صلى الله عليه وسلم إلى ملوك العالم آنذاك خرجوا بغير خوف من لقاء أولئك الملوك الذين طالما سمعوا عنهم وعن طغيانهم وإذلالهم لأقوامهم.
- **مراعاة الظروف المناسبة للتحوار:** يجب مراعاة السياق الزماني والمكاني للعملية الحوارية، إن لكل مكان حكماً في التحوار، فالمسجد غير النادي أو مكان العمل أو مكان النزهة، والاستعداد للتحوار في كل مكان من هذه الأماكن قد يختلف عن الاستعداد للتحوار في غيره، وكذلك زمان التحوار، فالخروج إلى نزهة للترويح عن النفس لا يحتمل التحوار في الأمور بالغة الدقة أو الصعوبة والتعقيد، والحوار في قطار أو

سيارة أو طائرة يختلف عن الحوار في قاعة درس يحضرها أناس متقاربون في المستوى العلمي ويجمعهم إطار علمي واحد وبينهم جسور مشتركة من التفاهم.

- **ترتيب عناصر الحوار:** يتطلب الحوار ترتيب عناصره، وخاصة إذا كانت متنوعة، وهنا لا بد للمحاور الذي لديه قضية يؤمن بها ويريد عرضها، وهذه القضية ذات عناصر متنوعة، وهنا لا بد له من ترتيب هذه العناصر ليضمن الفوز من أقصر طريق، فمثلاً عندما ندعو شخصاً إلى الإسلام لن نبدأ معه بذكر الصلاة والصوم أو مجمل العبادات، لأنه لا يعرف لماذا يؤدي هذه الأعمال ولمن، لذا فإن البداية السليمة أن تكون بالعقيدة، بالدعوة إلى الإيمان بالله الواحد ومعرفة صفاته، وحين تدعن النفس لهذا الإله الواحد الخالق القادر... حينذاك سيكون من اليسير عليها أن تتبع أوامره وتنتهي عما نهى عنه، أو ستكون الثمرة المرجوة من الإيمان وهي الطاعة التي تولد المحبة والأعمال الصالحة. بهذا الفقه كانت حوارات الدعوة إلى الله في السنة النبوية عامة، ومنها أوامر النبي صلى الله عليه وسلم إلى معاذ بن جبل حين أرسله إلى أهل اليمن كما في حديث ابن عباس " أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَعَثَ مُعَاذًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ إِلَى الْيَمَنِ فَقَالَ: ادْعُهُمْ إِلَى شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّي رَسُولُ اللَّهِ، فَإِنْ هُمْ أَطَاعُوا لِذَلِكَ فَأَعْلِمُهُمْ أَنَّ اللَّهَ قَدِ افْتَرَضَ عَلَيْهِمْ خَمْسَ صَلَوَاتٍ فِي كُلِّ يَوْمٍ وَلَيْلَةٍ، فَإِنْ هُمْ أَطَاعُوا لِذَلِكَ فَأَعْلِمُهُمْ أَنَّ اللَّهَ افْتَرَضَ عَلَيْهِمْ صَدَقَةً فِي أَمْوَالِهِمْ تُؤْخَذُ مِنْ أَعْيَانِهِمْ وَتُرَدُّ عَلَى فُقَرَائِهِمْ " وفي رواية مسلم " فَإِذَا أَطَاعُوا بِهَا فَخُذْ مِنْهُمْ وَتَوَقَّ كَرَائِمَ أَمْوَالِهِمْ " رواه البخاري ومسلم (البخاري، 1395) و(مسلم، 121).

- **البدء في التحوار بالنقاط المشتركة:** إذا كان المتحاوران مختلفين اختلافاً كبيراً فلا بد للمحاور الناجح من الابتداء بالنقاط المشتركة ليجذب الطرف الآخر وينشطه للتحوار، إن الحوار إذا بدأ بما هو موضع خلاف أو نزاع أو وجهات نظر متعارضة، فإن ذلك قد ينسف الحوار من أوله، أو على الأقل يغير القلوب ويكدر الخواطر، إن المحاور الذي يبدأ بتقديم نقاط الاتفاق بينه وبين الطرف الآخر إنما يبدأ في الحقيقة بكسب ثقته، ويبني معه جسراً من التفاهم.

رابعاً: صفات المحاور:

للمحاور صفات من أهمها:

- علمه بما يحاور.
- قدرته على التعبير.
- حلمه وسعة صدره.
- سرعة البديهة، واستحضار الشواهد، والذكاء، وجمعها
- الحكمة اى العلم والفهم والتعبير، ومثال ذلك حكمة نبي الله إبراهيم عليه السلام في حوار النمرود إذ ألزمه الحجة { قَالَ إِبْرَاهِيمُ فَإِنَّ اللَّهَ يَأْتِي بِالشَّمْسِ مِنَ الْمَشْرِقِ فَأْتِ بِهَا مِنَ الْمَغْرِبِ فَبُهِتَ الَّذِي كَفَرَ } (البقرة، 258).

خامساً: متطلبات الحوار:

- أن يكون لدى كافة أطراف الحوار الاعتراف بالخطأ في حال خالف الصواب.
- أن يتأدب كل طرف مع الآخر باختيار الألفاظ المناسبة التي يرضي المحاور أن يسمعها من غيره
- أن يكون الدافع الرئيسي لدى جميع أطراف الحوار إصابة الحقيقة وأن يكون الوصول إلى الصواب والحق.
- البعد عن الغضب وأسبابه مع الحرص على الاعتدال حتى ينتهي الحوار.
- أن يكون لدى كافة الأطراف قدرة على التعبير.
- المرونة في الحوار وعدم التشنج.
- الإصغاء للطرف الآخر والاستفادة من طرحه وكبت جماح النفس عند الرغبة في الجدل، والعرب تقول: رأس الأدب كله الفهم والتفهم والإصغاء إلى المتكلم، ومن أهم الفوائد التي تستفيد منها هذه النقطة اكتساب صفة الحلم.
- أن يحترم كل طرف عقيدة الطرف الآخر ومبادئه وأن يراعي نفسيته.
- القراءة للموضوع عدة مرات، قبل أخذ أو إبداء الرأي
- عدم النظر للموضوع من ناحية شخصية، فالموضوع أكيد عام
- عدم اللزم أو الهمز بالكتابة لشخص معين من المتحاورين

- العدل في كتابة وجهة النظر، دون تحيز
- عدم الخروج عن الموضوع، حيث هو محور الحديث، مع امكانية التطرق دون إسهاب بما له علاقة بالموضوع ومن ثم العودة إلى أصل الموضوع .
- احترام رأي المتحاورين، وإن اختلفت الآراء، وكل له وجهة نظره .
- محاولة اقناع المجموعة بالحجج إن أمكن ذلك .
- محاولة ربط الحديث من آن إلى آخر مع البقية، فلا تكون كأنك لم تقرأ لهم.

سادسا: فوائد الحوار:

تتمثل فوائد الحوار فيما يلي:

- ❖ يعد الحوار وسيلة لتجنب سوء الفهم ونشوء الصراع، إن سوء الفهم بين الأصدقاء والجيران والزملاء، بل بين الدول غالباً ما يزول بكلمة طيبة أو لقاء يسير أو تصريح مريح، المهم أن لا تأخذ الناس العزة بالإثم والاستكبار عن ابتداء المحاورة وفتح باب المراجعة والمعاتبة،.
- ❖ يعد الحوار واحد من أهم الوسائل المشروعة للدعوة إلى الله، سواء دعوة الأفراد أو الجماعات، وسواء دعوة المسلمين لمزيد من التفاهم ونبذ الخلاف والتعلم.. أو دعوة غير المسلمين إلى الإسلام، أو التفاهم والتعارف وإزالة سوء الفهم، إن الحوار الجاد " يمكن أن يحقق فوائد جمة إذا امتلك الداعية أدواته وهو يحاور الآخرين، ومن المؤكد أن الحوار- وفق أسس منهجية - نافذة من نوافذ الخير والنور.
- ❖ يعتبر الحوار وسيلة مثلى لنقل الأفكار وتبادل المعلومات وتنمية القدرة على التفكير والتواصل مع الآخرين، وهو وسيلة ناجحة للتعلم، وفي صحيح البخاري أن عائشة رضي الله عنها " كَانَتْ لَا تَسْمَعُ شَيْئاً لَا تَعْرِفُهُ إِلَّا رَاجَعَتْ فِيهِ حَتَّى تَعْرِفَهُ، وَأَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " مَنْ حُوسِبَ عُذْبَ، قَالَتْ عَائِشَةُ: فَقُلْتُ: أَوْ لَيْسَ يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى ﴿ فَسَوْفَ يُحَاسَبُ حِسَاباً يَسِيراً ﴾ قَالَتْ: فَقَالَ: إِنَّمَا ذَلِكَ الْعَرْضُ، وَلَكِنْ مَنْ نُوقِشَ الْحِسَابَ يَهْلِكُ " رواه البخاري (البخاري، 103) والترمذي (2426). وشاهدنا من الحديث قول الراوي عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها أنها " كَانَتْ لَا تَسْمَعُ شَيْئاً لَا تَعْرِفُهُ إِلَّا رَاجَعَتْ فِيهِ حَتَّى تَعْرِفَهُ " فهي تسأل وتحاور لتتعلم.
- ❖ يساعد الحوار على التعارف بين الناس، ولن يتم تحقيق ذلك التعارف إلا بالتحاور، وقد صار يُعرف عندنا الآن الحوار الداخلي بين أبناء المجتمع الواحد والأمة الواحدة كحوار المثقفين والسياسيين والاقتصاديين،

وحوار دعاة العلمانية مع الدعاة إلى الدين، وحوار الآخر المتمثل في حوار الأديان وحوار الحضارات وحوار الثقافات، وهذا كله يظهر في صور عديدة كالحوار المباشر أو الكتابة أو الأعمال الدرامية.. إلخ. لهذا كان النبي صلى الله عليه وسلم لا يترك للخلافات والخصومات مجالاً للاتساع بينه وبين أحد من الناس أو بين الصحابة.. بل كان يسارع إلى إطفاء نار الفتنة، ويدعو إلى إفشاء السلام، ويحرم على المسلم هجر أخيه المسلم فوق ثلاث ليال، ويجعل أول المتخاصمين ابتداءً بالسلام على خصمه خيراً، بل يفضل إصلاح ذات البين على كثير من الصالحات التي يجبها المسلم، إذ هو القائل صلى الله عليه وسلم: "ألا أخبركم بأفضل من درجة الصيام والصلاة والصدقة؟ قالوا: بلى قال: صلاح ذات البين، فإن فساد ذات البين هي الحالقة.. ويروى عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: هي الحالقة، لا أقول تحلق الشعر، ولكن تحلق الدين رواه الترمذي واللفظ له من حديث أبي الدرداء (2509) وقال: هذا حديث صحيح، وأبو داود (4919) (صحيح الجامع الصغير، 2595).

- ❖ ينمي الحوار الفكر وذلك من خلال الاتصال بالآخرين، وعرض الأفكار عليهم والأخذ والرد، مما يمحس الفكر ويزيده ثباتاً ورسوخاً، ولذلك رسخ الإسلام مبدأ الشورى، وهي عمل حوارى تتلاقح فيه الأفكار والآراء للوصول إلى الرأي السديد، وقد مارسها النبي صلى الله عليه وسلم طيلة حياته المباركة.
- ❖ يعد الحوار وسيلة لنشر العلوم والتواصل مع الجديد في العالم.
- ❖ يعد الحوار الاجتماعي بين القوى والفصائل الاجتماعية المتنوعة التي تشكل بنية المجتمعات المعاصرة، أساس التفاهم بينها والتعايش السلمي، وبدون التحاور والتفاهم سينقلب الأمر إلى صراع.
- ❖ الحوار وسيلة لقهر التسلط والاستبداد الفكري والسياسي، ووسيلة لقهر التعصب والانغلاق الفكري وتجنب العنف والإرهاب بكل ألوانه.
- ❖ تحسين علاقة الإنسان بأخيه الإنسان، وبل والدول والحضارات بعضها ببعض، فذلك بديل عن الصراع والتنافر المفضي إلى الهلاك، والإسلام يقدم الحوار على الصراع، ولا يلجأ إلى الحرب إلا بعد استنفاد كل الوسائل السلمية الممكنة، وهو أمر معلوم من سنة النبي صلى الله عليه وسلم.
- ❖ الحوار وسيلة لإقناع المخالف إن كان ممن يقبل الحق، فالغاية من الحوار إقامة الحجة، ودفع الشبهة والفساد من القول والرأي، فهو تعاون من المتناظرين على معرفة الحقيقة والتوصل إليها، ليكشف كل طرف ما خفي على صاحبه منها، والسير بطرق الاستدلال الصحيح للوصول إلى الحق.

- ❖ تعد لغة الحوار وثقافة الحوار صمام الأمان لعالم اليوم الذي يموج بالتنوع ويقاد قسراً إلى التوحد على نمط واحد يروج له أصحابه بوصفه النمط الأمثل للحياة، وتعارضه في الوقت نفسه أمم وشعوب وحضارات عديدة، لكن دعاة ذلك التوحد يملكون القوة والمال ووسائل الإعلام لفرض رؤاهم وثقافتهم، إن الحوار سوف ينقذ حضارات وأممًا من الذوبان والسقوط الحضاري في " فخ العولمة.
- ❖ الحوار وسيلة من وسائل التشاور وتلاقح الآراء والأفكار، وهو صورة مثلى لإجراء الشورى، إنه " أداة وعي مشتركة تتكوب فيها الآراء، وتستعرض فيها المسائل، ويستخلص منها ما دل عليه الدليل الشرعي أو النظري، وهو وسيلة من وسائل الشورى والتناصح والتعاون على البر والتقوى، وهو بهذا طريق النضج وسبيل الكمال.

سابعاً: أنواع الحوار:

يمكن تقسيم أنواع الحوار إلى ما يلي:

- ❖ **الحوار عبر الكلمات:** التخاطب هو من أكثر الأساليب التي يتم من خلالها الحوار بين طرفين خصوصاً في الأمور التي تتخذ مأخذ الجدوية أكثر، وقد تختصر مراحل كثيرة في التفاهم بين الطرفين، وكثير من الأسر لم تتعود هذا النوع من الحوار الزوجي مع أهميته وتأثيره الكبير في الحياة الزوجية، فالأولى من الزوجين عدم غلق هذا النوع من أنواع الحوار بل يجب طرح أي موضوع خصوصاً فيما يتعلق بحياتهما كزوجين ليتم الحوار فيه والاتفاق حوله.
- ❖ **الحوار عبر الكتابة:** يعد هذا النوع من الحوار احد وسائل التعبير وخاصة إذا كان أحد الطرفين لا يجيد الحوار عبر الكلمات، فليكن الحوار عبر الكتابة هو الباب الذي سيدخله إلى ذلك، ولا يقتصر هذا النوع من الحوار على هذه الفئة، بل هو نوع آخر من أنواع الحوار فقد يجد الإنسان مجالاً أكبر في التعبير عبر الكتابة خصوصاً في بداية الحياة الزوجية فقد يصعب على أحد الطرفين أو كلاهما عرض بعض الأمور مباشرة والتحدث حولها فليكن الحوار عبر الكتابة هو الباب للحوار عبر الكلمات كأن يكتب أحد الطرفين أو كلاهما رأيه في موضوع ما " كيف ينظر إلى أسلوب الحياة التي يجب ان يعيشها مثلاً أو ما هي الصفات التي يجبها الزوج في الزوجة والعكس ما هي الصفات التي تحبها الزوجة في الزوج "... الخ ل يتم بعد ذلك

الحديث حول هذا الموضوع، وقد ينشأ حوار بين الزوجين من رسالة نصية عبر الهاتف الجوال!! أو من ملاحظة يتركها الزوج لزوجته.

❖ **الحوار العابر:** وقد يمارس الكثيرون هذا النوع من الحوار من دون الشعور بذلك، وهو من أكثر أنواع الحوارات الشائعة في الحياة الزوجية، وهو أن يقوم أحد الزوجين بالتعليق على أمر ما أو موضوع معين شاهده في التلفاز أو حدث معين قد حصل له أو ما قد سمعه من شخص آخر فيتبادل الزوجان وجهات النظر في هذا الموضوع بشكل تلقائي.. وقد يتقصد أحد الطرفين إثارة هذا النوع من الحوار من أجل تشجيع الطرف الآخر على الحوار عبر الكلمات إذا كان لا يجيد ذلك، وقد يكون هذا النوع أيضاً سبباً للتدرج إلى أنواع أخرى من الحوار.

❖ **الحوار بالعين:** وهو حوار تشارك العيون فيه.. فقد يفهم الإنسان من خلال حوار من شخص آخر من عينيه أكثر مما يفهمه من كلامه، فنظرات الإنسان وحركاته هي جزء من حوار مع أي طرف وقد يفهم الطرف الآخر مدى اهتمامك وجديتك في الحوار معه من خلال النظرات والحركات.

❖ **الحوار العاطفي:** وهو حوار يتبادل فيه الزوجان المشاعر العاطفية وأحاسيس كل طرف اتجاه الطرف الآخر ومدى قربهما من بعضهما البعض وتبادل عبارات المدح، فهذا من شأنه أن يزيد الألفة والمحبة بين الزوجين ويقوي روابط الحب بينهما.

وهناك من يقسم الحوار إلى:

1- الحوار الإيجابي: هو الحوار الصادق المتفائل المتكافئ الواقعي الذي يحترم الرأي الآخر. الهدف منه إثبات الحقيقة حيث هي لا حيث نراها بأهوائنا ورغباتنا الشخصية التي عادة ما تكون متحيزة بحكم طبيعة النفس البشرية القاصرة.

2- الحوار السلبي: هو ذلك الحوار الذي يستخف بالآخرين ويستحقرهم والذي يعتمد على الجدل، أو التسلسل أو إلغاء الآخر وتهميشه وتجاهله، ويكون صاحبه سطحياً في نقاشه وفكره أحياناً أو معاكساً سلبياً.

ثامنا: الحوار في الإسلام:

يجب أن نعي مفهوم ثقافة الحوار حتى نستطيع أن نعيش حياة سعيدة ضمن مجتمع مليء بالانفعالات والتغيرات هذا من جانب، ومن جانب آخر يعد معرفة مفهوم ثقافة الحوار وسيلة كفيلة بتضييق الخلاف أو إلهائه وهو ما يدعو إليه ديننا الحنيف في القرآن والسنة لضمان العيش بسلام. إن مفهوم الثقافة الحوارية جزء مؤصل من منهاج عقيدتنا النابعة من قرآننا ومن سنة نبينا وتاريخنا العريق، فثقافة الحوار ليس عنواناً مبهماً أو حديثاً جديداً ابتدعه الناس، بل هي نصوص كتابية واضحة في شريعتنا سواء في القرآن الكريم أو السنة النبوية الشريفة وذلك على النحو التالي:

(أ) القرآن الكريم:

يعد القرآن الكريم الكتاب الذي ننتهج منه دستور حياتنا، والذي قدم دروس وعبر في التحاور على مختلف الأنواع، وتتمثل خصائص الحوار بالقرآن الكريم فيما يلي:

- 1- مخاطبة العقل والوجدان.
- 2- قوة الحوار القرآني.
- 3- وضوح وبساطة الحوار القرآني.
- 4- استخدام أقرب الطرق وأسهلها للإقناع.
- 5- تكرار الحوارات القرآنية.
- 6- الحرص على هداية الناس.
- 7- اشتماله على آداب الحوار.
- 8- إرشاده لاستخدام العقل.
- 9- تنوع الحوار القرآني.

في حين تتمثل أساليب الحوار بالقرآن الكريم في الاتي:

— الحوار التشريعي: وهو من طرف واحد , وهو الله سبحانه وتعالى , لكنها تدخل في معنى الحوار لأن الطرف الثاني وهم عباده , يجد في نفسه استجابة بعواطفه وانفعاله وتفكيره.

— الحوار الوصفي: يعرض قصصاً و مشاهدات حوارية واقعية , ويهدف إلى تبسيط الفكرة و تقريب المستمع من الحوار الجاري، وحمله على تبني موقف صحيح.

— الحوار القصصي: وهو حوار يدور حول قصة , وهذا الحوار يصور المواقف تصويراً تاماً بتناول جميع أجزائها.

— الحوار الحجاجي البرهاني: يعتمد الحجة والبرهان لدحض ادعاءات المنكرين للتوحيد و البعث بأسئلة تتوخى زعزعة تقاليدهم و معتقداتهم الباطلة و تهدف إلى توجيههم للنظر و التفكير في آيات الله من أجل بناء قناعات ومواقف صحيحة.

صور من الحوار في القرآن الكريم:

وتوجد صور عديدة توضح الحوار في القرآن الكريم أهمها:

(1) حوار الله مع الملائكة وتبرز فيه الحكمة الإلهية: كما ورد في قوله تعالى: [وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَأِئِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ] (سورة البقرة، الآية 30).

(2) حوار الله مع آدم وتبرز فيه حقيقة الهداية الإلهية: كما ورد في قوله تعالى: [وَيَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ فَكُلَا مِنْ حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ] (19) فَسَوَّسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوَاتِحِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَنْ تَكُونَا مَلَكَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ (20) وَقَاسَمَهُمَا إِنِّي لَكُمَا لَمِنَ النَّاصِحِينَ (21) فَدَلَا هُمَا بِغُرُورٍ فَلَمَّا ذَاقَا الشَّجَرَةَ بَدَتْ لَهُمَا سَوَاتِحُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِنْ وَرَقِ الْجَنَّةِ وَنَادَاهُمَا رَبُّهُمَا أَلَمْ أَنْهَكُمَا عَنْ تِلْكَمَا الشَّجَرَةِ وَأَقُلْتُ لَكُمَا إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمَا عَدُوٌّ مُبِينٌ (22) قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِن لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ (23) قَالَ اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَى حِينٍ (24) [(سورة الأعراف الآيات من 19—24)]

(3) حوار الله مع الأنبياء وتبرز فيه حقيقة الإعجاز الإلهي: ويوجد في القرآن الكريم العديد من الأمثلة التي توضح ذلك ومنها:

❖ حوار مع إبراهيم: كما ورد في قوله تعالى: [وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّ أَرِنِي كَيْفَ تُحْيِي الْمَوْتَى قَالَ أُولَئِمُ تُؤْمِنُ قَالَ بَلَىٰ وَلَكِنَّ لِيُطْمَئِنَّ قَلْبِي قَالَ فَخُذْ أَرْبَعَةً مِنَ الطَّيْرِ فَصُرْهُنَّ إِلَيْكَ ثُمَّ اجْعَلْ عَلَىٰ كُلِّ جَبَلٍ مِنْهُنَّ جُزْءًا ثُمَّ ادْعُهُنَّ يَأْتِينَكَ سَعْيًا وَاعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ] (سورة البقرة، الآية 260).

❖ حوار مع موسى: حيث ورد في الآية الكريمة: [فَلَمَّا آتَاهَا نُودِي مِنْ شَاطِئِ الْوَادِ الْأَيْمَنِ فِي الْبُقْعَةِ الْمُبَارَكَةِ مِنَ الشَّجَرَةِ أَنْ يَا مُوسَىٰ إِنِّي أَنَا اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ...] (سورة القصص، الآيات 30-35).

(4) حوار الله مع عباده و تبرز فيه حقيقة العدل الإلهي: حيث ورد في الآية الكريمة: [قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَىٰ وَقَدْ كُنْتُ بَصِيرًا] (سورة طه، الآية 125).

(5) حوار الله مع الشيطان وتبرز فيه حقيقة الثواب والعقاب، الخير والشر: كما ورد في قوله تعالى: [وَلَقَدْ مَكَّنَّاكُمْ فِي الْأَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِيهَا مَعَايِشَ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ(10) وَلَقَدْ خَلَقْنَاكُمْ ثُمَّ صَوَّرْنَاكُمْ ثُمَّ قُلْنَا لِلْمَلَأِئِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ لَمْ يَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ(11) قَالَ مَا مَنَعَكَ أَلَّا تَسْجُدَ إِذْ أَمَرْتُكَ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِنْهُ خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ(12) قَالَ فَاهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُونُ لَكَ أَنْ تَتَّكِبَ فِيهَا فَاخْرُجْ إِنَّكَ مِنَ الصَّاغِرِينَ(13) قَالَ أَنْظِرْنِي إِلَىٰ يَوْمٍ يُبْعَثُونَ(14) قَالَ إِنَّكَ مِنَ الْمُنظَرِينَ(15) قَالَ فَبِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأَأْتِيَنَّكَ لَأَقْعُدَنَّ لَهْمُ صِرَاطِكَ الْمُسْتَقِيمِ(16) ثُمَّ لَأَنْتَبِهَنَّ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ(17) قَالَ اخْرُجْ مِنْهَا مَذْهُومًا مَدْحُورًا لَمَنْ تَبِعَكَ مِنْهُمْ لَأَمْلَأَنَّ جَهَنَّمَ مِنْكُمْ أَجْمَعِينَ(18)]. (سورة الأعراف، الآيات 10 - 18). فمن خلال هذا الحوار الإلهي مع الشيطان، تبرز حقيقة الثواب والعقاب، الخير والشر، الإيمان والكفر، وما كان لصورة هذه الحقيقة أن تكتمل من دون هذا الحوار؛ وما كان لهذا الحوار أن يقوم من دون وجود الآخر.

(6) حوار الأنبياء مع الناس وتبرز فيه حقيقة التربية الإلهية: ومنها:

- حوار موسى مع فرعون: كما في قوله تعالى: [فَأْتِيَا فِرْعَوْنَ فَقُولَا إِنَّا رَسُولُ رَبِّ الْعَالَمِينَ (16) أَنْ أَرْسِلَ مَعَنَا بَنِي إِسْرَائِيلَ (17)] (سورة الشعراء الآيات من 16 إلى 51).
- وحوار موسى مع بني إسرائيل: كما في قوله تعالى: [وَإِذْ قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تَذْبَحُوا بَقْرَةً قَالُوا أَتَتَّخِذُنَا هُزُؤًا قَالَ أَعُوذُ بِاللَّهِ أَنْ أَكُونَ مِنَ الْجَاهِلِينَ (67) قَالُوا ادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّنْ لَنَا مَا هِيَ قَالَ إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقْرَةٌ لَّا فَارِضٌ وَلَا بِكْرٌ عَوَانٌ بَيْنَ ذَلِكَ فَافْعَلُوا مَا تُؤْمَرُونَ (68)] (سورة البقرة. الآية 67).
- وحوار الرسول - صلى الله عليه وسلم - مع خولة بنت ثعلبة: كما ورد في قوله تعالى: [قَدْ سَمِعَ اللَّهُ قَوْلَ الَّتِي تُجَادِلُكَ فِي زَوْجِهَا وَتَشْتَكِي إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ يَسْمَعُ تَحَاوُرَكُمَا إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ] (سورة المجادلة، 1).
- وحوار الرسول - صلى الله عليه وسلم - مع زوجاته: كما في قوله تعالى: [وَإِذْ أَسْرَ النَّبِيُّ إِلَى بَعْضِ أَزْوَاجِهِ حَدِيثًا فَلَمَّا نَبَّأَتْ بِهِ وَأَظْهَرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ عَرَّفَ بَعْضُهُ وَأَعْرَضَ عَنْ بَعْضٍ فَلَمَّا نَبَّأَهَا بِهِ قَالَتْ مَنْ أَنْبَأُكَ هَذَا قَالَ نَبَّأَنِيَ الْعَلِيمُ الْخَبِيرُ] (سورة التحريم , الآية 3).
- و حوار إبراهيم مع النمرود: كما في قوله تعالى: [أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِي حَاجَّ إِبْرَاهِيمَ فِي رَبِّهِ أَنْ آتَاهُ اللَّهُ الْمُلْكَ إِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّيَ الَّذِي يُحْيِي وَيُمِيتُ قَالَ أَنَا أُحْيِي وَأُمِيتُ قَالَ إِبْرَاهِيمُ فَإِنَّ اللَّهَ يَأْتِي بِالشَّمْسِ مِنَ الْمَشْرِقِ فَأْتِ بِهَا مِنَ الْمَغْرِبِ فَبُهِتَ الَّذِي كَفَرَ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ (258)] (سورة البقرة، الآية 258)

- (7) حوار الناس مع الناس: كما في قوله تعالى: [وَكَانَ لَهُ ثَمْرٌ فَقَالَ لِصَاحِبِهِ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَنَا أَكْثَرُ مِنْكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا (34)] (سورة الكهف، الآية 34). فكان جواب صاحبه كما ورد في قوله: [قَالَ لَهُ صَاحِبُهُ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَكَفَرْتَ بِالَّذِي خَلَقَكَ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ سَوَّاكَ رَجُلًا] (سورة الكهف، الآية 37).

(ب) الحوار في السنة النبوية:

وقد اهتم النبي - صلى الله عليه وسلم - بأسلوب الحوار، وجعل منه منهجاً في خطاباته للناس ودعوته لهم، لما له من أثر وتأثير بالغين في نفوس المدعوين وعقولهم، ولما له من تحفيز على الطاعات وترك للمعاصي، ولما فيه من تلقين توجيه تربوي لكل الدعاة والمربين إلى يوم القيامة.

وتتمثل أساليب الحوار في السنة النبوية في الاتي:

- ❖ **الحوار القصصي:** حوار يدور عن قصة وتكون في الغالب عن الأمم السابقة.
- ❖ **الحوار القدسي:** حديث يدور بين الله عز وجل ومخلوقاته ذكره الرسول - صلى الله عليه وسلم - في أحاديثه.
- ❖ **الحوار الاستشاري:** وكان الرسول - صلى الله عليه وسلم - يستشير أصحابه ويأخذ برأيهم إن وافق الحق.
- ❖ **الحوار التعليمي:** حوار يهدف لتعليم الصحابة أمور دينهم.
- ❖ **الحوار الدعوي:** يدور بين الرسول - صلى الله عليه وسلم - وبين غير المسلمين للدعوة للإسلام (المغامسي، 1428هـ).
- ❖ **الحوار الوصفي:** اعتمدته السنة النبوية باعتبارها وحي كالقرآن الكريم لتثبيت المفاهيم في أذهان المستمعين بالقصة أو بضرب الأمثال.
- ❖ **الحوار الاستدلالي الاستقرائي:** وهو أسلوب اعتمدته السنة النبوية الشريفة للتدرج للمحاور حتى يصل به إلى الحقيقة الكلية التي ترفع عنه الغموض والالتباس.
- ❖ **الحوار التشخيصي الاستنتاجي:** وهو أسلوب يعرض فيه الرسول (ص) المشكلة لإثارة الانتباه وتحفيز التفكير ويترك للمحاور فرصة لاستنتاج الحل بنفسه.

ومن أبرز صور حواراته - صلى الله عليه وسلم - ما يلي:

(1) الحوار مع اليهود: عن أبي أسماء الرحبي أن ثوبان مولى رسول الله حدثه قال: كنت قائماً عند رسول الله - صلى الله عليه وسلم - فجاء حبر من أحبار اليهود فقال السلام عليك يا محمد! فدفعته دفعة كاد يصرع منها فقال: لم تدفعني؟ فقلت: ألا تقول يا رسول الله، فقال اليهودي: إنما ندعوه باسمه الذي سماه به أهله. فقال رسول الله - صلى الله عليه وسلم - " إن اسمي محمد الذي سماه به أهلي. فقال اليهودي:

جئت أسألك. فقال له رسول الله - صلى الله عليه وسلم-: أينفعك شيء إن حدثتك؟ قال: أسمع بأذني. فنكت رسول الله - صلى الله عليه وسلم - بعود معه. فقال: سل، فقال اليهودي: أين يكون الناس يوم تبدل الأرض غير الأرض و السماوات؟ فقال رسول الله - صلى الله عليه وسلم- هم في ظلمة دون جسر، قال قال فمن أول الناس إجازة؟ قال: فقراء المهاجرين قال اليهودي: فما تحفتهم حين يدخلون الجنة؟ قال: زيادة كبد النون، قال: فما غذاؤهم على إثرها؟ قال: ينحر لهم ثور الجنة الذي كان يأكل من أطرافها، قال: فما شراهم عليه؟ قل من عين فيها تسمى سلسبيلا، قال: صدقت. قال: و جئت أسألك عن شيء لا يعلمه أحد من أهل الأرض إلا نبي أو رجل أو رجلان قال: ينفعك إن حدثتك؟ قال: أسمع بأذني. قال: جئت أسألك عن الولد، قال: ماء الرجل أبيض وماء المرأة أصفر. فإذا اجتمعا فعلا مني الرجل مني المرأة أذكراً بإذن الله. و إذا علا مني المرأة مني الرجل آتني بإذن الله، قال اليهودي لقد صدقت. و إنك لني ثم انصرف فذهب فقال رسول الله - صلى الله عليه وسلم-: لقد سألتني هذا عن الذي سألتني عنه، و ما لي علم بشيء منه. حتى أتاني الله به (رواه مسلم).

(2) حوار النبي - صلى الله عليه وسلم - مع الشاب الذي استأذنه بالزنا: عن أبي أمامة - رضى الله عنه - قال: إن فتى شاباً أتى النبي - صلى الله عليه وسلم- فقال: يا رسول الله ائذن لي في الزنا، فأقبل القوم فزجروه، وقالوا: مه مه!
فقال له: "ادنه" - أى اقترب مني -، فدنا منه قريباً، قال: أتجبه لأملك؟ قال: لا والله، جعلني الله فداءك.
قال: "ولا الناس يحبونه لأمهاتهم".
قال: أفتجبه لابنتك؟ قال: "لا والله يا رسول الله، جعلني الله فداءك".
قال: "ولا الناس يحبونه لبناتهم".
قال: أفتجبه لأختك؟ قال: "لا والله، جعلني الله فداءك".
قال: "ولا الناس يحبونه لأخواتهم".
قال: أفتجبه لعمتك؟ قال: "لا والله، جعلني الله فداءك".
قال: "ولا الناس يحبونه لعماتهم".
قال: أفتجبه لخالتك؟ قال: "لا والله، جعلني الله فداءك".

قال: "ولا الناس يحبونه لخالاتهم".

قال - راوي الحديث - فوضع يده عليه، وقال: "اللهم اغفر ذنبه وطهر قلبه، وحصن فرجه" فلم يكن بعد ذلك الفتى يلتفت إلى شيء رواه الإمام أحمد عن أبي أمامة، (الصحيححة للألباني، 370).

(3) حوار نبوي أسري: عن عائشة قالت: خرج النبي صلى الله عليه وسلم من عندنا ليلا فغرت عليه فجاء فرأى ما أصنع فقال: ما لك يا عائشة أغرت؟ قالت: وما لي لا يغار مثلي على مثلك فقال: لقد جاءك شيطانك فقالت: يا رسول الله أو معي شيطان؟ قال: نعم. قلت: ومع كل إنسان؟ قال: نعم. قلت: ومعك يا رسول الله؟ قال: نعم ولكن ربي أعاني حتى أسلم، وفي هذا الحوار الأسري يوضح النبي صلى الله عليه وسلم إن كل إنسان معه شيطان وعليه ألا يغلبه فيوقعه في الشر. فأمر المؤمنين أصابها القلق من خروج النبي عليه الصلاة والسلام من عندها فحاورها وبين لها حتى سكن روعها (رواه مسلم).

(4) حوار نبوي تربوي: عن المقداد بن الأسود انه قال يا رسول الله أرأيت إن لقيت رجلا من المشركين فقاتلني فضرب إحدى يدي بالسيف فقطعها ثم لاذ مني بشجرة فقال أسلمت لله فأقتله يا رسول الله بعد أن قالها قال لا تقتله، فقلت يا رسول الله إنه قطع إحدى يدي ثم قال ذلك بعد أن قطعها فأقتله، قال لا تقتله فإنه بمثلتك قبل أن تقتله وإنك بمثلته قبل أن يقول كلمته التي قال. رواه البخاري ومسلم.

وتتمثل أهداف الحوار التربوي في السنة النبوية فيما يلي:

☐ الأهداف المعرفية: حرص الرسول صلى الله عليه وسلم على تعريف المؤمنين بأمور دينهم من خلال أسلوب الحوار التربوي، ذلك الحوار الذي يبدؤه المسلمون بالسؤال بهدف إثارة تفكيرهم وتعويدهم السؤال عن الأمور التي يجهلونها، وقد استخدم الرسول الكريم أسلوب الحوار التربوي لتوضيح الكثير من الأمور التي أشكلت على الصحابة الكرام، وتعريفهم بالعديد من الحقائق المعرفية التي عجزوا عن فهمها والوقوف على معانيها، وذلك من خلال التركيز على أسلوب طرح السؤال للكشف عن مدى فهم المتعلمين ومعرفتهم، ثم يتولى بعد ذلك صلى الله عليه وسلم مهمة الإجابة عن الأمور التي سأل عنها.

لقد ظهر هذا الأسلوب التربوي الفريد في عدة أحاديث للرسول الكريم، لعل من أبرزها الحديث الذي يرويه أبو هريرة عن الرسول صلى الله عليه وسلم عندما سأل أصحابه قائلاً: "أتدرون ما الغيبة؟ قالوا: الله ورسوله أعلم، قال ذكرك أخاك بما يكره. قيل: أفرأيت إن كان في أخي ما أقول؟ قال: إن كان

فيه ما تقول فقد اغتبتته، وإن لم يكن فيه ما تقول فقد بهته (مسلم، 2000). ففي هذا الحديث نجد أن الرسول صلى الله عليه وسلم اتخذ من هذا الأسلوب الحوارى طريقة تربوية لتوضيح الفرق بين الغيبة والبهتان، وهى من الأمور التى لا يستطيع الصحابة فهم معناها وإدراك حقيقتها لولا أن بينها الرسول صلى الله عليه وسلم، فهو من أوتي القرآن ومثله معه فالتأمل فى آى الذكر الحكيم يجد أن الله سبحانه وتعالى استخدم هذا الأسلوب الحوارى فى تربية المؤمنين وتنقية سرائرهم من الغيبة، وذلك من خلال قوله تعالى: { ولا يغتب بعضكم بعضاً أجب أحدكم أن يأكل لحم أخيه ميتاً فكرهتموه واتقوا الله إن الله تواب رحيم } (الحجرات، الآية 12).

✪ **الأهداف الوجدانية:** يعتبر إثارة عواطف المتعلمين وانفعالهم الوجدانية من أهم أهداف الحوار التربوي فى السنة النبوية الشريفة، لما يترتب عليها من آثار تربوية طيبة، تتمثل فى انقياد المتعلم للسلوك الحسن والعمل الصالح؛ لهذا فقد دأب الرسول صلى الله عليه وسلم فى العديد من المواقف التعليمية على استخدام الحوار بهدف إثارة عواطف المتعلمين وتوجيه انفعالهم نحو الصالح من الأعمال. ففي غزوة حنين استخدم الرسول صلى الله عليه وسلم الحوار لإثارة عواطف الأنصار وتوجيهها التوجيه الصحيح، وذلك عندما خطب الرسول صلى الله عليه وسلم بعد غزوة حنين قائلاً: " يا معشر الأنصار مقالة بلغتني عنكم، وموجدة وجدتموها فى أنفسكم؟ ألم آتكم ضللاً فهداكم الله؛ وعالة فأغناكم الله؛ وأعداء فألف بين قلوبكم! " قالوا: بلى، لله ولسوله المن، والفضل.

فقال: " ألا تجيبوني يا معشر الأنصار! " قالوا: وبماذا نجيبك يا رسول الله؟ لله ولسوله المن والفضل! قال: " أما والله لو شتتم لقتلتم، فصدقتم ولصدقتم: اتيتنا مكذباً فصدقناك، ومخدولاً فنصرناك، وطريداً فأوينناك، وعائلاً فأسينناك. وجدتم فى أنفسكم يا معشر الأنصار فى لعاعة من الدنيا تألفت بها قوماً ليسلموا، ووكلتكم إلى إسلامكم! أفلا ترضون يا معشر الأنصار أن يذهب الناس بالشاة والبعير وترجعوا برسول الله إلى رحالكم! فوالذي نفس محمد بيده، لولا الهجرة لكنت امرأ من الأنصار، ولو سلك الناس شعباً وسلكت الأنصار شعباً لسلكت شعب الأنصار! اللهم ارحم الأنصار وأبناء الأنصار، وأبناء أبناء الأنصار " قال: فبكى القوم حتى أحضلوا لحاهم، وقالوا: رضينا برسول الله قسماً وحظاً. ثم انصرف رسول الله صلى الله عليه وسلم وتفرقوا. ويتضح لنا من هذا الحوار النبوي العاطفي أن الاعتماد على العواطف والانفعالات فى المواقف الخطيرة يجب أن يسبقه تربية صحيحة وعميقة لهذه العواطف؛ فقد ربي

رسول الله صلى الله عليه وسلم هذه العواطف في نفوس الأنصار حتى أصبح الله ورسوله أحب إليهم من المال والولد والناس أجمعين هذا من جانب، ومن جانب آخر يتضح لنا مراعاة رسول الله صلى الله عليه وسلم أن الأنصار بشر وليسوا ملائكة، وأرادهم أن يدافعوا عن أنفسهم بشيء من القول، فلما استحيوا منه دافع عنهم بالنيابة عن أنفسهم لئلا يترك في نفوسهم شيئاً من الوجد فقال: " أما والله لو شئتم لقلتم فصدقتم ولصدقتم: اتيتنا مكذباً فصدقناك، ومخدولاً فنصرناك، وطريداً فأويناك..... ". وكان الرسول صلى الله عليه وسلم يقول للمريين: يجب عليكم ألا تصدروا حكماً في المواقف الحرجة قبل أن تسمعوا ممن تتولوا تربيتهم.

✪ **الأهداف العقلية:** حاور الرسول صلى الله عليه وسلم أصحابه بهدف إقناعهم بهوان الدنيا وقلة شأنها عند الله يوم القيامة، وذلك عندما أقسم بأن مكانة الدنيا وقلة شأنها عند الله عز وجل كحال الجدي الميت قليل الشأن عند أهل الدنيا، فعن جابر بن عبد الله - رضي الله عنهما -: " أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مر بالسوق داخلاً من بعض العالية، والناس على كنفتيه، فمر بجدي أسك ميت فأخذ بأذنه، ثم قال: " أيكم يجب أن هذا له بدرهم ؟ " فقالوا: ما نحب أنه لنا بشيء. وما نصنع به ؟ قال: " أتحبون أنه لكم " قالوا: والله لو كان حياً كان عيباً فيه لأنه أسك فكيف وهو ميت ؟ فقال: " فوالله للدنيا أهون على الله من هذا عليكم (مسلم، 2000).

وقال تعالى مخاطباً معلم البشرية الأول سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم: { ادع إلى سبيل ربك بالحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن إن ربك هو أعلم بمن ضل عن سبيله وهو أعلم بالمهتدين } (النحل: الآية 125) فامتثل الرسول الكريم لهذا الأمر الإلهي، وذلك من خلال محاوره غير المسلمين بالتي هي أحسن بهدف إقناعهم بالإسلام، وتأليف قلوبهم بنعمة الإيمان. من ذلك مثلاً محاوره الرسول صلى الله عليه وسلم للفتى الذي أراد أن يدخل في الإسلام شريطة أن يأذن له بارتكاب فاحشة الزنا، فحاوره الرسول صلى الله عليه وسلم محاوره قائمة على الرفق والإقناع العقلي، نتج عنها دخوله في دين الله بدون إكراه أو إجبار، فقد روى أبو أمامة أن فتى أتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله ائذن لي بالزنا، فأقبل القوم عليه فزجروه، وقالوا: مه مه، فقال صلى الله عليه وسلم: " أدنه فدنا منه قريباً قال فجلس. قال: أتجبه لأمك ؟ قال: لا والله جعلني الله فداءك. قال: " ولا الناس يحبونه لأمهاتهم ". قال: " أفتجبه لابنتك ؟ قال: لا والله يا رسول الله جعلني الله فداءك. قال: " ولا الناس يحبونه لبناتهم ".

قال أفتحبه لأختك؟ قال: لا والله جعلني الله فداك. قال: "ولا الناس يحبونه لأخواتهم". قال: "أفتحبه لعمتك" قال: لا والله جعلني الله فداك. قال: "ولا الناس يحبونه لعماتهم" قال: "أفتحبه لخالتك" قال: لا والله جعلني الله فداك. قال: "ولا الناس يحبونه لخالاتهم". قال: فوضع يده عليه وقال: "اللهم اغفر ذنبه، وطهر قلبه، وحسن فرجه". فلم يكن بعد ذلك الفتى يلتفت إلى شيء.

واستخدم الرسول صلى الله عليه وسلم أسلوب الحوار التربوي القائم على الإقناع وإقامة الحجج والبراهين العقلية مع أهل الكتاب من اليهود والنصارى، فقد أورد الإمام أحمد والترمذي عن عدي بن حاتم - رضي الله عنه - أنه لما بلغت دعوة رسول الله صلى الله عليه وسلم فر إلى الشام وكان قد تنصر في الجاهلية فأسرت أخته وجماعة من قومه، ثم من رسول الله صلى الله عليه وسلم على أخته وأعطائها، فرجعت إلى أخيها فرغبتة في الإسلام وفي القدوم على رسول الله صلى الله عليه وسلم، فقدم عدي إلى المدينة، وكان رئيساً في قومه طيباً وأبوه حاتم الطائي المشهور بالكرم، فتحدث الناس بقدومه، فدخل على رسول الله صلى الله عليه وسلم وفي عنق عدي صليب من فضة، وهو يقرأ هذه الآية "اتخذوا أحبارهم ورهبانهم أرباباً من دون الله" قال، فقلت: إنهم لم يعبدوهم، فقال: "بلى إنهم حرّموا عليهم الحلال وأحلوا لهم الحرام فاتبعوهم فذلك عبادتهم إياهم". وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "يا عدي ما تقول؟ أضررك أن يقال الله أكبر؟ فهل تعلم شيئاً أكبر من الله؟ أضررك أن يقال: لا إله إلا الله، فهل تعلم إلهاً غير الله؟ ثم دعاه إلى الإسلام فأسلم وشهد شهادة الحق، قال: فلقد رأيت وجهه مستبشراً، ثم قال: "إن اليهود مغضوب عليهم والنصارى ضالون".

الأهداف المهارية: استخدم الرسول صلى الله عليه وسلم أسلوب الحوار التربوي بهدف تعليم الصحابة كيفية أداء بعض الأعمال التي تحتاج إلى تطبيق عملي من الرسول صلى الله عليه وسلم كالصلاة والحج وغيرهما من العبادات الإسلامية، فقد صلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، وقال: "صلوا كما رأيتموني أصلي" وحج وقال: "لتأخذوا عني مناسككم". ومن الشواهد العملية على هذا النوع من الحوار التربوي ما دار بين رسول الله صلى الله عليه وسلم وأحد الصحابة من حوار بهدف تعليمه مهارة أداء الصلاة الصحيحة، فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله دخل المسجد فدخل رجل فصلى، ثم جاء فسلم على رسول الله، فرد رسول الله السلام فقال: "ارجع فصل فإنك لم تصل" فرجع الرجل فصلى كما

كان صلى، ثم جاء إلى النبي صلى الله عليه وسلم، فسلم عليه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: وعليك السلام ثم قال: " ارجع فصل فإنك لم تصل " حتى فعل ذلك ثلاث مرات. فقال الرجل: والذي بعثك بالحق ما أحسن غير هذا. علمني. قال: " إذا قمت إلى الصلاة فكبر. ثم اقرأ ما تيسر معك من القرآن، ثم اركع حتى تطمئن راكعاً، ثم ارفع حتى تعتدل قائماً، ثم اسجد حتى تطمئن ساجداً، ثم ارفع حتى تطمئن جالساً. ثم افعل ذلك في صلاتك كلها " .

ويشير هذا الحديث إلى منح المتعلم فرصة استعمال قدراته العقلية وتجربته الشخصية في معرفة الأخطاء التي وقع فيها للقيام بمعالجتها وعدم العودة إليها من خلال تكرار الرسول صلى الله عليه وسلم قوله للصحابي: " ارجع فصل فإنك لم تصل "، وفيه إثارة حوافزه لطلب التعليم والتوجيه من المعلم والمربي، وضرورة نصح المتعلمين وإرشادهم من خلال بيان الأخطاء التي يقعون بها، وتوجيههم إلى الصواب من تلك الأفعال بالممارسة العملية.

وتنوعت أساليب الحوار التربوي في السنة النبوية، وذلك على النحو التالي:

- اسلوب الحوار المعتمد على التربية بالقصة: إن القصة أمر محب للناس، وتترك أثرها في النفوس، ومن هنا جاءت القصة كثيراً في القرآن، وأخبر تبارك وتعالى عن شأن كتابه فقال: { نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ وَإِنْ كُنْتَ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الْعَافِينَ } (سورة يوسف، 3)، وقوله تعالى { نَ هَذَا لَهُوَ الْقَصَصُ الْحَقُّ وَمَا مِنْ إِلَهٍ إِلَّا اللَّهُ وَإِنَّ اللَّهَ لَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ } (آل عمران، 62) وأمر نبيه صلى الله عليه وسلم "واقصص القصص لعلهم يتفكرون" فقال: { وَكَلِمَاتٍ لَمَّا أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ } (سورة الأعراف، 176) ولهذا فقد سلك النبي صلى الله عليه وسلم هذا المنهج واستخدم هذا الأسلوب.

وحفظت لنا السنة النبوية العديد من المواقف التي يحكي فيها النبي صلى الله عليه وسلم قصة من القصص، فمن ذلك: قصة الثلاثة الذين آواهم المبيت إلى الغار، وقصة الذي قتل مائة نفس، وقصة الأعمى والأبرص والأقرع، وقصة أصحاب الأخدود، وقصة خباب بن الأرت رضي الله عنه الذي يبلغ به الأذى والشدة كل مبلغ فيأتي للنبي صلى الله عليه وسلم شاكياً له ما أصابه فيقول رضي الله عنه: أتيت النبي صلى

الله عليه وسلم وهو متوسد بردة له في ظل الكعبة - وقد لقينا من المشركين شدة - فقلت: ألا تدعو الله؟ فقعد وهو محمر وجهه فقال: " لقد كان كان من قبلكم ليمشط بمشاط الحديد مادون عظامه من لحم أو عصب، ما يصرفه ذلك عن دينه، ويوضع المنشار على مفرق رأسه فيشق باثنتين، ما يصرفه ذلك عن دينه، وليتمن الله هذا الأمر حتى يسير الراكب من صنعاء إلى حضرموت ما يخاف إلا الله رواه البخاري" (البخاري، 3852).

● **اسلوب الحوار المعتمد على التشجيع والثناء:** يوتر كل من التشجيع والثناء على النفس البشرية تأثيراً كبيراً، فالنفس أياً كان شأنها تميل إلى الرغبة في الشعور بالإنجاز. ويدفعها ثناء الناس المنضبط خطوات أكثر للأمام، وما كان ليغيب ذلك عن النبي صلى الله عليه وسلم. فقد سأله أبو هريرة - رضي الله عنه - يوماً: من أسعد الناس بشفاعتك؟ فقال صلى الله عليه وسلم "لقد ظننت أن لا يسألني أحد عن هذا الحديث أول منك لما علمت من حرصك على الحديث" رواه البخاري (البخاري، 99). وحين سأل أبي بن كعب: "أبا المنذر أي آية في كتاب الله أعظم؟" فقال أبي: آية الكرسي. قال له صلى الله عليه وسلم "ليهنك العلم أبا المنذر" رواه مسلم وأحمد (مسلم، 810) و(أحمد، 142/5).

● **اسلوب الحوار المعتمد على التربية بالموعظة:** يزيد الأسلوب الحسن الفكرة حسناً، أما الأسلوب الخشن فيضيع المضمون الحسن. وقد وردت آيات كثيرة تدل على تحث على الموعظة الحسنة، فقال تعالى { ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ } (سورة النحل، 125)، وقال { قَالَ يَا قَوْمِ لِمَ تَسْتَعْجِلُونَ بِالسَّيِّئَةِ قَبْلَ الْحَسَنَةِ ۗ لَوْ كُنَّا تَسْتَغْفِرُونَ لَللَّهِ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ } (سورة النمل، 46)، وقال { وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۗ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ } (سورة فصلت، 34)، وما أجمل أن يُمهّد المرثي لموعظته بكلمات الحب، فيخاطب القلب بالحبّة، قبل أن يخاطب العقل بالمعرفة، مقتدياً بمنهج المرثي الأعظم صلى الله عليه وسلم حين وعظ معاذ بن جبل يوماً، فأخذ بيده وقال: (يا معاذ، والله إنّي لأحبك، أوصيك يا معاذ لا تدعني في دُبر كل صلاة تقول: اللهم أعني على ذكرك وشكرك وحسن عبادتك) رواه أبو داود بسند صحيح.

وتؤثر الموعظة في النفوس تأثيراً كبيراً، لذا فلم يكن المربي الأول صاحب الرسالة صلى الله عليه وسلم يغيب عنه هذا الأمر أو يهمله. وقد جاءت أحاديث كثيرة تدل على ذلك منها: حدثنا علي بن حجر حدثنا بقية بن الوليد عن بحير بن سعد بقية بن الوليد عن خالد بن معدان عن عبد الرحمن بن عمرو السلمى عن العرياض بن سارية قال: (وعظنا رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً بعد صلاة الغداة موعظة بليغة ذرفت منها العيون ووجلت منها القلوب فقال رجل إن هذه موعظة مودع فماذا تعهد إلينا يا رسول الله قال أوصيكم بتقوى الله والسمع والطاعة وإن عبد حبشي فإنه من يعش منكم يرى اختلافاً كثيراً وإياكم ومحدثات الأمور فإنها ضلالة فمن أدرك ذلك منكم فعليه بسنتي وسنة الخلفاء الراشدين المهديين عضوا عليها بالنواجذ) (رواه الترمذي وابن ماجه، الترمذي، 2676) و(ابن ماجه، 42).

- **اسلوب الحوار المعتمد على الجمع بين الترغيب والترهيب:** يلحظ أننا كثيراً ما نعني بالترهيب ونركز عليه، وهو أمر مطلوب والنفوس تحتاج إليه، لكن لا بد أن يضاف لذلك الترغيب، من خلال الترغيب في نعيم الجنة وثوابها، وسعادة الدنيا لمن استقام على طاعة الله، وذكر محاسن الإسلام وأثر تطبيقه على الناس، وقد استخدم القرآن الكريم هذا المسلك فقال تعالى: { وَكَوَّأَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ } (الأعراف، 96) وقال تعالى { وَكَوَّأَنَّهِمْ أَقَامُوا التَّوْرَةَ وَالْإِنْجِيلَ وَمَا أَنْزَلْنَا إِلَيْهِم مِّن رَّبِّهِمْ لَأَكْلُوا مِن فَوْقِهِمْ وَمِن تَحْتِ أَرْجُلِهِمْ مِّنْهُمْ أُمَّةٌ مُّقْتَصِدَةٌ^ط وَكَثِيرٌ مِّنْهُمْ سَاءَ مَا يَعْمَلُونَ } (المائدة، 66).

تتميز النفس البشرية بالإقبال والإدبار، ومن ثم كان المنهج التربوي الإسلامي يتعامل مع هذه النفس بكل هذه الاعتبارات، ومن ذلك الجمع بين الترغيب والترهيب، والرجاء والخوف. عن أنس -رضي الله عنه- قال خطب رسول الله صلى الله عليه وسلم خطبة ما سمعت مثلها قط: "قال لو تعلمون ما أعلم لضحكتم قليلاً ولبكيتم كثيراً" قال: فغطى أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم وجوههم لهم خنين رواه البخاري (البخاري، 4621).

ومن أحاديث الرجاء والترغيب ما حدث به أبو ذر -رضي الله عنه- قال أتيت النبي صلى الله عليه وسلم وعليه ثوب أبيض وهو نائم، ثم أتيته وقد استيقظ فقال: "ما من عبد قال لا إله إلا الله ثم مات على ذلك إلا دخل الجنة" قلت: وإن زنى وإن سرق؟ قال: "وإن زنى وإن سرق" قلت: وإن زنى وإن سرق؟

قال: "وإن زنى وإن سرق على رغم أنف أبي ذر" وكان أبو ذر إذا حدث بهذا قال: وإن رغم أنف أبي ذر رواه البخاري ومسلم (البخاري، 5827) و(مسلم، 94).

ومن أحاديث الترهيب ما حدث به ابى هريرة -رضي الله عنه- قال كنا قعودا حول رسول الله صلى الله عليه وسلم معنا أبو بكر وعمر في نفر فقام رسول الله صلى الله عليه وسلم من بين أظهرنا فأبطأ علينا وخشينا أن يقتطع دوننا، وفزعنا فقمنا فكننت أول من فزع، فخرجت أبتغي رسول الله صلى الله عليه وسلم حتى أتيت حائطاً للأنصار لبني النجار فدرت به هل أحد له بابا فلم أجد، فإذا ربيع يدخل في جوف حائط من بئر خارجة -والربيع الجدول- فاحتفرت كما يحتفز الثعلب فدخلت على رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: "أبو هريرة؟" فقلت: نعم يا رسول الله، قال: "ما شأنك؟" قلت: كنت بين أظهرنا فقممت فأبطأت علينا، فخشينا أن تقتطع دوننا، ففزعنا فكننت أول من فزع، فأتيت هذا الحائط فاحتفرت كما يحتفز الثعلب، وهؤلاء الناس ورائي، فقال: "يا أبا هريرة" -وأعطاني نعليه- قال: "اذهب بنعلي هاتين فمن لقيت من وراء هذا الحائط يشهد أن لا إله إلا الله مستيقنا بما قلبه فبشره بالجنة"... رواه مسلم (مسلم، 31).

- اسلوب الحوار المعتمد على الإقناع العقلي: حرص الرسول صلى الله عليه وسلم على استخدام اسلوب الحوار المعتمد على الإقناع العقلي لما روى عن أبي أمامة رضي الله عنه قال: إن فتى شابا أتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله، ائذن لي بالزنا، فأقبل القوم عليه فزجروه، قالوا: مه مه، فقال: "ادنه" فدنا منه قريباً قال: فجلس قال: "أتجبه لأمك؟" قال: لا والله جعلني الله فداءك، قال: "ولا الناس يحبونه لأمهاتهم" قال: "أفتجبه لابنتك؟" قال: لا والله يا رسول الله جعلني الله فداءك، قال: "ولا الناس يحبونه لبناتهم" قال: "أفتجبه لأختك؟" قال: لا والله جعلني الله فداءك، قال: "ولا الناس يحبونه لأخواتهم" قال: "أفتجبه لعمتك؟" قال: لا والله جعلني الله فداءك، قال: "ولا الناس يحبونه لعماتهم" قال: "أفتجبه لخالتك؟" قال: لا والله جعلني الله فداءك، قال: "ولا الناس يحبونه لخالاتهم" قال: فوضع يده عليه وقال: "اللهم اغفر ذنبه، وطهر قلبه، وحسن فرجه" فلم يكن بعد ذلك الفتى يلتفت إلى شيء رواه أحمد.

● **اسلوب الحوار المعتمد على التوجيه غير المباشر:** يعد اسلوب التوجيه غير المباشر من أكثر الأساليب تأثيراً في النفس البشرية، وما كان ليغيب هذا الأمر عن النبي صلى الله عليه وسلم، لذا حرص على استخدامه في مواقف كثيرة منها:

— **الثناء على صفة في الشخص والحث على العمل بطريقة غير مباشرة:** نجد النبي صلى الله عليه وسلم يثني على صفة في الشخص ويحثه على عمل بطريقة غير مباشرة، ومن ذلك ما رواه عن عبد الله بن عمر -رضي الله عنهما- قال: كان الرجل في حياة النبي صلى الله عليه وسلم إذا رأى رؤيا قصها على النبي صلى الله عليه وسلم، فتمنيت أن أرى رؤيا أقصها على النبي صلى الله عليه وسلم، وكنت غلاماً أعزب، وكنت أنام في المسجد على عهد النبي صلى الله عليه وسلم، فرأيت في المنام كأن ملكين أخذاني فذهبا بي إلى النار، فإذا هي مطوية كطي البئر، وإذا فيها ناس قد عرفتهم، فجعلت أقول: أعوذ بالله من النار، أعوذ بالله من النار، أعوذ بالله من النار، فلقيهما ملك آخر فقال لي: لن ترع، فقصصتها على حفصة، فقصتها حفصة على النبي صلى الله عليه وسلم فقال: "نعم الرجل عبد الله لو كان يصلي بالليل" قال سالم: فكان عبد الله لا ينام من الليل إلا قليلاً رواه البخاري (البخاري، 3738-3739).

— **عدم تخصيص أحداً بعينه:** نجد النبي صلى الله عليه وسلم يحرص على عدم تخصيص أحداً بعينه، فيقول ما بال أقوام، دون أن يخصص أحداً بعينه، ومن ذلك قوله في قصة بريرة فعن عائشة -رضي الله عنها- فقالت أتتها بريرة تسألها في كتابتها فقالت إن شئت أعطيت أهلك ويكون الولاء لي فلما جاء رسول الله صلى الله عليه وسلم ذكرته ذلك قال النبي صلى الله عليه وسلم ابتاعها فأعتقها وإنما الولاء لمن أعتق ثم قام رسول الله صلى الله عليه وسلم على المنبر فقال ما بال أقوام يشترطون شروطاً ليست في كتاب الله من اشترط شرطاً ليس في كتاب الله فليس له وإن اشترط مائة شرط " رواه البخاري (البخاري، 2735).

وحديث أنس -رضي الله عنه- أن نفراً من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم سألوا أزواج النبي صلى الله عليه وسلم عن عمله في السر فقال بعضهم لا أتزوج النساء وقال بعضهم لا آكل اللحم وقال بعضهم لا أنام على فراش فحمد الله وأثنى عليه فقال: "ما بال أقوام قالوا كذا وكذا لكني أصلي وأنام وأصوم وأفطر وأتزوج النساء فمن رغب عن سنتي فليس مني" (رواه البخاري (1401)).

— **مخاطبة الغيرة:** أحياناً يخاطب النبي صلى الله عليه وسلم غيره وهو يسمع، عن سليمان بن صرد قال استب رجلان عند النبي صلى الله عليه وسلم ونحن عنده جلوس وأحدهما يسب صاحبه مغضباً قد احمر وجهه فقال النبي صلى الله عليه وسلم: "إني لأعلم كلمة لو قالها لذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من

الشیطان الرجیم" فقالوا للرجل: ألا تسمع ما یقول النبی صلی الله علیه وسلم؟ قال: إني لست بمجنون رواه البخاری ومسلم (البخاری، 6115) و(مسلم، 2610).

- يأمر أصحابه بما يريد قوله للآخرین: وأحياناً يأمر النبی صلی الله علیه وسلم أصحابه بما يريد قوله للرجل، عن أنس بن مالك أن رجلاً دخل على رسول الله صلى الله عليه وسلم وعليه أثر صفرة وكان النبي صلى الله عليه وسلم قلماً يواجه رجلاً في وجهه بشيء يكرهه فلما خرج قال: "لو أمرتم هذا أن يغسل هذا عنه" رواه أبو داود (أبو داود، 4182).

● اسلوب الحوار المعتمد على استخدام النقاش: كان الرسول صلى الله عليه وسلم حريص على الحوار والنقاش مع أصحابه، وخير مثال على ذلك موقفه صلى الله عليه وسلم مع الأنصار في غزوة حنين بعد قسمته للغنائم، فقد أعطى صلى الله عليه وسلم المؤلفه قلوبهم وترك الأنصار، فبلغه أنهم وجدوا في أنفسهم، فدعاهم صلى الله عليه وسلم، وكان بينهم وبينه هذا الحوار الذي يرويه عبدالله بن زيد -رضي الله عنه- فيقول: لما أفاء الله على رسوله صلى الله عليه وسلم يوم حنين قسم في الناس في المؤلفه قلوبهم ولم يعط الأنصار شيئاً، فكأنهم وجدوا إذ لم يصبهم ما أصاب الناس، فخطبهم فقال: "يا معشر الأنصار، ألم أجدكم ضاللاً فهداكم الله بي؟ وكنتم متفرقين فألفكم الله بي؟ وعالة فأغناكم الله بي؟" كلما قال شيئاً قالوا: الله ورسوله أمن، قال: "ما يمنعكم أن تجيبوا رسول الله صلى الله عليه وسلم؟" قال كلما قال شيئاً قالوا: الله ورسوله أمن قال: "لو شئتم قتلتم جثتنا كذا وكذا، أترضون أن يذهب الناس بالشاة والبعير وتذهبون بالنبي صلى الله عليه وسلم إلى رحالكم؟ لولا الهجرة لكنت امرأ من الأنصار، ولو سلك الناس واديا وشعبا لسلكت وادي الأنصار وشعبها، الأنصار شعار والناس دثار، إنكم ستلقون بعدي أثرة فاصبروا حتى تلقوني على الحوض" رواه البخاري ومسلم (البخاري، 4330) و(مسلم، 1061).

● اسلوب الحوار المعتمد على الإغلاظ والعقوبة: لم يكن هديه النبي صلى الله عليه وسلم الإغلاظ والعقوبة، فقد كان الرفق هو الهدي له صلى الله عليه وسلم، لكن حين يقتضي المقام الإغلاظ يغلظ صلى الله عليه وسلم على من وقع في خطأ أو يعاقبه. فعن أبي مسعود الأنصاري قال: قال رجل: يا رسول الله، لا أكاد أدرك الصلاة مما يطول بنا فلان، فما رأيت النبي صلى الله عليه وسلم في موعظة أشد غضباً من يومئذ

فقال: "أيها الناس إنكم منفرون فمن صلى بالناس فليخفف فإن فيهم المريض والضعيف وذا الحاجة" رواه البخاري ومسلم (البخاري، 90) و(مسلم، 466).

وعن زيد بن خالد الجهني -رضي الله عنه- أن النبي صلى الله عليه وسلم سأله رجل عن اللقطة فقال: "اعرف وكاءها -أو قال: وعاءها وعفاصها- ثم عرفها سنة، ثم استمتع بها، فإن جاء ربها فأدها إليه" قال: فضالة الإبل؟ فغضب حتى احمرت وجنتاه -أو قال احمر وجهه- فقال: "وما لك ولها، معها سقاؤها وحذاؤها ترد الماء وترعى الشجر فذرهما حتى يلقاها ربها" قال: فضالة الغنم؟ قال: "لك أو لأخيك أو للذئب رواه البخاري ومسلم" (البخاري، 90) و(مسلم، 1722).

وعن عبد الله بن عباس -رضي الله عنهما- أن رسول الله صلى الله عليه وسلم رأى خاتماً من ذهب في يد رجل فترعه فطرحة وقال: "يعمد أحدكم إلى جمرة من نار فيجعلها في يده" فقيل للرجل بعد ما ذهب رسول الله صلى الله عليه وسلم: خذ خاتمك انتفع به، قال: لا والله لا آخذه أبداً وقد طرحه رسول الله صلى الله عليه وسلم رواه مسلم (مسلم، 2090).

عن سلمة بن الأكوع -رضي الله عنه- أن رجلاً أكل عند رسول الله صلى الله عليه وسلم بشماله فقال كل يمينك قال لا أستطيع قال لا استطعت ما منعه إلا الكبر قال فما رفعها إلى فيه رواه مسلم (مسلم، 2021).

● **اسلوب الحوار المعتمد على الهجر:** واستعمل النبي صلى الله عليه وسلم أسلوب الهجر في موقف مشهور في السيرة، حين تخلف كعب بن مالك -رضي الله عنه- وأصحابه عن غزوة تبوك، فهجرهم صلى الله عليه وسلم وأصحابه، لا يكلمهم أحد أكثر من شهر حتى تاب الله تبارك وتعالى عليهم، إلا أن استخدام هذا الأسلوب لم يكن هدفاً دائماً له صلى الله عليه وسلم فقد ثبت أن رجلاً كان يشرب الخمر وكان يضحك النبي صلى الله عليه وسلم ... والمناطق في ذلك هو تحقيقه للمصلحة، فمتى كان الهجر مصلحة ووردع للمهجور شرع ذلك وإن كان فيه مفسدة وصد له حرم هجره.

● **اسلوب الحوار المعتمد على استثمار المواقف والفرص:** إن المواقف تستثير مشاعر جياشة في النفس، فحين يستثمر هذا الموقف يقع التعليم موقعه المناسب، ويبقى الحدث وما صاحبه من توجيه وتعليم صورة منقوشة في الذاكرة، تستعصي على النسيان.

وتتعدد المواقف فقد يكون الموقف موقف حزن وخوف فيستخدم في الوعظ، كما في وعظه صلى الله عليه وسلم أصحابه عند القبر. عن البراء بن عازب قال خرجنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في جنازة رجل من الأنصار فانتبهينا إلى القبر ولما يلحد فجلس رسول الله صلى الله عليه وسلم وجلسنا حوله كأنما على رءوسنا الطير وفي يده عود ينكت به في الأرض فرفع رأسه فقال استعينوا بالله من عذاب القبر مرتين أو ثلاثا... ثم ذكر الحديث الطويل في وصف عذاب القبر وقتنته رواه أبو داود (أبو داود، 4753).

وقد يكون وقد يكون موقف مصيبة إذا أمر حل بالإنسان، فيستثمر ذلك في ربطه بالله تبارك وتعالى. عن زيد بن أرقم قال أصابني رمد فعادني النبي صلى الله عليه وسلم، قال فلما برأت خرجت، قال فقال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: "أرأيت لو كانت عينك لما بهما ما كنت صانعاً؟" قال: قلت: لو كانتا عينايا لما بهما صبرت واحتسبت، قال: "لو كانت عينك لما بهما ثم صبرت واحتسبت للقيت الله عز وجل ولا ذنب لك" رواه أحمد. بل إن النبي صلى الله عليه وسلم استخدم مثل هذا الموقف لتقرير قضية مهمة لها شأنها وأثرها كما فعل حين دعائه للمريض بهذا الدعاء، عن عبد الله بن عمرو بن العاص -رضي الله عنهما- أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "إذا جاء الرجل يعود مريضاً قال: اللهم اشف عبدك ينكأ لك عدوا ويمشي لك إلى الصلاة" رواه أحمد (أحمد، 6564).

وقد يكون الموقف ظاهرة كونية مجردة، لكنه صلى الله عليه وسلم يستثمره ليربطه بهذا المعنى عن جرير بن عبد الله -رضي الله عنه- قال كنا عند النبي صلى الله عليه وسلم فنظر إلى القمر ليلة يعني البدر فقال: "إنكم سترون ربكم كما ترون هذا القمر، لا تضامون في رؤيته، فإن استطعتم أن لا تغلبوا على صلاة قبل طلوع الشمس وقبل غروبها فافعلوا" ثم قرأ {وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل الغروب} رواه البخاري (البخاري، 554).

وقد يكون الموقف مثيراً، يستثير العاطفة والمشاعر فعن أنس -رضي الله عنه- أن النبي صلى الله عليه وسلم كان مع أصحابه يوماً وإذا بامرأة من السبي تبحث عن ولدها فلما وجدته ضمته فقال صلى الله عليه وسلم: "أترون هذه طارحة ولدها في النار" قالوا: لا، قال: "والله لا يلقي حبيبه في النار؟" رواه البخاري ومسلم (البخاري، 5999) و(مسلم، 2754).

تاسعا: أصول وقواعد الحوار:

- يتطلب الوصول لحوار هادف وناجح الالتزام بأصول وقواعد تضبط مسار الحوار، نلخصها فيما يأتي:
 - **التمهيد:** يعدّ التمهيد الخطوة الأولى التي يتبعها المتكلم، سواء كان في قاعة الدرس أم في مجال آخر كالبحث أو الكتابة أو الحوار، فالتمهيد وإعداد الأرضية المسبقة عامل أساسي في إنجاح الفكرة المراد إيصالها إلى المخاطب.
 - **التعارف المسبق بين المتكلم والمخاطب:** يعدّ التعارف المسبق بين المتكلم والمخاطب ركنين أساسيين في عملية الحوار، والتعارف المسبق بين هذين الركنين، حتى وإن كان قصير الأمد، له نصيب كبير في إنجاح عملية الحوار، فعن طريق التعارف المسبق يتم الإلمام الدقيق بأفكار الطرف المقابل ورؤاه وعقائده وأسلوبه، وأخيراً الوصول إلى نقاط مشتركة، وآخراً الحصول على نتائج مثمرة.
 - **الوصول إلى الحق:** لابد للمتحاورين من التجرد في طلب الحق، والحذر من التعصب والهوى، وإظهار الغلبة والمجادلة بالباطل، ولا بد أن يكون الحوار مبنياً على قاعدة: (قولي صواب يحتمل الخطأ وقول غيري خطأ يحتمل الصواب)، فالحق ضالة المؤمن أنى وجده فهو أحق به، وضالة كل عاقل هو الحق. وإن من أهم الآداب والصفات التي تتميز بها المحاور الصادق أن يكون الحق ضالته، فحيثما وجده أخذه، والعاقل هو الذي يسلم بخطئه، ويعود إلى الصواب إذا تبين له، ويفرح بظهوره، ويشكر لصاحبه إرشاده ودلالته إليه، والتسليم بالخطأ صعب على النفس، خاصة إذا كان في مجمع من الناس، فهو يحتاج إلى تجرد لله وصدق وإخلاص، وقوة وشجاعة.
 - **تجنب منهج التحدي والإفحام وإيقاع الخصم في الإحراج:** يحسن بالمحاور تجنب منهج التحدي والإفحام وإيقاع الخصم في الإحراج، ولو كانت الحجة بينة، فإن كسب القلوب مقدّم على كسب المواقف، وقد تفحم الخصم ولكنك لا تقنعه، وقد تسكته بحجة، ولكنك لا تكسب تسليمه بأسلوب التحدي، والقناعة العقلية والحرص على القلوب واستئلال السخائم أولى عند الأريب من استكثار الأعداء، على أن هناك بعض الحالات الاستثنائية التي يسوغ فيها اللجوء إلى الإفحام وإسكات الطرف الآخر، وذلك فيما إذا تجاوز الحد وظلم، ولا يجوز بأي شكل من الأشكال أن تكون ثوابت الدين والعقل محل حوار أو ميدان نقاش.
 - **تحديد الهدف والقضية التي يدور حولها الحوار:** إن كثيراً من الحوارات تتحول إلى جدل عقيم سائب ليس له نقطة محددة ينتهي إليها، ويجب أن لا يكون الهدف من الحوار مجرد الحديث، أو إضاعة الوقت، بل بلوغ نتيجة محددة، ومحصلة واضحة كي لا تذهب المجالس سدى.

- **الاتفاق على أصل يرجع إليه:** تعد المرجعية العليا عند كل مسلم هي: الكتاب والسنة، والضوابط المنهجية في فهم الكتاب والسنة. وقد أمر الله بالرد إليهما فقال سبحانه: ﴿فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ﴾ (سورة النساء، 59)، والاتفاق على منهج النظر والاستدلال قبل البدء في أي نقاش علمي يضبط مسار الحوار ويوجهه نحو النجاح، إذ إن الاختلاف في المنهج سيؤدي إلى الدوران في حلقة مفرغة لا حصر لها ولا ضابط.
- أن يكون الحوار واقعياً: يجب أن يكون الحوار واقعياً يتصل إيجابياً بالحياة اليومية الواقعية واتصاله هذا ليس اتصال قبول ورضوخ للأمر الواقع بل اتصال تفهم وتغيير وإصلاح، قال الغزالي - رحمه الله - في بيا شروط التعاون على طلب الحق: "أن لا يناظر إلا في مسألة واقعة قريبة الوقوع غالباً، فإن الصحابة رضي الله عنهم ما تشاوروا إلا في الوقائع أو ما يغلب وقوعه.
- **العلم:** يعد العلم شرط أساس لنجاح الحوار وتحقيق غايته، وبدونه لا ينجح حوار، ويهدر الوقت ويضيع الجهد، فيجب على المحاور ألا يناقش في موضوع لا يعرفه، ولا يدافع عن فكرة لم يقتنع بها، فإنه بذلك يسيء إلى الفكرة والقضية التي يدافع عنها، ويعرض نفسه للإحراج وعدم التقدير والاحترام. يقول ابن تيمية - رحمه الله تعالى - في التأكيد على ضرورة العلم وأهميته لمن يتصدى للحوار: "وقد ينهون عن المجادلة والمناظرة، إذا كان المناظر ضعيف العلم بالحجة وجواب الشبهة، فيخاف عليه أن يفسده ذلك المضل، كما ينهى الضعيف في المقاتلة أن يقاتل علجاً قوياً من علوج الكفار، فإن ذلك يضره ويضر المسلمين بلا منفعة".
- **مراعاة الضمير في الخطاب والحوار:** يجب ألا يكون الحوار بضمير أنت لأن هذا الضمير معناه النقد وكشف العيب والخطأ، فضمير الأنا من المهم استخدامه في أثناء الحوار.
- **الاستماع الجيد للطرف المتحدث:** الاستماع الجيد للطرف المتحدث ذو أهمية بالغة بدل التحضير لجمل الدفاع والاتهام والهجوم على المتحاور.
- **الحرص على التوصل لنتيجة من الحوار:** فكثير من الأحيان لا يحقق الحوار نتائج مثمرة فيصاب المتحاورون بخيبة أمل من جراء ذلك فيذهب طرف في حال سبيله، وهذا حل غير مجدي وغير نافع، لأنه ممكن ألا نخرج بنتيجة، ولكن ممكن أن نؤجل اتخاذ القرار في مسألة الحوار للتفكير لوقت آخر بدل إهماله لأن تركه سلبية تسبب تراكم للمشاكل تنفجر في لحظات غاضبة.
- **تجنب الانفعال:** يُعدّ الانفعال مانعاً أساسياً من الوصول إلى الأهداف المتوخاة من الحوار، وخصوصاً إذا كان يهدف إلى التقريب. فالتقريب معناه أن يستمع طرفا الحوار، أحدهما للآخر، محترماً عقائده وأفكاره،

تاركاً له فرصة الدفاع عنها، لا أن يحمّله ما يعتقدده هو خاصة، إذ إن هذا خلاف معنى التقريب، وذلك لأن الإنسان المنفعل والغاضب يفقد جزءاً من إدراكه للواقع، وبالتالي ربما لا يرى ولا يسمع ولا يحس، ففي كثير من الأحيان تنفوه بألفاظ ولكننا لم نسمعها والسبب شدة الانفعال والغضب، لذا علينا أن نتجنب الحوار عندما نشعر بأن الطرف الآخر بات أكثر انفعالاً مما هو مطلوب.

- **تخصيص وقت للحوار:** لذا يجب تصيد المناسبات السعيدة لأنها فرصة ذهبية يجب أن نوليها الاعتبار في حواراتنا، فالاهتمام بما يجب الطرف الآخر جزء من الحوار الفعال والناجح.
- **اللغة الواضحة:** التي يجب اعتمادها مع الأفراد فهي وسيلة لفهم الأطراف الأخرى.
- **مراعاة المرحلة العمرية:** يجب أن يكون أسلوب المخاطبة على حسب الشخص الذي نتحاور معه فالأطفال لهم أسلوب مختلف عن أسلوب الكبار، والزوجة لها أسلوب مختلف عن الباقين، يعني تحديد الأسلوب مع عمر المخاطب.
- **عدم الاستئثار بالحديث:** يجب عدم الاستئثار بالحديث، فنحن نلاحظ ان حوارتنا قد غلب عليها التداخل وإعلاء الصوت وفرض الرأي وعدم سماع الصوت الآخر لأننا لا نترك مجال للطرف الآخر أن يتكلم.
- **الصدق مع النفس والصدق مع الأفكار موضوع الحوار:** لا بد أن يكون الحوار صادقاً مع نفسه ومع أفكاره التي يدعو إليها حتى يخرج من عداد الذين عناهم الرسول صلى الله عليه وسلم بقوله: لا تتعلموا العلم لتباهوا به العلماء وتماروا به السفهاء ولتصرفوا به وجوه الناس إليكم فمن فعل ذلك فهو في النار.

عاشرا: مقومات الحوار الناجح في الارشاد النفسى الدينى:

يقوم الحوار الناجح والمنضبط والراقي في الارشاد النفسى الدينى على ومقومات كثيرة، يمكن إجمالها في الاتى:

(1) سلامة المقاصد في الحوار: تتجلى سلامة مقاصد الحوار في الارشاد النفسى الدينى في إخلاص نيته، ورغبته في الوصول إلى الحق، وبعده عن الأغراض الشخصية، وإحسانه الظن بمحاوره، وبُعده عن الدخول في نيته، وفرحه بظهور الحق على يد أي أحد، وهذه المقومات ظاهرة لمن يتأمل سيرة النبي " وفيما يلي بيان لذلك:

- **إخلاص النية في الحوار:** وذلك بأن يريد المحاور في حوارهِ وجه الله، والوصول إلى الحق دون أن يريد بحواره إظهار براعته، وإبراز مقدرته، وإفحام أقرانه، ولفت الأنظار إليه، كيف لا يكون كذلك وهو الذي

أوحى إليه ربه [لَئِنْ أَشْرَكْتَ لَيَحْبَطَنَّ عَمَلُكَ وَلَتَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ (65)] (الزمر، 65). وأوحى إليه [بَلِ
اللَّهُ فَاعْبُدْ وَكُنْ مِنَ الشَّاكِرِينَ (66)] (الزمر، 66).

– **البعد عن الدخول في النيات:** وهذا نتيجة لسلامة المقاصد، وثمره من ثمرات الإخلاص، ودليل من دلائل حسن النية والعمل؛ لأنه إذا حسن قصد المرء حسنت ظنونه، وإذا ساء فعل المرء ساءت ظنونه. وإن من أعظم آفات الحوار الدخول في نية المحاور، وإصاق التهم به، وحمل كلامه على أسوأ المحامل، وأخذَه بلازم قوله دون أن يلتزمه، أو أن يقول المحاور لمحاوره: أنت لم ترد بذلك وجه الله، أو أنت سيئ القصد إلى غير ذلك مما يفسد جو الحوار، ويفقده مصداقيته، ويخرجه إلى دائرة المهاترة والمسابة. ولقد كان عليه الصلاة والسلام مبراً من كل نقيصة من ذلك، بعيداً كل البعد عن سوء الظن، كيف لا، وهو الذي أدبه ربه بقوله عز وجل: [يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ] (الحجرات، 12).

– **الفرح بظهور الحق:** يعد الفرح بظهور الحق على يد أي أحد، فذلك دليل الصدق، وأمانة الإخلاص، وسلامة النفس من الحطوط والأعراض الشخصية؛ لذلك فإن على المحاور أن يكون غايته الوصول إلى الحق سواء جرى ذلك على لسانه، أو على لسان محاوره؛ فإذا ظهر الحق كان ذلك هو المطلوب؛ ذلك أن النفس طُلعة تحب الانتصار، وترغب العلو، وتترع إلى تطلب الشهرة والمديح. ولم تكن تلك أخلاق رسل الله عليهم الصلاة والسلام. بل كانوا يفرحون بظهور الحق، ويرغبون في الإصلاح، ولم يكن لهم هدف غير ذلك. ومن الأدلة على ذلك قوله عز وجل عن شعيب عليه السلام: [إِنْ أُرِيدُ إِلَّا الْإِصْلَاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ] (هود، 88).

(2) **الثبت في أثناء الحوار:** أن من أهم مقومات الحوار الناجح في الارشاد النفسى الدينى أن تراعى فيه الحقائق الثابتة، والأدلة الصريحة الواضحة، وأن يقوم على أساس من الصدق واليقين لا على مجرد الظنون والأوهام. والحوار الصادق المخلص، السليم المقاصد يتثبت في أثناء حوار، ولا يلصق بمحاوره ما ليس فيه، ولا يتمنى خطأه، ولا يلتمس عثرته. وإذا بدا من محاوره تصرفٌ مُشكِلٌ، أو كلام محتمل بادر بسؤاله عن قصده حتى يصل إلى اليقين في كل ما يقوله، أو يحكم به وعلى هذا الغرار كانت تسير حوارات النبي. "مثال تثبته" من بني سلمة حين بلغه أنهم يعزمون على الانتقال من ديارهم إلى قرب المسجد. فعن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: خلت البقاع حول المسجد، فأراد بنو سلمة أن ينتقلوا إلى قرب المسجد، فبلغ

ذلك رسول الله" فقال: إنه بلغني أنكم تريدون أن تنتقلوا قرب المسجد. قالوا: نعم يا رسول الله قد أردنا ذلك؛ فقال: يا بني سلمة! دياركم تكتب آثاركم، دياركم تكتب آثاركم رواه مسلم (665).

(3) العلم بمادة الحوار: يعد العلم من أعظم مرتكزات الحوار في الإرشاد النفسى الدينى، وأمضى أسلحة الحوار؛ فلا بد للمحاور أن يكون حواره عن علم وبصيرة. ويتأكد هذا في حقّ المحاورِ المعلمِ المرشدِ الداعية الذي يخاطب الجاهلين، وبينه الغافلين، ويرد على شبهات المخالفين؛ فمن كان هذا شأنه تأكد هذا الأصل في حقه، وقبح جهله بمادة حوارهِ (نياز، 1426 هـ). قال الله عز وجل: [وَمِنَ النَّاسِ مَن يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُّنِيرٍ] (الحج: 8). وقال سبحانه: [هَأَنتُمْ هَؤُلَاءِ حَاجَجْتُمْ فِيمَا لَكُمْ بِهِ عِلْمٌ فَلِمَ تُحَاجُّونَ فِيمَا لَيْسَ لَكُمْ بِهِ عِلْمٌ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ] (آل عمران: 66).

ويشمل العلم اللازم للمحاور في أي شأن من الشؤون العلم بالحكم الشرعي في المسألة المختلف فيها، والعلم بشبهات المخالفين والرد عليها، والعلم بأدب الحوار، والعلم بظروف المكان والزمان والحال. ولا ريب أن النبي " هو المعلم الأول، والقُدوة المثلى، وأنه كان يحاور كافة الطبقات، وينوع لهم الأساليب، فتارة يبتدر أصحابه بالحوار، وتارة يتدرونه، وتارة يستفهمهم، وتارة يستفهمونه، وتارة يحاور المشركين، وتارة يحاور أهل الكتاب إلى غير ذلك من أساليب الحوار، وطبقات المحاورين. وكان شأنه في ذلك كله لزوم العلم والبصيرة، والأخذ بالحجة المستنيرة؛ فلا يتكلم إلا عن علم، ولا يجيب إلا عن علم، ولا ينكر إلا عن علم؛ فإن لم يكن لديه علم حاضر انتظر نزول الوحي، ولم يأنف من قول لا أدري. وإذا أرسل أحداً من أصحابه لدعوة قوم، أو لأيّ شأنٍ من الشؤون أوصاه بما يلزم من أصول الحوار، وآدابه. وسيرته حافلة بما يؤكد تلك المعاني، ومثال ذلك ما جاء في صحيح مسلم عن عمر بن الخطاب، قال: بينما نحن جلوس عند رسول الله" ذات يوم إذ طلع علينا رجل شديد بياض الثياب، شديد سواد الشعر، لا يرى عليه أثر السفر، ولا يعرفه منا أحد، حتى جلس إلى النبي" فأسند ركبتيه إلى ركبتيه، ووضع كفيه على فخذيه، وقال يا محمد أخبرني عن الإسلام، فقال رسول الله": أن تشهد أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله، وتقيم الصلاة، وتؤتي الزكاة، وتصوم رمضان، وتحج البيت إن استطعت إليه سبيلاً، قال: صدقت، قال: فعجبنا له يسأله ويصدق، قال: فأخبرني عن الإيمان، قال: أن تؤمن بالله، وملائكته، وكتبه، ورسوله، واليوم الآخر، وتؤمن بالقدر خيره وشره، قال: صدقت، قال: فأخبرني عن الإحسان، قال: أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه، فإنه يراك، قال: صدقت، قال: فأخبرني عن الساعة، قال: ما المسؤول عنها بأعلم من السائل، قال:

فأخبرني عن أمارتها، قال: أن تلد الأمة ربتها، وأن ترى الحفاة، العراة، العالة، رعاء الشاء، يتطاولون في البنيان، ثم انطلق فلبث ملياً، ثم قال: يا عمر أتدري من السائل، قلت: الله ورسوله أعلم، قال: هذا جبريل أتاكم يعلمكم دينكم (مسلم، 8).

(4) لزوم العدل مع المحاور: العدل هو قوام الحياة، والسموات والأرض ما قامت إلا بالعدل. قال _تعالى_: [وَإِذَا قُلْتُمْ فَاعْدِلُوا] (الأنعام: 152)، وقال: [وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ (7) أَلَّا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانِ (8) وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ (9)] (الرحمن، 7-9). إن من أعظم العدلِ العدلَ مع المحاور؛ إذ هو يدل على إخلاص، وصدق، وتجرد، ورغبة في الوصول إلى الحق. ويتجلى العدل مع المحاور في الحذر من ظلمه، والحرص على التماس المعاذير له، وإعطائه الفرصة للمساءلة، وإبداء الحجة، والدفاع عن نفسه، بل وتلقيه الحجة إذا قَصَّرَ في الإبانة عنها. ويتجلى ذلك _أيضاً_ بالتفريق بين الفعل وصاحبه، وبالمحافظة على روح الحوار، والحذر من آفاته، وما يفسد جو الإخاء بعد الحوار إلى غير ذلك مما هو داخل في قبيل العدل في الحوار ومع المحاور. والسيرة النبوية حافلة بجميع ذلك، ناطقة بأن العدل، بل الإحسان سمة حوارات النبي "سواء مع الموافقين، أو المخالفين، أو المخطئين، أو المتأولين، والمثال على ذلك ما جاء في الصحيحين عن عبد الله بن زيد أن رسول الله" لما فتح حنيناً قسم الغنائم، فأعطى المؤلفلة قلوبهم، فبلغه أن الأنصار يحبون أن يصيبوا ما أصاب الناس، فقام رسول الله" فخطبهم، فحمد الله، وأثنى عليه ثم قال: يا معشر الأنصار ألم أجدكم ضلالاً فهداكم الله بي، وعالة فأغناكم الله بي، ومتفرقين فجمعكم الله بي؟ ويقولون: الله ورسوله آمنٌ. فقال: ألا تجيبوني؟ فقالوا: الله ورسوله آمنٌ. فقال: أما إنكم لو شئتم أن تقولوا: كذا وكذا، وكان من الأمر كذا وكذا الأشياء عددها زعم عمرو (هو عمرو بن يحيى بن عُمارة أحد رجال السند) أن لا يحفظها، فقال: ألا ترضون أن يذهب الناس بالشاء والإبل، وتذهبون برسول الله إلى رحالكم، الأنصار شعار، والناس دثار، ولولا الهجرة لكنت امرأ من الأنصار، ولو سلك الناس وادياً وشعباً _ لسلكت وادي الأنصار وشعبهم، إنكم ستلقون بعدي أثرة فاصبروا؛ حتى تلقوني على الحوض. والحديث جاء في صحيح مسلم: حدثنا سريح بن يونس _ حدثنا إسماعيل بن جعفر عن عمرو بن يحيى بن عمارَة _ عن عباد بن تميم _ عن عبد الله بن زيد _ ((أن رسول الله صلى الله عليه وسلم لما فتح حنيا قسم الغنائم فأعطى المؤلفلة قلوبهم فبلغه أن الانصار يحبون أن يصيبوا ما أصاب الناس فقام رسول الله صلى الله عليه وسلم فخطبهم فحمد الله وأثنى عليه ثم قال يا معشر الانصار ألم أجدكم ضلالا فهداكم الله بي وعالة فأغناكم الله

بي ومتفرقين فجمعكم الله بي ويقولون الله ورسوله آمن فقال ألا تجيبوني فقالوا الله ورسوله آمن فقال أما إنكم لو شئتم أن تقولوا كذا وكذا وكان من الأمر كذا وكذا لأشياء عددها زعم عمرو أن لا يحفظها فقال ألا ترضون أن يذهب الناس بالشاء والإبل وتذهبون برسول الله إلى رحالكم الانصار شعار والناس دثار ولولا الهجرة لكنت امرأ من الانصار ولو سلك الناس واديا وشعبا لسلكت وادي الانصار وشعبهم إنكم ستلقون بعدي أثرة فاصبروا حتى تلقوني على الحوض (((مسلم، 1061).

(5) رفع المحاور من شأن محاوريه: يعد رفع المحاور من شأن محاوريه من آداب الحوار في الارشاد النفسى الدينى، وأسباب رقيه، وجعله نافعا مؤدياً للغرض. ويتمثل ذلك الأدب العظيم بأمور منها: إنزال المحاورين منازلهم، والتسليم لهم، والأخذ بآرائهم إذا أصابوا المرمى. ويتمثل -أيضاً- بالاستماع إلى شبهاتهم، واستنباط آرائهم، إلى غير ذلك مما سيأتي تفصيله. ولقد كان -عليه الصلاة والسلام- متمثلاً ذلك الأدب، أخذاً به على أحسن ما يكون، وفيما يلي بيان لذلك:

○ **التسليم للمحاور:** التسليم للمحاور وذلك إذا أبدى رأياً، فأصاب المرمى؛ حيث يؤخذ برأيه، ويصار إليه؛ فذلك من أعظم ما يرفع من شأن المحاورين، ويشعرهم بقيمتهم. ومما يحسن التنبيه عليه أن الرجوع عن الرأي إذا كان الحق في خلافه، أو العدول عنه إلى رأي خير منه - لا ينافي الثبات على المبدأ؛ إذ إن الذي ينافي ذلك: التنازل عن المبدأ الثابت، وذلك من آفات الحوار، ومما يتنافى والحزم. ولكن ليس معنى ذلك أن يصر المرء على لجأه وعناده بعد أن يتبين له الحق، بل الحكمة والعدل أن يرجع عن رأيه وقوله إذا لاح له وجه الصواب. وإنما المقصود أن يثبت على مبدئه، ولا يرجع عما عقد عليه قلبه إلا إذا تبين له خلاف ذلك بالبرهان الساطع، والدليل القاطع.

○ **النظر في شبهات المحاورين، والإجابة عنها:** يعد النظر في شبهات المحاورين، والإجابة عنها إرضاء لهم، وتطبيب لنفوسهم. ومن الأمثلة على ذلك ما جاء في الصحيحين عن سهل بن حنيف أنه قام يوم صفين، فقال: أيها الناس اهتموا أنفسكم لقد كنا مع رسول الله " يوم الحديبية ولو نرى قتالاً لقاتلنا، وذلك في الصلح الذي كان بين رسول الله " وبين المشركين، فجاء عمر فأتى رسول الله " فقال: يا رسول الله ألسنا على حق، وهم على باطل؟ قال: بلى، قال: أليس قتلانا في الجنة، وقتلاهم في النار؟ قال: بلى، قال: فقيم نعطي الدنيا في ديننا، ونرجع ولما يحكم الله بيننا وبينهم؟ فقال: يا ابن الخطاب،

إني رسول الله، ولن يضيعني الله أبداً. قال: فانطلق عمر، ولم يصبر متغيظاً، حتى أتى أبا بكر فقال: يا أبا بكر ألسنا على حق وهم على باطل؟ فقال: بلى، قال: أليس قتلنا في الجنة وقتلاهم في النار؟ قال: بلى، قال: فعلام نعطي الدنية في ديننا، ونرجع ولما يحكم الله بيننا وبينهم؟ فقال: يا ابن الخطاب إنه رسول الله، ولن يضيعه الله أبداً، قال: فتزل القرآن على محمد" بالفتح، فأرسل إلى عمر، فأقرأه إياه، قال: يا رسول الله أَوْ فَتَحَ هو؟ قال: نعم. فطابت نفسه، ورجع (البخاري، 3182، 4844)، (مسلم، 1758).

○ استنباط آراء المخاورين، واستشارتهم: كان عليه الصلاة والسلام إذا مر به موقف يستدعي الاستشارة حاور أصحابه، واستخرج ما لديهم من آراء؛ استجابة لأمر ربه -جل وعلا- بقوله: {وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ} (آل عمران، 159). فقد أذن الله له بالاستشارة، وهو عليه الصلاة والسلام - غني عنها بما يأتيه من وحي السماء؛ تطيباً لنفوس أصحابه، وتقريراً لسنة المشاورة للأمة من بعده؛ إذ كان العرب من أشد الناس كراهةً للاستبداد، ونفوراً من الرئيس الذي لا يجعل لهم في تصريف الأمور العامة نصيباً من الرأي. ومن الأمثلة على ذلك ما جاء في قصة أسارى بدر، فقد جاء في صحيح مسلم عن ابن عباس قال: فلما أسروا الأسارى قال رسول الله " لأبي بكر وعمر: ما ترون في هؤلاء الأسارى؟ فقال أبو بكر: يا نبي الله! هم بنوا العم والعشيرة، أرى أن تأخذ منهم فدية، فتكون لنا قوة على الكفار؛ فعسى الله أن يهديهم للإسلام. فقال رسول الله: ما ترى يا ابن الخطاب؟ قال عمر: لا والله يا رسول الله! ما أرى الذي رأى أبو بكر، ولكني أرى أن تمكنا؛ فنضرب أعناقهم، فتمكن علينا من عقيل، فيضرب عنقه، وتمكني من فلان - نسيباً لعمر - فأضرب عنقه؛ فإن هؤلاء أئمة الكفر وصناديده. فهوي رسول الله ما قال أبو بكر، ولم يهو ما قلت. فلما كان من الغد جئت فإذا رسول الله وأبو بكر قاعدين يبيكان، قلت: يا رسول الله! أخبرني من أي شيء تبكي أنت وصاحبك، فإن وجدت بكاءً بكيت، وإن لم أجد بكاءً تباكيت لبكائكما. فقال رسول الله: أبكي للذي عرض علي أصحابك من أخذهم الفداء، لقد عرض علي عذابهم أدنى من هذه الشجرة - شجرة قريبة من نبي الله - وأنزل الله عز وجل: {مَا كَانَ لِنَبِيِّ أَنْ يُكُونَ لَهُ أَسْرَى حَتَّى يُخْرَجَ فِي الْأَرْضِ تُرِيدُونَ عَرَضَ الدُّنْيَا وَاللَّهُ يُرِيدُ الْآخِرَةَ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ} (67) لَوْلَا كِتَابٌ مِنَ اللَّهِ سَبَقَ لَمَسَّكُمْ فِيمَا أَخَذْتُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ (68) فَكُلُوا مِمَّا غَنَمْتُمْ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (69) يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِمَنْ فِي أَيْدِيكُمْ مِنَ الْأَسْرَى إِنْ يَعْلَمَ اللَّهُ فِي قُلُوبِكُمْ خَيْرًا يُؤْتِكُمْ خَيْرًا مِمَّا أُخِذَ مِنْكُمْ وَيَعْفِرَ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ

رَحِيمٌ (70) { (سورة الأنفال، 67-70). ففي هذه الحادثة وغيرها يقرر النبي " في حواراته مبدأ الشورى؛ لما فيها من تقريب القلوب، وتخليص الحق من احتمالات الآراء، واستطلاع أفكار الرجال، ومعرفة مقاديرها؛ فإن الرأي يمثل لك عقل صاحبه كما تمثل لك المرأة صورة شخصه إذا استقبلها. كما أن في استشاراته أصحابه زرعاً للثقة في نفوسهم، وأنه يراهم مَطَّلَعَ الآراء السديدة، ومواطن الإخلاص. وأي متزلة أرفع من متزلة قوم يَعْرِضُ عليهم الأمر يستطلع آراءهم فيه، وهو الغني بما يأتيه من وحي السماء _ كما مر _ وبما رزقه الله من سمو الفكر وصفاء البصيرة؟ ولهذا صار أصحابه، وقادة الأمة الكبار من بعده يأخذون بسنة المشاورة؛ فكان أبو بكر الصديق من العلم بالشرعية والخبرة بوجوه السياسة في متزلة عَلِيَّة. ومع هذا كان لا يبرم حكماً في حادثة إلا بعد أن تتداولها آراء جماعة من الصحابة.

○ **إنزاله المحاورين منازلهم:** إنزاله المحاورين منازلهم من أعظم آداب الحوار، ومن أنجح الأساليب التي ترقى به؛ فيجمل بالمحاور أن يعطي كلَّ مَنْ يحاوره منزلته اللائقة به من الإجلال، والإكرام؛ فذلك أدعى لقبول الحق، والإذعان إليه. وذلك الأدب أدب نبوي؛ فقد أخرج مسلم في مقدمة صحيحه عن عائشة _ رضي الله عنها _ أنها قالت: أمرنا رسول الله " أن نترل الناس منازلهم صحيح مسلم. **فمن إنزال المحاور منزلته أمور منها:**

أ_ التعرف على أسماء المحاورين: إذ يحسن بالمحاور أن يتعرف على من يحاوره فرداً كان أو مجموعة. ولقد كان _ عليه الصلاة والسلام _ يعنى بهذا الأمر عناية بالغة، فكان يسأل عن اسم الغريب إذا وفد إليه، أو التقى به. ومن شواهد ذلك ما جاء في حديث وفد عبد القيس لما وفدوا على النبي " فقد جاء في صحيح البخاري عن ابن عباس _ رضي الله عنهما _ قال: إن وفد عبد القيس لما أتوا النبي " قال: من القوم، أو من الوفد؟ قالوا: ربيعة، قال: مرحباً بالقوم غير خزايا ولا ندامي (البخاري، 53). وكان سبب استفساره هو الرغبة في التعرف عليهم؛ ليتزلهم منازلهم، ويتحدث معهم مراعيًا أحوالهم.

ب_ مخاطبة المحاور بما يجب أن ينادى به: فيجمل بالمحاور ألا يخاطبَ محاوره إلا باسمه الذي يحبه مقروناً بتبجيله، وإن كُنَّه أو ناداه بلقب يَسُرُّه فحسن جميل. ومن الأمثلة على ذلك ما جاء في كتاب النبي " لهرقل يدعوه إلى الإسلام؛ فقد جاء في صحيح البخاري من حديث ابن عباس _ رضي الله عنهما _ في حديث أبي سفيان الطويل، وفيه ثم دعا _ أي هرقل _ بكتاب رسول الله " الذي بعث به دحية إلى عظيم بُصرى؛ فدفعه إلى هرقل فقرأه؛ فإذا فيه: بسم الله الرحمن الرحيم من محمد بن عبد الله إلى هرقل عظيم الروم سلام على من اتبع

الهدى. أما بعد: فإني أدعوك بدعاية الإسلام، أسلم تسلم يؤتك الله أجرك مرتين؛ فإن توليت فإن عليك إثم الأريسيين (فتح الباري لابن حجر 51/1_52)، وهذا يوضح أثر ذلك الخطاب الجميل من رسول الله _عليه الصلاة والسلام_ إلى هرقل، ذلك الخطاب الذي فيه تتزيل هرقل منزلته، ومخاطبته خطاباً يليق به حيث كناه بعظيم الروم؛ فكاد هرقل أن يسلم لولا أنه وجد الممانعة، والمدافعة من أصحابه؛ فأثر الملك، والحياة الدنيا، فكان ذلك آخر شأنه.

ج _ معرفة مستوى المحاور: فذلك من إنزال الناس منازلهم؛ فالناس تتفاوت عقولهم، وثقافتهم؛ فمن الحكمة وحسن السياسة في الحوار أن يخاطب كل أناس بما يعرفون، وأن يُتحمى مخاطبة أحدٍ بما لا يتحملة عقله؛ فالأدلة التي قد تصلح لأحد من الناس قد لا تصلح لغيره، وطريقة المحاور التي يتقبلها فلان من الناس قد لا يتقبلها غيره. والمحاور الفطن يعرف محاوره، ويدرك الطريقة التي ينبغي له أن يحاوره بها. وبذلك يتجنب كل ما من شأنه أن يُعُضَّ من قدر صاحبه، أو يترله منزلة غير منزلته؛ لذا كان لزاماً على المحاور أن يعرف درجة محاوره في العلم، والفهم حتى يخاطبه الخطاب اللائق به؛ فإن خطاب الكبير غير خطاب الصغير، وخطاب العالم غير خطاب الجاهل، وخطاب ذي المكانة غير خطاب من دونه وهكذا؛ فمراعاة تلك الأحوال مفيد أبما فائدة في الحوار.

د _ التنويع في الإجابة رغم اتحاد السؤال: فمما يتجلى به مراعاته _عليه الصلاة والسلام_ لإنزال الناس منازلهم حال الحوار أنه كان يجيب عن سؤال واحد بأجوبة مختلفة بحسب اختلاف الأحوال والأشخاص، ومن الأمثلة على ذلك ما جاء في صحيح البخاري عن أبي هريرة أنه سئل: أي العمل أفضل؟ فقال: إيمان بالله ورسوله. قيل: ثم ماذا؟ قال: الجهاد في سبيل الله. قيل: ثم ماذا؟ قال: حج مبرور (البخاري، 26). وسأله عبد الله بن مسعود السؤال نفسه بقوله: أي العمل أفضل؟ وفي رواية أخرى سأله بقوله: أي الأعمال أحب إلى الله؟ فقال: الصلاة لوقتها. قال: ثم أي؟ قال: بر الوالدين. قال: ثم أي؟ قال: الجهاد في سبيل الله (رواه مسلم، 85).

هـ : تخصيص بعض الصحابة ببعض الأخبار دون الآخرين: فذلك داخل ضمن إنزال الناس منازلهم، كما في قوله " لمعاذ: من لقي الله لا يشرك به دخل الجنة. قال: ألا أبشركم؟ قال: لا؛ إني أخاف أن يتكلموا (البخاري، 129).

الحادى عشر: أثر الحوار في عملية الارشاد النفسى الدينى:

يؤثر الحوار تأثيرا كبيرا في عملية الارشاد النفسى الدينى، وذلك على النحو التالى:

- ❖ يلي الحوار حاجة المرشد للاندماج والأمن والاستقلالية اثناء عملية الارشاد النفسى الدينى
- ❖ يعتبر الحوار دعامة للترابط بين المرشدين وركيزة الاستقرار في جلسات الارشاد النفسى الدينى الجماعى.
- ❖ يقلل عملية الارشاد النفسى الدينى القائمة على الحوار من نسبة الطلاق والتفكك الأسرى ومعالجة ظاهرة الصمت الزوجى.
- ❖ تسهم عملية الارشاد النفسى الدينى القائمة على الحوار في معالجة المشاكل النفسية والسلوكية والأمراض الاجتماعية.
- ❖ يسهم في بناء أرضية مشتركة للتعايش والتعاون بين المرشد النفسى الدينى والمرشد النفسى الدينى.
- ❖ يسهم الحوار في مجل قضايا الإرهاب والتطرف الدينى.
- ❖ يسهم الحوار في توصيل أفكار المرشدين للمرشد النفسى الدينى، ولأصدقائهم وآبائهم وأساتذتهم.
- ❖ تسهم عملية الارشاد النفسى الدينى القائمة على الحوار في تقوية العلاقات الاجتماعية بين المرشد النفسى الدينى والمرشدين ويوطد العلاقة المهنية بينهما في ظل جو يسوده التفاهم والوضوح، كما يعود المرشدين على احترام الآخرين، والاستماع لوجهة نظر الآخرين، والانتباه لكلامهم، والإصغاء إليهم، والابتعاد عن مقاطعتهم، وعدم اللجوء إلى تجاهلهم.
- ❖ تسهم عملية الارشاد النفسى الدينى القائمة على الحوار في تعزيز الثقة بالنفس لدى المرشد، فهو يعود على الحرية في إبداء الرأي مع حق الدفاع عن وجهة النظر.
- ❖ تساعد عملية الارشاد النفسى الدينى القائمة على الحوار في شعور المرشدين بالرضا وتقبل القرارات الصادرة من المرشد النفسى الدينى برحابة صدر.

الثانى عشر: أسس الحوار الفعال في عملية الارشاد النفسى الدينى:

تتمثل أسس الحوار الفعال في عملية الارشاد النفسى الدينى فى الاتى:

- أن يكون فيما يفيد وينفع.
- الاعتراف بحرية الآخرين فى الاختلاف والتعبير عن آرائهم.
- الاستعداد لتبادل الآراء والأفكار مع الآخرين من اجل الوصول إلى أفضل البدائل الممكنة.

- تجنب الإساءة للآخرين مهما كانت حدة الخلاف معهم.
- الصمت و ترك الحوار إذا جنح الطرف الآخر إلى الانفعال والغضب.
- الشجاعة في إبداء الرأي أمام المخالفين طالما يملك الأدلة والحجج القوية والشجاعة في التزول عن رأيه إذا ثبت عدم صحته.
- حسن الإنصات لما يقوله الآخرون وإتاحة الفرصة لهم لطرح أفكارهم دون مقاطعة.
- تجنب الخداع والمراوغة والتلاعب بالألفاظ.
- يجب أن يلتزم المشاركون في الحوار بالدقة والحذر في اختيار الكلمات والعبارات التي تعبر عن أفكارهم حتى لا يؤخذ عليهم ما يقولونه بغير قصد.
- إجادة استخدام فن السؤال في الوقت المناسب.
- عدم السخرية من المخالفين وعد الاستخفاف بآرائهم.
- عدم الانسياق وراء ما يقال حتى تتوفر الأدلة والحجج الكافية.
- الدقة في اختيار الكلمات والعبارات التي تعبر عن رأيه.

الثالث عشر: كيفية التغلب على صور رفض الحوار في عملية الارشاد النفسى الدينى:

هناك جملة من الطرق والاستراتيجيات التي يمكن أن نتبعها للتغلب على من يرفض الحوار في عملية

الارشاد النفسى الدينى،ومن بين هذه الطرق والاستراتيجيات ما يلي:

- إيجاد جو يساعد على الحوار.
- البدء من النقاط والأمور المتفق عليها.
- بيان حسن النية وإعطاء بعض المؤشرات على ذلك.
- مناقشة الأفكار دون استهداف أو تجريح الأشخاص.
- إشعار الطرف المقابل بالأمان والطمأنينة.
- محاولة النظر للأمر من زاوية الطرف الآخر وتفهم موقفه.
- إشعار الطرف المقابل بتقدير رأيه وموقفه.
- بيان أن المقصود هو الوصول للحق.
- طمأنة المخاطب.

الفصل الخامس: الوضوء:

تمهيد:

من أجمل الأحكام والحكم ما يتعلق بالطهارة والوضوء؛ ذلكم أن الإسلام دين الطهارة والنقاء والنظافة والصفاء.. جمع بين تطهير الباطن والظاهر، وفي أوائل آيات التنزيل: { يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ * قُمْ فَأَنْذِرْ * وَرَبَّكَ فَكَبِّرْ * وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ * وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ } (المدثر: 1-5).. وعند التأمل يتضح لنا أحكاماً جليلة وحكمٌ جميلة تتبين فيها عظمة الإسلام ورقى أحكامه وسمو شريعته، فما أجمل أن يكون المسلم متوضئاً.. فضائل وأجور ونظافة وطهور: { ... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222)، عملٌ يسيرٌ وأجرٌ كبير، وفي آخر آية الوضوء { ... مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ } (المائدة: 6).

الوضوء مأخوذ من الوضاء.. وهي الحسن والنظافة والبهجة والإشراق والضياء والنور والصفاء، وهي الحالة التي يكون عليها باطن المتوضئ وظاهره حينما يتوضأ؛ فهو شرط الإيمان فعن إسحاق بن منصور. حدثنا حبان بن هلال. حدثنا أبان. حدثنا يحيى؛ أن زيدا حدثه؛ أن أبا سلام حدثه عن أبي مالك الأشعري؛ قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "الطهور شرط الإيمان. والحمد لله تملأ الميزان. وسبحان الله والحمد لله تملآن (أو تملأ) ما بين السماوات والأرض. والصلاة نور. والصدقة برهان. والصبر ضياء. والقرآن حجة لك أو عليك. كل الناس يغدو. فبايع نفسه. فمعتقها أو موبقها" (مسلم، 223).

ويعد الوضوء شرطاً لصحة الصلاة؛ قال الله - تعالى - : { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ } (المائدة: 6)، فهذا أمرٌ من الله لعباده بأن يتطهروا للصلاة التي هي أعظم مباني الإسلام الطهارة الحسيّة، وقال - صلى الله عليه - وسلم -: ((لا يقبل الله صلاة أحدكم إذا أحدث حتى يتوضأ))؛ متفق عليه. وينقى الوضوء المسلم من الذنوب التي تلبّست بها جوارحه؛ كما أخبر بذلك المصطفى - صلى الله عليه وسلم -: فعن سويد بن سعيد عن مالك بن أنس وحدثنا أبو الطاهر. واللفظ له. أخبرنا عبد الله بن وهب عن مالك بن أنس، عن سهيل بن أبي صالح، عن أبيه، عن أبي هريرة؛ أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال "إذا توضأ العبد المسلم (أو المؤمن) فغسل وجهه، خرج من وجهه كل خطيئة نظر إليها بعينه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا

غسل يديه خرج من يديه كل خطيئة كان بطشتها يده مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا غسل رجله خرجت كل خطيئة مشتتها رجلاه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) حتى يخرج نقيا من الذنوب" رواه مسلم (صحيح مسلم، 244).

وعن محمد بن معمر بن ربيعي القيسي. حدثنا أبو هشام المخزومي، عن عبد الواحد (وهو ابن زياد. حدثنا عثمان بن حكيم. حدثنا محمد بن المنكدر عن حمران، عن عثمان بن عفان؛ قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "من توضأ فأحسن الوضوء خرجت خطايا من جسده. حتى تخرج من من تحت أظفاره رواه مسلم (صحيح مسلم، 245).

وحدثني أبو الطاهر ويونس بن عبد الأعلى. قالوا: أخبرنا عبد الله بن وهب عن عمرو بن الحارث؛ أن الحكيم ابن عبد الله القرشي حدثه؛ إن نافع بن جبير وعبد الله بن أبي سلمة حدثاه؛ إن معاذ بن عبد الرحمن حدثهما عن حمران مولى عثمان بن عفان، عن عثمان بن عفان؛ قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "من توضأ للصلاة فأسبغ الوضوء. ثم مشى إلى الصلاة المكتوبة. فصلاها مع الناس. أو مع الجماعة. أو في المسجد. غفر الله له ذنوبه" رواه مسلم (صحيح مسلم، 232).

وعن عبد الله الصنابحي أن رسول الله - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قال: ((إذا توضأ العبد المؤمن فتمضمض خرجت الخطايا من فيه، وإذا استنثر خرجت الخطايا من أنفه، فإذا غسل وجهه خرجت الخطايا من وجهه حتى تخرج من تحت أشفار عينيه، فإذا غسل يديه خرجت الخطايا من يديه حتى تخرج من تحت أظفار يديه، فإذا مسح برأسه خرجت الخطايا من رأسه حتى تخرج من أذنيه، فإذا غسل رجله خرجت الخطايا من رجله حتى تخرج من تحت أظفار رجله))، قال: ((ثم كان مشيه إلى المسجد وصلاته نافلة له))؛ أحمد ومالك في "الموطأ" والنسائي والحاكم في "المستدرک" وقال: هذا حديث صحيح على شرط الشيخين ولم يخرجاه، وليس فيه علة، وصححه الألباني (أحمد في مسنده، 19091) والنسائي في المجتبى، (103) والألباني في صحيح الترغيب والترهيب، 185).

يجب على المسلم أن يستشعر هذه العبادة، ويجتنب كبائر الذنوب، ويستصحب النيّة ويحتسب الأجر عند الله - جلّ وعلا - لا يفعلها على سبيل العادة، ويجتهد قدر طاقته ووسعه في إسباغ الوضوء؛ حدثنا عبد بن حميد وحجاج بن الشاعر. كلاهما عن أبي الوليد. قال عبد: حدثني أبو الوليد. حدثنا إسحاق بن سعيد بن عمرو بن سعيد بن العاص. حدثني أبي عن أبيه؛ قال: كنت عند عثمان. فدعا بطهور فقال:

سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول "ما من امرئ مسلم تحضره صلاة مكتوبة. فيحسن وضوءها وخشوعها وركوعها. إلا كانت كفارة لما قبلها من الذنوب. ما لم. يؤت كبيرة. وذلك الدهر كله" (صحيح مسلم، 228).

وحدثنا قتيبة بن سعيد، وأحمد بن عبدة الضبي. قالوا: حدثنا عبدالعزيز، وهو الدراوردي، عن زيد بن أسلم، عن حمران مولى عثمان؛ قال: أتيت عثمان بن عفان بوضوء. فتوضأ ثم قال: إن ناسا يتحدثون عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أحاديث. لا أدري ما هي؟ إلا أني رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم توضأ مثل وضوئي هذا. ثم قال "من توضأ هكذا غفر له ما تقدم من ذنبه. وكانت صلاته ومشيه إلى المسجد نافلة". وفي رواية ابن عبدة أتيت عثمان فتوضأ (صحيح مسلم، 229).

وعن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال: ((ألا أدلكم على ما يمحو الله به الخطايا ويرفع به الدرجات؟))، قالوا: بلى يا رسول الله، قال: ((إسباغ الوضوء على المكاره، وكثرة الخطا إلى المساجد، وانتظار الصلاة بعد الصلاة، فذلكم الرباط))؛ رواه مسلم. ثم يجتهد الإنسان في أن يكون وضوءه نحو وضوء النبي - صلى الله عليه وسلم - في الكم والكيف؛ قال الله - تعالى -: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾ [الأحزاب: 21].

وقال (ابن حبان في صحيحه 6763) أَخْبَرَنَا الْفَضْلُ بْنُ الْحُبَابِ، قَالَ: حَدَّثَنَا أَبُو الْوَلِيدِ الطَّيَالِسِيُّ، عَنْ حَمَّادِ بْنِ سَلَمَةَ، عَنِ الْجُرَيْرِيِّ، عَنْ أَبِي الْعَلَاءِ، قَالَ: سَمِعَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُغَفَّلِ، ابْنًا لَهُ وَهُوَ يَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْقَصْرَ الْأَبْيَضَ عَنِ يَمِينِ الْجَنَّةِ، قَالَ: يَا بُنَيَّ، إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ الْجَنَّةَ، وَتَعَوَّذْ بِهِ مِنَ النَّارِ، فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَقُولُ: «يَكُونُ فِي آخِرِ الزَّمَانِ قَوْمٌ يَعْتَدُونَ فِي الدُّعَاءِ وَالطُّهُورِ. او ((سيكون بعدي قومٌ من هذه الأمة يعتدون في الدعاء والطهور))؛ رواه أحمد في "المسند"، وأبو داود وابن حبان والحاكم في "المستدرک" وقال: هذا حديث صحيح الإسناد ولم يخرجاه، وصحَّ الحديث الألباني (أحمد في المسند، 16847) و(أبو داود، 24 / 1 (96) و(وابن ماجه، 2 / 3864) 1271 و(وصححه الألباني في صحيح سنن أبي داود، رقم (96) 24 / 1).

حدثنا قتيبة بن سعيد، وعثمان بن محمد بن أبي شيبة، وإسحاق بن إبراهيم الحنظلي (واللفظ لقتيبة) قال إسحاق: أخبرنا. وقال الآخرون: حدثنا جرير عن هشام بن عروة، عن أبيه، عن حمران، مولى عثمان قال: سمعت عثمان بن عفان وهو بفناء المسجد. فجاءه المؤذن عند العصر. فدعا بوضوء فتوضأ. ثم قال: والله! لأحدثنكم حديثاً. لولا آية في كتاب الله ما حدثتكم. إني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "لا يتوضأ رجل مسلم فيحسن الوضوء. فيصلي صلاة. إلا غفر الله له ما بينه وبين الصلاة التي تليها" (صحيح مسلم، 227). ونظراً لأهمية الوضوء وفضائله سوف يتم تناوله بالدراسة والتحليل.

أولاً: تعريف الوضوء:

الوضوء: من الوضوء: وهو الحسن والنظافة والبهجة، كما يقال: رجل وضوء؛ أي: حسن الهيئة. قال أبو حاتم: توضأت للصلاة ووضوءاً، وتطهرت طهوراً، أتوضأ، توضؤاً، وهي الحسن. والوضوء بالضم: الفعل، وبالفتح: الوضوء: هو الماء المعد له، كما حكاه أبو الحسن الأخفش في قوله تعالى: ﴿وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ﴾ (البقرة: 24) فقال: الوقود: بالفتح: الحطب، والوقود بالضم: الاتقاد، وهو الفعل، ومثل ذلك الوضوء: هو الماء، والوضوء: هو الفعل. وقيل: الوضوء بالضم: هو المصدر. وقيل: هما لغتان بمعنى واحد: يعني الفتح والضم. ويجب عدم قول: توضيت بالياء بدل الهمز، قاله غير واحد. وذكر قاسم عن الحسن أنه قال يوماً: توضيت بالياء، فقيل له: أتلحن يا أبا سعيد؟ فقال: إنها لغة هذيل، وفيهم نشأت. والميضأة بالكسر والقصر: الموضع الذي يتوضأ فيه (تاج العروس، 277/1، 276)، (لسان العرب، 194/1)، (مختار الصحاح، 303).

ويرى الحنفية أن الوضوء في الاصطلاح الشرعي: غسل الأعضاء الثلاثة ومسح ربع الرأس (البحر الرائق، 11/1). وقال الكاساني: الوضوء: اسم للغسل والمسح، لقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ﴾ [المائدة: 6]، فأمر بغسل الأعضاء الثلاثة ومسح الرأس (بدائع الصنائع (2/1). في حين يرى المالكية أن الوضوء هو غسل ومسح في أعضاء مخصوصة لرفع حدث (حدود ابن عرفة، 32). بينما ترى الشافعية أن الوضوء هو استعمال الماء في أعضاء مخصوصة مفتتحاً بنية (أسنى المطالب (28/1). أما الحنابلة ترى ان الوضوء هو استعمال ماء طهور في الأعضاء الأربعة على صفة مخصوصة (كشاف القناع، 82/1).

وهذه التعريفات متقاربة، وتتفق على تعريف الوضوء بأنه غسل ومسح لأعضاء مخصوصة، وبعضهم يذكر النية أو قصد رفع الحدث في التعريف؛ لأن النية عنده شرط، وهو مذهب الجمهور، وبعضهم لا يذكرها كالحنفية؛ لأن النية عندهم سنة، وليست فرضاً، وبعضهم ينص بأن غسل الأعضاء يجب أن يكون على صفة مخصوصة؛ لأن الترتيب عنده والموالاتة فرض، وبعضهم لا يذكرها؛ لأنه يخالف في كونها فرضاً في الوضوء.

ويرى الباحثين أن الوضوء هو طهارة مائية تتعلّق بالأعضاء المذكورة في قوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ) [المائدة: 6].

ثانياً: فروض الوضوء:

- للوضوء فروض إذا نقص منها فرض فإن الوضوء يكون ناقصاً ولا يُعتدُّ به شرعاً، وهذه الفروض هي:
- 1) **غَسْلُ الْوَجْهِ**، ومن الوجه الفم والأنف، فالمضمضة والاستنشاق والاستنثار واجبة على الراجح: وَحَدُّ الوجه من منابت الشعر إلى أسفل اللحية طولاً، وعن الأذن إلى الأذن عرضاً.
 - 2) **غسل اليدين إلى المرفقين**: ويدخل المرفقان في المغسول. حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحِيمِ، قَالَ أَخْبَرَنَا أَبُو سَلَمَةَ الْخَزَاعِيُّ، مَنْصُورُ بْنُ سَلَمَةَ قَالَ أَخْبَرَنَا ابْنُ بِلَالٍ — يَعْنِي سُلَيْمَانَ — عَنْ زَيْدِ بْنِ أَسْلَمَ، عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، أَنَّهُ تَوَضَّأَ فَعَسَلَ وَجْهَهُ، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً مِنْ مَاءٍ، فَمَضَمَصَ بِهَا وَاسْتَنْشَقَ، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً مِنْ مَاءٍ، فَجَعَلَ بِهَا هَكَذَا، أَضَافَهَا إِلَى يَدِهِ الْأُخْرَى، فَعَسَلَ بِهَمَا وَجْهَهُ، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً مِنْ مَاءٍ، فَعَسَلَ بِهَا يَدَهُ الْيُمْنَى، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً مِنْ مَاءٍ، فَعَسَلَ بِهَا يَدَهُ الْيُسْرَى، ثُمَّ مَسَحَ بِرَأْسِهِ، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً مِنْ مَاءٍ فَرَشَّ عَلَى رِجْلِهِ الْيُمْنَى حَتَّى غَسَلَهَا، ثُمَّ أَخَذَ غَرْفَةً أُخْرَى، فَعَسَلَ بِهَا رِجْلَهُ — يَعْنِي الْيُسْرَى — ثُمَّ قَالَ هَكَذَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَوَضَّأُ (صحيح البخاري، 140).

- 3) **مسح الرأس**، ومنه الأذنان: فمسحهما واجب على الراجح لحديث "الأذنان من الرأس" رواه أحمد وأبو داود. حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ، قَالَ أَخْبَرَنَا مَالِكُ، عَنْ عَمْرِو بْنِ يَحْيَى الْمَازِنِيِّ، عَنْ أَبِيهِ، أَنَّ رَجُلًا، قَالَ لِعَبْدِ اللَّهِ بْنِ زَيْدٍ — وَهُوَ جَدُّ عَمْرِو بْنِ يَحْيَى — أَتَسْتَطِيعُ أَنْ تُرِينِي، كَيْفَ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَوَضَّأُ فَقَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ زَيْدٍ نَعَمْ. فَدَعَا بِمَاءٍ، فَأَفْرَغَ عَلَى يَدَيْهِ فَعَسَلَ يَدَهُ مَرَّتَيْنِ، ثُمَّ مَضَمَصَ وَاسْتَنْشَرَّ ثَلَاثًا، ثُمَّ غَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثًا، ثُمَّ غَسَلَ يَدَيْهِ مَرَّتَيْنِ مَرَّتَيْنِ إِلَى الْمَرْفَقَيْنِ، ثُمَّ مَسَحَ رَأْسَهُ بِيَدَيْهِ، فَأَقْبَلَ

بِهِمَا وَأَدْبَرَ، بَدَأَ بِمُقَدِّمِ رَأْسِهِ، حَتَّى ذَهَبَ بِهِمَا إِلَى قَفَاهُ، ثُمَّ رَدَّهُمَا إِلَى الْمَكَانِ الَّذِي بَدَأَ مِنْهُ، ثُمَّ غَسَلَ رِجْلَيْهِ (صحيح البخارى، 185).

4) **غسل الرجلين إلى الكعبين:** ويدخل الكعبان في المغسول: حدثنا هارون بن سعيد الأيلي وأبو الطاهر وأحمد بن عيسى. قالوا: أخبرنا عبد الله بن وهب عن مخزومة بن بكير، عن أبيه، عن سالم مولى شداد. قال: دخلت على عائشة زوج النبي صلى الله عليه وسلم يوم توفي سعد بن أبي وقاص. فدخل عبدالرحمن بن أبي بكر فتوضأ عندها. فقالت: يا عبدالرحمن! أسبغ الوضوء. فإني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول "ويل للأعقاب من النار" (صحيح مسلم، 240).

حَدَّثَنَا مُوسَى، قَالَ حَدَّثَنَا أَبُو عَوَانَةَ، عَنْ أَبِي بَشِيرٍ، عَنْ يُونُسَ بْنِ مَاهَكَ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو، قَالَ تَخَلَّفَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنَّا فِي سَفَرَةٍ سَافَرْنَاهَا، فَأَدْرَكْنَا وَقَدْ أَرْهَقْنَا الْعَصْرَ، فَجَعَلْنَا نَتَوَضَّأُ وَنَمْسَحُ عَلَى أَرْجُلِنَا، فَنَادَى بِأَعْلَى صَوْتِهِ " وَيْلٌ لِلْأَعْقَابِ مِنَ النَّارِ ". مَرَّتَيْنِ أَوْ ثَلَاثًا (صحيح البخارى، 163). حَدَّثَنَا مُوسَى، قَالَ حَدَّثَنَا وَهَيْبٌ، عَنْ عَمْرٍو، عَنْ أَبِيهِ، شَهِدْتُ عَمْرٍو بْنَ أَبِي حَسَنِ سَأَلَ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ زَيْدٍ عَنْ وُضُوءِ النَّبِيِّ، صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَدَعَا بِتَوْرٍ مِنْ مَاءٍ، فَتَوَضَّأَ لَهُمْ وَوَضُوءَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَكْفَأَ عَلَى يَدِهِ مِنَ التَّوْرِ، فَغَسَلَ يَدَيْهِ ثَلَاثًا، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فِي التَّوْرِ، فَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَقَ وَاسْتَنْشَرَ ثَلَاثَ غَرَفَاتٍ، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَغَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثًا، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَغَسَلَ يَدَيْهِ مَرَّتَيْنِ إِلَى الْمِرْفَقَيْنِ مَرَّتَيْنِ، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَمَسَحَ رَأْسَهُ، فَأَقْبَلَ بِهِمَا وَأَدْبَرَ مَرَّةً وَاحِدَةً، ثُمَّ غَسَلَ رِجْلَيْهِ إِلَى الْكَعْبَيْنِ (صحيح البخارى، 186).

5) **الترتيب:** وهو أن يغسل الوجه ثم اليدين ثم يمسح بالرأس ثم يغسل الرجلين، وأما دليل الترتيب كما جاء في قوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ) [المائدة:6]. حيث ذكرت الآية الأعضاء مرتبة. ثم أن النبي صلى الله عليه وسلم لم يثبت عنه ولا مرة واحدة أنه خالف هذا الترتيب، وفعله صلى الله عليه وسلم بيان للواجب الوارد في الآية إذ لم يرد فيها إلا الواجب. ولعموم قوله صلى الله عليه وسلم: "أبدأ بما بدأ الله به" رواه مسلم من حديث جابر رضي الله عنه.

الموالة : وهي ألا يُؤخَّرَ غَسْلَ عَضْوٍ حَتَّى يَجِفَّ الَّذِي قَبْلَهُ. فأما دليل الفروض الأربعة الأولى، والدليل قوله تعالى: {يَأْتِيهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ} (سورة المائدة، آية 6). حدثني سلمة بن شبيب. حدثنا الحسن بن محمد بن أعين. حدثنا معقل عن أبي الزبير، عن جابر. أخبرني عمر ابن الخطاب؛ أن رجلا توضأ فترك موضع ظفر على قدمه. فأبصره النبي صلى الله عليه وسلم. فقال "ارجع فأحسن وضوءك" فرجع ثم صلى رواه مسلم(صحيح مسلم، 243).

ثالثا: شروط صحة الوضوء:

هناك شروط لا بد منها وهي:

- ✘ الإسلام: إذ لا تصح عبادة الكافر، والوضوء عبادة.
- ✘ العقل: فاجنون ليس مطالباً بالعبادة ولا تصح عبادته.
- ✘ التمييز: فإن غير المميز لا يُفرَّقُ بَيْنَ العبادة وغيرها.
- ✘ وجود الماء الطهور: فلا يصح الوضوء بماء غير طهور - كما تقدم.
- ✘ النية: وفي شرط لصحة كل عبادة، لقول النبي صلى الله عليه وسلم: " إنما الأعمال بالنيات وإنما لكل امرئ ما نوى " ... متفق عليه من حديث عمر بن الخطاب رضي الله عنه.
- ✘ انقطاع ما يوجب الوضوء: من بول أو غائط أو نحوهما.
- ✘ الاستنجاء أو الاستجمار: فلا يصح الوضوء ممن به نجاسة في محل البول أو الغائط. حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُوسُفَ، قَالَ أَخْبَرَنَا مَالِكٌ، عَنْ أَبِي الزِّنَادِ، عَنِ الْأَعْرَجِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " إِذَا تَوَضَّأَ أَحَدُكُمْ فَلْيَجْعَلْ فِي أَنْفِهِ ثُمَّ لِيَنْشُرْ، وَمَنْ اسْتَجَمَرَ فَلْيُوتِرْ، وَإِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ فَلْيَغْسِلْ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يَدْخُلَهَا فِي وَضُوئِهِ، فَإِنْ أَحَدُكُمْ لَا يَدْرِي أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ " (صحيح البخارى، 162).
- ✘ إزالة ما يمنع وصول الماء إلى البشرة: كالعجين والشحوم ونحوها (الذبيان، 2005).

رابعاً: سنن الوضوء:

❖ السَّوَالُ: لحديث أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " :لولا أن أشقَّ على أمتي لأمرتهم بالسَّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ " رواه الجماعة، وفي رواية لأحمد: "لأمرتهم بالسَّوَاكِ مع كلِّ وُضوءٍ " وللبخاري تعليقاً " :لأمرتهم بالسَّوَاكِ عند كلِّ وُضوءٍ."

❖ التسمية في أوله: لحديث أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال " :لا صلاة لمن لا وُضوءَ له، ولا وُضوءَ لمن لم يذكر اسم الله عليه " وهو حديث حسن رواه أحمد وأبو داود (ابن ماجه، 398 /4128).

❖ غسل الكفين: يغسل كفيه ثلاث مرات بإفراغ الماء عديهما من الإناء إن كان يتوضأ من إناء لأن عثمان رضي الله عنه وَصَفَ وُضوءَ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: "دعا بالماء فأفرغ على كفيه ثلاث مرَّاتٍ فَعَسَلَهُمَا، ثم أَدخَلَ يَدَهُ فِي الْإِنَاءِ " ...متفق عليه. وحدثنا هارون بن معروف. ح وحدثني هارون بن سعيد الأيلي وأبو الطاهر. قالوا: حدثنا ابن وهب. أخبرني عمرو بن الحارث؛ أن حبان بن واسع حدثه؛ أن أباه حدثه؛ أنه سمع عبد الله بن زيد بن عاصم المازني يذكر أنه رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم يتوضأ. فمضمض ثم استنثر. ثم غسل وجهه ثلاثا. ويده اليمنى ثلاثا. والأخرى ثلاثا. ومسح برأسه بماء غير فضل يده. وغسل رجليه حتى أنقاهما(صحيح مسلم، 236).

❖ البدء بالمضمضة والاستنشاق عند غسل الوجه والمبالغة فيهما ما لم يكن صائماً: لما جاء في وصف وضوئه صلى الله عليه وسلم، ولقوله صلى الله عليه وسلم: "وَبَالِغٌ فِي الْاسْتِنشَاقِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ صَائِماً" (ابن ماجه، 407 /4556) " رواه الخمسة وصححه الترمذي. حدثني محمد بن رافع. حدثنا عبد الرزاق بن همام. أخبرنا معمر عن همام بن منبه، قال: هذا ما حدثنا أبو هريرة عن محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم. فذكر أحاديث منها. وقال سول الله صلى الله عليه وسلم "إذا توضأ أحدكم فليستنشق بمنخره من الماء ثم لينثر" (صحيح مسلم، 237).

حَدَّثَنَا عَبْدَانُ، قَالَ أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ، قَالَ أَخْبَرَنَا يُونُسُ، عَنِ الزُّهْرِيِّ، قَالَ أَخْبَرَنِي أَبُو إِدْرِيسَ، أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ " مَنْ تَوَضَّأَ فَلْيَسْتَنْثِرْ، وَمَنْ اسْتَجَمَرَ فَلْيُوتِرْ ".(صحيح البخاري، 161).

❖ **تَخْلِيلُ اللَّحْيَةِ الْكَثِيفَةِ:** لحديث عثمان رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم: " كان يُخَلَّلُ لحيته (ابن ماجه، 431/9809) " قال الترمذي: هذا حديث حسن صحيح. وقال البخاري: هذا أصح حديث في الباب.

❖ **تَخْلِيلُ أَصَابِعِ الْيَدَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ:** لحديث ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " : إذا تَوَضَّأْتَ فَخَلَّلْ أَصَابِعَ يَدَيْكَ وَرِجْلَيْكَ " رواه أحمد والترمذي (وابن ماجه، ص 77: 5685/448) وحديث المستورد ابن شداد رضي الله عنه قال: " رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يَخَلَّلُ أَصَابِعَ رِجْلَيْهِ بِخِنْصَرِهِ " رواه الخمسة إلا أحمد.

❖ **التِّيَامُنُ:** أي البدء باليمنى قبل اليسرى في اليدين والرجلين، وذلك لحديث عائشة رضي الله عنها " : كان النبي صلى الله عليه وسلم يُعْجِبُهُ التِّيْمُنُ فِي تَنْعُلِهِ وَتَرَجُّلِهِ وَطُهُورِهِ وَفِي شَأْنِهِ كُلِّهِ " متفق عليه (ابن ماجه، 402/17657). وحدثنا يحيى بن يحيى التميمي. أخبرنا أبو الأحوص عن أشعث، عن أبيه، عن مسروق، عن عائشة؛ قالت: إن كان رسول الله صلى الله عليه وسلم ليحب التيمن في طهوره إذا تطهر. وفي ترجله إذا ترجل. وفي انتعاله إذا انتعل (صحيح مسلم، 268)، حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ عُمَرَ، قَالَ حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، قَالَ أَخْبَرَنِي أَشْعَثُ بْنُ سُلَيْمٍ، قَالَ سَمِعْتُ أَبِي، عَنْ مَسْرُوقٍ، عَنْ عَائِشَةَ، قَالَتْ كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُعْجِبُهُ التِّيْمُنُ فِي تَنْعُلِهِ وَتَرَجُّلِهِ وَطُهُورِهِ وَفِي شَأْنِهِ كُلِّهِ. (صحيح البخاري، 168).

❖ **الغسلتان الثانية والثالثة:** الغسل مرة في الوضوء هو الفرض وما ورد في الغسلتين والثلاث فهو للاستحباب، وذلك لحديث عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده رضي الله عنهم قال " : جاء أعرابي إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم يسأله عن الوضوء، فأراه ثلاثاً ثلاثاً، وقال: " هذا الوضوء فمن زاد على هذا فقد أساء وتعدى وظلم " رواه أحمد والنسائي (ابن ماجه، 417/5179)، وحديث عثمان رضي الله عنه: " أن النبي صلى الله عليه وسلم تَوَضَّأَ ثَلَاثًا ثَلَاثًا " رواه مسلم وأحمد. وَحَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ الْأَوْسِيُّ، قَالَ حَدَّثَنِي إِبْرَاهِيمُ بْنُ سَعْدٍ، عَنْ ابْنِ شِهَابٍ، أَنَّ عَطَاءَ بْنَ يَزِيدَ، أَخْبَرَهُ أَنَّ حُمْرَانَ مَوْلَى عُمَانَ أَخْبَرَهُ أَنَّهُ، رَأَى عُمَانَ بْنَ عَفَّانَ دَعَا بِإِنَاءٍ، فَأَفْرَغَ عَلَى كَفِّهِ ثَلَاثَ مِرَارٍ فَعَسَلَهُمَا، ثُمَّ أَدْخَلَ يَمِينَهُ فِي الْإِنَاءِ فَمَضْمَضَ، وَاسْتَنْشَقَ، ثُمَّ غَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثًا، وَيَدَيْهِ إِلَى الْمِرْفَقَيْنِ ثَلَاثَ مِرَارٍ، ثُمَّ مَسَحَ بِرَأْسِهِ، ثُمَّ غَسَلَ رِجْلَيْهِ ثَلَاثَ مِرَارٍ إِلَى الْكَعْبَيْنِ، ثُمَّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " مَنْ تَوَضَّأَ نَحْوَ وَضُوءِي هَذَا، ثُمَّ صَلَّى رَكَعَتَيْنِ، لَا يُحَدِّثُ فِيهِمَا نَفْسَهُ، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ " (صحيح البخاري، 159)..

وبالنسبة للعسل مرتين حَدَّثَنَا حُسَيْنُ بْنُ عَيْسَى، قَالَ حَدَّثَنَا يُونُسُ بْنُ مُحَمَّدٍ، قَالَ حَدَّثَنَا فُلَيْحُ بْنُ سُلَيْمَانَ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي بَكْرٍ بْنِ عَمْرٍو بْنِ حَزْمٍ، عَنْ عَبَّادِ بْنِ تَمِيمٍ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ زَيْدٍ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَوَضَّأَ مَرَّتَيْنِ مَرَّتَيْنِ (صحيح البخارى، 158).

❖ **الذِّكْرُ بَعْدَ الْوُضُوءِ:** لحديث عمر رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما منكم من أحد يتوضأ فيسبغ الوضوء ثم يقول: أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله إلا فتحت له أبواب الجنة الثمانية، يدخل من أيها شاء " رواه أحمد وأبو داود (ابن ماجه، 471 / 10609) و(صحيح مسلم، 234).

❖ **الاقتصاد في الماء:** لحديث عبد الله بن عمرو رضي عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مرَّ بسعد وهو يتوضأ فقال ما هذا السرف؟ فقال أفي الوضوء إسراف؟ قال: نعم وإن كنت على نهر جارٍ رواه ابن ماجه (ابن ماجه، 426/8870).

فيتجنب المرء المسلم الإسراف في الماء، ويقتصد فيه بقدر حاجته؛ قال - تعالى - ﴿ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأنعام: 141]. وحدثنا قتيبة بن سعيد. حدثنا وكيع، عن مسعر، عن ابن جبر، عن أنس؛ قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم يتوضأ بالمد ويغتسل بالصاع. إلى خمسة أمداد (صحيح مسلم، 325). وحدثني محمد بن رافع. حدثنا شبابة. حدثنا ليث عن يزيد، عن عراك، عن حفصة بنت عبد الرحمن بن أبي بكر (وكانت تحت المنذر بن الزبير)؛ أن عائشة أحرقتها؛ أنها كانت تغتسل هي والنبي صلى الله عليه وسلم في إناء واحد. يسع ثلاثة أمداد. أو قريبا من ذلك (صحيح مسلم، 321). قال القرطبي في "تفسيره": وهذه الأحاديث تدلُّ على استحباب تقليل الماء من غير كَيْلٍ ولا وزنٍ يأخذ منه الإنسان بقدرٍ ما يكفي ولا يُكثِرُ منه، فإن الإكثار منه سرفٌ، والسرفُ مذموم. قال ابن القيم - رحمه الله -: كان - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يتوضأ لكلِّ صلاةٍ في غالب أحيانه، وربما صَلَّى الصلوات بوضوء واحد، وكان يتوضأ بالمدِّ تارةً وبثلثيه تارةً، وبأزيد منه تارة، وذلك نحو أربع أواقٍ بالدمشقي إلى أوقيتين وثلاث، وكان من أيسر الناس صبًّا لماء الوضوء، وكان يحذرُ أمته من الإسراف فيه، وأخبر أنه يكون في أمته من يعتدي في الطهور، وقال: إن للوضوء شيطانا يُقال له: الوهّان، فاتَّقوا وسواس الماء، ومرَّ على سعد وهو يتوضأ فقال له: ((لا تُسرف في الماء))، فقال: وهل في الماء من إسراف؟ قال: ((نعم، وإن كنت على نهر جارٍ))، وصحَّ

عنه أنه توضعاً مرةً مرةً، ومرتين مرتين، وثلاثاً ثلاثاً، وفي بعض الأعضاء مرتين وبعضها ثلاثاً. [زاد المعاد، 1/ 184].

خامساً: فضائل الوضوء:

تتمثل فضائل الوضوء فيما يلي:

(1) **الوضوء شرط الإيمان:** روى مسلم في صحيحه، قال: حدثنا إسحاق بن منصور، حدثنا حبان بن هلال، حدثنا أبان، حدثنا يحيى، أن زيداً حدثه، أن أبا سلام حدثه، عن أبي مالك الأشعري، قال: قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم: (الطهور شرط الإيمان، والحمد لله تملأ الميزان، وسبحان الله والحمد لله تملآن - أو تملأ - ما بين السموات والأرض، والصلاة نور، والصدقة برهان، والصبر ضياء، والقرآن حجة لك أو عليك، كل الناس يغدو فبائع نفسه فمعتقها، أو موبقها) (صحيح مسلم، 223).

(2) **حلية المتوضئين إلى حيث يبلغ الوضوء:** دليله ما أخرجه النسائي في الكبرى وصححه الألباني وما رواه مسلم، قال: حدثنا قتيبة بن سعيد، حدثنا خلف - يعني ابن خليفة - عن أبي مالك الأشعري، عن أبي حازم قال: كنت خلف أبي هريرة وهو يتوضأ للصلاة، فكان يمد يده حتى تبلغ إبطه، فقلت له: يا أبا هريرة، ما هذا الوضوء؟ فقال: يا بني فروخ، أنتم هاهنا؟ لو علمت أنكم هاهنا ما توضأت هذا الوضوء، سمعت خليلي -صلى الله عليه وسلم- يقول: تبلغ الحلية من المؤمن حيث يبلغ الوضوء (صحيح مسلم، 250).

(3) **الوضوء سبب لتمييز المسلمين يوم القيامة:** ودليله ما أخرجه البخاري ومسلم عن نعيم المجرم قال: رقيت مع أبي هريرة على ظهر المسجد فتوضأ فقال إني سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول: "إن أمتي يدعون يوم القيامة غراً محجلين من آثار الوضوء فمن استطاع منكم أن يطيل غرته فليفعل". (صحيح البخاري، 136)، (صحيح مسلم، 246).

وحدثنا عثمان بن أبي شيبة. حدثنا علي بن مسهر عن سعد بن طارق، عن ربعي بن حراش، عن حذيفة؛ قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إن حوضي لأبعد من إيلة من عدن. والذي نفسي بيده! إني لأذود عنه الرجال كما يذود الرجل الإبل الغريبة عن حوضه" قالوا: يا رسول الله! وتعرفنا؟ قال "نعم. تردون علي غرا محجلين من آثار الوضوء. ليست لأحد غيركم" (صحيح مسلم، 248).

وَحَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ بُكَيْرٍ، قَالَ حَدَّثَنَا اللَّيْثُ، عَنْ خَالِدٍ، عَنْ سَعِيدِ بْنِ أَبِي هِلَالٍ، عَنْ نَعِيمِ الْمُجَمِرِ، قَالَ رَقِيتُ مَعَ أَبِي هُرَيْرَةَ عَلَى ظَهْرِ الْمَسْجِدِ، فَتَوَضَّأَ فَقَالَ إِنِّي سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ " إِنْ أُمَّتِي يُدْعَوْنَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ غُرًّا مُحَجَّلِينَ مِنْ آثَارِ الْوُضُوءِ، فَمَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ أَنْ يُطِيلَ غُرَّتَهُ فَلْيَفْعَلْ " (صحيح البخارى، 136).

(4) الوضوء طهارة: يحب المولى عز وجل المتطهرين سواء كانت الطهارة حسية من الأقدار والنجاسات والأحداث، أو طهارة معنوية من الذنوب والمعاصي. فقال تعالى: { لَمَسْجِدٍ أُسِّسَ عَلَى التَّقْوَى مِنْ أَوَّلِ يَوْمٍ أَحَقُّ أَنْ تَقُومَ فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ } (التوبة، 180). وقال تعالى: { إِنْ اللَّهُ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة، 222). وقال سبحانه: { مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ } (المائدة، 6). وقال جل شأنه: { وَيُنزِّلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهَّرَكُمْ بِهِ } (الأنفال، 11).

(5) الوضوء من سنن الفطرة: أخرج مسلم واللفظ له وأبو داود وابن ماجه والترمذي عن عائشة رضي الله عنها قالت قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: عشر من الفطرة قص الشارب وإعفاء اللحية والسواك واستنشاق الماء وقص الأظفار وغسل البراجم وتنف الإبط وحلق العانة وانتقاص الماء — قال زكرياء قال مصعب ونسيت العاشرة إلا أن تكون المضمضة — زاد قتيبة قال وكيع انتقاص الماء يعني الاستنجاء (صحيح مسلم، 261).

(6) الطهور شرط الإيمان: عَنْ أَبِي مَالِكٍ الْأَشْعَرِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- « الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُ الْمِيزَانَ. وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأَانِ - أَوْ تَمْلَأُ - مَا بَيْنَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالصَّلَاةُ نُورٌ وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو فَبَائِعٌ نَفْسَهُ فَمُعْتِقُهَا أَوْ مُوْبِقُهَا أَخْرَجَ مُسْلِمٌ (صحيح مسلم، 223) و(أحمد، 22902).

(7) الوضوء قبل النوم سبب من أسباب الموت على الفطرة: عَنْ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: « إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وَوَضِعْكَ لِلصَّلَاةِ ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ ثُمَّ قُلِ اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنْجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ فَإِنْ مِتُّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ

وَأَجْعَلُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ. قَالَ فَرَدَّدْتُهَا عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمَّا بَلَغْتُ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ قُلْتُ وَرَسُولِكَ قَالَ: لَا وَنَبِيِّكَ الَّذِي أُرْسَلْتَ أَجْرَجَ الْبَخَارِيِّ وَمُسْلِمٌ.

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ مُقَاتِلٍ، قَالَ أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ، قَالَ أَخْبَرَنَا سُفْيَانُ، عَنْ مَنْصُورٍ، عَنْ سَعْدِ بْنِ عُبَيْدَةَ، عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ، قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ، ثُمَّ قُلِ اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ، اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَنَبِيِّكَ الَّذِي أُرْسَلْتَ. فَإِنْ مِتُّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ، وَأَجْعَلُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ ". قَالَ فَرَدَّدْتُهَا عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمَّا بَلَغْتُ " اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ ". قُلْتُ وَرَسُولِكَ. قَالَ " لَا، وَنَبِيِّكَ الَّذِي أُرْسَلْتَ " (صحيح البخارى، 248).

(8) الوضوء سبب لقبول الدعاء فقد أخرج أبو داود والنسائي وصححه الألباني عن معاذ بن جبل: عن النبي صلى الله عليه و سلم قال « ما من مسلم بيت على ذكر طاهرا فيتعار من الليل فيسأل الله خيرا من الدنيا والآخرة إلا أعطاه إياه » معنى يتعار أي يستيقظ من النوم.

(9) الوضوء سبب لمغفرة الذنوب: وعن إبراهيم، قال قال صالح بن كيسان قال ابن شهاب ولكن عروة يحدث عن حمران، فلما تَوَضَّأَ عُمَانُ قَالَ أَلَا أُحَدِّثُكُمْ حَدِيثًا لَوْلَا آيَةٌ مَا حَدَّثْتُمْوه، سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ " لَا يَتَوَضَّأُ رَجُلٌ فَيُحْسِنُ وَضُوءَهُ، وَيُصَلِّي الصَّلَاةَ إِلَّا غُفِرَ لَهُ مَا بَيْنَهُ وَبَيْنَ الصَّلَاةِ حَتَّى يُصَلِّيَهَا " (صحيح البخارى، 160).

عَنْ حُمْرَانَ مَوْلَى عُمَانَ أَنَّهُ رَأَى عُمَانَ دَعَا بِإِنَاءٍ فَأَفْرَغَ عَلَى كَفَيْهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فَغَسَلَهُمَا ثُمَّ أَدْخَلَ يَمِينَهُ فِي الْإِنَاءِ فَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَرَ ثُمَّ غَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ وَيَدَيْهِ إِلَى الْمِرْفَقَيْنِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ثُمَّ مَسَحَ بِرَأْسِهِ ثُمَّ غَسَلَ رِجْلَيْهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ثُمَّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- « مَنْ تَوَضَّأَ نَحْوَ وَضُوءِي هَذَا ثُمَّ صَلَّى رَكَعَتَيْنِ لَا يَحْدِثُ فِيهِمَا نَفْسَهُ غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ أَخْرَجَ الْبَخَارِيُّ وَمُسْلِمٌ.

وفي رواية أخرجه مسلم عن زيد بن أسلم عن حمران مولى عثمان قال أتيت عثمان بن عفان بوضوء فتوضأ ثم قال إن ناسا يتحدثون عن رسول الله -صلى الله عليه وسلم- أحاديث لا أدري ما هي إلا أتى رأيت رسول الله -صلى الله عليه وسلم- توضأ مثل وضوئي هذا ثم قال « من توضأ هكذا غفر له ما تقدم من ذنبه وكانت صلاته ومشيئه إلى المسجد نافلة .

وفي رواية في صحيح مسلم عن عثمان بن عفان أيضاً رضي الله عنه قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم: « مَنْ تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ الْوُضُوءَ خَرَجَتْ خَطَايَاهُ مِنْ جَسَدِهِ حَتَّى تَخْرُجَ مِنْ تَحْتِ أَظْفَارِهِ. عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صلى الله عليه وسلم - قَالَ « إِذَا تَوَضَّأَ الْعَبْدُ الْمُسْلِمُ - أَوْ الْمُؤْمِنُ - فَعَسَلَ وَجْهَهُ خَرَجَ مِنْ وَجْهِهِ كُلُّ خَطِيئَةٍ نَظَرَ إِلَيْهَا بِعَيْنَيْهِ مَعَ الْمَاءِ - أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ - فَإِذَا غَسَلَ يَدَيْهِ خَرَجَ مِنْ يَدَيْهِ كُلُّ خَطِيئَةٍ كَانَ بَطَشَتْهَا يَدَاهُ مَعَ الْمَاءِ - أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ - فَإِذَا غَسَلَ رِجْلَيْهِ خَرَجَتْ كُلُّ خَطِيئَةٍ مَسَّتْهَا رِجْلَاهُ مَعَ الْمَاءِ - أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ - حَتَّى يَخْرُجَ نَفِيًّا مِنَ الذُّنُوبِ » أخرج مسلم وأحمد والترمذي.

ما رواه مسلم، قال: حدثني أحمد بن جعفر المعقري، حدثنا النضر بن محمد، حدثنا عكرمة بن عمار، حدثنا شداد بن عبد الله أبو عمار ويحيى بن أبي كثير، عن أبي أمامة - قال عكرمة: لقي شداد أبا أمامة وواثلة وصحب أنسًا إلى الشام وأثنى عليه فضلاً وخيراً - قال: قال عمرو بن عبسة السلمي: ما منكم رجل يقرب وضوءه، فيتضمنض، ويستنشق فينتثر إلا خرت خطايا وجهه وفيه وخياشيمه، ثم إذا غسل وجهه كما أمره الله، إلا خرت خطايا وجهه من أطراف لحيته مع الماء، ثم يغسل يديه إلى المرفقين، إلا خرت خطايا يديه من أنامله مع الماء، ثم يمسح رأسه إلا خرت خطايا رأسه من أطراف شعره مع الماء، ثم يغسل قدميه إلى الكعبين إلا خرت خطايا رجليه من أنامله مع الماء، فإن هو قام، فصلى، فحمد الله، وأثنى عليه، ومجده بالذي هو له أهل، وفرغ قلبه لله إلا انصرف من خطيئته كهيتته يوم ولدته أمه، فحدث عمرو بن عبسة بهذا الحديث أبا أمامة صاحب رسول الله - صلى الله عليه وسلم - ، فقال له أبو أمامة: يا عمرو بن عبسة، انظر ما تقول، في مقام واحد يُعطى هذا الرجل، فقال عمرو: يا أبا أمامة، لقد كبرت سني، ورق عظمي، واقترب أجلي، وما بي حاجة أن أكذب على الله، ولا على رسول الله، لو لم أسمع من رسول الله - صلى الله عليه وسلم - إلا مرة أو مرتين أو ثلاثاً - حتى عد سبع مرات - ما حدثت به أبداً، ولكني سمعته أكثر من ذلك (صحيح مسلم: 832).

(10) الوضوء يزيل أثر العين والحسد: فقد أخرج ابن ماجه واللفظ له وأحمد في المسند والنسائي في الكبرى وصححه الألباني عن أبي أمامة بن سهل بن حنيف قال مر عامر بن ربيعة بسهل بن حنيف وهو يغتسل. فقال لم أر كالיום ولا جلد مخبأة. فما لبث أن لبط به. فأتي به النبي صلى الله عليه وسلم. فقيل له أدرك سهلاً صريعاً. قال

(من تهمون به ؟) قالوا عامر بن ربيعة. قال (علام يقتل أحدكم أخاه ؟ إذا رأى أحدكم من أخيه ما

يعجبه فليدع له بالبركة) ثم دعا بماء. فأمر عامرا أن يتوضأ. فغسل وجهه ويديه إلى المرفقين. وركبته وداخله إزاره. وأمره أن يصب عليه. وفي لفظ أحمد" فَرَّاحَ سَهْلٌ مَعَ النَّاسِ لَيْسَ بِهِ بَأْسٌ". وأخرج أبو داود وصححه الألباني. عن عائشة رضي الله عنها قالت: كان يؤمر العائن (الذي أصاب غيره بالعين) فيتوضأ ثم يغتسل منه المعين (المصاب بعين غيره).

(11) الوضوء سبب لرفع الدرجات ومحو السيئات: ودليله ما أخرجه مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ « أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَمْحُو اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ ». قَالُوا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ « إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ عَلَى الْمَكَارِهِ وَكَثْرَةُ الْخُطَا إِلَى الْمَسَاجِدِ وَأَنْتِظَارُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الصَّلَاةِ فَذَلِكُمْ الرِّبَاطُ (صحيح مسلم، 251).

وفي الصحيحين عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: « صَلَاةٌ أَحَدِكُمْ فِي جَمَاعَةٍ تَزِيدُ عَلَى صَلَاتِهِ فِي سُوقِهِ وَبَيْتِهِ بَضْعًا وَعِشْرِينَ دَرَجَةً وَذَلِكَ بِأَنَّهُ إِذَا تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ الْوُضُوءَ ثُمَّ أَتَى الْمَسْجِدَ لَا يُرِيدُ إِلَّا الصَّلَاةَ لَا يَنْهَزُهُ إِلَّا الصَّلَاةَ لَمْ يَخْطُ خَطْوَةً إِلَّا رُفِعَ بِهَا دَرَجَةٌ أَوْ حُطَّتْ عَنْهُ بِهَا خَطِيئَةٌ وَالْمَلَائِكَةُ تُصَلِّي عَلَى أَحَدِكُمْ مَا دَامَ فِي مُصَلَّاهُ الَّذِي يُصَلِّي فِيهِ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيْهِ اللَّهُمَّ ارْحَمْهُ مَا لَمْ يُحَدِّثْ فِيهِ مَا لَمْ يُؤْذِ فِيهِ وَقَالَ أَحَدُكُمْ فِي صَلَاةٍ مَا كَانَتْ الصَّلَاةُ تَحْبِسُهُ.

(12) الوضوء سبب لفتح أبواب الجنة للعبد: ما رواه مسلم، قال: حدثني محمد بن حاتم بن ميمون، حدثنا عبدالرحمن بن مهدي، حدثنا معاوية بن صالح، عن ربيعة - يعني ابن يزيد - عن أبي إدريس الخولاني، عن عقبه بن عامر وحدثني أبو عثمان عن جبير بن نفير، عن عقبه بن عامر، عن عمر، مرفوعاً، وفيه: ما منكم من أحد يتوضأ فيبلغ - أو فيسبغ - الوضوء ثم يقول: أشهد أن لا إله إلا الله، وأن محمداً عبداً لله ورسوله، إلا فتحت له أبواب الجنة الثمانية، يدخل من أيها شاء(صحيح مسلم، 234).

(13) الوضوء وصلاة ركعتين بعده سبب لدخول الجنة: ودليله حديث أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال لبلال « يا بلال حدثني بأرجى عمل عملته في الإسلام إني سمعت دف نعليك بين يدي في الجنة. »(قال: « ما عملت عملاً أرجى عندي من أني لم أتطهر طهوراً في ساعة من ليل أو نهار إلا صليت بذلك الطهور ما كتب لي أن أصلي » متفق عليه.

(14) المحافظة على الوضوء من علامات الإيمان: لقوله صلى الله عليه وسلم: (سددوا وقاربوا واعلموا أن خير أعمالكم الصلاة ولا يحافظ على الوضوء إلا مؤمن) أخرجه ابن حبان في صحيحه (1037) وابن أبي شيبة في المصنف (1/5/1 رقم 35) عن ثوبان رضي الله عنه، وصححه الألباني في السلسلة الصحيحة (115).

ما رواه أحمد، قال: حدثنا الوليد بن مسلم، حدثنا ابن ثوبان، حدثني حسان بن عطية، أن أبا كبشة السلولي حدثه، أنه سمع ثوبان يقول: قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم: سددوا وقاربوا واعملوا وخيروا، واعلموا أن خير أعمالكم الصلاة، ولا يحافظ على الوضوء إلا مؤمن (المسند: 282/5).

سادسا: دور الوضوء في الوقاية من الامراض:

إن عملية غسل الأعضاء المعرضة دائما للأتربة من جسم الإنسان لا شك أنها في منتهى الأهمية للصحة العامة، فأجزاء الجسم هذه تتعرض طوال اليوم لعدد كبير من الميكروبات تعد بالملايين في كل سنتيمتر مكعب من الهواء، وهي دائما في حالة هجوم على الجسم الإنساني من خلال الجلد في المناطق المكشوفة منه، وعند الوضوء تفاجأ هذه الميكروبات بحالة كسح شاملة لها من فوق سطح الجلد، خاصة مع التدليك الجيد وإسباغ الوضوء، وهو هدي الرسول صلى الله عليه وسلم، وبذلك لا يبقى بعد الوضوء أي أثر من أدران أو جراثيم على الجسم إلا ما شاء الله، ويتضح ذلك على النحو التالي:

❖ **غسل اليدين:** يساعد غسل اليدين إلى المرفقين على إزالة الأتربة والميكروبات فضلا عن إزالة العرق من سطح الجلد، كما أنه ينظف الجلد من المواد الدهنية التي تفرزها الغدد الجلدية، وهذه تكون غالبا موطنًا ملائمًا جدا لمعيشة وتكاثر الجراثيم. وقد توصلت دراسة إلى أن غسل الأيدي بانتظام ربما يكون أكثر فعالية من العقاقير في الوقاية من انتشار فيروسات تصيب الجهاز التنفسي مثل الأنفلونزا والسارس. وقد نشرت نتائج هذه الدراسة المجلة الطبية البريطانية **British Medical Journal** وخلص الباحثون من خلال مراجعة (51) دراسة إلى أن غسل الأيدي هي طريقة فعالة على المستوى الفردي في الوقاية من انتشار الفيروسات التي تصيب الجهاز التنفسي بل إنها أكثر فعالية عند اتخاذها في آن واحد. وفي دراسة أخرى نشرتها مجلة **Cochrane Library** وجدوا أن غسل الأيدي بالصابون والماء فقط وسيلة بسيطة وفعالة لكبح انتشار الفيروسات التي تصيب الجهاز التنفسي بدءاً من فيروسات البرد اليومية إلى الأنواع المهلكة التي

تؤدي إلى انتشار الأوبئة. وهنا نتذكر لماذا أمرنا الله تعالى أن نبدأ بغسل أيدينا في الوضوء في قوله تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ) [المائدة: 6]. في هذه الآية الكريمة أمرنا الله تعالى أن نغسل أيدينا حتى المرافق لدرء أية فيروسات أو جراثيم محتملة، وأمرنا أن نغسل وجوهنا لإبعاد أي آثار لهذه الجراثيم، وأمرنا أن نمسح رؤوسنا لدرء ما علق فيها من غبار وأوساخ، وأمرنا كذلك أن نغسل أرجلنا. حتى في حالة غياب الماء لم يتركنا الله هكذا عرضة للجراثيم والأوساخ والبكتريا الضارة، بل أمرنا أن نتييم بالتراب (فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا) وسبحان الله يأتي العلم في أحدث دراسة له ليكتشف أن في التراب مضادات حيوية تقتل أعند أنواع الجراثيم!!! ولذلك قال تعالى: (فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ) ويأتي العلماء ليؤكدوا أن أفضل طريقة لتنظيف المسامات الجلدية في اليدين والوجه والتي تراكمت فيها الدهون والبكتريا والفيروسات هي أن نمسحها بشيء من التراب!!! وأخبرنا عن الحكمة من ذلك فقال: (وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ)، وهو ما يشير إلى فضل تعاليم هذا الدين الحنيف (الكحيل، 2008).

❖ **المضمضة:** أثبت العلم الحديث أن المضمضة تحفظ الفم والبلعوم من الالتهابات وتحفظ اللثة من التقيح، وكذا فإنها تقي الأسنان وتنظفها بإزالة الفضلات الغذائية التي تبقى بعد الطعام في ثناياها، وفائدة أخرى هامة جدا للمضمضة، فهي تقوي بعض عضلات الوجه وتحفظ للوجه نضارته واستدارته، وهو تمرين هام يعرفه المتخصصون في التربية الرياضية، وهذا التمرين يفيد أيضا في إضفاء الهدوء النفسي على المرء لو أتقن تحريك عضلات فمه أثناء المضمضة .

❖ **غسل الأنف:** أظهر بحث علمي حديث أجراه فريق من أطباء جامعة الإسكندرية أن غالبية الذين يتوضئون باستمرار قد بدا أنفهم نظيفا حاليا من الأتربة والجراثيم والميكروبات، ومن المعروف أن تجويف الأنف من الأماكن التي يتكاثر فيها العديد من هذه الميكروبات والجراثيم، ولكن مع استمرار غسل الأنف والاستنشاق والاستنثار بقوة - أي طرد الماء من الأنف بقوة - يحدث أن يصبح هذا التجويف نظيفا حاليا من الالتهابات والجراثيم، مما ينعكس على الحالة الصحية للجسم كله، حيث تحمي هذه العملية الإنسان من خطر انتقال الميكروب من الأنف إلى الأعضاء الأخرى في الجسم.

❖ **غسل القدمين**: أما غسل القدمين مع التدليك الجيد فإنه يؤدي إلى الشعور بالهدوء والسكينة، لما في الأقدام من منعكسات لأجهزة الجسم كله، وكأن هذا الذي يذهب ليتوضأ قد ذهب في نفس الوقت يدلك كل أجهزة جسمه على حدة بينما هو يغسل قدميه بالماء ويدلكهما بعناية. وهذا من أسرار ذلك الشعور الطاغي بالهدوء والسكينة الذي يلف المسلم بعد أن يتوضأ .

❖ **غسل الوجه**: ولغسل الوجه فائدة كبيرة جدا في إزالة الأتربة والميكروبات فضلا عن إزالة العرق من سطح الجلد، كما أنه ينظف الجلد من المواد الدهنية التي تفرزها الغدد الجلدية، وهذه تكون غالبا موطنا ملائما جدا لمعيشة وتكاثر الجراثيم.

❖ **الأطراف العلوية من اليدين والساعدين، والأطراف السفلية من القدمين والساقين**: وقد ثبت بالبحث العلمي أن الدورة الدموية في الأطراف العلوية من اليدين والساعدين، والأطراف السفلية من القدمين والساقين أضعف منها في الأعضاء الأخرى لبعدها عن المركز المنظم للدورة الدموية وهو القلب، ولذا فإن غسل هذه الأطراف جميعا مع كل وضوء ودلكها بعناية يقوي الدورة الدموية، مما يزيد في نشاط الجسم وحيويته. وقد ثبت أيضا تأثير أشعة الشمس ولا سيما الأشعة فوق البنفسجية في إحداث سرطان الجلد، وهذا التأثير ينحسر جدا مع توالي الوضوء لما يحدثه من ترطيب دائم لسطح الجلد بالماء، خاصة تلك الأماكن المعرضة للأشعة، مما يتيح لخلايا الطبقات السطحية والداخلية للجلد أن تحتمي من الآثار الضارة للأشعة.

سابعا: دور الوضوء في الارشاد النفسي الديني:

يعد الوضوء احد فنيات الارشاد النفسي الديني، والتي اثبتت فعاليتها في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي. ويعتبر الوضوء احد فنيات الارشاد النفسي الديني، التي تهتم بتوجيه المريض إلى الاهتمام بعلاج الاضطراب الذي يعاني منه وفق المفاهيم الدينية الصحيحة، والأفكار السليمة التي تساعد على التوافق الروحي والنفسي، والاجتماعي. وتوجد العديد من الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني التي لها أثر فعال في علاج النفس الإنسانية من اضطراباتها المختلفة، وهذه الفنيات تستمد منهجها وإجراءاتها من الكتاب والسنة، وهي عديدة ومتنوعة، ومن أبرزها الوضوء الذي يعد احد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني التي تمد الإنسان المتدين بقوة هائلة وطاقه روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة وتجنبه القلق الناتج عن الاهتمام بالحياة المادية، والذي يتضح في العديد من الأمور من أهمها:

(1) منح الشعور بالراحة النفسية: يمنح الضوء الفرد الشعور بالراحة النفسية. وتؤكد دراسة علمية أن غسل الأيدي مفيد للإنسان في منحه شعوراً نفسياً طيباً أثناء اتخاذ القرارات ويكسبهم راحة نفسية. ويقول علماء النفس في جامعة ميشيغان الأمريكية إن هذه الدراسة تبين أن غسل الأيدي يمحو المخاوف ويزيل الآثار النفسية للأخطاء التي ارتكبتها الإنسان، ولذلك فإن غسل الأيدي يساعد الإنسان على اتخاذ قرار أكثر دقة وبخاصة القرارات المهمة مثل الزواج أو شراء بيت أو سيارة أو الدراسة في الخارج... الخ. هذه الدراسة تتعلق بغسل الأيدي ولكن الإسلام شرع لنا عبادة أكثر فائدة وهي الضوء والذي يشمل غسل الأيدي والوجه والرجلين... ليس مرة أو مرتين بل خمس مرات كل يوم.

(2) علاج الغضب: الغضب هو رد فعل عاطفي شديد وسريع ضد كل ما يهدد أموراً تتعلق بحياة أو مستقبل أو ماضي الشخص الغاضب أو الأشخاص المهمين في حياته، وعادة ما يكون الغضب استجابة للتعرض لأذى جسدي أو للظلم أو التجاهل أو الإهانة أو الخيانة. ولذلك يتفق معظم العلماء على أنه وسيلة لحماية النفس من عدوان الآخرين الحسي أو المعنوي، وتتراوح درجات الغضب من التوتر والضيق الخفيف إلى موجات الغضب العارم، والانفعال الشديد، حيث يعبر الناس عن غضبهم بدرجات متفاوتة، إلا أن هناك نوع من الناس ممن يسهل استثارتهم واستفزازهم أكثر عن غيرهم، فينفعلون لأسباب تافهة وبسيطة، مما يجعلهم عرضة للتوتر والاكتئاب وضعف التركيز. وفي المقابل قد يؤدي كبت مشاعر الغضب إلى التأثير على الشخص نفسه، مسببة له التوتر وتعرضه للأمراض المزمنة ولضمان مرور هذا الانفعال بأقل خسائر ممكنة، يجب فهم كيفية إدارة الغضب بالطريقة التي يتم فيها التعبير عن هذا الشعور بدون عدوانية وثور. كما يجب التأكد من إدراك جميع ما قد يترتب على هذا الغضب، وضمان القدرة على تحمل المسؤولية كاملة، فالمعروف أن الغضب عدو العقل، ويكمن خطره في سهولة وسرعة تنفيذه بدون وعي أو إدراك. وقد ورد الغضب في الهدي النبوي في مواطن كثيرة تدعو إلى تجنبه، فقد روي أن رجلاً قال للنبي صلى الله عليه وسلم أوصني قال (لا تغضب) فردد مراراً قال (لا تغضب) رواه البخاري.

ولم يكتف صلى الله عليه وسلم بالنهي عن هذه الآفة، وبيان آثارها، بل وضح وسائل الوقاية التي يستعين بها الإنسان في التخفيف من حدة الغضب، ومن هذه الوسائل، الضوء، فعن أبي وأبيل القاص قال: دَخَلْنَا عَلَى عُرْوَةَ بِنِ مُحَمَّدِ السَّعْدِيِّ فَكَلَّمَهُ رَجُلٌ فَأَغْضَبَهُ فَقَامَ فَتَوَضَّأَ، ثُمَّ رَجَعَ وَقَدْ تَوَضَّأَ فَقَالَ: حَدَّثَنِي أَبِي ، عَنْ جَدِّي عَطِيَّةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ الْعُغْضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ، وَإِنَّ الشَّيْطَانَ

خُلِقَ مِنَ النَّارِ، وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ، فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ. أخرجه أبو داود (4784)، وأحمد (226/4)، والبخاري في شرح السنة (3583).

ومن وسائل تخفيف الغضب أيضاً السكوت، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (عَلِّمُوا وَيَسُرُوا وَلَا تَعْسُرُوا، وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ، وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ وَإِذَا غَضِبْتَ فَاسْكُتْ) رواه الإمام أحمد

ومن الوسائل التي أرشد إليها النبي صلى الله عليه وسلم لعلاج الغضب، والتخفيف من حدته، وجاء الطب الحديث بتصديقتها، أن يغير الإنسان الوضع الذي كان عليه حال الغضب من القيام إلى القعود، أو الاستلقاء، فعن بي الأَسْوَدِ عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ: كَانَ يَسْقِي عَلِيَّ حَوْضٍ لَهُ، فَجَاءَ قَوْمٌ فَقَالَ: أَيُّكُمْ يُورِدُ عَلِيَّ أَبِي ذَرٍّ ، وَيَحْتَسِبُ شَعْرَاتٍ مِنْ رَأْسِهِ فَقَالَ رَجُلٌ: أَنَا فَجَاءَ الرَّجُلُ ، فَأَوْرَدَ عَلَيْهِ الْحَوْضَ ، فَدَقَّهُ ، وَكَانَ أَبُو ذَرٍّ قَائِمًا فَجَلَسَ، ثُمَّ اضْطَجَعَ فَقِيلَ لَهُ: يَا أَبَا ذَرٍّ ، لِمَ جَلَسْتَ، ثُمَّ اضْطَجَعْتَ قَالَ: فَقَالَ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَنَا : إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْعُضْبُ وَإِلَّا فَلْيُضْطَجِعْ. رواه أحمد (152/5)، وأبو داود (4782).

(3) ينشط الوضوء الجوارح: ينشط الوضوء الجوارح ويزيد حركة الدم في البدن ويعيد فيه قوته ونشاطه وحيويته، يوقف العبد أمام ربه بطهارة وروح عالية، ويجلب محبة الله للعبد: { ... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222). وفي سورة التوبة: { ... فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَّطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ } (التوبة: 108) مما يكون له أكبر الأثر على تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي للفرد.

الفصل السادس: الخشوع في الصلاة:

أولاً: الصلاة:

تعدُّ الصلاة أعظم العبادات شأنًا وأوضحها برهانًا، أهتم بها الإسلام وأولاها أيما عناية، فبين فضلها ومنزلتها بين العبادات، وأنها صلة بين العبد وربّه، يظهر بها امتثال العبد أوامر ربّه. ان الصلاة قد اشتملت الصلاة على جل أنواع العبادة من الاعتقاد بالقلب والانقياد والإخلاص والمحبة والخشوع والخضوع والمشاهدة والمراقبة والإقبال على الله عز وجل وإسلام الوجه له والصمود والاطراح بين يديه وعلى أقوال اللسان وأعماله من الشهادتين وتلاوة القرآن والتسبيح والتحميد والتقديس والتمجيد والتهليل والتكبير والأدعية والتعوذ والاستغفار والاستغاثة والافتقار إلى الله تعالى والثناء عليه والاعتذار من الذنب إليه والإقرار بالنعم له وسائر أنواع الذكر وعلى عمل الجوارح من الركوع والسجود والقيام والاعتدال والحفض والرفع وغير ذلك هذا مع تضمنته من الشرائط والفضائل منها الطهارة الحسية من الأحداث والأنجاس الحسية والمعنوية من الإشراك والفحشاء والمنكر وسائر الأرجاس وإسباغ الوضوء على المكاره ونقل الخطأ إلى المساجد وانتظار الصلاة بعد الصلاة وغير ذلك مما لم يجتمع في غيرها من العبادات ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم: (وجعلت قرة عيني في الصلاة) (رواه النسائي 7/61، وراه احمد 3/128) ولاشتمالها على معاني الإيمان سماها الله إيمانا في قوله تعالى: { وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُضَيِّعَ إِيمَانَكُمْ } (البقرة: 143).

(1) تعريفها:

– الصلاة لغة: الدعاء، قال الله تعالى: { خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ } (سورة التوبة: من الآية 103).

– الصلاة اصطلاحاً: هي عبادة تشتمل على أقوال وأفعال مخصوصة تفتتح بالتكبير وتختتم بالتسليم. والمراد بالأقوال: التكبير والقراءة والتسبيح والدعاء، ونحو ذلك. والمراد الفعال: القيام والركوع والسجود والجلوس ونحو ذلك.

(2) أهمية الصلاة لدى الأنبياء والرسل عليهم الصلاة والسلام:

تُعَدُّ الصلاة من العبادات التي شرعت في الأديان السماوية السابقة لبعثة نبينا محمد صلى الله عليه وسلم. فهذا إبراهيم عليه الصلاة والسلام يسأل ربه إقامتها هو وذريته { رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي } (سورة إبراهيم: من الآية 40)، وكان إسماعيل عليه الصلاة والسلام يأمر أهله بها { وَكَانَ يَأْمُرُ أَهْلَهُ بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ } (سورة مريم: من الآية 55)، وقال تعالى مخاطباً موسى عليه الصلاة والسلام: { إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي } [(سورة طه، الآية: 14). وأوصى الله بها نبيه عيسى عليه الصلاة والسلام في قوله تعالى { } : { وَجَعَلْنِي مُبَارِكًا أَيَّنَمَا كُنْتُ وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا } { (سورة مريم، الآية: 31)

وقد فرض الله تعالى الصلاة على نبينا محمد صلى الله عليه وسلم في السماء ليلة الإسراء والمعراج، وكانت في أول فرضيتها خمسون صلاة ثم خففها الله سبحانه وتعالى إلى خمس، فهي خمس في الأداء وخمسون في الثواب، والصلوات الخمس هي: الفجر والظهر والعصر والمغرب والعشاء، واستقر الأمر على ذلك بإجماع المسلمين.

(3) مشروعية الصلاة:

ثبت مشروعية الصلاة بأدلة كثيرة منها:

(أ) من الكتاب:

ورد في القرآن الكريم العديد من الآيات القرآنية التي تبين مشروعية الصلاة، مثل قوله تعالى: { وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ } (سورة البقرة: من الآية 43)، وقوله تعالى: { إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا } (سورة النساء: من الآية 103)، وقوله تعالى: { وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ } { (سورة البينة: من الآية 5).

(ب) من الستة:

وردت احاديث عدة تبين مشروعية الصلاة، فعن ابن عمر رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "بني الإسلام على خمس، شهادة أن لا إله إلا الله، وأن محمداً رسول الله، وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة، وحج البيت، وصوم رمضان" متفق عليه (رواه البخارى (8)، ومسلم (16)).

وعن عمر بن الخطاب رضي الله عنه، قال: بينما نحن عند رسول الله صلى الله عليه وسلم ذات يوم، إذ طلع علينا رجل شديد بياض الثياب، شديد سواد الشعر، لا يرى عليه أثر السفر، ولا يعرفه منا أحد، حتى جلس إلى النبي صلى الله عليه وسلم، فأسند ركبتيه إلى ركبتيه، ووضع كفيه على فخذيه، وقال يا محمد، أخبرني عن الإسلام، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "الإسلام: أن تشهد أن لا إله إلا الله، وأن محمداً رسول الله، وتقيم الصلاة، وتؤتي الزكاة، وتصوم رمضان، وتحج البيت إن استطعت إليه سبيلاً". قال: صدقت، قال: فعجبنا له يسأله ويصدقه. قال: فأخبرني عن الإيمان. قال: " أن تؤمن بالله، وملائكته، وكتبه، ورسوله، واليوم الآخر، وتؤمن بالقدر خيره وشره ". قال: صدقت. قال: فأخبرني عن الإحسان، قال: " أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه، فإنه يراك ". قال: فأخبرني عن الساعة؟ قال: " ما المسئول عنها بأعلم من السائل ". قال: فأخبرني عن أمارتها؟ قال: " أن تلد الأمة ربتها، وأن ترى الحفاة العراة العالة رعاء الشاء يتطاولون في البنيان، ثم انطلق، فلبثت ملياً، ثم قال لي: " يا عمر، أتدري من السائل؟ قلت: الله ورسوله أعلم. قال: هذا جبريل أتاكم يعلمكم دينكم ". رواه مسلم

(ج) الإجماع :

أجمع المسلمون على مشروعية الصلوات الخمس وأنها فرض من فروض الإسلام.

(4) الحكمة في مشروعية الصلاة:

شرعت الصلاة لحكم وأسرار يمكن الإشارة إلى بعضها في الآتي:

- عبودية العبد لله تعالى، وأنه مملوك له سبحانه وتعالى، فهذه الصلاة يشعر الإنسان بالعبودية ويبقى دائماً مرتبطاً بخالقه سبحانه وتعالى.
- تجعل الصلاة صاحبها قوي الصلة بالله دائم الذكر له.

- تنهى الصلاة صاحبها عن الفحشاء والمنكر، وهي من أسباب تطهير العبد من الذنوب والخطايا. وقد دل على هذا حديث جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "مثل الصلوات كمثل نهر جار يمر على باب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات" رواه مسلم.

- تُعدُّ الصلاة طمأنينة للقلب وراحة للنفس ومخلصة لها من المصائب التي تكدر صفوها؛ ولهذا كانت قرّة عين لرسول الله صلى الله عليه وسلم، وكان يفزع إليها إذا حزبه أمر، حتى كان يقول صلى الله عليه وسلم: "يا بلال أرحنا بالصلاة" أخرجه أحمد.

(4) من تجب عليه الصلاة:

تجب الصلاة على كل مسلم بالغ عاقل ذكراً كان أم أنثى، فلا تجب على كافر بمعنى أن لا يطالب بها في الدنيا، لأنها لا تصح منه مع كفره، إلا أنه يعاقب عليها في الآخرة؛ لأنه يتمكن من فعلها بالإسلام ولم يفعلها. دلّ على ذلك قوله تعالى: { مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ. قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ. وَلَمْ نَكُ نُطْعِمُ الْمَسْكِينِ. وَكُنَّا نَحُوسُ مَعَ الْخَائِضِينَ. وَكُنَّا نُكَذِّبُ بِيَوْمِ الدِّينِ. حَتَّى أَتَانَا الْيَقِينُ } (سورة المدثر، الآيات: 42-47)، ولا تجب على صبي؛ لفقده التكليف، ولا على المجنون كذلك، ولا على الحائض والنفساء؛ لإسقاط الشرع عنهما بسبب الحدث المانع منها.

وتجب على ولي الصغير ذكراً كان أم أنثى أن يأمره بالصلاة عند بلوغه سبع سنين ويضربه عليها لعشر، كما ورد في الحديث حتى يعتاد على أدائها والحرص عليها.

(5) حكم تارك الصلاة:

من ترك الصلاة فقد كفر كفرةً مخرجاً عن الملة، وهو من المرتدين عن مجمل الإسلام؛ لأنه عصى الله بترك ما فرضه عليه، فيؤمر بالتوبة، فإن تاب ورجع بإقامتها وإلا أصبح مرتداً عن الإسلام فلا يجوز غسله وتكفينه والصلاة عليه ودفنه في مقابر المسلمين؛ لأنه ليس واحداً منهم.

(6) شروط الصلاة:

شروط الصلاة، هي:

✘ الإسلام.

✘ العقل.

✘ التمييز.

✘ دخول الوقت.

✘ النية.

✘ استقبال القبلة.

✘ ستر العورة. وعورة الرجل من السرة إلى الركبة، أما المرأة فكلها عورة إلا وجهها وكفيها في الصلاة.

✘ إزالة النجاسة عن ثوب المصلي وبدنه والمكان الذي يصلي فيه.

✘ رفع الحدث، ويشمل: الوضوء والغسل من الجنابة.

(7) أوقات الصلاة:

ان كثيراً من الناس يتهاونون في صلاتهم لا يؤدونها في الوقت المحدد لها يتأخرون عن الوقت ويتكاسلون عن أدائها فيه وقد قال النبي صلى الله عليه وسلم (من عمل عملاً ليس عليه أمرنا فهو رد) ولقد أشار الله عز وجل إلى هذه الأوقات أشار إليها في كتابه في قوله (أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ) (الاسراء: من الآية 78) وهذا الوقت من دلوك الشمس أي زوالها وهو انتصاف النهار إلى غسق الليل أي منتهى ظلمته وهو انتصاف الليل هذا الوقت يستوعب أوقات صلوات أربع هي الظهر والعصر والمغرب والعشاء ثم فصل وقال (وَقُرْآنَ الْفَجْرِ) (الاسراء: من الآية 78) يعني صلاة الفجر وسماها قرآناً لطول القراءة فيها (إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُوداً) (الاسراء: من الآية 78) ن كثيراً من الناس يتهاونون في صلاتهم لا يؤدونها في الوقت المحدد لها يتأخرون عن الوقت ويتكاسلون عن أدائها فيه وقد قال النبي صلى الله عليه وسلم (من عمل عملاً ليس عليه أمرنا فهو رد) ولقد أشار الله عز وجل إلى هذه الأوقات أشار إليها في

كتابه في قوله (أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ) (الاسراء: من الآية 78) وهذا الوقت من دلوك الشمس أي زوالها وهو انتصاف النهار إلى غسق الليل أي منتهى ظلمته وهو انتصاف الليل هذا الوقت يستوعب أوقات صلوات أربع هي الظهر والعصر والمغرب والعشاء ثم فصل وقال (وَقُرْآنَ الْفَجْرِ) (الاسراء: من الآية 78) يعني صلاة الفجر وسمها قرآناً لطول القراءة فيها (إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُوداً) (الاسراء: من الآية 78). وعن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "وقت الظهر إذا زالت الشمس وكان ظل الرجل كطوله ما لم يحضر العصر، ووقت صلاة المغرب ما لم يغب الشفق، ووقت صلاة العشاء إلى نصف الليل الأوسط، ووقت صلاة الصبح من طلوع الفجر ما لم تطلع الشمس، فإذا طلعت الشمس فأمسك عن الصلاة.." الحديث. رواه مسلم. وفي ضوء هذا الحديث يمكن إيضاح اوقات الصلاة على النحو التالي:

- ❖ **الظهر:** وقتها: من زوال الشمس - أي انحرافها عن منتصف السماء ناحية الغروب - إلى أن يصير ظل كل شيء مثله.
- ❖ **العصر:** ووقتها: من خروج وقت الظهر إلى أن يصير ظل الشيء مثليه، وهو بداية وقت اصفرار الشمس.
- ❖ **المغرب:** ووقتها: من غروب الشمس إلى أن يغب الشفق الأحمر، وهو الحمرة التي تعقب غروب التي تعقب غروب الشمس.
- ❖ **العشاء:** ووقتها: يدخل بخروج وقت المغرب إلى نصف الليل.
- ❖ **الفجر:** ووقتها: من ظهور الفجر الثاني ما لم تطلع الشمس.

(8) عدد ركعات الصلاة:

تبلغ عدد ركعات الصلوات المفروضة جميعها سبع عشرة ركعة، وذلك على النحو التالي:

- **الظهر:** أربع ركعات.
- **العصر:** أربع ركعات.
- **المغرب:** ثلاث ركعات.

- العشاء: أربع ركعات.
- الفجر: ركعتان.

فمن زاد في عدد ركعات هذه الصلوات أو نقص منها فصلاته باطلة إن تعمد، وإن كان سهواً تدارك ذلك بسجود السهو، وهذا في غير صلاة المسافر، حيث يستحب له قصر الرباعية إلى ركعتين، ويجب على المسلم أن يصلي هذه الصلوات الخمس في وقتها المحدد لها إلا لعذر شرعي كالنوم والنسيان والسفر، فمن نام عن صلاة أو نسيها فليصلها إذا ذكرها.

(9) فرائض الصلاة:

فرائض الصلاة، هي:

- ❖ القيام مع القدرة.
- ❖ تكبيرة الإحرام.
- ❖ قراءة الفاتحة.
- ❖ الركوع.
- ❖ الرفع منه.
- ❖ السجود على الأعضاء السبعة.
- ❖ الجلوس عنه.
- ❖ التشهد الأخير.
- ❖ الجلوس له.
- ❖ الطمأنينة في هذه الأركان.
- ❖ الترتيب بين هذه الأركان.
- ❖ السلام .

(10) واجبات الصلاة:

واجبات الصلاة ثمانية، وهي

- **الأول:** جميع التكبيرات عدا تكبيرة الإحرام.
 - **الثاني:** قول: ((سمع الله لمن حمده)) فهذا التسميع واجب في حق الإمام والمنفرد، أما المأموم فلا يقوله .
 - **الثالث:** قول: ((ربنا ولك الحمد)) فهذا التحميد واجب على الجميع، الإمام والمأموم والمنفرد.
 - **الرابع:** قول: ((سبحان ربي العظيم)) في ركوع.
 - **الخامس:** قول: ((سبحان ربي الأعلى)) في السجود.
 - **السادس:** قول: ((رب غفر لي)) بين السجدين.
 - **السابع:** التشهد الأول، وهو أن يقول: ((التحيات لله والصلوات الطيبات، السلام عليكم أيها النبي ورحمة الله وبركاته، السلام علينا وعلى عباد الله الصالحين، أشهد أن لا إله إلا الله، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله)) أو نحو ذلك مما ورد.
 - **الثامن:** الجلوس للتشهد الأول.
- وكل من ترك واجباً منها عمداً بطلت صلاته، ومن تركه جهلاً أو سهواً فإنه يسجد للسهو.

(11) صلاته الجماعة:

يجب على الرجل المسلم أن يصلي الصلوات الخمس مع جماعة المسلمين في المسجد لينال رضا الله تعالى والأجر منه سبحانه، وصلاح الجماعة تفضل على صلاة الفرد سبعاً وعشرون درجة، ففي حديث ابن عمر رضي الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفذ بسبع وعشرين درجة" متفق عليه، أما المرأة المسلمة فصلاهما في بيتها أفضل من صلاتهما مع الجماعة.

(12) مبطلات الصلاة:

تبطل الصلاة بأحد الأمور الآتية:

- ❖ الأكل والشرب عمداً؛ لإجماع العلماء على أن من أكل أو شرب عامداً فإن عليه الإعادة .
- ❖ الكلام عمداً في غير مصلحة الصلاة لما رواه زيد بن أرقم رضي الله عنه قل: "كنا نتكلم في الصلاة، يكلم الرجل منا صاحبه وهو إلى جنبه في الصلاة حتى نزلت {وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ} [سورة

- البقرة: من الآية [238] فأمرنا بالسكوت ونهينا عن الكلام" رواه البخاري ومسلم، وكذلك للإجماع على أن من تكلم في صلاته عامداً وهو لا يريد إصلاح صلاته فإن صلاته فاسدة.
- ❖ العمل الكثير عمداً، وضابط العمل الكثير (هو ما يخيل للناظر إلى المصلي أنه ليس في صلاة).
 - ❖ ترك ركن أو شرط عمداً بدون عذر كالصلاة بغير طهارة أو الصلاة لغير القبلة؛ لما روى البخاري ومسلم أن النبي صلى الله عليه وسلم قال للأعرابي الذي لم يحسن صلاته: "ارجع فصل فإنك لم تصل"
 - ❖ الضحك في الصلاة؛ وذلك للإجماع على بطلان الصلاة بالضحك .

(13) أوقات النهي عن الصلاة:

تتمثل أوقات النهي عن الصلاة، فيما يلي:

- بعد صلاة الفجر حتى ترتفع الشمس.
- عند استواء الشمس.
- بعد صلاة العصر حتى تغرب الشمس.

وقد دلّ على كراهة الصلاة في هذه الأوقات حديث عقبة بن عامر رضي الله عنه، قال: "ثلاث ساعات كان رسول الله صلى الله عليه وسلم ينهانا أن نصلي فيهن وأن نقبر فيهن موتانا، حين تطلع الشمس بازغة حتى ترتفع، وحين يقوم قائم الظهيرة حتى تميل الشمس، وحين تَضَفَّ الشمس للغروب حتى تغرب" رواه مسلم.

ولحديث أبي سعيد رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "لا صلاة بعد صلاة العصر حتى تغرب الشمس، ولا صلاة بعد صلاة الفجر حتى تطلع الشمس" متفق عليه.

ثانيا: الخشوع في الصلاة:

(أ) مفهوم الخشوع:

الخشوع لغة: هو الخضوع والسكون، وقال تعالى: { وَخَشَعَتِ الْأَصْوَاتُ لِلرَّحْمَنِ فَلَا تَسْمَعُ إِلَّا هَمْسًا } (طه: 108) أي سكنت. وقال الفيومي رحمه الله: خشع خشوعاً: إذا خضع، وخشع في صلاته ودعائه: أقبل بقلبه على ذلك، وهو مأخوذ من خشعت الأرض، إذا سكنت واطمأنت

الخشوع اصطلاحاً: قال الجرجاني رحمه الله: ((الخشوع... في اصطلاح أهل الحقيقة... الانقياد للحق، وقيل: هو الخوف الدائم في القلب، قيل من علامات الخشوع: أن العبد إذا غضب أو خولف أو رُدَّ عليه استقبل ذلك بالقبول (التعريفات للجرجاني، فصل الشين، ص 132).

وقال الإمام ابن القيم رحمه الله: ((الخشوع: قيام القلب بين يدي الرب بالخضوع والذُّلِّ.. (مدارج السالكين، 1/ 521).

وقيل: ((الخشوع: الانقياد للحق، وهذا من موجبات الخشوع، فمن علامته: أن العبد إذا خولف ورُدَّ عليه بالحق، استقبل ذلك بالقبول والانقياد (مدارج السالكين، 1/ 521).

وقيل: ((الخشوع تذلل القلوب لعالم الغيوب (مدارج السالكين، 1/ 521).

قال الإمام ابن القيم رحمه الله: ((وأجمع العارفون على أن الخشوع محله القلب، وثمرته على الجوارح، وهي تظهره (مدارج السالكين، 1/ 521).

(ب) الفرق بين خشوع الإيمان وخبوع النفاق

إذا ظهرت آثار الخشوع على الجوارح، ولم يكن في القلب شيء منه، فهذا خشوع النفاق؛ ولهذا قال حذيفة رضى الله عنه: ((إياكم وخبوع النفاق، فقيل له: وما خشوع النفاق؟ قال: أن ترى الجسد خاشعاً، والقلب ليس بخاشع (ذكره ابن القيم في مدارج السالكين، 1/ 521، وابن رجب في كتاب الخشوع في الصلاة، ص 13، وأخرجه الديلمي، في مسند الفردوس، 2/ 204، برقم 3007، وابن عدي، في الكامل في الضعفاء، 3/ 455، ترجمة رقم 871).

ورأى عمر بن الخطاب رضى الله عنه رجلاً طأطأ رقبته في الصلاة فقال: ((يا صاحب الرقبة، ارفع رقبتك، ليس الخشوع في الرقاب، إنما الخشوع في القلوب (مدارج السالكين، 1/ 521)).

وقال حذيفة رضى الله عنه: ((أول ما تفقدون من دينكم الخشوع، وآخر ما تفقدون من دينكم الصلاة، ورُبَّ مُصَلٍّ لا خير فيه، ويوشك أن تدخل مسجد الجماعة، فلا ترى فيهم خاشعاً (مصنف ابن أبي شيبة، 140/7، برقم 34808، وحلية الأولياء، 1/ 281)).

وقال سهل: ((من خشع قلبه لم يقرب منه الشيطان)) (ذكره الثعالبي في تفسيره، 3/ 64 وعزاه لسهل التستري أيضاً، ومثله الفيروزآبادي في بصائر ذوي التمييز، 1/ 722).

وفي ضوء ما سبق يتضح لنا ان الفرق بين خشوع الإيمان وخشوع النفاق، أن خشوع الإيمان هو خشوع القلب لله بالتعظيم، والإجلال، والوقار، والمهابة، والحياء، فينكسر القلب لله كسرة ملتئمة من الوجل، والخجل، والحب، والحياء، وشهود نعم الله وجناباته هو، فيخشع القلب لا محالة، فيتبعه خشوع الجوارح. وأما خشوع النفاق، فيبدو على الجوارح تصنعاً وتكلفاً، والقلب غير خاشع

(ج) فضائل الخشوع لله تعالى في الصلاة:

تتعدد فضائل الخشوع لله تعالى في الصلاة، ومنها:

1- من فرَّغ قلبه لله تعالى في صلاته انصرف من خطيئته كيوم ولدته أمه؛ لحديث عمرو بن عبسة السلمي رضى الله عنه الطويل، وفيه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال بعد أن ذكر فضائل الوضوء: ((... فَإِنَّهُ هُوَ قَامَ فَصَلَّى، فَحَمِدَ اللَّهَ وَأَتَى عَلَيْهِ، وَمَجَّدَهُ بِالَّذِي هُوَ لَهُ أَهْلٌ، وَفَرَّغَ قَلْبَهُ لِلَّهِ إِلَّا انْصَرَفَ مِنْ خَطِيئَتِهِ كَهَيْئَتِهِ يَوْمَ وَلَدَتْهُ أُمُّهُ...)) وذكر عمرو بن عبسة رضي الله عنه أنه سمع هذا من النبي صلى الله عليه وسلم أكثر من سبع مرات (مسلم، كتاب صلاة المسافرين، باب إسلام عمرو بن عبسة، برقم 832).

2- من صلى ركعتين لا يُحدِّث فيهما نفسه غفر الله له ما تقدم من ذنبه؛ لحديث عثمان رضى الله عنه، أنه حين توضأ وضوءاً كاملاً قال: رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَوَضَّأَ نَحْوَ وَضُوءِي هَذَا، ثُمَّ قَالَ: «مَنْ تَوَضَّأَ نَحْوَ وَضُوءِي هَذَا، ثُمَّ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ لَا يُحَدِّثُ فِيهِمَا نَفْسَهُ، غَفَرَ اللَّهُ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ (متفق عليه: البخاري، كتاب الوضوء، باب المضمضة في الوضوء، برقم 164، ومسلم كتاب الطهارة، باب صفة الوضوء، برقم 226).

3- من صَلَّى صلاةً مكتوبةً فأحسن خشوعها كانت كفارةً لما قبلها من الذنوب؛ لحديث عثمان رضي الله عنه قال: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: ((مَا مِنْ أَمْرٍ مُسْلِمٍ تَحْضُرُهُ صَلَاةٌ مَكْتُوبَةٌ، فَيُحْسِنُ وُضُوءَهَا، وَخُشُوعَهَا، وَرُكُوعَهَا إِلَّا كَانَتْ كَفَّارَةً لِمَا قَبْلَهَا مِنَ الذُّنُوبِ، مَا لَمْ يَأْتِ كَبِيرَةً، وَذَلِكَ الدَّهْرُ كُلُّهُ (مسلم، كتاب الطهارة، باب فضل الوضوء والصلاة عقبه، برقم 228).

4- من صَلَّى ركعتين مقبلاً عليهما بقلبه ووجهه وجبت له الجنة؛ لحديث عقبة بن عامر رضى الله عنه، أنه سمع النبي صلى الله عليه وسلم يقول: ((مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَتَوَضَّأُ فَيُحْسِنُ وُضُوءَهُ، ثُمَّ يَقُومُ فَيُصَلِّي رَكْعَتَيْنِ، مُقْبِلٌ عَلَيْهِمَا بِقَلْبِهِ وَوَجْهِهِ إِلَّا وَجَبَتْ لَهُ الْجَنَّةُ)) (مسلم كتاب الطهارة، باب الذكر المستحب عقب الوضوء، برقم 234).

5- الفوز والنجاح والسعادة في الدنيا والآخرة للخاشعين في صلاتهم، قال الله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ *الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ (سورة المؤمنون، الآيتان: 1-2)، فالخشوع في الصلاة هو حضور القلب بين يدي الله تعالى، مستحضراً لقربه، فيسكن لذلك قلبه، وتطمئن نفسه، وتسكن حركاته، ويقل التفاته، متأدباً بين يدي ربه، مستحضراً جميع ما يقوله ويفعله في صلاته من أول صلاته إلى آخرها، فتنتفي بذلك الوسوس والأفكار الرديئة، وهذا روح الصلاة، والمقصود منها، وهو الذي يكتب للعبد، فالصلاة التي لا خشوع فيها، ولا حضور قلب، وإن كانت مجزئة مثاباً عليها، فإن الثواب على حسب ما يعقل القلب منها (تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، للعلامة عبد الرحمن بن ناصر السعدي، ص 547).

6- المغفرة والأجر العظيم للخاشعين؛ لقول الله تعالى: ﴿وَإِنَّ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَمَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْكُمْ وَمَا أُنزِلَ إِلَيْهِمْ خَاشِعِينَ لِلَّهِ لَا يَشْتَرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ ثَمَنًا قَلِيلًا أُولَئِكَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ (سورة آل عمران، الآية: 199).

وقال تعالى: ﴿إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾ (سورة الأحزاب، الآية 35).

7- الخاشعون والخاضعون لله مُبَشَّرُونَ بكل خير في الدنيا والآخرة؛ لقول الله تعالى: ﴿وَلِكُلِّ أُمَّةٍ جَعَلْنَا مَنْسَكًا لِيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنْ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ فَإِلَهُكُمُ إِلَهُ وَاحِدٌ فَلَهُ أَسْلِمُوا وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ﴾ (سورة الحج، الآية 34).

قال الراغب الأصفهاني رحمه الله: ((الخبث: المطمن من الأرض... ثم استعمل الإحبات استعمال اللين والتواضع، قال الله تعالى: ﴿وَأَخْبِتُوا إِلَىٰ رَبِّهِمْ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ﴾ (سورة هود، الآية 23).

8- الخشوع والتواضع لله من أعظم أسباب دخول الجنة، والنجاة من النار؛ لقوله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَخْبَتُوا إِلَىٰ رَبِّهِمْ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ﴾ (سورة هود، الآية 23).

9- الخشوع لله تعالى يورث هداية الله تعالى وتثبيتته؛ لقوله تعالى: ﴿وَلَيَعْلَمَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَيُؤْمِنُوا بِهِ فَتُخْبِتَ لَهُ قُلُوبُهُمْ وَإِنَّ اللَّهَ لَهَادِ الَّذِينَ آمَنُوا إِلَىٰ صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ (سورة الحج، الآية 54).

10- أفضل الناس أخشعهم لله تعالى، فالخشوع لله تعالى إذا كان بسبب معرفة الله بأسمائه وصفاته، وأفعاله، والرغبة فيما عنده، والخشية من عقابه، ومبني على حبه، وخوفه مع رجائه، فهذا كله يجعل العبد أفضل الناس؛ ولهذا قال سفيان رحمه الله تعالى: ((أجهل الناس من ترك ما يعلم، وأعلم الناس من عمل بما يعلم، وأفضل الناس أخشعهم لله (أخرجه الدارمي، 1 / 81، برقم 337).

11- مَنْ أتمَّ الصَّلوات الخمس بخشوع كان له على الله عهد أن يغفر له؛ لحديث عبادة بن الصامت رضى الله عنه قال... أَشْهَدُ أَنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: ((خَمْسُ صَلَوَاتٍ افْتَرَضَهُنَّ اللَّهُ تَعَالَى، مَنْ أَحْسَنَ وَضُوعَهُنَّ، وَصَلَّاهُنَّ لَوْفَتِهِنَّ، وَأَتَمَّ رُكُوعَهُنَّ، وَخَشُوعَهُنَّ، كَانَ لَهُ عَلَى اللَّهِ عَهْدٌ أَنْ يَغْفِرَ لَهُ، وَمَنْ لَمْ يَفْعَلْ فَلَيْسَ لَهُ عَلَى اللَّهِ عَهْدٌ، إِنْ شَاءَ غَفَرَ لَهُ، وَإِنْ شَاءَ عَذَّبَهُ)) (أبو داود، كتاب الصلاة، باب المحافظة على وقت الصلوات، برقم 425، وصححه الألباني في صحيح سنن أبي داود، 1 / 125).

12- مدح الله تعالى الخاشعين في طاعته ووصفه لهم بالعلم؛ لقوله تعالى: ﴿أَمْ مَنْ هُوَ قَانِتُ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ

أُولُو الْأَلْبَابِ ﴿ (سورة الزمر: الآية 9)، والقنوت هنا هو الخشوع في الطاعة؛ ولهذا قال العلامة السعدي رحمه الله تعالى: ((... القنوت يرد في القرآن على قسمين: قنوت عام، كقوله تعالى: ﴿وَلَهُ مَنْ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ كُلٌّ لَهُ قَانِتُونَ﴾ (سورة الروم، الآية 26) أي الكل عبيد خاضعون لربوبيته، وتديبه، والنوع الثاني: وهو الأكثر في القرآن: القنوت الخاص، وهو دوام الطاعة لله على وجه الخشوع، مثل قوله تعالى: ﴿أَمْ مَنْ هُوَ قَانِتٌ أَنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا﴾ (سورة الزمر، الآية: 9)، وقوله: ﴿وَقَوْمُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ﴾ (سورة البقرة، الآية: 238)، وقوله: ﴿يَا مَرْيَمُ اقْنُتِي لِرَبِّكِ وَاسْجُدِي﴾ (سورة آل عمران، الآية 43).

13- أثنى الله عز وجل على من يوجل قلبه لذكر الله بأنه يخافه ويخشاه، ووصفه بالإيمان الكامل، قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا﴾ (سورة الأنفال، للآية: 2)، وقوله تعالى: ﴿إِنَّا مِنْكُمْ وَجِلُونَ * قَالُوا لَأَن تَوَجَّلَ﴾ (سورة الحجر، الآيتان: 52-53)، وقوله تعالى: ﴿وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ * الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ﴾ (سورة الحج، الآيتان 34-35)، وقال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ﴾ (سورة المؤمنون، الآية: 60).
وجعل القلب: الوجل: استشعار الخوف، يقال: وجل يوجل وجلاً، فهو وجل (مفردات ألفاظ القرآن للأصفهاني، ص 855).

قال ابن كثير رحمه الله: ((﴿وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ﴾: فرقت: أي فزعت وخافت، وهذه صفة المؤمن... الذي إذا ذكر الله وجل قلبه: أي خاف منه، ففعل أوامره، وترك زواجره (تفسير القرآن العظيم، ص 566).

14- وصف الله من يقشعر جلده عند قراءة القرآن بالخشية لله تعالى؛ لقوله تعالى: ﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِي تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ﴾ (سورة الزمر، الآية: 23)، فحصل لهم قشعريرة الجلد، ثم لين القلب والجلد.

قال الإمام ابن كثير رحمه الله: ((هذه صفة الأبرار عند سماع كلام الجبار، المهيمن العزيز الغفار؛ لما يفهمونه من الوعد والوعيد، والتخويف والتهديد، تقشعر منه جلودهم من الخشية والخوف، ﴿ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ﴾ كما يرجون ويؤمنون من رحمته ولطفه... (تفسير القرآن العظيم، ص 1153).

(د) أقسام الناس في الخشوع في الصلاة

يختلف الناس في الخشوع في الصلاة على حسب حضور قلب كل إنسان، وغفلته، وإقباله على صلاته، وانصراف قلبه عن ربه، والعياذ بالله تعالى، والناس في الخشوع في الصلاة على أقسام خمسة على النحو الآتي:

- **القسم الأول:** مرتبة الظالم لنفسه المفرط: وهو الذي انتقص من وضوئها، ومواقيتها، وحدودها، وأركانها.
- **القسم الثاني:** من يحافظ على مواقيتها، وحدودها، وأركانها الظاهرة، ووضوئها، لكن قد ضيع مجاهدة نفسه في الوسوسة، فذهب مع الوسوس والأفكار.
- **القسم الثالث:** من حافظ على حدودها، وأركانها، وجاهد نفسه في دفع الوسوس والأفكار، فهو مشغول بمجاهدة عدوه؛ لئلا يسرق صلاته، فهو في صلاة وجهاد.
- **القسم الرابع:** من إذا قام إلى الصلاة أكمل حقوقها، وأركانها، وحدودها، واستغرق قلبه مراعاة حدودها وحقوقها؛ لئلا يضيع شيئاً منها؛ بل همه كله مصروف إلى إقامتها كما ينبغي، وإكمالها، وإتمامها قد استغرق قلبه شأن الصلاة، وعبودية ربه تبارك وتعالى فيها.
- **القسم الخامس:** من إذا قام إلى الصلاة قام إليها كذلك، ولكن مع هذا قد أخذ قلبه، ووضع بين يدي ربه عز وجل، ناظراً بقلبه إليه، مراقباً له، ممتلئاً من محبته وعظمته، كأنه يراه ويشاهده، وقد اضمحلت تلك الوسوس والخطرات، وارتفعت حجبتها بينه وبين ربه، فهذا بينه وبين غيره في الصلاة أفضل، وأعظم مما بين السماء والأرض، وهذا في صلاته مشغول بربه عز وجل، قرير العين به.

فالقسم الأول معاقب، والثاني محاسب، والثالث مكفر عنه، والرابع مثاب، والخامس مقرب من ربه؛ لأن له نصيباً ممن جعلت قرّة عينه في الصلاة، فمن قرّت عينه بصلاته في الدنيا، قرّت عينه بقربه من ربه عز وجل في الآخرة، وقرّت عينه أيضاً به في الدنيا، ومن قرّت عينه بالله، قرّت به كل عين، ومن لم تقرّ عينه بالله تعالى، تقطعت نفسه على الدنيا حسرات.

(م) الأسباب التي تزيل الغفلة وتجلب الخشوع في الصلاة:

يجب ترك الأسباب التي تزيل الخشوع في الصلاة، أو تضعفه، والعمل بالأسباب التي تجلبه وتقويه، وهي كثيرة، منها الأسباب الآتية:

السبب الأول: معرفة الله تعالى: بأسمائه، وصفاته وألوهيته وربوبيته

السبب الثاني: علاج قسوة القلب

السبب الثالث: الابتعاد عن الوسوسة

السبب الرابع: متابعة المؤذن من الأمور التي تجلب الخشوع في الصلاة

السبب الخامس: العمل بأداب المشي إلى الصلاة من أعظم ما يجلب الخشوع

السبب السادس: عدم الالتفات لغير حاجة

السبب السابع: عدم رفع البصر إلى السماء

السبب الثامن: عدم افتراش الذراعين في السجود

السبب التاسع: عدم التخصر

السبب العاشر: عدم النظر إلى ما يُلهي ويُشغل

السبب الحادي عشر: عدم الصلاة إلى ما يُلهي ويُشغل

السبب الثاني عشر: عدم الإقعاء المذموم

السبب الثالث عشر: عدم عبث المصلي بجوارحه .

السبب الرابع عشر: عدم تشبيك الأصابع وفرقتها في الصلاة

السبب الخامس عشر: عدم الصلاة بحضرة الطعام

السبب السادس عشر: عدم مدافعة الأخبثين (البول والغائط).

السبب السابع عشر: عدم بصاق المصلي أمامه أو عن يمينه

السبب الثامن عشر: عدم كف الشعر أو الثوب في الصلاة

السبب التاسع عشر: عدم عقص الرأس في الصلاة.

السبب العشرون: عدم تغطية الفم في الصلاة.

السبب الحادي والعشرون عدم السدل في الصلاة

السبب الثاني والعشرون: عدم تخصيص مكان من المسجد للصلاة فيه.

السبب الثالث والعشرون: عدم الاعتماد على اليد في الجلوس في الصلاة

السبب الرابع والعشرون: عدم التأؤب في الصلاة

السبب الخامس والعشرون: عدم الركوع قبل أن يصل إلى الصنف.

السبب السادس والعشرون: عدم الصلاة في المسجد لمن أكل البصل والثوم أو الكراث

السبب السابع والعشرون: عدم صلاة النفل عند مغالبة النوم

السبب الثامن والعشرون: الصلاة إلى سترة والدنو منها.

السبب التاسع والعشرون: وضع اليد اليمنى على اليسرى على الصدر

السبب الثلاثون: الإشارة بالسبابة وتحريكها في الدعاء في التشهد

السبب الحادي والثلاثون: النظر إلى موضع السجود وإلى السبابة.

السبب الثاني والثلاثون: العلم بأنه يدعو الله ويخاطبه وأن الله يرَدّ عليه ويُجيبه:

السبب الثالث والثلاثون: الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم:

السبب الرابع والثلاثون: تدبر القرآن في الصلاة يجلب الخشوع.

النوع الأول: حض القرآن الكريم على التدبر

النوع الثاني: حض النبي صلى الله عليه وسلم على تدبر القرآن

النوع الثالث: حث الصحابة رضوان الله عليهم على تدبر القرآن.

النوع الرابع: حث العلماء على تدبر القرآن وتعظيمهم لذلك
السبب الخامس والثلاثون: تحسين القراءة بالقرآن وترتيله
السبب السادس والثلاثون: سجود التلاوة في الصلاة.

السبب السابع والثلاثون: المحافظة على سنن الصلاة: القولية والفعلية

السبب الثامن والثلاثون: ذكر الموت في الصلاة

السبب التاسع والثلاثون: الحذر من الغفلة

السبب الأربعون: الاستجابة لله ولرسوله مع العلم أن الله يحول بين المرء وقلبه

السبب الحادي والأربعون: سؤال الله تعالى الخشوع في الصلاة

السبب الثاني والأربعون: العلم بأن العبد ليس له من صلاته إلا ما عقل منها

السبب الثالث والأربعون: معرفة خشوع النبي صلى الله عليه وسلم في صلاته

السبب الرابع والأربعون: معرفة خشوع الصحابة والتابعين وأتباعهم رحمهم الله.

السبب الخامس والأربعون: العلم بما ثبت في التحذير من ترك الخشوع، وما ثبت من الترغيب في الخشوع

السبب السادس والأربعون: فهم وتدبر معاني أفعال الصلاة يجلب الخشوع فيها

السبب السابع والأربعون: فهم وتدبر معاني أقوال الصلاة

السبب الثامن والأربعون: التنويع في الاستفتاح، والقراءة، والأذكار في الصلاة.

السبب التاسع والأربعون: الاجتهاد في الدعاء في مواضعه في الصلاة

السبب الخمسون: إحسان الطهور وإكماله

السبب الحادي والخمسون: المحافظة على صفة الصلاة الكاملة الخاشعة من كل وجه

السبب الثاني والخمسون: المحافظة على الأذكار أدبار الصلوات المفروضة

السبب الثالث والخمسون: المحافظة على السنن الرواتب قبل الفريضة وبعدها.

(و) اسباب نجاح الخشوع في الصلاة كفية من فنيات الارشاد النفسى الدينى:

يرجع نجاح الخشوع في الصلاة كفية من فنيات الارشاد النفسى الدينى إلى مجموعة من الاسباب، وهى:

- يعد الخشوع في الصلاة حافظاً للصحة ومُجلباً للرزق، دافعاً للأذى، طارداً للأدواء، مُقوياً للقلب، مُبيضاً للوجه، مُفرحاً للنفس، مُذهباً للكسل، مُنشطاً للجوارح، شارحاً للصدر، مُغدياً للروح، مُنوراً للقلب، حافظاً للنعمة، دافعاً للتفمة، جالباً للبركة، مُبعداً من الشيطان، مُقرباً من الرحمن، فالخشوع في الصلاة له تأثير عَجيبٌ في حفظِ صحّةِ البدنِ والقلبِ، وقُوَاهُمَا، ودَفْعِ المَوَادِّ الرديئةِ عَنْهُمَا، وَمَا أَتْلِي رَجُلَانِ بِعَاهَةِ، أَوْ دَاءٍ، أَوْ مِحْنَةٍ، أَوْ بَلِيَّةٍ، إِلَّا كَانَ حَظُّ الْمُصَلِّي مِنْهُمَا أَقْلًا، وَعَاقِبَتُهُ أُسْلَمَ (زاد المعاد، 4 / 231 - 232).

- يساعد الخشوع في الصلاة في دفع شرور الدنيا والآخرة، ولا استُجلبت مصالحُهمَا. يمثل الخشوع في الصلاة، وسيرٌ ذلك أن الصلاة صلةٌ بالله عز وجل، وَعَلَى قَدْرِ صِلَةِ الْعَبْدِ بِرَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ تَفْتَحُ عَلَيْهِ مِنَ الْخَيْرَاتِ أَبْوَابُهَا، وَتُقَطَّعُ عَنْهُ مِنَ الشَّرُورِ أَسْبَابُهَا، وَتُفِيضُ عَلَيْهِ مَوَادِّ التَّوْفِيقِ مِنْ رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَالْعَافِيَةَ، وَالصَّحَّةَ، وَالْعَنِيمَةَ، وَالْغِنَى، وَالرَّاحَةَ وَالنَّعِيمَ، وَالْأَفْرَاحَ وَالْمَسْرَاتِ، كُلُّهَا مُحَضَّرَةً لَدَيْهِ وَمُسَارِعَةً إِلَيْهِ (زاد المعاد، 4 / 231 - 232).

- يعد الخشوع صفة يمدح الله بها عبادة المؤمنين، ويؤكد ذلك، قول الله جل وعلا، قال تعالى: { قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ } (المؤمنون: 1-2)، وهذا يدل على فضله ومكانته، وكما يدل على حب الله الأهل الخشوع والخضوع، لأن الله سبحانه لا يمدح أحداً بشيء إلا وهو يحبه ويجب من يتعبده به. ولذلك قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "سبعة يظلهم الله في ظله، يوم لا ظل إلا ظله - وذكر منهم - ورجل ذكر الله خالياً ففاضت عيناه" (متفق عليه).

- أن الخشوع في الصلاة، هو توفيق من الله جل وعلا، يوفق إليه الصادقين في عبادته، المخلصين المخبتين له، العاملين بأمره والمنتهين بنهيه، فمن لم يُخشع قلبه بالخضوع لأوامر الله خارج الصلاة، لا يتذوق لذة الخشوع ولا تذرف عيناه الدموع لقسوة قلبه وبعده عن الله. قال تعالى: { نِ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ } (العنكبوت: 45)، فالذي لن تنهه صلاته عن المنكر لا يعرف إلى الخشوع سبيلاً، ومن كان حاله كذلك، فإنه وإن صلى لا يقيم الصلاة كما أمر الله جل وعلا، قال تعالى: { أَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ } (البقرة، 45) .

الفصل السابع: الذكر والدعاء:

اولا: الذكر:

(أ) تمهيد:

يؤثر الذكر على النفس البشرية تأثيرا كبيرا، فمن وظائفه ارتياح النفس وطمأنينتها وسعادتها، خاصة وان للنفس مطالب كثيرة؛ وتحب أن تحقق لها هذه المطالب؛ إما عاجلا أو على الأقل آجلا بشرط أن يكون مضمونا لكن ثمة عراقيل وموانع تعترض طريقها. .. وإذا كانت هذه الحاجات عند البشر فإنه يقف تجاهها عقبتان: إحدى هذه العقبات وهي أسهلهاما النقص البشري الذي يعتري من الحاجة تأتي عن طريقه؛ فهو يغيب عن الآخرين - أصحاب الحق - بكونه بحاجة أن ينام، وأن يأكل ويشرب، ويغيب عن مكان العمل الذي تقضى فيه الحاجة، إما غيابا تقتضية أنظمة العمل وهو خارج الدوام، أو غياب مرض أو حاجة ماسة؛ فتبقى هذه منغصات في النفس تقف أمام قضاء هذه الحاجة وبخاصة إذا كانت ملحة وعاجلة ومهمة... وأما العقبة الأخرى وهي أصعب العقبتين: وهي أن يكون الذي تأتي الحاجة عن طريقة صاحب مطل وكذب وغير وف في أداء الحقوق وقضاء حوائج الآخرين... وهاتان العقبتان تقفان في مسلك الأمن الشامل في قضاء الحوائج وتعصفان بالسعادة والطمأنينة والراحة النفسية... ولكن من بيده حاجات العباد، ولا تقضى إلا بإذنه وتوفيقه تعالى يخلو بابه من العقبات والمنغصات؛ فبابه مفتوح في الليل والنهار والشمس والظلال... وبالتالي فإن الإنسان المحتاج عليه ان يذكر الله تعالى، ويرفع يديه ليطلب الغني القادر أي حاجة شاء في أي وقت شاء.

(ب) تعريف الذكر:

- الذكر في اللغة:

جاء في الموسوعة الفقهية: الذكر لغة مصدر ذكر الشيء يذكره ذكرا، وذُكرا، وقال الكسائي: الذكر باللسان ضد الإنصات، ذاله مكسورة، وبالقلب ضد النسيان وذاله مضمومة، وقال غيره: بل هما لغتان.

وهو يأتي في اللغة لمعان:

الأول: الشيء يجري على اللسان، أي ما يُنطق به، يقال: ذكرت الشيء أذكره ذكرا وذكرا إذا نطقت باسمه أو تحدثت عنه، ومنه قوله تعالى: {ذَكَرَ رَحْمَتَ رَبِّكَ عَبْدُهُ زَكَرِيَّا} (مريم: 2).

والثاني: استحضار الشيء في القلب، ضد النسيان. قال تعالى حكاية عن فتى موسى: {وَمَا أُنْسَانِيهِ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ} (الكهف: 63).

الذكر اصطلاحا: يستعمل الذكر بمعنى ذكر العبد لربه عز وجل، سواء بالإخبار المجرد عن ذاته، أو صفاته، أو أفعاله، أو أحكامه أو بتلاوة كتابه، أو بمسألته ودعائه، أو بإنشاء الثناء عليه بتقديسه، وتمجيده وتوحيده وحمده وشكره، وتعظيمه، ويستعمل الذكر اصطلاحا بمعنى أخص من ذلك، فيكون بمعنى إنشاء الثناء بما تقدم، دون سائر المعاني الأخرى المذكورة، ويشير إلى الاستعمال بهذا المعنى الأخص قوله تعالى: {إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ} (العنكبوت: 45)

وأطلق الذكر في القرآن على عدة أمور باعتبار المعنيين اللغويين أو واحد منهما:

- أطلق على القرآن العظيم نفسه في مثل قوله تعالى: {وَهَذَا ذِكْرٌ مُبَارَكٌ أَنْزَلْنَاهُ} (الانبياء: 50)، وقال: {ذَلِكَ تَتْلُوهُ عَلَيْكَ مِنَ الْآيَاتِ وَالذِّكْرِ الْحَكِيمِ} (آل عمران: 58).
- وأطلق على التوراة في قوله تعالى: {وَلَقَدْ كَتَبْنَا فِي الزَّبُورِ مِنْ بَعْدِ الذِّكْرِ أَنَّ الْأَرْضَ يَرِثُهَا عِبَادِيَ الصَّالِحُونَ} (الانبياء: 105).
- وأطلق على كتب الأنبياء المتقدمين، قال **الراغب**: قوله تعالى: {فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ} (النحل: 43)، أي الكتب المتقدمة، وقال **الزبيدي**: كل كتاب من كتب الأنبياء ذكر، وقال تعالى: {أَمْ اتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ آلِهَةً قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ هَذَا ذِكْرٌ مِنْ مَعِي وَذِكْرٌ مِنْ قَبْلِي} (الانبياء: 24)، أي هذا هو الكتاب المتزل على من معي والكتاب الآخر المتزل على من تقدمني، وهو التوراة والإنجيل والزبور والصحف، وليس في شيء منها أن الله أذن بأن تتخذوا إلها من دون الله، وقد فسرت الآية أيضا بغير ذلك.

• وأطلق الذكر على النبي صلى الله عليه وسلم في قوله تعالى: {قَدْ أَنْزَلَ اللَّهُ إِلَيْكُمْ ذِكْرًا * رَسُولًا} (الطلاق: 10-11)، فقد قيل: إن الذكر هنا وصف للرسول صلى الله عليه وسلم كما أن الكلمة وصف لعيسى عليه السلام من حيث إنه يبشر به في الكتب المتقدمة. وأطلق الذكر بمعنى الصيِّت، ويكون في الخير والشر، وبمعنى الشرف، من حيث إن صاحبهما يُذكرُ بهما. وقد فُسِّرَ بهما قوله تعالى: {لَقَدْ أَنْزَلْنَا إِلَيْكُمْ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرُكُمْ} (الانبياء: 10)، وقوله: {وَإِنَّهُ لَذِكْرٌ لَكَ وَلِقَوْمِكَ} (الزخرف: 44).

• وأطلق الذكر بمعنى الاتعاظ وما يحصل به الوعظ، وقد فُسِّرَ بذلك قوله تعالى: {وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ} (القمر: 17)، وقوله تعالى: {أَفَنْضِرُ بَعْضُكُمْ الدُّكْرَ صَفْحًا أَنْ كُنْتُمْ قَوْمًا مُسْرِفِينَ} (الزخرف: 5)، قال الرازي: المعنى: أنرد عنكم النصائح والمواعظ. وقد فُسِّرَت بغير ذلك. ويعرف حسين عبد القادر (1980) الذكر بأنه تفريغ وإطلاق عقال التوترات الناجمة عن الشخصيات الانفعالية و منوعاتها من ذكريات أو مركبات تسبب الألم، والتي غالبا ما تكون لا شعورية.

ثانيا: الدعاء:

(1) تمهيد:

يتمرد الإنسان وينسى ربه إذا كان في سعة وعافية، أما إذا وقع في شدة وضيق تحركت فطرته ومشاعره واتجه إلى الله، وتنكشف عنه الحجب ويزول الرين وتذهب الغشاوة وينطرح بين يدي الله منكرا متواضعا مبتهلا متضرعا باكيا ويجأر إلى الله كاشف السوء مجيب المضطرين، وغيث المستغيثين، ومنقذ الهالكين، وجابر المنكسرين، ومنقذ الغرقى، وسامع النجوى، فكم من ملحد نزلت به ضائقة آب إلى الله، وكم من شارد فاسق وقع في مأزق ثاب إلى الله ورجع إلى طاعته (وبعض المجرمين إذا بحثوا عنه ليكشفوا موقعه، يقول: يارب استر) وهذا يدل على تحرك الفطرة إلى الدعاء ومعرفة أهميته. وقال تعالى: {هُوَ الَّذِي يُسِّرْكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّى إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِنْ أَنجَيْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ (22) فَلَمَّا أَنجَاهُمْ إِذَا هُمْ يَبْغُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ} (يونس، 22-32).

وتظهر مكانة الدعاء العظيمة ومترلته الرفيعة في افتتاح القرآن واختتامه بالدعاء وسورة الفاتحة تشتمل على نوعي الدعاء: دعاء العبادة ودعاء المسألة وختم بالمعوذتين وهي كلها مبنية على الدعاء.

(2) النصوص القرآنية التي تشير إلى أهمية الدعاء:

هناك بعض النصوص التي تشير إلى أهمية الدعاء في كل وقت وشأن، وتشيد بالتصفيين بهذا... يقول تعالى: {وَلَا تَطْرُدِ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْعَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ مَا عَلَيْكَ مِنْ حِسَابِهِمْ مِنْ شَيْءٍ وَمَا مِنْ حِسَابِكَ عَلَيْهِمْ مِنْ شَيْءٍ فَتَطْرُدَهُمْ فَتَكُونَ مِنَ الظَّالِمِينَ (52)} (سورة الأنعام، 52)، بعدم الاستجابة للكفار في طرد من هذه صفتهم من المؤمنين، والإشادة بهم في آيات تتلى آناء الليل وأطراف النهار. ويقول تعالى {وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْعَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا (28)} (سورة الكهف، 28)، بالأمر في الصبر مع الذين يلزمون أنفسهم بالاستمرار بالدعاء غدا وعشيا..

ويقول تعالى {تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ} (سورة السجدة، 16). وتحدد الآية الحالة النفسية التي تكون عليها حين الدعاء وهي الخوف والرجاء... وقد قيل أن: المراد بالدعاء المحافظة على الصلاة المكتوبة في الجماعة؛ قاله ابن عباس ومجاهد والحسن. وقيل: الذكر وقراءة القرآن. ويحتمل أن يريد الدعاء في أول النهار وآخره؛ ليستفتحوا يومهم بالدعاء رغبة في التوفيق. ويختموه بالدعاء طلبا للمغفرة. {يُرِيدُونَ وَجْهَهُ} طاعته، والإخلاص فيها، أي يخلصون في عبادتهم وأعمالهم لله، ويتوجهون بذلك إليه لا لغيره (القرطبي 431/6-432).

ويقول تعالى: {وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ (60) اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ (61) ذَلِكَمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَى تُوْفِكُونَ (62) كَذَلِكَ يُؤْفِكُ الَّذِينَ كَانُوا بِآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ (63) اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَرْضَ قَرَارًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ ذَلِكَمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ فَتَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ (64) هُوَ الْحَيُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (65) (قُلْ إِنِّي نُهِيتُ أَنْ أَعْبُدَ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ لَمَّا جَاءَنِي الْبَيِّنَاتُ مِنْ رَبِّي وَأُمِرْتُ أَنْ أُسْلِمَ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ (66)} (سورة غافر، 60-66)، حيث ركزت الآيات على الدعاء بدأ ومختما وما يحيط به وما يدل على أهميته من قدرة الله على استجابة الدعاء؛ فبدأت الآيات بالأمر بدعائه تعالى، وتوعد الذين يعرضون عن دعائه استكبارا بالخلود بالنار، ثم تعقب بذكر قدرة الله تعالى على استجابة الدعاء بذكر عدد من الأمثلة على قدرته المطلقة، وفضله تعالى على مخلوقاته، وتنحو باللائمة على الذين يؤفكون ويصرفون عنه تعالى، وتذكرهم بقدرة الله مرة أخرى من

واقع خلق السموات مبنية وجعل الأرض قرارا وتصوير الخلق على حال تبهر العقول وتدعو إلى الدهشة، وإغداق الله تعالى بالرزق لجميع المخلوقات... وكل ذلك مشاهد مألوف لا يغيب عن ذي عينين وبصيرة... ثم تلفت الانتباه إلى إخلاص العبادة لله تعالى ومن العبادة الدعاء والثناء له بما هو له أهل سبحانه وتعالى في سياق الأمرية بالدعاء ثانية؛ في مقطع الآيات المباركات، ثم تنهى عن صرف الدعاء لغير الله في سياق البدء برسول الله صلى الله عليه وسلم بهذا النهي كعادة المنهج الإسلامي في عدم استثناء أحد مهما كانت مكانته؛ وإن كان رسول الله صلى الله عليه وسلم... وميزة أخرى مهمة للغاية هي أن هذا القرار وهذه الأحقية لله تعالى مبنية على علم بين لا شك فيه ولا ريب...

(3) خصائص الدعاء:

- يشتمل الدعاء على خصائص جليلة ومزايا كثيرة لا توجد في غيره من أنواع العبادات:، وهي:
- ❖ نفع الدعاء يقع في الحياة والممات حيث ثبت انتفاع الميت بدعاء الأحياء من ولد أو والد أو قريب قال صلى الله عليه وسلم (إذا مات ابن آدم انقطع عمله إلا من ثلاث: منها ولد صالح يدعو له) وقال تعالى (والذين جاؤوا من بعدهم يقولون....).
- ❖ سهولة الدعاء وعدم تقيده بزمان ولا مكان ولا حال.
- ❖ اشتماله على حضور قلبي لا يوجد في غيره، فإن من تعبد بالصلاة والزكاة والصيام يغلب عليه فيها الغفلة فإذا دعا استدعى ذلك له حضور في قلبه.
- ❖ اشتماله على التذلل وإظهار الفاقة وذل العبودية وعز الربوبية.

(4) وصف الدعاء في القرآن الكريم:

وصف الدعاء في القرآن الكريم بطاعات أخرى:

أ- العبادة: فعن النعمان بن بشير قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (أن الدعاء هو العبادة فثم قراء (وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ (60) (غافر، 60)، وقال تعالى: { فَادْعُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ (14) } (غافر، 14)، (وَقَالَ تَعَالَى: { تَنْزِيلُ الْكِتَابِ مِنَ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ أَلَا لِلَّهِ الدِّينُ الْخَالِصُ } (الزمر، 3-1)، وقال تعالى: { وَيَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَمْ يَمْلِكْ لَهُمْ رِزْقًا مِنْ

السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ شَيْئًا وَلَا يَسْتَطِيعُونَ) (النحل، 73)، وقال تعالى: { وَالَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِهِ لَا يَسْتَطِيعُونَ نَصْرَكُمْ وَلَا أَنْفُسَهُمْ يَنْصُرُونَ } (الاعراف، 197) وقال تعالى: { وَأَعْتَزَلِكُمْ وَمَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَأَدْعُوا رَبِّي عَسَىٰ أَلَّا أَكُونَ بِدُعَاءِ رَبِّي شَقِيًّا (48) فَلَمَّا اعْتَزَلْتَهُمْ وَمَا يَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَهَبْنَا لَهُ إِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ وَكُلًّا جَعَلْنَا نَبِيًّا (49) (مريم، 48-49) وقال تعالى: { وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّن يَدْعُو مِنْ دُونِ اللَّهِ مَنْ لَا يَسْتَجِيبُ لَهُ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَهُمْ عَن دُعَائِهِمْ غَافِلُونَ (5) وَإِذَا حُشِرَ النَّاسُ كَانُوا لَهُمْ أَعْدَاءً وَكَانُوا بِعِبَادَتِهِمْ كَافِرِينَ (6) } (الأحقاف، 5-6).

ب- الذكر: قال صلى الله عليه وسلم (أفضل الدعاء يوم عرفه وأفضل ما قلت أنا والنبيون من قبلي: لا إله إلا الله وحده لا شريك له) رواه مالك وعند الترمذي: عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده: أن النبي صلى الله عليه وسلم قال خير الدعاء دعاء يوم عرفه وخير ما قلت أنا والنبيون من قبلي لا إله إلا الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير) وحسنه الألباني. وقال صلى الله عليه وسلم (أفضل الذكر لا إله إلا الله وأفضل الدعاء الحمد لله) ومن الذكر دعاء ذي النون قال (دعوة ذي النون إذ دعا وهو في بطن الحوت لا إله إلا أنت سبحانك أي كنت من الظالمين) فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجاب الله تعالى له). رواه الترمذي وصححه الألباني.

ج- الصلاة: وقال تعالى: { خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (103) (التوبة، 103) ، وقال تعالى: { وَمِنَ الْأَعْرَابِ مَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَيَتَّخِذُ مَا يُنْفِقُ قُرْبَاتٍ عِنْدَ اللَّهِ وَصَلَوَاتِ الرَّسُولِ أَلَّا إِنَّهَا قُرْبَةٌ لَهُمْ سِيُدْخِلُهُمُ اللَّهُ فِي رَحْمَتِهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (99) (التوبة، 99) صلوات الرسول قال أي دعواته والصلاة الشرعية هي كلها دعاء وتشمل الصلاة نوعين دعاء العبادة ودعاء المسألة.

د- الاستعانة: قال تعالى (إياك نعبد وإياك نستعين) والاستعانة هي طلب ما تمكن به لعبد من الفعل ويوجب اليسر عليه. وله فدعاء المسألة هو الاستعانة.

ك- الاستعاذة: هي جزء من أجزاء دعاء المسألة.

ت- الاستغاثة: طلب الغوث لرفع الشدة الواقعة.

م- الاستغفار: قال صلى الله عليه وسلم (من يدعوني فاستجب له من يسألني فأعطيه من يستغفري فأغفر له) فذكر أولاً لفظ الدعاء ثم السؤال والاستغفار والمستغفر سائل كما أن السائل داع .

ن- النداء: وقال تعالى: { ذِكْرُ رَحْمَتِ رَبِّكَ عَبْدَهُ زَكَرِيَّا (2) } { (مريم، 2) وقال تعالى: { وَيُوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ (83) } { (الانبيا، 83)، وقال تعالى: { وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَىٰ فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ (87) } { (الانبيا، 87) وقال تعالى: { وَلَقَدْ نَادَانَا نُوحٌ فَلَنِعْمَ الْمُجِيبُونَ } { (الصفات، 75) وقال تعالى: { فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تُكِنُّ كَصَاحِبِ الْحُوتِ إِذْ نَادَىٰ وَهُوَ مَكْظُومٌ (48) } { (القلم، 48)، فالنداء هو الدعاء.

(5) دعاء الرسل:

ورد في القرآن الكريم العديد من الآيات القرآنية في هذا الشأن، ومنها:

- دعاء آدم عليه السلام وزوج: قال تعالى { قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ (23) } { (الأعراف، 23).

- دعاء نوح عليه السلام: قال تعالى { رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِمَنْ دَخَلَ بَيْتِي مُؤْمِنًا وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَلَا تَزِدِ الظَّالِمِينَ إِلَّا تَبَارًا (28) } { (نوح، 28).

- دعاء إبراهيم عليه السلام: قال تعالى { رَبِّ اجْعَلْ هَذَا الْبَلَدَ آمِنًا وَاجْنُبْنِي وَبَنِيَّ أَنْ نَعْبُدَ الْأَصْنَامَ (35) رَبِّ إِنَّهُمْ أَضَلَّلَنِي كَثِيرًا مِّنَ النَّاسِ فَمَنْ تَبِعَنِي فَإِنَّهُ مِنِّي وَمَنْ عَصَانِي فَإِنَّكَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ (36) رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِي بُوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُمْ مِنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ (37) رَبَّنَا إِنَّكَ تَعْلَمُ مَا نُخْفِي وَمَا نُعْلِنُ وَمَا يَخْفَىٰ عَلَى اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ (38) الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ (39) رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ (40) رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ (41) } { (إبراهيم، 35-41).

- دعاء يوسف عليه السلام: قال تعالى: { قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُنْ مِنَ الْجَاهِلِينَ (33) }، وقال تعالى: { رَبِّ قَدْ آتَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِنْ

تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنْتَ وَلِيِّ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ
(101) { (يوسف، 101، 33).

- دعاء موسى عليه السلام: قال تعالى { رَبَّنَا إِنَّكَ آتَيْتَ فِرْعَوْنَ وَمَلَأَهُ زِينَةً وَأَمْوَالًا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا رَبَّنَا لِيُضِلُّوهُمَا عَنْ سَبِيلِكَ رَبَّنَا اطْمِسْ عَلَى أَمْوَالِهِمْ وَاشْدُدْ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَلَا يُؤْمِنُوا حَتَّى يَرَوُا الْعَذَابَ الْأَلِيمَ (88) }
(يونس، 88)، وقال تعالى: { رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي (25) وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي (26) (وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي (27) يَفْقَهُوا قَوْلِي (28) وَاجْعَلْ لِي وَزِيرًا مِنْ أَهْلِي (29) هَارُونَ أَخِي (30) اشْدُدْ بِهِ أَزْرِي (31) وَأَشْرِكْهُ فِي أَمْرِي (32) كَيْ نُسَبِّحَكَ كَثِيرًا (33) وَنَذْكُرَكَ كَثِيرًا (34) إِنَّكَ كُنْتَ بِنَا بَصِيرًا (35) } (طه، 25-35).

- زكريا عليه السلام: قال تعالى: { وَزَكَرِيَّا إِذْ نَادَى رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ (89) }
(الأنبياء، 89).

- دعاء أيوب عليه السلام: قال تعالى: { وَآيُوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ (83) }
(الأنبياء، 83).

- دعاء يونس عليه السلام: قال تعالى: { وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ (87) } (الأنبياء، 87).

- دعاء عيسى عليه السلام: قال تعالى: { قَالَ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا أَنْزِلْ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ تَكُونُ لَنَا عِيدًا لِأَوَّلِنَا وَآخِرِنَا وَآيَةً مِنْكَ وَارزُقْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ (114) } (المائدة، 114).

دعاء الصالحون: قال تعالى: { وَلَمَّا بَرَزُوا لِجَالُوتَ وَجُنُودِهِ قَالُوا رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (250) البقرة وقول سحرة فرعون لما آمنوا: وَمَا تَنْقِمُ مِنَّا إِلَّا أَنْ آمَنَّا بِآيَاتِ رَبِّنَا لَمَّا جَاءَتْنا رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَتَوَفَّنَا مُسْلِمِينَ (126) } (الأعراف، 126).

وقد أمر النبي صلى الله عليه وسلم بالدعاء وحث عليه، وقد وردت العديد من الاحاديث النبوية

الشريفة في هذا الشأن، ومن هذه الأحاديث ما يلي:

- حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ دَوَادٍ السَّمْنَانِيُّ ، حَدَّثَنَا مَسْرُوقُ بْنُ الْمَرْزَبَانِ ، حَدَّثَنَا حَفْصُ بْنُ غِيَاثٍ ، عَنْ عَاصِمِ الْإِخْلَوِيِّ ، عَنْ أَبِي عَثْمَانَ ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((إِنْ أَعْجَزَ النَّاسُ مِنْ عَجَزِ الدُّعَاءِ ، وَإِنْ أَبْخَلَ النَّاسُ مِنْ بَخْلِ السَّلَامِ)) (صححه العلامة الألباني في السلسلة الصحيحة برقم (601).

- حدثنا محمد بن بشار بن عثمان العبدي حدثنا يحيى يعني ابن سعيد وابن أبي عدي عن سليمان وهو التيمي عن أنس بن مالك عن أبي هريرة عن النبي قال: ((قال الله عز وجل إذا تقرب عبدي مني شبرا تقربت منه ذراعا وإذا تقرب مني ذراعا تقربت منه باعا أو بوعا وإذا أتاني يمشي أتيته هرولة)) (مسلم، 2675).

- حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ مَنِيعٍ قَالَ: حَدَّثَنَا مَرْوَانُ بْنُ مُعَاوِيَةَ، عَنِ الْأَعْمَشِ، عَنْ ذُرِّ، عَنْ يُسَيْعٍ، عَنِ الثُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: ((الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ)) (الترمذي، 3372).

- حدثنا أبو كريب محمد بن العلاء حدثنا وكيع عن جعفر بن برقان عن يزيد بن الأصم عن أبي هريرة قال: قال رسول الله: ((إن الله يقول أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا دعاني)) (مسلم، 2675).

(6) فضائل الدعاء في السنة النبوية الشريفة:

وردت العديد من الاحاديث النبوية الشريفة حول فضائل الدعاء في السنة النبوية الشريفة، ومنها:

- عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: ((يتزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر يقول من يدعوني فأستجيب له من يسألني فأعطيه من يستغفرني فأغفر له)) (متفق عليه) (رواه البخاري، 10812).

- عن أبي مالك الأشجعي عن أبيه قال: ((كان الرجل إذا أسلم علمه النبي صلى الله عليه وسلم الصلاة ثم أمره أن يدعو بهؤلاء الكلمات اللهم اغفر لي وارحمني واهدني وعافني وارزقني)) (رواه مسلم، 2486).

- حَدَّثَنَا أَبِي، عَنْ طَلْحَةَ، عَنْ كُرَيْبٍ، عَنْ أُمِّ الدَّرْدَاءِ عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ((مَا مِنْ عَبْدٍ مُسْلِمٍ يَدْعُو لِأَخِيهِ بظَهْرِ الْغَيْبِ إِلَّا قَالَ الْمَلَكُ: وَلَكَ مِثْلَ ذَلِكَ)) (رواه مسلم، 63).

- حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ، حَدَّثَنَا أَبُو عَامِرٍ الْعَقَدِيُّ، حَدَّثَنَا زُهَيْرٌ وَهُوَ ابْنُ مُحَمَّدٍ ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ عَقِيلٍ ، أَنَّ مَعَاذَ بْنَ رِفَاعَةَ أَخْبَرَهُ، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ: قَالَ أَبُو بَكْرٍ الصِّدِّيقُ عَلَى الْمِنْبَرِ ثُمَّ بَكَى ، فَقَالَ: قَامَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَامَ الْأَوَّلِ عَلَى الْمِنْبَرِ، ثُمَّ بَكَى، فَقَالَ: " اسْأَلُوا اللَّهَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فَإِنَّ أَحَدًا لَمْ يُعْطَ بَعْدَ الْيَقِينِ خَيْرًا مِنَ الْعَافِيَةِ ". قَالَ: هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ مِنْ هَذَا الْوَجْهِ، عَنْ أَبِي بَكْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ (رواه الترمذي، 3510).

- عن شداد بن أوس رضي الله عنه: عن النبي صلى الله عليه وسلم ((سيد الاستغفار أن تقول اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت خلقتني وأنا عبدك وأنا على عهدك ووعدك ما استطعت أعوذ بك من شر ما صنعت أبوء لك بنعمتك علي وأبوء لك بذنبي فاغفر لي فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت. قال ومن قالها من النهار موقنا بما فمات من يومه قبل أن يمسي فهو من أهل الجنة ومن قالها من الليل وهو موقن بما فمات قبل أن يصبح فهو من أهل الجنة)) (رواه البخاري، 5947).

- حدثنا: عمر بن حفص ، حدثنا: أبي ، حدثنا: الأعمش سمعت أبا صالح ، عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: ((يقول الله تعالى :أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا ذكرني فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأٍ ذكرته في ملأٍ خير منهم وإن تقرب إلي بشبر تقربت إليه ذراعاً وإن تقرب إلي ذراعاً تقربت إليه باعاً ، وإن أتاني يمشي أتيته هرولة)) (البخاري، 6856) (ومسلم، 4850).

- عن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((يقول الله عز وجل أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه حين يذكرني إن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي وإن ذكرني في ملأٍ ذكرته في ملأٍ هم خير منهم وإن تقرب مني شبرا تقربت إليه ذراعاً وإن تقرب إلي ذراعاً تقربت منه باعاً وإن أتاني يمشي أتيته هرولة)) متفق عليه (تحفة الاحوذى، 5914).

(7) قصص تدل على فضل الدعاء:

أ - قصة أصحاب الغار حيث توسلوا بالدعاء فرفع الله عنهم الغمة وأزاح الصخرة وخرجوا يمشون: حدثني محمد بن إسحق المسيبي حدثني انس يعني ابن عياض ابا ضمرة عن موسى بن عقبة عن نافع عن عبد الله بن عمر عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال: ((بينما ثلاثة نفر يمشون أخذهم المطر فأووا إلى غار في جبل فانحطت على فم غارهم صخرة من الجبل فانطبقت عليهم فقال بعضهم لبعض انظروا أعمالا عملتموها صالحة لله فادعوا الله تعالى بما لعل الله يفرجها عنكم فقال أحدهم اللهم إنه كان لي والدان شيخان كبيران وامرأتي ولي صبية صغار أرعى عليهم فإذا أرحت عليهم حلبت فبدأت بوالدي فسقيتهما قبل بني وأنه نأى بي ذات يوم الشجر فلم آت حتى أمسيت فوجدتهما قد ناما فحلبت كما كنت أحلب فجننت بالحلاب فقامت عند رعوسهما أكره أن أوقظهما من نومهما وأكره أن أسقي الصبية قبلهما والصبية يتضاغون عند قدمي فلم يزل ذلك دأبي ودأبهم حتى طلع الفجر فإن كنت تعلم أي فعلت ذلك ابتغاء وجهك فافرج لنا منها فرجة نرى منها السماء ففرج الله منها فرجة فرأوا منها السماء وقال الآخر اللهم إنه كانت لي ابنة عم أحببتها كأشد ما يحب الرجال النساء وطلبت إليها نفسها فأبت حتى آتيتها بمائة دينار فتعبت حتى جمعت مائة دينار فجننتها بها فلما وقعت بين رجليها قالت يا عبد الله اتق الله ولا تفتح الخاتم إلا بحقه فقامت عنها فإن كنت تعلم أي فعلت ذلك ابتغاء وجهك فافرج لنا منها فرجة ففرج لهم وقال الآخر اللهم إني كنت استأجرت أجيرا بفرق أرز فلما قضى عمله قال أعطني حقي فعرضت عليه فرقه فرغب عنه فلم أزل أزرقه حتى جمعت منه بقرا ورعاءها فجاءني فقال اتق الله ولا تظلمي حقي قلت اذهب إلى تلك البقر ورعائها فخذها فقال اتق الله ولا تستهزئ بي فقلت إني لا أستهزئ بك خذ ذلك البقر ورعاءها فأخذه فذهب به فإن كنت تعلم أي فعلت ذلك ابتغاء وجهك فافرج لنا ما بقي ففرج الله ما بقي)) (مسلم، 2743).

ب - دعاء رسول الله صلى الله عليه وسلم في معركة بدر: لم يقل رسول الله صلى الله عليه وسلم في معركة بدر، أنا رسول الله، وأنا غالب ومنتصر، كلا! بل قام ليلته تلك رافعاً يديه، يدعو ربه ويناجيه، ويقول: " اللهم إن تملك هذه العصاة لا تعبد في الأرض، اللهم أنجز لي ما وعدتني، حتى سقط رداؤه من على كتفيه، فأخذه أبو بكر الصديق، وقال: يا رسول الله بأبي أنت وأمي، كفاك مناشدتك ربك، فإن الله منجز لك ما وعدك، وكان النبي صلى الله عليه وسلم، يدعو في وقت الكرب بهذا الدعاء: " لا إله إلا الله

الحليم العظيم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض رب العرش الكريم " (أخرجه البيهقي).

ج- قصة جريج الراهب: وهو رجل صالح من بني إسرائيل، قيل: إنه اشتغل بالتجارة، وأنه كان ينقص مرة ويزيد أخرى، أي: يربح ويخسر، فقال: ليس في هذه التجارة خير؛ لأتضمن تجارة هي خير من هذه، فبنى صومعة وترهب فيها، فجاء ذكر قصته على لسان رسولنا صلى الله عليه وسلم، لما فيها من العظة والعبرة، وهذه القصة رواها البخاري رحمه الله، ورواها الإمام مسلم رحمه الله تعالى، وكذلك رواها الإمام أحمد رحمه الله.

عن أبي هريرة- رضي الله عنه- قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " ما تكلم مولود من الناس في مهد إلا عيسى بن مريم صلى الله عليه [وسلم] وصاحب جريج "

قيل: يا نبي الله! وما صاحب جريج؟

قال: " فإن جريجاً كان رجلاً راهباً في صومعة له، وكان راعي بقر يأوي إلى أسفل صومعته، وكانت امرأة من أهل القرية تختلف إلى الراعي، فأتت أمه يوماً، فقالت: يا جريج! وهو يصلي، فقال في نفسه - وهو يصلي - أمي وصلاتي؟ فرأى أن يؤثر صلاته،

ثم صرخت به الثانية،

فقال في نفسه: أمي وصلاتي؟ فرأى أن يؤثر صلاته.

ثم صرخت به الثالثة

فقال: أمي وصلاتي. فرأى أن يؤثر صلاته.

فلما لم يجبهها قالت: لا أماتك الله يا جريج! حتى تنظر في وجه المومسات). وفي رواية مسلم: فَجَاءَتْ أُمُّهُ، قَالَ حَمِيدٌ: فَوَصَفَ لَنَا أَبُو رَافِعٍ صِفَةَ أَبِي هُرَيْرَةَ، لِصِفَةِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أُمُّهُ حِينَ دَعَتْهُ كَيْفَ جَعَلَتْ كَفَّهَا فَوْقَ حَاجِبِهَا، ثُمَّ رَفَعَتْ رَأْسَهَا إِلَيْهِ تَدْعُوهُ، فَقَالَتْ يَا جُرَيْجُ: أَنَا أُمُّكَ كَلَّمَنِي، فَصَادَفْتُهُ يُصَلِّي،

فَقَالَ: اللَّهُمَّ أُمَّي وَصَلَاتِي، فَاخْتَارَ صَلَاتَهُ، فَرَجَعَتْ،

ثُمَّ عَادَتْ فِي الثَّانِيَةِ، فَقَالَتْ يَا جُرَيْجُ: أَنَا أُمُّكَ فَكَلَّمَنِي،

قَالَ: اللَّهُمَّ أُمَّي وَصَلَاتِي، فَاخْتَارَ صَلَاتَهُ،

فَقَالَتْ: اللَّهُمَّ إِنَّ هَذَا جُرَيْجٌ وَهُوَ ابْنِي وَإِنِّي كَلَّمْتُهُ، فَأَبَى أَنْ يُكَلِّمَنِي اللَّهُمَّ فَلَا تُمِتَّهُ حَتَّى تُرِيَهُ الْمُؤْمِسَاتِ،

قَالَ: وَلَوْ دَعَتْ عَلَيْهِ أَنْ يُفْتَنَ لَفُتِنَ (، ثم انصرفت (وفي رواية مسلم: فَتَذَاكَرَ بَنُو إِسْرَائِيلَ جُرِيحًا وَعِبَادَتَهُ، وَكَانَتْ امْرَأَةٌ بَغِيٌّ يُتِمَّلُ بِحُسْنِهَا، فَقَالَتْ: إِنَّ شِعْتُمْ لَأَفْتِنَنَّكُمْ، قَالَ: فَتَعَرَّضْتُ لَهُ، فَلَمْ يَلْتَفِتْ إِلَيْهَا، فَأَتَتْ رَاعِيًا كَانَ يَأْوِي إِلَى صَوْمَعَتِهِ، فَأَمَكَّتَهُ مِنْ نَفْسِهَا فَوَقَعَ عَلَيْهَا فَحَمَلَتْ (، فَأَتَى الْمَلِكُ بِتِلْكَ الْمَرْأَةِ وَلَدَتْ (1) فقال: ممن؟ قالت: من جريح. قال: أصاحب الصومعة؟ قالت: نعم.

قال: اهدموا صومعته واتوبي به،

فضربوا صومعته بالفتوس، حتى وقعت. فجعلوا يده إلى عنقه بجبل؛ ثم انطلق به، فمر به على المومسات، فرآهن فتبسم، وهن ينظرن إليه في الناس.

فقال الملك: ما تزعم هذه؟

قال: ما تزعم؟

قال: تزعم أن ولدها منك.

قال: أنت تزعمين؟ قالت: نعم .

قال: أين هذا الصغير؟

قالوا: هذا في حجرها،

فأقبل عليه. (وفي رواية مسلم: فَقَالَ: دَعُونِي حَتَّى أَصَلِّيَ، فَصَلَّى فَلَمَّا انصَرَفَ أَتَى الصَّبِيَّ فَطَعَنَ فِي بَطْنِهِ)

فقال: من أبوك؟

قال: راعي البقر .

قال الملك: أنجعل صومعتك من ذهب؟

قال: لا .

قال: من فضة؟

قال: لا .

قال: فما نجعلها؟

قال: ردوها كما كانت.

قال: فما الذي تبسمت؟

قال: أمراً عرفته، أدركتني دعوة أمي، ثم أخبرهم)). (رواه البخاري في "الصحيح" وفي "الأدب المفرد"، ومسلم في "الصحيح" (كتاب البر والصلة والآداب).

د- قصة أويس القرني: هو أويس بن عامر بن جزء بن مالك... المرادي ثم القرني الزاهد المشهور. أدرك رسول الله صلى الله عليه وسلم، ولم يره وسكن الكوفة، وهو من كبار تابعيها، عاش أويس بن عامر في اليمن، وانتقل إلى الكوفة، وكان مع سيدنا علي بن أبي طالب في صفين وبها لقي الله شهيداً. وروى أويس بن عامر عن عمر وعلي، وتعلم على يد كثير من الصحابة ونهل من علمهم حتى صار من أئمة التابعين زهداً وورعاً، ولقد تعلم منه خلق كثير، تعلموا منه براه بأمه، وتواضعه لربه رغم ما ورد في فضله من أحاديث، ولأويس القرني مكانة عظيمة يعرفها الصحابة رضوان الله عليهم لما سمعوه من النبي صلى الله عليه وسلم، ولقد أفرد الامام مسلم في صحيحه باباً من فضائل أويس القرني صلى الله عليه وسلم، وروى مسلم بسنده عن أسير بن جابر قال: كان عمر بن الخطاب إذا أتى عليه أمداد أهل اليمن سألهم أفيكم أويس بن عامر حتى أتى علي أويس فقال: أنت أويس بن عامر؟ قال: نعم قال: من مراد ثم من قرن؟ قال: نعم قال: فكان بك برص فبرأت منه إلا موضع درهم؟ قال: نعم قال: لك والدة؟ قال: نعم قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: يأتي عليكم أويس بن عامر مع أمداد أهل اليمن من مراد ثم من قرن كان به برص فبرأ منه إلا موضع درهم له والدة هو بها بر لو أقسم على الله لأبره؛ فإن استطعت أن تستغفر لك فافعل؛ فاستغفر لي فاستغفر له، فقال له عمر: أين تريد؟ قال: الكوفة قال: ألا أكتب لك إلى عاملها؟ قال: أكون في غرباء الناس أحب إلي قال: فلما كان من العام المقبل حج رجل من أشرافهم فوافق عمر فسأله عن أويس قال: تركته رث البيت قليل المتاع قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: يأتي عليكم أويس بن عامر مع أمداد أهل اليمن من مراد ثم من قرن كان به برص فبرأ منه إلا موضع درهم له والدة هو بها بر لو أقسم على الله لأبره فإن استطعت أن تستغفر لك فافعل فأتى أويساً فقال: استغفر لي قال: أنت أحدث عهداً بسفر صالح فاستغفر لي قال: استغفر لي قال: أنت أحدث عهداً بسفر صالح فاستغفر لي قال: لقيت عمر قال: نعم فاستغفر له ففطن له الناس فانطلق على وجهه قال أسير وكسوته بردة فكان كلما رآه إنسان قال: من أين لأويس هذه البردة.

(8) آداب الدعاء:

تنقسم آداب الدعاء إلى قسمين:

القسم الأول: الآداب العدمية:

وتتمثل الآداب العدمية للدعاء في النقاط التالية:

أ- عدم الاعتداء في الدعاء: يجب عدم الاعتداء في الدعاء، والتي قد تتخذ صور عدة منها:

○ الشرك بالله في الدعاء: يعد الشرك بالله في الدعاء، فإن أعظم العدوان هو الشرك، فصرف

الدعاء الذي هو من أهم العبادات التي يتقرب بها إلى الله تعالى إلى التقرب به لعبد فقير لا

يملك لنفسه نفعا ولا ضرا فهذا الصنف من أعظم الاعتداء والعدوان والذي والهوان.

○ الابتداء في الدعاء.

○ سؤال الله مالا يجوز سؤاله:

وتوجد امثلة عديدة فة هذا الشأن، منها :

— سؤاله مالا يليق به مثل منازل الأنبياء

— التنطع في الدعاء فهذا عبد الله بن مغفل سمع ابنه يقول اللهم إني أسألك القصر الأبيض عن يمين الجنة إذا

دخلتها فقال: أي بني، سل الله الجنة وتعوذ بالله من النار فإني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم

يقول (سيكون أقوام في هذه الأمة يعتدون في الطهور والدعاء) رواه أحمد.

— أن يدعو الله بما يناقض حكمته أو يتضمن مناقضة شرعه وأمره مثل: الدعاء بالمحال كدعاء بدخول إبليس

وأبي جهل الجنة، والدعاء بما لا مطمع فيه كمن يدعو بالخلود في الدنيا أو رفع حاجة الطعام

والشراب، والدعاء أن لا يقيم الله الساعة.

— سوء الأدب في خطابه مع الله عز وجل ومناجاته مثل: رفع الصوت بالدعاء والنداء في الدعاء والصيحاح.

حدثنا أبو بكر ابن أبي شيبة حدثنا محمد بن فضيل وأبو معاوية عن عاصم عن أبي عثمان عن أبي موسى قال

كنا مع النبي في سفر فجعل الناس يجهرون بالتكبير، فقال النبي أيها الناس أربعوا على أنفسكم إنكم ليس

تدعون أصم ولا غائبا إنكم تدعون سميعا قريبا وهو معكم قال وأنا خلفه وأنا أقول لا حول ولا قوة الا

بالله، فقال: يا عبد الله بن قيس ألا أدلك على أكثر من كنوز الجنة فقلت: بلى يا رسول الله قال قل لا حول ولا قوة الا بالله (مسلم، 2704).

– الدعاء بتعجيل العقوبة في الدنيا فقد حدثنا أبو الخطاب زياد بن يحيى الحساني حدثنا محمد بن أبي عدي عن حميد عن ثابت عن أنس أن رسول الله عاد رجلا من المسلمين قد خفت فصار مثل الفرخ، فقال له رسول الله هل كنت تدعو بشيء أو تسأله إياه قال: نعم كنت أقول اللهم ما كنت معاقبي به في الآخرة فعجله لي في الدنيا، فقال رسول الله: سبحان الله لا تطيقه أو لا تستطيعه أفلا قلت: اللهم { آتنا في الدنيا حسنة وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار } قال: فدعا الله له فشفاه (مسلم، 2688).

– الدعاء على النفس بالموت، فقد حدثنا زهير بن حرب حدثنا إسماعيل يعني ابن علي عن عبد العزيز عن أنس قال: قال رسول الله: لا يتمنين أحدكم الموت لضر نزل به فإن كان لا بد متمنيا فليقل اللهم أحيني ما كانت الحياة خيرا لي وتوفي إذا كانت الوفاة خيرا لي (مسلم، 2680)..

– سؤال الله المعونة على الحرام: فالله لا يحب الحرام ولا الفحشاء فكيف يطلب معاونته على ذلك؟ قال صلى الله عليه وسلم (لا يزال يستجاب للعبد ما لم يدع بإثم أو قطيعة رحم ما لم يستعجل..).

– ومنها الدعاء على المؤمنين فيما لا يحل ومنها الدعاء على النفس والمال قال صلى الله عليه وسلم (لا تدعوا على أنفسكم ولا على أولادكم ولا تدعوا على أموالكم لا توافقون من الله ساعة يسأل فيها عطاء فيستجيب لكم) رواه مسلم.

ب- عدم التلبس بالحرام: من أهم آداب الدعاء أن يكون الداعي محتثا للتلبس بالحرام أكلا وشربا ولبسا وتغذية فلماذا ينبغي له أن يتحرى ويجتهد إذا أراد أن يكون مجاب الدعوة فللحلال سر عجيب في قبول الأعمال عند الله تعالى والحرام له منع وسد وشؤم على متناوله فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم (يا أيها الناس إن الله طيب لا يقبل إلا طيبا وإن الله أمر المؤمنين بما أمر به المرسلين فقال تعالى: { يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا } إِنَِّّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ (51) {المؤمنون، 51} وقال تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ } (البقرة، 172) ثم ذكر الرجل يطيل السفر أشعث أغبر يمد يديه إلى السماء يارب يارب ومطعمه حرام ومشربه حرام وملبسه حرام وغذي بالحرام فأنى يستجاب لذلك) وقال في الحديث (وأطب مطعمك تكن مستجاب الدعوة).

ج-عدم الاستعجال: يجب الا يستعجل الداعي في دعوته فيستحسر ويسأم ويترك الدعاء واللاتق بالعبد أن يلزم الطلب ولا ييأس ولا يستعجل فإن العبد لا يعرف المصلحة هل هي في وقوع المطلوب أو في غيرها أو تأجيله في الآخرة وادخار الأجر له في الآخرة ومع هذا فالدعاء عبادة عظيمة، قال صلى الله عليه وسلم (يستجاب لأحدكم ما لم يعجل يقول دعوت فلم يستجب لي) وفي لفظ لمسلم (لا يزال يستجاب للعبد ما لم يدع باثم أو قطيعة رحم ما لم يستعجل قيل يارسول الله مال الاستعجال ؟ قال يقول: قد دعوت وقد دعوت فلم يستجب لي فيستحسر عند ذلك ويدع الدعاء) .

د-عدم التعليق: يجب على العبد أن يعزم في الدعاء ويجد ويجتهد ويلح في الطلب من غير ضعف ولا تردد. قال صلى الله عليه وسلم (لا يقولن أحدكم: اللهم اغفر لي إن شئت اللهم ارحمني إن شئت، ليعزم المسألة فإنه لا مستكره له). وقال ابن عيينة (لا يمنعن أحدا من الدعاء ما يعلم في نفسه من التقصير فإن الله قد أجاب دعاء شر خلقه وهو إبليس حين قال (رب أنظرنى إلى يوم يبعثون) الحكمة والسر في النهي عن التعليق هو أن عدم العزم في السؤال لا يليق بالبائس الفقير ذي الحاجة الشديدة وإنما يليق بمن يمكنه الاستغناء له، ولا أحد يستغني عن فضل الله وجوده وكرمه وأما المضطر فإنه يجزم ويسأل سؤال الفقير المضطر إلى ما سأله) والداعي إلا لم يكن جازما لم يكن رجاؤه صادقا قويا لأن الباعث على الدعاء هو الرجاء.

هـ- عدم الغفلة والتكاسل: يجب على الفرد عدم الغفلة والتكاسل، فالدعاء دواء نافع مزيل للداء ولكن غفلة القلب تبطله قال صلى الله عليه وسلم (ادعوا الله وأنتم موقنون بالإجابة واعلموا أن الله لا يستجيب دعاء من قلب غافل لاه) .

القسم الثاني: آداب الدعاء الثبوتية:

وتتمثل الآداب الثبوتية للدعاء في النقاط التالية:

الإخلاص في الدعاء: أهم هذه الآداب وأوكدتها لأن عدم إخلاص الدعاء لله تارة يكون شركا صريحا مخرجا عن الملة وقد يكون شركا أصغر فيكون الدعاء محبطا لا يمكن قبوله واستجابته. وقد أمر الله بالإخلاص في الدعاء فقال (فادعوه مخلصين له الدين ولو كره الكافرون) (هو الحي لا إله إلا هو فادعوه مخلصين له الدين) . وقال ابن مسعود (إن الله لا يقبل من مسمع ولا مرائي ولا لاعب ولا داع إلا داعيا

دعاء ثبتا من قلبه) ولذا قيل (إجابة الدعاء تكون عن صحة الاعتقاد وعن كمال الطاعة لأنه عقب آية الدعاء بقوله (فليستجيبوا لي وليؤمنوا بي).

الدعاء في الرخاء والإكثار منه في وقت اليسر والسعة: العبد الصالح يلزم الدعاء في حالتي الرخاء

والشدة وأما غير الصالح فإنه لا يلتجئ إلى الله تعالى إلا في وقت الشدة ثم ينساه، كما جاء في قوله تعالى: { وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبِهِ أَوْ قَاعِدًا أَوْ قَائِمًا فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهُ مَرَّ كَأَن لَّمْ يَدْعُنَا إِلَى ضُرِّ مَسَّهُ كَذَلِكَ زِينٌ لِلْمُسْرِفِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (12) } (يونس، 12) { وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَىٰ بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ فَذُو دُعَاءٍ عَرِيضٍ } (فصلت، 51). وفي حديث ابن عباس (تعرف على الله في الرخاء يعرفك في الشدة) وعن أبي هريرة مرفوعا (من سره أن يستجيب الله له عند الشدائد والكرب فليكثر الدعاء في الرخاء) رواه الترمذي.

خفض الصوت بالدعاء: يجب على الفرد خفض الصوت بالدعاء عند الدعاء، لما روى أبو موسى

أنهم كانوا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سفر فجعل الناس يجهرون بالتكبير فقال النبي صلى الله عليه وسلم (أيها الناس اربعوا على أنفسكم إنكم لا تدعون أصم ولا غائباً إنكم تدعون سميعاً قريباً وهو معكم).

تحري الأوقات الفاضلة: يجب على الفرد تحري الأوقات الفاضلة للدعاء، فهي أرجى من غيرها:

- الأسحار لقوله تعالى في سورة الذاريات: {وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَعْفِرُونَ} (الذاريات: 18).
- يوم الجمعة (فيه ساعة لا يوافقها بعد مسلم وهو يصلي يسأل الله شيئا إلا أعطاه إياه).
- شهر رمضان وخصوصا العشر الأواخر.
- يوم عرفة يوم عظيم يستجاب فيه الدعاء. (أفضل الدعاء دعاء يوم عرفة)
- ما بين الأذان والإقامة.

تحري الأماكن الفاضلة: يجب على الفرد تحري الأماكن الفاضلة كالمساجد والمشاعر لمقدسة كعرفة

والمشعر الحرام والجمرتين وحوف الكعبة والصفاء والمروة لأن هذه المواضع قد شرفها الله وتعبدنا بتعظيمها.

أن يتحرى الأحوال الفاضلة: الأماكن الفاضلة أن يتحرى الأحوال الفاضلة، فشرف الأوقات

والمساجد والأماكن راجع إلى شرف الأحوال فوق السحر وقت حصول الصفاء والإخلاص والفراغ من المشوشات

ووقت رقة القلب والخشوع. وعرفة والجمعة وقت اجتماع الهم وتعاون القلوب على ذكر الله تعالى وعبادته من الأحوال حال الاضطرار (أمن يجيب المضطر إذا دعاه....) ومنها حال السجود (أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد فأكثروا فيه من الدعاء).

التوبة والرجوع إلى الله تعالى: يجب على الفرد التوبة والرجوع إلى الله تعالى، لان المعاصي من الأسباب الرئيسية في منع قبول الدعاء. قال نوح(فقلت استغفروا ربكم إنه كان غفارا يرسل السماء عليكم مدرارا. ..).

التضرع والخشوع والتذلل والرغبة والرغبة: قال تعالى: { ادعوا ربكم تضرعا وخفية إنه لا يحب المعتدين } (الاعراف،55). وقد وصف الله زكريا بالرغبة في قوله تعالى: { فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَوَهَبْنَا لَهُ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۗ وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ } (90) (الانبياء،90) وهذا التضرع حقيقة الدعاء .

الإلحاح والتكرار وعدم الضجر والملل: ويحصل الإلحاح بتكرار الدعاء مرتين وثلاثا ولكن الاقتصار على الثلاث مرات أفضل اتباعا. فقد روى ابن مسعود أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يعجبه أن يدعو ثلاثا ويستغفر ثلاثا) فكل ما أكثر العبد من الدعاء وطوله وأعادته وأبداه ونوع جملة كان ذلك أبلغ لعبوديته وإظهار فقره وتذلل له من ربه وأعظم ثواباً هذا بخلاف المخلوق.

(9) إجابة الدعاء:

الاستجابة نوعان:

النوع الاول: استجابة دعاء الطالب بإعطائه سؤاله.

النوع الثاني: استجابة دعاء المثني بالثواب، وزيادة الإيمان والتوحيد عند من يدعو بالدعاء يزيد في الإيمان والتوحيد والمعرفة وحياة القلب ويقوي الفطرة.

(10) بعض الأدعية الماثورة من القرآن الكريم :

- توجد العديد من الأدعية الماثورة في القرآن الكريم والتي يستحب الدعاء بها، منها:
- قوله تعالى: { رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِمَنْ دَخَلَ بَيْتِي مُؤْمِنًا وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ } (نوح، 28).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ } { وَثُبَّ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ } (البقرة 127، 128).
 - قوله تعالى: { رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ } (إبراهيم، 40).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ } (إبراهيم، 41).
 - قوله تعالى: { رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ } (الصفوات، 100).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا عَلَيْنِكَ مَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ } (المتحنة، 4).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِلَّذِينَ كَفَرُوا وَآغْفِرْ لَنَا رَبَّنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ } (المتحنة، 5).
 - قوله تعالى: { رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ } (النمل، 19).
 - قوله تعالى: { رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ } (آل عمران، 38).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ } (الأعراف، 23).
 - قوله تعالى: { رَبِّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أَسْأَلَكَ مَا لَيْسَ لِي بِهِ عِلْمٌ وَإِلَّا تَغْفِرْ لِي وَتَرْحَمْنِي أَكُنْ مِنَ الْخَاسِرِينَ } (هود، 47).
 - قوله تعالى: { رَبِّ اجْعَلْ هَذَا الْبَلَدَ آمِنًا وَاجْنُبْنِي وَبَنِيَّ أَنْ نَعْبُدَ الْأَصْنَامَ } (إبراهيم 35).
 - قوله تعالى: { رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ } (القصص، 24).
 - قوله تعالى: { رَبِّ انصُرْنِي عَلَى الْقَوْمِ الْمُفْسِدِينَ } (العنكبوت، 30).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ } (الأعراف 47).
 - قوله تعالى: { حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ } (التوبة، 129).
 - قوله تعالى: { عَسَى رَبِّي أَنْ يَهْدِيَنِي سَوَاءَ السَّبِيلِ } (القصص، 22).
 - قوله تعالى: { رَبِّ نَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ } (القصص، 21).
 - قوله تعالى: { رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا } (الكهف، 10).

- قوله تعالى: { رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا } (طه، 114).
- قوله تعالى: { رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ، وَأَعُوذُ بِكَ رَبَّ أَنْ يَحْضُرُونِ } (المؤمنون، 98-97).
- قوله تعالى: { رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ } (المؤمنون، 118).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ } (البقرة، 201).
- قوله تعالى: { سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ } (البقرة، 285).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ } (البقرة، 286).
- قوله تعالى: { رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ، وَاجْعَلْ لِي لِسَانَ صِدْقٍ فِي الْآخِرِينَ، وَاجْعَلْنِي مِنْ وَرَثَةِ جَنَّةِ النَّعِيمِ، وَاعْفِرْ لِأَبِي إِنَّهُ كَانَ مِنَ الضَّالِّينَ، وَلَا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ } (الشعراء، 83-87).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا } (الفرقان، 74).
- قوله تعالى: { رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ } (الأحقاف، 15).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ } (الحشر، 10).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا آتِنَا نُورًا وَاعْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ } (التحریم، 8).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا إِنَّا أَمْنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ } (آل عمران، 16).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا آمْنَا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ } (المائدة، 83).
- قوله تعالى: { رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ } (الأنبياء، 89).
- قوله تعالى: { لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ } (الأنبياء، 87).
- قوله تعالى: { رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي، وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي، واحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِي، يَفْقَهُوا قَوْلِي } (طه، 25-28).
- قوله تعالى: { رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي } (القصص، 16).

- قوله تعالى: { رَبَّنَا آمَنَّا بِمَا أُنزِلَتْ وَاتَّبَعْنَا الرَّسُولَ فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ } (آل عمران، 53).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِّلْقَوْمِ الظَّالِمِينَ، وَنَجِّنَا بِرَحْمَتِكَ مِنَ الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ } (يونس، 85-86).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ } (آل عمران، 147).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ } (آل عمران، 8).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ، رَبَّنَا إِنَّكَ مَنْ تُدْخِلِ النَّارَ فَقَدْ أَخْزَيْتَهُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ، رَبَّنَا إِنَّنا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ، رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ } (آل عمران، 191-194).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ } (المؤمنون 109).
- قوله تعالى: { رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ غَرَامًا، إِنَّهَا سَاءَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا } (الفرقان، 65-66).

(11) بعض الأدعية المأثورة من السنة النبوية الشريفة:

توجد العديد من الأدعية المأثورة في السنة النبوية الشريفة والتي يستحب الدعاء بها، منها:

- اللهم اجعل في قلبي نورا وفي بصري نورا وفي سمعي نورا وعن يميني نورا وعن يساري نورا ومن فوقي نورا ومن تحتي نورا ومن أمامي نورا ومن خلفي نورا وأعظم لي نورا وزاد "عصبي ولحمي ودمي وشعري وبشري".
- اللهم احفظني بالإسلام قاعدا واحفظني بالإسلام قائما واحفظني بالإسلام راقدا ولا تطع في عدوا حاسدا وأعوذ بك من شر ما أنت آخذ بناصيته وأسألك من الخير الذي هو بيدك كله.
- اللهم إني أسألك الهدى، والتقى، والعفاف، والغنى.
- اللهم اهديني وسددني، اللهم إني أسألك الهدى والسداد.
- اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك، وتحول عافيتك، وفجاءة نقمتك، وجميع سخطك.

- رب أعني ولا تعن علي، وانصري ولا تنصر علي، وامكر لي ولا تمكر علي، واهدني ويسر الهدى إلي، وانصري علي من بغى علي، رب اجعلني لك شكاراً، لك ذكراً، لك رهاباً، لك مطواعاً، إليك محبتاً أوهاً منيباً، رب تقبل توبتي، واغسل حوبتي، وأجب دعوتي، وثبت حجتي، واهد قلبي، وسدد لساني، واسلل سخيمة قلبي

- اللهم إني أسألك علماً نافعاً، ورزقاً طيباً، وعملاً متقبلاً

- اللهم ارزقني حبك، وحب من ينفعني حبه عندك، اللهم ما رزقتني مما أحب فاجعله قوة لي فيما تحب، اللهم ما زويت عني مما أحب فاجعله فراغاً لي فيما تحب.

- اللهم إني أسألك فعل الخيرات وترك المنكرات وحب المساكين وإذا أدت أردت في الناس فتنة فاقبضني إليك غير مفتون.

- عن أبي بكر الصديق رضي الله عنه: أنه قال لرسول الله صلى الله عليه وسلم علمني الدعاء أدعو به في صلاتي، قال: (قل اللهم إني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً ولا يغفر الذنوب إلا أنت فاغفر لي مغفرة من عندك وارحمني إنك أنور الغفور الرحيم).

- اللهم إني أسألك من الخير كله عاجله وآجله ما علمت منه وما لم أعلم. وأعوذ بك من الشر كله عاجله وآجله ما علمت منه وما لم أعلم. اللهم إني أسألك من خير ما سألك عبدك ونبيك. وأعوذ بك من شر ما عاذ به عبدك ونبيك. اللهم إن أسألك الجنة وما قرب إليها من قول أو عمل. وأعوذ بك من النار وما قرب إليها من قول أو عمل. وأسألك أن تجعل كل قضاء قضيته لي خيراً.

- يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث.

- يا ذا الجلال والإكرام.

- اللهم اجعل أوسع رزقك عليّ عند كبر سنّي وانقطاع أمري.

أسألك لذة النظر إلى وجهك و الشوق إلى لقائك في غير ضراء مضرة ولا فتنة مضلة اللهم زينا بزينة الإيمان و اجعلنا هداة مهتدين.

- اللهم إني أعوذ بك من فتنة النار وعذاب النار، وفتنة القبر، وعذاب القبر، وشر فتنة الغنى، وشر فتنة الفقر، اللهم إني أعوذ بك من شر فتنة المسيح الدجال، اللهم اغسل قلبي بماء الثلج والبرد، ونق قلبي من

الخطايا كما نقيت الثوب الأبيض من الدنس، وبعاد بيني وبين خطاياي كما باعدت بين المشرق والمغرب.
اللهم إني أعوذ بك من الكسل والمأثم والمغرم.

- اللهم إني أعوذ بك من جهد البلاء، ودرك الشقاء، وسوء القضاء، وشماتة الأعداء.
-اللهم اغفر لي خطيئتي وجهلي وإسرافي في أمري وما أنت أعلم به مني. اللهم اغفر لي هزلي وجدي
وخطاياي وعمدي وكل ذلك عندي.

- اللهم حبب إلينا لقاءك وسهل علينا قضاءك وأقلل لنا من الدنيا.

- اللهم اقسم لنا من خشيتك ما يحول بيننا وبين معاصيك ومن طاعتك ما تبلغنا به جنتك ومن اليقين ما
تهون به علينا مصيبات الدنيا ومتعنا بأسماعنا وأبصارنا وقوتنا ما أحييتنا واجعله الوارث منا واجعل ثأرنا
على من ظلمنا وانصرنا على من عادانا ولا تجعل مصيبتنا في ديننا ولا تجعل الدنيا أكبر همنا ولا مبلغ علمنا
ولا تسلط علينا من لا يرحمنا.

- اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل والجبن والبخل والهرم والقسوة والغفلة والعيلة والذلة والمسكنة
وأعوذ بك من الفقر والكفر والفسوق والشقاق والنفاق والسمعة والرياء وأعوذ بك من الصمم والبكم
والجنون والجذام والبرص وسيء الأسقام.

- اللهم آت نفسي تقواها و زكها أنت خير من زكاها أنت وليها و مولاها اللهم إني أعوذ بك من علم لا
ينفع و من قلب لا يخشع و من نفس لا تشبع و من دعوة لا يستجاب لها
- اللهم إني أعوذ بك من منكرات الأخلاق والأعمال والأهواء والأدواء.

- اللهم إني أعوذ بك من يوم السوء ومن ليلة السوء ومن ساعة السوء ومن صاحب السوء ومن جار
السوء في دار المقامة.

(12) مكانة الدعاء في حياة الإنسان:

توجد العديد من الأمثلة التي تدل على مكانة الدعاء في حياة الإنسان، وأن الله لا يعجزه شيء مهما كان صعبا ومستحيلا ليطمئن المؤمن ويبقى متصلا بالله تعالى، ويطلبه كل حاجة صغرت أم كبرت، ويعلم أنه في ساحة الغني كل شيء بيده سبحانه؛ فلا يغفل عنه طرفة عين.. ويرفع عن الناس فإنهم محتاجون إلى الله جميع، وفيما يلي بعض الأمثلة التي تدل على مكانة الدعاء في قضاء الحوائج منها:

- دخل أعرابي مسجد المدينة وأناخ راحلته بباب المسجد، وصلى ركعتين لا تسأل عن حسنهما، ثم خرج فلم يجد راحلته فرجع يديه إلى السماء وقال: اللهم إني أدت الأمانة التي أمنتني عليها فأين الأمانة التي وضعتها عندك! فما شعر الناس إلا والراحلة مقبلة مسرعة حتى وقفت عنده!

- أصيب شخص بمرض مزمن وجلس يعاني منه فترة من الزمن فدعا الله بقلب منكسر وهو موقن بالإجابة فذهب عنه المرض!

ثالثا: العلاقة بين الذكر والدعاء

إذا اريد بالدعاء دعاء عبادة فهو حينئذ ذكر فالذكر تدخل فيه العبادات كلها بالمعنى العام، أما إذا اريد بالدعاء دعاء مسألة فيكون اخص مطلقا من الذكر والذكر اعم مطلقا منه لان الدعاء لا ينفك من كونه ذكر أما الذكر فيتضمن الدعاء وغيره فيكون بينهما اذن تلازم وذلك ان دعاء المسألة ذكر وثناء وتضرع وافتقار كما ان في الذكر طلب جلب النفع ودفع الضرر ورجاء الثواب، والغالب اطلاق الذكر على معناه الخاص وهو ذكر اللسان واطلاق الدعاء على معناه الخاص وهو السؤال.

وتستعمل كلمة "الدعاء" للدلالة على معنيين اثنين:

- **الاول: دعاء المسألة:** وهو طلب ما ينفع، أو طلب دفع ما يضر، بأن يسأل الله تعالى ما ينفعه في الدنيا والآخرة، ودفع ما يضره في الدنيا والآخرة.

كالدعاء بالمغفرة والرحمة، والهداية والتوفيق، والفوز بالجنة، والنجاة من النار، وأن يؤتیه الله حسنة في الدنيا، وحسنة في الآخرة... إلخ. فقله تعالى: {قُلِ ادْعُوا اللَّهَ أَوْ ادْعُوا الرَّحْمَنَ} (سورة الإسراء، 110)؛ فهذا الدعاء: المشهور أنه دعاء المسألة.

– **الثاني: دعاء العبادة:** والمراد به أن يكون الإنسان عابداً لله تعالى، بأي نوع من أنواع العبادات، القلبية أو البدنية أو المالية، كالخوف من الله ومحبة رجائه والتوكل عليه، والصلاة والصيام والحج، وقراءة القرآن والتسبيح والذكر، والزكاة والصدقة والجهاد في سبيل الله، والدعوة إلى الله، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر. إلخ، فقوله: { إِنَّا كُنَّا مِنْ قَبْلُ نَدْعُوهُ إِنَّهُ هُوَ الْبَرُّ الرَّحِيمُ } (الطور، 28)، فهذا دعاء العبادة المتضمن للسؤال لرغبة ورهبةً

وقد يكون أحد نوعي الدعاء أظهر قصداً من النوع الآخر في بعض الآيات، وقال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله – في قول الله عز وجل: { ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ * وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ } (الأعراف، 55-56)، وهاتان الآيتان مشتملتان على آداب نوعي الدعاء: دعاء العبادة، ودعاء المسألة، فإن الدعاء في القرآن يراد به هذا تارةً وهذا تارةً، ويراد به مجموعهما؛ وهما متلازمان؛ فإن دعاء المسألة: هو طلب ما ينفع الداعي، وطلب كشف ما يضره ودفعه،... فهو يدعو للنفع والضرر دعاء المسألة، ويدعو خوفاً ورجاءً دعاء العبادة؛ فعلم أن النوعين متلازمان؛ فكل دعاء عبادة مستلزمٌ لدعاء المسألة، وكل دعاء مسألة متضمنٌ لدعاء العبادة.

رابعاً: اسباب نجاح فنية الدعاء والذكر من فنيات الارشاد النفسي الديني:

يمكن ذكر اسباب نجاح فنية الدعاء والذكر من فنيات الارشاد النفسي الديني، في النقاط التالية:

- يلعب كل من الدعاء والذكر دورهما النفسي في التنفيس وانتعاش الأمل لدى المريض أو المسترشد.
- إن وسيلة الشكوى والدعاء، لدى المريض أو المسترشد، تساعد على أن يتخلص مما يعانيه من شعوره بالذنب والإثم، وخاصة إن كان هناك من يشاركه مشاركة وجدانية، ويهتم به، يشرح له بعض ما يعني منه المتألم من غموض في مشكلته أو همه ونكبته، إذا أن تلك المشاركة، تشعره بأنه ليس لوحده الذي يعاني من شبه تلك المصيبة بل هناك مئات وآلاف من الناس مثله، فتلك هي سنة الله في خلقه لحكمة يعلمها هو وحده، وأن الأقدار لا تحابي أحداً، وقد تستدعي تلك المشاركة بالأدعية والرقى إلى أن يتنفس بالبكاء، والاستغفار، والطمأنينة بأنه سيتعافى ويرجع أكثر صحة ونشاطاً، ومن حكم الرسول البالغة، أنه يرشد الأصحاء وينصح بزيارة المرضى، ويأمرهم بالدعاء لهم عن ظهر الغيب، والتنفيس لهم في الأجل، وروى أن جبريل عليه السلام أتى النبي صلى الله عليه وسلم: فقال: يا محمد، اشتكيت؟ فقال نعم، فرقاه، قائلًا ((

باسم الله أرقيك، من كل شيء يؤذيك، ومن شر كل نفس أو عين حاسد الله يشفيك، باسم الله أرقيك ((
رواه المسلم، (رياض الصالحين، ص 283).

- تدخل الأدعية والذكر والرقى، في النفس الطمأنينة وراحة البال لدى المريض أو المسترشد، فينشط في التمسك بالأمل، والرغبة في الشفاء، والتفكير في المستقبل، وينتعش خياله، ويقوى رجاؤه، لأنه قد ألقى ثقل مرضه أو مصيبته إلى من يتكفل بها بقوة، وقدرة شفائية وهو الله.

- يدخل كل من الدعاء والذكر الامن والاطمئنان إلى قلوب الناس، لقوله تعالى: {الذين آمنوا تطمئن قلوبهم بذكر الله إلا بذكر الله تطمئن القلوب، الذين آمنوا وعملوا الصالحات طوبى لهم وحسن مئاب} (سورة الرعد، 28-29).

- ان آثار الذكر والدعاء على الفرد والمجتمع لا تحفى وكثيرة لا تحصى، ومنها:

☒ الحماية من الهلاك والحصانة من المكروه والحصول على المرغوب.

☒ الحفظ والعناية والمعية الخاصة للذاكرين والداعين.

☒ الحصول على البركات والخيرات.

☒ حصول الأمن والاستقرار.

☒ تحقق النصر والظفر على الأعداء، فالذكر والدعاء ثبات للقلب وقوة للبدن.

☒ رفعة الدرجات في الآخرة.

☒ الطمأنينة وراحة البال لاستشعار الذاكر والداعي أن الله معه، ومن كان الله معه، فلا غالب له.

-الدعاء عبادة سهلة ميسورة مطلقة غير مقيدة أصلاً بزمان و لا مكان ولا حال فيمكن ادائها في الليل والنهار وفي البر والبحر والجو، والسفر والحضر، وحال الغنى والفقر، والمرض والصحة، والسر والعلانية، وكم من بلاء ردّ بسبب الدعاء وكم من مصيبة كشفها الله بالدعاء و كم من ذنب و معصية غفرها الله

بالدعاء , وكم من رحمة ونعمة استجلبت بسبب الدعاء و كم من عز ونصر تمكين ورفع درجات في الدنيا والآخرة حصل بالدعاء.

- إكثار الدعاء لله تعالى والتوجه إليه في كل وقت يزيد الإيمان ويقويه وينمي الفطرة ويصقلها ويجعلها مما شأها ويجعل القلب متعلقا بالله محبا راغبا راهبا ويفتح له هذا بابا عظيما من لذيذ المناجاة وحلاوة الإيمان وبشاشته وبرد اليقين ولذيذ المناجاة وطمأنينة النفس مما هو أحب إليه من تلك الحاجة التي يقصده أولا ولكنه لم يكن يعرف ذلك أولا حتى يطلبه ويشتاق إليه.

- يجتمع في الذكر والدعاء أنواع من العبادات مالا يجتمع في غيره:

- توجه القلب إلى المدعو وقصده بكليته.
- رجاء إجابته للدعاء والرغبة إليه رغبة صادقة مع قطع الرجاء والأمل عن غيره.
- الخوف من عدم إجابته والرغبة والخشية منه
- التوكل والاعتماد عليه في قضاء الحاجات.
- تعظيم المدعو بأنواع التعظيم من التضرع والتذلل والخضوع والتملق والانطراح بين يديه.
- ذكر المدعو باللسان واللهج باسمه في السر والعلن وندائه والاستغاثة به والتهافت باسمه.
- محبة المدعو فإن النفس مولعة بمحبة من يحسن إليها.
- التواضع وإظهار الفقر والحاجة والانكسار بين يدي الله تعالى والتذلل له والتبري من الحول والقوة إلا به .

- البكاء ورفع اليدين إلى السماء.
- الإخلاص يقوى في الدعاء بالذات.

الفصل الثامن: الصبر:

تمهيد:

ينبغي أن يعلم المؤمن خصائص الدنيا وخصائص الآخرة، فالآخرة دار جزاء، والآخرة دار نعيم مقيم لمن نجح في الابتلاء، والآخرة دار شقاء أليم لمن لم ينجح في الابتلاء، بينما الدنيا دار عمل والآخرة دار تكريم، الدنيا دار تكليف والآخرة دار تشريف، فهناك خصائص كبيرة وصارخة للدنيا والآخرة، نحن في الدنيا، الدنيا دار ابتلاء، الدنيا دار امتحان، فالإنسان في الدنيا هو في امتحان في كل شيء أعطاه الله إياه (المال، الصحة، القوة... الخ).

وينبغي ان يسأل المؤمن الله العافية عند البلاء والحن، لأن حياة المؤمن حياة ابتلاء، وعلينا ان نفتدى بالرسول صلى الله عليه وسلم في ذلك، فعندما مشى النبي عليه الصلاة والسلام على قدميه من مكة إلى الطائف مسافة تقدر بثمانين كيلو متراً، لعلهم يؤمنون به، فإذا هم يكذبونه ويسخرون منه، وأغروا صبيانهم فضربوه، وسال الدم من قدمه الشريف، دعا دعاء يحتاجه كل مسلم، قال: يا رب أشكو إليك ضعف قوتي، وقلة حيلتي، وهواني على الناس، يا رب المستضعفين إلى من تكلني؟ إلى عدو ملكته أمري؟ إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتي حتى ترضى، أما الأدب المذهل، لكن عافيتك أوسع لي، لذلك سلوا الله العافية، سلوا الله الكفاية، سلوا الله الصحة، إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتي حتى ترضى، لكن عافيتك أوسع لي، لأننا في دار ابتلاء ولأن من خصائص الابتلاء النقص في المال، في البنين أحياناً، النقص في الصحة.

ويجب ان يعلم الانسان ان الصبر يساعده على مواجهة البلاء والصاعب، ولكن يجب الا يتوقف دور الانسان عند الصبر فقط بل عليه ان يبحث في اسباب البلاء وطرق علاجه، فالطالب الذي يفشل في دراسته عليه بالصبر وتقبل الفشل، فهذا من شأنه ان يساعده على التفكير في اسبابه لتفادي عدم تكراره، اى ان الصبر يتطلب من الفرد في بعض المواقف جانبيين الاول الرضا بوقوع البلاء، والثاني هو التحرك نحو الاسباب المؤدية اليه، فالطالب الذى فشل في دراسته عليه ان يقبل ويعترف بوقوع الفشل ويرضى بذلك هذا من جانب ومن جانب ثان عليه ان يستذكر دورسه مستعينا بالله في ذلك، فعملية المذاكرة تحتاج الى صبر ومصابرة لتحصيل العلم، فاذا ما نال النجاح، فليعلم انه قد تحصل على اجر الصبر في الدنيا، وان هناك اجر اكبر في الآخرة، والله اعلم.

أولاً: مراتب الناس حال المصيبة:

يقسم الناس حال المصيبة الى مراتب اربع، وهى:

المرتبة الأولى: التسخط:

يكون التسخط بثلاث طرق وهى:

– **الطريقة الاولى:** التسخط بالقلب، كأن يتسخط على ربه يفتاظ مما قدره الله عليه، فهذا حرام وقد يؤدي إلى الكفر، قال تعالى: { وَمِنَ النَّاسِ مَن يَعْبُدُ اللَّهَ عَلَىٰ حَرْفٍ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فِتْنَةٌ انْقَلَبَ عَلَىٰ وَجْهِهِ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ ذَٰلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ } (الحج: 11).

– **الطريقة الثانية:** أن يكون التسخط باللسان، كالدعاء بالويل والثبور وما أشبه ذلك، وهذا حرام.

– **الطريقة الثالثة:** أن يكون التسخط بالجوارح، كلطم الحدود وشق الجيوب ونتف الشعور وما أشبه ذلك، وكل هذا حرام مناف للصبر الواجب. وتصاب الاسر المؤمنة بمصيبة الموت ومصائب اخرى، فنجد البعض يقلُّ إيمانه فيعتلي جزعه ويسخط، فيقع بامور حرّمها الشرع الحنيف، ومنها: النياحة، والدعوى بدعاء الجاهلية، وشق الجيوب، وضرب الحدود، ورفع الصوت عند المصيبة، والويل والدعاء به، والنعي المحرم.

روى الامام مسلم عن ابي مالك الاشعري رضي الله عنه أن النبيّ -صلى الله عليه وسلم- قال: ((أربعٌ في أمتي من أمر الجاهليّة لا يتركونهنّ: الفخرُ في الأَحْسَابِ وَالطَّعْنُ فِي الأَنْسَابِ وَالإِسْتِسْقَاءُ بِالنَّجُومِ وَالنِّيَاحَةُ)). وَقَالَ: ((النَّيِّحَةُ إِذَا لَمْ تُتَّبَقْ قَبْلَ مَوْتِهَا تُقَامُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَعَلَيْهَا سِرْبَالٌ مِنْ قَطْرَانٍ وَدِرْعٌ مِنْ حَرْبٍ)).

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله -صلى الله عليه وسلم-: ((أثنتان في الناس هما بهنّ كفر الطعن في النسب والنياحة على الميت))، فالنياحة على الميت من امور الجاهلية، وكذا الإسعاد: وهو المعونة على النياحة والاجتماع لاجلها، وكانوا ايضا الجاهليون، يرسلون بخبر الميت على ابواب الاحياء والاسواق، او يركب المخبر على دابة ويصيح في الناس، وهذا ما يدعى بالنعي وهو النوع المحرم خصوصا اذا كانت الدعوة بنياحة النائح. وقد حرّم النبي صلى الله عليه وسلم كل هذه الافعال، فعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «ليس منا من ضرب الحدود وشق الجيوب ودعا بدعوى الجاهلية» متفق عليه.

ولما وجع أبو موسى وجعا غشي عليه، ورأسه في حجر امرأة من أهله، فلم يستطع أن يرد عليها شيئاً فلما أفاق قال: أنا بريء ممن برىء منه رسول الله صلى الله عليه وسلم، إن رسول الله صلى الله عليه وسلم بريء من الصالقة والحالقة والشاقة. متفق عليه. و(الصالقة) هي التي ترفع صوتها عند المصيبة من الصلوق وهو الصياح والولولة و(الحالقة) التي تحلق شعرها عند المصيبة ويمكن أن يقاس عليها بالمقابل وهو من يمتنع عن حلق شعره المعتاد عند المصيبة (الشاقة) التي تشق ثيابها عند المصيبة، من كل أولئك بري نبي الاسلام عليه الصلاة والسلام.

المرتبة الثانية: الصبر: يرى اصحاب هذه المرتبة أن البلاء ثقيل عليه، لكنه يحتمله، وهو يكره وقوعه، ولكن الصبر يحميه من السخط، فليس وقوعه وعدمه سواء عنده، وهذا واجب؛ لأن الله تعالى أمر بالصبر فقال: { وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ } (الأنفال:46)

المرتبة الثالثة: الرضا: يرضى اصحاب هذه المرتبة بالمصيبة، بحيث يكون وجودها وعدمها سواء، فلا يشق عليه وجودها ولا يتحمل لها حملاً ثقيلًا، وهذه مستحبة وليست بواجبة على القول الراجح، والفرق بينها وبين المرتبة التي قبلها ظاهر؛ لأن المصيبة وعدمها سواء في الرضا عند هذا، أما التي قبلها فالمصيبة صعبة عليه، لكن صبر عليها.

المرتبة الرابعة: الشكر: وهو أعلى المراتب، وذلك بأن يشكر الله على ما أصابه من مصيبة، حيث عرف أن هذه المصيبة سبب لتكفير سيئاته، وربما لزيادة حسناته، قال: ((ما من مصيبة تصيب المسلم إلا كفر الله بها عنه، حتى الشوكة يُشاكها)).

ثانيا: مفهوم الصبر:

الصبر هو منع النفس وحبسها عن الجزع، واللسان عن التشكي، والجوارح عن التشويش، وهو يمنع صاحبه من فعل ما لا يحسن ولا يجمل، وهو قوة من قوى النفس التي بها صلاح شأنها وقوام أمرها.

ثالثا: فضل الصبر وجزاء الصابرين في القرآن الكريم:

ان الصبر على الخن والبلاء له أجر عظيم عند الله عز وجل فيجب على المسلم أن يتسلح بالصبر كي ينعم بحياة هادئة ويقتضى بسنة حبيينا المصطفى عليه أفضل الصلاة وأتم التسليم الذي ضرب لنا خير مثلا على صبره على الرغم مما تعرض له من أذى من قومه ومن تكذيب الكافرين له إلا أنه كان صابرا واثقا في قدرة الله ومن فضائل الصبر التي وردت في القرآن الكريم:

- **نعمة الصبر لا تعدلها نعمة على الإطلاق:** تعد نعمة الصبر لا تعدلها نعمة على الإطلاق، لذا قال تعالى في كتابه الحكيم: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ } (سورة البقرة، 153)، فالانسان حينما يتصل بالله يسعد، وعندئذ بعد اتصالك بالله أنت أكبر من أكبر مصيبة،
- **كل شيء له حساب إلا الصبر:** يجب ان يعلم الانسان ان كل شيء له حساب إلا الصبر فإن الله يوفي الصابرين أجورهم بغير حساب، لقوله تعالى: { إِنَّمَا يُوفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ } (سورة الزمر: 10).
- **الصبر قمة السعادة:** يشعر المؤمن الصابر الذي يتصل بالله عز وجل بانه في قمة السعادة، كما جاء في قوله تعالى: { إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا } (سورة ص: 44)، وقوله تعالى: { وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ } (سورة البقرة: 45).
- **العاقبة للمتقين:** يجب ان يعلم الانسان ان العاقبة للمتقين العاقبة للمتقين، الأيام تدور، أناس يرتفعون، أناس ينخفضون، أناس يصبحون أغنياء، أناس يفتقرون، وفي النهاية العاقبة للمتقين، كما جاء في قوله تعالى: { فَاصْبِرْ إِنَّ الْعَاقِبَةَ لِلْمُتَّقِينَ } (سورة هود: 49).

- **وعده الله الصابربحياة طيبة:** وعده الله الصابر بحياة طيبة، كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرُءُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ } (سورة الرعد: 22)، فنجد في حياتنا طالب مهمل لا يدرس، لا يداوم، لا يقرأ، لا يؤدي امتحاناً، يمضي وقته كما يتمنى، وكما يشتهي، وكما يريد، وطالب آخر ملتزم بالدوام والدراسة، انظر لهذين الطالبين بعد عشرين عاماً، إنسان له مكانة في المجتمع، متألق، وله مكانة اجتماعية، والثاني يعاني ما يعاني:، مصدقاً لقوله تعالى: { فَاصْبِرْ إِنَّ الْعَاقِبَةَ لِلْمُتَّقِينَ } (سورة هود: 49).
- **أن الله سبحانه وتعالى يحب الصابرين:** ان الله سبحانه وتعالى الصابرين يحب الصابرين، كما جاء في قوله تعالى: { وَكَأَيِّن مِّن نَّبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ رِبِّيُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ (146) } (آل عمران، 146).
- **أن الصابرين في معية الله عز وجل:** أن الصابرين في معية الله عز وجل، كما جاء في قوله تعالى: { وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ } (الأنفال، 46).
- **أن الصبر فيه خير لأهله:** أكد الله سبحانه وتعالى أن الصبر فيه خير لأهله، كما جاء في قوله تعالى: { وَإِن عَاقَبْتُمْ فَعَاقِبُوا بِمِثْلِ مَا عُوقِبْتُمْ بِهِ وَلَئِن صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ لِلصَّابِرِينَ (126) } (النحل، 126).
- **خص الله تعالى الصابرين بأمور ثلاثة لم يخص بها غيرهم وهي:** صلواته عليهم ورحمته لهم وهدايته لهم، كما جاء في قوله تعالى: { وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ } (سورة البقرة، 155-157).
- **أن الله سبحانه وتعالى قد ربط الفلاح في الدنيا والأخرة بالصبر:** ربط الله سبحانه وتعالى الفلاح في الدنيا والأخرة بالصبر، كما جاء في قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (200) } (سورة آل عمران، 200).
- **أن الصابرين لهم حظ عظيم في الدنيا والأخرة:** بشر الله تعالى الصابرين بان لهم حظ عظيم في الدنيا والأخرة، كما جاء في قوله تعالى: { وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِّمَن آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ } (80) (القصص، 80)، قوله تعالى: { وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَاقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ } (فصلت، 35).

■ بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء: بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء، فقال تعالى: {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ} (سورة البقرة، 155).

رابعاً: فضل الصبر وجزاء الصابرين في السنة النبوية:

وردت في السنة النبوية أحاديث كثيرة عن رسول الله في بيان فضل الصبر والحث عليه وما أعد الله للصابرين من الثواب والأجر في الدنيا والآخرة منها:

- عن أم سلمة - رضي الله عنها - قالت سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: ((ما من عبدٍ تصيبه مصيبة فيقول: إنا لله وإنا إليه راجعون اللهم أجرني في مصيبي واخلف لي خيراً منها، إلا أجره الله في مصيبيته، وأخلف له خيراً منها " قالت: فلما توفي أبو سلمة؛ قلت: ومن خيراً من أبي سلمة؟ صاحب رسول الله صلى الله عليه وسلم، ثم عزم الله علي فقلتها؛ فما الخلف؟! قالت: فتزوجت رسول الله صلى الله عليه وسلم ومن خير من رسول الله صلى الله عليه وسلم)) (خرجه مسلم في كتاب الجنائز: باب ما يقال عند المصيبة (2/632-633 برقم: 918).

- عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: (أتت امرأة إلى النبي صلى الله عليه وسلم بصبي لها فقالت: يا نبي الله! ادعُ الله له، فلقد دفنت ثلاثة، قال صلى الله عليه وسلم: "دفنت ثلاثة؟" - مستعظماً أمرها صلى الله عليه وسلم - قالت: نعم؛ قال: "لقد احتضرت بحضارٍ شديدٍ من النار" ((أخرجه الإمام مسلم في كتاب البر والصلة والآداب باب: فضل من يموت له ولد فيحتسبه (4/2030 برقم: 2636). أي لقد احتميت بحميٍّ عظيمٍ من النار، فما أعظم الأجر، وما أكمل الثواب.

- وعن أبي يحيى صهيب بن سنان رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَتْ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَتْ خَيْرًا لَهُ)) (رواه مُسْلِمٌ، 2999).

- وعن أبي سعيد وابي هريرة- رضي الله عنهما- عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر

الله بها من خطاياها)) (أخرجه البخاري في كتاب المرضى باب: ما جاء في كفارة المرض (الفتح 11/239 برقم: 5641)، وأخرجه مسلم في كتاب البر واصله والآداب: باب ثواب المؤمن فيما يصيبه من مرض أو حزن أو نحو ذلك، حتى الشوكة يشاكها(4/1990 برقم: 2572).

- عن أنس - رضي الله عنه - عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ، وَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ، فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السَّخَطُ)) (أخرجه الترمذي، 2396).

- عن أبي هريرة - رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((من يُرِدِ اللَّهَ به خيراً يُصَبِّ منه)) (أخرجه البخاري، كتاب المرضى، باب ما جاء في كفارة المرضى (2138/5)، رقم: (5321).

- عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (وَإِنْ كَانَ أَحَدُهُمْ - يعني الصالحين - لَيَفْرَحُ بِالْبَلَاءِ كَمَا يَفْرَحُ أَحَدُكُمْ بِالرِّخَاءِ) رواه ابن ماجه (4024)، وصححه الألباني في " السلسلة الصحيحة " (144).

- عن محمد بن خالد عن أبيه عن جده قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: ((إن العبد إذا سبقت له من الله منزلة لم يبلغها بعمله ابتلاه الله في ماله أو جسده أو ولده ثم صبره على ذلك حتى يبلغه المنزلة التي سبقت له من الله تعالى)) (أخرجه أحمد وأبو داود، 3090).

- عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (مَا مِنْ مُصِيبَةٍ تُصِيبُ الْمُسْلِمَ إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا عَنْهُ حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا) رواه البخاري (5640) ومسلم (2572).

- وعن أبي أمامة الباهلي عن نبي الله صلى الله عليه وسلم قال: (مَا مِنْ عَبْدٍ يُصْرَعُ صِرْعَةً مِنْ مَرَضٍ إِلَّا بَعَثَهُ اللَّهُ مِنْهَا طَاهِرًا) رواه الطبراني في " المعجم الكبير " (97/8) وحسنه الألباني في " السلسلة الصحيحة " (رقم/2277).

- وعن سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه قال: سئل رسول الله صلى الله عليه وسلم أي الناس أشد بلاءً؟ قال: "الأنبياء ثم الأمثل فالأمثل، يُبتلى الناس على قدر دينهم، فمن ثخن دينه اشتد بلاؤه، ومن ضعف دينه ضعف بلاؤه، وإن الرجل ليصيبه البلاء حتى يمشي في الناس وما عليه خطيئة)) (أخرجه ابن ماجه في كتاب الفتن: باب الصبر على البلاء(2/1334 برقم: 4023)، وأخرجه الترمذي في كتاب الزهد: باب ما في

الصبر على البلاء (4/601) برقم: 2398)، وقال الترمذي حديث حسن صحيح، وصححه الألباني في الصحيحة (225/1 برقم: 143).

- عن أبي هريرة رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة في نفسه وولده وماله، حتى يلقي الله تعالى وما عليه خطيئة)) (أخرجه الترمذي في كتاب الزهد: باب ما جاء في الصبر على البلاء، وقال عنه: حديث حسن صحيح (602/4) برقم: 2399)، وصححه الألباني في الصحيحة (349/5 برقم: 2280)، وفي سنن الترمذي أيضاً ص: 541 برقم: 2399).

- وفي صحيح البخاري عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (يقول الله عز وجل: ما لعبيد المؤمن عندي جزاء إذا قبضت صفيّه من أهل الدنيا ثم احتسبه إلا الجنة)) (أخرجه الإمام أحمد (417/2)، وأخرجه البخاري في كتاب الرقاق: باب العمل الذي يتغي به وجه الله تعالى (فتح 18/13 برقم: 6424).

- قال صلى الله عليه وسلم: ((إذا أصيب أحدكم بمصيبة فليذكر مصيبتته بي فإنها من أعظم المصائب)) (أخرجه الدارمي في المقدمة: باب في وفاة النبي صلى الله عليه وسلم من حديث مكحول ص: 55 برقم: 85-86)، وقد انفرد به الدارمي، والحديث صححه الألباني في السلسلة الصحيحة (97/3 برقم: 1106)، وقال: (وبالجملة فالحديث بهذه الشواهد صحيح).

- وَعَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (إِذَا ابْتَلَى اللَّهُ الْعَبْدَ الْمُسْلِمَ بِبَلَاءٍ فِي جَسَدِهِ قَالَ لِلْمَلِكِ: اكْتُبْ لَهُ صَالِحَ عَمَلِهِ الَّذِي كَانَ يَعْمَلُ، فَإِنْ شَفَاهُ غَسَلَهُ وَطَهَّرَهُ، وَإِنْ قَبَضَهُ غَفَرَ لَهُ وَرَحِمَهُ) رواه أحمد في "المسند" (268/21) قال الألباني: حسن صحيح.

خامساً: دور المرشد النفسي الديني حيال الصبر كفنية من فنيات الارشاد النفسي الديني:

يتمثل دور المرشد النفسي الديني حيال الصبر كفنية من فنيات الارشاد النفسي الديني في الاتي:

✘ التأكيد على ان التخلق بالصبر يجلب السعادة والاستقرار النفسي، ويقود صاحبه إلى فعل الخيرات دائماً، وعلى مستوى المجتمع، فإن الصبر أساس الأمن والسعادة والسلام الاجتماعي، وشرط ضروري في نهوض المجتمع ورفقيه.

✘ توعية المسترشدين بان بضرورة الصبر عند الصدمة الأولى، وأن الله يختبر الإنسان ليعلم مدى صبره ومدى ثباته وقوة إيمانه وصلابة دينه وعقيدته.

✘ توعية المسترشد بأن أمره كله خير، فعليه أن يتحلى بالصبر في السراء والضراء، وأن يكون في السراء من الشاكرين، وفي الضراء من الصابرين، وأن يتخلق بالصبر وسيلة مهمة لنيل المغفرة والأجر العظيم، كما أنه هو الطريق إلى الجنة والفوز العظيم برحمة الله.

✘ حث المسترشد الى ضرورة التحلي بخلق الصبر في جميع جوانب حياته.

✘ التأكيد على ان خلق الصبر هو دليل الإيمان ولباسه وروحه، والسعادة دائرة مع الصبر والمصابرة، والشقاوة دائرة مع السخط والتضجر.

✘ توعية المرشد النفسى الدينى للمسترشد باهمية الصبر في مواجهة البلاء والصاعب، ولكن يجب الا يتوقف دور الانسان عند الصبر فقط بل عليه ان يبحث في اسباب البلاء وطرق علاجه، فالطالب الذى يفشل في دراسته عليه بالصبر وتقبل الفشل، فهذا من شأنه ان يساعده على التفكير في اسبابه لتفادى عدم تكراره، اى ان الصبر لا يقضى من الفرد في بعض المواقف الرضا بوقوع البلاء، بل يجب عليه التحرك نحو الاسباب، فالطالب الذى فشل في دراسته عليه ان يذاكر مستعينا بالله في ذلك، فعملية المذاكرة تحتاج الى صبر ومصابرة لتحصيل العلم، فاذا ما نال النجاح، فليعلم انه قد تحصل على اجر الصبر في الدنيا، وان هناك اجر اكبر في الآخرة، والله اعلم.

✘ الاشارة الى ان اتصاف الأنبياء السابقين عليهم الصلاة والسلام بخلق الصبر، يعد توجيه لكل مسلم إلى وجوب الإطلاع على سيرهم، وتدبر مواقفهم الجليلة، والإقتداء بهم، فهؤلاء الكرام هم أصول هذه الأمة وقادتهم في طريق الصبر في هذه الدنيا، وفي بيان اتصاف الرسول الخاتم صلى الله عليه وسلم بالصبر إشارة قوية إلى حث المسترشد على وجوب الإقتداء به في كل أموره، وإن سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم هي النبراس الحقيقي في تحقيق هذا الخلق الكريم.

✘ التأكيد على أنه لا يستطيع أن يتخلق بالصبر ويتحلى به على الوجه الأكمل إلا من جمع بين الإيمان واليقين، الإيمان بالله وشرعه، واليقين بما وعد به عباده الصابرين، وأن هذه الدنيا بكل شهواتها وملذاتها لا تساوي جناح بعوضة عند رب العالمين.

✘ التأكيد على ان الصبر ضرورة دينية وضرورة حياتية ولا يمكن أن ينتصر الدين ويتحقق الاستخلاف والنصر للمسلمين بدونها، ولا يمكن أن توجد سعادة في الدنيا والآخرة بغيره، والقائم به له الأجر والجزاء الحسن عند الله بغير حساب.

✘ التأكيد على ان أنه كان لخلق الصبر مكانة رفيعة واهتمام ملحوظ في العصر النبوي، وعصر الخلفاء الراشدين والتابعين والسلف الصالح، فكانوا يصبرون لله ويرجونه ولا يرجون أحداً سواه، لذا يجب الاقتداء بهم.

✘ إن التغيير والتصحيح لأوضاع الناس وأخلاقهم وعقائدهم وأفكارهم ليس بالأمر السهل فهو يحتاج إلى طول نفس وسعة صدر وصبر وتحمل، وأن الرسل وأتباعهم من الدعاة ليس عليهم إلا البلاغ وإقامة الحجة والبرهان والصبر على ذلك.

✘ توعية المسترشدين بأن الحياة صراع بين الحق والباطل وسنة التدافع مستمرة إلى قيام الساعة، والفائز في ذلك الصراع هو الأطول نفساً والأكثر صبراً وتحملاً. والصبر كثر من كنوز الخير لا يعطيه الله إلا من أحب.

✘ توعية المسترشدين بأن الصبر يكاد يكون هو الحل لكثير من مشكلات الفرد والأسرة، وأزمات المجتمع والدولة والعالم أجمع.

✘ توعية المرشد النفسى الدينى للمسترشدين الى ان الصحبة الصالحة، تعد من العوامل الضرورية في سلوك طريق الصبر والتدرج في مدارجه، فصحبة الصالحين ومجالستهم والتأمل في أخبارهم وسيرهم، يكسب المرء صلاحاً وتقوى، وصحبة الصالحين تضيء للمسترشدين طريق الخير والهدى.

✘ توعية المرشد النفسى الدينى للمسترشدين الى أن العلم لا يفتح كنوزه إلا للصابرين، وأنه لا ينال الهدى إلا بالعلم، ولا ينال الرشاد إلا بالصبر، وأن الصبر واجب على حملة العلم وطلابه.

✘ توعية المرشد النفسى الدينى للمسترشدين بخصائص الدنيا وخصائص الآخرة، فالآخرة دار جزاء، الآخرة دار نعيم مقيم لمن نجح في الابتلاء، والآخرة دار شقاء أليم لمن لم ينجح في الابتلاء، بينما الدنيا دار عمل والآخرة دار تكريم، الدنيا دار تكليف والآخرة دار تشریف، فهناك خصائص كبيرة وصارخة للدنيا والآخرة، نحن في الدنيا، الدنيا دار ابتلاء، الدنيا دار امتحان، فالإنسان في الدنيا هو في امتحان في كل شيء أعطاه الله إياه (المال، الصحة، القوة... الخ).

✘ توعية المرشد النفسى الدينى للمسترشد بأن يسأل الله العافية عند البلاء والحزن، لأن حياة المؤمن حياة ابتلاء، وعلينا ان نقتدى بالرسول صلى الله عليه وسلم في ذلك، فعندما مشى النبي عليه الصلاة والسلام على قدميه من مكة إلى الطائف مسافة تقدر بثمانين كيلو متراً، لعلهم يؤمنون به، فإذا هم يكذبونه ويسخرون منه، وأغروا صبيانهم فضربوه، وسال الدم من قدمه الشريف، دعا دعاء يحتاجه كل مسلم، قال: يا رب أشكو إليك ضعف قوتي، وقلة حيلتي، وهواني على الناس، يا رب المستضعفين إلى من تكليني؟ إلى عدو ملكته

أمري؟ إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتي حتى ترضى، أما الأدب المذهل، لكن عافيتك أوسع لي، لذلك سلوا الله العافية، سلوا الله الكفاية، سلوا الله الصحة، إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتي حتى ترضى، لكن عافيتك أوسع لي، لأننا في دار ابتلاء ولأن من خصائص الابتلاء النقص في المال، في البنين أحياناً، النقص في الصحة.

سادسا: اسباب نجاح الصبر كفنية من فنيات الارشاد النفسى الدينى:

- يرجع نجاح الصبر كفنية من فنيات الارشاد النفسى الدينى الى مجموعة من الاسباب، منها:
- ان نزول البلاء والمصائب والمشكلات على العبد علامة على حب الله تعالى، بل هو خيرٌ للمؤمن من أن يُدَّخِر له العقاب في الآخرة، يقول النبي - صلى الله عليه وسلم: ((إذا أراد الله بعبده الخير عَجَّلَ له العقوبة في الدنيا، وإذا أراد بعبده الشر أمسك عنه بذنبه حتى يوافيه به يوم القيامة)) رواه الترمذي وصححه. وقال الحسن البصري -رحمه الله -: "لا تكثرهوا البلياء الواقعة والنقمات الحادثة، فَلَرُبَّ أمرٍ تكثره فيه نجاتك، وَلَرُبَّ أمرٍ تؤثره فيه عطبك" أي: هلاكك، وقال الفضل بن سهل " إن في العلل لنعماً لا ينبغي للعاقل أن يجهلها، فهي تمحيص للذنوب، وتعرض لثواب الصبر، وإيقاظ من الغفلة، وتذكير بالنعمة في حال الصحة، واستدعاء للتوبة، وحض على الصدقة."
 - خص الله تعالى الصابرين بأمر ثلاثة لم يخص بها غيرهم وهي: صلواته عليهم ورحمته لهم وهدايته لهم، كما جاء في قوله تعالى: {وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ} (سورة البقرة، 155-157).
 - أن الله سبحانه وتعالى قد ربط الفلاح في الدنيا والآخرة بالصبر: ربط الله سبحانه وتعالى الفلاح في الدنيا والآخرة بالصبر، كما جاء في قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (200) } (سورة آل عمران، 200).
 - أن الصابرين لهم حظ عظيم في الدنيا والآخرة: بشر الله تعالى الصابرين بان لهم حظ عظيم في الدنيا والآخرة، كما جاء في قوله تعالى: { وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا

وَلَا يُلْقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ } (80) (القصص، 80)، قوله تعالى: { وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ } (فصلت: 35).

- بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء: بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء، فقال تعالى: { وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ } (سورة البقرة، 155)، وقال تعالى: { وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ } (البقرة: 155-157).

الفصل التاسع: التوبة

تمهيد:

يجب على الانسان المذنب، الا يقنط من رحمة الله، فباب التوبة مفتوح حتى تطلع الشمس من مغربها؛ قال النبي صلى الله عليه وسلم: " إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يَسُطُّ يَدَهُ بِاللَّيْلِ لِيُتُوبَ مُسِيءُ النَّهَارِ، وَيَسُطُّ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيُتُوبَ مُسِيءُ اللَّيْلِ، حَتَّى تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا"، وكم من تائب عن ذنوب كثيرة عظيمة تاب الله عليه، قال الله تعالى: { وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا * يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا * إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا } (الفرقان، 68-70).

تعريف التوبة:

– التوبة في اللغة: الرجوع (لسان العرب: 319، والمصباح المنير 2 / 629 مادة نوب) والإنابة. يقال: تاب إلى الله يتوب توباً وتوبةً ومتاباً: إذا أناب ورجع عن المعصية إلى الطاعة (لسان العرب 1 / 233)، فهو من: تاب بمعنى: أناب (تاج العروس 1 / 161) وأصل التوبة: الرجوع عما سلف، والتدم على ما فرط (التبيان في تفسير القرآن 1 / 169، ومجمع البيان 1 / 174 – 175).

وقال الراغب: التوب: ترك الذنب على أجمل الوجوه وهو أبلغ وجوه الاعتذار، وهو: أن يقول المعتذر: فعلت وأسأت وقد أفلعت، وهذا هو التوبة (مفردات غريب القرآن: 76) وقال الفيومي: تاب من ذنبه يتوب توباً وتوبةً ومتاباً: أفلع (مجمع البحرين 1 / 300).

وقيل: التوبة هي التوب، ولكن الهاء لتأنيث المصدر.

وقيل: التوبة واحدة كالضربة، فهو تائب... (مجمع البحرين 1 / 300 حيث قال: والهاء في التوبة قيل: لتأنيث المصدر، وقيل: للوحدة، كالضربة).

– التوبة في الإصطلاح:

اختلف تعريف التوبة في الإصطلاح فمنهم ومن قال بأن التوبة هي: التدم على فعل المعصية لكونها معصية. وقال آخرون بوجود إضافة قيد: العزم على ترك المعاودة، وأضاف آخرون: وجوب تدارك ما سبق من التصدير في الأعمال إن أمكن. ويمكن توضيح ذلك على النحو التالي:

فقيل: التدم على الذنب لكونه ذنباً، فخرج التدم على شرب الخمر مثلاً لإضراره بالجسم (رياض السالكين: 404، ومجمع البحرين 1 / 300). وقد يزداد: مع العزم على ترك المعاودة أبداً. والظاهر: أن هذا العزم لازم لذلك التدم غير منفك عنه (جواهر الكلام 41 / 114). وقيل: التدم على المعصية لكونها معصية والعزم على ترك المعاودة في المستقبل، لأن ترك العزم يكشف عن نفي التدم (كشف المراد: 444، وبحار الانوار 6 / 43).

وقيل: التدم على القبيح في الماضي، والتترك له في الحال، والعزم على عدم المعاودة إليه في الاستقبال (النافع يوم الحشر في شرح الباب الحادي عشر: 127، وجواهر الفقه لابن البراج: 251). وقيل: ترك الذنب لقبحه، والتدم على ما فرط منه، والعزيمة على ترك المعاودة، وتدارك ما أمكنه أن يتدارك من الأعمال بالإعادة. فمتى اجتمعت هذه الأربع فقد كمل شرائط التوبة (مفردات غريب القرآن: 76).

وقيل: الندم على ما مضى من القبيح، والعزم على أن لا يعود إلى مثله في القبح (مجمع البيان 1 / 176).
وقيل: ترك المعاصي في الحال، والعزم على تركها في الإستقبال، وتدارك ما سبق من التقصير (جامع السعادات 3 / 38).

ويمكن أن تعرف التوبة بأها: ترك الذنب علماً بقبحه، وندماً على فعله، وعزماً على ألا يعود إليه إذا قدر، وتداركاً لما يمكن تداركه من الأعمال، وأداءً لما ضيع من الفرائض؛ إخلاصاً لله، ورجاءً لثوابه، وخوفاً من عقابه، وأن يكون ذلك قبل الغرغرة، وقبل طلوع الشمس من مغربها.

شروط التوبة:

قال تعالى: ﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ﴾ (سورة النور: الآية 31)، وهذا لأن المؤمن لا بد أن يقع له ذنوب، فأمر الله - سبحانه وتعالى - عباده أن يتوبوا، فقال: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا﴾ (سورة التحريم: الآية 8). وللتوبة الصحيحة شروط عامة، نجملها فيما يلي.

أولها: الإخلاص لله تعالى: بأن يقصد بها وجه الله تعالى وثوابه والنجاة من عذابه.

ثانيها الندم: الندم على فعل المعصية؛ بحيث يحزن على فعلها ويتمنى أنه لم يفعلها، وحقيقته أن المذنب يدرك أن ما فعله، أو فرط فيه مما لا يجوز له أن يقع منه، فيتحسر على ذلك ويندم أن كان فعل ذلك، ويتمنى أنه لو لم يفعل ذلك، أما إذا لم يندم فذلك دليل على رضاه به وإصراره عليه وهذا ذنب آخر عليه أن يتوب منه، فإن الندم شرط لصحة التوبة، وقد ورد في الحديث عن عبد الله بن مسعود - رضي الله عنه - عن النبي - صلى الله عليه وسلم - أنه قال: ﴿الندم توبة﴾.

ثالثها: الإقلاع عن الذنب والتوقف عن إتيانه: وهو أظهر معاني التوبة، ولا تتضح ولا تصح إلا بالإقلاع عن الذنب، أما التوبة مع الإقامة على الذنب والاستمرار فيه فهي كما قال المنذري: هذه توبة الكذابين.

وروى أبو هريرة - رضي الله عنه - عن النبي - صلى الله عليه وسلم - أنه قال: ﴿إن المؤمن إذا أذنب كانت نكتة سوداء في قلبه، فإن تاب ونزع واستغفر صقل قلبه وإن زاد زادت حتى يعلو قلبه ذاك الرين الذي ذكر الله عز وجل في القرآن: ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾ (سورة المطففين، 14).

رابعها: العزم على أن لا يعود: العزم على أن لا يعود إلى تلك المعصية في المستقبل، وهذا من دلالة صحة التوبة وصدقها أن يعزم المذنب على ألا يعود في ذلك الذنب الذي أذنبه وتاب منه.

خامسا: قبل فوات قبورها: أن لا تكون التوبة قبل فوات قبورها؛ إما بحضور الأجل أو بطلوع الشمس من مغربها؛ لقوله - سبحانه وتعالى { :وَلَيْسَتِ التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّى إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي تُبْتُ الْآنَ } (التَّسَاء، 18)، وقال النبي صلى الله عليه وسلم: " مَنْ تَابَ قَبْلَ أَنْ تَطْلُعَ الشَّمْسُ مِنْ مَغْرِبِهَا؛ تَابَ اللَّهُ عَلَيْهِ) " رواه مسلم)

سادسها: أن يؤدي الحق إلى أصحابه: إذا كان الذنب فيه مظلمة لآدمي فإن توبته منه أن يؤدي ذلك الحق لصاحبه أو يتحلله منه، كما قال -صلى الله عليه وسلم- : - من كانت له مظلمة لأخيه من عرضه أو شيء فليتحلله منه اليوم قبل أن لا يكون دينار ولا درهم، إن كان له عمل صالح أخذ منه بقدر مظلمته وإن لم تكن له حسنات أخذ من سيئات صاحبه فحمل عليه .

وفي ضوء ما سبق يتضح لنا ان المعصية اذا كانت بين العبد وربّه فشروط التوبة منها خمسة (أن تكون التوبة خالصة لله.. وأن تكون في وقتها.. وأن يقلع عن المعصية.. وأن يندم على فعلها.. وأن يعزم ألا يعود إليها، فإن فقد أحد هذه الشروط لم تصح توبته، اما اذا كانت المعصية تتعلق بحق آدمي فتزيد مع هذه شرطاً سادساً بأن يبرأ من حق صاحبها باستحلاله أو رد حقه.

صفة توبة العبد من عمله:

توبة المسلم من عمله تنقسم إلى قسمين:

القسم الأول: توبة العبد من حسناته، وهذه ثلاثة ضروب:

- 1- أن يتوب ويستغفر من تقصيره في العبادة.
- 2- أن يتوب مما كان يظنه حسنات كحال أهل البدع.
- 3- أن يتوب من إعجابه بعمله، ورؤيته أنه فعّله بقوته وحوله.

القسم الثاني: توبة العبد من فعل السيئات، وهي ضربين:

- أ- توبة من ترك مأمور.

ب - توبة من فعل محذور.

أنواع التوبة:

التوبة ثلاثة أنواع، وهي:

- الأول:** التوبة الصحيحة: وهي أن يقترف العبد ذنباً، ثم يتوب منه بصدق.
- الثاني:** التوبة الأصح: وهي التوبة النصوح، وعلامتها أن يكره العبد المعاصي، ويستقبحها فلا تخطر له على بال، ويتره قلبه عن الذنوب.
- الثالث:** التوبة الفاسدة: وهي التوبة باللسان، مع بقاء لذة المعصية في القلب.

فضائل التوبة:

شرع الله التوبة في كل وقت وأكد عليها، ورغب في التوبة في خواتيم الأعمال الصالحة كالوضوء، والصلاة، وقيام الليل، والحج، ومجالس العلم والذكر، وختام المجلس، والجهاد، والدعوة إلى الله وغير ذلك.. ويترتب على توبة العبد فضائل عدة منها:

- ✘ أنها سبب الفلاح، كما جاء في قوله تعالى: {وتوبوا إلى الله جميعاً أيها المؤمنون لعلكم تفلحون} (النور: 31)، وقال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله ان القلب لا يصلح، ولا يفلح، ولا يتلذذ، ولا يسر، ولا يطيب، ولا يسكن، ولا يطمئن إلا بعبادة ربه ووجهه، والإنابة إليه.
- ✘ أنها سبب للمغفرة والرحمة، كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ } (الاعراف، 153).
- ✘ أنها سبب في تبديل السيئات إلى حسنات، فإذا ما احسنت التوبة بدّل الله سيئات صاحبها حسنات، كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا(68) يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا(69) إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا (70) } (الفرقان، 68-70).

وحدثنا عثمان بن ابى شبيبة واسحق بن ابراهيم الحنظلى كلاهما عن جرير قال عثمان حدثنا جرير عن منصور عن ابراهيم عن عبيدة عن عبد الله بن مسعود قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنِّي لِأَعْلَمُ آخِرَ أَهْلِ النَّارِ خُرُوجًا مِنْهَا وَآخِرَ أَهْلِ الْجَنَّةِ دُخُولًا الْجَنَّةِ رَجُلٌ يَخْرُجُ مِنَ النَّارِ حَبِوًا فَيَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَهُ أَذْهَبَ فَادْخُلِ الْجَنَّةَ فَيَأْتِيهَا فَيُخِيلُ إِلَيْهِ أَهْمًا مَلَأَى فَيَرْجِعُ فَيَقُولُ يَا رَبِّ وَجَدْتُمَا مَلَأَى فَيَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَهُ أَذْهَبَ فَادْخُلِ الْجَنَّةَ قَالِ فَيَأْتِيهَا فَيُخِيلُ إِلَيْهِ أَهْمًا مَلَأَى فَيَرْجِعُ فَيَقُولُ يَا رَبِّ وَجَدْتُمَا مَلَأَى فَيَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَهُ أَذْهَبَ فَادْخُلِ الْجَنَّةَ فَإِنْ لَكَ مِثْلَ الدُّنْيَا وَعِشْرَةَ أَمْثَالِهَا أَوْ إِنْ لَكَ عِشْرَةُ أَمْثَالِ الدُّنْيَا قَالِ فَيَقُولُ أُتَسَخَّرُ بِكَ أَوْ أُتَضْحَكُ بِكَ وَأَنْتَ الْمَلِكُ قَالِ لَقَدْ رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ضَحَكَ حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُهُ قَالِ فَكَانَ يَقَالُ ذَاكَ أَدْنَى أَهْلِ الْجَنَّةِ مِثْلَةَ (صحيح مسلم، 186).

✘ أن الله يحب التوبة والتوايين، فعبودية التوبة من أحب العبوديات إلى الله وأكرمها؛ كما أن للتائبين عنده — عز وجل — محبة خاصة، أى ان التوبة تكون سببا لجلب محبة الله عز وجل، كما جاء فى قوله تعالى: { إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة: 222).

✘ أنها سبب لقبول أعمال العبد والعفو عن، كما جاء فى قوله تعالى: { وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ } (الشورى، 25)، وفى قوله تعالى: { وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا } (التوبة، 71).

✘ أنها سبب لدخول الجنة والنجاة من النار، كما جاء فى قوله تعالى: { فَخَلَفَ مِنْ بَعدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا } ﴿59﴾ إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ وَلَا يُظْلَمُونَ شَيْئًا } (مریم، 59-60).

✘ أنها سبب للإيمان والأجر العظيم، كما جاء فى قوله تعالى: { إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ فَأُولَئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ } وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا (146) { (النساء، 146).

✘ التوبة سبب للمتاع الحسن، البركات من السماء، ونزول الأمطار، وزيادة القوة، والإمداد بالأموال والبنين، كما جاء فى قوله تعالى: { وَأَنْ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ } (هود: 3). وقال — تعالى — على لسان هود — عليه

السلام: { وَيَا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ ثُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ وَلَا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِينَ } (هود: 52). وقال على لسان نوح — عليه السلام: { فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا (10) يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا (11) وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا } (نوح: 10-12).

✘ أنها سبب لكل خير، كما جاء في قوله تعالى: { وَأَذَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ إِلَى النَّاسِ يَوْمَ الْحَجِّ الْأَكْبَرِ أَنَّ اللَّهَ بَرِيءٌ مِّنَ الْمُشْرِكِينَ لَا وَرَسُولُهُ فَإِنْ تُبْتُمْ فَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَإِنْ تَوَلَّيْتُمْ فَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ غَيْرُ مُعْجِزِي اللَّهِ قَدْ وَبَشَّرَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِعَذَابٍ أَلِيمٍ (3) } (التوبة، 3)، قوله تعالى: { يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ مَا قَالُوا وَلَقَدْ قَالُوا كَلِمَةَ الْكُفْرِ وَكَفَرُوا بَعْدَ إِسْلَامِهِمْ وَهَمُّوا بِمَا لَمْ يَنَالُوا وَمَا نَعَمُوا إِلَّا أَنْ أَغْنَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ مِنْ فَضْلِهِ فَإِنْ يَتُوبُوا يَكُ خَيْرًا لَهُمْ وَإِنْ يَتَوَلَّوْا يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ عَذَابًا أَلِيمًا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَا لَهُمْ فِي الْأَرْضِ مِنْ وَلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ (74) } (التوبة، 74).

✘ أنها سبب في دعاء الملائكة للتائبين، كما جاء في قوله تعالى: { الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُسَبِّحُونَ بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَيُؤْمِنُونَ بِهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَّحْمَةً وَعِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِينَ تَابُوا وَاتَّبَعُوا سَبِيلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ (7) } (غافر، 7).

✘ أنها طاعة مراده الله عز وجل، كما جاء في قوله تعالى: { وَاللَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ سَتْمِيلُوا مَيْلًا عَظِيمًا (27) } (النساء، 27). فالتائب فاعل لما يحبه ويرضاه.

✘ أن الله يفرح بتوبة العبد قال عليه الصلاة والسلام: ((لله أشد فرحاً بتوبة عبده حين يتوب إليه من أحدكم كان على راحلته بأرض فلاة فانفلتت منه وعليها طعامه وشرابه فيأس منها فاتى شجرة فأضجع في ظلها وقد يأس من راحلته فينما هو كذلك إذا هو بها قائمة عنده فأخذ بخطامها ثم قال من شدة الفرح: اللهم أنت عبدي وأنا ربك أخطأ من شدة الفرح)) (رواه مسلم).

يحتاج جميع الناس الى التوبة:

يحتاج جميع الناس الى التوبة، فالأنبياء والمرسلون.. والمؤمنون المتقون.. والفجار والفاسقون.. والله يفرح بتوبة كل تائب مهما بلغ ذنبه ويتوب عليه، وقد وردت العديد من الآيات القرآنية في هذا الشأن، ومنها:

- قوله تعالى : { وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا [110] } (النساء: 110).

- قوله تعالى : { قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ [53] } (الزمر: 53).

- قوله تعالى : { فَتَلَقَّى آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ [37] } (البقرة: 37).

- قوله تعالى : { إِذَا جَاءَ نَصْرُ اللَّهِ وَالْفَتْحُ [1] وَرَأَيْتَ النَّاسَ يَدْخُلُونَ فِي دِينِ اللَّهِ أَفْوَاجًا [2] فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا [3] } (النصر: 1- 3).

وقال آدم عليه السلام : { رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ [23] } (الأعراف: 23).

- وقال نوح عليه السلام : { رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِمَن دَخَلَ بَيْتِي مُؤْمِنًا وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَلَا تَزِدِ الظَّالِمِينَ إِلَّا تَبَارًا [28] } (نوح: 28).

- وقال إبراهيم عليه السلام : { رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ [127] رَبَّنَا وَاجْعَلْنَا مُسْلِمِينَ لَكَ وَمِن ذُرِّيَّتِنَا أُمَّةً مُّسْلِمَةً لَّكَ وَأَرِنَا مَنَاسِكَنَا وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ [128] } (البقرة: 127-128).

- وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : ((وَاللَّهِ إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ

اللَّهُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً)) (رواه النسائي في "السنن الكبرى" (114/6) وأحمد في "المسند (2/450) "وحسنه محققو المسند).

وقال أبو هريرة رضي الله عنه: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: ((وَاللَّهِ إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً)) (رواه البخاري (6307). وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: ((إِنْ كُنَّا لَنَعُدُّ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الْمَجْلِسِ الْوَاحِدِ مِائَةَ مَرَّةٍ: رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ)) (رواه أبو داود (1516)، والترمذي (3430). وصححه الشيخ الألباني في صحيح أبي داود).

- وقال أبو هريرة رضي الله عنه: ما رأيتُ أحداً أكثر من أن يقول: (أستغفر الله وأتوب إليه) من رسول الله صلى الله عليه وسلم) (رواه النسائي في "السنن الكبرى" (118/6).

- وقال أبو هريرة رضي الله عنه: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: ((وَاللَّهِ إِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ فِي الْيَوْمِ أَكْثَرَ مِنْ سَبْعِينَ مَرَّةً)) (رواه البخاري (6307) - وعن ابن عمر رضي الله عنهما قال: (إِنْ كُنَّا لَنَعُدُّ لِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الْمَجْلِسِ الْوَاحِدِ مِائَةَ مَرَّةٍ: رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ)) (رواه أبو داود (1516)، والترمذي (3430). وصححه الشيخ الألباني في صحيح أبي داود).

- وقال أبو هريرة رضي الله عنه: (ما رأيتُ أحداً أكثر من أن يقول: (أستغفر الله وأتوب إليه) من رسول الله صلى الله عليه وسلم) (رواه النسائي في "السنن الكبرى" (118/6).

يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزُنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا (68) يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا (69) إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا (70) { (الفرقان، 68-70).

الباب الثالث: مجالات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الاول: الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث

الفصل الثاني: الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي

الفصل الثالث: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة "

الفصل الرابع: الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي

الفصل الخامس: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين

الباب الثالث: مجالات الإرشاد النفسي الديني

الفصل الاول: الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث

تمهيد:

مر الإنسان عبر العصور بألوان شتى من الأزمات والتجارب والصدمات القاسية والمعاناة الشاقة، التي حاول مصارعته ومقاومتها والتغلب عليها، رغم إحساسه بالضعف وعدم القدرة على المقاومة، وقد صاحب هذا الصراع مع الأزمات والتجارب والصدمات القاسية، تغييرات عنيفة في جوانب شخصيته، وفي جوانب من حياته وواقعه ومجتمعه، بل قد يحدث له تغيير في معتقداته، وأحاسيسه واتجاهاته النفسية، إذ أن تلك المعتقدات والاتجاهات السابقة لم تعد كافية لمواجهة تلك الصدمات أو الأزمات النفسية، ولم تعد قدرة الإنسان تتوافق أو تتساير ذلك الوضع المتأزم الراهن. وقد تصل تلك الصدمة إلى حد الانهيار العصبي، أو الخلل العقلي: ومن أمثال تلك الصدمات أو الأزمات المفاجئة بالخصوص نشوب حروب في المنطقة، أو صراعات بين القبائل أو الشعوب لأسباب قد تكون سياسية أو اقتصادية، أو حدوث كوارث طبيعية كالزلازل، أو انفجار الباركين، أو فيضانات السيول الجارفة، أو نشوب حريق كبير يأتي على الأخضر واليابس أو حادث سيارة أو انتشار وباء مميت يأتي على الأقارب والاهل، أو فقدان شخص له مكانته الاجتماعية أو فضيحة اجتماعية، وخاصة إذا كانت من تدبير عدو فتاك، أو فشل في الزواج، أو اكتشاف

خديعة في الوسط الأسري، وما شابه ذلك، فأمثال هذه الصدمات في الحياة اليومية للشخص قد تحدث تغييراً جذرياً في النفس والتصور والتفكير، وفي النظرة إلى الواقع والطبيعة والمجتمع، مما يجعل الفرد يعيش في أزمة خانقة، وهو في حاجة إلى الخروج منها، أو الهروب منها بصفة عشوائية غير مخطط لها. فيشعر المصدوم بالفشل الذريع تجاه تلك الأزمة.

ومن هنا تبرز الحاجة إلى اللجوء إلى مرشد نفسي ديني حيث أنه ثبت أن هناك علاقة وطيدة بين اعتماد القرآن الكريم والصحة النفسية، للأخذ بيد المتأزم و المصدوم إلى بر الأمان والسلام والرجوع به إلى الحالة الطبيعية قبل الصدمة، لأن الصدمة أو المصيبة تعد بمثابة اختبار وامتحان نفسي للفرد، كما قال الله تبارك وتعالى مخاطباً المؤمنين: { وَكُنْتُمْ بِشْيءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصِ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ } (محمد: 31)، وقال تعالى: { وَكُنْتُمْ بِشْيءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصِ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ } (سورة البقرة، 155). وحدثني عبد الله بن محمد حدثنا عبد الملك بن عمرو حدثنا زهير بن محمد عن محمد بن عمرو بن حلحلة عن عطاء بن يسار عن أبي سعيد الخدري وعن أبي هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم قال ((ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها)) (رواه البخاري، 5318). هذا من جهة ومن جهة نفسية أخرى، فإن الإنسان بطبيعته وفطرته خلق مزوداً بدافع المحافظة على الذات، وبدافع المحافظة على الجنس، وبدافع الخوف والهروب مما يهدد حياته، ويلجأ إلى مواطن الحصانة والقوة للتغلب على ما يهدده، كما نجد في الموقف المتأزم و المصيبة مصاباً بالجزع و الهلع و الخوف، كما قال الله تعالى: { إِنَّ الْإِنْسَانَ خَلِيقٌ هَلُوعاً * إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً * وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً * إِلَّا الْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ } (سورة المعارج، 19-23).

أولاً: الصدمات والأزمات والكوارث:

إن نزول المصيبة، أو حدوث الكارثة، قد لا يكون لها مقدمات أو إنذارات سابقة، وإنما تنزل هكذا فجأة كالصاعقة. لتشكل تجاه المصاب موقفاً جديداً و شديداً، يحدث ألماً و حسرة و حيرة تعجز أفكاره وتجاربه السابقة عن مواجهة هذا الموقف بحكمة، واتخاذ قرار صائب في التصرف، وإن هذه الحيرة قد توصله إلى فقدان العقل، أو الذاكرة، أو الانهيار العصبي التام، فتتفاقم المشكلة، لتحدث أزمة على أزمة، ومن هنا يتطلب من المعالج أو المرشد أو الموجه التدخل سريعاً لمساعدة المتأزم لإنقاذه من براثن الخوف والهلع والجزع

التي تأسره. وإن مواجهة المواقف الصعبة والمؤلمة تختلف باختلاف نوعية الشخصية الذي حلت به المصيبة، فالشخصيات ذات التكوين النفسي، والتربوي، والاجتماعي الهش، أو التي لم تتدرب على تنوع مواقف لا تستطيع المقاومة. أما الشخصيات التي تربت تربية اسلامية تتلاءم ومواقف الحياة المختلفة، فإن المصيبة لا تؤثر فيه، وتستطيع التغلب على الأزمة ومعالجتها بنفسها، ويتقبلون الصدمة النفسية، ويعتبرونها نتائج مقدرات وإرادات إلهية وسنة الله في خلقه سواء تلك الصدمة كانت قوية أو أخف، سنة الله في خلقه كحادث موت عزيز على المصاب أو مرض خطير مميت، أو مرض مزمن أو غير ذلك وكانت الصدمة أخفض من ذلك كالوعكة الصحية، أو الخدش أو السقوط... وغير ذلك، بل الكثير من المصابون بنحدهم يحاولون مرارا وتكرارا في ثنايا أفكارهم و تخيلاتهم تبريرات لوقوع الصدمة، و يفتشون عن أسباب وقوعها، ويحللون نتائجها انطلاقا من بداية منطقية وعلمية، وهي أن لكل حادثة سبب، ولكن من غير طائل، وغالبا ما يفشلون في ربط العلاقة بين ما يتخيلون والواقع البائس، كما يعجزون عن تفسيرها الموضوعي، فإن لم يفهم كل ذلك من منطلق صحيح فإنه قد يزلقون إلى مهاوى لا يعرفون عقبها من غير أن يدرون، ما لم يتمسكوا بالمرتكزات الإيمانية الإسلامية الصحية، والركيزة العامة وهي الاعتراف واليقين بالله، وأنه وراء كل شيء على الإطلاق لقوله تعالى: { وَأَسْرُوا قَوْلَكُمْ أَوْ اجْهَرُوا بِهِ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ (13) } ألا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ (14) } (سورة الملك، 13-14)، كما يعتقدوا بيقين راسخ بقوله تعالى: { الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (78) وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ (79) وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ (80) وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ (81) } (سورة الشعراء، 78-81). وبناء على هذا الإيمان الراسخ واليقين المطمئن فإن المرشد النفسي يستطيع أن يبيّن إرشاده النفسي الديني على هذه الاسس والمرتكزات.

ثانيا: تعريف الصدمات والأزمات والكوارث:

تعرف الصدمات والأزمات والكوارث بكونها مواقف مفاجئة وضاغطة قد يصعب السيطرة عليه وتثير نوع من القلق والخوف على الحياة والممتلكات، وتأثير ذلك على سلوك واتجاهات الفرد. وتسبب الصدمات والأزمات والكوارث في بدايتها صدمة ودرجة عالية من التوتر مما يضعف إمكانيات العمل المؤثر السريع. لمحاجتها.

ثالثاً: أعراض الصدمات والأزمات والكوارث:

نمر في حياتنا اليومية بالعديد من الصدمات والأزمات والكوارث المختلفة، سواء أكانت على الصعيد الشخصي أو العملي أو الإنساني، فقد تكون الصدمة في فقد شخص عزيز، أو شيء ثمين، أو في فشل في دراسة أو عمل، أو في فقدان علاقة صداقة، أو في اكتشاف خيانة أحد المقربين، أو في غيرها من المواقف الصعبة التي ربما قد تتسبب في أزمات نفسية عنيفة، تكون مصحوبه بمجموعة من الاعراض من أهمها:

- خلل في السلوك اليومي وعدم القدرة على القيام بالأنشطة اليومية المعتادة.
- ردود فعل سلبية تامة وانسحاب تام.
- حركة زائدة غير معتادة.
- الخوف والقلق والتوتر والترقب والتوجس من معاودة الصدمات والأزمات والكوارث..
- الشروود الذهني وعدم القدرة على التركيز والانتباه.
- اضطرابات النوم والأحلام المزعجة والكوابيس.
- أعراض فسيولوجية مثل فقدان الشهية واضطرابات الكلام والتبول اللاإرادي.
- هجمة الرعب (Panic Attack) وهي الشعور بالتهديد والتنقل من مكان لآخر والجري من المكان بطريقة عشوائية وبحركة غير المنتظمة.

رابعاً: أهداف الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث:

- يمكن ايجاز ابرز اهداف الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث في النقاط التالية:
- المساهمة في توسيع العقيدة الإسلامية، وإعلاء شأن جدوى الغيبيات في المجال الإرشاد.
 - اظهار اثر القران الكريم في نفوس المتأزمين والمصابين في مجال الأزمات والكوارث، وقدرته على علاجهم.
 - اظهار اثر السنة النبوية الشريفة في نفوس المتأزمين والمصابين في مجال الأزمات والكوارث، وقدرته على علاجهم.
 - إرساء تقاليد إسلامية في برامج الإرشاد النفسي الديني.
 - ربط الإرشاد النفسي الديني، بنفسية المسلم و بيئته المعاشة.

- الوصول بالإنسان المصاب أو المتأزم إلى أعلى درجة من الصحة النفسية والسعادة الدنيوية والأخروية.
- المساهمة في إبراز اثر العقيدة الإسلامية في حياة المسلم، وحياته وقت الشدائد.
- التدخل السريع لمساعدة المتأزم لإنقاذه من براثن الخوف والهلع والفرع التي تأسره.
- حث المتأزم على التمسك بالمرتكزات الإيمانية الإسلامية الصحية، والركيزة العامة وهي الاعتراف واليقين بالله، وأنه وراء كل شيء على الإطلاق لقوله تعالى: { وَأَسِرُّوا قَوْلَكُمْ أَوِ اجْهَرُوا بِهِ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ (13) أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ (14) } (سورة الملك، 13-14)، كما يعتقدوا بيقين راسخ بقوله تعالى: { الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (78) وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ (79) وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ (80) وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ (81) } (سورة الشعراء، 78-81).

خامسا: أسس الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث:

يرتكز الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث على مجموعة من الاسس، وهي:

❖ الاستسلام للإرادة والقوة الإلهية وتقبل حدوث المصائب والصدمات والمكروهات لمن يشاء الله:

ينبغي الاستسلام للإرادة والقوة الإلهية وتقبل حدوث المصائب والصدمات والمكروهات لمن يشاء الله، كما جاء في قوله تعالى: { بَدِيعُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ (117) } (سورة مريم، 35)، وقوله تعالى: { وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ } (سورة البقرة، الآية 216)، وفي هذه الآية عدة حِكْمٍ وأسرارٍ ومصالحٍ للعبد، فإن العبد إذا علم أن المكروه قد يأتي بالمحجوب، والمحجوب قد يأتي بالمكروه؛ لم يأمن أن تُوافيه المضرّة من جانب المِسْرَةِ، ولم يئأس أن تأتيه المِسْرَةُ من جانب المَضْرَةِ؛ لعدم علمه بالعواقب؛ فإن الله يعلم منها ما لا يعلمه عبده، ومن أسرار هذه الآية: أنّها تقتضي من العبد التّفويضَ إلى مَنْ يَعْلَمُ عواقب الأمور، والرّضا بما يَخْتارُه له ويَقْضِيه له؛ لما يَرجو فيه من حُسنِ العاقبة، ومنها: أنّه لا يقترحُ على ربّه، ولا يَخْتارُ عليه، ولا يسأله ما ليس له به عِلْمٌ؛ ففعل مضرته وهلاكه فيه وهو لا يعلم! فلا يَخْتارُ على ربّه شيئاً؛ بل يسأله حُسن الاختيار له، وأن يُرضِيه بما يَخْتارُه؛ فلا أنفع له من ذلك، ومنها: أنه إذا فوّض إلى ربّه، ورضي بما يَخْتارُه له؛ أمده فيما

يختاره له بالقوة عليه والعزيمة والصبر، وصرف عنه الآفات التي هي عرضة اختيار العبد لنفسه، وأراه من حسن عواقب اختياره له ما لم يكن ليصل إلى بعضه بما يختاره هو لنفسه، ومنها: أنه يُريجه من الأفكار المتعبة في أنواع الاختيارات، ويُفرغ قلبه من التقديرات والتدبيرات التي يصعد منها في عقبة ويتزل في أخرى، ومع هذا: فلا خروج له عما قُدِّرَ عليه، فلو رضي باختيار الله؛ أصابه القدر وهو محمود مشكور ملطوف به فيه، وإلا: جرى عليه القدر وهو مذموم غير ملطوف به فيه؛ لأنه مع اختياره لنفسه، ومتى صح تفويضه ورضاه؛ اكتنفه في المقدور العطف عليه، واللطف به؛ فيصير بين عطفه ولطفه، فعطفه يقيه ما يحذرُه، ولطفه يهون عليه ما قدره (فوائد الفوائد»، 174-176).

❖ **قراء القرآن دواء وشفاء:** يعد قراء القرآن دواء وشفاء لقوله تعالى: { وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا } (سورة الإسراء، الآية 28) والقرآن كله رحمة لجميع جوانب حيات الإنسان بدون استثناء صحيا وروحيا وسلوكيا، وقد قال الله تعالى في كتابة الحكيم: { وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ (204) } (سورة الأعراف، 104)، وقال تعالى: { وَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَجَعَلْنَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ حِجَابًا مَّسْتُورًا (45) } (سورة الإسراء، 45).

❖ **الثقة في الله وعدالته فيما خلق، وأنه حي قيوم لا تأخذه سنة ولا نوم عن أي شيء:** ينبغى الثقة في الله وعدالته فيما خلق، وأنه حي قيوم لا تأخذه سنة ولا نوم عن أي شيء، كما جاء في قوله تعالى: { وَمَا يَعْزُبُ عَن رَّبِّكَ مِن مِّثْقَالِ ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ مِن ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ } (سورة يونس، الآية 61)، وقوله تعالى: { لَا يَعْزُبُ عَنْهُ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا فِي الْأَرْضِ وَلَا أَصْغَرَ مِن ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ } (سبأ، 3)، وقوله تعالى: { إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ ۖ وَإِن تَكُ حَسَنَةً يُضَاعِفْهَا وَيُؤْتِ مِن لَّدُنْهُ أَجْرًا عَظِيمًا (40) } (سورة النساء، 40).

❖ **الاستعداد في كل حين لتغير الأحوال والأحداث:** ينبغى الاستعداد في كل حين لتغير الأحوال والأحداث، كما جاء في قوله تعالى: { أَفَأَمِنْتُمْ أَن يُخَسِفَ بَكُم جَانِبَ الْبَرِّ أَوْ يُرْسِلَ عَلَيْكُمْ حَاصِبًا ثُمَّ لَا تَجِدُوا لَكُمْ وَكِيلًا (68) } أم أمئتم أن يُعيدكم فيه تارة أخرى فيُرْسِلَ عَلَيْكُمْ قَاصِفًا مِنَ الرِّيحِ

فَيُغْرِقْكُمْ بِمَا كَفَرْتُمْ ثُمَّ لَا تَجِدُوا لَكُمْ عَلَيْنَا بِهِ تَبِيعًا (69)؛ (سورة الإسراء، الآية 68، 69). إن المتمتع بصفة الاستعداد يكون له ذرعا واقيا ضد الأزمات، فدوام الحال من المحال، لذا يجب ان نعد الطفل لها، مثل: احتمال ولادة طفل جديد، أو قرب سفر الأم، أو الدخول للمستشفى لإجراء عملية. أو غير ذلك، لان ذلك يعتبر وقاية وتخفيفا من حدة الصدمات.

❖ **التوكل على الله وتفويض الأمر إليه:** يجب التوكل على الله وتفويض الأمر إليه، وذلك بناء على قوله تعالى: {الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ} وقد أجابهم عز وجل، بما تطمئن إليه النفوس ويريح الأفئدة، في الآية بعدها: {فَانْقَلَبُوا بِنِعْمَةِ مِّنَ اللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمَسْسَنَّهُمْ سُوءٌ وَاتَّبَعُوا رِضْوَانَ اللَّهِ وَاللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ} (سورة آل عمران، 173-174)، وفي قوله تعالى: {وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا} (3) (سورة الطلاق، الآية 3). إن التوكل على الله واستخارته مع اليقين والإيمان القلبي والاستقامة في السلوك يبعث في الإنسان المصاب الراحة و الشعور بالإيمان، والرضي و الانشراح لقضاء الله وقدره، والسعادة. إن الإنسان المصاب إذا اعتمد على تفكيره الخاص و حساباته الخاصة، وعلى تخطيطاته المحسوبة، سيغيرها الله حسب إرادته، ومقدراته فيصبح المصاب يعيش في ضنك المعيشية وخبية الأمل الواسع ويشعر بالتعاسة والإحباطات المتراكمة، فكل الأمور بيد الله.

❖ **التدبر بالصبر والتحمل، والرضى بكل شئ في جميع الأحوال:** إن صفة الصبر عند المصاب هي جامعة لصفة الإرشاد والصحة النفسية وهي أساس وركيزة للتغلب على الإحباط، ولما لا، فالصبر يعد الوسيلة الروحية التي مدحها الله في كتابه العزيز في أكثر من موضع وأكثر من معنى وقد بلغت (103) كلمات بتصرفات مختلفة، ومعظمها تنم عن نتائج مفيدة ووعود بلغفران والاجر العظيم والأجر العظيم، وكلام الله لا ينقضه كلام البشر، ونظريات الإلحاد. وقد قال الله تعالى: {لَتُبْلَوْنَ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا وَإِنْ تَصَبَرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ} (سورة آل عمران، 186). إن هذه الأداة الإرشادية والاستشفائية في المصائب والأزمات من أعظم الوسائل الروحية لمواجهة النائبات، فقد حدثنا هدا بن خالد الازدي وشيبان بن فروخ جميعا عن سليمان بن المغيرة واللفظ لشيبان حدثنا سليمان حدثنا ثابت عن عبد الرحمن بن ابي ليلى عن صهيب قال قال رسول الله صلى الله

عليه وسلم عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله خير وليس ذاك لأحد إلا للمؤمن إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له (أخرجه مسلم، 2999)، إن هذا الحديث وغيره من الأحاديث الشريفة هي خير مرشد نفسي لمواجهة شدائد و مصائب الدهر، وتقبلها بنفس راضية بقضاء الله.

❖ الإيمان الراسخ بالقضاء والقدر من الله خيره وشره عن يقين قلبي، وتطبيق عملي في الواقع:

ينبغي الإيمان الراسخ بالقضاء والقدر من الله خيره وشره عن يقين قلبي، وتطبيق عملي في الواقع، والنصوص المخبرة عن قدرة الله أو الآمرة بالإيمان بالقدر كثيرة: فمن ذلك: قوله تعالى: {إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ} (القمر: 49)، وقوله: {وَكَانَ أَمْرُ اللَّهِ قَدَرًا مَّقْدُورًا} (الأحزاب: 38) وقوله: {وَلَكِنَّ لِيَقْضِيَ اللَّهُ أَمْرًا كَانَ مَفْعُولًا} (الأنفال: 42) وقال تعالى: {وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ تَقْدِيرًا} (الفرقان: 2) وقال تعالى: {سَبِّحْ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى * الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى * وَالَّذِي قَدَرَ فَهَدَى} (الأعلى: 1 - 3)، وقال تعالى: {بَدِيعُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ} (117) (سورة البقرة، 117). وروى مسلم في صحيحه عن طاوس قال: أدركت ناساً من أصحاب رسول الله -صلى الله عليه وسلم- يقولون: كل شيء بقدر حتى العجز والكيس، أو الكيس والعجز. وروى مسلم أيضاً عن أبي هريرة قال: جاء مشركو قريش يخاصمون رسول الله -صلى الله عليه وسلم- في القدر؛ فتزلت: {يَوْمَ يُسْحَبُونَ فِي النَّارِ عَلَىٰ وُجُوهِهِمْ ذُوقُوا مَسَّ سَقَرَ * إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ} (القمر: 48، 49).

❖ الدعاء والذكر: يؤدي كل من الدعاء والذكر دورهما النفسي في التنفيس وانتعاش الأمل والشعور

بالراحة النفسية والاطمئنان، كما جاء في قوله تعالى: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} (28) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسُنَ مَا أَجَبَ (29) سورة الرعد، 28-29). إن وسيلة الشكوى والدعاء، سواء من المريض أو المرشد -يساعد على أن يتخلص المرء مما يعاني من شعور بالذنب والإثم وخاصة إن كان هناك من يشاركه مشاركة وجدانية، ويهتم به، يشرح له بعض ما يعني منه المتألم من غموض في مشكلته أو همه و نكبته، إذا أن تلك المشاركة، تشعره بأنه ليس لوحده الذي يعاني من تلك المصيبة بل هناك مئات وآلاف من الناس مثله، فتلك هي سنة الله في خلقه لحكمة يعلمها هو وحده، وأن الأقدار لا تحابي أحداً وقد

تستدعي تلك المشاركة بالأدعية والرقى إلى أن يتنفس بالبكاء، والاستغفار، والطمأنينة بأنه سيتعافى ويرجع أكثر صحة ونشاطاً، ومن حكم الرسول البالغة، أنه يرشد الأصحاء و ينصح بزيارة المرضى، ويأمرهم بالدعاء لهم عن ظهر الغيب، والتنفيس لهم في الأجل.

سادسا: فنيات الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث:

تتعدد فنيات الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث، ومنها:

1- قراءة القرآن الكريم وتدبره: يعد قراءة القرآن الكريم وتدبره احد فنيات الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث، فالقرآن الكريم فيه ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين كما ورد ذلك في الكثير من الآيات القرآنية، منها:

- قوله تعالى: { وَنَزَّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا (82) وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يَؤُوسًا (83) قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا (84) وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا (85) } (سورة الإسراء، 82-85).
- وقوله سبحانه وتعالى: { الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (78) وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ (79) وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ (80) وَالَّذِي يُمَيِّتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ (81) وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنْ يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ (82) رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ (83) } (سورة الشعراء، 78-82).
- وقوله تعالى: { يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (57) } (سورة يونس، 57).
- وقوله سبحانه وتعالى: { وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْجَمِيًّا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ أَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَئِكَ يُنَادُونَ مِنْ مَكَانٍ بَعِيدٍ (44) } (سورة فصلت، 44).
- وقوله جل ذكره: { إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا (9) } (سورة الإسراء، 9).

- 2- الحوار:** وهو أسلوب تتم خلاله تقديم معلومات مبسطة في شكل محاضرة تحتوي على مجموعة من الآيات والأحاديث الدينية والنصائح التي يتم شرحها، وكيفية الاستفادة في التعامل مع الصدمة والنقاش حول ذلك. ويتم الحوار من خلال مجموعات المحادثة التي يتم تشكيلها بواسطة المرشد النفسي الديني. وتعد مجموعات المحادثة مصدر دعم هام وفعال من خلال توفير بيئة يستطيع فيها المتضرر التعبير عن مشاعره وتحديد مطالبه، وإيجاد حلول لمشاكله من خلال تحقيق الاتصال الاجتماعي والاستفادة من خبرات الآخرين.
- 3- التعزيز الإيجابي:** وهو رد فعل يؤدي إلى زيادة في حدوث سلوك معين وتكرار حدوثه، إنه يهدف إلى الإبقاء على السلوك الإيجابي أو تقويته وزيادته.

- 4- الأسئلة:** وهو أسلوب مستعمل بهدف دمج أعضاء المجموعة في الحوار وحثهم على التفكير والمشاركة.

(5) دور المرشد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث:

- يؤدي المرشد النفسي الديني دورا هام في مجال الأزمات والكوارث، الا ان نجاح هذا الدور يتطلب منه مراعاة مجموعة من الامور، وهي:
- (أ) ضرورة نقل المرشد النفسي الديني الشخص المصاب والمتأزم من بؤرة التوتر إلى مكان أكثر أمان.
- (ب) ضرورة اعطاء فرصة للشخص المصاب والمتأزم بأن يصف الحدث من وجهة نظره وبلغته الخاصة.
- (ج) ان يطلب المرشد النفسي الديني من الشخص المصاب والمتأزم أن يعبر عن مشاعره أثناء مروره بالحدث وشعوره حالياً.
- (د) مساعدته للشخص المصاب والمتأزم على أن يشعر بالأمان والتحدث بحرية.

- (ك) استخدم المرشد النفسى الدينى لمهارات الاستماع الفعال وطرح الأسئلة المفتوحة النهائية.
- (ل) استخدم المرشد النفسى الدينى لتقنيات قراءة القرآن الكريم والوضوء والصلاة وغيرها من الفنيات التى من شأنها تحقيق الاسترخاء العضلي لمساعدته للشخص المصاب والمتأزم على التنفس بعمق والشعور بالراحة.
- (ف) تقدّم الدعم والمساندة النفسية والتطمين للشخص المصاب والمتأزم حتى يشعر بالأمان.
- (ق) مناقش الشخص المصاب والمتأزم في الإجراءات التي قام بها لحماية نفسه، وكيف يمكنه التصرف مستقبلاً لو تكرّر مثل هذا الحدث.

(م) يعمل على دمج الشخص المصاب والمتأزم في أعمال وأنشطة جماعية تساعد في عملية التفريغ الانفعالي.

(هـ) ان يدرك المرشد النفسى الدينى ان عملية الارشاد النفسى الدينى الغاية منها نظريه وعملية: ان يدرك المرشد النفسى الدينى ان عملية الارشاد النفسى الدينى ليس الغاية منه هو بيان نصوص القرآن الكريم والاحاديث النبوية الشريفة لفهمها وتأمّلها ووعيتها نظريا بقدر ما هو الهدف الأساسي من ذلك هو بيان إمكانية تطبيقها من طرف كل من المرشد النفسى الدينى، ومن طرف المريض (المتأزم نفسيا) مع بيان قدرة تلك العملية الارشادية على الاستفادة من اسس الارشاد النفسى الدينى الروحية في الارشاد والعلاج النفسى المجدي السريع، كغيرها من النظريات الإرشادية الوضعية، لما تتمتع بها من طاقات روحية هائلة على الدفع للطمأنينة والراحة النفسية للمتأزم، وخاصة للذين يعيشون في بيئة مؤمنة بالله، وكتبه و اليوم الآخر.

(و) **تطبيق اسس الإرشاد النفسى الدينى:** يجب على المرشد النفسى الدينى تطبيق اسس الإرشاد النفسى الدينى، مع مراعاة ان تطبيق هذه الاسس تستلزم منه ما يلي:

- ☒ يجب على المرشد النفسى الدينى أن يؤمن بيقين راسخ بجدوى تلك الاسس الصادرة عن الدين، ويؤمن بجدوى روح القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة في الإرشاد النفسى الدينى.
- ☒ يجب على المرشد النفسى الدينى تعريف الفرد المتأزم أن يؤمن مخلصا باسس الإرشاد النفسى الدينى، و يتقبلها ويقنع بفاعليتها وجدواها.

✘ يجب على المرشد النفسي الديني والمتأزم معا أن يؤمنا بصدق بأثر الروحيات في النفس والجسد أكثر من الأدوية الكيميائية أحيانا.

✘ يجب أن يخضع المرشد النفسي الديني لتدريبات دقيقة على الإرشاد والعلاج بهذه الطريقة كتدريب المتخصص في التحليل النفسي الوضعي.

✘ يجب على المرشد النفسي الديني تعريف الفرد المتأزم بان دوره التوجيهية فقط كما انه ليس في مقدوره مساعدة دون تعاونه معه.

✘ يجب على المرشد النفسي الديني تعريف الفرد المتأزم الذي يسخر أو يقلل من قيمة الإرشاد النفسي الديني،بانه غالبا ما يكون إرشاده بهذه الطريقة مستعصيا، إذ إنه ليس رثاء،ولا تعزية، ولا عطا خالصا.

(ن) ان يضع المرشد النفسي الديني اعتبارات هامة عند التدخل لمواجهة الأحداث الصادمة،مثل:شدة الصدمة ومدتها وتكرارها،و -نضج الشخص المصاب وعمره الزمني،والخبرة السابقة للشخص المصاب،وتفسير الحدث من وجهة نظر الشخص المصاب،وثقافة الشخص ومعتقداته،والتكوين النفسي للشخص المصاب.

(ى) اعداد برنامج إرشادي نفسي ديني لمواجهة الكوارث والأزمات اذ تطلب الامر ذلك: يجب على المرشد النفسى الدينى اعداد برنامج إرشادي نفسي ديني لمواجهة الكوارث والأزمات اذ تطلب الامر ذلك،وان يراعى اسس اسس الإرشاد النفسي الديني والتي تعد المرتكزات الدينية والروحية الإسلامية باعتبار أن تقوية الوازع الديني سبيلا لإرساء الصحة النفسية، كما يجب عليه مراعاة عناصر برنامج الإرشاد النفسي الديني،والتي تتمثل فى الاتى:

● **تحديد أهداف البرنامج:** ينبغى على المرشد النفسى الدينى عند اعداد برنامج إرشادي نفسي ديني ان يضع فى اعتبار أهداف البرنامج،والتي يسعى إلى تحقيقها من خلاله،ومن بين الأهداف التي يمكن وضعها فى الاعتبار عند اعداد برنامج إرشادي نفسي ديني،ما يلى:

- تقديم الدعم النفسي والمعلوماتي ومساندة الفئات المتضررة جراء الصدمة.
- مساعدة المصابين على تخطي الصدمة
- تطمين المتضررين وخلق جو من الراحة والسكينة النفسية.

- أن يستطيع المصدوم تحديد أساليب التعامل مع الصدمة النفسية و تحديد الأساليب الإيجابية والسلبية.
- مساعدة المتضررين على استيعاب وتحديد الأساليب الإيجابية في التعامل مع الصدمة
- تمكين المتضررين من التعبير عن مشاعرهم و همومهم.
- تمكين المتضررين من طلب الدعم من الآخرين.
- تمكين المتضررين من بعض أساليب الراحة الفسيولوجية والذهنية والروحية.
- تمكين المتضررين من تقييم الموقف بطريقة إيجابية.

- **تحديد الفئة المستهدفة من البرنامج:** ينبغى على المرشد النفسى الدينى تحديد الفئة المستهدفة من البرنامج ومراعاة التجانس فيما بينها، كما ينبغى ان يضم البرنامج الفئات المتضررة لمناقشة انشغالاتهم وهمومهم، وتبادل الخبرات ومساعدتهم على تعديل أفكارهم وتطوير قدرتهم على التعامل مع الصدمة بطرق وأسس واقعية ومرتكزات إسلامية.
- **تحديد اسلوب الارشاد النفسى الدينى:** ينبغى على المرشد النفسى الدينى عند اعداد برنامج إرشادي نفسى دينى ان يحدد اسلوب الارشاد النفسى الدينى، من حيث كونه ارشاد فردى ام جماعى.
- **تحديد المدة الزمينة للبرنامج:** يجب على المرشد النفسى الدينى عند اعداد برنامج إرشادي نفسى دينى تحديد المدة الزمينة للبرنامج، بحيث تتناسب مع موضوعات البرنامج هذا من جهة ومن جهة ثانية الا تصيبهم بالملل.
- **تحديد محتوى جلسات البرنامج موضوعاتها:** ينبغى على المرشد النفسى الدينى عند اعداد برنامج إرشادي نفسى دينى ان يحدد محتوى جلسات البرنامج موضوعاتها، ومن ابرز الموضوعات التى يمكن ان يشتمل عليها جلسات البرنامج، كما هو واضح بالجدول التالى:

جدول (2) يوضح ابرز الموضوعات التي يمكن ان يشتمل عليها جلسات برنامج الإرشاد النفسي الديني

اهدافها	موضوع الجلسة
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <p>✘ تمهيد وتعارف من اجل اقامة علاقة مهنية بين المرشد والجماعة المشتركة بالبرنامج، من خلال تهيئة جو من الالفه والمودة والاحترام بين الطرفين.</p> <p>✘ توضيح أهمية البرنامج في التخفيف من حدة الأزمة وفي تعلم أساليب مواجهتها،</p> <p>✘ توضيح أهمية الاعتماد على القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة لتخطي الأزمة مما ينعكس إيجابا على الحياة اليومية وعلى الصحة النفسية والجسدية.</p> <p>✘ الاستعداد من المرشد للاستماع، بتروى وبدون تسرع في الحكم أو التهويل</p> <p>✘ طمأنة المتأزم على أن الأمور طبيعية و فيها أمل للحل ومرافقة كل ذلك بالدعاء، والتوكل على الله.</p> <p>✘ التذكير بوجود حالات أشد من ذلك ومصابه، وقد تم شفائها بقدره الله و التوكل عليه</p> <p>✘ التذكير بان المؤمن مصاب وتدعيم ذلك بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة.</p> <p>✘ تحديد قواعد العمل والعلاقة بين الباحث والمجموعة الإرشادية خلال جلسات البرنامج.</p>	<p>الجلسة الأولى:</p> <p>تمهيد وتعارف:</p>
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <p>❖ توضيح معنى الصدمات والأزمات والكوارث وأنها قضاء وقدر من عند الله وله حكمته في ذلك وأنه علينا التسليم مطلقا بهذا القدر.</p> <p>❖ شرح المضاعفات المترتبة عليه.</p> <p>❖ التعرف على أعراض الصدمات والأزمات والكوارث لدى كل متضرر.</p> <p>❖ التعرف على الآثار التي تخلفها الصدمات والأزمات والكوارث فيما بعد وضرورة</p>	<p>الجلسة الثانية: آثار الصدمة ومغزاها الديني:</p>

<p>استدراكها والتجند للصددمات اللاحقة.</p> <p>❖ التعرف على الأفكار السلبية المرتبطة بالصددمات والأزمات والكوارث ومناقشتها وتصحيحها، كضرورة عودة الكارثة وأنها عقاب من الله فقط بل فيها حكم لا يعلمها إلا الله.</p> <p>❖ تعزيز الجلسة بآيات قرآنية وأحاديث نبوية شريفة.</p>	
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● التعرف على أساليب التعامل مع الصدمات والأزمات والكوارث لدى المصدومين. ● التمييز بين الأساليب السلبية والإيجابية في التعامل مع الصدمات والأزمات والكوارث، ومن بين الأساليب السلبية الهروب أو الانعزال ومن بين الأساليب الإيجابية الصلاة والدعاء والصبر. ● توضيح أهمية الأساليب الإيجابية في التعامل مع الصدمات والأزمات والكوارث. ● المناقشة حول الأساليب السوية في التعامل مع الصدمات والأزمات والكوارث وتعزيزها بذكر الأجر الذي يتلقاه المسلم إذا صبر على مصيبته وشكر ربه ● الاستشهاد بأمثلة عن الصبر مستقاة من القرآن والسنة. 	<p>الجلسة الثالثة: التعامل مع الإيجابي الصدمة:</p>
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <p>➤ تعريف المتضررين بفوائد الصلاة الجسدية والنفسية والدينية وجدواها كوسيلة لتخفيف الصدمات والأزمات والكوارث وعلاج الشد العضلي والتوتر</p> <p>➤ تذكير المتضررين ببعض الآيات والأدعية المفيدة وقت الصدمات والأزمات والكوارث</p>	<p>الجلسة الرابعة: الاسترخاء عن طريق الدعاء والصلاة:</p>
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <p>❖ تبصير المتضررين بضرورة طلب الدعم من الله وسؤاله والشكوى له وهي أنجع طريقة للتنفيس على النفس.</p> <p>❖ توضيح العلاقة بين طلب الدعم والتخفيف من الصدمات والأزمات والكوارث.</p> <p>❖ التعرف على أنواع الدعم.</p>	<p>الجلسة الخامسة: طلب الدعم من الله والآخرين:</p>

<p>❖ تمكين المتضررين من طلب الدعم من الآخرين وتقديم المساعدة إن أمكن.</p>	
<p>وتهدف إلى تحقيق ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> - توضيح أهمية تقبل الصدمات والأزمات والكوارث ومواجهتها، واعتبارها حدث إيجابي، لما له من فوائد على المستوى الدنيوي والآخروي. - مناقشة من فقد احد افراد عائلته اثناء حدوث الصدمات والأزمات والكوارث، وتذكيرهم بوجود حياة أخرى وأنه ليس الفراق الأبدى، وأن يدعو لهم بالرحمة. - توضيح أهمية التحدث والتنفيس من فوائد ومزايا، مثل اخراج المكبوتات داخل النفس البشرية. - توضيح اهمية التعبير بطريقة إيجابية عن الصدمات والأزمات والكوارث. - تشجيع المجموعة على التعبير بصراحة عن المشاعر. - تعزيز الجلسة بآيات تحتوي على بعض نماذج إيجابية في التعبير عن المصائب والنكبات - تعزيز الجلسة ببعض الأدعية التي تبعد الهم والحزن عن النفس. 	<p>الجلسة السادسة:التعبير عن المشاعر والنظر إلى الموقف بإيجابية:</p>
<p>تعد الاستشارة والاستشارة والتعاون استشارة كأسلوب حل المشكلات وغلقت البرنامج،وتهدف هذه الجلسة إلى تحقيق ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ شرح وتوضيح ضرورة الاستشارة والاستشارة عند مواجهة مشكلة ما ■ عرض بعض مشكلات المتضررين والنقاش حولها ومحاولة إيجاد حل مشترك لها. ■ تشجيع المتضررين على التمسك بالتعاليم الدينية لتقوية النفس ومواجهة المشاكل في حال حدوثها ■ تقديم بعض الأمثلة والأحاديث الدينية والأدعية 	<p>الجلسة السابعة:الاستشارة:</p>
<p>الاعلان عن انتهاء البرنامج وشكر الله، ثم شكر أعضاء المجموعة على ما بذلوه من جهد لاجلنا، وحثهم على مواصلة استعمال هذه الأساليب في مواجهة الصدمات في المستقبل ان شاء الله تعالى.</p>	<p>الجلسة الاخيرة والختامية</p>

الفصل الثاني: الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي

أولاً: مشكلات الزواج

قد يحدث قبل الزواج أو أثناءه أو بعد إنتهائه بعض المشكلات وأهم هذه المشكلات ما يلي:

1- مشكلات قبل الزواج:

- أ- مشكلة اختيار الزوجة/الزوج.
- ب- العنوسة.
- ج- تدخل الأقارب.
- د- التفاوت بين الزوجين.
- هـ- الإضرار عن الزواج.
- و- الخلافات أثناء مدة الخطوبة.

2- مشكلات أثناء الزواج:

- أ- العقم.
- ب- المشكلات الجنسية.
- ج- الخيانات الزوجية.
- د- اضطراب العلاقات الزوجية.
- هـ- تدخل الأقارب.
- و- تعدد الأزواج.

3- مشكلات بعد إنهاء الزواج:

- أ- الطلاق.
- ب- الترميل.
- ج- الزواج من جديد.
- د- مشكلات الأولاد.
- هـ- مشكلات قضائية.

4- مشكلات عامة:

- أ- الزواج غير الناضج.
- ب- الزواج المتسرع.
- ج- الزواج الجبري.
- د- زواج المبادلة.
- هـ- زواج الغرض والمصلحة.
- و- الزواج العرفي وزواج المتعة والمسيار.
- ز- مشكلات الزوجة العاملة.
- ر- نقص التربية الجنسية.
- س- الاضطراب النفسي لأحد الزوجين.
- ش- اضطراب الشخصية والعصاب.

ثانيا: تعريف الإرشاد النفسي الديني:

هو عملية مساعدة الأزواج في اختيار شريك الحياة المناسب بناء على فهم ومعرفة انفسهم وقدراتهم والمساعدة في حل المشكلات التي قد تعرقل الحياة الزوجية قبل الزواج او اثناؤه او بعده في ضوء تعاليم الكتاب والسنة النبوية الشريفة.

ثالثا:اهداف الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي

يهدف الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي إلى تحقيق هدف رئيسي وهو تحقيق السعادة على مستوى الأسرة والمجتمع وذلك عن طريق تعليم الشباب/الفتيات أصول الحياة الزوجية السعيدة والجمع بين انسب زوجين بهدف وقائي وعلاجي لكل المشكلات في ضوء تعاليم الكتاب والسنة النبوية الشريفة، وينبثق عن هذا الهدف الرئيسي مجموعة من الاهداف الفرعية،وهي:

☒ مساعدة الافراد في اختيار شريك الحياة الزوجية على فهم صحيح في ضوء تعاليم الكتاب والسنة النبوية الشريفة.

☒ مساعدة الزوجين في تحقيق عادة السعادة الزوجية ورعايتها والتغلب على كل مايعكر صفوها

☒ مساعدة الزوجين في التغلب على المشكلات والصعوبات التي تعترضهما قبل الزواج اوثناءه او بعده.

☒ مساعدة الزوجين على تقوية اواصر العلاقات الزوجية.

☒ مساعدة الزوجين على تفهم العلاقات الزوجية وتقبلها بشكل واقعي.

☒ مساعدة الأزواج في اجاد حل افضل من الطلاق والانفصال.

رابعا: الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي:

كان الناس قديما يسترشدون بالأهل والأقارب والأصدقاء في النواحي العامة والخاصة بالزواج وهذه الطريقة بعيدة عن الإرشاد العلمي^١ ومن يقومون به غالبا غير متخصصين وغير حياديين وقد تكون لبعضهم أغراض شخصية،أما الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي فقد وضع الأمور في يد متخصص يعمل بأسلوب علمي أكثر أمانا ويحقق نجاحا أكثر في حل المشكلات الزوجية وتحقيق التوافق الزواجي. إن

المشكلات الزوجية سواء البسيط منها أو الكبير تلفت النظر إلى أهمية الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي، من اجل تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي والنفسي للزوجين وسعادة الحياة الزوجية واستقرارها والإعداد لها والتغلب على المشكلات التي تعترضها.

خامسا: فوائد الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي:

- مساعدة الافراد في الاختيار الصحيح والشخص المناسب لزوجاه.
- تحمل الفرد قراره وهو اصعب قرار يختاره الانسان في حياة
- مساعدة الفرد في نجاح الحياة الزوجية
- مساعدة الفرد على مراعاة الفروق الثقافية في الاختيار.
- تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي والنفسي للزوجين لضمان حياة مستقرة وسليمة تساعدهم في التغلب على المشكلات التي تعترض حياتهما الزوجية بالاسلوب الذي يحقق الانسجام والرضا المتبادل بينهما.

سادسا: أسس الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي:

- يرتكز الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي على مجموعة من الاسس، وهى:
- ❖ **الأسس العامة:** وتشمل مراعاة مرونة السلوك الإنساني، والفروق الفردية للتعديل، والتغيير، وضرورة الاستمرار في عملية الإرشاد النفسي الديني.
- ❖ **الأسس الدينية:** حيث يعتبر الدين ركناً أساسياً في الإرشاد النفسي الديني، والنمو السوي، ويتضمن النمو الديني، ويحقق الصحة النفسية، وأن القيم الدينية والخلقية، تمثل معايير مقدسة للسلوك الإنساني، كما أن احترام المرشد، والفرد للقيم الدينية، والخلقية يؤدي إلى نجاح عملية الإرشاد النفسي الديني واستمراره.
- ❖ **الأسس النفسية والتربوية:** وتشمل مراعاة الخصائص العامة للنمو في مراحل العمر المختلفة، ومراعاة الفروق الفردية، وإشباع الحاجات النفسية، والاجتماعية، والروحية الدينية للزوجات.
- ❖ **الأسس الاجتماعية:** وتشمل الاهتمام بالزوجة ككائن اجتماعي، تتأثر وتؤثر في البيئة التي يعيش فيها، وأن الضغوط الاجتماعية والثقافية تؤثر في شخصية الزوجة، وفي عملية الإرشاد النفسي الديني، وأن أسلوب

الإرشاد الجماعي من أفضل الطرق الإرشادية في التخفيف من أعراض الاكتئاب النفسي، والمشكلات التي تواجه الأزواج.

❖ **الأسس الفسيولوجية والعصبية:** تتميز مرحلة الأزواج بمجموعة من المتغيرات النفسية، والفسيولوجية، والجسمية التي تؤثر على الأزواج، وعلى عملية الإرشاد النفسي الديني، ويجب أن يتأكد المرشد من قيام الجسم بجميع وظائفه، وخلوه من الأمراض الجسمية، والعضوية التي تؤثر على الناحية النفسية، على اعتبار أن الإنسان يسلك في محيطه البيئي كوحدة نفسية وجسمية.

❖ **الأسس الفلسفية:** وتتضمن مراعاة الطبيعة الإنسانية، وأخلاقيات الإرشاد النفسي الديني، وسرية المعلومات، والعلاقة المهنية التي تقوم على الألفة، والتسامح، واستخدام أسلوب الإقناع، والتفكير المنطقي في المقابلة الإرشادية.

سابعاً: خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي

تتم خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي على حسب ظروف كل حالة وطبيعة المشكلة وحسب استعداد كل طرف وممكن أن يكون الطرفان معا في جلسة قصيرة ثم تتم جلسات فردية ثم تحتتم الجلسات بحضورهما معا. وتقدم خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي لتتناول مشكلات ما قبل الزواج وأثنائه وبعد إنثائه وكذلك المشكلات العامة على النحو التالي:

1- خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي قبل الزواج:

يجب على المرشد النفسي الديني تناول مشكلات قبل الزواج ومحاولة الاستفادة من احكام القرآن الكريم وسنة الرسول صلى الله عليه وسلم في حلها،ومن بين المشكلات التي يتناولها المرشد النفسي الديني ما يلي:

- أ- التربية الزوجية.
- ب- التربية الجنسية.
- ج- الاختيار الزوجي.
- د- دراسة شخصية الزوج/الزوجة.

2- خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي أثناء الزواج:

تقدم للزوجين الوقاية والعلاج للمشكلات التي تظهر أثناء الزواج وذلك لتحقيق السعادة والاستقرار والتوافق الزوجي ويتناول فيها المرشد جوانب الحياة الزوجية التي تؤدي إلى التغلب على

المشكلات التي تواجه الزوجين والسعادة والتوافق الزوجي والرضا الزوجي بينهما مقتدينا في ذلك بسنة الرسول صلى الله عليه وسلم واحكام القرآن الكريم.

3- خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي بعد انتهاء الزواج:

تقدم الخدمات في ضوء المشكلة التي تحدث كالطلاق أو موت احد الزوجين أو الزواج من جديد وذلك ليتغلب الزوجين على مظاهر المشكلة وتستقر أمور كل منهما، وذلك في ضوء سنة الرسول صلى الله عليه وسلم واحكام القرآن الكريم.

ثامنا: نماذج للإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي:

تتعدد نماذج الارشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزوجي، الا انه سوف يتم التعرض لابرزها، كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول (3) يوضح نماذج للإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي

المشكلة	خدمات الإرشاد النفسي الديني	الفنيات المستخدمة
الاختيار الصحيح للزوجة أو الزوج	<p>إرشاد الشباب إلى اسس الاختيار الصحيح للزوجة أو الزوج، وهي:</p> <p>- الأساس الأول: الدين: إن أول أساس وضعه لك الإسلام، لاختيار شريكة العمر، أن تكون صاحبة دين، ذلك أن الدين يعصم المرأة من الوقوع في المخالفات، ويبيدها عن الحرمات، فالمرأة المتدينة بعيدة عن كل ما يغضب الرب، ويدنس ساحة الزوج، أما المرأة الفاسدة المنحرفة البعيدة عن هدى دينها، وتعاليم إسلامها، فلا شك أنها تقع في حبائل الشيطان بأيسر الطرق، أو تصون العرض، من أجل ذلك بالغ الإسلام في الحث على اختيار الزوجه ذات الدين، فهذا هو ذا رسول الإسلام صلى الله عليه وسلم، يبين لك أصناف الناس في اختيار المرأة، ثم يدللك على الصواب فيقول: [تنكح المرأة لأربع: لمالها، ولجمالها، ولحسبها، ولدينها، فاطفر بذات الدين تربت يداك] (رواه البخاري)، وينصح صلى الله عليه وسلم أمراً ناهياً في قوله: [لا تزوجوا النساء لحسنهن فعسى حسنهن أن يرديهن، ولا تزوجوهن لأموالهن فعسى أموالهن أن تطغيهن، ولكن تزوجوهن على الدين ولأمة سواداً حرماء، ذات دين أفضل] (رواه ابن ماجه).</p> <p>وقد كان أسلافنا الصالحون حراًصاً على ابتغاء ذات الدين، وآية ذلك، صنيع أمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضي الله عنه في إيثاره ابنة بائعة اللبن زوجاً لابنه عاصم. فقد روى ابن زيد عن جد "أسلم" قال: بينما كنت مع عمر بن</p>	<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي، والموعظة، الذكر والدعاء، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>

الخطاب - وهو يعّس بالمدينة - إذا هو قد أعيا فاتكأ على جانب جدار في جوف الليل فإذا امرأة تقول لابنتها: يا بنتاه قومي إلى اللبن فامذقيه (أي اخلطيه) بالماء، فقالت لها ابنتها: يا أمّته، أما علمت ما كان من عزمة أمير المؤمنين اليوم، ألا يُشاب اللبن بالماء، فقالت الأم: قومي إلى اللبن فامذقيه بالماء، فإنك في موضع لا يراك فيه عمر ولا منادي عمر، فقالت البنت لأُمّها: والله ما كنت لأطيعه علانية وأعصيه سرّاً، وكان أمير المؤمنين - في استناده إلى الجدار - يسمع هذا الحوار فالتفت إليّ يقول: يا أسلم، ضع على هذا الباب علامة، ثم مضى أمير المؤمنين في عسه، فلما أصبح، ناداني: يا أسلم امض إلى البيت الذي وضعت عليه العلامة، فانظر من القائلة، ومن المقول لها؟ انظر هل لهما من رجل؟ يقول أسلم: فمضيت، فأتيت، الموضع فإذا ابنة لا زوج لها، وهي تقيم مع أمها وليس معها رجل، فرجعت إلى أمير المؤمنين عمر فأخبرته الخبر، فدعا إليه أولاده، فجمعهم حوله ثم قال لهم: هل منكم من يحتاج إلى امرأة فأزوجه؟ لو كان بأبيكم حركة إلى النساء، ما سبقه أحد منكم إلى الزواج بهذه المرأة التي أعرف نبأها، والتي أحب لأحدكم أن يتزوجها. فقال عاصم يا أبتاه تعلم أن ليس لي زوجة فأنا أحق بزواجها، فبعث أمير المؤمنين من يخطب بنت بائعة اللبن لابن أمير المؤمنين عاصم، فزوجه بها، فولدت له بنتاً تزوجها عبد العزيز بن مروان، فولدت له خامس الخلفاء الراشدين الخليفة الزاهد عمر بن عبد العزيز رضوان الله عليهم أجمعين .

- الأساس الثاني: الخلق: يعد الخلق الأساس الثاني لاختيار

شريكة الحياة فهو أن تكون صاحبة خلق، والحقيقة أن هذا العنصر مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالأساس الأول الذي هو الدين، ذلك أن المتدينة لا بد من أن تكون صاحبة خلق، لأن دينها سيمنعها من فحش القول، وبذاءة اللسان، وسوء المنطق وثرثرة الكلام، وعلى كل فحسن الخلق أساس قويم، ومنهج حكيم في البحث عن المرأة.

– الأساس الثالث: أن تكون بكرًا: في المرأة البكر فوائد جلية، ومحاسن وفيرة، حيث إنها تجعل كل حبها لهذا الذي اختارها من بين آلاف النساء، ثم إنها لم تجرب الرجال من قبل فلا شك في أنها ستمنح من يتزوج بها جميع ما تملك من مودة وحنان، ها هو الرسول صلى الله عليه وسلم يسأل جابر بن عبد الله عندما علم أنه تزوج ثيباً: [هلا بكرًا تلاعبك وتلاعبها]، فعلل الصاحب الجليل زواجه بالثيب بأن أباه قد مات وترك له أخوات صغيرات يحتجن إلى الرعاية والعناية، وأن الثيب في هذه الحالة أقدر على رعاية البيت، ولولا هذا الذي قدره الله وقضاه لكانت بكرًا.

– الأساس الرابع: أن تكون ولوداً: من الأسس التي وضعها لك الإسلام، أن تختار المرأة الولود، فعن أنس قال: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يأمر بالباءة، وينهى عن التبتل نهيًا شديدًا ويقول: [تزوجوا الودود الولود فإني مكاثر بكم الأنبياء يوم القيامة]. رواه أبو داود والنسائي.. وعن معقل بن يسار، قال جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: إني أصبت امرأة ذات حسن وجمال وإنها لا تلد أفأتزوجها؟ قال: "لا"، ثم أتاه الثانية فنهاه، ثم أتاه الثالثة،

فقال: [تزوجوا الودود الولود فإني مكاثر بكم الأمم] (رواه النسائي وأبو داود).

– الأساس الخامس: التقارب في السن والثقافة (التكافؤ بين الزوجين): يعد التقارب في السن والثقافة من الأسس التي فصل الإسلام فيها القول عند اختيار شريكة الحياة هو أن يكون هناك تقارب في السن والثقافة، والنسب، وهذا هو ما يطلق عليه في فقها الإسلامي باسم (التكافؤ بين الزوجين)، وذلك لحفظ مستوى الحياة الزوجية، والإنسجام بين الزوج وزوجه، وقد اختلف العلماء في هذا العنصر، فمنهم من قال بضرورة هذا الأساس استناداً إلى بعض النصوص التي جاءت على لسان نبي الأمة صلى الله عليه وسلم ومنها قوله صلى الله عليه وسلم: [زوجوا الأكفاء، وتزوجوا الأكفاء، واختاروا لنطفكم]، وقوله صلى الله عليه وسلم: [تخيروا لنطفكم وانكحوا الأكفاء وأنكحوا إليهم]. (رواه ابن ماجه).

ولكن بعضاً من العلماء لم يأخذ بهذا بحجة أنه غير صالح للحجة. وذهبوا إلى أن المسلمين بعضهم لبعض أكفاء مطلقاً، وهناك أحاديث وردت في الكتب الصحيحة المعتبرة، تدعم ما ذهب إليه هؤلاء العلماء، من ذلك ما روى البخاري عن سهل قال: مرّ رجل على النبي صلى الله عليه وسلم فقال: [ما تقولون في هذا]؟ قالوا: حريّ إن خطب أن ينكح، وإن شفع أن يشفع، وإن قال أن يستمع ثم سكن فمر رجل من فقراء المسلمين فقال: [ما تقولون في هذا]؟ قالوا: حريّ إن خطب ألا ينكح وإن شفع ألا يشفع، وإن قال ألا يُسمع، قال صلى الله عليه وسلم: [هذا خير من ملء الأرض مثل

	هذا]. وظاهر هذا النص أن الفقير كان أحسن ديناً وخلقاً من الأول .	
الشعور بعدم الاستقرار	<p>1- تعريف الأزواج بمفهوم حالة الشعور بعدم الاستقرار وأسبابها (الشعور بالإهمال وافتقاد إلى الاهتمام من الآخرين، الفقر وعدم إشباع رغبات الابناء، وعدم وجود ماوى او عمل..الخ).</p> <p>2- تبصير الأزواج بالآثار السلبية الناتجة عن الشعور بعدم الاستقرار.</p> <p>3- بث الوازع الديني لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتخلص من حالة عدم الاستقرار.</p> <p>4- تقوية إرادة الأزواج على عدم الاستسلام بسهولة للقلق والشعور بعدم الاستقرار من خلال الإيمان بالله، فهو قمة الإرشاد النفسي الدين، والشعور بحالة الاتزان النفسي والقضاء على الشعور بعدم الاستقرار؛ لأن ديننا الإسلامي الحنيف قد وضع الطريق السليم أمام الإنسان، وهذا ما أكده الله سبحانه وتعالى بقوله: ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ (الرعد، آية:11)، وعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" (صحيح مسلم، 393)، فالتقرب إلى الله سبحانه وتعالى، وتقوية النفس والإرادة والسمو على النقائد والترفع على مغريات الدنيا وأهوائها يعطينا راحة نفسية كبيرة ويث فينا الطمأنينة والسكينة.</p> <p>5- حث الأزواج على اداء الصلاة في اوقاتها، فهي تقود إلى السكينة والوقار وهي من أهم الأسباب التي تقضي على</p>	الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي، والموعظة، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم

	<p>حالة عدم الاستقرار، فقد قال الله سبحانه وتعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا* إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا* وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا* إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ (المعارج، آية: 19-22)، وقوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ (المؤمنون، آية: 1-2)، فالصلاة لها فوائد جمّة تؤدي في النهاية إلى تهذيب النفس وتعديل السلوك والوصول بالفرد إلى أقصى درجات الصحة النفسية والاستقرار والهدوء.</p>	
<p>الحوار، والتعزيز المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف الأزواج الأسباب المؤدية إلى سيطرة الأوهام، والتي قد ترجع إلى عوامل خارجية (فقد شخص عزيز عليّ، الحالة الاقتصادية السيئة، مسئولية الأولاد الثقيلة وعدم الاستقرار وكثرة الأعباء)، أو إلى عوامل ذاتية (ضعف الوازع الديني، وضعف الشخصية والثقة بالنفس، والرغبة في جذب انتباه الآخرين واستدرار عطفهم، والتهرب من المسئولية والالتزامات).</p> <p>- تذكير الأزواج بأن النفع والضرر بيد الله وليس بيد أحد من خلقه، كما جاء في قوله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة، آية: 51)، وكذلك ما ورد في الحديث الشريف، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا</p>	<p>سيطرة الأوهام</p>

سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن الترمذي، ب.ت، ص667).

وعن ابن الدّيملي قال: أتيت أبيّ بن كعب فقلت له، وقع في نفسي شيء من القدر فحدثني بشيء لعلّ الله أن يذهبه من قلبي قال، لو أن الله عذب أهل سماواته وأهل أرضه عذبهم وهو غير ظالم لهم ولو رحمهم كانت رحمته خيراً لهم من أعمالهم ولو أنفقت مثل أحد ذهباً في سبيل الله ما قبله الله منك حتى تؤمن بالقدر وتعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك وأن ما أخطأك لم يكن ليصيبك ولو متّ على غير هذا لدخلت النار" (سنن أبي داود، ب.ت، ص225).

- تقوية إرادة الأزواج على عدم الاستسلام بسهولة إلى الأوهام من خلال اللجوء إلى الله سبحانه وتعالى في السراء والضراء، والاستعانة به، فقد ورد في الحديث الشريف عن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل، قدرّ الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان " (صحيح مسلم، ب.ت، ص2052). كما حثهن على المواظبة على الصلاة لقوله تعالى: ﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ

وَالْأَرْضِ ﴿ آل عمران، آية: 191)، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ ﴾ (الأعراف، آية: 201)، وكذلك حثهن على التوكل على الله، وميزهن بين التوكل والتواكل لقوله تعالى: ﴿ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴾ (الطلاق، آية: 3)، وقوله تعالى: ﴿ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴾ (الزمر، آية: 38). وكذلك ما ورد في الحديث الشريف فعن المغيرة بن أبي قرّة السدوسي قال، سمعت أنس بن مالك يقول " قال رجل يا رسول الله أعقلها وأتوكل أو أطلقها وأتوكل؟ قال، أعقلها وتوكل " (سنن الترمذي، ب.ت، ص668).

– غرس الاتجاه لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، وتنمية ثقتهم به والرضا بقضاء الله لقوله تعالى: ﴿ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴾ (البقرة، آية: 156-157)، وكذلك الإكثار من الحمد لله في السراء والضراء والدعاء والتقرب إلى الله سبحانه وتعالى، قال تعالى: ﴿ فَاسْتَجِبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنَجِّي الْمُؤْمِنِينَ ﴾ (الأنبياء، آية: 88). وقوله تعالى: ﴿ لَا تَخَفْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيُّ ﴾ (طه، آية: 68). وقوله تعالى: ﴿ فَاسْتَجِبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ ﴾ (الأنبياء، آية: 84)، فنتيجة اللجوء إلى الله هي سكينه النفس، والتي تعد ثمرة من ثمرات الالتزام الديني وأصلها الطمأنينة والوقار والسكون الذي يترله الله في قلب عبده عند اضطرابه من شدة

	<p>المخاوف، فلا يترعج بعد ذلك لما يرد عليه، ويوجب له زيادة الإيمان، وقوة اليقين، والثبات، قال تعالى: ﴿ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ﴾ (التوبة، آية:26). وقوله تعالى: ﴿إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ﴾ (التوبة، آية:40). وقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾ (الفتح، آية:4).</p>	
<p>الحوار، والتعزيز المعنوي والمادي، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1- تعريف الأزواج بمفهوم الثقة بالنفس. 2- تعريف الأزواج بالأسباب المؤدية إلى ضعف الثقة بالنفس (مثل: الضغوطات النفسية والاقتصادية، كثرة الهموم والمشاكل المتراكمة، قلة الإيمان والوساوس الشيطانية.. الخ). 3- مساعدة الأزواج على ملاحظة الآثار المترتبة على ضعف الثقة بالنفس (مثل: تدمير حياة الافراد، وموت بطيء لطاقتهم ودوافعهم وبالتالي يؤدي إلى عدم القدرة على اتخاذ أي قرار حازم في الحياة). 4- توجيه الأزواج إلى كيفية تجنب الأسباب والمواقف التي تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس. 5- مساعدة الأزواج على كيفية التخلص من الشعور بضعف الثقة من خلال الحديث الايجابي مع النفس والبعث عن العبارات السلبية في الحديث مع النفس.</p>	<p>ضعف الثقة بالنفس</p>

	<p>6- بث الوازع الديني لدى الأزواج لتقوية الثقة بالنفس من خلال الصلاة وقراءة القرآن الكريم، التي تمد الإنسان بالسكينة والطمأنينة وتجعل الإنسان يعمل قدر استطاعته ثم يتوكل على الله في كل شيء.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1. معرفة الأسباب المؤدية إلى البدانة وزيادة الوزن، والتي ياتي تناول الصعام بكثرة مع عدم ممارسة الرياضة.</p> <p>2. إرشاد الأزواج إلى اضرار البدانة، والتي منها زيادة الوزن والذي يعد في مقدمة الأسباب المؤدية للوفاة، كما أنها سبب كبير في الإصابة بالكثير من الأمراض وربما تقود إلى الوفاة.</p> <p>3. إرشاد الأزواج وتبصيرهن إلى الطريقة المثلى لتجنب البدانة بالاعتدال في الطعام وتكوين نظام للطعام قويم، فعن المقدم بن معدي كرب أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " ما من وعاء ملاء بن آدم وعاء شراً من بطنه حسب ابن آدم أكالات يقمن صلبه فإن كان لا بد فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه" (صحيح ابن حبان، 1993، ص449).</p> <p>4. تقوية إرادة الأزواج للتغلب على الهموم والمشاكل النفسية التي تدفعها إلى الإكثار من الأكل، بالابتعاد عن الهموم وتقوية الثقة بالله وتقوية الإرادة وذلك بالتغلب على الهموم والضغوط النفسية التي تقودنا إلى تناول الطعام وبالتالي إلى السمنة.</p> <p>5. تبصير الأزواج إلى أهمية ممارسة التمارين الرياضية للتخلص من زيادة الوزن بالتعود على ممارسة التمارين الرياضية صباحاً ومساءً للمحافظة على لياقة الجسم.</p>	<p>زيادة الوزن</p>

<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1. إرشاد الأزواج إلى نقص الوزن يعد مشكلة إذ كان نقص عن المعدل الطبيعي نقصاً واضحاً حيث يؤدي فقدان الوزن إلى إبقاء الجسم في وزن يقل عن 85% عن الوزن المتوقع (أحمد جهان الفورتية، 1994، ص23).</p> <p>2. معرفة الأسباب المؤدية إلى نقص الوزن، والتي منها ضعف الشهية التي تسببها الهموم النفسية والتي تفقد القابلية للأكل.</p> <p>3. إرشاد الأزواج إلى الطريقة المثلى لتجنب نقص الوزن، وهي تنظيم أوقات الطعام والاهتمام بتناول الغذاء الصحي المتكامل من ناحية العناصر الغذائية.</p> <p>4. تعزيز الوازع الديني عند الأزواج للتغلب على الهموم والمشاكل التي تؤدي إلى نقص الوزن، وذلك بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى وقد جعل في القرآن الكريم شفاءً لكل شيء فقال تعالى: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد، آية: 28)، وقوله تعالى: ﴿وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (الإسراء، آية: 82)، وبالقرآن الكريم نتغلب على كل المشاكل والهموم.</p> <p>5. تقوية إرادة الأزواج للخروج من دائرة القلق والمشاكل ولضغوط المحيطة بها بالترفيه عن النفس بممارسة الهوايات النافعة والتمارين الرياضية بانتظام، والمشاركة بالرحلات والحفلات المفيدة.</p>	<p>نقص الوزن</p>
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة</p>	<p>- تعريف الأزواج بالأسباب المؤدية إلى الاضطرابات المعوية. - إرشاد الأزواج إلى كيفية تجنب الشعور بالاضطرابات</p>	<p>الاضطرابات المعوية</p>

والاستماع إلى آيات من
الذكر الحكيم.

المعوية، من خلال ضرورة الأخذ بالأسباب المشروعة، وعلاج
الاسباب المؤدية اليه، مع عدم اللجوء إلى العرافين، والسحرة،
والدجالين؛ الذين يستغلون معاناة الناس، باسم الدين.

- تقوية الوازع الديني لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله
للتخلص من هذا المرض، لذا يجب الاستعانة بالله في التغلب
على كل مشكلة فيجب أن يكون إيمانك بالله قوياً للتغلب
على كل العقبات، ومن الاساليب الدينيه التي تفيد في
التخفيف من شدة هذه الاضطرابات، البسملة قبل تناول
الطعام أو الشراب، فقال علي بن أبي طالب كرم الله وجهه
في قوله " بسم الله " إنه شفاء من كل داء، وعون على كل
دواء، وأما "الرحمن" فهو عون لكل من آمن به، وهو اسم
لم يسم به غيره، وأما " الرحيم " فهو لمن تاب وآمن وعمل
صالحاً (تفسير القرطبي، 1952، ص 107)، وكذلك استخدام
عسل النحل، والاستشفاء به، قال تعالى: ﴿ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَىٰ
النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا
يَعْرِشُونَ * ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا
يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ﴾
(النحل، آية: 68-69)، وكذلك استخدام الحبة السوداء
والتي أوصى رسول الله صلى الله عليه وسلم على
استخدامها، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع رسول الله
صلى الله عليه وسلم يقول " في الحبة السوداء شفاء من كل
داء إلا السام، قال ابن شهاب، والسام: الموت، والحبة
السوداء: الشونيز " (صحيح البخاري، 17-18).

عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال، جاء رجل إلى
النبي صلى الله عليه وسلم فقال " إن أخي استطلق بطنه،

فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم، اسقه عسلاً، فسقاه، ثم جاءه فقال، إني سقيته عسلاً فلم يزد إلا استطلاقاً فقال له، ثلاث مرات، ثم جاء الرابعة فقال، اسقه عسلاً فقال، لقد سقيته فلم يزد إلا استطلاقاً، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم، صدق الله وكذب بطن أخيك، فسقاه فبراً " (سنن الترمذي، 409). وهذا الحديث يشير إلى ان الانسان اذ أيقن تماماً بأن الشفاء بيد الله سبحانه وتعالى؛ شفاه الله، بالرغم من أن العسل لم يتغير في كلا المرّات، وهذا مصداقاً لقوله تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ (الرعد، آية: 11). ويساعد ايضاً استخدام ماء زمزم ان شاء الله في الحد من الاضطرابات المعوية، لما فيه من الخير والبركة، فوصف ابن القيم رقيه بالفاحة فقال، كنت أتعالج بها، وأخذ شربة من ماء زمزم، وأقرؤها عليها مراراً، ثم أشربه، فوجدت بذلك البرء التام، ثم صرت أعتمد ذلك عند كثير من الأوجاع، فانتفع بها غاية الانتفاع (ابن الجوزي، ص178).

الحوار الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، التمارين الرياضية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.

1. تعريف الأزواج بمفهوم فقد الاستمتاع بالهوايات.
2. تعريف الأزواج بفوائد ممارسة الاستمتاع بالهوايات والتي تعد وسيلة جيدة للشعور بالوقت والاستمتاع به.
3. تعريف الأزواج بأسباب التي قد ترجع إلى مرور الانسان بحالات عصبية بسبب الاكتئاب والحزن؛ تفقده الاستمتاع بالهوايات
تبصير الأزواج بالآثار النفسية والاجتماعية السلبية الناتجة عن

عدم الاستمتاع
بالهوايات

هذه الحالة، والتي منها: أعاني كثيراً الشعور بان الوقت يمر ببط شديد، والشعور بالحزن، والاصابة بالإحباط والإحساس بالوحدة وبالفرغ.

4. تقوية إرادة الأزواج على عدم الاستسلام للقلق والاكتئاب والحزن، وتنمية ثقتهم بأنفسهن.

5. غرس الاتجاه لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، فيجب أن نلجأ أولاً وأخيراً لله سبحانه ونتذكر أن النفع والضرر بيد الله سبحانه وتعالى، قال تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة، آية: 51)، وتذكر قول رسول الله صلى الله عليه وسلم، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن الترمذي، ب.ت، ص667)، وعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " (صحيح مسلم، ب.ت، ص393)، وكذلك حث على التوكل على الله فقال تعالى: ﴿قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ

	<p>الْمُتَوَكِّلُونَ ﴿ (الزمر، آية:38)، كما يجب أن تقوية الارادة والتغلب على الوسوس والاضطرابات؛ من خلال المدوامة على الصلاة؛ لأن الصلاة تقوي الصلة بين الإنسان وربه وتلهمه السكينة والطمأنينة؛ لأنها تمد الإنسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي والاسترخاء التام والهدوء وكذلك احرصى على ممارسة التمارين الرياضية التي ستعطيك القوة والحزم، وكذلك يجب استشعار رعاية الله ومعيته مع المؤمنين، قال تعالى: ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا ﴾ (الحج، آية:38)؛ لأن ذلك سيبعث الهدوء في النفس، ويبعث الراحة في العقل.</p>	
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي، والموعظة، ونشرات علاجية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1. الكشف عن الأسباب المؤدية لعدم الإحساس بالراحة، والتي منها عدم تمكن الفرد من تحقيق اهدافه، والضغوطات التي يتعرض لها الفرد وينتج عنها شعوره بعدم الراحة.</p> <p>2. إرشاد الأزواج الاثار المترتبة على الشعور بعدم الراحة، والتي من ابرزها الشعور بالإحباط واليأس، والاصابة بالاكئاب وعدم الرغبة في العمل.</p> <p>3. تنمية مهارة التخلص من عدم الإحساس بالرضا، من خلال اداء بعض الممارسات التي تؤدي إلى التخفيف من عدم الراحة منها: الاسترخاء، وممارسة بعض الأنشطة الرياضية، والإكثار من الدعاء عند الشعور بالضيق، قال تعالى: ﴿ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ﴾ (غافر، آية:60).</p> <p>4. إرشاد الأزواج على ضرورة الحرص على طلب العلم فكلما علم الإنسان انشرح صدره واتسع والإخلاص في</p>	<p>عدم الإحساس بالراحة</p>

كل شيء في العمل وفي تربية الأبناء؛ يشمل الإخلاص في كل نواحي الحياة، فإذا حقق الإنسان أهدافه؛ يشعر بالرضا والراحة.

5. غرس بذور الرضا والإيمان في نفوس الأزواج.

تنمية الوازع الديني عند الأزواج للتغلب على عدم الإحساس بالراحة، وذلك من خلال الإيمان الصادق بالله تعالى وبالقدر خيره وشره، فلا بد أن نؤمن أن الله سبحانه وتعالى علم منذ الأزل كل ما سيقع في هذا الكون قبل حصوله، ولا يقع شيء في هذا الكون إلا وفق علم الله وتقديره، فأفعال العباد وأرزاقهم وأجالتهم كلها مقدرة عنده، قال تعالى: ﴿عَالِمِ الْغَيْبِ لَا يَعْزُبُ عَنْهُ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا فِي الْأَرْضِ وَلَا أَصْغَرُ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرُ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ﴾ (سبأ، آية:3)، وقوله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا﴾ (التوبة، آية:51)، وما ورد في الحديث الشريف فعن عبادة بن الوليد رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " إن أول ما خلق الله تبارك وتعالى القلم، قال له: اكتب فجرى في تلك الساعة بما هو كائن إلى يوم القيامة" (مسند أحمد، 317)، وكذلك ما ورد في الحديث القدسي، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: قال الله عز وجل: " يا ابن آدم تفرغ لعبادتي مملأً صدرك غنى وأسد فقرك وإلا تفعل مملأت صدرك شغلاً ولم أسد فقرك" (مسند أحمد، 358).

<p>النقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1. تعريف الأزواج بمفهوم الانتحار، والذي يشير إلى محاولة ناجحة أو فاشلة لإنهاء الحياة.</p> <p>2. التبصير بأسباب إقدام بعض الناس على الانتحار، والتي أهمها: انعدام الوازع الديني، وضعف الإيمان بالله، إضافة إلى الأمراض الفتاكة والمعدية قد تقود ضعيفي الإيمان إلى التفكير في الانتحار، وكذلك بعض الاختلالات العقلية والوراثية والعزلة الاجتماعية. وقد يكون للمجتمع وعدم تقبله للفرد عاملاً في انهيار معنويات الشخص وتفكيره في الانتحار.</p> <p>3. إرشاد وتحذير الأزواج من مجرد التفكير بالانتحار، وتقبل حقيقة أننا لا نستطيع أن نكون سعداء كل الوقت.</p> <p>4. تنمية الوازع الديني لدى الأزواج للاتجاه إلى الله، بتذكر الله سبحانه وتعالى، وتقوية الإيمان وزرع الأمل في النفس، وتذكر قوله تعالى: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (البقرة، آية: 195)، وروى أبو هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: من قتل نفسه بحديدة فحديده في يده يتوجأ بها في بطنه في نار جهنم خالداً فيها أبداً، ومن شرب سماً فقتل نفسه فهو يتحساه في نار جهنم خالداً مخلداً فيها أبداً ومن تردى من جبل فقتل نفسه فهو يتردى في نار جهنم خالداً مخلداً فيها أبداً" (صحيح مسلم، 103).</p> <p>5. تقوية ثقة الأزواج بأنفسهن وزرع بذور الأمل والتفاؤل، والتواصل مع الآخرين، وتذكر أن الكمال لله وحده،</p>	<p>محاولة الانتحار</p>
---	--	------------------------

<p>النقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1. تعريف الأزواج بالأسباب المؤدية إلى البطء في أداء المهمات.</p> <p>2. إرشاد الأزواج بالآثار المترتبة على البطء في أداء المهمات مثل: الشعور بشيء من الضيق، والضحج، والإحباط، والشعور بالعجز والنقص والفشل في أداء الاعمال.</p> <p>3. توجيه الأزواج إلى كيفية تجنب البطء في أداء المهمات، وذلك من خلال اتباع الآتي: عدم قبول الأعمال التي لا نستطيع إنجازها، ولا نمتلك مهارات أدائها أداءً تاماً دون بطء أو عرقلة، والأخذ بالأسباب ما أمكن، والاعتماد على التخطيط سعيًا لإنجاز العمل المطلوب، والقراءة والاطلاع حول الأدبيات المتعلقة بإدارة الأعمال بنجاح، وعدم اليأس إذا لم ننجح في إنجاز بعض الأعمال والمبادرة إلى المزيد من العمل، بناء علاقة طيبة مع الآخرين، فهي تساعد على إنجاز كثير من الأعمال، لا سيما الصعب منها والخرج، والاستعانة بالله عز وجل على أداء أعمالنا، والحرص على اتقان الاعمال، كما ورد في الحديث الشريف عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه " (مسند أبي يعلى، 1989، ص349)، وكذلك مراقبة الله في السر والعلانية، ومخافة الله في المنشط والمكروه وما ورد في الحديث الشريف الذي قال فيه رسول الله صلى الله عليه وسلم عندما دار الحوار بينه وبين جبريل عليه السلام " قال ما الإحسان قال، أن تعبد الله كأنك تراه فإن</p>	<p>البطء في أداء المهمات</p>
---	--	------------------------------

	<p>لم تكن تراه فإنه يراك ... " (صحيح البخاري، 1994، ص22).</p> <p>4. مساعدة الأزواج على كيفية التخلص من الشعور بالضيق أو الإحباط نتيجة البطء في أداء المهمات، وذلك من خلال تحمّل المسؤولية، ويجب أن نعلم أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان له السبق الأعظم في تربية النشء على تحمّل المسؤولية، وهذا ما ورد في الحديث الشريف فعن عبد الله بن عمر رضي الله عنه قال، سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته الإمام راع ومسئول عن رعيته والرجل راع في أهله وهو مسئول عن رعيته والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها، والخادم راع في مال سيده ومسئول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها، والخادم راع في مال سيده ومسئول عن رعيته، قال وحسبت أن قد قال والرجل راع في مال أبيه ومسئول عن رعيته، وكلكم راع ومسئول عن رعيته (صحيح البخاري، 147-148).</p> <p>5. ضرورة نصح الأزواج بالعمل على اكتساب مهارة إدارة الوقت بكفاءة، فهي ضرورية لإنجاز كثير من الأعمال دون تأخير، والتغلب على مشكلة البطء في أداء المهمات.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى</p>	<p>- تعريف الأزواج بأن للبكاء أنواعاً كثيرة، فالبكاء من خشية الله وهذا محمود، فبكاء الرحمة والرقّة، والحجبة والشوق، والفرح والسرور، وبكاء الجزع من ورود الألم وعدم احتمالها، وبكاء الحزن، وبكاء الخوف، لكن ما يهمنا</p>	<p>البكاء</p>

آيات من الذكر الحكيم.

في هذه الجلسة هو بكاء الحزن على ما مضى من حصول مكروه أو فوات محبوب، وبكاء الخوف من المصائب، لما يتوقع في المستقبل.

- تعريف الأزواج بالأسباب المؤدية إلى التوتر والبكاء.

- تنمية مهارة ضبط الانفعال لدى الأزواج أمام المواقف الضاغطة.

- تقوية الوازع الديني لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتغلب على الأحزان، والتحكم في الانفعالات وضبط النفس، والاستعانة بالله للتغلب على المخاوف والأحزان، إذ قال تعالى: ﴿فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (البقرة، آية: 38)، وكذلك الاستعانة بالله من الهم والحزن، وأن نتذكر دعاء رسول الله صلى الله عليه وسلم، فعن أبي عمرو قال سمعت أنس بن مالك قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم يقول: "اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل، وضلع الدين، وغلبة الرجال" (صحيح البخاري، 1994، ص 205)، كذلك الرضا بالقضاء والقدر، قال تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة، آية: 51)، وقوله تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران، آية: 139)، واستشعار رعاية الله ومعيته مع المؤمنين، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُورٍ﴾ (الحج، آية: 38)، وكذلك المداومة على إقامة الصلاة، فإن وقوف الإنسان في الصلاة بين يدي الله في خضوع وتضرع؛ يمد

	<p>الإنسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي والاطمئنان القلبي والأمن النفسي.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والدعاء، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>الإفراط في النوم</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ارشاد الأزواج إلى ان الإفراط في النوم هو حالة نفسية يهرب بها الإنسان من المشاكل والأحزان. 2. إتاحة الفرصة للزوجات للتعرف على أسباب الإفراط في النوم، التي منها: المعاناة من المشاكل والأحزان، والاصابة بالاكئاب، والضغط النفسية والاقتصادية... الخ. 3. تعريف الأزواج باضرار الإفراط في النوم، والتي من أهمها: التأثير على الوظائف الحيوية الخاصة بالجسم، ويمكن أن يؤدي إلى إصابة الإنسان بالسمنة وزيادة الوزن، وقد يؤثر على إنجاز الأعمال ويؤدي إلى الخمول والكسل. 4. تزويد الأزواج بالإرشادات التي تعينهن على تغلب الإفراط في النوم، وذلك من خلال ممارسة الرياضة، فالرياضة أداة تخفف من الأحزان والضغط النفسية، وكذلك ن خلال ممارسة الهوايات التي من شأنها مساعد الفرد على قضاء وقت الفراغ والتغلب على المشاكل والأحزان، كذلك ايضا يجب على الفرد الحرص على إتقان الاعمال، لانه يساعد على التغلب على الأحزان. 5. تنمية الوازع الديني لدى الأزواج نحو الاستعانة بالله تعالى للتغلب على المشاكل والأحزان، وذلك بالتوجه إلى الله بقلب راضٍ مطمئن، والاستعانة به في التغلب على أي مشاكل أو أحزان قد تمر به، وقال تعالى: ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (المائدة، آية: 11)، 	

	<p>كذلك ضرورة الاستغفار لقوله تعالى: ﴿ الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ﴾ (آل عمران، آية: 17)، وكذلك يجب الالتزام بالصلاة، فالصلاة أقوى وأهم أداة لبث الطمأنينة في النفوس وبث الهدوء في الأعصاب، قال تعالى: ﴿ فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴾ (النساء، آية: 103)، وكذلك الدعاء؛ فإنه وسيلة لجلب السكينة والطمأنينة.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والحديث الإيجابي مع النفس، والدعاء، والتوبة، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج الى تعريفات مفهوم المعاناة النفسية والتي منها: أنها الاستجابة المميزة لفقدان شيء أو شخص غالي، فضلاً عن كونها حالة انفعالية معقدة تتضمن استجابات فسيولوجية ووجدانية وأخرى معرفية.</p> <p>2- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج الى الآثار السلبية والضارة لمفهوم المعاناة النفسية، ومن هذه الآثار:</p> <p>أ- الآثار الجسمي: فقد الشهية - نقصان الوزن - آلام وصداع في الرأس - آلام في المعدة - آلام في المفاصل - ضيق التنفس - صعوبة في النوم - كوابيس عند النوم - خمول وعدم قدرة على القيام بأعمال.</p> <p>ب- آثار عقلية: صعوبة في ذكر الأشياء - صعوبة في التركيز والانتباه - سماع أصوات غريبة - كثرة التفكير في الموت - تطور غريب على الأفكار - التفكير بالحاح في الشهيد ومواقفه.</p> <p>ج- آثار نفسية: الشعور بالوحدة - سرعة الانفعال والنرفزة - سرعة البكاء - اليأس من المستقبل - وغيرها.</p>	<p>المعاناة النفسية من فقد احد افراد الاسرة (الزوج، الزوجة، احد الابناء)</p>

3- ارشاد الأزواج او إلى الأزواج الى الخصائص النفسية لمفهوم المعاناة النفسية والتي منها:

— القصور الذاتي: أي ميل الشيء إلى الاحتفاظ بحالته الراهنة بعد غياب المؤثر الخارجي، ويتمثل هذا في استمرار الأفراد في الشعور بوجود الفقيد وسماع صوته وكذلك استمرار تأثيره في إدارة شؤون البيت.

— نوبات الحزن والاكتئاب: حيث يظهر الحزن بشكل مفاجئ بعد فترة من الانقطاع في مناسبات معينة ثم يختفي وهو ما يمكن أن نطلق عليه الحزن المناسبي وتصبح هذه النوبات مثيرة للقلق حين تتسم بالحدة وتتوالى في فترات متقاربة وقد يكون سبب ذلك الذكريات الداخلية.

— الحزن بأثر رجعي: حيث عندما يفقد الشخص عزيزاً فإن الحزن يتجدد عمن رحلوا من الأعمام السابقين فيتجدد الحزن على أولئك الراحلين جميعاً.

— ظهوره مفهوم المعاناة النفسية على مراحل أربعة: وهذه المراحل الأربعة هي:

المرحلة الأولى: وهي "مرحلة الإنكار وعدم التصديق" فلا يصدق بالذي حصل. ويقول: أنا لا أصدق ما تقولون، ولا أظن أن ذلك يحصل، اذهبوا... وتأكدوا، وذلك لكي يهون على نفسه المصيبة.

المرحلة الثانية: "تبدل الشعور" فلا يحس بالحزن، ولعلك قد لاحظت ذلك في بعض الناس عندما يموت له قريب فيشعر وكأنه لم يحدث شيء ولا يحزن. وهذه المرحلة لا تتعدى عادة أسبوعين.

المرحلة الثالثة: وهي مرحلة البكاء وضيق الصدر، وعدم الرغبة في أي شيء من الطعام أو الجنس أو غيره، مع باقي أعراض الاكتئاب بشكل خفيف كما ذكرناها قبل قليل.

المرحلة الرابعة: وهي مرحلة قبول الأمر والتسليم للواقع، والاستمرار في الحياة الدنيا، وهذه المراحل لا تزيد مدتها جميعاً عن ستة أشهر. فإذا جاء إنسان وقد فقد عزيزاً عليه منذ سنة أو سنتين، وكلما تذكره يبكي ويضطرب وتكون الحالة شديدة جداً إلى درجة أنه يترك وظيفته وينعزل، فيكون هذا اكتئاباً.

4- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج إلى أداء العبادات وقراءة القرآن وارتداد المساجد وسماع المواعظ والتذكير بالله كل ذلك له دوره الإيجابي في التخفيف من الأحزان.

5- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج إلى التخلص من المظاهر الحدادية: مثل خلع الملابس السوداء وعدم فتح التلفاز وغيرها. حيث فتح التلفاز لا يدع للشخص فرصة ليخلو بالأحزان واجترار الذكريات فضلاً عن احتمال تعرض الفرد

خلال المشاهدة لخبرات إيجابية تساعد على التخفيف.

6- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج إلى الحديث الإيجابي مع النفس، فمحادثة الإنسان لنفسه وإقناعه لها يكون دوره إيجابياً في التخفيف من حدة الأسى من ذلك ترديد عبارات (قل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا) (الحي أبقى من الميت) وغيرها.

7- تنمية الوازع الديني لدى الأزواج أو الأزواج نحو الاستعانة بالله تعالى للتغلب على المشاكل والأحزان، وذلك بالتوجه إلى الله بقلب راضٍ مطمئن، والاستعانة به في التغلب على أي مشاكل أو أحزان قد تمر به، وقال تعالى: ﴿وَأَتَّقُوا اللَّهَ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (المائدة، آية: 11)، كذلك ضرورة الاستغفار لقوله تعالى: ﴿الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالسَّحَرِ﴾ (آل عمران، آية: 17)، وكذلك يجب الالتزام بالصلاة، فالصلاة أقوى وأهم أداة لبت الطمأنينة في النفوس وبث الهدوء في الأعصاب، قال تعالى: ﴿فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا﴾ (النساء، آية: 103)، وكذلك الدعاء؛ فإنه وسيلة لجلب السكينة والطمأنينة.

8- ارشاد الأزواج أو إلى الأزواج إلى فضائل الصبر عند البلاء والتي منها:

نعمة الصبر لا تعدلها نعمة على الإطلاق: تعد نعمة الصبر لا

تعد لها نعمة على الإطلاق، لذا قال تعالى في كتابه الحكيم:
{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ } (سورة البقرة،
153)، فالإنسان حينما يتصل بالله يسعد، و عندئذ بعد
اتصالك بالله أنت أكبر من أكبر مصيبة،

كل شيء له حساب إلا الصبر: يجب ان يعلم الانسان ان
كل شيء له حساب إلا الصبر فإن الله يوفى الصابرين
أجورهم بغير حساب، لقوله تعالى: { إِنَّمَا يُوفَّى الصَّابِرُونَ
أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ } (سورة الزمر: 10).

الصبر قمة السعادة: يشعر المؤمن الصابر الذي يتصل بالله
عز وجل بانه في قمة السعادة، كما جاء في قوله تعالى: {
إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِرًا } (سورة ص: 44)، وقوله تعالى:
{ وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ
{ (سورة البقرة: 45).

العاقبة للمتقين: يجب ان يعلم الانسان ان العاقبة للمتقين
العاقبة للمتقين، الأيام تدور، أناس يرتفعون، أناس
ينخفضون، أناس يصبحون أغنياء، أناس يفتقرون، وفي
النهاية العاقبة للمتقين، كما جاء في قوله تعالى: { فَاصْبِرْ إِنَّ
الْعَاقِبَةَ لِلْمُتَّقِينَ } (سورة هود: 49).

وعده الله الصابرين بحياة طيبة: وعده الله الصابرين بحياة طيبة،
كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ
وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرُءُونَ
بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ } (سورة
الرعد: 22)، فنجد في حياتنا طالب مهمل لا يدرس، لا
يداوم، لا يقرأ، لا يؤدي امتحاناً، يمضي وقته كما يتمنى،

وكما يشتهي، وكما يريد، وطالب آخر ملتزم بالدوام والدراسة، انظر لهذين الطالبين بعد عشرين عاماً، إنسان له مكانة في المجتمع، متألق، وله مكانة اجتماعية، والثاني يعاني ما يعاني:، مصداقاً لقوله تعالى: { فَاصْبِرْ إِنَّ الْعَاقِبَةَ لِلْمُتَّقِينَ } (سورة هود: 49).

أن الله سبحانه وتعالى يحب الصابرين: ان الله سبحانه وتعالى الصابرين يحب الصابرين، كما جاء في قوله تعالى: { وَكَأَيِّنْ مِنْ نَبِيِّ قَاتَلَ مَعَهُ رَبِّيُونَ كَثِيرٌ فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ (146) ({ آل عمران، 146).

أن الصابرين في معية الله عز وجل: أن الصابرين في معية الله عز وجل، كما جاء في قوله تعالى: { وَاصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ } (الأنفال، 46).

أن الصبر فيه خير لأهله: أكد الله سبحانه وتعالى أن الصبر فيه خير لأهله، كما جاء في قوله تعالى: { وَإِنْ عَاقَبْتُمْ فَعَاقِبُوا بِمِثْلِ مَا عُوقِبْتُمْ بِهِ وَلَئِنْ صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ لِلصَّابِرِينَ (126) { (النحل، 126).

خص الله تعالى الصابرين بأمر ثلاثة لم يخص بها غيرهم وهي: صلواته عليهم ورحمته لهم وهدايته لهم،، كما جاء في قوله تعالى: { وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ * أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ } (سورة البقرة، 155 - 157).

أن الله سبحانه وتعالى قد ربط الفلاح في الدنيا والأخرة

	<p>بالصبر: ربط الله سبحانه وتعالى الفلاح في الدنيا والآخرة بالصبر، كما جاء في قوله تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ } (200) (سورة آل عمران، 200).</p> <p>أن الصابرين لهم حظ عظيم في الدنيا والآخرة: بشر الله تعالى الصابرين بان لهم حظ عظيم في الدنيا والآخرة، كما جاء في قوله تعالى: { وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ تَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلْقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ } (80) (القصص، 80)، قوله تعالى: { وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ } (فصلت: 35).</p> <p>بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء: بشر الله الصابرين بصبرهم على البلاء، فقال تعالى: { وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ } (سورة البقرة، 155).</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والحديث الايجابي مع النفس، والدعاء، والتوبة، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>- التعريف باهمية الزواج وخاصة للقادر عليه، ومن لا يستطيع فعلية بالصوم، فعن عَلْقَمَةَ قال: كنت أمشي مع عبد الله بمِنَى، فَلَقِيَهُ عُثْمَانُ - رضي الله عنهما -، فَقَامَ مَعَهُ يُحَدِّثُهُ، فقال له عُثْمَانُ: يا أبا عبد الرحمن! ألا نُزَوِّجُكَ جَارِيَةً شَابَةً؟! لَعَلَّهَا تُذَكِّرُكَ بَعْضَ مَا مَضَى مِنْ زَمَانِكَ! قال: فقال عبد الله: لَئِنْ قُلْتَ ذَلِكَ، لقد قال لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((يا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مِنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ)) رواه البخاري ومسلم.</p> <p>- ارشاد الشباب الى ان الزواج شريعة إلهية منذ أن خلق الله</p>	<p>العزوف الزواج الزواج عن (عدم)</p>

سيدنا آدم عليه السلام، فقال: { وَقُلْنَا يَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ } (البقرة، 35)، واستمرت هذه السنة آلاف السنين ولم يكن هناك أي خطأ أو نتائج سلبية لعملية الزواج، ولكن الإنسان عندما غيّر هذه السنّة، بدأت المشاكل بالظهور وبدأت النتائج السلبية تطفو على السطح، وبدأ الباحثون ينادون بضرورة العودة إلى الزواج كفطرة طبيعية، ولذلك قال تعالى: { وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ } (الروم: 21). وكان الله تعالى يريد أن يؤكد لنا من خلال هذه الآية على ضرورة الالتزام بقانون الزواج وعدم مخالفته، لذلك فإن الابتعاد عن طريق الله والإعراض عن ذكره يعرض صاحبه لضنك العيش، فلن يكون سعيداً في الدنيا، أما في الآخرة فالعذاب بانتظاره، لقد كان في الدنيا ينظر إلى ما حرم الله ويمتعه نظره بالفواحش ولذلك سوف يفقد هذا البصر يوم القيامة ويحشره الله أعمى، يقول تعالى: { وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى * قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيرًا * قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيَتْهَا كَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنْسَى * وَكَذَلِكَ نَجْزِي مَنْ أَسْرَفَ وَلَمْ يُؤْمِنْ بِآيَاتِ رَبِّهِ وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَشَدُّ وَأَبْقَى } (طه: 124-127).

– ارشاد الشباب الى ان الزواج سنّة نبوية، لقول النبي صلى الله عليه وسلم: ((فمن رغب عن سنّتي فليس مني)).

– ارشاد الشباب الى ان الزواج سنّة نبوية وشريعة إلهية، فمن أعرض عن الزواج فإنه يخالف بذلك تعاليم الخالق وسنة نبيه

عليه الصلاة والسلام.

- ارشاد الشباب الى ان الزواج قد كون سبباً للغنى لقوله تعالى: { وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ } (النور: 32)، وهذه الآية تؤكد أن الزواج يمكن أن يكون سبباً للغنى لقوله تعالى: { إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ }.

- ارشاد الشباب الى ان الزواج يساعد في إشباع الجانب العاطفي لدى الإنسان بما يسهم في تمتعه بصحة أفضل. وقد جاءت بعض الدراسات لتؤكد على ضرورة "إشباع" الجانب العاطفي لدى الإنسان ليتمتع بصحة أفضل، فأكدوا أن المتزوجين أكثر سعادة ويتمتعون بجهاز مناعي أقوى من أولئك الذين فضلوا العيش وحيداً من دون زوجة، وهنا ربما يتجلى قول الحق تبارك وتعالى عندما حدثنا عن آية من آياته فقال: { وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ } (الروم: 21). فهذه الآية تشير بوضوح إلى الاستقرار النفسي الذي يحدث لدى الإنسان بعدما يتزوج من خلال كلمة) لَتَسْكُنُوا(، كذلك تشير الآية إلى إشباع الجانب العاطفي من خلال قوله { مَوَدَّةً وَرَحْمَةً }، وهذه معجزة علمية لم يكن أحد يدركها، بل كان الرهبان يظنون أن الزواج ضار بالإنسان فكانوا يعزفون عنه ولذلك قال الحبيب الأعظم (لا رهبانية في الإسلام!!!).

- ارشاد الشباب الى ان الملحنين عزفوا عن الزواج ولجؤوا إلى الصداقة والشذوذ والفاحشة، فكانت الأمراض الجنسية

المعدية، وكان الاكتئاب الذي يعصف بالمجتمع الغربي، حتى إن أحدث دراسة تقول إن 13 % من أطفال أمريكا مصابون باضطرابات نفسية!. في حين نجد في المجتمعات الإسلامية، وعلى الرغم من التخلف العلمي إلا أننا نجد نسبة الاكتئاب والانتحار والأمراض الجنسية أقل بكثير جداً من أي بلد "إباحي"، وهذا دليل مادي على قوة تعاليم الإسلام وصدق هذه التعاليم وفائدتها بالنسبة للمجتمع.

الفصل الثالث: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة " :

تمهيد:

تعتبر الشيخوخة طور من أطوار الحياة، وظاهرة من ظواهرها، إذا بدأت فسوف تستمر وبطريقة غير ملحوظة، وهي ليست مرضاً، وإنما هي فترة يتغير فيها الإنسان تغيراً فسيولوجياً إلى صورة أخرى ليست بأفضل من سابقتها، لأن الصورة الجديدة يصاحبها ضمور في كثير من الأعضاء، وفقدان ملموس للقوة والحيوية، تزول معه ظواهر الفتوة والعنفوان، ثم تنتهي كما ينتهي كل شيء، كما جاء في قوله تعالى: { الله الذي خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة ثم جعل من بعد قوة ضعفاً } (الروم، 54).

وتعد الشيخوخة مرحلة من مراحل العمر، وحلقة من حلقات التاريخ وجزء لا يتجزأ من وجود كل مجتمع من المجتمعات الإنسانية، فسنة الله في خلقه، أن يأتي الجيل بعد الجيل؛ على امتداد عمر البشرية المديد، فيقدم الإنسان في حياته التضحيات، وقد يتعرض لمختلف ألوان الفاقة والحاجة، أو فتنة الغنى والثراء، أو آلام المرض والعجز، وخاصة إذا رُدَّ إلى أرذل العمر، فليس من الوفاء للأجيال السابقة من المسنين، أن يهملوا أو يتركوا فريسة للضعف والحاجة في آخر حياتهم، بعد أن قدموا لأمتهم ما بوسعهم، فمن الواجب رعايتهم والعناية بهم، عملاً بمبادئ ديننا الحنيف الذي حفظ للمسنيين مكانتهم، وقدّر ذوي الشبهة في الإسلام، ودعا إلى إكرامهم وحمايتهم.

أولاً: تعريف المسنين:

في اللغة: تعني كلمة المسن في اللغة: الرجل الكبير ولذلك يقال أسنّ الرجل إذا كبر، وقال الفيروزآبادي في القاموس المحيط: الشَّيْخُ والشَّيْخُونُ: مَنْ اسْتَبَانَ فِيهِ السِّنُّ، أو مَنْ خَمَسِينَ أو إِحْدَى وَخَمْسِينَ إلى آخِرِ عُمُرِهِ أو إلى الثمانين. والشيخ هو من أدرك الشيخوخة، وهي غالباً عند الخمسين من العمر، وهو فوق الكهل ودون الهرم، وهو ذو المكانة من علم أو فضل أو رياسة، وقال الله تعالى: { هذا بعلي شيخاً } (هود، 72)، { وقوله تعالى: { وأبونا شيخ كبير } (القصص، 23).

في الاصطلاح: تعني كلمة المسن في الاصطلاح هو كل فرد أصبح عاجزاً عن رعاية وخدمة نفسه إثر تقدمه في العمر وليس بسبب إعاقة أو شبهها وإن كانت بعض المنظمات الدولية تعرفه تعريفاً إجرائياً تسهيلاً

للتعامل فتقول المسن هو (من تجاوز عمره الستين عاماً). ويقسم بعض الباحثين المسنين من خلال مدخل العمر الزمني إلى فئات أكثر تخصيصاً، تشمل الكهل (60-75 سنة)، والشيخ (76-85 سنة)، والمهرم (86-100 سنة) والمعمر من بلغ مائة عام فأكثر.

ثانياً: مشكلات الشيخوخة:

تتعدد مشكلات الشيخوخة من أهمها:

- 1- **المشكلات النفسية:** تصاحب مرحلة الشيخوخة الكثير من المشكلات النفسية يتركز أهمها في الخوف من الجهول والقلق وعدم تحقيق التكيف الشخصي والاجتماعي وترتبط المشكلات النفسية للمسن بأنه يجد نفسه في حالة صدام مع من حوله من الأبناء والأحفاد وعدم طاعته مما يحز في نفسه ويجعله عرضة للمعاناة من التوتر والشعور بالألم النفسي، ومن أهم مظاهر المشكلات النفسية للمسنين ما يلي:
 - **الشعور الذاتي بعدم القيمة وعدم الجدوة بالحياة:** والشعور بأن الآخرين لا يقبلونه ولا يرغبون بوجوده وما يصاحب ذلك من ضيق وتوتر وقد يقدم بعضهم على الانتحار .
 - **شعور بقرب النهاية:** فقد يعيش بعض الشيخوخ وكأنهم ينتظرون النهاية والقضاء المحتوم ويتحسرون على شبابهم وقد يعانون على قلق الموت.
 - **الشعور بالعزلة والوحدة النفسية:** ويزيد من هذا الشعور لدى كبار السن بعد زواج الأولاد وانشغالهم كلا في حاله وعالمه الخاص، موت الزوج، وقدم العمر وضعف الجسمي والمرض أحياناً مما يقلل دائرة الاتصال الاجتماعي. وقد تقتصر العلاقات الاجتماعية على الأولاد والأحفاد.
 - **الأناية:** ازدياد اهتمامهم بانفسهم مثل أناية الأطفال حيث يريد اهتمام خاص به وبطلباته قد تؤدي إلى تهديد سعادة الزوجية لأولادهم.
 - **المشكلات العاطفية:** المتعلقة بضعف الطاقة الجنسية أو التثبث بها.
 - **مشكلة الملل:** يشعر بالملل والسأم وشعور المسن بأنه أصبح كائناً ينتظر الأجل، حيث لا أهداف ولا مطامح، مما يجعله عرضة للاضطرابات النفسية كالحمول والانطواء والسلبية المستمد من الإحساس بالعزلة على النفس وذلك بسبب التراكمات السلبية بسبب من يعيشون معه وحوله من الناس.

- **مشكلة القلق:** تحدث مشكلة القلق نتيجة خوف المسن من المستقبل والمبالغة في التفكير فيه ومقارنة مستقبله بمن حوله من الناس وعجزه من مجاراتهم مما يؤدي إلى تراجعهم في كل ما يقوم به من أنشطة ويسبب قلقاً وضيقاً.

- **ذهان الشيخوخة:** وفيه يصبح كبير السن أقل استجابة وأكثر تمركزاً حول ذاته ويميل إلى تذكر و تكرار حكاية الخبرات السابقة وتضعف ذاكرته بالنسبة للحاضر بينما تظل قوية بالنسبة لخبرات الماضي، وتقل اهتماماته وميوله. ويلاحظ نقص الطعام والأرق وتقل طاقته وحيويته، ويصبح غير قادر على التوافق بسهولة ويشعر بقلّة قيمته بالحياة وهذا يؤدي إلى سرعة الاستثارة والعناد والنكوص إلى حالة الاعتماد على الغير.

- **التطرف في نقد السلوك الجيل التالي:** وخاصة الأولاد والأحفاد ونقد المعايير الاجتماعية وهذا مظهر من مظاهر صراع الأجيال.

- **مشكلة الاكتئاب:** وتحدث مشكلة الاكتئاب نتيجة لزيادة الضغوط التي تعجل بحدوث الاضطرابات الاكتئابية.

2- المشكلات الصحية: ترتبط المشكلات الصحية بالضعف الصحي العام والضعف الجسمي وضعف الحواس كالسمع والبصر وضعف القوة العضلية وانحناء الظهر وجفاف الجلد وترهله والإمساك وتصلب الشرايين والتعرض بدرجة أكبر من ذي قبل للإصابة بالمرض وعدم مقاومة الجسم.

3- المشكلات الاجتماعية: تعتبر المشكلات الاجتماعية من أكثر المشكلات التي تمنع تكيف المسن مع نفسه والآخرين، ومن أهم أسباب حدوث المشكلات الاجتماعية للمسنين فقدان بعض الأدوار بعد تقاعدهم، وشعورهم بفقدان أهميتهم ووجهتهم الاجتماعية، ومن أهم مظاهر المشكلات الاجتماعية للمسنين مايلي:

- **مشكلة فقدان المسن لبعض أدواره الاجتماعية بعد التقاعد خاصة علاقاته مع زملاء العمل**
- **مشكلة شعور المسن بالاعتزاز عن المجتمع نتيجة لعدم توفر فرص مجتمعية لمشاركته في المنظمات الاجتماعية وأنشطتها التي تسهم في خدمة المجتمع الذي يعيش فيه أو المحيطين به مما ينتج عنه عزلة المسن وشعوره بالوحدة.**

- مشكلة شعور المسن بالعزلة كلما تقدم به العمر وابتعد عن الأقارب أو قصروا في رعايته بالإضافة إلى نقص مكانته الاجتماعية.
- مشكلة فقدان رعاية الأسرة نتيجة لما طرأ على المجتمع من تغيرات اجتماعية مرتبطة بتحول اغلب الأسر من أسر ممتدة إلى أسر نووية، مما يؤدي إلى حساسية المسن ورتابة حياته اليومية.
- مشكلة سوء توافق الاجتماعي بين المسن والبيئة التي يعيش فيها متمثلة في عجز وإخفاق المسن في حل مشكلاته اليومية إخفاقاً يزيد على ما ينتظره الآخرون منه أو ما ينتظره هو من نفسه.
- اضطراب العلاقات الاجتماعية: وضعف العلاقات بين كبار السن وأصدقائهم و انحصارها تدرجياً بدائرة ضيقة تكاد تقتصر على نطاق الأسرة.

4- المشكلات الاقتصادية: يؤثر كبر السن على الحالة الاقتصادية للمسن حيث يفقد عمله في اغلب الأحيان نتيجة وصوله لسن التقاعد وبالتالي يقل دخله مع زيادة احتياجاته وزيادة الأسعار في نفس الوقت، مما يؤدي إلى وجود مشكلات اقتصادية تواجه غالبية هؤلاء المسنين. ومن أهم مظاهر المشكلات الاقتصادية مايلي:

- رفض سوق العمل المعاصر والمستحدث تشغيل كبار السن بل ومحاولة إحالة العاملين إلى التقاعد إجبارياً.
- مشكلة تنصل بعض الأبناء من مسؤولياتهم تجاه رعاية آبائهم اقتصادياً، مما يمثل مشكلة بالنسبة للآباء كبار السن خاصة في حالة عدم وجود مصدر دخل ثابت لهم.
- مشكلة نقصان دخل المسن نتيجة فقدته لعمله أو تقاعده.
- مشكلة زيادة تكاليف حياة المسن واحتياجاته إلى مصروفات إضافية في تلك المرحلة العمرية نتيجة احتياجه إلى العلاج أو نمط معين من التغذية مما يمثل عبئاً اقتصادياً إضافياً على المسن وأسرته.
- قصور التنظيمات والتشريعات التأمينية عن ضمان حياة ملائمة وكرمه للمتقاعدين في كثير من الدول نظراً لانخفاض قيمة هذه المعاشات مع تصاعد الأسعار.

5- مشكلة سن القعود: وسن القعود هو ما يعرف عادة باسم سن اليأس وهو عند المرأة يتعين بمرحلة انقطاع الحيض (في الحلقة الخامسة من عمرها) وعند الرجل يتعين بالضعف الجنسي الأولى أو الثانوي و تضخم البروستاتا (في الحلقة السادسة من عمره). ويكون سن القعود مصحوباً في بعض الأحيان باضطراب

نفسى أو عقلي قد يكون ملحوظا أو غير ملحوظ ويكون ذلك في ذلك في شكل الترهل والسمنة والإمساك والإجهاد و الذبول العصبية والصداع والاكتئاب النفسى والأرق.

6- مشكلة التقاعد: وتعتبر على رأس المشكلات التي يجب وضعها في الحسبان .فعندما يحل وقت التقاعد و ما يصاحبه من زيادة الفراغ ونقص الدخل يشعر الفرد في أعماق نفسه بالقلق على حاضره و الخوف من مستقبله مما قد يؤدي إلى الالهيار العصبي و خاصة إذا فرضت عليه حياته الجديدة بعد التقاعد الفجائي أسلوبا جديدا من السلوك لم تالفة من قبل ولا يجد في نفسه المرونة الكافية لسرعة التوافق معه خاصة إذا لم يتهيأ لهذا التغيير.

7- مشكلات أداء الشعائر الدينية:مع اقتراب المسنين لأرذل العمر تتنامى لديهم التزعات والاتجاهات الدينية والتقرب إلى الله سبحانه وتعالى طلبا للصفح والمغفرة قبل لقائه،ويحاولون الاهتمام بأداء الشعائر الدينية،ومن مظاهر المشكلات الدينيه والثقافية ما يلي:

- مشكلة عدم قدرة المسنين على الالتزام بأداء الشعائر الدينية كالصلاة والحج نتيجة ضعف القدرة الصحية والبدنية أو العجز المادي عن أداء فريضة الحج أو العمرة بالرغم من الرغبة الشديدة في القيام بذلك.

-قصور وسائل الأعلام المقروءة والمسموعة والمرئية عن توفير البرامج ووسائل الإرشاد الديني التي تشبع احتياجات المسن ورغباته في التزود بكثير من الأمور المرتبطة بالعبادات والمعاملات.

- عدم إمكانية حصول المسن على الكتب الدينيه ،أما لزيادة سعرها أو لعدم ملائمتها للمسن أو عدم وجود المكتبات التي تيسر استعارة المسنين لتلك الكتب.

-عدم توفر الفرص المناسبة لعقد لقاءات بين كثير من المسنين وبين رجال الدين الأكفاء الذين يوفرون لهم ما يحتاجونه من معلومات خاصة بأمر دينهم في تلك المرحلة العمرية.

-عدم توفر أماكن عبادة قريبة من سكن المسن مما يعوقه عن أداء الفرائض الدينية في دور العبادة في مواعيدها كرغبة ملحة لدى كثير من المسنين طمعا في نيل جزاء صلاة الجماعة.

8- المشكلات الترويحية وشغل وقت الفراغ:يعتبر الفراغ الكبير من أهم المشكلات التي تواجه كبار السن خاصة بعد تقاعدهم عن العمل، ومن أهم مظاهر المشكلات الترويحية وشغل وقت الفراغ للمسن مايلي:

-عدم وجود فرص ايجابية لشغل وقت فراغ المسن كالاهتمام بتنظيم رحلات أو معسكرات صيفية لكبار السن.

- قصور الخدمات الترويحية لمؤسسات رعاية المسنين سواء كانت مؤسسات فهارية(أندية المسنين),أو مؤسسات رعايتهم(دور رعاية المسنين),خاصة ما يتعلق بتنظيم رحلات أو معسكرات صيفية لكبار السن.
-عدم قدرة المسن على ممارسة كثير من الأنشطة الترويحية التي كان يمارسها وتعود عليها قبل كبر سنه اوعدم وجود بدائل تتمشى مع احتياجاته وقدراته.

- عدم الاهتمام بإعداد متخصصين في شئون تنظيم وتنفيذ البرامج الترويحية للمسنين(اجتماعين,رياضين,فنيين). بما يتمشى مع احتياجاتهم لنوعية برامج رياضية أو فنية أو سياحية كوسيلة محبة لأنفسهم لقضاء أوقات فراغهم.

-عدم إتاحة دور أندية رعاية المسنين فرص لشغل أوقات فراغ المسنين عن طريق ممارسة هوايتهم في أعمال شغل التريكو والكروشيية والرسم وتلوين اللوحات وبعض أعمال المطبخ البسيطة أو المسابقات البسيطة في المعلومات العامة والثقافية والالعاب الطاولة والدومينو والشطرنج.

9- مشكلات المعالجة الدوائية عند المسنين: ان المشكلات المتعلقة بالمعالجة الدوائية عند المسنين متعددة ويمكن أجمالها في المظاهر التالية:

-عجز المسن الالتزام بوصفة طبية ما.

- تزداد أخطاء تعاطي المسن للأدوية سواء من حيث الكمية اونوع الدواء.

- التعرض لمخاطر الآثار الجانبية الضارة: نظرا لتعدد الأمراض التي يصاب بها المرضى المسنون فأهم يستهلكون من الأدوية أكثر مما يتناوله المرضى الذين هم اصغر سنا مما ينتج عنه زيادة تعرضهم إلى مخاطر الآثار الجانبية الضارة.

ثالثا: دور الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة ":

يلعب الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين نظرا لان أقرب من غيره إلى الرحيل من الحياة الدنيا، والانتقال إلى الآخرة، والتي لا يرى انه لا نجاه فيها بغير الدين، وان الإسلام هو الدين الخاتم الذي ينفع صاحبه، وينجيه من النار إلى الجنة في الآخرة، والدنيا فهو يحفظه من كل سوء، ويشفيه من كل

الأمراض والأسقام، ومن ابرز الادوار التي يقوم بها الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة " ما يلي

1- ارشاد المسنين إلى أن الإسلام قد خفف عنهم في العبادات، وبالتالى فلا داعى ان يحملوا انفسهم ما لا طاقة لهم به، فقد قال تعالى: { يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر } (البقرة، 185)، وذلك على النحو التالى:

- شرع الإسلام التيمم بدل الوضوء، والجلوس في الصلاة بدل القيام، وشرع الإطعام بدل الصيام ونحو ذلك

- راعى الإسلام حق المسن في العبادات أيضا، وأمر من يؤم الناس أن يراعى حال المسنين. قال — صلى الله عليه وسلم: "إذا صلى أحدكم للناس فليخفف؛ فإن فيهم الضعيف، والسقيم، والكبير. وإذا صلى لنفسه فليطول ما شاء (رواه أبو داود).

- حرص الإسلام على وضع أحكام شرعية خاصة للمرضى والمسنيين في أداء العبادات، وحثّ عنهم الإثم في ترك ما لا يقدرون عليه (لا يكلف الله نفساً إلا وسعها) (البقرة: 286). ومن تلك التشريعات — أيضا — إباحة الفطر في رمضان للمسن والمريض الذي لا يقوى على الصوم، وإذا صام أضر ذلك بصحته، قال سبحانه) :وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين (البقرة/184).

- رخص الإسلام للمسن المريض التخلف عن صلاة الجماعة، قال — صلى الله عليه وسلم —: "من سمع المنادي فلم يمنعه من أتباعه عذر " — قالوا: وما العذر؟ قال: "خوف أو مرض - لم تُقبل - منه الصلاة التي صلى " (رواه أبو داود).

2- حث الأبناء إلى بر الوالدين: قرن دين الإسلام بين توحيد الله سبحانه وتعالى وبين بر الوالدين في أكثر من موضع، مما يدل على مكانة ذلك، واعتبر العقوق جريمة وعاقبته مخزية أليمة، فشددت التعاليم الإسلامية في هذا الجانب، حتى لا يقع التفريط من الأبناء نحو الآباء، فالأصل عندنا معشر المسلمين أن يتنافس الأبناء في خدمة الآباء ورعايتهم، والتقرب إلى الله بذلك من أعظم القربات.

3- التأكيد على حرص الإسلام على العناية بالمسن والإنسان عموما، كما جاء في قوله تعالى: { ولقد كرمتنا بني آدم } (الإسراء، 70). فالإنسان في جميع مراحل محترم ومكرم؛ لقيمته الإنسانية الذاتية، وأمر

بإكرامه عند شيبته، وحث على القيام بشؤونه، وهو النموذج الذي جسده ابننا شعيب — عليه السلام — والذي جاء في قوله تعالى: { لا نسقي حتى يُصَدِّرَ الرَّعَاءَ وَأَبُونَا شَيْخٌ كَبِيرٌ } (القصص، 23). وقوله سبحانه: { إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولاً كريماً. واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل ربَّ ارحمهما كما ربياني صغيراً } (الإسراء، 23 - 24)، كما كان كبار السن محل عناية ووصاية من النبي — صلى الله عليه وسلم — الذي قال: "رغم أنف، ثم رغم أنف، ثم رغم أنف"، قيل: من يا رسول الله؟ قال: "من أدرك أبويه عند الكبر — أحدهما أو كليهما — فلم يدخل الجنة". وقال لرجل استأذنه في الجهاد: "أحيي والدك؟"، فقال: نعم، قال: "ففيهما فجاهد".

4- غرس فكرة "وجوب رعاية المسنين" في المجتمع، وتنمية الوازع الذاتي الإنساني والديني تجاههم وعواقب إهمالهم أو إيداعهم في دور المسنين

5- إرشاد المسنين إلى بعض الآليات، والأساليب التي تفيد في التخفيف من الشعور بالهم والحزن، والرضا بالقضاء والقدر، كما جاء في قوله تعالى: ﴿ قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا... ﴾ (التوبة، آية: 51).

6- تزويد المسنين بالاحاديث النبوية الشريفة التي تفيد في تخفيف الشعور من الهم والحزن، فعن القاسم بن عبد الرحمن عن أبيه عبد الله قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما أصاب أحداً قط هم ولا حزن، فقال، اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك ماض في حكمك عدل في قضاؤك أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو علمته أحداً من خلقك أو أنزلته في كتابك أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همي؛ إلا أذهب الله همّه وحزنه، وأبدله مكانه فرحاً، قال، فقيل يا رسول الله ألا نتعلمها؟ فقال: من سمعها أن يتعلمها " (مسند أحمد، 508-509). وعن أبي عمرو قال: سمعت أنس بن مالك قال، كان النبي صلى الله عليه وسلم يقول: " اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل، وضلع الدين، وغلبة الرجال " (صحيح البخاري، ص 205).

رابعاً: نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين:

توجد العديد من النماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين، الا انه سوف يتم التعرض

لبعضها، كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول(4) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين

المشكلة	خدمات الإرشاد النفسي الديني	الفنيات المستخدمة
الشعور بالهم والحزن لدى المسنين	<p>☒ توعية المسنين أنّ ما يصيب الإنسان من هم أو حزن؛ إنما هو بأمر الله سبحانه وتعالى ليمحصّ عباده، ويخفف من ذنوبهم لقوله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا...﴾ (التوبة، آية:51)، وقوله تعالى ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ (البقرة، آية: 155-156)، وقوله تعالى: ﴿فَاللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ (يوسف، آية:64).</p> <p>☒ غرس اتجاه إيجابي لدى المسنين نحو تسليم الأمر إلى الله سبحانه وتعالى، وعدم الاستسلام لليأس، والمداومة على الدعاء.</p> <p>☒ إرشاد المسنين إلى بعض الآليات، والأساليب التي تفيد في التخفيف من الهم والحزن، والرضا بالقضاء والقدر، كما جاء في قوله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا...﴾ (التوبة، آية:51). وكذلك الإيمان سبب للسعادة قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران، آية:139). وكذلك استشعار رعاية الله ومعيته مع المؤمنين، قال تعالى ﴿إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا...﴾ (الحج، آية:38).</p> <p>وقوله تعالى: ﴿إِذْ هُمَا فِي الْعَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا﴾ (التوبة، آية:40). وقوله تعالى: ﴿بَلَى مَنْ أَسْلَمَ</p>	الحوار، والتعزيز المعنوي، والموعظة، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم لتمد الفرد بالقوة والطمأنينة

وَجَهَّهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿البقرة، آية: 112﴾.

✘ **حث المسنين على الحرص على الخشوع في الصلاة، لأن وقوف الإنسان في الصلاة بين يدي مولاه في خضوع وتضرع يمدّه بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي، والاطمئنان القلبي، والأمن النفسي، إذ من شأنه بعث حالة من الاسترخاء التام، وهدوء النفس، وراحة العقل، لما لذلك من أثر هام في العلاج النفسي لتخفيف حدّة التوترات العصبية والقلق النفسي.**

✘ **تزويد المسنين بالآيات القرآنية والأدعية التي تفيّد في تخفيف الشعور من الهم والحزن، كما جاء في قوله تعالى: ﴿فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا﴾ (النساء، آية: 103). وكذلك من أسباب الشعور بالسعادة الهداية والسير على منهج الله، قال تعالى: ﴿فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (البقرة، آية: 38).**

✘ **تزويد المسنين بالاحاديث النبوية الشريفة التي تفيّد في تخفيف الشعور من الهم والحزن، فعن القاسم بن عبد الرحمن عن أبيه عبد الله قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما أصاب أحداً قط هم ولا حزن، فقال، اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك ماضٍ فيّ حكمك عدلٌ فيّ قضاؤك أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو علمته أحداً من خلقك أو أنزلته في كتابك أو استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همّي؛ إلا أذهب الله همّه وحزنه، وأبدله مكانه فرحاً، قال، فقيل يا رسول الله ألا نتعلمها؟ فقال: من سمعها أن يتعلمها " (مسند أحمد، 508-509).**

	<p>وعن أبي عمرو قال: سمعت أنس بن مالك قال، كان النبي صلى الله عليه وسلم يقول: " اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل، وضلع الدين، وغلبة الرجال " (صحيح البخاري، 1994، ص 205).</p>	
<p>التعزيز والحوار، المعنوي، والموعظة، والاسترخاء، ونشرات علاجية، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1- إرشاد المسنين إلى آلية التغلب على الهموم وضيق الصدر، مثل اللجوء إلى الله سبحانه وتعالى والتوكل عليه، قال تعالى: ﴿ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا ﴾ (النساء، آية: 81)، والإيمان الصادق بالله تعالى مع العمل الصالح والعلم النافع، فكلما اتسع علم الإنسان انشرح صدره واتسع، وكذلك المداومة على ذكر الله سبحانه وتعالى في كل حال وفي كل موطن، فللذكر تأثير عجيب في انشراح الصدر ونعيم القلب، وزوال الهم والغم. وكذلك الإحسان إلى الخلق، فالكريم المحسن أشرح الناس صدرًا، وأنعمهم قلبًا.</p> <p>2- غرس بذور التفاؤل والأمل لدى المسنين وعدم الاستسلام لليأس والإحباط.</p> <p>3- إرشاد المسنين إلى الإنابة والرجوع إلى الله سبحانه وتعالى، ومحبتة من القلب والإقبال عليه والتنعم بعبادته.</p>	<p>ضيق الصدر</p>
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي، والموعظة، ونشرات علاجية، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1. الكشف عن الأسباب المؤدية إلى التشاؤم.</p> <p>2. إرشاد المسنين على آلية التغلب على الشعور بالتشاؤم.</p> <p>3. تنمية مهارة التخلص من التشاؤم.</p> <p>4. غرس بذور التفاؤل والإيمان في نفوس المسنين.</p> <p>5. تنمية الوازع الديني عند المسنين للتغلب على التشاؤم.</p>	<p>الإحساس بالتشاؤم</p>
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز</p>	<p>1. الكشف عن الأسباب المؤدية إلى فقدان الأمل: مثل: عدم الانتظام في الحياة، وضغط العمل، وعدم التقبل من الآخرين،</p>	<p>فقدان الأمل</p>

<p>المعنوي، والموعظة، ونشرات علاجية، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>وانعدام المعاملة المتوازنة من المجتمع. 2. إرشاد المسنين على آلية التغلب على الشعور بفقدان الأمل، وأعظم وسيلة لبث الأمل هو ديننا الإسلامي الحنيف بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى وتمثل آيات الذكر الحكيم التي تدعونا إلى العمل وتزرع فينا بذور الأمل في الحياة، قال تعالى: ﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ (الشرح، آية:6)، وروي عن عبد الله بن عمرو بن العاص قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " احرز لدنياك كأنك تعيش أبداً واعمل لآخرتك كأنك تموت غداً" (الحارث بن أبي أسامة، 1992، ص12). وكذلك تحمّل المسئولية تجاه أنفسنا وتجاه أبنائنا ومستقبلنا للارتقاء بمستوى حياتنا، وكذلك التعود على العطاء المستمر والمشاركة الوجدانية والاحترام المتبادل ودعم العلاقة وتقدير الآخرين؛ يزرع في الإنسان الثقة بالنفس والأمل المشرق.. 3. تنمية مهارة التغلب على فقدان الأمل. 4. غرس بذور الثقة والأمل المشرق في نفوس المسنين. 5. إعطاء المسنين الأمل في الحياة بالرجوع إلى الله والتغلب على اليأس وفقدان الأمل.</p>	
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي، والموعظة، ونشرات علاجية، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>6-تعريف المسنين بمفهوم حالة الشعور بعدم الاستقرار وأسبابها (الشعور بالإهمال وافتقاد إلى الاهتمام من الآخرين، الفقر وعدم إشباع رغبات الأبناء، وعدم وجود ماوى أو عمل..الخ). 7-تبصير المسنين بالآثار السلبية الناتجة عن الشعور بعدم الاستقرار. 8-بث الوازع الديني لدى المسنين نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتخلص من حالة عدم الاستقرار. 9-تقوية إرادة المسنين على عدم الاستسلام بسهولة للقلق والشعور بعدم الاستقرار من خلال الإيمان بالله، فهو قمة الإرشاد النفسي</p>	<p>الشعور بعدم الاستقرار</p>

الدين، والشعور بحالة الاتزان النفسي والقضاء على الشعور بعدم الاستقرار؛ لأن ديننا الإسلامي الحنيف قد وضع الطريق السليم أمام الإنسان، وهذا ما أكده الله سبحانه وتعالى بقوله: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ (الرعد، آية: 11)، وعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" (صحيح مسلم، 393)، فالتقرب إلى الله سبحانه وتعالى، وتقوية النفس والإرادة والسمو على النقائد والترفع على مغريات الدنيا وأهوائها يعطينا راحة نفسية كبيرة وبيت فينا الطمأنينة والسكينة.

10- حث المسنين على أداء الصلاة في أوقاتها، فهي تقود إلى السكينة والوقار وهي من أهم الأسباب التي تقضي على حالة عدم الاستقرار، فقد قال الله سبحانه وتعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا* إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا* وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا* إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ (المعارج، آية: 19-22)، وقوله تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ (المؤمنون، آية: 1-2)، فالصلاة لها فوائد جمة تؤدي في النهاية إلى تهذيب النفس وتعديل السلوك والوصول بالفرد إلى أقصى درجات الصحة النفسية والاستقرار والهدوء.

<p>والعصف والتمثيل الأدوار، ولعب وتعزيز المعنوي والمادي</p>	<p>1- تعريف المسنين بأسباب الاستشارة والاهتياج مثل: تدنٍ الوضع الاقتصادي، واضطرابات نفسية وعصبية، وضعف الإيمان والاستجابة للشيطان والبعد عن الله، فقال تعالى ﴿قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ (الحجر، آية: 39). وقوله تعالى ﴿قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ (ص، آية: 82). وقوله تعالى ﴿إِنَّ</p>	<p>سرعة الاستشارة والاهتياج</p>
---	---	---------------------------------

الشَّيْطَانُ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾ (فاطر، آية:6)، كما وضحه النبي صلى الله عليه وسلم فعن سليمان بن سرد قال " استبَّ رجلان عند النبي صلى الله عليه وسلم فجعل أحدهما تحمرَّ عيناه وتنتفخ أوداجه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم إني لأعرف كلمة لو قالها هذا لذهب عنه الذي يجد، أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، فقال الرجل، هل ترى بي من جنون " (سنن أبي داود، ب.ت، ص249).

2- الكشف عن الآثار المترتبة على سرعة الاستشارة والاهتياج (مثل ضيق النفس وعدم القدرة على الحركة، وعدم السيطرة على النفس... الخ) لتكوين اتجاهات سلبية نحوهم.

3- توجيه المسنين لكيفية تجنب سرعة الاستشارة والاهتياج، عن طريق التحكم في النفس، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " ليس الشديد بالصرعة إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب " (صحيح البخاري، 1994، ص1). وعن عروة بن محمد قال، حدثني أبي عن جدي عطية قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الغضب من الشيطان، وإن الشيطان خلق من النار، وإنما تطفأ النار بالماء، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ " (سنن أبي داود، 4784)

الحوار،
المعنوي
والمادي،
والاستماع إلى آيات

- تعريف المسنين بالهلوسة (عبارة عن خلل في الإدراك الحسي والذي يحدث عن عدم وجود مؤثرات خارجية، أي الخروج عن المألوف والتكلم بكلام غير مفهوم).

الهلوسة

من الذكر الحكيم

- تعريف المسنين بأسباب الهلوسة (مثل: اضطراب العلاقات الأسرية، وسوء التوافق الأسري، وفقدان أحد الزوجين والضغطات النفسية والاقتصادية... الخ)

- إرشاد المسنين إلى عدم الاستسلام للهلوسة البعيدة عن الواقع.

- تعريف المسنين أن كثيراً من هذه الهلوسة مصدرها الشيطان.

- توجيه المسنين إلى كيفية تجنّب الأسباب المؤدية إلى الوقوع فريسة للهلوسة.

- تزويد المسنين بالأساليب التي تساعدن على التخلص من الهلوسة والأوهام مثل: التقليل قدر المستطاع من الاستماع إلى الموسيقى العالية، والأضواء المفلتة والألوان الصارخة، والبعد عن العزلة والتفكير في المشاكل والهموم، وممارسة الألعاب والهوايات البسيطة، والاشتراك بالأنشطة الجماعية والاندماج مع المجموعة، والتفكير في آيات الله لتقوي الإيمان والأمل في الحياة، وقد وضّح النبي صلى الله عليه وسلم أن المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل، قدر الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان " (صحيح مسلم، 2052)، فهذا الحديث يشير إلى ان القوة في شخصية المؤمن، تعد صفة ضرورية للتخلص من الهلوسة. وهذا يعني أن الإنسان الذي تسيطر عليه الهلوسة يحتاج إلى تقوية نفسه ليتغلب على هذا الأمر. والاستعانة بالله عز وجل عن طريق الذكر والاستغفار وقراءة القرآن والمحافظة على الصلوات في أوقاتها خير حافظ للإنسان " احفظ الله يحفظك ". ويجب علينا ألا نياس ولا نعجز كما قال النبي صلى الله

	<p>عليه وسلم " ولا تعجز " ونستمر بعزيمة وإصرار حتى نتخلص من هذا المرض.</p>	
<p>التعزيز والحوار، المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>سيطرة الأوهام</p> <p>- تعريف المسنين الأسباب المؤدية إلى سيطرة الأوهام، والتي قد ترجع إلى عوامل خارجية(فقد شخص عزيز عليّ، الحالة الاقتصادية السيئة، مسئولية الأولاد الثقيلة وعدم الاستقرار وكثرة الأعباء)، أو إلى عوامل ذاتية(ضعف الوازع الديني، وضعف الشخصية والثقة بالنفس، والرغبة في جذب انتباه الآخرين واستدرا عطفهم، و التهرب من المسئولية والالتزامات).</p> <p>- تذكير المسنين بأن النفع والضرب بيد الله وليس بيد أحد من خلقه، كما جاء في قوله تعالى: ﴿ قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴾ (التوبة، آية:51)، وكذلك ما ورد في الحديث الشريف، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفّت الصحف " (سنن الترمذي، ب.ت، ص667).</p> <p>وعن ابن الدبلي قال: أتيت أبي بن كعب فقلت له، وقع في نفسي شيء من القدر فحدثني بشيء لعلّ الله أن يذهبه من قلبي قال، لو أن الله عذب أهل سماواته وأهل أرضه عذبهم وهو غير ظالم لهم ولو</p>	

رحمهم كانت رحمته خيراً لهم من أعمالهم ولو أنفقت مثل أحد ذهباً في سبيل الله ما قبله الله منك حتى تؤمن بالقدر وتعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك وأن ما أخطأك لم يكن ليصيبك ولو متّ على غير هذا لدخلت النار" (سنن أبي داود، ب.ت، ص225).

- تقوية إرادة المسنين على عدم الاستسلام بسهولة إلى الأوهام من خلال اللجوء إلى الله سبحانه وتعالى في السراء والضراء، والاستعانة به، فقد ورد في الحديث الشريف عن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل، قدر الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان " (صحيح مسلم، ب.ت، ص2052). كما حثهن على المواظبة على الصلاة لقوله تعالى: ﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ﴾ (آل عمران، آية:191)، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ ﴾ (الأعراف، آية:201)، وكذلك حثهن على التوكل على الله، وميّزهن بين التوكل والتواكل لقوله تعالى: ﴿ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴾ (الطلاق، آية:3)، وقوله تعالى: ﴿ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴾ (الزمر، آية:38). وكذلك ما ورد في الحديث الشريف فعن المغيرة بن أبي قرّة السدوسي قال، سمعت أنس بن مالك يقول " قال رجل يا رسول الله أعقلها وأتوكل أو أطلقها وأتوكل؟ قال، أعقلها وتوكل " (سنن الترمذي، ب.ت، ص668).

- غرس الاتجاه لدى المسنين نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، وتنمية ثقتهم به والرضا بقضاء الله لقوله تعالى: ﴿ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ

مُصِيبَةً قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ* أَوْلَيْكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ
وَرَحْمَةٌ وَأَوْلَيْكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿ (البقرة، آية: 156-157).

وكذلك الإكثار من الحمد لله في السرّاء والضراء والدعاء والتقرب إلى
الله سبحانه وتعالى، قال تعالى: ﴿ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْعَمِّ
وَكَذَلِكَ نُنَجِّي الْمُؤْمِنِينَ ﴾ (الأنبياء، آية: 88). وقوله تعالى: ﴿ لَا
تَخَفِ إِنَّكَ أَنْتَ الْأَعْلَى ﴾ (طه، آية: 68). وقوله تعالى: ﴿ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ
فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ ﴾ (الأنبياء، آية: 84)، فنتيجة اللجوء إلى الله هي
سكينة النفس، والتي تعد ثمرة من ثمرات الالتزام الديني وأصلها
الطمأنينة والوقار والسكون الذي يتزله الله في قلب عبده عند اضطرابه
من شدة المخاوف، فلا يترعج بعد ذلك لما يرد عليه، ويوجب له
زيادة الإيمان، وقوة اليقين، والثبات، قال تعالى: ﴿ ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ
سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ
الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ ﴾ (التوبة، آية: 26). وقوله تعالى:
﴿ إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ ﴾ (التوبة، آية: 40). وقوله تعالى: ﴿ هُوَ
الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزِدُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ
جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴾ (الفتح، آية: 4).

ضعف الثقة	7- تعريف المسنين بمفهوم الثقة بالنفس.	الحوار، والتعزيز
بالنفس	8- تعريف المسنين بالأسباب المؤدية إلى ضعف الثقة بالنفس (مثل: الضغوطات النفسية والاقتصادية، كثرة الهموم والمشاكل المتراكمة، قلة الإيمان والوساوس الشيطانية.. الخ).	المعنوي والمادي، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم
	9- مساعدة المسنين على ملاحظة الآثار المترتبة على ضعف الثقة بالنفس (مثل: تدمير حياة الافراد، وموت بطيء لطاقتهم	

	<p>ودوافعهم وبالتالي يؤدي إلى عدم القدرة على اتخاذ أي قرار حازم في الحياة).</p> <p>10- توجيه المسنين إلى كيفية تجنب الأسباب والمواقف التي تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس.</p> <p>11- مساعدة المسنين على كيفية التخلص من الشعور بضعف الثقة من خلال الحديث الايجابي مع النفس والبعد عن العبارات السلبية في الحديث مع النفس.</p> <p>12- بث الوازع الديني لدى المسنين لتقوية الثقة بالنفس من خلال الصلاة وقراءة القرآن الكريم، التي تمد الإنسان بالسكينة والطمأنينة وتجعل الإنسان يعمل قدر استطاعته ثم يتوكل على الله في كل شيء.</p>	
<p>والتعزيز المعنوي والمادي، ولعب الأدوار</p>	<p>- توعية المسنين بأسباب صعوبة التركيز والتي قد تكون مرتبطة بتقنية الانتباه والظروف المحيطة بالموقف، كالضوضاء مثلاً، وأيضاً عدم القدرة على تقدير الأمور من حيث الأهم فالمهم، وبالتالي يتولد عن ذلك اتجاه نحو إهمال الاستماع وعدم الانتباه، هذا بالإضافة إلى كثرة الهموم والمشاكل التي قد تؤدي إلى الاستغراق في أحلام اليقظة.</p> <p>- توعية المسنين بالآثار السلبية لصعوبة التركيز مثل: الشعور بالألم والملل، وتضييع الوقت، تحذ من الإنجاز، وتضعف من درجة إيجابية الفرد وتفاعله في المجتمع.</p> <p>- تنمية مهارة التركيز والإنصات من خلال الحد من أعراضها من خلال الآتي:</p> <p>أ- تحديد أهداف واضحة قابلة للتحقيق في حياتنا، والتركيز على إنجازها.</p>	<p>صعوبة التركيز</p>

- ب- الابتعاد ما أمكن عن الإسراف في أحلام اليقظة.
- ج- التوقف عن التفكير أو الاستذكار متى شعرتن بالتعب.
- د- شغل النفس ببعض الهوايات النافعة، كالمشي لمدة قصيرة.
- ك- توجيه الاهتمام المنصت إلى محتوى الكلام وليس إلى طريقة المتحدث.
- ل- تشجيع القوى الذهنية في دائرة الموضوع.
- م- معالجة ما أمكن معوقات صعوبة التفكير.
- ن- تسجيل النقاط الهامة على ورقة أثناء الاستماع للآخرين.
- و- اجراء بعض التمارين لتحديد مدى القدرة على الإصغاء والتركيز والفهم.
- ي - تنمية مهارة ترتيب الأفكار بطريقة متسلسلة متدرجة حتى يسهل استيعابها.
- حث المسنين على الاستعانة بالله عز وجل، وعدم العجز والضعف أمام الهموم، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي الديني ذكر الله سبحانه وتعالى وقراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة وذلك لأن مجرد التفرغ لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق لديه، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله

	<p>يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن الترمذي، 667).</p> <p>-إكساب المسنين مهارة التركيز أثناء ممارسة الصلاة أو المذاكرة.</p>	
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والنشرات الإرشادية، والتعزيز المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- توعية المسنين بأن النظام الغذائي يؤثر تأثيرا كبيرا في قوة وضعف الذاكرة حيث أن المخ يستغل (30%) من السعرات الحرارية المكتسبة يوميا، وهو يحتاج إلى طاقة كبيرة من الكربوهيدرات، حيث يقوم المخ بحرق هذه الطاقة حتى أثناء النوم؛ لذلك فإن تناول الإفطار هو أفضل طريقة لتخزين الطاقة طوال اليوم</p> <p>- توعية المسنين بان ضعف الذاكرة سلاح ذو حدين، ومما لا شك فيه أن النسيان سلاح ذو حدين؛ فهو نعمة ونقمة في آن واحد، فهو نعمة؛ لأننا من خلاله ننسى آلامنا وأحزاننا، كل الخبرات المؤلمة التي نمر بها؛ لذلك لا يستطيع الإنسان أن يخزن في ذاكرته كل الانطباعات والآثار عن كل ما مرّ به من أحداث في كل سنوات عمره، وهو نقمة إذا تجاوز الحد وأصبح ظاهرة تنغص علينا حياتنا ويعرضنا لمواقف محرّجة، وفيه مضيعة للوقت والشعور بالملل ويحد من درجة إيجابية الفرد وتفاعله.</p> <p>توعية المسنين بالآثار السلبية الناجمة عن ضعف الذاكرة.</p> <p>- الكشف عن الأسباب المؤدية لضعف الذاكرة.</p> <p>- إرشاد المسنين على آلية التغلب على ضعف الذاكرة من خلال أن يكرّر الشخص ما يود القيام به أكثر من مرّة، والإكثار من أكل الخضروات والفاكهة الطازجة، والمحافظة على الصحة العامة لإعطاء</p>	<p>ضعف الذاكرة</p>

	<p>الجسم حقه في النوم وعدم الإجهاد والسهو، وممارسة الرياضة والمواظبة عليها.</p> <p>- تنمية الوازع الديني عند المسنين للتغلب على ضعف الذاكرة من خلال الإكثار من الذكر والتقرب إلى الله والصلاة، والحرص على طاعة الله، ففي قصة الشافعي خير دليل على ذلك، فقد حدثت مع الإمام الشافعي الذي وهبه الله قدرة فائقة على الحفظ حين ذهب إلى السوق ووقع نظره دون قصد على كعب امرأة فأثر ذلك في قدرته على الحفظ فتاب إلى الله واستغفره فآتم الله عليه هذه النعمة، وبهذا يقول الشافعي:</p> <p>شكوت إلى وكيع سوء حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي وأخبرني بأن العلم نور ونور الله لا يهدي لعاصي</p> <p>وهذا النور لا يوهب إلا لمن أطاع الله وتقرب إليه، يقول تعالى: ﴿وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا﴾ (الشورى، آية: 52).</p>	
<p>الجماعي، الحوار المعنوي والتعزيز والمادي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف المسنين بالأسباب المؤدية إلى سلوك التردد، ويعتبر أهم أسباب التردد، وهو ناتج عن الصعوبة في التمييز بين الأشياء، ومن ثم الصعوبة في اتخاذ القرار الأكثر صواباً.</p> <p>- إرشاد المسنين بالآثار المترتبة على التردد والتي من أبرزها الشعور بالحيرة والضعف وعدم القدرة على اتخاذ القرار السليم.</p> <p>- توجيه المسنين إلى كيفية تجنب الأسباب التي تؤدي إلى الوقوع في التردد.</p> <p>- مساعدة المسنين على كيفية التخلص من الشعور بالتردد، من</p>	<p>التردد</p>

خلال الرجوع إلى الله تعالى والتركيز على أعمال الخير، فإن الله بيّن طريق الخير وطريق الشر، وعرفنا عليهما، فالزوجة المؤمنة تختار الطريق التي تؤدي بها إلى الجنة وتبعدها عن النار والعياذ بالله، قال تعالى: ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ (البلد، آية: 10)، وقوله تعالى: ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ (التوبة، آية: 105)، لذلك لا بد للانسان أن يجعل تفكيره دائماً في الخير، وألا يتردد في الخير، وكذلك أن يعرف الشر ويتعد عنه، فعن ابن عباس رضي الله عنهما عن رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما يرويه عن ربه عز وجل قال، قال " إن الله كتب الحسنات والسيئات، ثم بين ذلك، فمن همّ بحسنة فلم يعملها كتبها الله له عنده حسنة كاملة، فإن هو همّ بها فعملها، كتبها الله له عنده عشرة حسنات إلى سبع مائة ضعف إلى أضعاف كثيرة، ومن همّ بسيئة فلم يعملها كتبها الله له عنده حسنة كاملة، فإن هو همّ بها كتبها الله له سيئة واحدة " (صحيح البخاري، 239-240).

وكذلك الحال ما خير رسول الله صلى الله عليه وسلم بين أمرين إلاّ وأخذ أيسرهما، فعن عائشة رضي الله عنها قالت " ما خير رسول الله صلى الله عليه وسلم بين أمرين إلاّ أخذ أيسرهما ما لم يكن إثماً فإن كان إثماً كان أبعد الناس منه وما انتقم رسول الله صلى الله عليه وسلم لنفسه إلاّ أن تنتهك حرمة الله فينتقم لله بها " (صحيح البخاري، 20).

<p>والتعزيز المعنوي، الموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1- تعريف المسنين بمفهوم سيطرة الأفكار السلبية، وهي الهواجس والخيالات التي تعظم دائماً الخطر، وتخرجه عن حجمه الطبيعي، وقد تحوله إلى كارثة حقيقية.</p> <p>2- تبصير المسنين بالأسباب المؤدية إلى سيطرة الأفكار السلبية، ويعد القلق أهم مسببات لها، والتي تجعل الافراد غير قادرين على اتخاذ القرار السليم، وعدم القدرة على المواجهة واتخاذ القرار الصائب، وبالتالي يشل حركتنا ويوقعنا فريسةً للأفكار السلبية.</p> <p>3- الوصول بالمسنين بالطريقة الناجحة لتقوية الثقة بالنفس والقضاء على سيطرة الأفكار السلبية من خلال شغل وقت الفراغ بالعمل وبالعلاقات الاجتماعية الطيبة، كذلك الاهتمام بالعمل الجاد والصحبة الجميلة الاسترخاء، والقيام بالتمارين الرياضية؛ وتوفير العزيمة القوية لتحدي الأفكار السلبية بالأفكار الايجابية.</p> <p>4- غرس الاتجاه الديني لدى المسنين نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، وتنمية الثقة به من خلال: الإيمان القوي بالله والتفكير في آياته، والمداومة على الصلوات هو أهم الأسباب التي نخلصنا من القلق وتجعلنا نشعر بالأمن والطمأنينة وبالتالي يكون ذلك سداً منيعاً للقضاء على سيطرة الأفكار السلبية علينا. كذلك يجب أن نتغلب ونقضي على الهواجس القائمة في حياتنا.</p>	<p>سيطرة الأفكار السلبية</p>
<p>والتعزيز المعنوي، الموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1. تعريف المسنين بالأسباب المؤدية إلى التفكير المقلق(مثل: الأحزان،الشعور بالظلم، الضغوط النفسية والاجتماعية... الخ).</p> <p>2. إرشاد المسنين بالآثار المترتبة على التفكير المقلق، ووتوعيتهم بضرورة التحلي بقوة الإرادة للتحكم في النفس، ومن ثم الابتعاد عن التفكير المقلق، وكذلك ضرورة تجنب الوحدة وممارسة الرياضة وتقوية روح الصداقة القوية، والاستعانة بخبرات الآخرين في مواجهة القلق.</p>	<p>التفكير المقلق</p>

	<p>3. توجيه المسنين إلى كيفية تجنب الأسباب التي تؤدي إلى التفكير المقلق.</p> <p>4. مساعدة المسنين على كيفية التخلص من التفكير المقلق من خلال الاستعانة بالله سبحانه وتعالى واللجوء إليه، حيث ذكرنا الله سبحانه وتعالى في كثير من الآيات، قال تعالى: ﴿ فَادْعُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ ﴾ (غافر، آية: 14)، وقوله تعالى: ﴿ وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ﴾ (غافر، آية: 60)، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي الديني ذكر الله سبحانه وتعالى، وتلاوة القرآن الكريم، والدعاء والاستغفار، والانصراف للعبادة والالتزام بالصلاة؛ لأن التفرغ لله، والصلاة تساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق لديه والصلاة تبعث السكينة والطمأنينة في النفوس.</p>	
	<p>1- توعية المسنين بالآثار السلبية لبطء التفكير، ولعل من هذه السلبيات الشعور بالألم وعدم الإنجاز.</p> <p>2- تنمية مهارة سرعة التفكير لدى المسنين.</p> <p>4- تنمية مهارة التركيز ومهارة الانطلاق بالفكر السليم بسرعة وبطريقة جيدة من خلال اداء بعض التمارين لاختبار مدى القدرة على الإصغاء والتركيز والفهم، مع الاستعانة بالله عز وجل، وعدم الخضوع أمام الهموم.</p> <p>5- تقوية إرادة المسنين للتغلب على الأحزان والانطلاق بالتفكير، بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى، وتقوية إرادتنا في التغلب على المشاكل وعلى القلق والاضطراب، والقضاء على الهموم بتفكير</p>	بطء التفكير

	<p>آيات الله وكلام الرسول الكريم وطلب العون من الله، وبالتركيز على الدراسة والمطالعة، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي: ذكر الله سبحانه وتعالى وقراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة؛ لأن مجرد التضرع لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتحديد مدة القلق لديه.</p> <p>6- حث المسنين على الاندماج في الأفعال التي تتطلب تفكيراً سريعاً يساعد على القضاء على هذه المشكلة، وممارسة بعض الهوايات النافعة كالمشي لمدة قصيرة، والاهتمام بالعمل.</p>	
	<p>1- أن تتعرف المسنين الأسباب التي تؤدي إلى التفكير في التخلص من الحياة(مثل: ضعف الإرادة والإيمان، وسواس الشيطان الضغوط النفسية والاجتماعية... الخ).</p> <p>2- تبصير المسنين بأخطار التفكير في التخلص من الحياة في الدنيا ولاحرة، فمجرد التفكير في التخلص من الحياة يغضب الله ويؤثر سلباً على حياتنا.</p> <p>3- تنمية الوازع الديني لدى المسنين نحو تقوية الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتغلب على المشاكل والأحزان، وذلك بالعودة إلى الله سبحانه وتعالى والتمسك بإيمان قوي والتحلي بالصبر، والثبات عند المصائب؛ حتى يقضي الله أمره، وهو القادر على كل شيء وذلك يظهر في قوله تعالى: ﴿وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ﴾ (الطور، آية:48)، والتغلب على وساوس الشيطان</p>	<p>التفكير التخلص الحياة</p> <p>في من</p>

والاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم، قال تعالى: ﴿وَأِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (الأعراف، آية: 200)، وكذلك تقوية الإرادة والعزيمة للتغلب على المشاكل والأحزان وذلك بالإكثار من قراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة؛ لأن مجرد التفرغ لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق والحزن؛ لأن الله سبحانه وتعالى يحب المؤمن القوي، قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران، آية: 139)، وكذلك أوصانا الرسول صلى الله عليه وسلم في الحديث، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" (صحيح البخاري، 287)، وكذلك تقبل النصيحة من الآخرين، فالدين النصيحة، وحثهن على إقامة الصلاة، فالصلاة صلة بين العبد وربّه، والصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر.

4- تنمية إرادة المسنين وعزيمتهم للتغلب على مشاكلهن وأحزانهن.

<p>والعصف والتمثيل الأدوار، المعنوي والمادي</p>	<p>1- تعريف المسنين بأسباب الاستثارة والاهتياج مثل: تدني الوضع الاقتصادي، واضطرابات نفسية وعصبية، وضعف الإيمان والاستجابة للشيطان والبعد عن الله، فقال تعالى ﴿قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ (الحجر، آية: 39). وقوله تعالى ﴿قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ (ص، آية: 82). وقوله تعالى ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ</p>	<p>سرعة الاستشارة والاهتياج</p>
---	---	---------------------------------

أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾ (فاطر، آية:6)، كما وضعه النبي صلى الله عليه وسلم فعن سليمان بن صرد قال " استبَّ رجلان عند النبي صلى الله عليه وسلم فجعل أحدهما تحمّر عيناه وتنتفخ أوداجه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم إني لأعرف كلمة لو قالها هذا لذهب عنه الذي يجذ، أعوذ بالله من الشيطان الرجيم، فقال الرجل، هل ترى بي من جنون " (سنن أبي داود، 249).

2- الكشف عن الآثار المترتبة على سرعة الاستثارة والاهتياج (مثل ضيق النفس وعدم القدرة على الحركة، وعدم السيطرة على النفس... الخ) لتكوين اتجاهات سلبية نحوهن.

3- توجيه المسنين لكيفية تجنب سرعة الاستثارة والاهتياج، عن طريق التحكم في النفس، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " ليس الشديد بالصرعة إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب " (صحيح البخاري، 1994، ص1). وعن عروة بن محمد قال، حدثني أبي عن جدي عطية قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إن الغضب من الشيطان، وإن الشيطان خلق من النار، وإنما تطفأ النار بالماء، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ " (سنن أبي داود، 4784)

الحوار،
المعنوي
والمادي،
والاستماع إلى آيات
من الذكر الحكيم

- تعريف المسنين بالهلوسة (عبارة عن خلل في الإدراك الحسي والذي يحدث عن عدم وجود مؤثرات خارجية، أي الخروج عن المألوف والتكلم بكلام غير مفهوم).
- تعريف المسنين بأسباب الهلوسة (مثل: اضطراب العلاقات الأسرية،

الهلوسة

وسوء التوافق الأسري، وفقدان أحد الزوجين والضعف النفسى والاقتصادية... الخ)

- إرشاد المسنين إلى عدم الاستسلام للهلوسة البعيدة عن الواقع.

- تعريف المسنين أن كثيراً من هذه الهلوسة مصدرها الشيطان.

- توجيه المسنين إلى كيفية تجنّب الأسباب المؤدية إلى الوقوع فريسة للهلوسة.

- تزويد المسنين بالأساليب التي تساعدن على التخلص من الهلوسة والأوهام مثل: التقليل قدر المستطاع من الاستماع إلى الموسيقى العالية، والأضواء الملفتة والألوان الصارخة، والبعد عن العزلة والتفكير في المشاكل والهموم، وممارسة الألعاب والهوايات البسيطة، والاشتراك بالأنشطة الجماعية والاندماج مع المجموعة، والتفكير في آيات الله لتقوي الإيمان والأمل في الحياة، وقد وضّح النبي صلى الله عليه وسلم أن المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل، قدر الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان " (صحيح مسلم، 2052)، فهذا الحديث يشير إلى ان القوة في شخصية المؤمن، تعد صفة ضرورية للتخلص من الهلوسة. وهذا يعني أن الإنسان الذي تسيطر عليه الهلوسة يحتاج إلى تقوية نفسه ليتغلب على هذا الأمر. والاستعانة بالله عز وجل عن طريق الذكر والاستغفار وقراءة القرآن والمحافظة على الصلوات في أوقاتها خير حافظ للإنسان " احفظ الله يحفظك ". ويجب علينا ألا نياس ولا نعجز كما قال النبي صلى الله عليه وسلم " ولا تعجز " ونستمر بعزيمة وإصرار حتى نتخلص من

	هذا المرض.	صعوبة التركيز
<p>والتعزيز والمادي، والمعنوي والحوار، ولعب الأدوار</p>	<p>– توعية المسنين بأسباب صعوبة التركيز والتي قد تكون مرتبطة بتقنية الانتباه والظروف المحيطة بالموقف، كالضوضاء مثلاً، وأيضاً عدم القدرة على تقدير الأمور من حيث الأهم فالمهم، وبالتالي يتولّد عن ذلك اتجاه نحو إهمال الاستماع وعدم الانتباه، هذا بالإضافة إلى كثرة الهموم والمشاكل التي قد تودى إلى الاستغراق في أحلام اليقظة.</p> <p>– توعية المسنين بالآثار السلبية لصعوبة التركيز مثل: الشعور بالألم والملل، وتضييع الوقت، تحد من الإنجاز، وتضعف من درجة إيجابية الفرد وتفاعله في المجتمع.</p> <p>– تنمية مهارة التركيز والإنصات من خلال الحد من أعراضها من خلال الآتي:</p> <p>أ- تحديد أهداف واضحة قابلة للتحقيق في حياتنا، والتركيز على إنجازها.</p> <p>ب- الابتعاد ما أمكن عن الإسراف في أحلام اليقظة.</p> <p>ج- التوقف عن التفكير أو الاستذكار متى شعرتن بالتعب.</p> <p>د- شغل النفس ببعض الهوايات النافعة، كالمشي لمدة قصيرة.</p> <p>ك- توجيه الاهتمام المنصت إلى محتوى الكلام وليس إلى طريقة المتحدث.</p> <p>ل- تشجيع القوى الذهنية في دائرة الموضوع.</p> <p>م- معالجة ما أمكن معوقات صعوبة التفكير.</p> <p>ن- تسجيل النقاط الهامة على ورقة أثناء الاستماع للآخرين.</p> <p>و- اجراء بعض التمارين لتحديد مدى القدرة على الإصغاء والتركيز والفهم.</p> <p>ي – تنمية مهارة ترتيب الأفكار بطريقة متسلسلة متدرجة حتى يسهل استيعابها.</p>	

	<p>- حث المسنين على الاستعانة بالله عز وجل، وعدم العجز والضعف أمام المهموم، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي الديني ذكر الله سبحانه وتعالى وقراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة وذلك لأن مجرد التفرغ لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق لديه، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن الترمذي، 667).</p> <p>-إكساب المسنين مهارة التركيز أثناء ممارسة الصلاة أو المذاكرة.</p>	
<p>الحوار، والنقاش الجماعي، والنشرات الإرشادية، والتعزيز المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- توعية المسنين بأن النظام الغذائي يؤثر تاتيرا كبيرا في قوة وضعف الذاكرة حيث أن المخ يستغل (30%) من السعرات الحرارية المكتسبة يوميا، وهو يحتاج إلى طاقة كبيرة من الكربوهيدرات، حيث يقوم المخ بحرق هذه الطاقة حتى أثناء النوم؛ لذلك فإن تناول الإفطار هو أفضل طريقة لتخزين الطاقة طوال اليوم</p> <p>- توعية المسنين بان ضعف الذاكرة سلاح ذو حدين، ومما لا شك فيه أن النسيان سلاح ذو حدين؛ فهو نعمة ونقمة في آنٍ واحد، فهو نعمة؛ لأننا من خلاله ننسى آلامنا وأحزاننا، كل الخبرات المؤلمة التي نمر بها؛ لذلك لا يستطيع الإنسان أن يخزن في ذاكرته كل الانطباعات والآثار عن كل ما مرّ به من أحداث في كل سنوات عمره، وهو نقمة إذا تجاوز الحد وأصبح ظاهرة تنغص علينا حياتنا ويعرضنا</p>	<p>ضعف الذاكرة</p>

لمواقف محرجة، وفيه مضيعة للوقت والشعور بالملل ويحد من درجة إيجابية الفرد وتفاعله.

- توعية المسنين بالآثار السلبية الناجمة عن ضعف الذاكرة.

- الكشف عن الأسباب المؤدية لضعف الذاكرة.

- إرشاد المسنين على آلية التغلب على ضعف الذاكرة من خلال أن يكرّر الشخص ما يود القيام به أكثر من مرة، والإكثار من أكل الخضروات والفاكهة الطازجة، والمحافظة على الصحة العامة لإعطاء الجسم حقه في النوم وعدم الإجهاد والسهو، وممارسة الرياضة والمواظبة عليها.

- تنمية الوازع الديني عند المسنين للتغلب على ضعف الذاكرة من خلال الإكثار من الذكر والتقرب إلى الله والصلاة، والحرص على طاعة الله، ففي قصة الشافعي خير دليل على ذلك، فقد حدثت مع الإمام الشافعي الذي وهبه الله قدرة فائقة على الحفظ حين ذهب إلى السوق ووقع نظره دون قصد على كعب امرأة فأثر ذلك في قدرته على الحفظ فتاب إلى الله واستغفره فأتم الله عليه هذه النعمة، وبهذا يقول الشافعي:

شكوت إلى وكيع سوء حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي

وأخبرني بأن العلم نور ونور الله لا يهدي لعاصي

وهذا النور لا يوهب إلا لمن أطاع الله وتقرّب إليه، يقول

تعالى: ﴿وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا﴾

(الشورى، آية: 52).

<p>والتعزيز المعنوي، الموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>1- أن تتعرف المسنين الأسباب التي تؤدي إلى التفكير في التخلص من الحياة(مثل: ضعف الإرادة والإيمان، وسواس الشيطان الضغوط النفسية والاجتماعية... الخ).</p> <p>2- تبصير المسنين بأخطار التفكير في التخلص من الحياة في الدنيا والآخرة، فمجرد التفكير في التخلص من الحياة يغضب الله ويؤثر سلباً على حياتنا.</p> <p>3- تنمية الوازع الديني لدى المسنين نحو تقوية الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتغلب على المشاكل والأحزان، وذلك بالعودة إلى الله سبحانه وتعالى والتمسك بإيمان قوي والتحلي بالصبر، والثبات عند المصائب؛ حتى يقضي الله أمره، وهو القادر على كل شيء وذلك يظهر في قوله تعالى: ﴿وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ﴾ (الطور، آية:48)، والتغلب على وسواس الشيطان والاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم، قال تعالى: ﴿وَإِذَا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (الأعراف، آية:200)، وكذلك تقوية الإرادة والعزيمة للتغلب على المشاكل والأحزان وذلك بالإكثار من قراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة؛ لأن مجرد التفرغ لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق والحزن؛ لأن الله سبحانه وتعالى يحب المؤمن القوي، قال تعالى: ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران، آية:139)، وكذلك أوصانا الرسول صلى الله عليه وسلم في الحديث، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " (صحيح البخاري، 1994، ص287)، وكذلك تقبل</p>	<p>التفكير التخلص الحياة</p>
--	--	--------------------------------------

	<p>النصيحة من الآخرين، فالدين النصيحة، وحثهن على إقامة الصلاة، فالصلاة صلة بين العبد وربه، والصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر.</p> <p>4- تنمية إرادة المسنين وعزيمتهم للتغلب على مشاكلهن وأحزانهن.</p>	
<p>الحوار، والتعزيز المعنوي، والموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف المسنين بمفهوم الأرق، وهو الشكوى والتذمر من النوم الغير كافي.</p> <p>- تعريف المسنين باسباب الأرق، والتي منها: الاستيقاظ المبكر أثناء الليل مع صعوبة العودة، والاستيقاظ الصباحي المبكر جداً، والنوم غير المريح وغير المنعش، وكذلك السن المتقدم بسبب الأرق، والاكنتاب والإجهاد والضجة، والحر الشديد، والتغير في المحيط البيئي، وحالات الاستيقاظ والنوم الغير نظامية، كذلك بعض الأدوية قد تسبب الأرق، وشرب الكحول قبل النوم وكذلك التدخين، واللائظامية المستمرة في مواعيد النوم والاستيقاظ، ونوبات القلب والربو والغدة الدرقية ونوبات النوم العميقة والقصيرة.</p> <p>- تبصير المسنين بالآثار النفسية والجسمية السلبية الناتجة عن الأرق، والتي منها: الشعور بالتوتر والهزال والضعف، وقلة النوم المصحوب بالخمول والكسل وعدم القدرة على العمل.</p> <p>- تقوية إرادة المسنين على عدم الاستسلام للأرق، والتعرف على التصرفات التي تسبب حالة الأرق ومحاولة تخفيفها، وتنمية ثقتهم به</p>	<p>الأرق وعدم النوم</p>

	<p>للتغلب على الأرق وعدم النوم، تنظيم أوقات النوم، ومعالجة الأمراض العضوية التي تصيبنا وقد تؤثر على نومنا، كما يجب الحد من ساعات النوم، وممارسة الرياضة؛ التي تساعد على القضاء على مشكلة الأرق وعدم النوم، والتخلص من الوسوس والأفكار المقلقة التي قد تصيب الانسان.</p> <p>- غرس الاتجاه الديني لدى المسنين نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى؛ لأن العبادة والاستعانة بالله تبعث السكينة والطمأنينة وتعودنا على الاسترخاء، والتوجه إلى الله بالدعاء والاستغفار، فيجب أن نتذكر قوله تعالى: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (الشعراء، آية: 80)، ويجب أن تقوية الارادة بالاستعانة بالله للتغلب على المشاكل والأحزان؛ لأن الله يحبنا أن نكون أقوياء، وكذلك يجب الحرص على إقامة الصلاة كاملة؛ فالصلاة صلة بين العبد وربيه، وتقوي الارادة وتعطي الانسان الثقة والطمأنينة وذلك للتخلص من القلق والتوتر</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>- تعريف المسنين بمفهوم فقدان الشهية</p> <p>- تعريف المسنين بأسباب فقدان الشهية، والتي منها: الأحداث الحياتية الضاغطة، والقلق والاضطرابات النفسية، والعوامل الوراثية، والوسوس القهرية والرهاب الاجتماعي والاكتئاب الشديد، وبعض الاضطرابات في وظائف الغدد الصماء.</p> <p>- توعية المسنين بالأضرار الجانبية لفقدان الشهية والمشكلات المصاحبة والتي منها: ظهور الأعراض الاكتئابية، والانسحاب الاجتماعي والقابلية للاستعارة والأرق، كما تكون الأعراض الوسواسية القهرية المرتبطة بالأكل ظاهرة في العادة، كما يسود ذلك التفكير المتعنت والتعبير الانفعالي المحدود والتلقائية الاجتماعية الضيقة.</p> <p>- تبصير المسنين بالإجراءات السلوكية العملية للتخلص من هذا</p>	<p>فقدان الشهية</p>

	<p>المرض.</p> <p>- تقوية الوازع الديني لدى المسنين نحو الاستعانة بالله للتخلص من هذا المرض، لذا يجب الاستعانة بالله في التغلب على كل مشكلة فيجب أن يكون إيمانك بالله قوياً للتغلب على كل العقبات، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " (صحيح مسلم، 393). كذلك سنجد في كتاب الله الدواء الناجع ولنتذكر ما كان يردد إبراهيم عليه السلام في قوله تعالى: ﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴾ (الشعراء، آية: 80)، والتغلب على مشكلاتنا والقضاء على القلق والاكتئاب، والنظر إلى ابتلاءات الآخرين والعبرة منها، فالالتزام الديني يعطينا سكينه النفس والطمأنينة والوقار، والسكون الذي بواسطته ستتغلبن على القلق والاضطراب الذي سبب لكن مرض فقدان الشهية العصبي، فلنقو إرادتنا للتغلب على كل هموم الحياة ولنتفكر في قوله تعالى: ﴿ ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ ﴾ (التوبة، آية: 26)، وقوله تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴾ (الفتح، آية: 4).</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1. تعريف المسنين بأسباب الإفراط في الأكل.</p> <p>2. تعريف المسنين بأضرار الإفراط في الأكل والتي منها: الإصابة بالبدانة؛ التي تؤدي إلى تقليل حركة الجسم، كذلك تزيد من التوتر النفسي، والإسراف أو الإفراط في الأكل عادة سيئة قد تؤدي بالإنسان إلى الموت، وكذلك يؤدي الإفراط في الأكل إلى السممة التي تسبب في الكثير من الأمراض مثل: السرطان، والسكر، والأزمات القلبية، وجلطات الدم.</p> <p>3. تنمية إرادة المسنين للتخلص من عادة الإفراط في الأكل، وتوجيه</p>	<p>الإفراط في الأكل</p>

	<p>المسنين لكيفية تجنب الإفراط في الأكل، وأفضل ما جاء في الوقاية والتغلب على هذه العادة وهو تمثل قول الله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (الأعراف، آية:31)، إن أمر الله المذكور في الآية الكريمة بعدم الإسراف يجب أن ينفذ ولا مجال للمساومة على قوانين الله، فإن أسرف الإنسان أصيب بما يمكن أن يصاب به مخالفاً لشرع الله ومنه الإصابة بأمراض لا قبل له بها، وعلى الإنسان ألا يسرف في الأكل والشرب، فالأمراض أكثر من أن تحصى، وهما هي أمراض القلب والأوعية الدموية وداء السكري وداء النقرس وغير ذلك من الأمراض التي لا داعي لتعدادها، إن للمسرفين جزاء إسرافهم وتعديهم، أما المعتدلون المستجيبون لأمر الله ونهيه فهم الفائزون.</p>	
<p>الجماعي، الحوار المعنوي والتعزيز والمادي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1- تعريف المسنين بالأسباب المؤدية إلى بطء الحركة (مثل: قلّة التركيز لدى الفرد، وفقدان الثقة بالنفس ودرجة أقل في الاتزان الوجداني، وتعرض الإنسان للإحباط وتعدد مشاكله... الخ).</p> <p>2- توجيه المسنين بملاحظة الآثار المترتبة على بطء الحركة.</p> <p>3- توجيه المسنين إلى كيفية تجنب الأسباب المؤدية إلى بطء الحركة.</p> <p>4- مساعدة المسنين على كيفية التخلص أو الحد من بطء الحركة، من خلال مراعاة مجموعة من النقاط، وهي:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ضرورة الثقة بالنفس أو إعادة هذه الثقة. - مراقبة الذات في التحدث، وأثناء العمل. - عدم اليأس عند الفشل في التخلص أو الحد من بطء الحركة، مع اعتبار أن الفشل هو بمثابة الدافع للنجاح، فليس هناك فشل تام، بل إن الفشل يتضمن بعض النجاح، كما أن بعض النجاح يتضمن بعض الفشل، والمهم الاستفادة من خبرات الفشل واعتبارها حافزاً للنجاح. 	<p>بطء الحركة</p>

فالإنسان لا بد أن يستعيد بالله من الشيطان الرجيم، قال تعالى: ﴿وَمَا يَنْزَعُكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (الأعراف، آية: 200). فالمولى عز وجل يساعد العبد إن لم يقصر العبد مع مولاه، وهذا ما ورد في الحديث القدسي، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال النبي صلى الله عليه وسلم " يقول الله تعالى أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه؛ ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ؛ ذكرته في ملأ خير منه، وإن تقرب إلي شبراً؛ تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إلي ذراعاً؛ تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي أتيته هرولةً " (صحيح البخاري، 216). والمحافظة على الصلاة والتقرب إليها، قال تعالى: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ (العنكبوت، آية 45). والإكثار من عمل الصالحات، قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ﴾ (البينة، آية 7). والاستعانة بالصبر في كل خيرات الفشل، قال تعالى: ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ (البقرة، آية 45). والاستغفار والدعاء في الرخاء في كل مرّات الفشل للحد من الحركات الزائدة التي لا داع لها، فعن أبي هريرة رضي الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال " من سرّه أن يستجيب الله له عند الشدائد والكره فليكثر الدعاء في الرخاء " (سنن الترمذي، 462).

5- الوقوف امام المرأة مع تخيل التحدث مع أحد الأفراد مع ملاحظة الحركات التي تصدر منه، وهل كانت كانت حركات بطيئة أم طبيعية، ويتم التدريب على ذلك بالعديد من المرّات حتى تعتدل الحركة.

6- يجب أن يكافئ الفرد نفسه حين ينجح في الاعتدال في حركاته التي يمارسها، لأن مكافئته لذاته هي دعوة لمزيد من التعديل.

	<p>7- الدعوة واللجوء إلى الله للمساعدة في الجهود المبذولة التي يقوم بها كل انسان لتصحيح حركته البطيئة.</p>	
<p>الحوار الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، التمارين الرياضية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1- تعريف المسنين بمفهوم فقد الاستمتاع بالهوايات. 2- تعريف المسنين بفوائد ممارسة الاستمتاع بالهوايات والتي تعد وسيلة جيدة للشعور بالوقت والاستمتاع به. 3- تعريف المسنين باسباب والتي قد ترجع إلى مرور الانسان بحالات عصبية بسبب الاكتئاب والحزن؛ تفقده الاستمتاع بالهوايات 4- تبصير المسنين بالآثار النفسية والاجتماعية السلبية الناتجة عن هذه الحالة، والتي منها: أعاني كثيراً الشعور بان الوقت يمر ببطء شديد، والشعور بالحزن، والاصابة بالإحباط والإحساس بالوحدة وبالفرغ. 5- تقوية إرادة المسنين على عدم الاستسلام للقلق والاكتئاب والحزن، وتنمية ثقتهن بأنفسهن. 6- غرس الاتجاه لدى المسنين نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، فيجب أن نلجأ أولاً وأخيراً لله سبحانه وتذكر أن النفع والضرر بيد الله سبحانه وتعالى، قال تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة، آية 51)، وتذكر قول رسول الله صلى الله عليه وسلم، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن</p>	<p>عدم الاستمتاع بالهوايات</p>

	<p>الترمذي، 667)، وعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" (صحيح مسلم، ب.ت، ص 393)، وكذلك حث على التوكل على الله فقال تعالى: ﴿ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ ﴾ (الزمر، آية 38)، كما يجب أن تقوية الارادة والتغلب على الوسوس والاضطرابات؛ من خلال المدوامة على الصلاة؛ لأن الصلاة تقوي الصلة بين الإنسان وربه وتلهمه السكينة والطمأنينة؛ لأنها تمد الإنسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي والاسترخاء التام والهدوء وكذلك احرص على ممارسة التمارين الرياضية التي ستعطيك القوة والحزم، وكذلك يجب استشعار رعاية الله ومعيته مع المؤمنين، قال تعالى: ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا ﴾ (الحج، آية 38)؛ لأن ذلك سيبعث الهدوء في النفس، ويبعث الراحة في العقل.</p>	
<p>النقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>البطء في أداء المهام</p> <p>- تعريف المسنين بالأسباب المؤدية إلى البطء في أداء المهام.</p> <p>- إرشاد المسنين بالآثار المترتبة على البطء في أداء المهام مثل: الشعور بشيء من الضيق، والضجر، والإحباط، والشعور بالعجز والنقص والفشل في اداء الاعمال.</p> <p>- توجيه المسنين إلى كيفية تجنب البطء في أداء المهام، وذلك من خلال اتباع الآتي: عدم قبول الأعمال التي لا نستطيع إنجازها، ولا نمتلك مهارات أدائها أداءً تاماً دون بطء أو عرقلة، والأخذ بالأسباب ما أمكن، والاعتماد على التخطيط سعيًا لإنجاز العمل المطلوب، والقراءة والاطلاع حول الأدبيات المتعلقة بإدارة الأعمال بنجاح، وعدم اليأس إذا لم ننجح في إنجاز بعض الأعمال والمبادرة إلى المزيد من العمل، بناء علاقة طيبة مع الآخرين، فهي تساعد على إنجاز كثير</p>	

من الأعمال، لا سيما الصعب منها والحرص، والاستعانة بالله عز وجل على أداء أعمالنا، والحرص على اتقان الأعمال، كما ورد في الحديث الشريف عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه " (مسند أبي يعلى، 349)، وكذلك مراقبة الله في السر والعلانية، ومخافة الله في المنشط والمكروه وما ورد في الحديث الشريف الذي قال فيه رسول الله صلى الله عليه وسلم عندما دار الحوار بينه وبين جبريل عليه السلام " قال ما الإحسان قال، أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك ... " (صحيح البخاري، 22).

- مساعدة المسنين على كيفية التخلص من الشعور بالضيق أو الإحباط نتيجة البطء في أداء المهمات، وذلك من خلال تحمّل المسؤولية، ويجب أن نعلم أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان له السبق الأعظم في تربية النشء على تحمّل المسؤولية، وهذا ما ورد في الحديث الشريف فعن عبد الله بن عمر رضي الله عنه قال، سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته الإمام راع ومسئول عن رعيته والرجل راع في أهله وهو مسئول عن رعيته والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيته، والخادم راع في مال سيده ومسئول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيته، والخادم راع في مال سيده ومسئول عن رعيته، قال وحسبت أن قد قال والرجل راع في مال أبيه ومسئول عن رعيته، وكلكم راع ومسئول عن رعيته (صحيح البخاري، 147-148).

- ضرورة نصح المسنين بالعمل على اكتساب مهارة إدارة الوقت بكفاءة، فهي ضرورية لإنجاز كثير من الأعمال دون تأخير، والتغلب على مشكلة البطء في أداء المهمات.

الفصل الرابع: الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

تمهيد:

تعد المدرسة المؤسسة التربوية التي تقوم بعملية التربية، وهي المسئولة عن النمو النفسي السوي والتنشئة الاجتماعية السليمة وتدعيم الصحة النفسية لدى الطلاب، كما أن المدرسة هي المسئولة عن الإرشاد التربوي والنفسي والديني للطلاب، فالتربية تتضمن عملية التوجيه والإرشاد، لذا ينبغي على كل معلم أن يكون معلما - مرشدا.

أولاً: مفهوم الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

هو عملية مساعدة الطالب في رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه ودينه الحنيف، وان يختار نوع الدراسة والمناهج المناسبة لمساعدته على النجاح، بما يحقق توافقه التربوي والدراسي ويتمتع بالصحة النفسية.

ثانياً: اهداف الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

يهدف الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي إلى تحقيق ما يلي:

- إكساب الطالب بعض القيم النابعة من تعاليم الدين الإسلامي الحنيف وتوفير القدوة الحسنة.
- العمل على تكوين الشخصية المسلمة من خلال التأكيد على السلوك الحسن.
- تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي بالعمل بمكارم الأخلاق وتعزيز النظام الأخلاقي الذي هو جوهر الإسلام في جميع نواحيه والتركيز على صلة الطالب بخالقه وأن الله معه في السراء والضراء فيشعر بالطمأنينة ويجد في المرشد القدوة الحسنة في الصبر والصدق والتسامح واللطف وعدم إفشاء السر.
- غرس الآداب التي تزين المسلم وتكوين الشعور بالحبة للفضائل والقيم الأخلاقية الحميدة في أساليب التفاعل الاجتماعي كالعدل والمساواة والتعاون على الخير والإخلاص في القول والعمل والعفة والتزاهة والإخاء والتراحم وإتقان العمل.
- البعد عن الرذائل والشرور والأخلاقيات الفاسدة مثل الكذب والغش والنفاق وقول الزور والظلم ونقض العهد والخيانة والسرقه والتفاخر والتعصب، ويحتاج الإرشاد الأخلاقي والإرشاد عامة إلى المرشد المؤمن، ذي البصيرة القادر على الإقناع والإيحاء والمشاركة الانفعالية مستمداً ذلك من تعاليم الدين الإسلامي الحنيف يحترم شخصية الطالب ويجب له الخير للناس ويرغب في مساعدتهم وبذل المعروف والأخلاق الفاضلة تقوم على أسس أهمها، الاستقامة وصلاح النفس والصدق والتواضع ومصاحبة الأخيار والكلام الحسن واحترام الغير والإصلاح بين الناس وحسن الظن والتعاون والعفة والإحسان.
- تقديم النصح والتوجيه للطلبة والإجابة على استفساراتهم.
- توجيه الطالب وإرشاده إسلامياً في جميع النواحي النفسية والأخلاقية والاجتماعية والتربوية والمهنية، لكي يصبح عضواً صالحاً في بناء المجتمع وليحيا حياة مطمئنة راضية. بإذن الله تعالى .
- العمل على توثيق الروابط والتعاون بين البيت والمدرسة لكي يصبح كل منهما مكماً وامتداداً للأخر.
- العمل على اكتشاف مواهب وقدرات وميول الطلاب سواء المتفوقين منهم والعاديين، ومساعدتهم على اختيار نوع الدراسة والمهنة التي تتناسب مع مواهبهم وقدراتهم وميولهم واحتياجات المجتمع.
- حل مشكلات الطالب من خلال مساعدته على تخطي مشكلاته بأسلوب سليم ومنظم يستطيع من خلاله أن يتعلم كيف يتغلب على مشكلاته المستقبلية من خلال تعميم التعلم في حل المشكلات.

- تصنيف الطلبة وفق استعدادهم وقدراتهم وميولهم الفردية ومساعدتهم على اختيار نوع الدراسة الحالية والمستقبلية وجمع البيانات الكافية عن الطالب وتنظيمها وتحليلها.
- مساعدة الطلاب في كشف إمكاناتهم وقدراتهم واستعداداتهم، وعلى النمو إلى أقصى درجة ممكنة باستخدام تلك الإمكانيات والقدرات استخداماً سليماً، ومساعدتهم على اختيار نوع الدراسة المناسبة لهم والتكيف معها والتغلب على الصعوبات التي تواجههم في حياتهم المدرسية بوجه عام.
- تحقيق التوافق الأكاديمي للطلاب فهو يسعى إلى مساعدة الطالب على تحقيق النجاح تربوياً، وذلك عن طريق معرفة الطلبة ومساعدتهم بالاختيار السليم الذي يؤدي للنجاح، وكذلك المساعدة في تحقيق الاستمرار في الدراسة من خلال المتابعة اليومية من قبل المرشد النفسي الديني (المرشد الطلابي) ثم مساعدة الطالب على وضع أهداف مستقبلية تنسجم وقدراته وتكون منطقية ومقبولة.
- توعية الطلاب بطبيعة المرحلة العمرية التي يمرون بها من الناحية الفسيولوجية وال نفسية والاجتماعية والتغيرات التي تحدث في كل مرحلة.
- دراسة حالات الطلاب ذوي الصعوبات الخاصة بالتعلم والإعاقات البسيطة ورصد حالات الاضطراب الانفعالي بمختلف نوعياته ودرجاته بين الطلاب.

ثالثاً: الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

يحتاج الطلاب إلى خدمات الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي من اجل تحقيق امور عدة، وهي:

- التغلب على مشكلاتهم.
- ودعم ثقتهم في أنفسهم.
- تحقيق التوافق النفسي لهم.

رابعاً: الأسس والمبادئ العامة للإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

توجد مجموعة من الأسس والمبادئ العامة للإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي وهي:

- ❖ الدين ركن أساسي: يعد الدين عنصر أساسي في حياة الإنسان، لذا فالتربية السليمة تشمل التربية الدينية، والنمو السوي يتضمن النمو الديني، فالصحة النفسية تشمل السعادة في الدنيا والدين، وفي ضوء ذلك تعد

المعتقدات الدينية لكل من المرشد والمسترشد هامة وأساسية لأنها تعتبر ضوابط للسلوك ومعايير مقدسة محددة له وتؤثر في العلاقة الإرشادية.

❖ **مرونة السلوك الإنساني:** يتميز السلوك الإنساني رغم ثباته النسبي، بأنه مرن وقابل للتعديل والتغيير فالثبات النسبي للسلوك الإنساني لا يعني جموده، ولا يقتصر مبدأ المرونة على السلوك الظاهري فقط بل يشمل التنظيم الأساسي للشخصية ومفهوم الذات مما يؤثر في السلوك ولولا هذه المسلمة لما كان الإرشاد النفسي والعلاج النفسي ولا التربية.

❖ **السلوك الإنساني فردي - جماعي:** يتصف السلوك الإنساني بأنه فردي - جماعي مهما بدا فردياً بحتاً أو اجتماعياً خالصاً، فسلوك الإنسان وهو وحده يبدو فيه تأثير الجماعة، وسلوكه وهو مع الجماعة تبدو فيه آثار شخصيته وفرديته، وفي الإرشاد والعلاج النفسي نجد أن أي محاولة لتعديل سلوك الفرد لا بد أن تدخل في الحساب شخصية الفرد ومعايير الجماعة والأدوار الاجتماعية والاتجاهات السائدة والقيم بما يحقق صالح كل من الفرد والجماعة.

❖ **ثبات السلوك الإنساني نسبياً وإمكان التنبؤ به:** يعد السلوك الإنساني مكتسب ومتعلم من خلال عملية التنشئة الاجتماعية والتربية والتعليم، وهو يكتسب صفة الثبات النسبي وكون السلوك الإنساني ثابت نسبياً فإنه يمكن التنبؤ به.

❖ **استمرار عملية الإرشاد:** عملية الإرشاد عملية مستمرة متتابعة من الطفولة إلى الكهولة، ومن المهدي إلى اللحد، ففي الطفولة يقوم بها الوالدان حين يهرع إليهما الولد بمشكلاته، وفي المدرسة يقوم بها المرشد أو المعلم - المرشد حين يلجأ إليه التلميذ، وهكذا في كل مراحل الحياة، يسعى الفرد للإرشاد لدى شخص متخصص.

❖ **حق الفرد في تقرير مصيره:** من أهم مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي الاعتراف بحرية الفرد وقيمه وحقه في اختيار وتقرير مصيره.

❖ **تقبل المسترشد:** يقوم الإرشاد النفسي على أساس تقبل المرشد للمسترشد كما هو وبدون شروط وبلا حدود، وهذا أمر ضروري لتحقيق العلاقة الإرشادية الطيبة المطلوبة التي تتيح الثقة المتبادلة في العملية الإرشادية.

❖ استعداد الفرد للتوجيه والإرشاد: الفرد العادي لديه استعداد للتوجيه والإرشاد مبني على وجود حاجة أساسية لديه، فكل منا حين يلتوي عليه أمر أو تعترضه مشكلة يلجأ للآخرين طلباً للاستشارة والتوجيه والإرشاد.

❖ حق الفرد في التوجيه والإرشاد: يعد التوجيه والإرشاد حاجة نفسية هامة لدى الإنسان، ومن مطالب النمو السوي إشباع هذه الحاجة، وعلى هذا يكون التوجيه والإرشاد حقاً من حقوق كل فرد حسب حاجته في أي مجتمع ديمقراطي.

خامساً: المشكلات التي يتناولها الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

يتناول الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي العديد من المشكلات، منها:

- مشكلات المتفوقين.
- الضعف العقلي.
- التأخر الدراسي.
- مشكلات النمو العادية.
- مشكلات اختيار نوع الدراسة والتخصص.
- مشكلات النظام.
- التسرب.
- صعوبات التعلم.
- اضطرابات الكلام.
- قلق التحصيل.
- قلق الاختبار.
- تنظيم الوقت وعادات.
- الاستذكار.

سادسا: خدمات الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

تقدم خدمات الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي مندمجة في البرنامج التربوي والعملية التربوية عن طريق المناهج، فيجب أن تكون المناهج مناسبة تراعى حاجات وقدرات الطلاب وحاجاتهم النفسية وتكون مرتبطة بحياتهم العملية، وتعاليم دينهم. ويقوم الطالب والمرشد والمعلم-المرشد والمدرسة بدور متكامل في عملية الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي ويتضح ذلك فيما يلي:

- 1- الطالب: يستفيد من الخدمات والتسهيلات والفرص المتاحة ويكون له دور في العملية الإرشادية.
- 2- المرشد: يدرس استعدادات وقدرات وميول وحاجات الطلاب ويساعدهم في التخطيط لمستقبلهم وحل مشكلاتهم وان يكون قدوة ونموذجا اسلاميا طيبا لهم.
- 3- المدرسة: تيسر التسهيلات لدراسة شخصية الطلاب وتقدم المناهج والأنشطة المناسبة التي تساعد على توافقهم ومشاركة كل العاملين بالمدرسة في العملية الإرشادية.
- 4- المعلم-المرشد: يقدم خدمات هامة حينما يكون نموذجا للسلوك المتوافق يعلم العلم ويوجه النمو ويسهم ويساعد في عملية الإرشاد.
- 5- الخدمات التنموية والوقائية: وهي من أهم خدمات الإرشاد بصفة عامة الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي بصفة خاصة ويجب أن تظهر في البرامج التربوية.
- 7- الخدمات الفردية: تقدم هذه الخدمات الخاصة بكل طالب من المتخلفين دراسيا أو المتفوقين أو غيرهما.
- 8- الخدمات الجماعية: تقدم على المستوى التنموي والوقائي كما تقدم للطلاب الجدد.
- 9- خدمات شؤون الطلاب: تظهر هذه الخدمة حينما تيسر شؤون الطلاب التوجيه والإرشاد من جانب هيئة التدريس والمرشدين وكل من يهمله أمر العملية التعليمية داخل المؤسسة.

سابعاً: دور المرشد الطلابي في الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

يقوم المرشد الطلابي بمهام الإرشاد النفسي الديني والأخلاقي في المجال التربوي، وذلك بعدة أساليب منها:

- المشاركة والتنسيق مع جماعة التوعية الإسلامية في نشاطها الرامي إلى تعزيز الأخلاق الإسلامية الحميدة وأداء الواجبات كالمحافظة على الصلاة جماعة وطاعة الوالدين والصدق والأمانة والبر... الخ.

- تنظيم الندوات والمحاضرات التي تدعو لها المدرسة بحضور الطلاب والمعلمين وأولياء الأمور والمجتمع المحلي ودعوة المختصين للمشاركة فيها.

- استخدام الإذاعة المدرسية والصحف الحائطية وما بها من نشاط يومي مستمر.

- الاستفادة من الرحلات والمعسكرات والزيارات للأراضي المقدسة والمعالم الإسلامية.

- تطويع جميع مواد التربية الإسلامية وغيرها في تعزيز وغرس المفاهيم الإسلامية التي تحت على الفضائل ومكارم الخلاق.

- إعداد المنشورات الهادفة التي تحت على التمسك بالأخلاق الحسنة ونبذ الرذيلة.

- تكريم الطلاب المثاليين ذوي السلوك الحسن ووضع حوافز مادية ومعنوية لتشجيعهم على الالتزام بالأخلاق الإسلامية.

- متابعة الطلاب أثناء أداء صلاة الظهر في المدرسة والمشاركة في إلقاء بعض الكلمات الهادفة التي تحت على القيم الإسلامية والأخلاق الفاضلة.

ثامناً: خدمات الإرشاد النفسي الديني:

يقوم المرشد النفسي الديني (المرشد الطلابي) بتحقيق أهداف الإرشاد النفسي الديني في المدرسة بعدة أساليب مختلفة تتناسب مع الإمكانيات المتاحة في المدرسة ومن هذه الأساليب ما يلي:

1- جماعة التوعية الإسلامية في المدرسة وما تقوم به من نشاط في تعزيز الأخلاق الإسلامية الحميدة وأداء الواجبات كالمحافظة على الصلاة وطاعة الوالدين وغرس الفضائل.

2- الإذاعة المدرسية والصحف والحائطية وما بها من نشاط يومي مستمر.

- 3- الندوات والمحاضرات التي تدعو لها المدرسة بحضور الطلاب والمعلمين وأولياء الأمور والمجتمع المحلي.
- 4- الرحلات والمعسكرات والزيارات للمؤسسات الحضارية والبيئية في البلاد.
- 5- الاستفادة من معلمي مادة التعبير والقراءة الحرة في تعزيز وغرس المفاهيم الإسلامية التي تحت على مكارم الأخلاق.
- 6- إعداد المنشورات الهادفة التي تحت على التمسك بالأخلاق الفاضلة ونبذ الرذيلة وسوء الخلق.
- 7- تكريم الطلاب المثاليين ذوي السلوك الحسن وذلك بجعل حوافر مادية ومعنوية وتشجيعهم على التمسك بذلك وحث زملائهم على الاقتداء بهم.

تاسعا: نماذج للإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي:

توجد العديد من النماذج للإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي، إلا أنه سوف يتم التعرض

لبعضها، كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول (5) يوضح نماذج للإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي

المشكلة	خدمات الإرشاد النفسي الديني	الفنيات المستخدمة
صعوبة التركيز	<p>1- توعية الطلاب بأسباب صعوبة التركيز والتي قد تكون مرتبطة بتقنية الانتباه والظروف المحيطة بالموقف، كالضوضاء مثلاً، وأيضاً عدم القدرة على تقدير الأمور من حيث الأهم فالمهم، وبالتالي يتولد عن ذلك اتجاه نحو إهمال الاستماع وعدم الانتباه، هذا بالإضافة إلى كثرة المهوم والمشاكل التي قد تؤدي إلى الاستغراق في أحلام اليقظة.</p> <p>2- توعية الطلاب بالآثار السلبية لصعوبة التركيز مثل: الشعور بالألم والملل، وتضييع الوقت، تحذ من الإنجاز، وتضعف من درجة إيجابية الفرد وتفاعله في المجتمع.</p> <p>3- تنمية مهارة التركيز والإنصات من خلال الحد من أعراضها من خلال الآتي:</p> <p>أ- تحديد أهداف واضحة قابلة للتحقيق في حياتنا، والتركيز على إنجازها.</p> <p>ب- الابتعاد ما أمكن عن الإسراف في أحلام اليقظة.</p>	الحوار، والتعزيز المعنوي والمادي، ولعب الأدوار

ج- التوقف عن التفكير أو الاستذكار متى شعرتن بالتعب.

د- شغل النفس ببعض الهوايات النافعة، كالمشي لمدة قصيرة.

ك- توجيه الاهتمام المنصت إلى محتوى الكلام وليس إلى طريقة المتحدث.

ل- تشجيع القوى الذهنية في دائرة الموضوع.

م- معالجة ما أمكن معوقات صعوبة التفكير.

ن- تسجيل النقاط الهامة على ورقة أثناء الاستماع للآخرين.

و- اجراء بعض التمارين لتحديد مدى القدرة على الإصغاء والتركيز والفهم.

ي - تنمية مهارة ترتيب الأفكار بطريقة متسلسلة متدرجة حتى يسهل استيعابها.

4- حث الطلاب على الاستعانة بالله عز وجل، وعدم العجز والضعف أمام المموم، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي الديني ذكر الله سبحانه وتعالى وقراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة وذلك لأن مجرد التفرغ لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق لديه، فعن ابن عباس رضي الله عنه قال، كنت خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم يوماً فقال " يا غلام إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد

	<p>كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف " (سنن الترمذي، 667).</p> <p>5- إكساب الطلاب مهارة التركيز أثناء ممارسة الصلاة أو المذاكرة.</p>	
<p>الحوار، والنقاش، والجماعي، والنشرات، والإرشادية، والتعزيز المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>6- توعية الطلاب بأن النظام الغذائي يؤثر تأثيراً كبيراً في قوة وضعف الذاكرة حيث أن المخ يستغل (30%) من السعرات الحرارية المكتسبة يومياً، وهو يحتاج إلى طاقة كبيرة من الكربوهيدرات، حيث يقوم المخ بحرق هذه الطاقة حتى أثناء النوم؛ لذلك فإن تناول الإفطار هو أفضل طريقة لتخزين الطاقة طوال اليوم - توعية الطلاب بأن ضعف الذاكرة سلاح ذو حدين، ومما لا شك فيه أن النسيان سلاح ذو حدين؛ فهو نعمة ونقمة في آنٍ واحد، فهو نعمة؛ لأننا من خلاله ننسى آلامنا وأحزاننا، كل الخبرات المؤلمة التي نمر بها؛ لذلك لا يستطيع الإنسان أن يخزن في ذاكرته كل الانطباعات والآثار عن كل ما مرّ به من أحداث في كل سنوات عمره، وهو نقمة إذا تجاوز الحد وأصبح ظاهرة تنغص علينا حياتنا ويعرضنا لمواقف محرّجة، وفيه مضيعة للوقت والشعور بالملل ويحد من درجة إيجابية الفرد وتفاعله.</p> <p>7- توعية الطلاب بالآثار السلبية الناجمة عن ضعف الذاكرة.</p> <p>8- الكشف عن الأسباب المؤدية لضعف الذاكرة.</p> <p>9- إرشاد الطلاب على آلية التغلب على ضعف الذاكرة من خلال أن يكرّر الشخص ما يود القيام به أكثر من مرّة، والإكثار من أكل الخضروات والفاكهة الطازجة، والمحافظة على الصحة العامة لإعطاء الجسم حقه في النوم وعدم الإجهاد والسهر، وممارسة الرياضة والمواظبة عليها.</p> <p>10- تنمية الوازع الديني عند الطلاب للتغلب على ضعف</p>	<p>ضعف الذاكرة</p>

	<p>الذاكرة من خلال الإكثار من الذكر والتقرب إلى الله والصلاة، والحرص على طاعة الله، ففي قصة الشافعي خير دليل على ذلك، فقد حدثت مع الإمام الشافعي الذي وهبه الله قدرة فائقة على الحفظ حين ذهب إلى السوق ووقع نظره دون قصد على كعب امرأة فأثر ذلك في قدرته على الحفظ فتاب إلى الله واستغفره فأتم الله عليه هذه النعمة، وبهذا يقول الشافعي:</p> <p>شكوت إلى وكيع سوء حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي وأخبرني بأن العلم نور ونور الله لا يهدى لعاصي وهذا النور لا يوهب إلا لمن أطاع الله وتقرب إليه، يقول تعالى: ﴿وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا﴾ (الشورى، آية: 52).</p>	
<p>الحوار، والتعزيز المعنوي، والموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف الطلاب بمفهوم سيطرة الأفكار السلبية، وهي الهواجس والخيالات التي تعظم دائماً الخطر، وتخرجه عن حجمه الطبيعي، وقد تحولته إلى كارثة حقيقية.</p> <p>- تبصير الطلاب بالأسباب المؤدية إلى سيطرة الأفكار السلبية، ويعد القلق أهم المسببات لها، والتي تجعل الافراد غير قادرين على اتخاذ القرار السليم، وعدم القدرة على المواجهة واتخاذ القرار الصائب، وبالتالي يشل حركتنا ويوقعنا فريسةً للأفكار السلبية.</p> <p>- الوصول بالطلاب بالطريقة الناجحة لتقوية الثقة بالنفس والقضاء على سيطرة الأفكار السلبية من خلال شغل وقت الفراغ بالعمل والعلاقات الاجتماعية الطيبة، كذلك الاهتمام بالعمل الجاد والصحة الجميلة الاسترخاء، والقيام بالتمارين الرياضية؛ وتوفير العزيمة القوية لتحدي الأفكار السلبية بالأفكار الإيجابية.</p> <p>- غرس الاتجاه الديني لدى الطلاب نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، وتنمية الثقة به من خلال: الإيمان القوي بالله والتفكير في</p>	<p>سيطرة الأفكار السلبية</p>

	<p>آياته، والمداومة على الصلوات هو أهم الأسباب التي تخلصنا من القلق وتجعلنا نشعر بالأمن والطمأنينة وبالتالي يكون ذلك سداً منيعاً للقضاء على سيطرة الأفكار السلبية علينا. كذلك يجب أن تتغلب ونقضي على الهواجس القائمة في حياتنا.</p>	
	<p>بطء التفكير</p> <p>- توعية الطلاب بالآثار السلبية لبطء التفكير، ولعل من هذه السلبيات الشعور بالألم وعدم الإنجاز.</p> <p>- تنمية مهارة سرعة التفكير لدى الطلاب.</p> <p>- تنمية مهارة التركيز ومهارة الانطلاق بالفكر السليم بسرعة وبطريقة جيدة من خلال اداء بعض التمارين لاختبار مدى القدرة على الإصغاء والتركيز والفهم، مع الاستعانة بالله عز وجل، وعدم الخضوع أمام الهموم.</p> <p>- تقوية إرادة الطلاب للتغلب على الأحزان والانطلاق بالتفكير، بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى، وتقوية إرادتنا في التغلب على المشاكل وعلى القلق والاضطراب، والقضاء على الهموم بتفكير آيات الله وكلام الرسول الكريم وطلب العون من الله، وبالتركيز على الدراسة والمطالعة، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي: ذكر الله سبحانه وتعالى وقراءة القرآن الكريم والدعاء والاستغفار والانصراف للعبادة؛ لأن مجرد التضرع لله والتقرب إليه بهذه الأساليب يساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتحديد مدة القلق لديه.</p> <p>- حث الطلاب على الاندماج في الأفعال التي تتطلب تفكيراً سريعاً يساعد على القضاء على هذه المشكلة، وممارسة بعض الهوايات</p>	

	النافعة كالمشي لمدة قصيرة، والاهتمام بالعمل.	
<p>المعنوي التعزيز والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>التدخين</p> <p>- تبصير الطلاب إلى ان عادة التدخين عادة سيئة تضر بالإنسان وقد تؤدي بحياته إلى التهلكة.</p> <p>- تبصير الطلاب بالأخطار الناجمة عن التدخين، والتي منها: تغيير الصوت نحو الخشونة والرجولة، وفقد إحساس تذوق اللسان، والانقطاع المبكر للطعم، والتدخين يؤدي إلى ظهور تجاعيد الجلد وزيادة الأمراض الصدرية المزمنة.</p> <p>- تقوية إرادة الطلاب للقضاء على عادة التدخين، وذلك من خلال تقوية الارادة وقوة التحدى للتخلص من هذه العادة.</p> <p>- حث الطلاب على ضرورة الابتعاد عن رفاق السوء الذين يساعدون على التمادي في هذه العادة، والابتعاد عن الوحدة؛ لأنها قد تساعد على الاستمرار في التدخين، والاهتمام أيضاً بممارسة الرياضة؛ لأن الرياضة تقوي الجسم وتبعد عن التدخين، والرياضة والتدخين لا يلتقيان، ويجب أن التذكر بانه يجب على الوالدين ان يكون قدوة لابنائهم، ولمن حولهم من أخوة وأصدقاء فالتدخين يجعل صاحبه قدوة سيئة لابنائه ولمن حوله فيقلدونه، وتذكر ايضا أن التدخين عبء اقتصادي على الفرد والاسرة بل المجتمع.</p> <p>- تقوية الوازع الديني نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتخلص من عادة التدخين، وذلك من خلال الاستعانة بالله والتوجه إلى الله بالدعاء، فقال تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾ (البقرة، آية: 186)، وكذلك ما ورد في الحديث القدسي، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم بما رواه عن ربه: " أنا عند ظن عبدي بي، أنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه؛ ذكرته في نفسي، وإن ذكرني</p>	

في ملاً ذكرته في ملاً خير منه، وإن تقرب إليّ شراً؛ تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إليّ ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي؛ أتيته هرولاً" (صحيح البخاري، 2694). والاستعانة كذلك بقراءة القرآن للإقلاع عن هذه العادة السيئة.

- تبصير الطلاب بضرورة المحافظة على الصحة وتجنب العادات التي قد تؤذي هذه النعمة، والتذكر دائماً أن الصحة تاج على رؤوس الأصحاء، وكذلك التذكر أن التدخين تبذير، فقد قال تعالى: ﴿وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا﴾ (الإسراء، آية: 26)، وإنه إسراف فقد قال تعالى: ﴿وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (الأنعام، آية: 141)، والتذكر أن الله ييغضه ويغض متعاطيه، وأنه يفسد الهواء النقي ويؤذي المؤمنين غير المدخنين، وتذكري أن العقل السليم في الجسم السليم، وأن الدخان فيه ضياع للوقت فيما لا يفيد بل يضر، لذلك يجب على الفرد ان يعمل على تقوية صلته بالله سبحانه وتعالى والمداومة على الصلاة وتلاوة القرآن فالصلاة تجلب السكينة والطمأنينة إلى القلوب، فقد قال تعالى: ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾ (البقرة، آية: 45).

الفصل الخامس: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

تمهيد:

تعد مرحلة المراهقة مرحلة انتقال بين الطفولة والرشد، وهي مرحلة لها خصائص تميزها عما قبلها وما بعدها من المراحل، ولذلك فالحاجة ماسة إلى إرشاد المراهقين ليعيشوا في سعادة متمتعين بالصحة النفسية. ويشير علماء النفس إلى أن مرحلة المراهقة مرحلة توتر وعواصف وبها أزمات نفسية واحباطات وصراعات وضغوط اجتماعية ومشكلات كثيرة، هذا ن جانب ومن جانب اخر تعد مرحلة تحقيق الذات وحب ومرح ونمو شخصية، أي أنها مرحلة نمو ولكن فيها كثير من المشكلات.

اولا: مشكلات المراهقين:

يمكن تقسيم مشكلات المراهقين إلى ما يلي:

- **مشكلات انفعالية:** تتمثل أهم المشكلات الانفعالية في هذه المرحلة في: الشعور بالقلق، ونقص الثقة بالنفس، والجناح، والسلوك العدواني، والغضب، والعصيان، والتمرد، والخجل، والأنطواء، والاعتراب، وعدم القدرة على تحديد المسؤولية، وعدم القدرة على السيطرة على الأنفعالات والمخاوف المرضية (كالمخاوف المدرسية، والاجتماعية، والجنسية، والصحية) والتناقض الوجداني.

- **المشكلات الأسرية:** ومنها المبالغة في فرض القيود، وعدم الصراحة والحرية في المناقشات، ونقص الخصوصية في الأسرة، والعلاقات السيئة بين الأخوة، نقص المصروف، وسوء العلاقة بين المراهق والوالدين، عدم الحرية في عمل الصداقات، وقد تكون المشكلات الأسرية بسبب وفاة أحد الوالدين أو الانفصال أو الترميل أو زواج أحدهما أو كليهما.

- **المشكلات الدينية والخلقية:** ومنها عدم التوازن بين التزمت والتحرر، والتعصب الديني، وتأييب الضمير الزائد، ونقص المعلومات الدينية فيما يتعلق بالحلال والحرام، والشك الديني، وعدم إقامة الفرائض والشعائر الدينية.

- **المشكلات المدرسية:** ومنها عدم القدرة على تنظيم وتخطيط الاستذكار، والتسبب وعدم الانضباط، وعدم الرغبة في الأنحراط في النظام المدرسي، وعدم تناسب المناهج مع اهتماماتهم، وعدم احترام المدرسين، وإثارة الشغب في الفصل وكثرة التهريج، السخرية من الزملاء وعدم احترامهم، وطول إلى يوم الدراسي، وعدم الميل إلى مادة دراسية أو أكثر، وعدم التركيز في الفصل، التأخر الدراسي، والهروب من المدرسة، وعدم الخضوع لأوامر المدرسين، وعدم الاهتمام بأداء الواجبات المدرسية، والتأخر عن المدرسة.

- **المشكلات المهنية:** ومنها نقص التأهيل والتدريب المهني، ونقص الخبرة بمبادئ العمل المتاحة، وعدم معرفة أماكن التأهيل والتدريب المهني، وعدم الربط بين الميول المهنية والمهنة التي يشغلها.

- **مشكلات جنسية:** كالبكور الجنسي والتأخر الجنسي ونقص المعلومات الجنسية ونقص التربية الجنسية وممارسة العادة السرية والجنسية المثلية.

- **مشكلات صحية:** ومن أبرز المشكلات الصحية التي تظهر في هذه المرحلة ما يلي: ظهور بثور الشباب، ونقص الوزن أو زيادته، واضطراب النوم، وعدم الوعي بمقدار ونوع الغذاء الصحي، ونقص الرعاية الصحية، نقص الشهية العصبي، أو الشرقة العصبي.

- **مشكلات اجتماعية:** ومنها عدم الإلمام بالمعايير الاجتماعية، ومسايرة أصدقاء السوء، والتمرد على السلطة، وقلة عدد الأصدقاء أو عدم القدرة على تكوين صداقات جديدة، ونقص الخبرة في الاحتكاك الاجتماعي والمواقف الاجتماعية، والعزلة الاجتماعية، والبعد عن الزعامة.

ثانيا: مفهوم الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

هو عملية المساعدة في ارشاد ورعاية وتوجيه نمو المراهقين روحيا ونفسيا وتربويا ومهنيا واجتماعيا، والمساعدة في حل مشكلاتهم اليومية.

ثالثا: أهداف الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

- يهدف الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين إلى مساعدة المراهقين في تحقيق ما يلي:
- ❖ مساعدة المراهقين في تحقيق نمو سليم متكامل.
- ❖ مساعدة المراهقين في تحقيق توافق سوى شامل.
- ❖ مساعدة المراهقين في تحقيق أفضل مستوى من السعادة والصحة النفسية.
- ❖ ارشاد ورعاية وتوجيه نمو المراهقين روحيا ونفسيا وتربويا ومهنيا واجتماعيا.
- ❖ مساعدة المراهقين في حل مشكلاتهم اليومية.

رابعا: الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

- تبرز الحاجة إلى الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين إلى ما يلي:
- ضرورة فهم مرحلة المراهقة ومتطلباتها، الامر الذى يدفعنا إلى من فهم عالم المراهقين على أن يكون هذا الفهم من وجهة نظر المراهقين.
- تعد مرحلة المراهقة مرحلة انتقال حرجة، لذا يحتاج المراهق إلى مساعدة لكي يكون متوافقا.
- تعد الحاجة إلى التوجيه والإرشاد من الحاجات الأساسية للمراهق، وذلك للتغلب على مشكلاته وتمتعته بالصحة النفسية.
- ينبغي أن تكثف فيها الخدمات الإرشادية نظرا لكثرة ما يمر به الفرد من تغييرات في جميع مجالات نموه، ولزيادة إلحاح كل من المطالب النفسية والتوقعات الاجتماعية.

خامسا: خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

- تتمثل خدمات الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين فى الاتى:
- خدمات الإرشاد النفسي الديني: محاولة نشر الثقافة الدينية والاهتمام بالدين والشعائر الدينية.
- خدمات رعاية النمو: يجب الاهتمام برعاية النمو فى كافة مظاهره المختلفة.
- التربية الجنسية: يجب أن تقدم التربية الجنسية للمراهقين حسب أصولها العلمية والتربوية والنفسية والاجتماعية والدينية.

- خدمات الإرشاد الصحي: يجب الاهتمام بالتربية الصحية والقضاء على الأمية الصحية والاهتمام بالطب الوقائي والفحوصات الطبية.
- خدمات الإرشاد العلاجي: يجب الاهتمام بتهيئة المناخ النفسي المشبع بالحب والعطف وتحقيق الذات وحل المشكلات الجنسية والصحية والاجتماعية.
- خدمات الإرشاد التربوي: تشجيع المراهقين على التحصيل والاستذكار الجيد ومساعدتهم في حل المشكلات التربوية المختلفة.
- خدمات الإرشاد المهني: الاهتمام بالتربية المهنية وتوفير المعلومات المختلفة للمهن وذلك لتحقيق التوافق المهني.
- خدمات إرشاد وقت الفراغ: عن طريق مساعدة المراهقين في شغل أوقات فراغهم بطريقة ايجابية.
- خدمات الإرشاد الزواجي والأسري: يجب الاهتمام بالإرشاد الزواجي والأسري وذلك للاستقرار الزواجي والأسري المستقبلي للمراهقين والتغلب على المشكلات الزوجية والأسرية التي تواجههم.
- خدمات التربية الاجتماعية: وذلك لتوفير الرعاية الاجتماعية في الأسرة والمدرسة والمجتمع والاهتمام بعملية التنشئة الاجتماعية وتعليم المعايير الاجتماعية السليمة.

سادسا: دور المرشد النفسي الديني في إرشاد المراهقين:

- يتمثل دور المرشد النفسي الديني في إرشاد المراهقين في عدد من النقاط الهامة، وهي:
- 1- يقوم المرشد النفسي الديني بالعمل على إقامة علاقات مهنية مع المراهقين والمحافظة عليها، على ان يضع في اعتباره امور هام عند تكوين علاقات مهنية مع المراهقين، وهي:
 - ان إقامة علاقات مهنية مع المراهقين تختلف عن علاقتهم بأولياء أمورهم، ورموز السلطة في حياتهم.
 - ان يوضح المرشد النفسي الديني منذ بداية هذه العلاقة دوره بدقة مع إيضاح الدور الذي يمكنه تقديمه وكيف يحافظ على خصوصية وسرية المقابلات وما يدور فيها.
 - أن يكون المرشد النفسي الديني صريحا، بسيطاً دون التقليل من شأن مؤهلاته ودون التفاخر العلمي والمهني، فالمرشح لديه القدرة على التقاط التصنع والادعاء العلمي.
 - ان يضع في اعتباره ان المراهق غالبا ما يتشكك عند الدخول في علاقات جديدة مع الآخرين أو عند طلب الدعم العاطفي والأنفعالي من أحد، لذا يجد المراهق صعوبة كبيرة في الوثوق بالمرشد

النفسي وخاصة إذا ما أجبر على التوجه إليه من قبل الوالدين أو إدارة المدرسة وذلك بسبب ما يتعرض له المراهق من اللوم والتوبيخ لما يعترضه من مشكلات سواء أكان ذلك في محيط الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بشكل عام، ولذلك نجده يتردد في طلب الخدمات النفسية من تلقاء نفسه ولذا يتعاضد دور المرشد النفسي في التعامل مع المراهقين حتى يستطيعون الوثوق بهم.

2- يقوم المرشد النفسي الديني بإقناع المسترشد بأنه يعمل لصالحه، وأنه ليس متحالفًا مع الوالدين أو سلطات المدرسة.

3- يقوم المرشد النفسي الديني باعطاء المسترشد الفرصة للتعبير الحر عن نفسه، فكثيرا ما يؤدي دخول المرشد النفسي في مناقشة تلقائية حرة مع المسترشد إلى شعور المسترشد باحترام المرشد له مما ينعكس بدوره على زيادة ثقته بنفسه وبقدرته على تناول المشكلات وتقرير المصير، هذا علاوة على ما يتبعه النقاش من خفض للتوتر بطريقة بناءة.

4- يقوم المرشد النفسي الديني بتحديد وفرض حدود معينة، فكثيرا ما يفسر المراهق عدم فرض ضوابط أو حدود معينة على سلوكه على أنه إما عدم اهتمام أو عدم فهم من جانب المرشد لذلك ينبغي أن يكون المرشد قادرا على فرض ضوابط - عند الضرورة - دون أن يحمل ذلك مشاعر كراهية أو عداوة.

5- ينبغي أن يأخذ المرشد النفسي الديني في الاعتبار أن تحقيق الاستقلال هو من أهم مطالب النمو في هذه المرحلة، لذا فعليه أيضا أن يعي خطورة تشجيع اعتمادية المراهق بل على العكس لا بد من توفير خبرات تؤدي إلى الاستقلال والاعتماد على النفس.

سابعاً: نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين:

توجد العديد من النماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين، الا انه سوف يتم التعرض لبعضها، كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول(6) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين

المشكلة	الفنيات المستخدمة
ضعف الذاكرة	<p>الحوار، والنقاش، الجماعي، والنشرات، والإرشادية، والتعزيز المعنوي والمادي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p> <p>- توعية المراهقين بأن النظام الغذائي يؤثر تأثيراً كبيراً في قوة وضعف الذاكرة حيث أن المخ يستغل (30%) من السعرات الحرارية المكتسبة يومياً، وهو يحتاج إلى طاقة كبيرة من الكربوهيدرات، حيث يقوم المخ بحرق هذه الطاقة حتى أثناء النوم؛ لذلك فإن تناول الإفطار هو أفضل طريقة لتخزين الطاقة طوال اليوم</p> <p>- توعية المراهقين بأن ضعف الذاكرة سلاح ذو حدين، ومما لا شك فيه أن النسيان سلاح ذو حدين؛ فهو نعمة ونقمة في آنٍ واحد، فهو نعمة؛ لأننا من خلاله ننسى آلامنا وأحزاننا، كل الخبرات المؤلمة التي نمر بها؛ لذلك لا يستطيع الإنسان أن يخزن في ذاكرته كل الانطباعات والآثار عن كل ما مرّ به من أحداث في كل سنوات عمره، وهو نقمة إذا تجاوز الحد وأصبح ظاهرة تنغص علينا حياتنا ويعرضنا لمواقف محرّجة، وفيه مضیعة للوقت والشعور بالملل ويحد من درجة إيجابية الفرد وتفاعله.</p> <p>-توعية المراهقين بالآثار السلبية الناجمة عن ضعف الذاكرة.</p> <p>- الكشف عن الأسباب المؤدية لضعف الذاكرة.</p> <p>- إرشاد المراهقين على آلية التغلب على ضعف الذاكرة من خلال أن يكرّر الشخص ما يود القيام به أكثر من مرّة، والإكثار من أكل الخضروات والفاكهة الطازجة، والمحافظة على الصحة العامة لإعطاء</p>

الجسم حقه في النوم وعدم الإجهاد والسهر، وممارسة الرياضة والمواظبة عليها.

- تنمية الوازع الديني عند المراهقين للتغلب على ضعف الذاكرة من خلال الإكثار من الذكر والتقرب إلى الله والصلاة، والحرص على طاعة الله، ففي قصة الشافعي خير دليل على ذلك، فقد حدثت مع الإمام الشافعي الذي وهبه الله قدرة فائقة على الحفظ حين ذهب إلى السوق ووقع نظره دون قصد على كعب امرأة فأثر ذلك في قدرته على الحفظ فتاب إلى الله واستغفره فأتم الله عليه هذه النعمة، وبهذا يقول الشافعي:

شكوت إلى وكيع سوء حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي

وأخبرني بأن العلم نور ونور الله لا يهدي لعاصي

وهذا النور لا يوهب إلا لمن أطاع الله وتقرب إليه، يقول تعالى: ﴿وَلَكِنْ جَعَلْنَاهُ نُورًا نَهْدِي بِهِ مَنْ نَشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا﴾ (الشورى، آية: 52).

<p>الجماعي، الحوار والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف المراهقين بالأسباب المؤدية إلى سلوك التردد، ويعتبر أهم أسباب التردد، وهو ناتج عن الصعوبة في التمييز بين الأشياء، ومن ثم الصعوبة في اتخاذ القرار الأكثر صواباً.</p> <p>- إرشاد المراهقين بالآثار المترتبة على التردد والتي من أبرزها الشعور بالحيرة والضعف وعدم القدرة على اتخاذ القرار السليم.</p> <p>- توجيه المراهقين إلى كيفية تجنب الأسباب التي تؤدي إلى الوقوع في التردد.</p> <p>- مساعدة المراهقين على كيفية التخلص من الشعور بالتردد، من</p>	<p>التردد</p>
--	--	---------------

خلال الرجوع إلى الله تعالى والتركيز على أعمال الخير، فإن الله بين طريق الخير وطريق الشر، وعرفنا عليهما، فالزوجة المؤمنة تختار الطريق التي تؤدي بها إلى الجنة وتبعدها عن النار والعياذ بالله، قال تعالى: ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ (البلد، آية: 10)، وقوله تعالى: ﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَى عَالَمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ (التوبة، آية: 105)، لذلك لا بد للانسان أن يجعل تفكيره دائماً في الخير، وألا يتردد في الخير، وكذلك أن يعرف الشر ويتعد عنه، فعن ابن عباس رضي الله عنهما عن رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما يرويه عن ربه عز وجل قال، قال " إن الله كتب الحسنات والسيئات، ثم بين ذلك، فمن همّ بحسنة فلم يعملها كتبها الله له عنده حسنة كاملة، فإن هو همّ بما فعلها، كتبها الله له عنده عشرة حسنات إلى سبع مائة ضعف إلى أضعاف كثيرة، ومن همّ بسيئة فلم يعملها كتبها الله له عنده حسنة كاملة، فإن هو همّ بما كتبها الله له سيئة واحدة " (صحيح البخاري، 239-240).

وكذلك الحال ما خير رسول الله صلى الله عليه وسلم بين أمرين إلاّ وأخذ أيسرهما، فعن عائشة رضي الله عنها قالت " ما خير رسول الله صلى الله عليه وسلم بين أمرين إلاّ أخذ أيسرهما ما لم يكن إثماً فإن كان إثماً كان أبعد الناس منه وما انتقم رسول الله صلى الله عليه وسلم لنفسه إلاّ أن تنتهك حرمة الله فينتقم لله بها " (صحيح البخاري، 20).

الحوار، والتعزيز المعنوي، والموعظة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر

- تعريف المراهقين بالأسباب المؤدية إلى التفكير المقلق (مثل: الأحزان، الشعور بالظلم، الضغوط النفسية والاجتماعية... الخ).
- إرشاد المراهقين بالآثار المترتبة على التفكير المقلق، وتوعيتهم بضرورة التحلي بقوة الإرادة للتحكم في النفس، ومن ثمّ الابتعاد

التفكير المقلق

الحكيم	<p>عن التفكير المقلق، وكذلك ضرورة تجنب الوحدة وممارسة الرياضة وتقوية روح الصداقة القوية، والاستعانة بخبرات الآخرين في مواجهة القلق.</p> <p>- توجيه المراهقين إلى كيفية تجنب الأسباب التي تؤدي إلى التفكير المقلق.</p> <p>- مساعدة المراهقين على كيفية التخلص من التفكير المقلق من خلال الاستعانة بالله سبحانه وتعالى واللجوء إليه، حيث ذكرنا الله سبحانه وتعالى في كثير من الآيات، قال تعالى: ﴿ فَادْعُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ ﴾ (غافر، آية: 14)، وقوله تعالى: ﴿ وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ﴾ (غافر، آية: 60)، فمن أهم أساليب الإرشاد النفسي الديني ذكر الله سبحانه وتعالى، وتلاوة القرآن الكريم، والدعاء والاستغفار، والانصراف للعبادة والالتزام بالصلاة؛ لأن التفرغ لله، والصلاة تساعد الإنسان على الاسترخاء والهدوء النفسي، وتخفيف حدة القلق لديه والصلاة تبعث السكينة والطمأنينة في النفوس.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- تعريف المراهقين بمصطلح التقدير الذاتي.</p> <p>- توعية المراهقين بالآثار السلبية لتكوين المفهوم السلبي عن الذات، والتي من أبرزها: القلق، والتوتر، والشعور بالوحدة، وعدم الثقة بالأصدقاء، وإفساد العمل، وتدني نسب النجاح، وقد يقود إلى عادات سيئة مثل التدخين، لذلك أعود وأكرر يجب أن نرتفع عن ذلك ويكون لحياتنا هدف محدد نسعى إليه؛ لأن ذلك يعطينا قوة وتقديراً لذاتنا، كما أعود وأذكر بعدم الاستسلام للشيطان وتقوية الثقة والإيمان بالله سبحانه وتعالى، وأن نسعى إلى الإتقان والنجاح، وأن نكون متحمسين لأعمالنا؛ لأن الحماس يعطينا الطاقة والقوة للحياة.</p>	<p>تكوين مفهوم سلبي عن الذات</p>

- تبصير المراهقين بأهمية تقدير الذات، والذي يتطلب الوصول إليه الجهد والاجتهاد للوصول إلى النجاح؛ لأن النجاح يولد لدينا مفهوماً إيجابياً عن الذات، وكذلك يجب أن نسعى جاهدين لامتلاك الأصدقاء الثقة، وأن نكتسب احترام الآخرين وتقديرهم لنا، ويجب الابتعاد عن التقليل من شأن النفس، والمقارنة بالآخرين، لأن ذلك يدمر حياتنا ويقضي على قدراتنا، ويجب البعد عن الاكتئاب؛ لأن الاكتئاب له علاقة بالازدراء الذاتي، والابتعاد عن الغضب واحتقار الذات، وألاً نكثر من الاعتذار المستمر.

- تقوية ثقة المراهقين بأنفسهم للتغلب على المفاهيم السلبية عن الذات.

- تنمية الوازع الديني لتقوية تقدير الذات، وقهر السلبية، أن فالإيمان القوي بالله سبحانه وتعالى، وتقوية ثقتنا به، يعد من أهم طرق المواجهة، فقد قال الله تعالى: ﴿وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ﴾ (البقرة، آية: 155-156)، وكذلك أن نقوي ثقتنا بأنفسنا وبعطائنا وألاً نستهتر بامكاناتنا، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير" (صحيح البخاري،، 287)، وأن نعود احترام أنفسنا وتقدير ذواتنا وأن نشعر بالرضا نحو قدراتنا وامكاناتنا، وأن نتجه إلى العمل وإتقانه؛ لأننا بالعمل نكسب ثقة كبيرة بأنفسنا ونصل إلى تقدير ذاتنا واحترامها فقد قال الله تعالى: ﴿وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ﴾ (التوبة، آية: 105)، كذلك يجب أن تكون ثقتنا معتدلة مثلما يجب علينا الابتعاد عن الاستهتار بأنفسنا، وزيادة الثقة المبالغ بها تكون أيضاً

	<p>من درجات السلبية في تقدير الذات.</p> <p>- تقوية إرادة المراهقين ومساعدتهم على الاندماج في الحياة.</p>	
<p>المعنوي التعزيز والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>- معرفة الأسباب المؤدية إلى البدانة وزيادة الوزن، والتي ياتي تناول الصعام بكثرة مع عدم ممارسة الرياضة.</p> <p>- إرشاد المراهقين إلى اضرار البدانة، والتي منها زيادة الوزن والذي يعد في مقدمة الأسباب المؤدية للوفاة، كما أنها سبب كبير في الإصابة بالكثير من الأمراض وربما تقود إلى الوفاة.</p> <p>- إرشاد المراهقين وتبصيرهن إلى الطريقة المثلى لتجنب البدانة بالاعتدال في الطعام وتكوين نظام للطعام قويم، فعن المقدم بن معدي كرب أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: " ما من وعاء ملاً بن آدم وعاء شراً من بطنه حسب ابن آدم أكالات يقمن صلبه فإن كان لا بد فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه" (صحيح ابن حبان، 449).</p> <p>- تقوية إرادة المراهقين للتغلب على الهموم والمشاكل النفسية التي تدفعها إلى الإكثار من الأكل، بالابتعاد عن الهموم وتقوية الثقة بالله وتقوية الإرادة وذلك بالتغلب على الهموم والضغط النفسية التي تقودنا إلى تناول الطعام وبالتالي إلى السمنة.</p> <p>- تبصير المراهقين إلى أهمية ممارسة التمارين الرياضية للتخلص من زيادة الوزن بالتعود على ممارسة التمارين الرياضية صباحاً ومساءً للمحافظة على لياقة الجسم.</p>	<p>زيادة الوزن</p>
<p>المعنوي التعزيز والمادي، والنقاش الجماعي، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم</p>	<p>-إرشاد المراهقين إلى نقص الوزن يعد مشكلة اذ كان نقص عن المعدل الطبيعي نقصاً واضحاً حيث يؤدي فقدان الوزن إلى إبقاء الجسم في وزن يقل عن 85% عن الوزن المتوقع.</p> <p>-معرفة الأسباب المؤدية إلى نقص الوزن، والتي منها ضعف الشهية التي تسببها الهموم النفسية والتي تفقد القابلية للأكل.</p>	<p>نقص الوزن</p>

	<p>-إرشاد المراهقين إلى الطريقة المثلى لتجنب نقص الوزن، وهى تنظيم أوقات الطعام والاهتمام بتناول الغذاء الصحى المتكامل من ناحية العناصر الغذائية.</p> <p>-تعزيز الوازع الديني عند المراهقين للتغلب على الهموم والمشاكل التي تؤدي إلى نقص الوزن، وذلك بالرجوع إلى الله سبحانه وتعالى وقد جعل في القرآن الكريم شفاء لكل شيء فقال تعالى: ﴿ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ (الرعد، آية:28)، وقوله تعالى: ﴿ وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ (الإسراء، آية:82)، وبالقرآن الكريم نتغلب على كل المشاكل والهموم.</p> <p>-تقوية إرادة المراهقين للخروج من دائرة القلق والمشاكل ولضغوط المحيطة بها بالترفيه عن النفس بممارسة الهوايات النافعة والتمارين الرياضية بانتظام، والمشاركة بالرحلات والحفلات المفيدة.</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>- تعريف المراهقين بمفهوم فقدان الشهية</p> <p>- تعريف المراهقين بأسباب فقدان الشهية، والتي منها: الأحداث الحياتية الضاغطة، والقلق والاضطرابات النفسية، والعوامل الوراثية، والوساوس القهرية والرهاب الاجتماعي والاكتئاب الشديد، وبعض الاضطرابات في وظائف الغدد الصماء.</p> <p>- توعية المراهقين بالأضرار الجانبية لفقدان الشهية والمشكلات المصاحبة والتي منها: ظهور الأعراض الاكتئابية، والانسحاب الاجتماعي والقابلية للاستعارة والأرق، كما تكون الأعراض الوسواسية القهرية المرتبطة بالأكل ظاهرة في العادة، كما يسود ذلك التفكير المتعنت والتعبير الانفعالي المحدود والتلقائية الاجتماعية الضيقة.</p> <p>- تبصير المراهقين بالإجراءات السلوكية العملية للتخلص من هذا المرض.</p>	<p>فقدان الشهية</p>

- تقوية الوازع الديني لدى المراهقين نحو الاستعانة بالله للتخلص من هذا المرض، لذا يجب الاستعانة بالله في التغلب على كل مشكلة فيجب أن يكون إيمانك بالله قوياً للتغلب على كل العقبات، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " (صحيح مسلم، 393). كذلك سنجد في كتاب الله الدواء الناجع ولنتذكر ما كان يردد إبراهيم عليه السلام في قوله تعالى: ﴿ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴾ (الشعراء، آية: 80)، والتغلب على مشكلاتنا والقضاء على القلق والاكتئاب، والنظر إلى ابتلاءات الآخرين والعبرة منها، فالالتزام الديني يعطينا سكينته النفس والطمأنينة والوقار، والسكون الذي بواسطته ستتغلبن على القلق والاضطراب الذي سبب لكن مرض فقدان الشهية العصبي، فلنقو إرادتنا للتغلب على كل هموم الحياة ولنتفكر في قوله تعالى: ﴿ ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ ﴾ (التوبة، آية: 26)، وقوله تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴾ (الفتح، آية: 4).

التعزيز المعنوي
والمادي،
والنقاش
الجماعي،
والاستماع إلى آيات
من الذكر الحكيم.

-تعريف المراهقين بأسباب الإفراط في الأكل.
-تعريف المراهقين بأضرار الإفراط في الأكل والتي منها: الاصابة بالبدانة؛ التي تؤدي إلى تقليل حركة الجسم، كذلك تزيد من التوتر النفسي، والإسراف أو الإفراط في الأكل عادة سيئة قد تؤدي بالإنسان إلى الموت، وكذلك يؤدي الإفراط في الأكل إلى السممنة التي تسبب في الكثير من الأمراض مثل: السرطان، والسكر، والأزمات القلبية، وجلطات الدم.
-تمتية إرادة المراهقين للتخلص من عادة الإفراط في الأكل، وتوجيه

الإفراط في الأكل

	<p>المراهقين لكيفية تجنب الإفراط في الأكل، وأفضل ما جاء في الوقاية والتغلب على هذه العادة وهو تمثل قول الله تعالى: ﴿ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ (الأعراف، آية 31)، إن أمر الله المذكور في الآية الكريمة بعدم الإسراف يجب أن ينفذ ولا مجال للمساومة على قوانين الله، فإن أسرف الإنسان أصيب بما يمكن أن يصاب به مخالفاً لشرع الله ومنه الإصابة بأمراض لا قبل له بها، وعلى الإنسان ألا يسرف في الأكل والشرب، فالأمراض أكثر من أن تحصى، وها هي أمراض القلب والأوعية الدموية وداء السكري وداء النقرس وغير ذلك من الأمراض التي لا داعي لتعدادها، إن للمسرفين جزاء إسرافهم وتعديهم، أما المعتدلون المستجيبون لأمر الله ونهيه فهم الفائزون.</p>	
<p>الحوار الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، لعب الأدوار والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>-تعريف المراهقين بمفهوم الانسحاب الاجتماعي. -تبصير المراهقين بأسباب الانسحاب الاجتماعي، والتي منها: القلق والاكتئاب والمشاكل والضغوط النفسية... الخ. -الكشف عن الآثار المترتبة على الانسحاب الاجتماعي، مثل الشعور بالوحدة والإصابة بالقلق والاكتئاب. -تنمية مهارة المراهقين في التكيف الاجتماعي من خلال لعب الأدوار التي تعبر عن الانسحاب الاجتماعي تجاه النفس والمحيط الذي تعيش فيه. -تشجيع المراهقين على إقامة العلاقات الاجتماعية والصدقات الطيبة، من خلال تنمية العلاقات والصلات الاجتماعية، وتنمية بذور الصداقة الطيبة، مع التغلب على القلق والاكتئاب، وتجنب العزلة والوحدة، والتعرف على هواية مفيدة مع التعود على ممارستها بانتظام، وشغل أوقات الفراغ بعمل مفيد، والخروج في رحلات جماعية مع الأصدقاء أو مع الزملاء في محيط العمل أو مع</p>	<p>الانسحاب الاجتماعي</p>

	<p>الجيران، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام.</p> <p>-تقوية الوازع الديني لدى المراهقين نحو الاستعانة بالله بالرجوع إلى الله وتقوية الثقة بأنفسنا، والتدبير في كتاب الله، وفي سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم.</p>	
<p>النقاش الجماعي، والتعزيز المعنوي والمادي، والممارسة العملية، والتوبة، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>-تعريف المراهقين بمفهوم الانتحار، والذي يشير إلى محاولة ناجحة أو فاشلة لإنهاء الحياة.</p> <p>-التبصير بأسباب إقدام بعض الناس على الانتحار، والتي أهمها: انعدام الوازع الديني، وضعف الإيمان بالله، إضافة إلى الأمراض الفتاكة والمعدية قد تقود ضعيفي الإيمان إلى التفكير في الانتحار، وكذلك بعض الاختلالات العقلية والوراثية والعزلة الاجتماعية. وقد يكون للمجتمع وعدم تقبله للفرد عاملاً في انهيار معنويات الشخص وتفكيره في الانتحار.</p> <p>-إرشاد وتحذير المراهقين من مجرد التفكير بالانتحار، وتقبل حقيقة أننا لا نستطيع أن نكون سعداء كل الوقت.</p> <p>-تنمية الوازع الديني لدى المراهقين للاتجاه إلى الله، بتذكر الله سبحانه وتعالى، وتقوية الإيمان وزرع الأمل في النفس، وتذكر قوله تعالى: ﴿ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ﴾ (البقرة، آية 195)، وروى أبو هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: من قتل نفسه بحديدة فحديده في يده يتوجأ بها في بطنه في نار جهنم خالداً فيها أبداً، ومن شرب سماً فقتل نفسه فهو يتحساه في نار جهنم خالداً مخلداً فيها أبداً ومن تردى من جبل فقتل نفسه فهو يتردى في نار جهنم خالداً مخلداً فيها أبداً" (صحيح مسلم)، (103).</p> <p>-تقوية ثقة المراهقين بأنفسهن وزرع بذور الأمل والتفاؤل، والتواصل مع الآخرين، وتذكر أن الكمال لله وحده.</p>	<p>محاولة الانتحار</p>

<p>المعنوي التعزيز والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، القراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>1. تعريف المراهقين بان التملل والاضطراب هو عدم القدرة على اتخاذ القرار أو القيام بالعمل المطلوب من الإنسان</p> <p>2. تعريف المراهقين بالأسباب المؤدية إلى التملل والاضطراب،</p> <p>3. مساعدة المراهقين على ملاحظة الآثار المترتبة على التملل والاضطراب والتي منها: الضعف، وفقدان الاتزان، عدم الوصول إلى الحلول المناسبة للمشكلات.</p> <p>4. توجيه المراهقين إلى كيفية تجنب الأسباب التي تؤدي إلى التملل والاضطراب، وذلك من خلال الاستعانة بالله إزاء أي موقف، والاكتثار من ذكره والدعاء بالأدعية المعروفة، وقال تعلي: ﴿ قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي * وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي * وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي * يَفْقَهُوا قَوْلِي ﴾ (طه، 25-28)، وعن عمرو بن أبي عمرو قال، سمعت أنس بن مالك قال، كان النبي صلى الله عليه وسلم يقول " اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل والجبن والبخل وضع الدين وغلبة الرجال " (صحيح البخاري، 205).</p> <p>5. ارشاد المراهقين إلى ان التربية الإسلامية تزيد المسلم ثقةً بنفسه وتخلصه من شعوره بالنقص والضعف والخوف والوجل وتحثه على الاعتزاز بنفسه وعلى الشجاعة في إبداء الرأي والتعبير عن أفكاره ومشاعره دون خشية من الناس؛ وإنما خشية الله هي أحق من خشية الناس.</p> <p>6. ارشاد المراهقين إلى انه لا يوجد قوي في الأرض، وتذكر لحظات موت العظماء، ومرضهم، وكيف أن لا يوجد قوي في الأرض، ولذا يجب على الانسان ان يستشعر قوة الخالق.. وليتعلق بالخالق، وفي معيته يشعر بالقوة، ويزول عنه الاضطراب، وأخيراً التزود بالثقافة، وإصلاح المظهر، والاستناد إلى المنطق والحق،</p>	<p>التملل والاضطراب</p>
---	---	-----------------------------

	<p>أمور كلها تزيد الإنسان ثقةً بنفسه. ويؤكد ذلك محمد جواد الخطيب (2000) بقوله " إن ما يتعرض إليه الإنسان في الدنيا من هموم واضطراب ما هو إلا نقص في إيمانه بالله، وعليه التخلص من تلك الهموم، وهذا فقط بالعودة إلى الله والقيام بأداء العبادات والطاعات المطلوبة منه "</p>	
<p>التعزيز المعنوي والمادي، والنقاش الجماعي، والممارسة العملية، والقراءة والاستماع إلى آيات من الذكر الحكيم.</p>	<p>-تبصير المراهقين إلى ان عادة التدخين عادة سيئة تضر بالإنسان وقد تؤدي بحياته إلى التهلكة.</p> <p>-تبصير المراهقين بالأخطار الناجمة عن التدخين، والتي منها: تغيير الصوت نحو الخشونة والرجولة، وفقد إحساس تذوق اللسان، والانقطاع المبكر للطمث، والتدخين يؤدي إلى ظهور تجاعيد الجلد وزيادة الأمراض الصدرية المزمنة.</p> <p>-تقوية إرادة المراهقين للقضاء على عادة التدخين، وذلك من خلال تقوية الإرادة وقوة التحدي للتخلص من هذه العادة.</p> <p>-حث المراهقين على ضرورة الابتعاد عن رفاق السوء الذين يساعدون على التمادي في هذه العادة، والابتعاد عن الوحدة؛ لأنها قد تساعد على الاستمرار في التدخين، والاهتمام أيضاً بممارسة الرياضة؛ لأن الرياضة تقوي الجسم وتبعد عن التدخين، والرياضة والتدخين لا يلتقيان، ويجب أن التذكر بأنه يجب على الوالدين ان يكون قدوةً لابنائهم، ولمن حولهم من أخوة وأصدقاء فالتدخين يجعل صاحبه قدوة سيئة لابنائهم ولمن حوله فيقلدونه، وتذكر ايضاً أن التدخين عبء اقتصادي على الفرد والاسرة بل المجتمع.</p> <p>-تقوية الوازع الديني نحو الاستعانة بالله سبحانه وتعالى للتخلص من عادة التدخين، وذلك من خلال الاستعانة بالله والتوجه إلى الله بالدعاء، فقال تعالى: ﴿ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ﴾ (البقرة، آية 186)، وكذلك ما ورد في</p>	<p>التدخين</p>

الحديث القدسي، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم بما رواه عن ربه: " أنا عند ظن عبدي بي، أنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه؛ ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ ذكرته في ملأ خير منه، وإن تقرب إلي شراً؛ تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إلي ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي؛ أتيته هرولاً " (صحيح البخاري، 2694). والاستعانة كذلك بقراءة القرآن للإقلاع عن هذه العادة السيئة.

-تبصير المراهقين بضرورة المحافظة على الصحة وتجنب العادات التي قد تؤذي هذه النعمة، والتذكر دائماً أن الصحة تاج على عروس الأوصياء، وكذلك التذكر أن التدخين تبذير، فقد قال تعالى: ﴿ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا ﴾ (الإسراء، آية 26)، وإنه إسراف فقد قال تعالى: ﴿ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ (الأنعام، آية 141)، والتذكر أن الله ييغضه ويغض متعاطيه، وأنه يفسد الهواء النقي ويؤذي المؤمنين غير المدخنين، وتذكري أن العقل السليم في الجسم السليم، وأن الدخان فيه ضياع للوقت فيما لا يفيد بل يضر، لذلك يجب على الفرد ان يعمل على تقوية صلته بالله سبحانه وتعالى والمداومة على الصلاة وتلاوة القرآن فالصلاة تجلب السكينة والطمأنينة إلى القلوب، فقد قال تعالى: ﴿ وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ﴾ (البقرة، آية 45).

الخاتمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين، المبعوث رحمة للعالمين، محمد وعلى آله وصحبه أجمعين. أما بعد:

حرص الكتاب الحالى إلى التعريف بالارشاد النفسى الدينى فى ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، وذلك من خلال تناول ثلاث موضوعات رئيسية، أولها التعريف بموضوع الإرشاد النفسى الدينى، من حيث ماهيته وأهميته واهدافه واسسه ومسلماته وخطواته، وثانيها هو التعريف بموضوع فنيات الإرشاد النفسى الدينى وتطرق إلى عدد منها بشىء من التفصيل مثل: قراءة القرآن الكريم وتدبره، واسلوب النصيحة، واسلوب الحوار، والوضوء، والخشوع فى الصلاة، والذكر والدعاء، والصبر، والتوبة، وثالثها هو التعريف بموضوع مجالات الإرشاد النفسى الدينى وتطرق إلى عدد منها بشىء من التفصيل مثل: الإرشاد النفسى الدينى فى مجال الأزمات والكوارث، والإرشاد النفسى الدينى فى مجال الإرشاد الزوجى، والإرشاد النفسى الدينى فى مجال رعاية المسنين " الشيخوخة "، والإرشاد النفسى الدينى فى المجال التربوى، والإرشاد النفسى الدينى فى مجال رعاية المراهقين، وفى ضوء هذا العرض نستخلص العديد من الامور، من اهمها:

❖ يجب ان يوقن العبد المؤمن أن الأمور كلها بيد الله عز وجل ومشيئته، ولكن هذا اليقين قد يتزعزع ويضعف عند وقوع البلايا والمحن والمشكلات، فإذا علم العبد أن الجزاء يعظم على قدر عظم البلاء، وأن ذلك علامة على حب الله تعالى للعبد، فلن يتزعزع ذلك اليقين أبدا. ويحث النبي - صلى الله عليه وسلم -، على الصبر والرضا بما يقدره الله جل وعلا من البلاء، فعن أنس - رضي الله عنه - عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: ((إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ، وَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ، فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السَّخَطُ)) (أخرجه الترمذي، 2396)، فهذا الحديث فيه ترضية للمصابين، وتخفيف على المتبلين، وتسلية للصابرين، حيث يقرر فيه النبي - صلى الله عليه وسلم - أنه كلما عظم البلاء عظم الجزاء، فالبلاء السهل له أجر يسير، والبلاء الشديد له أجر كبير، وهذا من فضل الله جل وعلا على عباده، أنه إذا ابتلاهم بالشدائد أعطاهم عليها الأجر الكبير، وإذا هانت المصائب هان الأجر، كما أن نزول المصائب والبلايا بالإنسان دليل على حب

الله له، فإذا رضي الإنسان وصبر واحتسب فله الرضى وإن سخط فله السخط، وفي هذا حث على الصبر على المصائب، حتى يُكتب للعبد رضا الله جل وعلا.

❖ يساعد الصبر على مواجهة البلاء والصاعب، ولكن يجب الا يتوقف دور الانسان عند الصبر فقط بل عليه ان يبحث في اسباب البلاء وطرق علاجه، فالطالب الذى يفشل فى دراسته عليه بالصبر وتقبل الفشل، فهذا من شأنه ان يساعده على التفكير فى اسبابه لتفادى عدم تكراره، اى ان الصبر يتطلب من الفرد فى بعض المواقف جانبيين الاول الرضا بوقوع البلاء، والثانى هو التحرك نحو الاسباب المؤدية اليه، فالطالب الذى فشل فى دراسته عليه ان يقبل ويعترف بوقوع الفشل ويرضى بذلك هذا من جانب ومن جانب ثان عليه ان يستذكر دورسه مستعينا بالله فى ذلك، فعملية المذاكرة تحتاج الى صبر ومصابرة لتحصيل العلم، فاذا ما نال النجاح، فليعلم انه قد تحصل على اجر الصبر فى الدنيا، وان هناك اجر اكبر فى الآخرة، والله اعلم.

❖ ينبغي ان يسأل المؤمن الله العافية عند البلاء والمحن، لأن حياة المؤمن حياة ابتلاء، وعلينا ان نقنطدى بالرسول صلى الله عليه وسلم فى ذلك، فعندما مشى النبي عليه الصلاة والسلام على قدميه من مكة إلى الطائف مسافة تقدر بثمانين كيلو متراً، لعلمهم يؤمنون به، فإذا هم يكذبونه ويسخرون منه، وأغروا صبيانهم فضربوه، وسال الدم من قدمه الشريف، دعا دعاء يحتاجه كل مسلم، قال :يا رب أشكو إليك ضعف قوتي، وقلة حيلتي، وهواني على الناس، يا رب المستضعفين إلى من تكلني؟ إلى عدو ملكته أمري؟ إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتبي حتى ترضى، أما الأدب المذهل، لكن عافيتك أوسع لي، لذلك سلوا الله العافية، سلوا الله الكفاية، سلوا الله الصحة، إن لم يكن بك غضب عليّ فلا أبالي، ولك العتبي حتى ترضى، لكن عافيتك أوسع لي، لأننا فى دار ابتلاء ولأن من خصائص الابتلاء النقص فى المال، فى البنين أحياناً، النقص فى الصحة.

❖ ينبغي أن يعلم المسترشد خصائص الدنيا وخصائص الآخرة، فالآخرة دار جزاء، الآخرة دار نعيم مقيم لمن نجح فى الابتلاء، والآخرة دار شقاء أليم لمن لم ينجح فى الابتلاء، بينما الدنيا دار عمل والآخرة دار تكريم، الدنيا دار تكليف والآخرة دار تشريف، فهناك خصائص كبيرة وصارخة للدنيا والآخرة، نحن فى الدنيا، الدنيا دار ابتلاء، الدنيا دار امتحان، فالإنسان فى الدنيا هو فى امتحان فى كل شيء أعطاه الله إياه (المال، الصحة، القوة... الخ).

❖ يحتاج جميع الناس الى التوبة، فالأنبياء والمرسلون.. والمؤمنون المتقون.. والفجار والفاسقون.. والله يفرح بتوبة كل تائب مهما بلغ ذنبه ويتوب عليه، فقال تعالى: { وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ } (سورة النور، الآية 31)، وقال تعالى: { وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا [110] } (النساء، 110)، وقال تعالى: { قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ [53] } (الزمر، 53).

❖ شرع الله التوبة في كل وقت وأكد عليها، ورغب في التوبة في خواتيم الأعمال الصالحة كالوضوء، والصلاة، وقيام الليل، والحج، ومجالس العلم والذكر، وختام المجلس، والجهاد، والدعوة إلى الله وغير ذلك.

❖ يترتب على توبة العبد العديد من الفضائل، فهي السبيل الى الفلاح في الدنيا والآخرة، كما جاء في قوله تعالى: { وتوبوا إلى الله جميعاً أيها المؤمنون لعلكم تفلحون } (النور: 31)، كما أنها سبب للمغفرة والرحمة، كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِن بَعْدِهَا وَأَمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِن بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ } (الاعراف، 153)، وهي ايضا سبب في تبديل السيئات إلى حسنات، فإذا ما احسنت التوبة بدّل الله سيئات صاحبها حسنات، كما جاء في قوله تعالى: { وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا (68) يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا (69) إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا (70) } (الفرقان، 68-70).

❖ تعد العبادات من أنفع أنواع الوقاية من الاصابة بالامراض النفسية إن لم تكن أنفعها على الإطلاق، فهي دواء الله العليم بأحوال النفوس، والرسول صلى الله عليه وسلم كان إذا حزبه — أو حزنه — أمر فزع إلى الصلاة.. فروى النسائي وغيره عن أنس رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ((حب إلي النساء والطيب وجعلت قرة عيني في الصلاة)). وقال تعالى: {إِثْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ (45) } (العنكبوت: 45)، وقال تعالى: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (البقرة، 183)، وقال تعالى: { خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً

تُظهِرُهُمْ وَتُرْكِهِمْ بِهَا وَصَلَّ عَلَيْهِمْ ^ط إِنَّ صَلَاتِكَ سَكَنٌ لَهُمْ ^ق وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (103)(التوبة، 103).

❖ تعد الصلاة فنية علاجية مناسبة لحفض القلق لدى الأفراد، فيتعلم الفرد منها الاسترخاء الذي يسهم كفنية للارشاد والعلاج النفسي الروحي (الديني) في تخفيف أزمات الحياة الصعبة، وتكوين اتجاهات جيدة ومناسبة للتعامل مع ظروف هذه الحياة، والاقتران بأن الأمر كله بيد الله.

❖ يعد الخشوع في الصلاة حافظة للصحة ومجلباً للرزق، دافعاً للأذى، طارداً للأدواء، مقويًا للقلب، مبيّضاً للوجه، مفرحاً للنفس، مذهباً للكسل، منشطاً للجوارح، شارحاً للصدر، معدياً للروح، منوراً للقلب، حافظة للنعمة، دافعاً للنقمة، جالباً للبركة، مبعداً من الشيطان، مقرباً من الرحمن، فالخشوع في الصلاة له تأثير عجيب في حفظ صحة البدن والقلب، وقواهما، ودفع المواد الرديئة عنهما، وما أثبتلي رجلاً بعاهة، أو داء، أو محنة، أو بليّة، إلا كان حظ المصلي منهما أقل، وعاقبته أسلم (زاد المعاد، 4/ 231-232)، كما يساعد الخشوع في الصلاة في دفع شرور الدنيا، ولا سيما إذا أعطيت حَقَّهَا مِنَ التَّكْمِيلِ ظَاهِراً وَبَاطِئاً، فما استُدْفِعَتْ شُرُورُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَلَا اسْتُجْلِبَتْ مَصَالِحُهُمَا بِمَثَلِ الْخَشُوعِ فِي الصَّلَاةِ، وَسِرُّ ذَلِكَ أَنَّ الصَّلَاةَ صَلَاةٌ بِاللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَعَلَى قَدْرِ صَلَاةِ الْعَبْدِ بِرَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ تُفْتَحُ عَلَيْهِ مِنَ الْخَيْرَاتِ أَبْوَابُهَا، وَتُقَطَّعُ عَنْهُ مِنَ الشَّرِّ أَسْبَابُهَا، وَتُنْفِضُ عَلَيْهِ مَوَادَّ التَّوْفِيقِ مِنْ رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَالْعَافِيَةِ، وَالصَّحَّةِ، وَالْغَنِيمَةِ، وَالْغِنَى، وَالرَّاحَةَ وَالنَّعِيمَ، وَالْأَفْرَاحَ وَالْمَسْرَاتِ، كُلُّهَا مُحَضَّرَةً لَدَيْهِ وَمُسَارِعَةً إِلَيْهِ (زاد المعاد، 4/ 231-232).

❖ القرآن هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة، وما كُلُّ أَحَدٍ يُؤَهَّلُ وَلَا يُؤَوَّقُ لِلِاسْتِشْفَاءِ بِهِ، وَإِذَا أَحْسَنَ الْعَلِيلُ التَّدَاوِي بِهِ، وَوَضَعَهُ عَلَى دَائِهِ بِصِدْقٍ وَإِيمَانٍ. وقبول تام، واعتقادٍ جازم، واستيفاءٍ شروطه، لم يقاومه الداء أبداً. وقد قال تعالى: {يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ} (يونس: 57). ويتمسك الإنسان المؤمن بكتاب الله لاجئاً إليه دائماً، فهو بالنسبة له خير مرشد في تحقيق الاستقرار النفسي له، فمهما قابله من مشاكل وواجهه من محن فإن كتاب الله وكلماته المشرقة بأنوار الهدى كفيلة بأن تزيل ما في نفسه من وساوس، وما في جسده من آلام وأوجاع، ويتبدل خوفه إلى أمن وسلام، وشقاؤه إلى سعادة وهناء كما يتبدل الظلام الذي كان يراه إلى نور يشرق على النفس، ويشرح الصدر، ويهيج الوجدان. قال تعالى: {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}

(الرعد، 28) إذن علينا أن نتمسك بكتاب الله ونقتدي به، ونتدبر في آياته البينات، ونتأمل في كلماته التي لا تنفذ أبداً، قال تعالى: {قل لو كان البحر مداداً لكلمات ربي لنفد البحر قبل أن تنفذ كلمات ربي ولو جئنا بمثله مدداً} (الكهف، 109) حتى نتحلى بالإيمان الكبير في هذه الرحلة الروحية مع آيات الله فنتزود بما جاء به القرآن الكريم من خلق عظيم، وأدب حميد، وسلوك فريد، ومعرفة شاملة بحقيقة النفس الإنسانية كما أَرادها الله عز وجل أن تكون، وترتقي حيث الحب والخير والصفاء والنورانية، فننعم بالسلام الروحي الممدود، والاطمئنان القلبي المشهود والأمن النفسي المنشود.

❖ إن الدين النصيحة، فالمسلم لا بد أن يكون ناصحاً لنفسه ولجتمعه ولأسرته، والنصيحة أمر مهم في شريعة الإسلام، فهو الدين كله ظاهره وباطنه، ويحتاج إليه كل إنسان حاكم أو محكوم، سيد أو مولى، غني، أو فقير. إن من الحكمة والبصيرة في النصيحة معرفة أقدار الناس، وإنزالهم منازلهم، والترفق مع أهل الفضل والسابقة، وتخير وقت النصح المناسب، وتخير أسلوب النصح المتزن البعيد عن الانفعالات، وانتقاء الكلم الطيب والوجه البشوش والصدر الرحب، فهو أوقع في النفس وأدعى للقبول وأعظم للأجر عند الله.

❖ يرجع أسباب نجاح أسلوب النصيحة كأحد الفنيات الخاصة بالارشاد النفسي الديني إلى مراعاة أسلوب النصيحة لخصائص للمرحلة العمرية للفرد المنصوح، ومراعاة أسلوب النصيحة لأسس ومبادئ الارشاد النفسي الديني وبخاصة مرحلة بناء العلاقة العلاجية والحث على المشاركة النشطة، واستفادة أسلوب النصيحة من فردية الارشاد النفسي الديني، من خلال مساعدة الأفراد على التحسن في إطار خاص بكل حالة على حدة، ووفق الحالة الفردية لكل فرد على حدة، واعتماد أسلوب النصيحة على الأنشطة والواجبات المتزلية التي يقوم بها المتدرب بالجلسة وخارجها وبشكل دوري تنفيذاً لما دار بالجلسة، والتي يتم التأكيد على أهميتها في أي برنامج علاجي نفسي ديني، واعتماد أسلوب النصيحة على أسلوب التعزيز الإيجابي والتشجيع، والجمع بين أسلوب التعزيز الذاتي، والمتمثل في إدراك الفرد لما طرأ على سلوكها من تحسن، والتعزيز الخارجي، والمتمثل في تشجيع الفرد عند قيامه بالأداء الصحيح للفنية التي يكون الفرد بصدد تنفيذها، وحرص أسلوب النصيحة على تحقيق الاندماج الديني أي المشاركة الدينية بين المرشد والمسترشد داخل العملية الإرشادية و التي تؤدي إلى العلاقة القوية وإزالة الفوارق بينهما، وسعى أسلوب النصيحة إلى تقليل

الحساسية التدريجي عند النصح، وذلك باستخدام مدرجات السلوك بدءاً من المواقف الأقل إثارة إلى المواقف الأشد إثارة، واعتماد أسلوب النصيحة على تكوين ذات اجتماعية جديدة لدى الفرد المنصوح، إذ أن الشخص الذي يعاني من الوسواس القهري على سبيل المثال نتيجة لسيطرة أفكار وأفعال غير مقبولة عليه، فإنه يشعر بأنه غير مقبول اجتماعياً من العالم المحيط به، ولكنه لا يستطيع إرضاءهم لأنه مقهور، وهذه الخطوة تقوم علي بث مشاعر الطمأنينة والثقة بالنفس واحترامه لذاته واحترام الآخرين له كل ذلك من شأنه أن يولد لديه أفكاراً سليمة، ويجتهد في التخلص عن الوسواس التي تجلب عليه الشقاء، وأخيراً اعتماد أسلوب النصيحة على تكوين مجموعة من الاتجاهات والقيم لدي الفرد المنصوح، وتتم هذه الخطوة عندما يستطيع المرشد تعديل فكرة الشخص عن نفسه، وجعلها مركزاً لخبرات إدراكية وانفعالية جديدة فمثلاً توجد عدة اتجاهات وقيم تساعد علي العلاج من وسواسه القهري مثل: القدرة علي الصمود، القدرة علي العمل والإنتاج، والقدرة علي تقبل الذات وذوات الآخرين واتخاذ أهداف واقعية، والقدرة علي ضبط الذات وتحمل المسؤولية، والقدرة علي تكوين علاقات مبنية علي الثقة المتبادلة، والقدرة علي بالتضحية وخدمة الآخرين والشعور بالسعادة.

❖ يؤثر الحور تأثيراً كبيراً في عملية الإرشاد النفسي الديني، فهو يلي حاجة المرشد للاندماج والأمن والاستقلالية أثناء عملية الإرشاد النفسي الديني، كما يعتبر الحوار دعامة للترابط بين المرشدين وركيزة الاستقرار في جلسات الإرشاد النفسي الديني الجماعي، ويسهم في بناء أرضية مشتركة للتعايش والتعاون بين المرشد النفسي الديني والمرشدين، ويسهم الحوار في توصيل أفكار المرشدين للمرشد النفسي الديني، ولأصدقائهم وآبائهم وأساتذتهم، ويسهم في تقوية العلاقات الاجتماعية بين المرشد النفسي الديني والمرشدين ويوطد العلاقة المهنية بينهما في ظل جو يسوده التفاهم والوضوح، كما يعود المرشدين على احترام الآخرين، والاستماع لوجهة نظر الآخرين، والانتباه لكلامهم، والإصغاء إليهم، والابتعاد عن مقاطعتهم، وعدم اللجوء إلى تجاهلهم، ويساعد على تعزيز الثقة بالنفس لدى المرشد، فهو يعود على الحرية في إبداء الرأي مع حق الدفاع عن وجهة النظر، وأخيراً تساعد عملية الإرشاد النفسي الديني القائمة على الحوار في شعور المرشدين بالرضا وتقبل القرارات الصادرة من المرشد النفسي الديني برحابة صدر.

❖ يعد الموضوع احد فنيات الارشاد النفسي الديني، والتي اثبت فعاليتها في تخفيف الاضطرابات النفسية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي. ويعتبر الموضوع احد فنيات الارشاد النفسي الديني، التي تهتم بتوجيه المريض إلى الاهتمام بعلاج الاضطراب الذي يعاني منه وفق المفاهيم الدينية الصحيحة، والأفكار السليمة التي تساعد على التوافق الروحي والنفسي، والاجتماعي. وينشط الموضوع الحوارح ويزيد حركة الدم في البدن ويعيد فيه قوته ونشاطه وحيويته، يوقف العبد أمام ربه بطهارة وروح عالية، ويجلب محبة الله للعبد: { ... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ } (البقرة، 222). وفي سورة التوبة: { ... فِيهِ فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَّطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ } (التوبة، 108) مما يكون له اكبر الأثر على تحقيق الاتزان الروحي والاستقرار النفسي للفرد.

❖ يلعب كل من الدعاء والذكر دورهما النفسي في التنفيس وانتعاش الأمل لدى المريض أو المسترشد، اذ يساعده على أن يتخلص مما يعانيه من شعور بالذنب والإثم، وخاصة إن كان هناك من يشاركه مشاركة وجدانية، ويهتم به، يشرح له بعض ما يعني منه المتألم من غموض في مشكلته أو همه ونكبته، إذا أن تلك المشاركة، تشعره بأنه ليس لوحده الذي يعاني من شبه تلك المصيبة بل هناك مئات وآلاف من الناس مثله، فتلك هي سنة الله في خلقه لحكمة يعلمها هو وحده، وأن الأقدار لا تحابي أحدا، وقد تستدعي تلك المشاركة بالأدعية والرقى إلى أن يتنفس بالبكاء، والاستغفار، والطمأنينة بأنه سيتعافى ويرجع أكثر صحة ونشاطا.

❖ يدخل كل من الدعاء والذكر الامن والاطمئنان إلى قلوب الناس، لقوله تعالى: {الذين آمنوا تطمئن قلوبهم بذكر الله إلا بذكر الله تطمئن القلوب، الذين آمنوا وعملوا الصالحات طوبى لهم وحسن مئاب} (سورة الرعد، 28-29).

❖ فاعلية استخدام الإرشاد النفسي الديني في مجالات عدة مثل: الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث، والإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي، والإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة "، والإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي، والإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين.

وفي الختام أسأل الله تعالى أن يرزقني الإخلاص في القول والعمل، وأن يجعل هذا العمل حجة لي
لا عليّ، وأن يتقبله منّي إنه هو سبحانه جواد كريم.

د محمود فتوح محمد سعدات

1436/1/4 هـ

deanmahmoud@yahoo.com

المراجع

- ✕ النيسابوري، أبي الحسين مسلم بن الحجاج القشيري (261 هـ): صحيح مسلم، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، (د.ت)، دار إحياء التراث العربي، بيروت، لبنان
- ✕ آبادي، مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروز (1406 هـ): القاموس المحيط، الطبعة الأولى، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.
- ✕ إبراهيم، عبد الستار (1980): العلاج النفسي الحديث قوة للإنسان"، (عالم المعرفة؛ 27)، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- ✕ إبراهيم أنيس وآخرون (1979): المعجم الوسيط، ج2، القاهرة، المطابع الأميرية.
- ✕ إبراهيم، عبد الستار (1980): "العلاج النفسي الحديث قوة للإنسان"، عالم المعرفة؛ عدد (27)، الكويت، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- ✕ ابن تيمية، تقي الدين أحمد بن عبد الحلیم الحراني (1391 هـ): درء تعارض العقل والنقل، ت: محمد رشاد سالم، دار الكنوز الأدبية، الرياض.
- ✕ ابن تيمية، تقي الدين أحمد بن عبد الحلیم الحراني (د.ت): التفسير الكبير، المحقق: عبد الرحمن عميرة، دار الكتب العلمية، القاهرة.
- ✕ ابن حجر العسقلاني (1407): فتح الباري، القاهرة: دار الريان للتراث.
- ✕ ابن حنبل، أحمد، (د. ت): المسند، دار الفكر، دمشق.
- ✕ ابن فارس، أبو الحسين أحمد بن فارس بن زكريا (1403 هـ): حلية الفقهاء، تحقيق عبد الله بن عبد المحسن التركي، ط1، الشركة المتحدة للتوزيع، بيروت.
- ✕ ابن كثير، عماد الدين أبي الفداء (د. ت): مختصر تفسير ابن كثير، (ط3)، دار القرآن الكريم، بيروت.
- ✕ ابن ماجه، محمد بن يزيد القزويني أبو عبد الله (2009): سنن ابن ماجه، المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية
- ✕ ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم الأنصاري (1416 هـ): لسان العرب، ط1، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

- ✕ ابن هشام، عبد الملك (2007): السيرة النبوية لابن هشام، مراجعة: مجدى فتحى السيد، دار الصحابة للتراث، طنطا.
- ✕ ابن هشام، المعافري (1992): السيرة النبوية، تحقيق: سهيل زكار، ط1 دار الفكر، بيروت.
- ✕ أبو الحب، ضياء الدين (1994): أسس تهذيب الطفل، دار أبو سلامة للطباعة والنشر والتوزيع.
- ✕ أبو الفضل منظور (1981): معجم لسان العرب، إعداد يونس الخياط، بيروت.
- ✕ أبو الجحد، أحمد كمال (1990): حوار لا مواجهة، دار الشروق، القاهرة.
- ✕ أبو حماد، ناصر الدين (2008): الإرشاد النفسي والتوجيه المهني، ط1 ، عالم الكتب، إربد، عمان، الاردن.
- ✕ أبو داود، سليمان بن الأشعث الأزدي السجستاني (2009): سنن أبي داود، المحقق: شعيب الأرنؤوط وآخرون، دار الرسالة العالمية، بيروت.
- ✕ أبو سعد، أحمد والهوراري، لمياء (2008): التوجيه التربوي والمهني، ط1 ، دار الشروق، عمان، الاردن.
- ✕ أبي بكر، عبد الله بن محمد بن أبي الدنيا (د.ت): مداراة الناس، دار ابن حزم، بيروت.
- ✕ الأجرى (1988): أخلاق حملة القرآن، دار الكتاب العربي، لبنان.
- ✕ الأحمد، عبد العزيز عبد الله (1999): الطريق إلى الصحة النفسية (عند ابن قيم الجوزية وعلم النفس)، رسالة ماجستير قسم علم النفس كلية التربية بمكة المكرمة.
- ✕ أحمد، عبد المجيد سيد (1997): علم النفس التربوي، ط1، القاهرة، دار الأمين للنشر.
- ✕ احمد، محمد شاكر وآخرون (د.ت): سنن الترمذي دار إحياء التراث، بيروت.
- ✕ احمد ابن تيمية (1392هـ) (شيخ الإسلام): الإيمان، بيروت: المكتب الإسلامي.
- ✕ أحمد الزبادي وهشام الخطيب (2000) مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي الأهلية للنشر والتوزيع.
- ✕ الأزدي، مقاتل بن سليمان (1424 هـ): تفسير مقاتل،، تحقيق: أحمد فريد، دار الكتب العلمية - بيروت.
- ✕ الأزهرى، أبو منصور محمد بن أحمد (2001م): تهذيب اللغة، تـ، د. رياض زكي قاسم، ط1، دار المعرفة، بيروت.

- ✘ الأسدي، سعيد جاسم وإبراهيم، مروان عبد المجيد(2003): الإرشاد التربوي مفهومه-خصائصه-ماهيته، ط1 ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ✘ اسعد، أمان محمد(2009): الثقافة الصحية، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ✘ الأصفهاني، أبي القاسم الحسين بن محمد الراغب (502 هـ): المفردات في غريب القرآن، تحقيق محمد سيد كيلاني، بدون تاريخ، دار المعرفة، بيروت، لبنان.
- ✘ الأصفهاني، أبي نعيم أحمد بن عبد الله (430هـ): حلية الأولياء وطبقات الأصفياء، دار الكتاب العربي، بيروت.
- ✘ الأصفهاني، الراغب(2001): المفردات في غريب القرآن، المحقق: مركز الدراسات والبحوث، مكتبة نزار مصطفي الباز، ص 322. (2)
- ✘ الألباني، محمد ناصر الدين (1409هـ): صحيح سنن أبي داود، المحقق / المترجم: بدون، مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- ✘ الألباني، محمد ناصر الدين(1408هـ): صحيح الجامع الصغير وزيادته، المحقق: زهير الشاويش، المكتب الإسلامي، بيروت.
- ✘ الإمام البغوي (1997): تفسير البغوي (معالم التنزيل) ، المحقق: حققه وخرج أحاديثه محمد عبد الله النمر - عثمان جمعة ضميرية - سليمان مسلم الحرش، دار طيبة للنشر والتوزيع، السعودية.
- ✘ الإمام البغوي(1983): شرح السنة للبغوي، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - محمد زهير الشاويش، المكتب الإسلامي بيروت.
- ✘ الإمام الترمذي (1424هـ): سنن الترمذي، دار إحياء التراث العربي، بيروت.
- ✘ الإمام الحافظ زين الدين أبي الفرج عبد الرحمن بن أحمد بن رجب الحنبلي (1411 هـ): جامع العلوم والحكم في شرح خمسين حديثاً من جوامع الكلم، تحقيق شعيب الأرنؤوط، الطبعة الأولى، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.
- ✘ الإمام الغزالي (د.ت): إحياء علوم الدين، دار الندوة الجديدة، بيروت.
- ✘ الإمام النووي (1994): رياض الصالحين، ط3، دار المأمون للتراث، بيروت.
- ✘ الأندلسي، أبي عبد الله محمد بن يوسف بن علي بن يوسف بن حيان (د.ت): تفسير البحر المحيط، دار الفكر، بيروت.

- ✘ باترسون (1990): نظريات الإرشاد العلاج النفسي، ترجمة: حامد الفقهي، ط 2، الكويت: دار القلم.
- ✘ باجابر، فاطمة سالم عبد الله (1427هـ): أبعاد نظرية التربية الإسلامية في السنة النبوية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى بمكة المكرمة.
- ✘ بانبيلة، حسين عبد الله حسين (1408هـ): بعض القيم والأساليب التربوية المستنبطة من خطب المصطفى، رسالة ماجستير، قسم التربية الإسلامية والمقارنة، كلية التربية، جامعة أم القرى بمكة المكرمة.
- ✘ البخاري، محمد بن إسماعيل أبو عبد الله (1422هـ): صحيح البخاري (الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه)، المحقق: محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة للنشر.
- ✘ البستاني، المعلم بطرس (1987م): محيط المحيط، مكتبة لبنان، بيروت.
- ✘ البصري، الربيع بن حبيب الأزدي (1985): مسند الجامع الصحيح، ط¹، مكتبة الاستقامة، مسقط، عمان.
- ✘ البغا، مصطفى ديب (1987): صحيح البخاري، ط3، دار ابن كثير، اليمامة، بيروت.
- ✘ البغدادي، أبي الفضل شهاب الدين محمود الألويسي (1408هـ): روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني، الطبعة، دار الفكر.
- ✘ البقاعي، برهان الدين (1995): نظم الدرر في تناسب الآيات والسور، دار الكتب العلمية، بيروت.
- ✘ بكار، عبد الكريم محمد الحسن (1999م): حول التربية والتعليم، دار المسلم، الرياض.
- ✘ البهوتي، منصور بن يونس بن إدريس (1430هـ): كشف القناع عن متن الإقناع، وزارة العدل، الرياض.
- ✘ بيترمان، هانس و هارالد شومان (1998م): فخ العولمة" تأليف:، ترجمة: د/ عدنان عباس علي، عالم المعرفة الكويت.
- ✘ تجاني، محمد عثمان (1983): الحديث النبوي و علم النفس: ط³، دار الشروق، بيروت، القاهرة.
- ✘ الترمذي، محمد بن عيسى بن سورة بن موسى السلمى البوغى (د.ت): جامع الترمذي (سنن الترمذي)، أم القرى للنشر.

- ✘ التميمي، عبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله السعدي (د.ت): تفسير السعدي (تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان).
- ✘ الجراحرة، عيسى (1988): ريادة الإسلام في تفهم خصوصية عالم الأطفال وفي تقرير وتطبيق حقوقهم الخاصة في الرعاية والتربية، عمان: دار ابن رشد.
- ✘ الجزري، أبي السعادات المبارك بن محمد بن الأثير (1453 هـ): جامع الأصول من أحاديث الرسول، تحقيق عبد القادر الأرنؤوط، الطبعة الثانية، دار الفكر، بيروت، لبنان.
- ✘ الجزري، أبي السعادات المبارك بن محمد بن الأثير (606 هـ): النهاية في غريب الحديث، تحقيق طاهر أحمد الزاوي ومحمود محمد الطناحي، بدون تاريخ، المكتبة العلمية، بيروت، لبنان.
- ✘ جمال الدين، عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي القرشي البغدادي أبو الفرج (2008): زاد المسير في علم التفسير، المحقق: محمد زهير الشاويش - شعيب الأرنؤوط - عبد القادر الأرنؤوط، المكتب الإسلامي.
- ✘ الجمل، محمد كامل حسن (٢٠٠٩): ملامح الخطاب التربوي من خلال الأحاديث النبوية الموجهة للشباب وكيفية الاستفادة منه في تعليمنا الفلسطيني المعاصر، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- ✘ الجوهري، إسماعيل بن حماد (1407 هـ): الصحاح (تاج اللغة وصحاح العربية): ت: أحمد عبد الغفور عطار، ط4، دار العلم للملايين، بيروت.
- ✘ حافظ بن أحمد حافظ بن أحمد الحكمي (1392 هـ / 1404 هـ) معارج القبول، المطبعة السلفية، علي بن أبي العز الحنفي (1978 م): شرح العقيدة الطحاوية، بيروت: المكتب الإسلامي.
- ✘ الحبيب، طارق بن علي (2005): "الوسواس القهري مرض نفسي أم أحاديث شيطانية"، القاهرة، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- ✘ حجازي، عبد الرحمن (2008): التربية الإسلامية بين الأصالة والحداثة، بيروت: المكتبة العصرية.
- ✘ حجازي، سيد إبراهيم (1990): التربية ومشكلات المجتمع، القاهرة، مكتبة غريب.
- ✘ حسن، محمد حسن أحمد (١٤١٠ هـ): الأساليب التربوية في السنة النبوية الشريفة، رسالة ماجستير بقسم أصول التربية الإسلامية بكلية التربية، جامعة الأزهر.
- ✘ حسين، طه عبد العظيم (2004): الإرشاد النفسي النظرية التطبيقية التكنولوجية، دار الفكر، عمان، الأردن.

- ✘ الحفظي، يحيى بن سليمان(2002): بعض الصعوبات التي تواجه مرشدي الطلاب في مدارس منطقة عسير التعليمية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة الإرشاد النفسي، العدد الخامس عشر، المملكة العربية السعودية.
- ✘ الحمادي،علي(2000 م): السهل الممتنع مهارات التفاوض وفنون الحوار والاتفاق، دار ابن حزم للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.
- ✘ حنبل، أحمد بن محمد بن هلال أسد (1993): مسند الإمام أحمد، دار إحياء التراث العربي، القاهرة.
- ✘ الحوت، محمد درويش(1403هـ): أسنى المطالب في أحاديث مختلفة المراتب، دار الكتاب العربي، القاهرة.
- ✘ الخالدي، صلاح عبد الفتاح (1994): مفاتيح للتعامل مع القرآن، دار القلم، دمشق.
- ✘ خضر، عادل (2000): الدلالات الإكلينيكية المميزة لاستجابات مريض بعصاب الوسواس القهري لاختبار تفهم الموضوع (T.A.T) دراسة حالة"، مجلة علم النفس، ع 55، السنة، 14 القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ✘ خليف،زهير ناجي(2009): قويم تجربة استخدام الفصول الافتراضية لتقديم الدروس لطلبة الثانوية العامة،ورقة عمل مقدمة للمشاركة في: العملية التربوية في القرن الحادي والعشرين: واقع وتحديات في الفترة: 17-18/10/2009،جامعة النجاح الوطنية - نابلس.
- ✘ الخياط، عبد العزيز، (1995)، أدب الحوار، (د. ط)، عمان، وزارة الشباب.
- ✘ الداھري، صالح حسن(2005): سيكولوجية التوجيه المهني ونظرياته، ط 1 ، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ✘ الدباغ،فخري (1983): أصول الطب النفساني، ط³، دار الطليعة للطباعة و النشر، بيروت.
- ✘ الديان،ابي عمر ديبان محمد (2005): أحكام الطهارة، مكتبة الرشدون،الرياض.
- ✘ الدعيج،مي حمد (2005 م): عوامل تنمية الحوار والنقاش اللاصفي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض من وجهة نظر المعلمات،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية،جامعة الملك سعود
- ✘ الدمشقي، إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي (2002م): تفسير ابن كثير، دار طيبة.
- ✘ الدنيش،فيصل محمد(2005 م): الحوار الاجتماعي من منظور نفسي،مطابع النرجس للنشر والتوزيع، ط 1،الرياض.

- ❑ دويدي، علي محمد (2004): أثر استخدام العصف الذهني من خلال الإنترنت في تنمية التفكير لدى طلاب مقرر طرق تدريس اللغة العربية بكلية التربية بالمدينة المنورة، المجلد الثامن عشر يونيو 2004، مجلس النشر العلمي جامعة الكويت.
- ❑ الديب، إبراهيم (2005 م): المحاور المحترف: آداب ومهارات، دار أم القرى للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- ❑ ديماس، محمد (1999 م): فنون الحوار والإقناع، دار ابن حزم للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.
- ❑ راجح، أحمد عزت (1968): أصول علم النفس، ط7، دار الكتاب العربي للطباعة و النشر، القاهرة.
- ❑ الرازي، محمد بن أبي بكر (1990): معجم مختار الصحاح، بيروت، مكتبة لبنان.
- ❑ الربابعة، فراس محمد، (1999). الحوار النبوي في العهد المدني، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- ❑ ربيع، هادي مشعان (2005): الإرشاد التربوي والنفسي من المنظور الحديث، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن
- ❑ الربيع، محمد عبد الله (1429هـ): مفهوم التدبير في ضوء القرآن والسنة وأقوال السلف وأحوالهم، ملتقى العلمي الأول لتدبر القرآن الكريم.
- ❑ رسمي، محمد حسن (1992): السلوك التنظيمي في الإدارة التربوية، دار الوفاء لدنيا الإسكندرية.
- ❑ رضا أحمد السيد موسى 2006 مقدمة في الإرشاد النفسي، دار الشروق، عمان، الأردن.
- ❑ رياض، سعد (2007): فن الحوار مع الأبناء، ط1، مؤسسة اقرأ للنشر والتوزيع والترجمة، القاهرة.
- ❑ ريجيو، رونالدي، ترجمة د. فارس حلمي (1999): المدخل إلى علم النفس الصناعي والتنظيمي، الجامعة الأردنية، عمان.
- ❑ زايد، فهد (2007 م): فن الحوار والإقناع، دار النفائس للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ❑ الزبادي، احمد وهشام الخطيب (2001): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي"، ط1، الأردن، دار الثقافة.
- ❑ الزبادي، احمد والخطيب، هشام (2001): "مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي"، ط1، الأردن، دار الثقافة.
- ❑ الزبيدي، المرتضى (1424هـ): تاج العروس من جواهر القاموس، دار الهداية.

- ✘ الزريقي، سيف الدين فاروق(2008): الكفايات الإرشادية المدركة واختلافها باختلاف التأهيل والتدريب والخبرة وجنس المرشد في المدارس الأردنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.
- ✘ الزغاليل أحمد، والشرعة حسين (1998): الأدوار والوظائف الإرشادية للمرشد التربوي في المدرسة الأردنية والاختلاف في ممارستها للجنس والعمر والتأهيل العلمي والخبرة والتخصص، مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر .
- ✘ الزمخشري (1407هـ):الكشاف، دار الكتاب العربي،بيروت.
- ✘ الزمخشري، جار الله محمود بن عمر (2000): أساس البلاغة،دار المعرفة، بيروت.
- ✘ زمزمي،يحيى محمد حسن(2002م): الحوار: آدابه وضوابطه في ضوء الكتاب والسنة، ط2 دار المعالي - الأردن.
- ✘ الزنتاني، عبد الحميد الصيد (١٤٠٣هـ): أسس التربية الإسلامية، ط ٢، الدار العربية للكتاب، طرابلس.
- ✘ زهران، حامد (1995):التوجيه والإرشاد النفسي، ط 3. القاهرة: عالم الكتب.
- ✘ زهران، حامد (1999):الصحة النفسية والعلاج النفسي"، ط 4 القاهرة،عالم الكتب.
- ✘ زهران، حامد (1999):علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط 5، القاهرة: عالم الكتب.
- ✘ زهران،حامد (1990) مبادئ الإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة.
- ✘ زهران، سناء حامد(1996): مفهوم الذات المهني لدى الأخصائي النفسي المدرسي واتجاهات الآخرين نحو عمله، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، المنصورة، جمهورية مصر العربية.
- ✘ الزهراني، مسفر سعيد (1421 هـ):"التوجيه والإرشاد النفسي من القرآن الكريم والسنة النبوية"، ط1، السعودية،مكتبة فهد الوطنية.
- ✘ سالم محمد شريف (2006):الوسواس القهري، دليل عملي للمريض والأسرة والأصدقاء"، القاهرة: مكتبة دار العقيدة.
- ✘ سبوك(1994): مشاكل الآباء في تربية الأبناء، المؤسسة العربية للدراسة والنشر.
- ✘ سري، إجلال محمد (1990): "علم النفس العلاجي"، ط1، القاهرة،عالم الكتب.

- ❑ سري، إجلال محمد (2000): التوجيه والإرشاد النفسي، دار المجد للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- ❑ سعد، رياض (2007): فن الحوار مع الأبناء، ط1، مؤسسة اقرأ للنشر والتوزيع والترجمة، القاهرة.
- ❑ سعيد بن علي بن وهف القحطاني (1430هـ): الخشوع في الصلاة في ضوء الكتاب والسنة، مؤسسة الجريسي، الرياض.
- ❑ السفاريني، محمد بن أحمد (1430): لوامع الأنوار البهية، دمشق: مؤسسة الخافقين.
- ❑ السليمان، هاني (2005 م): الحوار: كيف تحاور الآخرين، دار الإسراء للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- ❑ سنن الدارمي (1420هـ): دار الحديث، القاهرة.
- ❑ سهام ابو عيطة، (1998) مبادئ الإرشاد النفسي - عمان: الأردن.
- ❑ سهير كامل أحمد (2000) التوجيه والإرشاد النفسي، دار المريخ للنشر والتوزيع، الرياض.
- ❑ سيد عبد الحميد مرسى (1426): الشخصية السوية، القاهرة: مكتبة وهبة.
- ❑ السيوطي، جلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر (1999): الإتقان في علوم القرآن، دار الكتاب العربي.
- ❑ الشربيني، لطفي (د، ت): " معجم مصطلحات الطب النفسي"، مراجعة عادل صادق، الكويت، مركز تعريب العلوم الصحية، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
- ❑ الشرعي، محمد أحمد حزام (2000): النصيحة في القرآن الكريم، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير، جامعة الإيمان، الجمهورية اليمنية.
- ❑ الشريف، شمس الدين الذهبي محمد بن حسن بن عقيل موسى (2008): نزهة الفضلاء تهذيب سير أعلام النبلاء، المحقق: محمد بن حسن بن عقيل موسى الشريف، دار الأندلس الخضراء.
- ❑ الشريف، عدنان (2007): علم النفس القرآني، ط⁶، دار العلم للملايين، بيروت.
- ❑ الشريف، الجرجاني محمد بن علي (1405هـ): التعريفات، ت: إبراهيم الأبياري، ط1، دار الكتاب العربي، بيروت.
- ❑ الشريفين، عماد (2010): نحو بناء نظرية إسلامية في النمو الإنساني، عمان، عماد الدين للنشر والتوزيع.
- ❑ شقيبيل، عبد الله (2000 م): الضيق"، ط1، الرياض، دار القاسم.

- ✘ شكر، فايز عبد المقصود (2002): الصحة المدرسية، عالم الكتب، القاهرة.
- ✘ الشناوي، محمد محروس (1997): العملية الإرشادية والعلاجية، ط1، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ✘ الشناوي، محمد محروس (1999): "الإرشاد والعلاج النفسي"، الكويت، دار القلم.
- ✘ الشنقيطي، محمد الأمين بن محمد دار القلم بن المختار الجنكي (1995): أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن، دار الفكر، القاهرة.
- ✘ الشهري، عبد الله (2005): مستوى الرضا عن العمل الإرشادي لدى مرشدي المرحلة الابتدائية المتخصصين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- ✘ الشوكاني، محمد علي (د.ت.): فتح القدير الجامع بين فني الرواية والدراية من علم التفسير، راجعه وعلق عليه الشيخ: هشام البخاري، القاهرة.
- ✘ الشيباني، عمر التومي (1985): فلسفة التربية الإسلامية، ط5، المنشأة العامة للنشر والتوزيع، طرابلس.
- ✘ الشيعي، علي بن محمد بن إبراهيم "الخازن" (1399هـ): تفسير الخازن (لباب التأويل في معاني التنزيل)، دار الفكر - بيروت / لبنان.
- ✘ صالح، محمد عزمي (1425هـ): إرشاد طلاب الجامعات (بحث) الرياض: مقدم الي حلقة التوجيه والإرشاد النفسي قسم علم النفس، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- ✘ صبحي، سيد (1988): الإرشاد النفسي، القاهرة: دار زهراء الشرق.
- ✘ الصقهان، عبدالله ومحمد الشويعر (2006 م): قواعد ومبادئ الحوار الفعال، مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني، ط2، الرياض.
- ✘ الصويان، أحمد بن عبد الرحمن (1413هـ): الحوار: أصوله المنهجية وآدابه السلوكية، دار الوطن للنشر، الرياض.
- ✘ صيني، سعيد (1426 هـ): الحوار النبوي مع المسلمين وغير المسلمين، مركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني، ط1، الرياض.
- ✘ طاش، عبدالقادر (1405): أثر وسائل الإعلام في توجيه الشباب (بحث)، الرياض: مقدم الي حلقة التوجيه والإرشاد النفسي من قسم علم النفس، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

- ✕ الطبري، الإمام ابن جرير (2000): تفسير الطبري (جامع البيان عن تأويل آي القرآن) ، المحقق: أحمد محمد شاكر، مؤسسة الرسالة.
- ✕ الطبري، محمد بن جرير (2007): تاريخ الرسل والملوك (تاريخ الطبري)، لمحقق محمد أبو الفضل إبراهيم، دار النشر دار المعارف، القاهرة.
- ✕ طه، فرج عبد القادر (1988): معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة العربية، القاهرة
- ✕ عاشور، محمد الطاهر (2008): تفسير التحرير والتنوير، الدار التونسية للنشر.
- ✕ عبد الباقي، محمد فؤاد (1996): المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم، ط¹، دار الحديث، القاهرة.
- ✕ عبد الباقي، سلوى محمد وآخرون (2002): علم النفس الاجتماعي، ط 1 ، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.
- ✕ عبد البر، أبي عمر يوسف بن عبد البر (463 هـ): جامع بيان العلم وفضله، تحقيق أبي الأشبال الزهيري، الطبعة الأولى 1414 هـ، دار ابن الجوزي، المملكة العربية السعودية.
- ✕ عبد الجواد، محمد (2005 م): الإدارة بالحوار، دار التوزيع والنشر الإسلامية، القاهرة.
- ✕ عبد الجواد، محمد (2006 م): ويبقى الحب ما بقي الحوار، دار التوزيع والنشر الإسلامية، القاهرة.
- ✕ عبد الجواد، احمد سيد عبد الفتاح (2006): فعالية الذات الإرشادية لدى الأخصائي النفسي المدرسي وعلاقتها ببعض عوامل المناخ المدرسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الفيوم، مصر.
- ✕ عبد الحميد، جابر؛ وكفاي، علاء الدين (1993): "معجم علم النفس في الطب النفسي"، ج 6، القاهرة، دار النهضة العربية.
- ✕ عبد العزيز، مفتاح محمد (1997): القرآن وعلم النفس، ط¹، جامعة قاريونس، بنغازي، ليبيا.
- ✕ عبد الغفار، عبد السلام (2007): مقدمة في الصحة النفسية، عمان: دار الفكر.
- ✕ عبد المجيد نشواتي (1423): علم النفس التربوي، عمان: دار الفرقان.
- ✕ عبد المقصود، محمد السعيد وأحمد، فكري شحاته وأحمد، عبد السميع سيد والشخبي، علي (1991): المعلم ومهنة التعليم، مطبعة أبناء وهبة، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- ✕ عبد الواحد، مصطفى (1990): شخصية المسلم كما يصورها القرآن"، مكتبة عمار، القاهرة.
- ✕ عبد الواحد، كمال الدين بن (ابن الهمام) (د.ت): فتح القدير، دار الفكر - بيروت / لبنان.

- ✘ عبد الرحمن بن علي ابن الجوزي (1982م-1402 هـ): مناقب أمير المؤمنين عمر بن الخطاب، الطبعة الثانية، بيروت: دار الكتب العلمية.
- ✘ عبدالله، مجدي أحمد (1996): علم النفس الصناعي بين النظرية والتطبيق، مكتبة دار المعرفة الجامعية.
- ✘ العبودي، فهد ناصر (2005 م): الحوار منهج وسلوك، دار أطلس الخضراء للنشر والتوزيع، الرياض.
- ✘ العبيد، إبراهيم بن عبد الله (2008 م): تعزيز ثقافة الحوار ومهاراته لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية " صيغة مقترحة "، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم التربية، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.
- ✘ عجك، بسام (1418هـ): الحوار الإسلامي المسيحي، دار قتيبة، دمشق.
- ✘ العزة، سعيد حسني (2006): دليل المرشد التربوي في ال مدرسة، ط 1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ✘ العسقلاني، الحافظ أحمد بن علي بن حجر (2002): فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ترقيم محمد فؤاد عبد الباقي وإشراف محب الدين الخطيب، بدون تاريخ، مكتبة الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ✘ عقلة، أحمد محمد (2007): الحوار التربوي في السنة النبوية ودلالاته التربوية، كلية عجلون الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، عمان.
- ✘ علوان، عبد الله (1994): تربية الأولاد في الإسلام، ج 1، 2، ط 24، القاهرة: دار السلام.
- ✘ علي، منذر إبراهيم (2009): دراسات في ماهية التنشئة الاجتماعية، عمان: دار الفكر.
- ✘ علي، نبيل (2001): الثقافة العربية وعصر المعلومات، عالم المعرفة (265) الكويت يناير 2001 م.
- ✘ عمارة، محمود محمد (2000م): من أجل حوار لا يفسد للود قضية، مكتبة الإيمان، المنصورة.
- ✘ عمر، محمد ماهر (1984): المرشد النفسي المدرسي، القاهرة: دار النهضة العربية.
- ✘ عمر محمد التومي الشيباني (1990): الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب، بيروت: دار الثقافة.
- ✘ العودة، سلمان بن فهد (1424هـ): أدب الحوار، ط 1 مكتبة الرشد، الرياض.
- ✘ العيسوي، عبد الرحمن (1984): سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- ✘ الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد (2005م): إحياء علوم الدين، ط 4، دار الكتب العلمية، بيروت.

- ✘ فاروق عبد السلام وميسرة طاهر (2006م)، مدخل للتوجيه والإرشاد النفسي، ط4، جده: دار زهران.
- ✘ فايد، حسين (2005): العلاج النفسي أصوله وتطبيقاته وأخلاقياته"، القاهرة، مؤسسة طبية للنشر والتوزيع.
- ✘ الفتياي، تيسير محجوب (1999م): الحوار في السنة، منشورات مركز الكتاب الأكاديمي، عمان الأردن.
- ✘ الفتياي، تيسير (2005 م): كيف نحاو الآخرين، بيت الأفكار الدولية للنشر والتوزيع، بيروت.
- ✘ الفضل، صبري (1994): بين الآباء والأبناء " حلول جديد لمشاكل قديمة"، ط1، القاهرة، مكتبة الدار العربية للكتاب.
- ✘ الفندي، عبد السلام (2003): تربية الطفل في الإسلام: أطوارها، وأثارها، وثمارها، عمان: دار الرازي.
- ✘ فهمي مصطفى (1987): "الإرشاد النفسي"، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- ✘ الفيروز أبادي (د. ت): القاموس المحيط، ج 4، بيروت، المدرسة العربية للطباعة.
- ✘ الفيومي، أحمد بن محمد بن علي المقرئ (د.ت): المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للرافعي، المكتبة العلمية، بيروت، لبنان.
- ✘ القاسم، بديع محمود مبارك (2001): علم النفس المهني بين النظرية والتطبيق، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- ✘ القذافي، رمضان محمد (1997): التوجيه والإرشاد النفسي، دار الجيل، بيروت، لبنان.
- ✘ القرطبي، ابو عبد الله (2003): تفسير القرطبي (الجامع لأحكام القرآن) ، المحقق: هشام سمير البخاري، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ✘ القرطبي، أبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري (1414 هـ): الجامع لأحكام القرآن الكريم، تحقيق محمد إبراهيم الحفناوي، ومحمود حامد عثمان، الطبعة الأولى، دار الحديث، القاهرة.
- ✘ قطب، سيد (1400هـ): في ظلال القرآن، الطبعة التاسعة، دار الشروق، بيروت، القاهرة.
- ✘ قنديل، شاكر عطية (1980): معجم علم النفس والتحليل النفسي، ط¹، دار النهضة العربية ببيروت.

- ✘ قيم الجوزية (1388هـ): إعلام الموقعين عن رب العالمين، دراسة وتحقيق: طه عبد الرؤوف سعد، مكتبة الكليات الأزهرية، مصر، القاهرة.
- ✘ قيم الجوزية (2008): بدائع التفسير الجامع، المحقق: يسري السيد وصالح الشامي، دار ابن الجوزي، الرياض.
- ✘ قيم الجوزية، أبي عبد الله محمد بن أبي بكر (751هـ): الفوائد، بتحقيق بشير عيون، الطبعة الأولى، 1407هـ، مكتبة دار البيان، دمشق.
- ✘ قيم الجوزية، أبي عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب (د.ت): مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، تحقيق محمد حامد الفقي، مكتبة السنة المحمدية، القاهرة.
- ✘ كاملة الفرخ شعبان و عبد الجابر تيم (1999) مبادئ التوجيه و الإرشاد النفسي، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- ✘ الكحيل، عبد الدائم (2008): www.kaheel7.com/ar
- ✘ الكحيمي، وجدان وحماد، فاديه (2003): الصحة النفسية (للطفل والمراهق)، علي مصطفى، ط1، الرشد، الرياض.
- ✘ كفاقي، جابر عبد الحميد علاء الدين (1993): معجم علم النفس في الطب النفسي، جـ "6"، القاهرة: دار النهضة العربية.
- ✘ اللاحم، خالد بن عبد الكريم (2004): مفاتيح تدبر القرآن والنجاح في الحياة، مكتبة الملك فهد، الرياض.
- ✘ اللبودي، منى إبراهيم إسماعيل (2000م): تنمية فنيات الحوار وآدابه لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه بكلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة.
- ✘ اللبودي، منى إبراهيم (2003 م): الحوار فنياته واستراتيجياته وأساليب تعليمه، مكتبة وهبة، القاهرة.
- ✘ اللجائي، أبو القاسم عبد الرحمن بن يوسف (2001): قطب العارفين، دار صادر، بيروت.
- ✘ الليل، محمد جعفر جمل 2001 م مقدمة في الإرشاد النفسي: مطابع بهادر، مكة المكرمة.
- ✘ ليهي، روبرت (2006): دليل عملي تفصيلي لممارسة العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية"، ترجمة جمعة يوسف ومحمد الصبوة. القاهرة: ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

- ✘ مبارك، عبد الله بن ناجي(2006): قراءة في مفهوم الحوار وأدبياته،(مقال) جريدة الرياض،العدد 13716.
- ✘ المبارك فوري(1427) تحفة الأحوذى، القاهرة: مكتبة ابن تيمية.
- ✘ المباركفوري،أبي العلاء محمد عبد الرحمن عبد الرحيم (1353 هـ): تحفة الأحوذى شرح جامع الترمذى،، الطبعة الثانية، 1457 هـ، مكتبة ابن تيمية، القاهرة.
- ✘ محسن، محمد بن عبد الناظر(1409هـ): حوار الرسول صلى الله عليه وسلم مع اليهود:5، ط1، دار الدعوة، الكويت.
- ✘ محسنة،احسان على (2002):البيئة ولصحة العامة،دار الشروق،عمان.
- ✘ محمد، رمضان محمد (2006):الإعجاز العلمي للقرآن الكريم في علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ✘ محمد بن اسحاق ابن منده (1416): كتاب الإيمان، بيروت: مؤسسة الرسالة.
- ✘ مرسى، كمال (1995): "الإرشاد والعلاج النفسي من منظور إسلامي"، الكويت، دار القلم.
- ✘ الروزى، عبد الله بن المبارك (1995):الزهد والرفائق، المحقق: أحمد فريد، ار المعراج الدولية للنشر.
- ✘ مسلم، أبي الحسين (2000): صحيح مسلم، (ط 1)، بيروت، دار إحياء التراث العربي.
- ✘ مصطفى، فهمي (1988):الإرشاد النفسي، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- ✘ مصطفى، ديب البغا (1987): صحيح البخاري،ط3،دار ابن كثير، اليمامة، بيروت.
- ✘ مطاوع،إبراهيم عصمت (1995): أصول التربية، القاهرة، دار الفكر.
- ✘ المغامسى،خالد محمد (2005 م): الحوار آدابه وتطبيقاته في التربية الإسلامية،مركز الملك عبد العزيز للحوار الوطني، ط2،الرياض.
- ✘ المغامسى،سعيد فالخ(2004 م): التربية بالحوار مع الشباب وأثرها في تحصينهم من الانحرافات الفكرية والسلوكية،مدار الوطن للنشر والتوزيع،الرياض.
- ✘ المغلوث،فهد أحمد (1430هـ):كيف تكون محاوراً ناجحاً، ط1،الرياض.
- ✘ ملّوح، عبد الرحمن بن محمد بن عبد الرحمن (1998):موسوعة نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، دار الوسيلة للنشر والتوزيع.
- ✘ المناوي،عبد الرؤوف (1031 هـ):فيض القدير شرح الجامع الصغير، دار المعرفة، بيروت، لبنان.

- ✘ منظور، أبي الفضل جمال الدين بن مكرم بن علي بن (1414 هـ): لسان العرب، الطبعة الثالثة، دار صادر، بيروت، لبنان.
- ✘ المهدي، محمد عبد الفتاح (2005): العلاج النفسي في ضوء الإسلام"، المنصورة: دار الوفاء للنشر.
- ✘ موسى، رشاد ومحمد، يوسف (2003): العلاج الديني للأمراض النفسية"، القاهرة: الفاروق الحديثة.
- ✘ الميداني، عبد الرحمن حسن حبنكة (2009): قواعد التدبير الأمثل لكتاب الله عز وجل، الطبعة الرابعة، دار القلم، دمشق.
- ✘ نبيل محمد السمالوطي (1429): الإسلام وقضايا علم النفس، جدة: دار الشروق.
- ✘ نجاتي، محمد عثمان (1416): الحديث النبوي وعلم النفس، بيروت: دار الشروق.
- ✘ النحلاوي، عبد الرحمن (1995): أصول التربية الإسلامية وأساليبها، الطبعة الثانية، دار الفكر، دمشق.
- ✘ النووي، أبو زكرياء يحيى بن شرق (1998): رياض الصالحين، ط¹، مكتبة النهضة الجزائرية، الجزائر.
- ✘ النووي (1429) صحيح مسلم بشرح النووي، المطبعة المصرية ومكنتها.
- ✘ نياز، حياة عبد العزيز محمد، (1426 هـ): معالم نظرية التربية الإسلامية في القرآن الكريم، رسالة دكتوراه، قسم التربية الإسلامية والمقارنة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- ✘ النيسابوري، أبي الحسين مسلم بن الحجاج بن مسلم القشيري (2006): صحيح مسلم، دار طيبة، القاهرة.
- ✘ الهاشمي، عبد الحميد، (1981): الرسول العربي المرابي، (ط 1)، دار الثقافة للجميع، دمشق.
- ✘ الهرفي، محمد (2004): مجتمعنا وثقافة الحوار، المجلة العربية، العدد 329 السنة 29 أغسطس 2004م.
- ✘ الوقفي، إبراهيم (1993): الحوار لغة القرآن الكريم والسنة النبوية، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ✘ ياركندی، هانم حامد (2003): الصحة النفسية في المفهوم الاسلامي، السعودية: عالم الكتب.
- ✘ ياسين، عطوف محمد (1981): علم النفس العيادي، ط¹، دار العلم للملايين، بيروت.

- American Psychiatric Association (1994). “Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM IV)”. 4th Ed. Washington: American Psychiatric Association, dc. , p.420.
- Michael.(1999). Optimism in Coping ،Scheier،Charles ،Carver
C., R. editor. Oxford: Oxford ،the psychology of what works. Snyder
University press.p.200.
- Chatters, L. M. (2000). Religion and health: Public Health
research and practice. Annual Review of Public Health, 21, 335–367.
- Dana, C. Bishop; Steven, M. Giles; and Kelvin S. Bryan.
(2004). Teacher Receptiveness toward Web-Based Training and Support.http:// Sience Direct – Teaching and Teacher Education
teacher Receptiveness toward web-based training and support.htm.
- ،Feelings ،Albert(2001). Overcoming Destructive Beliefs ،Ellis
and Behaviours. New York: Prometheus Books.
- Grunewald, M. et al. (2003). Web-based Training in Radiology
– Student Course in the Virtual University of Bavaria. The Internet
and Higher Education. Vol 6, No. 3, 3rd Quarter. PP263-276.
.http://knol.google.com
http://www.aldoah.net
.http://www.alssunnah.net/vb/
http://www.altawhed.com.
.http://www.cnn.com
.http://www.denana.com/
http://www.islamona.org/
.http://www.khayma.com
.http://www.madariss.fr
- Kanji, Akahori; Horiguschi, Hidetsugu; Suzoki, Katsuaki; and
Nambu, Masatoshi. (2004). Development and Evaluation of Web-
Based In-Service Training System for Improving the ICT Leadership
of Schoolteachers. Journal of Universal computer Science, Vol. (7),
Iss. 3.

- Kessell, Stephen. (2000). Creating a Web-Based Learning
 .The Technology SourceTechnologies Degree for K-12 Teachers.
 At University Of North Carolina.
- Kocarek Catherine Elizabeth.(2001).Understanding the
 relationships among counseling self-efficacy anxiety
 developmental level course work experience and counselor
 performance. Dissertation Western Michigan University.
- Maynard, E. A., Gorsuch, R. L., & Bjorck, J. P. (2001).
 Religious coping style, concept of God, and personal religious
 variables in threat, loss, and challenge situations. Journal for the
 Scientific Study of Religion,40, 65–74.
- Moonen, Bert Henri. (2001). Teaching Learning in Service
 Networks on Direct Use in Secondary Education. Dissertation
 abstract international, vol 63 – 03 c, p. 361, Uneversiteit – Twente –
 The Netherlands.
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L.
 (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major
 life stressors. Journal for the Scientific Study of Religion, 37, 71–
 724
- poling.R(1991) factors associated with jop satisfaction of
 faculfty members at Alang – grant universities. dissertations
 Abstracts international. 51(12) 4036-A
- Ragnan, Patricia E.; Lacey, Arthur; and Nagy, Robert. (2002).
 Web-Based Learning and Teacher Preparation: Lessons Learned.
 University of Wisconsin-Green Bay. Proceedings of the International
 Conference on Computers in Education. (ICCE 102).
 .www.dailymail.co.uk

فهرس الموضوعات

الموضوع	أجزاء الكتاب
مقدمة	مقدمة الكتاب
فهرس الموضوعات	
فهرس الجداول	
الفصل الاول: ماهية الإرشاد النفسي الديني وأهميته	الباب الاول: المدخل إلى الإرشاد النفسي الديني
الفصل الثاني: أهداف الإرشاد النفسي الديني	
الفصل الثالث: مسلمات الإرشاد النفسي الديني	
الفصل الرابع: خطوات الإرشاد النفسي الديني	
الفصل الخامس: أسس الإرشاد النفسي الديني	
الفصل السادس: تصنيف الارشاد النفسي الديني	
الفصل الاول: آراء العلماء حول فنيات الإرشاد النفسي الديني	الباب الثاني: فنيات الإرشاد النفسي الديني
الفصل الثاني: قراءة القرآن الكريم وتدبره	
الفصل الثالث: اسلوب النصيحة	
الفصل الرابع: أسلوب الحوار	
الفصل الخامس: الوضوء	
الفصل السادس: الخشوع في الصلاة	
الفصل السابع: الذكر والدعاء	
الفصل الثامن: الصبر	
الفصل التاسع: التوبة	

فهرس الموضوعات

الموضوع	أجزاء الكتاب
الفصل الاول: الإرشاد النفسي الديني في مجال الأزمات والكوارث	الباب الثالث: مجالات الإرشاد النفسي الديني
الفصل الثاني: الإرشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي	
الفصل الثالث: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين " الشيخوخة "	
الفصل الرابع: الإرشاد النفسي الديني في المجال التربوي	
الفصل الخامس: الإرشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين	
الخاتمة	خاتمة الكتاب
المراجع	

فهرس الجداول

الجدول
جدول (1) يوضح اوجه الاختلاف بين الارشاد النفسي الديني الفردي والارشاد النفسي الديني الجماعي
جدول (2) يوضح ابرز الموضوعات التي يمكن ان يشتمل عليها جلسات برنامج الإرشاد النفسي الديني.
جدول (3) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال الإرشاد الزواجي
جدول (4) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المسنين
جدول (5) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في المجال التربوي
جدول (6) يوضح نماذج للارشاد النفسي الديني في مجال رعاية المراهقين