

مجلة علمية مُحكَّمة تصدر عن مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان

أديان

الإصدار ١٦ / يونيو ٢٠٢٢

الصحة الجسدية والنفسية من منظور الأديان



FIFA WORLD CUP
Qatar2022

مجلة أديان (دورية علمية محكمة)

هيئة التحرير

- د. إبراهيم صالح النعيمي
رئيس مجلس إدارة مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان ورئيس التحرير
- د. أحمد عبد الرحيم
محرر اللغة العربية، باحث بمركز الدوحة الدولي لحوار الأديان
- د. سيناد مارهروفيتش
محرر اللغة الإنجليزية، محاضر في مركز سلطان عمر علي سيف الدين
للدراستات الإسلامية (SOASCIS)، جامعة بروناي دارالسلام (UBD).

الهيئة الاستشارية الدولية

- د. رودني بلاكشيرت، قسم الدراسات الدينية والفلسفية، جامعة لاتروب،
بنديغو، أستراليا
- د. ديفيد بيكويل، رئيس قسم اللاهوت والفلسفة، جامعة نوتردام،
الولايات المتحدة الأمريكية
- د. جيمس كاستنغر، أستاذ الدراسات الدينية، جامعة ساوث كارولينا،
الولايات المتحدة الأمريكية
- د. إريك جيفري، أستاذ اللغة العربية والدراسات الإسلامية، جامعة
ستراسبورغ 2، فرنسا
- د. عائشة المناعي، مدير مركز محمد بن حمد آل ثاني لإسهامات المسلمين في
الحضارة كلية الدراسات الإسلامية، جامعة حمد بن خليفة
- د. إبراهيم كالين، أستاذ الدراسات الدينية، دكتوراه جامعة جورج
واشنطن، الولايات المتحدة الأمريكية
- د. أوليفر ليمان، أستاذ الفلسفة والدراسات اليهودية، جامعة كنتاكي،
الولايات المتحدة الأمريكية
- د. روزمير ماهموتسمهاجيتش، أستاذ بجامعة سرايفو، البوسنة والهرسك
- د. كنت أولدميدو، قسم الفلسفة والدراسات الدينية، جامعة لاتروب،
بنديغو، أستراليا
- د. سيد حسين نصر، أستاذ الدراسات الإسلامية، جامعة جورج واشنطن،
الولايات المتحدة الأمريكية
- د. إليزر سيغال، أستاذ بقسم الدراسات الدينية، جامعة كالغاري، كندا
- د. رضا شاه كاظمي، باحث، معهد الدراسات الإسماعيلية، لندن، المملكة
المتحدة
- د. أرفيند شارما، رئيس قسم الأديان المقارنة، جامعة ماكغيل، مونتريال،
كندا
- د. علي بن مبارك، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعي تونس

تصميم

- أسامة أبو حلاوة

ISSN: 2218-7480

ثمن النسخة: ٥٠ ريال / ١٥ دولار

تصدر عن مركز الدوحة الدولي
لحوار الأديان
ص. ب. ١٩٣٠٩ الدوحة - قطر

<http://www.dicid.org/journals.php>
dicid.admin@dicid.org
dicid.news@dicid.org
<http://www.qscience.com/loi/rels>

مباشر: ٩٧٤-٤٤٨٦٤٦٦٦
٩٧٤-٤٤٨٦٥٥٥٤

فاكس: ٩٧٤-٤٤٨٦٣٢٢٢
٩٧٤-٤٤٨٦٩٩٠٠



DICID

مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان
Doha International Center for Interfaith Dialogue



GEORGETOWN UNIVERSITY
School of Foreign Service in Qatar

أديان

مجلة علمية يصدرها مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان

مجلة دولية محكمة نصف سنوية، تصدر باللغتين العربية والإنجليزية، متخصصة في دراسة كافة القضايا الإنسانية من منظور الأديان، كما تركز على الحوار بين الأديان والتواصل الحضاري بين مختلف الثقافات، من خلال نشر الدراسات والأبحاث الأكاديمية المتخصصة؛ وذلك لخلق حوار فكري وثقافي تفاعلي لتناول المحور الواحد من زوايا متعددة، مما يعطي تنوعاً فكرياً وثقافياً يُثري المجلة ببعيدٍ تعدديّ نوعيٍّ مبدعٍ في مجال الدراسات الدينية. كما توفر المجلة فضاءً للتلاقي والتفاكر حول المشتركات العامة والمقاصد المشتركة للأديان، وذلك في عالم يتخلله سوء التفاهم الديني، وممارسات العنف، واختطاف التعاليم الدينية من قبل الأيديولوجيات السياسية.

﴿... لكل جعلنا منكم شرعةً ومنهاجاً ولو شاء الله لجعلكم أمةً واحدةً ولكن ليبلوكم في ما آتاكم فاستبقوا الخيرات إلى الله مرجعكم جميعاً فينبئكم بما كنتم فيه تختلفون﴾
(المائدة: ٤٨).

تجد مجلة أديان إلهامها في الرسالة العالمية للإيمان بإلهٍ واحد، في معناها الواسع، كما أنها تسعى لمشاركة مختلف الديانات التي لها مبادئ وقيم مشتركة في داخل هذا الإطار المفهومي الواسع.

وتشجع المجلة الدراسات المقارنة والتبادلات بين الأديان بروح الحوار والافتناء المشترك. وهدفها هو الترويج للتفاهم بين أتباع الأديان، وبدراسة واكتشاف الأسس الدينية والروحية المشتركة بينهم، وعلاقاتهم البناءة المتبادلة في الماضي، والحاضر وفي المستقبل، ودراسة وتفهم أفضل لأسباب الصراعات بينهم، والتحديات التي يواجهونها، وإيجاد سبل التعاون فيما بينهم.

كما تود المجلة أن تحيي الأفق العالمي للإسلام وتؤكد عليه، وذلك برعاية دراسات في العلاقات بين الإسلام والديانات والحضارات الأخرى في مجالات التاريخ، والفنون، والدراسات الدينية. وفي هذا أيضاً مسعى لتفعيل الخطاب الفكري في الإسلام، وذلك في إطار ارتباط تفاعلي ومثمر بين الإسلام والديانات الأخرى.

المقالات والأبحاث المنشورة في مجلة أديان هي على مسؤولية كتابها بصورة كاملة، ولا تعبر بالضرورة عن اتجاهات بيتناها مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان. وهي تُنشر في إطار حوار مستمر حول الأديان، ولا تُؤخذ بأنها تعبر عن مواقف أي منظمة راعية للمجلة.



محتويات

افتتاحية العدد:

الأستاذ الدكتور إبراهيم النعيمي

رئيس مجلس إدارة مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان- رئيس التحرير..... ٤

حوار العدد:

مع سعادة السيد حسن الذوادي

الأمين العام للجنة العليا للمشاريع والإرث- اللجنة المنظمة لكأس العالم لكرة القدم في

قطر ٢٠٢٢..... ٦

الأبحاث:

أهمية الطاقة الروحية في العناية بالصحة

بشير خليفى..... ١٨

التوازن النفسي وأثره في تزكية الإنسان من منظور القرآن الكريم

جميلة نور الدين بلعودة - كريمة بولخراس..... ٣٨

الرياضة النفسية في ميزان الإسلام (قراءة في نظرية الترويح عن النفس في الإسلام)

أحمد عطية..... ٦٨

الصحة النفسية والروحية كما صورها الإمام الغزالي في كتابه كيمياء السعادة

أحمد عبد الرحيم..... ٨٦

هل تحمي الأديان أتباعها من الاضطرابات النفسية؟ الإسلام أنموذجاً

رقية أهجو..... ٩٨

التدين والحاجة الفطرية إلى السعادة: اليهودية والإسلام أنموذجاً

صلاح الدين العامري..... ١١٢

الاهتمام بالرياضة البدنية في الأديان التوحيدية

ليليا شنتوح..... ١٣٠

الرياضة في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية: دراسة تحليلية في ضوء الواقع المعاصر

أردوان مصطفى اسماعيل..... ١٤٨

مقاصد الإسلام وحفظ الإنسان: مقصد التزكية أنموذجاً

جميلة تلوت..... ١٦٤

مراجعة كتاب التدين والصحة النفسية

للأستاذ الدكتور صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف الصنيع..... ١٨٢

السيرة الذاتية للكتاب..... ١٨٨

افتتاحية العدد

لعلَّ المتابع لمجلة أديان منذ إصدارها عام ٢٠١٠م يدرك معنا ذلك النهج الذي حرصنا على متابعته والاسترشاد به في كلِّ الأعداد السابقة للمجلة؛ والذي يركز على مدِّ جسور التلاقي بين العمل البحثي الأكاديمي وبين قضايا الواقع والحاجات الإنسانية، وخاصة تلك القضايا التي تبرز في الفترة التي يتم الإعداد فيها لصدور عددٍ جديدٍ للمجلة. وكنا في كل عدد نخشى أن يقلَّ الإقبالُ على المشاركة من الباحثين إمَّا لندرة الكتابة فيه، أو لأنه طارئٌ أو موضوعٌ جديدٌ قديمٌ بَعْدَ العهدِ عن مناقشته، مثل موضوع (الأديان والأوبئة والأمراض)؛ فكنا نتفاجأ بعدد كبير من الأبحاث الرصينة تُقدِّم للمجلة، وهذا إن دلَّ فإنَّما يدلُّ على فهمٍ وإِعْ لهؤلاء الباحثين لأهمية دور البحث العلمي، وضرورة تماسِّه مع الواقع بكلِّ قضاياها.

من هذا المنطلق، واستكمالاً لهذا النهج، وتزامناً مع موعد انعقاد أول بطولة لكأس العالم في الشرق الأوسط ٢٠٢٢، والتي ستستضيفها قطر؛ نضع بين يديك أيها القارئ الكريم العدد السادس عشر من مجلة أديان، بعنوان (الصحة الجسدية والنفسية من منظور الأديان) في محاولةٍ بحثيةٍ لاستقصاءٍ أكاديميٍّ جادٍ في القضايا التالية: الأديان وأولوية الصحة الجسدية والنفسية للإنسان، وموقف الأديان من الرياضة.

فالإنسان - ولا شك - كان ولا يزال محور الاهتمام الأول في الأديان، روحه وجسده، وكما أن خيرية الإنسان تعلق بإيمانه روحياً؛ فهي كذلك تعلق بقوته جسدياً، ولعل هذا ما أوضحه لنا قول رسول الله صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح «المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف» (رواه مسلم). فصحة الإنسان في حقيقتها لا تقتصر على كونه سليماً معافى جسدياً، وإنما الصورة الكلية للصحة ترتبط بتلاقي الصحة

الجسدية والنفسية، وذلك أدعى لأداء العبادات وأيضاً للنفع والإنجاز في مهمة إعمار الأرض.

وقد فطن العالم لأهمية الصحة النفسية للإنسان فجعل لها يومٌ عالميٌّ في العاشر من أكتوبر من كل عام؛ للتوعية بقضايا الصحة النفسية.

ولا ينكر أحد أن الرياضة أحد أهم الأمور التي تَمس روح الإنسان مثلما تؤثر في صحة جسده؛ فمن خلالها يمكن أن تتأصل في الإنسان أخلاقيات الصدق والنزاهة والتواضع والانضباط والصبر والعمل الجماعي، يُضاف إلى هذا احترام الآخر ولو كان منافساً. وهذا الأمر واضح لا تُخطئه عين ولا ينكره عقل.

وهذه النظرة الشاملة لصحة الإنسان روحياً وجسدياً تجعل من (الرياضة) وسيلة فعالة لبناء جسد الإنسان وتقويته مطلباً مهماً يدعو له الدين ويحث عليه، وليس فقط وسيلة ترفيهية.

وأتمنى أن يجد القارئ في هذا العدد الذي يزخر بمجموعةٍ من الأبحاث المتنوعة في التوجه والفكر والثقافة باللغتين العربية والإنجليزية، الإحاطة الكافية والرؤية الوافية لموضوعات الصحة الجسدية والنفسية من منظور الأديان.

الأستاذ الدكتور إبراهيم صالح النعيمي

رئيس التحرير

رئيس مجلس إدارة مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان



حوار مجلة أديان مع

سعادة السيد حسن الذوادي

الأمين العام للجنة العليا للمشاريع والإرث

اللجنة المنظمة لكأس العالم لكرة القدم في قطر ٢٠٢٢. ٢٢

أجرى الحوار: د. أحمد عبد الرحيم

- أديان: بداية دعني أبدأ بتساؤل عام
أنطلق فيه من مقولة لكم في محاضرة
ألقيتها في كلية سانت إدموند
بجامعة كامبريدج، بعنوان «كأس
العالم الأول في الشرق الأوسط- ولادة
جديدة للتعایش من خلال قوة
الرياضة»: حيث قلت: «لا يوجد وسيلة
أكثر فاعلية لتحقيق التعایش بين
الناس اليوم من الرياضة».

ما دور الرياضة- وخاصة كرة القدم- في
تحقيق التعایش كقيمة إنسانية عليا
تتجاوز الخلافات السياسية والحروب
والصراعات وحتى الأيديولوجيات
الفكرية والدينية؟

سعادة السيد حسن الذوايدي: التعایش
والتفاهم يمثل القبول المتبادل والاعتراف
والاحترام لوجود الأديان والمعتقدات
الأخرى، فكيف يمكن لمجتمع تعددي أن
يزدهر: إلا عندما تنخرط مختلف
الأطياف الإنسانية وتعمل معاً من
منطلق «الشمول لا الإقصاء».

ودعني أضرب لك مثلاً تاريخياً على ذلك.
لعل الغالبية العظمى على دراية تامة بـ La
Convivencia (التعايش في الأندلس)،
وما تمثله في التاريخ كمنعطف مهم
للتفاهم بين الأديان، وتحديدأ كمثال
للتعايش بين أتباع الأديان السماوية
الثلاث. النقطة التي أرى فيها التقارب هنا

هي أن الروح المطلقة والمبدأ السامي La
Convivencia هي روح يجب أن ننظر
إليها ونقدرها ونطبقها في عصرنا.

إنها حقبة زمنية أو مفهوم نركز عليه
ونقدره؛ لأنه أظهر الإمكانية الحقيقية
لتحقيق التعایش عندما تعمل الشعوب
ذات الثقافات أو الأديان المختلفة معاً،
وتقدر وتحترم اختلافاتها وتحيا في تعايش
وسلام.

وهكذا بالنسبة للمناخ الجيوسياسي في
عصرنا الحالي؛ حيث يطفو على السطح
الانقسام والاختلاف بين الناس، ويتم
تعزيز فكرة صراع الحضارات، ووجود
وسائل داعمة لها وللترويج إليها.

والرياضة- وخاصة كرة القدم- هي إحدى
تلك المنصات التي يتحقق من خلالها
التعايش بصورة عملية، فهي تمس
الروح الإنسانية، بغض النظر عن العرق
أو المعتقد أو الثقافة أو السياسة. وإن
كانت فكرة التعایش مهمة على مستوى
النخبة؛ لكن الأهم من ذلك أن تكون على
مستويات القاعدة بين عموم الناس،
فهي تُعَلِّم الأمانة، والنزاهة، والتواضع،
والاحتراف، والانضباط، وأخلاقيات
العمل، والعمل الجماعي، وقيل كل شيء
الروح الرياضية واحترام خصمك، وهو
ما يساعد أي شخص في التغلب على
الشدائد التي قد تواجهه.

نسعى لتسخير قوة كرة القدم في بطولة كأس العالم ٢٠٢٢ لحل الاختلافات وتوحيد الشعوب وبناء جسور التفاهم بين الثقافات، والاحتفال بما يجمعها بدلاً من التركيز على ما يفرقها.

- أديان: لا شك أن وسائل التواصل الحديثة والتطور التكنولوجي كان له أثرٌ كبير في انتشار الأحداث الرياضية وزيادة تأثيرها عما كان في الماضي.

ما الانعكاس الذي يمكن أن يحدثه ذلك فيما يخص التعايش مع الآخر وفهمه؟

سعادة السيد حسن الذوادي: لقد أدى تطور الابتكار التكنولوجي وأثره على الاتصالات إلى تقريب العالم من بعضه البعض، وهذا لم يكن متاحاً في أي مرحلة من مراحل التاريخ؛ أن يتمكن البشر من مختلف الثقافات والطبقات الاجتماعية والأديان وحتى السياسات من التعرف بشكل أفضل على هذا الكم من المعلومات والنظريات والآراء للثقافات المختلفة. ومع ذلك، وعلى الرغم من هذا التقارب والترابط الذي أحدثته تلك الثورة المعلوماتية؛ إلا أن هناك ما زال خيوط من مجتمعاتنا تتباعد أكثر، فبدلاً من فتح عقولنا للحوار البناء، أصبح بإمكان الناس الآن الوصول بل والميل إلى المعتقدات

والآراء التي توافقهم، ويصيرون من خلالها قادرين على تكوين شبكاتهم الخاصة التي تدعم معتقداتهم الخاصة وهذا يستوجب بالضرورة استبعاد الآخرين، كما أصبح التراجع والانحصار حول الأفكار والأشخاص التي يشبهونهم ويتحدثون مثلهم ويفكرون على طريقتهم هو الحل- في نظرهم- لمشاكلهم.

وهذه الاتجاهات خطيرة، وقد أثبت التاريخ أن هذا للأسف هو الحاصل؛ لذلك من الأهمية بمكان أن يعمل المفكرون وأصحاب الرأي معاً لإنشاء منصات للحوار الثقافي والديني، ورعايتها والاستفادة منها بشكل مسؤول لضمان التصدي لتلك الأفكار التي تؤدي إلى تفاقم الانقسامات.

- أديان: هل يمكن لك أن تضرب لنا مثالاً عملياً رأيتموه تحققت فيه الصورة والهدف من الرياضة في تجميع الشعوب مهما اختلفت ثقافات وأديانها؟

سعادة السيد حسن الذوادي: أتذكر أنني رأيت صورة لطفل أفغاني انتشرت على وسائل التواصل الاجتماعي، وكان شقيق هذا الطفل قد صنع له حقيبة تسوق باللونين الأبيض والأزرق في قميص أرجنتيني مكتوب عليها «ميسي» والرقم (١٠) على



ستكون هذه اللحظة محفورة إلى الأبد في ذاكرتي، وليس فقط لقيمها العاطفية، وإنما لتأكيداتها على قدرة الرياضة في تجاوز الحدود وجمعها للناس معاً.

- أديان: لعلنا نجد آراءً مختلفة ما بين الإيجابيات والسلبيات للموروث القديم عن كرة القدم، والتي يعد كأس العالم أكبر حدثاً رياضياً عالمياً يمثلها.

برأيكم.. ما هي المتغيرات التي حدثت في هذه اللعبة اليوم؟ وهل ترون أن الإيجابيات تفوّقت على السلبيات التي نراها ولا نستطيع إنكارها؟

سعادة السيد حسن الذوايدي: لقد أصبح مشاهداً للجميع أن كأس العالم هو المكان الذي تزداد فيه قدرة كرة القدم على خلق ذكريات دائمة وإرث، ولا يوجد حدث له امتداد عالمي غير عادي يمكن مقارنته بكأس العالم.

ظهره. هذه الصورة القوية، والفرحة التي جلبتها كرة القدم لهذا الطفل- في ذهني- ترمز إلى الامتداد المذهل والإمكانات التي تمتلكها كرة القدم. كنا نخطط في العام نفسه لإقامة مباراة ودية بين نادي برشلونة ونادي الأهلي السعودي.

أردنا أن نجتمع ذلك الصبي، مرتضى، مع بطله، ولنكن واضحين أننا فعلنا هذا لأسباب جوهرية وليست دعائية، والتقى مرتضى ببطله، وسار مع ميسي إلى الملعب قبل بدء المباراة، ولم يفارقه. لقد كان عمق العاطفة وما يعنيه هذا المشهد لمرتضى واضحاً لجميع الحاضرين، ولمليارات المتابعين حول العالم عبر الأخبار مواقع التواصل الاجتماعي، وإظهاراً لقدرة كرة القدم على الاتحاد والإلهام؛ فقد تمكن طفل من دولة مزقتها الحرب أن يعيش حلمه من خلال كرة القدم، وحتى إن كان ذلك للحظة استطاع فيها نسيان المصاعب والشدائد التي عاشها، وتمكن من الاستمتاع بالفرح الصادق بوقوفه بجانب بطله.

السياسية والاقتصادية.

فهل ترون ترابطاً وثيقاً بين الرياضة وهذه القضايا؟

سعادة السيد حسن الذوادبي: هناك العديد من الأمثلة الأخرى على القوة الهائلة لكأس العالم في تجاوز السياسة وتمكين البشرية من الازدهار، فمثلاً في عام ١٩٩٨ - بعد ما يقرب من ٢٠ عاماً من عدم الاعتراف الدبلوماسي، نزل ١١ أمريكياً و ١١ إيرانياً إلى الملعب في (Stade Gerland) في ليون بفرنسا خلال مراحل المجموعات في كأس العالم FIFA، وفازت إيران باللعبة ٢-١، لكن الانتصار الحقيقي كان من خلال الدبلوماسية العامة، حيث تم نزع فتيل التوترات بين الدول من خلال قوة الرياضة.

أرست هذه اللعبة الأسس لمباراة ودية بين الفريقين جرت في كاليفورنيا بعد ١٨ شهراً. لقد فعل كأس العالم وتقلبات القرعة العشوائية شيئاً لم يستطع أفضل الدبلوماسيين ورجال الدولة في العالم القيام به - وهو الجمع بين دولتين متعارضتين بشدة مع بعضهما البعض سياسياً من خلال منصة مشتركة.

ومثالاً آخر قوي على قوة الرياضة، وأحد الأمثلة ذات الصلة الخاصة بمنطقتنا، هو فوز العراق في كأس آسيا ٢٠٠٧، ففي هذا

يصف عالم الاجتماع البريطاني، ومؤلف كتاب «الكرة مستديرة» ديفيد جولدبلات حجم الحدث بعمق: «إذا كانت هناك ثقافة علمية وإنسانية عالمية، فإن كأس العالم أكثر من أي ظاهرة أخرى، هي المكان تُروى تلك الحكايات، نحن محظوظون إذن لأن اللعبة التي اخترناها كأفاتار جماعي (تجسيداً للتوحد حول فكرة ملهمة) يجب أن تكون مبدعة للغاية في سرد القصص لدرجة أن مباراة كرة قدم واحدة - نهائي كأس العالم - يمكن، لمدة ٩٠ دقيقة، ربط العديد من خيوط هذا الكوكب المضطرب معاً».

غالباً ما يعكس تاريخ كأس العالم FIFA منعطفات جيوسياسية مهمة وترتبط بذكرياتنا العاطفية للبطولة.

وبعد انقضاء سنوات الجائحة الصعبة، تُعد بطولة كأس العالم قطر ٢٠٢٢ واحدة من أوائل الفرص لجمع الناس من كافة أنحاء العالم ليحتفلوا معاً بإنسانيتهم المشتركة وبشغفهم بكرة القدم.

- أديان: حينما نتكلم عن كأس العالم لكرة القدم: يرى البعض أن هناك الكثير من القضايا الكبيرة والمعقدة والتي تتجاوز الرياضة في ظاهرها من حيث التأثير وحتى الخطورة، كالقضايا

الوقت، تصاعدت الانقسامات الطائفية في العراق إلى مستويات غير مسبوقة، وأصبح العنف والموت-للأسف- من الأمور اليومية؛ لكن في يوم نهائي كأس آسيا، كانت هناك دولة منقسمة ومتحدة؛ فقد أشارت التقارير في كل مكان إلى توقف العنف. في تاريخ حديث ملطخ بالحرب والتمرد والفساد وعدم الاستقرار السياسي والطائفي، فإن اليوم الذي انتصر فيه العراق واتحد خلف فريق يتألف من جميع عناصر المجتمع العراقي هو شهادة على القوة الهائلة للرياضة، ولا سيما كرة القدم في جمع الناس معاً، يوم أن تفشل السياسة وغيرها من الأساليب..

مثالٌ آخر: كان كأس العالم في جنوب إفريقيا عام ٢٠١٠ غارقاً في الانتقادات والجدل في السنوات التي سبقت الحدث، ومع ذلك فقد أظهروا أن القارة الأفريقية يمكن أن تستضيف بنجاح حدثاً كبيراً، بدلاً من مشاهدة بقية العالم- كما هي الصورة المأخوذة عن أفريقيا)- تستضيف وتستعرض قدراتها، وكان هذا وقت إفريقيا لعرض ضيافتها المميزة الفريدة، والشغف بكرة القدم والقدرة على تنظيم حدث جيد مثل أي حدث عقد في التاريخ كأس العالم، وتمكنت جنوب إفريقيا من أن تعرض للعالم دولة أفريقية وصلت حقاً إلى المسرح العالمي، وتحترف بالتنوع

والشمول، وتغلبت على واحدة من أسوأ فترات الانفصال والانقسام في التاريخ الحديث.

حرصنا منذ تقدمنا بملف استضافة بطولة كأس العالم في ٢٠١٠ على أن تكون بطولة لكامل المنطقة، وليست بطولة قطر وحدها، حيث سيستعرض أهل المنطقة قدراتهم وثقافتهم أمام كل العالم ولدفع عجلة التنمية الإنسانية والاجتماعية والبيئية والاقتصادية للأمام.

نرى في مونديال قطر ٢٠٢٢ فرصة لتقديم العالم العربي والشرق الأوسط لباقي سُكان العالم كما لم يرونه من قبل، ونحن على يقين من أن الجماهير ستغادر بعد البطولة بفهم جديدة ورؤية مُختلفة وتقدير كبير لمقدار المشترك بينهم وبين الناس في منطقتنا.

- أديان: هل يمكن أن توضح لنا الارتباط بين الرياضة والتنمية المستدامة للدول؟ وكيف يمكن للرياضة تغيير مسارات دول بأكملها ودفعها للتطور؟

سعادة السيد حسن الذواودي: غالباً ما يعكس تاريخ كأس العالم FIFA منعطفات جيوسياسية مهمة ترتبط بذكرياتنا العاطفية للبطولة.

أحد الأمثلة التي ناقشتها في الماضي، ولا



الرياضية التي لا تنسى في التاريخ المعاصر، فبعد ستة عشر عاماً من إعادة التوحيد، دعت الأمة الألمانية العالم لتجربة قوة اقتصادية جديدة في مجتمع متعدد الثقافات نابض بالحياة حقاً، وتم تفكيك الصور النمطية التي تم نشرها سابقاً عن ألمانيا. لقد تحدثت إلى العديد من الأصدقاء الألمان الذين أخبروني أنه تم ترسيخ هوية وطنية جديدة من خلال استضافة كأس العالم لكرة القدم في عام ٢٠٠٦، وفي اليوم التالي للنهائي، نشرت صحيفة "The London Times" العنوان الرئيسي «بغض النظر عن النهائيات، الفائز الحقيقي هي ألمانيا». كان شعار ألمانيا ٢٠٠٦ هو «وقت تكوين صداقات» وقد تم ذلك على هذا النحو، أصبحت ألمانيا المؤثرة والفعالة والتي هي ظاهراً المنقسمة الآن محبةً للمرح وحديثة

يزال وثيق الصلة بالموضوع، هو تاريخ ألمانيا مع كأس العالم، لقد رفعوا الكأس لأول مرة في عام ١٩٥٤، بعد تسع سنوات من انتهاء الحرب التي مزقت أوروبا، انتصر فريق ألمانيا الغربية- رغم كل الصعاب- على سويسرا، وكانت ألمانيا الغربية غارقة في عصر كارثة اقتصادية؛ حيث كانت تتصارع مع كيفية التعامل مع القومية ودورها في حقبة جديدة من العلاقات الدولية، وفجأة أتاحت لها فرصة للاحتفال، ووفقاً لعدد جريدة ديرشبيجل الذي تم طباعته في اليوم التالي للمباراة النهائية، فإن الفوز بكأس العالم كان بمثابة «اللحظة الثقافية التأسيسية» للجمهورية الفيدرالية.

فقد حوّل التركيز إلى ٥٢ عاماً، ويعتبر كأس العالم ٢٠٠٦ في ألمانيا من أكثر الأحداث

تنظيمها الدولة يوماً بعد يوم. وتسعى قطر أيضاً للتقديم لعدد من الفعاليات الرياضية بعد ٢٠٢٢، مثل دورة الألعاب الآسيوية ٢٠٣٠.

- أديان: استكمالا للسؤال السابق، و بوصفكم الأمين العام للجنة العليا للمشاريع والإرث في دولة قطر.

ماذا تأملون أو تجهزون له بالنسبة لقطر وكذلك لمنطقة الشرق الأوسط من خلال تنظيمكم لأول بطولة لكأس العالم لكرة القدم في الشرق الأوسط؟

سعادة السيد حسن الذواودي: بالنسبة لقطر والشرق الأوسط وما وراءهما، سنسعى جاهدين لضمان أن يكون كأس العالم FIFA ٢٠٢٢ بمثابة منصة لتعزيز التفاهم الثقافي في هذا العصر؛ الذي باتت فيه أصوات التطرف تعزز الإقصاء بدلاً من الاجتماع والوحدة. إنها فرصة للناس للسفر إلى المنطقة، والتعرف على الناس، والخوض في ما وراء الصور النمطية التي تم تأصيلها منذ عقود وقرون، ولا ينبغي التقليل من أهمية العلاقات بين الناس، ولا توجد وسيلة أكثر فاعلية لذلك من كرة القدم وكأس العالم، فنحن واثقون أنه يمكن لهذا الحدث تحقيق الاستفادة من قوة كرة القدم

ومبدعة وموحدة، وفي غضون عامين كانت تعتبر العلامة التجارية الأكثر إثارة للإعجاب في العالم.

طالما أدركت دولة قطر قدرة كأس العالم لكرة القدم في تحفيز التنمية الاجتماعية والاقتصادية، وهو ما دفعنا للتقدم بطلب استضافة البطولة.

من الناحية الاقتصادية، وظفت دولة قطر بطولة كأس العالم ٢٠٢٢ بوصفها منصة لتسريع الاقتصاد المحلي، عبر توفير الفرص للشركات والمقاولين المحليين، وأيضاً عبر الاستثمار في البنى التحتية والمشاريع التي ساهمت في تحويل قطر إلى دولة حديثة.

عزز فوز قطر بتنظيمها لبطولة كأس العالم FIFA قطر ٢٠٢٢TM من وتيرة الاستثمار في البنى التحتية، وسيؤدي ذلك إلى وجود بنية تحتية متطورة ترثها الأجيال القادمة وتبني عليها. ويعتبر مترو الدوحة وتوسعة شبكة الطرق وتوسعة مطار حمد الدولي جزء من الأمثلة الكثيرة على ذلك.

كما أن العمل على تطوير استادات رياضية هي الأحدث من نوعها بالإضافة إلى الخبرة التنظيمية الواسعة في تنظيم الأحداث الرياضية الكبرى، تؤهل قطر وعن جدارة لتصير قلب الرياضة النابض في المنطقة، حيث تزيد قائمة الأحداث الرياضية التي



عاماً، وأشار مؤلفو التقرير إلى أن تمكين الشباب وإشراكهم أمر ضروري لبناء أسس دائمة للاستقرار، ورسم التقرير- للأسف- صورة قاتمة عن الحاضر والمستقبل لشباب منطقتنا. أعتبر أنه من المؤسف أن التقرير يتجاهل المنصات الموجودة التي يمكن أن تعمل على تغيير هذه الصورة لمنطقتنا، مثل بطولة كأس العالم ٢٠٢٢.

والأمر متروك لنا في العالم العربي للتعبيئة والعمل ضد الاتجاهات التي يحددها هذا التقرير، ويجب أن يكون مصدر تحديّ وإلهام لنا لتحديد اللحظات التي يمكن أن تساعد في مكافحة هذه التوجهات.

نعي أنه تقع على عاتقنا مسؤولية ضمان

للجمع بين الناس، والعمل كمحفز للتغيير، والدفع للتنوع الاقتصادي والتنمية في منطقتنا.

كذلك فإنه يستحق الشرق الأوسط فرصته لعرض علامته التجارية الخاصة في استضافة كأس العالم. وهي تستحق فرصتها على الساحة الدولية؛ لتصدر عناوين الصحف لأسباب غير الحرب والصراع.

وحيثما أصدر برنامج الأمم المتحدة الإنمائي تقرير التنمية البشرية العربية لعام ٢٠١٦ ركز بشكل خاص على الشباب، وأشار إلى أن ثلث سكان الشرق الأوسط تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ٢٩ عاماً، وثلاثاً آخر تقل أعمارهم عن ١٥



المسجلين في جسور، فهناك أفراد من دول مثل: فلسطين واليمن يسافرون إلى الدوحة - رغم العقبات والمصاعب الخطيرة - من أجل الدراسة واستعادة مهارات لتطبيقها في دولهم.

كذلك أطلقنا مبادرة تسمى «التحدي ٢٢» والتي تسعى إلى إلهام ألمع المفكرين الشباب في المنطقة لإيجاد حلول مبتكرة يمكن أن تساعد في تعزيز بطولة كأس العالم ٢٠٢٢؛ حيث يقدم المبتكرون ورجال الأعمال الشباب أفكارهم، ويرتبط أصحاب الأفكار الأفضل بفرق البحث والتطوير من أفضل الجامعات وشركات التكنولوجيا من أجل المساعدة في تحويل مفاهيمهم إلى واقع ملموس، تتمثل رؤيتنا هذه في توفير بيئة للإبداع وريادة الأعمال لتزدهر، ولضمان تزويد أفضل العقول الشابة في منطقتنا بالمنصة النهائية لأفكارهم ومفاهيمهم - كونهم جزءاً من نسيج كأس العالم ٢٠٢٢.

أن يعود إرث كأس العالم بالفائدة على منطقتنا على المدى الطويل، ونحن نعمل على ضمان أن يجني شباب الشرق الأوسط ثمار هذا الحدث، ومن أجل ذلك نعمل بجد لتعظيم إمكانات الحدث، ولضمان أن يكون بمثابة وسيلة تلهم صناعة رياضية نابضة بالحياة في الشرق الأوسط، مما يوفر فرصاً اقتصادية جديدة لسكان المنطقة من الشباب والمتعلمين.

نحن نمارس ما نؤمن به وندعوله، ونضع الأسس- من خلال كأس العالم - التي يمكن أن تكون بمثابة معركة ضد الاتجاهات التي يركز عليها أمثال تقرير الأمم المتحدة، ولذلك فقد أسسنا مركزاً أكاديمياً متميزاً للصناعة الرياضية (معهد الجسور).

«معهد الجسور» يقدم دورات أكاديمية وعملية للمهنيين الشباب في المنطقة بهدف تعزيز المهارات التقنية لأولئك الذين يعملون بالفعل في صناعة الرياضة، كما يوفر أساساً لأولئك المبتدئين، ويعمل كأداة لهؤلاء الأفراد للاستفادة من خلق فرص العمل والتعزيز الاقتصادي الذي نعتقد أن كأس العالم ٢٠٢٢ يمكن أن يكون وسيلة ملهمة لهم، وأنا فخور أن هناك العديد من المهنيين الشباب ويشكلون مجموعة واسعة من البلدان

من الفضول والانفتاح الذي يحتضنه التواضع.

يجب أن نشجع الناس على السعي إلى فهم أكبر للثقافات والمعتقدات التي تختلف عن ثقافتهم.

سنسعى جاهدين لضمان أن تكون كأس العالم هذه في مكانة خاصة في التاريخ، وأن يتم تذكُّرها على أنها منعطف مهم من حيث العلاقات بين الناس، ومن حيث التفاهم الثقافي في تاريخ العالم، وفي تاريخ منطقتنا.

ولأذكر مثالا بارزاً على قدرة البطولة في التأثير العالمي، فقد حقق برنامج متطوعي بطولة كأس العالم قطر FIFA ٢٠٢٢ رقما قياسيا في عدد الطلبات، حيث وصلنا أكثر من ٤٢٠ ألف طلب، وأنا فخور للغاية وأنا أقول إن جنسيات المتطوعين المقبولين جاءت من أكثر من ١٥٥ دولة موزعة على قارات العالم الستة.

لقد ألهم الحدث بالفعل المحادثات والنقاشات حول العالم، كما أنه سيساعد في إقامة صداقات جديدة وتجارب مشتركة، وسنواصل التعاطي مع كل الآراء (الإيجابي والسلبي)، وسنواصل العمل لضمان أن يكون الحدث هو المحفز للتقدم والتغيير الذي نؤمن به بشدة.

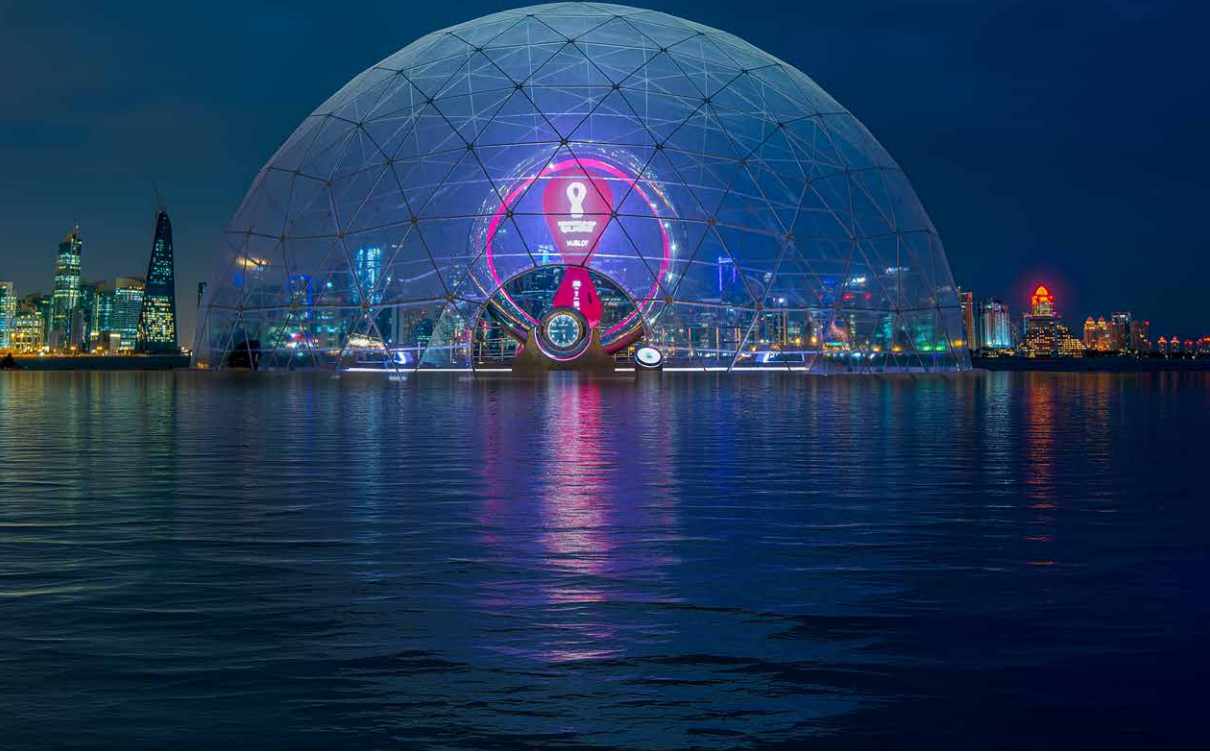
من خلال بطولة كأس العالم ٢٠٢٢،

كان التفاعل مع المبادرة مدهشاً، وكان تحدي ٢٠٢٢، بالنسبة لي، نافذة إلى المواهب الشابة في منطقتنا ورغبتها وحماسها لتطوير نفسها. كانت النسخة الأولى من المبادرة موجهة نحو الدول الخليجية، وتوسعنا بعدها إلى دول أخرى في المنطقة لضمان احتواء المواهب من كل العالم العربي والشرق الأوسط.

- أديان: ما مدى الترابط الذي ترونه بين كرة القدم ممثلة في تنظيم حدثٍ عالمي لها في بلد عربي، وبين إيجاد حلول للمشاكل التي يتعرض لها عالمنا اليوم؟ وهل حقاً مثل هذا الحدث قادر على إذابة الفوارق الثقافية والحضارية والعرقية بين الشعوب؟

سعادة السيد حسن الذوادي: أود أن أكرر أننا نعلم ونفهم أن بطولة كأس العالم ليست حلاً شاملاً للمشاكل التي تواجه منطقتنا والعالم. وقد يجادل المتشائمون أن ما أقترحه هو حلول مبسطة للقضايا المعقدة؛ ومع ذلك لن نقلل من أهميتها كمنصة مشتركة لتعزيز التفاهم والحوار بين مختلف الأطياف الثقافية والدينية.

يجب أن نشجع الناس على التخلي عن مفاهيمهم السابقة، وتبني صورة مختلفة



ولن يخرجنا عن مسارنا من يفضل مناخ
الخوف والانقسام.

ومع أننا نتفهم أن يكون هناك تشاؤم
يستهدف رؤيتنا؛ لكننا سوف نستمر في
تحقيق أهداف سامية، وسنحافظ على
طموحنا وجرأتنا على أساس الاقتناع
القوي بأنه يجب علينا الاستفادة من كل
منصة متاحة- سواء كانت كبيرة أو صغيرة،
لتسخير قوة الرياضة لإحياء روح التعايش.

سنسعى لتوفير منصة لشعبنا ومنطقتنا
لإظهار ابتكاراتهم، وروح الدعابة لديهم
وشغفهم، وقبل كل شيء- إنسانيتهم في
احترام الآخر وقبوله والاحتفاء بضيافته.

لن نكتفي بـ ٦٤ مباراة كرة قدم على التراب
القطري، ولن نسلم الشعلة للمضيفين
القادمين إلا مشتعلة، نحن نرفض
التسليم للآراء التي ترى عدم استخدام
هذه المنصة، وتفويت الفرص التي توفرها،



أهمية الطاقة الروحية في العناية بالصحة

أ.د. بشير خليفي *

ملخص تمهيدي:

تُعبّر الصحة في إحالة إلى غياب المرض عن الوضعية المثل للإنسان، إنها تعبير عن الكفاءة الوظيفية لأجهزة الكائن الحي على الصعيد النفسي والبدني. ويحكم أهميتها، فإنها تُشكّل اهتماما محوريا في حياة الأفراد والمجتمعات، كما تُعد ترقيتها وتوطيد أركانها المقصد الرئيس للهيئات المشرفة عليها. بالمقابل، تُعبّر «الطاقة الروحية» **Speritual energy**، عن الفاعلية النفسية، أو بالأحرى القوة الباطنية التي يحوزها الفرد، إنها في العمق دافعية تُؤسس لها جملة من الأحاسيس والقناعات المحفزة على الفعل أو الترك، كما أنها تتمتع فاعليتها الأساسية من الدين بوصفه المصدر الرئيس للإيمان. ولأن الطاقة الروحية ذات عمق ميتافيزيقي؛ فإنه من علامات الروح العلمية الحقيقية التساؤل عن علاقتها بالصحة ذات البعد العلمي والمخبري الذي يتأسس على مبدأي التجربة والتحقق. مُنطلقين في ذلك من سعي حثيث لإثبات فرضية رئيسة مفادها؛ أن للطاقة الروحية حضورا بارزا في تعميق الصحة النفسية، عبر توطيد مظهراتها الايجابية، من فاعلية، طمأنينة وانسجام، الأمر الذي ينعكس إيجابا على الصحة الجسدية، سواء في رحلة البحث عن التعافي والعلاج عبر تقويض أركان الروح الانهزامية، وكذا الخوف والاكتئاب، أو من خلال الانعكاس الايجابي لسلامة النفس والعقل على صحة الجسد.

(* أستاذ التعليم العالي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة معسكر، الجزائر).

وفي السياق نفسه، وفي إطار الفضاء العربي والإسلامي، يُقَرُّ محمد بن علي الفاروقي الحنفي التّهانوي، في مُعجمه الشهير «كشاف اصطلاحات الفنون والعلوم»، بأنّ الدّين بالكسر والسكون في اللغة «يُطلق على العادة والسيره والحساب والقهر والقضاء والحكم والطاعة والحال والجزاء»^٢ ويواصل التهانوي بالقول إنه «وَضَع إلهي سائق لذوي العقول باختيارهم إياه إلى الصّلاح في الحال والفلاح في المآل، وهذا يشمل العقائد والأعمال، ويُطلق على ملة كل نبي، وقد يخصّ بالإسلام كما في قوله تعالى: ﴿إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ﴾. (سورة آل عمران، الآية ٨٥) ويُضَاف إلى الله عز وجل لصدوره عنه، وإلى النبي ﷺ، لظهوره منه وإلى الأمة لتدينهم وانقيادهم، ويجيء ما يتعلّق بذلك في لفظ الملة، وفي لفظ الشرع»^٤

وحينما يتعلّق الأمر بالعصر الحديث والمعاصر، فإننا أمام قراءات وتأويلات مُتعددة للمسألة الدينية، إذ وعلى الرغم من سعي بعض المفكرين إلى تأكيد مطلبيّة علاقة الفصل بين الدين في علاقته بالعلم والحياة بما في ذلك العلاقة بالصحة،^٥ إلا أن حضور الدين في

لا مُشاحّة في القول؛ بأنّ الأديان مُلازمة للوجود البشري، بحكم ارتباطها بالإنسان في جميع الأوقات، الأمكنة والمجتمعات، فالإنسان كائن ميتافيزيقي Homo Metaphysicus على حدّ تعبير الفيلسوف الألماني آرثر شوبنهاور (١٧٨٨ - ١٨٦٠) Arthur Schopenhauer^١ وفي ذلك إحالة إلى سمة التفكير التي جُبل عليها الإنسان، والتي يسعى من خلالها إلى معرفة المجاهيل، حينما يتساءل عن ما وراء الظواهر المادية وعن حقائق الكون والوجود والمصير... ولعل في أسئلة الطفل الصغير المثال البارز، حينما يُجابه الكون بأسئلة عادة ما تُحيل إلى الدهشة والانبهار.

وتعزو أهمية الدين Religion، إلى كونه رباطاً، وفي ذلك إحالة إلى معناه الدلالي الأول، كما يُشير بذلك الجذر اللاتيني Ligare، الذي يعني الرباط، أما البادئة أو حرف الاستهلال Re، فيُحيل إلى المعاودة، فيصير المعنى رباطاً ثانياً، أو رباطاً موثقاً ووثيقاً، فيصير الدين بهذا المعنى ربطاً ووصل ما تم قطعه وفصله.^٢



إنها شعور ونفسية بوجود دافعية أي طاقة دافعة تستجيب لحافزية أي جملة من المثيرات، عادة ما تمتح فاعليتها من قناعات فلسفية أو دينية، أو بحكم ميزات يتسم بها الفرد نتيجة قدرته على التكيف مع الوقائع، وفي الغالب تنهاهي الطاقة الروحية مع الإحساس والسلوك الايجابي، بمقابل طاقة سلبية تجعل الفرد رهينا للملل والاكئاب والانفعالية، علما أن الطاقة السلبية نتيجة حتمية لأفكار سلبية تستوطن العقل والنفس، وتكون نتيجتها وآثارها سلبية على الشخص ومُحيطه.^٧

إن الطاقة الروحية ملكة أو جيلة يمتحها الفرد من تنشئته أو بحكم ظروف مُحيطه، أو قناعات اكتسبها من مُحيطه الأسري والاجتماعي، أو نتيجة مُطالعاته، أو بحكم قناعات دينية، وفي

الفضاء الاجتماعي العام يبدو جليا، خصوصا في لحظات الأزمات، أو بوصفه ملمحا هوياتيا على الصعيدين الفردي والاجتماعي، إذ وبحسب تعبير المفكر والصحفي الفرنسي أندري مالرو André Mal- (١٩٠١ - ١٩٧٦) raux، إننا أمام عصر يُوصف بأنه ديني بامتياز، أي أن سمة هذا القرن تتحدد في كونه دينيا، بحكم ثقل المقاربة الدينية، وحضورها المستمر - دحضا أو تصديقا- في المشهدين الفكري والاجتماعي.^٦

الطاقة الروحية: المعنى والسّمت:

تُعبّر الطاقة الروحية عن القدرة والمُكنة الداخلية والعميقة في ذات الإنسان، والتي تُؤهله للفعل ومن ثمة الايجابية،

في صيغته التجريبية، بِحُكم الطبيعة المعرفية للطاقة الروحية البارزة من خلال عُسْر التصنيف وصعوبة قياس نسبة التحقق. فإذا كانت العلوم الطبيعية تركز على المحسوس، فإن العلوم الروحية أو علم الروح مبحث ميتافيزيقي صِرْف، يهدف بالأساس إلى مقصدية تحرير الروح بِغرض فَهْمِهَا وإدراك كُنْهَها.^٩

في العلاقة بين الدين والصحة:

علاقة الدين بالصحة، في شكلها الأعمق والواسع تُحيل إلى العلاقة بين الدين والعلم، في إطار الإقرار بالاختلاف والتمايز من جهة، على اعتبار أن لكل موضوعه ومنهجه؛ فالدين قائم على التصديق والإيمان بالغيب، في حين تتأسس المعرفة العلمية على الموضوعية والقابلية للتحقق. وفي مقام ثانٍ في ضوء التقاطع والتواصل من جهةٍ أخرى، بناءً على سياقات مُحددة كان العلم يسير جنباً إلى جنب مع الدين، في إطار الموسوعية التي تجعل من حضور المعرفتين العلمية والدينية أمراً وارداً. في هذا الإطار، يُلخص ديكسون توماس (Dixon Thomas)، التشابك العلائقي بين العلم والدين بقوله: «..من محاكمة

كل الأحوال؛ يرتبط هذا المجال في عُمومه بالغموض والعُسْر، بِحُكم السمة الميتافيزيقية التي تعتريه، إذ يصعب على سبيل المثال لا الحصر، إيجاد تعريف مانع جامع للروح أو للطاقة الروحية، كما يصعب وصفها، وكذا تحديد مكان تواجدها في الذات، فهي دون شكل أو وزن، الأمر الذي يُؤسس لصعوبة في تفسيرها وتصنيفها.^٨ وهو مَا يُثَبِّتُه قوله عز وجل: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾. (سورة الإسراء، الآية ٨٥).

إن الحديث عن الطاقة الروحية في هذا المقام، لا يُحيل إلى معنى الكهنوتية، أو التمايم والطلاسم والتعاويد، ولا يعني استغراقاً في الإغواء والدجل، بقدر اعتباره محاولة علمية للفهم، تتأسس على المنهج العلمي، بطريقة تُؤسس للمواءمة والتماهي بين المعرفة العلمية المؤسسة على الملاحظة والتجربة والقياس إلى جوار المعرفة الميتافيزيقية المؤسسة على الاعتقاد والإيمان؛ في ضوء سعي حثيث لتوظيف منهج الاستدلال القائم على مفصلية الحجة والبرهان. أخذاً بعين الاعتبار وجود مَشَقَّةٍ وصُعوبةٍ بالغةٍ في تطبيق المنهج العلمي

جاليليو في القرن السابع عشر في روما، إلى النضالات الأمريكية الحديثة على أحدث شكل من مناهضة التطور، والمعروف باسم «التصميم الذكي»، تعددت وتنوعت العلاقات بين العلم والدين، لتصل إلى أكثر مما تراه العين، وبالتأكيد إلى أكثر من مجرد صراع. إن الرواد البارزين في العلوم الحديثة المبتكرة على غرار إسحاق نيوتن وروبرت بويل.. رأوا أعمالهم جزءاً مفصلياً من عمل المؤسسة الدينية، التي تركز هدفها الرئيس لفهم خلق الله. غاليليو أيضاً رأى بأن الدين والعلم يعملان في اتساق وانسجام، والشيء نفسه المتجسد بوصفه هدفاً للتعاون بين العلم والدين قد تم تأييده من لدن يهود، مسيحيين ومسلمين في العالم الحديث.¹⁰

لقد كان التمهيد السابق مُهماً، لتحديد نمط العلاقة بين الصحة والدين، على اعتبار أن الصحة في جوهرها الرئيس مظهر علمي بالأساس، لكنها بالمقابل لم تدرأ حضور الدين في أشكاله وتأثيراته المختلفة والمتباينة، بل أنها في حالات كثيرة تستفيد من فاعلية الدين للدعوة إلى توطيد أركان عيش صحي رصين من خلال ترشيد السلوك، بدءاً بأداب

الأكل والشرب الذي يجمع بين انسجام الضوابط الصحية والأخلاقية، وصولاً إلى الدعوة لتفادي ودرء ما يضر النفس والجسد، على غرار تعاطي الكحول والمخدرات ووصولاً إلى الانتحار، لذلك أدركت الأديان أهمية الصحة بوصفها تحقيقاً للسلامة الجسدية والنفسية، ومن ثمة تفادي الأمراض والأوبئة، وما يَنجُم عنها من تأثيرات سلبية.

هذا، وينبغي الإقرار بأن لكل دين طريقته الخاصة في النظر للمرض والتعامل معه، كما تتعدد التصورات داخل الدين الواحد، في إحالة إلى من يشرح المرض بطريقة علمية تتماهى مع الموضوعية، من خلال البحث والتجريب، ومن يراه من زاوية أخلاقية أو ميتافيزيقية بنبرة التعدد، فيبدو المرض وفق هذا التصور عقاباً؛ استجابة لدعوة أو تأكيداً لبلاء نتيجة الاستغراق في الرزايا والخطايا. في هذا الإطار تتمظهر هذه العلاقة من خلال ثنائيات مُتعددة، تتبدى في علاقة الجسد بالروح، المرض بالسلامة، الوظيفي بالروحاني، والعلم بالإيمان.¹¹

إن العودة المتأنية للتاريخ، تُثبت الانخراط المتقدم للمؤسسات الدينية في تسيير الشأن الصحي؛ حيث ارتبط



الدين بالصحة منذ الحضارات الشرقية القديمة، على غرار الحضارة الشرقية القديمة: البابلية، المصرية، الهندية والصينية، وُصولاً إلى لحظة أسكليبيوس Asclepius، إله الطب في الديانة والأساطير اليونانية القديمة، المشهور بعصاه التي يلتف حولها الثعبان (The Rod of Asclepius)، والتي تُعد إلى اليوم رمزا عالميا للطب والمداواة.^{١٢} إن تاريخ المستشفيات يُعبر بوضوح عن العلاقة الوطيدة بين الدين والصحة، لقد كانت المعابد اليونانية ملاذا للمقعدين والعجزة، وفي القرن الرابع، بحسب ما يُرجح، تم تأسيس أول مُستشفى مسيحي من طرف القديس باسيل القيصري (٣٣٠ - ٣٧٩)

الدين بالصحة منذ الحضارات الشرقية القديمة، وفي السياق نفسه، يُشير الطبيب والباحث في تاريخ الطب الأمريكي هارولد جي كونيغ (Harold G. Koenig)، أن بناء المستشفيات الأولى في الغرب تم من قِبَل مُنظمات دينية، وأنه ولِمئات السنين كان أغلب الأطباء رجال دين؛ يجمعون بين الدراية الدينية والمعرفة الصحية، وكان الترخيص لمزاولة مهنة الطب مُقتصرا على المؤسسات الدينية؛ على غرار ما كان مُلاحظا في القرون الوسطى وفي زمن المستعمرات الأمريكية ((Thirteen Colonies)).^{١٣} أما في الفضاء الإسلامي، فقد كانت الكلمة الفارسية «بيبارستان» المُستلة من بيبار: مريض وستان: مكان، تُحيل إلى

الدين بالصحة منذ الحضارات الشرقية القديمة، على غرار الحضارة الشرقية القديمة: البابلية، المصرية، الهندية والصينية، وُصولاً إلى لحظة أسكليبيوس Asclepius، إله الطب في الديانة والأساطير اليونانية القديمة، المشهور بعصاه التي يلتف حولها الثعبان (The Rod of Asclepius)، والتي تُعد إلى اليوم رمزا عالميا للطب والمداواة.^{١٢} إن تاريخ المستشفيات يُعبر بوضوح عن العلاقة الوطيدة بين الدين والصحة، لقد كانت المعابد اليونانية ملاذا للمقعدين والعجزة، وفي القرن الرابع، بحسب ما يُرجح، تم تأسيس أول مُستشفى مسيحي من طرف القديس باسيل القيصري (٣٣٠ - ٣٧٩)

أهمية الطاقة الروحية في ترقية الاهتمام بالصحة

تؤكد الكاتبة البريطانية المختصة في الدين والممارسة الروحية إيفلين أندرهيل (1875-1941) Evelyn Underhill، أن البشر مخلوقات تصنع الرؤية وتُبدع المفاهيم، وليس مجرد كائنات تصنع الأدوات بطريقة إجرائية تتحدد غايتها الوحيدة في التكيف مع المعيش، ثم إن البشر - بحسب توصيف إيفلين أندرهيل - مدفوعون بأهداف لا تتعلق بالكمال الجسدي، أو الاهتمام بالتفوق الفكري فحسب، وإنما بما يُمكن تسميته ب: «الإنجاز الروحي». ومن ثمة فإن الاهتمام الدائم بالروحانيات أو بالطاقة الروحية، بحسب توصيف إيفلين أندرهيل، «لا ينبغي أن يكون أمراً مُفاجئاً لأحد»^{١٥} وعلى الرغم من ذلك، يبدو مُصطلح الروحانية، سواءً بوصفه مفهوماً، أو بحُكم توظيفه في الأدبيات والسرديات الحديثة والمعاصرة، يبدو مفهوماً غامضاً، إذ وعلى الرغم من تلك المقاربات التي تحاول فصله عن الدين وفق مُقاربة تخصصية بِنِيَّةٍ تحاول تجاوز الدين لربطه بعدد المعارف، إلا أن

المستشفى أو محل المريض، ويُشار إلى أن أول نواة للمستشفى تم في عهد الرسول ﷺ وبأمر منه، وذلك حينما مرض الصحابي سعد بن معاذ، حيث أمر الرسول ﷺ أن تُنصب له خيمة لكي تتم مُداواته، وكانت الخيمة لامرأة تُسمى «رُفيدة»، كانت تملك معرفة بعوالم الاستشفاء، الأمر الذي جعلها تُلقب بأول مُمرضة في الإسلام. في حين يُرجح أن أول مُستشفى تم بناؤه ضمن الفضاء الإسلامي، كان في دمشق في القرن الثامن الميلادي، وذلك في عهد الخليفة الأموي أبو الوليد بن عبد الملك (50-96 هـ)، وقد كان مُخصصاً بشكل رئيس لمعالجة مرض الجذام.^{١٦} هذا، مع الإشارة إلى أن تاريخ الطب الإسلامي، خصوصاً في مرحلة التأسيس، ثري بثلة من العلماء والأطباء اتسموا بالموسوعية بحُكم جمعهم لأكثر من علم، على غرار المعرفة بالدين والصحة، ومثال ذلك الطبيب المُخضرم الحارث بن كلدة الملقب ب: «طبيب العرب»، إضافة إلى أبي يوسف الكندي (805-873م)، أبي القاسم الزهراوي (936-1013م)، أبي علي الحسين بن سينا (980-1037م)، ابن النفيس الدمشقي (1213-1288م)،... وغيرهم.

ذلك لم يدرأ مُحايثته للمسألة الدينية، بِحُكم جذوره الدينية، وأيضاً باعتباره حالة إيمانية ترتبط بالغيب بشكل أو بآخر. لذلك يُمكن القول؛ إن الاهتمام بالروحانية يُعد موقفاً تجاه النزعة الفردية المتطرفة، أو حتى تلك التي تحقق الحياة الفردية بحجة سطوة المجتمع. إنها موقف ذاتي يجعل الفرد مُؤمناً بِجِدارة ملكاته الداخلية وقدراته الباطنية على مُواجهة الصعاب، كما أنها في الوقت عينه فلسفة حياة، إذ أن الحياة المبنية على الروحانية غالباً ما تُفضي إلى تطوير وتعزيز الياقة البدنية والنفسية للفرد، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على صحته.

في السياق نَفْسِه، تُعبر الطاقة الروحية عن إرادة فعّالة لا تَنضب، بِحُكم قابليتها للانبعاث والتجدد المستمر، فهي تُحيل في مقام أولٍ إلى مؤشر الصحة النفسية، بِحُكم السعة التي يحوزها الفرد في تحمل الضغوط، والتكيف مع الوقائع، مع السعي الحثيث للتعامل بِحكمة وأناة مع مُعضلات الحياة.^{١٦} وما دام الأمر مُرتبطاً في مقام أول بالصحة النفسية، حينها ينسجم الفرد مع ذاته، بامتلاكه قدرة مُرضية على الفعل والتأثير في مجريات الحياة، وكذا

القدرة على التكيف مع هُوم الحياة ومصائبها. وإجمالاً؛ فإن الطاقة الروحية تجد حضورها الأبرز في ضوء سلامة نفسية، تبرز من خلال جُملة من الأخلاقيات التي تجد حضورها في السلوك القويم، أي في سُلوك القوة والشجاعة، في الصبر، قُوّة الإرادة، وكذا في التفاؤل واليقين، وكذا الإيمان بالقدر خيره وشره؛ ذلك ما يُشير إليه الرسول الكريم ﷺ في الحديث الشريف الذي رواه مُسلم، بقوله: «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.»

إن السّمة الروحية للطاقة في هذا المقام، تُحيل إلى معين لا ينضب من الدافعية والحافزية، دافعية مصدرها الذات، وحافزية تتعلق بِبواعث ومُسوغاتٍ إيجابية تجد صداها في تلك الحُكم، القصص والنماذج البشرية التي تُعبر عن منارات يجتذي بها الإنسان، إذ ثمة العشرات بل المئات من القصص والحكايا لأشخاص جابهوا المرض، ومُخلفاته من وجع ومسار مُضنٍ لطلب الشفاء بإرادة صلبة وعزيمة لا تعرف الانطفاء، وفي هذا السياق يُمكن إدراك

الدور المفصلي الذي يُؤسِّس له الدعاء في استجلاب الطاقة الروحية، سواءً حين الصلاة بوصفها عبادة ودعاءً؛ تتماهى فيها أقوال وأفعال معلومة ومُحْصِوْصَة، تبدأ بالتكبير وتنتهي بالتسليم، أو بوصفه طلباً، تضرعا وابتهاًلاً.

بيد أنه، ولدَء التواكل، ينبغي التنبيه إلى أنه لا يَسْتَقِيم فعل دَعَا يَدْعُو دُعَاءً، ما لم يسبقه فعل أعد يُعدُّ إعدادًا، بمعنى أن الطاقة الروحية لوحدها -رغم أهميتها- غير كافية، إن لم يتم إسنادها بالأسباب والسُنن الكونية، فمجاهمة المرض تكون بالإرادة، قدرة التحمل والنفس الطويل، ولكنها مقرونة أيضا بالذهاب للطبيب لتشخيص الداء بغرض معرفة الدواء.

إن الإحالة إلى أهمية الطاقة الروحية، لا يعني البتة درء العقل، حيث أن التفكير خاصة إنسانية بامتياز، في إحالة إلى مجمل الوظائف والعمليات الذهنية المُجردة التي تجد حُضورها عبر السلوك البشري،^{١٧} لذلك تَدْعِم الطاقة الروحية مع سمة التكريم التي يُحْطَى بها الإنسان، الذي فضَّله الله تعالى وكرَّمه بالعقل ومملكة التفكير ليكون جديراً بتحمُّل المسؤولية المقرونة بحريته ضمن إطار

منظومة الحقوق والواجبات، ليكون الهدف الأخير جدارة في نيل واستحقاق التكريم الإلهي.

إن حُضور العقل، المعبر عن جُملة القناعات المؤسسة للوعي، يُعبر عن السمة التي تجعل من الروح خاصية إنسانية بامتياز. فالقلب الذي يَسْكُنُه الإيمان بحاجة ماسة إلى عقل حَصيف يوطد الأركان الرئيسة للاعتقاد، من حيث المعرفة بالمقاصد والغايات. وفي الوقت نفسه، إن الإقرار بربط سيادة العقل بدرء الإيمان يُعد مجانبية لما ينبغي أن تكون عليه الأفكار والأشياء، نظراً لفائدة الإيمان؛ بوصفه طاقة روحية في تذليل المشاق والعوائق، وكذا بِحُكم فائدته الجمة في تشكيل عقل نوعي متحفز لتجسيد الأهداف والغايات، وكذا ضرورته البالغة حينها يتعلق الأمر بتقوية العزيمة، لغاية تهذيب النفس.

وفي السياق نفسه، إن الإحالة إلى الطاقة الروحية في معناها العميق والمؤسس، يعني بالضرورة اعترافاً بِحُضور وأهمية الجسد، فالإنسان حَصيلة مُماهة بين روح وجسد، مما يجعل منه محلوقاً يَنُوس بين محوري الملائكية والشيطانية، فالروح تُحيل إلى الرحمة والمصير، بالمقابل يتشابك الجسد بالوجود المادي في الحياة

والمأكل والمشرب. ولأن تاريخ الإنسان في عمقه صراع بين منطقتين، منطقتي الشبيبة ومنطق التجرد، فإنه لا مجال للحديث عن الطاقة الروحية في هذا المقام، دون قدرة على الضبط والاعتدال، بغرض الوصول إلى لحظة الإيوان؛ التي تصير معها النفس مطمئنة، ويُسمي معها الجسد متعالياً سامقاً مالكا للقدرة على المجابهة والتحدي، على الكره مما قد يُصيبه من عِلل وأسقام،^{١٨} لتكون المُحصلة في هذا المقام سعياً حثيثاً لتحصيل المواءمة بين صحة الأبدان وصحة الأنفس، بُغية الوصول إلى مرتبة التقوى بحسب تصور أبي الوليد ابن رشد (١١٢٦-١١٩٨).^{١٩}

كما ينبغي الإقرار بضرورة الرياضة، في سمتها الروحية والجسدية، فالإيوان نمط رئيس للرياضة الروحية يتعود من خلاله المؤمن على تأدية واجباته الدينية، بما في ذلك واجب المحافظة على صحته، في هذا المقام يُمكن الحديث عن مرتبة «النيرفانا» في الفلسفة البوذية؛ باعتبارها خلاصاً وتجلياً روحياً، وطمأنينة وسكينة تامة؛ تُفضي إلى الانعتاق؛ ومن ثمة تجاوز مُختلف المشاعر السلبية من قلق واكتئاب، مع حيازة قدرة كبيرة وخارقة على تحمُّل الأوجاع، الشدائد

والمحن.^{٢٠}

وفي السياق نفسه، تتبدى الأهمية البالغة للرياضة البدنية في حالة الإمكان، إذ لا مجال للحفاظ على صحة الإنسان التي تُعد ثروة حقيقية دون ممارسة دورية للتمارين الرياضية، حيث يُفضي ذلك إلى تقوية أداء القلب، زيادة المناعة، حرق دهون الجسم، الحفاظ على الرشاقة والقوة، هذا إضافة إلى الانعكاس الايجابي على مزاج الإنسان ونفسية، زيادة على أهميتها البالغة في تجذير وتعميق الطاقة الروحية التي تُعد مصدراً رئيساً للإصرار والعزيمة المرتبط بالخيرية؛ التي تعلق بالسمو الأخلاقي والقوة الجسدية على حد سواء؛ أخذاً بعين الاعتبار العلاقة الوطيدة بين الدين والصحة، ليس بوصفها وسيلتين مفصليتين لفهم الإنسان والعالم فحسب، وإنما لقدرتهما على التأثير البالغ والبلغ في إحداث صياغة جديدة للإنسان على الصعيد الجسمي، الروحي، الأخلاقي، الثقافي والاجتماعي، هذا إضافة إلى الدور المنوط بهما حالة انسجامهما الايجابي في محاربة الأزمات النفسية والآفات الاجتماعية،^{٢١} وكذا التعميق الفعّال لقوة الإنسان الجسدية والروحية، الأمر

الذي يُفضي في نهاية المطاف إلى موأمة حقيقية بين القوة والخيرية، أي بين الصحة في الأبدان والأديان.

الطاقة الروحية في مُجابهة المرض واستجلاب الصحة: تمثلات ونباذج:

يُلخِص الطبيب والجراح الفرنسي والأستاذ في الأكاديمية الطبية الفرنسية سورنيا جان شارل (1917 - 2000) Sournia Jean Charles، المُعادلة الطبية بقوله: «يضعُ الفعل الطبي شخصًا باعتباره مريضًا أمام شخص آخر مَشهُود له بالقدرة والمعرفة. ولا تفلت وحدة من هذه المواقف من قبضة التاريخ؛ الرغبة في الشفاء مدفوعة بوجود ألم، أو وجود عيب ما في المظهر أو في وظيفته من وظائف الجسم يُختلف تقديرها باختلاف المراحل التاريخية والثقافات والمجتمعات والأديان.»^{٢٢} ويواصل جان شارل قوله: «أما علاج المرضى فيعتمد على تلك النظرة الخاصة للعالم المحيط بنا، وعلى المكان الذي يعيش فيه الإنسان، وكذلك على إمكان التأثير في المصير، وبالتالي على طُمُوح الإنسان في التغلب على الموت باعتباره موضوعاً أساسياً للقلق، ويُعد سيزيف (Sisyphé)، الطبيبُ الأول الذي

استطاع أن يخدع الموت بإعادته الإنسان الخالد؛ لذا فقد عُوقب بقسوة.»^{٢٣} إن الرغبة في شفاء المريض، تُجاورها على الدوام رغبة في فهم مُختلف العلاقات والمؤشرات والميسرات والعوائق المرتبطة بطمُوح إيقاف الألم، ومن ثمة التغلب على الموت على حد تعبير الطبيب والجراح الفرنسي سورنيا جان شارل، ولن يتأتى ذلك دون استقصاء الطُرق المفضية للشفاء. ضمن هذا السياق؛ خُصصت مجلة «صحة الإنسان» (La Sante de L'homme)، الصادرة عن المعهد الفرنسي للوقاية والتعليم الصحي (INPES)، عددها رقم ٤٠٦، لشهري مارس، أبريل ٢٠١٠، لموضوع: «الدين والصحة»، وذلك من خلال طرح سؤال مركزي، توسط غلاف المجلة بالبنط العريض، مفاده: ما هي روابط الدين بالصحة؟ لقد احتوت المجلة مقالات مُتفردة، تناولت العلاقة بين الدين والصحة من زوايا مُتعددة، وبالخصوص جُزئية فاعلية الطاقة الروحية وتأثيرها الإيجابي على الصحة. ففي مقال كتبه عالم الاجتماع الفرنسي، ومُستشار ترقية الصحة إيريك لوغرون Eric le Grand، بعنوان: «الانتهاء الديني والروحانية



والقدرة على التعامل مع مشاكل صحية مُزمنة، على غرار الضغط الدموي، مرض السكري أو السرطان. وفي السياق نفسه، أقر إيريك لوغرون، أن الروحانيات، على غرار المكونات المختلفة للدعم الصحي والاجتماعي، قادرة على تحقيق التأثير بطريقة فعّالة، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على الصحة الجسدية، النفسية والعقلية، ومن ثمة القدرة على التعامل مع مختلف أشكال القلق، الحزن والاكتئاب.

وفي السياق نفسه، قدّم الطبيب الفرنسي والمختص في الرعاية الاستشفائية ستيفان تيسيبي (Stehane Tessier)، دراسة تطبيقية تمت في البرازيل، عن الطرق الاستشفائية التي تعتمد على الطاقة

والصحة في كيبك،» أثبت إيريك لوغرون أن للطاقة الروحية أثراً إيجابياً على حالة الصحة البدنية، العقلية والنفسية للأفراد، وتكثُر فاعليتها الرئيسية في القدرة على التعامل مع القلق بوصفه سبباً دافعاً للأمراض، وعائقاً رئيساً للشفاء. وذلك من خلال دراسة ميدانية اعتمدت في مقام أول على مفصلية اللقاءات والاستبيانات؛ حيث بيّن استبيان خاص بتأثير الطاقة الروحية على الإنسان، أن أكثر من ٦٩٪ من سكان كيبك (كندا) الذين شملهم الاستطلاع، يعتبرون أن قيمهم الروحية لها تأثير إيجابي على حالتهم الصحية الجسدية والنفسية والعقلية؛ إذ تم إبراز وجود روابط بين الطاقة الروحية

الروحية، مُعتمداً في ذلك على جهود الحركة الدينية «الروحانية» (Spirite)، والتي تُركز جهودها على تفعيل الطاقة الروحية لدى المرضى، ولأن هذه الحركة الدينية- الطبية أثبتت فاعليتها، فقد تم تفعيل نشاطها في عددٍ كبيرٍ من المستشفيات وهياكل الرعاية الصحية، الأمر الذي جعلها واحدة من الحركات الاجتماعية البرازيلية ذات الفاعلية والحضور المتميز.

ولتفعيل دراسته، قدم ستيفان تيسيبي استبياناً، بغرض فهم وإدراك فاعلية الطاقة الروحية في ترقية وتطوير الصحة، وإسنادها بدراسة كمية تتأسس على الإحصاءات، عبر إجابة المُبحوثين عن الأسئلة التالية: «بالنسبة لك، هل الحياة الروحية (أي المعتقدات أو الممارسات التي تتعلق بالنفس أو الروح) مهمة جداً، أو مهمة إلى حد ما، أو ليست مهمة جداً، أو ليست مهمة على الإطلاق؟. وهل تعتقد أن قيمك الروحية لها تأثير إيجابي على حالتك الصحية؛ الجسدية، النفسية والعقلية؟»^{٢٤}

وقد توصل ستيفان تيسيبي إلى نتيجة مفادها؛ أن الأشخاص الذين يقولون إنهم لا ينتمون إلى أي دين هم أكثر

عرضة للضيق النفسي، من أولئك الذين يُقرون بانتائمهم لدينٍ مُعين. كما توصل إلى نتيجة أخرى تمحورت في ضرورة تجديد وتحيين هذا النوع من الاستقصاء، من أجل قياس تطورات هذا الارتباط، وذلك بحكم التأثير الفعّال لعنصري الزمان والمكان.^{٢٥}

في هذا الإطار، لا نجد بُدّاً إلا من الحديث عن صُورٍ لمّاعةٍ لأطباء ورجال دين ومُتطوعين، فَعَلُوا بجهودهم النيرة والخالدة مجال الصحة بجعله يَنضح بالإنسانية والقيّمية المؤسّسة على محورية الإنسان وأهميته سلامته الجسدية والنفسية؛ بوصفه المنطلق والمقصد من إعمار الأرض. في هذا المقام تتزاحم الصور والأسماء، أي تلك النماذج والحالات البهية التي قدمت خدمات جليّة للمرضى والموجودين بغرض تخفيف معاناتهم وآلامهم، وبغرض ترقية وتعميق وتوسيع الطاقة الروحية بوصفها واحدة من المُكنّ المبدئية والمفصلية للاهتمام بصحة الإنسان.

في هذا المقام، تتجلى وتبرز الإسهامات الجليّة التي قدمها الطبيب الكويتي المعروف «عبد الرحمن السميّط» (١٩٤٧-٢٠١٣) مؤسس جمعية العون المباشر، والملقب ب: «خادم الأيتام»

و«خادم فقراء إفريقيا»، حيث خصَّص نفسه، وقته، ماله وجهده للعمل الخيري، خصوصاً مُعالجة المرضى وضحايا الأوبئة، بِحُكم مهنته بوصفه طبيباً، مُنطلقاً في ذلك من شعوره بالواجب الإنساني، ومن إيمانٍ وتمثُّلٍ حضاري للدين الإسلامي الحنيف.^{٢٦}

وفي السياق نفسه، يتبدى الجهد المتفرد والأثر المتميز للأم تريزا (١٩١٠- ١٩٩٧) Mother Teresa، وهي راهبة كاثوليكية ومُمرضة بالغة الشهرة، حيث تحصلت على جائزة نوبل للسلام سنة ١٩٧٩. لقد قضت الأم تريزا معظم حياتها في مدينة كالكوتا الهندية المعروفة بكثافتها السكانية العالية. وقد عمدت طيلة حياتها على تقديم المساعدة للأطفال المشردين، اليتامى والفقراء، مُعتمدة في ذلك على تكوينها العلمي في الصحة بوصفها مُمرضة، وكذا بِحُكم انتمائها للكاثوليكية، وكونها اكتسبت تجربة في التدريس في مدينة دارجلينغ (Darjeeling)، الواقعة في سفوح جبال الهيمالايا،^{٢٧} الأمر الذي أمدّها بالقدرة على تعزيز وتعميق الطاقة الروحية للمحتاجين من المرضى والمعوزين. في هذا الصدد، تُشير الأم تريزا إلى ضرورة التناسب والانسجام

بين وجود الدواء وتوفر العناية التي تعني طاقة روحية، كما تعني أيضاً مواساة، ومن ثمة قدرة على مُشاركة الألم ومُضاعفة الفرح، وفي ذلك تقول: «إنّ الأشياء التي تؤمّن لنا دُخول السّماء هي أعمال المحبة والكرم التي يجب أن يمتلئ وجودنا بها. إننا لا يُمكن أن نعرف أبداً، كم تُقدم بَسمة مَحَبَّة إلى مريض؟»^{٢٨}

ومادام الأمر مُتعلقاً بحالات عينية وأمثلة ميدانية لطرائق تفعيل الطاقة الروحية على صعيد الممارسة، فإنه وجب التأكيد أن الطاقة الروحية لن تكون لها فاعلية إن كانت مُجرد كلام مُنفصلٍ عن الفعل، وما تسميتها بالطاقة إلا دليلاً على باطنية منشئها. إنها صادرة من الداخل، أي من داخل النفس البشرية لتتجلى خارجها. لذلك، لن تكون لأساليب المواساة وأساليب التحفيز أي صدى، إن لم تجد سندها من داخل الذات المعطوبة، ولنا في هذه الحالة أمثلة تبدأ ولا تكاد تنتهي لأشخاص أدركوا فاعلية الطاقة الروحية، فجعلوها الوسيلة المثلى لمُجابهة القنوط الذي يُؤججه المرض، على غرار حالة البنت الجزائرية سُمية العامري. لقد توفيت سُمية في ١٧ من عمرها، يوم ٢٥ مارس

١٩٩٩، نتيجة مرض سرطان العظام، إذ وعلى الرغم من صغر سنها إلا أنها أبانت عن قدرة مُنقطعة النظر في مجابهة المرض وتحمل آلامه، مُدةً فاقت الثلاث سنوات، سندها في ذلك طاقة روحية فعالة مُؤسّسة على إيمان قوي، وكذا رعاية المحيطين بها، خصوصاً الفريق الطبي الذي رافقها طوال محنتها، بسعي حثيث لدعم إيمانها، إلى جوار مَدِّها بالأدوية ومُسكنات الألم. لقد وجدت سُمية من إيمانها وطاقتها الروحية المعين الأول، في مُجابهة انتكاس الجسد وفتوره بحكم الألم ومُضاعفات الأدوية. وفي الوقت عينه وجدت من الكِتابة أنسب وسيلة للتفريغ والتعبير عن الطاقة الروحية، فقد تركت سُمية دفترها احتوى قصائد ثلاث، خلدت رحلتها في المرض والمداواة؛ في أوراقه أثر بارز للدموع، إلى جوار كلمات مُفعمة بالألم، الإيمان واليقين.

وفي سياق العوالم نفسها، يلجأ عدد من الأطباء للطاقة الروحية في حمولتها الدينية، وذلك لتحفيز مرضاهم على مُجابهة الدروب الوعرة التي يفرضها المرض، خصوصاً في صيغته العسيرة، هنا أستذكر حالة مغاربي مُسلم كان بصدد القيام بعملية جراحية دقيقة على

قلبه في إحدى العيادات المتخصصة في باريس، قبل ليلة العملية طلب منه الجراح، وكان من ديانة مُختلفة، أن يتلو آيات من الذكر الحكيم، عملاً بقوله جَلَّ ذِكْرُهُ وَتَقَدَّسَ اسْمُهُ: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾. (سورة الرعد: الآية ٢٨).

هذا، وينبغي الإشارة، إلى وجود أعمال فكرية وأدبية عديدة عاجلت مسألة الطاقة الروحية وعلاقتها بالصحة، ففي مجال الأدب؛ ثمة روايات وسير أبرزت سَطوة المرض والألم بمقابل حضور الطاقة الروحية التي تُفضي إلى تعزيز عمل الإرادة والعزيمة في مجابهة الوجد، أتحدث على سبيل المثال لا الحصر عن رواية «حمامة زرقاء في السحب» للروائي السوري حنا مينة (١٩٢٤ - ٢٠١٨)، إضافة إلى سيرة «يوميات الوجد» للأديب وعالم الاجتماع الجزائري عمار بلحسن (١٩٥٣ - ١٩٩٣). وفي

السياق نفسه؛ ثمة أدباء جمعوا بين التكوين في مجال الطب وبين هواية الأدب، فجاءت بعض أعمالهم مُبرزة لهذه العوالم في علميتها وروحانيتها على غرار الأديبة المغربية فاتحة مُرشيد، الأديب السوداني المقيم في الدوحة أمير تاج السر، إضافة إلى الأديب المصري

أحمد خالد توفيق (١٩٦٢-٢٠١٨).

خاتمة:

تم التوصل من خلال هذه الورقة البحثية إلى النتائج المعرفية التالية:
أولاً: من الواجب الانتباه إلى الدور المفصلي للدين بوصفه مُحركاً وبأثراً ومُحفزاً على النشاط والفاعلية، لتكون الطاقة الروحية، خارج منطِق الحسابات والغائيات الفجّة، دافعاً للخيرية والقوة، حيث ترتبط الخيرية بالمجال القيمي الذي يُعطي للإنسان سمته الأدمية بحُكم سلوكه وعقله، في حين تتعلق القوة بالإرادة ذات الحضور النفسي، كما تتعلق أيضاً بالقوة الجسدية، التي يتم تحصيلها في حالة القدرة بممارسة الرياضة، التي لم تعد وسيلة ترفيهية فحسب، بل أضحت ضرورة حياتية وواجباً دينياً لتقوية الجسم وتقويم النفس.

ثانياً: لا يعني الاهتمام بدور الطاقة الروحية في ترقية الصحة، استغناءً عن البحث العلمي في مجال الطب، أو تجاوزاً للعلاج، أو مُراجعة لدور الطبيب، بل على العكس من ذلك تماماً، إنها تسير جنباً إلى جنب مع السببية التي

تُؤدّي من خلال فاعلية الطبيب ودور المستشفى، كما أنها في الوقت عينه؛ مُرتبطة بالتطور العلمي الذي يُعطي ضماناً للمريض وهيئات الصحة قاطبة، أن العلماء والباحثين قد فعلوا كل ما بوسعهم لأجل توفير العلاج، ومن ثمة التخفيف من الأوجاع. وفي الوقت نفسه؛ إنها لا تعني اللوج إلى عوالم الخرافة والدجل والشعوذة، فالطاقة الروحية لا تعني ما يُقدمه بعض الروحانيين من أعمال وسلوكيات أقرب إلى الخداع والإدعاء والهتّر، على غرار التشدق بمداواة كل الأمراض، بما في ذلك المستعصية منها، وكذا الحالات النفسية المتأزمة، وصولاً إلى ادعاء إمكانية التعنيس والتزويج والتطليق.

ثالثاً: إن إيجابية الطاقة الروحية تكمن في تلك الراحة النفسية والطمأنينة الباطنية التي تُفيد المريض والطبيب على حد سواء، كما تمتد فاعليتها إلى المجتمع والمحيط. فما الفائدة من حالات القلق الشديد التي يكون عليها المريض، ومن ثمة أسرته، معارفه ومُرافقوه؟ إذ الحاصل هو العكس تماماً؛ إن لهذه الطاقة الروحية تجليات إيجابية على صحة ونفسية المريض، على الأقل في تجاوز القلق والكآبة. ومثال ذلك المقبل

على عملية جراحية، إذ أن اعتدال المزاج أو بالأحرى الضغط الدموي، ونسبة السكري في الدم والهرومونات والإفراز الغددي؛ تُعد كلها شروطاً رئيسة لإجراء عملية جراحية، وهو الأمر الذي يتوفر بشروط رئيسة تتعلق بالطاقة الروحية، وتتعلق أيضاً بتناول الأدوية ونوعية الغذاء.. إلى غير ذلك من العوامل والمؤثرات.

أخيراً وليس آخراً: إن للطاقة الروحية علاقة وطيدة بالدين؛ بوصفه المنطلق الرئيس لقناعات وسلوك عدد كبير من الأفراد والمجتمعات؛ في هذا الإطار سيكون من السهولة إدراك أثر الدين، ومن ثمة معرفة الأثر الإيجابي للطاقة الروحية في حياة الأشخاص الأكثر ضِعْفًا وهشاشةً؛ يتعلق الأمر بالمرضى، المقعدين، الضعفاء، أصحاب الاحتياجات الخاصة وكبار السن، حيث أن امتلاك الطاقة الروحية في ضوء مؤشراتها الكامنة في الإيمان، الصبر، العزيمة... كفيل بتحقيق الاستعداد النفسي الضروري في رحلة التكيف أو الشفاء. إنها تَمْتَحُ معينها من قيم الدين وسماحته وتجسيدات الأخلاقية والحضارية، فالمدونة الأخلاقية التي يرفل بها الدين واضحة المعالم، والتي تدعو إلى الإيمان بالقدر خيره وشره، كما تدعو إلى الاعتصام بحبل الله، وإلى القوة والصبر، ودرء القلق والابتعاد عن الغضب، إضافة إلى التحلي بالخلال النبيلة والحصل الفاضلة؛ إن هذه المدونة القيّمية تُعَبِّرُ في عمقها عن طاقة روحية، هي في حقيقة الأمر طاقة شفائية تلتزم بالأسباب في مقام أول، تَحْتُّ على الصبر والتفاؤل، وفي الوقت عينه تجعل من الموت والحياة مَشِيئة إلهية في مقام أول.



مراجع وإحالات:

- 1- Momme von Sydow, From Darwinian Metaphysics Towards Understanding the Evolution of Evolutionary Mechanisms, Universitätsverlag Göttingen Press, Germany, 2012, P 428.
- 2- Harold Koenig, Handbook of Religion and Mental Health, Academic Press, San Diego, California, USA, 1998, P 70.
- ٣- التهانوي محمد بن علي الفاروقي الحنفي، كشاف اصطلاحات الفنون والعلوم، ج ١، تق: رفيق العجم، تح: علي دحروج، تع: عبد الله الخالدي، منشورات مكتبة لبنان ناشرون، بيروت، ط١، ١٩٩٦، ص ٨١٤.
- ٤- التهانوي، المرجع نفسه، الصفحة نفسها.
- 5- Harold Koenig, Is Religion is a Good for Your Health?: The Effect of Religion on Physical and Mental Health, Routledge, London & New York, , 2008, P 23.
- 6- Aubert Raphaël, Malraux ou la Lutte avec l'Ange: Art, Histoire et Religion, Edition Labor et Fides, Genève, SUISSE, 2001, P 11.
- ٧- الصادق محمد عبد الفتاح، الطاقة الايجابية مفتاح نجاحك، منشورات وكالة الصحافة العربية ناشرون، القاهرة، ٢٠١٨، ص ٧٠.
- ٨- رضوان محمود عبد الفتاح، الطاقة الروحية وأسرار النفس البشرية، منشورات المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة، ٢٠١٣، ص ١٢.
- 9- Kirpal Singh, Spirituality; What it is?, Ruhani Satsang, USA, 2005, P 65.
- 10- Dixon Thomas, Science and Religion: A Very Short Introduction, Oxford University Press, Oxford, UK, 2008, P 02.
- 11- Azria Regine & Hervieu Leger Daniele, Dictionnaire des Faits Religieux, Presses Universitaires de France, Paris, 2010, P 1126.
- 12- Mishra K.M, History and Philosophy of Medicine, Blue Rose Publishers, New Delhi London, 2021, P 03.
- 13- Harold G. Koenig, Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications, In, International Scholarly Research Network, ISRN Psychiatry, Published online Dec 2012.
- ١٤- مرجونة إبراهيم محمد علي، دراسات سياسية وحضارية في المشرق الإسلامي، منشورات دار التعليم الجامعي، الإسكندرية، ٢٠٢٠، ص ٤٩.

- 15- Sheldrake Philip, A Brief History of Spirituality, Black well Publishing, Malden, USA, 2007, P P 01, 02.
- 16- Singer A Micheal, The Untethered Soul, New Harbinger Publication, Noetic Books, Institute of Noetic Sciences, Oakland, USA, 2007, P 81.
- 17- Morfaux L. M, Vocabulaire de la Philosophie et des Sciences Humaines, Armand Colin, Paris, 1980, P 264.
- 18- Sethi Mohini & Jain, Barkha. Fasting and Feasting, New Age International Publishers, New Delhi, 2000, P 82.
- ١٩- ابن رشد أبو الوليد. فصل المقال فيما بين الحكمة والشريعة من الاتصال، تح: محمد عمارة، القاهرة: دار المعارف، ط٣، ١٩٩٩، ص ٦١.
- 20- Nhat Thich & Thien Duc Thich. Buddhist Approach to Global Leadership and Shared Responsibilities for Sustainable Societies, Religious Publishing House, Hanoi, Vietnam, 2019, P 395.
- 21- Alpert T Rebecca Rrligion and Sport, Columbia University Press, New York, 2015, P 03.
- ٢٢- سورنيا جان شارل، تاريخ الطب: من فن المداواة إلى علم التشخيص، تر: إبراهيم البجلاتي، منشورات عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، ٢٠٠٢، ص ٢٠٢.
- ٢٣- المرجع السابق نفسه، الصفحة نفسها.
- 24- Stéphane Tessier, Regard sur certaines pratiques de soins au Brésil : que peut faire l'éducateur pour la santé? In, La Sante de L'homme, L'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), Saint-Denis, France, 2010, P 33.
- 25- Ibid.
- ٢٦- النمرهدى عبد الرحمن، إضاءات على طريق بناء الذات، منشورات دار المعرفة، القاهرة، ٢٠١٩، ص ٢٦.
- 27- Ritter R Christie, Mother Teresa: Humanitarian Advocate for the Poor, ABDO Publishers, North Mankato, Minnesota, USA, 2011, P 07.
- 28- Mother Teresa, No Greater Love, New World Library, Novato, California, USA, 2010, P 45.

التوازن النفسي وأثره في تزكية الإنسان من منظور القرآن الكريم

د. جميلة نور الدين بلعودة*١



د. كريمة بولخراس ٢

مقدمة:

الغيب والشهادة. وخلق الله مزودًا بأدوات الوعي والإبصار لبناء النسق النفسي على معطيات العلم والإيمان. وخصه الله بما يؤول أصالةً إليه من العلم، القدرة، الكلام، السمع، البصر والحكمة. وكلف بجوهر الاستخلاف، وابتلاه بالتكليف في ضوء هذه الثنائية الخلقية والمتضادات الكونية التي ستفرز جانبًا فيه، قد يُخل بتوازنه الفكري والنفسي إذا استغنى عن الحق، واستعلى

إذا كان الله مانح الوجود ومصدر الأشياء، ومنع الحقائق. فإنَّ الإنسان في وجوده، لا يخرج عن هذا النسق الكوني. خلقه الله بطبيعة مزدوجة، لا طبيعة ملائكية نورانية، ولا طبيعة حيوانية غير ناطقة. واجتمعت فيه عناصر المادة والروح، وبفضل هذا التمازج أعطي الإنسان كينونة مفارقة وهوية مستقلة. تتشاكل فيه عناصر المخلوقية، وأبعاد

(١*) باحثة في دراسات القرآن والسنة- دكتوراه من الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا.

(٢) أستاذة التعليم العالي، بجامعة وهران 1، الجزائر. قسم أصول الدين.

بنفسه، أو استبد بمواقفه وانحرف عن السبيل القويم. عندها يصبح الهوى قضية مفصلية، توجه مدارات النفس غير الواعية. فتصدر عنها الكثير من التشوّهات النفسية التي تعكر صفو الحياة، وتهدد معطيات الوجود. ويصبح الإنسان نشارًا في منظومة كونية متصالحة مع معطياتها. لهذا يقول الشاطبي: «المقصد الشرعي من وضع الشريعة هو إخراج المكلف من داعية هواه حتى يكون عبدًا لله اختيارًا، كما هو عبد لله اضطرارًا»^(١) مقتضى القول، أن الإنسان ينبغي أن يلتزم الحدود الإلهية المؤطرة للوجود. ويعيد صياغة الحياة، تبعًا لمعطيات التكليف، بما يجعل النفس البشرية في أقصى حالات الاستواء والاستقامة. ذلك أن الله هو البعد الذي يمنح النفس الإنسانية المعنى ويضبط ميزان اعتدالها حتى تكتسب مناعة نفسية وتحقق عناصر تكاملها. ومن ثم، الاستجابة لمقتضيات الحياة الواعية وتطلعاتها السامية.

ومن هنا، تعتبر العبادة المظهر الأرقى للوجود الإنساني، لكونها تجسد رافدًا معنويًا للتطهر والارتقاء نحو المقصد السماوي الأسنى. ذلك أن العمل هو

قوة الدفع في معركة الفضيلة، حتى يصبح الوجود الإنساني ساحةً للمجاهدة وتحديات العقبة. من المهم القول، أن الله خلق النفس سويةً ووضع فيها جميع القوى النازمة لسلامتها الداخلية والخارجية. وهي على مقتضى الفطرة، مهيةً للعروج والترقي الأخلاقي لبلوغ الجنان، ولكن قد تطرأ عليها بعض العوارض التي تفقدها سلامتها وتنحرف بها عن المسار الصحيح، فتفقد توازنها تجاه معطيات التكليف، وقد أشار القرآن إلى هذه المؤثرات التي تعصف بسلامة النفس البشرية، منها داعي الهوى والشهوات، والتأثير الشيطاني والمحيط الخارجي، صدق الله إذ يقول: ﴿قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَىٰ مَا تَصِفُونَ﴾ [يوسف: ١٨]. ذلك أن فقدان التوازن يعتبر مؤثرًا حاسمًا على فقدان الصحة النفسية. والإنسان مطالب باستعادة عافيته النفسية، وسلامته الروحية، وفتح منافذ الوعي للتبصر في عواقب النفس البشرية وبناء المستقبل الواعد، وغم أن القرآن قدّم إضاءات نفسية عميقة، تغذي الأمل بمزيد من الانتصار الأخلاقي، صدق الله إذ يقول: ﴿لَا

تَحْسَبُوهُ شَرًّا لَكُمْ بَلْ هُوَ خَيْرٌ لَكُمْ ﴿النور: ١١﴾، فإنَّ استعادة الطمأنينة للنفس الإنسانية، يقتضي ولادةً جديدةً، واعيةً بأبعاد هذا التوازن المفقود. والخروج من منطق العبثية، والعودة بالذات إلى محراب العبودية. فإذا كانت الصلاة أعلى مراتب العبودية وجوهرها، ومعراجها الروحي، فوحدها قادرةٌ أن تجعل المسلم يحيا بمقاييس الرفعة، ويسالم الحق والخلق، والتخلص من جميع التشوهات الفكرية والقلبية التي تعطل جهاز الوعي عن عمله المثمر، والتحرر من جواذب الأهواء ومقاومة الشهوات الأرضية. وعبر جهود المسلم المستقيمة، تتحدد خطة الإنهاء الجميل لعناصر الصحة النفسية.

وضع القرآن جملةً من الآليات لتحدي جميع العقبات النفسية واستعادة الإنسان عافيته النفسية من خلال مجاهدة النوازع الذاتية وضبط الرغائب الشهوية وتنظيم دوافعها ووضعها على طريق الإنهاء والتزكية، يقول سبحانه: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ [العنكبوت: ٦٩]. وذلك بإعادة تخليق المشاعر والأفكار والأعمال بما ينسجم مع الهدى القرآني. واكتساب

مناعة ذاتية عبر الإيمان ببلوغ ذروة الإطمئنان النفسي، وتحصيل الرضى، والسلامة النفسية. وأقصى درجات الصفاء، عندما تستشرف النفس الحياة الطيبة، يقول عزّ شأنه: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النحل: ٩٧]. ذلك أن الإيمان هو القيمة العليا التي تحفظ الصحة النفسية ويعطي المناعة الذاتية للإنسان. ومن ثم، تنظيف مسارات الطاقة النفسية وحفظ جميع التواترات الداخلية عبر آلية التقوى. ليس هذا فحسب؛ بل يعيد النفس إلى حالة السواء، كلما انخرم توازنها. ويضع حواجزاً تمنع جميع الاهتزازات المدمرة للكياني النفسي (القلق، الاضطراب، الخوف، التوتر). وكلّ ما يهدد سلامته. ويعيق مسارات الترقى والإنهاء التزكوي. هذا ما حملنا على مناقشة موضوع التوازن النفسي وأثره في تزكية الإنسان من منظور القرآن الكريم. نستعرض من خلاله دلالات الميزان وموارده في القرآن الكريم، ثم نعرض على بيان مركزية الصراط المستقيم في تحقيق التوازن النفسي، ونتقل بعدها

إلى إبراز القيم المؤطرة للسلوك المتوازن، وتقديم نموذج عملي نوضح من خلاله كيفية تحقيق التوازن النفسي. ونختم ببيان أثر التوازن النفسي في تركية الإنسان من المنظور القرآني. كما تهدف هذه الدراسة إلى معرفة كيفية تحقيق التوازن النفسي في القرآن الكريم، وأثره في تركية الإنسان، نظرا للأهمية المميزة للموضوع على الصعيد القرآني وعلاقته بالصحة النفسية من جهة أخرى.

أولاً: دلالات الميزان وموارده في القرآن الكريم

أ: الوزن في اللغة: يقول ابن فارس: «الواو والزاء والنون: بناء يدل على تعديل واستقامة، ووزنُ الشيء وزناً، والزنّة قدر وزن الشيء؛ والأصل وزنة، وهذا يوازن ذلك، أي محاذيه، ووزين الرأي: معتدله. وهو راجح الوزن، إذا نسبوه إلى رجاحة الرأي وشدة العقل»^(٢). ومنه فالوزن في اللغة، هو بناء يدل على التعديل والاستقامة. والوزن هو معرفة قدر الشيء، يقول عزّ شأنه: ﴿وَزِنُوا بِالْقِسْطَاسِ الْمُسْتَقِيمِ﴾ [الإسراء: ٣٥]. إشارة إلى مراعاة المعدلة في جميع ما يتحرّاه الإنسان من

الأفعال والأقوال. وأشار إلى المعادن في قوله سبحانه: ﴿أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ مَوْزُونٍ﴾ [الحجر: ١٩]. وقيل: إشارة إلى كل ما أوجده الله وأنه خلقه باعتدال. كما ورد للدلالة على العدل في محاسبة الناس في قوله: ﴿وَالْوِزْنَ يَوْمَئِذٍ الْحَقُّ فَمَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ [الأعراف: ١٠٨]^(٣) والميزان هو المثقال، ويقال للآلة التي يوزن بها الأشياء. جاء عن الجوهري «والميزان: أنزل في الدنيا ليتعامل الناس بالعدل وتوزن به الأعمال»^(٤) ومن هنا، نقول أن الأصل في مادة وزن، يقال في تقدير قيمة الشيء من حيث الخفة والثقّل. ممّا يعني أن مفهوم الميزان يملك من الوسع، ما يجعله ينطبق على الأشياء المادية والمعنوية. وقد استخدم القرآن هذا المصطلح في الأمور الحسية والمعنوية معاً، فنقول شخص له وزن أي له ثقل، يقول عزّ شأنه: ﴿فَلَا نُقِيمُ لَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَزَنَّهُمْ﴾ [الكهف: ١٠٥]. وقد ورد لفظ الميزان تسع مرات في القرآن الكريم، ما جاء على وزن مفعال، كالميعاد بمعنى المصدر، إذ يقال للآلة التي يوزن بها الأشياء ميزان. وقد ورد هذا اللفظ على هيئات اشتقاقية مختلفة في القرآن الكريم. وبناءً عليه، فإن مدار

مادة وزن في الدلالة اللغوية تدور على معنى الإيفاء تسوية وعدلاً من غير زيادة ولا نقصان، فضلاً عن كونها آلة للوزن التي توزن بها الأشياء وتقدر بها المقادير. كما تدل على تعديل واستقامة الميزان.

ب: موارد الميزان ودلالاته في القرآن الكريم: وردت مادة وزن بمختلف الصيغ الاشتقاقية، وأخذت أشكالاً وهيئات متنوعة، توحى بقيمة هذه المفردة القرآنية؛ مما يرشحها لتكون ظاهرة في المستوى الدلالي، فقد جاءت بصيغة الفعل الثلاثي المجرد، منها قوله عز وجل: ﴿وَالْوِزْنَ يَوْمَئِذٍ الْحَقُّ فَمَنْ ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ [الأعراف: ٨]. وبصيغة المصدر اثنتي عشرة مرة، منها قوله: ﴿وَالسَّاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ﴾ [الرحمن: ٧]. وذكر في كل مرة بمعنى، فالأول هو «الآلة»، والثاني بمعنى المصدر أي «الوزن» والثالث المفعول أي «لموزون»، وذكر الكل بلفظ «الميزان» لأنه أشمل للفائدة^(٥). كما جاء بصيغة جمع التكرير سبع مرات، منها قوله تعالى: ﴿وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ﴾ [الأنبياء: ٧٤]. وهذا الاستخدام المتنوع لمشتقات هذا اللفظ؛

يوحى بأهمية هذه المفردة في المنظور القرآني؛ وارتباط ظاهرة الوزن والميزان بجميع جوانب الحياة الإنسانية، خاصة في بعدها الاقتصادي والاجتماعي. وهذا الاستخدام أخذ أبعاداً دلالية أكثر اتساعاً لهذه الظاهرة الدلالية من وجهة نظر القرآن الكريم. وإن دراسة هذه المفردة في إطار السياق، يوحى بالكثير من الدلالات؛ التي تتحدد في ضوء القرائن السياقية المصاحبة لهذه الأوصاف المشتقة من مادة الكلمة في القرآن. ولا تخرج هذه الاستخدامات عن آلة الوزن، وهي التي تعرف بها مقادير الأشياء في قوله سبحانه: ﴿فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ﴾ [الأعراف: ٨٥]. وكذلك العدل، وقد ورد في قوله: ﴿وَالسَّاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ، أَلَّا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانِ، وَأَقِيمُوا الْوِزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ﴾ [الرحمن: ٧ / ٩]. وأشار في الآية الأولى إلى الميزان الكوني، والمقصود به الميزان الذي يحكم حركة الحياة. وهو بيد الخالق، لأنه يتجاوز في دقته ونظامه الإمكانيات المتاحة للإنسان في مجال التسخير الكوني. كما دلَّ على الميزان الأخروي الذي يمثل حقيقة البعث والحساب يوم القيامة. وموارد هذه

الصيغة جميعاً، جاءت في سياق الحديث عن العدالة الإلهية، عندما توضع موازين القسط يوم القيامة، يقول سبحانه: ﴿وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقُسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ﴾ [الأنبياء: ٤٧]. وكذا الشرع الذي توزن به الحقوق.

ثانياً: مركزية الصراط المستقيم في تحقيق التوازن النفسي في القرآن الكريم:

ورد هذا المصطلح (مستقيم) في ثلاث وثلاثين موضعاً، موزعة على واحد وعشرين سورة. منها سبعة عشر مكية وسبعة مدنية. ويُعدُّ هذا المصطلح ضميمية إضافة، حيث أضيف فيها مستقيم إلى لفظ الصراط. وإذا كان الله واحداً، فصراطه واحد في الدلالة عليه. وقد ورد مفرداً لما في هذا الأفراد من دلالة عقديّة (الوحدانية). كما أنّه الصراط الذي تعاقب عليه جميع الأنبياء والرسل إلى خاتم الأنبياء عليهم السلام. وهو بهال من وحدة جامعة تتعدد سبل الوصول إليه لقوله تعالى: ﴿يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ وَيُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِهِ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾

[المائدة: ١٦]. من هذا المنطق، تكون مسؤولية الإنسان على انتقاء الوجهة الصحيحة قضية محورية في القرآن. وهذا الانتقاء نابع من امتلاك الإنسان خاصية الإرادة التي تمنحه القدرة على بناء الفعل المسؤول. ثم التحرك نحو المقصد الأسمى للوجود، ذلك أنّ القرآن يستهدف الإنسان الذي يستشرف الخلود في وجوده وكماله. وانطلاقاً مما قلناه، تغدو الاستقامة خاصية جوهرية للصراط الإلهي حتى يتباين مع أي طريق يفتقد لهذه الخاصية، يقول تعالى: ﴿وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ﴾ [الأنعام: ١٥٣]. وهذه القيمة دلالة على الأصل (الله)، وتمثل قيمة مركزية في بنية الصراط الإلهي. هذا الأخير الذي يؤدي «الدور الأكثر أهمية في تشكيل التصور الديني المميز للقرآن»^(٦).

من هنا، تشكل الاستقامة المدخل المفتاحي لتحقيق التوازن النفسي على مقتضيات الشرعة والمنهاج. ذلك أنّ هذا الصراط هو اللحظة «التي يتوازن فيها الطرفان معاً، ويكونان حاضرين غير غائبين ومندمجين، لا ينفى أحدهما الآخر»^(٧). فضلاً عن هذا، فإنّه يحفظ



وهذا ناتج عن ضيق الأفق في فهم أبعاد الوجود وعدم اتخاذ مبادرة أخلاقية، تعيد للإنسان توازنه المفقود. هذا الكلام مفاده، أن القوام هو الذي يتوازن فيه الطرفان معاً. و لا يصادر أحدهما الآخر، والحركة الإنسانية مؤطرة ضمن ضوابط التقوى القرآنية. ولعلّ هذا المصطلح هو الأكثر أهمية في الخطاب القرآني لعلاقته الوثيقة بالكون التوحيدي وتوحيد مشاعر الإنسان وحفظ توازنه عبر التزام الحدود المؤطرة للسلوك السوي. وهذا الحفظ، وحده

التواترات الأخلاقية عبر آلية التقوى، ويحقق التوازن بين مكونات النفس الواحدة. من هذا المنطلق، فإنّ تذكّر الله يعني تذكّر الهدف الأسمى للوجود، باعتباره المصدر المانح للوجود، ونسيانه يعني نسيان هذا الهدف (العبادة)، ممّا يجعل ما عدّاه من الطرق، يبعثر جهود الإنسان ويبدّد مساعيه الذاتية. ذلك أنّ الله هو المركز الجامع للنفس الإنسانية. ويوحد عوالمها الفكرية والنفسية. وأي خروج عن مبدأ الاستقامة، يزعزع البنية النفسية ويفقد السلوك توازنه.

يعطي للنفس هوية عبادية في الحياة الدنيا، ويمنحها الطمأنينة الذاتية ويرفع منسوب الطاقة الأخلاقية ويسهم في بناء المصير الخالد.

على هذا الأساس، يكتسب الصراط المستقيم قيمةً دينيةً عميقةً، لكونه الخط الوحيد الذي يوحد مشاعر الإنسان ويؤهله لأداء دور أخلاقي في حركة الحياة. ليس هذا فحسب؛ بل إن محتوى هذا الصراط هو الإسلام بوصفه الدين القيم، صدق الله إذ يقول: ﴿قُلْ إِنِّي هَدَانِي رَبِّي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ دِينًا قِيَمًا مِّلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا﴾ [الأنعام: ٨٧]. وكل مظاهر العبادة ليست سوى تجليات لحقيقة الصراط المستقيم، يقول عز وجل: ﴿وَإِنَّ اللَّهَ رَبِّي وَرَبُّكُمْ فَأَعْبُدُوهُ هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ﴾ [مريم: ٣٦]. وأي خلل في التصور العقدي يؤدي إلى خلل في السلوك. ذلك أن استقامة الإنسان هي استقامة تعبدية، بحكم التكليف الإلهي؛ الذي أنيط بحمله. هذا ما يجعلنا نتساءل عن إمكانية تحويل هذا المفهوم من الإطار النظري إلى واقع عملي، ينتج واقعاً فكرياً، يعيد بناء النفس الإنسانية، ويسهم في تحقيق توازنها الأخلاقي. من الضروري القول، أن التكامل النفسي

لا يحصل إلا بإنتاج التفكير والسلوك وفق متطلبات الخط المستقيم، لكونه توليفة ربانية تلبى طموحات النفس البشرية بأبعادها الغيبية والواقعية، ويغذي الجوانب الروحية والفكرية ويضبط الانفعالات النفسية، فهو بمثابة القانون الأخلاقي الموجه للفكر والسلوك؛ بل هو الذي يوحد النوازع النفسية، ويرقي المشاعر الإنسانية إلى مستوى الوجدانية الأخلاقية.

ومن هنا، يغدو التوازن قضية جوهرية ترتبط جذرياً بالإنسان الموصول بالله، بهدف التناغم مع الهدي الإلهي، وتحقيق السلام النفسي. ولعلّ الباعث على هذا المقصد هو ذكر الله، وتوثقة الصلة به. هذا ما أكدّه القرآن نفسه، أن الذكر الإلهي يثمر الطمأنينة النفسية، ويمنحها السلام الداخلي، بما يجعلها على درجة من التوازن والانضباط والقدرة على التحكم في الدوافع والانفعالات النفسية المختلفة، صدق الله إذ يقول: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]. ولعلّ من أبرز القيم التي تؤدي دوراً وظيفياً في تثبيت النهج المستقيم وتزكية النفس وتثبيت توازنها (الإيمان، العلم، التقوى، الاستقامة، الهدى،

العبودية، التوكل، الاعتصام، التوبة، المجاهدة وغيرها)، صدق عز وجل إذ قال: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشُرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ﴾ [فصلت: ٣٠]. فقد جمع بين النظر والعمل. وأكد أن الاستقامة على الطريق، ثمر العطاء الإلهي في قوله أيضًا: ﴿وَأَلِّوْا اسْتِقَامُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقِيَنَّهُمْ مَاءً غَدَقًا﴾ [الجن: ١٦]. وحذر من الإغواء الشيطاني في قوله: ﴿قَالَ فِيمَا أُغْوِيَنِّي لِأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ﴾ [الأعراف: ١٦]، وجعل العبادة هوية الصراط المستقيم في قوله: ﴿إِنَّ اللَّهَ هُوَ رَبِّي وَرَبُّكُمْ فَاعْبُدُوهُ هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ﴾ [الزخرف: ٦٤]. ومن هنا، يتبين لنا أن الصراط المستقيم هو الحلقة الجامعة بين مكونات النفس البشرية، ولعل لكل مكون منها رسالة عبودية وتكليفًا مستقيمًا يحقق كماله. وينظم قواعد السلوك الأخلاقي. ويبصر الإنسان بمواقع الهدى الإلهي، يقول عز وجل: ﴿وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ [المائدة: ١٦].

ليس هذا فحسب؛ بل إن هذا النهج هو الصيغة الأخلاقية التي انتقاها الله

لتربية الإنسان السوي. فتقع جميع حركات الإنسان ظاهرة وباطنة موافقة له، ولا تتوازن النفس إلا في ضوئه، يقول عز شأنه: ﴿أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبًّا عَلَى وَجْهِهِ أَهْدَى أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيًّا عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ [الملك: ٢٢]. لهذا يحذر القرآن من اتخاذ الهوى بديلاً عن الله، لما يصيب النفس من التشتت، وفقدان مركزية الحق، صدق الله إذ يقول: ﴿أَفَرَأَيْتَ مَنْ أَخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ﴾ [الجاثية: ٢٣]. ذلك أن إتباع الأهواء، يعني فقدان الوجهة الصحيحة، ومركزيتها في توجيه المجال الداخلي للإنسان، لهذا يؤكد الله على ضرورة النظر البصير في الطريق الذي ينبغي للنفس أن تسلكه، يقول سبحانه: ﴿وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ﴾ [الأنعام: ١٥٣]. وكل انحراف عن هذا المسار، يؤدي حتماً إلى القضاء على مبدأ وحدة النفس البشرية. لهذا يشدد في مسألة العواقب وضرورية استحضارها، كبعد مركزي في تحقيق مبدأ التوازن بين متطلبات الدنيا والآخرة. وهذا الاستحضار، يجعل المساعي البشرية متناسبة مع الجهود الأخلاقية. ويتجلى هذا التوازن بالسداد

على مستوى القول، والصلاح على مستوى السلوك.

إضافةً لما قلناه، تبرز القيمة المعنوية للخط الإلهي في كونه ينظم الدوافع النفسية ويؤطر النوازع الذاتية بآليات الضبط (القيم)، ذلك أن انضباط البواعث يحقق المقاصد التي يتغياها الله من وراء السلوك. كما أن التخبط النفسي يبعثر الجهود ويضيع الهدف الأسمى. ومن ثم، فإن هذا التخبط الناتج عن تعدد الأهواء، يعني بالضرورة حومان الإنسان حول نفسه، والاستثمار في المنافع العاجلة والإشباع الذاتي ونسيان ردادات الفعل البعيدة لهذه الخيارات الدنيوية. من الضروري القول، أن الدنيا هي الفرصة الوحيدة لممارسات الخيارات الأخلاقية، لذا يطرح الله مسألة الصالحات في نطاق السعي الهادف، يقول سبحانه: ﴿فَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَا كُفْرَانَ لِسَعْيِهِ﴾ [الأنبياء: ٩٤]. والأبلغ من ذلك، أن الله يتوجه بالشكر لسعي هؤلاء المتقين في قوله: ﴿وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا﴾ [الإسراء: ٩١]. وجعل التوازن قاعدة

مطرده تحكم التفكير وتضبط جميع الانفعالات وتهدف إلى تطوير المشاعر وتزكيها لبلوغ الكمال. ومن هنا، تغدو قضية الصراط بمثابة الإطار القيمي المنظم للسلوك السوي. وليس هذا الصراط سوى تجلي من تجليات النعمة الإلهية، يقول عز وجل: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ﴾ [فصلت: ٣٠].

يقول ابن عاشور: «ربنا الله» مشيراً إلى الكمال النفساني وهو معرفة الحق للاهتداء به ومعرفة الخير لأجل العمل به، فالكمال علم يقيني وعمل صالح، فمعرفة الله بالإلهية هي أساس العلم اليقيني، وأشار قوله: «استقاموا» إلى أساس الأعمال الصالحة وهو الاستقامة على الحق^(٨). خلاصة القول، أن النفس لن تجد توازنها إلا بفهم معادلة الخط المستقيم، فهو ليس مجرد طريق يسلك؛ بل هو صراط إلهي يرتبط بقضية الوجود شهادةً وغيباً. ووحده الضمانة الكبرى لتحقيق التوازن بين مكونات النفس باطنًا وظاهرًا. واستدعاء هذه القيمة (الاستقامة)، يعني ضبط ميزان الاعتدال حتى يتناغم مع ميزان القيم.

وبالمقابل، يكشف الله أن الخلل الذي يمنع الكافر من الاستجابة لنور الإيمان، يكمن في فقدان التوازن الباطني، يقول تعالى: ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونُوا لَهُمْ قُلُوبًا يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانًا يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ [الحج: ٤٦].

ومن هنا، أوضح طبيعة النموذج المتوازن محددًا سببته في قوله: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ﴾ [الملك: ١٢]. وممارسة العبودية في نطاق العمل الأحسن. مما يعني، أن الخشية والعلم من محددات المنهج السوي، ويتعلق ذلك بمدى التحكم في جهاز الوعي الذي أشار إليه بقوله: ﴿قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ مَا تَشْكُرُونَ﴾ [الملك: ٢٣]. وتوجيه آليات التفكير توجيهًا صحيحًا. كما تحدث عن الصيغة السوية في حركة العمل، وتتم في سياق الإحسان، يقول تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا﴾ [الملك: ١٦]. ولعل إتيان (أحسن) بصيغة تفضيل تفيد أن هذه الكلمة تطرح نوعية الحركة المطلوبة لله، فهي حركة متوازنة تتم في إطار الإحسان. مما يعني أن النموذج السوي،

ينبغي أن يستهدف هذه القيم المشكّلة للتوازن النفسي (العلم، الخشية، العبادة، الإحسان). ويحتاج السير المتوازن إلى بعض الآليات الناطمة، منها آلية نظرية وأخرى عملية.

١: آلية المعرفة: وهي آلية فكرية منهجية، تتحدد في ضوء استخدام جهاز المعرفة لانتقاء الوجهة الصحيحة، مصداقًا لقوله تعالى: ﴿قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾ [الملك: ٢٣].

٢: آلية الشكر: وهي آلية عملية، وقد ربط القرآن هذه العملية بالشكر كقانون دال على الإيمان والعبادة في قوله: ﴿لِيَبْلُوَنِي أَأَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ﴾ [النمل: ٤٠]. وعلى نحو مفيد، تتمثل دعائم الحركة المتوازنة في العلم، كقوة استمداد من جهاز القيم، والشكر كقوة استمداد لمزيد من العطاء، يقول تعالى: ﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ [إبراهيم: ٠٧]. فأما زيادة العطاء، فترتبط بقانون الشكر والاستقامة على الطريقة. وأما الزيادة المعرفية، فهي مرتبطة بجهاز الوعي وحسن توظيفه لفهم مقتضيات الخط المستقيم.

وإن كان الله يعرف طبيعة الجحود الذي يكتنف الإنسان، فسرعان ما ينسى الإنسان المحسن إليه بالعطاء، فينسب لنفسه الفضل، ويتجاوز مصدره، لذا يحذّر الله بقوله: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَشْكُرُونَ﴾ [يونس: ٦٠]. ومن هنا، يكون الشاكر هو الإنسان المتوازن الذي يمشي مستقيماً، ويوظف جهاز المعرفة على نحو صحيح. على نحو مماثل، تدل كلمة مكبّ على انتكاس الحركة، صدق الله إذ يقول: ﴿وَأَنْتُمْ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْنَاهُ آيَاتِنَا فَانْسَلَخْنَا مِنْهَا فَأَتْبَعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ الْعَاوِينَ وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ﴾ [الأعراف: ١٧٥ / ١٧٦]. ومن ثم، فإن كل منسلخ مكذب بآيات الله، هو في صورة المكبّ. وكلّ من يغفل عن جهاز القيم المؤطر لحركة الإنسان. ويعطل أجهزة التفكير، يدخل في هذا السياق، يقول تعالى: ﴿وَمَا يَسْتَوِي الْأَعْمَى وَالْبَصِيرُ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَلَا الْمُسِيءُ قَلِيلًا مَّا تَتَذَكَّرُونَ﴾ [غافر: ٥٨]. من ناحية أخرى، تتجلى حقيقة هذا السوء في النمط السلوكي المستقيم. وتقدم الآية وصفاً مختصراً للإنسان السوي، فهو

الأهدى، المتبع للصرط المستقيم، المستخدم لجهاز الوعي والإبصار استعمالاً وظيفياً، حيث تواطأ عنده البصر مع البصيرة، ويسمع سمع إجابة، طاهر الفؤاد، سوي التصور والفكر والسلوك. ويدخل في سياق أهل الشكر. واضح من الوجهة السياقية، أن المكبّ يقف على تضاد مع مفهوم السوي، وأياً كانت تفسيرات أهل اللغة والتفسير لمفهوم الكبّ، فإنها لا تخرج عن معنى التعثر، الحيرة، التيه، لأنه فاقد للوجهة وجاحد بالنعم ولا يستثمرها فيما ينفعه يوم القيامة.

ثالثاً: القيم المؤطرة للسلوك المتوازن في القرآن الكريم:

يعتبر القرآن الميزان الدقيق؛ الذي يؤطر الحركة الإنسانية، ويرشد الحياة بما ينسجم مع معطيات الهدى ومقرراته. ومن المعلوم أن الميزان يستلزم العدل. وعليه، يكون الحق هو الضابط لحركة الميزان، والعدل هو المؤشر على سلامته واعتداله. هذا ما عبر عنه الله بقوله: ﴿وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ﴾ [الرحمن: ٩]، واستعمال التعبير الفعلي (أقيموا) مأخوذ من الإقامة،



الوسطية، فلا خسران بالتفريط ولا طغيان بالزيادة في جميع القيم المؤطرة للشأن النفسي إن المدقق، يلاحظ العلاقة الوثيقة بين العلم ووضع الميزان في قوله عزّ شأنه: ﴿عَلَّمَ الْقُرْآنَ﴾ [الرحمن: ٢]، مع قوله: ﴿وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ﴾ [الرحمن: ٧]. حيث بدأ «أولاً بالعلم ثم ذكر ما فيه أشرف أنواع العلوم وهو القرآن، ثم ذكر العدل وذكر أخص ما فيه وهو الميزان»^(٩). ربما الشاهد الذي يقوي هذا الترابط قوله تعالى: ﴿وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ﴾ [الحديد: ٢٥].

وهي جعل الشيء قائماً، وهي دلالة على الإتيان بالفعل على أكمل وجه. ففي هذه الآية نصّ القرآن على إقامة العدل في الوزن، ونهى عن الإخسار فيه. وعلى وجه الدقة، فإن الله جعل إقامة الوزن بالقسط في المنتصف، ونهى عن الطغيان بالزيادة، ووسط بإقامة القسط، ونهى أخيراً عن الإخسار في الميزان في قوله سبحانه: ﴿وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ، أَلَّا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانِ، وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ﴾ [الرحمن: ٧ / ٩]. ومن هنا، فإن الميزان الذي يضبط النفس البشرية يقوم على

الأکید أن الكتاب، يتحقق على خط العمل، والعدل يتحقق بانضباط حركة الميزان. هذا يعني أن القيم الناظمة للميزان النفسي تتجسد في قيمة العلم (للدلالة على الكتاب)، وقيمة العدل (للدلالة على الميزان). فوحدهما تحكمان ميزان النفس البشرية، وتحقق اعتداله. لذا نهى في البداية عن الزيادة، فكل خلق يزيد عن حد الاعتدال، يجيل على الطغيان. وكأن ضبط الميزان يدور بين كفتي الزيادة والنقصان. فالزيادة تخل باستقامة الميزان النفسي، والخسران يفقده توازنه، وبالاستقامة بتحقق الوسط. عبر القرآن عن ذلك بقوله: ﴿فَاسْتَقِمُّ كَمَا أُمِرْتُ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا﴾ [هود: ١١٢]. ومما يثير الانتباه «أن النهي الذي أعقب الأمر بالاستقامة، لم يكن نهياً عن القصور والتقصير، إنما كان نهياً عن الطغيان والمجازرة، وذلك أن الأمر بالاستقامة، وما يتبعه في الضمير من يقظة وتحرج قد ينتهي إلى الغلو والمبالغة التي تحول هذا الدين من يسر إلى عسر والله يريد دينه كما أنزله... وهي التفاتة ذات قيمة كبيرة، لإمسك النفوس على الصراط، بلا انحراف إلى الغلو أو الإهمال»^(١٠). كما اهتم القرآن اهتماماً بالغاً بالصحة

النفسية للحفاظ على السلامة الذاتية للإنسان. والحرص على انسجام مكوناته وتوازن عوامله، وضبط انفعالاته وتأثير دوافعه، حتى يؤدي نشاطه بكيان متناغم مع الصيغة الفطرية. فلا مجال لفصل البيولوجي عن النفسي ولا الروحي عن الفكري. فكم من حركة بيولوجية يؤطرها دافع نفسي ويضبطها مقصد أخلاقي. فجميع الدوافع الذاتية، وإن كانت ذات طابع نفسي، ولكنها تتفاعل مع العناصر المشكّلة للكيان الإنساني.

وبالرغم من أن كل دافع يملك قوةً دافعةً، ولكنه أيضاً توجد قوة مضادة تؤطره. وهو ما نصلح عليه باليات الضبط، وهي بدورها جزءاً من التركيبة النفسية، وهندسة بنائها، حتى تتكامل معطيات النفس البشرية. وبين قوة الدفع والضبط يقيم الإنسان ميزان الاعتدال. لذا نصّت على جملة من الدوافع في قوله سبحانه: ﴿زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَبِئِ﴾ [آل عمران: ١٤]. ولا تخرج

هذه الدوافع عن دافع حفظ الحياة و حفظ النوع البشري. ولعل أقوى دافع هو الإشباع الدنيوي. كما يشير القرآن إلى أهمية استخدام آليات الضبط بتوظيف جهاز الوعي والإبصار، بما يحفظ التوازن البشري في قوله: ﴿قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ﴾ [المالك: ٢٣]. إذن، هذه الضوابط تشكل محميات ذاتية، تحافظ على التواترات الداخلية وتضبط مسارات التوازن داخل الكيان النفسي وتعطي للسلوك بُعدًا أخلاقيًا، وتأمين حركته من حيث البواعث والمقاصد. ولكن هذه الضوابط، وإن كانت جزءًا من تصميم الفطرة في الكيان النفسي، لكنها تحتاج إلى قوى داعمة لإنائها وتطهير تزكوي مستمر حتى تصل إلى أدوات خلاقة تثمر جهدًا مبدعًا في الحياة، يقول عزّ شأنه: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا، فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا، قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا، وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾ [الشمس: ٧/ ١٠]. ولعل هذه الكواكب الأخلاقية، تهدف إلى ضبط النوازع الذاتية وترسيم الحدود لها حتى لا تنحرف بالنشاط الإنساني وتدمر طاقاته الحيوية.

إذن، تملك هذه الدوافع القدرة على توليد مازاد عن الضرورة للإشباع الذاتي، ممّا يجعل ميزان النفس يتعرض للتلف، بفعل المبالغة في هذا الإشباع. وكلّ شيء يزيد عن حدّه يفقد سلامته. وهذا الفائض هو الذي يعطل جهاز الإبصار ويعرقل الوظيفة التزكوية وعملية الإنهاء لبلوغ الكمال المطلوب. وكلّ ما اختلّ النظام المودع في النفس (قوى الدفع والضبط)، يفقد السلوك ميزان اعتداله. فينبغي أن يشتغل جهاز الدفع والضبط بطريقة متوازنة. ذلك أنّ هذا التدافع هو الذي يعطي هوية أخلاقية للإنسان، المستهدف بالخطاب لإنهاء الإرادة و الاختيار والارتقاء بالفعل التزكوي لإنصاح القيم وتثبيتها في عملية الدفع والضبط، كبديل عن الأهواء؛ التي تُعمي القلب الإنساني. وهذا بدوره مؤثرًا على فقدان السلامة النفسية. فإن كان القطب الملائكي خلقه الله على حالة السواء النوراني، ولم تتركب في كيانه تلك الدوافع المتأججة بالرغبات الشهوية، فإنّ الإنسان خلق للاختبار الكوني ومقاومة الأهواء الذاتية والعودة بكل دافع إلى مجاله السوي، وتأطير بواعثه ومقاصده. وكل ذلك يتم على خط المجاهدة، يقول

سبحانه: ﴿فَلَا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ، وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ﴾ [البلد: ١١ / ١٢]. كما أن ضمور هذه الدوافع الحيوية، هو بدوره مؤشراً على فقدان التوازن النفسي، كذلك الأمر مماثلاً عندما تضعف طاقة المقاومة. وقد اصطلح دراز على هذا النوع، بجهد المدافعة، تلك العملية «التي تعرض بها الميول السيئة التي تحثنا على الشر باستخدام قوة مقاومة، كفيلة باستبعاد هذه الميول»^(١١).

على هذا الأساس، تكون المدافعة، هي المظهر الأرقى للترقي الأخلاقي. وهو ما اصطلح عليه القرآن باقتحام العقبات؛ بل لقد طالب النفس البشرية بالمقاومة الصريحة في قوله: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ، فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾ [النازعات: ٤٠ / ٤١]. وهنا، يؤكد القرآن صراحة على ضرورة تدريب النفس على مقاومة الأهواء من خلال الشعائر الكبرى وما تولده من طاقة حيوية، تواجه أي إعاقة نفسية تخرج الإنسان عن حالات السواء. وتعيق أي عضو لبلوغ كماله المنشود. كما يؤكد الله على حيوية المجاهدة (كقيمة إيجابية)، تعيد للنفس توازنها المفقود، يقول سبحانه: ﴿وَالَّذِينَ

جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [العنكبوت: 69]. وليس هذا الخطاب سوى ترويض للنشاط الوجداني لتبني المثل العليا عبر آلية المجاهدة والصبر ومن ثم، السير بالجهود في الطريق الحميد. لهذا أدان الله أي خذلان إزاء أداء الممارسات العبادية، في قوله: ﴿وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَىٰ وَلَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَارِهُونَ﴾ [العنكبوت: ٦٩]. كما أن القرآن يحفز النفس أيضاً على ضرورة اتخاذ مبادرة أخلاقية لمحاربة الأهواء، حتى تفتح لها أبواب الهداية والتأييد، لأن الله يكافئ الإنسان عن جميع الجهود التي يبذلها لإصلاح نفسه، صدق الله إذ يقول: ﴿وَالزَّمَهُمْ كَلِمَةَ التَّقْوَىٰ وَكَانُوا أَحَقَّ بِهَا وَأَهْلَهَا﴾ [الفتح: 26]؛ بل الأبلغ من ذلك، أن الله يضيف قيمة على كل نفس تصدر الأهواء وتدين الباطل قولاً وفعلاً، قال جل جلاله: ﴿حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْإِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ أُولَٰئِكَ هُمُ الرَّاشِدُونَ﴾ [الحجرات: ٧].

وكل معالجة لهذه النوازع ومجاهدة للأهواء، تعد إزاحة لهذه العقبات واستعادة للتوازن النفسي؛ رغم أن

القرآن لا يقف عند هذا المستوى، وإنما يحرر الطاقة الحيوية وينقلها من الهدم إلى البناء. وكما أن تحسين الصحة الجسمية أمر ضروري للحفاظ على الوجود، فإنه ينبغي الاعتناء بالصحة النفسية. ولا يتأتى هذا إلا بالتخلص من الدرن القلبي وممارسة الضبط الأخلاقي على جميع الدوافع الذاتية. وترويض النفس على مزيد من الارتقاء لبلوغ المقام الإحساني. في هذا السياق، تصبح النفس البشرية ذات فعالية أخلاقية في غاية الأهمية، حيث تصبح عملية إنماء الإرادة، متجهة تلقائياً إلى فعل الصالحات. ومن المعلوم، أنّ السواء الذاتي هو اعتدال المزاج النفسي وانضباطه على التقوى. وكلّ خلل نفسي يجعل السلوك بدوره يفقد قانونه الأخلاقي. ويقع تحت داعي النفس الأمارة بالسوء. لذا يحذر الله من الاستغراق في الشهوات المدمرة للكيان النفسي حتى لا يفقد الإنسان البعد الحيائي. هنا، يفرق طه عبد الرحمن بين «سلطان الهوى الذي يفضي إلى العبودية وإتباع الهدى الذي يفضي إلى الحرية»^(١٢). فلا يفني وجوده في هذه الشهوات. ذلك أنّ «الشق النفسي يربط الإنسان بالعالم الملكي بروابط البصر والإسراء

والامتلاك، وأنّ الشق الروحي يربطه بالعالم الملوكوتي بروابط البصيرة والعروج والائتمان»^(١٣) ويصل طه في تحليله، أنّ ارتباط النفس بالعالم الملكي، تتجلى فائدتها في تحديد السلوك الظاهر، في حين أنّ ارتباط الروح بالعالم الملوكوتي، يفيد في تحديد باطن السلوك الإنساني، فالأول لا يوصلنا إلى معرفة حقيقة النفس والثاني لا يوصلنا لمعرفة حقيقة الروح. وبالتالي فهو في كلتا الحالتين محجوب عن الحقيقة»^(١٤). خلاصة القول، أنّ «البصيرة تصل عالم الملك بعالم الملوكوت، الذي هو عالم القيم الخلقية والمعاني الروحية»^(١٥).

رابعاً: تحقيق التوازن النفسي كما يستعرضه القرآن الكريم (نموذج عملي):

يقول الله تعالى: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا، وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا، وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ غَرَامًا، إِنَّهَا سَاءَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا، وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ [الفرقان: ٦٣/ ٦٧]. قدّم القرآن في هذه الآيات

نموذجًا متوازنًا بين معطيات الدنيا والآخرة. حيث تتكامل العناصر المشكّلة للهوية الإنسانية والأخلاقية. ويهدف من وراء هذا الخطاب إلى إعادة بناء التصور السليم حول مفهوم التوازن الذي يستهدفه القرآن. وتعديل السلوك المنحرف من خلال تعديل التفكير والسلوك معًا. أول ما نلاحظه هو تقديم الشخص السوي، كنموذج قيمى، يستعرض من خلاله معالم الحركة السوية للنموذج المستقيم، انطلاقًا من قيمة مركزية (العبودية) باعتبارها الهدف الأسمى للوجود الإنسانى، والرحمة كقيمة ثابتة لله بوصفه الرحمن الرحيم. فلما تحقق النموذج السوي بمواصفات العبودية، وتكاملت فيه مظاهر الخضوع لله ظاهرًا وباطنًا. وحقق ميزان الاعتدال قولًا وفعالًا استحق هذه النسبة التشريعية (عباد الرحمن)، وما لهذه النسبة من علو المنزلة عند الله؛ بل إنَّ عبوديته لربه أثمرت قيمة الرحمة، كما أثمر التواضع قيمة السلام، والإنفاق قيمة الاعتدال وغيرها من السمات المنتجة لخطاب القيمة في هذا النموذج السوي.

فضلاً عن هذا، فإنَّ هذه الآيات

تكشف معالم السلوك المتوازن. وتفيد في قصد تربوي أنَّ حركة الإيمان تتبلور من خلال السلوك المتواضع. من زاوية أخرى، إذا كان المتكبر يستعظم نفسه، وينفخ قدراته، فإنَّ المتواضع ينظر لنفسه نظرة سوية، فلا يرفعها على الخلق، فيكون في صورة المتكبر، ولا يبينها، فيظهر في صورة الذليل. وكلا الصورتين أدانها القرآن؛ بل ينتقي المتواضع خط الوسط، لكونه خضوع في غير مذلة. وأمَّا التكبر فيدخل في سياق الأمراض النفسية، عندما تفقد النفس قانون اعتدالها. وإن كان الكبر محله القلب، فإنَّه يتمظهر في السلوك الخارجى. ومن هنا، نوكد أن الانحراف يبدأ من العجب بالذات ومحاولة الاستعلاء على الغير، لإرضاء رغبات كامنة في النفس، منها نزعة العلو وحب السيطرة. لذا تقرر الآيات مركزية التواضع في بناء السلوك المتوازن. ويبدأ التوازن من التحرر من مركزية الذات (الخلق) وتبني مركزية الله (الحق). ومن الإشباع الذاتى للنفس إلى الاستثمار الأخلاقى. وينعكس هذا التحرر من الأهواء على السلوك العملي. ذلك أنَّ التواضع دلالة على الهدوء النفس ووعيتها بموقعها ومسؤوليتها على بناء الفعل الأخلاقى. لذا نلاحظ

قيمة السلام. لأنّ المتواضع متحرر من
الأهواء الذاتية، فهو لا يحتكم في وجوده
للنوازع الذاتية ودوافع الاستعلاء ولا
تحاصره الشهوات، لأنّ الوجهة منطلقًا
ومقصدًا هي (الله). لذا وصف الله
النموذج السوي بالعبودية وما تنطوي
عليه من معاني الخضوع لله. ممّا يعني، أن

أنّ هذا المفهوم يتحدث عنه القرآن في
سياق حركي بدلالات المشي (السعي
الأخلاقي). وتظهر آثاره المنتجة للقيمة
من خلال ممارسة السلم والإحسان
وغيره.

يؤكد القرآن قاعدة أخلاقية مفادها،
أنّ التواضع يؤدي دورًا فاعلاً في بناء



السلوك المتواضع منفتح على مخرجات القيمة مع الغير، صدق الله إذ يقول: ﴿وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ [الفرقان: ٦٤]. ومن هنا، نلاحظ أن هذا السلوك أثمر كسبًا معرفيًا وأخلاقيًا، فهو لم يتحرر من الانحصار الذاتي بالخروج من الدائرة الذاتية؛ بل امتلك مؤهلات الدخول على دائرة النفع الإنساني، وإنتاج قيم التسامح والسلام مع الذين يفتقدون للقيمة في كيانهم النفسي (الجاهلين). دون أن يحملهم هذا السلوك على فقدان القيمة الذاتية والتضحية بكرامتهم في سبيل الغير (إذلال النفس). فهم على درجة عالية من التوازن النفسي. فرغم أن الجاهل قد يصدر عنه اعتداءً لفظيًا، يسئ للمتواضع، ويقلل من قدره، وهذا أيضًا تمحيص للذات العابدة ومدى قدرتها على نصرة الحق ولو تضررت في سبيل الله. لأنّ الجاهل في هذا السياق، هو شخص لم يتبلور فيه معالم القيمة التي تبني معايير للتقدير الذاتي للنفس وللغير، فهو بهذا التصرف يهين نفسه قبل غيره.

لهذا يضع القرآن آيتين للتعامل مع الجاهل، أشارت الآيات إلى واحدة

منها، ربما لكونها أكثر نجاعة لما تحمله من الإيجابية والتفاعل مع أي شخص، فقد السلامة النفسية والروحية في قوله سبحانه: ﴿وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ [الفرقان: ٦٤]. ذلك أن المتظاهر في ألوان العبودية، يمتلك القدرة على الخروج إلى حظوظ الله (الكسب الباقي)، ولا يرى بُدًا، إذا ما سَافَهُهُ جاهل في الطريق. فهو يحمل إمكانية التعبير عن مدلول القيمة، وذلك بالتعامل بالسلم والإحسان إزاء أي اعتداء لفظي يصدر عن الجاهل، يقول عزّ شأنه: ﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت: ٦٤]. فإن لم يمتلك القدرة على الدفع الإحساني، فإنّ القرآن أَحَالَ على آلية أخرى في قوله: ﴿وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ﴾ [الأعراف: ١٩٩]. وما تحمله كلمة (سلامًا) من دلالات التوازن والاستقامة الباطنية. ولعلّ آلية المسالمة، تعنى الانفتاح على الشخصية غير السوية (الجاهل) ومشاركتها في بناء عالم نفسي أكثر توازنًا. والتواصل الأخلاقي معها، يسهم في إعادتها إلى بؤرة التوازن النفسي. ثم يتحدث القرآن عن التجليات الخارجية لهذا النموذج،

أبرزها ما يتولد في نفسه من فائض قيمي، يحمله علي ممارسة الإحسان تجاه الله، وهو ما زاد عن الواجب من خلال إحياء سنة القيام. ومعاملة الله بالإحسان تمامًا مثل معاملة الخلق بالسلام. نصل في الأخير، أن العابد لله في هذا السياق، هو من امتلك استحقاقات النسبة لله بوصفه الرحمن؛ بل هو ذلك المتواضع المنتج للقيمة (العبودية، الرحمة، السلام، الإحسان..). يتعامل بالسلام، بهدف بناء علاقة مع الخلق، لما في هذا التعامل من تفاعل يرتقي به إلى مستوى بناء وجدانية أخلاقية.

ورغم مركزية خطاب العبودية الذي أثمر الرحمة بهذا الصنف السوي، فإنّ السلوك المتواضع ليس قيمة نظرية تزين عباد الرحمن، وإنما أضحي سلوكًا عمليًا، يتجلى حركيًا بتوظيف مفردات (المشي، هونًا، السلام، التسامح). كما أن التعامل مع الله، تم بدوره في سياق الإحسان (قيام الليل). ولعلّ السلوك المتواضع والسلوك المسالم، يجسدان تجليًا ظاهريًا لمفردات الشخصية السوية ولا يتأتى ذلك إلاّ بالتححرر من المركزية الذاتية إلى مركزية الحق. وقد تم تقرير هذه المركزية من خلال تجليات العبودية

(القيام، السجود)، و كليهما يعكسان مظاهر الاستواء على المنهج والسرعة. ولا يوجد أرقى من هذين المظهرين في التعبير عن أرقى مستويات الخضوع لله بوصفه الكبير المتعال. إذن، فحركة القيام تجسد لمركزية الله بوصفه القيوم. ذلك أنّ العابد يقوم لله وفق مقتضيات الصراط المستقيم. وكأنّه بهذا القيام، يرسم القرآن الإطار النظري للحركة السوية للمسلم، والسجود يجسد السلوك العملي لحركة العبودية في الواقع. و كليهما يجعلان على السلوك المتوازن للشخصية العبادية. لم يكتف هذا النموذج المتوازن بترسيم السلوك العبادي والاجتماعي فقط؛ بل توسعت مجالات هذا التوازن من خلال تأكيد مبدأ الوسطية في جميع المعاملات الإنسانية، وإنّ تمظهر هذا القوام بالسلوك الاقتصادي. وذلك بتأطير الظاهرة الإنفاقية في قوله: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ [الفرقان: ٦٧].

اهتم القرآن بالسلوك الاقتصادي من خلال رسم الإطار النظري للحركة الإنفاقية، وتقرير مبدأ الاعتدال سواء كان هذا الإنفاق ماديًا أو معنويًا. ولعلّ

المشترك الجامع بينهما هو (الكرم)، صدق الله إذ يقول: ﴿إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ﴾ [الحجرات: ١٣]. فمن هذه القيمة (التقوى)، تفتح مسارات الجود، مهما اختلفت تظاهرات هذا الجود في الواقع. لذا يبدو الاقتصاد في الإنفاق، هو تقرير لمبدأ التوازن كقاعدة أخلاقية ناظمة لمعطيات الإنسان. وما يقتضي ذلك من بذل نفسي وفكري للنفس، ومجاهدة تزكوية لتحقيق التوازن في جميع الممارسات النفسية والاجتماعية. والمثير للانتباه، أن السلوك الإنفاقي استقل بأية كاملة للدلالة على مركزية قيمة (الاعتدال) كآلية ضبط للسلوك، وحماية المكتسبات البشرية وثمارها الأخروية. ومن هنا، فإن استخدام مفهوم (القوام)، هو استدعاء لقيمة مركزية في الخطاب القرآني، وهي (الوسطية)، كمبدأ قرآني تتأسس عليه التكاليف الإلهية، وتبنى في ضوئه المواقف والعلاقات والمعاملات الاقتصادية؛ بل يفرض هذا المبدأ حضوره في جميع الممارسات العبادية، النفسية، والاجتماعية، يقول عزّ شأنه: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا﴾ [البقرة: ١٤٣]. والقوام هو الصورة الأكمل للتعبير على مبدأ الاعتدال سواء

كان نفسياً أو اجتماعياً. والوسطية دلالة على أقصى حالات الاستواء في النهج المحمدي، خاصة إذا تعلق الأمر بتوازن بالنفس البشرية. فلا مغالاة تخرجنا عن الطبيعة الآدمية، ولا تفريط يضعنا على درج الحيوانية. وإنها وسطية تقود العابد للتصالح مع الله ومع الذات ومع الخلق. وكلّ هذه العلائق تبنى في ضوء ميزان الله لتكميل الحياة بالقيمة.

من هذا المنطلق، نؤكد أن القوام، يعني الإنفاق على قدر الضرورة، وما زاد عنه فائض غير مقدر، وما نقص شح غير مبرر. وكليهما يعكسان نفسية مرضية، تفتقد للتوازن، وتعتلج بين طرفين، كليهما أدانه الله. فأما الزيادة فتتمظهر في سلوك المسرف، بينما يتجلى التفريط في سلوك الشحيح. ولكن ما الدافع لهذا السلوك الذي أدانه القرآن؟ ينبغي أن نضع في دائرة الاهتمام، أن هذا السلوك، له دلالات خطيرة على المستوى النفسي، لعل أبرزها هو الاعتلال النفسي؛ الذي يتخبط فيه كلا الطرفين. كما أن الإنسان لا يكون مسرفاً في الإشباع المادي فقط، وكذلك الشحيح لا يكون مقتراً في الإنفاق المادي فقط، وإنها كليهما يفصحان عن

غياب التوازن النفسي الضابط للسلوك الإنفاقي. ذلك أنّ الشحيح في ماله، شحيح في عواطفه. وكذا المسرف تماماً. فعدم انضباط السلوك، يعني عدم انضباط المشاعر المفترزة لهذه السلوكات المرضية. وللإجابة عن بواعث هذا السلوك، نؤكد أنّ المسرف يفقد للسلامة النفسية. هذا ما يجسده انحرف سلوكي باتجاه الكثرة (الغلو)، والمقتر باتجاه النقص (الشح). كما أنّ فقدان التوازن هنا، يعني عدم الانضباط على الحدود المؤطرة للشأن الإنفاقي. فضلاً عما قلناه، انعدام الإحساس بالمسؤولية في التعامل مع النعيم الإلهي. والافتقار للمعيارية في تمييز الأشياء. لذا يتصرف المسرف بعبثية والمقتر بأنانية (الشح). وهذا الأخير، يعكس مدى الانغلاق الذاتي. ولعلّ الباعث على هذا السلوك، هو الشعور بالنقص وعدم الاكتمال، أحدهما جنح للإفراط والثاني للتفريط. و كليهما لجأ إلى هذه المسلك، كطريقة لتعويض الإحساس بالنقص، من خلال محاولة إضفاء القيمة والشعور بالاكتمال. وكلّ طرف يعوض النقص بسلوك مضاد، يظهر الشخصية بدلاً من كونها شخصية سوية، يخرجها في صورة تفيض بالقيمة.

كما أنّ الإسراف وإن كان قيمة سلبية، لكن المبذر ينظر إليه من داخله، على أنّه سلوك إيجابي، يضيف عليه مزيداً من القيمة. وكأنه يستجدي بهذا الفائض إرضاء داخله (فقدان التقدير و القيمة). وأما البخيل تتملكه الرغبة بالاحتفاظ بملكية الأشياء لذاته، خوفاً من الفقد والحرام. وهذا ينبئ عن مستوى التخبط النفسي الذي يعتلج فؤاده. وعليه، فجموح الرغبة في التملك حمله على الاحتفاظ بما يزيد عن الضرورة. فإن كان المسرف ينفق بلا ضرورة، فإنّ البخيل يمسك في غير حاجة. و كليهما ينفق أو يمسك في غياب دواعي الاحتياج. وإتّما جسّد الأول سلوك الممسك والثاني سلوك المبذر. وإن كان المسرف، يستجدي قيمة من خلال هذا الكرم لفائض، فإنّ البخيل يستجدي هذه القيمة للاحتواء من الفقد والحرام. و كليهما يسعى بهذا السلوك لاستدعاء التوازن لنفسه. ويفتقدان للوجهة الصحيحة، وهي صورة القوام التي تلقي بظلالها، بوصفها الصورة النموذجية التي استدعاها القرآن كقيمة إيجابية (الاعتدال) لضبط العملية الإنفاقية، بعدما أذان الإسراف في قوله: ﴿إِنَّ الْمُبْدِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾

[الإسراء: ٢٧]. والبخل في قوله: ﴿وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخُلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ [آل عمران: ١٨٠]. ثم قدم القرآن بديلاً أخلاقياً، تتكامل فيه مفردات النفس. فقد زكى الأسلوب الوسط وهو الإنفاق على قدر الحاجة. وهذا مقتضى الحكمة. وفي هذا استدعاء للوسطية. فلا هو في صورة المسرف الذي ينفق ليزيد في حجم ذاته، ولا هو في صورة البخيل الذي يمسك خشية الحرمان. فالمسرف يبعثر مشاعره بالكثرة، والبخيل منكمش وجدانياً ولا يشارك غيره. بينما يعكس القوام صورة مثلى للتوازن النفسي ويجسد الانسياب الروحي والوجداني في قنوات الخلق.

خامساً: أثر التوازن النفسي في تزكية الإنسان من منظور القرآن الكريم:

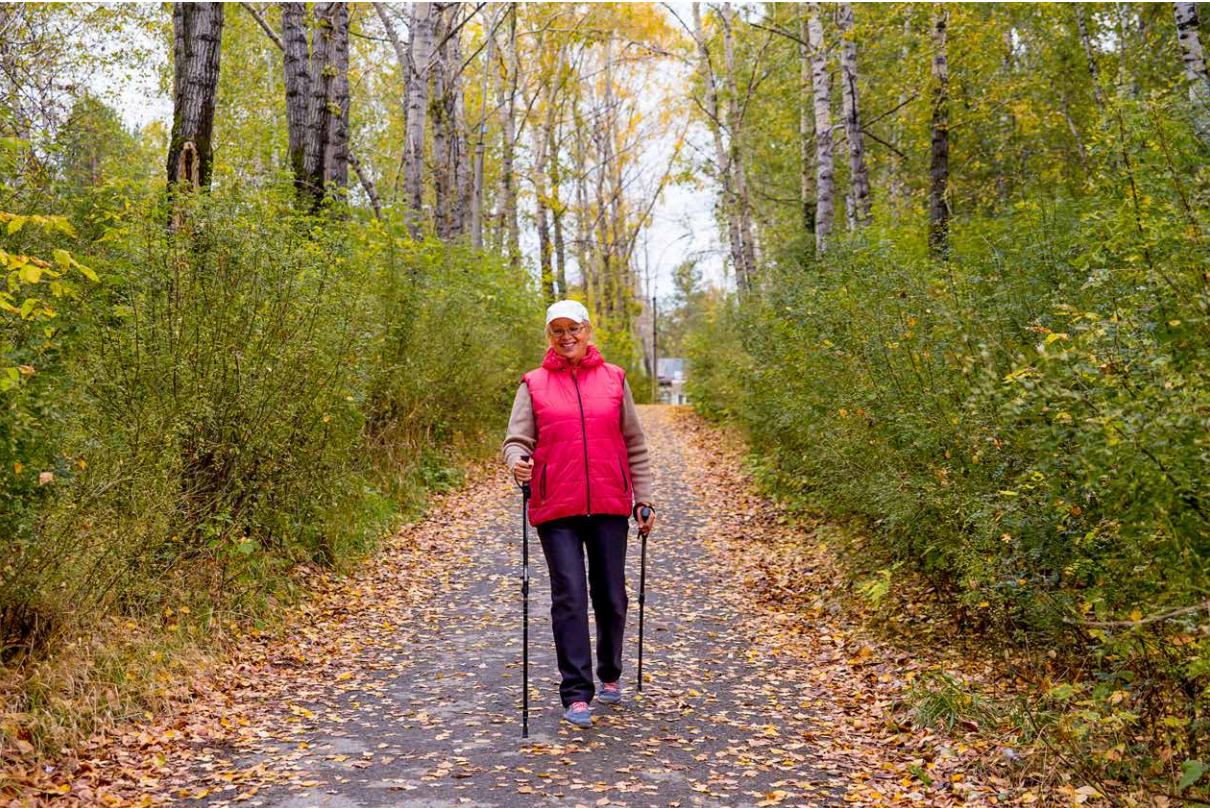
يجبرنا الحديث عن النفس المتوازنة على ضرورة فهم طبيعة هذا التوازن، وعن الكيفية التي يتوصّل بها إليه، وعن تظاهراته الداخلية والسلوكية، ولئن بيّنا سابقاً، الأطر المحققة للتوازن النفسي وآلياته وفق ما أرسى قواعده القرآن، فإنه قد وضح أيضاً تظاهرات هذا

التوازن عند الحديث عن النفس المؤمنة، وبيان أحوالها حين تفقد توازنها وتعيد عن مسارها، فلو تأملنا قوله سبحانه: ﴿مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِي اسْتَوْقَدَ نَارًا فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لَا يُبْصِرُونَ، صُمُّ بُكْمٌ عُمِّي فُهْمٌ لَا يُرْجِعُونَ، أَوْ كَصَيْبٍ مِّنَ السَّمَاءِ فِيهِ ظُلُمَاتٌ وَرَعْدٌ وَبَرْقٌ يَجْعَلُونَ أَصَابِعَهُمْ فِي آذَانِهِمْ مِنَ الصَّوَاعِقِ حَذَرَ الْمَوْتِ وَاللَّهُ مُحِيطٌ بِالْكَافِرِينَ﴾ [البقرة: ١٧ / ١٩]. لوجدناه تصويراً دقيقاً لحال النفس حين تفقد رشدها، إنها وضعية العمى الناتج عنه فقدان البوصلة وعدم إمكانية تحديد المسار، ذلك لأنّ الحواس آليات استجابة للنداء الإلهي، كما أن القلب آلية تفاعل مع القول. فلا يمكن للقلب أن يستجيب وقد أغلقت منافذ الوصول إليه، لذا شبه الله هذه الحال بحال من فقدت عنده وسائل الإنعام رغم توفرها. إذ رغم أنّ الأصل في النار والمطر والرعد، وكلّ الأشياء المحيطة بهذه النفس التائهة - أنها مسخرة لها، إلّا أنّها أصبحت في هذا المقام مصدر اضطراب وضرر سواء حال افتقادها (النار) أو مع توفرها ولكن لا على الوجه المرغوب (المطر، والرعد..). ففي كلتا الحالتين

هاته النفس افتقدت آليات الوقاية، التي تشكل مأمناً يؤهلها لاستغلال المسخرات بالشكل الصحيح.

وغير بعيد عن هذه الحال، يضرب سبحانه مثلاً آخرًا لنفس قطعت صلتها بالحق فقطع عنها منابعه في قوله: ﴿يَجْعَلُ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ﴾ [الأنعام: ١٢٥]. قد أصبح صاحب هذه النفس مستجدياً مسلماً، يفتح أمامه منافذ التهوية التي أغلقت في صدره، ولئن اجتمعت في المثل الأول أسباب الشتات بين عوامل خارجية الأصل أنها عوامل مدد وعون غير أنها

لم تنفعه، بل زادت في اضطرابه لفقده آليات المدد الخاصة (السمع والبصر) فإن سبب اضطراب الحال الثانية مصدره داخلي وصل إلى العمق، فحجب عنه أي إمكانية استفادة مما هو في الخارج. فقد أغلقت منافذ العطاءات الخارجية بإغلاق مسالك الاستقبال. وفي المقابل تجد الذي شرح الله صدره للإيمان يعيش حالاً نفسية متوازنة، تنتزل عليها السكينة سواء بإمدادات خارجية - كما في التابوت والملائكة في وضعية الحروب، أو بعطاءات مباشرة منه سبحانه، وبمعزل عن أي مدد خارجي. وفي جميع هذه الأحوال:



السكينة رزق منزل من عند الله بكيفية غير معلومة ولا محدّدة، ولكنها تُشعر بالدعم المعنوي وحتى المادي الذي يهبه الله لعباد سلكوا صراطه المستقيم، فأثمر نفساً سويةً. ولو تأملنا الآيات التي وردت فيها السكينة، لوجدناها نابعة من نفس مؤمنة، مذعنة لأمره، محققة أوصاف عباد الرحمن الذين توازنت نفوسهم. فانعكس ذلك التوازن على سلوك أئمة مشياً متوازنًا، وسلامًا مع الآخر، وكذا إذعانا وخشية للمولى، تجسدت في أداء العبادات، وكرم العطاء المحقق للغير الخير والنفع. فتجسد بذلك التوازن بمستوياته الثلاثة (التوازن مع الله، مع النفس ومع الغير). وهذه المستويات تشكل جوهر التزكية ولبها، قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى، وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى﴾ [الأعلى: 14/15].

في ذات السياق، يقول ابن عاشور «التزكية الارتياض على قبول الخير والمراد تزكّى بالإيمان. وقد ربّبت هذه الخصال الثلاث في الآية ترتيب تولّدها. فأصلها: إزالة الخبائث النفسية من عقائد باطلة وحديث النفس بالمضمرات الفاسدة. وهي المشار إليه بقوله: تزكّى

ثم استحضر معرفة الله بصفات كماله وحكمته ليخافه ويرجوه وهو المشار إليه بقوله: ﴿وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ﴾ ثم الإقبال على طاعته وعبادته وهو المشار إليه بقوله: ﴿فَصَلَّى﴾ والصلاة تشير إلى العبادة وهي في ذاتها طاعة وامثال يأتي بعده ما يشرع من الأعمال»^(١٦). لذا عدت التزكية وفق ما نصّ الشارع من مقاصد إرسال الأنبياء كما في قوله سبحانه: ﴿كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِّنْكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ﴾ [البقرة: 151]، ومطلبا من مطالبهم في قوله أيضًا: ﴿رَبَّنَا وَأَبْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ﴾ [البقرة: 129]. كما عدت من مقاصد التكليف كما في قوله: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا، وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾ [الشمس: 9/10]. على هذا الأساس، أصبحت التزكية النفسية واجبًا وجوب مقاصدها، وأثرًا من آثار التوازن المثمر لها، ولئن كان مفهوم التوازن النفسي يوحى بكثير من معاني الثبات والاستقرار وعدم الاضطراب، بمعنى ارتباط معانيها بالسكون المفضي للبقاء على الحال التي عليها النفس من الاستقرار، فإن معنى التزكية خلاف

إلى اضطراب، واختلال، وعدم ثبات،
ينعكس على النفس فيفقدتها توازنها،
وبذا تصبح العلاقة بين التزكية والتوازن
النفسى علاقة تفاعلية، لا يمكن فصلها
عن بعضها البعض.

خاتمة:

تتجاذب هذه الدراسة جملة من القضايا
والإشكالات التي تثيرها طبيعة
الموضوع من ناحية وطبيعة المرحلة
المعاشة من جانب آخر. وذلك لأن
الوجود الإنساني في البيان القرآني أمر
محوري وجوهري في الآن نفسه، فالقرآن
الكريم خطاب وجه للإنسان في كل
الأزمنة، قصد عبادته للخالق أصل
وجوده، وقصد تحقيق مقاصد متنوعة
محورها الصلاح الإنساني في مختلف
أبعاده. وقضية النفس في القرآن لم تعالج
من باب أنها مريضة، تتطلب وجود
آليات تعافٍ يمكن إعمالها على مختلف
النفوس، وتطبيقها في جميع الأحوال،
الإشكالية لا تتعلق فقط بنجاعة العلاج
بل لها صلة وثيقة أيضا بمن يتلقى
الدواء الرباني، لذا اهتم الذكر الحكيم
ببيان أنواع النفوس وطبائعها وبيان ما

ذلك، فهو إن دلَّ على معنى التطهير،
يفترض وجود حال أدران، تتطلب
التغيير لحال النقاء والطهر. وهو بهذا
يُدلُّ على عدم الثبات على ما كان. وإن لم
يكن هذا المعنى ظاهرا بشكل جلي،
ولكن المعنى الثاني للتزكية، يفترض
عدم الثبات والتغير الظاهر لدلالته على
النماء والرفعة والظهور، وكلها معانٍ
تفترض الحركة وعدم الثبات على الحال
السابق، غير أنها حركة للأصح
وللأحسن وللتطور الدائم، إذا ما
ارتبطت بقصد طاعة الله ورضوانه.
ومن هنا أصبح فعل التزكية ضرورياً
لكل إنسان ما بقيت فيه حياة وذلك
لأمرين، أولها أن الكمال لا يتناهى -
والكمال المطلق هو الله سبحانه - فلن
يصل العبد يوماً إلى نهاية طريق غير
متناه فلا يحق له أن يقول يوماً أنني
اكتفيت.

كما أنه لو فرض لأحد السالكين «أن
أراد الوقوف إلى حدٍّ معين من التزكية،
فليس تركه لعملية المجاهدة والتزكية
سببا لوقوفه في حدّه، بل يكون سببا
لتراجعه القهقري، تماما كالجسد الذي
لوم يصله طعام لتحللت قواه ولا نهتت
أركانه»^(١٧) هذا التراجع يؤدي للاحالة

التكليفية التي هي في جوهرها، امتحان لنوازع النفس ومكوناتها المتشعبة بمنشئها الطيني، ومدى استجابتها لمتطلبات الروح المتطلعة للسمو الدائم، والتشوف لمعرفة مصدر وجودها. هذا الأخير الذي لا يمكن تحصيله إلا بالترقي في مسلك الصراط المستقيم وفق منظومة القيم التي حدّد الخالق سبحانه مراتبها وأرسي قواعدها وأسسها.

يحتاج منها إلى دواء علاجي وما يتطلب علاجاً وقائياً وما لا ينفع معه أي علاج، مع توضيح المنهج الملائم لكل نوع، وفي كل هذه الأحوال، لا يمكن للنفس أن ترتقي لمستوى التوازن المفضي للاعتدال الإنساني في نواحيه الفكرية، والوجدانية، والسلوكية، بعيداً عن الصراط المستقيم الذي حدّد الله سبحانه معاملة، انطلاقاً من أصل وجود هذه النفس ووصولنا إلى نهاية الرحلة



الهوامش:

- ١- أبو إسحاق الشاطبي، الموافقات في أصول الشريعة، بيروت، د، ط، د، ت، ص ٥١٠.
- ٢- أبو الحسن أحمد بن فارس بن زكريا، مقاييس اللغة، تحقيق: أنس محمد الشامي، القاهرة: دار الحديث، د، ط، ١٤٢٩هـ، (٢٠٠٨م)، ج ١، ص ٩٥٤.
- ٣- أبو القاسم الحسين بن محمد الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن، تحقيق: صفوان عدنان الداودي، دمشق: دار القلم، ط ١، ١٤١٢هـ، ج ١، ص ٨٦٩.
- ٤- انظر: محمد بن مكرم بن علي ابن منظور، لسان العرب، القاهرة: دار الحديث، د، ط، ١٤٢٠هـ، ٢٠٠٣م، ج ٩، ص ٢٩٣.
- ٥- أبو عبد الله محمد بن عمر بن الحسن بن الحسين الرازي، مفاتيح الغيب، بيروت: دار إحياء التراث العربي، ط ٣، ١٤٢٠هـ، ج ٢٩، ص ٣٤٣.
- ٦- توشيهيكو إيزوتسو، الله والإنسان في القرآن، ترجمة: هلال محمد الجهاد، بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية، ط ١، ٢٠٠٧م، ص ٦٤.
- ٧- فضل الرحمن مالك، المسائل الكبرى في القرآن، ترجمة: محمد أعفيف، الكويت: جداول للنشر والترجمة والتوزيع، ط ١، ٢٠١٣م، ص ٧٣.
- ٨- محمد الطاهر بن عاشور، التحرير والتنوير، ص ٢٨٣.
- ٩- مفاتيح الغيب، مرجع سابق، ج ٢٩، ص ٣٤٢.
- ١٠- سيد قطب، في ظلال القرآن، بيروت: دار الشروق، ط ١٧، ١٤١٢هـ، ج ٤، ص ١٩٣١.
- ١١- عبد الله دراز، دستور الأخلاق في القرآن، مؤسسة الرسالة، ط ١٠، ١٩٩٨م، ج ١، ص ١٩٣.
- ١٢- طه عبد الرحمن، دين الحياة من الفقه الائتماري إلى الفقه الائتماني، بيروت: المؤسسة العربية للفكر والإبداع، ج ٣، ص ٤٨.
- ١٣- المرجع نفسه، ص ٤٩.
- ١٤- انظر: المرجع نفسه، ص ٧٨، ٧٩، بتصرف.
- ١٥- المرجع نفسه، ص ١١١.
- ١٦- ابن عاشور، التحرير والتنوير، مرجع سابق، ج ٣٠، ص ٢٨٧، ٢٨٨.
- ١٧- كاظم الحسيني الحائري، تزكية النفس، مؤسسة الفقه للطباعة والنشر، ط ١، ١٤٢١هـ، ص ٨١.



الرياضةُ النَّفسيةُ في ميزانِ الإسلام

(قراءة في نظرية الترويح عن النفس في الإسلام)

د. أحمد عطية *

لم ينحصر اهتمام الإسلام بالرياضة على بناء الجسد فقط، أو بناء الكيان المادي للإنسان بناءً صحيحاً يقوى به على أداء العبادة والتكاليف التي افترضها الله تعالى عليه، وهذا وإن كان أمراً له ميزانه ومكانته في الإسلام، فإنَّ هناك وجهةً أخرى اهتم بها الدين الإسلامي اهتماماً يضاهي اهتمامه ببناء الجسد، وربما أشد في بعض الأوقات، وهي رياضة النفس ومحاولة تعهدها بين الفَيئَةِ والأخرى بما يعينها ويُخرجها عن الملل والضيق والشعور بالرغبة في عدم مواصلة السير في الحياة.

إنَّ الإنسان مادة وروح، لا خلاف في هذا، وانطلاقاً من تكاملية الدين الإسلامي فإنه اهتم بهما معاً اهتماماً يعكسُ هذا التوجه الفريد في بناء الإنسان بناءً شمولياً لا يقتصر على شقٍ دون آخر. بل الأكثر من ذلك فقد حذر الإسلام من الاهتمام ببناء شقٍ على حساب شقٍ آخر، ويبيِّن مآلات ذلك وخطورته، وتلك فريدة من فرائد الدين الإسلامي، فالإسلام لم يتوقف اهتمامه على الحث على مسألة تكاملية بناء الإنسان، بل عرض لما هو أخطر من ذلك بأن بيَّن خطورة اختلال مسألة التكاملية هذه وانحيازها لشقٍ دون آخر، سواء شقِّ البناء المادي أو النَّفسي.

لقد ذمَّ الله سبحانه وتعالى المنافقين في القرآن الكريم، وكان من مناط ذمِّهم أن وصفهم الله تعالى بالخشبِ المُسنَّدة التي لا روح فيها، فقد قال الله تعالى في سورة (المنافقون)

(*) كبير الباحثين بمركز المخطوطات، مكتبة الإسكندرية- دكتوراه في الأدب العربي، كلية دارالعلوم، جامعة القاهرة.

﴿وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ كَأَنْهُمْ خُشْبٌ مِّنْ مَّسْنَدَةٍ يَّحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعُدُوَّ فَاخْذِرْهُمْ قَاتِلْهُمْ اللَّهُ أَنْتَ يُوَفُّكَونَ﴾^(١)

إِنَّ مَنْ يَقِفُ عَلَى هَذِهِ الْآيَةِ يَدْرِكُ إِدْرَاكًا كَامِلًا بِمَدَى اهْتِمَامِ الْإِسْلَامِ بِالنَّفْسِ الْبَشَرِيَّةِ وَسَبَلِ بِنَائِهَا وَرِيَاضَتِهَا وَتَعَاهِدِهَا لِدَرَجَةِ أَنْ وَصَلَ بِهِ الْأَمْرُ أَنْ ذَمَّ هَؤُلَاءِ الَّذِي اتَّصَفُوا بِقُوَّةِ الْأَبْدَانِ عَلَى حِسَابِ أَنْفُسِهِمْ فَوْصَفَهُمْ بِالخُشْبِ الْمَسْنَدَةِ.

قال القرطبي في تفسير هذه الآية: «شَبَّهَهُمْ بِخُشْبٍ مِّنْ مَّسْنَدَةٍ إِلَى الْحَائِطِ لَا يَسْمَعُونَ وَلَا يَعْقِلُونَ، أَشْبَاحُ بِلَا أَرْوَاحٍ وَأَجْسَامٌ بِلَا أَحْلَامٍ»^(٢).

وهنا مناطُ الخطورة التي حذَّرَ منها الإسلام وحال بين المسلم والوقوع فيها، وهي أن يتحول المسلم إلى جسد بلا روح أشبه ما يكونُ بأعجازِ النخل الخاوية التي لا قيمة لها؛ لذلك اهتم الإسلام بصحة النفس وسلامتها تلك التي عليها مدار حياة الأجساد.

وانطلاقاً من هذا فقد اتَّخَذَ الْإِسْلَامُ عِدَّةَ سَبِيلٍ لَتَحْقِيقِ أَوْ تَفْعِيلِ مَسْأَلَةِ الرِّيَاضَةِ النَّفْسِيَّةِ فِي حَيَاةِ الْإِنْسَانِ حَتَّى يَتِمَّ تَحْفِيزِ النَّفْسِ عَلَى مَوَاصِلَةِ السَّيْرِ دُونَ تَبَرُّمٍ أَوْ

ضيق أو ضجر، والتعريف بهذه السبل ونشرها أمر في غاية الأهمية بالنسبة لأفراد المجتمع الإسلامي؛ فهي بنفس المنزلة التي تحتلها سبل بناء الجسد في المجتمع المعاصر، ولإدراك حجم الخلل في مجتمعنا الإسلامي علينا متابعة ما يُنشر من إعلانات على التلفاز أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي تهتم بالرياضة الجسدية وبناء الجسد، ولا نجدُ من بينها ما يهتم بريضة النفس وبنائها على الرغم من أنَّها في نفس المنزلة أو أعلى منها.

إِنَّ هَذَا الْخَلْلَ خَلَقَ فِي مَجْتَمَعَاتِنَا الْإِسْلَامِيَّةِ أَجْسَامًا بِلَا أَرْوَاحٍ بِالْفِعْلِ، وَمَا يَتَّبِعُ مِنْهُ الْمَجْتَمَعُ الْإِسْلَامِيُّ مِنْ مَشْكَالَاتٍ أَخْلَاقِيَّةٍ كَبْرَى يَرْجِعُ بَعْضُ أَسْبَابِهَا إِلَى الْجَهْلِ بِالنَّفْسِ الْبَشَرِيَّةِ وَسَبَلِ بِنَائِهَا وَرِيَاضَتِهَا.

إِنَّ هَذِهِ الْمَسْأَلَةَ -الرِّيَاضَةُ النَّفْسِيَّة_- مِنْ أَهَمِّ الْمَسَائِلِ الَّتِي يَنْبَغِي أَنْ تُفَعَّلَ فِي الْمَجْتَمَعِ الْإِسْلَامِيِّ، وَأَنْ تَكُونَ مَنَاطَ اهْتِمَامٍ بِشَكْلِ قَوِيٍّ فِي مَسَائِلِ الْإِعْدَادِ وَالتَّرْبِيَةِ، وَذَلِكَ لِأَنَّ الْجَهْلَ بِهَا يَخْلُقُ إِمَّا حَالَةَ مِنَ التَّشَدُّدِ أَوْ حَالَةَ مِنَ الْإِنْفِلَاتِ، وَهُمَا مِنْ أخطر أمراض المجتمعات في واقعنا المعاصر، فالتشدد ناتج عن

الضغط على النفس بشتى السبل لإقامتها على طريق معين بحجة عدم اتباع الهوى والانحدار بها نحو الضلال، وبالتالي يتولد عن هذا الضغط والتشدد نفوساً تُغيّر نظرة أصحابها إلى المجتمعات وتضفي فهماً جديداً ربما يميل نحو الشطط والتطرف. والأمر نفسه في الزاوية الأخرى، تلك التي تميل ناحية الانفلات الذي هو أخطر داءٍ أخلاقي أُبتليت به المجتمعات المعاصرة؛ لذلك حرص الإسلام على الوسطية، تلك التي تترجم بشكل أكيد واقعية الدين الإسلام في بناء الإنسان بشكلٍ تكاملي.

غَايَةَ الأَمْرِ إِنَّ مِنَ السُّبُلِ الكُبْرَى التي اتَّخَذَهَا الإسلام في مسألة الرياضة النفسية بنائه لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام، وهي نظرية كاملة لها من العمق والمكانة بحيث يجعلها أساساً لكلِّ ما قام من نظريات حاولت التقريب بين الجسد والروح، أو الموازنة بينهما. وإنَّ النظرة المنصفة للإسلام لا يمكن أن تُغمَضَ حقَّه في هذه النظرية التي أسس لها وكان له السبق فيها.

يظنُّ البعضُ أنَّ المسلم مادام قد دخل في دائرة الإسلام، تلك التي تقيّد بعض

المباحات التي لا تتفق ومبادئ هذا الدين، فإنَّ المسلم عليه أن يعيش حياته عابس الوجه مهموماً، هذا فهم خاطئ عن الإسلام، فالإسلام دين أقل ما يمكن أن يقال عنه أنه يعرف الموازنة بين الجسد والروح، بل لقد أبدع الإسلام في مسألة التوازن هذا بحيث جعله نموذجاً فريداً لا يمكن أن تدانيه كلُّ تلك الفلسفات والصحاح التي نادى بحقوق الإنسان، وانشغلت بقضايا الجسد على حساب الروح، ثم انغمست في مشاكل المساواة بين الرجل والمرأة دون أن تعبأ بمسألة التوازن الداخلي هذه التي يتوقف عليها مسألة مهمة جداً وهي بناء الفرد من حيث كونه بنية اجتماعية، أو نواة لتكوين مجتمعات صالحة للتعايش على ظهر الأرض.

إنَّ الإسلام حثَّ على الترويح عن النفس، بل جعله مبدأ من مبادئ الإسلام، وغايته الكبرى في ذلك هو أن تستعيد تلك النَّفس نشاطها وتقوى على العبادة ومواصلة السير على طريق الله تعالى.

وهنا نقطة مهمة لا بد من الإشارة إليها قبل مناقشة قضية الترويح عن النفس باعتبارها أحد مبادئ الإسلام، وهي أن

هذه القضية -الترويح عن النفس- من وجهة النظر الإسلامية وسيلة لا غاية، فالإسلام يتخذها وسيلة مهمة لبعث النشاط في النفس التي تكاسلت أو شعرت بنوع من الضَّجْر والملل حتى تستعيد مكانتها مرة أخرى وتقوها في سعيها المنشغل بالأخرة لا المتوقف عند حدود الدنيا بملذاتها وشهواتها.

لقد أقام الإسلام نظريته عن الترويح عن النفس الإنسانية على أسس مهمة وجعل لها ضوابط تحكمها، وبين أهميتها في حياة المسلم والمجتمع الإسلامي، وحدد خصائصها التي تختص بها، وبين أهدافها التي من أجلها نشأت هذه النظرية.

هذه هي الأطر العامة لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام، وهي أُطرٌ في غاية الأهمية؛ وذلك لأنَّ هذه النظرية تمثل الأرضية المهمة لموضوع الرياضة النفسية في ميزان الإسلام.

ولكن قبل مناقشة هذه الأطر في هذه الدراسة التي تحاول أن ترسخ لقضية الرياضة النفسية في ميزان الإسلام من خلال ربطها بنظرية الترويح عن النفس، لا بد أن نناقش عدة مسائل مهمة تمثل التمهيد لهذه النظرية، وذلك

من قبيل تعريف الترويح لغة واصطلاحًا، ودلالة المعنى الاصطلاحي للترويح على الغاية التي قام الإسلام ببناء هذه النظرية.

إنَّ الوقوف على المعنى اللغوي للفظ الترويح يجدها تدور حول هذه الدائرة التي تقصد إدخال السرور والفرح على النفس لاستعادة همتها مرة أخرى، فهي مأخوذة من مادة (رَوَحَ) التي تدور حول معاني السعة والفسحة والانبساط، يقول ابن فارس في مقاييس اللغة: الرَّاءُ وَالْوَاوُ وَالْحَاءُ أَصْلٌ كَبِيرٌ مُطَرِّدٌ، يَدُلُّ عَلَى سَعَةٍ وَفُسْحَةٍ وَاطْرَادٍ^(٣). إذن فالمادة اللغوية تدور حول السعة، والفسحة، والانبساط، وإزالة التعب والمشقة، وإدخال السرور على النفس، والانتقال من حال إلى آخر أكثر تشويقًا منه.^(٤)

ويقول ابن الأثير: يُقَالُ: أَرَّاحَ الرَّجُلُ وَاسْتَرَّاحَ إِذَا رَجَعَتْ نَفْسُهُ إِلَيْهِ بَعْدَ الإِعْيَاءِ^(٥).

إلى غير ذلك من تلك المعاني اللغوية التي تدل على أنَّ هذه اللفظة (الترويح) تدور حول السعة والانبساط المراد إدخالها على النفس حتى تستعيد نشاطها مرة أخرى.

أمَّا الجانب الاصطلاحي الذي يدور

حول تعريف الترويح في الإسلام فيقصد به في الغالب إدخال السرور على النفس والتفيس عنها ومحاوله تشييطها بطرق مشروعة حتى تستعيد قوتها، وهذا عين رياضة النفس في الإسلام، أي محاولة التسرية عنها وفتح آفاق أخرى أمامها بدل تلك الحالة التي تتحرك داخلها، فأصابها من جرّاء ذلك الضّجر والملل.

فالترويح «كل استمتاع مُثمرٍ ومُشروعٍ بوقت فراغ الإنسان، بما يعود على الإنسان بالنفع وعلى المجتمع بالنمو والتّقدم»، أو هو: حسن استثمار وقت فراغ الإنسان، بما يحقق له الانتعاش والسعادة وتجديد طاقته الفعلية والجسمية»^(٦).

إنّ كل المحاولات التي قدّمت تعريفات اصطلاحية لموضوع الترويح عن النّفس في الإسلام دارت حول هذا المغزى المهم الذي يتمثل في محاولة تسليّة النّفس وتسرّيتها والتفريح عنها وبعث النشاط بين جنباتها مرة أخرى لتستعيد قوتها في الحياة.

ولقد وردت إلينا بعض الأقوال المهمّة التي تمثّل المهاد الإسلامي لتلك النظرية، فضلاً عن حديثنا عن أسس بنائها، ذلك

المهاد الذي يعكس لنا فهمًا صحيحًا لمقصود الترويح في الإسلام، يقول عبد الله بن مسعود رضي الله عنه: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَخَوَّلُنَا بِالْمُوعِظَةِ مَخَافَةَ السَّامَةِ عَلَيْنَا»^(٧). ويقول أبو الدرداء رضي الله عنه: «إِنِّي لِأَسْتَجِمُّ قَلْبِي بِشَيْءٍ مِنَ اللَّهِو، لِيَكُونَ أَقْوَى لِي عَلَى الْحَقِّ»^(٨).

ومعلوم أنّ اللهو هنا هو اللهو المباح، فما كان لأبي الدرداء رضي الله عنه ليلهو بشيءٍ يُغضبُ الله تعالى.

وكذلك قول الإمام علي رضي الله عنه: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْأَبْدَانُ، فَابْتَغُوا لَهَا طَرَائِفَ الْحِكْمَةِ»^(٩).

إنّ هذه الأقوال تمثّل المهاد العملي لهذه النظرية، وتُدلّل على أنّ العقل الإسلامي قد استوعبها منذ فترة مبكرة من عمر الدعوة الإسلامية.

وإنّ مسألة الاستيعاب هذه مهمة في بيان الدور الذي قام به النبي صلى الله عليه وسلم في مجتمع الصحابة، والأثر الكبير للدين الإسلامي في نفوسهم.

على أية حال إنّ نظرية الترويح عن النفس في الإسلام، التي تمثّل المهاد النظري لمسألة الرياضة النفسية من المنظور الإسلامي، يمكن الحديث عنها



وقبل الحديث عن هذه الأسس المختلفة لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام يجب أن ننبه أن الإسلام راعى في دعوته إلى الترويح طبيعة النفس البشرية التي تميل بعد كل جهد وتعب إلى السآمة والملل، وبالتالي لا بد من تحفيزها مرة أخرى لمواصلة السير، وقد تمثل هذا الحافز في مسألة الترويح التي نحن بصدد الحديث عنها. أي إن هذه النظرية هي جزء من طبيعة فهم الإسلام للنفس البشرية ومراعاتها، وليست نظرية دخيلة نادى بها البعض فاعتمدها

-كما بينّا- من خلال عدّة محاور تتمثل في أسس هذه النظرية، وضوابطها، وأهميتها، وخصائصها، وأهدافها. هذه هي الدائرة التي يمكن الحديث من خلالها عن هذه النظرية:

أولاً: أسس نظرية الترويح عن النفس في الإسلام

إنّ هذه الأسس تمثّل أيضًا أسس مسألة الرياضة النفسية في ميزان الإسلام، أي المنطلقات التي انطلقت منها اهتمامات الإسلام بالرياضة النفس.

الإسلام تحت مبدأ اتفاقها مع المصلحة العامة، وفرق بالطبع بين الأمرين.

إنَّ ما نود أن نثبت هنا أنَّ الإسلام في طبيعته يراعي النفس البشرية، فهو دين سماوي أنزله خالق النفس سبحانه وتعالى، ولم ينتظر صحاحات من هنا وهناك تطلب مراعاة النفس بحوانبها المختلفة التي تتراوح بين الجلدة وحب المرح والتفكُّه.

على أية حال إنَّ نظرية الترويح عن النفس في الإسلام اشتقت أسسها التي قامت عليها من المصدرين الكبيرين للإسلام، وهما القرآن الكريم والسنة المشرفة، وبالتالي فإنَّ أسس بنائها أسسٌ إسلامية خالصة ليس فيها تأثير بمبادئ أخرى دخيلة على الفكر الإسلامي.

أولاً: القرآن الكريم

تمثَّل بعض الآيات القرآنية أساساً مهمماً لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام، وهو أساسٌ من الأسس التي يمكن من خلالها التدليل على أنَّ نظرية الترويح عن النفس في الإسلام جزء مهم من الفهم الإسلامي لطبيعة النفس البشرية.

وسوف نقتصر هنا على بعض الآيات القرآنية فقط في محاولة لفهم آيات

القرآن الكريم للترفيه عن النفس والترويح عنها:

يقول الله سبحانه وتعالى في سورة القصص: ﴿وَابْتَغِ فِيهَا أَتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾^(١٠).

إنَّ هذه الآية جاءت ضمن خطاب القرآن الكريم لفارون الذي بَغَى وتكَبَّرَ بهاله ووطنَّ أَنَّهُ إِنَّا أوتيه على علم عنده ونسي فضل الله تعالى عليه، وقد نقل الإمام القرطبي في تفسيره «الجامع لأحكام القرآن» رأي الإمام مالك رحمه الله تعالى في تفسير قوله تعالى «وَلَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا» فقال: وقال مالك: هو الأكل والشرب من غير سرفٍ»^(١١).

ثم أورد القرطبي ما قاله ابن العربي في التعليق على فهم الإمام مالك لهذه الآية الكريمة، يقول القرطبي: «قَالَ ابْنُ الْعَرَبِيِّ: أَرَى مَا لِمَا أَرَادَ الرَّدَّ عَلَى الْغَالِيْنَ فِي الْعِبَادَةِ وَالتَّقَشُّفِ، فَإِنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يُحِبُّ الْحُلُوءَاءَ، وَيَشْرَبُ الْعَسَلَ، وَيَسْتَعْمِلُ الشَّوَاءَ، وَيَشْرَبُ الْمَاءَ الْبَارِدَ»^(١٢).

وقال الإمام ابن كثير في تفسير قول الله

تعالى «وَلَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا»: مِمَّا
 أَبَاحَ اللهُ فِيهَا مِنَ الْمَأْكَلِ وَالْمَشَارِبِ
 وَالْمَلَابِسِ وَالْمَسَاكِينِ وَالْمَنَآكِحِ، فَإِنَّ لِرَبِّكَ
 عَلَيْكَ حَقًّا، وَلنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا،
 وَلأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِرِزْوَرِكَ عَلَيْكَ
 حَقًّا، فَآتِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ»^(١٣). إلى

غير ذلك من تلك التفسيرات التي تتفق
 مع دعوة الإسلام للترويح عن النفس،
 وتتخذ هذه الآية من الأسس الداعية إلى
 ذلك، صحيح أنه من بين التفسيرات
 القرآنية ما حملها على غير هذا الوجه
 وعلى رأسهم الطبري في كتابه «جامع
 البيان في تأويل القرآن» وقد نقل في
 تفسيره آراء الصحابة والتابعين في فهم
 هذه الآية وتفسيرها، والتي تدور في
 مجملها حول العمل بطاعة الله تعالى^(١٤)،
 ولكن تبقى آراء الإمام مالك وابن
 العربي وابن كثير متسقة مع الفهم العام
 لنظرية الترويح في الإسلام.

ومن الآيات القرآنية التي تمثل أساسًا
 مهمًا من أسس الإسلام الداعية إلى
 الترويح عن النفس البشرية قول الله
 سبحانه وتعالى على لسان إخوة يوسف
 عليه السلام: «أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ
 وَيَلْعَبْ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ»^(١٥).

واللَّعْبُ المقصودُ في الآية هو اللعب

المباح وإلا لما قبله يعقوب عليه السلام
 وهو نبي، وقبوله يدل على أنه لا بأس أن
 يأخذ المسلم نفسه بنوع من اللهو
 واللعب المباح للخروج بها من الكآبة
 والسامة والملل إلى الجدة والنشاط
 والإقبال على الحياة.

قال أبو جعفر الطبري في تفسير هذه
 الآية: «لِأَنَّ الْقَوْمَ إِنَّمَا سَأَلُوا أَبَاهُمْ
 إِرْسَالَ يَوْسُفَ مَعَهُمْ، وَخَدَعُوهُ بِالْخَبْرِ
 عَنْ مَسْأَلَتِهِمْ إِيَّاهُ ذَلِكَ عَمَّا لِيُوسُفَ فِي
 إِرْسَالِهِ مَعَهُمْ مِنَ الْفَرَحِ وَالشُّرُورِ،
 وَالنَّشَاطِ بِخُرُوجِهِ إِلَى الصَّحْرَاءِ
 وَفُسْحَتَيْهَا وَلِعَبِهِ هُنَالِكَ، لَا بِالْخَبْرِ عَنْ
 أَنْفُسِهِمْ»^(١٦).

وقال الإمام القرطبي في شرح هذه
 الآية: «وَقِيلَ: الْمُرَادُ بِاللَّعْبِ الْمُبَاحِ مِنَ
 الْإِنْسِاطِ، لَا اللَّعْبُ الْمُحْظَرُ الَّذِي هُوَ
 ضِدُّ الْحَقِّ، وَلِذَلِكَ لَمْ يُنْكَرْ يَعْقُوبُ قَوْلَهُمْ
 «وَنَلْعَبُ»»^(١٧).

إنَّ معظم التفسيرات التي دارت حول
 هذه الآية تؤكد هذا المعنى بما يرسخ
 فكرة الترويح عن النفس في الإسلام،
 حتى تفسيرات العصر الحديث قد
 استلهمت هذه الفكرة أيضًا، يقول
 الطاهر بن عاشور في تفسير «التحرير
 والتنوير»: «وَاللَّعْبُ: فِعْلٌ أَوْ كَلَامٌ لَا

يُرَادُ مِنْهُ مَا شَأْنُهُ أَنْ يُرَادَ بِمِثْلِهِ نَحْوُ الْجُرْيِ وَالْقَفْزِ وَالسَّبْقِ وَالْمَرَامَةِ، نَحْوُ قَوْلِ امْرِئِ الْقَيْسِ: فَظَلَّ الْعُدَارَى يَرْتَمِينَ بِشَحْمِهَا يَفْصِدُ مِنْهُ الْإِسْتِجْمَامَ وَدَفَعَ السَّامَةَ. وَهُوَ مُبَاحٌ فِي الشَّرَائِعِ كُلِّهَا إِذَا لَمْ يَصِرْ دَابًّا. فَلَا وَجَهَ لِتَسَاوُلِ صَاحِبِ «الْكَشَافِ» عَلَى اسْتِجَارَةِ يَعْقُوبَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - هُمْ اللَّعِبُ»^(١٨).

لقد مثلت الآيتان السابقتان وما دار حولهما من تفسيرات أرضاً صلبة لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام ممَّا يرسِّخُ لتاريخ هذه النظرية بشكل يجعلها إسلامية النشأة بشكل أكيد.

ثانياً: السنة النبوية

أمَّا المصدر التشريعي الثاني وهو السنة النبوية فقد وردت فيه أحاديث كثيرة تمثل أسس نظرية الترويح عن النفس في الإسلام باعتبارها نظرية كاملة المقومات إسلامية النشأة، لها أسس وضوابط وأهداف تسعى لتحقيقها في الحياة.

والشيء المهم الذي يجب الالتفات إليه في مسألة تناول السنة لقضية الترويح عن النفس في الإسلام أنَّ هذا التناول جاء صريحاً مباشراً، فالنصوص النبوية التي حثت على هذه المسألة جاءت

مباشرة دون أن تُكْنِي أو تعرِّض بالأمر، وهذا يعكس مدي فهم الإسلام متمثلاً في مصدره الثاني للشرع للنفس البشرية وآليات بنائها والتعامل معها، ولعل هذا يفسر لنا حقيقة مهمة تتمثل في بيان السبب الذي من أجله ترك الإسلام هذا الأثر الكبير في نفوس أتباعه في هذه الفترة القليلة من الزمن.

لقد فهم النبي صلى الله عليه وسلم نفوس أصحابه فهماً جيداً، أو علمه ربُّه سبحانه وتعالى آليات التعامل مع النفس البشرية فطبقتها تطبيقاً مباشراً على جيل الصحابة، فتركت أكبر الأثر في نفوسهم.

لقد تضمَّنت السنة النبوية المشرفة عدة أحاديث تعالج قضية الترويح عن النفس في الإسلام، وهي في معالجتها هذه تبدو متقدمة على كلِّ برامج العلاج النفسي التي حاول العلماء من خلالها ضبط إيقاع النفس البشرية وتوازنها، لقد أحدث الإسلام ثورة كبرى - إن صح التعبير - في هذا المجال، فهو لم يدعو إلى الترويح عن النفس فقط بحجة الفرار من الضجر والملل وعدم الإقبال على الحياة، وإنما وضع ضوابط لهذا الترويح حتى لا تنفك النفس البشرية



إلى أسر الشهوات. فقد أحدث الإسلام
ميزاناً قوياً بين التروح عن النفس وبين
اتباع رغباتها وشهواتها، وهذا من روائع
نظرية الإسلام في الترويح عن النفس،
أو بالأدق من الخصائص الكبرى لتلك
الثورة التي أحدثها الإسلام في قضية
معالجة النفس البشرية ومحاولة الأخذ
بيدها نحو استمرار الحياة واتصالها بما
يفيد الإنسان والمجتمع الذي يعيش فيه.

وسوف نكتفي في هذا السياق، سياق
معالجة السنة النبوية لقضية الترويح عن
النفس في الإسلام بثلاثة أحاديث نبوية
فقط نلقي الضوء من خلالها على هذه
المعالجة التي مثلت سبقاً إسلامياً حقيقياً
في هذا المجال.

فمن الأحاديث النبوية الشريفة التي
عالجت مسألة الترويح عن النفس في
الإسلام ما أخرجه الإمام مسلم من
طريق أبي عثمان النهدي، عَنْ حَنْظَلَةَ
الْأَسَدِيِّ، قَالَ: - وَكَانَ مِنْ كُتَّابِ
رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ:
لَقِينِي أَبُو بَكْرٍ، فَقَالَ: كَيْفَ أَنْتَ؟ يَا

حَنْظَلَةُ قَالَ: قُلْتُ: نَأْفَقُ حَنْظَلَةَ، قَالَ: سُبْحَانَ اللَّهِ مَا تَقُولُ؟ قَالَ: قُلْتُ: نَكُونُ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ، حَتَّى كَأَنَّا رَأَيْ عَيْنَ، فَإِذَا خَرَجْنَا مِنْ عِنْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، عَافَسْنَا الْأَزْوَاجَ وَالْأَوْلَادَ وَالضَّيْعَاتِ، فَنَسِينَا كَثِيرًا، قَالَ أَبُو بَكْرٍ: فَوَاللَّهِ إِنَّا لَنَلْقَى مِثْلَ هَذَا، فَاَنْطَلَقْتُ أَنَا وَأَبُو بَكْرٍ، حَتَّى دَخَلْنَا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قُلْتُ: نَأْفَقُ حَنْظَلَةَ يَا رَسُولَ اللَّهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «وَمَا ذَاكَ؟» قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ نَكُونُ عِنْدَكَ، تُذَكِّرُنَا بِالنَّارِ وَالْجَنَّةِ، حَتَّى كَأَنَّا رَأَيْ عَيْنَ، فَإِذَا خَرَجْنَا مِنْ عِنْدِكَ، عَافَسْنَا الْأَزْوَاجَ وَالْأَوْلَادَ وَالضَّيْعَاتِ، نَسِينَا كَثِيرًا فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ إِنْ لَوْ تَدُومُونَ عَلَى مَا تَكُونُونَ عِنْدِي، وَفِي الذُّكْرِ، لَصَافَحْتَكُمْ الْمَلَائِكَةُ عَلَى فُرْشِكُمْ وَفِي طُرُقِكُمْ، وَلَكِنْ يَا حَنْظَلَةَ سَاعَةً وَسَاعَةً» ثَلَاثَ مَرَّاتٍ (١٩).

قال الملا علي القاري الهروي (ت ١٠١٤) في شرح هذا الحديث: «يعني لا يكون الرجل منافقا بأن يكون في وقت على الحضور وفي وقت على الفتور، فمن ساعة وساعة الحضور تؤدون

حُفُوقَ رَبِّكُمْ، وَفِي سَاعَةِ الْفُتُورِ تَقْضُونَ حُطُوظَ أَنْفُسِكُمْ، وَيُجْتَمَلُ أَنْ يَكُونَ قَوْلُهُ: سَاعَةً وَسَاعَةً لِلتَّرْخِيسِ أَوْ لِلتَّحْفِظِ لِئَلَّا تَسَامَ النَّفْسُ عَنِ الْعِبَادَةِ. وَحَاصِلُهُ أَنْ يَا حَنْظَلَةَ هَذِهِ الْمُدَاوِمَةُ عَلَى مَا ذُكِرَ مَشَقَّةٌ لَا يُطِيقُهَا كُلُّ أَحَدٍ فَلَمْ يُكَلِّفْ بِهَا، وَإِنَّمَا الذُّكْرُ يُطِيقُهُ الْأَكْثَرُونَ أَنْ يَكُونَ الْإِنْسَانُ عَلَى هَذِهِ الْحَالَةِ سَاعَةً، وَلَا عَلَيْهِ بِأَنْ يَصْرِفَ نَفْسَهُ لِلْمُعَافَسَةِ الْمَذْكُورَةِ وَغَيْرِهَا سَاعَةً أُخْرَى، وَأَنْتَ كَذَلِكَ فَأَنْتَ عَلَى الصِّرَاطِ الْمُسْتَقِيمِ، وَلَمْ يَحْضَلْ مِنْكَ نِفَاقٌ فَطُ كَمَا تَوَهَّمْتَهُ، فَأَنْتَ عَنِ اعْتِقَادِ ذَلِكَ فَإِنَّهُ مِمَّا يُدْخِلُهُ الشَّيْطَانُ عَلَى السَّالِكِينَ، حَتَّى يُغَيِّرَهُمْ عَمَّا هُمْ فِيهِ، ثُمَّ لَا يَزَالُ يُغَيِّرُهُمْ كَذَلِكَ إِلَى أَنْ يَتْرُكُوا الْعَمَلَ رَأْسًا» (٢٠).

أما الحديث الثاني الذي يمثل أساسا من السنة النبوية لنظرية التريح عن النفس في الإسلام ما أخرجه الإمام البخاري في «الأدب المفرد» عن بكر بن عبد الله قال: «كَانَ أَصْحَابُ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَتَبَادَحُونَ بِالْبَطِيخِ، فَإِذَا كَانَتْ الْحَقَائِقُ كَأَنوَاهُمْ الرَّجَالُ» (٢١).

ومعنى يتبادحون أي يترامون، والبَدْخُ: رميك بالشيء فيه رخاوة كالحنظل ونحوه (٢٢). وهذا يدل على مكانة المزاح

ذلك - من خلال البشر أنفسهم -
بالموازنة بين متطلبات الروح والجسد،
وكذلك الموازنة بين شقي النفس
البشرية.

ضوابط نظرية الترويح عن النفس في الإسلام:

هذه هي النقطة الثانية في هذه النظرية
وهي مسألة الضوابط التي وضعها
الإسلام للترويح عن النفس حتى لا
تتفلت ناحية اتباع الشهوات، وهو أمر
يشهد بعقورية الإسلام في هذا الجانب،
وسوف أشير لهذه الضوابط - إن شاء
الله تعالى - بنوع من الإجمال غير المخل؛
حتى لا تخرج هذه الدراسة عن المقدار
المحدد لها، وتمثل هذه الجوانب فيما
يلي:

أولاً: الأصل في الترويح الإباحة

إنَّ الأصل في نظرية الترويح في الإسلام
إباحة كل ما يدعو إلى الترويح ثم
استثناء المحرم أو المكروه منه، لا
العكس، وهذا يوسِّعُ من دائرة الترفيه
والاستمتاع بالحياة أمام النفس البشرية،
وهي فسحة كبرى من الدين الإسلامي
لمعتنقيه ليعلم الناس أنَّ الإسلام دين
يدعو إلى الإقبال على الحياة وتعميرها

في حياة الصحابة عليهم رضوان الله
تعالى، وعلى أنَّ هذا الجانب كانت له
مساحة في حياتهم، وكانت لديهم القدرة
في التفرقة بين الجِدِّ والهزل، ففي حالة
الجِدِّ كانوا هم الرجال.

والأمر الجدير بالذكر في هذا الباب أنَّ
النبي صلى الله عليه وسلم لم ينههم عن
ذلك لعلمه صلى الله عليه وسلم بطبيعة
النفس البشرية.

أمَّا الحديث الثالث في هذا المجال ما
أخرجه الإمام البخاري في الأدب
المفرد، والإمام أحمد في مسنده،
والترمذي في سننه من حديث أبي هريرة
رضي الله عنه قال: «قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ،
إِنَّكَ تُدَاعِبُنَا، قَالَ: «إِنِّي لَا أَقُولُ إِلَّا
حَقًّا» (٢٣).

وهذا نص صريح على المداعبة التي
وضع لها الرسول صلى الله عليه وسلم
ضابطاً بحيثُ تدورُ إطار قول الحق،
وهو ضابط مهم وضعه النبي صلى الله
عليه وسلم لضبط مسألة المزاح
والمداعبة هذه.

إنَّ هذه الأحاديث النبوية تمثل أساساً
مهماً لنظرية الترويح عن النفس في
الإسلام، وتؤكد سبق الإسلام بأفكاره
الكبرى لكلِّ النظريات التي نادى بعد



الترويح وسيلة لتخلُّص النفس من الضجر والملل والسأم والكآبة وذلك للإقبال على الحياة مرة أخرى، فالأصل هو الجد والاجتهاد حتى يستثمر الإنسان دنياه لآخרתه، ويأتي الترويح وسيلة تستعين بها النفس على ما يصيبها من الفتور والملل لتواصل السير بعد ذلك.

والاستمتاع بها والسعادة فيها. ومن قواعد الإسلام الكبرى المقررة في الشرع أَنَّ الْأَصْلُ فِي الْأَشْيَاءِ الْإِبَاحَةُ حَتَّى يَدُلَّ الدَّلِيلُ عَلَى التَّحْرِيمِ^(٢٤).

ثانياً: الترويح وسيلة لا غاية

هذا ضابط مهم من ضوابط نظرية الترويح في الإسلام، وهو يتمثل في أَنَّ



الأعمال الدرامية الخادشة للحياء بحجة أنها ترويح عن النفس، أو حضور بعض الحفلات الغنائية التي ينتشر فيها العُرْي بحجة الترويح على النفس، فهذا وذاك حرام لا مرأى فيه.

ومن المخالفات الشرعية في موضوع الترويح في الإسلام أن يكون فيه اختلاط بين الرجال والنساء قال الله

ثالثاً: ألا يكون في الترويح عن النفس مخالفة شرعية

ومعنى ذلك أنّ ما يقوم به المسلم من ترويح عن نفسه وتنفيس عنها ومحاولة تحفيزها وتنشيطها ينبغي ألا يكون به مخالفة شرعية، فإن كان به ذلك فهو حرام، لا يجوز إطلاقاً القيام به، فلا يصح على سبيل المثال مشاهدة بعض

تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ﴾ (٢٥)،
 وألا يكون فيه كذب وافتراء لحديث
 النبي صلى الله عليه وسلم: «وَيْلٌ لِلَّذِي
 يُجَدِّثُ فَيَكْذِبُ لِيُضْحِكَ بِهِ الْقَوْمَ، وَيَلُّ
 لَهُ وَيَلُّ لَهُ» (٢٦).

رابعاً: ألا يتجاوز الحد فيشغل الإنسان عن الواجبات الشرعية

فمن المعلوم أن الترويح عن النفس
 وسيلة، ولكن ينبغي لهذه الوسيلة ألا
 تخرج عن حدها الموضوع لها، بحيث
 تشغل الإنسان عن واجباته الشرعية
 التي أمره الله تعالى بأدائها، فلا ينبغي
 على سبيل المثال أن ينشغل الإنسان
 بالترفيه والترويح عن النفس دون أن
 يؤدي الصلاة المكتوبة على سبيل المثال،
 هنا يخرج الترويح من المباح إلى الحرمة.

خامساً: ألا يكون النشاط الترويحي ضاراً بممارسته

ومعنى ذلك ألا يقع على الإنسان أي
 ضرر في ممارسة النشاط الترويحي،
 وذلك لأن الضرر بالجسد منهى عنه،
 وكذلك الضرر بالنفس وما يترتب عليه
 من آلام نفسية للإنسان، فقد قال النبي
 صلى الله عليه وسلم: «لا ضرر ولا

ضرار» (٢٧)

وأي ضرر يقع على الإنسان من جراء
 ممارسته النشاط الترفيهي يجعله يدخل
 في دائرة النشاط المنهني عنه.

خصائص نظرية الترويح عن النفس في الإسلام:

نعرض فيما بقي من هذه الدراسة لبعض
 خصائص نظرية الترويح عن النفس في
 الإسلام لنؤكد من خلالها اكتمال هذه
 النظرية، فلها أسس قامت عليها،
 وضوابط تحكمها وخصائص تتصف
 بها، وهي أمور ضرورية لأي نظرية
 حتى تكتمل أركانها. ومن هذه
 الخصائص ما يلي:

أولاً: تحقيق الموازنة بين جوانب الإنسان المختلفة

إن من خصائص نظرية الترويح عن
 النفس في الإسلام أنّها تخلق توازناً بين
 جوانب الإنسان المختلفة، وهذا هدف
 كبير من أهدافها، وخصيصة مهمة من
 خصائصها، فهي تُخرج النفس من
 سأمها ومللها، ولكن تضبط إيقاع
 ذلك الخروج بحيث لا يتخطى حدود
 المقبول ويدخل في دائرة الرغبات

والشهوات.

ما يناسبه بشرط ألا يتجاوز في ممارسته الحدَّ المسموح به.

ثانيًا: الشمولية

رابعًا: كونه عبودية لله تعالى

فالترويحُ عن النفس في الإسلام غايته الكبرى تحفيزُ النفس على طريق الله تعالى، وبالتالي فهو عبودية لله تعالى، لأنه يجعل النفس تتخلى عن الملل والسأم والكآبة وتنطلق نحو الجد والنشاط ومواصلة السير. وهذا الفهم عن نظرية الترويح عن النفس في الإسلام فهمٌ عميق، وقد وعى الصحابة رضوان الله عليهم هذا المقصد جيدًا، فقال سيدنا معاذ بن جبل رضي الله عنه: «وَأَحْتَسِبُ فِي نَوْمِي مِثْلَ مَا أَحْتَسِبُ فِي قَوْمِي» (٢٨).

وهذا نوع من الفهم العميق لنظرية الترويح عن النفس في الإسلام، وهو أمر يؤكد مدى عمق هذه النظرية من ناحية، وكذلك فهم الصحابة لها من ناحية أخرى، ثم يعكس بعد ذلك تلك الأسبقية التي يتمتع بها الإسلام في ترسيخ أسس هذه النظرية، نظرية الترويح عن النفس في الإسلام.

وتنبعثُ هذه الشمولية من أمرين مهمين؛ الأمر الأول شمولية أدوات الترويح عن النفس، أي ما يمكن أن يستخدمه الإنسان في الترويح عن نفسه، فالأصل فيها الإباحة، والتحریم قيد على ما يخرج عن الحد. وأيضًا شمولية تناول في كل ما يختص بالروح والنفس والجسد، وهذه خصيصة مهمة من خصائص نظرية الترويح عن النفس في الإسلام.

ثالثًا: ثابتة المعالم متجددة الوسائل

إنَّ الأطر الكبرى لنظرية الترويح في الإسلام ثابتة، ومعالمها واضحة وثابتة، أمَّا الوسائل التي يمكن أن تتحقق بها فمتجددة، فأى شيء يروح عن الإنسان في الحياة فهو مقبول بشرط ألا تكون فيه مخالفة شرعية، هذا هو الشرط الوحيد فقط، أما ما عداه فمباح لا شيء فيه، فنظرية الترويح الإسلامية لم تحدد أشياء بعينها تدور عليها عملية الترويح عن النفس وإنما تركت الباب مفتوحًا أمام الإنسان ليختار من بين أدوات الترويح

- ١- سورة المنافقون: الآية رقم ٤.
- ٢- انظر: الجامع لأحكام القرآن، لأبي عبد الله القرطبي، تحقيق: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دارالكتب المصرية - القاهرة، الطبعة: الثانية، ١٣٨٤هـ، ١٩٦٤م، ١٨/١٢٥.
- ٣- مقاييس اللغة، لابن فارس، تحقيق عبد السلام هارون، دارالفكر، ١٣٩٩هـ: ٤٥٤/٢.
- ٤- مقال بعنوان: الترويح عن النفس في الإسلام، لفیصل بن علي البعداني، موقع الألوكة بتاريخ ١٢/١١/١٤٣٠هـ.
- ٥- النهاية في غريب الحديث والأثر، لابن الأثير الجزري، تحقيق طاهر أحمد الزاوي - محمود محمد الطناحي، المكتبة العلمية - بيروت، ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م: ٢/٢٧٤.
- ٦- الترويح في المجتمع الإسلامي: حدوده وأهدافه، حلقة بحث الترويح في المجتمع الإسلامي: ص ١٤٨. (نقلًا عن الترويح عن النفس في الإسلام).
- ٧- أدب المجالسة وحمد اللسان، لابن عبد البر القرطبي (ت ٤٦٣هـ)، تحقيق: سمير حلي، دار الصحابة للتراث - طنطا، الطبعة: الأولى، ١٤٠٩ - ١٩٨٩، ص ١٠٧.
- ٨- قُوت المُلوِّب في معاملة المحبوب، أبو طالب المكي (ت ٣٨٦هـ)، تحقيق د.عاصم إبراهيم الكيالي، دارالكتب العلمية، بيروت، لبنان، ط ٢، ١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م: ٢/٢٥٧.
- ٩- أدب المجالسة وحمد اللسان، ص ١٠٧.
- ١٠- سورة القصص، الآية ٧٧.
- ١١- الجامع لأحكام القرآن، لشمس الدين القرطبي، تحقيق أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دارالكتب المصرية - القاهرة، الثانية، ١٣٨٤هـ - ١٩٦٤م، ١٣/٣١٥.
- ١٢- السابق نفسه.
- ١٣- تفسير القرآن العظيم، لأبي الفداء ابن كثير، تحقيق سامي بن محمد سلامة، دارطبعة للنشر والتوزيع، ط ٢، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م: ٦/٢٥٣.
- ١٤= جامع البيان في تأويل القرآن، لأبي جعفر الطبري، تحقيق أحمد محمد شاكر، مؤسسة الرسالة، بيروت، ط ١، ١٤٢٠هـ: ١٢٣/٦٢٣.
- ١٥- سورة يوسف، الآية ١٢.
- ١٦- جامع البيان عن تأويل أي القرآن، لأبي جعفر الطبري، لأبي جعفر الطبري، تحقيق الدكتور عبد الله بن عبد المحسن التركي بالتعاون مع مركز البحوث والدراسات الإسلامية بدار هجر الدكتور عبد السند حسن يمامة، دار هجر للطباعة والنشر والتوزيع والإعلان، ط ١، ١٤٢٢هـ - ٢٠٠١م: ١٣/٢٥.

- ١٧- الجامع لأحكام القرآن: ١٣٩/٩.
- ١٨- التحريروالتنوير، للطاهر بن عاشور. الدار التونسية للنشر - تونس، ١٩٨٤ هـ: ٢٢٧/١٢.
- ١٩- المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم (صحيح مسلم)، للإمام مسلم بن الحجاج النيسابوري (ت ٢٦١ هـ)، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ٢١٠٦/٤.
- ٢٠- مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، لعلي بن سلطان محمد القاري الهروي (ت ١٠١٤ هـ)، دار الفكر، بيروت، لبنان، ط ١، ١٤٢٢ هـ، ١٥٥٠/٤.
- ٢١- الأدب المفرد، للإمام محمد بن إسماعيل البخاري (ت ٢٥٦ هـ)، تحقيق سمير بن أمين الزهيري، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، ط ١، ١٤١٩ هـ- ١٩٩٨ م.
- ٢٢- غرب الحديث، لأبي سليمان الخطابي (ت ٣٨٨ هـ)، تحقيق عبد الكريم إبراهيم الغرابوي، خرج أحاديثه: عبد القيوم عبد رب النبي، دار الفكر - دمشق، ١٤٠٢ هـ- ١٩٨٢ م: ٣/١١٤.
- ٢٣- الأدب المفرد، للإمام البخاري، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، دار البشائر الإسلامية، بيروت، ط ٣، ١٤٠٩ هـ، ص ١٠٢ - سنن الترمذي، تحقيق شاكر وآخرون: ٣٥٧/٤.
- ٢٤- الأشباه والنظائر، لجلال الدين السيوطي، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان، ١٤١١ هـ، ص ٦٠. وانظر كذلك: الترويح عن النفس في الإسلام، لفيصل بن علي البعداني، مقال على شبكة الألوكة.
- ٢٥- سورة الأحزاب، الآية ٥٣.
- ٢٦- سنن أبي داود: ٢٩٧/٤.
- ٢٧- مسند أحمد، لأبي عبد الله أحمد بن حنبل (ت ٢٤١)، شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة، ط ١، ١٤٢١ هـ: ٥٥/٥.
- ٢٨- التمهيد لما في الموطأ من المعاني والأسانيد، لابن عبد البر، مصطفى بن أحمد العلوي، محمد عبد الكبير البكري، وزارة عموم الأوقاف والشؤون الإسلامية - المغرب، ١٣٨٧ هـ: ٢٠٤/٤.



الصحة النفسية والروحية كما صورها الإمام الغزالي في كتابه كيمياء السعادة

د. أحمد عبد الرحيم *

مقدمة:

لا يُقصد بالصحة النفسية والروحية فحسب سلامة النفس من منغصاتهما التي تكون عائقًا لصاحبها في مواصلة حياته؛ وإنما يسبق ذلك بيان الوسائل التي تُدَلِّل لتلك النفس طرق الاستقامة، وتمهّد لها مقومات الصحة.

وليس بعجيب أن يأخذ معنى الكيمياء عند الصوفية بُعدًا روحيًا يتماشى في جوهره مع المعنى الحقيقي للكلمة، فنراه في مصطلحاتهم أنه: «تهذيب النفس باجتناّب الرذائل، وتزكيتها عنها، واكتساب الفضائل، وتحليتها بها»^(١).

أما كتاب كيمياء السعادة فهو عنوانٌ مُصنّف لم تُعتد العرب سماعه في مُصنّفاتها، بإضافة كلمة السعادة إلى الكيمياء، وهذا عين ما قصده الإمام الغزالي حينما عنوان لأحد كتبه بهذا العنوان بقوله: «والمقصد من كيمياء السعادة، أن يتطهّر الإنسان من كلّ ما يجد في نفسه من صفات النقص، ويتزین بكل ما يجد فيها من صفات الكمال، وجماع ذلك كلّهُ أن يتحوّل عن الدنيا، ويلتجأ بكلّيته إلى الله»^(٢).

(* باحث أول بمركز الدوحة الدولي لحوار الأديان - دكتوراه في الآداب واللغات الشرقية) العربية والفارسية (كلية الآداب - جامعة الإسكندرية).

والإمام الغزالي (٤٥٠ : ٥٠٥ هـ)
حُجَّةُ الإسلام أبو حامد محمد بن
محمد بن محمد بن أحمد الطُّوسِيّ
الشافعيّ^(٣) قَمَّةُ سَامِقَةٍ فِي سَمَاءِ الْفِكْرِ
الإسلاميِّ؛ فهو الفقيه الأصوليِّ،
الزاهد الصوفيِّ، الفيلسوف المتكلم،
تشعبت في بحر علمه المعارف؛ فحُقِّقَ
ألا يتبوأ مكانته عالمٌ أو عارف،
واستحق أن يُلقَّبَ - لا غيره - بِحُجَّةِ
الإسلام.

وكتاب كيمياء السعادة أحد
مصنفاته التي كتبها في أواخر عمره
حين اعتكافه للتدريس، وقد كتبه
باللغة الفارسية، ويكاد يُرى اتفاقاً
فيما ذُكر من معلوماتٍ بالعربية
والفارسية حول كتاب كيمياء
السعادة أنه ملخصٌ لكتاب إحياء
علوم الدين الشهير للإمام الغزالي؛
لاتفاق موضوعاته وعناوينه مع
كتاب الإحياء.

وفي بيان مجمل للصحة الجسدية
والنفسية والروحية كما صورها الإمام
الغزالي في كتابه كيمياء السعادة يقول:
«اعلم أن الإنسان في هذه الدنيا يحتاج
إلى شيئين: أولهما: أن يحافظ على قلبه،
ويتقي أسباب فساده. وثانيهما: أن

يحافظ على جسده، ويتقي أسباب
مرضه. والحفاظ على القلب يكون
بتعهد تغذيته بقوته، وقوت القلب
معرفةُ الله ومحبته سبحانه وتعالى؛
فمن المعلوم أن غذاء أيِّ شيء يكون
بمقتضى طبعه، وقد جُبلَ القلبُ على
المحبة، فكانت من طبعه، واختصَّ
بذلك الإنسان؛ ولذلك كان سبب
فساد قلب الإنسان استغراقه في المحبة
لشيء غير الله. وأمَّا ضرورة الحفاظ
على الجسد فلاجل القلب؛ وذلك
لأنَّ الجسدَ فانٍ، والقلبَ باقٍ، وإنَّ
مثل الجسد والقلب كمثل الحاجِّ
والراحلة التي يركبها، وحاجته إليها
في طريق الحج؛ فقد جعل الجمل
لخدمة الحاج، وليس الحاجُّ في خدمة
الجمل؛ ومع ذلك كان من الضروري
للحاج تعهُّد الجمل بالطعام والشراب
والرعاية، لكن هذه الرعاية تكون
بقدر حاجته إليه؛ ليصل إلى الكعبة،
أمَّا إن صرفَ الحاجُّ كلَّ وقته في رعاية
الجمل، والاجتهاد في إطعامه؛ فلا
شكَّ ستمضي القافلة بدونه ويهلك.
هكذا؛ فعلى الإنسان أن يكونَ تعهُّده
لجسده كلَّ يوم، واجتهاده في توفير
قوته، والابتعاد عن أسباب هلاكه؛
حتى لا تفوته سعادته. وجسد

ومعرفة الله، ومعرفة الدنيا، ومعرفة
الآخرة».

الأصل الأول: معرفة النفس

استهل الإمام الغزالي بالتساؤل
الذي يتبادر في ذهن كل إنسان عند
الحديث عن النفس والروح؛ ألا وهو
ما حقيقة النفس وطبيعتها؟ وفي ذلك
يقول: «فالواجب على كل إنسان أن
يعرف حقيقة نفسه، ما هي؟ ومن
أين هي؟ وأين ستذهب؟ ولماذا
خُلقت؟ وأي مصير ينتظرها؟ وأن
يعرف أيضاً كيف تسعد؟ وبأي شيء
تسعد؟ وكيف تشقى؟ وبأي شيء
تشقى؟ وأن يعرف أن خلقه ما هو إلا
نفحة من خلق الله، وصفاته من
صفاته، وتصرفاته وتدبيره لمملكته
التي هي جسده وأعضاؤه صورة
لتدبير الله للكون. وتفصيل ذلك:
أولاً: أن يعرف الإنسان بداية خلقه
وتكوينه؛ فهو قبل سنوات لم يكن
شيئاً، ولا اسم له، ولا صورة، كما
قال عز وجل: ﴿هَلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ
حِينٌ مِّنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُن شَيْئاً مَّذْكُوراً﴾^(٥).
أمّا حقيقة الروح، وأي شيء هي؟
وما صفاتها؟ وغير ذلك من الأسئلة؛
فلا نعرف لها جواباً في شريعتنا، ولم

الإنسان في هذه الدنيا يحتاج إلى ثلاثة
أشياء: الطعام والكساء والسكن،
فالتعام والشراب لأجل غذائه،
والكساء والسكن لأجل حمايته من
الحر والبرد؛ وبهذا يتعد عن أسباب
هلاكه، واحتياجات الجسد في هذه
الدنيا لا تزيد على هذا، وأصل الدنيا
فقط في هذا»^(٤).

وسوف يتناول هذا البحث قسماً
واحداً من ذلك، وهو «مقومات
الصحة النفسية والروحية» بحسب
تتبع الإمام الغزالي لها في كتابه كيمياء
السعادة.

المحددات الأربعة للصحة النفسية والروحية:

وضع الإمام الغزالي محددات
وأصولاً أربعة يمكن من خلالها أن
يتطهر الإنسان من كل ما يجد في نفسه
من صفات النقص، ويتزین بكل ما
يجد فيها من صفات الكمال، وجماع
ذلك كله أن يتحوّل عن الدنيا،
ويلتجأ بكلّيته إلى الله، وهذه المحددات
وضع لها أصولاً معرفية أربعة كانت
هي - في رأيه - الأسباب الحقيقية
لسعادة الإنسان في الدارين الدنيا
والآخرة، وهي: «معرفة النفس،

يَرِدُ فِي سَنَةِ النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - جَوَابًا عَنْهَا، قَالَ تَعَالَى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي﴾^(١). فالروح من عالم الأمر؛ أي من الأمور الإلهية، وليست من عالمنا في شيء، قال تعالى: ﴿أَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ﴾^(٧) «^(٨). وفي ذلك يقرّر أصلاً إسلامياً ثابتاً، وهو: «إنَّ معرفة حقيقة الروح أمرٌ صعب، يحتاج لمجاهدةٍ وصبر، وليس لنا - على الحقيقة - معرفةٌ به، ولا نستطيع له شرحاً، كما أنه ليس لنا في بداية طريق إيماننا لذلك سبيلٌ ولا حاجة، ولكن من صاحب المجاهدة، وخبَرَ طريقها، فحديثي سيكون معه هو، حول معرفة حقيقة الروح، تلك المعرفة التي هي من كمال الهداية، كما قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾^(٩) «^(١٠).

ويأتي بعد ذلك التفصيل بأهم ما سوف يعرض له في سائر كتابه وهو أنّ مفتاح معرفة الله - عزَّ وجلَّ - معرفة النفس؛ ولذلك قالوا: «من عرف نفسه فقد عرف ربه»^(١١). ولأجل ذلك أيضاً قال تعالى: ﴿سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ

حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾^(١٢). فالنفس مرآة الحق؛ من يراها يره، ومن يعرفها يعرفه. وأكثر الخلق لا يعرفون أنفسهم، وهم عن معرفة الحق سبحانه غافلون؛ من هنا فلا بدّ من تلك المعرفة التي هي مرآة المعرفة الأولى؛ معرفة الحق. يقول: «ومن يتفكّر في نفسه، ويتدبّر خلقها، والعجائب والحكم والمنافع جزئياتها وتفصيلاتها؛ يبلغ كمال العلم، ويرى من خلال ذلك الحق - تبارك وتعالى -، ومن يجمع ذلك، مع تفكّره في مدى احتياجه الضروري لكلّ ما خلقه الله من أجله، حتى ولو للزينة والجمال، هذا مع التفكّر في خلق نفسه؛ كلُّ ذلك - ولا بد - سبيلٌ لإدراك رحمة الله - عزَّ وجلَّ - ولطفه. من هذا الوجه تكون معرفة النفس مفتاحاً ومرآة لمعرفة الحق سبحانه وتعالى»^(١٣).

الأصل الثاني: معرفة الله

أول ما يُطالعنا به الإمام الغزالي عن معرفة الله سبحانه يتمثل في تقديس الحقّ سبحانه أي تنزيهه عن كلّ تصوّرٍ ووهم، وأنّه لا يُجَدُّه مكان، وإن كان هو متصرفاً بكلّ مكان: «إنَّ

على الإنسان أن يعلم أن عِلْمَ الله - عز وجل - بالغُ نهاية الكمال، وأنه بكلُّ شيءٍ محيط، ولا يغيب عنه أيُّ شيءٍ في هذا العالم، ولو اجتمع كلُّ العقلاء، وأفنوا أعمارهم متفكرين كي يخلقوا ولو عضواً واحداً من هذه الأعضاء؛ لما استطاعوا، بل أكثر من ذلك لو تصوّروا صورةً أخرى قريبة المثل من الصورة التي خلقت عليها هذه الأعضاء فلن يستطيعوا»^(١٤).

وفي ارتباط هذا الأصل بسعادة الإنسان يضع الإمام الغزالي رافدين لهذه السعادة وهما (المعرفة والعبادة)، وأنَّ سعادةَ الإنسانِ في معرفته لربه وفي عبادته وعبوديته له: «لقد عُرِفَ أنَّ ذاتَ الله - تبارك وتعالى - وصفاته مُنزهةٌ عن التشبيه والمثال، وعُرِفَ كذلك أنها مُنزهةٌ عن أن يحدّها مكان، وكان المفتاح لذلك هو معرفة النفس. يبقى أن نعرفَ باباً آخر من أبواب معرفة الله - عز وجل -، وهو معرفة سلطانه سبحانه في مملكته، وكيف يكون، وعلى أيِّ وجه، وأمره للملائكة، وتوكيلهم بسلطان تنفيذ الأعمال بأيديهم، ونفاذ تلك الأوامر الإلهية من السماء إلى الأرض، وتدبير السموات والأفلاك، ورفع أعمال

أهل الارض إلى السماء، ومفتاح الأرزاق وتقديرها في السماء، وكيفية حدوث كلِّ هذا، وهذا بابٌ عظيمٌ في معرفة الباري سبحانه وتعالى، وهذه المعرفة تسمى (المعرفة العملية)، كما تُدعى (معرفة الذات والصفات)»^(١٥).

أمَّا كون العبادة والعبودية سبباً للسعادة؛ فذلك لأنَّ: «غايةَ الإنسان أن يدركه الحق؛ فيموت (وإِلَيْهِ الْمَرْجِعُ وَالْمَصِيرُ)»^(١٦)، وكلُّ ما هو مستقرٌّ مُقامه مع الإنسان فالسعادة به باقية، ومحبته تكون أكمل، ويزيد على ذلك أنَّ اللذة والراحة هما في مشاهدة المحبوب، ومحبة الله بالقلب لا تتمكّن منه إلا بمعرفته سبحانه وكثرة ذكره، فكلُّ مُحِبٍّ دائمٍ الذِّكْرَ لمحوبه، وكلِّما كثر ذِكْرُ الحبيب كلما زادت محبته؛ ومن أجل ذلك أوحى إلى داوود عليه السلام: «أنا بُدِّك اللازم؛ فالزم بُدِّك»^(١٧)؛ أي: إنني سَنَدُك ودواؤك، وحاجتك وسعادتك معي؛ فلا تغفل عن ذكري ساعة»^(١٨).

ثم يُفصّل في سبيل الجمع بين ذكر القلب والعبادة الظاهر: «مخالطة الذكر للقلب تكون بمصاحبه الدائمة، والمواظبة على العبادة، ومجافات الشهوات، وكسر علاقتها



والآخرة هما حالتان: الأولى: قبل الموت- الذي أنت منه أقرب- وهي ما تسمى الدنيا، والحالة الأخرى: تلك التي بعد الموت، والتي تسمى الآخرة»^(٢١).

كما يُمثّل لمن يذهب هذا المذهب ويصفه بأنه قد نسي نفسه قبل أن ينسى خالقه: «إن مثل مَنْ يَنْسُونَ أنفسهم، وَيَنْسُونَ الْحَقَّ الَّذِي خُلِقُوا لأجله؛ كمثل الحاج الذي ينسى نفسه وكعبته وسفره، وينشغل بجمله وراحلته. وهذه هي حقيقة الدنيا، وكما قيل: "كل من يقف بباب الدنيا ويطلبها، لن يستوفي كماها، وكل من لا تتطلع عينه للآخرة، ولا يطلب من

بالقلب، والتفرُّغ للعبادة، فقمع المعصية سبباً لصفاء القلب، ومداومة الطاعة سبباً للذكر، وهذان السببان هما سبب المحبة، وبذرة السعادة التي هي الفلاح؛ ولأجل ذلك قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّىٰ وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّىٰ﴾^(١٩)،^(٢٠).

الأصل الثالث: معرفة الدنيا

لا يختلف الغزالي كما لا يختلف غيره من العلماء المسلمين على أنه لا انفصام بين الدين والدنيا: «اعلم أن الدنيا منزل من منازل الدين، ومعبّر للمسافرين إلى حضرة الذات الإلهية، وهي على الحقيقة سوق وُضع لهم ليتزودوا منه في رحلتهم. فالدنيا

الدنيا بقدر حاجته منها؛ فهو لم يعرفها على حقيقتها؛ وسبب هذا الجهل كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «احذروا الدنيا فإنها أكبر سحرًا من سحر هاروت وماروت»^(٢٢)^(٢٣).

فإن كانت الدنيا بهذا السحر؛ فوجب العلم بمكرها وخداعها بالخلق. «اعلم أن أيَّ إنسانٍ يحمل على عاتقه مراحل حياته، وكم سيبقى في الدنيا منذ كان في الأزل، وحتى يتركها إلى الأبد، فالحياة الدنيا كدربٍ مسافرٍ أوله مهد وآخره لحد، وبين ذلك منازل ومراحل معدودة، فالسنون منازل، والشهور معابر، والأيام أميال، والأنفاس خطوات، والمرء بين ذلك على الدوام سائر، والبعض قد قطع دربه ومضى، والبعض قد بقي له قليلاً من المعابر، وبعضهم بقي له الأقل، وهو مع ذلك مطمئنٌ ساكن، يتوهم البقاء هنا دائماً في هذي الديار وتلك المنازل؛ ليتدبر الأعمال، ويحقق الآمال؛ حتى تأتي عليه سنةٌ فلا يحتاج لشيء، وبينما هو على هذا الحال، يأتيه يومٌ آخر، فيودعه التراب»^(٢٤). ومع هذا التصور الذي يظهر فيه ذمُّ الدنيا إلا

أن الإمام الغزالي وبطبيعة فكره الفلسفي لا يفوته أن يذكر أنه ليس كل أمر من شؤون الدنيا مذموماً: «اعلم أنه بالرغم مما سبق من ذمِّ الدنيا؛ إلا إن ذلك لا يعني أن كل ما في الدنيا مذموم؛ بل إن هناك أشياء في الدنيا وليست من الدنيا، أي أن يكون العلم والعمل دنيوياً لكن لا يُراد به الدنيا، وإنما تكون له زاداً ورفيقاً للآخرة، أمّا علمه فيبقى معه بعينه، وأمّا عمله فإنه وإن كان ينقطع عنه؛ إلا إن أثره يبقى»^(٢٥).

الأصل الرابع: معرفة الآخرة

كما هو معلوم أن أن الموت هو أول منازل الآخرة؛ لكن الإمام الغزالي في شرحه لهذه الأصل لا يفصله معرفياً عن معرفة النفس ممثلاً لذلك وشارحاً: «اعلم أن حقيقة الآخرة لا يعلمها أيُّ إنسانٍ حتى يعلم حقيقة الموت، ولن يعلم حقيقة الموت أحدٌ حتى يعلم حقيقة الحياة، ولن يعلم حقيقة الحياة حتى يعلم حقيقة الروح؛ ومعرفة الروح الحقيقية للإنسان في معرفة نفسه، ومن المعلوم أنه لا يمكن أن يدرك أيُّ إنسانٍ حقيقة الروح؛ فذلك مستحيل،

كما لا يمكن كذلك معرفة الآخرة إلاَّ
 بالبصيرة، وكذلك لا يمكن معرفة الله
 إلاَّ بمعرفة النفس أولاً؛ لأن معرفة
 النفس مفتاح لمعرفة الحق، ومفتاح
 لمعرفة الآخرة، وذلك أصل الدين
 والإيمان بالله واليوم الآخر، وقد
 تقدّم الحديث عن هذه المعرفة، ولم
 يُرَخَّص لنا الكلام عن أيِّ سرٍّ من
 أسرار وصف الروح الأصلية»^(٢٦).

ثم يعرض لنا حقيقة الموت: «إن
 كان لا بدَّ أن تعلم حقيقة الموت؛
 فعليك أن تعلم بدايةً (ما هو الموت؟)
 اعلم أن للإنسان رُوحين: إحداهما
 من جنس أرواح الحيوانات، وهي ما
 نسميها الروح الحيوانية، والأخرى
 من جنس أرواح الملائكة، وهي ما
 نسميها الروح الإنسانية» الروح
 الحيوانية ومركبها وقلبها وهو
 الجسد. أمَّا الروح الإنسانية فليست
 من هذا العالم؛ إذ إنها من العالم
 العلوي، وجوهرها جوهر ملائكي،
 وهبوطها إلى هذا العالم غريبٌ عن
 أصل طبيعتها، ولكن هذه الغربة
 كانت لهدف وغاية، هي التزود بهداية
 الله - عزَّ وجل -؛ ومصدّقاً لقوله
 تعالى: ﴿قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا
 يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ

فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾^(٢٧)،
 وفي قول الحق سبحانه وتعالى:
 ﴿إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ * فَإِذَا
 سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي﴾^(٢٨)؛
 إشارة إلى الاختلاف بين الروحين،
 وأن إحداهما من طين، ويظهر ذلك
 في قوله تعالى: «سَوَّيْتُهُ»، أما قوله:
 «وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي» فهي دليلٌ
 على إضافة ذلك الخلق لتلك
 الروح الأولى»^(٢٩).

وهكذا فتلك الروح الحيوانية
 روحٌ سفلية، وسلامتها قائمة لا
 بمعرفة الطبيب؛ ليدفع عنها داءها
 ويحفظها من الهلاك، أمَّا الروح
 الإنسانية فروح علوية، وهي الروح
 الحقيقية، وسلامتها تكون بالعلم
 والأخلاق والتربية من الشريعة؛
 وذلك سبب صحتها وسلامتها.

وبطبيعة الاختلاف بين الروح
 الحيوانية والروح الإنسانية؛ كذلك
 فإن موتها لا بد أن يختلف: «وتموت
 الروح الحيوانية ويموت صاحبها إن
 أصابته شدةٌ عظيمة. وهذه الروح قد
 يسكن ويستقر بها المزاج؛ لكن بشرط
 - وهذا معنى لطيف - حينما تقبلُ
 قواها الحسية والحركية - كما قبلت

الملائكة السماوية - دستورَ الله الخالق سبحانه وتعالى، فاكتملت أنوارها»^(٣٠). هذا هو معنى موت الحيوانات، أما موت الإنسان فعلى وجهٍ آخر؛ «لأنَّ الإنسان يوجد فيه هذه الروح الحيوانية، وفيه أيضًا رُوحٌ أخرى قد سميناها الروح الإنسانية أو القلب، وقد مرَّ بنا الحديث عنها في بعض الفصول السابقة، وهذه الروح ليست من جنس الروح الحيوانية، فالروح الحيوانية جسمٌ هوائيٌّ لطيف مثل البخار، تمرُّ بصفاء ويسر؛ أمَّا الروح الإنسانية هذه فليست جسمًا ولا تقبل التقسيم، وهي محل معرفة الحق سبحانه وتعالى، فإن كان الله تعالى واحدًا سبحانه، ولا يقبل التقسيم، فمحل معرفته يكون كذلك واحدًا لا يقبل التقسيم»^(٣١).

وهذا المعنى الرائق يقتضي بيان حقيقة الإنسان روحًا وجسدًا؛ وأي الأصلين فيهما متقدم على الآخر: «إن الإنسان مُركَّبٌ من أصلين؛ الروح والجسد، فالروح رُبَّان، والجسد مَرَكَب، وهذه الروح كائنةٌ في الآخرة بما سيكون عليه الجسد نعيمًا أو عذابًا؛ إذ إن الجسد قالبٌ له وشريك، والجسد كذلك أيضًا صائرٌ لما ستكون عليه

الروح من نعيم، وهو ما نسميه الجنة الروحية، أو بما ستكون عليه الروح من عذابٍ وألمٍ وشقاء، وهو وهو ما نسميه الجحيم الروحي. أما الجنة والنار الظاهرة فحاصلهما أنهارٌ وأشجار، وحُورٌ وقصور، وطعامٌ وشراب، وغير ذلك في الجنة، أمَّا في النار فجحيمٌ وزقوم، وثعابينٌ وعقارب، وغير ذلك. فكيانك الحقيقي ليس جسدًا، إن تلف ومرض انتهيت؛ وإنما حياتك ووجودك الحقيقي في ذاتك. أما وصف تلك الذات فعلى قسمين؛ القسم الأول: الذات التي تشترك مع ذلك القلب الجسدي الذي يجوع ويعطش وينام، والذي لا يصحُّ بلا معدة أو أعضاء سليمة، والذي يتحلل ويتلف بالموت، والقسم الثاني: الذات التي لا يشترك معها شيءٌ، وهي محل معرفة الله - عزَّ وجل -، والسعادة بالقرب من جمال حضرته الإلهية، وهذه صفة ذاتٍ لك تبقى فيك؛ وهي معنى قوله تعالى: ﴿وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ﴾^(٣٢).

وإن تبدلت صفة الذات هذه إلى الجهل بالحق سبحانه وتعالى؛ صارت أيضًا صفة ذاتٍ لك، أو رثتك عمى البصر والبصيرة، وكانت بذرة شقائق



انقطاع تصرّفها في الجسد، ولا يعني الحشر والنشر والبعث إعادة ذلك الجسد مرةً أخرى؛ وإنما بعث الروح فيه، وإعادة تصرّفها مرةً أخرى، وقبول الجسد لذلك كما كان في ابتداء الخلق. والبعث أهون على الله وأيسر، فيعود الإنسان مرةً أخرى لنفس الجسد وبنفس الروح التي خلقت فيه، أعني إعادة الروح الإنسانية وأعضاء الجسد أيضًا إلى مكانهما، والبعث أيسر ولا شكّ من الإيجاد من العدم.

﴿وَمَنْ كَانَ فِي هَذِهِ أَعْمَىٰ فَهُوَ فِي الْآخِرَةِ أَكْمَىٰ وَأَضَلُّ سَبِيلًا﴾^(٣٣). من هنا لن تعرف بأيّ حال من الأحوال حقيقة موتك؛ إلا إذا عرفت هاتين الروحين، والفرق بينهما، وتعلّقك بأيهما يكون»^(٣٤).

ويُجمل مقصده عن بيان حقيقة الروح والموت بقوله: «حقيقة روح الإنسان في ذاته وليست في جسده، وقوام ذاته وصفاتها غنيّةٌ ومستغنيّةٌ عن أيّ قالبٍ وشكلٍ، ومعنى الموت لا ينسحب على الروح؛ وإنما يعني

- ١- الكاشاني، اصطلاحات الصوفية، تحقيق عبد الخالق محمود، دار المعارف، القاهرة، ط ٢، ١٩٨٤م، ص ٨٧.
- ٢- الغزالي: كيميائى سعادت (كيميائى السعادة بالفارسية)، تصحيح: أحمد آرام، جلد اول، چاپ هفتم، تهران ١٣٣٤هـ، ١٩١٥م، ص ٣.
- ٣- الذهبي، سير أعلام النبلاء، مؤسسة الرسالة، ٢٠٠١م، ج ١٩، ص ٣٢٤.
- ٤- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة، ترجمة مقدمة كتاب كيميائى سعادت (كيميائى السعادة بالفارسية) للإمام الغزالي، ط ١، مكتبة الإسكندرية، ٢٠١٩، ص ٨٩.
- ٥- سورة الإنسان: الآية ١.
- ٦- سورة الإسراء: الآية ٨٥.
- ٧- سورة الأعراف: الآية ٥٤.
- ٨- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ١٦.
- ٩- سورة العنكبوت: الآية ٩٦.
- ١٠- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ٢١.
- ١١- يقول السيوطي: "قد كثر السؤال عن معنى الحديث الذي اشتهر على الألسنة: "من عرف نفسه فقد عرف ربه"، وربما فهم منه معنى لا صحة له، وربما نسب إلى قوم أكبر؛ فرقمتُ في هذه الكراسة ما يبيِّنُ الحالَّ ويزيلُ الإشكال، وفيه مقالات: المقال الأول: إن هذا الحديث ليس بصحيح، وقد سُئل عنه النووي في فتاويه فقال: إنه ليس بثابت، وقال ابن تيمية: موضوع، وقال الزركشي في الأحاديث المشتهرة: ذكر ابن السمعاني: إنه من كلام يحيى بن معاذ الرازي. المقال الثاني في معناه: قال النووي في فتاويه: معناه من عرف نفسه بالضعف والافتقار إلى الله والعبودية له: عرف ربه بالقوة والربوبية والكمال المطلق والصفات العُلَى...". انظر: السيوطي (جلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر)، الحاوي للفتاوى، دار الكتب العلمية، (١٤٠٢هـ-١٩٨٢م)، ج ٢، ص (٢٣٨، ٢٣٩).
- ١٢- سورة فصّلت: الآية ٥٣.
- ١٣- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ٦١.
- ١٤- المرجع السابق، ص ٥٩.
- ١٥- المرجع السابق، ص ٦٤.
- ١٦- إشارة إلى قوله تعالى: "هُوَ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ". سورة يونس: الآية ٥٦.

- ١٧- علي حسن علي الحلبي، إبراهيم طه القيسي، حمدي محمد مراد، موسوعة الأحاديث الضعيفة، حديث (٢٨٨٩٠، ٢٩٨٥٩)، كتاب الزهد والرفائق، ج ١٥، ص ٢٢٠.
- ١٨- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ٧٨.
- ١٩- سورة الأعلى: الآية (١٥، ١٤).
- ٢٠- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ٧٩.
- ٢١- المرجع السابق، ص ٨٨.
- ٢٢- أخرجه ابن أبي الدنيا والبيهقي في الشعب من طريقه من رواية أبي الدرداء الرهاوي مرسلًا وقال البيهقي أن بعضهم قال عن أبي الدرداء عن رجل من الصحابة قال الذهبي لا يدرى من أبو الدرداء قال وهكذا منكر لا أصل له. انظر: الحافظ العراقي، تخريج إحياء علوم الدين المسمى المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج ما في الإحياء من الأخبار، تحقيق أبو محمد أشرف عبد المقصود، ج ١، ط ١، مكتبة دار طبرية، الرياض، (١٤١٥ هـ- ١٩٩٥ م)، حديث ٣٢٠٧، ص ٨٧٧.
- ٢٣- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ٩٢.
- ٢٤- المرجع السابق، ص ٩٤.
- ٢٥- المرجع السابق، ص ٩٧.
- ٢٦- المرجع السابق، ص ١٠١.
- ٢٧- سورة البقرة: الآية ٣٨.
- ٢٨- سورة البقرة: الآية ٧٢.
- ٢٩- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ١٠٣.
- ٣٠- المرجع السابق، ص ١٠٤.
- ٣١- المرجع السابق.
- ٣٢- سورة الكهف: الآية ٤٦. "المَالُ وَالْبُنُوتُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا".
- ٣٣- سورة الإسراء: الآية ٧٢.
- ٣٤- أحمد عبد الرحيم: المعارف الأربعة (مرجع سابق)، ص ١٠١، ١٠٧.

هل تحمي الأديان أتباعها من الاضطرابات النفسية؟

الإسلام أنموذجا



د. رقية أهجو *

تمهيد:

إن الاضطرابات النفسية هي أمراض وحالات تؤثر سلبا على طريقة التفكير والشعور والتصرفات مع الذات ومع الآخرين، فهي تغيرات تنبعث من الداخل ومن النفس نفسها والتي قد تصبح دافعا لخلق شخصية صلبة وقوية ومبتكرة، كما أنها قد تتحول إلى مضخة تولد القتامة والسلبية وتميل إلى الهلاك والموت والفناء.

وقد أصبحت أعراض هذه الأمراض تظهر جليا وتنتشر بشكل مهول في السنوات القليلة الماضية، وتصدر إحصائيات سنوية مروعة حولها، وبحسب منظمة الصحة العالمية فإن ما يقارب مليار شخص في العالم يعاني من الاضطرابات النفسية ويمكن لأي شخص في أي مكان أن يتضرر منها، كما يعد الاكتئاب أحد الأسباب الرئيسية للمرض والإعاقة بين المراهقين والبالغين، ويعاني واحد من كل خمسة من الأطفال والمراهقين من أحد الاضطرابات النفسية، وغالبا ما يتوفى الأشخاص المصابون باضطرابات نفسية حادة مثل الفصام قبل عامة السكان بعشرة أو عشرين سنة^١.

ومن المعلوم أن كل الأديان والمبادئ الأخلاقية والإنسانية تدعو إلى ضرورة التحلي بكثير من الفضائل كالصدق والمحبة والعدالة وغيرها، إذ ليس هناك أي تعارض بين

(*) دكتوراه في العقائد والأديان السماوية - كلية الآداب والعلوم الانسانية جامعة محمد الخامس - الرباط - المغرب.

هذه المبادئ وبين الصحة النفسية، بل إن أولى مقومات الصحة النفسية هي الاتصاف والتحلي بتلك الأخلاقيات.

وإذا ما عدنا إلى التاريخ الإنساني منذ نشأته، نجد أن الإنسان عبر كل تلك العصور المختلفة كان دائم السعي والكفاح من أجل تحقيق تلك القيم التي تحقق له الاستقرار النفسي إلى جانب السلامة الجسدية، لأجل ذلك كانت الأديان بما تحمله من فضائل وشمائل هي الملجأ عند الغالبية.

إن العقائد الدينية؛ بحسب علماء الدين؛ تلعب دور صمام الأمان لكثير من التائهين في دروب الحياة، ففي الوقت الذي لا تملك فيه الفلسفات والأفكار البشرية إجابات مقنعة عن مجموع الأسئلة الوجودية التي طالما شغلت العقل الإنساني، وكانت دافعه الأساس من أجل التفكير والتبحر في الوجود بعمق، نجد الأديان تقدم تلك الإجابات، والتي تختلف بحسب ماهية المعتقد والدين.

وفي المقابل يرى علماء النفس وعلماء الاجتماع أن الارتقاء في أحضان المعتقدات الدينية؛ واعتناقها دوناً عن العلم والمعرفة والبحث في الأسباب

الحقيقية؛ ضرب من الجهل وغوص في عمق الحماقة والاستخفاف بالعقل البشري الذي لا يمكن له إلا أن يسلم بالمحسوسات والمؤشرات والدراسات.

وبين هذا وذاك يأتي السؤال الذي من أجله عقدت هذه الدراسة وهو: هل فعلا الأديان تحصى أتباعها ضد الأمراض النفسية؟ أم أنها مجرد ملاجئ لفئات كفرت بالعلم وفضلت الإيثار بالمتخيلات اللاواقعية؟

الدين والعلم والنفس:

يجمع العلماء ورجال الدين والمتخصصون في دراسة الأديان؛ أن هذه الأخيرة تمنح أتباعها يقيناً وطمأنينة وسكينة، وتجعل الإنسان المؤمن محاطاً بسياج من العفة الروحية والطهارة النفسية، لكونه يدرك بموجب إيمانه مقصد وجوده في الحياة، فتجده متصالحاً مع ذاته ونفسه راضياً بكل أحواله عاملاً من أجل تحقيق مقصد خلقه شاعراً بالهدوء متمكناً من آليات مواجهة مصاعب الحياة المختلفة، فإيمانه مصدر قوته وجلده وتحمله.

ويشاع في الأوساط الدينية أن انتشار أنماط الحياة المادية النابذة للدين والمعارضة لتعاليمه، يورث اكتساب

جملة من الآفات والأعراض التي تتطور لتصبح أمراضا نفسية مستعصية كالقلق والاكتئاب والخوف والرهاب والانتحار، والتي تدفع بصاحبها للدخول في دوامة من الأدوية والمهدئات المخدرة لفكره، والتي تحد من إنتاجيته وفعاليتها داخل المجتمع، فيتحول إلى شخص ينتج السلبيّة والقناتمة بدل أن يكون إنسانا فاعلا ومبدعا ومبتكرا ومساهما في التغيير.

وذهب عدد من المفكرين إلى اعتبار أن من أولى مسببات الأمراض النفسية المعاصرة هو الابتعاد عن الدين وازدراؤه؛ ومن هؤلاء نجد المفكر الهندي وحيد الدين خان الذي أفاض قال في كتابه (الإسلام يتحدى) أن «سبب الأمراض النفسية (نبت الدين والحرمان منه) حقيقة جلية اعترف بها علماء النفس، وقد لخص عالم النفس السويسري الشهير (C.G.Gung) تجاربه عنها في الكلمات التالية: طلب مني أناس كثيرون من جميع الدول المتحضرة مشورة لأمرضهم النفسية في السنوات الثلاثين الأخيرة، ولم تكن مشكلة أحد من هؤلاء المرضى الذين جاؤوا النصف الأول من حياتهم، وهو ما بعد ٣٥ سنة، إلا الحرمان من

العقيدة الدينية الصحيحة^٢.

ويؤيد الدكتور والمعالج النفسي مالك بدري هذا الطرح ويرى من خلال تجربته في الطب النفسي أن للدين تأثيرا حقيقيا على نفسية المرضى، ويحكي في كتابه (أزمة علماء النفس المسلمين) تجربته مع إحدى مريضاته، إذ كان يقوم بتلاوة سور من القرآن كتدعيم معنوي ونفسي لها، الأمر الذي أبدى نتائج لم يتوقعها؛ يقول: «داومت على تلاوة آيات القرآن- لها- التي تتناول مسألة غفران الله لجميع الذنوب وشرحت لها جميع ذلك في لغة مبسطة، وقد كانت تلك هي بداية لاعتراف عاطفي وتحسن سريع للغاية من خلال تطبيق الوسائل العلاجية السلوكية»^٣، الأمر الذي أثار اندهاش باقي المعالجين النفسيين، واعتُبر بمثابة دافع للبحث عن العلاقة الرابطة بين الدين وتحسين السلوك الإنساني؛ من خلال التساؤل حول اعتبارية النظريات العلاجية في علم النفس وكفايتها في ذلك، وكذا حول احتمالية الجمع بينها وبين الدين كوسيلة لتطبيب النفس والروح.

بالتالي فإن لهذا التيار أنصار كثر، يعظمون شأن الدين وينصبوه الحل

الأمثل لمواجهة الاضطرابات النفسية إجمالاً، ويرى هؤلاء أن للتدين «مزايا عديدة، منها أنه في أثناء الشدة يجلب للإنسان الراحة والأمل والمعنى، وذلك لارتباط التدين بتنشيط الطاقات العلاجية في الجسم البشري، وتحسين الوقاية من الأمراض النفسية وعلاجها، يضاف إلى ذلك أن المتدينين يمارسون أسلوب حياة صحي ويعيشون أعماراً أطول لأنهم يواجهون الضغوط بكفاءة»، كما أن حالة «الاستقرار الديني للأسرة توفر للفرد ثقة بالنفس وبالكون»^٥.

وهذه التغيرات التي يلحقها التدين بالنفس البشرية وإن كانت محط اهتمام البعض ويدافعون عنها باستماتة، فإن فريقاً آخر في الضفة المقابلة يرى العكس تماماً.

يرى المخالفون والرافضون لمبدأ الدين والتدين أن الأمراض النفسية لها دوافع أخرى بعيدة كل البعد عن الدين والايان، ويربطون ذلك بأسباب أخرى كاتساع فجوة الرعاية الأسرية، وغياب الخدمات الصحية النفسية الجيدة، إلى جانب الوصم والتمييز وانتهاكات حقوق الإنسان المنتشرة على نطاق

واسع، وكذا فقدان الإنتاجية الناجم عن الاكتئاب والقلق والعجز الاستثنائي^٦، وغير ذلك من الأسباب التي تسهم بشكل أو بآخر في انتشار الأمراض النفسية بعيداً عن الدين والتدين، ويقترح هؤلاء حلولاً وعلاجات أخرى لا ترتبط بالدين.

ويثير أصحاب هذا الطرح التساؤل حول طبيعة العلاقة بين العقائد الدينية والأمراض النفسية، فإن كانت الأديان فعلياً تمنح أصحابها اليقين والطمأنينة الكافية لمواجهة مصاعب الحياة وتحصنهم ضد الاضطرابات النفسية، فكيف يفسر تعرض بعض المتدينين لتلك المشاكل النفسية على مختلف مسمياتها ومستوياتها؟ بصيغة أخرى: هل الأديان فعلياً تكسب أصحابها حصانة حقيقية ضد الاضطرابات النفسية؟

وإذا ما تعمقنا في هذه النقطة نجد أن معارضي تدخل الدين؛ في القضايا الإنسانية وعلى رأسها علم النفس؛ يعتمدون غالباً في طرحهم على ثلاثة أسس أساسية وهي كالآتي:

○ الأساس الأول: بطل الانقلاب في البيولوجيا هو نيوتن، الذي عرض

والزلازل والأمراض، فأوجد فرضية يستغيثها لتنقذه من البلايا النازلة، وهكذا ظهرت الحاجة إلى شيء يجتمع الناس حوله، ولا يتفرون، فاستغل اسم الإله الذي تفوق قوته قوة الانسان، ويهرع الجميع إلى رضاه^٨.

وإذا ما وضع الدين في مقابل العلم، نجده أنها في نظر «الماديين العصريين، نقيضان لا يجتمعان وضدان لا يتفقان، لماذا؟ لأنهم قصروا الكون على المحسوسات وأنكروا ما وراءها جملة وتفصيلا (...). وتصوروا الدين الذي يرون عليه المتدينين من الخلط والخبط والبعد عن العقل»^٩.

إن هذا الصدام الحاصل بين رواد هاذين التيارين، كان له وقع على مستويين:

○ الأول: سلبي؛ انعكس على مستوى إعاقة تقدم الطب النفسي، وتفريعه إلى تفرعات لا تجدي نفعا في محاولة مساعدة المصابين بالاضطرابات النفسية الذين لا تغريهم كل تلك التناقضات الحاصلة، بقدر ما يهمهم مساعدتهم في الخروج من تلك الامراض التي أنهكت حياتهم وحياة من حولهم.

على الدنيا فكرة تثبت أن الكون مرتبط بقوانين ثابتة (...). ثم جاء بعد آخرون فأعطوا هذه الفكرة مجالا علميا أوسع، حتى قيل: إن كل ما يحدث في الكون من الأرض إلى السماء خاضع لقانون معلوم سموه قانون الطبيعة، فلم يبق للعلماء ما يقولون بعد هذا الكشف.

○ الأساس الثاني: وقد ازداد العلماء يقينا بعد البحوث العلمية في ميدان علم النفس، حين توصلوا إلى نتائج تثبت أن الدين نتاج اللاشعور الإنساني، وليس انكشافا لواقع خارجي. ويرى علم النفس الحديث أن العقل الإنساني مركب من شيئين هما: الشعور وهو مركز الأفكار التي تخطر على قلوبنا في ظروف عادية، واللاشعور وهو مخزن الأفكار التي مرت بنا ونسيناها، ولا تظهر إلا في أحوال غير عادية كالجنون والهستيريا^٧.

○ الأساس الثالث: هو التاريخ، يقولون إن القضايا الدينية وجدت لأسباب تاريخية أحاطت بالإنسان، فلم يكن في استطاعته أن يفلت من السيول والأعاصير والطوفانات

○ والثاني: إيجابي؛ يتمثل في انبعاث فريق ثالث من رحم الصدام يحاول إيجاد نقاط توافق بين النقيضين؛ ويعتبر فكتور فرانكل أحد هؤلاء؛ إذ حاول تطوير مفهوم آخر للعلاج النفسي يتلاقى كثيرا مع ما يقره الدين في النفس البشرية، وهي مدرسة العلاج بالمعنى، وتتلخص فكرته في ملاحظته لزملائه أثناء اعتقاله في سجون النازية والصورة التي كانت عليها نفسيتهم، فوجد أن أقلهم عناء وشقاء هم أولئك الذي يحملون معنى يدفعهم إلى الاستمرار في الحياة، ومن ثمة يحميهم من التبلد وافتقاد الدافعية، فالمرء بحسب فرانكل يتحكم في

قراره الداخلي حول التفاعل مع ظروفه، وعلى النقيضين قد يخرج فردان مرا بظروف واحدة؛ لذا فإن المعاناة قد تتوقف عن كونها كذلك إذا اكتسب صاحبها المعنى من ورائها^١.

من هنا صاغ فرانكل تيارا ثالثا يجمع بين التيارين معا، وأطلق عليه مصطلح «أنسنة الطب النفسي»، والذي يقصد منه الاهتمام بالإنسان من كونه إنسانا أولا وأخيرا وليس فأر تجارب للمختبرات، ففقدان البوصلة الوجودية وتيهان الانسان عن الوجهة والانغماس في الفراغ الوجودي؛ كل ذلك يؤدي بالضرورة إلى تحطيم نفسية المرء والزج



به في متاهات ضيقة من الكآبة والمعاناة التي لا تنتهي.

إن الاختلاف الحاصل بين كل تلك التيارات وإن بلغ مداه، لا بد من استحضار الجانب الأهم في القضية وهو الانسان؛ الذي اعتبر هو المحور الأساس في الأديان عامة والسماوية خاصة، وإن كان النقاش يحد بين الماديين و«الإيانيين» إن صح التعبير فإن مصلحة الانسان لا بد وأن تلو على كل أمر، وحيثما كان الحل لا بد من إذكائه، ولا يمكن إلا أن نؤكد أن الفارق؛ بين العلاج النفسي في منظومة إيمانية والعلاج الذي يتعامل مع الانسان بوصفه غرائز بلا روح؛ كبير بلا شك، فالأديان تنظر إلى جوهر الانسان وتهتم بجانبه الروحي والنفسي أكثر من أي اعتبارات مادية أخرى، عكس التيارات المادية التي تعتبره مخلوقا ماديا لا يحتاج للصفاء الذي تكفله الأديان بقدر ما يحتاج إلى التكنولوجيا والانغماس في العوامة.

الأديان السماوية والاضطرابات النفسية: الإسلام أنموذجا:

حينما نناقش مسألة الأديان والاضطرابات النفسية؛ فإننا نهدف إلى

إثارة مجموعة من الاستفهامات التي لا بد لها من إجابات شافية كافية، فهل الأديان اهتمت بالاضطرابات النفسية أم لا؟ وماهي فلسفتها حول الأمراض النفسية؟ وهل تقدم حلولاً ناجعة لها؟

لا شك أن الدين والتدين والأديان كانت كلها على مر العصور محط نقاش طويل لا ينتهي، يختلف بحسب الأزمنة والتخصصات والمصادر، فناقشه الفلاسفة والمفكرون والعلماء والعوام على حد سواء، واعتبره البعض دافعا خلاقا للتغيير؛ واعتبره آخرون مجرد اختراع بشري اختلقه الأذكىاء للسطو على ممتلكات الأغبياء، وهو ما قاله لينين في خطاب له ألقاه في المؤتمر الثالث لمنظمة الشباب الشيوعي في أكتوبر سنة ١٩٢٠: «إننا لا نؤمن بالإله، ونحن نعرف كل المعرفة أن أرباب الكنيسة والإقطاعيين والبورجوازيين لا يخاطبوننا باسم الإله إلا استغلالا، ومحافضة على مصالحهم، إننا نكر بشدة جميع هذه الأسس الأخلاقية التي صدرت عن طاقات وراء الطبيعة، غير الإنسان، والتي لا تتفق مع أفكارنا التطبيقية، ونؤكد أن كل هذا مكر وخداع، وهو ستار على عقول الفلاحين والعمال، لصالح الاستعمار والإقطاع»^{١١}.

ولا يمكن الإنكار؛ على أية حال؛ أن «للدين دورا أساسيا كواحد من أكثر القوى تأثيرا في الحياة والموت والصحة والمرض، ولذا شهدت العقود الأخيرة تجديدا للاهتمام بدراسة التدين في عدد من التخصصات منها علم النفس وعلم الاجتماع والطب النفسي وغيرها»^{١٢}. كما يحتل جانبا مهما من جوانب الوجود الإنساني، الأمر الذي يحتم دراسته سيكولوجيا لمعرفة تأثيره على سلوك الإنسان وشخصيته. ويمكن النظر إلى الدين «بوصفه واحدا من مجالات الشعور بالرضا عن الحياة (...). كما أن هناك ارتباطا قويا بين الشعور بالرضا الديني وبين السعادة»^{١٣}.

وحيثما نواجه موضوعا مهما كموضوع الأمراض والاضطرابات النفسية التي لها بالغ الوقع على حياة الفرد والجماعة سواء بسواء، فإننا نضع نصب أعيننا تلك المواجهات والتحديات التي تواجهها، فتداخل التخصصات والمفاهيم يعقد من المسألة، لكن هذا لا يغني عن تفكيك الموضوع في محاولة حقيقية لإيجاد نقاط الالتقاء بين الأديان وعلم النفس اللذين يعتبران معنيين أكثر من غيرهما بالموضوع في هذه الدراسة على الأقل.

إن مقولة خلق العقل الانساني للدين وإتمام خلقه نتيجة جهله وعجزه عن مواجهة القوى الخارجية، كما يقول الكثير من الفلاسفة كالفيلسوف جوليان هكسلي الذي يقول «الدين نتيجة لتعامل خاص بين الإنسان وبيئته. هذه البيئة قد فات أوأمنها أو كاد، وقد كانت هي المسؤولة عن هذا التعامل، فأما بعد فنائها وانتهاء التعامل معها فلا داعي للدين»^{١٤} ويضيف: «لقد انتهت العقيدة الإلهية إلى آخر نقطة تفيدنا، وهي لا تستطيع أن تقبل الآن أية تطورات، لقد اخترع الانسان قوة ما وراء الطبيعة لتحمل عبء الدين، جاء بالسحر ثم بالعمليات الروحية ثم بالعقيدة الإلهية حتى اخترع فكرة الإله الواحد وقد وصل الدين بهذه التطورات إلى آخر مراحل حياته»^{١٥}.

وبالتالي وبحسب تلك الآراء؛ فإن الأديان استنفذت الوسع والجهد في خدمة بني البشر والمستجدات الطارئة على حياتهم، فلا مجال لإقحامه في مضمار البحث عن حلول حقيقية لمشكل الأمراض النفسية التي تواجه الإنسان المعاصر أكثر من غيره.

تلتئم مجموعة من المعطيات كالقيم

والأخلاق والسمو الروحي والإنسانية وغيرها؛ لتشكل نسقا معرفيا ذا دلالة واضحة المعالم، تفيد الرقي بالإنسان من كونه كائنا حيا فقط إلى كائن يتصف بالإنسانية في أسمى حللها، وهذا النسق يرتبط بما يحققه الدين للنفس من «مركزية تدور حولها، ومعان متجاوزة لعالم المادة تقدم له الملاذ الآمن من ضيق المعاناة، فبجانب العلاج الطبي -أو الدوائي- فإن الدين يحمل من التقويم السلوكي ما لا يغتني عنه المُعالج»^{١٦}.

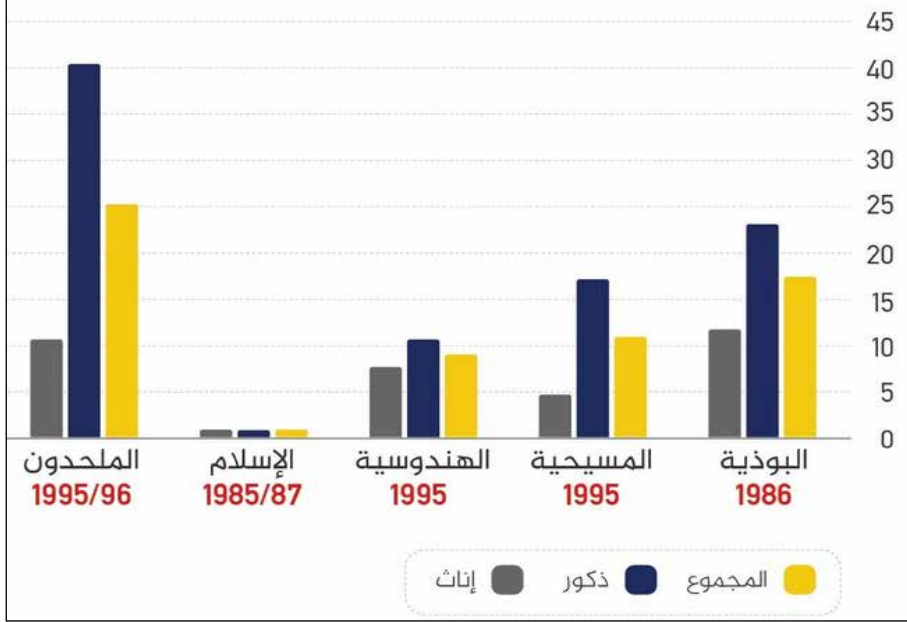
حينما نضع الأديان في مقابل العلم، نجد أنها معا يتحdan لخدمة الإنسان في آخر المطاف، فالعلم له دوره في شرح العلل والأسباب، لكن الإنسانية أيضا في حاجة إلى الأديان، ولا غنى لها عنها، وحين النظر في التراث الإسلامي مثلا، نجد أن السيكولوجيا كانت وما تزال تحتل مكانة سابقة، وظهر علماء مسلمون اهتموا بعلم النفس وأبدعوا في الكتابة فيه، وعلى رأسهم ابن حزم الأندلسي الذي أبدع في هذا المجال وألف كتاب فيه منها كتاب «الأخلاق والسير في مداواة النفوس» وفيه تجلت ثمرة تأملاته، وخلاقة تجاربه وركز فيه على عوام الراحة النفسية للإنسان. ومثله

الترمذي الذي ألف عدة كتب حول النفس منها «رياضة النفس» و«أدب النفس» وغيرها، وهذا يعني أن هذا المجال حظي بمساحة كبيرة في تاريخ الإسلام، ومن الحيف الادعاء اليوم أن ذلك كله كان مجرد سطو على العلم المادي وتخصصاته.

إن فلسفة الإسلام في علاج الاضطرابات النفسية متعددة المشارب والاتجاهات، تتسع لتشمل مختلف المجالات التي تطالها تلك الاضطرابات، وهو «ينظر إلى النفس ومداركها باعتدال، فلا يلغي المشاعر والدوافع والانفعالات والشهوات التي خلقها الله في النفس، وإنما يعدل بها حد الاعتدال؛ بحيث لا تغلب الشهوة على الفطرة السليمة، ولا يقهر الغضب القلب الراجح»^{١٧}.

يعتمد الإسلام رياضة نفسية متفردة تهدف إلى الموازنة بين أحوال النفس، تتأرجح بين المجاهدة التي تعتبر سلوكا تغير الاخلاق من حال الأنانية إلى حال الإيثار، ومن الاعتدال إلى الاحسان، وبين المكابدة التي تكبح جماح النفس وتنميها وتهذبها وتقوم ما قد يلحق بها من اعوجاج.

معدلات الانتحار (لكل 100000) استنادا على الدين



<https://www.aljazeera.net/midan/intellect/sociology/2018/7/17/%D8%A7%D9%84>

للإنسان من خلال علاقته بالمجتمع، وتشمل نقاط عدة منها النظرة الإيجابية للمجتمع والرغبة في المساهمة الحقيقية فيه لإحداث تغييرات إيجابية، وكذا الحث على محبة الآخرين ومحبة الخير لهم، كما تطرق لمنهج التعامل مع أخطاء الآخرين ومخالطة الناس والصبر على آذاهم. حتى يتمتع المجتمع بالأمن النفسي ويحقق غاية وجوده.

لقد حارب الإسلام كل ما من شأنه أن يساهم في تأزيم النفس كالاكتئاب

لقد تطرق الإسلام للصحة النفسية من خلال علاقة المسلم مع نفسه ومن ذلك مقومات الثبات والتوازن الانفعالي، وسبل التفكير الإيجابي تجاه الذات والرضا والتفاؤل والسيطرة على الانفعالات (الغريزة والحزن) وإذا اجتمعت تشكل لدينا شخصية تتصف بالتهذيب والاتزان قادرة على الانخراط في المجتمع والابداع والابتكار والتغيير. فينشأ بذلك أناس أسوياء متوافقين.

كما اهتم بجانب الصحة النفسية

والانتحار والحزن، وهذا ما يفسر انخفاض نسب الانتحار في صفوف المسلمين:

ويرى الترمذي أن علاج الاكتئاب في الاسلام يكمن في أن يكون القلب عامراً بالإيمان، يقول: «فمن نور الله قلبه بالإيمان قويت معرفته، واستنارت بنور اليقين، فاستقام به قلبه، واطمأنت به نفسه، وسكنت ووثقت وأيقنت، وأتمتته على نفسها، فرضيت لها به وكيلاً، وتركت التدبير عليه. فإن وسوس له عدو بالرزق والمعاش، لم يضطرب قلبه ولم يتحير؛ لأنه قد عرف ربه معرفة أنه قريب، وأنه لا يغفل ولا ينسى، وأنه رءوف رحيم، وأنه رب غفور رحيم، وأنه عدل»^{١٨}.

جدير بالذكر أن الأمراض النفسية معدية كما أمراض البدن، وأمر الإسلام الانسان بمجالسة أصحاب النفوس السوية وتجنب ذوي النفوس المريضة، وفي الحديث عن عائشة رضي الله عنها أن النبي عليه السلام قال: «إِذَا رَأَيْتُمُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ، فَأُولَئِكَ الَّذِينَ سَمَى اللَّهُ فَأَحَدَرُوهُمْ»^{١٩}، فمجالستهم تشوش الفكر وتعكر صفو النفس وتعيدها فتغيرها.

إن تعاليم الإسلام جاءت بفكر مغاير لما جاءت به التربية المعاصرة التي تسعى إلى إعداد مواطن صالح، بينما الإسلام يسعى لإعداد إنسان صالح بمعناه الإنساني الشامل، وهو هدف أكبر وأشمل، ذلك الانسان الذي يفى بشرط الخلافة في الأرض ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾^{٢٠}، ولعل أهم شروط الاستخلاف العمل بمقتضى هذا التكريم الإلهي، فلا يتنازل الانسان عن مستوى الإنسانية ولا عن الأفضلية في عمارة الأرض، فيستغل كل الطاقات الممنوحة له في كل اتجاه أفضل استغلال، في حدود التقوى واستحضار منهج الله، وبذلك يبلغ أسمى درجات السلوك الإنساني.

خاتمة:

إن الشعور بالسعادة يعني أن نكون أصحاب نفسياً، نمتلك أهم مقومات الفاعلية المجتمعية التي هي «الثقة في النفس»، أن نشعر بكامل الإيجابية نحو أنفسنا والآخرين، وأن نتقبل الذات بكل ما فيها من ضعف وقوة واقدام وتردد واقبال وتراجع؛ على جميع

الأصعدة المادية والعقلية والوجدانية والروحية.

لقد مزج الإسلام بين الروح والجسد، واهتم بكل واحد منها على حده أكمل اهتمام واهتم بهما معا مجتمعين، فعدد طرق جلب السعادة والرضا كما عدد طرق دفع الهم والحزن والكآبة، فالأولى تتحقق بالاتجاه إلى الله، والثانية تتأتى بضبط النفس والخوف من الله.

إن الصحة النفسية مرتبطة بالصحة الجسدية، فلا يمكن أن يكون الجسد سليماً إلا بسلامة النفس، وحفظ النفس من ضروريات الشريعة الإسلامية، وكان لزاماً على المسلمين إبراز هذا الجانب من

خلال بيان الاسرار الصحية والجسدية والنفسية للأوامر الإلهية المختلفة.

ليست النظريات الإسلامية عن الجسد والنفس سوى تطابق فعلي للواقع الذي خلقه الله عليه، وإذا ما أردنا معرفة حقيقة ذلك؛ فإننا نروم الاطلاع على معرفة تساعدنا على إنشاء نظم وأفكار وسلوك ومشاعر تتفق مع حقيقة النفس الإنسانية ولا تتصادم معها، ونستطيع تربية الأجيال وفق الفطرة السليمة كما خلقها الله، فقد هدف الإسلام إلى أن يوصل الناس إلى الجسد المعافي والنفس المطمئنة، ليحققوا بذلك معنى الخلافة في الأرض وتعميرها.





التدين والحاجة الفطرية إلى السعادة:

اليهودية والإسلام أنموذجا

د. صلاح الدين العامري *

مدخل:

لم يكن حديث الفلاسفة وغيرهم من المهتمين بدراسة الإنسان عن ثنائية الجسد والروح ترفا فكريا، بل نتيجة تجربة طويلة وملاحظة دقيقة وشعور تأملي عميق. ومثلما أنّ لجسد الإنسان غذاءه الخاص به من طعام وشراب لإشباع حاجاته، فإنّ لروحه غذاءها الخاص أساسه انجذاب فطري نحو التدين وممارسة الطقوس وصناعة الطواطم وعبادتها لإشباع حاجاتها. وقد انجذب الإنسان فطريا نحو التدين منذ وعى وجوده في الطبيعة وتحسّس عجزه وضعفه أمام جبروت عناصرها. واستشعر فطريا الحاجة إلى قوة خارقه تساعده في تجاوز حالات الخوف والاضطراب. ولئن تعددت تجاربه التدينية، فتنقل بين أكثر من معتقد وإله في حالات متنوعة من الحيرة والقلق، فإنّه وجد ضالته في ظاهرة الوحي والأنبياء والرسل بتدخل إلهي منظم في كلّ مرّة، وبمجموعة من النصوص الموجهة بعناية. ووجد الإنسان في النصوص المقدسة والطقوس الشعائر إجابة على الكثير من الأسئلة التي تواجهه حول حقيقة ما بين زمن البدايات والنهايات. فقد توجد جماعات دون فنون أو علوم أو إنجازات حضارية، ولكن لا توجد جماعة دون تدين وطقوس. ومن هذه الزاوية اخترنا البحث في العلاقة بين التدين والتوازن المنشود الذي يحققه الإنسان كلّما أقبل على ممارسة طقوسه. وسنحاول تتبّع المسألة بالقدر الذي يسمح به السياق.

(* أستاذ مشارك بالمعهد العالي للحضارة الإسلامية - جامعة الزيتونة، تونس).

في منهج البحث:

إلى نفيها والاجتهاد في البحث عن تهافتها، يحسن بالباحثين الحرص على عقلنة فهمها وتأويل معانيها بما ينسجم مع السياق التاريخي المتحوّل، وبما يحقق المقاصد للإلهية السامية. وسنطلق في مقارنة تصنّف الدين مسألة فطرية وأساسية في حياة الأفراد والجماعات، وتعدّ دوره فعّالا في تحقيق حياة أكثر توازنا واستقرارا ومعنى، بقطع النظر عن بعض التفاصيل والمطاعن التي أنتجتها تأويلات الأديان وتطبيقاتها في التاريخ برؤية بشرية لم تتخلّص من نزعتها الفردية والعرقية والتسلّطية. وفي الأثناء نعتبر أنّ قسما من هذه المطاعن يستحقّ أن يُطرح ويبحث فيه بشكل جدّي، وستكون الإجابات مفيدة للدين والتدين وللاجتماع البشري حتما، متى توفّرت الإرادة الحقيقية للعقلنة.

نزعم أنّ أغلبية المهتمّين بالشأن الديني سواء بالتشكيك في حقيقته أو بتبنيها يشتركون في الإقرار بأهمية الوظيفة البنائية الإيجابية للدين في حياة الإنسان فرديا وجماعيا، وإن تعارض فهم الفريقين لحقيقة الظاهرة الدينية نشأة ومآلا وفعالية ووظائف. وتدعم بعض فروع المدرسة النفسية هذه المكانة للدين وإن كانت منطلقاتها غير إيمانية. يقول

تتمثّل الإشكالية الأساسية لهذا البحث في بيان الوظيفة النفسية للتدين وللشعائر والطقوس، وتحديد دورها في تحقيق مطلب السعادة لدى الفرد والجماعة. وباعتبارها مسألة إنسانية وكونية، اخترنا المنهج المقارن إطارا عامّا للبحث في سياق تخصصنا البحثي. وسنقتصر فيه على المقارنة بين اليهودية والإسلام نظرا إلى انتمائهما إلى المنظومة التوحيدية من جهة، وللتشابه بين الطقوس التي اخترناها نماذج للدرس من جهة ثانية. وسنحاول الإفادة من المقاربة النفسية بما يفيد بحثنا وإن كانت منطلقاتها غير إيمانية لما في بعض أطروحاتها من اعتراف بقيمة التدين وأثره في المستوى النفسي.

علم النفس والتدين:

لن نخوض في مشروعية الدين من عدمها، ولن ننخرط في جدل لم يحقق للإنسان ما يفيد في مواجهة وجوده ومصيره، بل عمّق لديه الشعور بالحيرة والقلق والإحساس الرهيب بالفراغ وفقدان التوازن واختيار العدم أحيانا رغم الملذات المادية المتاحة والممكنة. وبدلا من التشكيك في الأديان والسعي

إريك فروم (Erich Fromm) في هذا السياق: «يدور الدين الإنساني حول الإنسان وقوته. فعلى الإنسان أن ينمي قدرة عقله كيما يفهم نفسه وعلاقته بغيره من الناس وموضعه في الكون. كما ينبغي عليه أن يعرف الحقيقة فيما يتعلق بحدوده وإمكاناته على السواء. وعليه أن ينمي قدراته على حب الآخرين كما يحب نفسه، وأن يخوض تجربة التضامن مع الكائنات الحية جميعاً»^١.

إذا كان موقف الإنسان الديني لا يثير إشكالا رغم أهميته في الاستدلال على الحاجة إلى الدين، فإن موقف الإنسان اللاديني وغير الرافض للآديان مهم في الحديث عن جدوى التدين في البنية النفسية للفرد والمجموعات مهما تباينت الآراء من أساليب التدين وآلياته وآثاره. ويرى سيريل بيرت (Cyril Burt) في هذا المعنى أن عالم النفس الاجتماعي يدرس الدين لا ليكتشف أنه حق أو خطأ، بل لمجرد أنه معني برفاقه من البشر^٢. فالتفكير في الدين مراعاة للإنسان الرفيق والشريك في الوجود، والقبول بتدينه يعني إقرارا بمشروعية الدين في حياة الناس وعدم تصنيفه عائقا في الاجتماع البشري بالمعنى السياسي والفكري. ولا شك في أن

صنفا من الإنسان الديني سيتقبل هذه الرسالة الإيجابية وسيسعى إلى أن يثبت هذا المعطى عن الدين، ومن واجبه أن يفعل مبادئه الإنسانية التي تؤسس لثقافة الاختلاف وتستوعبها في إطار العيش المشترك. وتحقيق التواصل والانسجام والاستقرار، وهي حالة مقابلة لحالة الخوف والصراع مع الآخر بسبب تدينه. وقد سبق أن عبّر القرآن الكريم عن هذا المقصد الوجودي المتحرر من الخصوصية الدينية في سورة الحجرات ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ﴾^٣. ولم يُقصد إريك فروم الدين من دائرة بحث الإنسان عن معنى لوجوده، وتحدث في هذا السياق عن الصوت الذي يمكن أن يرشد الأطفال إلى الهدف الصحيح والحقيقي، وتساءل: «هل يجدونه في المتناقضات في الكلام المزدوج الدلالة، وفي الاستسلام الساخر الذي يلتقون به عند كل منعطف، إنهم متشوقون إلى السعادة والحقيقة والعدالة والحب، وإلى موضوع للعبادة، فهل نحن قادرون على إشباع شوقهم؟»^٤.

فسر إريك فروم هذا الشوق باعتبار

الإنسان الحيوان الوحيد الذي يعدّ وجوده مشكلا بالنسبة إليه، وعليه أن يحلّه في ظل الشعور بالعجز عن الفكّك منه. وقد وظّف عقله لبيدع عالما خاصا به يحقّق له الطمأنينة مع نفسه ومع غيره من البشر^٦، وابتكر أشكالا من التفهّم والتعبير عن هذه الحاجة النفسية بالأساس. ولا تقلّ هذه النزعة العقلية المثالية أهمية عند فروم عن حاجة الإنسان الدينية. وأقرّ صراحة بأن «لا وجود لإنسان بغير حاجة دينية، حاجة إلى أن يكون له إطار للتوجيه وموضوع للعبادة... فقد يعبد الإنسان الحيوانات أو الأشجار أو الأصنام أو الذهب أو الحجارة أو إلهها غير منظور أو إنسانا مقدسا...»^٦. ويقرّ فروم أيضا بالتقاطع بين اهتمامات رجل الدين المتفاني وعالم النفس المجتهد، فرجل الدين يهتم بالعقائد ومشروعيتها وعالم النفس يهتم بالمضامين الإنسانية التي يعبر عنها الدين وأثرها في الإنسان، ولا يهتم بتحليل الجذور النفسية للأديان بل بقيمتها. وهذا ما أقرناه سابقا بالنسبة إلى الاعتراف بالقيمة الأنطولوجية للأديان وبمشروعيتها ووظيفتها في تحقيق توازن الإنسان واستقراره وحتى بناء سعادته وإن كنا نختلف مع فروم

ومدرسته في فهم منشأ الأديان ومآلاتها. ويذهب فروم أبعد من ذلك ليعتبر أنّ الفلسفات الإلحادية واللاأدرية ذاتها هي طبقة رقيقة من الطلاء وُضعت فوق طبقات سميكة من التجارب الدينية الأقل قيمة أحيانا من الديانات التوحيدية^٧. وقد أقرّ بهذا المعنى دون أن يقصد أنّ الدين فطري وأساسي في حياة الإنسان. وأن العناية به أفضل من محاولة القضاء عليه.

يفتح اعتراف علماء النفس الديني بقيمة الدين وأهميته في تحقيق جزء من إنسانية الإنسان الباب أمام أطروحات رجال الدين والفلاسفة المتدينين للإدلاء بدلوههم انطلاقا من تجاربهم الخاصة من داخل فضاء التدين وليس من فضاء تفهّم حالة التدين. وقرنت أغلب البحوث الفلسفية ثنائية الجسد والنفس في بناء الإنسان، ورجّحت الفلسفات الدينية كفة النفس في تحقيق إنسانية الإنسان من خلال ربطها بعالم ما فوق الطبيعة، أي بخالق عظيم ومتعال. وقد ميّز مسكويه (ت. ٣٢١هـ/ ٩٣٣م) بين نوعين من السعادة: سعادة متعلقة بعالم المادة تكون لذيدة في البداية، ثم تنتهي إلى الألم والمكروه. وسعادة متعلقة بعالم الروح وتكون مؤلمة في البداية ثم تتحقّق

لذتها الدائمة^٨. أما أبو حامد الغزالي فقد اعتبر (ت. ٥٠٥هـ/ ١١١١م) أن معرفة النفس مفتاح معرفة الله مستدلاً بقوله تعالى ﴿سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾^٩، ويقول النبي صلى الله عليه وسلم «من عرف نفسه فقد عرف ربه»^{١٠}، وأكد أن بالنفس وحدها يُعرف من أين جاء هذا الإنسان إلى المكان، ولأي شيء خُلق، وبأي شيء تتحقق سعادته وشقاؤه^{١١}. وجعل منتهى السعادة في معرفة الله فقال بصريح العبارة: «اعلم أن سعادة كل شيء ولذته وراحته ولذة كل شيء تكون بمقتضى طبعه، وطبع كل شيء ما خُلق له، فلذة العين في الصور الحسنة، ولذة الأذن في الأصوات الطيبة، وكذلك سائر الجوارح بهذه الصفة، ولذة القلب الخاصة بمعرفة الله سبحانه وتعالى لأنه مخلوق لها»^{١٢}.

فالقلب والنفس يقودان الإنسان إلى المعرفة الحقيقية بالوجود الأسمى والأرقى. وهي حقيقة ينشدها المؤمن في رحلة بحثه عن حياة أفضل، عن الإجابة عن أشكال الأسئلة التي تخرجه، وتحقق له الطمأنينة والاستقرار والتوازن وتخلصه من حالة فوضى المشاعر وتربطه بالسعادة المطلقة التي تحققها معرفة الله.

وعبر الغزالي عن معنى السعادة بعبارة «الفرح» فقال: «وكل ما لم يعرفه ابن آدم، إذا عرفه فرح به، مثل الشطرنج إذا عرفها فرح بها، ولو نُهي عنها لم يتركها ولم يكن له عنها صبر. وكذلك إذا وقع في معرفة الله سبحانه وتعالى فرح بها»^{١٣}. وقصر الغزالي المعرفة الأسمى في معرفة الله باعتباره أشرف موجود، وصانع كل شيء في الوجود «فلا أعز من معرفته، ولذة أعظم من لذة معرفته»^{١٤}.

تبني ابن سينا (ت. ٤٢٨هـ/ ١٠٣٧م) الفكرة نفسها فرأى أن السعادة الحقيقية لا يبلغها الإنسان بالملذات الحسية التي يتطلبها الجسد، بل بالتحرر منها والالتحام بالعالم القدسي النوراني. والسبيل إلى تحقيق هذا المطلب الوجودي هو القلب والروح وتطهير النفس الناطقة في استحضار لمضمون آية شرح الصدر في القرآن الكريم ﴿أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ، وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ، الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ﴾^{١٥}. وتحكمت هذه المعادلة (شرح + أنفض = أنقذ) في عملية فهم تحقيق الخلاص والطمأنينة والسعادة في الفلسفة الإسلامية وحتى في الثقافة الشعبية الدّين هو السبيل إلى الخلاص من الضلال والتوجّه إلى النور والحقيقة.



وقال ابن سينا في هذا الإطار: «وأما إذا انفصلنا عن البدن، وكانت النفس منّا قد تنبّهت، وهي في البدن، لكمالها الذي هو معشوقها، ولم تحصّله وهي بالطبيعة نازعة إليه، إذا عقلت بالفعل أنّه موجود، إلّا أنّ اشتغالها بالبدن كما قلنا، قد أنساها ذاتها ومعشوقها.... عرض لها حينئذ من الألم بفقدانه كف ما يُعرف من اللذة التي أوجبنا وجودها، ودلّلنا على عظم منزلتها فيكون ذلك الشقاوة والعقوبة... وأما إذا كانت القوّة العقلية بلغت من النفس حدّا من الكمال... طالع اللذة العظيمة دفعة، وتكون اللذة لا من جنس تلك اللذة الحسيّة الحيوانية بوجه، بل لذة تشاكل الحال الطيبة التي

للجواهر الحية المحضة، وهي أجمل من كلّ لذة وأشرف، فهذه هي السعادة وتلك هي الشقاوة»^{١٦}.

ربطت الفلسفة الإسلامية بين الموجود (الوجود) والمنشود (السعادة + الخلاص) بواسطة الأخلاق الطيبة التي تضمن السعادة في الدارين. وأساس الأخلاق معرفة الله معرفة حقيقية وصادقة تزكّي النفوس وتهذبها وتمحصها للخير المطلق. وجاء في سورة البقرة ﴿كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِّنكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ﴾^{١٧}. فالمقصد الأساسي للرسالة الإلهية هو معرفة الإله وعبادته وتزكية

النفس وتأهيلها بما لم تكن تعلم من أجل حياة أفضل وأرقى بعد أن غرقت طويلاً في الفوضى والخوف واليأس، وهي عوامل صناعة الشقاء. وهذا ما عبّر النبي (صلى الله عليه وسلم) عن هذا المعنى في أكثر من حديث كلما احتاج إلى بيان مقاصد رسالته. ومنها قوله «إنما بُعثت لأتمم صالح الأخلاق»^{١٨}. فيصبح الدين في هذا المعنى مراكمة لبناء إنسانية الإنسان الراقية والمتوازنة بين النفس والبدن، وهذا ما طمح إليه الكائن البشري على مرّ تاريخه. وأكد النبي (صلى الله عليه وسلم) هذه الوظيفة للدين في قوله: «من جعل الهموم همّاً واحداً، همّ المعاد، كفاه الله سائر همومه، ومن تشعبت به الهموم من أحوال الدنيا لم يبال الله في أيّ أوديتها هلك»^{١٩}.

فحالة القلق الوجودي التي يعيشها الإنسان بسبب أسئلة البدايات والنهايات وما بينها من حوادث مستعصية، وقد اصطاح عليها الحديث «الهموم»، هي حالة قاسية لا يمكن التخلص منها إلاّ بواسطة الدين ومعرفة الخالق ونظامه للوجود ومراتبه. وذهب ابن حزم إلى المعنى نفسه فقال «إذا تعقبت الأمور - كلّها - فسدت عليك، وانتهيت في آخر فكرتك باضمحلال

جميع أحوال الدنيا إلى أنّ الحقيقة إنّما هي العمل للأخرة فقط، لأنّ كلّ أمل ظفرت به فعقابه حزن إنّما بذهابه عنك أو بذهابك عنه، ولا بدّ من أحد هذين السبيلين إلاّ العمل لله عزّ وجلّ، فعقابه على كلّ حال سرور»^{٢٠}. ويرى محمد عبد الفتاح المهدي أنّ الدين في جوهره سعي لإرساء المظاهر السويّة للشخصية في إطار متكامل يقود إلى النضج والاتزان والسيطرة على الذات وعلى عناصر البيئة. ويقول في هذا المعنى: «فلو فهمنا الدين كما ينبغي، لأدركنا أنّ الدين بمفرده يمكن أن يسهم بفاعلية في حلّ مشكلات المرض العقلي»^{٢١}.

تصاعدت وتيرة التشكيك في الأديان بالتوازي مع مناهج العقلنة المفرطة لكلّ مظاهر الحياة، ومع ذلك استمرّت العلاقة بين التدين والتحليل النفسي للكائن البشري ونوازه ومشاغله التي تؤثر سلبيّاً وإيجابياً في حياته. وظهر مبحث حديث نال حيزاً من العناية والبحث والتدقيق. وهو مبحث جودة الحياة النفسية (Well-being Psy-chological)^{٢٢}. وقاده تيار عُرف بعلم النفس الإيجابي^{٢٣}. وعلى هذا الأساس وجه علم النفس الطيّب جهوده من الاهتمام بعلاج الأمراض الحادثة

النفسيّة إلى الوقاية منها والحفاظ على الصحة قبل وقوع الإصابات^{٢٤}.

في هذا السياق يربط عبد الجبّار الرفاعي بين فهم الإنسان وفهم الدين ضمن مجموعة من القيم مثل الكرامة والمساواة والحرية. ويبيّن هذا الفهم حاجة الإنسان العميقة إلى الدين من أجل حياة متوازنة وسليمة. وقال في هذا المعنى:

«لم أرَ ما هو أشدُّ أثرًا من الدين في حياة الفرد والمجتمع»^{٢٥}. وجاءت دعوة عبد الفتاح مهدي صريحة لضرورة دراسة الدين ووظائفه في إطار علمي رفيع، مع ضرورة تحويل نتائج هذه الدراسات إلى ثقافة مجتمعيّة يلعب الإعلام والمؤسسات التربويّة والمجتمعيّة دورًا مهمًّا في نشرها. ورأى أنّ التراث الأخلاقي الذي يدّعي الإنسان الحديث والحداثي أنه خلقه، هو وليد الأديان، فقيم مثل الصدق والأمانة والعدل والحبّ والتسامح وإتقان العمل والنظام وغيره هي نتيجة تجارب في التدنّين^{٢٦}.

ما نخلص إليه في خاتمة هذا العنصر هو أنّ التدنّين حاجة فطريّة وليست ترفًا فكريًا يمارسه الأفراد والجماعات، وأنّ فطرة الإنسان تبحث دوماً عن الدين

باعتباره حلًّا وليس مشكلًا متى تمت عقلته فهمه بعيدا عن النزعات الضيقّة. وهذا ما أكّده بعض مدارس علم النفس وإن كانت منطلقاتها غير إيمانيّة، وقد أجمعت على أنّ الدين خبرة دينيّة تشبع النفس وتحقّق قدرا من الطمأنينة والاستقرار للمتدّين حتى إذا كان الدين وضعيا.

طقوس التدنّين - تحقيق للذات وبحث عن السعادة:

طقوس التدنّين هي مجموع الأقوال والأفعال التي يمارسها الأفراد والجماعات بشكل دوري لغاية تعبدية. وقد عرّفت الدراسات المختصّة الطقوس بأنها مجموع أفعال مكرّرة تتواضع عليها المجموعة استنادا إلى نصوص تأسيسية، وتنخرط في أدائها اللغة والحركة والهيئة^{٢٧}. ويعرّف إريك فروم الطقس «بأنّه تعبير رمزي عن الأفكار والمشاعر بواسطة الفعل»^{٢٨} ومهما تنوّعت طبيعة المقدّس تحافظ الطقوس على وظيفة جسر العبور عند الإنسان الديني من المدنّس إلى المقدّس، ومن الشعور بالعجز إلى القدرة على الفعل، ومن الخوف إلى الطمأنينة، ومن اللاّ معنى إلى المعنى^{٢٩}. ويوفّر الطقس



يبحث المتديّن عن تحصيل رغبته الخلاصية لدى إله متعالٍ أو مكان عبادي أو نصّ مقدّس أو شخص يعتقد في صلاحه وقدرته على تسهيل الحصول على الحاجة. وتبيّن الدراسات المقارنة للأديان أنّ الدعاء من أكثر الطقوس اشتراكاً بين الأديان. وإذا نظرنا في الأديان السماوية الكبرى مثلاً، وفي فاتحتها اليهوديّة، نجد أنّ أتباع هذه الديانة يهتمون بالدعاء، ويولونه مكانة في البحث عن الاستقرار الشعوري والتوازن النفسي نتيجة مواجهة ضغوط عدّة من أهمها أثر حالة الشتات التي عاشها اليهود بين مصر وبابل خاصة. وتركّزت الأدعية الخلاصية اليهودية في سفر المزامير ويشاركهم فيه المسيحيون. ونجد أثر الشعور بالخوف والخطر نتيجة الإحساس بالضعف والعجز في حالات الشتات في المزمور الخامس (يا

الديني بهذا المعنى للأفراد الشعور بالطمأنينة والقدرة على مواجهة الأخطار عند وقوعها والتأمين عند الشروع في أي عمل مجهول العواقب مثل السفر والامتحانات والمنافسة وافتتاح المشاريع والزواج وغيرها من مشاغل اليومي، فيكون طقس أو مجموعة طقوس مثل الصلاة أو الحجّ أو الدعاء أو الصوم أو غيرها وسيلة للتحرّر من الضغوط وتحقيق التوازن والشعور بلذّة الفعل المنجز وإضفاء المعنى على الموجود والمنشود. وستطرّق إلى هذه المسألة بين اليهوديّة والإسلام اعتباراً للتماثل بين طقوسهما.

الدّعاء:

الدعاء لغة هو الابتهاال بالسؤال رغبة فيما عند المدعوّ من خير ومصالحة. والمدعو في سياق هذا البحث هو المقدّس ورموزه المرثية وغير المرثية. فقد

رَبِّ، اهْدِنِي إِلَى بَرِّكَ بِسَبَبِ أَعْدَائِي. سَهْلٌ قُدَّامِي طَرِيقَكَ»^{٣٠}. و«دِينُهُمْ يَا اللَّهُ! لَيْسَقُطُوا مِنْ مُؤَامَرَاتِهِمْ. بِكَثْرَةِ ذُنُوبِهِمْ طَوَّحَ بِهِمْ، لِأَنَّهُمْ تَمَرَّدُوا عَلَيْكَ»^{٣١}. وارتبطت شعيرة الدعاء خاصة باحتفال السبت، وفيه نوعان: دعاء مقدّم السبت (قدّوش - Kid-dush)، ومعناه المقدّس. ويُترنّم به احتفالاً بقدوم يوم السبت والأعياد اليهوديّة، وغالبا ما يدعو أحد الأخبار ويؤمّن الحاضرون خلفه بعبارة «آمين». ثم يكون دعاء انتهاء السبت (هافدلا- Havdalah)، ومعناه تمييز. ويترنّم المشاركون بابتهالات للرب «يوه» في فيض من المشاعر الإيجابية، وبرغبة في التمييز أيضا بين الزمن السبتي المقدّس والزمن الدنيوي^{٣٢}. وازدادت مكانة الدعاء في الطقوس اليهوديّة بظهور النزعة الصوفيّة التي ارتبطت أساسا بجماعة القبالة، وقد تُرجمت هذه المكانة في كتابين أساسيين هما «الزهر» والقابالاه» بمعنى التصفّ اليهودي. ويؤكد حاييم الزعفراني أنّ الحياة اليوميّة اليهوديّة لا تخلو من حضور إلهي واعتماد على الربّ في مواجهة تفاصيل الحياة ومقاومة آثارها النفسيّة. ويحتمي المتديّن بالدعاء سواء من باب الفرائض

(مُصَوِّه) مثل الصلاة أو التسابيح التي تفرضها الشريعة (الهلّخه)^{٣٣} أو من باب الاختيار والرغبة الفردية في البحث عن الاستقرار والسعادة.

يحظى الدعاء أيضا في الشعائر الدينيّة الإسلاميّة بمكانة مركزية، حتى لا تخلو منه شعيرة من الشعائر أو فرض من الفروض يخلو منه. فللمسلم أدعية في كلّ مجالات الحياة، بل في تفاصيلها. ومن ذلك دعاء الاستيقاظ من النوم ودعاء السفر ودعاء النوم ودعاء الريح ودعاء المطر ودعاء الزواج ودعاء الأكل ودعاء الخلاء وغيرها من تفاصيل الحياة اليوميّة. بل تقوم الفرائض مثل الصلاة والصوم والحج وغيرها أساسا على الدعاء. وفلسفة ذلك واضحة ومعلنة وهي الاتكال على الله والتقرب منه في مواجهة الأعمال المنجزة سواء كانت دنيويّة أو أخرويّة. وقد جاء في الذكر الحكيم ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾^{٣٤}. فالالتجاء إلى الدعاء، وفيه كثير من ذكر الله، يحقّق الراحة والطمأنينة للفرد والجماعة في مواجهة المصاعب الماديّة وآثارها النفسيّة، ويخلق حالة من التوازن والاستقرار، ويرفع درجة الأمل والنجاح، ويعطى معنى

الصلاة

المعنى الأوّلي للصلاة والمشارك بين الأديان هي صلة العبد برّبه، تعبيرا عن الإيمان ورغبة في تحقيق الخلاص في الدنيا والآخرة. ومن ذلك أنّ معناها في الأدبيات اليهودية «حديث الإنسان مع ربّه سواء بأقوال المدائح أو الشكر أو الرجاء أو التقرّب إليه»^{٣٨}. لذلك يتوجّه المتدين اليهودي إلى ربّه مناجيا «لِكَلِمَاتِي أَصْغُ يَا رَبُّ. تَأْمَلْ صُرَاخِي. اسْتَمِعْ لِيَصُوتَ دُعَائِي يَا مَلِكِي وَإِلَهِي، لِأَنِّي إِلَيْكَ أَصَلِّي. يَا رَبُّ، بِالْغَدَاةِ تَسْمَعُ صَوْتِي. بِالْغَدَاةِ أُوَجِّهُ صَلَاتِي نَحْوَكُ وَأَنْتَظِرُ»^{٣٩}. فالصلاة يعقبها انتظار، والانتظار موصول بتحقيق المطالب والحاجات وتذليل الصعوبات ومغالبة الهواجس النفسية. وتعدّ الصلاة في التشريع اليهودي ضرورة روحية يستطيع من خلالها المتعبد مخاطبة خالقه، وطلب الانتماء إليه بالغفران والتوبة، ويُعبّر من خلالها على شكره على النعم الربانية والتمتع بحماية الربّ في فضاء معادٍ^{٤٠}. ومعنى ضرورة روحية أنّ الصلاة تحقّق إشباعا نفسيا للمتدين وتخلق له الراحة والتوازن النفسي حين تجيب على أكثر من سؤال، وتبني له صرحا من الأمل والتفاؤل، وتخلصه

لوجود الإنسان من خلال الإجابة على كثير من الأسئلة الوجودية الحارقة. وهذا ما يحتاج إليه الإنسان عامّة والإنسان الديني خاصة في مواجهة ما يثير فيه الرهبة والخوف. ويتجه المسلم العالم والشعبي إلى الدعاء حين يشعر بالحرمان من أبسط الأشياء إلى أعقدها، ومنها المرض والعقم والفقر والظلم والعمل، ويعتقد جازما أنّ التضرّع إلى الله هو السبيل والمخرج ممّا فيه من ضيق الحاجة وضغط السؤال. ويستند في هذا الاعتقاد إلى عدد من الآيات القرآنية الواعدة بالاستجابة والخلاص. ومنها قوله تعالى ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾^{٣٥} وقوله تعالى ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾^{٣٦}. ويربط أبو علي الرُّوذباري (ت. ٣٢٢هـ/ ٩٣٤م)، وهو من كبار المتصوّفة، بين حالتي الخوف من المجهول والرجاء من الله جلّ وعلا كي يتحقّق التوازن النفسي والاستقرار الذهني للإنسان. وقال في هذا السياق: «الخوف والرجاء هما كجناحيّ الطير، إذا استويا استوى الطير وتمّ طيرانه، وإذا نقص واحد منهما وقع منه النقص، وإذا ذهب جميعا صار الطائر في حدّ الموت»^{٣٧}.

من حالة الشتات والشعور بالفوضى الفكرية والنفسية. وهما دافعان مهمان في إنجاز الأعمال الدنيوية والنجاح فيها. لذلك لا ينفك المصلّي اليهودي يناجي ربه في صلاة داود: «قَدِّمُوا الشُّكْرَ لِلرَّبِّ وادعوا باسمه، أشدوا ورتلوا، لتفرح قلوب طالبي الرب، اطلبوا الرب وقوته... رثّموا للرب يا كل شعوب الأرض، بشروا بخلاصه من يوم إلى يوم... قولوا أنقذنا يا إله خلصنا واجمع شملنا بين الأمم، مبارك الرب إله إسرائيل، من الأزل إلى الأبد»^{٤١}. يتضح من عبارات هذا الابتهاال مجموع الهواجس التي تقلق اليهودي وتعكس أثرها النفسي، وتبيّن أيضا رغباته التي يبحث عنها في الدين ويعبر عنها شكل التدنّين.

تمثل الصلاة الركن الثاني في الإسلام، ويعدها المؤمن فرصة التواصل المباشر مع خالقه، ليعبر له عن إيمانه وتعظيمه وطاعته، وليساعد نفس في تسكين هواجسه ورغباته ومخاوفه وطموحاته وآماله العاجلة والآجلة. ولمواجهة هذه الحالة النفسية وجّه الله تعالى المؤمن إلى الصلاة وقرنها بالصبر والانتظار ﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ﴾^{٤٢}. وإذا نظرنا في وضع العرب قبل الإسلام،

نجد حالة من القلق والتوتر والصراع بسبب اختلال الموازين الأخلاقية والقيمية وتعاضم الفواحش، فكانت الصلاة مسلكا عقديا لحلّ هذا الإشكال وتجاوز آثاره. وجاء في الذكر الحكيم ﴿أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ﴾^{٤٣}. وترجم النبي صلى الله عليه وسلم هذا المعنى بطلبه المشهور من بلال الحبشي «أرحنا بها يا بلال». لتصبح الصلاة بهذا المعنى علاجا نفسيا لكل ما يواجه المؤمن من ضغوطات وخوف وقلق في العاجل والآجل. وأثر عنه (صلى الله عليه وسلم) قوله في مواجهه ما تردّي من قيم وأفعال وأقوال وسلوك «أَرَأَيْتُمْ لَوْ أَنَّ نَهْرًا بَابَ أَحَدِكُمْ يَغْتَسِلُ فِيهِ كُلُّ يَوْمٍ حَمْسًا، مَا تَقُولُ ذَلِكَ يُبْقِي مِنْ دَرَنِهِ؟ قَالُوا: لَا يُبْقِي مِنْ دَرَنِهِ شَيْئًا، قَالَ: فَذَلِكَ مِثْلُ الصَّلَاةِ الْحَمْسِ، يَمْحُو اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا»^{٤٤}. ومحو الخطايا يعني تحقيق الخلاص في الدنيا والآخرة، وهذا جماع ما يطمح إليه الإنسان الدّيني. وترجم النبي ((صلى الله عليه وسلم)) هذه الوظيفة الموكولة للصلاة وطقوسها في قوله «مَنْ حَافِظَ عَلَيْهَا، كَانَتْ لَهُ نُورًا، وَبُرْهَانًا، وَنَجَاةً

مِنَ النَّارِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ»⁴⁵. بهذا المعنى تكون الصلاة في الديانتين اليهودية والإسلامية طقساً دينياً يساعد الإنسان في خلق توازن نفسي عاجل وأمل في الخلاص والفوز والفلاح آجلاً. ولا غرابة أن ترى المسلم مثلاً يستخير الله قبل فعل كل أمر، ويصليّ للميت صلاة الجنائز، ويصليّ الاستسقاء عند الشعور بالقحط والجفاف. يفعل ذلك وكلّه يقين وأمل في تحقيق ما يصبو إليه، ويصبر على زمن تحققه وإن تأخرت الاستجابة. وكثيراً ما يُرغّب المسلم في صلوات جوف الليل بحثاً عن نيل فضل الله وحفظه. ويستند في ذلك إلى أحاديث نبوية أشهرها «يُنزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالَى كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ الْآخِرِ، يَقُولُ: مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبُ لَهُ، مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيهِ، مَنْ يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرُ لَهُ» وكل ذلك يمثل دافعاً نفسياً وذهنياً للحياة والفعل والعمل والاجتهاد. وهو ما يمكن سحبه على باقي الديانات أيضاً.

الحجّ

تقابل كلمة «حجّ» في الانجليزية مصطلح (Pilgrimage) وفي الفرنسية (Pèlerinage)، وتتقاطع هذه

المصطلحات في المعنى اللغوي الذي يعني القصد أو التوجّه⁴⁶. ويكون الحجّ بهذا المعنى التوجّه إلى أماكن مخصوصة تتمتع بقداسة لدى روادها قصد العبادة والنسك والزيارة والتعظيم. وجاء في قاموس الكتاب المقدّس «الحجّ رحلة يقصد بها المؤمنون إلى مكان تقدّس بظهور إلهي، أو بنشاط معلّم ديني، من أجل تقديم صلاتهم في إطار ملائم لذلك بصفة خاصة»⁴⁷. ومارس الإنسان هذه الظاهرة الطقسية منذ أقدم العصور. يقول أبو الحسن الندوي: «وأصل الحجّ موجود في كلّ أمة، لا بدّ لهم من موضع يتبرّكون به، لما رأوا من ظهور آيات الله فيه، ومن قرابين وهيآت مأثورة عن أسلافهم يلتزمون بها، لأنّها تذكر بالمقربين وما كانوا فيه»⁴⁸.

إنّ ميزة الطقوس الدينية التي يؤدّيها الأفراد والجماعات هي فسخ المجال أمام المؤمن كي يبدأ في كلّ مرّة مزمنة خلق الوجود دورياً، وهذا ما يجعله في كلّ مرّة يضع حاسب الزمن التقوي في مستوى الصفر (-Set the time counter to zero). وهذا ما يشعر به الحاجّ المسلم مثلاً ويعتقد فيه حين يفكّر في شعيرة الحجّ. وفي هذا الإطار يحتفل اليهود بثلاثة أعياد تُعرف بأعياد الحجّ،

الطقسيّة بوظيفة نفسيّة في المستويين الفردي والجمعي^{٥١}. وتساهم خاصّة في مساعدة اليهود على التخفيف من حالة الخوف والشعور بالعزلة والاستهداف، وتربط الأجيال اللاحقة بما عُرف لديهم بأرض الميعاد، أرض تذكّرهم باستقرار مفقود تحت تأثير حالة الشتات والاستعباد التي عرفوها في تاريخهم. فيكون هذا الطقس السنويّ مناسبة لخلق توازن متجدّد تأثّر بالماضي

وهي الفصح والأسابيع والمظال (الحصاد). وتقابل كلمة أعياد في العبريّة [חגים / حجيم] ^{٥٩}. وترتبط الأعياد الثلاثة بحدث الخروج من مصر بقيادة النبي موسى. وتوجب النصوص التوراتية والتلموديّة على اليهودي زيارة المعبد ثلاث مرّات في السنة^{٥٠}. وغالبا ما يهيمن على هذه الاحتفالات الأناشيد والأخبار المتعلقة بقصّة الخروج من مصر. وتنهض هذه الاحتفالات



والحاضر، ولبعث أمل جديد في المستقبل.

إذا كان الحجّ اليهودي يرتبط أساسا بمشاكل دنيوية بالأساس فرضتها حالة الشتات والسبي، فإنّ الحجّ في الإسلام ركن من الأركان الخمسة، وإن رُبط بالاستطاعة، وتوجّه طقوسه إلى التطهّر والخلاص النهائي في الآخرة أكثر منها إلى المسائل الدنيوية. إذ يعتقد المسلم أنّ أداء شعيرة الحجّ بشكل تام وصحيح يضمن له تطهّرا يعيده كيوم ولدته أمّه مها عظمت ذنوبه باستثناء حقوق الناس. ويستند المسلم في هذا الاعتقاد إلى القرآن والسنة. وأشهر النصوص وأوضحها ما رُوي عن النبي (صلى الله عليه وسلم) «من حجّ فلم يرفث ولم يفسق رجع من ذنوبه كيوم ولدته أمه»^{٥٢}. وهذا أقصى ما يطمح إليه المسلم وهو يفكر في مفاهيم مثل البعث والحساب والسرائر والمسؤولية عن كلّ ذرة شر ارتكبها. لذا تجده يجتهد في تجاوز شرط الاستطاعة وهو رخصة أساسية، ويكفّ من أجل تحصيل مبلغ لم يكن ليجتهد من أجل تحصيله في مسائل دنيوية مثلا. وتزداد الرغبة ويتضاعف الشوق للحجّ وطقوسه حين يتلقّى

المؤمن قول نبيّه (صلى الله عليه وسلم) «الْعُمْرَةُ إِلَى الْعُمْرَةِ كَفَّارَةٌ لِمَا بَيْنَهُمَا، وَالْحَجُّ الْمَبْرُورُ لَيْسَ لَهُ جَزَاءٌ إِلَّا الْجَنَّةَ مُتَّفَقًا عَلَيْهِ»^{٥٣}. يصبح الحجّ بهذا المعنى ملجأ ومهربا للمسلم الخطّاء والمذنب بسبب طباعه ونزواته مها كانت بسيطة، فيستشعر الرحمة والمغفرة في هذه المناسبة ويتجدد لديه الأمل في الخلاص وتحصيل الهدف الوجودي الأسمى.

الخاتمة:

ما نختم به هذا البحث هو أنّ الدين مسألة فطرية في حياة الإنسان وليست مرحلة من تاريخ وعيه كما ذهب إلى ذلك بعض علماء السوسيولوجيا أو النفس أو الفلاسفة. ولو كان مرحلة من تاريخ الوعي البشري البسيط أو السلبي ما كان استمرّ هذا الزمن الطويل، وما كان عاد إلى سطح الاهتمام في العقود الأخيرة من الإغراق في العلمنة السلبية، وما كان أكثر العوامل تأثيرا في تشكيل التاريخ البشري. وقد أثبتت التجارب أنّ الدين متى تمت عقلنته وتخليص مظاهر التدين من الفتوية والمصالح الضيقة والعرقية يكون عامل بناء نفسي وحضاري.

الهوامش:

- ١- إريك فروم، الدّين والتحليل النفسي، ترجمة فؤاد كامل، القاهرة، مكتبة غريب/د.ت، ص٣٨.
- ٢- سيريل بيرت، علم النّفْس الدّيني، ترجمة سمير عبده، بيروت، دارمنشورات الأفاق الجديدة، ط.١، ١٤٠٥هـ/١٩٨٥م، ص٩.
- ٣- سورة الحجرات: ١٣/٤٩
- ٤- إريك فروم، الدّين والتحليل النفسي، ص٩.
- ٥- م.ن، ص ص ٢٦-٢٧.
- ٦- م.ن، ص ص ٢٨-٢٩.
- ٧- إريك فروم، الدّين والتحليل النفسي، ص٣١.
- ٨- أحمد بن محمد مسكويه، تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق، مكتبة الثقافة الدّينيّة، د.ت، ص ص ٩٥-١٠٢.
- ٩- سورة فصلت: ٥٣/٤١.
- ١٠- إبراهيم بن الخَلْبِي الحنفي، نعمة الذريعة في نصرة الشريعة، السعودية، دارالميسر، ط.١، ١٤١٩هـ/١٩٩٨م، ص٢٧٨.
- ١١- أبو حامد الغزالي، كيمياء السعادة، تحقيق نجاح عوض صيّام، القاهرة، دارالمقطم، ٢٠١٠، ص٢٥.
- ١٢- م.ن، ص ٤١.
- ١٣- أبو حامد الغزالي، كيمياء السعادة، ص ٤١.
- ١٤- أبو حامد الغزالي، كيمياء السعادة، ص ٤١.
- ١٥- سورة الشرح: ٩٤ (٣-١).
- ١٦- الحسين بن عبد الله بن الحسن بن عُلَيّ (ابن سينا)، النّجاة من معاد الأنفس الإنسانيّة، تنقيح وتقديم ماجد فخري، بيروت، دارالأفاق الجديدة، ط.١، ١٩٨٥، ص ص ٣٢٦-٣٣٠.
- ١٧- سورة البقرة: ١٥١/٢.
- ١٨- الإمام البخاري، صحيح البخاري، كتاب الأدب المفرد «ح ٢٧٣».
- ١٩- ابن أبي شيبة، المسند، تحقيق عادل بن يوسف العزازي وأحمد فريد المزيدي، الرياض، دارالوطن، ١٩٩٧، ج ١، ح ٣٤٥.
- ٢٠- ابن حزم الأندلسي، الأخلاق والسير أورشالية في مداواة النفوس وتهذيب الأخلاق والرّهذ، تحقيق إيقا رياض، بيروت، دارابن حزم، د.ت، ص ٨٥.
- ٢١- محمد عبد الفتاح المهدي، سيكولوجيّة الدّين والتدين، الاسكندريّة، البيطاش للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢م، ط.١، ص ٤٢.
- ٢٢- للتوسّع حول المبحث تمكن العودة إلى:
-Ryff,C.& Keyes,L. The Structure of Psychological Well-Being, Revisited. Journal of Personality and Social Psychological, 69, 4,719727-(1995).

٢٣ - تأسس العلم رسمياً أواخر التسعينات بواسطة ميهالي (Mihály Csíkszentmihályi) ومارتن سيلغمان (Martin Seligman) رئيس الجمعية الأمريكية لعلم النفس. ولئن تعددت تعريفات جودة الحياة فإنَّ التعريف الأبسط هو أنَّها «الإحساس بالرفاهية والرضا الذي يشعر به الفرد في ظل ظروفه الحالية». ويميّز علم النفس الإيجابي بين اللذة الجسدية وعملية الإشباع النفسي المحققة للسعادة والمرتبطة بحالة التدفق (State of Flow) أثناء مواجهة المشاغل والمخاوف والهواجس. وللتوسع حول المسألة يمكن العودة إلى:

-Abdel –Khalek , M. – A). Happiness , health, and religiosity :significant relations. Mental Health, Religion and Culture,2006, 9,8597-.

٢٤ - مرعي سلامة يونس، علم النفس الإيجابي للجميع، القاهرة، مكتبة الإنجلو المصرية، ٢٠١١، ص ١٥.

٢٥ - عبد الجبار الرفاعي، الدّين والكرامة الإنسانيّة، مركز دراسات فلسفة الدّين بغداد ودار التنوير للطباعة والنشر- بيروت، ط.١، ٢٠٢١، ص ٥.

٢٦ - محمد عبد الفتاح المهدي، سيكولوجية الدّين والتدين، ص ٥.

27 - Jean Maisonneuve, Les rituels, PUF, Paris, 1988, 1er Ed, p3.

28 - Erich Fromm, psychanalyse et religion, Paris, PUF, 1968, p 138.

٢٩ - للتوسع حول هذه الوظيفة النفسية للطقوس الدينية يمكن العودة إلى:

-Jean Maisonneuve, Les conduites rituelles, P.U.F , paris, 1995.

٣٠ - مزمور: ٥/ ٨.

٣١ - مزمور: ١٠/٥.

٣٢ - عبد الوهاب المسيري، موسوعة اليهود واليهودية والصهيونية، القاهرة دار الشروق، ط.١، ١٩٩٩، مج ٥، ص ص ٢١٣-٢١٤،

٣٣ - حاييم الزعفراني، يهود الأندلس والمغرب ٢، ترجمه أحمد شحلان، الرباط، مرسوم الرباط، ٢٠٠٠م، ج ٢، ص ص ٥١٨-٥١٩.

٣٤ - سورة الرعد: ٢٨/١٣.

٣٥ - سورة البقرة: ١٨٦/٢.

٣٦ - سورة غافر: ٤٠/٤٠.

٣٧ - أحمد بن حسن البيهقي، شعب الإيمان، بومباي- الهند، ط.١، ٢٠٠٣م، رقم ٩٩٦.

٣٨ - رشاد الشامي، موسوعة المصطلحات الدينية اليهودية، القاهرة، المكتب المصري لتوزيع المطبوعات، ٢٠٠٢م، ص ٣١٠.

٣٩ - مزمور: ٥ (٣-١).

٤٠ - عبد الرزاق رحيم صلال الموحى، العبادات في الأديان السماوية، دمشق، الأوتل للنشر والتوزيع، ط.١، ٢٠٠١م، ص ٧٤.

٤١ - أخبار الأيام الأول: ١٦ (٣٦-٨).

٤٢ - سورة البقرة: ٤٥/٢.

٤٣ - سورة العنكبوت: ٤٥/٢٩.

٤٤ - الإمام البخاري، صحيح البخاري، ح ٥٢٨.

٤٥ - علي بن أبي بكر الهيثمي، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، تحقيق حسين سليم أسد، بيروت، دار المأمون، د.ت، ج ١، ص ٢٩٧.

٤٦ - محمد علي التهانوي، كشف اصطلاحات الفنون، القاهرة، نشر عبد البديع، الهيئة العامة المصرية للكتاب، ١٩٧٧م، ج ٢، ص ١٩.

- انظر أيضا: سميح عاطف الزين: موسوعة الأحكام الشرعية الميسرة في الكتاب والسنة، دار الكتاب المصري - اللبناني، ١٩٩٤م، ط ١، مج ٢، ص ٢٦٧.

٤٧ - قاموس الكتاب المقدس، ص ٢٥٧.

- انظر أيضا: دائرة المعارف الإسلامية، الشارقة، مركز الشارقة للإبداع الفكري، ١٩٩٨م، ط ١، ج ١١، ص ٣٤٦٥.

٤٨ - أبو الحسن علي الحسيني الندوي، الأركان الأربعة، الكويت، دار القلم، ط ٣، ١٤٩٣هـ/١٩٧٤م، ص ٢٨٧.

٤٩ - رشاد الشامي، المصطلحات الدينية اليهودية، القاهرة، المكتب المصري لتوزيع المطبوعات، ط ١، ٢٠٠٢، ص ١٢٤.

- عبد الوهاب المسيري، اليهود واليهودية والصهيونية، القاهرة، دار الشروق، ط ٣، ٢٠٠٦، مج ٢، ص ٧٩.

٥٠ - جاء في سفر الخروج: ٢٣ (١٥-١٩)، «ثَلَاثَ مَرَّاتٍ تُعَيِّدُ لِي فِي السَّنَةِ. تَحْفَظُ عِيدَ الْفَطِيرِ. تَأْكُلُ فَطِيرًا سَبْعَةَ أَيَّامٍ كَمَا أَمَرْتُكَ فِي وَقْتِ شَرْبِ آبِيبٍ، لِأَنَّهُ فِيهِ خَرَجْتَ مِنْ مِصْرَ. وَلَا يَظْهَرُوا أَمَامِي فَارِغِينَ. وَعِيدَ الْخَصَادِ أَبْكَارِ غَلَّائِكَ الَّتِي تَزْرَعُ فِي الْحَقْلِ. وَعِيدَ الْجَمْعِ فِي نِهَابَةِ السَّنَةِ عِنْدَمَا تَجْمَعُ غَلَّائِكَ مِنَ الْحَقْلِ. ثَلَاثَ مَرَّاتٍ فِي السَّنَةِ يَظْهَرُ جَمِيعُ ذُكُورِكَ أَمَامَ السَّيِّدِ الرَّبِّ».

٥١ - حزقيال: ١٦ (٤-٧).

٥٢ - أبو زكرياء النووي، رياض الصالحين، تحقيق ماهر الفحل، دمشق، دار ابن كثير، ١٤٢٨هـ، ص ١٨٦.

٥٣ - الإمام البخاري، صحيح البخاري، ح ١٧٧٣.



الاهتمام بالرياضة البدنية في الأديان التوحيدية

الدكتورة ليليا شنتوح *

اهتمت المجتمعات الإنسانية في مختلف العصور بالرياضة البدنية، وكان هذا المصطلح مستعملا في معناه في الكثير الحضارات و الديانات المختلفة، وهو ما أكدته النقوش والشواهد الأثرية الكثيرة، والنصوص المقدسة، وكان المشترك الأساسي بينها أن الرياضة تلعب دورا مهما في حياة الإنسان من الناحية الصحية والاجتماعية والأخلاقية، وإن المتصفح للكتب المقدسة لا يعثر على مصطلح الرياضة بهذا اللفظ عدا نصين في رسائل الرسل منها ما جاء في قول بولس «لأن الرياضة الجسدية نافعة لقليل»^١، و«كل رياضي يمارس الانضباط بكل الطرق»^٢، غير أنه وردت بعض الألفاظ والمصطلحات الأخرى التي تشير إلى أنواع لرياضات مختلفة منها: الجري، ركوب الخيل، القوة البدنية، السباحة، وتجدر الإشارة إلى أنه تباينت بعض مواقف أصحاب الأديان من الرياضة، ففي حين شجعت عليها الديانة اليهودية، فقد حرمها بعض رجال الدين المسيحي بدافع واقع كانت تعيشه المسيحية آنذاك، وشجع عليها الدين الإسلامي، وأكد عليها الرسول ﷺ في الكثير من الأحاديث النبوية. ويبدو أن للرياضة فوائد على صحة الجسم والنفس، بل وتمتد آثارها الإيجابية حتى للتقريب بين الشعوب والقارات ونشر التآخي والسلام العالمي، وهي أهداف إنسانية نبيلة ارتبطت بثقافة الإنسان على امتداد تاريخها الحضاري.

(* أستاذ التعليم العالي- كلية العلوم الإسلامية - جامعة الجزائر.

الإرادية وتشمل جل أعضاء الجسم أو بعضها، وقد تكون غير مقصودة لذاتها، كأن يفرضها الاشتغال بعمل من الأعمال، أو تكون رياضة خالصة يقوم بها الإنسان بقصد تقوية بدنه وتهذيب نفسه^٥. هذا بالنسبة لتعريف الرياضة.

ثانيا: الرياضة في الحضارات القديمة

عرف الإنسان الرياضة عبر عصوره المختلفة وحضاراته المتعددة من صينية وهندية ومصرية وهيلينية، يونانية وعربية، فعرفوا السباحة، وركوب الخيل، والعدو والقفز، وحمل الأثقال، فظهرت ألعاب الكرة في حضارة المايا القديمة، وفي أمريكا الوسطى، كأحد أشكال الطقوس المتصلة بالعميقة الدينية لشعب المايا، وعرف الصينيون التمرينات الخفيفة، والتي أطلقوا عليها فيما بعد اسم «كونغ فو» للاحتفاظ بالجسم في حالة صحية جيدة، وذلك لاعتقادهم أن المرض سببه

وعليه نروم من خلال هذا المقال بيان معنى الرياضة، ونشأتها وظهورها على مسرح التاريخ الإنساني؟ ثم عرض بعض مواقف الديانات من الرياضة والتربية البدنية؟ وماهي مستندات من يجرمها؟ ثم ماهي فوائدها على الجسم والمجتمعات؟

أولا: تعريف الرياضة في اللغة والاصطلاح

تدور مادة «راض» في اللسان العربي على عدة معان منها: الترويض والوطأ، والتذليل والتطويع وتعليم السير، قال ابن منظور: -الرياضة- مصدرها راض، يروض، ورضا، ورياضة، يقال: راض الدابة، يروضها: بمعنى وطأها وذلها، أو علمها السير، وروض نفسه بالتقوى طوعها^٣.

وقد اشتق من المعنى اللغوي السابق معنى اصطلاحى، فأصبحت الرياضة تطلق على تليين البدن وتذليله وتطعيه لأداء مهمات معينة^٤، وعرفها عبد الحميد سلامة بأنها: «مجموعة الحركات البدنية

عدم الحركة، وحمول لجسم.^٦

واهتم الهنود برقص الفتيات في الحفلات الخاصة، وبالإعداد البدني العسكري للشباب بتعليمهم الرمي بالسهام والمبارزة، ومارس الهنود لعبة البولورغم أن بوذا قد نهى عن ممارسة الألعاب والقيام بالتمارين البدنية^٧. وعرف الفرس في حضاراتهم القديمة باهتمامهم الكبير بالإعداد العسكري، وبركوب الخيل واستخدام القوس والسهم. وكانت ألعاب الجري والسباحة والوثب والرمي والمبارزة والمصارعة واسعة الانتشار في الحضارة الرومانية^٨.

وأثبتت بعض الدراسات الحجرية أن مصر كانت تحتضن بعض الرياضات المنظمة، وعرفت العديد من الملاعب والمنشآت الرياضية على نطاق واسع، وأن شعبها مارس رياضات متعددة كألعاب الكرة، والسباحة والصيد، والجمباز والرقص، والمصارعة ورفع الأثقال^٩.

وبرزت الألعاب الرياضية في

الحضارة اليونانية أيضا، ولاسيما أثينا واسبرطة، وكان من أهدافها الإعداد العسكري والتدريب على رمي الرمح والقرص وركوب الخيل، وقيادة العربات، وتعد الألعاب القديمة من أعظم انجازاتهم في الحضارة العتيقة، وقد ظهر المشعل الأولمبي سنة ٨٨٤ ق م، وبدأت الدورات الرياضية رسميا حوالي ٧٧٦ قبل الميلاد، وكللت الرؤوس بأكاليل الغار التي لا تذبل، وبأغصان الزيتون الدائمة الاخضرار، وكرم الأبطال تكريم العظماء، لإدراكهم أهمية الرياضة من الناحية الجسدية والنفسية على السواء، ومورست بشكل جدي للقضاء على النزعات الشريرة المتملكة للنفوس^{١٠}.

ومن هنا نلاحظ اهتمام المجتمعات الإنسانية في القديم بالرياضة والجسم على اختلاف بينهم في درجة هذا الاهتمام، فبعضهم ركز على الرياضة الدفاعية والعسكرية مثل ما هو الحال بالنسبة للفرس وأثينا، والبعض الآخر مارس الرياضة لشغل أوقات الفراغ،

سفر أخبار الأيام الأول:» بنو رأوبين والجاديون ونصف سبط منسى من بني البأس، رجال يحملون الترس والسيف، ويشددون القوس، ومتعلمون القتال»،^{١٥}.

ورغم هذه النصوص القليلة التي تشير إلى بعض أنواع الرياضات، فإن الصورة النمطية السائدة عن اليهود عموماً أنهم قوم ليسوا رياضيين بشكل خاص. وهذه الصورة النمطية لها جذور تاريخية، إذ ارتبطت قى كثير من الأحيان بعبادة الأوثان، ومع ذلك فلم تكن الأنشطة البدنية غائبة عن التاريخ اليهودي^{١٦}، وقد أشار ج. أيزن George Eisen إلى الألعاب المكابية على أنها مهرجان للألعاب اليهودية، والذي كان يسبق تاريخياً الألعاب الأولمبية الإغريقية، ويلمح إلى أنها أصل الألعاب الأولمبية الإغريقية القديمة^{١٧}.

والملاحظ أن اليهود مارسوا بعض الأنشطة الرياضية والطقوس الدينية يوم السبت، وهو اليوم المقدس عندهم، فمارسوا فيه أنشطة مسلية لقضاء وقت الفراغ، منها

وكشكك من أشكال الترويح مثل الهنود، بينما وظفت الرياضة في حضارات أخرى كطريقة تربوية، على التنشئة وبناء الشخصية المتوازنة، بالإضافة إلى الآثار الصحية التي ارتبطت منذ القدم بممارسة الرياضة وتدريبها البدنية^{١٨}.

ثالثاً: مواقف الأديان من الرياضة

١. في اليهودية:

وردت في نصوص التناخ اليهودي إشارات إلى بعض أنواع الرياضات المختلفة، وهو ما يدل دلالة صريحة عن ممارسة اليهود للرياضة منذ زمن بعيد، منها: الصيد، فجاء عن عيسو أخ يعقوب أنه كان يعرف الصيد: «وكان عيسو إنساناً يعرف الصيد»^{١٩}، ونص آخر يتحدث على المبارزة والقتال جاء فيه: «فخرج رجل مبارز من جيوش الفلسطينيين»^{٢٠}. وآخر يتحدث عن السباحة جاء فيه «لأن المياه طمت، مياه سباحة..»^{٢١}، ومنها ما يبين معرفتهم لاستعمال القوس وفنون القتال حيث جاء في

بعض الألعاب والفعاليات الرياضية ، وكان الرقص إحدى الوسائل التعبديّة خلال الاحتفالات والمناسبات الدينية، ولقد وردت اثنتا عشر مفردة لوصف الرقص واللعب، وهناك بعض أنواعه التي ارتبطت بالوثنية، واعتبرت من قبل العبرانيين بأنها غير أخلاقية . واجهت بعض النشاطات والفعاليات التي كان يرغب بأدائها اليهود يوم السبت بمحددات شرعية يهودية باعتبارها تناقض الوصايا العشر التي جاء بها موسى -عليه السلام- والتي تحكم الفكر اليهودي على أساس أن تلك النشاطات لها هدف غير أخلاقي^{١٨} .

ولكن بشكل عام فقد أكدت الديانة اليهودية على أهمية البدن وغسله من الذنوب والمعاصي بالاستحمام، وممارسة النشاط البدني والرياضي في الاحتفالات، والمناسبات الدينية والاجتماعية للحفاظ على الصحة البدنية، وإعداد فرد يستطيع الدفاع عن الديانة اليهودية^{١٩} ، واتجه اليهود في

الوقت الحديث والمعاصر كغيرهم من الشعوب الأخرى إلى حث شعبهم على ممارسة النشاط البدني والرياضي لما له من فائدة صحية وبدنية واجتماعية، ولهذا أسسوا الجمعيات والأندية، وحثوا المجتمع على ممارسة الرياضة، واتجهوا في ذلك بنفس الاتجاه الذي سار عليه جمعيات الشبان والشابات المسيحية في أوروبا، وأسسوا جمعية تحمل اسم جمعية الشبان والشابات اليهودية والتي كانت تهدف أساسا إلى:

- تنمية النشاط البدني والرياضي لدى الشعب اليهودي من خلال نشر مفاهيم الثقافة الرياضية .

- تنفيذ البرامج والنشاطات الرياضية للممارسين لها وتحت إشراف طبي .

وضعت هذه الجمعيات برامج موجهة إلى الشباب اليهودي لتشجيع الرياضة التنافسية ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة ، وهكذا يتضح لنا اهتمام اليهود بالرياضة البدنية، وارتباطها ارتباطا وثيقا بنصوصهم المقدسة، وإذا كانت

كذلك عند اليهود فما هو موقف
المسيحية من التربية الرياضية ؟

٢. التربية الرياضية في المسيحية:

وردت في الأناجيل المسيحية
ورسائل الرسل العديد من
النصوص التي تدعو إلى الاهتمام
بالرياضة وتدريب الجسد كما جاء
في قول بولس في رسالة كورنثوس
الأولى^{٢٠} فشبه الحياة المسيحية
بميدان للركض فقال: «لكي ننال
الجائزة». ولكن الجائزة التي يسعى
إليها هي تاج أبدي لن يفسد أو
يتلاشى.. من أجل الوصول إلى
نهاية السباق والحصول على الجائزة
السماوية^{٢١}، ويبدو أن التنافس
الرياضي وفق رسالة تيموثاوس لا
يتحقق، فإنه لا يحصل على تاج
المنتصر إلا إذا تنافس وفقاً للقواعد^{٢٢}
وهو ما جاء نصه أن الرياضة
تمارس وفق ضوابط وطرق «كل
رياضي يمارس الانضباط بكل
الطرق»^{٢٣}.

وقد استخدم بولس بعض
المصطلحات الرياضية لتعليم أتباعه
للحقائق روحية، بل ويركز من

جهة أخرى على التدريبات
الجسدية، والمباريات التنافسية،
واعتبرها أمراً إيجابياً ويقول
بولس: «ولأن الرياضة الجسدية
نافعة لقليل، ولكن التقوى نافعة
لكل شيء»^{٢٤}.

وإذا كان الكتاب المقدس
والأناجيل بصفة خاصة تحتوي
على بعض النصوص التي تدعو إلى
الاهتمام بالرياضة والجسد، فإن
رجال الدين المسيحية في الفترة
الأولى من القرون الوسطى ركزوا
على النواحي الروحية وإيجاد مثل
تربوي وخلقها، ولم تهتم الكنيسة
عموماً بالرياضة، بل أبعدت كل
ماله صلة بالتربية البدنية والرياضية
من وسائل تربوية وتعليمية،
وعملت الكثير في سبيل إلغاء
الكثير من الألعاب والمسابقات
الرياضية، ويبدو أن أسباب ذلك
عديدة منها: الصلة بين الألعاب
الرياضية والنشاط البدني الروماني
والديانة الوثنية والفكرة المهيمنة
بالأخلاق الشريرة في البدن،
والسبب الثاني أن الكثير من
الرياضات والاحتفالات أقيمت

لشرف الآلهة الوثنية، وقد احتوت هذه المهرجانات على طقوس دينية وثنية عرف أباء الكنيسة أن لها تأثير خطيرا على المسيحية، لذلك حاولوا منعها تماماً وكذا اعتقاد الكنيسة بأن الجسد أداة للإثم والخطيئة لذلك يجب إهماله والعناية بالنواحي الروحية.

ومن هنا نجد أن الرياضة قد عورضت في القرون الأولى من طرف رجال الكنيسة إلا القليل منهم مثل (كليمنت) الإسكندري الذي دعا إلى الاهتمام بالتمارين والألعاب الرياضية ذات الفوائد الصحية، وكان يعتقد بأن المصارعة واللعب بالكرة والمشي عوامل مساعد على النشاط، لقد حاربت الكنيسة الحمام الروماني لاعتقادهم بأن التدهور الخلقي هو الذي أوجد عادة العرى والاختلاط بالحمام كما منعت المسيحية من حضور الحفلات الرياضية العامة، وكانت العقوبة صارمة لمن يحضر حفلات السيرك، بل ولا يسمح للمصارع باعتناق الدين المسيحي إلا بعد أن يعطي التعهد الذي ينص على اعتزاله

المصارعة، وقد بذلوا جهودا كثيرة في محاولة الإلغاء الألعاب الرياضية الأولمبية القديمة حتى نجحت في حملت الإمبراطور كريستيان من إلغائها عام ٣٩٤ ق.م، ميلادية ثم حرمت نزالات المصارعة عام ٤٠٤ ق.م، ميلادية، أما الرقص فقد اعتبر وسيلة من وسائل الدين بعد ذلك حرمت هذه الرقصات من قبل البابا زاخارياس بعد الخروج من أهدافها^{٢٥}.

ولكن مع في بداية عصر النهضة الحديثة في أوروبا بدأت بوادر الانفراج عندما أعلن الكثير من رجال الدين المصلحين من الكاثوليك والبروتستانت دعمهم للتربية البدنية والرياضة شريطة أن لا تتعارض مع الدين، فأعطوا مفاهيم واضحة شجعت الناس على الإقبال عليها وممارستها والتمتع بأوقاتها. منهم القس بيلي جراهام الذي أصبح متحمسا كثيرا للرياضة وفوائدها وكتب عدة دراسات في ذلك أهمها كتاب أسماه «هل الرياضة مفيدة للروح؟»^{٢٦}.

واتجه الناس إلى ممارسة النشاط

عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ
وَالْجِسْمِ»^{٢٨}، ووردت لفظة قوة
وأيضاً رباط الخيل معطوفة عليها
في قوله: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ
مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ
بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ﴾^(٢٩) والقوة هي «كمال
صلاحية الأعضاء لعملها»^{٣٠} ،
وجاءت لفظة نستبق في موضع
آخر من القرآن الكريم للدلالة
على الرياضة البدنية في قوله
تعالى: ﴿قَالُوا يَا أَبَانَا إِنَّا ذَهَبْنَا
نَسْتَبِقُ وَتَرَكْنَا يُوسُفَ عِنْدَ
مَتَاعِنَا﴾^{٣١} ، والتسابق كان في الرمي
أو على الفرس أو على الأقدام
وكلها رياضات بدنية^(٣٢)، وقوله
تعالى في سياق قصة أيوب عليه
السلام: ﴿ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا
مُغْتَسِلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ﴾^{٣٣} ، والركض
هو الدفع القوي بالرجل، فضرب
برجله الأرض فنبعت عين، فاغتسل
وشرب منها، بإذن الله^{٣٤}،

وكانت الرياضة البدنية مكوناً
أساسياً من مكونات حياة المسلمين
الأوائل، وملمحا بارزاً من ملامح
مجتمعهم^{٣٥}، فكان الرسول الكريم
ﷺ يشجع عليها، وينظم المسابقات

الرياضية ، للمتسابقين بالخيل ،
ويعطي الجائزة لمن سبق ، فقد روي
عن ابن عمر رضي الله عنه: «سبق
النبي صلى الله عليه وسلم بين
الخيال ، وأعطى السابق»^{٣٦}، وكان
يشجع على الرمي أو الرماية ،
قائلاً: «ارموا بني إسماعيل ، فإن
أباكم كان رامياً..»^{٣٧}، بل إن
الإسلام اعتبر تعليم الرياضة
للأطفال من حقوقهم على أوليائهم
كما جاء في الحديث : «نعم، حق
الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة
والسباحة والرمي ، وأن يورثه
طيباً»^{٣٨}.

ومن هنا اهتم الإسلام بالرياضة
البدنية من فروسية وتربية جسمية
وتعويد الجسد على احتمال المشاق،
وبذل الجهد والاعتناء بمأكله
وملبسه ومظهره، ووضع الإسلام
آداباً سلوكية عظيمة لهذا الجانب
من الإنسان لكي يصل بجسده إلى
مستوى الصحة تليق بحقيقة
الإنسان المسلم القوي ببدنه ونفسه
حتى يستطيع احتمال جهاد الحياة،
فقد اعتنى الإسلام بالجسد وكذلك
بالنفس وهي الطاقة الحيوية المنبثقة

من الجسم والمتمثلة في مشاعر النفس التي يخصصها الإسلام بعناية فائقة لا تقل عما أعطاه للعقل والروح^{٣٩}.

فوائد الرياضة للشعوب وآثارها:

لم تعد الرياضة في عصرنا الحالي مجرد وسيلة للعب والترفيه في أوقات الفراغ، وإنما أصبحت حاجة من الحاجات الضرورية لحياة الفرد وأصبحت مادة دراسية ضمن المواد التي تشكل منهج التعليم المتكامل في المراحل التعليمية المختلفة لبناء شخصية الفرد المتكاملة من جميع الجوانب النفسية والاجتماعية والعقلية والبدنية، وأمسّت تقام لها أندية تتنافس فيما بينها على المستوى المحلي والإقليمي والعالمى، وأصبحت الدول ترصد لها الميزانيات الضخمة للإنفاق عليها، ومن هذه الألعاب الكرة كرة القدم السلة، السباحة، السباق، ألعاب القوة مثل الملاكمة وحمل الحديد والمصارعة والوثب العالي والطويل، ولعل من أهم فوائد الرياضة:

١. تقوية البدن:

الرياضة وسيلة مهمة جدا لتقوية الجسد والمحافظة عليه ليصبح قويا نشيطا، ويؤدي وظائفه بشكل طبيعي، فهي غذاء للجسم والعقل معا، وتمد الإنسان بالطاقة التي يحتاجها الجسم للقيام بمختلف الأعمال، وتقوية العضلات وتكسب الجسد اللياقة البدنية والذهنية، والقوة والحيوية والنشاط وتحسن عمل القلب، وتجعل حركة المفاصل مرنة مما يجعل الجسم قويا لمواجهة الأعداء، وهو ما دعا إليه بولس في رسالته إلى أهل أفسس: «فإنه لن يبغض أحد جسده قط، بل يقويه ويربيه»^{٤٠}، ونجده كذلك في قول رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم: «المؤمن القوي خير من المؤمن الضعيف»^{٤١}

وقد اتفق العلماء على أن من أهدافها، إعداد الفرد للحياة إعدادا كاملا، وذلك من خلال تعديل سلوكه نحو الأفضل وتنمية السمات النفسية والاجتماعية

والعقلية والبدنية^{٤٢}.

فالعناية الرياضية للجسم وتنشيط العناصر المكونة له من تقوية للمناعة وعناية بالأجهزة العصبية والنفسية والعضلية تهدف في النهاية إلى تهيئة الفرد للقيام بمسؤولياته الدينية والاجتماعية وغيرها من خلال منظومة القيم التي تضبط حركة الجسم ومجالاته وحاجاته. بل ومن فوائدها رفع كفاءة الجسم المختلفة لدى من يعاني من الأمراض المختلفة منها على سبيل المثال: رفع كفاءة الجهاز الهضمي، ورفع مستوى أداء الكبد والمرارة، ورفع المناعة بالأعضاء، لمقاومة سرطان الأمعاء بزيادة قدرة الخلايا على أداء وظيفتها، والحد من التهابات الجهاز الهضمي، يقول ابن القيم: «والحركة أقوى الأسباب في منع تولدها، فإنها تسخن الأعضاء، وتسيل فضلاتها فلا تجتمع على طول الزمان، وتعود البدن الخفة والنشاط..»^{٤٤}

٣. الصحة النفسية:

تزايد في الوقت المعاصر الاهتمام برياضة المشي والتمارين الرياضية المرتبطة بها كنوع من الوقاية

ومن هنا فالرياضة هي الأساس في كل بناء تربوي سليم، وممارسة التمارين البدنية تطويراً للمهارات الخاصة بالسباحة والركض والمشي وركوب الخيل والمبارزة والرقص، لأنها ضرورية للفرد من الناحية البدنية والصحية. فالتربية البدنية وسيلة أساسية لصقل قدرات الفرد وأعدادها اجتماعياً وأخلاقياً.. وحتى عسكرياً للدفاع عن الوطن من خلال ممارسة الأفراد للألعاب الشعبية والمشاركة بالمهرجانات.^{٤٣}

٢. الوقاية من الأمراض:

شير الكثير من الدراسات العلمية إلى أن ممارسة حد أدنى من النشاط البدني يقلل من احتمال الإصابة بأمراض القلب التاجية بأداء بعض تمارين اللياقة البدنية مثل: ركوب الدراجات والمشي والسباحة، فإنك تقوي عضلة القلب لتعمل بكفاءة، وتساعد في الوقت ذاته على انخفاض ضغط الدم المرتفع وتقليل كمية الدهون.

والعلاج في مجال الصحة النفسية ،
فالتمارين الرياضية تؤدي إلى
تحسين الثقة بالنفس الذاكرة الإدراك
المزاج السعادة كفاءة العمل القبول
الاجتماعي، وهي تنقص الغضب
والقلق والاضطراب والاكتئاب
الصداع العدوانية، بل وتعد ممارسة
الرياضة شكلا من أشكال النشاط
الذهني المنعش، ووسيلة ناجعة
للتحكم في التوترات الذهنية وفي
المشاكل النفسية، وهي تساعد على
تخفيف التوترات، وتقوم بأداء دور
أساس في الاحتفاظ بالتوازن
النفسي^{٤٥}.

والنضوج الروحي. وليس في أي
من هذين الاتجاهين التوازن الذي
يوصي به الكتاب المقدس. تقول
رسالة تيموثاوس الأولى: «لأنَّ
الرِّيَاضَةَ الجَسَدِيَّةَ نَافِعَةٌ لِقَلِيلٍ،
وَلَكِنَّ التَّقْوَى نَافِعَةٌ لِكُلِّ شَيْءٍ، إِذْ
هَآ مَوْعِدُ الحَيَاةِ الحَاضِرَةِ
وَالْعَيْدَةِ»^{٤٦}، ونلاحظ أن الفقرة لا
تنفي الحاجة إلى التمرينات
الرياضية، بل هي تصرح أنها
مفيدة، ولكنها ترتب الأولويات في
الإيمان المسيحي بأن التقوى لها
قيمة أكبر.

٤. جمع الشعوب المختلفة:

يذهب الكثير من العلماء والفلاسفة
والمربين المحدثين، منهم يوهان
برنهارد، وفردريك يان، وبيير
هتريك، وغيرهم، إلى أن الرياضة في
عصرنا الحاضر أصبحت تجمع عددا
كبيرا من الشعوب بثقافتهم
المختلفة، ومثال ذلك كرة القدم،
وكأس العالم الذي ينظم دوريا،
ويجمع أفرقة دول مختلفة من شتى
أنحاء العالم، في جو من التنافس
والتآخي بعيدا عن الحروب

وتعتبر الرياضة عبر التاريخ
الإنساني الطرق لتفريغ الدوافع
والمكبوتات النفسية، وتخفيف
مشاعر المعاناة والتوتر التي يشعر
بها الفرد حيال ضغوطات الحياة
الاجتماعية المختلفة، وفي الرياضة
لا بد من التوازن بين الجسم
والروح، فيركز البعض تماما على
الناحية الروحية لدرجة إهمال
أجسادهم. بينما يركز البعض
الآخر اهتمامهم على شكل وحجم
أجسادهم لدرجة إهمال النمو

والنزاعات والاختلافات السياسية والأيدولوجية.

كما ساهم في عصرنا الراهن انتشار الوعي الناضج، بعد أن اتضح حاجة الشعوب إلى التعاون وتبادل الخبرات في ميدان الألعاب الرياضية كوسيلة مهمة في تنشئة الأجيال، لأنها تفجر طاقات الفرد المخترنة، وتهذبها على مستوى البيئة والمجتمع والمحيط الدولي، لينتقل إلى التأخي والتعايش الدوليين، وذلك انطلاقاً من التقارب والتعارف بين الشعوب، والسلام هدف إنساني وغاية نبيلة ارتبط بثقافة الإنسان على امتداد تاريخها الحضاري. لذلك أعيد إحياء الألعاب الأولمبية الإغريقية القديمة لجعل الرياضة في خدمة التنمية المتناغمة للإنسان في إقامة ألعاب أولمبية دولية معاصرة تروج للسلام العالمي، لنبلها وقيمها في نشر ثقافة السلام والقيم الإنسانية

والاجتماعية والتسامح العالمي وتنفيذ المشاريع المرتبطة بالرياضة كوسيلة لنشر ثقافة السلام بالتعاون الوثيق مع اللجان الأولمبية للدول، فقد استفادت بعض من الدول بمجموعة من البرنامج الرياضية^{٤٧}.

خاتمة:

ومن هنا نجد أن الرياضة عرفتها كل الشعوب والمجتمعات الإنسانية قديماً حديثاً، وحثت عليها الديانات التوحيدية خاصة الدين الإسلامي، لأنها وسيلة يبني بها الإنسان جسده ويحفظها صحته ليكون قادراً على أداء واجباته الدينية الدنيوية، ولها فوائد عظيمة على صحة الجسم والنفس، وتمتد إيجابياتها حتى إلى تحقيق السلام بين الشعوب والقارات في العالم و الاندماج الاجتماعي والمساواة بين الأجناس المختلفة.

World HEALTH Day



المصادر والمراجع:

١. القرآن الكريم.
٢. الكتاب المقدس.
٣. بسام سعد: الألعاب الرياضية، ط١، بيروت: دار الجيل، ١٩٩٩م.
٤. الخولي أمين أنور:
 - أصول التربية البدنية والرياضية، ط١، دب: دار الفكر العربي، ٢٠٠١م.
 - الرياضة والمجتمع، دط، الكويت: عالم المعرفة، ١٩٩٦.
٥. الرزاي: مفاتيح الغيب، ط٣، بيروت: دار إحياء التراث العربي، ١٤٢٠هـ.
٦. الزبيدي: تاج العروس من جواهر القاموس، دط، الكويت، المجلس الوطني للثقافة.
٧. ابن سعد ذياب: حقيقة كرة القدم، ط١، دب، دد، ١٤٢٩هـ.
٨. سلامة عبد الحميد:
 - الرياضة البدنية عند العرب، دط، الدار العربية للكتاب، دت.
 - الرياضة مظاهرها السياسية والاجتماعية والتربوية، الدار العربية للكتاب، ٢٠٠٥.
٩. شلتوت نوال إبراهيم، مراد محمد نجلة: تاريخ التربية البدنية والرياضة، ط١، الإسكندرية، دار الوفاء، ٢٠٠٧م.
١٠. ابن عاشور الطاهر: التحرير والتنوير، دط، تونس: الدار لتونسية للنشر، ١٩٨٤م.
١١. العمري عبد النور: التاريخ الرياضي ودوره السلمي عبر العصور، مجلة دراسات تاريخية، العدد ٦..

١٨. مكيوسة إزري سوانلدة:
الرياضة والمرأة بين العزوف
والإصرار، مذكرو ماجستير في
التربية البدنية والرياضة.

١٩. ابن منظور: لسان العرب ،
ط٣، بيروت: دار صادر ،
١٤١٤هـ.

٢٠. مهاوت عبد القادر: أحكام
الرياضة البدنية في الفقه
الإسلامي، أطروحة دكتوراه،
جامعة الأمير عبد القادر.

21. RIGATOS, G., Athlétisme et
santé, la santé par le sport, tra-
duction et notes par F.-J. Herr.

22. Revue O Lychnos, N° 98, jan-
vier 2004,p. 30-33 et n° 99,
avril.

١٢. ابن فارس: مقاييس اللغة،
تحقيق: عبد السلام محمد
هارون، دب، دار الفكر،
١٩٧٩م.

١٣. القرضاوي يوسف: فقه اللهو
والترويح، القاهرة: مكتبة
وهبة، دت.

١٤. القرطبي: الجامع لأحكام
القرآن، تحقيق: أحمد البردوني،
إبراهيم اطفيش، ط٢، القاهرة:
دار الكتب المصرية، ١٩٦٤م.

١٥. قلعجي محمد رواس: معجم
لغة الفقهاء، ط١، دب: دار
النفايس، ١٩٨٨م.

١٦. ابن القيم: الطب النبوي، دط،
بيروت: دار الهلال، دت.

١٧. كاظم عادل فرهود: فلسفة
التربية البدنية وعلوم الرياضة،
المجلة الدولية لبحوث الرياضة
المتقدمة، العدد ٣، تمو ٢٠١٧م.

الهوامش:

- ١ - تيموثاوس: ٤: ٨.
- ٢ - كورنثوس ٩: ٢٥.
- ٣ - ابن منظور: لسان العرب، ط٣، بيروت: دارصادر، ١٤١٤هـ، ج٧، ص١٦٤، وابن فارس: مقاييس اللغة، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، دب، دار الفكر، ١٩٧٩ن، ح٢، ص٤٥٦، والزبيدي: تاج العروس من جواهر القاموس، دط، الكويت، المجلس الوطني للثقافة، ج٢١، ص٤١٥.
- ٤ - محمد رواي قلعي: معجم لغة الفقهاء، ط١، دب: دارالنفائس، ١٩٨٨م، ص٢٢٨.
- ٥ - عبد الحميد سلامة الرياضة البدنية عند العرب، دط، الدار العربية للكتاب، دت ص٢٦.
- ٦ - نوال إبراهيم شلتوت، مراد محمد نجلة: تاريخ التربية البدنية والرياضة، ط١، الإسكندرية، دارالوفاء، ٢٠٠٧م، ص٥٥.
- ٧ - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ط، دب: دار الفكر العربي، ٢٠٠١م، ص٢١٨.
- ٨ - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، ص٢١٨.
- ٩ - ذياب بن سعد: حقيقة كرة القدم، ط١، دب، دد، ١٤٢٩هـ، ص٥٣.
- ١٠ - بسام سعد: الألعاب الرياضية، ط١، بيروت: دار الجيل، ١٩٩٩م، ص٥.
- ١١ - انظر: عبد القادر مهاوت: أحكام الرياضة البدنية في الفقه الإسلامي، أطروحة دكتوراه، جامعة الأمير عبد القادر، قسنطينة، ٢٠١٦م، ص٢٨.
- ١٢ - سفر التكوين، ٢٥-٧.
- ١٣ - صموئيل ١٧-٤.
- ١٤ - سفر حزقيال: ٤٧: ٥٠.
- ١٥ - سفر أخبار الأيام الأول: ٥: ١٨.

16Les Juifs et les sports vue

<https://www1.alliancefr.com/actualites/juifs-sports-gymnases-grecs-sionisme-athletes-immigrants-europe-6062716>

- ١٧ - أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، دط، الكويت: عالم المعرفة، ١٩٩٦م، ص١٤٢.
- ١٨ - عادل فهد كاظم: فلسفة التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلة الدولية لبحوث الرياضة المتقدمة، العدد ٣، تموز ٢٠١٧م، ص١٧١.
- ١٩ - عادل فهد كاظم: المرجع السابق، ص١٧١٢.
- ٢٠ - رسالة كورنثوس الأولى ٩: ٢٤-٢٧.
- ٢١ - الفليبيون ١٣: ٣.

- ٢٢ - تيموثاوس ٢: ٥
- ٢٣ - ١ كورنثوس ٩: ٢٥
- ٢٤ - تيموثاوس: ٤ - ٨.
- ٢٥ - حيدر نزار محمود: التربية البدنية في العصر المسيحي الأول، كلية المستقبل الجامعة ، قسم التربية البدنية، محاضرة منشورة PDF ص ٢
- ٢٦ - أمين أنور الخولي: الرياضة والمجتمع، ص ١٤٧.
- ٢٧ - أمين الخوري: المرجع السابق، ص ١٧١٥
- ٢٨ - البقرة: ٢٤٧
- ٢٩ - الأنفال: ٦٠
- ٣٠ - ابن عاشور: التحرير والتنوير، دط، تونس: الدار لتونسية للنشر، ١٩٨٤م، ج ١٠، ص ٥٥.
- ٣١ - يوسف: ١٧
- ٣٢ - القرطبي: الجامع لأحكام القرآن، تحقيق: أحمد البردوني، إبراهيم اطفيش، ط ٢، القاهرة: دار الكتب المصرية، ١٩٦٤م، ج ٩، ص ١٤٥.
- ٣٣ - سورة ص، الآية ٤٢.
- ٣٤ - الرزاي: مفاتيح الغيب، ط ٣، بيروت: دار إحياء التراث العربي، ١٤٢٠هـ، ج ٢٦، ص ١٨٧.
- ٣٥ - انظر: عبد القادر مهاوت: أحكام الرياضة البدنية، ص ٣٦.
- ٣٦ - أخرجه أحمد في المسند، مسند عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، حديث رقم ٥٦٥٦.
- ٣٧ - أخرجه البخاري في الصحيح، كتاب الجهاد والسير، باب التحريض على الرمي، حديث رقم ٢٧٤٣.
- ٣٨ - أخرجه البيهقي في السنن، كتاب السبق والرمي، باب التحريض على الرمي حديث رقم ١٩٧
- ٣٩ - أمانة محمد نصير: إنسانية الإنسان، ص ٢٢
- ٤٠ - أفسس: ٥: ٢٩.
- ٤١ - أخرجه مسلم، صحيح مسلم، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز، عن أبي هريرة رضي الله عنه، حديث رقم ٢٦٦٤.
- ٤٢ - ازري سوانلدة مكبوسة: الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار، مذكرو ماجستير في التربية البدني والرياضة
- ٤٣ - خالد محمد الحشوش: عالم الرياضة والصحة، ص ١٤٥،
- ٤٤ - ابن القيم: الطب النبوي، دط، بيروت: دار الهلال، دت، ص ٢٣٦.
- ٤٥ - عبد الحميد سلامة: الرياضة مظاهرها السباسبية والاجتماعية والتربوية، الدار العربية للكتاب، ٢٠٠٥م، ص ٢٠١.
- ٤٦ - رسالة تيموثاوس الأولى ٤: ٨:
- ٤٧ - عبد النور العمري: التاريخ الرياضي ودوره السلمي عبر العصور. مجلة دراسات تاريخية، العدد ٦، ص ٨٩.



الرياضة في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية: دراسة تحليلية في ضوء الواقع المعاصر

أ.م.د. أردوان مصطفى اسماعيل *

مقدمة:

إن للرياضة مكانةً بارزةً في الإسلام بوجهٍ خاص، وفي تاريخ الإنسانية بوجه عام، وهي تلتصق بروح المجتمع وكيانه بغض النظر عن ثقافته، أو ديانته، أو جنسه، أو لونه، فهي ضرورة اجتماعية للإنسان في جميع الأوقات والأماكن. ومن هنا، فقد اعتنت الشريعة الإسلامية بالرياضة اعتناءً فائقاً؛ ذلك أن الرياضة المشروعة تحافظ على الصحة الجسدية والنفسية والعقلية للإنسان، وهما وسيلتان مهمتان لأداء العبادات، وإعمار الكون.

ومن هذا الملمح، فإن الشريعة الإسلامية تؤطّر الرياضة، وأي نشاط إنساني آخر، من خلال نصوص الوحيين، والأبعاد المقاصدية، لكي يسير في الاتجاه الصحيح، فلا يقع في الإفراط والتفريط. وتنضوي الرياضة تحت مقاصد الشريعة الإسلامية كلها من حفظ الدين، والنفس، والعقل، والمال، والنسل.

ولم تغفل الشريعة الإسلامية الصحة الجسدية والنفسية للإنسان من خلال الرياضة، كما فعلته الأديان القائمة على تعذيب الجسد لترقى الروح، مثل: البرهمية الهندية، والرواقية اليونانية، والمانوية الفارسية، والرهبانية النصرانية. بل اعتنى الإسلام بالإنسان روحاً وجسماً، عقلاً ووجداناً؛ لينتهض بعبادة الله تعالى، وعمارة الأرض بالعدل¹.

(*) أستاذ ورئيس قسم الشريعة- كلية العلوم الإسلامية - جامعة صلاح الدين- أربيل- العراق.

ومما يجدر بالإلماع هنا، أن الإسلام لم يكتفِ بتشريع الرياضة والحثِّ عليها، بل عدَّ الرياضة طاعةً وعبادةً يتقرَّب بها المسلم إلى الله تعالى، إذا صاحبته النية. ومن هنا، فقد قرَّر النووي (ت ٦٧٦هـ) أن: «المباحات تصير طاعات، بالنيات الصادقات»^٢. وهذا ما لا نلفيه في الأديان الأخرى. وعلى هذا، فقد شرع الإسلام مجموعةً من الرياضات وحرَّض عليها، مثل: العدو، والجري، والمصارعة، وتصويب السهام ورميها، وركوب الخيل، والسباحة، ونظر إلى الرياضة بوصفها من متطلبات حياة الإنسان، فجعل الأصل فيها الإباحة إلا ما اشتملت على محرِّم، أو أفضت إلى حرام.

الرياضة ومقصد حفظ الدين:

تسعى الشريعة الإسلامية إلى حماية الكليات أو الضروريات الخمس. يقول الشاطبي (ت ٧٩٠هـ): «اتفقت الأمة -بل سائر الملل- على أن الشريعة وضعت للمحافظة على الضروريات الخمس -وهي: الدين، والنفس، والنسل، والمال،

والعقل- وعلمها عند الأمة كالضروري»^٣.

وتلعب الرياضة دورًا حيويًا في المحافظة على مقصد الدين؛ ذلك أن صحة البدن، والعافية النفسية، أمر ضروري لأداء العبادات على وجهها الأكمل. كذلك، فإن الرياضة وسيلة فعالة لبناء الكفاءات الجسدية، والمهارات النفسية للأفراد؛ للدفاع عن الدين والوطن. قال تعالى: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَّا اسْتَطَعْتُمْ مِّن قُوَّةٍ وَمِنْ رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ﴾ [الأنفال: ٦٠]. والآية تدلُّ على مشروعية الرياضة؛ ذلك أن المطلوب من المسلمين الاستعداد لمواجهة العدو من الناحية الجسدية والنفسية والاقتصادية والعسكرية. والرياضة أداة حيوية لبناء القدرات الجسدية، وتنمية الجوانب النفسية للإنسان. واللافت للنظر أن النبي صلى الله عليه وسلم فسَّر القوة بالرمي قائلاً: «ألا! إن القوة الرمي»، قالها ثلاثاً. كذلك، كان نبي الله صلى الله عليه وسلم يتابع ممارسة أصحابه للرياضة عملياً، فقد ثبت أن أبا طلحة رضي الله عنه

كان يتترس مع النبي صلى الله عليه و سلم بترس واحد، وكان أبو طلحة حسن الرمي، فكان إذا رمى تشرف النبي صلى الله عليه وسلم فينظر إلى موضع نبله^٥. بل بلغ اعتناء الإسلام بريضة الرمي مبلغا عظيما حين رتب الإثم على من علم هاته الريضة، ثم تركها، قال صلى الله عليه وسلم: «من علم الرمي، ثم تركه، فليس منا، أو قد عصى»^٦.

وهاته الشذرة التأصيلية توصلنا إلى أن الإسلام ندب إلى المحافظة على مقصد الدين من خلال جعل الريضة وسيلةً للدعوة إلى الله تعالى، وباباً من أبواب نشر الإسلام، ويحتاج لذلك بحديث رُكّانة الذي صرعه النبي عليه الصلاة والسلام، فأسلم. وكان ركانة رجلاً قويا لا يُغلب^٧. واستخرج الشوكاني من حديث ركانة «جواز المصارعة بين المسلم والكافر، وهكذا بين المسلمين، ولا سيما إذا كان مطلوباً لا طالباً، وكان يرجو حصول خصلة من خصال الخير بذلك أو كسر سورة كبر متكبر أو وضع مترفع بإظهار

الغلب له»^٨. وبهذا تمسي الريضة سبيلاً لنشر الدين الإسلامي؛ لاسيما في هذا العصر، حيث أصبحت الريضة تؤثر في قطاعات حيوية في العالم. ومن هذه البابة، أسلم عديد من الرياضيين في العالم، واعتنقوا الإسلام عن قناعة وشغف.

الريضة ومقصد النفس:

إن حفظ النفس مقصدٌ أصيل من مقاصد الشرع، وللريضة دور حيوي في بناء الإنسان من الناحية الجسدية والنفسية، وقد امتدح الله تعالى طالوت بكفاءته العلمية، وقوته البدنية، قال سبحانه: ﴿قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾ [البقرة: ٢٤٧]. بل جلى النبي عليه الصلاة والسلام أن: «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: لو قدر الله وما شاء فعل، فإن لو تفتح عمل الشيطان»^٩. والريضة

سبيل للحصول على الجسم القوي
القادر على أداء الواجبات الدينية
والدنيوية.

ومن الرياضات التي حثَّ عليها
الإسلام في هذا الحقل، رياضة
المشي على الأقدام، فهي رياضة
تحافظ على صحة الإنسان، بوقايته
من الأمراض القلبية، وتخفيف
السمنة، وتنشيط العضلات،
وترويح النفس، وهي الرياضة التي
يوصي بها الأطباء لكل فرد في
الغالب. وحين شكنا مناس إلى النبي
صلى الله عليه وسلم الإعياء
والتعب والإرهاق، أرشدهم إلى
المشي، قائلاً: «عليكم بالنَّسْلان». فنسلوا، فوجدوا ذلك أخفَّ
عليهم^{١٠}.

وقد ألع علماء النفس إلى أن النشاط
الرياضي يفضي إلى إشباع الحاجات
النفسية والاجتماعية، وتنمي العديد
من السمات الشخصية والسلوكيات
الاجتماعية الهادفة مثل: الثقة
بالنفس، والتعاون، والصبر
والمثابرة، وتحمل المسؤولية،
والمنافسة الشريفة، وخدمة
الآخرين، والتفاعل الإيجابي مع

المجتمع^{١١}. وهاته كلها مصالح
معتبرة في الرؤية الإسلامية.

أضف إلى ما سبق، أن الإسلام عدَّ
الرياضات التي تحافظ على مقصد
النفس الإنساني من ذكر الله تعالى،
مثل: المشي، والسباحة، فقد قال
الرسول صلى الله عليه وسلم: «كل
شيء ليس من ذكر الله فهو لهو
وسهو، إلا أربع خصال: مشي
الرجل بين الغرضين، وتأديبه
فرسه، وملاعبته أهله، وتعلّم
السباحة»^{١٢}.

وثمة مصالح معتبرة في الرياضة
تندرج تحت مقصد حفظ النفس
من زيادة لياقة جسم الإنسان،
وتنشيط جسمه بحيث يكون نائماً
عن الشعور بالتعب، وترويض
الجسم على الحركة والمرونة،
وتنظيم نبضات القلب، وتحسين
عملية التنفس من خلال الرئتين^{١٣}،
وهاته كلها مصالح شرعية معتبرة
لأداء حقوق الله تعالى، وحقوق
العباد والبلاد.

كذلك، فإن الرياضة تفضي إلى
«تقليل التوتر والعصبية والكآبة
والأرق والشعور بعدم الثقة

بالنفس، وتنمي شعور الإنسان بالسعادة، وتحسن عمل الخلايا الدماغية له، فتزداد سرعة البديهة، ويطغوه طابع الإيجابية، والتحمدي، والإرادة العالية، وحب المساعدة»^{١٤}.

وقد أجريت دراسة بألمانيا عام ١٩٩٢ على ١٥٠٠ متطوعاً من عمر ١٥ عاماً فما فوق، وتوصلت إلى أن العضلات الاكتئابية تكثر لدى الأفراد الذين لا يمارسون الرياضة، في حين تقل لدى الأشخاص الذين يمارسون الرياضة بانتظام^{١٥}.

وإن الاعتناء بالصحة الجسدية والنفسية مطلوب من المسلم، ومن هنا، فقد عاتب النبي صلى الله عليه وسلم عبدالله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما حين سمع أنه يصوم الدهر، ويقرأ القرآن كل ليلة، قائلاً له: «فإن لزوجك عليك حقاً، ولزورك عليك حقاً، ولجسدك عليك حقاً»^{١٦}.

الرياضة ومقصد حفظ العقل:

لقد كرم الله تعالى الإنسان بالعقل، وميزه به عن الحيوانات الأخرى، وأوصد جميع الطرق وحرّم الخبائث التي تفسد العقول، وتضر

بالأذهان، كشرب الخمر، وفتح كلّ الأبواب المشروعة التي تنمّي العقول، وتشحذ الأفهام. بل جعل الإسلام العقل مناط التكليف بحيث إذا انعدم العقل، زال التكليف. وهنا، تأتي أهمية ممارسة الرياضة المشروعة لتحافظ على الصحة العقلية، والعافية الذهنية للإنسان.

وتعد ممارسة الرياضة أفضل وقاية للإنسان من الأمراض، وأنجع علاج للأسقام التي تعترى جسم الإنسان وعقله. وقد توصل العلماء إلى أن الرياضة تمنع الإنسان من التراجع العقلي عندما يكبر في السن. والرياضة المنتظمة وسيلة فعالة لتحسين الذاكرة، وتنمية المهارات العقلية، وحسن التخطيط، وتبادل المهام العقلية. ويذهب الباحثون إلى أن ممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة خلال أيام الأسبوع يمكن أن يساعد على إبقاء الدماغ حاداً؛ ذلك أن الرياضة تحسن ضخ الدم إلى الدماغ، وتساعد على أداء المهام على وجه أتم، وتحفز الخلايا العصبية في منطقة الدماغ التي ترتبط بالذاكرة، وتعزز مستوى



تشتمل على ضياع الوقت، أو تفسد العقول، فقد حرّمها الإسلام.

الرياضة ومقصد حفظ المال:

اعتبر الإسلام المال مقصدًا كليًا، وأوجب رعايته وحمايته واستثماره، ولا يتأتى ذلك إلا إذا كانت الحالة العقلية والصحية والنفسية للإنسان مستقرةً وجيدةً، وممارسة رياضة منتظمة سبيل لنيل ذلك. وقد ندب الإسلام إلى إنتاج المال واستثماره، وحذر من اكتنازه وتعطيله، بيد أن زيادة الإنتاج أو

الطاقة وتحسن المزاج والنوم. كذلك، فإن التمارين الرياضية تساعد المصابين بالزهايمير على الحفاظ على المهارات الحركية، وتحسين التوازن^{١٧}.

وصيانةً لعقل الإنسان، فإن الألعاب العقلية أو الذهنية التي تنمي ذكاء الإنسان ومهاراته الفكرية، وتشحذ عقله، قد أباحها الإسلام ما لم يخاطها قمار أو قتل للوقت أو إضرار بالعقل. أما الرياضات التي تحتوي على الحظ والنصيب، أو تقوم على القمار، أو

فقال: يا رسول الله! أرأيت إن جاء رجل يريد أخذ مالي؟ قال: «فلا تعطه مالك» قال: أرأيت إن قاتلني؟ قال: «قاتله» قال: أرأيت إن قتلني؟ قال: «فأنت شهيد»، قال: أرأيت إن قتلته؟ قال: «هو في النار»^{١٩}. ومن هنا، فإن حفظ المال يفتقر إلى بدنٍ قوي، وجسدٍ رياضي، قادر على الدفاع عن المال إذا اعتدى عليه.

الرياضة ومقصد حفظ النسل:

لقد اهتمَّ الإسلام بالأسرة تأسيساً وبقاءً، وشرع الزواج لإشباع الغريزة الجنسية، وحفاظاً على بقاء النوع الإنساني، ولكي يقوم الزوجان بأداء مهامها الزوجية والأسرية على أتم وجه، ينبغي أن يتمتعا بحالةٍ صحية جيدة وسليمة، وممارسة الرياضة وسيلة لتحقيق ذلك. ومن هنا، تتلاقى الرياضة ومقصد الحفاظ على النسل.

الرياضة ومقصد التدافع الحضاري والتعارف الإنساني:

لقد خلق الله تعالى الناس، وجعلهم شعوباً متنوعة، وأمماً متشعبة، وأوضح الله سبحانه أن الغاية من

قلته لأي مؤسسة أو مصنع يرتبط ارتباطاً وثيقاً بصحة العمال والموظفين ولياقتهم البدنية، إذ « أثبتت الأبحاث العلمية أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين زيادة الإنتاج واللياقة البدنية للعاملين بأي مؤسسة، فالذين يمارسون الرياضة بشكل منتظم يعملون لساعات، أو سنوات أطول، لذا فإن محصلة إنتاجهم تكون أكبر كثيراً على المدى القصير والطويل»^{١٨}. ولئن كانت الدول الصناعية الكبرى تعتنى بزيادة الإنتاج من خلال تطوير اللياقة البدنية لأفرادها، فإن الواجب على العالم الإسلامي أن يزيد الإنتاجية، ويكون عالماً تتمتع أفرادها بالصحة والمقدرة على الإنتاج والعطاء، والاعتماد على الذات، لا أن تكون أفرادها ضعفاء كسالى، يعانون من الأمراض، ويثنون من الويلات.

ولا مندوحة هنا من الإشارة إلى أن الإسلام أوجب على المسلم الدفاع عن ماله إذا تعرض لسرقية، أو غصب، أو ظلم. فعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: جاء رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم،

ذلك تعارف تلك الشعوب والأمم بعضهم ببعض. قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾ [الحجرات: ١٣]. وفي المقابل، رفض الإسلام فكرة صراع الحضارات، أو صدامها والتنظير لهاته الفلسفة، ودعا إلى التدافع الحضاري كمبدأ إسلامي أصيل. قال تعالى: ﴿وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَفَسَدَتِ الْأَرْضُ وَلَكِنَّ اللَّهَ ذُو فَضْلٍ عَلَى الْعَالَمِينَ﴾ [سورة البقرة: ٢٥١]، وقال سبحانه: ﴿وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَهَدمَتِ صَوَامِعُ وَبِيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدٌ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا وَلَيَنْصُرَنَّ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ﴾ [سورة الحج: ٤٠].

ويتطلب هذا التدافع الحضاري من المسلمين إدراك خصوصية دينهم التي تتمثل في صحة عقيدته، وصواب منهجه، وإحكام شريعته، إلا أن هاته الخصوصية لا تعني أبداً الانعزال عن الآخرين، بل إنها

تعبد السبيل للمسلمين للتعامل مع الآخرين؛ ذلك أن الإسلام دين قادرٌ على التعايش مع جميع الجماعات البشرية غير المحاربة^{٢٠}.

وقد أمست الرياضة، في واقعنا المعاصر، سبيلاً لتعارف الشعوب، وتكاتف الأمم، وتقريب سياسات الدول والحكومات، وإصلاح ما أفسدته السياسة، وصارت «الرياضة تؤثر في المجتمع وتتاثر به، كما أن المجتمع يؤثر في الرياضة ويتأثر بها؛ ذلك أن العلاقة بينهما تفاعلية، ولا يمكن فصل أحدهما عن الآخر»^{٢١}. ونتيجة لذلك، نشأ علم الاجتماع الرياضي الذي يعتني بهذا الشأن. وإذا استبان هذا، وانمهد وجهه، فإن الإسلام لا يُحرم المسلم من المشاركة في التجمعات البشرية لممارسة الرياضة والتنافس فيها؛ مثل: الأولمبية الرياضية العالمية، أو كأس العالم للكرة، بيد أن الإسلام يوجب على المسلم الالتزام بالضوابط التي شرعها الإسلام لممارسة الرياضة، من المحافظة على العقيدة الإسلامية، والواجبات الشرعية،

والأخلاق الإسلامية الفاضلة.

الضوابط الشرعية لممارسة الرياضة:

إن الأصل في اللهو واللعب - ومنه الرياضة - الإباحة على الراجح من أقوال العلماء^{٢٢}. بيد أن الإسلام وضع ضوابط للرياضة؛ لكيلا تخرج عن مسارها الشرعي، ونزجي أبرز تلكم الضوابط فيما يأتي:

أ- ألا تؤدي ممارسة الرياضة إلى الالتهاء عن ذكر الله تعالى، والصلوات الواجبات، وعن أي واجب ديني أو دنيوي؛ ذلك أن إضاعة الصلوات والواجبات أمر محرم، وكل ما أفضى إلى الحرام فهو حرام.

ب- وجوب ستر العورات المحرم كشفها.

ج- عدم الإضرار بنفسه أو بغيره، لاسيما في رياضات المصارعة، الملاكمة، فإذا أدت الرياضة إلى إلحاق الضرر بالنفس أو الجسم أو العقل، فإنها تصبح محظورة؛ إذ تقرر في الإسلام أنه: «لا ضرر ولا

ضرار»^{٢٣}. كذلك، يجب حماية حقوق الحيوان، وعدم الإضرار بهم، حين يتم اللعب بهم، وعليه، فقد حرم الإسلام اللعب بالحيوانات إذا كان فيه إيذاء لها؛ كالتحريش بين الديوك، ومصارعة الثيران؛ إذ ذلك مجرد عبث، ولا فائدة منه، وخالٍ من الإنسانية والرحمة. ومن هنا، فقد «نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن التحريش بين البهائم»^{٢٤}.

د- عدم الإسراف والمبالغة في الرياضة، قال تعالى: ﴿وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الأعراف: ٣١]. فإذا أسرف المسلم في الرياضة، صار مدمناً لها، فتمسي محرمة^{٢٥}. والملاحظ، في واقعنا المعاصر، أن أغلب متابعي الرياضة يقضون ساعاتٍ طوال، لمشاهدة الرياضة، أو يسرفون في ممارسة الرياضة، ويهملون الواجبات الدينية والدينية، وهذا الإسراف لا موطن له في الرؤية الإسلامية.

هـ- التحلي بالأخلاق الفاضلة، والتخلي عن الأخلاق الرذيلة؛ ذلك أن الرياضة سبيل إلى تسلية



و- ألا تؤدي الرياضة إلى إضاعة الوقت.

ز- أن يجتنب اللاعب تناول المنشطات والمنبهات الضارة بصحة العقل والجسد؛ إذ من مقاصد الإسلام حفظ العقل والنفس، وتناول هاته المنشطات الضارة نقيض لذلك المقصد.

الإسلام والروح الرياضية:

يوميء مصطلح الروح الرياضية إلى تحلي اللاعب ومتابعي الرياضة بدرجة كبيرة من التحمل والصبر

النفس، وتقوية الجسم، وتهذيب العقل، وتعميق روح التعاون بين أفراد المجتمع، فلا يُستساغ أن تضحى مَسْلِكًا للتباغض، والشحناء، والكراهية، والشتم، والسب، واستعمال العنف، وغير ذلك من الأخلاق المحرمة في الإسلام، وتتناقض مع جوهر الرياضة وروحها. فعلى من يمارس الرياضة ضبط ألفاظه، والابتعاد عن الطائفية، والعنصرية، وتجنب الحسد وتمني زوال النعمة عن زميله اللاعب.

والأناة، وتقبل الهزيمة كما يتقبل الفوز، وتجنب الجدال والكبر، قال عليه الصلاة والسلام: «الكبر: بטר الحق، وغمط الناس»^{٢٦}.

وقد علمنا رسول الله عليه الصلاة والسلام التحلي بالروح الرياضية، فلا تتعصب لفريق أو لاعب أو دولة، و«كانت ناقة لرسول الله صلى الله عليه وسلم تسمى العضباء، وكانت لا تُسبق، فجاء أعرابي على قعود له، فسبقها، فاشتد ذلك على المسلمين، وقالوا: سبقت العضباء. فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن حقا على الله أن لا يرفع شيئا من الدنيا إلا وضعه»^{٢٧}.

كذلك، قدّم لنا النبي محمد عليه الصلاة والسلام الأمثلة الرائعة في حقل التحلي بالروح الرياضية، والاعتراف بالهزيمة، واحترام الخصم المتفوق، فعن عائشة رضي الله عنها قالت: خرجت مع النبي صلى الله عليه وسلم في بعض أسفاره، وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبدن. فقال للناس: «تقدموا». فتقدموا. ثم قال لي: «تعالى حتى

أسابقك». فسابقته، فسبقته، فسبقته، فسكت عني حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت خرجت معه في بعض أسفاره. فقال للناس: «تقدموا». فتقدموا. ثم قال: «تعالى حتى أسابقك». فسابقته فسبقتني فجعل يضحك وهو يقول «هذه بتلك»^{٢٨}. واستنبط الشوكاني بأسلوبه الماتع من الحديث «مشروعية المسابقة على الأرجل، وبين الرجال والنساء المحارم، وأن مثل ذلك لا ينافي الوقار والشرف والعلم والفضل وعلو السن»^{٢٩}.

وقد خرج رسول الله صلى الله عليه وسلم على قوم من أسلم يتناضلون بالسوق. فقال: «ارموا بني إسماعيل فإن أباكم كان راميا وأنا مع بني فلان» -لأحد الفريقين- فأمسكوا بأيديهم فقال: «ما لهم». قالوا وكيف نرمي وأنت مع بني فلان؟ قال: «ارموا وأنا معكم كلكم»^{٣٠}.

وفي الأحاديث المذكورة آنفاً أن الرياضيين وجهورهم ينبغي أن يتمتعوا بالروح الرياضية، والمنافسة المنضبطة المتزنة، وتجنب التعصب

والغضب والكلمات الجارحة وعدم القيام بأعمال الشغب والابتعاد عن الاعتداء البدني على اللاعبين والحكام والمشجعين وصيانة الممتلكات الخاصة والعامة. ونقيض الروح الرياضية هو التعصب الرياضي، وهو نوع من التطرف الذي يفضي إلى العداة والشجار بين الإخوة، والجدال العقيم بين الأصدقاء، والمخاصمة في وسائل الإعلام، وتصعيد ذلك على مستوى الدول والحكومات، وهذا ما ترفضه الرؤية الإسلامية.

رياضة المرأة:

لم يمنع الإسلام المرأة من حقها في ممارسة الرياضة، بل جعل الأصل في رياضة المرأة الإباحة، ولها أن تمارس مختلف أنواع الرياضات حفاظاً على صحتها البدنية والنفسية والعقلية. ومن هنا، فقد قام الرسول صلى الله عليه وسلم بممارسة رياضة المسابقة بينه وبين عائشة رضي الله عنها.

ومما يجدر بالإلماح هنا، أن ضعف ممارسة المرأة المسلمة للرياضة، في

العالم الإسلامي أو انعدامها، ليس من الدين في شيء، بل يعود إلى الأعراف الفاسدة، والعادات السقيمة التي نبعت من عرف عشائري، أو عادة قبلية. وقد أفضى هذا إلى مشكلات صحية تعاني منها المرأة المسلمة في مسائل الحمل والولادة ورعاية الأطفال.

ولم يُطلق الإسلام العنان لرياضة المرأة، بل جعل لها ضوابط شرعية خاصة يجب على المرأة المسلمة الالتزام بها، إضافةً إلى الضوابط الشرعية العامة للرياضة، ومن أبرزها:

- وجوب ستر العورة وعدم كشفها.
- عدم الاختلاط بالرجال.
- عدم إذاعة رياضات النساء على التلفاز أو الفضائيات.
- ستر العورة عند خلع الملابس، لاسيما في غرف تغيير الملابس، فلا تتهاون في كشف العورة بين اللابعات.
- أن يتناسب نوع الرياضة مع طبيعة المرأة وأنوثتها.

المصادر:

- إبراهيم بن موسى بن محمد اللخمي الغرناطي الشهير بالشاطبي، الموافقات، تحقيق: أبو عبيدة مشهور بن حسن آل سلمان، دار ابن عفان، ط ١٤١٧هـ / ١٩٩٧م.
- أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السُّجِسْتَانِي، سنن أبي داود، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، دار الرسالة العالمية، ط ١، ١٤٣٠هـ-٢٠٠٩م.
- أبو زكريا يحيى بن شرف النووي، صحيح مسلم بشرح النووي، دار إحياء التراث العربي - بيروت.
- أبو عبد الله الحاكم محمد بن عبد الله بن محمد النيسابوري، المستدرک علی الصحیحین، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية - بيروت، ط ١، ١٤١١هـ-١٩٩٠م.
- أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني، سنن ابن ماجه، دار الرسالة العالمية، تحقيق: شعيب الأرنؤوط وآخرون، ط ١، ١٤٣٠هـ-٢٠٠٩م.
- إحسان محمد الحسن، علم الاجتماع الرياضي، دار وائل - عمان، ط ١، ٢٠٠٥م.
- أحمد بن حنبل، مسند الإمام أحمد بن حنبل، تحقيق: شعيب الأرنؤوط وآخرون، مؤسسة الرسالة، ط ٢، ١٤٢٠هـ، ١٩٩٩م.
- أحمد زعلأوي، الرياضة والصحة البدنية والنفسية والعقلية، الأردن - عمان، دار أمجد، ٢٠١٥م.
- بومعروف نسيمة، تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، جامعة الوادي - الجزائر، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد ٨، ٢٠١٤.
- تاج الدين عبد الوهاب بن تقي الدين السبكي، الأشباه

البخاري الجعفي، صحيح
البخاري، دار ابن كثير،
اليمامة-بيروت، ط ٣، ١٤٠٧-
١٩٨٣م.

- محمد بن علي الشوكاني، نيل
الأوطار، تحقيق: عصام الدين
الصباطي، دار الحديث، مصر،
ط ١، ١٩٩٣م.

- مسلم بن الحجاج أبو الحسن
القشيري النيسابوري، صحيح
مسلم، تحقيق: محمد فؤاد
عبد الباقي، دار إحياء التراث
العربي، بيروت.

- هدى محمد حسن هلال،
حكم التدريبات المتعلقة
بالياقة البدنية من خلال
رعايتها لمقصد حفظ النفس،
مجلة التجديد، الجامعة
الإسلامية العالمية ماليزيا،
المجلد ٢١، العدد ١٤٣٨، ٤١هـ-
٢٠١٧م.

- يوسف القرضاوي، فقه اللهو
والترويح، مكتبة وهبة،
القاهرة.

والنظائر، دار الكتب العلمية-
بيروت، ط ١، ١٤١١هـ-١٩٩١م.

- خليل أحمد السهارنفوري، بذل
المجهود في حل سنن أبي داود،
مركز الشيخ أبي الحسن الندوي
للبحوث والدراسات
الإسلامية، الهند، ط ١٤٢٧، ١-
٢٠٠٦م.

- سليمان بن أحمد بن أيوب بن
مطير اللخمي الشامي، أبو
القاسم الطبراني، المعجم
الأوسط، طارق بن عوض الله
بن محمد عبد المحسن بن
إبراهيم الحسيني، دار الحرمين-
القاهرة، ط ٢، ١٣٩٢هـ.

- عصام أحمد البشير،
خصوصيات الحضارة
الإسلامية، الكويت: المركز
العالمي للوسطية، ط ١،
١٤٣٣هـ/٢٠١٢م.

- فاروق عبدالوهاب، الرياضة
صحة ولياقة بدنية، دار
الشروق-القاهرة، ط ١، ١٤١٦-
١٩٩٥م.

- محمد بن إسماعيل أبو عبدالله

الهوامش:

- ١ - القرضاوي، فقه اللهو والترويح، ص ٦٥.
- ٢ - النووي، صحيح مسلم بشرح النووي، ٩٢/٧.
- ٣ - الشاطبي، الموافقات في أصول الشريعة، ج ١، ص ٣١.
- ٤ - صحيح مسلم، باب فضل الرمي والحث عليه، وذم من علمه ثم نسيه، رقم الحديث (١٩١٧)، ١٥٢٢/٣.
- ٥ - صحيح البخاري، كتاب الجهاد والسير، باب المجن ومن يتتربس بتربس صاحبه، رقم الحديث (٢٧٤٦)، ١٠٦٣/٣.
- ٦ - صحيح مسلم، باب فضل الرمي والحث عليه وذم من علمه ثم نسيه، رقم الحديث (١٩١٩)، ١٥٢٢/٣.
- ٧ - بذل المجهود في حل سنن أبي داود، ١٠٤/١٢.
- ٨ - الشوكاني، نيل الأوطار، ١٠٥/٨.
- ٩ - صحيح مسلم، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير لله، رقم الحديث (٢٦٦٤)، ٢٠٥٢/٤.
- ١٠ - الحاكم، المستدرک على الصحيحين، ٦١٠/١. والنسلان: نوع من المشي السريع.
- ١١ - بومعروف نسيمه، تأثيرات النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، ١٣٦.
- ١٢ - الطبراني، المعجم الأوسط، ١١٨/٨. الغرضين: أي: الهدفين.
- ١٣ - حكم التدريبات المتعلقة باللياقة البدنية، ١٩٦.
- ١٤ - الرياضة والصحة البدنية والنفسية والعقلية، ١٥.
- ١٥ - الرياضة والصحة، ١٧.
- ١٦ - صحيح مسلم، كتاب الصيام، باب النهي عن صوم الدهر لمن تضرر به أو فوت به حقا أو لم يفطر العيدين والتشريق، وبيان

- تفضيل صوم يوم، وإفطار يوم، رقم (١١٥٩)، ٨١٢/٢.
- ١٧-- الرياضة والصحة، ٢٤، ٢٥.
- ١٨-- الرياضة صحة ولياقة بدنية، ٩٤-٩٥.
- ١٩- صحيح مسلم، باب الدليل على أن من قصد أخذ مال غيره بغير حق، كان القاصد مهدر الدم في حقه، وإن قتل كان في النار، وأن من قتل دون ماله فهو شهيد، رقم الحديث ١٤٠، ١٢٤/١.
- ٢٠- عصام أحمد البشير، خصوصيات الحضارة الإسلامية، ٥٩، ٦٠.
- ٢١-- علم الاجتماع الرياضي، ٩.
- ٢٢- السبكي، الأشباه والنظائر، ٤٣٠/١.
- ٢٣- ابن ماجه، سنن ابن ماجه، أبواب الأحكام، باب من بنى في حقه ما يضر جاره، رقم الحديث (٢٣٤٠)، ٤٣٠/٣.
- ٢٤- أبوداود، سنن أبوداود، كتاب الجهاد، باب في التحريش بين البهائم، رقم الحديث (٢٥٦٢)، ٢٠٩/٤.
- ٢٥- القرضاوي، فقه اللهو والترويح، ٦٨-٧٠.
- ٢٦-- مسلم، صحيح مسلم، باب تحريم الكبر وبيانها، رقم الحديث (١٤٧)، ٩٣/١.
- ٢٧- البخاري، صحيح البخاري، باب التواضع، رقم الحديث ٦١٣٦، ٢٣٨٤/٥.
- ٢٨- رواه أحمد في مسنده، رقم الحديث (٢٦٢٧٧)، ٣١٣/٤٣.
- ٢٩- الشوكاني، نيل الأوطار، ١٠٥/٨.
- ٣٠- رواه البخاري في صحيحه، باب نسبة اليمن إلى اسماعيل، رقم الحديث (٣٣١٦)، ١٢٩٢/٣.



مقاصد الإسلام وحفظ الإنسان: مقصد التزكية أنموذجا

د. جميلة تلوت *

لا يخفى على أحد أن الأديان جاءت لحفظ الإنسان، إلا أنها تتمايز من حيث طبيعة المنظومة التشريعية الساعية إلى حفظ الدين والاجتماع الإنساني، ولا يمكن فهم هذا الحفظ بمعزل عن النسق المعرفي والتشريعي الناظم لكل دين، إذ اختص كل دين بمجموعة من التشريعات والمنظومات القيمة التي تؤطر الاجتماع والإنسان.

ولما كانت ورقتي تقتصر على تجلية ما جاء به الإسلام في سبيل حفظ الإنسان، فإني لن أعرج على الجانب التشريعي، نظرا لأنه غني بالتفاصيل والأحكام الجزئية التي يعجز المقام عن بيانها وشرحها، لذلك سأقتصر على تسليط الضوء على المنظومة المقاصدية التي جاء بها دين الإسلام، إذ لا تحلو المقاصد التي استنبطها علماء الإسلام من التأكيد على ضرورة حفظ الإنسان من مناحي متعددة، جسدية ونفسية وروحية واجتماعية واقتصادية وغيرها.

ومن ثم سنحاول بيان بعض هذه المناحي ببيان النسق المعرفي المقاصدي الناظم لها، مع التوقف عند التزكية التي أعتبرها جوهر الحفظ الروحي للإنسان، وبها يمكن الحديث عن «الحالة السواء» للإنسان.

سأحاول في هذه المقالة بيان المفاهيم الأساسية، مع التوقف عند الضروريات الخمس وبيان علاقتها بحفظ الإنسان، ثم سأختم المبحث الأخير بتفصيل القول في التزكية وبيان معانيها ودلالاتها ومقاصدها العليا.

(* أستاذة المقاصد بمعهد محمد السادس للقراءات والدراسات القرآنية- جامعة القرويين، الرباط، المملكة المغربية.

أولاً: مفهوم المقاصد

تتعدد تعريفات المقاصد عند المتأخرين، وليس غرضي في هذا المقام التفصيل في بيان هذا الأمر، إذ سبق وقمنا به في سياق معرفي مغاير^١.

تدور مادة قصد في معاجم اللغة حول عدة معان، أهمها: إتيان الشيء وأمته، وكذا الاستقامة، والمنحى، والتكسير، والإصابة، والاكتناز في الشيء، لكن المعنى الأول هو المقصود أصالة؛ قال مرتضى الزبيدي: «وفي سر الصناعة لابن جني أصل [ق ص د] ومواقعها في كلام العرب: الاعتزام والتوجه والنهوض والنهوض نحو الشيء على اعتدال كان ذلك أو جور، هذا أصله في الحقيقة، وإن كان يخص في بعض المواضع بقصد الاستقامة دون الميل. ألا ترى أنك تقصد الجور تارة كما تقصد العدل أخرى فالاعتزام والتوجه شامل لهما جميعاً»^٢.

أما اصطلاحاً فلم يعرف المتقدمون المقصد تعريفاً حدياً حتى أنه «لم يبرز على مستوى البحوث والدراسات الشرعية والأصولية تعريف محدد ومفهوم دقيق للمقاصد يحظى بالقبول والاتفاق من قبل كافة العلماء أو

أغلبهم»^٣، لكن نجد تعريفاً بالتقسيم على نحو ما جاء عند أبي إسحاق الشاطبي من تقسيمه المقاصد إلى مقاصد الشارع ومقاصد التكليف، وتحت كل قسم تنضوي مجموعة من الأقسام الفرعية. خلافاً للمتأخرين الذين أكثروا من تعريفه، وهذا الأمر لا زال مستمراً، حيث نلاحظ اختلاف التحديدات والتعريفات بين من يحدّد المقاصد بالحكمة والعلة، ومن يعرفها بالكليات الشرعية، ومن يراها جملة من المعاني الماثورة في الأحكام^٤، أو الغايات التي وضعت الشريعة لأجل تحقيقها لمصلحة العباد، وهناك من يراها أحكاماً مقصودة بالخطاب أو حكماً وغايات، ويعبر بها تارة عن نوايا المكلفين وغاياتهم^٥.

وهذه تعريفات للمقاصد على سبيل الجملة، بالنظر إلى أن المقصد يستعمل في أكثر من حقل معرفي؛ فتارة يراد به وضع الأطر المعرفية الموجهة للفكر، وتارة يتغيا منه توجيه الاستنباط وتسديد الاجتهاد.

فإذا أردنا بالمقاصد تلكم الأهداف التي تتغيا الوظيفة الموجهة للأطر المعرفية فيمكن تعريفها بالقول: المقاصد هي

الغايات والأهداف والكليات الكبرى التي جاءت الشريعة بها لتحقيق مصلحة العباد في العاجل والآجل، وهذا هو المعنى المرام في ورقتنا هذه.

أما إذا قصدنا بها تلكم الحكم التي تتغيا الوظيفة المنهجية التشريعية، فيمكن تعريفها بالقول: المقاصد هي «مجموع العلل الصريحة أو المستقراة التي نصبها الشارع عند الأحكام الشرعية»^٧، وهذا المعنى مركزي عند أعمال المقاصد في المجال الفقهي والفروعى، وليس بمقصود لنا في هذه الورقة.

ثانيا- الضروريات الخمس وعلاقتها بحفظ الإنسان:

تأتي الضروريات على رأس المقاصد العامة والكلية التي تبلغ من الشريعة الإسلامية مبلغ القطع، لذلك يجدر بنا التوقف عندها بالبيان والتفصيل.

١ - مفهوم الضروريات

تعتبر الضروريات من الكليات التي ادعي وجودها في كل ملة، وما ذلك إلا لأهميتها وضرورتها، ومن تعاريفها الأولى تحديد أبي المعالي الجويني، إذ أشار إلى مصطلح «الضرورة» في كتابه «البرهان»، وإن لم يفصل، حيث قال في الباب الثالث الموسوم ب: «في تقاسيم

العلل والأصول»: «هذا الذي ذكره هؤلاء أصول الشريعة، ونحن نقسمها خمسة أقسام: أحدها: ما يعقل معناه وهو أصل، ويؤول المعنى المعقول منه إلى أمر ضروري لا بد منه مع تقرير غاية الإيالة الكلية والسياسية العامة. وهذا بمنزلة قضاء الشرع بوجود القصاص في أوانه؛ فهو معلل بتحقق العصمة في الدماء المحقونة، والزجر عن التهجم عليها»^٨.

فها هنا الإمام الجويني أشار إلى الضروريات وإن لم يفصل، ومن خصائصها أنها تأتي في أعلم السلم المقاصدي، ليأتي الإمام الغزالي بعد ذلك ويعمق النظر في الضروريات، ويطلق عليها مقصود الشرع إذ يقول: «ومقصود الشرع من الخلق خمسة: وهو أن يحفظ عليهم دينهم، ونفسهم، وعقلهم، ونسلهم، وما لهم... وهذه الأصول الخمسة: حفظها واقع في رتبة الضروريات، فهي أقوى المراتب في المصالح»^٩.

نلاحظ أن الغزالي ربط بين مقصود الشارع والإنسان المتمثل في قوله «الخلق»، فالضروريات إذن هي مقاصد الله لحفظ الإنسان في دينه ونفسه وعقله

ونسله وماله، وهي تأتي في أعلم سلم المقاصد في الإسلام. وعليه، فإن عبارة أبي حامد الغزالي تدل أن نشأة الفكر المقاصدي ترتبط بالتأسيس لحفظ الإنسان من جوانب متعددة.

يعتبر تعريف الإمام الشاطبي من أنضج تعاريف الضروريات وأوعبها، حيث عرفها: «التي لا بُدَّ منها في قيام مصالح الدين والدنيا، بحيث إذا فُقدت لم تُجَرِّ مصالح الدنيا على استقامة بل على فسادٍ وتهاوُّجٍ وفوتِ حياةٍ، وفي الأخرى فوتُ النجاة والنعيم والرجوعُ بالخسران المبين»^{١٠}.

وبذلك فإن هذا التعريف للإمام الشاطبي يتحدد بالفوضى التي ينتج عنها اختلال النظام وموت الناس في الدنيا، والخسران في الآخرة، ومنه فلا يمكن للاجتماع الإنساني السوي دون تحقيق المقاصد الضرورية التي تقوم عليها الحياة.

هذا بخصوص المصطلح أما عن تفصيل هذه الضروريات فقد وقع الخلاف في حصرها وترتيبها، وليس هذا مجال تفصيل هذا الخلف^{١١}، والضروريات كما هو متعارف عليه هي: حفظ الدين وحفظ النفس وحفظ العقل وحفظ

النسل وحفظ المال، وهي متفق عليها بين الملل على قول بعض أهل العلم، حيث قال الإمام القرافي: «الكُلِّيَّاتُ الحَمْسُ، حكى الغزالي وغيره إجماع الملل على اعتبارها.. واختلف العلماء في عددها، فبعضهم يقول الأديان عوض الأعراض، وبعضهم يذكر الأعراض ولا يذكر الأديان»^{١٢}.

٢- المقاصد الضرورية: توسيع مفهومي

إن تطوير البحث في المقاصد الضرورية يحتاج إلى تطوير وتجديد، وذلك بتوسيع دلالات المفاهيم وعصرنتها لتكون في أدعى للتنزيل في السياق الحالي، إذ ينبغي التأصيل للمفاهيم المقاصدية في علاقتها بالاجتماع الإنساني. وقد اقترحنا في دراسة سابقة^{١٣} تحيين المصطلحات وتوسيع المفاهيم وعصرنتها لتكون في متناول غير المتخصصين؛ أما حفظ الدين فقد ارتأينا أن يبقى على حاله، نظرا لثبات كلمة الدين عبر التاريخ، ويحفظ الدين من جهة الوجود بضمان ممارسة المتدين لشعائره مسلما كان أو مسيحيا أو يهوديا، عن طريق تأسيس دور العبادة المناسبة لمعتقد كل دين في كل الأماكن التي يتحرك فيها الناس

دون تفريق بين المجال العام أو المجال الخاص، كما يحفظ الدين من جهة العدم بالوقوف أمام ما يهدد الأمن الروحي والديني للناس.

ودمجنا حفظ النفس وحفظ العقل في حفظ الإنسان، علماً أن مفهوم الإنسان أعم من النفس التي كان يقصد بها في الفكر الأصولي بالجسد والروح، وليس النفس وفق الاصطلاح السيكولوجي، ومن هنا فحديثنا عن «حفظ الإنسان» بديلاً لـ«حفظ النفس» سيكون أكثر معاصرة وأبعد عن أي خلط بين النفس بمعناها الأصولي المقاصدي والنفس بمعناها النفسي السيكولوجي.

ويندرج في هذا الإطار كل ما يحفظ الإنسان جسدياً وروحياً ونفسياً، فيتصل بذلك إنشاء المستشفيات والإسهام في تأسيس جامعات طبية وفق منهجية عصرية، إضافة للإشراف على صناعة الأدوية والتلقيحات الطبية وغيرها مما يرتبط بحفظ الجسد وسلامته، مع ضمان وجود دور العبادة التي تحقق الأمن الروحي للإنسان، ويلجأ إليها الإنسان ليمارس عبادته حراً ومختاراً، إضافة لإنشاء مراكز الترفيه المشروع التي تسعى إلى التقليل من

الضغط الذي يعانيه الإنسان اليوم، وكذا إنشاء مراكز تعنى بالصحة النفسية والمعنوية، وكل الوسائل التي تحفظ صحة الإنسان جسدياً ونفسياً وروحياً تدرج تحت هذا الأصل.

واستبدلنا حفظ الأسرة بحفظ النسل، نظراً لأن مصطلح الأسرة أكثر دلالة من مصطلح حفظ النسل الذي يفيد حفظ استمرارية الإنسان، لكن أثبتت الدراسات أن حفظ الأسرة هو أساس استمرار الإنسان الصالح اليوم، ولا حديث عن إنسان سوي دون أسرة سوية، إذ هي التي تخرجه وتربيته وتزكيه حتى يكون إنساناً صالحاً لنفسه ولمجتمعه، ويكون ذلك بالتشجيع على إقامة الأسر السوية وتكوين الأزواج ليكونوا واعين بقيم الأسرة ومقاصدها العليا.

كما تحدثنا عن حفظ المعرفة والعلم الذي يمكن التعبير عنه بحفظ العقل قديماً مع بعض التوسيع والتجديد، ويدخل في هذا الإطار إنشاء المدارس والجامعات والمكتبات الحقيقية والإلكترونية، وتأسيس برامج توعوية هادفة سواء في المجال السمعي البصري أو المجال الرقمي، والإسهام في تمويل مشاريع

معرفة في شتى التخصصات الإنسانية والعلمية والفنية التي من شأنها تعود على الإنسان والاجتماع بالنفع، كما ينبغي خلق مناخ ثقافي سليم يشجع على العلم والتعلم سواء كان في المدرسة أو خارج أسوارها، مع احترام الخبرات الثقافية للأمم والشعوب وإحسان استثمارها.

أما حفظ المال فيرمز إلى حفظ الاقتصاد

وما يرتبط به في كل عصر حين، مما يضمن تنمية الإنسان والمجتمعات ماليا واقتصاديا.

وعموما تحتاج هذه المقترحات إلى مزيد من التوسيع والتحين لتناسب مع التحديات الجديدة للألفية الثالثة، ويمكن اختصار مقترحاتنا التجديدية في الشكل الآتي:



الشكل - ١ -

أما إذا أردنا أن ننظر للمقاصد الضرورية في علاقتها بحفظ الإنسان- بالنظر إلى أن نشأة الفكر المقاصدي ترتبط بالتأسيس لحفظ الإنسان، كما سبق وبيننا- سنجد أن هناك مجموعة من المقاصد والوسائل التي تعنى بالإنسان

في سبيل ضمان وجوده وسلامته، وهي كثيرة ومتعددة، ومنها على سبيل المثال لا الحصر: حفظ الجسد، حفظ الروح، حفظ النفس، حفظ العقل، حفظ القلب، حفظ الأسرة، حفظ المجتمع، حفظ الأخلاق...



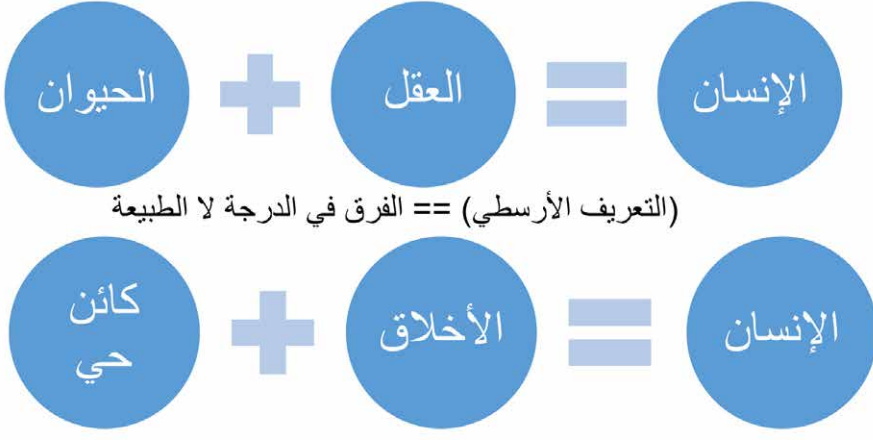
الشكل - ٢ -

٣- مقصد حفظ الإنسان: نحو تأسيس أخلاقي

من مقاصد الشارع حفظ الإنسان، إلا أنه لا يستقيم الحديث عن حفظ الإنسان

الجوهريانية.

ويمكن أن نتيين الفرق بين العقلانية والأخلاقية في تحديد الإنسان انطلاقاً من المعادلات الآتية:



(التعريف الأرسطي) == الفرق في الدرجة لا الطبيعة

(تعريف طه عبد الرحمن) == الفرق في النوع والطبيعة

الغرض من إيراد هذه المعادلات هو تيين جوهر الإنسان، إذ بتحديد الإنسان بالحيوان العاقل سيكون افتراقه عن الحيوان في الدرجة فقط، بخلاف البعد الأخلاقي الذي يجعل الأفق الإنساني مستقلاً عن الأفق البهيمي؛ ومن هنا يخلص طه عبد الرحمن إلى أن «الأخلاق» هي ما يكون به الإنسان إنساناً حقاً، لذلك لزم أن تتجلى في كل فعل إنساني مهما تغلغل في التجريد^{١٤}.

دون الحديث عن حفظ ما يضمن سلامة روحه وجوهر وجوده، وما يسدد عملية تحلّقه، إذ إننا نميل في هذا المقام إلى ما ذكره الفيلسوف المغربي طه عبد الرحمن من أن الماهية الحقيقية للإنسان تتشكل من البعد الأخلاقي؛ فيبطل التفريق بين منازل الإنسانية والبهيمية بالعقلانية، وحديثنا عن الإنسان الأخلاقي من باب التأكيد ووصف الإنسان بأخص أوصافه

تحت مسميات متعددة، وستوقف اليوم عند التزكية باعتباره إحدى آليات حفظ الإنسان الأخلاقي، فالتزكية من جهة مقصد شرعي يجب تحقيقه، ومن جهة أخرى هي وسيلة لحفظ الإنسان وضمان حسن تخلقه؛ فالإنسان كي يصير إنسانا يجب أن يتحقق بحقيقته الأخلاقية، فإذا لم يفعل صار مسخا فيتسفل، وإذا تخلق تأنس، وإذا تزكى ترقى بإنسانيته.

١ - التزكية من منظور قرآني: نحو تأسيس حالة السواء

لا يمكن أن نتحدث عن التزكية دون أن نتأمل مواضعها القرآنية، فالتزكية مصطلح قرآني أصيل وهو أخص من مفهوم التربية من وجه؛ إذ إنها خاصة في التربية على مقتضى أحكام الدين وأخلاقه، وهذا ما خلص إليه الفيلسوف المغربي عبد الرحمن طه حيث قرر إن «هذا المفهوم أدل على المقصود ب»التربية على مقتضى تعاليم الدين» من مصطلح «التربية» الذي شاع وذاع مع أنه في السياق القرآني أقرب إلى إفادة معنى «رعاية» الفرد في صباه منها إلى إفادة معنى «تنمية» كامل قواه»^{١٧}.

وأرى أن تحديد طه عبد الرحمن هنا تم

وعموما، لا يعيننا في هذا المقام الدخول في نقاشات «ماهية الإنسان»، إذ الإنسان خلق وخلق؛ فإن كان معنى الإنس «جماعة الناس»، فإن الأنس هو الشرط الأخلاقي لاجتماعهم^{١٥}، وهو ما نطلق عليه «التأنس»، متابعين في ذلك للاصطلاح الخلدوني. وتجدر الإشارة إلى أن ربط الإنسانية بالأخلاق ضارب في عمق التراث الإسلامي، وقد جمع خلاصته ابن خلدون في قاعدة جامعة مانعة حين قال: «وإذا فسد الإنسان في قدرته على أخلاقه ودينه فقد فسدت إنسانيته وصار مسخا على الحقيقة»^{١٦}، وهذا الربط الخلدوني في غاية البلاغة، ويجلي لنا حقيقة الربط الجوهرية بين الإنسان والأخلاق، وقد ذكر ابن خلدون هذه القاعدة بعد استخلاص وتأمل تجارب الأمم والشعوب عبر التاريخ.

ثالثا- التزكية جوهر حفظ الإنسان:

إذا تبينا أن جوهر تمييز الإنسان عن بقية الكائنات هو الأخلاق، وجب بيان أن أولى الأولويات في حفظ الإنسان ترتكز على ما يميزه، وهو الأخلاق، ونجد في الإسلام إشارات عديدة إلى هذا الجانب

للتدسية: «وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّيْنَاهَا ۚ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّيْنَاهَا ۙ ۙ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّيْنَاهَا ۚ ۙ» [سورة الشمس]

ومعنى التزكية هنا، كما قال المناوي: نماء النفس بما هو لها بمنزلة الغذاء والجسم قاله الحارلي، وأصل التزكية: نفي ما يستقبح قولاً أو فعلاً، وحققتها: الإخبار عما ينطوي عليه الإنسان^{١٨}، فالتزكية حقيقة في تنمية النفس كما أن الغذاء حقيقة في تنمية الجسم.

ولنتأمل الآيات السابقة جيداً «ونفس ما سواها»؛ فتكون التزكية بذلك الوسيلة الأساسية للمحافظة على حالة السواء التي خلق عليها الإنسان في عالم الذر كما جاء في الآية الكريمة: «ونفس وما سواها فألهمها فجورها وتقواها قد أفلح من زكاها»، أي كان من نصيبه الفوز والنجاة من حافظ على نفسه وطهرها ونماها.

ومعنى سواها كما جاء عند الألويسي أن الله «أنشأها وأبدعها مستعدة لكلها وذلك بتعديل أعضائها وقواها الظاهرة والباطنة^{١٩}. وبالمقابل، كما جاء في الآية، سيكون من نصيبها الخسارة من لم يترك نفسه، أو بتعبير القرآن من دسى نفسه،

بالنظر إلى الاستعمال المعاصر، أما بالنظر إلى الاستعمال القرآني، سنجد أن التزكية جزء من التربية، وإن كان بينهما عموم وخصوص، ولنتأمل ما جاء في قوله تعالى ﴿وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا﴾ [الإسراء: ٢٤]، فأنيط دعاء الأبناء لأبائهم على الكبر بتربية الآباء لهم في الصغر، فالتربية هنا لا يقصد بها مجرد الأكل والشرب وغيره لأن هذه أمور تشترك فيها جل المخلوقات، وإنما تكمن خصوصية التربية الإسلامية في التركيز على الأبعاد الأخلاقية، خصوصاً التزكية.

وقد وردت التزكية في سياقات مختلفة، وأقصد بالضبط وعلى وجه التدقيق مشتقاتها التي تشترك معها في نفس الجذر اللغوي؛ فنجد سياق العبادات المالية، ومنه الزكاة، وذلك نحو ما ورد في الآيات القرآنية الآتية: «خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتِكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ» [التوبة: ١٠٤]، «يُفِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ» [سورة النمل: ٣].

ونجد السياق التربوي الذي تأتي فيه التزكية كفعل تربوي للنفس مقابل

«ومعنى {دساها} أي حال بينها وبين فعل الخير. كما يقول ابن عاشور، ومعنى فعل دسى دسّ في اللغة العربية، إذا أدخل شيئاً تحت شيء فأخفاه»^{٢٠}.

وعليه، فيمكن أن نخلص إلى أن حقيقة الإنسان أنه مزكى، إذ ذلك يدخل في حالة السواء التي خلق الله عليها الإنسان، لكن السؤال الصعب يكمن في كيفية الحفاظ على حالة السواء.

وهذا سيجرنا للحديث عن جوهر التزكية من منظور القرآن ويكمن في «التقوى» بمعناها العرفاني والفلسفي، فيمكن أن نقول إن الثبات على حالة السواء يكون بتحقيق التقوى التي هي وقاية في الأساس؛ وقاية للنفس مما يشوبها ويعكر صفوها ويربطها بالعالم الأرضي ويقطعها عن العالم السماوي، لذلك نجد العالم الصوفي سيدي عبد القادر الجيلاني يبين معنى التزكية في الآية بقوله: «طَهَّرَ نَفْسَهُ عَنِ الرَّذَائِلِ السُّفْلِيَّةِ، وَمَقْتَضِيَّاتِ اللَّاهُوتِيَّةِ»^{٢١}، أي ربط نفسه بعالم السماء، ولم تستقر رذائل الأرض في شغاف قلبه. وقد يعترض على هذا التفسير بالتساؤل الآتي:

هل يعني ذلك أن الإنسان المزكى لا يقع في الرذائل السفلية بعبارة سيدي

الجيلاني؟ أي لا يرتكب المعاصي؟

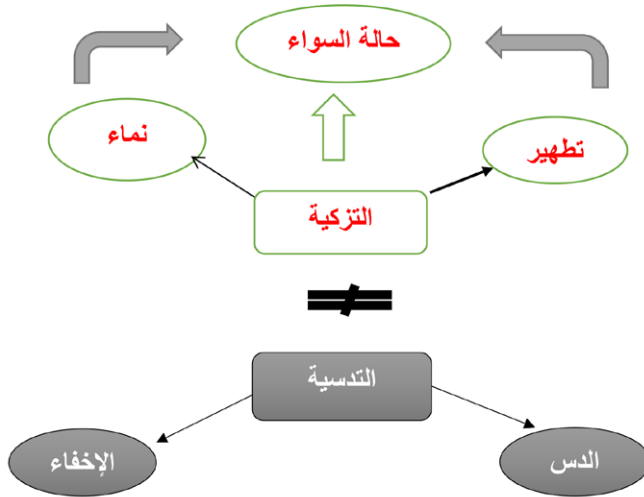
فلو تأملنا العبارة لوجدنا أن الإنسان المزكى يطهر نفسه باستمرار، فالتطهير يفيد أن الإنسان قد يقع في المعاصي لكنه لا يركن إليها، فالتطهير ليس طهرانية مطلقة، بل هو ميزان يحافظ عليه الإنسان، وفي الحديث المعروف «والذي نفسي بيده لو لم تذبوا لذهب الله بكم، وجاء بقوم يذبون، فيستغفرون الله -تعالى، فيغفر لهم»^{٢٢}، وفي رواية «ثم يستغفرون فيغفر لهم» فحالة التزكية إذن هي حالة الطهر بعد الذنب والارتقاء الروحي بعد الركون الأرضي، لذلك كان من المعاني اللغوية للتزكية الطهر والنماء، حسبما نجد في معاجم اللغة.

والتزكية ترتبط بالإنسان كيفما كان، فلو تأملنا القرآن الكريم لوجدنا أن التزكية مرتبطة بالفطرة، إذ وصف الإنسان بالزكي قبل التكليف مصداقاً لما جاء في القرآن الكريم: «فَانطَلَقْنَا حَتَّىٰ إِذَا لَقِيَا غُلَامًا فَقَتَلَهُ قَالَ أَقْتَلْتَنِي نَفْسًا زَكِيَّةً بِغَيْرِ نَفْسٍ لَقَدْ جِئْتَ شَيْئًا نُكْرًا» [سورة الكهف]، فالقصة كما هي معروفة تدور حول نبي الله موسى عليه السلام مع العبد الصالح الخضر، حيث قام موسى

سابق معنا هو إخفاء شيء تحت شيء، بمعنى أن التركيزية تصير خفية لا يبصرها صاحبها. ويمكن أن نلخص معنى التركيزية باعتبارها تطهيرا ونماء وارتقاء للإنسان، فهي أساس صحته النفسية والروحية مما ينعكس على صحته الجسدية، إذ ترجع الإنسان إلى حالة السواء الذي كان عليها في عالم الذر، مقابل التدسية من الدس وهي الإخفاء، وتدل على توارى حالة السواء مقابل حالة الاغوجاج التي ينتج عنها نسيان الإنسان لنفسه ولأصله السماوي وركونه إلى الأرض.

وعليه نفهم التركيز الإلهي باعتبار

بقتل الغلام الصغير، فاشتد بموسى الغضب، وأنكر عليه: «أقتلت نفسا زاكية» علما أن موسى لم يكن يعرف الغلام، ومع ذلك حكم بكون نفسه زكية، فيمكن بذلك أن نعتبر هذا القول منه شهادة نبوية أن النفس البشرية زاكية من حيث الأصل. وعليه، فإن التركيزية هنا ترتبط بالإنسان وجودا وعدما، بمعنى أن حالة السواء التي اتصف بها الإنسان منذ الأزل جعلته زكيا مذ وجدا، لذلك تأتي الأديان لإرجاع الإنسان إلى حالة السواء الأصلية، حالة التركيزية، ف كل إنسان هو مزكى من حيث الأصل، إلا أن طبيعة الحياة تجعل النفس معرضة للتدسية، والدس كما



الشكل - ٣ -



٢- التزكية في المنظور المقاصدي:

تعد التزكية في التداول المقاصدي إحدى المقاصد الكبرى للتشريع الإسلامي، فهي من مقاصد بعثة الأنبياء؛ إذ جاء في دعوة إبراهيم عليه السلام: ﴿رَبَّنَا وَأَبْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ﴾ [البقرة: ١٢٩]، فكان من أهم أهداف الإسلام إيجاد الإنسان المتزكي القادر على إحياء الإيثار وإقامة العمران.

كما جاء في الخطاب القرآني وصف الابن بالزكي، حيث جاء على لسان جبريل مخاطباً مريم، عليهما السلام: ﴿قَالَ إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ لِأَهَبَ لَكِ غُلَامًا زَكِيًّا﴾ [مريم: ١٩]، فوصف الابن بالزكي له

التزكية مقصداً كلياً من مقاصد بعثة الأنبياء في القرآن الكريم: «لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ (١٦٤)» [سورة آل عمران]، إلا أن هذه التزكية التي تخلق مع الإنسان سرعان ما تصير حاجة بشرية، بحيث تتحول من وصف ذاتي للإنسان، وفرق بين الأمرين؛ ففي الحالة الأولى هي وصف ثابت لا يتزحزح، وفي الحالة الثانية هي في حكم العدم حتى يقوم بها الإنسان، بتعبير آخر: في عالم الذر كانت التزكية موجودة بالقوة، وفي عالم الدنيا يُحتاج إلى تحقيق التزكية بالفعل.

خاتمة:

حاولنا في هذا الورقة الإشارة إلى أهم المجالات التي اهتم بها الفكر المقاصدي في سبيل حفظ الإنسان جسدياً ونفسياً وروحياً، واكتفينا بالإشارة والتعميم، إذ التدقيق والتفصيل سيحتاج إلى دراسة أشمل وأوعب، وقد تبين معنا أن أهل المقاصد والأصول عنوا مبكراً بحفظ الإنسان، وذلك بجعل المقاصد التي تختص به في أعلى سلم مراتب المقاصد، وهو المسمى بـ«الضروريات»، وهي التي لا يمكن للوجود الإنساني والاجتماع البشري أن يقوم بدونها، إلا أنه يلزم تحيين عبارتها وتوسيع مصطلحاتها كي تتناسب مع عصرنا وزماننا، ومن ثم اقترحنا حفظ الإنسان ليشمل الحفظ الجسدي والروحي والنفسي والعقلي، ثم حفظ الأسرة ليشمل الحفظ العائلي والاجتماعي، نظراً ليقيننا أنه لا حديث عن إنسان سوي دون أسرة سوية.

كما تبين معنا أن مفهوم «الحالة السواء» يلخص لنا حفظ الإنسان، إن الغاية من حفظ الإنسان هي بلوغ الحالة السواء، وقد اقترحنا في هذا المقام مقصد التزكية سبيلاً لحفظ الإنسان وتحقيق الحالة السواء، مع التنويه أن معظم ما أشرنا إليه في هذا المقام هو تأملات فكرية

دلالتة ورمزيته؛ حيث نفهم من منطوق الآية ومفهومها أن أنجع أضرِب التزكية هي تلكم التي تكون منذ الصغر حتى يرتقي الإنسان في مدارج الإيمان برؤية عمرانية تنمو مع مرور الأيام، فتخرج التزكية من الجانب النفسي الوجداني إلى الجانب الفعلي العملي، متعددة الفرد إلى المجتمع، فتغدو التزكية بذلك فعلاً إنائياً وعملاً بنائياً؛ يبني الإنسان وينمي الحضارات. ولا بناء للإنسان خارج مؤسسة الأسرة باعتبارها المحضن الأساس للتربية الصالحة، التي تكون نجاحاً في الدنيا، وفلاحاً في الآخرة، فهي سبب الخلاص والفلاح والارتقاء في الدرجات العلى ﴿وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمَلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَى. جَنَّاتٌ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا ذَلِكَ جَزَاءُ مَنْ تَزَكَّى﴾ (طه: ٧٥-٧٦).

وعليه، فإن التزكية المقصودة في هذا المقام ذات دلالة شاملة^١؛ تشمل التربية الصالحة والإعداد النافع للنشء بالتركيز على ترسيخ الإيمان وتنمية المهارات العقلية وغرس المعاني الرسالية، فتجتمع معاني العلم والمعرفة يزكِيهما الإيمان ويوجههما.

ضوابطه..مجالاته، نور الدين الخادمي، مكتبة الرشد، الرياض، ط١، ٢٠٠٥.

• الأسرة في التصور القرآني، جميلة تلوت، مركز الدراسات الأسرية والبحث في القيم والقانون، جائزة مركز الدراسات الأسرية -١.

• الأخلاق في الدرس الأصولي المقاصدي: مقارنة نسقية، جميلة تلوت، بيروت: منتدى المعارف، ط١، ٢٠٢٢.

• الضروريات بين الزيادة والحصر ومتطلبات العصر، جميلة تلوت، مجلة المسلم المعاصر، ع١٤٨٤، أبريل ٢٠١٣.

• البرهان في أصول الفقه، الجويني، تح: عبد العظيم الديب، المنصورة: دار الوفاء، الطبعة الأولى، ١٩٩٢.

• تاج العروس من جواهر القاموس، محمد مرتضى الزبيدي، الكويت: التراث العربي - سلسلة تصدرها وزارة الإرشاد والأنباء، ١٩٩٤.

• تاريخ ابن خلدون، ابن خلدون، تحقيق: درويش الجويدي، بيروت، المكتبة العصرية، ٢٠٠٧.

• تفسير التحرير والتنوير، محمد الطاهر ابن عاشور، تونس: دار

خالصة نتيجة التفكير والتدبر في القرآن المسطور والكون المنظور، وخلصنا إلى أنه لا حديث عن الإنسان الأخلاقي اليوم دون حديث عن التزكية، وعليه فإن التركيز على التزكية في الحفظ الأخلاقي تفعيل ل «المعيار الروحي» في الوجود الإنساني، وإرجاع الإنسان لحقيقته الزكية، فهذا المعيار هو الذي يبني منظومة القيم بضبط الفعل الإنساني وتوجيه السلوك البشري، ومن ثم؛ فهو معيار روحي يتجلى على الجوانب النفسية والجسدية، إذ لا خلاف أنه إذا سلمت الروح سلم الجسد، وإن بدا معتلا والعكس صحيح، وعليه فالحديث عن الصحة الجسدية والنفسية والروحية في الإسلام في غاية التركيب والتشابك وينبغي النظر إليها؛ أي إلى أضرب الصحة، مجتمعة لا متفرقة كي نستطيع إدراك المنظومة القيمية والمقاصدية لحفظ الإنسان في الإسلام.

المصادر والمراجع:

- الموافقات، أبو إسحاق الشاطبي، تحقيق: محمد مراي، بيروت: مؤسسة الرسالة، ط١، ٢٠٠٧.
- الاجتهاد المقاصدي: حجيته..

- سحنون للنشر والتوزيع.
- تفسير الجيلاني، سيدي عبد القادر الجيلاني، بحث وتحقيق: د. محمد فاضل جيلاني الحسني، اسطنبول: مركز الجيلاني للبحوث العلمية.
 - التوقيف على مهات التعاريف، محمد المناوي، تحقيق: محمد رضوان الداية، بيروت: دار الفكر المعاصر، ط ١، ١٤١٠.
 - روح المعاني في تفسير القرآن والسبع المثاني، شهاب الدين الألوسي، تحقيق: ماهر حبوش، مؤسسة الرسالة.
 - سؤال الأخلاق: مساهمة في النقد الأخلاقي للحدائثة الغربية، طه عبد الرحمن، بيروت: المركز الثقافي العربي، ٢٠٠٠.
 - شرح تنقيح الفصول، أبو العباس شهاب الدين القرافي، تحقيق: طه عبد الرؤوف سعد، القاهرة: شركة الطباعة الفنية المتحدة، ط ١، ١٩٧٣.
 - مجلة أوقاف ومقاصد الوقف: رصد وتتميم، جميلة تلوت، مجلة أوقاف، ع ٤٠، ٢٠٢١.
 - المستصفي من علم الأصول، أبو حامد الغزالي، تحقيق وتعليق: د. محمد سليمان الأشقر، دمشق: مؤسسة الرسالة، الطبعة الأولى، ٢٠١٢.
 - مشاهد من المقاصد، عبدالله ابن بيه، مؤسسة الإسلام اليوم، الرياض، ط ١، ٢٠١٠.
 - مقاصد الشريعة الإسلامية وعلاقتها بالأدلة، محمد سعد اليوبي، دار الهجرة للنشر والتوزيع، الرياض، ط ١، ١٩٩٨.
 - مقاصد الشريعة الإسلامية ومكارمها، علال الفاسي، دار الغرب الإسلامي، تونس ط ٦، ٢٠١٢.
 - من الإنسان الأبتري إلى الإنسان الكوثر، طه عبد الرحمن، جمع وتقديم: رضوان مرحوم، بيروت: المؤسسة العربية للنشر والإبداع، ط ١.
 - نظرية المقاصد عند الإمام الشاطبي، أحمد الريسوني، دار الأمان، الرباط، ط ٢، ٢٠٠٣.
 - نظرية دوران الأحكام الشرعية: مقارنة أصولية مقاصدية، جميلة تلوت، مؤسسة الفرقان، لندن، ط ١، ٢٠١٧.

الهوامش:

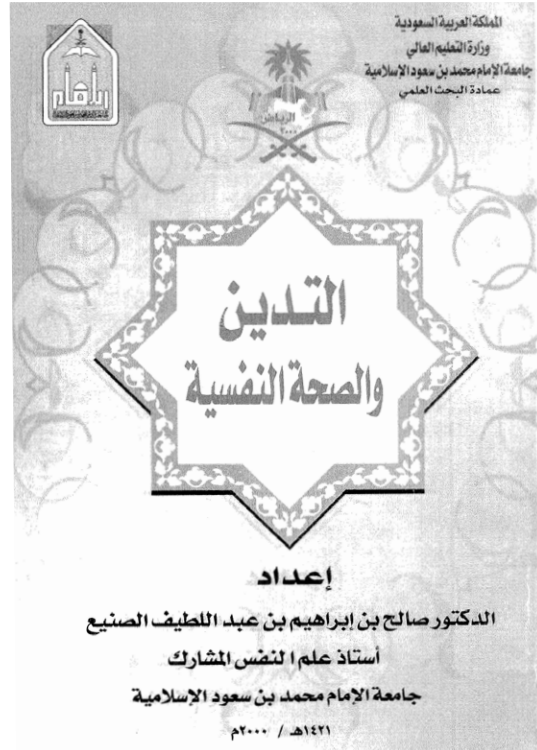
- ١- لمزيد من التفصيل ينظر: نظرية دوران الأحكام الشرعية: مقارنة أصولية مقاصدية، جميلة تلوت، مؤسسة الفرقان، لندن، ط١، ٢٠١٧.
- ٢ - تاج العروس من جواهر القاموس، محمد مرتضى الزبيدي، التراث العربي -سلسلة تصدرها وزارة الإرشاد والأبناء، الكويت، ١٩٩٤. مادة [ق ص د].
- ٣ - الاجتهاد المقاصدي: حجيته..ضوابطه..مجالاته، نور الدين الخادمي، مكتبة الرشد، الرياض، ط١، ٢٠٠٥. ص٣٥.
- ٤ - نحو تعريف محمد سعد اليوبي في كتابه: مقاصد الشريعة الإسلامية وعلاقتها بالأدلة، دار الهجرة للنشر والتوزيع، الرياض، ط١، ١٩٩٨. ص٣٧.
- ٥ - نحو تعريف أحمد الرسوني في كتابه نظرية المقاصد عند الإمام الشاطبي، دار الأمان، الرباط، ط٢، ٢٠٠٣. ص٧. وقبله تعريف علال الفاسي في كتابه مقاصد الشريعة الإسلامية ومكازمها، دار الغرب الإسلامي، تونس ط٦، ٢٠١٢، ص٧.
- ٦ - مشاهد من المقاصد، عبدالله ابن بيه، مؤسسة الإسلام اليوم، الرياض، ط١، ٢٠١٠، ص٢٢.
- ٧ - ينظر كتاب: نظرية دوران الأحكام الشرعية، جميلة تلوت، مرجع سابق.
- ٨ - البرهان في أصول الفقه، الجويني، تح: عبد العظيم الديب، المنصورة: دار الوفاء، الطبعة الأولى، ١٩٩٢. ٦٠٢/٢. فقرة ٩٠١.
- ٩ - المستصفي من علم الأصول، أبو حامد الغزالي، تحقيق وتعليق: د. محمد سليمان الأشقر، دمشق: مؤسسة الرسالة، الطبعة الأولى، ٢٠١٢، ٣١٣/١.
- ١٠ - الموافقات، أبو إسحاق الشاطبي، تحقيق: محمد مرابي، بيروت: مؤسسة الرسالة، ط١، ٢٠١٣، ٧/٢.
- ١١- لمزيد من التفصيل في هذا الخلاف يرجى النظرل: الضروريات بين الزيادة والحصرومتطلبات العصر، جميلة تلوت، مجلة المسلم المعاصر، ١٤٨٤، أبريل ٢٠١٣.
- ١٢ - شرح تنقيح الفصول، أبو العباس شهاب الدين القرافي، تحقيق: طه عبد الرؤوف سعد، القاهرة: شركة الطباعة الفنية المتحدة، ط١، ١٩٧٣. ص٣٠٤.

- ١٣- ينظر دراستنا مجلة أوقاف ومقاصد الوقف: رصد وتتميم، جميلة تلوت، مجلة أوقاف، ع ٤٠، ٢٠٢١.
- ١٤- ينظر: سؤال الأخلاق: مساهمة في النقد الأخلاقي للحدائث الغربية، طه عبد الرحمن، بيروت: المركز الثقافي العربي، ٢٠٠٠، ص١٤-١٥.
- ١٥- ينظر كتابنا: الأخلاق في الدرس الأصولي المقاصدي: مقارنة نسقية، بيروت: منتدى المعارف، ط١، ٢٠٢٢.
- ١٦- تاريخ ابن خلدون، ابن خلدون، تحقيق: درويش الجويدي، بيروت، المكتبة العصرية، ٢٠٠٧، ٤٦٨/١.
- ١٧- من الإنسان الأبتر إلى الإنسان الكوثر، طه عبد الرحمن، جمع وتقديم: رضوان مرحوم، بيروت: المؤسسة العربية للنشر والإبداع، ط١، ص٣٩.
- ١٨- ينظر: التوقيف على مهمات التعاريف، محمد المناوي، تحقيق: محمد رضوان الداية، بيروت: دار الفكر المعاصر، ط١، ١٤١٠.
- ١٩- روح المعاني في تفسير القرآن والسبع المثاني، شهاب الدين الألوسي، تحقيق: ماهر حياوش، دار الرسالة.
- ٢٠- تفسير التحرير والتنوير، ابن عاشور، تونس: دار سحنون للنشر والتوزيع.
- ٢١- تفسير الجيلاني، سيدي عبد القادر الجيلاني، بحث وتحقيق: د. محمد فاضل جيلاني الحسني، اسطنبول: مركز الجيلاني للبحوث العلمية.
- ٢٢- أخرجه مسلم، كتاب التوبة، باب سقوط الذنوب بالاستغفار توبةً، رقم: (٢٧٤٨).
- ٢٣- لمزيد من التفصيل ينظر: الأسرة في التصور القرآني، جميلة تلوت، مركز الدراسات الأسرية والبحث في القيم والقانون، جائزة مركز الدراسات الأسرية ١-١٠، ص ٨٩ وما بعدها.

مراجعة كتاب
التدين والصحة النفسية

للأستاذ الدكتور صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف الصنيع *

د. أحمد عبد الرحيم



(* أستاذ علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض.

إنَّ النفسَ الإنسانيَّةَ تميلُ فطرتها إلى تصديق أن الشرَّ الذي يصيبها- كالأوبئة والأمراض والكوارث الطبيعيَّة والأمراض النفسيَّة هي نوعٌ من العقاب الإلهي، وصورةٌ من صور غضبه، وهنا يأتي الدور الرئيسيُّ للدين في اتساق تامٍّ مع الدور الإنساني الذي يكون مُوجِّهاً للإنسان في كيفة التعامل مع مثل هذه المحن، إضافةً إلى كونه عنصرًا أساسيًا وأداةً من أدوات بثِّ الطمأنينة الروحية والنفسيَّة في النفوس، وكذلك إبرازًا للروح التضامن والتعاون الإنساني الذي حثَّ عليه الدين من أجل تجاوز هذه المحن النفسيَّة، من خلال التدين والتضرُّع لله والالتجاء إليه للقضاء عليها؛ إيمانًا بأنَّ الشفاء والعلاج بيد الله وحده في النهاية، دون أن نغفل التداوي بالطب والعلوم للمساعدة في ذلك.

فهل للتدين علاقة مباشرة بالصحة النفسيَّة؟ وهل يمكن اتخاذه كدواء رئيس في معالجة الأمراض النفسيَّة؟ وما مدى التوافق أو الاختلاف بين الدراسات الغربيَّة والعربيَّة في بيان علاقة التدين بالصحة النفسيَّة؟ وهل يوجد في التراث الإسلامي علماء أولوا اهتمامًا شرعيًّا بالصحة النفسيَّة، وما

مدى أثرهم على الدراسات الحديثة؟ ومن الجانب التطبيقي هل هناك أساليب للوقاية أو علاج المشكلات النفسيَّة تعتمد بشكل أساسي على التدين؟ وهنا تحديدًا نتكلم عن الدين الإسلامي.

هذه بعض القضايا والموضوعات التي تناولها كتاب (التدين والصحة النفسيَّة) للأستاذ الدكتور صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف الصنيع أستاذ علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض.

المؤلف:

الأستاذ الدكتور صالح بن إبراهيم الصنيع: سعودي الجنسية، حصل على ثانوية إعداد المعلمين بالرياض عام ١٣٩٧هـ- ١٩٧٧م، ثم حصل على البكالوريوس في علم النفس من جامعة الملك سعود عام ١٤٠٢هـ- ١٩٨١م بتقدير ممتاز، وحصل علي الماجستير في علم النفس التربوي من جامعة انديانا بالولايات المتحدة الأمريكية عام ١٤٠٥هـ- ١٩٨٤م، ثم حصل علي الدكتوراه في علم النفس مع درجة الشرف الأولي من جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية عام (١٤١٠هـ- ١٩٨٩م) عن رسالة بعنوان «العلاقة

بين مستوى التدين والسلوك الإجرامي».

عضو مؤسس للجمعية العالمية لعلماء النفس المسلمين ، كوالالمبور ، ماليزيا، ١٩٩٧م. عضو الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) ، واشنطن ، أمريكا. عضو المنظمة العالمية للصحة العقلية (النفسية)، فيرجينيا ، أمريكا. عضو المجلس الدولي لعلماء النفس، نيويورك، أمريكا. عضو الجمعية الاسترالية لعلم النفس (APS) كانبرا، أستراليا (٢٠١١/٢٠١٢). عضو الأمانة العامة للندوة العالمية للشباب الإسلامي ، الرياض (لدورتين حتى عام ١٤٢٣هـ - ٢٠٠٢م). عضو هيئة تحرير دورية رسالة التربية وعلم النفس، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، الرياض (١٤٢٦هـ - ١٤٣٢هـ) - (٢٠٠٥-٢٠١١). يعمل حالياً أستاذاً بقسم علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية بالرياض جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

من مؤلفاته التي ربط فيها بين الدين وعلم النفس:

التدين علاج الجريمة: صدر عام (١٤١٤هـ - ١٩٩٣م)

دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس: صدر عام (١٤١٦هـ -

١٩٩٥م)

التدين والصحة النفسية: صدر عام (١٤٢١هـ - ٢٠٠٠م)

دراسات في علم النفس من منظور إسلامي: صدر عام (١٤٢٣هـ -

٢٠٠٢م)

المدخل إلى التأصيل الإسلامي لعلم النفس: صدر عام (١٤٢٨هـ -

٢٠٠٧م)

دراسات في علم النفس من منظور تأصيلي: صدر عام (١٤٣١هـ -

٢٠١٠م)

كتاب التدين والصحة النفسية:

منهج المؤلف في توثيق الكتاب:

حدد المؤلف أسساً التزمها في توثيق دراسته، ذكرها على النحو التالي:

الاعتماد على نصوص الكتاب والسنة. الاقتصار على الأحاديث الصحيحة والحسنة.

اعتماد أسلوب الهامش في نهاية الفصل. الرجوع إلى مؤلفات علماء السلف المختارين للدراسة وهم (ابن الجوزي، ابن تيمية، ابن القيم).

أهمية الدراسة:

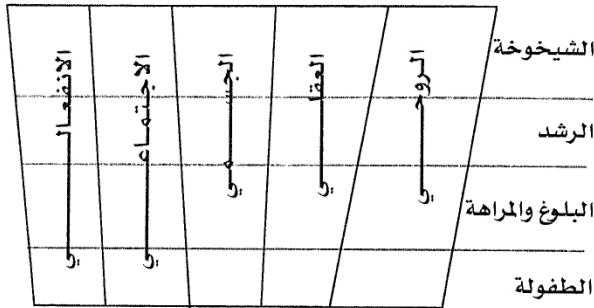
تتجلى أهمية هذه الدراسة في جانبين:
الجانب الأول: الندرة الواضحة للكتب التي عنيت بالتأليف في هذا المجال الذي يربط بين الدين والصحة النفسية، سواء كان ذلك عند المتقدمين أو المحدثين. وإن كانت المؤلفات التراثية العربية والإسلامية قديماً لا تخلو من إشارات وشروحات ارتبطت بمعالجة المشاكل النفسية، والتي عُرفت (بكتب التزكية او الرقائق)؛ إلا أن الغالب على هذه المؤلفات أنها ارتبطت بالعبادة والاجتهاد في الطاعة، ولكن لا يُرى فيها ما تعرض للصحة النفسية بشكل عميق مفرد وتحليلي.
أما الجانب الثاني الذي تتجلى فيه أهمية

هذه الدراسة، وهو ما يؤكد عليه المؤلف أنه ومع انتشار وتطور العلاجات النفسية السلوكية و العقلية والمعرفية؛ إلا أنها ما زالت غير ناجعة بصورة كبيرة في معالجة المشكلات النفسية، وذلك لأنها تعتمد بشكل كئي على الدراسات النفسية الغربية التي يلاحظ عليها إهمال الجانب الروحي والتركيز بصورة تامة على الجانب المادي (الجسدي)، بينما التصور الإسلامي قد جاء مكتملاً شاملاً للجانبين معاً.

فصول وموضوعات الكتاب:

اعتمدت في عرضي للكتاب على النسخة المطبوعة (الطبعة الأولى) من خلال وزارة التعليم العالي، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، عام (١٤٢١هـ - ٢٠٠٠م)، وقد جاء

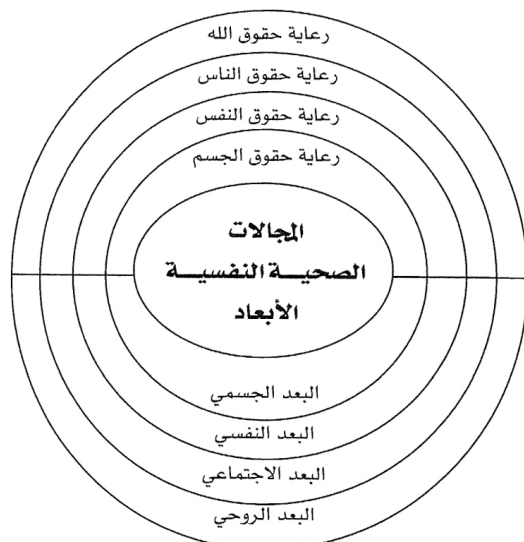
والشكل (٢ - ٦) يبين هذه الجوانب في المراحل العمرية الأربع



جوانب النموذج البنائي للصحة النفسية من منظور إسلامي

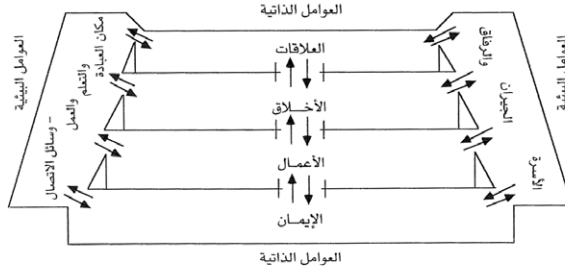
ثم ختم الفصل باستخلاص نتائج هذه الدراسات. وتناول الفصل الثالث الدراسات العربية الميدانية في نفس السياق، والتي بلغت أربعاً وعشرين دراسة. أما الفصل الرابع فجعله لعرض الدراسات الميدانية المحلية (يقصد السعودية) وبلغت ثمان عشرة دراسة. ويأتي قلب الدراسة المتعلق بتعمق البحث في العلاقة بين التدين (الإسلامي) والصحة النفسية) ابتداء من الفصل الخامس حتى الفصل الثامن، فاختص الفصل الخامس بدراسة تلك العلاقة القائمة بين التدين

الكتاب في (٥٥٩ صفحة)، بدأه الكاتب بمقدمة أوضح فيها منهجه في التوثيق، ثم بين فصول الكتاب الذي قسمها إلى تسعة فصول، جعل الفصل الأول مدخلاً أوضح فيه أهمية الدراسة وأهدافها والمنهج المتبع فيها، ثم بين المصطلحات المستخدمة، أما الفصل الثاني فعرض فيه الكاتب العلاقة بين التدين والصحة النفسية في الدراسات الأجنبية، وعرض في هذا الثمان وعشرين دراسة ميدانية أجنبية تناولت العلاقة ما بين التدين ومظاهر الصحة النفسية من جهة والعلاقة بين التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية من جهة أخرى،



مجالات وأبعاد حسن الخلق

(نقلًا عن كمال مرسي [١٤٠٩هـ] ص ١٠٩).



عوامل الصحة النفسية من منظور إسلامي

العربية الحديثة على ما يرقى للحكم أن مثل هذا المجال البحثي قد لقي عناية عند المؤلفين العرب، فالكثير منها أبحاث مثورة لا تكتمل فيها النظرة البحثية العميقة لأهل الاختصاص.

وقد وجدت غير الدراسة التي بين أيدينا دراسة أخرى للمؤلف آزاد على إسماعيل بعنوان (الدين والصحة النفسية)، صدرت عن المعهد العالي للفكر الإسلامي عام ٢٠١٤، وتناول فيها الباحث أثر الدين في صحة الإنسان من خلال عرضه لما توصل إليه علماء النفس في الغرب من نتائج.

وما أراه أن مثل هذه الدراسات: (كتاب التدين والصحة النفسية، وكتاب الدين والصحة النفسية) جدير بأن يُبنى عليها دراسات أكثر عمقاً وشمولاً للاستفادة من الرؤية الإسلامية وكذلك رؤية علماء النفس في الغرب.

والصحة النفسية في التراث الإسلامي واقفاً على استخراجها من خلال مؤلفات ثلاثة علماء السلف وهم (ابن الجوزي، ابن تيمية، ابن القيم).

أما الفصل السادس فقدم فيه المؤلف نموذجاً بنائياً للصحة النفسية من منظور إسلامي، وعرض فيه لمقارنة بين مسلمات علم النفس الغربي وبين التصور الإسلامي.

وفي الفصل السابع قدم أساليب إسلامية للوقاية والعلاج من المشكلات النفسية، بينما جعل الفصل الثامن لي طرح فيه تصوره الشخصي للصحة النفسية في التصور الإسلامي.

وقد جاء المؤلف الفصل التاسع من الدراسة لبيان النتائج والتوصيات والمقترحات.

الدراسات الحديثة الأخرى في نفس الموضوع:

مع البحث لم أقف في الدراسات

الدكتور بشير خليفي



أستاذ التعليم العالي بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة معسكر، مُتَّحِصِلٌ على شهادة الدكتوراه في الفلسفة وشهادة الماجستير في اللغة الانجليزية. رئيس للمجلس العلمي لكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية (٢٠١٣-٢٠١٩). مُهْتَمٌ بقضايا الدين (الدراسات القرآنية، حوار الأديان والحضارات، الحوار الإسلامي المسيحي، الإسلام والغرب)، له مُشاركات عديدة في ملتقيات وطنية ودولية. وكذا كتب مُشتركة ومقالات وطنية ودولية. فاز بالمرتبة الثانية في جائزة قطر العالمية لحوار الحضارات. ديسمبر ٢٠١٩، التي حملت عنوان: (الهجرة في السياق الحضاري).



الدكتورة جميلة بلعودة

باحثة متخصصة في دراسات في القرآن والسنة، ومتحصلة على شهادة الماجستير والدكتوراه من الجامعة الإسلامية العالمية باليزيا في ذات الاختصاص، عضو محكم في عدة مجالات مختصة بالفكر الإسلامي. لها مجموعة من الكتب والأبحاث المنشورة، منها: الاستقامة العقديّة في الخطاب القرآني/ إبراهيم الخليل نموذجًا، مفهوم السّدّاد في القرآن الكريم/ دراسة تحليلية، والقصد والاستقامة في الخطاب القرآني/ قراءة في التعالق الدلالي.

الدكتورة كريمة بولخراص



أستاذة التعليم العالي، بجامعة وهران ١، الجزائر، قسم أصول الدين. لها عدة نشاطات علمية وأكاديمية، ولها عدد من الكتب المطبوعة، منها: نظرية المقام تأصيلا وتفعيلا ومقامات الخطاب في القرآن الكريم الترغيب والترهيب أنموذجا. وعدة مقالات في مجالات دولية ووطنية منها وأثر أعمال أحوال التنزيل في فهم النص الشرعي بين التقعيد الأصولي والقراءة الحداثية، مجلة دراسات الأردن.



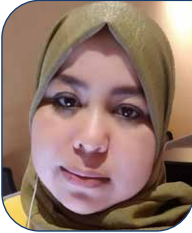
الدكتور أحمد عطية

يشغل منصب كبير الباحثين في التراث العربي بمركز المخطوطات- مكتبة الإسكندرية، تخرّج في كلية دار العلوم جامعة القاهرة، وحصل منها على درجة الدكتوراه في الأدب العربي بمرتبة الشرف الأولى في موضوع: نثر الحرب في الجاهلية وصدر الإسلام (دراسة فنية). كتب العديد من المؤلفات العلمية التي تراوحت بين تحقيقات التراث العربي والمؤلفات الأدبية والفكرية. وله العديد الأبحاث العلمية المنشورة في مجلات علمية محكمة، كما شارك في عدد من المؤتمرات العلمية والدولية في مصر والجزائر، وسلطنة عمان، وماليزيا، والإمارات العربية المتحدة، وتركيا.

الأستاذ المهندس الدكتور أردوان مصطفى اسماعيل



دكتوراه في الفقه وأصول الفقه-الجامعة الإسلامية العالمية ماليزيا (٢٠١٥)، بوست دكتوراه (مابعد الدكتوراه) في الفقه وأصول الفقه- الجامعة الإسلامية العالمية ماليزيا (٢٠٢٠)، رئيس قسم الشريعة/ كلية العلوم الإسلامية/ جامعة صلاح الدين-أربيل، سكرتير مجلة زانكو للعلوم الإنسانية/ جامعة صلاح الدين-أربيل.



الدكتورة رقية أهجو

حاصلة على الدكتوراه من كلية الآداب والعلوم الانسانية جامعة محمد الخامس- بالرباط، وحدة التكوين: العقائد والأديان السماوية. باحثة سابقة بمركز الحكماء لبحوث السلام بالرباط، وزميلة لمركز الملك عبد الله بن عبد العزيز العالمي للحوار بين أتباع الديانات (KAICIID) بالنمسا. شاركت في عدة مؤتمرات دولية داخل وخارج المغرب (النمسا، الأردن، قطر، موريتانيا، تشاد...)، لها مقالات منشورة في مجلات دولية محكمة كما شاركت في تأليف عدة كتب جماعية محكمة، وقدمت مجموعة دورات تدريبية في الحوار بين أتباع الديانات ونبد العنف والتطرف وخطاب الكراهية.

الدكتور صلاح الدين العامري



باحث تونسي حاصل على شهادة الماجستير في الدراسات المقارنة في الأديان والحضارات، وعلى شهادة الدكتوراه في اللغة والآداب والحضارة العربيّة الإسلاميّة، ويشغل أستاذا مشاركا بالمعهد العلي للحضارة الإسلاميّة بجامعة الزيتونة في تونس، وله مجموعة من الكتب، وله عدّة مقالات منشورة باللغتين العربية والفرنسية في مجلات محلية ودولية محكمة في الإسلاميات.



الدكتورة ليليا شنتوح

أستاذة التعليم العالي كلية العلوم الإسلامية/ جامعة الجزائر ١، شاركت في العديد من المؤتمرات الدولية في الجزائر و بلجيكا وتركيا وقطر والسعودية، مسؤول تخصص ماستر مقارنة الأديان بجامعة الجزائر، رئيسة اللجنة العلمية لقسم العقائد والأديان سابقا، عضو المجلس العلمي، عضو مخبر المناهج البحث بالعلوم الإسلامية، كما ناقشت وأشرفت على العديد من أطروحات الدكتوراه، ولنا العديد من الأبحاث والمقالات المنشورة في مجلات علمية محكمة.

الدكتورة جميلة تلوت



أستاذة الفكر الإسلامي وقضايا الاجتماع الأسري، جامعة القرويين وجامعة محمد الخامس - رئيس تحرير مجلة مغارب للدراسات في الاجتماع الإنساني - باحثة في قضايا الفكر الديني والاجتماعي، ومحاضرة بعدد من الجامعات والمراكز داخل المغرب وخارجه.



الدكتور أحمد عبد الرحيم

باحث أول بمركز الدوحة الدولي لحوار الأديان، عمل سابقاً باحثاً أول بتحقيق المخطوطات، والتدقيق اللغوي للبحوث التراثية بمكتبة الإسكندرية، حاصل على دكتوراه في الآداب واللغات الشرقية (العربية والفارسية) كلية الآداب - جامعة الإسكندرية، عضو الجمعية الفلسفية المصرية، ومحرر القسم العربي لمجلة أديان التي تصدر عن مركز الدوحة الدولي لحوار الأديان، له العديد من الكتب والأبحاث المنشورة تأليفاً وتحريراً وترجمة.