

التدين وأثره على الصحة النفسية للفرد وعلى المجتمع

Religiosity and its Effect on Psychological Health of the Individual and Societyدانة أحمد¹، دانة كريمة²

Dana Ahmed , Dana Karima

¹ جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله، ahmed.dana@cuniv-tissemsilt.dz² جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت، karima.dana@cuniv-tissemsilt.dz

تاريخ الاستلام: 2021/08/30 تاريخ القبول: 2021/12/21 تاريخ النشر: 2022/07/31

ملخص:

لقد اهتم العلماء بظاهرة الدين في المجتمعات القديمة والتقليدية، ولكن ما نلاحظه اليوم في المجتمعات الحديثة (المعاصرة) هو تخلي بعض المجتمعات عن الدين، والجري وراء المنفعة والمادة، وتناقص اهتمام العلماء بهذه الظاهرة والعواقب الناتجة عنها بسبب الهروب عن الدين.

يعد التدين من العناصر الضرورية لاستكمال شخصية الإنسان وصحته النفسية، وترشيد دوافعها ضد عوامل اليأس والقنوط من رحمة الله. كما يعد تعبيراً عن حاجات النفس الإنسانية في مختلف قدراتها واستعداداتها.

فالالتزام بالدين أحد المتغيرات الأساسية في بناء شخصية الشباب بناءً قيمياً وإيمانياً، إذ يحيطهم بسياج عظيم من الرعاية النفسية والحماية من التعرض للازمات والاضطرابات والأمراض النفسية والعقلية، حيث توفر كل أسباب التكيف والتوافق والتفاعل الإيجابي مع المجتمع لينطلق نحو العمل والإنتاج والبناء وتحقيق النفع له وللمجتمع.

كلمات مفتاحية: التدين، أنواع التدين، الصحة، الصحة النفسية، عوامل الصحة النفسية.

المؤلف المرسل: دانة أحمد، ahmed.dana@cuniv-tissemsilt.dz

Abstract:

Scholars have been interested in the phenomenon of religion in ancient and traditional societies, but what we notice today in modern (contemporary) societies is the abandonment of some societies from religion, and the pursuit of utility and material, and the scientists' interest in this phenomenon and the consequences resulting from it has decreased due to fleeing from religion.

Religiosity is one of the necessary elements to complete a person's personality and mental health, and to rationalize their motives against the factors of despair and despair of God's mercy. It is also an expression of the needs of the human soul in its various capacities and preparations.

Commitment to religion is one of the basic variables in building the personality of young people based on values and faith, as it surrounds them with a great fence of psychological care and protection from exposure to crises, disorders, and psychological and mental illnesses, as it provides all the reasons for adaptation, compatibility and positive interaction with society to move towards work, production and construction and achieve benefit for him and his community.

Keywords: Religiosity, types of religiosity, health, mental health, mental health factors.

1. مقدمة:

إن التدين ولا سيما بأساليب الأديان السماوية من العناصر الأساسية التي يستكمل بها الفرد صفته الإنسانية، وبه يجد العقل ما يشبعه إلى معرفة الغيب. وبدونه تصطدم محاولاته المعرفية مع مغاليق الكون... بل إن التدين من العناصر الضرورية لاستكمال قوة الوجدان، والارتقاء بها لدى الإنسان. فالعواطف النبيلة لا تكون نبيلة إلا إذا تم تغليفها بالمسحة الدينية. فالحب، الإخلاص، المودة، الحياء، صلة الرحم، التواضع وما إليها... كلها قيم نبيلة من خلال التدين

2. التدين:

2.2. مفهوم التدين: إن التدين من العناصر الضرورية لاستكمال شخصية الإنسان، وترشيد دوافعها ضد عوامل اليأس والقنوط من رحمة الله.

و على ذلك يقول أو يرى "الدكتور دراز" في "الفكرة الدينية " أو "التدين" تعبيرا عن حاجات النفس الإنسانية في مختلف قدراتها واستعداداتها، حتى أنه كما صح أن يعرف الإنسان أنه (حيوان مفكر) أو بأنه (حيوان مدني بالطبع) يسوغ لنا كذلك أن نعرفه بأنه حيوان متدين بفطرته" (دراز مُجدد عبد الله ، 1969 ، الصفحات 98-100).

وبذلك فإن التدين من الميول الطبيعية الموجودة في النفس الإنسانية والمستقرة في ذات الفرد منذ طفولته، تماما مثل ميله للحياة الاجتماعية. وكما أن الإنسان لا يستطيع الحياة بعيدا عن المجتمع، فإنه لا يستطيع الحياة بدون "دين" أيا كان مستواه، سماويا أو أرضيا.

وبهذا يمكن تفسير أسباب تدين الإنسان عبر العصور وعبادته لأشكال متنوعة، تتمثل فيها القوة المادية، التي عبدها استجابة لهذا الميل إلى التدين وإرضاء للميل إلى الجهول الناشئ عن فطرة الإنسان في شعوره بالحاجة إلى قوة أقوى منه يشعر بالخضوع لها، والاستمتاع بحمايتها" (زيدان عبد الباقي، 1979 ، صفحة 217).

2.2. العوامل المؤثرة في التدين:

1.2.2. العوامل الذاتية: هناك عوامل موجودة في الإنسان وهي موجودة في كل البشر لكنها تختلف من شخص لآخر كونها ذاتية وهذا حسب طبيعة وقدرة كل شخص ومن أهم هذه العوامل التي تؤثر في تدين الفرد تتمثل فيما يلي:

أ- الفطرة: وهي عامل حاسم في هداية الفرد إلى الطريق المستقيم، وهي بطبيعتها لو تركت بدون دخل عوامل خارجية تهتدي إلى بارئها. كما قال تعالى: {وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلْشَهِدْنَا نَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْهَا غَافِلِينَ} *سورة الأعراف [الآية: 172].

وسوف نستعرض آراء كل من "ف. مري" و"ر. مري" Merry & R, Merry F"، حيث يفترض أن ظاهرة التدين ظاهرة غريزية بمعنى وجود غريزة دينية لدى الفرد وتبعاً لهذه النظرية يعتبر الطفل طبيعياً متديناً، وإذا أعطى الفرص المناسبة فإنه يكون المفاهيم الدينية الملائمة ذات المعنى والدلالة. ويعتقدان أن الطفل منذ سن مبكرة يعي بطريقة غريزية وجود قوى عليا يلجأ إليها للحماية، ولديه اتجاه غريزيا فطريا نحو الاحترام والعبادة.

ويؤكد "سكينر" Skinner" هذا الرأي بالقول بأن الكائن البشري يولد بحالة حيادية حيال الدين، فالرضيع مثلا ليس متدينا ولا هو ضد الدين، بل إنه يمتلك الاستعدادات للتكيف، والتي تجعل النمو ممكنا نحو التدين أو نحو معارضة الدين". (رشوان حسين عبد الحميد احمد، 1998 ، صفحة 90)

ب- النفس البشرية: إن النفس البشرية آية من آيات الله جل وعلا. فيها الخير والشروفيها التعلق بالدنيا والسعي إلى الآخرة حسب ما لدى الإنسان من الإيمان.

ونعرض فيما يلي وقفات مع "ابن القيم الجوزية" مع النفس البشرية في صفاتها الثلاث:

"فيقول عن صفات النفس: (فقد وقع كلام كثير من الناس أن لابن آدم ثلاثة أنفس، نفس مطمئنة، ونفس لوامة، ونفس أمارة. وأن منهم من تغلب عليه هذه ومنهم من تغلب عليه الأخرى، ويحتجون على ذلك بقوله تعالى: { يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ {سورة الفجر [الآية: 27]}. وفي قوله تعالى: { لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ (1) وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ (2) } سورة القيامة [الآية: 1-2] وبقوله تعالى: { إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ {سورة يوسف [الآية: 53]}. وفي حقيقة الأمر أهما نفس واحدة ولكن لها صفات.

ج- الأخلاق (السلوك الأخلاقي): القيم الأخلاقية تعتبر إطارا مرجعيا لسلوك الفرد وأسلوب حياته، وبيان ما ينبغي أن يكون عليه التفاعل الاجتماعي السليم. والأخلاق هي الدعامة الأولى لحفظ كيان المجتمع. ولقد جاءت رسالات الأنبياء والمرسلين كلها تحت على الأخلاق الفاضلة. ومن أصول التربية تربية الأخلاق المستمدة من الدين التي تنظم السلوكوتنمي في الشخصية ضميرا حيا يحاسب الفرد إذا هو أخطأ أو انحرف عن الطريق المستقيم.

2.2.2. العوامل الخارجية المؤثرة في التدين: وهي مجموعة العوامل المحيطة بالفرد كالأسرة وجماعة الرفاق وأمكنة العبادة ووسائل الإعلام وغيرها، وستتناول أهمها تأثيرا:

أ- الأسرة: وهي الخلية الأساسية في المجتمع واللينة الأولى التي ينبنى عليها المجتمع، حيث يقول الأستاذ "فهد الفياض": "فالأسرة هي لبنة المجتمع ونواتها، والمؤسسة الاجتماعية التي تنظم عملية التنشئة الاجتماعية للطفل في مراحل نموه المختلفة" (الجيس فراس مُجَّد علي، 2006 ، صفحة 14).

ويرى "تالكوتبارسونز Talcottparsons": "أن الأسرة لا تزال تحتفظ بمكانتها بالنسبة إلى جميع أفرادها إذ أن المجتمع يعتمد عليها في بناء اللبنة الأولى في شخصية الطفل" (الجيس فراس مُجَّد علي، 2006 ، صفحة 14).

والأسرة هي مجتمع صغير، هي الوحدة الاجتماعية الأولى التي يعرفها الطفل، ففيها يولد وينمو. وتعرف بأنها: "جماعة أولية تتكون من الأب والأم وعدد محدود من الأبناء، وتقوم العلاقات بين أبنائها على أساس علاقة الوجه للوجه" (رشوان حسين عبد الحميد احمد، 1998 ، صفحة 79).

ويعتبر المناخ العائلي والعلاقة بين أفراد الأسرة من أهم العوامل التي تؤثر على عمليات النمو النفسي والاجتماعي للطفل" (رشوان حسين عبد الحميد احمد، 1998 ، صفحة 79).

وقد بين الرسول ﷺ الدور الذي يلعبه الوالدان في تثبيت الطفل على دين الحق أو صرفه إلى اليهودية أو النصرانية من خلال تربيته داخل الأسرة، فلقد روى الإمام 'البخاري' في صحيحه عن 'أبي هريرة' رضي الله عنه، قال رسول الله ﷺ [وما من مولود إلا يولد إلا يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه] **[صحيح البخاري].**

ومما سبق نستنتج الدور الذي تلعبه الأسرة في مدى التزام الفرد بدين الفطرة ومدى تهيئة الأرضية الصالحة له لكي يرتقي إلى سلم التدين بما توفره له من تربية وقدوة صالحة، وإذا انعدمت هذه الأمور سيكون التوقع أسوأ وذلك بضعف الإيمان. ومنه ضعف الشخصية وتعرضها إلى شتى الأمراض النفسية والاجتماعية المحيطة به.

ب- جماعة الرفاق: الرفيق أو القرين هو الشخص المقارب للفرد في عمره وميوله واتجاهاته، وهو الزميل الملازم له في كثير من الأوقات. فإن كان صالحا فهو عون للفرد في هذه الحياة وداعما من دواعم الصحة النفسية، فهو يفرح لفرحه ويسانده.

والرفقة الصالحة جعلها الله وصفا لأفضل الخلق وهم الأنبياء ثم الصديقين ثم الشهداء ثم الصالحين.

وقد بين رسول الله صلى الله عليه وسلم الأثر الذي يحدثه الرفيق على رفيقه بمثال حسي هو أثر المسك وأثر نافخ الكير. فقد روى الإمام "البخاري" في صحيحه عن "أبي موسى" رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: [مَثَلُ جَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمَسْكِ وَنَافِخِ الْكَيْرِ، فَحَامِلِ الْمَسْكِ إِمَّا أَنْ يُخَذِّبَكَ وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً، وَنَافِخِ الْكَيْرِ إِمَّا أَنْ يَحْرِقَ ثِيَابَكَ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا خَبِيثَةً].* **[صحيح**

البخاري كتاب الذبيح الصاعد الجزء السادس: 231].

ج- أماكن العبادة والتعليم: وهي الأماكن التي يتدرج فيها الفرد منذ صغره ويمر في أحوالها، ويتأثر بما فيها من عوامل الخير أو عوامل الشر، فالمساجد بيئات تعليمية صالحة بما فيها من أداء للعبادات وتعليم القرآن الكريم والأخلاق الفاضلة ودروس ومحاضرات توجه الفرد لما ينفعه في دينه ودنياه. والمسجد من أفضل

الأماكن لأنه يقام فيها توحيد الله سبحانه وتعالى، وقد بين رسول الله ﷺ فضل المساجد في أحاديث كثيرة منها ما روي عن "أبي هريرة" رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: [أحب البلاد إلى الله مساجدها وأبغض البلاد إلى الله أسواقها].** [صحيح مسلم كتاب 463-464]

المساجد: ويحتل المسجد مكانة هامة في المجتمع الإسلامي ويقوم بدور هام في مجال رعاية الشباب، حيث يتيح لكل منهم الفرصة ليحرب موقعه في المجتمع الإسلامي، وليعرف قدره كإنسان متساو في الحقوق والواجبات، وليشعر بالاطمئنان النفسي الذي لا يجده في أي مكان غير المسجد، حيث لا سلطة ولا أمر ولا نهي إلا ما نهي الله عنه وما أمر به جميع عباده. وتحتل خطبة الجمعة دورا رائدا في توجيه الشباب وحثه على الالتزام بما جاء به القرآن الكريم والسنة المطهرة.

ويجد الشباب في القرآن الكريم والسنة النبوية المنار الذي يستنير به لمعرفة الحق من الباطل ولتبديد الشك والحيرة والقلق في نفوسهم.

د- وسائل الاتصال: وهي مجموعة الوسائل التي يتعامل معها الفرد ليتعرف على ما حوله. ويدخل فيها وسائل التثقيف من الكتب والدوريات والمجلات والصحف، وأثرها يعتمد على محتواها فإذا كان صالحا صار لبنة صالحة في البناء النفسي والاجتماعي للأفراد، وإن كان محتواها غير صالح وأحيانا مفسد، فيه من الانحرافات والضلال النفسي والاجتماعي، ويكون سببا في الهوان النفسي والانحراف الاجتماعي. لذا فعلى الفرد حفاظا على دينه وصحته النفسية أن يحسن التعامل مع وسائل الاتصال بكافة صورها، فهي سلاح ذو حدين يتوقف على مدى حسن استعمالها، فيأخذ منها ما يفيد ويجتنب ما يضر ويضبط نفسه بضوابط الإسلام الذي يدل على الخير دائما ويحذر من الشر.

3.2. أنماط التدين: الدين الحقيقي هو دين واحد لأنه نزل من عند الإله الواحد، ولكن عند تناول الأفراد لهذا الدين وتطبيقه في حياتهم يختلف من فرد لآخر حسب نشئته وخبرته الشخصية وطريقة تطبيقه (المهدي مُجد، 2009).

3.2.1. التدين المعرفي (الفكري): وهنا ينحصر التدين في دائرة المعرفة حيث نجد الشخص يعرف الكثير من أحكام الدين ومفاهيمه ولكن هذه المعرفة تتوقف عند الجانب العقلاني الفكري ولا تتعداه إلى دائرة العاطفة أو السلوك فهي مجرد معرفة عقلية وبعض هؤلاء الأشخاص ربما يكونون بارعين في الحديث عن الدين أو الكتابة فيه وهم مع هذا لا يلتزمون بتعاليمه في حياتهم اليومية.

3.2.2. التدين العاطفي (الحماسي): وفي هذه الحالة نجد أن الشخص يبدي عاطفة جارفة وحماسا كبيرا نحو الدين، ولكن هذا لا يواكبه معرفة جيدة بأحكام الدين ولا سلوكا ملتزما بقواعده، وهذا النوع ينتشر في الشباب خاصة حديثي التدين وهي مرحلة يجب إكمالها بالجانب المعرفي والجانب السلوكي حتى لا تطيش أو تتطرف أو تنمحي .

3.2.3. التدين السلوكي (تدين العبادة): وهنا تنحصر مظاهر التدين في دائرة السلوك ، حيث نجد أن الشخص يقوم بأداء العبادات والطقوس الدينية ولكن بدون معرفة كافية بحكمتها وأحكامها وبدون عاطفة دينية تعطي لهذه العبادات معناها الروحي، ولكن فقط يؤدي هذه العبادات كعادة اجتماعية تعودها وهذا النوع يمكن أن يكتمل ويرشد بإضافة الجانب المعرفي وإيقاظ الجانب الروحي .

3.2.4. التدين النفعي (المصلحي): في هذه الحالة نجد أن الشخص يلتزم بالكثير من مظاهر الدين الخارجية للوصول إلى مكانة اجتماعية خاصة أو تحقيق أهداف دنيوية شخصية وهؤلاء الناس أصحاب هذا النوع من التدين (أو التظاهر بالتدين) يستغلون احترام الناس للدين ورموزه فيحاولون كسب ثقتهم ومودتهم بالتظاهر بالتدين والشخص في هذه الحالة يسخر الدين لخدمته وليس العكس، وتجده دائما حيث توجد المكاسب والمصالح الدنيوية الشخصية وتفتقده في المحن والشدائد.

3.2.5. التدين التفاعلي (تدين رد الفعل): نجد هذا النوع من التدين في الأشخاص الذين قضا حياتهم بعيدا عن الدين يلهون ويتمتعون بالحياة ولمذاقها بصرف النظر عن الحلال والحرام، وفجأة نتيجة تعرض شخص من هؤلاء لموقف معين أو حادث معين، نجده قد تغير من النقيض إلى النقيض، فيبدأ في الالتزام بالكثير من مظاهر الدين، ويتسم تدينه بالعاطفة القوية والحماس الزائد، ولكن مع هذا يبقى تدينه سطحيا تنقصه الجوانب المعرفية والروحية العميقة، وفي بعض الأحيان يتطرف هذا الشخص في التمسك بمظاهر الدين حفاظا على توازنه النفسي والاجتماعي وتخفيفا للشعور بالذنب الذي يلهب ظهره وهذا النوع لا بأس به إذا وجد المجتمع المتقبل والمرشد لهذا الشخص التائب المتحمس ليكمل طريقه الصحيح.

3.2.6. التدين الدفاعي (العصائي): قد يكون الدين دفاعا ضد الخوف أو القلق أو الشعور بالذنب أو تأنيب الضمير أو دفاعا ضد القهر والإحباط ، وفي هذه الحالة يلجأ الفرد إلى التدين ليخفف من هذه المشاعر ويتخلص منها وكلما زادت هذه المشاعر قوة كلما كان اتجاهه للدين أقوى ، ولا بأس في ذلك، إلا أن هذا التدين تنقصه الجوانب الروحية وجوانب المعاملات والنواحي الأخلاقية في الدين ويحدث هذا النوع أيضا في بعض الأشخاص الذين يشعرون بالعجز في مواجهة متطلبات الحياة اجتماعيا به في مواجهه

الصعوبات التي عجزوا عن مواجهتها وإثارة للراحة في سبيل بعض المفاهيم شبه الدينية ، فنجد الشخص من هؤلاء قد أهمل دراسته أو عمله أو مسؤولياته وتفرغ لممارسة بعض الشعائر الدينية التي لا تتطلب جهدا أو مشقة وهدفه (غير المعلن) من ذلك هو تغطية قصوره وعجزه والهرب من المواجهة الحقيقية مع الواقع .

3.2.7. التدين المرضي (الذهاني): يُرى هذا النوع في العيادات والمستشفيات النفسية في بعض المرضى مع بدايات الذهان (المرض العقلي) حيث يلجأ المريض إلى التدين في محاولة منه لتخفيف حدة التدهور والتناثر المرضي ولكن الوقت يكون قد فات فتظهر أعراض المرض العقلي مصطبغة ببعض المفاهيم شبه الدينية الخاطئة ، فيعتقد المريض ويعلن أنه ولي من أولياء الله أو أنه نبي بعث لهداية الناس، أو أنه المهدي المنتظر ويتصرف على هذا الأساس وعلى الرغم من فشل هذه المحاولة المرضية إلا أنها دليل على دور الدين في المحافظة على الشخصية في مواجهة التدهور والتناثر ومعني آخر نقول: أن التدين دفاع نفسي صحي ولكن بشرط أن يكون في الوقت المناسب وبطريقة منهجية مناسبة.

3.2.8. التطرف: وهو يعني الغلو في جانب أكثر من جوانب الدين بما يخرج الشخص عن الحدود المقبولة التي يقرها الشرع ويجمع عليها علماء الدين. ويمكن تقسيم التطرف إلى أنواع:

أ-التطرف الفكري : حيث يصعب النقاش مع هذا الشخص حول ما توصل إليه من أفكار وينغلق على فكرة فلا يقبل فكر أو رأيا آخر.

ب-التطرف العاطفي: وقد يكون التطرف في مجال العاطفة حيث تصبح عواطف الشخص كلها متركزة على الجوانب الدينية ويصبح شديد الحساسية من هذه الناحية شديد المبالغة في الانفعال بها.

ج-التطرف السلوكي:وهنا نجد الشخص يبالغ مبالغة شديدة في أداء الشعائر الدينية الظاهرية بما يخرجه عن الحدود المقبولة شرعا وكأن هذه الشعائر هدف في حد ذاتها لذلك نجد أن هذه الشعائر تخلو من معناها الروحي بل إن التطرف في مجال الفعل قد لا ينتهي عند حدود تصرفاته الشخصية ، بل يتجاوز ذلك إلى مجتمعه ، فيقوم بإلزام الآخرين لكي يسلكوا مثله وإذا أبو ذلك ربما يقوم بالاعتداء عليهم .

3.2.9. التصوف:وهو تجربة ذاتية شديدة الخصوصية يمر بها قليل من الأفراد لهم تركيب اجتماعي وروحي خاص ولذلك فليس من السهل التعبير عنها بالألفاظ المعتادة لأنها تحدث خارج حدود الألفاظ ولكننا نستطيع أن نقول على وجه التقريب أنه في هذه الخبرة التصوفية يمر الشخص بفترة معاناة شديدة بين كثير من المتناقضات ثم فجأة يحس أن هناك شيئا هائلا قد حدث وكأنه ولد من جديد فأصبح يرى

نفسه ويرى الكون بشكل مختلف تماما ويحس أن كثيرا من صراعاته قد هدأت وأن كثيرا من الحجب والأقنعة قد كشفت وأنه قد توحد مع الكون وعلى الرغم من عمق هذه التجربة وسحرها إلا أنها تبقى خبرة شخصية غير صالحة للتعميم وهي فوق ذلك خبرة خطيرة غير مأمونة حيث تختلط فيها الإلهامات بالوساوس فيرى بعضهم أشياء يعتقدونها الهامات روحانية في حين أنها ربما تكون وساوس شيطانية، إذن فهي منطقة تبه وخطر.

3.2.10. التدين (الشرعي): وهذا هو النوع الأمثل من الخبرة الدينية حيث يتغلغل الدين الصحيح في دائرة المعرفة ودائرة العاطفة ودائرة السلوك فنجد الشخص يملك معرفة دينية كافية وعميقة وعاطفة دينية تجعله يحب دينه ويخلص له مع سلوك يوافق كل هذا وهنا يكون الدين هو الفكرة المركزية المحركة والموجهة لكل نشاطات الشخص (الخارجية والداخلية) ونجد قوله متفقا مع عمله، وظاهره متفقا مع باطنه في انسجام تام. وهذا الشخص المتدين تديننا نجده يُسخر نفسه لخدمة دينه وليس العكس وإذا وصل الفرد لهذا المستوى من التدين الأصيل شعر بالآمن والطمأنينة والسكينة ووصل إلى درجة من التوازن النفسي تجعله يقابل المحن والشدائد بصبر ورضا، وإذا قابلت هذا الشخص وجدته هادئا سرحا راضيا متزنا في أقواله وأفعاله ووجدت نفسك تتواصل معه في سهولة ويسر وأمان.

وبعد هذا الاستعراض لتلك الأنواع من الخبرة الدينية، يجب التمييز والتفريق بين الأنواع المرضية من الأنواع الصحية في الخبرة الدينية وهذا الأمر ليس سهلا في كل الأحيان ولكن هناك صفات عامة تميز التدين المرضي (أو المنقوص) نذكرها فيما يلي:

- تضخيم قيمة اللفظ على حساب المعنى .
 - وإعلاء قيمة المظاهر الخارجية للدين على حساب المعنى الروحي العميق للدين .
 - وإعاقة النمو النفسي والاجتماعي والروحي.
 - وإعاقة التكامل الشخصي والانشقاق بين ما يبديه الشخص من مظهر ديني وبين ما يضمه من أفكار وأحاسيس والميل للاغتراب بعيدا عن حقيقة الذات والتعصب والتشدد خارج الحدود المقبولة شرعا.
 - وتضخيم ذات الشخص وتعظيمها والرغبة في السيطرة القهرية على فكر ومشاعر وسلوك الآخرين ثم الرفض الصلب والعنيد لأي رأي آخر مع القدرة على تحمل المناقشة الموضوعية.
 - وأخيرا تحقير الذات وما يستتبع ذلك من الميل إلى السلبية والهروب من مواجهة الواقع.
- ونحن من جهتنا نلاحظ بأنه يوجد نوع آخر من التدين ألا وهو:

3.2.11. التدين المغشوش: وهو أن ظاهر الفرد لا يعكس باطنه أي أن الظاهر مزين بالأخلاق والقيم أما الباطن فهو شيء آخر يمتاز بالحسد والكذب والغش وخلف الوعد وعدم الإيمان... الخ ، أما في ظاهر الأمر فالفرد يصوم ويصلي ويحج ويعتمر ويطلب لحيته ويقصر في اللباس ويصدق الصدقات... الخ وإما في باطنه فهو يزرع الفتن ويحسد الناس ويقطع الطريق عن جاره ويظلم ويتكبر ويتجبر على الناس... إلى غير ذلك من الأمور. ولكن نحن لا نقصد كل المتدينين وإنما هذا النوع فقط من التدين. وفي المقابل نجد **التدين الصحيح** : وهو ما يسير به الباطن مع الظاهر أي توافق الظاهر مع الباطن والعكس صحيح ، وهو كذلك ما اقتزن بالأخلاق والقيم الحميدة والمعاملة الحسنة. وطبقا لحديث الرسول عليه الصلاة والسلام: " قال: أتدرون من المفلس، قالوا: المفلس فينا من لا مال ولا درهم له ،قال: المفلس هو من يصوم ويصلي ويحج وقد ظلم هذا وشتم هذا واخذ مال هذا... الخ

وإن التوجه نحو التدين الجوهري هو رحلة الإنسان إلى التسامي، وهو المنحة الربانية التي ينبغي رعايته، وإن أي خلل أو اضطراب لدى الإنسان هو من عدم التعادل بين القيم الدينية وبين المظاهر المادية، فهو دين قوة وعمل وبحث المسلم على أن يعمل عملا صالحا ينفعه في الدنيا والآخرة" (الفيومي مُجَّد، 1985).

3. الالتزام الديني وعلاقته بالصحة النفسية:

1.3. مفهوم الالتزام الديني: إن التدين الحقيقي هو الطريق إلى بناء الشخصية السوية المتزنة والمتمتعة بالصحة النفسية، فالدين خاصة الإسلام ، يعمل على تزويد الأفراد المؤمنين بطاقة نفسية هائلة كما يمددهم بالإضافة إلى ذلك بمعنى حقيقي للحياة وبأهداف سامية يكرسون لأجلها حياتهم إلى جانب انه يملأ قلوبهم بالحب لله ورسوله والناس من حولهم والإنسانية عامة وهو فوق ذلك يبعث فيهم الشعور بالأمن والطمأنينة" (بوعود أسماء و طالب حنان ، 2016، صفحة 143).

ويعد الالتزام الديني من أهم الأسس التي تسهم في بناء شخصيات الشباب بناءا قيميا وإيمانيا وإعدادهم إعدادا سليما لمواجهة ضغوط الحياة المعاصرة وإحباطاتها ، وتحصينهم من كل أنواع الزلل والانحراف(الحمداي زيدان طه مانع ربيعة، 2005).

كما يعد الالتزام الديني أحد المتغيرات الأساسية في بناء شخصية الشباب الجامعي بناءا قيميا وإيمانيا، إذ يحيطهم سياج عظيم من الرعاية النفسية والحماية من التعرض للآزمات والاضطرابات والأمراض النفسية والعقلية ، حيث توفر كل أسباب التكيف والتوافق والتفاعل الايجابي مع المجتمع لينطلق نحو العمل والإنتاج والبناء وتحقيق النفع له ولمجتمعه" (مُجَّد صلاح فاطمة ، 2007 ، صفحة 329).

فالتدين يعني السلوك الفردي والجماعي نحو الدين الإسلامي ، الذي نصت عليه كل الدساتير الجزائرية في المادة الثانية منها :الإسلام دين الدولة وبمعنى آخر التزام الأفراد بالدين من حيث الإيمان بالعقيدة كتصور ونية صادقة ، والتدين عنصر ضروري لتكميل قوة الإرادة وإمدادها بوسائل قوية لمقاومة اليأس والقنوط وبذلك نجد قيمة التدين تعبر عن حاجات النفس الإنسانية بمختلف مظاهرها. " (التيجاني ثريا، 2001، الصفحات 102-103)

2.3. الصحة النفسية من منظور الإسلام:

2.3.1. مفهوم الصحة النفسية: كما يقول الدكتور 'محمد حسن غانم': "لو تعمقنا في الدين الإسلامي فسوف نجد أنه قد أفاض في تقديم القوانين والقواعد والتي لو اتبعها الإنسان فسوف تقوده حتما إلى السواء النفسي" (غانم محمد، 2003، صفحة 04).

والإسلام هو ذلك الدين القيم الذي ينظم العلاقة بين العبد وربيه وبين الفرد والفرد مهما اختلفت المستويات، والمفاهيم، ولهذا فإننا نجد ركيزتين في الإسلام الركيزة الأولى هي العقائد والركيزة الثانية هي المعاملات التي تنظمها الحدود" (شاهين عمر ، 2008).

والصحة النفسية حالة نفسية يشعر فيها الإنسان بالرضا والارتياح عندما يكون حسن الخلق مع الله ومع نفسه والناس" (الصنيع صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف، 2000 ، صفحة 447).

2.3.2. أمراض النفس من منظور الإسلام: تظهر أمراض النفس أو اضطرابات النفس في علامات السلوك، وتعتبر أعراض الاضطراب النفسي في رأي الدين استجابة غير سوية لضمير المريض بسبب ما تعرض له من إهمال، أو نتيجة لقيام الفرد بسلوك يتضمن نوعا من التحدي لتعاليم الدين وقواعده. و من أهم الأمراض من وجهة نظر الدين الإسلامي:

أ-الانحراف: ويشمل الانحرافات السلوكية ويأتي على رأسها الانحرافات الجنسية، ويشمل أيضا الانحرافات الاجتماعية المختلفة مثل الكذب، السرقة، العدوان، التمرد، تعاطي المخدرات وغير ذلك من أنواع السلوك المنحرف.

ب-الخوف: ونقصد به الخوف المرضي الدائم المتكرر المتضخم الذي لا يمكن ضبطه أو التخلص منه أو السيطرة عليه والذي يمتلك سلوك الإنسان ويحكمه ويصاحبه سلوك عصائبي قهري.

ج-القلق: وهو آفة عصرنا الذي أصبح يطلق عليه "عصر القلق". وهو خوف غامض غير محدد مصحوب بالتوتر الضيق وتوقع الأذى وعدم الاستقرار العام مما يعوق الفرد عن الإنتاج ويجعل سلوكه

مضطربا ويصاحب القلق أعراض نفسية جسمية مثل: العرق المفرط وصعوبة التنفس والاضطرابات المعوية وسرعة نبضات القلب. وقد يغلب القلق ويصبح هو نفسه عصابا أساسيا ومرضا قائما بذاته هو يسمى "عصاب القلق".

و القلق في الإسلام ضرورة إنسانية وأمر واقع لا بد منه كي يستشعر الفرد مخاطر المستقبل كالمخاطر على الأولاد وعلى المصير في الدنيا والآخرة، فيتخذ الفرد سبل الوقاية. ولا بد من القلق أيضا حتى يندفع الفرد إلى العمل وبذل الجهد والتخطيط للمستقبل. لكن أن يصبح القلق صاحبا ولصيقا بحياته ملازما له في حركاته وسكناته فإنه علامة لمرض يستدعي العلاج.

وإن المؤمن لا يحميه إلا إيمانه بقضاء الله وقدره من هذا النوع من القلق.

د- الغضب: وهو من أمراض الباطن التي يغفل عنها بعض الناس فيكون سببا في اختلال صحتهم النفسية، إلا أن الفرد لديه القدرة على التحكم فيه والتقليل من آثاره على سلوكه. يقول 'ابن الجوزي': "الغضب إنما ركب في طبع آدمي على دفع الأذى عنه والانتقام من المؤذي له، وإنما المذموم إفراطه، فإنه حينئذ يزيل التماسك ويخرج عن الاعتدال فيحمل على تجاوز الصواب وربما كانت مكانته في المغضوب عليه أقل من مكانته في الغضبان" (الصنيع صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف، 2000، صفحة 215). ولقد روي عن النبي ﷺ أنه قال: [ليس الشديد بالصرعة، لكن الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب]. (البخاري: 5763، ومسلم: 2609).

والغضب الذي هو عبارة عن هيجان النفس في غير حينها، واشتدادها أكثر مما ينبغي لها، وإن الإسلام لم يذم الغضب وإنما هو يقصد نزع من الإنسان. فإذا كان الغضب في الله والله كان ممدوحا.

هـ- الاكتئاب: هو حالة يشعر فيها الفرد بالكآبة والكدر والغم والحزن الشديد وانكسار النفس والتشاؤم دون سبب مناسب أو لسبب تافه، فيفقد لذة الحياة ويرى أنها لا معنى لها ولا هدف له فيها فتتوقف عزيمته ويفقد اهتمامه بعمله وشؤونه ويشعر بتفاهته، ويصاحب الاكتئاب عادة التدهور الحركي والصداع وفقدان الشهية والأرق... الخ. وقد يؤدي إلى الانتحار أو يصبح مرضا قائما بذاته.

و- الهوى: يقول الله تعالى: {إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الْأَنْفُسُ} سورة النجم [الآية: 23]

و قد اعتبر القرآن الكريم الهوى أخطر أمراض النفس، فهو الذي حمل الفرد وزر الضلالة الأولى في التاريخ البشري، فقتل 'قابيل' 'هابيل' هو نتيجة عقدة نفسية عانى منها وهي الغيرة. يقول تعالى: {فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ} سورة المائدة [الآية: 30]، يقول رسول الله ﷺ: [...ألا

وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب] (البخاري: 52 ، ومسلم: 1599)

4. التدين والصحة النفسية للفرد:

1.4. العلاج النفسي الروحي: إن العلاج النفسي بمعناه العام هو نوع من العلاج تستخدم فيه أية طريقة نفسية لعلاج مشكلات أو اضطرابات سلوكية، وفيه يقوم المعالج بالعمل على إزالة الأعراض السلوكية الموجودة أو تعديلها أو تعطيل أثرها مع مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة والتوافق مع بيئته واستغلال إمكاناته على خير وجه، ومساعدته على تنمية شخصيته ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي، وبحيث يصبح أكثر نضجا وأكثر قدرة على التوافق النفسي في المستقبل.

والهدف الأسمى من العلاج النفسي هو تحقيق الصحة النفسية والتوافق والتكيف النفسي ومنه التكيف الاجتماعي. وتتعدد طرق العلاج النفسي حسب نظريات الشخصية أو السلوك أو العلاج. ويأتي العلاج النفسي الديني كأسلوب أجمع المعالجون على اختلاف أديانهم سواء كانوا مسلمين أو مسيحيين أو يهود على أنه علاج يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية وروحية أخلاقية مقابل العلاج الدنيوي الذي يقصد به بقية طرق العلاج النفسي التي تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب وضعها البشر.

2.4. الوقاية الدينية من الاضطراب النفسي:

2.4.1. الإيمان (التربية الدينية): لقد أجمعت الأديان السماوية على أن السعادة النفسية هي ثمرة مؤكدة للإيمان. والإيمان هو معرفة بالقلب وقول باللسان وعمل بالأركان. ولتحديد الإيمان ينبغي العمل بمبدأ الشمول في الدين الإسلامي إذ لا إيمان بلا إسلام ولا إسلام بلا إيمان" (القبوري الصادق، 1989، صفحة 57).

وينقسم الإيمان إلى أنواع تتناسب مع الطرق الثلاثة: الإقناعية، البرهانية والدوقية. في نظر "أبي حامد الغزالي" حيث يقول: "بأن الإيمان اسم مشترك بين ثلاثة معان، إذ يعبر به عن التصديق اليقيني وقد يعبر به عن الاعتقاد التقليدي إذا كان جزوا وقد يعبر به عن تصديق معه العمل بموجب التصديق" (الزعيبي أنور ، 2000 ، صفحة 210). ويتضمن الإيمان والتربية: الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله والقدر واليوم الآخر.

2.4.2. التدين (السلوك الديني): - عبادة الله. - الإخلاص لله. - المسؤولية-البعد عن المحرمات-العزم والقوة.

2.4.3. الأخلاق (السلوك الأخلاقي): وهو مجموعة من القيم الأخلاقية: (الاستقامة، إصلاح النفس، ضبط النفس، الصدق، التواضع، الأمانة، الكلام الحسن، احترام الغير، حسن الظن، التعاون، الاعتدال، العفو، الإيثار. العفة، الإحسان... الخ).

5. أثر العبادة والممارسات الدينية على النفس وحياة الأفراد:

1.5. معنى العبادة: العبادة في اللغة: هي من الذل. يقال: بعير معبد، أي مذلل. وطريق معبد إذا كان مذلا قد وطأته الأقدام.

وأما التعريف الشرعي (في الإسلام): "هي حب الله ورسوله وخشية الله والإنابة إليه وإخلاص الدين له والصبر لحكمه والشكر لنعمه والرضا بقضائه والتوكل عليه والرجاء لرحمته والخوف من عذابه وأمثال ذلك، فالدين كله داخل في العبادة" (مجموعة التوحيد النجدية ، 1999 ، صفحة 278).

والعبادة "هي دوام المخلوق على أداء الوظيفة التي خلق من أجلها من دون نقصان يحتسب معصية أو زيادة تحتسب تطاولا على صاحب الشأن" (الكيلاي ماجد عرسان ، 1987 ، صفحة 151).

و العبادة هي عقيدة وممارسة، فالعقيدة هي علم بأمور الدين والممارسة هي أداء للشعائر الدينية بالجوارح مثل (الشعائر الدينية: الصلاة، الزكاة، الصوم، الحج، الخ). والعبادة هي غرض الله من خلق عباده، وإذا نظرنا إلى جميع الرسل والأنبياء المذكورين في القرآن الكريم نجدهم يحثون على عبادة الله. و يقول 'الكيلاي': "و لو أننا استقصينا الأهمية الاجتماعية للعبادة لأدركنا السبب الذي جعلها تحتل هذه المكانة في تاريخ الرسالات. فالإنسان بحاجة إلى هدف سالم يعيش من أجله ويتفانى في محبته ويتفاعل معه طلبا وطاعة ولذة. وعبادة الله هي "المثل الأعلى" الذي يوفر هذا الهدف للأفراد". (الكيلاي ماجد عرسان ، 1987 ، صفحة 151)

2.5. أثر العبادات على النفس وحياة الأفراد:

2.5.1. الصلاة وأثرها الصحة النفسية والاجتماعية: اتفق علماء الاجتماع والمفكرون على أن عصرنا هذا يتميز بخصائص لم يعرفها الناس من قبل، ومن أهمها الضغوطات النفسية التي تزداد وتتضخم مع تعقد الحياة، وتفرز أمراضا مختلفة. ولا يختلف اثنان في أن إنسان الحضارة المادية يعيش القلق والاضطراب والتشاؤم والهلوع... الخ، وأن كل ما يملكه من إنجازات في مجال الرفاهية وأسباب الراحة لم يجره من

الشقاء المضيئي، بل إن هذا الإنسان أصبح شارد الذهن وغائب العقل وإنه يعيش بين الملايين ولكنه يشعر بالعزلة.

إذن فما سبيل الخروج من واقع القلق والغضب وشروذ الذهن وما هي الوسيلة التي يساعد بها الفرد سكينته وسلامة نفسه وانشراح صدره وشفاء ذهنه وقلبه؟.

إن الحضارة المادية القائمة على المنفعة ومنطق الربح، أنشأت العيادات والمصحات والمراكز المختصة في إعادة الانتباه إلى الفرد وإحضار قلبه إلى حيث هو، وتجاوز الشروذ الذهني بدروس اليوغا والتأمل التجاوزي والاسترخاء العضلي... الخ. إذن كل ذلك من أجل أن يتمتع الإنسان بدقائق معدودة من السكينة والطمأنينة وتجاوز الهموم والمكدرات... الخ.

ولكن العلاج لم يكن كافيا وشافيا، لأن صنعه كان من صنع بشر محول على النقص. إذن فرغم ما حققته الحضارة المادية من وسائل إلا أن ذلك لم يكن كافيا لشفاء الكثيرين من الناس.

ولكن لو رجع الناس إلى الفطرة السليمة التي خلقهم الله عليها لتمكنوا من إعادة التوازن النفسي والشعور بالاطمئنان والاستمرار في مواجهة أعباء الحياة بصبر وثقة وشجاعة. يقول الله تعالى: {الَّذِينَ

آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} سورة الرعد [الآية: 28]

إن الثمرة الرئيسية للصلاة كما يؤكد المتعبدون أنفسهم ليست في أن الدعوة الخاصة قد حققت بمعجزة، ولكن في أن المصلي نفسه يحس عزاء وقوة بعد تجربته. فالصلاة - ولو لم تنتج أثرا ماديا - قد تحدث تغييرا روحيا" (موسى صاري ، 2006 ، صفحة 24).

إذن فالصلاة هي وسيلة من وسائل السكينة وتحقيق الطمأنينة وبالتالي الراحة النفسية ومنه سعادة المؤمن في الدنيا والآخرة. فالصلاة هي قوة روحية ونفسية تعين المؤمن على مواجهة متاعب الحياة ومصائب الدنيا. كما أنها تغرس فينا قيم الوحدة والإخاء. وتنتهي عن الفحشاء والمنكر. ولأنها ذات أهمية اجتماعية إذ أنها تحقق الوحدة والتماسك في المجتمع من خلال توحيد الصفوف بين الصغير والكبير والفقير والغني، وتنتهي عن الفساد والانحراف مثل النهي عن الفحشاء والمنكر. وهي فرصة للراحة من مشاغل الحياة الدنيا.

2.5.2. الزكاة: هي عبادة مالية محضة وترجع إلى معنيين لغويين: هما الطهارة والنماء، قال تعالى: {خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا} سورة التوبة [الآية: 103] أما معناها الشرعي فهو تملك جزء

من مال عينه الشارع من مسلم فقير غير هاشمي مع قطع المنفعة عن المملك من كل وجه لله سبحانه وتعالى" (الصاغري أسعد مُحمد سعيد ، 1992 ، الصفحات 67-68).

ولقوله ﷺ: [بني الإسلام على خمس، شهادة أن لا إله إلا الله وأن مُحمدًا رسول الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة وحج البيت وصوم رمضان]. إذن فهي ركن أساسي من أركان الإسلام. و الزكاة طهرة لأموال الفرد وقربة إلى الله تعالى يزداد بها هو ومجتمعه نماءً وصلاحاً وهي تجنب المجتمع من التحاسد والتباغض وهي عنصر هام لزيادة التكافل بين أفراد المجتمع. فهي أداة لنزع الشح البغيض من نفس الغني وهي كذلك أداة لتخليص نفس الفقير من الحسد والحقد على ذلك الغني. وتخليص للمجتمع من التحاسد والتباغض ومن عوامل الهدم والتفرقة والصراع. كما أنها نماء لشخصية الفقير، حيث يشعر بأنه ليس مهمشاً في المجتمع ولا متروكاً لضعفه وفقره. كما أنها نماء لشخصية الغني وكيانه بما يحسه من انشراح في نفسه واتساع في صدره لما قدمه من عمل إنساني خيري.

2.5.3. الصوم: الصيام عبادة خالصة لله تعالى ومن آدابه غض البصر عن النظر المحرم وصون اللسان عن الكذب والغيبة والكلام البذيء، والكف عن الخصومة، وهو قضية قلبية لتعامل العبد مع ربه، وللصوم فوائد كثيرة منها كصحة الأذهان وسلامة الأبدان، وقد جاء في حديث الرسول صلى الله عليه وسلم: [صوموا تصحوا]. (أخرجه ابن السني، وأبو نعيم)

أما فوائد الصوم على المستوى الاجتماعي نجده يمنع الزنا، حيث نجد الرسول يحث على الصوم لأنه للمرء وجاء، وهو فرصة للإقلاع عن آفة التدخين.

و يذكر "نجيب الكيلاني" بعض فوائد الصيام فيقول: "من الواضح أن الصوم مدرسة أخلاقية إلى جوانب فوائده الصحية المختلفة، لكن الانضباط النفسي والأخلاقي هو الدرس الأول والمهم في هذه المدرسة المقدسة، هناك دور مهم يؤديه الصوم بالنسبة للكيان النفسي في الفرد" (الصنيع صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف، 2000 ، صفحة 480).

2.5.4. الحج: إلى مكة المكرمة حسب المقدرة، وهو الركن الخامس من أركان الإسلام لقوله تعالى: { ولله على الناس حج البيت من استطاع إليه سبيلاً ومن كفر فإن الله غني عن العالمين } .سورة آل عمران [الآية: 97]

وفيه تؤدي العديد من الطقوس والشعائر الدينية بصورة جماعية تزيد من التضامن والتقارب بين الحجاج، فالجميع بلباس واحد وعلى صعيد واحد فيكون التواضع والمودة والرحمة بين المسلمين بعضهم

لبعض، وهذا ما ينشأ عنه التكيف الاجتماعي. والحج الخالص يجعل المؤمن بعد الحج طيب النفس سعيدا مقبلا على الحياة بتفاؤل وإيجابية يشعر بالسعادة.

3.5. أثر الأخوة الإيمانية في التكيف النفسي والاجتماعي للأفراد:

إن أثر الأخوة الإيمانية في بناء الشخصية واضح المعالم في السلوك الفردي والاجتماعي والأخوة الإسلامية هي الضامنة لنجاح الفرد مع المجتمع الإسلامي، يتعاون مع كافة أفرادها على أساس المساواة ويدافع إرادة الخير والحب والسلام للجميع، على أن الدافع الطبيعي ينبع من انسجامهم في التوحيد واتحادهم في الأهداف السياسية والاجتماعية والاقتصادية حيث يجد كل منهم نفسه في ميلها وانعطفاتها نحو الآخرين.

وبهاتة الأخوة في الدين تيسر انقياد العرب بعضهم لبعض رغم ما كانوا عليه من خلق التوحش والجفاء، وهنا يقول العلامة 'عبد الرحمن ابن خلدون': "فإذا كان الدين بالنبوة أو الولاية كان الوازع لهم (أي العرب) من أنفسهم، وذهب خلق الكبر والمنافسة فيهم فسهل انقيادهم واجتماعهم وذلك بما يشملهم من الدين المذهب للغلظة والأنفة، الوازع عن التحاسد والتنافس..." (ابن خلدون).

4.5. أثر الالتزام الديني على الفرد والمجتمع من منظور الإسلام:

ركّز الإسلام في بناء المجتمع المسلم على الفرد المسلم أولاً ثم الأسرة، ثم المجتمع، وبني علاقات تبادلية بين هؤلاء الأطراف؛ فجعل لكل واحد منهم حقوقاً وواجبات من خلال: تأكيد روح التساوي والأخوة بين المسلمين، فالإسلام يُنكر وينهى عن العصبية والفوارق على أساس العرق واللون والنسب التي تُدمر المجتمع، وجعل معيار التفاضل بالتقوى والصّلاح، حيث "أنّ أكرم الناس عند الله أتقاهم".

والإسلام يسعى إلى تنظيم المجتمع من خلال تنظيم حياة الفرد المسلم، والعنصر الرئيسي في ذلك هو تنظيم الوقت واستغلاله في العمل والعبادة ومساعدة الآخرين وفعل الخير. ودعوة الإسلام إلى العمل وترك الكسل والتواكل؛ فالمجتمع يُبنى بالعمل الدؤوب المنتظم في مؤسسات وأعمال فردية، كي تعود بالنفع على الفرد المسلم وعائلته فيلبون احتياجاتهم الخاصة، كما بالعمل تُقلل الأعباء الواقعة على كاهل المجتمع نتيجة البطالة وارتفاع معدّل الفقر وبالتالي الجريمة والانحراف السلوكي والأخلاقي.

والإسلام يدعو كافة أبناء المجتمع المسلم في مختلف الأعمار إلى طلب العلم والتّطور والبحث العلمي في كافة المجالات؛ فالإسلام دين العلم والنور والهداية، فالمسلمون كانوا في القرون الوسطى مشاعل العلم في مختلف العلوم العصرية؛ فبرز العديد من العلماء الأجلاء كابن الهيثم، والبيروني، وابن سينا وغيرهم.

وحدد الإسلام موثيق هامة في المجتمع أهمها ميثاق الزواج ليكون الإطار الشرعي لعلاقة الرجل بالمرأة، ثم حدد حقوقاً وواجبات كل طرف، ثم حدد حقوق الأبناء على والديهم وبالعكس؛ وكل ذلك لبناء الأسرة الصالحة العفيفة الشرعية التي يسودها الحب والسكينة؛ فتكون قادرة على تنشئة الأبناء تنشئة صالحة مما ينعكس أثرها على المجتمع. وحدد الإسلام وبشكل دقيق طبيعة العلاقات بين الناس وحق كل فرد وواجبه؛ فحدد أحكام البيوع والتجارة والزواج والطلاق، وأحكام الجوار، وأحكام القضاء، والقصاص، والعقوبات، وأحكام الحاكم والمحكوم.

وانتدب الإسلام الشباب وأصحاب الأموال إلى المساهمة في بناء المجتمع من خلال العمل الخيري والتطوعي، سواءً بالعمل الميداني، وتقديم العون للناس أو بدفع الصدقات والتبرعات النقدية والعينية لمن يساهم في إفادة المجتمع منها.

خاتمة:

إذن فالإيمان والتدين والالتزام بالدين عقيدة خالصة وعمل مخلص، والسلوك يجب أن يكون وفقاً لذلك والسلوك الذي يخرج عن الدين إذا لم يكن خالصاً قد يؤدي إلى نكسة سلوكية وسلوك منحرف يؤدي إلى تشويه الشخصية الفردية والاجتماعية. وسبق وأن رأينا أن الدين هو وسيلة لتحقيق الإيمان والأمان والسلام النفسي وهو هبة من الله للفرد يعينه على الحياة السوية. والدين إيمان وأخلاق وعمل صالح، وهو طريق إلى العقل، والدين محبة وهو الطريق إلى الخلاص والسعادة والسلامة وهكذا نرى أن العلاج النفسي الديني هو أجود العلاج وأنفعه وأنجعه وأكمله وأجمعه، والعلاج النفسي الديني يحقق الهدف المطلوب وهو النفس المطمئنة التي توفق بين النفس الأمانة بالسوء وبين النفس اللوامة وتنمية النفس البصيرة. وبهذا يحصل للأفراد التكيف في المجتمع والاندماج مع بعضهم البعض، بغية التعايش والتآلف والتعاون في تحقيق المصالح وتبادل المنافع. وذلك مع مراعاة الضوابط في تنظيم الحقوق والواجبات واحترامها. وبذلك تتحقق سعادة الأفراد وصحتهم النفسية وتوافقهم الاجتماعي. ومن هنا تزداد الروابط الاجتماعية وتقوى، وتتوثق الصلات والعلاقات الاجتماعية، وعليه يصبح التعامل بين الأفراد حسناً وبشكل دائم. وبالتالي البعد عن الانحراف النفسي والانحراف الاجتماعي.

المراجع:

المؤلفات:

- ابن خلدون. (بلا تاريخ). كتاب المقدمة .
التيجاني ثريا. (2001). القيم الاجتماعية والتلفزيون في المجتمع الجزائري. عين مليلة الجزائر: دار الهدى .
الجبس فراس مُجدّ علي. (2006). كيف نحمي أبنائنا من الانحراف . بوزريعة الجزائر: منشورات عشاش .
الزعيبي أنور . (2000). مسألة المعرفة و منهج البحث عند الغزالي . دمشق سورية: دار الفكر .
الصاغرجي أسعد مُجدّ سعيد . (1992). الزكاة . الجزائر: دار الفكر .
الصنيع صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف. (2000). التدين والصحة النفسية . السعودية: جامعة الإمام مُجدّ بن سعود الإسلامية الإدارة العامة للثقافة والنشر .
الفيومي مُجدّ. (1985). القلق الإنساني مصادر، تياراته، التدين كعلاج له. القاهرة: دار الفكر العربي .
القبوري الصادق. (1989). أسس بناء الشخصية من خلال القرآن الكريم . الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب .
الكيلاي ماجد عرسان . (1987). فلسفة التربية الإسلامية. بيروت: دار المنارة للنشر والتوزيع .
دراز مُجدّ عبد الله . (1969). الدين بحوث ممهدة في تاريخ الأديان. القاهرة: مطبعة السعادة .
رشوان حسين عبد الحميد احمد. (1998). الطفل: دراسة في علم الاجتماع النفسي . الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث .
زيدان عبد الباقي. (1979). الأسرة والطفولة. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية .
غانم مُجدّ. (2003). حسن صراعاتنا الداخلية بين العقيدة والسلوك رؤية نفسية . الإسكندرية: المكتبة المصرية .
موسى صاري . (2006). المنبر في العلوم الإسلامية السنة الأولى من التعليم الثانوي جميع الشعب. الجزائر: الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية.

الأطروحات:

- الحمداي زيدان طه مانع ربيعة. (2005). الالتزام الديني وعلاقته بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة . رسالة ماجستير في علم النفس التربوي . مجلس كلية التربية في جامعة تكريت.

المقالات:

- بوعود أسماء ، و طالب حنان . (2016). التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية (التوافق الاجتماعي ، تقدير الذات) عند عينة من الطلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية .
مجموعة التوحيد النجدية . (1999). السعودية: صادرة عن الأمانة العامة للاحتفال بممرور مائة عام على تأسيس المملكة .

مُحَدّ صلاح فاطمة . (2007) . الالتزام الديني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة كلية العلوم الإسلامية . مجلة التربية والعلم جامعة الموصل .

مواقع الانترنت:

المهدي مُحَدّ . (19 04 ,2009) . أنماط التدوين . تم الاسترداد من www.elazayem.com
شاهين عمر . (09 02 ,2008) . الإسلام والصحة النفسية والاجتماعية . تم الاسترداد من [http // www.ibtissama.com](http://www.ibtissama.com)