

## دور العبادات والقيم الإسلامية في تعزيز الصحة النفسية للفرد في المجتمع المدني

The role of Islamic rituals and values in promoting the mental health of the individual in civil society

الأستاذ المساعد الدكتور: ميكائيل رشيد علي الزبياري

مركز البحوث العلمية والإنسانية، كلية التربية، جامعة دهوك، ناكري، إقليم كردستان-العراق

البريد الإلكتروني : [mikaelrasheed1976@gmail.com](mailto:mikaelrasheed1976@gmail.com)

الملخص:

الهدف من البحث هو بيان دور العبادات والقيم الإسلامية في تعزيز الصحة النفسية للأفراد في المجتمع المدني، وذلك لأنها من المفاهيم ذات الأهمية الأساسية في مجالات الحياة كافة، وتعدّ هذه العبادات والقيم بناءة ومشتقة من التفاعل الاجتماعي معبرة عن مكونات أساسية للمجتمع الإنساني، وتمثل العبادات والقيم الدينية مؤشرات على السلوكيات التي ينبغي أن يتبعها الإنسان في المجتمع المدني وبالشكل الذي يمنح هذا الإنسان استقراراً نفسياً وتوافقاً عالياً مع المجتمع عامةً، ولذلك ركزت إشكالية البحث على "ما الدور الذي يمكن أن تلعبه العبادات والقيم الدينية في تعزيز الصحة النفسية لأفراد المجتمع في المجتمع المدني؟" ومن أجل تحقيق أهداف البحث والإجابة على تساؤلاته فقد استخدم الباحث منهجاً علمياً رصيناً وهو المنهج الوصفي التحليلي: وذلك من خلال استعراض ووصف وتحليل العبادات والقيم الإسلامية الايجابية وفهم الدور الذي يمكن أن تلعبه في تحقيق التوافق والاستقرار النفسي للفرد في المجتمع المدني.

الكلمات المفتاحية: دور، العبادة، القيم، النفسي، الفرد، المجتمع.

### Summary:

The aim of the research is to clarify the role of Islamic rituals and values in promoting the mental health of individuals in civil society, because they are among the concepts of fundamental importance in all areas of life, and these customs and values are

constructive and derived from social interaction, expressing basic components of human society, and represent religious worship and values Indicators of the behaviors that a person should follow in civil society and in a way that gives this person psychological stability and a high compatibility with society in general. Therefore, the research problem focused on "what role can worship and religious values play in promoting the mental health of members of society in civil society?" In order to achieve the objectives of the research and answer its questions, the researcher used a sober scientific approach, which is the descriptive and analytical approach: by reviewing, describing and analyzing positive Islamic rituals and values and understanding the role that they can play in achieving harmony and psychological stability for the individual in civil society.

**Key words:** role, worship, values, psychological, individual, society.

#### المقدمة:

إن العبادات والقيم الدينية الإسلامية من الأساليب الفعّالة المؤثرة على الصحة النفسية للفرد ومن الطرق الإيجابية المستخدمة في علاج الأزمات النفسية للأفراد وخصوصاً في مجتمعاتنا؛ لما لها من السرعة والتعجل والتشويش الذهني الناتج عن تأثير الثقافات والسلوكيات الواردة إلينا من عولمة اليوم ، وحالة عدم التوازن وفقدان القدرة على تحديد الأهداف ومواصلة حياتهم اليومية السعيدة؛ إن السلوك والعادات لا تستقر وتستمر إلا من خلال أساليب وتطبيقات عملية قادرة على تحويل المعاني والمفاهيم الأخلاقية إلى أنماط ثابتة من السلوك تقوم على مفاهيم وأفكار ايجابية يحرص المجتمع على مكافئتها وتدعيمها حتى تتأصل وتستمر؛ لذا على المعالج النفسي سواء كان معالماً أو اختصاصياً الاستعانة ببعض العبادات والأساليب والمآثر الإسلامية العملية في كيفية التصرف في مختلف نواحي ومواقف الحياة وتحت مختلف الضغوط والظروف النفسية والاجتماعية .

ولقد قدّم الرسول (ﷺ) نماذج عملية حيّة ذات طبيعة تعليمية تسمى في علم النفس بالنماذج الضمنية وتعتبر أحد أساليب تعديل السلوك في علم النفس الحديث.

مشكلة الدراسة: ما الدور الذي يمكن أن تلعبه العبادات والقيم الإسلامية في تعزيز الصحة النفسية لأفراد المجتمع في المجتمع المدني؟  
أهمية الموضوع: وتبرز أهمية الموضوع من خلال:

- 1- بيان القيم الدينية الإيجابية الإسلامية للفرد.
- 2- توضيح دور العبادات في الإسلام لتعزيز الصحة النفسية للفرد في المجتمع.

منهج الدراسة: أما عن المنهج الذي سلكته فهو المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على استعراض ووصف العبادات والقيم الدينية الإيجابية وفهم الدور الذي يمكن أن تلعبه في تحقيق التوافق والاستقرار النفسي للفرد في المجتمع المدني. لذلك اقتضت خطة البحث ما يأتي:-

- المبحث الأول: التعريف بمصطلحات البحث.
- المبحث الثاني: القيم الدينية الإيجابية.
- المبحث الثالث: دور العبادات والقيم الإسلامية في تحقيق الصحة النفسية للفرد.
- الخاتمة: وفيها أهم النتائج والتوصيات والمقترحات.
- المبحث الأول: التعريف بمصطلحات البحث.
- أولاً: تعريف العبادة لغةً، واصطلاحاً:

- 1- العبادة لغةً: وقال الزجاج (ومعنى العبادة في اللغة: الطاعة مع الخضوع)<sup>(1)</sup>، وقال الجوهري (أصل العبودية: الخضوع والتذلل)<sup>(2)</sup>. وقال ابن منظور:.. والمعبد: المذلل والتعبد: التذلل.. ويعبر معبد: مذل. وطريق معبد: مسلك مذل<sup>(3)</sup>.

(1) لسان العرب، مادة: (عبد)، 273/3.

(2) المصدر السابق نفسه.

(3) لسان العرب، مادة (عبد)، 274/3.

ويبين من خلال هذه التعريفات اللغوية بأنها: الانقياد والخضوع لله تعالى على وجه التقرب إليه بما شرع مع المحبة.

2- العبادة اصطلاحاً: لعل أجمع تعريف للعبادة ما ذكره شيخ الإسلام ابن تيمية بقوله: (اسم جامع لكل ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأعمال الباطنة والظاهرة. فالصلاة، والزكاة، والصيام، والحج، وصدق الحديث، وأداء الأمانة، وبر الوالدين، وصلة الأرحام، والوفاء بالعهود، والأمر بالمعروف، والنهي عن المنكر، والجهاد للكفار والمنافقين، والإحسان للجار واليتيم والمسكين، والمملوك من الأدميين والبهائم، والدعاء، والذكر، والقراءة، وأمثال ذلك من العبادة، وكذلك 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 من العبادة)<sup>(4)</sup>. وتأسيساً على ما ذكر بأن العبادة سواء كانت (صلاةً، وصياماً، وزكاةً، وحجاً، وصدقةً، وصلوةً رحم) وغير ذلك، لا يتحقق دون الالتفات إلى الناحية القلبية، لأن مفهوم العبادة أوسع من ذلك بكثير؛ لأنه لا يعطي معنى العبودية إلى باجتماع غابة المحبة مع غاية الذل والخضوع لله عز وجل.

ثانياً: تعريف القيم:

مفهوم القيمة من المفاهيم التي اهتم بها الكثير من الباحثين في مجالات مختلفة، كالفلسفة والتربية والاقتصاد وعلم الاجتماع، وعلم النفس وغيرها من مجالات الحياة؛ لذا تعددت تعريفات القيم وتراوحت بين التحديد الضيق للقيم على أنها مجرد اهتمامات أو رغبات غير ملزمة وبين معناها العام، كما أن كلمة القيم من الكلمات الشائعة الاستخدام فنحن نسمعها ونقرأها كثيراً في الإعلام المسموع والمرئي والمقروء، وهي كثيرة التردد على السنة التربويين والمفكرين والمثقفين وغيرهم، فما هي القيم وما دلالتها اللغوية والمعنوية؟

(4) الفتاوى الكبرى لابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام بن عبد الله بن أبي القاسم بن محمد ابن تيمية الحراني الحنبلي الدمشقي (ت: 728هـ)، دار الكتب العلمية، ط1، 1408هـ - 1987م، 154/5.

1- القيمة لغة: تورد المعاجم اللغوية مجموعة من الدالات لكلمة "قيمة" وجمعها "قيم" وتظهر الأصول اللغوية أن كلمة القيمة مشتقة من الفعل "قوم" الذي تتعدد موارده ومعانيه، فقد استخدمت العرب هذا الفعل ومشتقاته للدلالة على معان عدة يعيننا منها ثلاثة هي: الفعل "قوم" لأنه يدل على القيام مقام الشيء يقال:

أ- الديمومة والثبات: وهو ما يشير إليه أصل " ما له قيمة " إذا لم يدم على الشيء ولم يثبت عليه <sup>(5)</sup> ومنه قوله عز وجل ﴿إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي مَقَامٍ أَمِينٍ﴾ [الدخان: 51] أي في مكان تدوم إقامتهم فيه

ب- السياسة والرعاية: ومنه ما قالته العرب عن الذي يرعى القوم ويسوسهم " القيم " أي السيد وسائس الأمر. <sup>(6)</sup> والرجل قيم أهل بيته وقيامهم يقوم بأمرهم <sup>(7)</sup>.

ج- الصالح والاستقامة: فالشيء القيم ما له قيمة بصالحه واستقامته، ومنه قوله عز وجل: ﴿دِينًا قِيمًا﴾ [الأنعام: 161] أي مستقيماً، <sup>(8)</sup> "وأمر قيم مستقيم، وخلق قيم حسن، ودين قيم مستقيم لا زيف فيه.

د- والمأثور في اللغة أن القِيم بمعنى المستقيم، ومنه الدين القِيم، وشاع استعماله حديثاً بمعنى الجيد أو ما له قيمة ممتازة، وقد أجاز مجمع اللغة المصري الاستعمال العصري لكلمة «القِيم» تعويلاً على ما جاء في التاج: «خُلِقَ قَيْمٌ:

(5) الجيم: أبو عمرو إسحاق بن مزار الشيباني بالولاء (ت: 206هـ)، تحقيق: إبراهيم الأبياري، راجعه: محمد خلف أحمد، 90/3.

(6) لسان العرب: محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي الإفريقي (ت: 711هـ)، 502/12.

(7) القيمة الدينية – الفصل الرابع: متوفر على المتصفح (google)، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.dspace.univ-2019/8/2](http://www.dspace.univ-2019/8/2)، تاريخ الاطلاع: 2019/8/2م.

(8) تعلم القيم وتعليمها، ماجد زكي الجلاذ، ص 119.

حَسَنٌ»، والعلاقة واضحة بين الاستعمال والمأثور باعتبار أن الجودة، أو الحسن، أو الامتياز ثمرة الاستقامة<sup>(9)</sup>.

2- القيم اصطلاحاً: يصعب الوقوف على الدالات الاصطلاحية للقيمة وما تتضمنه من معان عند من يستعملونها كافة، فالقضية القيمية شائكة المسائل، كثيرة التفريعات، تضرب أصولها التاريخية إلى ما يزيد عن ألف وخمسمائة سنة، ذكرت في مداولات الفلاسفة وكانت إحدى قضاياهم المهمة التي درسوها وخاضوا فيها تنظيراً وتطبيراً، وبغض النظر عن مذهب الفلاسفة ورؤاهم، "تبقى القيم قضية إنسان الأولى، ومنطلق تفكيره، ومحط تأملاته، فجوهر الوجود الإنساني يقوم عليها، ويؤسس حولها، إذ لا معنى لحياة الإنسان بلا قيم تحكم تفاعله مع عوالم الأفكار والأشياء من حوله، وعندما يتجرد الإنسان من قيمه الفاضلة فإنه يتجرد في واقع الأمر من حقيقة ومعناها<sup>(10)</sup>.

فالقيم هي "الأحكام العقلية والوجدانية والمعتقدات المتعلقة بفكرة أو موضوع أو موقف معين<sup>(11)</sup>، وهي تعد موجبات عامة لسلوك الأفراد، فهي معايير للسلوك الفردي والاجتماعي في الحياة.

وهي عبارة عن مجموعة من المعايير والأحكام العامة التي تتسم نسبياً بالثبات والاستقرار، وتتفق والتوجهات العقدية والأخلاقية والتي يسعى المربون إلى غرسها في وجدان التلاميذ من خلال محتوى الكتب الدراسية، وتمثل النموذج الذي يجب أن تلتزم به الناشئة، تحقيقاً للأهداف التعليمية المنشودة<sup>(12)</sup>.

فالقيم ضرورية وملزمة للفرد والمجتمع معاً، فهي ضرورية للفرد في تعامله مع غيره من الأفراد والمواقف التي يواجهها في حياته اليومية، إذ يتخذ من نسق

(9) معجم الصواب اللغوي دليل المثقف العربي: الدكتور أحمد مختار عمر، 4076/616/1.

(10) تعلم القيم وتعليمها ماجد زكي الجلاد، ص 120.

(11) القيم البيئية المتضمنة في كتب المرحلة الإعدادية رسالة ماجستير، ابو جحجوح يحي محمد، ص 213.

(12) مفاهيم القيم المتضمنة في الأناشيد المتضمنة لطلبة المرحلة الأساسية رسالة ماجستير، سلوت نور السيد، ص45.

المعايير والقيم موجهاً لسلوكه ونشاطه، وهي لازمة لأي مجتمع، لكي تنظم أهدافه ومثله العليا كي لا تتضارب قيمه وبالتالي ينتابها صراع قيمي اجتماعي يؤدي بذلك المجتمع إلى التفكك والسقوط"<sup>(13)</sup>.

ثالثاً: تعريفات الصّحة النفسية<sup>(14)</sup>:

يعرّف علماء النفس الصّحة النفسية، بصفة عامة، بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي، وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله، والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات، وتقبل الفرد لواقع حياته، والشعور بالرضا والسعادة.

والتعريف الذي وضعته هيئة الصّحة العالمية للصّحة النفسية بأنها: تكيف الأفراد مع أنفسهم ومع العالم عموماً، مع حد أقصى من النجاح والرضا والانسراح والسلوك الاجتماعي السليم والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها.

وعرّفت موسوعة علم النفس والتحليل النفسي الصّحة النفسية بأنها: (التوافق السليم والشعور بالصّحة والرغبة في الحياة)

وتبيّن من خلال التعريفات أن الصّحة النفسيّة تشمل تكيف الإنسان مع نفسه ومع من حوله، وذلك بإقامة علاقات ناجحة على كافّة الصّعد، وكذلك تهي القدرة على مواجهة المشكلات بصورةٍ إيجابية.

وعرّف الدكتور كمال إبراهيم مرسي الصّحة النفسية تعريفاً مبنياً على تصور إسلامي رائد في مفهوم الصّحة النفسية (الصّحة النفسية حالة نفسية يشعر فيها الإنسان بالرضا والارتياح عندما يكون حسن الخلق مع الله ومع نفسه ومع الناس) رابعاً: مفهوم الصّحة النفسية عند ابن القيم:

(13) دراسة في الثقافة السالمية، هندي صالح دياب، ص 78.

(14) يحيى الغامدي: الصّحة النفسية في الإسلام، بحث منشور في موقع أكاديمية علم النفس، بتاريخ:

2009م، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.acofps.com/vb/21159.html](http://www.acofps.com/vb/21159.html)، تاريخ الاطلاع:

2019/9/20م.

أكد ابن القيم على أهمية الصحة النفسية التي يسميها السعادة القلبية أو الحياة الطيبة المتصلة بالإنسان وأنه ينبغي معرفتها تفصيلاً والمحافظة عليها فقال: (ولما كانت الصحة من أجل نعم الله على عبده، وأجزل عطاياه، وأوفر منحه، بل العافية أجل النعم على الإطلاق فحقيق لمن رزق حظاً من التوفيق مراعاتها وحفظها، وحمايتها عما يضرها)<sup>(15)</sup>.

وقال: (يحتاج الإنسان لأمرين بهما يتم سعادته وفلاحه: أحدهما: أن يعرف تفاصيل أسباب الشر والخير ويكون له بصيرة في ذلك بما شهده في العالم وما جربه في نفسه وغيره وما سمعه من أخبار الأمم قديماً وحديثاً. الأمر الثاني: أن يحذر من مغالطة نفسه على هذه الأسباب)<sup>(16)</sup>.

وهو يطلق على مفهوم الصحة النفسية مفهوم الحياة الطيبة أو السعادة القلبية، فيقول في الحياة الطيبة: (فالوحي حياة الروح كما أن الروح حياة البدن ولهذا فمن فقد هذه الروح فقد فقدَ الحياة النافعة في الدنيا والآخرة، وقد جعل الله الحياة الطيبة لأهل معرفته ومحبته وعبادته فقال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النحل: 97] وقد فسرت الحياة الطيبة بالقناعة والرضى والرزق الحسن وغير ذلك، والصواب أنها حياة القلب ونعيمه وبهجته وسروره بالإيمان ومعرفة الله ومحبته والإنابة إليه والتوكل عليه، فإنه لا حياة أطيب من حياة صاحبها ولا نعيم فوق نعيمه إلا نعيم الجنة، وإذا كانت حياة القلب حياة طيبة تبعته حياة الجوارح فإنه ملكها، وهذه الحياة تكون في الدور الثلاث أعني الدنيا، دار البرزخ، ودار القرار)<sup>(17)</sup>. وهو يربط الحياة الطيبة بطاعة أوامر الله واجتناب

(15) زاد المعاد في هدي خير العباد: محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: 751هـ)، 4/196.

(16) الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي (الداء والدواء): محمد بن أبي بكر أيوب الزرعي أبو عبد الله، 11/1.

(17) مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين: محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين ابن قيم الجوزية (ت: 751هـ)، تحقيق: محمد المعتصم بالله البغدادي، 1/243.



نواهيته، ولذا قال : (وأنه إذا خولف أمره ونهيه ترتب عليه من النقص والفساد والضعف والذل والمهانة ، والحقارة ، وضيق العيش وتنكد الحياة ما ترتب ، كما قال تعالى: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ [طه: 124]، وفسرت المعيشة الضنك : بعذاب القبر ، والصحيح أنها في الدنيا ، وفي البرزخ فإن من أعرض عن ذكره الذي أنزل ، فله من ضيق الصدر ونكد العيش وكثرة الخوف وشدة الحرص والتعب على الدنيا والتحسر على فواتها قبل حصولها وبعد حصولها ، والآلام خلال ذلك)<sup>(18)</sup>.

يمكن إجمال تعريف قيم التربية الإسلامي بأنها: (صفات إنسانية إيجابية راقية مضبوطة بضوابط الشريعة الإسلامية تؤدي بالمتعلم إلى السلوكيات الإيجابية في المواقف المختلفة التي يتفاعل فيها مع دينه ومجتمعه وأسرته في ضوء معيار ترتضيه الجماعة لتنشئة أبنائها وهو الدين والعرف وأهداف المجتمع، وتصبح هذه القيم تربية كلما أدت إلى النمو السوي لسلوك المتعلم، وكلما اكتسب بفضل غرسها في ذاته مزيداً من القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ، وبين الخير والشر، وبين القبيح والجميل ... الخ).

#### المبحث الثاني: القيم الدينية الايجابية.

مما يميز القيم الإسلامية عن غيرها من القيم معرفة خصائصها والتي بمعرفتها يزداد المرء ثقة وقناعة بكونها حلاً لمشاكل البشرية ووسيلة لإسعادهم في الدارين. وفيما يأتي سرد لأهم تلك الخصائص:

- أولاً: الربانية: وهي من أعظم مزايا القيم الإسلامية على الإطلاق، وذلك أن الوحي الإلهي هو الذي وضع أصلها وحدد معالمها<sup>(19)</sup>، قال تعالى: ﴿تَنْزِيلٌ مِّن رَّبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الواقعة: 80]. والقيم الإسلامية ربانية المصدر والمنهج والغاية والهدف:
- فهي ربانية المصدر:

(18) مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين: ابن قيم الجوزية، 422/1.

(19) القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريقي، رئيس مجلس إدارة مجموعة غراس للتدريب والاستشارات التربوية، بحث منشور في موقع حب الإسلام، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.love-is.com/ar/topic/138](http://www.love-is.com/ar/topic/138)، تاريخ الاطلاع 2019/8/25م.

• باعتبارها من الله تعالى من حيث قال: ﴿وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ﴾ [النحل: 89].

• وهي ربانية المنهج:

وفي ذلك يقول تعالى ﴿قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَىٰ بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي﴾ [يوسف: 108].

• وهي كذلك ربانية الهدف والغاية:

حيث تهدف التربية الإسلامية إلى غاية عظمى وهي مرضاة الله عز وجل<sup>(20)</sup> قال تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ [الذاريات: 56].

ويترتب على أن القيم من عند الله تعالى عدّة اعتبارات منها:

أ- أن القيم تتسم بالعدل:

فالعدل في الإسلام مطلق وبعيد عن أهواء البشر، قال تعالى ﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾ [النساء: 58].

ب- أن القيم تتصف بالقدسية:

تُحترم وتلتزم القيم في الإسلام لأنها تقوم على الإيمان<sup>(21)</sup>.

ج- أن القيم تنال ثقة المسلم:

باعتبارها مستمدة من كتاب الله فإن ذلك يؤدي إلى شعور عميق بالثقة الكاملة بتلك القيم<sup>(22)</sup>.

د- ارتباط القيم بالجزاء الدنيوي والأخروي:

فالتزام شرائع الإسلام وقيمه مرتبط بالترغيب والترهيب وبالوعد والوعيد قال تعالى ﴿وَأَلِّوْا سِتْقَامُومًا عَلَىٰ الطَّرِيقَةِ لَأَسْقِيَنَّهُمْ مَاءً غَدَقًا﴾ [الجن: 16].

(20) القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريفي، بحث منشور في موقع حب الإسلام.

(21) القيم الأخلاقية - دراسة نقدية في الفكر الإسلامي والفكر المعاصر: د. سامية عبد الرحمن سلام،

- ثانياً: الوضوح:

ويدل على ذلك وصف القرآن وهو مصدرها الأول بأنه كتاب مبين ونور وهدى للناس، وتبيان، والفرقان والبرهان، وما ذلك إلا لوضوحه<sup>(23)</sup> قال تعالى ﴿قَدْ جَاءَكُمْ مِنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتَابٌ مُبِينٌ﴾ [المائدة: 15].

- ثالثاً: الوسطية:

وذلك بالجمع بين الشيء ومقابله، بلا غلو ولا تفريط، فمن ذلك التوازن بين الدنيا والآخرة، قال تعالى ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾ [القصص: 77]. ومن ذلك الوسطية والتوسط في الإنفاق والعاطفة وتوفية مطلب الجسد والروح<sup>(24)</sup>. قال تعالى ﴿وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَحْسُورًا﴾ [الإسراء: 29].

- رابعاً: الواقعية:

قال تعالى ﴿لَا يَكْفُرُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾ [البقرة: 286]. فالقيم الإسلامية واقعية يمكن تطبيقها لا تكليف فيها بما لا يطاق، ولا تغرق في المثالية التي تقعد بالناس عن الامتثال، فالعبادات واقعية، والأخلاق واقعية، والقيم كذلك واقعية راعت الطاقة المحدودة للناس فاعترفت بالضعف البشري وبالمدافع البشري، والحاجات المادية، وبالحاجات النفسية<sup>(25)</sup>.  
ويضرب الدكتور خالد رضا الصمدي على ذلك مثلاً فيقول<sup>(26)</sup>:

(23) القيم التربوية في السيرة النبوية: مهدي رزق الله احمد، جامعة ملك سعود – كلية التربية، ط1، 1433هـ-2012م، ص17.

(24) القيم الأخلاقية في الإسلام، بحث منشور في موقع حركة التوحيد والاصلاح، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.alislah.ma/oldwebsite](http://www.alislah.ma/oldwebsite)، تاريخ الاطلاع 2019/8/25م.

(25) دلائل إسلامية للمسؤولية الاجتماعية للشركات -دراسة موازنة بين النظامين الإسلامي والوضعي: زكية مقري: متوفر على المتصفح (google)، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.iefpedia.com](http://www.iefpedia.com)، ص16، تاريخ الاطلاع: 2019/8/2م.

(26) القيم الإسلامية (مفهومها – مصادرها – خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريفي، بحث منشور في موقع حب الإسلام.

" فالعدل على سبيل المثال قيمة إسلامية راسخة، ولكن تحقيقه في الواقع مدافعة للظلم بقدر الاستطاعة، ولذلك كان رسول الله (ﷺ) يقول: ((إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ، وَإِنَّهُ يَأْتِيَنِي الْخَصْمُ، فَلَعَلَّ بَعْضَكُمْ أَنْ يَكُونَ أَبْلَغَ مِنْ بَعْضٍ، فَأَحْسِبُ أَنَّهُ صَدَقَ، فَأَقْضِي لَهُ بِذَلِكَ، فَمَنْ قَضَيْتُ لَهُ مِنْ بَحْقِ مُسْلِمٍ، فَإِنَّمَا هِيَ قِطْعَةٌ مِنَ النَّارِ، فَلْيَأْخُذْهَا أَوْ فَلْيَتْرُكْهَا))<sup>(27)</sup>

والحب قيمة إسلامية عظيمة، ولكن رسول الله (ﷺ) في العدل بين زوجاته في هذا الجانب كان يقول: ((اللَّهُمَّ هَذِهِ قِسْمَتِي فِيمَا أَمْلِكُ فَلَا تَلْمُنِي فِيمَا تَمْلِكُ وَلَا أَمْلِكُ))<sup>(28)</sup>

#### - خامساً: العالمية والإنسانية:

فقيم الإسلام التي تضمنتها رسالة الأنبياء والرسل كافة وختمها الرسول محمد (ﷺ)؛ ليست للمسلمين بخصوصهم وإنما هي منفتحة على سائر الأمم والشعوب، ينهلون منها فتقوم سلوكياتهم، وتعديل من اتجاهاتهم، فتكون هذه العالمية مدخلاً إلى الإسلام عند كثير من الأمم والشعوب والأفراد<sup>(29)</sup> وقد أخذ محمد (ﷺ) بهذه القيم العالمية وجاء ليطمئنها، فقال (ﷺ): ((إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ))<sup>(30)</sup>

(27) رواه البخاري في صحيحه: كتاب المظالم والغصب: بابٌ إثم من خاصم في باطلٍ، وهو يعلمه: رقم الحديث (1458)، الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله (ﷺ) وسننه وأيامه = صحيح البخاري، محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي، تحقيق: محمد زهير بن ناصر الناصر، 131/3،

(28) رواه الترمذي في سننه: أبواب النكاح: باب ما جاء في التَّسْوِيَةِ بَيْنَ الصَّرَائِرِ: رقم الحديث (1140)، سنن الترمذي: محمد بن عيسى بن سورة بن موسى بن الضحاک، الترمذي، أبو عيسى (ت: 279هـ)، تحقيق وتعليق: أحمد محمد شاكر، وآخرون، 438/3.

(29) المنهاج النبوي في التربية على منظومة القيم الحضارية الإسلامية: خالد الصمدي، تاريخ النشر 2017/01/14م، مقال منشور في موقع حراء، متوفر على الرابط التالي: [www.hiragate.com](http://www.hiragate.com)، تاريخ الاطلاع 2019/9/11م.

(30) رواه أبو شيبة في مصنفه: كتاب الفضائل: بابٌ ما أعطى الله تعالى مُحَمَّدًا (ﷺ): رقم الحديث (31773)، المصنف في الأحاديث والآثار: أبو بكر بن أبي شيبة، عبد الله بن محمد بن إبراهيم بن عثمان بن خواستي العبسي (ت: 235هـ)، تحقيق: كمال يوسف الحوت، 324/6.

- سادساً: قيامها على أساس الشمول والتكامل:  
أ-الشمول:

(ففي لم تدع جانباً من جوانب الحياة الإنسانية بجميع مجالاتها روحية كانت أو جسمية، دينية أو دنيوية، قلبية أو عاطفية، فردية أو جماعية إلا رسمت له الطريق الأمثل للسلوك الرفيع، للفكر قيم، وللاعتقاد قيم، وللنفس قيم، وللسلوك (الظاهر قيم)<sup>(31)</sup>. (وصفة الشمول جعلت القيم ذات امتداد أفقي واسع، شمل التصور الاعتقادي والمنهج التشريعي والسلوك الاجتماعي)<sup>(32)</sup>. ولقد أفرد، د. علي خليل أبو العينين ملحقاً لكتابه القيم الإسلامية والتربية وعنون له بـ(نسق القيم الإسلامية من القرآن والسنة)، اشتمل على: (القيم الروحية 21 قيمة) (القيم الخلقية 33 قيمة) (القيم العلمية والمعرفية 21 قيمة) (القيم الاجتماعية 97 قيمة) (القيم الوجدانية 12 قيمة) (القيم المادية 11 قيمة) (القيمة الجمالية 10 قيم)<sup>(33)</sup>.

ب-التكامل:

تتمثل نظرة التربية الإسلامية في الغاية والهدف تمثلها في الوسيلة، فالإحسان للآخرين وأن يحب الإنسان لأخيه ما يحب لنفسه جزء مكمل للعبادة، كما أن التفكير في ملكوت السماوات والأرض وآيات الله في الكون جزء مكمل للعبادة<sup>(34)</sup>. والتربية الإسلامية لا تقتصر على الأسلوب النظري؛ بل لا بد أن يكون هناك الجانب التطبيقي، كما أن التربية الإسلامية إضافة لاهتمامها بالفرد كوحدة واحدة فهي لا تفصله عن محيطه الاجتماعي؛ بل وتهتم به كجزء من المجتمع الذي

(31) القيم التربوية في السيرة النبوية: مهدي رزق الله احمد، ص 20.

(32) القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريفي، بحث منشور في موقع حب الإسلام.

(33) القيم الإسلامية والتربية: علي خليل مصطفى أبو العينين، ص 207-320.

(34) استراتيجيات غرس القيم من خلال استخدام برامج التفكير (برنامج الكورت أنموذجاً): د. فؤاد

صدقة داود، ص 1.

يعيش فيه، مما يرسم في نهاية المطاف لوحة بديعة التنسيق تجمع للمسلم بين خيري الدنيا والآخرة<sup>(35)</sup>.

- سابعاً: الثبات والاستمرارية:

وتستمد القيم الإسلامية استمراريته من صلاحية مصادرها لكل زمان ومكان، قال تعالى: ﴿وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ﴾ [الأنبياء: 107].

ومن مظاهر الاستمرار في القيم الإسلامية تكرار حدوثها في سلوكيات الناس حتى تستقر، قال (ﷺ): ((وَمَا يَزَالُ الرَّجُلُ يَصْدُقُ وَيَتَحَرَّى الصِّدْقَ حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللَّهِ صِدْقًا))<sup>(36)</sup>. فالصديق لا يطلب منه أن يصدق مرة ويكذب مرات، وإنما المطلوب أن يستمر هذا السلوك في تصرفاته طول حياته حتى يستحق هذا اللقب.

يقول الدكتور أحمد مهدي عبد الحليم: ((ومن الخصائص الأساسية في القيمة تكرار حدوثها بصفة مستمرة، فمن يصدق مرة أو مرات لا يوصف بأنه فاضل في سلوكه، وإنما تتأكد القيمة وتبرز الفضيلة الخلقية في سلوك الإنسان إذا تكرار حدوثها بصورة تجعلها عادة مستحكمة أو جزءاً من النسيج العقلي والسلوكي لصاحبها وعنواناً لهويته))<sup>(37)</sup>.

- ثامناً: الإيجابية:

والمقصود بها أن يتعدى الخير للآخرين فلا يكفي كون الإنسان صالحاً في نفسه بل يكون صالحاً ومصلحاً، يتفاعل مع المجتمع وينشر الخير، ويعلم الجاهل، ويرشد الضال وتأتي هذه الإيجابية للقيم من إيجابية الإسلام نفسه فهو دين إيجابي مؤثر ليس من طبيعته الانكماش والانعزال والسلبية<sup>(38)</sup>.

(35) المبادئ والقيم في التربية الإسلامية: د. محمد جميل خياط، جامعة أم القرى، ص 77-78.

(36) رواه مسلم في صحيحه: كتاب البر والصلة والآداب: بَابُ قُبْحِ الْكُذْبِ وَحُسْنِ الصِّدْقِ وَقَضْلِهِ: رقم الحديث (2607)، المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله (ﷺ): مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري النيسابوري (ت: 261هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، 4/2013.

(37) أشتات مجتمعات في التربية والتنمية: د. أحمد المهدي عبد الحليم، ص 65-66.

(38) القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريفي، بحث منشور في موقع حب الإسلام.

ويقول الدكتور محمد جميل خياط: "فالتربية تحرك الجانب الإيجابي الفطري في الإنسان، وتهدب وتصلق الاتجاهات أو الجوانب السلبية لديه أو تحولها إلى قوة موجبة تعمل على إعمار الأرض أي أنها تعمل على غرس الأخلاق والسلوك الفاضل<sup>(39)</sup>.

- تاسعاً: التكيف والمرونة:

ذلكم أن القيم الإسلامية قابلة للتحقق في المجتمع بمختلف الوسائل والطرق، وتتكيف مع مختلف الأحوال والأزمان والأمصار دون أن يؤثر ذلك في جوهرها، فالعدل يتحقق في المجتمع عبر مؤسسات مختلفة قد تخلقها الدولة بحسب حاجتها وعلى قدر إمكاناتها؛ المهم أن يتحقق العدل، وقد يتحقق في مختلف مظاهر الحياة العامة داخل الأسرة وفي الأسواق وفي المنظمات والهيئات وغير ذلك بصور شتى وبوسائل مختلفة، والأصل في ذلك قوله تعالى: ﴿وَإِذَا قُلْتُمْ فَاعْدِلُوا وَلَوْ كَانَ ذَا قُرْبَىٰ﴾ [الأنعام: 152].

ولذلك لم تضع التربية الإسلامية لقيمها قوالب منظمة جاهزة لا بد أن تفرغ فيها، وإنما أمرت بضرورة تحقق الجوهر بأشكال مختلفة تستجيب لحاجات الزمان والمكان والأحوال.

فأمرت بتحقيق الشورى في المجتمع ولم تحدد الكيفية والوسيلة، وأمرت بأداء الأمانات إلى أهلها مطلق الأمانات بعد حفظها ولم تحدد وسائل الحفظ؛ لأنها متغيرة وأمرت بالتكافل الاجتماعي، وتركت طرق تحقيقه مفتوحة على اجتهادات المقدمين عليه، وأمرت بالإتفاق في سبيل الله؛ مطلق سبيل الله ليعم الخير كلّ مناحي الحياة، ويغطي حاجات الناس المتجددة.

ومن مظاهر التكيف في القيم الإسلامية؛ قابليتها للتداول بكل أنواع الخطاب من الوعظ والإرشاد إلى الخطابة، فالكتابة والنشر، إلى الوسائل السمعية البصرية إلى التقنيات الحديثة للتواصل من إعلاميات وإنترنت وغيرها، ومعلوم أن كل خطاب يحمل قيمة من القيم.

(39) المبادئ والقيم في التربية الإسلامية: د. محمد جميل خياط، ص 75.

والقيم الإسلامية أولى أن تحملها وسائل التواصل هذه؛ إذ ينبغي أن تحمل إلى كل أهل عصر بما ساد عندهم من وسائل، حتى تكون قادرة على التأثير في سلوكياتهم والتعديل من اتجاهاتهم وتشكيل تصوراتهم.

ومن مظاهر التكيف أيضاً قدرة هذه القيم على الاستجابة لحالة متلقيها العمرية والنفسية والوجدانية والعقلية، فلكل أسلوبه وطريقه ومنهجه، فالمربون الناقلون للقيم الإسلامية لهم قدرات وطاقات، والمتعلمون لهم قدرات وطاقات أيضاً؛ ولهذا لم يكن للنظرية التربوية الإسلامية الحاملة للقيم خطاب واحد، وإنما يتنوع خطابها بفعل مرونته ويتكيف مع مختلف الحالات، فما أنتجه العلماء في أدب العالم والمتعلم يختلف من سياسة الصبيان إلى سياسة الغلمان، فسياسة من قوي عوده وعزم على طول الرحلة والطلب والتفرغ للعلم تختلف عن غيرهم وهكذا<sup>(40)</sup>.

**المبحث الثالث: دور العبادات والقيم الإسلامية في تحقيق الصحة النفسية للفرد.**

مما لا شك فيه أن القيم الدينية التي تنبثق من الإسلام هي منهج متكامل وشامل لعلاج جميع الأزمات التي تصيب صحة الفرد وتجعله تعيش في حالة اضطراب وقلق دائم، مما يعني أنه بتطبيق هذا المنهج التطبيقي والأخذ بمقوماته اللازمة التي تضمن للفرد شخصية متزنة ومعتدلة مع نفسه ومع المجتمع. وعلى غرار ذلك تؤكد الدراسات العلمية والأبحاث التجريبية الحديثة أن سلوك الفرد لا يتغير بمجرد الاستبصار أو العلم بسبب المشكلة كما كان يعتقد فرويد ومدارس علم النفس التقليدية<sup>(41)</sup>.

(40) القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريقي، بحث منشور في موقع حب الإسلام.

(41) علم النفس المعرفي الأساس التنظيري: مادة درس في جامعة بابل، كلية التربية للعلوم الإنسانية، قسم التربية وعلم النفس، المرحلة 2، أستاذ المادة علي حسين مظلوم فرحان المعمور، ومنشور على موقع الكلية الرسمي وعلى الرابط التالي: [www.humanities.uobabylon.edu.iq](http://www.humanities.uobabylon.edu.iq)



وإن الارشاد والوعظ أو التعاليم المرسله رغم أهميتها، لا تكفي لتعديل السلوك وتثبيت السمات والأنماط السلوكية الجديدة، وأنه قد آن الأوان إلى التحول من الثقافة الوعظية إلى الأساليب العصرية التطبيقية ، فتغير السلوك أمر صعب واكتساب بعض السمات والعادات أكثر صعوبة، ولقد قدّم الإسلام مجموعة من الأساليب الفعّالة في هذا المجال تتفق مع الأبحاث الحديثة ومع آراء علماء معاصرين ، فقد أشار الأمام الغزالي رحمه الله في كتابه (إحياء علوم الدين)<sup>(42)</sup> إلى عدّة أساليب وردت في تراثنا الإسلامي لتعديل السلوك واستخدم لفظ رياضة النفس ليؤكّد على أهمية التدريب العملي المستمر لاكتساب وتثبيت السلوكيات المرغوبة : فعلى سبيل المثال يوضح كيفية السيطرة على الغضب وتعلم الحلم والصبر من خلال التدريب الذي يبدأ بالتكليف والافتعال . إذا لزم الأمر. لفترة زمنية كافية مصداقاً للحديث الشريف ((إنما العلم بالتعلم وإنما الحلم بالتحلم))<sup>(43)</sup> حتى يصبح جزءاً من المنظومة العصبية والسلوكية للفرد، ويتطلب ذلك الالتزام بخطوات متدرجة تصاعدياً، مع التقيّد الصارم بنظام محكم ومتواصل.

ومن النماذج العملية التي قدّمها الرسول (ﷺ) لتزكية المهارات الاجتماعية والتواصل الاجتماعي الذي يدعم التوافق الاجتماعي والصحة النفسية، أنه (ﷺ) كان يبدأ من لقيه بالسلام وبوجه بشوش، وكان إذا لقي أحداً من الصحابة بدأه بالمصافحة، وكان يؤثر الداخل عليه بالوسادة التي تحته، وكان يعطى كل من جلس إليه نصيباً من وجهه، أي من النظر إليه والاهتمام به، وكان في كل سلوكه يتسم بالحياء والتواضع، كما كان أكثر الناس تبسماً وضحكاً في وجه أصحابه<sup>(44)</sup>.

(42) تخريج أحاديث إحياء علوم الدين: المؤلفون: العراقي (ت: 806 هـ)، ابن السبكي (ت: 771 هـ)،

الزبيدي (ت: 1205 هـ)، استخراج: أبي عبد الله محمود بن محمد الحداد، 48/1 وما بعدها.

(43) رواه الطبراني في معجمه: باب من أسفه إبراهيم: رقم الحديث (2663)، المعجم الأوسط: سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (ت: 360 هـ)، تحقيق: طارق بن عوض الله بن محمد، عبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، 118/3.

(44) خلود جمال: تطبيقات عملية لمنهج الرسول في تعديل السلوك، بحث منشور في موقع أكاديمية

علم النفس، بتاريخ: 2010م، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.acofps.com](http://www.acofps.com)، تاريخ الاطلاع:

2019/9/20م.

لقد كان محبوباً يلتف الناس حوله ويتعلقون به، فصدق فيه قول العزيز الحكيم ﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ [سورة آل عمران: 159].

وكما أكد على ذلك الرسول (ﷺ) أن يبتسم الفرد في وجه الآخرين في أكثر من مرة: ((وَتَبَسُّمُكَ فِي وَجْهِ أَخِيكَ صَدَقَةٌ))<sup>(45)</sup>، فالمداومة على التسامح والصفح والعفو من أهم مفاتيح السعادة والنجاح والصحة النفسية. ومن الأدوار التي تقوم بها القيم الدينية الإسلامية لتعزيز الصحة النفسية للفرد في المجتمع كثيرة جداً نذكر بعضاً على سبيل الذكر لا الحصر منها:-

أولاً: دور الإيمان في تعديل السلوك:

أنزل الله سبحانه وتعالى القرآن الكريم أساساً لهداية الناس ولدعوتهم، إلى عقيدة التوحيد وتعليمهم قيماً سامية في التفكير والحياة، ولإرشادهم إلى السلوك السوي السليم الذي فيه صلاح الإنسان وخير المجتمع وتوجيههم إلى الطرق الصحيحة لتربية النفس وتنشئتها تنشئة سليمة. قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ [يونس: 57]، فديننا الإسلامي الحنيف يبعث على هدوء النفس. واستقرارها وتهذيبها وتأديبها، وتؤدي العبادات جميعها قولاً وفعلاً إلى إحساس النفس بالراحة والرضا كما تؤدي إلى التخلص من مشاعر الإثم والذنب والقلق والتوتر والصراع والغضب والضيق والوهم والشك والريبة والكره والبغض<sup>(46)</sup>.

(45) أخرجه البخاري في الادب: باب مَنْ هَدَى رُفَقَاً أَوْ طَرِيقًا: رقم الحديث (891) الأدب المفرد: محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري، أبو عبد الله (ت: 256هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، 307/1.

(46) الدلالات العلاجية النفسية في القرآن الكريم وممارسة علماء الغرب لها، د. عبد الفتاح عبد الغني الهمص ود. محمد عبد العزيز الجريسي، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات - العدد الثامن - يناير 2015 - الجزء الأول، المقدمة.

ونحن نعيش هذا العصر نمط حياة ذات نظام معين بما فيه من أعباء وسرعة وتعقيدات وتوالي الاختراعات التكنولوجية وتقدمها بشكل مذهل فهذه أسباب بالطبع تركت آثارها على المجتمع وتسببت بلا شك في وجود اضطرابات نفسية يتعرض لها بعض الناس ويتعرضون للكثير من الضغوط الانفعالية والصراع النفسي.

لذا ينتج عنها الإصابة بالمرض النفسي فإن الإيمان بالله تعالى وتوحيده وعبادته عامل أساس وهام في علاج المرض النفسي وتحقيق الصّحة النفسية للإنسان. ويجعله أكثر ثقة بنفسه وأكثر قدرة على الصبر والمصابرة وتحمل متاعب الحياة وعلى الشعور بالرضا والقناعة والطمأنينة<sup>(47)</sup> قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28].

ويساعد الإيمان بالقضاء والقدر الإنسان على تحمل ما قد يصيبه من مصائب الدهر فلا يلوم نفسه ويؤنبها ويعنفها ولا يشعر بالحسرة واليأس والضغوط. قال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ [التغابن: 11].

والإيمان بالله يدفع عن صاحبه كل مشاعر الخوف من أي قوة في هذه الحياة؛ لأنه على ثقة أنه لن يصيبه إلا ما كتبه الله وشاء. قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [الأحقاف: 13]. والإيمان بالله يجعل الفرد يشعر بالرضا، والقناعة لعلمه أن الأرزاق بيد الله تعالى وهو الذي قسمها وقدرها بين الناس. قال تعالى: ﴿اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَهُ إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ [العنكبوت: 62].

كذلك الإيمان بالله يساعد صاحبه على عدم الشعور بالخوف من فكرة الموت بعكس الإنسان الملحد الذي تؤدي فكرة الموت في نفسه إلى هاجس، أو وسواس الموت من مجرد تردد فكرة الموت على ذهنه ويصبح الموت عنده شبحاً مفرعاً قال

(47) روائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر، المقال منشور في موقع شيبب، تاريخ النشر 2015/6/2م، والمقال متوفر على الرابط التالي: [www.shbeb.com](http://www.shbeb.com)، تاريخ الاطلاع 2019/9/2م.

تعالى: ﴿قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ﴾ [الجمعة: 8].

والمؤمن يعلم أن ما يصيبه من سراء أو ضراء إنما هو مقدر من الله وابتلاء منه حتى يعلم سبحانه وتعالى من سيحمده، ومن سيكفر فالمؤمن لا يجزع.

والدين الإسلامي الحنيف يقوم على إبعاد مشاعر الإثم والذنب وتأنيب الضمير ولوم الذات، فالاستغفار وطلب المغفرة من شأن المؤمن في حالة ارتكابه خطأ<sup>(48)</sup> قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَّحِيمًا﴾ [النساء: 110].

ومن خصائص العلاج النفسي الإسلامي، أنه يعتمد على ترسيخ الإيمان في نفسية الفرد، فالإيمان قيمة علاجية ووقائية وأيضاً أنه يخدم كرامة الإنسان ويعتمد على بث المبادئ الخلقية ويدعو الفرد إلى القيم والمبادئ السائدة في المجتمع. كذلك أنه يقدم المساعدة للفرد والثقة بالنفس، كما يقوم على أساس إقناعي للمريض بالحلول المنطقية العقلية ويستهدف تعديل سلوك الفرد في إطار «الدين المعاملة» ولا يعتمد الأسلوب الإسلامي على الأمور الفلسفية أو الوهمية لذا فإنه علاج واقعي.

ونستطيع القول: إن العلاج النفسي بشكل عام يستهدف إعادة تكيف الفرد مع نفسه، ومع البيئة التي يعيش فيها مما يساعده على مواجهة الأزمات، والتوترات، والعقد والأمراض كالقلق والاكتئاب أو توهم المرض.

وهناك مناهج كثيرة تستخدم في العلاج النفسي الحديث، بعد تشخيص دقيق للتعرف على المرض وأسبابه ومن هذه المناهج على سبيل المثال:

مدرسة التحليل النفسي، والأسلوب السلوكي، وأسلوب العلاج المتمركز حول العميل، وأساليب أخرى للعلاج باللعب، والعمل، والرسم، والموسيقى وغيره.

(48) ينظر نفس الموقع السابق، روائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر.

أما العلاج أو الأسلوب الديني الإسلامي في علاج الأمراض النفسية (محور حديثنا) فإنه يستهدف تكوين الفرد المؤمن القوي السليم المعافي ويستهدف شفاء النفوس والقلوب مما يصيبها من علل أو أمراض.

والقرآن الكريم أنزله الله تعالى على عباده وما له من الأثر الكبير في شخصيات الناس ووضع أسس جديدة لنظام حياة الإنسان الشخصية، ونظام العلاقات الإنسانية. فالتقوى والعبادة، والإيمان بعقيدة التوحيد والتي من شأنها مساعدة الفرد في التحكم في دوافعه، وانفعالاته، وسيطرته على ميوله وشهواته<sup>(49)</sup>.

ثانياً: دور بعض العبادات في تعديل السلوك:

للعبادات في الدين الإسلامي دور كبير في تربية شخصيات الأفراد وتغيير سلوكهم، وتعديل السلوك كما نعلم له أثر في تحقيق صحة نفسية أفضل ونشير هنا إلى تأثير بعض العبادات في شخصية الفرد، منها.

1- العلاج النفسي بالصلاة:

قال تعالى: ﴿ ائْتِلْ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۚ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾ [العنكبوت: 45]. هذه الآية الكريمة تبين بأن الفرد يحتاج إلى غذاء روحي ترفع من نفسيته على الدوام إلى القيم السامية والنبيلة؛ لكي لا تطغى عليه الحاجات المادية والمصالح الشخصية البتة والانانية التي تجرّه إلى التعدي على حقوق الآخرين والفساد في المجتمع بشتى أنواعه، والصلاة وحدها هي التي ينهها عن الفحشاء والمنكر وتمده بالقوى الروحية والايمانية التي فيها صلاح الفرد والمجتمع.

وأما من الناحية النفسية فالفرد إذا لم يتصل روحه بخالقها تظهر عليه مظاهر القلق والاضطراب والوحشة والاكئاب؛ وبالتالي تؤدي إلى عدم القناعة بأي شيء، وتجزّه هذه الأمور إلى أخذه الملهيات وتعاطي المخدرات التي يحسب أن فيها راحة البال والاستقرار النفسي.

(49) ينظر نفس المصدر السابق.

ومن خلالها تظهر أيضاً أن اتصال الروح الإنسانية بربها في اليوم خمس مرات من الضروريات الأساسية للفرد وفي المجتمع، ولهذا شرع الله الصلاة في الإسلام<sup>(50)</sup>. وبعد إجراء الدراسات النفسية الإنسانية على فائدة الصلاة والعبادة يقول الدكتور (هنري لنك) ملخص ما جاء في هذه الدراسات (وفي هذا الوقت بالذات بدأ إدراكي لأهمية العقيدة الدينية بالنسبة لحياة الفرد (الإنسان) إذ وجدت أن كل من يعتنق ديناً أو يتردد على دار العبادة يتمتع بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين له أو لا يزال أي عبادة)<sup>(51)</sup>.

لذا هي صلة الفرد بربه عزّ وجلّ وينها عن الفحشاء والمنكر وبذلك يتصل روحياً بالله تعالى وينعكس هذه الروحية على تصرفات وسلوكياته اليومية وبالتالي يستطيع أن يتغلب على كل ما يصيبه من أمراض بدنية أو نفسية؛ لذا فإن لها تأثير فعّال في علاج الإنسان من الغمّ والهَمّ، والقلق، فوقوف الإنسان في الصلاة أمام ربه في خشوع واستسلام وفي تجرد كامل عن مشاغل الحياة، ومشكلاتها إنما يبعث في الإنسان الهدوء والسكينة، ويقضي على القلق وتوتر الأعصاب الذي أحدثته ضغوط الحياة ومشكلاتها، وللصلاة دور بارز في علاج الشعور بالذنب الذي يسبب القلق الذي يعد الأصل في الكثير من الأمراض النفسية.

إن وقوف الإنسان في الصلاة أمام الله سبحانه وتعالى في خشوع وتضرع يمدّه بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي، والاطمئنان القلبي، والأمن النفسي. ففيها لا ينشغل الإنسان إلا بمولاه فقط وينصرف عن مشكلات الدنيا وهمومها وآلامها وعدم التفكير فيها أثناءها، ففي هذه الحالة يبعث في الإنسان حالة (الاسترخاء التام) وكما نعلم أن الاسترخاء وسيلة من وسائل العلاج النفسي. فإذا أُدّيت الصلاة بشكل صحيح وخشوع تام فإن عملية الاسترخاء ستتحقق خلال هذه الشعيرة الإسلامية وتتحقق خمس مرات في اليوم. والاسترخاء كما نعلم من الوسائل التي يستخدمها المعالجون والاختصاصيون النفسيون في علاج الأمراض النفسية لمساعدة الفرد في التغلب والتخلص من التوتر العصبي الذي تسببه

(50) روح الدين الإسلامي: عفيف عبد الفتاح طباره، ص242. بتصرف.

(51) ينظر: العودة إلى الدين: هنري لنك، ثروت عكاشة (ترجمة)، ص28.

ضغوط الحياة. أضف إلى ذلك فإن زهاب الفرد إلى المسجد واختلاطه بالجماعة والتعرف على جيرانه فيؤثر ذلك على تفاعله مع المجتمع وتكوين علاقات اجتماعية سليمة. والذهاب إلى المسجد والعودة منه وغيره سلوك شخصي يتكرر في اليوم خمس مرات فيتغير نمط الحياة الذي كان يشكو منه ويستسلم لبعض الهموم والقلق<sup>(52)</sup>.

## 2- العلاج النفسي بالصيام:

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: 183]. وجه الدلالة في هذه الآية الكريمة أن الهدف أو الغاية السامية من الصيام هي التقوى وتكون سبباً متيناً تحول بينه وبين الانحرافات والميول الرذيلة التي تؤذيه وتؤذي الآخرين وبالتالي يقي نفسه بأن يكون صالحاً لنفسه ومصلحاً لغيره، ولهذا يقول النبي (ﷺ): (الصَّوْمُ جُنَّةٌ فَإِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ يَوْمًا صَائِمًا فَلَا يَزِفُّهُ، وَلَا يَجْهَلُ فَإِنِ امْرُؤٌ شَتَمَهُ، أَوْ قَاتَلَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي صَائِمٌ)<sup>(53)</sup>. أي وقاية لشر نفسه إذا صام يقي شر نفسه ويتذكر دائماً إنسانيته ولا يؤذي أحداً في يومه. لأنه إذا اتقى شر نفسه يكون المجتمع آمناً من شروره، وبلغ رضا ربه ويكون من جماعة المتقين.

وبالصوم يتعود الفرد على الرحمة للآخرين ومتى يتحقق رحمة الفرد للطرف الآخر، أصبحت إنسانيته الداخلية سلطانها النافذ مع من حوله في المجتمع. لذا يكون الصوم تربية، وتهذيب، وتدريب للإنسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها مدة شهر في عام وبالتالي يؤدي إلى تعليم الإنسان قوة الإرادة، وصلابة العزيمة في شهواته وسلوكه العام في الحياة، ففي الصيام فائدة طبية

(52) ينظر: علوم القرآن في ثوبه الجديد، د. ميكائيل رشيد علي الزبياري، ص292. وروائع الإعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر.

(53) أخرجه الامام أحمد في مسنده: مُسْنَدُ الْمُكْثَرِينَ مِنَ الصَّحَابَةِ: مسند ابى هريرة (ﷺ): رقم الحديث (8058) 422/12.

علاجية من الأمراض البدنية ونعلم أن صحة الإنسان البدنية لها تأثير في صحته النفسية<sup>(54)</sup>.

### 3- العلاج النفسي بالزكاة:

قال تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ [التوبة: 103]. ومن ثانيا هذه الآية تبيين الهدف السامي من الزكاة هي تطهير نفس الفرد من المعاصي والبخل والحسد والدناءة والقسوة والطمع وغير ذلك الرذائل الإجتماعية التي هي مثار التحاسد والعدوان والفتن والحروب النفسية، وتزكي نفسه وتنميه بالأعمال الصالحة والأخلاق الحميدة، حتى تكون فرداً صالحاً ومصالحاً في نفس الوقت، لتكون فرد سويّاً في المجتمع. وبالتالي تطفئ حقد الفقراء على الأغنياء، لأن إذا جاءت دفعت أصحابها إلى ارتكاب جميع أنواع الجرائم البشعة، وتعيش المجتمع في حالة مزرية غير آمنة. وهي تطهير للنفس من الشح والبخل وكبح النفس من لهاثها خلف الماديات، ويعلم الفرد بأن المال وسيلة وليس غاية وهي أيضاً تربية لنفس الفرد على الشعور والاحساس بمعاناة بقية أفراد مجتمعه واعانتهم على قضاء حوائجهم<sup>(55)</sup>.

### 4- العلاج النفسي بالحج:

قال تعالى: ﴿الْحَجُّ أَشْهَرُ مَعْلُومَاتٍ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفَعَّلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ﴾ [البقرة: 197]. وجه الدلالة من هذه الآية الكريمة أن المقصد الأساسي من المجتمع هي غرس حب الإسلام والاستقرار والطمأنينة في نفس الفرد، وقطع جذور الكراهية والبغضاء، والحقد والحسد في قلوبهم، وارشاد الأفراد إلى أن يعيشوا متحابين متماسكين بعضهم البعض كنسيج واحد؛ لذا حرم

(54) ينظر: علوم القرآن في ثوبه الجديد، د. ميكائيل رشيد علي الزبياري، ص292، وروائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر.

(55) ينظر: علوم القرآن في ثوبه الجديد، د. ميكائيل رشيد علي الزبياري، ص 293. ورائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر.



على المحرم التخاصم والفحش في الكلام، وأن يترك الفسوق ولا يرتكب أي شيء من المنكرات ويدع الخصام فيما بين الناس.

الحج مؤتمر سنوي للمسلمين كافة في جميع أنحاء العالم، فبذلك يعلم الناس الصبر على تحمل المشاق ويدربه على جهاد النفس والتحكم في شهواتها؛ لأن الحاج لا يباشر النساء، ولا يشاحن ولا يسب ولا يؤدي أحداً والحج يعالج الكبر والزهو، والعجب بالنفس، والتعالي على الناس فجميع الناس في الحج سواسية<sup>(56)</sup>.

العلاج النفسي بالصبر:

قال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ [البقرة: 155]. المؤمن الصابر لا يجزع لما يلحق به من أذى، ولا يضعف أو ينهار إذا ألمت به مصائب الدهر وكوارثه، والمؤمن يعلم أن ما يصيبه في الحياة الدنيا إنما هو ابتلاء من الله ليعلم الصابرين متاً، وبذلك يكون مرتاح البال لا يعيش في قلق نفسي تجاه ما أصابه من حزن أو هم أو غم... الخ.

5- العلاج النفسي بالذكر:

قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28]. من هذه الآية الكريمة تتبين أن بكلام الله تنقش سحب الخوف والقلق والهم والحزن، وتزاح الكرب والغم، وتكشف الكربات، وتجلى الظلمات، إنه عبودية للقلب واللسان؛ لذا درّب قلبك على ذكر الله تعالى حتى يحصل لقلبك الطمأنينة والراحة النفسية، ويكون لك بذلك الأُنس بالله تعالى، وتنتهي كل المشاكل النفسية للفرد، لأن قلبه لا تطمئن إلا بذكره، روحه لا تسكن إلا بكلام الله سبحانه وتعالى<sup>(57)</sup>.

وبذلك يكون المؤمن أو الفرد مرتبطاً مع خالقه في صلواته وصيامه وكل أعمال الخير يختتمها دائماً بالدعاء، وذكر الله بالتسبيح والتكبير والاستغفار والدعاء وتلاوة القرآن تؤدي إلى تزكية نفسية وصفائها وشعورها بالأمن والطمأنينة<sup>(58)</sup>.

(56) ينظر: نفس المصدرين السابقين.

(57) رد البلاء بالذكر، مصطفى شيخ إبراهيم حقي، ص35. بتصرف.

(58) المصدر السابق نفسه.

## 6- العلاج النفسي بقراءة القرآن:

قال تعالى: ﴿لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ﴾ [آل عمران: 164]. تحت هذه الآية الكريمة الفرد في المجتمع التمسك والاتصاف بالأخلاق الحميدة ، وبها تزكي نفسه وتهذب صفاته السلوكية، ويعيش في حالة مطمئنة ومستقرة تجاه نفسه وتجاه ربه ومجتمعه، لأن قراءة القرآن الكريم يساعد الإنسان على التغلب على التوتر والقلق وتنزل السكينة على الإنسان حينما يقرأ القرآن بتجرد وإخلاص ويتوجه كامل إلى الله<sup>(59)</sup>.

## 7- العلاج النفسي بالتوبة:

ليس شيء أحب إلى الله سبحانه وتعالى من الرحمة؛ لذا فتح على عباده الذين يرتكبون المعاصي، ويعيشون في حالة يأس وقلق التوبة والرجوع إليه مرة ثانية، لنيل رحمته ومغفرته، وأخبرنا سبحانه وتعالى ليس فقط يقبل التوبة ممن رجع إليه وتاب؛ بل يحبه ويفرح بتوبته قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ [البقرة: 222]. وعلى ذلك أمر الله تعالى جميع المؤمنين التوبة والرجوع إليه لكي يحبهم<sup>(60)</sup> قال تعالى: ﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [النور: 31].

وكذلك شعور الإنسان بالذنب يسبب له شعوراً بالقلق مما يؤدي إلى نشوء أعراض بعض الأمراض النفسية فالقرآن الكريم يمدنا بأسلوب فريد وناجح في علاج الشعور بالذنب ألا وهو «التوبة» فالتوبة إلى الله تعالى تغفر الذنوب وتقوي في الإنسان الأمل في رضوان الله فتخفف من حدة قلقه، هي تدفع بالإنسان إلى إصلاح الذات وتقويمها حتى لا يقع مرة أخرى في الأخطاء والمعاصي<sup>(61)</sup>.

ثالثاً: دور العلم في تهذيب وتعديل سلوك الفرد.

(59) روائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر.

(60) المسك والريحان في مجالس القرآن، محمد عبد العاطي بحيري، ص 430. بتصرف.

(61) المصدر السابق نفسه.

فتح الإسلام بنوره النوافذ المغلقة أمام عقل الإنسان الجاهلي الذي لم يكن له سابق عهد بأبسط العلوم والمعارف التي جاء بها الإسلام العظيم، ووجه تفكير ذلك الإنسان الوجهة الصحيحة إذ دفعه إلى تعقل ما في هذا الكون الفسح من قوى وأسرار وطلب منه التأمل في أقطار السماوات والأرض لغايات كثيرة أهمها معرفة الحق تعالى والبرهان على وجوده الشريف من خلال ما يشعره الإنسان وما يراه، وكذلك ليكتشف من خلال هذا التأمل القوانين الرائعة التي تحكم هذا العالم بمنتهى الدقة، مما ساعد هذا على ميلاد حركة علمية ومعرفية استفاد منها العلماء الالهيون، وعلماء الطبيعة منذ فجر الإسلام إلى يومنا هذا، ولم تقتصر آثار الإيمان بدين الإسلام على تلك المعطيات العلمية، بل هناك الكثير منها والتي لا زالت منبعاً ثراً لعلماء الاقتصاد والسياسة والاجتماع والتاريخ والفلسفة والكلام زيادة على ما في دستور الإسلام القرآن العظيم من نظم ودساتير وسياسات هي في منتهى الدقة والإحكام.

وبالجملة فإن الحضارة الإسلامية التي دانت لها أوروبا قرونًا عديدة إنما نشأت بفضل الإيمان بهذا الدين وما أوجبه من السعي المتواصل نحو المعرفة والتي ترجمها في أحداثه التاريخية الأولى بضرورة القضاء على الأمية. كما في فداء أسرى بدر. بصفتها وباء الأمم ومعول هدمها، ومن هنا جاء الحث على أهل العلم أن يعلموا الناس ما يجهلون، وفي ذلك يقول أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام): ((ما أخذ الله على أهل الجهل أن يتعلموا حتى أخذ على أهل العلم أن يعلموا))<sup>(62)</sup>.

(62) تاريخ الإسلام ووفيات المشاهير والأعلام: شمس الدين أبو عبد الله محمد بن أحمد بن عثمان بن قايماز الذهبي (ت: 748هـ)، تحقيق: عمر عبد السلام التدمري، 245/8. وشرح الشفا: علي بن (سلطان) محمد، أبو الحسن نور الدين الملا الهروي القاري (ت: 1014هـ)، 22/1.

كما حثَّ الإسلام مريديه على الاستزادة من العلم النافع الذي يقرب الانسان من الله تعالى، يقول الرسول الأكرم (ﷺ): ((إِذَا أَتَى عَلَيَّ يَوْمٌ لَا أَزْدَادُ فِيهِ عِلْمًا، فَلَا بُورِكَ فِي طُلُوعِ شَمْسِ ذَلِكَ الْيَوْمِ))<sup>(63)</sup>.

لقد أولى الدين للعلم أهمية بالغة وجعل له تقدماً رتبياً حتى على العبادة، فقال رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): ((فَضْلُ الْعَالِمِ عَلَى الْعَابِدِ كَفَضْلِي عَلَى أَدْنَاكُمْ))<sup>(64)</sup>. وروي عن أبي جَعْفَرٍ مُحَمَّدِ بْنِ عَلِيٍّ (ﷺ) قَالَ: ((عَالِمٌ يُتَفَعُّ بِعِلْمِهِ أَفْضَلُ مِنْ أَلْفِ عَابِدٍ))<sup>(65)</sup>. وهذه النصوص تعطينا صورة صادقة على توجيه الإسلام للفرد نحو ميادين العلم والمعرفة، وذلك لأنَّ المعرفة بصيرة، والبصيرة قوة.

رابعاً: التأثير العملي للقيم الدينية في تهذيب وتعديل سلوك الفرد.

ويظهر هذا الأثر واضحاً على أخلاق المؤمن وسلوكه، فبينما يتبع الكافر سلوكاً انتهائياً لا يؤمن بنظافة الوسيلة ولا شرف الغاية، ويضع مصالحه الآنية في سلم الأولوية، غاضباً النظر عن القيم والأخلاق، نجد بالمقابل الإنسان المتسلح بالإيمان، يسلك سلوكاً مثالياً يركز على الثوابت الأخلاقية وقواعد السلوك السوي، والملاحظ أنه كلما كمل إيمان الفرد كلما حسنت أخلاقه وتكاملت فضيلته، وفي الحديث الشريف فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): ((أَكْمَلُ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا، أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا))

(63) أخرجه الطبراني في معجمه الأوسط: باب من اسمه (محمد): رقم الحديث (6636)، المعجم

الأوسط: سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم الطبراني (ت: 360هـ)،

تحقيق: طارق بن عوض الله بن محمد، عبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، 367/6.

(64) أخرجه الترمذي في سننه: باب ما جاء في فضل الفقه على العبادة: رقم الحديث (2685)، سنن

الترمذي: محمد بن عيسى بن سورة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (ت: 279هـ)، تحقيق

وتعليق: أحمد محمد شاکر، واخرون، 50/5.

(65) رواه القرطبي في الجامع: باب تفضيل العلم على العبادة: رقم الحديث (130)، جامع بيان العلم

وفضله: أبو عمر يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (ت: 463هـ)،

تحقيق: أبي الأشبال الزهيري، 127/1.

(66). ونظراً لوجود هذه العلاقة بين الإيمان والأخلاق نجد التوجهات الأخلاقية تحتل حيزاً كبيراً من التعاليم الدينية.

لذلك فالأفراد الذين يعيشون في مجتمعات بعيدة عن نور الإيمان تغلب عليهم سمة الانحطاط الخلقي، ذلك لأنَّ الحياء فرع الإيمان، بل في التعبير النبوي: عَنِ ابْنِ عُمَرَ (رضي الله عنهما) قَالَ: ((إِنَّ الْحَيَاءَ وَالْإِيمَانَ قُرْنَانَا جَمِيعًا، فَإِذَا رُفِعَ أَحَدُهُمَا رُفِعَ الْآخَرُ))<sup>(67)</sup>.

أضف إلى ذلك أنَّ الإيمان يوجه الفرد نحو العمل والكسب الحلال، ويحذره من التكاثر والالتكال على الآخرين، وقد جسّد لنا بسلوكه المثالي مبدأ القدوة الحسنة، الذي هو أحد الأساليب التربوية التي يتبناها الصحابة الكرام، ذلك لأنَّ (القدوة الحسنة والمثال الفعلي . أي التأثير دون إقناع منطقي . تقوم بدور كبير في تكوين الاتجاهات. فالأفعال أعلى صوتاً من الأقوال، وإيحاء السلوك أقوى من إيحاء الألفاظ)<sup>(68)</sup>.

مما تقدّم ظهر لنا أنَّ الإيمان يدفع الفرد نحو السلوك المثالي الذي يتجسد في الأخلاق الحسنة والعمل الصالح؛ لأنه عندما يذكر المؤمن ربّه ويتصل بالقوة العظمى الإلهية، يتبدد خوفه ويتغلب على ضعفه ويطمئن قلبه، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: 13]، وقال أيضاً: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ [الانعام: 6]. فالإيمان يضيء على النفس طمأنينة عند هبوب عواصف الأحداث، ويرفع الإنسان فوق مستوى الخوف، فالإيمان يبعث نحو التسليم بقضاء الله وقدره وبذلك يبعد عن النفس شبح الخوف وهاجس القلق، وهو عنصر هام في معالجة أمراض النفس، وقد اعترف بذلك كثير من علماء النفس

(66) أخرجه الامام احمد في مسنده: مسند ابي هريرة (رضي الله عنه): رقم الحديث (7402)، مسند الإمام أحمد بن حنبل: أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (ت: 241هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط وآخرون 364/12.

(67) أخرجه البخاري في الأدب: باب الحياء: رقم الحديث (1313) 445/1.

(68) أصول علم النفس: د. أحمد عزت راجح، ص 120.

المتخصصين منهم الدكتور: إرنست ادولف، استاذ مساعد بجامعة سانت جونس الامريكية، عندما سُئل عن الأسباب الرئيسية للأمراض العصبية؟ فأجاب: (إنَّ من الأسباب الرئيسية لهذه الأمراض الشعور بالإثم أو الخطيئة والحقد والخوف والقلق والكبت والتردد والشك والغيرة والإثرة والسأم، ومما يؤسف له أنَّ كثيراً ممن يشتغلون بالعلاج النفسي قد ينجحون في تقصي أسباب الاضطراب النفسي الذي يسببه المرض، ولكنهم يفشلون في معالجة هذه الاضطرابات، لأنهم لا يلجؤون في علاجها إلى بث الإيمان بالله في نفوس هؤلاء المرضى)<sup>(69)</sup>.

والملاحظ أنَّ أهم ما يعتمد عليه العلاج النفسي هو مساعدة الفرد على الاعتراف بخطاياها، وذلك أنَّ الاعتراف يعيد إلى النفس المضطربة اتزانها وطمأنينتها. وقد أقرَّ القرآن من حيث المبدأ بفكرة الاعتراف هذه، ولكن حوّل وجهته من اعتراف الإنسان المعروف أمام أبناء جنسه إلى الاعتراف أمام ربّه وخالقه، فينفس الإنسان بذلك عن الاحتقان والشعور بالإثم الذي يحسّه في قرارة نفسه، عندما يقف مثلاً بالصلاة بين يدي ربّه رافعاً يده في قنوته قائلاً: ﴿رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [الأعراف: 7]. وقد نقل لنا القرآن الكريم اعترافات عديدة من هذا القبيل ومن ضمنها بعض أنبيائه ورسله كموسى عليه السلام عندما قتل رجلاً ولم يتعمد ذلك قال: ﴿رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي فَغَفَرَ لَهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [القصص: 16]. ثم إنَّ شعور الإنسان بأنّه ليس وحيداً وأنَّ الله تعالى معه على الدوام، يضيء عليه هذا الشعور نوعاً من الاطمئنان والثقة ويُبعد عنه أشباح الخوف والقلق والوحدة والشعور بالكآبة لذلك يُطمئن الله تعالى الناس: ﴿وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [الحديد: 4].

فالإيمان إذن أشبه بمانعة الصواعق تفرِّغ كل ما في الإنسان من شحنات القلق والخوف والاضطراب، فتمنحه الصحة النفسية والجسدية معاً. وقد أثبت علم النفس أن: ((الإنسان حين يغشاها انفعال كالخوف أو الحزن أو الغضب، فإنَّ

(69) الخطايا في الإسلام: العفيف عبد الفتاح طيارة، ص 22-23.

هذه التأثيرات الوجدانية والانفعالية تصحبها تغيرات أو اضطرابات جسمية وفسولوجية قد تكون بالغة الخطورة إن أزمِن الانفعال. فقد اتّضح أنّ القلق المزمن الموصول قد يؤدي إلى ظهور قرحة في المعدة أو الاثني عشر، وأنّ الكراهة المكثومة لمدة طويلة قد تؤدي إلى ارتفاع في ضغط الدم<sup>(70)</sup>. أضف إلى ذلك أنّ الإيمان يؤدي إلى الأُنس والراحة النفسية فيبدد بذلك الشعور بالعزلة.

الخاتمة: وفي مسك الخاتمة توصل البحث الى عدّة نتائج وتوصيات من أهمها ما يأتي:-

### أولاً-النتائج

1- تُمثل العبادات والقيم الدينية الإيجابية التي جاء بها الإسلام العمود الفقري في تعزيز الصّحة النفسيّة للفرد في المجتمع، نبيّن للمجتمع حقائق الدين ومعانيه ومفاهيمه الشاملة والمتزنة بما يحقق الاطمئنان والسعادة الدنيوية والأخروية.

2- إن مفهوم العبادات والقيم الإسلامية من المفاهيم ذات العلاقة المباشرة بحياة الفرد للتفاعل الاجتماعي ويعد من مكونات أساسية لبناء المجتمع الإنساني، وبذلك يمثل انعكاسات إيجابية فعلية لدى الفرد في الاحتكاك بين بقية أفراد المجتمع.

3- تُسود القيم الإنسانية الإيجابية بين كافة شرائح المجتمع بغض النظر عن دينه وجنسه ولونه، وبالتالي يكون مجتمعاً خالياً من الاضطراب والقلق النفسي، فيكون بيئته مَحْضناً أخلاقياً على المعيار الإنساني.

4- يجب أن يكون القيم الدينية الإسلامية بما فيها العبادات الشيء الأهم الذي يعتمد عليه المعالجون النفسيون في معالجة المرضى المصابون بالاضطرابات والقلق النفسي؛ وذلك في تحقيق الصحة النفسية للفرد، وبالتالي يكون جزء من الحلول التي ينبغي أن يلجأ إليه الفرد والمجتمع معاً؛ لكي يحقق نوع من الاستقرار التوازن النفسي، والابتعاد عن القلق والاضطراب التي يصيب الفرد.

(70) أصول علم النفس، للدكتور أحمد عزت راجح، ص12.

5- إن الالتزام بالقيم الدينية أمر ضروري وجوهري في جميع المجتمعات الحديثة وفي واقعنا الحاضر بكل ما يحمله من قيمة إنسانية نبيلة وإن الالتزام ليست مجرد ترف فكري، وإنما هي تطبيقات عقائدية وعملية يجعل الفرد ليكون قادراً على تحمل المصائب والمكاره وبذلك يكون المجتمع مكاناً آمناً وصالحاً للحياة.

### ثانياً: التوصيات والمقترحات

1- السعي لتفعيل دور العبادات والقيم الدينية الايجابية، عن طريق التواصل الاجتماعي ومن ضمنها وسائل الإعلام بتجسيد هذه القيم في قلب الفرد ليكون سعيداً مع من حوله في المجتمع.

2- دور الحكومة والجهات المعنية في معالجة الاضطراب والقلق لدى الأفراد، وذلك عن طريق تفعيل العبادات وتعزيز القيم الدينية وبث روح الأمن والأمان والاستقرار عبر هذه القيم الإيجابية.

3- على المنظمات المجتمع المدني أيضاً نشر وتعزيز هذه القيم النبيلة بين أبناء المجتمع كافة.

4- إعداد البرامج الدينية والإعلامية والاجتماعية التي تزيد من بث ونشر القيم الدينية الإيجابية في المجتمع.

5- إقامة ندوات ومؤتمرات وسمينارات حول هذه القيم السامية التي تزيد الاطمئنان والاستقرار بعدما أصاب الفرد الفتور والكسل واليأس من الحياة.

6- تخصيص مادة من المواد الدراسية ولكافة المراحل لدراسة مفهوم روح العبادات والقيم الدينية في المدارس والمعاهد والكليات.

المصادر والمراجع:

القرآن الكريم أولاً:

المصادر العربية:



1. الأدب المفرد، ا محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري، أبو عبد الله البخاري (ت: 256هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار البشائر الإسلامية - بيروت. ط3، 1409هـ-1989م.
2. إستراتيجيات غرس القيم من خلال استخدام برامج التفكير (برنامج الكورت أنموذجاً)، مرداد، فؤاد بن صدقة، جمعية الناشرين العربية للاستشارات العلمية والتنمية البشرية، المجلة العربية للعلم الإسلامي، مجلد1، العدد 2. 2012م.
3. أشتات مجتمعات في التربية والتنمية. د. أحمد المهدي عبد الحليم، دار الفكر العربي ، 2013م.
4. أصول علم النفس، د. أحمد عزت راجح، ، المكتب المصري الحديث . الإسكندرية، ط8، 1970م.
5. أضواء على الثقافة الإسلامية، د. نادية شريف العمري ، مؤسسة الرسالة، ط9، 1422هـ-2001م.
6. تاريخ الإسلام ووفيات المشاهير والأعلام، شمس الدين أبو عبد الله محمد بن أحمد بن عثمان بن قَائِمَاز الذهبي، (ت: 748هـ)، تحقيق: عمر عبد السلام التدمري، دار الكتاب العربي، بيروت، ط2، 1413هـ-1993م.
7. تخريج أحاديث إحياء علوم الدين، العراقي؛ ابن السبكي؛ الزبيدي، استِخْرَاج: أبي عبد الله مَحْمُود بن مَحْمَد الحَدَّاد، دار العاصمة للنشر - الرياض، ط1، 1408 هـ -1987م.
8. تعلم القيم وتعليمها، ماجد زكي الجلاذ، كلية التربية، جامعة اليرموك، دار السيرة للنشر والتوزيع، 2005م.
9. الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله (ﷺ) وسننه وأيامه = صحيح البخاري، محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي البخاري،، تحقيق: محمد زهير بن ناصر الناصر، دار طوق النجاة (مصورة عن السلطانية بإضافة ترقيم محمد فؤاد عبد الباقي). ط1، 1422هـ.

10. جامع بيان العلم وفضله القرطبي، أبو عمر يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي (ت: 463هـ)، تحقيق: أبي الأشبال الزهيري، دار ابن الجوزي، المملكة العربية السعودية، ط1، 1414 هـ - 1994 م.
11. الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي (الداء والدواء)، محمد بن أبي بكر أيوب الزرعي أبو عبد الله، الزرعي، دار الكتب العلمية - بيروت، ب س ط.
12. الجيم، أبو عمرو إسحاق بن مزار الشيباني بالولاء (ت: 206هـ)، تحقيق: إبراهيم الأبياري، راجعه: محمد خلف أحمد، الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية، القاهرة، 1394 هـ - 1974 م.
13. الخطايا في الإسلام، العفيف عبد الفتاح طبارة، دار العلم للملايين . بيروت، ط 1، ب س ط.
14. دراسة في الثقافة السالمية، هندي صالح دياب، عمان جمعية عمال المطابع التعاونية، 1981 م.
15. روح الدين الإسلامي: عفيف عبد الفتاح طباره، بيروت-لبنان، دار العلميين، ط13، 1979 م.
16. زاد المعاد في هدي خير العباد، ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين (ت: 751هـ)، ط27، 1415 هـ - 1994 م، مؤسسة الرسالة، بيروت -مكتبة المنار الإسلامية، الكويت.
17. سنن الترمذي، محمد بن عيسى بن سؤدة بن موسى بن الضحاك، أبو عيسى الترمذي (ت: 279هـ)، تحقيق وتعليق: أحمد محمد شاكر، ومحمد فؤاد عبد الباقي، وإبراهيم عطوة عوض المدرس في الأزهر الشريف، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي - مصر. ط2، 1395 هـ - 1975 م،
18. شرح الشفا، نور الدين ملا علي بن سلطان محمد الهروي القاري (علي القاري) (ت: 1014هـ)، دار الكتب العلمية - بيروت، ط1، 1421 هـ
19. علوم القرآن في ثوبه الجديد، د. ميكائيل رشيد علي الزبياري، دار الرنيم للنشر والتوزيع، عمّان، الأردن، ط1، 2017 م.

20. العودة إلى الدين: هنري لنك، ثروت عكاشة (ترجمة)، مكتبة الأسرة- الهيئة المصرية العامة للكتاب- مصر، 2010م.
21. الفتاوى الكبرى لابن تيمية، تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام بن عبد الله بن أبي القاسم بن محمد ابن تيمية الحراني الحنبلي الدمشقي (ت: 728هـ)، دار الكتب العلمية، ط1، 1408هـ - 1987م،
22. القيم الأخلاقية -دراسة نقدية في الفكر الإسلامي والفكر المعاصر، د. سامية عبد الرحمن سلام،، مكتبة النهضة المصرية، 1992م.
23. القيم الإسلامية والتربية، علي خليل مصطفى أبو العينين، دار الفكر- عمان، 2000م.
24. القيم البيئية المتضمنة في كتب المرحلة الإعدادية، ابو جحجوح يحي محمد، ، رسالة ماجستير فلسطين غزة. 1999م.
25. القيم التربوية في السيرة النبوية، مهدي رزق الله احمد ، جامعة ملك سعود – كلية التربية. ط1، 1433هـ-2012م.
26. لسان العرب، ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين الأنصاري الرويفعي الإفريقي (ت: 711هـ)، دار صادر – بيروت. ط3، 1414 هـ
27. المبادئ والقيم في التربية الإسلامية، د. محمد جميل خياط، جامعة أم القرى، مكتبة الملم فهد الوطنية اثناء النشر، 1416هـ-1996م.
28. مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات، الدلالات العلاجية النفسية في القرآن الكريم وممارسة علماء الغرب لها، د. عبد الفتاح عبد الغني الهمص، د. محمد عبد العزيز الجريسي ،- العدد الثامن – يناير 2015م.
29. مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد شمس الدين (ت: 751هـ)، ، تحقيق: محمد المعتصم بالله البغدادي، دار الكتاب العربي – بيروت. ط3، 1416 هـ -1996م
30. المسك والريحان في مجالس القرآن، محمد عبد العاطي بحيري، ، دار التوفيقية للتراث، القاهرة، ط1، 2009م.

31. مسند الإمام أحمد بن حنبل: الشيباني، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد (ت: 241هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة. ط1، 1421هـ- 2001م.
32. المسند الصحيح المختصر بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله (ﷺ)، النيسابوري، مسلم بن الحجاج أبو الحسن القشيري (ت: 261هـ)، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ب س ط.
33. المصنف في الأحاديث والآثار: أبو بكر بن أبي شيبة، عبد الله بن محمد بن إبراهيم بن عثمان بن خواستي العبسي (ت: 235هـ)، تحقيق: كمال يوسف الحوت، مكتبة الرشد - الرياض. ط1، 1409هـ.
34. المعجم الأوسط، سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي الطبراني (ت: 360هـ)، تحقيق: طارق بن عوض الله بن محمد، عبد المحسن بن إبراهيم الحسيني، دار الحرمين - القاهرة، ب س ط.
35. معجم الصواب اللغوي دليل المثقف العربي عمر، د. أحمد مختار، عالم الكتب، القاهرة، ط1، 1429هـ- 2008م
36. مفاهيم القيم المتضمنة في الأناشيد المتضمنة لطلبة المرحلة الأساسية، سلوت نور السيد، رسالة ماجستير، فلسطين غزة، 2005م.
- المواقع والمجلات الالكترونية:
37. القيمة الدينية - الفصل الرابع: متوفر على المتصفح (google)، وهو متوفر على الرابط التالي: [www.dspace.univ](http://www.dspace.univ)، تاريخ الاطلاع: 2019/8/2م.
38. المتصفح (google)، 2019م، دلائل إسلامية للمسؤولية الاجتماعية للشركات - دراسة موازنة بين النظامين الإسلامي والوطني: زكية مقري: [www.iefpedia.com](http://www.iefpedia.com).
39. موقع أكاديمية علم النفس، 2019م، يحيى الغامدي: الصحة النفسية في الإسلام، [www.acofps.com](http://www.acofps.com). 2009م.

40. موقع حب الإسلام، 2019م، القيم الإسلامية (مفهومها - مصادرها - خصائصها)، الكاتب: د. عصام شريقي، رئيس مجلس إدارة مجموعة غراس للتدريب والاستشارات التربوية، [www.islam-love.com](http://www.islam-love.com).
41. موقع حراء، 2019، المنهاج النبوي في التربية على منظومة القيم الحضارية الإسلامية: خالد الصمدي، [www.hiragate.com](http://www.hiragate.com)، 2017م.
42. موقع حركة التوحيد والاصلاح، 2019م، القيم الأخلاقية في الإسلام، [www.alislah.ma](http://www.alislah.ma).
43. موقع شبيب، 2019م، روائع الاعجاز النفسي في القرآن الكريم: د. زهير شاكر، [www.shbeb.com](http://www.shbeb.com)، 2015م.
44. موقع كلية التربية للعلوم الإنسانية، قسم التربية وعلم النفس، علم النفس المعرفي الاسس التنظيري: مادة درس في جامعة بابل، المرحلة 2، أستاذ المادة علي حسين مظلوم فرحان المعمور، [www.humanities.uobabylon.edu.iq](http://www.humanities.uobabylon.edu.iq)