الباب الرابع

شخصية المراهق

الفصل الأول

أهم العوامل المؤثّرة في تكوين شخصية المراهق

هناك عدة عوامل مؤثرة في تكوين شخصية المراهق ، وقد أوجزها الباحث سمير الراضي بما يلي :

١ـ التفاعل بين الإنسان والبيئة :

فهناك الفطرة ، وهناك التعلّم ، حيث يتلقىٰ المولود أموراً كثيرة عن طريق الفطرة ، ثم وبالتدريج يتعلّم أموراً كثيرة أيضاً .

ويقسّم العلماء التعلم إلىٰ :

أ ـ تعلّم فعّال : وهو الذي يؤدي إلى تغيير في سلوك الإنسان .

ب ـ وتعلّم غير فعّال : وهو الذي لا يؤدي إلى تغيير في سلوك الإنسان .

إضافة إلى ذلك فهناك عوامل تأكيدية ، تؤدي إلى ردود أفعال مناسبة ، كالثواب والجزاء .

٢ـ السمات النفسية للمراهق :

وهي كثيرة ، لكن أهمها :

القلق أو الحصر النفسي ، والكبت ، والإنكار ، والاستبدال أو الإحلال ، والتعليل المنطقي (عقلنة التصرّف) ، والتصرّف العكسي ، والانطواء أو الانسحاب ، والتزمّت والتنطّع ، والتبنّي السلوكي (التقمّص) ، ومعرفة الذات (الماهية) .

٣ـ النمو الجسمي في مرحلة المراهقة :

وهي الأمور التي تؤدي إلى دخول الإنسان في مرحلة جديدة من مراحل تطور النمو ، وأهم هذه الأشياء هي :

الإفرازات الناتجة عن الغدد الصماء والتي لها علاقة وطيدة بالتغيرات الجنسية ، وكذلك التغيرات المؤدية للبلوغ كالغدة النخامية والغدة الدرقية والكظرية ، والتغيرات الحاصلة في أبعاد الجسم كاختلاف التطور العضلي والدهني ، وكذلك التغيرات في القوة والقدرة على احتمال التمارين الرياضية ، وهكذا بالنسبة لنمو الدماغ والمخ والقلب والرئتين والنضج الجنسي .

ثم هناك سمات نفسية ناتجة عن النمو والتطور ، كالسمات الناتجة عن الطمث والاحتلام وما إلى هنالك .

مثال ذلك : دلّت الكثير من البحوث التي أُجريت على تأثير الدورة الشهرية على نفسية وشخصية الفتاة ، أن العادة الشهرية تؤثر على تقلّب الحالة النفسية للفتاة ، وربما يعود ذلك لتغيّر نسب الهرمونات الأنثوية المختلفة ، مثل الأستروجين والبرجستون في المراحل المختلفة للدورة ، حيث تبين أن الفترة التي تمرّ بها الفتاة قبل الطمث (أي من ٢١ يوماً إلى ٢٤ يوماً من أيام العادة الشهرية) من أكثر الأوقات تعرّضاً لمشاعر الاضطراب النفسي والتوتر وانخفاض الشعور باحترام الذات .

وعلى العكس خلال زيادة الأستروجين (ويكون ذلك عند خروج البويضة في منتصف الدورة الشهرية تقريباً) ، حيث تنخفض الانفعالات السلبية ويزداد الشعور باحترام الذات .

وخلال الطمث وقبله تكون الفتاة معرّضة أكثر لانعدام التوازن (عدم القدرة على التحكم في العضلات) وكثرة الغياب عن العمل أو المدرسة ، وكثرة مراجعة الطبيب ، وغالباً ما يكون السبب نفسياً أكثر منه عضوياً .

كما أن الشعور بالتوتر المشوب بالخجل وسرعة الإثارة والإحراج تزداد في هذه الفترة .

إضافة إلى ذلك تأثير الجنس على السلوك العدواني ، وتأثير الذكاء والتطور الذهني ، ومدى تأثير الوراثة والقدرات العقلية ، ونحو ذلك[1] .

* * *

(١) للتوسع يراجع كتاب : المراهقون : ٤٢ـ٥٧ .

الفصل الثاني

تربية العوامل المحدّدة لشخصية المراهق

لدى دراسة شخصية الإنسان ، يتبيّن أن هناك عوامل محددة تؤثّر تأثيراً كبيراً في تحديد شخصيته ، وقسّمت إلى قسمين رئيسين :

١ـ عوامل وراثية . ٢ـ عوامل بيئية .

وكالعادة ، فقد اهتم بعض العلماء بقسم واحد منها ، وكان ذلك على حساب القسم الثاني ، أما الشريعة الإسلامية فتهتم بكل النواحي ، وتعتبر أن كل ناحية تكمل النواحي الأخرى ، لذا كان التركيز على جسم الإنسان وعقله ، وعواطفه واتجاهاته ، وانفعالاته وعواطفه ، وعاداته وما إلىٰ هنالك .

ووضع العلماء منهجاً متكاملاً يهدف إلى تربية ذلك كله ، مثال ذلك[١] :

---

(١) للتوسع في هذا الفصل يراجع كتاب : تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس : ٢١٧ ـ ٢٥٩ .

أ ـ تربية الدوافع :

في تعريف الدكتور نبيل السمالوطي للدوافع يقول : حالة داخلية ، جسمية نفسية ، فطرية أو مكتسبة ، تشير إلىٰ السلوك وتحدد نوعيته واتجاهه ، وتسير به نحو تحقيق أهداف معينة ، من شأنها إرضاء جانب معين من جوانب الحياة الإنسانية[1] .

وتأتي أهمية الدوافع من خلال أنها تعمل على استمرار الوظائف الفسيولوجية الضرورية لحفظ حياة الإنسان ، وتمدّه بالطاقة اللازمة .

ففي حالة اشتداد الجوع ، نجد المعدة في حركة دائمة وتحدث تقلّصات واضطرابات لتنبّه الفرد وتدفعه نحو عملية الإشباع ، ليقوم بسدّ حاجة البدن وتعويضه عن المقدار الناقص من الغذاء .

وإذا كان الدافع المراد إشباعه العطش ، فإن الفرد يشعر بجفاف في الحلق ، يدفعه إلى تعويض البدن عمّا فقده من الماء ليعود إلى حالته الطبيعية المفطور عليها ، وعملية إحداث الاتزان الداخلي تتم بصورة تكاد تكون آلية ، ولا دخل للشعور أو الإدراك الإنساني في توجيهها أو تحريكها .

---

(١) الإسلام وقضايا علم النفس الحديث : ٩٠ .

ويقسم العلماء الدوافع إلى قسمين :

أ ـ دوافع فطرية :

وهي استعدادات طبيعية يولد الفرد مزوّداً بها ، مثال ذلك :

ـ **دافع الجوع** : يعتبر هذا الدافع من أهم الدوافع البيولوجية الضرورية لحياة الإنسان ، لذلك فقد خضع هذا الدافع لكمّ من الدراسات العلمية ، ومن البحوث التي أُجريت لتبيان أثر افتقار الجسم إلى الطعام ، بحيث أجري على مجموعة من الشبان الأصحّاء ، فقد غُذّي أفراد هذه المجموعة تغذية جيدة لمدة ثلاثة اشهر ، أعقبها فترة ستة أشهر من الصوم اعتمدوا فيها على أقل القليل من الطعام الذي لا يكاد يسدّ رمقهم ، وقد وصفوا حالاتهم أثناء فترة الستة أشهر من الصوم ، بعدم القدرة على ضبط النفس وكبح جماح الغضب والتردد والقلق والحساسية الزائدة وعدم القدرة على تركيز الانتباه .

ويتضح من ذلك أثر افتقار الدم إلى المواد الغذائية في دافع الجوع ، ومن ثم يضعف الجسم ولا يستطيع القيام بوظائفه الحيوية المعتادة[1] .

---

(١) للتوسع يراجع كتاب : قراءات في علم النفس ، الدكتور محمد منسي : ١٣٩ .

ـ دافع العطش .

ـ دافع الراحة : قال تعالى : ﴿قُلْ أَرَءَيْتُمْ إِن جَعَلَ ٱللَّهُ عَلَيْكُمُ ٱلَّيْلَ سَرْمَدًا إِلَىٰ يَوْمِ ٱلْقِيَٰمَةِ مَنْ إِلَٰهٌ غَيْرُ ٱللَّهِ يَأْتِيكُم بِضِيَآءٍ أَفَلَا تَسْمَعُونَ ﴿٧١﴾ قُلْ أَرَءَيْتُمْ إِن جَعَلَ ٱللَّهُ عَلَيْكُمُ ٱلنَّهَارَ سَرْمَدًا إِلَىٰ يَوْمِ ٱلْقِيَٰمَةِ مَنْ إِلَٰهٌ غَيْرُ ٱللَّهِ يَأْتِيكُم بِلَيْلٍ تَسْكُنُونَ فِيهِ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٧٢﴾ وَمِن رَّحْمَتِهِۦ جَعَلَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ وَٱلنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا۟ فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا۟ مِن فَضْلِهِۦ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [القصص : ٧١ـ ٧٣] .

ـ اتقاء الحرارة والبرودة : قال تعالى :

﴿وَٱللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنۢ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُم مِّن جُلُودِ ٱلْأَنْعَٰمِ بُيُوتًا تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ ۙ وَمِنْ أَصْوَافِهَا وَأَوْبَارِهَا وَأَشْعَارِهَآ أَثَٰثًا وَمَتَٰعًا إِلَىٰ حِينٍ ﴿٨٠﴾ وَٱللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّمَّا خَلَقَ ظِلَٰلًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِّنَ ٱلْجِبَالِ أَكْنَٰنًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَٰبِيلَ تَقِيكُمُ ٱلْحَرَّ وَسَرَٰبِيلَ تَقِيكُم بَأْسَكُمْ ۚ كَذَٰلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُۥ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ﴾ [النحل : ٨٠ـ ٨١] .

ـ اتقاء الألم : سواء كان ألماً بدنياً أو نفسياً ، قال الله تعالى :

﴿قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُۥ لَيَحْزُنُكَ ٱلَّذِى يَقُولُونَ ۖ فَإِنَّهُمْ لَا يُكَذِّبُونَكَ وَلَٰكِنَّ ٱلظَّٰلِمِينَ بِـَٔايَٰتِ ٱللَّهِ يَجْحَدُونَ ﴿٣٣﴾ وَلَقَدْ كُذِّبَتْ رُسُلٌ مِّن قَبْلِكَ فَصَبَرُوا۟

عَلَىٰ مَا كُذِّبُوا۟ وَأُوذُوا۟ حَتَّىٰٓ أَتَىٰهُمْ نَصْرُنَا ۚ وَلَا مُبَدِّلَ لِكَلِمَٰتِ ٱللَّهِ ۚ وَلَقَدْ جَآءَكَ مِن نَّبَإِى ٱلْمُرْسَلِينَ ﴾ [الأنعام : ٣٣] .

ـ **الدافع الجنسي** : وهذا الدافع له تأثيرٌ كبيرٌ في مسألة بقاء النوع ، قال الدكتور محمد نجاتي : وهناك كثير من الأدلة أيضاً على أن للهرمونات الجنسية تأثيراً هاماً في الدافع الجنسي عند الإنسان ، فإذا استؤصل المبيضان عند طفلة صغيرة فإن نشاطها الجنسي لا يظهر فيما بعد ، وكذلك إذا أُخصي طفل صغير تعطّل ظهور نشاطه الجنسي فيما بعد ، ولكن إذا أُخصي الرجل بعد البلوغ فقد تضعف رغبته الجنسية ، ولكن الشعور بالدافع الجنسي والقدرة على الاتصال الجنسي قد يستمران بعد ذلك مدة طويلة[1] .

والشريعة الإسلامية تحصر مسألة الجنس وممارسته في الزواج ، وتعتبر الزواج ميثاقاً وعهداً عظيماً ، قال تعالى : ﴿ وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُۥ وَقَدْ أَفْضَىٰ بَعْضُكُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ وَأَخَذْنَ مِنكُم مِّيثَٰقًا غَلِيظًا ﴾ [النساء : ٢١] .

وهذا أمر فطري ، كما جاء في حكاية زكريا عليه السلام : ﴿ وَزَكَرِيَّآ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥ رَبِّ لَا تَذَرْنِى فَرْدًا وَأَنتَ خَيْرُ

---

(١) علم النفس في حياتنا اليومية : ٨٣ .

﴿ٱلْوَٰرِثِينَ ﴿٨٩﴾ فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ وَوَهَبْنَا لَهُۥ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُۥ زَوْجَهُۥٓ ۚ إِنَّهُمْ كَانُوا۟ يُسَٰرِعُونَ فِى ٱلْخَيْرَٰتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۖ وَكَانُوا۟ لَنَا خَٰشِعِينَ﴾ [الأنبياء : ٨٩-٩٠] .

ـ **دافع الأمومة** : وهو دافع فطري يجعل الأم تقوم بمسؤوليات كبيرة تجاه أولادها ، ويجعلها كذلك تتحمل مشاق الحمل والوضع والإرضاع والنظافة والتربية والسهر ! !

ب ـ الدوافع المكتسبة :

وتشتمل على الدوافع النفسية والاجتماعية والعقلية ، حيث يكتسبها المراهق من البيئة التي يعيش فيها ، أي من المحيطين به ، مثال ذلك :

ـ **دافع الحب والحنان** : حيث يحتاج المراهق إلى مزيد من حب الآخرين له ، وحنان أسرته عليه ، وذلك لما يحمل من مشاعر رقيقة .

ـ **دافع الولاء لمجتمعه** : كما في قول الرسول ﷺ : « مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم مثل الجسد ، إذا اشتكىٰ منه عضو تداعىٰ له سائر الأعضاء بالسهر والحمى » .

ـ **دافع التملك** : وذلك لكي يحسّ الفرد بالأمان والطمأنينة ، وقد تاه الكثيرون في موقفهم من قضية التملك ،

فمنهم من اعتبرها شيئاً مقدساً لا يجوز لأحد أن يقترب منه ، ومنهم من اعتبرها رجساً من عمل الشيطان .

أما الشريعة الإسلامية فقد اعترفت بذلك ، ووضعت بعض القيود بهدف تهذيبها وضبطها ، قال تعالى : ﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَٰلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ ﴾ [آل عمران : ١٤] .

إضافة إلى ذلك فهناك بعض الدوافع الشعورية ، مثل : حب السيطرة ، ودافع العدوان ، ودافع المقاتلة ، ودافع النشاط والتحصيل والإثارة .

أجل!

هذه الدوافع الموجودة في المراهق وحوله ، إذا تُركت علىٰ ما هي عليه ، دون توجيه ولا تنظيم ، فإنها تتحول إلى طاقة تدميرية رهيبة ، لذلك وصف الله تعالى من ترك لشهواته الحبل على غاربه وصفاً دقيقاً ، فقال سبحانه : ﴿ إِنَّ اللَّهَ يُدْخِلُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَّهُمْ ﴾ [محمد : ١٢] .

ورحم الله الغزالي عندما صوّر علاقة العقل بالدوافع ، وذلك في قوله :

. . . مثل العقل مثل فارس متصيد ، وشهوته كفرسه ، وغضبه ككلبه ، فمتى كان الفارس حاذقاً وفرسه مروّضاً وكلبه مؤدباً معلّماً ، كان جديراً بالنجاح ، ومتى كان هو في نفسه أخرق ، وكان الفرس جموحاً والكلب عقوراً ، فلا فرسه ينبعث تحته منقاداً ، ولا كلبه يسترسل بإشارته مطيعاً ، فهو خليق بأن يعطب فضلاً عن أن ينال ما طلب ، وإنما خرق الفرس مثل جهل الإنسان وقلة حكمته وكلال بصيرته ، وجماح الفرس مثل غلبة الشهوة ، خصوصاً شهوة البطن والفرج ، وعقر الكلب مثل غلبة الغضب واستيلائه[1] .

ب ـ تربية الانفعالات :

عرّف إنجلز الانفعال بأنه : حالة معقّدة من الشعور يصاحبها بعض الأفعال الحركية أو الغددية ، أو أنه ذلك السلوك المعقّد الذي تسود فيه المناشط الحشوية أو الداخلية[2] .

---

(١) إحياء علوم الدين : ٣/ ٧ .

(٢) علم النفس الفسيولوجي . الدكتور كاظم آغا : ٢٠٨ ـ ٢٠٩ .

وأهم مظاهر الانفعال : احمرار الوجه ، واحمرار العينين ، واصفرار الوجه ، وانقباض الدم ، والإغماء والرعدة والرعشة للأطراف .

وفي القرآن والسنة إشارات إلى ذلك ، كما في قول الله تعالى عن العادة الجاهلية المقيتة : ﴿ وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِٱلْأُنثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُۥ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ ﴿٥٨﴾ يَتَوَٰرَىٰ مِنَ ٱلْقَوْمِ مِن سُوٓءِ مَا بُشِّرَ بِهِۦٓ ۚ أَيُمْسِكُهُۥ عَلَىٰ هُونٍ أَمْ يَدُسُّهُۥ فِى ٱلتُّرَابِ ۗ أَلَا سَآءَ مَا يَحْكُمُونَ ﴾ [النحل : ٥٨ـ ٥٩] .

وفي تصوير المشاعر والانفعالات أثناء المعركة الفاصلة بين الشرك والإيمان ، أي في غزوة بدر ، يقول تعالى :

﴿ إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَٱسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّى مُمِدُّكُم بِأَلْفٍ مِّنَ ٱلْمَلَٰٓئِكَةِ مُرْدِفِينَ ﴿٩﴾ وَمَا جَعَلَهُ ٱللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِۦ قُلُوبُكُمْ ۚ وَمَا ٱلنَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِندِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ [الأنفال : ٩ـ ١٠] .

وأثناء حديث القرآن عن انفعال الحبّ وخاصةً حب الله ورسوله ، يأتي التصوير حركياً ، ليوحي للناس أن يتوجهوا إلى ذات المحبوب ، قال تعالى : ﴿ لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُم بِٱلْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴾ [التوبة : ١٢٨] .

كذلك مسألة الحب المتبادل بين الزوجين ، حيث يتحقق

الانفعال الفطري ، فتنفجر طاقات العطف والحب والمودة ، والهدف هو إشباع الدافع الجنسي والعمل على استمرار النوع الإنساني ، مصداق ذلك قوله تعالى : ﴿ وَمِنْ ءَايَـٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓا۟ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَـَٔايَـٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم : ٢١] .

وقول الرسول ﷺ : « حُبّب إليّ من الدنيا : النساء والطيّب وجُعلت قرة عيني في الصلاة »[١] .

والشريعة لم تشنّ حرباً على مسألة الحبّ والعواطف النبيلة الهادفة ، إنما شنّت حرباً على الحب المنفلت الذي لا تقيده قيود ولا يحمل هدفاً :

(فالتجاذب بين الجنسين ليس عورة وليس عيباً في الإسلام ، بل به تتم رجولة الرجل وأنوثة الأنثى ، غير أن الإسلام كما وضع ضوابط للجنس وضع كذلك ضوابط للحب .

فالإسلام يحترم الإنسان ذا العواطف الجادة ، لا العواطف الهازلة التي تتخذ من أعراض الإنسان مادة حيّة للهو والتسلية والمتعة الحرام .

---

(١) المسند للإمام أحمد : ٣/ ٢٨ .

وهذا بالطبع غير الحب الذي تعرضه وسائل الأعلام ، من أغنيات خليعة ، إلى مسلسلات تجارية وضيعة ، إلى أفلام ساقطة . . !!

فهذا الحب الذي تحرص عليه وسائل الإعلام اسمه (الحب الجنسي) حبّ لا أثر فيه لانسكاب الأرواح وتوحّدها ، حب خالٍ من الروحانية المحلّقة في عالم الطهر والصفاء)[1] .

وانفعال حب الوالدين أيضاً ، حيث يميل الطفل إلى حب أمه ، ثم تتسع الدائرة لتشمل أبيه وأمه معاً ، لذلك جاء التوجيه القرآني ليقوي هذا النداء الفطري ، قال تعالى :

﴿ وَوَصَّيْنَا ٱلْإِنسَٰنَ بِوَٰلِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُۥ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَٰلُهُۥ فِى عَامَيْنِ أَنِ ٱشْكُرْ لِى وَلِوَٰلِدَيْكَ إِلَىَّ ٱلْمَصِيرُ ﴿١٤﴾ وَإِن جَٰهَدَاكَ عَلَىٰٓ أَن تُشْرِكَ بِى مَا لَيْسَ لَكَ بِهِۦ عِلْمٌ فَلَا تُطِعْهُمَا وَصَاحِبْهُمَا فِى ٱلدُّنْيَا مَعْرُوفًا وَٱتَّبِعْ سَبِيلَ مَنْ أَنَابَ إِلَىَّ ثُمَّ إِلَىَّ مَرْجِعُكُمْ فَأُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾ [لقمان : ١٤-١٥] .

أضف إلى ذلك كله انفعالات الخوف : وقد درس العلماء

---

(١) عاطفة الحب بين الإسلام ووسائل الإعلام ، عبد الرحمن واصل : ١٧ - ١٨ .

حالات خوف المراهق فوجدوها تنحصر في : المخاوف المدرسية ، والصحية ، والعائلية ، والاقتصادية ، والخُلقية .

وعادةً ما يستجيب الإنسان إلى أمثال هذه الانفعالات ، كما قال تعالى : ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱذْكُرُواْ نِعْمَةَ ٱللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ جَآءَتْكُمْ جُنُودٌ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا وَجُنُودًا لَّمْ تَرَوْهَا ۚ وَكَانَ ٱللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا ۝٩ إِذْ جَآءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ ٱلْأَبْصَٰرُ وَبَلَغَتِ ٱلْقُلُوبُ ٱلْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِٱللَّهِ ٱلظُّنُونَا ۝١٠ هُنَالِكَ ٱبْتُلِىَ ٱلْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُواْ زِلْزَالًا شَدِيدًا ﴾ [الأحزاب : ٩-١١] .

أجل !

اعترفت الشريعة الإسلامية بالانفعالات ، لكن وضعت ضوابط لها . مثال ذلك : التحذير من الغضب وعواقبه ، والاستعاذة من الشيطان ووسوساته ، والوضوء ، وعدم الاستجابة السريعة إلى المثيرات والانفعالات .

ثم الترويض على المسامحة والغفران والصفح والعفو ، وحبّ الآخرين ، والأخذ بعين الاعتبار أنهم ليسوا معصومين ، مصداق ذلك قوله تعالى : ﴿ ۞ وَسَارِعُوٓاْ إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا ٱلسَّمَٰوَٰتُ وَٱلْأَرْضُ أُعِدَّتْ

لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣٣﴾ ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي ٱلسَّرَّآءِ وَٱلضَّرَّآءِ وَٱلْكَٰظِمِينَ ٱلْغَيْظَ وَٱلْعَافِينَ عَنِ ٱلنَّاسِ ۗ وَٱللَّهُ يُحِبُّ ٱلْمُحْسِنِينَ ﴾ [آل عمران: ١٣٣-١٣٤].

ج ـ تربية العواطف :

يرى علماء النفس أن العاطفة هي : استعداد نفسي ينشأ عن تركيز مجموعة من الانفعالات حول موضوع معين ، ذلك لأن هذا الموضوع في خبرة الشخص الماضية كان مثيراً لعدة ميول مختلفة .

وعن أهميتها وتأثيرها في السلوك الانفعالي ، قالوا : إن العواطف تعمل دائماً على تنظيم الانفعالات لدى الفرد ، فلو ترك إنسان دون تنظيم لانفعالاته ؛ أصبحت حياته مضطربة لا نظام فيها ولا انسجام ، وبغير ذلك لا يمكن أن يتميز الإنسان عن سائر الكائنات الأخرى ، التي نستطيع أن نقول بصفة عامة ، بأنها مجرّدة من العواطف[1] .

وقسّم العلماء العاطفة إلى قسمين ، هما :

١ـ **من حيث نوعية العاطفة** : وتقسم هذه إلى قسمين أيضاً :

---

(١) للتوسع يراجع : علم النفس للدكتور مصطفى فهمي : ١٧١-١٧٢ .

ـ **عاطفة الحب** : وهي التي تدعو صاحبها إلى الإقدام على موضوعها ، مصداق ذلك قوله تعالى : ﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَٰلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ ﴾ [آل عمران : ١٤] .

ـ **عاطفة الكراهية** : وهي التي تدعو صاحبها إلى الإحجام عن موضوعها والنفور منه ، مصداق ذلك قوله تعالى : ﴿ ۞ وَلَوْ أَرَادُوا الْخُرُوجَ لَأَعَدُّوا لَهُ عُدَّةً وَلَٰكِن كَرِهَ اللَّهُ انبِعَاثَهُمْ فَثَبَّطَهُمْ وَقِيلَ اقْعُدُوا مَعَ الْقَاعِدِينَ ﴿٤٦﴾ لَوْ خَرَجُوا فِيكُم مَّا زَادُوكُمْ إِلَّا خَبَالًا وَلَأَوْضَعُوا خِلَالَكُمْ يَبْغُونَكُمُ الْفِتْنَةَ وَفِيكُمْ سَمَّاعُونَ لَهُمْ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِالظَّالِمِينَ ﴾ [التوبة : ٤٦ـ٤٧] .

٢ـ **من حيث الموضوع الموجه إليه العاطفة** : وهذه تنقسم بدورها إلى أقسام عدة :

ـ عواطف تتعلق بالمثل العليا ، كما في قوله تعالى : ﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَٰئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ [التوبة: ٧١] .

ـ عواطف جمعية : أي التي تدور موضوعاتها حول جماعة

معينة ، مصداق ذلك قوله تعالى :

﴿ لَا يَتَّخِذِ ٱلْمُؤْمِنُونَ ٱلْكَٰفِرِينَ أَوْلِيَآءَ مِن دُونِ ٱلْمُؤْمِنِينَ ۖ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ فَلَيْسَ مِنَ ٱللَّهِ فِى شَىْءٍ إِلَّآ أَن تَتَّقُوا۟ مِنْهُمْ تُقَىٰةً ۗ وَيُحَذِّرُكُمُ ٱللَّهُ نَفْسَهُۥ ۗ وَإِلَى ٱللَّهِ ٱلْمَصِيرُ ﴾ [آل عمران : ٢٨] .

ـ عواطف فردية : وهي التي تتجه نحو فرد معين ، مثل حب الأم لطفلها .

أجل !

فالشريعة الإسلامية لم تُنكر جانب العواطف أبداً ، إنما سعت إلى تهذيبها واستبدال السلبية بالإيجابية ، مثال ذلك :

موقف الشريعة من المال ، حيث نظّمت له الطرق الحلال ، وأبعدت عنه كل وسائل الحرام ، قال تعالى : ﴿ فَأَمَّا ٱلْإِنسَٰنُ إِذَا مَا ٱبْتَلَىٰهُ رَبُّهُۥ فَأَكْرَمَهُۥ وَنَعَّمَهُۥ فَيَقُولُ رَبِّىٓ أَكْرَمَنِ ﴿١٥﴾ وَأَمَّآ إِذَا مَا ٱبْتَلَىٰهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُۥ فَيَقُولُ رَبِّىٓ أَهَٰنَنِ ﴿١٦﴾ كَلَّا ۖ بَل لَّا تُكْرِمُونَ ٱلْيَتِيمَ ﴿١٧﴾ وَلَا تَحَٰٓضُّونَ عَلَىٰ طَعَامِ ٱلْمِسْكِينِ ﴿١٨﴾ وَتَأْكُلُونَ ٱلتُّرَاثَ أَكْلًا لَّمًّا ﴿١٩﴾ وَتُحِبُّونَ ٱلْمَالَ حُبًّا جَمًّا ﴿٢٠﴾ كَلَّآ ۖ إِذَا دُكَّتِ ٱلْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا ﴿٢١﴾ وَجَآءَ رَبُّكَ وَٱلْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا ﴿٢٢﴾ وَجِاْىٓءَ يَوْمَئِذٍۭ بِجَهَنَّمَ ۚ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ ٱلْإِنسَٰنُ وَأَنَّىٰ لَهُ ٱلذِّكْرَىٰ ﴿٢٣﴾ يَقُولُ يَٰلَيْتَنِى قَدَّمْتُ لِحَيَاتِى ﴿٢٤﴾ فَيَوْمَئِذٍ لَّا يُعَذِّبُ عَذَابَهُۥٓ أَحَدٌ . . ﴾ [الفجر : ١٥ـ٢٥] .

د ـ تربية العادات :

عرّف (ابن مسكويه) العادة بقوله : هي عبارة عن هيئة في النفس راسخة تصدر عنها الأفعال بسهولة ويسر من غير حاجة إلى فكر ورويّة ، فإن كانت الهيئة التي تصدر الأفعال الجميلة المحمودة شرعاً وعقلاً سمّيت تلك الهيئة خلقاً حسناً ، وإن كان الصادر عنها الأفعال القبيحة ، سمّيت الهيئة التي هي المصدر خلقاً سيئاً[1] .

أما أنواع العادات ، فيقسمها الإمام الغزالي إلى عدة أقسام ، هي :

ـ عادات حركية : تتعلق بحركات الجسد ، ويسيطر عليها المظهر النزوعي ، مثل عادة الكتابة ، ويدخل تحتها ما يتعلّق بعادات الطعام والملبس واللعب .

ـ وعادات عقلية : تتمثل بميل النفس إلى سلوك نظام ثابت في بعض نواحي الإنتاج العقلي ، كفقه النفس والتفكير عامة .

ـ وعادات وجدانية : تتصل بالعواطف المختلفة التي يربى عليها الإنسان ، حين تنطلق نحو الحقيقة والفضيلة والجمال .

---

(١) تهذيب الأخلاق : ٥١ـ٥٢ .

ـ وعادات أخلاقية : إذْ أننا لا نستطيع أن نبحث العادة عند الغزالي وعند الأقدمين في معزل عن الأخلاق ، لأن الأخلاق تتم بالاعتياد والاكتساب ، وتعود الصلة بين العادة والأخلاق إلى أرسطو الذي كان يعتمد على العادة لتربية الفضائل الخلقية[1] .

لكن هل تُترك المسألة للمصادفة والزمن ؟!

أبداً ، إنما لا بد من دراسة هادفة لكل العادات ، ثم فرز العادات السلبية ، ومن ثم تبني كل ما هو إيجابي .

وقد رسم القرآن والسنة منهجاً متكاملاً للاعتياد على الفضائل ، مثال ذلك : تربية الفرد على عدم تأجيل الفرائض ، قال تعالى : ﴿ وَٱلَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَوَٰتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴾ [المؤمنون : ٩] .

كذلك تربية المراهق على عادة عدم تأجيل الواجبات المدرسية ، وعلى عادة الصدق ، والسخاء ، ونحو ذلك .

لكن ذلك لا بد له من مراحل ، مثل مرحلة المجاهدة ، كما في قوله تعالى : ﴿ وَٱلَّذِينَ جَٰهَدُوا۟ فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ۚ وَإِنَّ ٱللَّهَ لَمَعَ ٱلْمُحْسِنِينَ ﴾ [العنكبوت : ٦٩] .

والمجاهدة لا تعني حرمان النفس من متع الدنيا ، والزهد ،

---

(١) الدراسات النفسية عند المسلمين ، عبد الكريم عثمان : ٢٢٦ .

والتقشف ، إنما تعني الاعتدال في التمتع ، وهذا ما جعل الصحابة الكرام والتابعين يعيشون السعادة كلها ، حتى إن الواحد منهم لم يكن لديه عشاء ليلته ، ثم كان يقول مفتخراً : إنا نعيش في سعادةٍ لو علمت بها الملوك لقاتلونا عليها بالسيوف!!

وكذلك مرحلة التكرار ، أي تكرار السلوك المعني حتى يصير عادة ثابتة ، منطبعة في النفس تجد لذتها وراحتها فيه ، كما في قوله تعالى :

﴿ وَٱذْكُر رَّبَّكَ فِى نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ ٱلْجَهْرِ مِنَ ٱلْقَوْلِ بِٱلْغُدُوِّ وَٱلْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ ٱلْغَٰفِلِينَ ﴾ [الأعراف : ٢٠٥] .

وهكذا ، فلا بدّ لتحويل العادات السيئة إلى عادات حسنة من أن تمر بعدة مراحل :

١ـ مرحلة كراهية العادة السيئة : ﴿ وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِى ٱلْأَرْضِ مَرَحًا ۖ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾ [لقمان : ١٨] .

٢ـ مرحلة الندم : ﴿ أَن تَقُولَ نَفْسٌ يَٰحَسْرَتَىٰ عَلَىٰ مَا فَرَّطتُ فِى جَنۢبِ ٱللَّهِ وَإِن كُنتُ لَمِنَ ٱلسَّٰخِرِينَ ﴾ [الزمر : ٥٦] .

٣ـ مرحلة عادة هجر المعصية : ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفْسَ عَنِ ٱلْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ ٱلْجَنَّةَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ﴾ [النازعات : ٤٠ـ٤١] .

* * *