

## الفصل الرابع

### تربية العادة

ويشتمل على دراسة الموضوعات التالية:

- \* تعريف العادة.
- \* أهمية دراسة العادات.
- \* أنواع العادات.
- \* مراحل تكوين العادة.
- \* دراسة لبعض العادات في ضوء القرآن والسنة.
- \* مراحل تحويل العادات السيئة إلى عادات حسنة في ضوء القرآن والسنة.
- \* العادة عند علماء النفس.

## التعريف بالعادة

### العادة في اللغة :

جاء في المعجم الوسيط من معاني مادة (عاد) ما يلي :

«عَادَ» إليه، وله وعليه - عُوْدًا، وعودة: رجع وارتدَّ.

(أَعَادَهُ) كرره. والشيء إلى مكانه: أَرَجَعَهُ.

(عَوَّدَ) الرجل أو الحيوان الشيء: جعله يعتاده حتى يصير عادة

له.

(إِعْتَادَهُ) جعله من عاداته.

(الْعَادَةُ) كل ما أعتد حتى صار يُفعل من غير جهد، والعادة:

الحالة تتكرر على نهج واحد»<sup>(١)</sup>.

وجاء في محيط المحيط من معانيها أيضاً ما يلي :

(عَاوَدَ): الرجل معاودة رجع إلى الأمر الأول، يقال الشجاع

مُعَاوِدٌ لأنه لا يَمَلُّ المراس.

(عَاوَدَهُ): بالمسألة أي سأله مرة بعد أخرى.

---

(١) المعجم الوسيط مادة (عادة) (جـ ٢ ص ٦٣٥).

(وَعَاوَدَ): الشيء جعله من عادته .  
 (وأعاد): الشيء جعله من عادته، وللأمر أطاقه لأنه اعتاده .  
 (تَعَوَّدَ): الشيء تعوداً: جعله من عادته، والمريض زاره .  
 (إِعْتَادَ): الشيء اعتياداً أي صيره عادة لنفسه .  
 (العَادَةُ): عبارة عما يستقر في النفوس من الأمور المتكررة المقبولة عند الطبائع السليمة<sup>(١)</sup> .

جاءت مادة (عاد) في اللغة على معانٍ كثيرة تدور أغلبها نحو تكرار الشيء بصفته مرات كثيرة على نهج واحد حتى يصير عادة الفرد لا ينفك عنها سلوكه، فينزح إلى الفعل المعاد دون تفكير ولا تردد، ومن معانيها حمل النفس على فعل معين والإستمرار على ذلك حتى يصير عادة وسجية، ومن معانيها الرجوع والمراجعة في المسائل العلمية مرة بعد أخرى، ومن معانيها سهولة فعل الشيء الذي اعتاد عليه وصار خلقاً له وسجية فلا يجد مشقة في فعله .

### العادة في القرآن الكريم:

تكرر وردد مادة (عود) في القرآن الكريم في نحو أربعين مرة<sup>(٢)</sup> .

وقد جاءت على صيغ متعددة تدور أغلبها نحو إعادة الشيء وتكراره على هيئته السابقة، والعودة إلى فعل سابق منهي عنه، وقد ورد منها الثلاثي بمعنى رجع ومصدره الميمي واسم الفاعل، غير أن صيغة عادة لم ترد .

(١) محيط المحيط مادة عود .

(٢) انظر المعجم الإسلامي لألفاظ القرآن الكريم مادة (عود) .

قال الله تعالى : ﴿إِنْ تَسْتَفْتِحُوا فَقَدْ جَاءَكُمْ الْفَتْحُ وَإِنْ تَنْتَهُوا فَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَإِنْ تَعُودُوا نَعُدْ وَلَنْ تُغْنِيَ عَنْكُمْ فِتْنَتُمْ شَيْئاً وَلَوْ كَثُرَتْ وَأَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (١).

لقد استفتح المشركون يوم بدر ودعوا الله سبحانه أن يهلك أضل الفريقين منهم فأعملوا فيهم القتل والأسر، ورد أعداء الله منهزمين منقطعين، فتوعدهم الله سبحانه بتكرار المصير الذي انتهى إليه حالهم ساعة استفتحوا وصمموا على قتال المؤمنين. ﴿وَإِنْ تَعُودُوا نَعُدْ﴾ وها أنتم قد عانيتم عاقبة استفتاحكم وعدوانكم على المؤمنين.

لقد اشتمل القرآن الكريم على الكثير من العادات الأخلاقية والسلوكية الحسنة التي يجب أن يتحلى بها المسلمون، كما هدى إلى أسباب الوقاية من العادات السيئة وأرشد إلى طرق التخلص منها.

قال الله تعالى : ﴿وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطاً﴾ (٢).

في هذه الآية الكريمة دلالة على أجل العادات وأغلاها وأغلاها وأرفعها، أنها عادة الحنو الدائم إلى الجماعة المؤمنة التي تدعو الله أناء الليل وأطراف النهار، كما تحث على مجالستهم وطول المكث معهم ﴿وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ﴾ وعلى المراهق المسلم أن

(٢) سورة الكهف آية : (٢٨).

(١) سورة الأنفال آية : (١٩).

يحرص على مؤانسة المؤمنين والتودد إليهم ولزوم جماعتهم، فهم القوم الذين لا يشقى جلسهم، ذلك أن مجالس المؤمنين تخلو من الفساد والشر والضلال، ولقد أمر الله سبحانه وتعالى نبيه ﷺ أن يصبر نفسه وأن يعقد عينه على الذين يتوجهون إلى الله وحده يذكرونه ويحمدونه ولا يغفلون عن عبادته، كما أمره سبحانه بغض الطرف عن جذبته الحياة الدنيا وزينتها فغفلوا عن ذكر ربهم وتركوا عبادته.

إن المراهق المسلم يلتزم أمر ربه ويقتدي برسوله ﷺ ولا يجيز لنفسه مصاحبة أقرانه الذي يغفلون عن ذكر ربهم أو ينصرفون عن عبادته لما في مجالستهم من الهاء عن الطاعة وإغراء بالمعصية.

## تعريف العادة عند علماء المسلمين

عرف علماء المسلمين العادة بتعريفات كثيرة، نورد أهمها فيما يلي :

(١) - العادة: تكرار الشيء دائماً أو غالباً على نهج واحد وبدون علاقة عقلية، أو هي ما استقر في النفوس من الأمور المتكررة المعقولة عند الطباع<sup>(١)</sup>.

(٢) - العادة: الأمر المتكرر من غير علاقة عقلية (في عرف الفقهاء والأصوليين) فالأمر شامل للعادة القولية والفعلية على حد سواء، والمتكرر يفهم منه حصول الشيء المكرر مرة بعد مرة وبه يخرج ما حصل مرة واحدة أو نادراً، فإن ذلك تثبت به عادة<sup>(٢)</sup>.

(٣) - العادة: تكرير فعل الشيء الواحد مراراً كثيرة زمنياً طويلاً في أوقات متقاربة<sup>(٣)</sup>.

---

(١) انظر محيط المحيط مادة (عود).

(٢) العرف والعمد في المذهب المالكي (ص ٣٦) عمر بن عبد الكريم الجدي - مطبعة فضالة - المغرب.

(٣) الدراسات النفسية عند المسلمين (ص ٢١٩) د/عبد الكريم العثمان - مكتبة =

(٤) - العادة: حال للنفس داعية لها إلى أفعالها من غير فكر ولا روية<sup>(١)</sup>.

(٥) - العادة: عبارة عن هيئة في النفس راسخة تصدر عنها الأفعال بسهولة ويسر من غير حاجة إلى فكر وروية (فإن كانت الهيئة التي تصدر الأفعال الجميلة المحمودة شرعاً وعقلاً سميت تلك الهيئة خلقاً حسناً وإن كان الصادر عنها الأفعال القبيحة سميت الهيئة التي هي المصدر خلقاً سيئاً<sup>(٢)</sup>).

من هذه التعاريف السابقة يتبين لنا أن العادة تلعب دوراً هاماً في حياتنا فكلما كانت عاداتنا التي درج عليها سلوكنا تتصف بالحسن والجمال دلت على مستوى تكيفنا وصحتنا النفسية، فالعادات الحسنة تؤهل المراهق للحصول على المكانة الاجتماعية التي تشعر باحترام ذاته داخل الهيئة الاجتماعية، ومن هنا يظهر أهمية تربية العادات الحسنة في مرحلتها الطفولة والصبا ليكون ذلك عوناً للمراهق على تكميل بناء عاداته الحسنة المتفقة مع مبادئ ديننا الإسلامي.

---

= وهبة - القاهرة.

(١) تهذيب الأخلاق (ص ٥١) لأبي علي أحمد بن محمد (مسكويه) مكتبة الحياة - بيروت.

(٢) إحياء علوم الدين (ج ٣ ص ٤٦).

## أهمية دراسة العادات

تلعب العادة دوراً كبيراً في السلوك الإنساني بصفة عامة وفي سلوك المراهق بصفة خاصة، ذلك أن المراهق تزداد خبراته منذ بداية هذه المرحلة، ويتميز سلوكه عنه في مرحلة الصبا، كما تزداد دائرة تفاعل المراهق مع بيئته الاجتماعية.

وبذلك تبرز مجموعة جديدة من السلوك الاجتماعي والنفسي منذ بداية هذه المرحلة، ويجد المراهق ميلاً نحو موضوعات معينة من السلوك، فإذا ما تكرر هذا السلوك صار عادة له يلزمها مدة حياته أو أمداً طويلاً، وهذه الإستجابة تلزم صفة واحدة لا تختلف في جميع الحالات، إلا أن يجد المراهق فيها مظهراً لا يليق بمكانه ودوره في المجتمع، فيعمل على تعديل سلوكه الإعتيادي بالطرق الموصلة إليه، فكثيراً ما يسافر أفراد من مجتمع إلى آخر تختلف عاداته وتقاليده عن المجتمع الذي تربوا فيه، فيعمد الأفراد إلى تعديل غالب عاداتهم لتناسب مع عادات المجتمع الجديد الذي انتقلوا إليه.

ولو أننا دققنا النظر في حياتنا اليومية لوجدنا أن عامة نشاطاتنا البدنية والنفسية والعقلية تقوم على أساس من العادات التي تكونت لنا بحكم تربيتنا وتفاعلنا مع بيئتنا الاجتماعية.

## أنواع العادات

يرى بعض علماء النفس قصر العادة على أنواع السلوك الحركي الذي يمارس بواسطة أعضاء الجسم، ويرى آخرون أن العادة تنحصر في أربعة أنواع رئيسية. هي: العادات الطبيعية والعقلية والاجتماعية والروحية<sup>(١)</sup>.

«لقد كان الغزالي أوسع نظراً من السلوكيين، وأسبق في الإشارة إلى الحياة النفسية (الإدراك والوجدان والنزوع) فهو يرى، أن العادات:

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

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

أو وجدانية: تتصل بالعواطف المختلفة التي يربى عليها الإنسان حين تطلق نحو الحقيقة والفضيلة والجمال.

---

(١) انظر علم النفس في حياتنا اليومية - (ص ١٤٢) سمير شيخاني.

أو أخلاقية: إذ أننا لا نستطيع أن نبحت العادة عند الغزالي وعند الأقدمين في معزل عن الأخلاق. لأن الأخلاق تتم بالإعتياد والإكتساب وتعود الصلة بين العادة والأخلاق إلى أرسطو الذي كان يعتمد على العادات لتربية الفضائل الخلقية<sup>(١)</sup>.

إن تكوين العادات لا يقف عند حد الجانب المادي من السلوك الإنساني كما يذهب إلى ذلك بعض علماء النفس، بل يتعداه ليشمل الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية كما ذهب إليه الغزالي، فهناك كثير من أنواع السلوك تعتبر عادات للفرد ما دامت تسير على وتيرة واحدة في الغالب، وأن منها ما هو مادي ومعنوي.

#### أ - فمن العادات المادية:

عادة الشرب: حيث يسلك الفرد سلوكاً متحداً في جميع الحالات التي يعمد فيها إلى شرب الماء أو غيره من أنواع المشروبات غير المحرمة.

عادة ارتداء الملابس وخلعها: حيث يسلك الفرد إزاء العمليتين سلوكاً متحداً، قد يكون منظماً ومرتباً، وقد يكون عشوائياً لا ترتيب فيه ولا تنظيم.

عادة تنظيم المسكن: فقد يوزع أثاثه بطريقة منظمة ومرتبة، أو يفتقر إلى النظافة والترتيب والتنظيم دائماً.

#### ب - ومن العادات النفسية:

عادة حب الإنصاف مثلاً: فيسلك المراهق سلوكاً دائماً يدور

(١) الدراسات النفسية عند المسلمين - (ص ٢٢٦).

مع الحق حيث دار، فينصف صاحب الحق دون نظر إلى درجة قرابته، أو صداقته وغير ذلك كما لا ينظر إلى درجة محبته أو كراهيته، بل تكون عادته إنصاف صاحب لذات الحق لا لأي شيء آخر.

**عادة مراعاة شعور الآخرين :** وهذه العادة تجعل المراهق دائماً يراقب نفسه ويلزمها بالخلق الكريم الذي لا اعتداء فيه على ما يمس شعور غيره بما يحرجه أو يؤذيه أو يشعره بأن ذاته غير مصونة .

**عادة الهدوء :** ويكون ذلك في جميع المواقف الإنفعالية كالغضب والأزمات النفسية التي يكثر أن تقابل المراهق في معترك الحياة اليومية، فتضطر استجابته لمثل هذه المواقف بصورة تدل على هدوئه واتزانه .

### ج - العادات العقلية :

**عادة إعمال الفكر :** وهي عبارة عن الأسلوب الذي ينتهجه المراهق دائماً في المسائل والقضايا التي تعرض له أو يناقشها أو يشترك في مناقشتها، أيطيل النظر فيها حتي يخبر أبعادها ويحيط بأطرافها ليستبين دقائقها، أم أنه يصدر أحكاماً فجائية لا نظر فيها ولا تعقل، أو أنه يغلب العقل على العاطفة أثناء نظره للقضايا ذات الصلة بميوله أو اتجاهاته .

**عادة الدقة والنظام :** وهي العادة التي يتبعها الفرد في نظر القضايا العامة، فيرتب الفروض ترتيباً دقيقاً ويوائم بينها أثناء اختبارها، ليتوصل إلى نتائج أفضل أو أقرب إلى الصواب إن لم تكن صواباً .

عادة الإستقراء والقياس: وهي عبارة عن القدرة العقلية على الإستدلال واستنباط الأحكام من مصادرها الشرعية.

## د- العادات الإجتماعية:

عادة التنافس في الخير: وهي عبارة عن شعور المراهق الدائم بالإرتياح إلى فعل الخير، والإقبال النفسي للبدل والعطاء، والشعور بالسرور والغبطة بعد الإنتهاء من بذل البر أو دفع الضر عن فرد أو أفراد من مجتمعه، فالمراهقون عموماً ينشطون في جمع التبرعات في المواقف الطارئة، وهو سلوك فاضل كريم يجدر بالمراهقين المسلمين أن يلتزموا به حتى يكون عادة لهم وسجية.

عادة الأمانة: وهي التزام المراهق الدائم بحفظ الأمانات التي يؤتمن عليها، وهي تشمل الأمانات المادية - ودائع أصدقائه ورفاقه وغيرهم، وأمانات معنوية كأسرار أصدقائه وأعراضهم، فيعف عنها بعدم التطلع والرغبة أو الخوض بما يؤذي أقرانه، ويلزم هذا الخلق أبداً حتى يعتاد عليه.

من هذا العرض يلاحظ أن العادة وإن تميزت بالتكرار الدائم الذي يجعل المراهق أو الشاب أو الراشد يستجيب لموضوع العادة استجابة مماثلة غالباً، فإنها على الرغم من هذا المظهر الملازم لها لا تؤدي إلى آلية السلوك الإنساني.

إن المراهق والراشد يستطيع تعديل عاداته بل تغييرها إلى النمط الذي يتفق مع معايير بيئته الإجتماعية، وهذا التغيير يشمل جميع العادات السلوكية مادية ونفسية وعقلية واجتماعية ولكل منها أسلوب ومراحل للتغيير وإن اشتركت في المبادئ العامة لتحويل العادات السيئة إلى عادات حسنة.

## مراحل تكوين العادة

يمر السلوك الذي يراد تحويله إلى عادة ثابتة بمرحلتين، لكي يجد المراهق والراشد في نفسه ميلاً قوياً إلى ممارسته بطريقة مدروسة محددة المعالم لتيسير عملية إشباع ما يراد إشباعه من الدوافع الفطرية والمكتسبة، المادي منها والنفسي .

### المرحلة الأولى : المجاهدة :

قال الله تعالى : ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾<sup>(١)</sup> .

إن عزم المراهق المسلم على المضي في الطاعة لا يتحقق في سهولة ويسر بمجرد النية، إنما يسبق بكفاح طويل مرير وبالتعبئة العامة لدوافع الإيمان في النفس، والتأهب لمداغمة رغبات النفس وشهواتها الدنيئة، التي يحرص الشيطان على إثارتها بين لحظة وأخرى، إنها لمجاهدة شاقة في مرحلة المراهقة بالذات، ذلك أن النفس فيها تتفتح أمامها المجالات، كما تكثر وتتنوع الرغبات التي

---

(١) سورة العنكبوت آية : (٦٩) .

لم يكن لها وجود في الجانب الشعوري والوجداني للمراهق، كما أن النفس بطبيعتها لا يشبع جوعها ولا يروي ظمؤها إذا ما أطلق لها عنان الرغبات والشهوات، فإنها لا تقف منها عند حد معين، وهذا ما يجعل أمر المجاهدة شاقاً، لا يستطيعه من تستند له الشهوات، ولا يقدر عليه إلا مراهق مسلم تعرف على طبيعة المجاهدة فيعزم أمره ويتكل على الله. وسوف يلقاه وعد الله تعالى بالهداية إلى سواء السبيل.

إن المجاهدة لا تعني حرمان النفس من الشوق إلى التمتع بالطيبات إنما تعني الوقوف بالنفس عند حد الاعتدال في التمتع، وأن يكون في حدود ما شرعه الله وأباحه من الطيبات.

«فالذين صبروا على فتنه النفس وعلى فتنه الناس، الذين حملوا أعباءهم وساروا في الطريق الطويل الشاق، أولئك لن يتركهم الله وحدهم ولن يضيع إيمانهم إليه فيهدبهم، وينظر إلى محاولتهم الوصول فيأخذ بأيديهم، وينظر إلى صبرهم فيجازيهم خير الجزاء».

وهذه المرحلة هي ما عناه الإمام أبو حامد بتكلف الفعل الذي يراد تحويله إلى عادة للمرء ثابت<sup>(١)</sup>.

**المرحلة الثانية: التكرار - تكرار السلوك المعني حتى يصير عادة ثابتة منطبعة في النفس تجد لذتها وراحتها فيه.**

---

(١) (فمن أراد مثلاً خلق الجود فطريقه أن يتكلف تعاطي فعل الجود وهو بذل المال فلا يزال يطالب نفسه ويواظب عليه تكلفاً مجاهداً لنفسه حتى يسير ذلك طبعاً يسير عليه) الإحياء (جـ ٣ ص ٥٠).

قال الله تعالى : ﴿قَالَ رَبِّ اجْعَلْ لِي آيَةً قَالَ آيَتُكَ أَلَّا تُكَلِّمَ  
النَّاسَ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ إِلَّا رَمْزًا وَاذْكُرْ رَبَّكَ كَثِيرًا وَسَبِّحْ بِالنَّعْشِيِّ  
وَالْإِبْكَارِ﴾<sup>(١)</sup>.

وقوله تعالى : ﴿وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ  
الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ﴾<sup>(٢)</sup>.

يستفاد من الآيتين الكريمتين أن التكرار الدائم للسلوك مرحلة  
أساسية لتكوين العادة بصفة عامة، ذلك أن تكرار السلوك على هيئة  
معينة يثبت في النفس فلا تجد المشقة التي تشعر بها عند البدء في  
مراحل التكوين الأولى للعادة، فإذا هي بعد فترة تنزع إلى السلوك  
في سهولة ويسر حتى يخيل للناظر لخلو السلوك من الإدراك والتعقل  
والإرادة.

كما يستفاد من الآيتين أن العادات الدينية تكون عديمة القيمة  
إذا لم تتوفر فيها المبادئ الآتية : وذلك في ضوء (العادة المعنية).

- (١) - أن يتكرر ذكر الله كثيراً.
- (٢) - أن يكون الذكر على جميع الأحوال (خيفة ودون الجهر).
- (٣) - أن يذكر الله في جميع الأوقات (بالغدو والآصال).
- (٤) - الوعي والإدراك - (أن يعقل ما يذكر ربه به وأن يفعل به  
ويتفاعل معه بوجوده وشعوره).

إن المبدأ الرابع - حسب تصوري للمبادئ المذكورة - شرط  
أساسي في تكوين العادات الدينية، ذلك أن الذكر مع الغفلة لا قيمة  
ولا تأثير له في النفس لا شعورياً ولا وجدانياً، فلا يعدو أن يكون

---

(١) سورة آل عمران آية : (٤١) . (٢) سورة الأعراف آية : (٢٠٥) .

كلمات جوفاء ينطلق بها اللسان دون وعي من القلب أو شعور، وهذا أساس قبول العبادات وشرط تأثيرها في السلوك .

والتكرار هو ما عناه أبو حامد بقوله : (لا يكفي في نيل السعادة الموعودة على حسن الخلق استلذاذ الطاعة واستكراه المعصية في زمان دون زمان بل ينبغي أن يكون ذلك على الدوام وفي جملة العمر . . . وكلما كانت العبادات أكثر بطول العمر كان الثواب أجزل والنفس أزكى وأظهر والأخلاق أقوى وأرسخ ، وإنما مقصود العبادات تأثيرها في القلب، ويتأكد التأثير بكثرة المواظبة على العبادات، وغاية هذه الأخلاق أن ينقطع عن النفس حب الدنيا ويرسخ فيها حب الله تعالى . . . فكل ذلك نتيجة العادة والمواظبة على نمط واحد على الدوام مدة مديدة)<sup>(١)</sup> .

---

(١) احياء علوم الدين (ج ٣ ص ٥١) .

## دراسة لبعض العادات في ضوء القرآن والسنة

### [١] - تربية عادة عدم تأجيل الفرائض:

إن الإسلام يرفض الإهمال والتفريط بجميع أشكاله وألوانه، ويحرص على تربية عادة المبادرة إلى العمل بعدم تأجيل الفرائض الدينية المتكرر منها وغيره، كي لا تتراكم الواجبات فتثقل على النفس، أو أن يعجز المراهق عن مدافعة السوسوس الشيطانية التي تشده إلى التراخي والكسل أو التأجيل لآداء هذه الفرائض عن أوقاتها المحددة، وهو بمثابة الخطوة الأولى على طريق الإهمال والترك والتضييع لما فرضه الله سبحانه على عباده، والمراهق منذ فجر المراهقة يدخل في عداد المكلفين بهذه الفرائض: (الصلاة - الصوم - الحج - الزكاة).

وتعتبر الصلوات المفروضة بأوقاتها المحددة قاعدة أساسية لتربية هذه العادة في سلوك المسلمين جميعاً، وفي سلوك المراهق بصفة خاصة، ليتربى على فضيلة الإهتمام بآداء الصلاة لوقتها، وأن يحرص على أن تكون في جماعة، وأن لا يؤجلها عن أول وقتها إلا لعذر أو لضرورة مانعة، وقد استخدم القرآن في تربية وتأصيل هذه

العادة الترغيب والترهيب كعاملين أساسيين في تحريك الباعث على هذا السلوك .

قال الله تعالى : ﴿ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴾ (١) .

لقد امتدح الله سبحانه وتعالى المؤمنين لتحليلهم بالصفات الزاكية التي جعلتهم أهلاً للفلاح والفوز بجنة عرضها السموات والأرض، ونعيم دائم لا ينقطع، ورضوان من الله أعظم وأكرم، وقد كان الخشوع في الصلاة من أولى الصفات التي أحلتهم دار الكرامة والنعيم، وقد أعيد ذكر الصلاة مرة ثانية في عداد الصفات العالية دلالة على اعتياد المؤمنين على أداء الصلاة والمحافظة عليها في أوقاتها والخشوع فيها، وفي هذه الإعادة دلالة على أن الخشوع في صلاة واحدة أو صلوات في بعض الأيام دون بعض لا يتحقق معه الفضل والنعمة بكاملها وتمامها، بل إن تمام الفضل والنعمة وميراث الجنة يستوجب من المراهق المسلم - وجميع المسلمين رجالاً ونساءً - المحافظة على الصلوات المفروضة في أوقاتها، وأن تؤدي في خشوع وخضوع مستوفية الأركان الهيئات والآداب، وأن يكون المراهق حاضر القلب والذهن فلا تصرفه الدوافع والشواغل أو الإنفعالات، فإذا ما عرض له الشيطان بشيء من ذلك ليفسد عليه صلاته فليصرفه بالإقبال على ربه وليشغل نفسه بما يناجي ربه به في صلاة فإن الشيطان لا يندفع بغير ذلك، فإن الإسترسال مع ما يثيره الشيطان من دوافع ووساوس يفقد الصلاة قيمتها الحقيقية، فلا تعدو أن تكون حركات من قيام وركوع وسجود، كما تفقد تأثيرها في النفس والسلوك .

---

(١) سورة المؤمنون آية : (٩) .

إن الله سبحانه وتعالى كتب الصلاة على جميع عباده - مراهقين وراشدين ذكوراً وإناثاً - وأمرهم بالمحافظة عليها في جميع الظروف والأحوال، فالصلاة هي الفريضة الوحيدة التي لا ترفع بعدد من الأعذار ولا بضرورة من الضرورات، فإنها واجبة ما دام في الصدر نفس يتردد - شهيق وزفير - في السلم والحرب على السواء، ويؤديها أصحاب الأعذار كالمريض ومن في حكمهم بالهيئات التي تناسب مع إمكانياتهم واستعداداتهم قياماً أو قعوداً أو متكئين وما إلى ذلك.

قال الله تعالى: ﴿حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ \* فَإِنْ خِفْتُمْ فَرَجَلًا أَوْ رُكْبَانًا فَإِذَا أَمِتُمْ فَادْكُرُوا اللَّهَ كَمَا عَلَّمَكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ﴾ (١).

والآية الكريمة تقرر وجوب أداء الصلاة أثناء القتال والإلتحام مع الأعداء فيؤديها المؤمنون على النحو الذي يستطيعونه رجلاً أو ركباناً متجهين للقبلة أم متحازين أم مستديرين، أما الركوع والسجود وهما من الهيئات المتعذرة أثناء الإلتحام فتكفي الإشارة عنهما، ويستمر المجاهد في قتاله لأعداء الله تعالى متحصناً بصلاته قريب الصلاة بربه، يرجو رحمته ونصره على الأعداء.

«وهذا الأمر عجيب، وهو يكشف عن مدى الأهمية البالغة التي ينظر الله بها إلى الصلاة، ويوحى بها لقلوب المسلمين، إنها عُدَّة في الخوف والشدة، فلا تترك في ساعة الخوف البالغ، وهي العدة، ومن ثم يؤديها المحارب وهو في الميدان والسيف في يده، يؤديها، فهي سلاح المؤمن كالسيف الذي بيده، وهي جنة له كالدرع

(١) سورة البقرة آية: (٢٣٨، ٢٣٩).

التي تقيه».

روى الإمام البخاري عن شعبة قال: قال الوليد بن العيزار: سمعت أبا عمر والشيباني يقول: حدثنا صاحب هذه الدار - وأشار إلى دار عبد الله قال: «سألت النبي ﷺ: أي العمل أحب إلى الله؟ قال: الصلاة على وقتها. قال: ثم أي؟ قال: ثم بر الوالدين. قال: ثم أي. قال: الجهاد في سبيل الله. قال حدثني بهن، ولو استزدته لزدني»<sup>(١)</sup>.

إن الإعتصام بهذا الهدى الكريم يؤدي إلى تأصيل عادة المبادرة في النفس للقيام بالواجب دون التراخي فيه، فالصلاة المفروضة خمس صلوات في اليوم والليله، وهي متكررة مع كل يوم تشرق فيه الشمس، فالمحافظة عليها والمبادرة إلى فعلها تربي في المراهق عادة الإهتمام والمبادرة إلى أداء كل فعل واجب أو مندوب، وتحول دون تأجيل الفرائض والمندوبات، لما في ذلك من الضرر الذي يعود على الفرد والمجتمع، فإن المبادرة إلى العمل كانت ولا تزال ضرورة من ضرورات الحياة الإنسانية.

وعلى طريق التخويف والتحذير من الإهمال والتقصير الناشئ عن تأجيل الصلاة عن وقتها. يقول الله تعالى: ﴿فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ \* الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾<sup>(٢)</sup>.

والسهو عن الصلاة يتحقق بأحد أمرين أو بكليهما.

الأول: تأجيل الصلاة وتأخيرها حتى تراها وقتها أو أن تخرج

عنه.

(١) صحيح البخاري كتاب الصلاة - باب - فضل الصلاة لوقتها.

(٢) سورة الماعون آية: (٤، ٥).

الثاني: أن يكون غافلاً عنها في حال آدائها فلا يتجرد فيها تجرداً كاملاً لله، فإذا انتابته وساوس شيطانية تجذبه إلى التفكير في الحياة الدنيا لينصرف عن صلاته فيتحقق للشيطان غرضه، فيصبح بذلك آداؤه لأركانها وآدابها وسننها عملاً آلياً لا تعقل فيه، فليبادر بالإقبال على صلاته تكفراً فيما يقرأ وما يذكر حتى تخلص له صلاته، وينصرف الشيطان عنه.

## [٢] - عادة عدم تأجيل الواجبات المدرسية:

إن تربية عادة الإهتمام بالفرائض والواجبات الدينية والمحافظة عليها وآدائها في أوقاتها المناسبة تعين على تربية عادة عدم تأجيل الواجبات المدرسية، وهي عادة لها أهميتها في حياة المراهق العلمية والعملية، فالعادات الدراسية الحسنة تؤهل المراهق للنجاح الدائم والتفوق المستمر، فالمراهق الذي يحسن تنظيم وقته وتوزيعه بما يتناسب مع متطلبات المواد الدراسية، يستفيد بعنصر الوقت ويوجه طاقاته إلى ما يفيد ويغنيه مجتمعه.

إن المراهق الذي يعتاد تقسيم أوقات المذاكرة إلى قسمين رئيسيين بإمكانه تحقيق مستوى عالٍ من التفوق في مدة وجيزة، إن تخصيص وقت مناسب لمراجعة المواد الدراسية التي تمت دراستها يؤدي إلى تثبيت المعلومات، كما أن تخصيص وقت مناسب للموضوعات التي سوف تدرس في الغد يؤدي إلى سرعة التحصيل وارتفاع مستواه ذلك أن العادة «تمنحك النجاح لأنك بواسطة عادات الدرس والكد والنشاط والإجتهاد المكتسبة تشرب نفسك بتلك الشخصية، والفتنة التي تجعل النجاح نتيجة طبيعية حتمية لحياتك

وعملك، وذو العادات الحسنة لا بد أن ينجح ضمن حدود عبقريته»<sup>(١)</sup>.

إن تنظيم المراهق لأوقات فراغه وتخصيص الجزء الأكبر منها للمذاكرة والدراسة والنظر في العلوم المفيدة، يكسبه الشعور بالإطمئنان والثقة بالنفس وقوة العزيمة وثباتها على معالي الأمور.

### [٣] - تربية عادة الصدق :

إن تربية عادة الصدق في نفس المراهق - وكل مسلم رجل أو امرأة - تؤدي إلى ضبط السلوك الفردي فتكفه عن الألفاظ والأعمال التي لا يقبلها المجتمع المسلم، كما تشجعه على القول السديد لكي يعيش في أمن مع أفراد مجتمعه، ويكتسب محبتهم واحترامهم.

إن القرآن الكريم يبين أن الصدق دعامة أساسية للخلق الفاضل والمجتمع الفاضل، كما أن الصدق دعامة أساسية لنهضة المجتمع وتقدمه وتماسكه، فإن تحرى الصدق في جميع المواقف يدفع عن المجتمع المسلم غائلة الظنون لتبقى الحقائق راسخة لا يغشاها ظن أوريب، ما دامت عادة الصدق تسود سلوك الفرد.

قال الله تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ﴾<sup>(٢)</sup>.

إن الإسلام لا يؤسس أحكامه على الظن الواهم، بل يحتم

---

(١) علم النفس في حياتنا اليومية (ص ١٤١) سمير شيخاني، دار الآفاق الجديدة - بيروت.

(٢) سورة الحجرات آية: (٦).

وضوح الحقائق، وهو بهذا يرسى للمجتمع الإنساني الأسس التربوية والأخلاقية التي تضمن أن تسير فيه الحياة في ثبات واستقرار.

إن عادة الصدق دعامة أساسية في خلق المراهق المسلم وصبغة دائمة ثابتة في سلوكه وعلامة على قوة إيمانه وبقينه، ولما كان الكذب رذيلة تنبئ عن تغلغل الفساد في نفس كل كذاب أشرف، كما تنبئ عن سلوك معوج شاذ، وجدنا رسول الله ﷺ يدعو إلى التحلي بعادة الصدق ويحرض عليها، ويرشد إلى أسس تربيتها، كما يحذر من الكذب وينفر منه لتكون عادة كراهية الكذب، فتكون عاملاً مساعداً لتربية عادة الصدق في نفوس أفراد المجتمع المسلم، ذلك أن المجتمع الذي تسود فيه عادة الصدق تقوى فيه الروابط الاجتماعية وتحفظ الحقوق وتضامن العهود، ومن هنا تظهر حاجة المجتمعات إلى تربية عادة الصدق والعمل على تنميتها.

روى الإمام مسلم عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: «قال رسول الله ﷺ إن الصدق بر، وإن البر يهدي إلى الجنة. وإن العبد ليتحرى الصدق حتى يكتب عند الله صديقاً. وإن الكذب فجور. وإن الفجور يهدي إلى النار، وإن العبد ليتحرى الكذب حتى يكتب عند الله كذاباً»<sup>(١)</sup>.

البر كلمة جامعة لأبواب الخير والفضل، فهو جامع لأصول الدين، كالإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر، وجامع للفرائض، كإقامة الصلاة وإيتاء الزكاة والصوم، وجامع المندوبات والسنن. كبذل المال في وجوه الخير لليتامى والمساكين وجامع لمبادئ الإسلام ومثله العليا. كالوفاء بالعهد والصبر عند البأساء

(١) صحيح مسلم كتاب - البر - باب قبح الكذب.

والضراء وحين البأس، وأبواب الخير السابقة تفتقر إلى الصدق كدعامة أساسية لوجودها الحقيقي، ذلك أن المؤمن الحق من تطابق ظاهره مع باطنه.

قال الله تعالى: ﴿لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ﴾ (١).

وفي ضوء ما قررته هذه الآية الكريمة يمكن الفهم الصحيح لما عناه الرسول ﷺ بقوله: «إن الصدق بر. وإن البر يهدي إلى الجنة».

وفي الحديث الشريف دلالة على أن عادة الصدق من العادات المكتسبة التي يمكن تربيتها بالدعوة والتوجيه للقدوة الحسنة.

«إن خلق الصدق في حياة الإنسان قابل للإكتساب، وقابل للتنمية والترسيخ، عن طريق التدريب العملي المقترن بالإرادة الجازمة، فمن مظاهر الإرادة الجازمة تحري الصدق في الأقوال كلها، والذي يتحرى الصدق لا يسمح لنفسه بأن يلقي كلاماً جزافاً دون تروٍ ولا بصيرة، ولا يسمح لنفسه بأن يتبع ما ليس له به علم، فيحكم بالظنون التي ليس لها ما يؤيدها من الأدلة الكافية للإثبات والنفي، ولا يسمح لنفسه بأن يرائي أو ينافق في أعماله لأنه يحرص

(١) سورة البقرة آية: (١٧٧).

على الصدق ويتحرى بإرادته الجازمة الصدق في أقواله وأعماله»<sup>(١)</sup>.  
وفي الحديث الشريف تحذير من عادة الكذب وتفسير منها،  
فليحذر المراهق من الكذب ولينفر منه ليحول دون سيطرته على  
سلوكه النفسي والاجتماعي، ويلاحظ أن اقتران عادة الصدق مع  
الكذب وعرضهما بهذه الصورة، دعوة إلى تربية عادتين في وقت  
واحد، وهما تربية عادة محبة الصدق، وعادة كراهية الكذب.

ولقد امتدح الله سبحانه وتعالى الصدق في محكم التنزيل في  
مواضع كثيرة منها قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا  
مَعَ الصَّادِقِينَ﴾<sup>(٢)</sup>.

وقوله تعالى: ﴿مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ  
عَلَيْهِ فَمِنْهُمْ مَنْ قَضَىٰ نَحْبَهُ وَمِنْهُمْ مَنْ يَنْتَظِرُ وَمَا بَدَّلُوا تَبْدِيلًا﴾<sup>(٣)</sup>.

#### [٤] - تربية عادة السخاء:

عرفه أبو علي أحمد بن محمد (مسكوبه) بقوله:

السخاء: التوسط في الإعطاء وهو أن ينفق الأموال في ما  
ينبغي على مقدار ما ينبغي وعلى ما ينبغي.

وبين أن السخاء فضيلة خلقية جامعة تدرج تحته أنواع كثيرة  
من وجوه الخير والبر والمنفعة. وهي: الكرم والإيثار، الموساة،  
السماحة، المسامحة.

(١) الأخلاق الإسلامية (ج ١ ص ٥٣٧).

(٢) سورة التوبة آية: (١١٩).

(٣) سورة الأحزاب آية: (٢٣).

وقد عرف كل واحدة منها على حدة فقال:

(١) - الكرم: إنفاق المال الكثير بسهولة من النفس في الأمور الجليلة القدر الكثيرة النفع كما ينبغي .

(٢) - الإيثار: فضيلة للنفس بها يكف الإنسان عن بعض حاجاته التي تخصه حتى يبذله لمن يستحقه .

(٣) - النبيل: فهو سرور النفس بالأفعال العظام وابتهاجها بلزوم هذه السيرة .

(٤) - المواساة: معاونة الأصدقاء والمستحقين ومشاركتهم في الأموال والأقوات .

(٥) - السماحة: بذل بعض ما لا يجب .

(٦) - المسامحة: ترك بعض ما يجب والجميع يكون بالإرادة والإختيار<sup>(١)</sup> .

أن السخي ندي الكف يده مبسوطه بالعطاء لمستحقه، وجود بالخير الكثير راجيا رضا الله سبحانه، يعترف بنعمة الله عليه، يدأب على الشكر قدر استطاعته وجهده، يسارع في دفع الحاجة والعوز عن اليتامى والمساكين وأبناء السبيل ومن في حكمهم، يصل أرحامه ويوجد عليهم وإن قاطعوه، وهو في كل ذلك واع مدرك لما يفعل، فالوعي والإدراك من أهم الشروط التي اعتبرها علماء المسلمين في السلوك الإعتيادي الذي يدرج عليه الفرد في جميع المواقف، يظهر هذا فيما قرره الإمام الغزالي بشأن تكوين العادة، ويؤكد أبو علي أحمد بن محمد، وهو شرط لم يهتم به علماء النفس فيما ظهر لي،

(١) تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق (ص ٤١ ، ٤٣) .

فالسخاء بهذا المعنى يفترق عما يبذله السفيه من مال وهو غير شاعر ولا مدرك لما يفعل .

هذا ويستفاد من التعريفات السابقة للسخاء وما يندرج تحته من فضائل ما يلي :

(١) - الوعي والإدراك للمقدار الذي ينفق، ولمن يستحق العطاء .

(٢) - أن تصرف الأموال في الأمور الجليلة القدر ذات المنافع الكثيرة، ويخرج بذلك صرف الأموال في سفاسف الأمور، أو فيما لا يرضى الله ورسوله ﷺ .

(٣) - تخليص النفس من دافع البخل والشح بتقديم حاجة غيره على خاصة نفسه، وإن تكن مرة بين حين وآخر، ليقتلع البخل من جذوره، وليروض ذاته على العطاء .

(٤) - سرور النفس وابتهاجها ببذلها في معالي الأمور .

(٥) - أن لا يقف البذل عند حد الواجب، بل يزداد عليه تطيباً لنفوس المحتاجين .

(٦) - ترك بعض ما يجب إذا ما دعت الحاجة لذلك، وفي كل ذلك خير ونعمة وثواب عظيم إذا قصد به وجد الله تعالى وخلص من الرياء والسمعة .

قال الله تعالى : ﴿لَيْسَ عَلَيْكَ هُدَاهُمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يُشَاءُ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَلَأَنْفُسِكُمْ وَمَا تُنْفِقُونَ إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ يُوَفِّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ﴾<sup>(١)</sup> .

(١) سورة البقرة آية : (٢٧٢) .

إن المال عصب الحياة، قد جعله الله سبحانه وسيلة أساسية تعين الإنسان على إشباع حاجته ومن تلزمه نفقتهم، حيث أوجب عليه السعي لتحصيل المعاش وتحقيق الكفاية لنفسه ولأسرته، وقد رغب الإسلام المسلمين في العمل والكسب ليأكلوا مما كسبت أيديهم، ولم يسقط الإسلام من حسابه أمر العجزة والضعفاء واليتامى الذي لا يستطيعون العمل والتكسب، أو الذين تعجز إمكانياتهم عن الوفاء بحاجاتهم الضرورية، لذا حرض الإسلام الأغنياء ليبذلوا من فضول أموالهم أو قوتهم ما يفي بحاجات إخوانهم المعوزين عوناً لهم.

لذا فقد تكررت الدعوة والحث على الإنفاق والبذل والعطاء المحمود في القرآن الكريم في نحو سبعين مرة، هذا عاد الأمر بإخراج الزكاة الواجبة، وكذا الصدق<sup>(١)</sup>.

منها قوله تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُتَّبَعُونَ مَا أَنْفَقُوا مِنَّا وَلَا أَذَى لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾<sup>(٢)</sup>.

والآية الكريمة تقرر الأدب الذي يجب على المنفق التزامه إذا ابتغى إلى ربه سبيلاً، فلا تبكيت ولا تزدليل ولا تفاخر ولا استعلاء ولا تظاهر على من أنفق عليه ليثبت له الأجر كاملاً أو مضاعفاً، ويزاد عليه الأمن وعدم الحزن في الآخرة.

إن المراهق ميال بطبعه في بداية هذه المرحلة إلى فعل الخير والبر عساه أن يرضي أفراد المجتمع وأن يشد انتباههم إليه، وأن

(١) انظر المعجم المفهرس لألفاظ القرآن مادة نفق.

(٢) سورة البقرة آية: (٢٦٢).

يقدروا دوره وقدرته على المشاركة الوجدانية والعملية البناءة، وكثيراً ما ينتاب المراهق الشعور بالإحباط بسبب عدم اهتمام البيئة الاجتماعية بجهوده الخيرة، وبسبب إمساك الكثيرين من أفراد المجتمع عن البذل والعطاء ومد يد العون لكل محتاج، وبسبب نهم وجشع بعض الأغنياء وكنزهم للمال لدرجة حرمان الفقراء من حقهم المشروع الذي فرضه الله لهم في أموال الأغنياء.

قال تعالى منذراً ومتوعداً: ﴿... وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ﴾ (١).

لهذه الأسباب التي يعيشها بعض أفراد المجتمع المسلم في العصر الحديث ينشأ الصراع بين دوافع المراهق الذي يرقب عن كثب أدوار الأفراد في الحياة الاجتماعية وقد لا تسعفه علومه ومعارفه الدينية للمرور من التجربة المضطربة بسلام، ذلك أن المناهج الدينية التي تدرس في مرحلتي الإعدادية والثانوية لا تساعد على تربية الشخصية الإسلامية الحقة.

وهنا تجدر الإشارة إلى ضرورة إعادة النظر في هذه المناهج وتبديلها بما يطمح إليه أمل كل مسلم، وأن يُختار لها مدرسون أكفاء يقدرون قدسية عملهم، وأن يوثقوا صلتهم بالمراهقين ليتمكنوا من توجيه دوافعهم الفطرية والمكتسبة، وأن يولوا اهتماماً مناسباً لجميع أنواع النشاطات الإيجابية للإفادة بالقوة الدافعة التي تتميز بها هذه المرحلة.

إن دوافع السخاء والجود والكرم والسماحة تشغل حيزاً من

---

(١) سورة التوبة بعض آية: (٣٤).

نفس المراهق، وهذه الدوافع تحتاج إلى التوجيه الدقيق البعيد لكي يتحقق للمراهق الإشباعات النفسية وليكن ذلك ببذل اليسير من المال، حتى يعتاد المراهق بذل جزء من مصروفه الشخصي ينفق في وجوه الخير، وبهذا السلوك تتكون لدى المراهق عادة البذل والعطاء كما ينبغي لمن يستحق.

قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ يَتَّقُونَ أََمْوَالَهُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ سِرًّا وَعَٰلَانِيَةً فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾<sup>(١)</sup>.

إن عادة الإنفاق تظهر واضحة جلية من خلال هذه الآية الكريمة، فلا أدل على كونها من الإستمرار في الإنفاق بالليل والنهار، فما أعظم الأجر الذي أعده الله لمن اعتاد الإنفاق في سبيله، وما أحقر البخيل وأظلمه لنفسه.

روى الإمام البخاري بسنده عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: «ما من يوم يصبح العباد فيه إلا ملكان ينزلان فيقول أحدهما: اللهم أعط منفقاً خلفاً، ويقول الآخر: اللهم أعط ممسكاً تلفاً»<sup>(٢)</sup>.

(١) سورة البقرة آية: (٢٧٤).

(٢) صحيح الإمام البخاري كتاب الزكاة - باب - فأما من أعطى واتقى.

## مراحل تحويل العادات السيئة إلى عادات حسنة في ضوء القرآن والسنة

إن العادة السلوكية أو الأخلاقية إذا ما أريد تحويلها من عادة سيئة إلى عادة حسنة فإنها تمر بمرحلتين رئيسيتين حتى يستقيم سلوك الفرد على العادة الجديدة، وبجانب هذه المراحل مبادئ هامة يجب العمل على تحقيقها لضمان استمرار وجود العادة البديلة، ولضمان عدم الإنتكاسة إلى العادة القديمة.

### المرحلة الأولى : الترك (التخلية)

المرحلة الثانية : التخلية (بناء عادة حسنة تمر بنفس مراحل تكوين العادة).

أما المرحلة الأولى فإنه يندرج تحتها مراحل جزئية تشكل في مجموعها كيفية تخليص المراهق من عاداته السيئة.

### [١] - كراهية العادة السيئة :

فإذا كانت العادة المقصودة بالتحويل هي عادة حب الظهور والخيلاء والتعالي على الناس فعلى المراهق أو المربي أن يبدأ في جمع الآيات والأحاديث الشريفة وأقوال العلماء المسلمين التي تثير

انفعال الكراهية تجاه هذه العادة، وإظهار قبحها ومفاسدها وأضرارها على الفرد ودينه وخلق وأثرها في الحياة الإجتماعية، للتفكير من هذه العادة. وتهيئة نفس المراهق لمرحلة وجدانية تالية ترقى به درجة نحو تعديل السلوك.

قال تعالى: ﴿وَلَا تَصْعُرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرْحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾<sup>(١)</sup>.

وقوله تعالى: ﴿وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرْحًا إِنَّكَ لَنْ تُخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا \* كُلِّ ذَلِكُ كَانَ سَيْئًا عِنْدَ رَبِّكَ مَكْرُوهًا﴾<sup>(٢)</sup>.

روى الإمام أحمد في سنده عن عقيل بن طلحة أبو جبر الهُجيمي قال أتيت رسول الله ﷺ فقلت: «إنا قوم من أهل البادية فعلمنا شيئاً ينفعنا الله تبارك وتعالى به. قال: لا تحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تفرغ من دلوك في إناء المستسقي، وأن تكلم أخاك ووجهك إليه منبسط، وإياك وتسبيل الإزار فإنه من الخيلاء، والخيلاء لا يحبها الله عز وجل، وإن امرىء سبك بما يعلم فيك فلا تسبه بما تعلم فيه، فإن أجره لك ووباله على من قاله»<sup>(٣)</sup>.

وعلى المرابي مدرساً كان أو أباً أو داعية إلى الله تعالى أو مشرفاً اجتماعياً أن ينظر حال المراهق وما يتناسب مع حاجته، وأن لا يثقل عليه كي لا يستصعب أمر التعديل لما اعتاد عليه وألفه، وأن يشعره بأن ذاته مصنونة وأن اعتياد الأخلاق الكريمة تساهم في كمال شخصيته، وتزيد من احترامه وسط الهيئة الإجتماعية.

(١) سورة لقمان آية: (١٨).

(٢) سورة الإسراء آية: (٣٧، ٣٨).

(٣) مسند الإمام أحمد (ج ٥ ص ٦٣).

## [٢] - الندم :

أن يشعر بالندم على اعتياده المعاصي والبعد عن طاعة الله تعالى ، وسلوك طرق الفساد والضلال والغي ، فلا تزال الفرصة سانحة ، والندم شعور وجداني يزيد من كراهية العادة السيئة والنفور منها .

قال الله تعالى : ﴿أَنْ تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتِي عَلَى مَا فَرَّطْتُ فِي جَنْبِ اللَّهِ وَإِنْ كُنْتُ لَمِنَ السَّخِرِينَ﴾<sup>(١)</sup> .

وقال تعالى : ﴿وَيَوْمَ يَعْصُ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا \* يَا وَيْلَتِي لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا \* لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا﴾<sup>(٢)</sup> .

تحدث الآيات السابقة عن موقف وجداني وسلوكي ، أما الوجداني ، فهو الشعور بالحسرة والندم على ما فوته الإنسان على نفسه من الخير والبر ، ويزداد ألمه وحسرتة حين يجد نفسه حسيراً مخذولاً ، فينتقل في سلوك هستيري (مرضي) يعرض يديه لشدة ما يعانیه من الوحدة والألم والندم ، وهذا الموقف السلوكي والوجداني واقع لا محالة لمن يفجر ويفسق عن أمر ربه ، ووقوعه كائن يوم الدين ﴿يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ﴾<sup>(٣)</sup> .

وفي هذا اليوم العظيم لا يفيد ندم ولا يقبل اعتذار ، والعاقل من عرف ذلك فسارع بالندم قبل فوات الفرصة ، وأقبل على ربه

(٢) سورة الفرقان آية : (٢٧ ، ٢٩) .

(١) سورة الزمر آية : (٥٦) .

(٣) سورة المطففين آية : (٦) .

راجياً المغفرة والهداية إلى سواء الصراط .

قال الله تعالى : ﴿ قَالُوا سُبْحَانَ رَبَّنَا إِنَّا كُنَّا ظَالِمِينَ ﴾ \* فَأَقْبَلَ بَعْضُهُمْ عَلَى بَعْضٍ يَتَلَوْمُونَ \* قَالُوا يَا وَيْلَنَا إِنَّا كُنَّا طَاغِينَ \* عَسَى رَبُّنَا أَنْ يُبَدِّلَنَا خَيْرًا مِنْهَا إِنَّا إِلَى رَبِّنَا رَاغِبُونَ ﴿١﴾ .

إن الشعور بالندم بعد الوقوع في الذنب يرجي له القبول والمغفرة، وهذا فضل الله يؤتيه من يشاء من عباده، فمن عرف ربه وخاف مقامه، فتاب إليه فإن الله يفسح له أبواب رحمته وعفوه، شريطة أن ينيب إليه ويسلم وجهه له ويتبع ما أنزله على رسوله ﷺ .

### [٣] - هجر المعصية :

قال تعالى : ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ \* فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴾ (٢) .

روى الإمام مسلم بسنده عن أنس بن مالك رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال : « لا تباغضوا ولا تحاسدوا ولا تدابروا وكونوا عباد الله إخواناً ولا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث» (٣) .

### كيفية هجر المعصية (العادة)

يرى بعض العلماء أنه يتم التخلص من العادة بالتدرج شيئاً فشيئاً، حيث أنها قد تكونت بالتدرج، واستند في هذا على تدرج التشريع الإسلامي في تحريم الخمر، فقال : «هذا هو السر في

(١) سورة القلم الآيات : (٢٩ ، ٣٢) .

(٢) سورة النازعات آية : (٤٠ ، ٤١) .

(٣) صحيح مسلم كتاب البر والصلة - باب - تحريم التحاسد .

القرآن الكريم حرم الخمر على ثلاث مراتب، فقد ورد في الخمر ثلاث آيات. الأولى قوله تعالى: ﴿يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا﴾. (١) وقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ...﴾ (٢) وقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (٣).

يعلمنا الله جل جلاله بهذه الآيات الثلاث قاعدة من أسمي قواعد علم النفس، ولقد جاءت التجارب فيما بعد مؤيدة لها، ودالة على أنه لا يجوز أن تهجر العادة دفعة واحدة، ولو كانت ضارة كالخمر الذي حرمه القرآن على ثلاث مراتب، إذ لو هجرها معتادها جملة واحدة، لكان هذا هو السم القاتل، لأن الخمر - كما يقول الأطباء - ينفذ أثرها إلى أعماق المراكز العصبية، فتورثها حدة عنيفة، فإذا ما ترك شربها فجأة، حدث اختلال واضطراب في النظام العصبي بالانتقال من حال الحدة القصوى، إلى حال السكون التام، فتختل الموازين الحيوية، دون أن يتأهب الجسم لهذا الإختلال، من أجل ذلك يجب أن يكون هجر العادة والإقلاع عنها مماثلاً لتكوينها واعتناقها...» (٤).

والحق أن تحريم الخمر قد مرّ بأربع مراحل، جاءت المرحلة الأولى قبل هذه المراحل الثلاث المشار إليها، وقد تضمنها قوله عز وجل ﴿وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا

(١) سورة البقرة آية: (٢١٩).  
 (٢) سورة النساء آية: (٤٣).  
 (٣) سورة المائدة آية: (٩٠).  
 (٤) الخلق الكامل (ج ١ ص ٦١).

حَسَنًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١﴾

إن الصحابة رضوان الله عليهم أجمعين يدركون أسرار لغتهم وقواعدها، التي منها، أن المعطوف يخالف المعطوف عليه، فلهذا أدركوا أن السكر المتخذ من ثمرات النخيل والأعناب ليس من أنواع الرزق الحسن، إذ لو كان لما وقع العطف على النسق الذي جاء بالآية الكريمة، ومن هنا صدر تساؤلهم عما في ذلك من سر لا يدركونه، وبذلك تهيأت نفوسهم للترقي إلى المرحلة الثانية على طريق التحريم المؤبد.

إن تدرج التشريع في تحريم الخمر وغيره من الأمور التي حرمت على مراحل متعاقبة لا يلزم منه أن يكون الأسلوب الأوحى لتخلص الفرد من عاداته السيئة، ذلك أن التشريع الإسلامي قد حرّم كثيراً من العادات الأخلاقية والسلوكية - التي ألفها العرب قبل الإسلام ودرجوا عليها أمداً طويلاً - كفحش القول وإيذاء الجار وقطع الأرحام والإغارة والسلب والزنا وأعظم من ذلك كله الشرك بالله تعالى .

إن جميع القضايا الاعتقادية: كتوحيد الألوهية والربوبية والإيمان باليوم الآخر والملائكة والكتب المنزلة على جميع الرسل صلوات الله وسلامه عليهم وغير ذلك من قضايا أصول الدين لم يتم في تدرج .

وإن كثيراً من العادات الأخلاقية والسلوكية قد حرمت دفعة واحدة .

---

(١) سورة النحل آية: (٦٧) .

قال الله تعالى: ﴿قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبِّي عَلَيْكُمْ أَلَّا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِنْ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَلِكَمْ وَصَاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ \* وَلَا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلَّا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّى يَبْلُغَ أَشُدَّهُ وَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ لَا تَكْلَفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا وَإِذَا قُلْتُمْ فَاعْدِلُوا وَلَوْ كَانَ ذَا قُرْبَىٰ وَبِعَهْدِ اللَّهِ أَوْفُوا ذَلِكَمْ وَصَاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾ (١).

فهذه جملة من أنواع السلوك النفسي والاجتماعي قد حرمت دفعة واحدة وهناك كثير من أنواع السلوك النفسي والاجتماعي والأخلاقي تم تحريمها وفق هذا الأسلوب التشريعي، ولهذا أرى تقسيم العادات السيئة التي يراد تحويلها إلى عادات حسنة إلى قسمين رئيسيين:

- عادات ذات صلة بأجهزة الجسم.
- عادات لا تؤثر في أجهزة الجسم.

فالعادات التي تؤثر في أجهزة الجسم العصبية أو الفسيولوجية يتم تخليص المراهق منها بالتدريج تحت إشراف الدعاة المسلمين والأخصائيين الاجتماعيين والأطباء المتخصصين في معالجة الإدمان للسجائر والمخدرات بأنواعها المختلفة، ذلك أن عادة شرب السجائر قد انتشرت بين المراهقين بشكل واسع يدعو إلى توجيه عناية مناسبة لتحذيرهم وحمايتهم من هذه العادة السيئة التي تزيد من أعباء المراهق المالية كما أنها تعرض الجسم للإصابة بالأمراض

(١) سورة الأنعام آية: (١٥١، ١٥٢).

العضوية الخطرة، كما أن المخدرات قد بدأت تنتشر بين المراهقين والشباب حيث إن العصابات الإجرامية - التي تعمل على بيع وترويج المواد المخدرة - تتخذ من بعض المراهقين والشباب واسطة لعمليات البيع والترويج، وهذه بداية نذير بالخطر الذي يهدد مستقبل الأمة الإسلامية، وإنه ليستوجب المواجهة الحاسمة والضرب بعنف على رؤوس الشر والفساد الذين يساعدون أعداء الأمة الإسلامية بنشرهم للفساد وقتلهم للطاقات والاستعدادات المزخورة في مراهقي الأمة وشبابها، فهم الدعامة الأساسية لبناء نهضتها في المستقبل.

أما جميع العادات السلوكية والأخلاقية السيئة التي لا تؤثر في أجهزة الجسم فإن تحويلها يتم دفعة واحدة، ثم بناء عادة حسنة بديلة لها، وهذا منهج القرآن الكريم في معالجة العادات السيئة، مثال ذلك نهي الله تعالى ووعيده لمن أثاروا الإفك ولمن أذاعوه.

قال الله تعالى: ﴿يَعْظُمُ اللَّهُ أَنْ تَعُودُوا لِمِثْلِهِ أَبَدًا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾<sup>(١)</sup>.

### التوبة الصادقة:

يفتح الله سبحانه وتعالى أبواب رحمته أمام العصاة المسرفين الذين طال بعدهم عن الله عز وجل حتى اعتادوا فاسد السلوك وسيء الأخلاق، وظنوا بأنهم طردوا من رحمة الله، وأن حالهم لا يرجي له قبول، فإذا هم أمام فيض من الرحمة، وبحر من المغفرة والنعمة، تغسل فيه جميع الذنوب فلا يبقى من ظلامها أثر في النفوس.

(١) سورة النور آية: (١٧).

قال الله تعالى: ﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذَّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ \* وَأَنِيبُوا إِلَىٰ رَبِّكُمْ وَأَسْلِمُوا لَهُ مِن قَبْلِ أَن يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنصَرُونَ \* وَاتَّبِعُوا أَحْسَنَ مَا أُنزِلَ إِلَيْكُم مِّن رَّبِّكُمْ مِن قَبْلِ أَن يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ بَغْتَةً وَأَنتُمْ لَا تَشْعُرُونَ ﴿١﴾.

هذه الرحمة الواسعة التي تحتوي الذنوب والمعاصي كائنة ما كانت لا تنال بدون الإنابة وإسلام الوجه لله رب العالمين والأتباع لما أنزله تعالى على رسوله نبينا محمد ﷺ، فإن رحمة الله وإن وسعت كل شيء فلن ينالها المبطلون الذين يفسدون في الأرض ولا يصلحون والذين يهزؤون بالقيم والأخلاق ومن كل ذلك يسخرون إنما ينالها من أناب وأسلم وجهه لله وصدق في توبته مع الله، وعقد عزمه وقوى إرادته فهجر المعاصي والذنوب.

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُم سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ يَوْمَ لَا يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا ائْتِمْنَا لَنَا نُورًا وَاغْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ ﴿٢﴾.

إن النفس بطبيعة تكوينها تميل إلى استبدال المعصية بالطاعة وهذا موقوف على رغبة الفرد في تحويل عاداته السيئة إلى عادات حسنة يرضى الله تعالى عنها ورسوله. يقول أبو حامد: (إذا كانت النفس بالعادة تستلذ الباطل وتميل إليه وإلى المقابح فكيف لا تستلذ الحق لو ردت إليه مدة والتزمت المواظبة عليه، بل إن ميل النفس

(١) سورة الزمر الآيات: (٥٣، ٥٥). (٢) سورة التحريم آية: (٨).

إلى هذه الأمور الشنيعة خارج عن الطبع، فإنه يضاهي الميل إلى أكل الطين، فقد يغلب على بعض الناس ذلك بالعادة، فأما ميله إلى الحكمة وحب الله تعالى ومعرفته وعبادته فهو كالميل إلى الطعام والشراب فإنه مقتضى طبع القلب، ذلك أنه أمر رباني وميله إلى مقتضيات الشهوة غريب عن ذاته وعارض على طبعه<sup>(١)</sup>.

إن الله تعالى يفرح بتوبة عبده وإقباله عليه، ورجائه لمغفرته وعفوه وفراره من غضبه ومقتته.

روى الإمام مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «لله أشد فرحاً بتوبة أحدكم، من أحدكم بضالته، إذا وجدها»<sup>(٢)</sup>.

---

(١) إحياء علوم الدين (ج ٣ ص ٥١).

(٢) صحيح الإمام مسلم كتاب التوبة - باب - الحصن على التوبة والفرح بها.

## العادة عند علماء النفس

### - تعريف العادة:

العادة هي: اكتساب المهارات الحركية والقدرة على استخدامها بطريقة شعورية<sup>(١)</sup>.

### - مراحل تكوين العادة:

- (١) - تركيز الإهتمام.
- (٢) - التكرار والتجارب.
- (٣) - أداء العمل دون تفكير أو شعور<sup>(٢)</sup>.

وهذه المراحل لا تختلف عن مراحل تكوين العادات في الدراسة النفسية الإسلامية.

---

(١) مبادئ علم النفس العام. (ص ٢١٠).

(٢) مجلة التربية الحديثة - عدد أكتوبر ١٩٣٩ م (ص ٦٢) الأستاذ اسماعيل منصور. وانظر علم النفس في الحياة (ص ١٢٦، ١٣٤) ماندر - ترجمة نظمي خليل.

## شروط تكوين العادة:

«يوجد شرط أساسي في تكوين العادة: هو وجود المثير، والإستجابة ثم العمل»<sup>(١)</sup>.

إن الشرط الأساسي الذي يرى علماء النفس لزومه في تكوين العادة يتوفر وجوده بكثرة في القرآن الكريم وفي سنة الله ﷺ، فلا تكاد تخلو سورة من القرآن الكريم من مجموعة من الآيات التي تثير الرغبة في الطاعة لما يصاحبها من الشعور بالأمن والإستقرار والرضا، كما تثير الشوق إلى دار الخلود في جنات عرضها السماوات والأرض ونعيم مقيم ورزق لا يبلى إلى غير ذلك مما تشتهيه الأنفس وتلذ الأعين، كما لا تكاد تخلو سورة من مجموعة من الآيات التي تثير الخوف والفرع بسبب ارتكاب الإثم والإصرار على المعصية، فتتوعد من ظلموا أنفسهم بالخزي والعذاب في الدنيا والآخرة.

قال الله تعالى: ﴿تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ \* وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَتَعَدَّ حُدُودَهُ يُدْخِلْهُ نَارًا خَالِدًا فِيهَا وَلَهُ عَذَابٌ مُهِينٌ﴾<sup>(٢)</sup>.

جاءت الآيتان تعقياً على العادات الحسنة التي أقامها المنهج القرآني في حياة المسلمين على أنقاض عادات سيئة درج عليها العرب في جاهليتهم قبل الإسلام، فكانت هذه الآيات بمثابة الحارس القوي الذي يتابع إقرار العادات الجديدة في الطباع، فمن

(١) مجلة التربية الحديثة - (ص ٦٢) وانظر علم النفس في حياتنا اليومية (ص ١٤٠، ١٤٨) سمير شيخاني - الآفاق الجديدة - بيروت.

(٢) سورة النساء آية: (١٣، ١٤).

تردد في الوفاء واتباع الأمر رده طمعه في رضوان الله والفوز بجنته فيقف عند حدود ربه محافظاً عليها، ومن جذبته العادات السيئة وألحت في الظهور رده خوفه من تعدي حدود ربه كي لا يخلد في النار معذباً مهاناً.

هذه المثيرات ضمنت تخليص المجتمع الإنساني من العادات الفاسدة التي سادته في الجاهلية والتي تسوده كلما أطلت الفتنة برأسها عياداً بالله .

لقد عالجت الآيات العشر الأولى من سورة النساء عادات سادت المجتمع العربي قبل الإسلام .

\* العادة الأولى : ظلم اليتيمات اللاتي يكن في ولاية أقربائهن من الرجال الذين يجوز لهم التزوج بهن ، والدافع لهذا الزواج رغبة وليّ اليتيمة في مالها، وكانوا لا يعطونها مهر مثلها، فأمر الله المسلمين بالقسط مع اليتامى ، ونهاهم عما كان معتاداً في الجاهلية .  
«إنهم كانوا يتزوجون من تحل لهم من يتامى النساء اللاتي في ولايتهن ، لكن لا رغبة فيهن بل في مالهن ويسئنون صحبتهن ويتدبصون بهن أن يمتن فيرثوهن فهوا عن ذلك»<sup>(١)</sup> .

\* العادة الثانية : نضييع أمال اليتامى بالأكل منها أو بسوء الصرف أو بضمها إلى أموالهم وعدم تنميتها، فنهاهم الله سبحانه عن ذلك ، وأمرهم بالإستعفاف وحفظ أموال اليتامى والعمل على تنميتها وإصلاح شأنها، وأباح لهم أن يأكلوا منها بالمعروف إن افتقروا إلى ذلك ، وأمرهم بتسليم اليتيم أمواله بكاملها وتمامها، بمجرد أن يبلغ

---

(١) روح المعاني (ج ٤ ص ١٨٩) .

اليتم الرشد وتبين قدرته على حسن التصرف، وأن يختبروا حسن تصرفه في الأموال بيعاً أو شراءً، فإن ظهر لهم رشده دفعوا إليه أمواله وأشهدوا عدلين عند التسليم.

**العادة الثالثة:** ظلم البنات والصبية بحرمانهم من الميراث بحجة عدم مشاركتهم في الحروب أو رد العدوان، فقرر القرآن الكريم حق الرجال والنساء في الإرث، فتعينت الحقوق وتحددت الأنصبة فلم يعد هناك مجال للميل أو الاجتهاد.

وأعقب ذلك بما يثير في النفوس الرغبة في الطاعة والنفور من المعصية والالتزام بحدود الله وشرعه الحكيم.

## أنواع العادات:

للعادة أنواع ثلاثة:

**أولاً: العادة الآلية،** كالمشي وسائر العادات الآلية: وهي قريبة الشبه جداً بالأفعال المنعكسة غير أن الفارق بينها أن العادة تكون نتيجة لملاحظة أو تفكير ثم تتكون بعد ذلك من تلقاء نفسها بخلاف الفعل المنعكس فإنه لا أثر فيه للشعور أو التفكير البتة.

**ثانياً: العادة الحسية الحركية** يكون الشعور فيها قليلاً كعادة الأكل واللباس وما شاكل ذلك. فإن رؤية الأكل تحمل على تناوله ورؤية الأطباق والملاعق وسائر آلات الأكل تدعو إلى استعمالها، ورؤية الحلة تدعو إلى لبسها.

**ثالثاً: العادة الفكرية الحركية:** وهي تختلف عن النوعين المتقدمين في أن الباعث فكرة أو شيء معنوي وليس حسيماً: فمثلاً عادة الكلام أو الخطابة يجتهد صاحبها في إنتقاء الألفاظ وتخير

الكلم وبعد ذلك تصبح عادة له إذا نطق فبالقول الفصيح ، وإذا -  
تحدث فبعذب الكلام ، فالكلام ذاته أمر حسي ولكن اختيار الألفاظ  
أمر معنوي ، ومثل ذلك كثير من العادات التي يحتاج الحافظ لها إلى  
التفكير أو الإختيار .

ويلحق بالعادة الفكرية ، العادة الخلقية والاجتماعية .

«فالعادة الخلقية أو الاجتماعية ومثالها كثير مثل عادة النظافة  
والصدق والأمانة واستقامة السيرة وكل ما له اتصال بالأمر الخلقية  
والاجتماعية يختص بهما الإنسان ، ومما يجدر ملاحظته أن تكوين  
هذه العادة لا يكون عن طريق بيان محاسنها ومزاياها ولكنها ترسخ  
بالوجهة العملية المحضة ومن طريق التكرار والممارسة»<sup>(١)</sup> .

وإني ألاحظ على أنواع العادة - المشار إليها - ملاحظتين .

الأولى : قرب ما بين النوعين الأولين لاشتراكهما في عامة  
المظاهر ، فإنهما يشتركان في الحركة والحس .

الثانية : الحاق العادات الخلقية والاجتماعية بالعادة الفكرية  
الحركية على الرغم من اختلافهما في كثير من المظاهر ، فأين عادة  
الصدق والنظافة والأمانة من عادة الخطابة .

كما أن الكاتب قد أغفل العادات العقلية المحضة ، وذلك  
كالتفكير والتذكر والتخيل والانتباه .

وبهذا يصبح تقسيم علماء المسلمين لأنواع العادات أكثر دقة  
وشمولاً .

---

(١) مجلة التربية الحديثة (ص ٦٢) .

وأما عن قول الكاتب بأن العادة لا تتكون ببيان محاسنها ومزاياها وأنها ترسخ بالوجهة العملية والممارسة المتكررة، فإن المنهج الإسلامي قد أكد على هذا المبدأ منذ أربعة عشر قرناً، فقد جاء ذلك في مواضع كثيرة من الذكر الحكيم، منها، قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ \* كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ﴾ (١).

إن المنهج القرآني لا يقبل الانفصال بين النظرية والتطبيق، ولهذا أنكر على المؤمنين أن يختلف قولهم عن فعلهم، فعد ذلك أصلاً من الدين، ولهذا أسس مبدأ القدوة والأسوة الحسنة في رسول الله ﷺ، قال تعالى: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾ (٢).

كما أسس مبدأ القدوة في الآباء المؤمنين. فقال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلَتْنَاهُمْ مِنْ عَمَلِهِمْ مِنْ شَيْءٍ كُلُّ امْرِئٍ بِمَا كَسَبَ رَهِينًا﴾ (٣).

محو العادة وإبدالها:

«لقد وضع بين «Bain» أسساً لتكوين العادة فقال:

(١) - يجب أن يكون الحافز قوياً فيصحب العمل بدافع قوي مصحوب بعزيمة متينة.

(٢) - عدم السماح لفرجة أو ثلمة تتخلل ما عزم عليه الإنسان، فلا يتساهل ولا يكسر القاعدة بفعل مصاد لما عزم عليه إلا إذا امحى

(١) سورة الصف آية: (٢، ٣).

(٢) سورة الأحزاب آية: (٢١).

(٣) سورة الطور آية: (٢١).

الأثر الأول وأصبح صاحبه بمأمن من الرجوع إليه .

فمثلاً إذا كان مدمناً أو عزم على ترك عادة التدخين فلا يسمح لنفسه بتناول شيء ، وكذلك إذا كان متواكلاً أو كسولاً أو متراحياً في عمله فلا يؤخر عمل اليوم إلى الغد ولا يسمح لنفسه كذلك بكسر تلك القاعدة بفعلٍ شاذٍ فإن ذلك يكون بمثابة الصرع في البنيان»<sup>(١)</sup>.

ويقول وليم جيمس بصدد هذا الأمر ما يلي :

(١) - تدرع بأقوى دافع مستطاع، وضع نفسك في الظروف التي تشجعك على المضي في الطريق الجديد وقم بأعمال جديدة تعارض الأعمال القديمة، واستعن بما فيك من شعور الكبرياء، وقيد نفسك ببعض العهود في حضور غيرك من الناس، وقوي عزمك بكل وسيلة مستطاعة.

(٢) - لا تسمح بأي استثناء حتى ترسخ العادة الجديدة، لأن كل ثلثة تدخل منها العادة القديمة تشبه سقوط كرة من الخيط عنى الإنسان بلفها، إن سقطت مرة ترتب على سقوطها بذلك مجهود أكبر مما بذل في طيها، حتى تعود ثانية إلى ما كانت عليه .

(٣) - ولترحب بكل فرصة لا تمنعك من تنفيذ عزمك .

(٤) - ولتجعل قدرتك على بذل الجهد حيّةً فيك دائماً ببذل مجهود إضافي سبرع به من عند نفسك كل يوم، ولتكن باستمرار وانتظام بطلاً ولو ببعض الأعمال النافعة، فتزاول كل يوم عملاً من

---

(١) مجلة التربية الحديثة (ص ٦٤) وانظر مجلة التربية الحديثة (ص ٢٨ ، ٣٣) أكتوبر ١٨٨٨ - المحرم ١٣٠٦).

الأعمال، لا شيء إلا لصعوبته، حتى إذا ما جاءت ساعة الحاجة ووجدتكم متأهباً لتحمل المشقة، فالرجل الذي عود نفسه الإنباه المُركّز وبذل الجهد الإرادي، وإنكار الذات في الأشياء التافهة يقف ساعة الخطر كالصرح العظيم الذي لا تزعزعه الأعاصير»<sup>(١)</sup>.

إن المنهج الإسلامي في التربية قد قرر هذه المبادئ واعتبرها أساساً للسلوك الإنساني الصحيح، لذا فإن المؤمنين حين تتجاذبهم الشهوات أو الأهواء يذكرون الله تعالى على الفور فيثوبون إلى رشدهم ويمسكون بزمام أنفسهم.

قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ﴾<sup>(٢)</sup>.

إن مضاء العزيمة له أثر عظيم في تحويل العادة السيئة إلى عادة حسنة، وهو في حد ذاته موقف إيجابي يدل صراحة على قوة شخصية الفرد، وهذا يتوجب بالضرورة تربية المراهق عليه، واستغلال ما لمرحلة المراهقة من خصائص نفسية تساعد على إبراز هذا الجانب في شخصية المراهق، الذي يميل إلى إثبات ذاته وفرديته بكل الوسائل، ويعمل جاهداً على إبراز قدراته واستعداداته رغبة في أن يسلم له المجتمع بمظاهر النضج التي تحققت له، فما أكثر المحاولات التي يبذلها لجذب الأنظار إليه، ولعل هذا أحد

(١) علم النفس في الحياة (ص ١٣١) تأليف - ماندر - ترجمة نظمي خليل.  
وانظر كتاب التربية (ص ٦٥، ٦٧) الحكيم الألماني كانت - نقله من الألمانية إلى الإنجليزية أنت تشرقون - ونقله إلى العربية الشيخ طنطاوي جوهرى.

(٢) سورة الأعراف آية: (٢٠١).

الأسرار الكامنة وراء انحرافات بعض المراهقين وخاصة الذين يفشلون في الحصول على تسليم الأسرة بنضجهم، ويستمرون في معاملتهم بما لا يتناسب مع خصائص هذه المرحلة، وكان الأولي بهم أن يعاملوهم بأسلوب يساعد على تربيتهم وتوجيههم إعداداً لتقبل دورهم الجديد في المجتمع.

لقد تبين من خلال هذه الدراسة سمو المنهج الإسلامي في التربية في كل ما سنه من أخلاق كريمة عالية زاكية، فلا تدانيها الأخلاق في أي نظرية تربوية قديمة أو معاصرة، وليس لها أن تدرك ذلك فهي مناهج بشرية بحتة تعتمد في دراستها وأبحاثها ونظرياتها على العقل البشري وعلى الموروث من العادات وعلى الترهات والأساطير والأباطيل، فهي لهذا بعيدة عن الحق والصواب حتى فيما تستند فيه على العقل، ذلك أنه لا يستطيع إدراك الحقائق على ما هي عليه، ما لم يهتد بنور الوحي المنزل من الله، وهو عين ما انفرد به المنهج الإسلامي في التربية.

## خاتمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على نبينا محمد وآله وصحبه أجمعين . . . وبعد.

فالمجتمع المسلم والمراهق المسلم كل منهما في أمس الحاجة إلى أخذ الحذر والحيطه، ودوام اليقظة على مداخل النفس ومنافذها كي لا تتسرب إليها الإنفعالات الضارة، خشية أن تتحول إلى عاطفة، تضر بالفرد والمجتمع، لذا تحرص التربية الإسلامية على تكوين العواطف السامية لتكون أساساً لتكوين العادات السلوكية الفاضلة، ذلك أن العادة تلعب دوراً كبير الأهمية في السلوك الإنساني بصفة عامة، وسلوك المراهق بصفة خاصة، فالمراهق تزداد خبرته منذ بداية هذه المرحلة ويتميز سلوكه عنه في مرحلة الصبا، كما تزداد دائرة تفاعله في بيئته الإجتماعية.

وبذلك تبرز مجموعة جديدة من السلوك الإجتماعي والنفسي منذ بداية هذه المرحلة، ويجد المراهق ميلاً نحو موضوعات معينة من السلوك، فإذا ما تكرر هذا السلوك صار عادة له يلزمها مدة حياته أو أمداً طويلاً، وهذه الإستجابة تلزم صفة واحدة لا تختلف في جميع الحالات، إلا أن يجد المراهق فيها مظهراً لا يليق بمكانه

ودوره في المجتمع، فيعمل على تعديل سلوكه الإعتيادي بالطرق الموصلة إليه، فكثيراً ولو أننا دققنا النظر في حياتنا اليومية لوجدنا أن عامة نشاطاتنا البدنية والنفسية والعقلية تقوم على أساس من العادات التي تكونت لنا بحكم تربيتنا وتفاعلنا مع بيئتنا الإجتماعية في المجتمع المسلم.

ومن هنا تظهر أهمية تربية العواطف المعنوية الطاهرة لتسود سلوكنا الفردي والجماعي، ولتكون أساساً قوياً لتكوين عادات سلوكية راشدة.

والحمد لله رب العالمين

د/ محمد السيد الزعبلأوي