أساليب القرآن فى تحقيق الصحة النفسية للإنسان

مستل من رسالة ماجستير بعنوان:

التنمية البشرية والمستدامة فى الشريعة الإسلامية وهى رسالة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه

إعداد الأستاذة

هند محمد الديب عبد العزيز نصر

طالبة ماجستير بقسم الشريعة الإسلامية

كلية دار العلوم- جامعة الفيوم

تحت اشراف

أ .د .صابر السيد متشالى — الأستاذ بقسم الشريعة الإسلامية — مشرفاً رئيساً

أ .د . على محمد عفيفى — أستاذ ورئيس قسم الشريعة الإسلامية — مشرفاً مشاركاً

كلية دار العلوم- جامعة الفيوم

ملخص البحث

إن الإسلام اعتنى عناية خاصة بالصحة النفسية والعقلية للإنسان، بل وجعلها من الضروريات الخمس التي دعا للمحافظة عليها وهي: الدين والنفس والمال والنسل والعقل، كما أن نصوصه الشرعية دعت لعناية الفرد بعقله الذي يُعد ميزانًا له يستطيع من خلاله أن يحقق ذاته فينفع نفسه وينفع غيره.

مفهوم الصحة النفسية :

أن يكون الإنسان طبيعيا، سويا، فالصحة هي الممارسة الطبيعية للحياة (الفطرة)، ويعتبر المرض هو الانحراف (الشذوذ) عن مسار الصحة النفسية والجسمية.

فالصحة النفسية أولوية إنسانية وإنمائية عالمية، ينبغي أن توضع في أولوية كل فرد وكل مجتمع فنحن أحوج ما نكون إلى الحفاظ على الإنسان واستغلاله في الإنتاج والعمل والمشاركة المجتمعية وكل ذلك يقوم على العقل السليم الذي يفكر فيبدع ويعي ما يحيط به من مخاطر فكرية ومادية فيأخذ حذره، كما أن الحفاظ عليه يتفق مع دعوة القرآن بعدم الإلقاء بالنفس في طريق التهلكة.

سعى الإسلام من خلال تشريعاته إلى تهذيب النفس وتخليصها من أدران الشر ونوازع الباطل، وجعلها بذلك سليمة، معافاة، قوية، قادرة على الفعل الإيجابي والإصلاح المجتمعي، تمهيداً لأن يكون المسلم مواطناً صالحاً.

وعلى هذا الأساس، تعد الصحة النفسية من أسمى مقاصد الإسلام، لما لها من دور في إصلاح الفرد وتأهيله لخدمة المجتمع في ما يعود عليه بالنفع العميم، وهكذا قصدت التشريعات إلى تخليص الإنسان من كل ما يمكن أن يجعله فرداً سلبياً غير ذي نفع. فالإنسان مخلوق ضعيف، و يرجع ضعفه إلى الخصائص و العناصر التي يتألف منها، و المفهوم القرآني للنفس و الجسم يهدف إلى الحفاظ على الإنسان و وقايته وتقويته .

١) تقوية المؤمن الصلة بالله عن طريق الذكر تزيده طمأنينة و تجنبه القلق و الوساوس.

٢) القرآن الكريم خير وقاية و علاج و تأهيل لمختلف الأمراض، و خير ضمان للصحة النفسية و الجسمية .

٣) وجوب حفظ الفرج بتزكية النفس و وقايتها و تربيتها ، و النهي عن الزنا و الاعتداء و تجاوز الأحكام .

٤) القرآن الكريم شفاء و رحمة لمن يقرأه و يستفيد منه ، و خسارة لمن يتهاون فيه و يظلم بذلك نفسه .

٥) وجوب اعتزال النساء في فترة الحيض لتوفير الصحة النفسية و الطهارة الجسمية لكل الأطراف .

٦) الأمر بغض البصر لتجنب الفساد النفسي و الأخلاقي ، و الأمر بحفظ الفرج لتجنب الزنا و الأمراض.

٧) النهي عن الأكل المضر بالجسم ، و الإذن في ذلك عند الاضطرار حفاظا على النفس و البدن من الزوال.

٨) وجوب توفير الوقاية الصحية عن طريق الطهارة و الوضوء و الغسل ، و النهي عن الخمر و النجاسة .

٩) أهمية الصحة الروحية لتزكية النفس، و التدرب على التحكم في الذات. و الإعفاء من الصوم عند المشقة لحفظ النفس

لقد سعى الإسلام بهديه النوراني إلى خلق نفس مطمئنة سوية تواجه الحياة والمشاكل بقوة ومناعة وتفاؤل، وتقاوم المثبطات وأمواج الشر العاتية بكثير من الإيمان الراسخ الذي لا تزحزحه الجبال ولا تزعزعه أعتى قوى الشر، وبذلك يكون المسلم نافعاً لمحيطه ومجتمعه قائماً على الإصلاح وأداء الرسالة.

summary

Islam took special care of psychological and mental health, and even made it one of the five necessities that it called to preserve, which are: religion, soul, money, offspring and the mind, and its legal texts called for the individual to take care of his mind, which is a balance for him through which he can achieve himself, benefit himself and benefit others.

Mental health is a global humanitarian and development priority, which should be placed in the priority of every individual and every society, as we are in dire need of preserving the human being and exploiting him in production, work and community participation. Also, preserving it is consistent with the call of the Qur'an not to throw oneself into the path of destruction.

Islam sought, through its legislation, to refine the soul and rid it of evil and impulses of falsehood, thus making it sound, healthy, strong, capable of positive action and societal reform, in preparation for the Muslim to be a good citizen

On this basis, mental health is one of the loftiest purposes of Islam, because of its role in reforming the individual and rehabilitating him to serve the community in what brings him general benefit, and thus the legislation intended to rid the human of everything that could make him a passive and useless individual. Mental health is achieved by several interrelated and inseparable matters that complement each other, which are highlighted in the following:

Faith: Faith instills in the heart of the Muslim absolute certainty of safety, comfort and tranquility

Prayer: Prayer is the pillar and foundation of religion, by which the Muslim connects his relationship with his Lord and relieves himself from the fatigue of life

Dhikr: Dhikr is a daily habit practiced by the Muslim, which charges him with positive energy whose source is hidden, and which inspires life and strength in the soul

With its luminous gift, Islam has sought to create a peaceful soul together that faces life and problems with strength, immunity, and optimism, and resists inhibitions and fierce waves of evil with much firm faith that is not moved by mountains and is not shaken by the mighty forces of evil.

الكلمات الإفتتاحية

أساليب القرآن – فى تحقيق – الصحة النفسية

سبب اختيار موضوع البحث ومدى أهميته

سعى الإسلام من خلال تشريعاته إلى تهذيب النفس وتخليصها من أدران الشر ونوازع الباطل، وجعلها بذلك سليمة، معافاة، قوية، قادرة على الفعل الإيجابي والإصلاح المجتمعي، تمهيداً لأن يكون المسلم إنسانا صالحاً.

وعلى هذا الأساس، تعد الصحة النفسية من أسمى مقاصد الإسلام، لما لها من دور في إصلاح الفرد وتأهيله لخدمة المجتمع في ما يعود عليه بالنفع العميم ، لذا كان اختيار موضوع البحث فى أساليب القرآن فى تحقيق الصحة النفسية .

خطة البحث

- **المطلب الأول** : أساليب القرآن فىتحقيق مقصد الصحة النفسية

  أولا : عناية القرآن بالروح وتطهيرها

  ثانياً : عناية القرآن بالجسد

  ثالثاً : عناية القرآن بالعقل

- **المطلب الثانى** : أساليب القرآن فى تحقيق الصحة النفسية للإنسان

- **المطلب الثالث** : التوجيه القرآنى لتحقيق الصحة النفسية

منهج البحث

١- البحث في كل مطلب على حده، انطلاقاُ من أهمية هذا المقصد من مقاصد الشريعة وهو تحقيق الصحة النفسية

٢- قراءة الكتب الخاصة بتحقيق الصحة النفسية مع عرض هذه المعلومات على ميزان الشرع ، وتأصيل المتوافق منها مع الشرع من القرآن الكريم.

٣- عزوالآيات إلى السور مع ذكر أرقام الآيات

٤- تخريج معانى الألفاظ المستغربة من كتب اللغة

٥- المنهج المتبع هوالمنهج الإستقرائى

تمهيد

سيتناول البحث **أساليب القرآن الكريم فى تحقيق الصحة النفسية** والتى تنبثق من هدى الله تعالى ، فتحقيق الصحة النفسية فى القرآن تكون عن طريق العناية بالروح والجسد والعقل تلك المنظومة المتاكاملة التى تشكل الصحة النفسية للإنسان .

أولا: عناية القرآن بالروح وتطهيرها

اهتم القرآن الكريم بروح الإنسان ، تلك اللطيفة الربانية التى أودعها الله تعالى فى الإنسان ، فقام على تطهيرها وتزكيتها لتكون طائعة لله لتنعم بسعادة الدارين الدنيا ، والآخرة ووضع لها منهجاً فى ذلك.

وقد عنى القرآن بتنمية الروح وتزكيتها باستخدام وسائل عديدة منها :

١-ربط الإنسان بخالقه وتقوية الجانب الروحى بالإيمان بالله

- قال تعالى :- (لَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحًا إِلَى قَوْمِهِ فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ إِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ)[١]

تفسير الآية

لما ذكر تعالى قصة آدم في أول السورة وما يتعلق بذلك وما يتصل به وفرغ منه شرع تعالى في ذكر قصص الأنبياء عليهم السلام الأول فالأول فابتدأ بذكر نوح عليه السلام فإنه أول رسول بعثه الله إلى أهل الأرض بعد آدم عليه السلام وهو نوح بن لامك بن متوشلح بن أخنوخ وهو إدريس النبي عليه السلام فيما يزعمون وهو أول من خط بالقلم ، ولم يلق نبي من قومه من الأذى مثل نوح إلا نبي قتل ، إنما سمي نوح لكثرة ما ناح على نفسه وقد كان بين آدم إلى زمن نوح عليهما السلام عشرة قرون كلهم على الإسلام قال عبد الله بن عباس وغير واحد من علماء التفسير وكان أول ما عبدت الأصنام أن قوما صالحين ماتوا فبنى قومهم عليهم مساجد وصوروا صورة أولئك فيها ليتذكروا حالهم وعبادتهم فيتشبهوا بهم فلما طال الزمان جعلوا أجسادا على تلك الصور فلما تمادى الزمان عبدوا تلك الأصنام وسموها[٢]

بأسماء أولئك الصالحين ودا وسواعا ويغوث ويعوق ونسرا. فلما تفاقم الأمر بعث الله سبحانه وتعالى وله الحمد والمنة رسوله نوحا فأمرهم بعبادة الله وحده لا شريك له فقال يا قوم اعبدوا الله ما لكم من إله غيره إني أخاف عليكم عذاب يوم عظيم أي من عذاب يوم القيامة إذا لقيتم الله وأنتم مشركون به قال الملأ من قومه أي الجمهور والسادة والقادة والكبراء منهم إنا لنراك في ضلال مبين أي في دعوتك إيانا إلى ترك عبادة هذه الأصنام التي وجدنا عليها آباءنا وهكذا حال الفجار إنما يرون الأبرار في ضلالة كقوله (وإذا رأوهم قالوا إن هؤلاء لضالون)[٣]، (وقال الذين كفروا للذين آمنوا لو كان خيرا ما سبقونا إليه وإذ لم يهتدوا به فسيقولون هذا إفك قديم) [٤] إلى غير ذلك من الآيات[٥].

وجه الدلالة فى الآية

دللت الآية على أن التركيزفى كل رسالة كان على أمر واح وهو تعبيد الناس لله رب العالمين تلك القاعدة التى لا يقوم شيء صالح بدونها فى حياة البشر ، فالإيمان بالله وتوحيده والدعوة إلى ذلك يزكى الروح ويطهرها وينميها ويملأها أمنا وطمأنينة ويدخل السعادة والرضا إليها .

٢- تقوية الوازع الدينى واستشعار ديمومة رقابة الله فى كل صغيرة وكبيرة وفى السر والعلن .

- قال تعالى :- (أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلَاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلَا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلَا أَدْنَى مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْثَرَ إِلَّا هُوَ مَعَهُمْ أَيْنَ مَا كَانُوا ثُمَّ يُنَبِّئُهُمْ بِمَا عَمِلُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ) [٦]

تفسير الآية

أخبر عن سعة علمه وإحاطته بما في السماوات والأرض من دقيق وجليل. وأنه {مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلاثَةٍ إِلا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلا خَمْسَةٍ إِلا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلا أَدْنَى

مِنْ ذَلِكَ وَلا أَكْثَرَ إِلا هُوَ مَعَهُمْ أَيْنَمَا كَانُوا} والمراد بهذه المعية معية العلم والإحاطة بما تناجوا به وأسروه فيما بينهم، ولهذا قال: {إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ}[٧] .

وجه الدلالة فى الاية

إن تقوية الوازع الدينى واستشعار دىمومة رقابة الله فى كل صغيرة وكبيرة فى السر والعلن تتضح تماما فى هذه الآية فقد أخبر تعالى عن إحاطة علمه بخلقه واطلاعه عليهم وسماعه كلامهم ورؤيته ورؤية مكانهم حيث كانوا ، يطلع عليهم ويسمع كلامهم وسرهم ونجواهم ، ورسله أيضا مع ذلك يكتبون ما يتناجون هب ، مع علم الله وسمعه لهم ، فيستشر المرء أن الله معه فى كل وقت فيراقب الله فى أعماله .

١) التشجيع على أداء العبادات والطاعات بروحها لا بطقوسها وحركاتها فقط

- قال تعالى :- (قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ(١)الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ) [٨]

تفسير القرآن

{قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ} فيه ثلاثة أوجه: **أحدها:** معناه قد سعد المؤمنون ، **الثاني:** أن الفلاح هو البقاء ومعناه قد بقيت لهم أعمالهم ، وقيل: إنه بقاؤهم في الجنة، ومنه قولهم في الأذان: حي على الفلاح أي حي على بقاء الخير ، **الثالث:** أنه إدْراك المطالب ، قال ابن عباس: المفلحون الذين أدركوا ما طلبوا ونجوا من شر ما منه هربوا. قوله تعالى: {الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ} فيه خمسة أوجه: **أحدها:** خائفون، **والثاني:** خاضعون . **والثالث:** تائبون . **والرابع:** أنه غض البصر، وخفض الجناح . **الخامس:** هو أن ينظر إلى موضع سجوده من الأرض، ولا يجوز بصره مُصَلاَّهُ ، فصار في محل الخشوع على هذه الأوجه قولان: **أحدهما:** في القلب خاصة ، **والثاني:** في القلب والبصر[٩] .

وجه الدلالة فى الآية

توضح الآية صفات المؤمنين الذين كتب لهم الفلاح وهم الذين تخشع قلوبهم حتى يسرى منها الخشوع إلى الجوارح ، فالصلاة ليست هى الحركات المجردة ، إنما الصلاة التى يخشع فيها القلب ، وتخضع لها الجوارح فترتقى بها الروح وتسمو .

٢) ربط الإنسان بالقرآن الكريم تلاوة وحفظاً وسماعاً وفهماً وتطبيقاً

- قال تعالى :- (إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَنْ تَبُورَ) (١٠)

تفسير الآية

يخبر تعالى عن عباده المؤمنين الذين يتلون كتابه ويؤمنون به ويعملون بما فيه، من إقام الصلاة، والإنفاق مما رزقهم الله في الأوقات المشروعة ليلا ونهارا، سرا وعلانية، {يرجون تجارة لن تبور} أي: يرجون ثوابا عند الله لا بد من حصوله(١١).

وجه الدلالة

امتدحت الآية من يتلون كتاب الله ويتعبدون بتلاوته وأشادت بهم وكذلك كل من يقيم الصلاة ويؤتى الزكاة، فكل هؤلاء لهم الربح فى تجارتهم، لما سيحصلونه من ارتقاء للروح وتزكية لها .

ثانياً : عناية القرآن بالجسد
المحافظة عليه من التهلكة

اهتم القرآن الكريم بجسد الإنسان وأمر بالمحافظة عليه من التهلكة

- قال تعالى :- (وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا) (١٢)

تفسير الآية

{وَلاَ تَقْتُلُواْ أَنفُسَكُمْ} أي مَنْ كان من جنسكم من المؤمنين فإن كلَّهم كنفس واحدة فالمعنى لاتقتلوا إخوانَكم والتعبيرُ عنهم بالأنفس للمبالغة في الزجر عن قتلهم بتصويره بصورةِ ما لا يكاد يفعلُه عاقلٌ أولا تُهلِكوا أنفسَكم بتعريضها للعقاب باقتراف ما يُفضي إليه فإنه القتل الحقيقى لها كما يُشعِرُ به إيرادُه عَقيبَ النهي عن

أكل الحرامِ فيكونُ مقرَّراً للنهي السابق وقيل لاتقتلوا أنفسَكم بالبخْع كما يفعله بعضُ الجهلةِ أو بارتكاب ما يؤدي إلى القتل من الجنايات وقيل بإلقائها في التهلُكة وأُيِّد بما روى عن عمر بنِ العاص أنه تأوله بالتيمم لخوف البردِ فلم ينكر عليه النبيِّ صلَّى الله عليهِ وسلم وقرئ ولا تُقتِّلوا بالتشديد للتكثير وقد جُمع في التوصية بين حفظِ النفسِ وحفظِ المالِ لما أنه شقيقُها من حيثُ أنَّه سببٌ لقوامها وتحصيل كمالاته واستيفاءِ فضائلِها وتقديمُ النهي عن التعرض له لكثرة وقوعِه {إِنَّ الله كَانَ بِكُمْ رَحِيماً} تعليل للنهي بطريق الاستئنافِ أي مبالغاً في الرحمة والرأفةِ ولذلك نهاكم عما نهى فإن ذلك رحمةً عظيمةً لكم بالزجر عن المعاصي وللذين هم في معرِض

التعرُّض لهم بحفظ أموالِهم وأنفسِهم وقيل معناه إنه كان بكم يا أمةَ محمدٍ رحيماً حيث أمرَ بني إسرائيلَ بقتلهم أنفسَهم ليكون توبةً لهم وتمحيصاً لخطاياهم و لم يكلِّفْكم تلك التكاليفَ الشاقةَ[١٣] .

وجه الدلالة فى الآية

تفيد الآية بالنهى عن ارتكاب ما يؤدى لهلاك النفس أيا كان فى الدنيا أو الآخرة.

المحافظة على استمرارية حياة الجسد

وحث القرآن الإنسان على الأكل والشرب بالحلال للمحافظة على استمرارية حياة الجسد وبنائه .

- قال تعالى :- (يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا) [١٤]

تفسير الآية

هذا خطاب للناس كلهم، مؤمنهم وكافرهم، فامتن عليهم بأن أمرهم أن يأكلوا من جميع ما في الأرض، من حبوب، وثمار، وفواكه، وحيوانات، حالة كونها {حَلالا} أي: محللا لكم تناوله، ليس بغصب ولا سرقة، ولا محصلا بمعاملة محرمة أو

على وجه محرم، أو معينا على محرم. {طَيِّبًا} أي: ليس بخبيث، كالميتة والدم، ولحم الخنزير، والخبائث كلها، ففي هذه الآية، دليل على أن الأصل في الأعيان الإباحة، أكلا وانتفاعا، وأن المحرم نوعان: إما محرم لذاته، وهو الخبيث الذي هو ضد الطيب، وإما محرم لما عرض له، وهو المحرم لتعلق حق الله، أو حق عباده به، وهو ضد الحلال. وفيه دليل على أن الأكل بقدر ما يقيم البنية واجب، يأثم تاركه لظاهر الأمر(١٥) .

وجه الدلالة فى الآية

أباح الله سبحانه وتعالى للناس أن يأكلوا مما فى الأرض فى حال كونه حلالا من الله طيبا مستطابا فى نفسه غير ضار بالأبدان ولا للعقول ، وفى ذلك دلالة على حرص القرآن على المحافظة على جسد المسلم لما فيه من المصلحة .

وحرم القرآن آكل الخبائث والأطعمة الضارة بالجسد فقال تعالى (حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ) (١٦) ، وأمر بالتوسط فى الأكل والشرب وعدم الإسراف للمحافظة على سلامة البدن من التخمة وأمراض البطن نتيجة للإسراف فى الأكل فقال تعالى (وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) (١٧)

المحافظة على نظافة الجسد

وأمر القرآن بنظافة الجسد وحمايته من كل التلوثات التى تفتك به أو تؤذيه ، فأمر بالوضوء للصلاة والإغتسال من الجنابة والحيض

- فقال تعالى : – (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا) (١٨)

تفسير الآية

هذه آية عظيمة قد اشتملت على أحكام كثيرة، نذكر منها ما يسره الله وسهله. **أحدها:** أن هذه المذكورات فيها امتثالها والعمل بها من لوازم الإيمان الذي لا يتم إلا به، لأنه صدرها بقوله {يَأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا} إلى آخرها. أي: يا أيها الذين آمنوا، اعملوا بمقتضى إيمانكم بما شرعناه لكم. **الثاني:** الأمر بالقيام بالصلاة لقوله: {إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلاةِ} . **الثالث:** الأمر بالنية للصلاة، لقوله: {إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلاةِ} أي: بقصدها ونيتها. **الرابع:** اشتراط الطهارة لصحة الصلاة، لأن الله أمر بها عند القيام إليها، والأصل في الأمر الوجوب. **الخامس:** أن الطهارة لا تجب بدخول الوقت، وإنما تجب عند إرادة الصلاة. **السادس:** أن كل ما يطلق عليه اسم الصلاة، من الفرض والنفل، وفرض الكفاية، وصلاة الجنازة، تشترط له الطهارة، حتى السجود المجرد عند كثير من العلماء، كسجود التلاوة والشكر. **السابع:** الأمر بغسل الوجه، وهو: ما تحصل به المواجهة من منابت شعر الرأس المعتاد، إلى ما انحدر من اللحيين والذقن طولا. ومن الأذن إلى الأذن عرضا. ويدخل فيه المضمضة والاستنشاق، بالسنة، ويدخل فيه الشعور التي فيه. لكن إن كانت خفيفة فلا بد من إيصال الماء إلى البشرة، وإن كانت كثيفة اكتفي بظاهرها. **الثامن:** الأمر بغسل اليدين، وأن حدهما إلى المرفقين و"إلى" كما قال جمهور المفسرين بمعنى "مع" كقوله تعالى: {وَلا تَأْكُلُوا أَمْوَالَهُمْ إِلَى أَمْوَالِكُمْ} ولأن الواجب لا يتم إلا بغسل جميع المرفق. **التاسع:** الأمر بمسح الرأس. **العاشر:** أنه يجب مسح جميعه، لأن الباء ليست للتبعيض، وإنما هي للملاصقة، وأنه يعم المسح بجميع الرأس[١٩].

الحادي عشر: أنه يكفي المسح كيفما كان، بيديه أو إحداهما، أو خرقة أو خشبة أو نحوهما، لأن الله أطلق المسح و لم يقيده بصفة، فدل ذلك على إطلاقه. **الثاني عشر:** أن الواجب المسح. فلو غسل رأسه و لم يمر يده عليه لم يكف، لأنه لم يأت بما أمر الله به. **الثالث عشر:** الأمر بغسل الرجلين إلى الكعبين، ويقال فيهما ما يقال في

اليدين. **الرابع عشر:** فيها الرد على الرافضة، على قراءة الجمهور بالنصب، وأنه لا يجوز مسحهما ما دامتا مكشوفتين. **الخامس عشر:** فيه الإشارة إلى مسح الخفين، على قراءة الجر في {وأرجلكم} . وتكون كل من القراءتين، محمولة على معنى، فعلى قراءة النصب فيها، غسلهما إن كانتا مكشوفتين، وعلى قراءة الجر فيها، مسحهما إذا كانتا مستورتين بالخف. **السادس عشر:** الأمر بالترتيب في الوضوء، لأن الله تعالى ذكرها مرتبة. ولأنه أدخل ممسوحا -وهو الرأس- بين مغسولين، ولا يعلم لذلك فائدة غير الترتيب. **السابع عشر:** أن الترتيب مخصوص بالأعضاء الأربعة المسميات في هذه الآية. وأما الترتيب بين المضمضة والاستنشاق والوجه، أو بين اليمنى واليسرى من اليدين والرجلين، فإن ذلك غير واجب، بل يستحب تقديم المضمضة والاستنشاق على غسل الوجه، وتقديم اليمنى على اليسرى من اليدين والرجلين، وتقديم مسح الرأس على مسح الأذنين. **الثامن عشر:** الأمر بتجديد الوضوء عند كل صلاة، لتوجد صورة المأمور به. التاسع عشر: الأمر بالغسل من الجنابة. **العشرون:** أنه يجب تعميم الغسل للبدن، لأن الله أضاف التطهر للبدن، و لم يخصصه بشيء دون شيء. **الحادي والعشرون:** الأمر بغسل ظاهر الشعر وباطنه في الجنابة. **الثاني والعشرون:** أنه يندرج الحدث الأصغر في الحدث الأكبر، ويكفي من هما عليه أن ينوي، ثم يعمم بدنه، لأن الله لم يذكر إلا التطهر، و لم يذكر أنه يعيد الوضوء. **الثالث والعشرون:** أن الجنب يصدق على من أنزل المني يقظة أو مناما، أو جامع ولو لم ينزل. **الرابع والعشرون:** أن من ذكر أنه احتلم و لم يجد بللا فإنه لا غسل عليه، لأنه لم تتحقق منه الجنابة [٢٠] .

وجه الدلالة فى الآية

تحدثت الآية عن غسل اعضاء الوضوء ، وغسل الجنابة كاسلوب للعناية بالجسد ، وهذا كله بقصد سلامة الجسد والصحة النفسية والمحافظة عليهما.

فهذا كله وهو الحفاظ على الجسد من التهلكة ، وحفظه بالطيبات من الرزق ، وحفظه بالتنظيف الدائم ، لهو من أكبر العوامل على العناية بالصحة النفسية ..

فهكذا عنى القرآن الكريم بالجسد كاعامل من عوامل الصحة النفسية للإنسان المسلم والتى تساهم بدورها فى التنمية البشرية.

ثالثاً : عناية القرآن بالعقل

والعناية بالعقل تعد العامل الثالث للعناية بالصحة النفسية بعد العناية بالروح والعناية بالجسد . ولقد أكرم الله الإنسان بنعم كثيرة أهمها وأعظمها نعمة الله ، فقد عنى القرآن الكريم بتحرير العقل من القيود التى تكبله وتعوقه عن التفكير السليم ودعاه إلى التعقل بمعنى الفهم والتدبر فقال تعالى : (كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ) [٢١] أى فى إحلاله وتحريمه وفروضه وحدوده وفيما أمركم به ونهاكم عنه بيَّنه ووضحه وفسره ولم يتركه مجملا فى وقت احتياجكم إليه لعلكم تفهمون وتتدبرون[٢٢] .

فمن صور عناية القرآن بالعقل

١- من عناية القرآن بالعقل أن جعله مناط التكليف ، فجعل البلوغ والعقل من أهم أسباب التكليف ، وجعل المحافظة على العقل من مقاصد الشريعة الخمس وهى : حفظ العقل وحفظ الدين وحفظ النسل وحفظ المال وحفظ النفس ، ومن حفظه للعقل نهاه عن شرب الخمر وكل ما يذهب العقل

- قال تعالى :- (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ) [٢٣]

تفسير الآية

روى المفسرون في سبب نزول هذه الآية الكريمة روايات منها عن علي بن أبي طالب، قال: " صنع لنا عبد الرحمن بن عوف طعاما فدعانا وسقانا من الخمر، فأخذت الخمر منا، وحضرت الصلاة فقدموني فقرأت: {قل يا أيها الكافرون لا

أعبد ما تعبدون}[٢٤] ونحن نعبد ما تعبدون ". قال: فأنزل الله تعالى: {يا أيها الذين آمنوا لا تقربوا الصلاة وأنتم سكارى حتى تعلموا ما تقولون}[٢٥].

قال ابن كثير: وقد كان هذا النهى قبل تحريم الخمر. كما دل عليه الحديث الذي ذكرناه في سورة البقرة عند قوله- تعالى- يسئلونك عن الخمر والميسر. الآية» فإن رسول الله صلى الله عليه وسلم تلاها على عمر. فقال: اللهم بين لنا في الخمر بيانا شافيا. فلما نزلت هذه الآية تلاها عليه فقال: اللهم بين لنا في الخمر بيانا شافيا. فكانوا لا يشربون الخمر في أوقات الصلاة ، والمراد بالصلاة عند كثير من العلماء: الهيئة المخصوصة من قراءة وقيام وركوع وسجود.

والمراد بقربها: القيام إليها والتلبس بها، إلا أنه- سبحانه- نهى عن القرب منها مبالغة في النهى عن غشيانها وهم بحالة تتنافى مع جلالها والخشوع فيها. وقوله سكارى جمع سكران. وأصل السكر في اللغة السد. ومنه قولهم سكرت الطريق أى سددته. ومنه قوله- تعالى- حكاية عن الكافرين ولو فتحنا عليهم بابا من السماء فظلوا فيه يعرجون. لقالوا إنما سكرت أبصارنا أى: انسدت فصارت لا ينفذ إليها النور، ولا ندرك الأشياء على حقيقتها. والمراد بالسكر هنا الحالة التي تحصل لشارب الخمر والتي يفقد معها وعيه، ويسد ما بين المرء وعقله[٢٦] .

وجه الدلالة فى الآية

دلت الآية على تحريم الله تعالى لكل ما يغيب العقل تقديراً لأهمية العقل وقد حرم الله الخمر وأمر باجتنابها حماية للعقل فقال تعالى : (ا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ)[٢٧]

٢- أعطى القرآن الكريم العقل الإنسانى دوراً فى فهم الوحى ، واستنباط الأحكام من نصوص القرآن ، والقياس عليها ، وملء ما سكت عنه من فراغات تشريعية مع مراعاة جلب المصلحة ودرء المفسدة .

- قال تعالى :- (وَلَوْ رَدُّوهُ إِلَى الرَّسُولِ وَإِلَى أُولِي الْأَمْرِ مِنْهُمْ لَعَلِمَهُ الَّذِينَ يَسْتَنْبِطُونَهُ مِنْهُمْ) (٢٨)

تفسير الآية

قوله: «لو ردوه» أي الأمر والخبر، «إلى الرسول» أي: لم يحدثوا به حتى يكون النبي صلى الله عليه وسلم هو الذي يحدث به، و «إلى أولي الأمر منهم » أي: ذوي الرأي من الصحابة ، مثل أبي بكر وعمر وعثمان وعلي، وقيل: أمراء السرايا؛ لأنهم الذين لهم أمر على الناس، وأهل العلم ليسوا كذلك.

وأجيب عن هذا: بأن العلماء يجب على غيرهم قبول قولهم ، لقوله – تعالى : {ليتفقهوا في الدين ولينذروا قومهم إذا رجعوا إليهم لعلهم يحذرون}(٢٩) فأوجب الحذر بإنذارهم ، وألزم المنذَرين قبول قولهم ، فجاز لهذا المعنى إطلاق اسم أولي الأمر عليهم. قوله: {لعلمه الذين يستنبطونه منهم} أي: يستخرجونه، وهم العلماء علموا ما ينبغي أن يكتم، وما ينبغي أن يفشى، والاستنباط في اللغة: الاستخراج، وكذا «الإنباط» يقال: استنبط الفقيه: إذا استخرج الفقه الباطن باجتهاده وفهمه وأصله من النبط وهو الماء الذي يخرج من البئر أول ، والنبط أيضا: جيل من الناس سموا بذلك؛ لأنهم يستخرجون المياه والنبات. و «منهم» حال: إما من الذين، أو من الضمير في «يستنبطونه» فيتعلق بمحذوف. و معنى «يستنبطونه» قيل المراد ب «يستنبطونه» : يستخرجونه، أى يحرصون عليه ويسألون عنه ، وقيل يتتبعونه، أى: الذين سمعوا تلك الأخبار من المؤمنين والمنافقين، لو ردوه إلى الرسول صلى الله عليه وسلم وإلى ذوي الرأي والعلم، لعلمه الذين يستنبطونه، أي: يحبون أي يعلموه على حقيقته كما هو. وقيل: المراد ب «الذين يستنبطونه» أولئك المنافقون المذيعون، والتقدير: ولو أن هؤلاء المنافقين المذيعين ردوا أمر الأمن والخوف إلى الرسول وإلى أولي الأمر، وطلبوا معرفة الحال فيه من جهتهم، لعلمه الذين يستنبطونه منهم وهم هؤلاء المنافقون المذيعون منهم ، أي: من جانب أولي الأمر منهم . فإن قيل: إذا

كان الذين أمرهم الله – تعالى – برد هذه الأخبار إلى الرسول وإلى أولي الأمر منهم وهم المنافقون ، فكيف جعل أولي الأمر منهم في قوله: {وإلى أولي الأمر منهم} . الجواب: إنما جعل أولي الأمر منهم على حسب الظاهر؛ لأن المنافقين يظهرون من أنفسهم أنهم مؤمنون، ونظيره: {وإن منكم لمن ليبطئن}[٣٠] وقوله: {ما فعلوه إلا قليل منهم}[٣١] . [٣٢]

وجه الدلالة فى الآية

الشاهد من الآية هو تعظيم مكانة أهل الإستنباط فى إشارة منها إلى مكانة العقل وذوى العقول .

٣–جعل القرآن الكريم العقل أداة العلم والمعرفة فقال تعالى :– (وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ) [٣٣]

تفسير الآية

قوله: (وتلك الأمثال نضربها للناس) يقول تعالى ذكره: وهذه الأمثال، وهي الأشباه والنظائر ، قوله (نضربها للناس) يقول: نمثلها ونشبهها ونحتج بها للناس ، قوله (وما يعقلها إلا العالمون) يقول تعالى ذكره: وما يعقل أنه أصيب بهذه الأمثال التي نضربها للناس منهم الصواب والحق فيما ضربت له مثلا (إلا العالمون) بالله وآياته[٣٤].

وجه الدلالة فى الآية

دلت الآية على أن الأمثال التى فى القرآن يضربها الله للناس تنبيهاً لهم وتقريباً لما بعد من أفهامهم ، وما يتعقل هذه الأمثال إلا العالمون بالله الراسخون فى العلم المتدبرون المتفكرون فيما يتلى عليهم ويشاهدونه .

... من هنا نلمس مدى نعمة العقل الذى وهبه الله سبحانه للإنسان ليعرف بها الله، ويفهم النصوص الشرعية وأحكامها، بل ويستنبط منها أحكام شرعية أخرى، فيميز بين الخير والشر والحسن والقبيح والجيد والردىء ، ويعتبرمن سنن الله الكونية

فى أرضه ، فذلك هو العقل السليم الصحيح الذى يساهم فى الصحة النفسية للإنسان ويعمل على تنميته .

التوجيه القرآنى لتحقيق الصحة النفسية

اهتم القرآن الكريم بتوجيه الإنسان إلى أساليب متعددة لتحقيق الصحة النفسية من خلال الإيمان بالله والعبادات والأخلاق والمعاملات مع الآخرين ، فمما لا شك فيه أن الإيمان هو الركن الأساسى فى بناء الصحة النفسية للإنسان ثم ينبنى عليه ما بعده من الفعال والتى منها العبادات والأخلاق والمعامالات .

أولاً : التوجيه القرآنى بتحقيق الإيمان

إن الإيمان بالله تعالى وتوحيده وبادته يؤدى إلى الإستقامة فى السلوكوفيه وقاية وعلاج من الإنحرف عن الطريق ، وقد دعا القرآن الكريم اناس جميعاً غلى الإيمان بالله والعمل بمقتضى هذ الإيمان ليسعدوا فى حياتهم وآخرتهم .

- قال تعالى :- (مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ) (٣٥)

تفسير الآية

قوله عز وجل: {مَن عمل صالحاً من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينهُ حياةً طيبة} فيها خمسة تأويلات: **أحدها:** أنها الرزق الحلال ، قاله ابن عباس. **الثاني:** أنها القناعة ، قاله علي بن أبي طالب رضي الله عنه .

الثالث: أن يكون مؤمناً بالله عاملاً بطاعته . **الرابع:** أنها السعادة ، وهذا مروي عن ابن عباس أيضاً. **الخامس:** أنها الجنة . ويحتمل **سادساً:** أن تكون الحياة الطيبة العافية والكفاية. ويحتمل **سابعاً:** أنها الرضا بالقضاء. {ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون} يحتمل وجهين: **أحدهما:** أن يجازى على أحسن الأعمال وهي الطاعة ، دون المباح منها. **الثاني:** مضاعفة الجزاء وهو الأحسن ، كما قال تعالى {من جاءَ بالحسنة فله عشر أمثالها}(٣٦). (٣٧)

وجه الدلالة فى الآية

دللت الآية الكريمة على أن الله وعد المؤمنين الذين يعملون الصالحات بالحياة الطيبة فى الدنيا قبل جزاء الأخرة ، ولا تكون حياة طيبة دون صحة نفسية تدفع للقناعة والرضا والسعادة .

ثانياً : التوجيه القرآنى بالتزام العبادات

إن العبادات من أحب الأعمال إلى الله تعالى بعد الإيمان ، وإن من أسعد الناس وأحبهم إلى ربه أكثرهم قربى وزلفى إليه بالعبادات

- قال تعالى :- (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) (٣٨)

تفسير الآية

يقول الحق جلّ جلاله: (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا) في صلاتكم، وكانوا أول ما أسلموا يصلون بلا ركوع وسجود، فأمروا أن تكون صلاتهم بركوع وسجود، سجدة للصلاة لا للتلاوة،(وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ) أي: واقصدوا بعبادتكم وجه الله، وأخلصوا فيها، أو هو عطف عام على خاص فإن العبادة أعم. (وَافْعَلُوا الْخَيْرَ) كله. قيل: لما كان للذكر مزية على غيره دعا المؤمنين أولاً للصلاة التي هي ذكر خالص لقوله:(وَأَقِمِ الصَّلاةَ لِذِكْرِي) (٣٩) ، ثم إلى العبادة بغير الصلاة، كالصوم والحج، ثم عم بالحث على سائر الخيرات. وقيل: (وافعلوا الخير) راجع للعبادة المتعدية، وما قبله يختص بالقاصرة. وفيه نظر لشمول العبادة لِمَا هو متعدي النفع، كتعليم العلم، والصدقة، ونحو ذلك، بل أمر أولاً بالصلاة، وهي نوع من العبادة، وثانيًا بالعبادة، وهي نوع من فعل الخير، وثالثًا بفعل الخير، وهو أعم من العبادة. فبدأ بخاص ثم عام ثم بأعم. (لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) : كي تفوزوا، أي: افعلوا هذا كله، وأنتم راجون للفلاح غير مستيقنين، فلا تتكلوا على أعمالكم(٤٠) .

وجه الدلالة فى الآية

لقد وجهت الآية الناس إلى عبادة ربهم ، فالقيام بالعبادات وطاعة الله وامتثال أوامره، والتوجه الدائم إليه فى عبودية تامة ، ومجاهدة النفس والتحكم فى أهوائها وشهواتها ، توفر فى النفس مقومات الصحة النفسية المنشودة .

ثالثاً : التوجيه القرآنى بالإمتثال بالأخلاق

وجه القرآن الكريم عباد الله إلى الإمثال بسمو الخلق فى كثير من الآيات منها :-

١- حث القرآن الكريم على سلامة القلب من الضغينة والحقد والكراهية

- قال تعالى:- (وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ) [٤١]

تفسير الآية

والذين جاؤ من بعدهم يقولون ربنا اغفر لنا ولإخواننا الذين سبقونا بالإيمان ولا تجعل في قلوبنا غلا للذين آمنوا ربنا إنك رؤف رحيم ، يعني بالذين جاءوا من بعدهم، الذين هاجروا حين قوي الإسلام من بعد الذين هاجروا مخرجين من ديارهم. فالمراد مجيئهم إلى المدينة بعد مدة. والمجيء حسي. وقيل: هم المؤمنون بعد الفريقين إلى يوم القيامة. فالمجيء إما إلى الوجود، أو إلى الإيمان. ونظير هذه الآية، آية براءة: (والسابقون الأولون من المهاجرين والأنصار والذين اتبعوهم بإحسان رضي الله عنهم ورضوا عنه) [٤٢] . والمراد بدعاء اللاحق للسابق، والخلف للسلف، أنهم متبعون لهم، أو هو تعليم لهم بأن يدعوا لمن قبلهم، ويذكروهم بالخير[٤٣].

وجه الدلالة فى الآية

دللت الآية الكريمة على فضائل المؤمنين ، فحسبهم من الفضل أن يسير خلفهم، ويأتم بهداهم مَن بعدهم، ولهذا ذكر الله من اللاحقين، من هو مؤتم بهم وسائر خلفهم فقال: {وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ} أي: من بعد المهاجرين والأنصار {يَقُولُونَ} على وجه النصح لأنفسهم ولسائر المؤمنين: {رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا

الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالإِيمَانِ} وهذا دعاء شامل لجميع المؤمنين، السابقين من الصحابة، ومن قبلهم ومن بعدهم، وهذا من فضائل الإيمان أن المؤمنين ينتفع بعضهم ببعض، ويدعو بعضهم لبعض ، وفيه دلالة على نقاء القلوب من الغل و الأحقاد .

٢- وحث القرآن الكريم على العفو والصفح عن الآخرين إذا أرادوا أن يغفر الله لهم.

- قال تعالى :- (وَلَا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ) (٤٤)

تفسير الآية

قوله (وَلا يَأْتَلِ)، من قولك: أليت: إذا حلفت، أي: لاَ يحلف (أُولُوا الْفَضْلِ مِنْكُمْ) أي: في الدين، وكفى به دليلاً على فضل الصّديق رضي الله عنه، (وَالسَّعَةِ). أي: والسعة في المال (أَنْ يُؤْتُوا) أي: لا يحلف على ألا يُعطوا (أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَساكِينَ وَالْمُهاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ) كمسطح، فإنه كان ابن خالته، وكان من فقراء المهاجرين. وهذه الأوصاف هي لموصوف واحد، جيء بها، بطريق العطف تنبيهاً على أن كلاًّ منها علة مستقلة لاستحقاقه الإيتاء. وحذف المفعول الثاني لظهوره، أي: على ألاّ يؤتوهم شيئاً، (وَلْيَعْفُوا) عما فرط منهم (وَلْيَصْفَحُوا) بالإغضاء عنه، فالعفو: التستر، والصفح: الإعراض، أي: وليتجاوزوا عن الجفاء، وليُعرضوا عن العقوبة. (أَلا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ) فلتفعلوا ما تحبون أن يُفْعَلَ بكم وبهم، مع كثرة خطاياهم، (وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ) مبالغ في المغفرة والرحمة، مع كثرة ذنوب العباد، فتأدبوا بآداب الله، واعفوا، وارحموا(٤٥) .

وجه الدلالة فى الآية

الشاهد فى الآية هو الحث على الترفق والعطف على ذوى الآرحام بالعفو عنهم والصفح عند بور إساءة منهم ، فهذا من حلمه تعالى ولطفه بخلقه مع ظلمهم لأنفسهم.

٢- ونهى القرآن الكريم عن الكبر والإختيال والعجب التى هى أمراض نفسية وقلبية.

- قال تعالى :- (وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا) (٤٦)

تفسير الآية

نهي عن خصلة من خصال الجاهلية، وهي خصلة الكبرياء، وكان أهل الجاهلية يتعمدونها. وهذه الوصية الخامسة عشرة فى السورة .

والخطاب لغير معين ليعم كل مخاطب، وليس خطابا للنبي صلى الله عليه وسلم إذ لا يناسب ما بعده. والمرح- بفتح الميم وفتح الراء-: شدة ازدهاء المرء وفرحه بحاله في عظمة الرزق. ومرحا مصدر وقع حالا من ضمير تمش. ومجيء المصدر حالا كمجيئه صفة يرد منه المبالغة في الاتصاف. وتأويله باسم الفاعل، أي لا تمش مارحا، أي مشية المارح، وهي المشية الدالة على كبرياء الماشي بتمايل وتبختر. ويجوز أن يكون مرحا مفعولا مطلقا مبينا لفعل تمش لأن للمشي أنواعا، منها: ما يدل على أن صاحبه ذو مرح. فإسناد المرح إلى المشي مجاز عقلي. والمشي مرحا أن يكون في المشي شدة وطء على الأرض وتطاول في بدن الماشي.

وجملة إنك لن تخرق الأرض استئناف ناشىء عن النهي بتوجيه خطاب ثان في هذا المعنى على سبيل التهكم، أي أنك أيها الماشي مرحا لا تخرق بمشيك أديم الأرض، ولا تبلغ بتطاولك في مشيك طول الجبال، فماذا يغريك بهذه المشية.

والخرق: قطع الشيء والفصل بين الأديم، فخرق الأرض تمزيق قشر التراب.

والكلام مستعمل في التغليظ بتنزيل الماشي الواطئ الأرض بشدة منزلة من يبتغي خرق وجه الأرض وتنزيله في تطاوله في مشيه إلى أعلى منزلة من يريد أن يبلغ طول الجبال. والمقصود من التهكم التشنيع بهذا الفعل. فدل ذلك على أن المنهي عنه حرام لأنه فساد في خلق صاحبه وسوء في نيته وإهانة للناس بإظهار الشفوف عليهم وإرهابهم بقوته(٤٧) .

وجه الدلالة فى الآية

الشاهد فى الآية أنها نهت عن التعالي على الناس، ونهت عن النظر إليهم بكبر وعن أن يكون الإنسان معجبا بنفسه، مزهوّا بعلمه.. فإنه مهما بلغ من قوة وعلم، فإنه إنسان، وفى حدود البشرية ينبغى أن يعيش.. وإنه مهما بلغ من قوة، فلن يخرق الأرض بقدميه الواهيتين، إذ يضرب بهما وهو يسير فى الأرض مرحا.. وإنه مهما شمخ بأنفه، ونفخ فى أوداجه فلن يطاول الجبال.. فلم إذن هذا الضّرب على الأرض بالقدمين؟ و لم هذا التشامخ بالأنف والتطاول بالعنق؟ إن ذلك عناء لا جدوى منه، ولا طائل تحته! (٤٨)

وقد جاءت آيات تؤدى لنفس المعنى فى ذم الكبر والعجب ، قال تعالى (وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ)(٤٩)

فهذه الأمراض تورد الإنسان المهالك ، وتذهب بالنعم ، وتبعد عن الكمال الأخلاقى ، فهى داء عضال لذا حث القرآن على التواضع ليعالج مرض الكبر فى النفس ومدح أصحابه بأنهم من عباد الرحمن تحفيزاً لهم فقال تعالى : (وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا) (٥٠)

..كذلك وقد نهى القرآن عن مرض الخيانة الذى يقتل ضمير الإنسان فقال تعالى (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ)(٥١) ، وأمر برد الأمانات إلى أصحابها فقال تعالى : (إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا) (٥٢) ،ومدح المؤمنين الذين يؤدون الأمانة لأصحابها فقال تعالى : (وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ) (٥٣)، ونهى عن كثر من الاخلاق الذميمة ودعا إلى كثير من الخلاق الحميدة كنوع من التوجيه القرآنى .

نتائج البحث

- شعور الفرد بالأمن والأمان قال تعالى " ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون" سورة الأحقاف (١٣)
- تقدير الفرد لذاته بالقدر المناسب ، فيكون قادرا على تقدير ذاته موضوعيا ، عارفا لنواحي القوة في نفسه وسلوكه فيدعمها ، واعيا بنواحي القصور في تصرفاته وسلوكه فيعالجها . لديه نظرة واقعية عن حياته مع قدرته على مواجهة متاعب ومصاعب الحياة ومشكلاتها .
- عدم الشعور بالعجز أمام الأزمات ، فهو دائم السعي والكفاح في الحياة للتغلب على أزماته ، قادرا على تحمل المسئولية في عمله ومع اسرته.
- إن الإيمان بالله وعبادته أصل الطمأنينة التي هي نور غيبي يُقذف في القلب محققاً الشعور بالتوازن
- بالصلاة يجتنب الإنسان الفواحش والمنكرات، {إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْـمُنكَرِ} (العنكبوت: ٤٥)
- الذكر عادة يومية يمارسها المسلم، تشحنه بطاقة إيجابية مصدرها خفي، وتبعث في النفس حياة وقوة، وبهذه العبادة ترتاح القلوب: {أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} [الرعد: ٢٨]
- التقوى حائط منيع يقي المؤمن من الوقوع في كل ما يبعده عن الصراط المستقيم. إنها وقاية ومناعة قلبية ضد ما هو محرم، وهي المخرج من كل مصيبة وضيق وتعب يلم بالمسلم، وجالبة كذلك للرزق: {وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا ٢ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لا يَحْتَسِبُ} [الطلاق: ٢، ٣

لقد سعى الإسلام بهديه النوراني إلى خلق نفس مطمئنة سوية تواجه الحياة والمشاكل بقوة ومناعة وتفاؤل، وتقاوم المثبطات وأمواج الشر العاتية بكثير من

الإيمان الراسخ الذي لا تزحزحه الجبال ولا تزعزعه أعتى قوى الشر، وبذلك يكون المسلم نافعاً لمحيطه ومجتمعه قائماً على الإصلاح وأداء الرسالة.

توصيات البحث

- إعداد الدعاة إعداد جيد تثوم على الثبات والتوازن الانفعالي بحيث يبثوا الطمانينة فى الناس
- تقان دورات للدعاة ليتدربوا على المرونة في مواجهة الواقع
- يكون اسلوب الدعوة مبنى على التفاؤل وعدم اليأس
- تربية المسلم على أساس توافقه مع نفسه و مع الآخرين

مراجع البحث

١- القرآن الكريم

٢- التفسير القرآني للقرآن / عبد الكريم يونس الخطيب (المتوفى: بعد ١٣٩٠هـ) / الناشر: دار الفكر العربي – القاهرة

٣- غرائب القرآن ورغائب الفرقان / المؤلف: نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري (المتوفى: ٨٥٠هـ) / المحقق: الشيخ زكريا عميرات / الناشر: دار الكتب العلميه – بيروت / الطبعة: الأولى – ١٤١٦ هـ

٤- أيسر التفاسير لكلام العلي الكبير / المؤلف: جابر بن موسى بن عبد القادر بن جابر أبو بكر الجزائري /الناشر: مكتبة العلوم والحكم، المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية /الطبعة: الخامسة، ١٤٢٤هـ/٢٠٠٣م

٥- تفسير القرآن / المؤلف : أبو المظفر منصور بن محمد بن عبد الجبار السمعاني سنة الولادة : ٤٢٦هـ/ سنة الوفاة ٤٨٩هـ / تحقيق : ياسر بن إبراهيم و غنيم بن عباس بن غنيم الناشر : دار الوطن – الرياض / سنة النشر: ١٤١٨هـ- ١٩٩٧م / مكان النشر : السعودية

٦- أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن / محمد الأمين بن محمد المختار بن عبد القادر الجكني الشنقيطي (المتوفى: ١٣٩٣هـ) الناشر: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع بيروت – لبنان الطبعة: ١٤١٥ هـ - ١٩٩٥ مـ

٧- لطائف الإشارات = تفسير القشيري / المؤلف: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (المتوفى: ٤٦٥هـ) المحقق: إبراهيم البسيوني الناشر: الهيئة المصرية العامة للكتاب – مصر الطبعة: الثالثة

٨- غرائب القرآن ورغائب الفرقان / المؤلف: نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري (المتوفى: ٨٥٠هـ) / المحقق: الشيخ زكريا عميرات / الناشر: دار الكتب العلميه – بيروت / الطبعة: الأولى – ١٤١٦ هـ

٩- معالم التنزيل في تفسير القرآن = تفسير البغوي المؤلف : محيي السنة ، أبو محمد الحسين بن مسعود بن محمد بن الفراء البغوي الشافعي (المتوفى : ٥١٠هـ) المحقق : عبد الرزاق المهدي الناشر : دار إحياء التراث العربي –بيروت الطبعة : الأولى ، ١٤٢٠ هـ

١٠- الكشف والبيان عن تفسير القرآن المؤلف: أحمد بن محمد بن إبراهيم الثعلبي، أبو إسحاق (المتوفى: ٤٢٧هـ) تحقيق: الإمام أبي محمد بن عاشور مراجعة وتدقيق: الأستاذ نظير الساعدي الناشر: دار إحياء التراث العربي، بيروت – لبنان الطبعة: الأولى ١٤٢٢، هـ – ٢٠٠٢ م

١١- المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز / المؤلف : أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عطية الأندلسي دار النشر : دار الكتب العلمية – لبنان – ١٤١٣هـ ـ ١٩٩٣م الطبعة : الأولى تحقيق : عبد السلام عبد الشافي محمد

١٢- فتح القدير المؤلف: محمد بن علي بن محمد بن عبد الله الشوكاني اليمني (المتوفى: ١٢٥٠هـ) الناشر: دار ابن كثير، دار الكلم الطيب – دمشق، بيروت الطبعة: الأولى – ١٤١٤ هـ

١٣- البحر المديد / أحمد بن محمد بن المهدي بن عجيبة الحسني الإدريسي الشاذلي الفاسي أبو العباس، عدد الأجزاء / ٨ دار النشر / دار الكتب العلمية ـ بيروت الطبعة الثانية / ٢٠٠٢ م ـ ١٤٢٣ هـ

١٤- سنن الترمذى المؤلف: محمد بن عيسى بن سَوْرة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (المتوفى: ٢٧٩هـ) المحقق: بشار عواد معروف الناشر: دار الغرب الإسلامي – بيروت سنة النشر: ١٩٩٨ م

الهوامش الإحالات :

١) الأعراف الآية ٥٩٠
٢) تفسير القرآن العظيم (ابن كثير) / أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (المتوفى: ٧٧٤هـ) المحقق: سامي بن محمد سلامة الناشر: دار طيبة للنشر والتوزيع الطبعة: الثانية ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩ م ج ٣ ص ٣٨٧ تفسير النسفي (مدارك التنزيل وحقائق التأويل) / المؤلف: أبو البركات عبد الله بن أحمد بن محمود حافظ الدين النسفي (المتوفى: ٧١٠هـ) حققه وخرج أحاديثه: يوسف علي بديوي راجعه وقدم له: محيي الدين ديب مستو الناشر: دار الكلم الطيب، بيروت الطبعة: الأولى، ١٤١٩ هـ - ١٩٩٨ م ج ١ ص٥٧٥
٣) [المطففين: ٣٢]
٤) [الأحقاف: ١١]
٥) تفسير القرآن العظيم (ابن كثير) / ج ٣ ص ٣٨٧
٦) تفسير النسفي (مدارك التنزيل وحقائق التأويل) / ج ١ ص٥٧٥
٧) أنوار التنزيل وأسرار التأويل / ج ٣ ص ١٧
٨) المجادلة الآية ٧
٩) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان / المؤلف : عبد الرحمن بن ناصر السعدي (المتوفى : ١٣٧٦هـ) المحقق : عبد الرحمن بن معلا اللويحق الناشر : مؤسسة الرسالة الطبعة : الأولى ١٤٢٠هـ -٢٠٠٠ م / ج ١ ص ٨٤٥ اللباب في علوم الكتاب / المؤلف: أبو حفص سراج الدين عمر بن علي بن عادل الحنبلي الدمشقي النعماني (المتوفى: ٧٧٥هـ) المحقق: الشيخ عادل أحمد عبد الموجود والشيخ علي محمد معوض الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت / لبنان الطبعة: الأولى، ١٤١٩ هـ -١٩٩٨م ج ١٨ ص٥٣٢
١٠) المؤمنون ١ ، ٢
١١) تفسير الماوردي = النكت والعيون / أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (المتوفى: ٤٥٠هـ) المحقق: السيد ابن عبد المقصود بن عبد الرحيم الناشر: دار الكتب العلمية - بيروت / لبنان ج ٤ ص ٤٦ بتصرف المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز / المؤلف : أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عطية الأندلسي دار النشر : دار الكتب العلمية - لبنان - ١٤١٣هـ - ١٩٩٣م الطبعة : الأولى تحقيق : عبد السلام عبد الشافي محمد / ج ١ ص ٧٤٣

١٢) فاطر الآية ٢٩
١٣) تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج ٦ ص ٥٤٦ الدر المصون في علوم الكتاب المكنون / ج ٩ ص ٢٣١ البحر المديد / أحمد بن محمد بن المهدي بن عجيبة الحسني الإدريسي الشاذلي الفاسي أبو العباس عدد الأجزاء / ٨ دار النشر / دار الكتب العلمية ــ بيروت الطبعة الثانية / ٢٠٠٢ م ــ ١٤٢٣ هـ / ج ٤ ص ٥٤٠
١٤) النساء الآية ٢٩
١٥) أنوار التنزيل وأسرار التأويل / البيضاوى / ج ٢ ص ٧٠ المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز / المؤلف : أبو محمد عبد الحق بن غالب بن عطية الأندلسي دار النشر : دار الكتب العلمية – لبنان – ١٤١٣هـ ــ ١٩٩٣م الطبعة : الأولى تحقيق : عبد السلام عبد الشافي محمد / ج ١ ص ٢٣٧
١٦) البقرة ١٦٨
١٧) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان / السعدى / ج ١ ص ٨٠ فتح القدير المؤلف: محمد بن علي بن محمد بن عبد الله الشوكاني اليمني (المتوفى: ١٢٥٠هـ) الناشر: دار ابن كثير، دار الكلم الطيب – دمشق، بيروت الطبعة: الأولى – ١٤١٤ هـ / ج ١ ص ١٩٣
١٨) المائدة الآية ٣
١٩) الأعراف ٣١
٢٠) المائدة الآية ٦
٢١) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان / السعدى / ج ١ ص ٢٢١
٢٢) تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان / السعدى / ج ١ ص ٢٢٢ الكشف والبيان عن تفسير القرآن المؤلف: أحمد بن محمد بن إبراهيم الثعلبي، أبو إسحاق (المتوفى: ٤٢٧هـ)تحقيق: الإمام أبي محمد بن عاشور مراجعة وتدقيق: الأستاذ نظير الساعدي الناشر: دار إحياء التراث العربي، بيروت – لبنان الطبعة: الأولى ١٤٢٢، هـ – ٢٠٠٢ م / ج ٤ ص ٢٤
٢٣) البقرة الآية ٢٤٢
٢٤) تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج ١ ص ٥٠٢
٢٥) النساء الآية ٤٣
٢٦) [الكافرون: ٢]
٢٧) [النساء: ٤٣]

٢٨) سنن الترمذى المؤلف: محمد بن عيسى بن سَوْرة بن موسى بن الضحاك، الترمذي، أبو عيسى (المتوفى: ٢٧٩هـ) المحقق: بشار عواد معروف الناشر: دار الغرب الإسلامي – بيروت سنة النشر: ١٩٩٨ م / ج ٥ ص٨٨ باب : ومن سورة النساء / رقم ٣٣٤٥
٢٩) التفسير الوسيط للقرآن الكريم / المؤلف : د. محمد سيد طنطاوى (شيخ الأزهر)
٣٠) دار النشر : الفجالة بالقاهرة ج ٣ ص ١٥٦ معالم التنزيل في تفسير القرآن = تفسير البغوي المؤلف : محيي السنة ، أبو محمد الحسين بن مسعود بن محمد بن الفراء البغوي الشافعي (المتوفى : ٥١٠هـ) المحقق : عبد الرزاق المهدي الناشر : دار إحياء التراث العربي –بيروت الطبعة : الأولى ، ١٤٢٠ هـ / ج ١ ص ٦٢٦
٣١) المائدة ٩٠
٣٢) النساء ٨٣
٣٣) [التوبة: ١٢٢
٣٤) [التوبة: ١٢٢
٣٥) [النساء: ٧٢]
٣٦) [النساء: ٦٦]
٣٧) اللباب فى علوم الكتاب / ج ٦ ص ٥٢١ غرائب القرآن ورغائب الفرقان / المؤلف: نظام الدين الحسن بن محمد بن حسين القمي النيسابوري (المتوفى: ٨٥٠هـ) / المحقق: الشيخ زكريا عميرات / الناشر: دار الكتب العلميه – بيروت / الطبعة: الأولى – ١٤١٦ هـ / ج ٢ ص ٤٥٦
٣٨) العنكبوت الآية ٤٣
٣٩) لكشف والبيان عن تفسير القرآن / الثعلبى / ج ٧ ص ٢٨٠ تفسير القرآن / السمعانى / ج ٤ ص ١٨٢
٤٠) النحل ٩٧
٤١) [الأنعام: ١٦٠]
٤٢) تفسير الماوردي = النكت والعيون / ج ٣ ص ٢١٢ لطائف الإشارات = تفسير القشيري / المؤلف: عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (المتوفى: ٤٦٥هـ) المحقق: إبراهيم البسيوني الناشر: الهيئة المصرية العامة للكتاب – مصر الطبعة: الثالثة ج ٢ ص ٣١٩
٤٣) الحج ٧٧
٤٤) طه ١٤

٤٥) البحر المديد في تفسير القرآن المجيد / ج ٣ ص ٥٥٧ تفسير النسفي (مدارك التنزيل وحقائق التأويل) / ج ٢ ص
٤٦) الحشر الآية ١٠
٤٧) [التوبة: ١٠٠]
٤٨) تفسير القرآن للسمعانى / ج ٩ ص ١٨٩تفسير القرآن العظيم (ابن كثير) / طبعة دار الكتب العلمية / ج ٨ ص ٩٨
٤٩) النور ٢٢
٥٠) البحر المديد في تفسير القرآن المجيد / بن عجيبة / ج ٤ ص ٢٣ تفسير القرآن للسمعانى / ج ١ ص ١١١
٥١) الإسراء ٣٧
٥٢) التفسير القرآني للقرآن / عبد الكريم يونس الخطيب (المتوفى: بعد ١٣٩٠هـ) / الناشر: دار الفكر العربي – القاهرة / ج ٨ ص ٤٨٩ أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن / محمد الأمين بن محمد المختار بن عبد القادر الجكني الشنقيطي (المتوفى: ١٣٩٣هـ) الناشر: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع بيروت – لبنان الطبعة: ١٤١٥ هـ – ١٩٩٥ مـ / ج ٣ ص ١٥٦
٥٣) التفسير االوسيط للقرآن الكريم / الشيخ طنطاوى / دار نهضة مصر / ج ٨ ص ٤٨٩
٥٤) لقمان ١٨
٥٥) الفرقان ٦٣
٥٦) الأنفال ٢٧
٥٧) النساء ٥٨
٥٨) المؤمنون ٨