أثر العبادات في تقويم الذات

م.م. أميد مصطفى عبدالله

وزارة التربية

Omed.mu.ab@gmail.com

الملخص:

تؤثر العبادات مجتمعة على بناء وتقويم الشخصية المسلمة، والارتفاع بها إلى المستوى التكاملي، وتخليصها من الأمراض النفسية التي تمنع رقيها، وتكاملها النفسي والاجتماعي، من الأنانية والحقد والرياء والنفاق والجشع والإجرام الخ، لأن العبادة تعمل دائما على تقويم الذات من كل تلك الأمراض والعيوب، وتسعى لأن يكون المكنون النفسي مطابقا للمظهر والسلوك الخارجي، وهذا ما يسمى التخلي ثم التحلي، لإزالة التناقض والتوتر الداخلي، ولتحقيق انسجام كامل بين الشخصية، وبين القيم والمبادئ الحياتية السامية. مما يدفع الإنسان إلى التعالي، وتوجيه نظره إلى المثل الأعلى المتحقق في الكمالات الإلهية، تمهيدا لاستقامة سلوكه، وتسخر قواه لصالح البشرية جمعاء، لأن العبادة ممارسة إيمانية جادة لتقويم الذات مرورا إلى تقويم الذوات الإنسانية

الكلمات المفتاحية: (الأثر، العبادات، التقويم، الذات).

The impact of worship in self-evaluation

Omid Mustafa Abdullah

Ministry of Education

Abstract:

Worships collectively affect the building and straightening of the Muslim personality, raising it to the level of integration, ridding it of psychological diseases that prevent its advancement, and its psychological and social integration, from selfishness, hatred, hypocrisy, hypocrisy, greed, criminality, etc., because worship

always works to correct the self from all these diseases and defects, and it seeks In order for the inner one to conform to the outer appearance and behavior, this is called abandonment and then adornment, to remove internal contradiction and tension, and to achieve complete harmony between the personality and the lofty values and principles of life. this leads man to transcendence, directing his gaze to the ideal realized in divine perfections, in preparation for the straightening of his behavior, and harnessing his powers for the benefit of all humanity, because worship is a serious faith practice for self-evaluation, passing to the assessment of human selves.

Keywords: impact, worship, calendar, self.

المقدمة

يؤكد القرآن الكريم أن الله سبحانه وتعالى ما خلق الجن والإنس إلا ليعبدوه ، قال تعالى﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (الذاريات، ٥٦). ولا يقتصر مفهوم العبادة على مساحة طبعية تتناول حركات، وشعائر ليتم بها الاتصال الروحي بالله، بل إن العبادة الله، تمثل تجربة حياة كاملة، وبرنامجاً شاملاً، ينظم حياة البشرية، ويسير بها إلى هدف واضح يمنحها الإبداع، والابتكار، والتطور الدائم الفعال، ثم تنمية الذات نحو التوازن والتكامل. وهي من أخص الواجبات الأساسية التي فرضها الله على عباده. وان المنهج الإسلامي هو منهج عبادة، فهي تقتصر على الصلاة والصيام والزكاة والحج بل العبودية لله وحده، وأخذ ما أمرنا به الله في أمر الدنيا والآخرة، والصلة الدائمة بالله وهذا منهج التربية.

المبحث الأول: مفهوم العبادة والتقويم وتقويم الذات

المطلب الأول: مفهوم العبادة والتقويم

أولا: العبادة

العبادة لغة: الطاعة، والتعبد التنسك، والتعبيد. (الجوهري، ٢٠١٢، ٦٦٤)، والعبادة جمع عبادات، وتأدية أفعال دينية إكراما للإله وخضوعا له، وعبادة الله ممارسة دينية، إعجاب مقرون بإجلال يكن لشخص أو لشيء. (اليسوعي، ٢٠٠٨، ٩٤١)

العبادة إصطلاحا: هو فعل المكلف على خلاف هوى نفسه، تعظيماً لربه. (الجرجاني، ٢٠٠٧، ٨٤) فعل المكلف على خلاف هوى نفسه تعظيما لربه، وقيل : تعظيم الله وامتثال أوامره، وقيل : هي الأفعال الواقعة على نهاية ما يمكن من التذلل والخضوعالمتجاوز لتذلل بعض العباد لبعض. (المناوي، ٢٠١١، ٣١١ -٣١٢)

إن إقامة الأعمال العبادية كالصلاة، والصوم، والحج، والزكاة وسائر العبادات الأخرى بخضوع وخشوع تحدث في النفوس حالة من الطهارة والنزاهة عن الشهوات والنزوات النفسية، والأعمال العبادية موجودة في جميع الأديان والمذاهب بصور مختلفة، وان أسمى مظاهر العبادة ما هو موجود في الدين الإسلامي، وتتجلى آيات تعظيم الخالق وتجليله في مظاهر الصلاة العظيمة وخشوع الإنسان أمامه، وخضوعه له، والشخص الذي يؤدي العبادة بصدق، يتعامل مع الناس بعدل واحسان وأدب واحترام، مع المحافظة على عزة النفس والتعفف. والعبادة التي تؤدى بإخلاص، تمنح الإنسان استقراراً روحياً ورصيد أمل في الحياة. (خليفة، ١٩٨٩، ٢٩)

ثانيا: التقويم

١- التقويم لغة:

قام الرجل قياماً. والقومة: المرة الواحدة. وقام بأمر كذا. وقام الماء: جمد، وقامت الدابة: وقفت من الكلال، وقال اللحياني: قامت الشوق اي كسدث، كأنها وقفت؛ وقال

الفراء : قامت السوق: نفقت. وقاومه في المصارعة وغيرها. وتقاوموا في الحرب، أي قام بعضهم لبعض. وأقام بالمكان إقامة، والهاء عوض من عين الفعل، لأن أصله أقواما، وأقامه من موضعه (الجوهري ،٢٠١٢، ٨٩٣).

قوّم: أصلح اعوجاجا، أنهض ما كان مائلا: اقوم شجرة شعر وثمن، قوم بضاعة سوى وعدل، قوم تخطيط طريق، قوم أمرا، تقوم سوى، قوم لوحة، أزال الاعوجاج، قوم مفتاحا، قوم قضيبا معدنيا، أعاد أمرا إلى سابق عهده من الانتظام، قوم أوضاع بل، أزال الاعوجاج والفساد وأعاد إلى الفضيلة، حول إلى أحسن، قوم الأخلاق، مقوم الذي يقوّم، يجعل صحيحا، مقوم أخطاء من يغطي العمل أو الشخص، تقويم عظم. (اليسوعي، ٢٠٠٨، ١١٩٨-١١٩٩)

٢-التقويم إصطلاحا :

التقويم هو عملية جمع وتصنيف وتحليل وتفسير بيانات أو معلومات (كمية أو كيفية) عن ظاهرة أو عمل أو موقف، أو سلوك، بقصد استخدامها في إصدار حكم أو اتخاذ قرار. (مدكور، ١٩٩٠، ٥٠٩) واشتقت القيمة من فعل قام. فكأنها قيام معياري ينقل موضوعه عن اللاإستواء الى الاستقامة، ولكي تكون القيمة فعلاً متضمنة، فهي تتمتع بقوة كافية محمولة على الصحة والفعالية والتأثير.

عندما ترتبط القيمة بصفة الشخصية تضفي مقامها على الشخص فترفعه وترتفع به من التميز العام عن بقية الناس الى العبقرية والبطولة والتفوق والتمرد وغيرها من حالات كسر قيمة المألوف والشائع والمتواضع عليه بوصفها حدوداً قصوى في سلم التمييز القيمي. بين الذروة والسفح تتعرج مسارب القيمة وتدرجاتها التفاضلية بين الأفراد. (معهد الأنماء العربي، ١٩٨٦، ٦٨٣)، أما عندما ترتبط القيمة باللغة فإنها تندغم في دلالة الكلمات ومعناها ضمن سياق الاستعمال المألوف للمفردات . ويعتبر الخروج عن هذا السياق خللاً قيمياً يضع الإنسان بين قوسي الجهل بالمعنى الحقيقي للكلمات أي دلالتها المرتبطة بالمعنى الصحيح لها. (زيادة، ١٩٨٦، ٦٨٣)، فالتقويم

عملية شاملة لجميع أنواع السلوك ومستوياته، أما أنه شامل لجميع أنواع السلوك؛ فهذا يعني أن التقويم شامل للسلوك المعرفي، والسلوك الوجداني، والسلوك الحركي، أما أنه شامل لجميع مستويات السلوك أو التعلم، فهو لا يركز على المستويات الدنيا للسلوك المعرفي كالتذكر والحفظ والفهم، مع إغفال المستويات العليا للتفكير كالتطبيق والتحليل والتركيب والتقويم.

أهمية التقويم

للتقويم أهميته التربوية في المجالات التالية: المعلم، والمتعلم، وأولياء الأمور والإدارة، وهو مرتبط بأهداف مناهج التربية الإسلامية، كما أنه شامل لجميع جوانب شخصية المتعلم. والتقويم أساس التطوير والتجديد، ولكنه مهمل عادة لدى معلمي التربية الإسلامية. (الهاشمي، ٢٠٠٦، ١٩٢)

أن منهج التربية الإسلامية يهدف إلى بناء الإنسان ليكون صالحاً لتقوى الله، وعمارة الأرض طبقا لمنهج الله، وأداء الالتزامات المترتبة على استخلاف الله له فيها، فالتربية في هذا المنهج ليست من أجل اجتياز الامتحانات، وأداء الاختبارات، بل من أجل اكتساب المعارف والمفهومات والمهارات واستخدامها في عمارة الأرض وترقية الحياة بما يتفق مع منهج الله.

ونظام التربية في هذا المنهج فردي وجماعي. جماعي في دراسة علوم المقاصد والغايات. وهو فردي في دراسة ما بعد ذلك من العلوم. والمتعلم في هذا المنهج يتمتع بقسط كبير من الحرية، فهو بعد دراسة علوم المقاصد يختار من المواد الدراسية الأخرى ما يناسب فطرته، واستعداداته وميوله المختلفة، فالهدف من التقويم في هذا المنهج هو النمو الكامل. (مدكور، ١٩٩٠، ٥٠٧)

وكانت ممارسة المسلمين التربوية إلى ما قبل قرنين من الزمان تقريبا تسير وفق هذا المفهوم لعملية التربية، فلم يطلب من المتعلمين تأدية إمتحان بعد الانتهاء من الدراسة كالامتحانات التي تعقد في أيامنا هذه. ولم يكن الطالب الطالب / مطالباً بامتحانات

خاصة للنقل من صف إلى آخر، أو من فرقة إلى أخرى، فلم يكن الطالب مقيداً بنظام معين، ولا بجدول أوقات للدروس والمحاضرات. (مدكور، ١٩٩٠، ٥٠٨)

ثالثا: الذات

١- الذات لغة:

ذات جمعها ذوات، والنفس ناحية من نواحي الشخصية قادرة على المعرفة الاستنتاجية، وكل ما يقوم بنفسه، وذات الشيء نفسه عينه، واسم الذات في اللغة ما سميت به ذات كالرجل، ويقابله اسم المعنى كالذكاء، ذات الصدر الفكر، وذات الصدر سريرة الإنسان، وذات الجنب التهاب في غلاف الرئة، وذات الرئة إلتهاب يصيب الرئة، وذات الشقة الكلمة، وذات اليد ما تملكه، وذات البين الحال(مسعود، ٢٠٠٣، ٤١٥).

٢- الذات إصطلاحا:

الذاتي لكل شيء: ما يخصه ويميزه عن جميع ما عداه، وقيل ذات الشيء نفسه وعينه، وهو لايخلو عن العرض والفرق بين الذات والشخص أن الذات أعم من الشخص لأن الذات تطلق على الجسم وغيره، والشخص لا يطلق إلا على الجسم(الجرجاني، ٢٠٠٧، ٦٣).

المطلب الثاني: خطوات التقويم وأهميتها

تمر عملية التقويم بمجموعة من الخطوات المتسلسلة والمترابطة ويمكن توضيحها كما يلي:

١. تحديد الأهداف العامة والخاصة من عملية التقويم.
٢. تحديد المواقف التي يمكنن أن تجمع بها المعلومات المتصلة بالأهداف.
٣. تحديد كمية ونوعية المعلومات التي نحتاج إليها.
٤. اختيار وتصميم أساليب وأدوات التقويم المناسبة.

٥. جمع البيانات بواسطة الأدوات والأساليب المختارة ومن المواقف التي سبق تحديدها.
٦. تصنيف البيانات والمعلومات عن طريق تحليلها وتسجيلها في صورة يمكن منها الاستدلال والاستنتاج، ويمكن الاستعانة في هذه الخطوة بالأساليب الإحصائية والتوضيحية المختلفة.
٧. تفسير البيانات في صورة تتضح بها المتغيرات والبدائل المتاحة تمهيداً للوصول منها إلى حكم أو قرار.
٨. إصدار حكم أو اتخاذ القرار.
٩. متابعة تنفيذ الحكم أو القرار حتى يمكن معرفة مدى جدوى المعلومات التقويمية في تحسين العمل أو الموقف أو الظاهرة أو السلوك الذي نقومه. وتعرف هذه الخطوة بأسم المتابعة؛ لأنها تؤكد على الطبيعة الدائرة لعملية التقويم التربوي.

(مدكور، ١٩٩٠، ٥٠٩)

المطلب الأول: منهج القرآن في تقويم الذات

الإنسان ليس هو هذا الغلاف المادي الذي نحسه ونراه، والذي يطلب حظه من طعام الأرض وشرابها، ولكن حقيقة الإنسان في ذلك الجوهر النفيس الذي به صار إنساناً مكرماً سيداً على ما فوق الأرض من كائنات.

أولا: العبادة غذاء للروح :

لقد حرص القرآن على نقاء وتقويم الجانب الروحي وطهارته، وكانت تنمية الإسلام له عن طريق دوام واستمرار الصلة بين الإنسان وربه، وهذه الصلة هي روح العبادة، فالعبادة الحقيقة هي التي تؤثر في الإنسان وتقومه؛ وذلك لأن أول ما يتطلبه الاسلام من المسلم أن يكون مؤمنا بالله حق الايمان، وثيق الصلة به دائم الذكر له والتوكل عليه، يستمد منه العون مع أخذه بالأسباب ويحس في أعماقه أنه بحاجة دوما الى قوة الله وتأييده مهما بذل من جهد ومهما اتخذ من أسباب (مقبل، ١٩٨٩، ٢٣١ –٢٣٢)،

وإن القلب الإنساني دائم الشعور بالحاجة إلى الله، وهو شعور أصيل صادق لا يملأ فراغه شيء في الوجود إلا حسن الصلة برب الوجود، وهذا ما تقوم به العبادة إذا أديت على وجهها، (القرضاوي، ٢٠١٥، ٩٧)، والقلب فقير بالذات إلى الله من جهتين: من جهة العبادة، ومن جهة الاستعانة والتوكل فالقلب لا يصلح ولا يفلح ولا ينعم ولا يسر ولا يلتذ ولا يطيب ولا يسكن ولا يطمئن، إلا بعبادة ربه وحده وحبه والإنابة إليه.

ولو حصل له كل ما يلتذ به من المخلوقات لم يطمئن ولم يسكن؛ إذ فيه فقر ذاتي إلى ربه بالفطرة من حيث هو معبوده ومحبوبه ومطلوبه؛ وبذلك يحصل له الفرح والسرور، واللذة والنعمة، والسكون والطمأنينة؛ ذلك أن في قلب الإنسان حاجة ذاتية إلى رب (إله معبود) يتعلق به، ويسعى إليه، ويعمل على رضاه، فإذا لم يكن هذا المعبود هو الله الواحد الأحد، تخبط في عبادة آلهة شتي وأرباب أخر، مما يرى وما لا يرى، وممن يعقل، وما لا يعقل، ومما هو موجود وما ليس بموجود، إلا في الوهم والخيال، وليس أشرف للإنسان العاقل من أن يعبد من خلقه فسواه فعدله، ويطرح عبادة كل ما سواه ومن سواه. (القرضاوي، ٢٠١٥، ١٠٢)

لذلك توخت التربية الاسلامية الاعتدال في الحياة، فدعت الى التوسط في أمور الدين والدنيا، والتوازن بين الناحية الروحية والمادية، قال تعالى: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِن كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾ [القصص: ٧٧]، فالإنسان ليس بالكيان المادي أو الروح المجردة عن المادة بل هو جسم وروح وعقل، وهذه القوى لا يمكن الفصل بينها . الا هامشيا . لأنها هي التي تشكل هذا الكيان الانساني. أن هناك أناسا يهتمون بالجانب المادي دون الالتفات الى بقية الجوانب الأخرى، بينما نجد نقيض ذلك أناسا آخرين أهملوا الجانب المادي واهتموا بالجانب الروحي، وحرموا على أنفسهم ما أحل الله لهم من طيبات الدنيا، وعطلوا قواهم العقلية فهذا افراط وذاك تفريط وخير الأمور أوساطها. ولا عجب إن إهمال الجانب الروحي الذي يمثل القاعدة الأساسية والركيزة الأولى في

التربية؛ لينتج عنه انتشار الجرائم وظهور الانتحار وتفشي الضياع والشعور بالضيق والكآبة، وما الحالة السيئة التي تردى اليها العالم الا نتيجة طبيعية لاهمال هذا الجانب.

ثانيا: منهج القرآن الكريم في تقويم الأفكار

إن تقويم الأفكار خطوة أولى وضرورية لتغيير شخصية الإنسان وسلوكه، أن تعلم سلوك جديد يقتضي أيضاً ممارسة هذا السلوك مدة طويلة، أي يقتضي التدريب عليه حتى يستقر ويثبت ويقوم.

وقد اتبع القرآن في تربيته وتقويمه لشخصيات الناس، وفي تغيير سلوكهم أسلوب العمل والممارسة الفعلية للأفكار والعادات السلوكية الجديدة التي يريد أن يغرسها في نفوسهم: ولذلك فرض الله سبحانه وتعالى العبادات المختلفة: الصلاة والصيام والزكاة والحج لمن استطاع اليه سبيلا، وإن القيام بهذه العبادات في أوقات معينة بانتظام يعلم المؤمن الطاعة الله تعالى، والامتثال لأوامره، والتوجه الدائم إليه في عبودية تامة، كما يعلمه الصبر، وتحمل المشاق، ومجاهدة النفس والتحكم في أهوائها وشهواتها، كما يعلمه حب الناس، والإحسان إليهم، وينمي في نفسه روح التعاون والتكافل الاجتماعي.

وكل هذه خصال حميدة تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة، ولا شك أن قيام المؤمن بهذه العبادات بإخلاص وبانتظام إنما يؤدي إلى اكتسابه هذه الخصال الحميدة التي توفر له مقومات الصحة النفسية السليمة ، كما يمده بوقاية من الأمراض النفسية. وهذا جانب مهم من جوانب تقويم الذات. (نجاتي، ١٩٨٢، ٢٥٥)

ثالثا: منهج القرآن في تقويم الذات

ينحصر منهج القرآن في تقويم الذات في:

١. الإيمان بالله: مع تحقيق أركانه الستة التي جاء ذكرها في حديث جبريل عليه السلام، ذلك أن الايمان بالله هو عماد الحياة الروحية ومنبع كل طمأنينة ومصدر كل سعادة.

٢. أداء الفرائض واجتناب النواهي: إن تدعيم الجانب الروحي وتقويته ليتم عن طريق دوام الاستمرار والاتصال بالله تعالى بأداء الفرائض واجتناب النواهي أداء الفرائض، مظهر الطاعة، واظهار لذل العبودية وعظمة الربوبية ، وهي من أعظم القربات إلى الله تعالى.

(مقبل، ١٩٨٩، ٢٣٤)

كما وأن على الإنسان المسلم أن يبتعد عن سوء الظن بالناس غير المشروع والحسد والتباغض والكيد والعجب والنفاق والخيانة، وعليه أن يكون متحليا بالأمانة والصدق في القول والعمل والمحبة في الله والخشية والخوف من الله تعالى. (مقبل، ١٩٨٩، ٢٣٤)

٣. أداء النوافل: من أعظم القربات الى الله تعالى بعد الفرائض تقرب الانسان الى مولاه عن طريق اداء النوافل، ففي أدائها والمحافظة عليها سبب لمحبة الله تعالى للعبد وغفران لذنوبه ورفع درجاته في الجنة. (مقبل، ١٩٨٩، ٢٣٥)

المبحث الثاني: أثر العبادة في تقويم الذات

المطلب الأول: أثر العبادات في تقويم الذات

أولا: أثر العبادة في تقويم الذات

مما لاشك فيه إن العبادات هي الوسيلة الرئيسة للوصول إلى تنمية الذات، لكنها تترك آثاراً تربوية في الفرد المسلم، فالآثار تعني ما تتركه كل عبادة في نفس من يؤديها وفق مقاصدها الشرعية، والتربية تعني ما يجب أن تحققة من تزكية وتنمية وإصلاح متوازن في الفرد المسلم من الجوانب الأساسية الآتية:

١. الجانب الروحي: هو الجانب الذي تنبع منه السعادة والشفاء؛ لأنه يمثل علاقة العبد بريه جل وعلا، وهو نو أثر فعال في كل الجوانب.
٢. الجانب الخلقي: هو جانب تصدر عنه الأفعال الحميدة أو التصرفات الرديئة، القيم السامية أو النقائض الهابطة، الرغبات المعتدلة أو الشهوات الجامعة.

٣. الجانب العقلي: هو جانب يصنع الحضارات الراقية أو يحطم الإنجازات السابقة، يضاعف الخير في الأرض أو تضعفه، يزيد الأرض شراء أو يدرها في دمار وخراب.

٤. الجانب الجسدي: هو جانب يمثل الوعاء الحي الذي يتداخل مع الروح ويحتوي على العقل، و نشاط كل مكانه يرجع الى قوة البدن أو ضعفه، وقد تموت الأمال العريضة امام الجسد الذايل والبدن الهزيل، اما دوو الهمم العالية، فلا بد ان يتمتعوا بجسد قوي، يجوب الأرض إصلاحا لها وعمارة لأرجائها، وينشر بذور الخبر في جنباته.

(سلطان، ٢٠٠٥، ٥)

والعبادة في الاسلام وسيلة لتطهير النفس الإنسانية، وتوفير الحياة الصالحة التي تعتمد على صلاح العقل وتنميته والنفس والعمل للفرد المسلم وصلاح العقل تطيهرا له من الوثنية وتحريره من الخرافات وصلاح النفس والعمل على تطهيرها من السيئات والآثام، وذلك بالمحافظة على العبادات، وممارستها بحسن وإتقان.

وان الصلاة والصيام والزكاة والحج وسائر الشعائر التعبدية، هي مجرد مفاتيح للعبادة أو محطات يقف عندها السائرون في الطريق، يتزودون بالزاد" وتتضح أهمية هذا المبحث فيما يلي:

- كثرة الحديث عن العبادات من ناحية أحكامها الفقهية وأركانها ومندوباتها ومبطلاتها، وندرة التعرض الى جكمها وأسرارها ومضامينها القلموية والتربوية وآثارها العلمية، مما أسهم في جفاف المادة الفقهية وصعوبة فهمها أحيانا.
- إن كثيرا من الذين يؤدون هذه العبادات مستوفية شروطها وأحكامها الفقهية دون القصد إلى مقاصدها الشرعية وآثارها التربوية قد تناقضوا مع أنفسهم، فقد يبالغون في تحقيق مندوبات الطهارة قبل الصلاة مع ضعف الاهتمام بتطهير القلب من الغل والحقد والحسد بعدها، وقد يسارع أحدهم الى الصلاة أول وقتها ويبطئ عن

عمله الى آخر وقته، وقد يخرج زكاة ماله ويبخس حق عماله، أو يؤخر دينا حل أو أن سداده، وقد يحج ويعتمر مرات ولا يصل الرحم القريب أو الجار الأدنى، وهذا مما صرف البعض عن الالتزام بأحكام الإسلام، وأضعف الثقة في هؤلاء، وجعل طريق الدعوة وعرا أمام المخلصين، متعللين بأن الإسلام غير المسلمين

- عدم وضوح قضية التوازن في بناء الإنسان بالقدر الكافي استلهاماً من روح العبادات ومقاصدها السنية.
- إن مفهوم تقويم الذات يعني تزكية النفس وشميتها بالوسائل التي شرعها الله تعالى، فالنفس تحتاج إلى وقود وطاقة وتهذيب وتركية لكي يستطيع الإنسان المسلم العيش وفق الضوابط الشرعية والأهداف المرسومة له.

(سلطان، ٢٠٠٥، ٥)

المطلب الثاني: أثر الصلاة والزكاة في تقويم الذات

أولا: أثر الصلاة:

يشير اسم الصلاة إلى الصلة بين الإنسان ربه، ففيها يقف الإنسان في خشوع وتضرع بين يدي الله سبحانه وتعالى خالقه وخالق الكون كله، ويقف بجسمه الضئيل الضعيف أمام الإله العظيم القادر على كل شيء، المتحكم في كل ذرة في الوجود، المدير للأمر في السماوات والأرض، الذي بيده الحياة والموت، والموزع الأرزاق بين الناس، والذي يتم بأمره القضاء والقدر وكل ما يصيبنا في هذه الحياة من خير أو شر.

إن وقوف الإنسان في الصلاة أمام الله سبحانه وتعالى في خشوع وتضرع يمده بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي، والاطمئنان القلبي، والأمن النفسي. ففي الصلاة إذا ما أداها الإنسان كما ينبغي أن تؤدى يتوجه الإنسان بكل جوارحه وحواسه إلى الله تعالى، وينصرف عن كل مشاغل الدنيا ومشكلاتها، ولا يفكر في شيء إلا في الله سبحانه وتعالى، وما يردده من آيات القرآن. إن هذا الانصراف التام عن مشكلات الحياة وهمومها، وعدم التفكير فيها أثناء الصلاة، من شأنه أن يبعث في الإنسان حالة

من الاسترخاء التام، وهدوء النفس، وراحة العقل. فلها أثرها العلاجي الهام في تخفيف حدة التوترات العصبية الناشئة عن ضغوط الحياة اليومية ، وفي خفض القلق الذي يعاني منه بعض الناس، وإن هذا الأثر الهام للصلاة في علاج القلق يماثل الأثر الذي يحدثه أسلوب العلاج النفسي الذي يتبعه بعض المعالجين النفسيين السلوكيين المحدثين في علاج . (نجاتي، ١٩٨٢، ٢٥٧)

ثانيا: أثر الزكاة

الزكاة هي إحدى تشريعات الإسلام التي جعلها لسد فراغ الفق والمصالح العامة، وفريضة الزكاة التي تفرض على المسلم إخراج نصيب معلوم من ماله كل عام لانفاقه على الفقراء إنما هي تدريب للمسلم على العطف على المحتاجين من الناس، فالزكاة تطهر النفس من دنس البخل والطمع والأثرة وحب الذات والقسوة على الفقراء، وهي تزكي النفس، أي تقويمها وترفعها بالخيرات والبركات الخلقية والعملية، حتى تكون بها أهلاً للسعادة الدنيوية والأخروية. (نجاتي، ١٩٨٢، ٢٦٦)

المطلب الثاني: أثر الصيام والحج في تقويم الذات

أولا: أثر الصيام

صيام رمضان تجربة رائعة يخوضها المسلم في كل عام، فتجدد دماء الإيمان في عروقه، وتستحي مشاعر الإسلام في حسه وروحه ووجدانه ووعيه وإدراكه وتوقظ ضميره الديني والخلقي، وتحرك عواطف الدين في نفسه، وتدعمها وتقويها.

التأثير الصيام في الشخصية ككل، وصيام رمضان ولا شك تجربة ذات أثر قوي في كل جوانب شخصية الفرد وسلوكه واتجاهاته العقلية وميوله واستعداداته وشعوره وقيمه ومثله ونظرته للحياة وعقيدته الإسلامية، بل وفي صحته الجسمية، وتخليص جسده من الدهون والشحوم والرواسب المتراكمة والأملاح الزائدة على امتداد العام، ويؤدي إلى علاج كثير من مظاهر السمنة أو التخمة التي أصبحت من أخطر أمراض العصر، فلم يعد الإنسان يموت بفعل الأوبئة الكاسحة التي كانت تحصد أرواح البشر بالملايين

في العصور الغابرة، كالطاعون والجدري والكوليرا، وما يعانيه الانسان في الوقت الحالي من أمراض ومن بينها السمنة Obesity وضغط الدم Blood Pressure، والسكر وضيق الشرايين، وللصيام آثار كثيرة سببها عدم الصيام، ويهمنا في هذا المجال هو استنباط ما للصيام من قيم تربوية، Educational Values أصيلة، وخاصة ونحن نعلم أن الإنسان لا يتعلم فقط عن طريق التربية النظامية في المدارس والجامعات، ولكنه يتعلم طوال حياته من المهد إلى اللحد مصداقاً للحديث النبوي : «اطلبوا العلم من المهد إلى اللحد» متفق عليه . يتعلم من خلال تجاربه الذاتية Self experiences ومن خلال تفاعله Interactoin واحتكاكه مع البيئة الاجتماعية Social environment والفيزيقية التي يعيش في وسطها ، ويؤثر فيها ويتأثر بها. (العيسوي،١٩٩٦، ٢٢٦).

والصيام ولا شك مدرسة جامعة لتربية الفرد على كثير من القيم والفضائل والخصال الحميدة، وتعويده على كثير من العادات السلوكية الطيبة، والاتجاهات العقلية والعقائدية الإيجابية، ومن القيم التربوية للصيام الطاعة، وإحساس الصائم بأنه يطيع أمر الله تعالى وأنه يؤدي واحداً من التكاليف الدينية الرئيسة في الإسلام لقوله تعالى: (يا أيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون، أياماً معدودات فمن كان منكم مريضاً أو على سفر فعدة من أيام أخر وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين فمن تطوع خيراً فهو خير له وأن تصوموا خير لكم إن كنتم تعلمون).[البقرة، ١٨٣-١٨٤] وللصيام فوائد نفسية كثيرة، ففيه تربية وتهذيب للنفس وعلاج لكثير من أمراض النفس والجسم أولهما التطهير من صفة البخل فإنه من المهلكات، وتزول صفة البخل بأن يتعود ببذل المال، وثانيهما شكر النعمة، فإن الله على عبده نعمة في نفسه وماله، فالعبادات البدنية شكر لنعمة البدن والمالية شكر لنعمة المال(العيسوي،١٩٩٦، ٢٢٦).

ثانيا: أثر الحج

للحج أيضاً فوائد نفسية عظيمة الشأن، فزيارة المسلم لبيت الله الحرام في مكة المكرمة، ولمسجد رسول الله عليه الصلاة والسلام في المدينة المنورة، ولمنازل الوحي، وأماكن البطولات الإسلامية تمد المسلم بطاقه روحية عظيمة تزيل عنه كروب الحياة وهمومه، وتغمره بشعور عظيم من الأمن والطمأنينة والسعادة وفضلاً عن ذلك، فإن في الحج تدريباً للإنسان على تحمل المشاق والتعب، وعلى التواضع حيث يخلع الإنسان ملابسه الفاخرة ويرتدي ملابس الحج البسيطة التي يتساوى فيها جميع الناس الغني فيها والفقير، والسيد والمسود، والحاكم والمحكوم وهو يقوي روابط الأخوة بين جميع المسلمين من مختلف الأجناس والأمم والطبقات الاجتماعية، حيث يجتمعون جميعا في مكان واحد يعبدون الله تعالى ويبتهلون إليه ويتضرعون، ويهيئ هذا التجمع الهائل للمسلمين من مختلف الشعوب الإسلامية فرص التآلف والتعارف وتكوين العلاقات والصداقات بينهم. (نجاتي، ١٩٨٢، ٢٦٧).

وفي الحج أيضاً تدريب للإنسان على ضبط النفس والتحكم في شهواتها واندفاعاتها، إذ يتنزه الحاج وهو محرم عن مباشرة النساء، وعن الجدل والخصام والشحناء والسباب، وعن المعاصي وكل ما نهى الله تعالى عنه، وفي ذلك تدريب للإنسان على ضبط النفس، وعلى السلوك المهذب، وعلى معاملة الناس بالحسنى، وعلى فعل الخيرقال تعالى ﴿الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ﴾ [البقرة: ١٩٧]

الخاتمة

بني الإسلام جميعه على القياس والتقويم، فرائضه وسننه، وأوامره ونواهيه، أحكامه وتشريعه، وعبادته وخلقه وتعامله، بل إن جميع أنظمته التربوية والروحية والدعوية والخلقية والاجتماعية والصحية والنفسية، والاقتصادية والسياسية... كلها قائمة عليهما،

بل إن حياة الإنسان برمتها قائمة عليه، وهدفه في حياته موصول بهما، وحتى النوايا والدوافع السلوكية، وخط السير في الحياة ونتائجه في جزئيات الأعمال خاضع له، يقومها المسلم من خلال النوايا والمقدمات، ومن نتائجها في الدنيا وثمرتها في الآخرة ﴿وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ [آل عمران:١٨٥] وقلبه الحارس الأمين عليها: «استفت قلبك، ولو أفتاك المفتون وأفتوك»، والضمير الكامن فيه هو الموجه له في كل ذلك ﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ، وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ﴾ [القيامة:١٥]، أي على الإنسان بصيرة تبصره الطريق في أعماله، ألا وهي (الضمير) الذي لا تغيب عنه الصغائر ولا الكبائر.

قائمة المصادر

- الجرجاني، ابو الحسن علي بن محمد بن علي، ٢٠٠٧، التعريفات، دار شؤون الثقافة، بغداد.
- الجوهري، إسماعيل بن حماد، ٢٠١٢ ، معجم الصحاح، ط/٤، دار المعرفة، بيروت.
- خليفة، إبراهيم محمد، ١٩٨٩، القيم والمثل الإسلامية، ط/١، مؤسسة البلاغ، بيروت.
- زيادة، معن، ١٩٨٦، الموسوعة الفلسفة العربية، ج ١، ط/١، معهد الأنماء العربي، القاهرة.
- سلطان، صلاح الدين، ٢٠٠٥، الآثار التربوية للعبادات في الروح والأخلاق، ط/١، دار النهضة، القاهرة.
- العيسوي، عبدالرحمن، ١٩٩٦، الإسلام والعلاج النفسي الحديث، دار النهضة العربية، بيروت.
- القرضاوي، يوسف، ٢٠١٥، العبادة في الإسلام، مطبعة وهبة، القاهرة .
- مدكور، علي أحمد، ١٩٩٠، منهج التربية في التصور الإسلامي،ط/١، دار النهضة العربية، بيروت.
- مسعود، جبران ، ٢٠٠٣، الرائد معجم، ط/١، دار العلم للملايين، بيروت.
- مقبل، صالح محمد صغير، ١٩٨٩، محمد علي الشوكاني وجهوده التربوية، ط/١، دار الجيل، بيروت.
- المناوي، الشيخ عبدالرؤف، ٢٠١١ ، التوقيف على مهمات التعريف تحقيق جلال الأسيوطي، ط/١، دار الكتب العلمية، بيروت.

- نجاتي، محمد عثمان، ١٩٨٢، القرآن وعلم النفس، ط/١، دار الشروق، القاهرة.
- الهاشمي، عابد توفيق، ٢٠٠٦، طرائق تدريس مهارات التربية الإسلامية، ط/١، مؤسسة الرسالة، بيروت.
- اليسوعي، لويس بن نقولا ضاهر المعلوف، ٢٠٠٨، المنجد في اللغة العربية المعاصرة، ط/٣، دار المشرق، بيروت.