

## أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي

د. الشفاء محمود محمد ابوحسبو<sup>1</sup>

### ملخص البحث

هدف البحث لمعرفة أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي ، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي والنهج التاريخي ، إشمئل البحث علي مقدمة احتوت علي مشكلة البحث وهدف وأهمية البحث ومنهجه العلمي وتعريف المصطلحات، بالإضافة الي استعراض الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث والتعقيب عليها. اشتمل البحث علي ثلاثة مباحث تتضمن المبحث الأول أساليب الإرشاد النفسي في المدرسة السلوكية، اما المبحث الثاني احتوي علي اساليب مدرسة التحليل النفسي، بينما اشتمل المبحث الثالث علي أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي والسنة النبوية الفعلية والتي من أهمها أسلوب الحوار مع ذكر أمثلة ونماذج له، وإسلوب ضرب الأمثال مع ذكر امثلة لذلك الاسلوب، ثم أسلوب البيان بالعمل مع ذكر المواقف التي تم فيها استخدام ذلك الاسلوب والمهارات المتعلمة من خلاله. يلي ذلك أسلوب السرد القصصي مع ذكر مواضع استخدام القصة في الإرشاد والتوجيه ثم أسلوب الموعظة الحسنة ومواضع استخدامه في النصح والإرشاد. بناء علي نتائج البحث قدمت الباحثة العديد من التوصيات والمقترحات.

<sup>1</sup> الاستاذ المساعد بقسم علم النفس، كلية الآداب - جامعة ام درمان الإسلامية - السودان.

### **Abstract**

The purpose of the research is to find out the methods of psychological counseling in the Hadith. The analytical descriptive and historical approaches were used. The research included an introduction to the problem of research, the purpose and importance of the research, its scientific methodology and the definition of terms. The research included three topics including the first section methods of psychological counseling in the behavioral school, The second section contains the methods of the school of psychological analysis, while the third section includes the methods of psychological counseling in the Hadith and the actual Sunnah, which is the most important method of dialogue with examples and examples, and the method of striking proverbs with examples of this method, Describe the situations in which that method and the skills learned are used. This is followed by narrative narration with references to the use of the story in guidance and guidance, and then the method of good advice and the use of counseling and guidance. Based on the research results, the researcher presented many recommendations and suggestions.

## المقدمة

الإرشاد النفسي هو أحد فروع علم النفس التطبيقية ويهدف إلى مساعدة الفرد في أن ينمو إلى أقصى حد مستطاع وأن ينمي طاقاته ، واستعداداته ، ومواهبه لأقصى درجة ممكنة بحيث يستطيع أن يأخذ مكانه كإنسان صالح في المجتمع.

يستخدم ممارسون مهنة الإرشاد والعلاج النفسي في المجتمعات الإسلامية أساليب وفتيات قائمة علي النظريات الغربية المتعددة والمتعارضة في أغلب الأحيان وذلك لتعارض المفاهيم والمبادئ والثقافات التي تتركز عليها كل نظرية ، وهناك سبب آخر لإستخدام الوسائل والأساليب الغربية وهو عدم وجود أساليب إرشاد نفسي مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة فكل ما يدرس من مناهج الإرشاد النفسي في الجامعات العربية والإسلامية يستند إلى النظريات الغربية الحديثة في علم النفس .

أن اساليب الإرشاد النفسي الغربية السائدة في المجتمعات الإسلامية لم تنجح في المجتمع الغربي نفسه ، فقد زادت الامراض النفسية وبرزت المشكلات السلوكية والانحرافات وذلك بالرغم من زيادة عدد مراكز الإرشاد النفسي ، وعليه ينبغي علي ممارسين مهنة الإرشاد النفسي تنقيح تلك الأساليب الغربية والأخذ بما يتفق مع القيم والمبادئ الإسلامية و إستنباط ممارسات وأساليب مستمدة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وإسهامات علماء النفس المسلمين في مجال الإرشاد النفسي .

### مشكلة البحث :

أن أساليب الإرشاد النفسي التي تمارس مهنيًا في مراكز الإرشاد النفسي والعيادات النفسية في المجتمعات الإسلامية هي الأساليب الغربية والتي استندت علي النظريات الغربية لعلم النفس الغربي وذلك رغم الاختلاف في منهجية الحياة والمبادئ والعقيدة ومعايير الصلاح وغيرها من الاختلافات بين المجتمع الغربي والمجتمع الإسلامي . إن عدم وجود أساليب إرشادية مستمدة من الهدي النبوي ادي لتطبيق الأساليب الإرشادية الغربية وذلك لعدم وجود منهج إرشاد نفسي إسلامي يُدرس نظريًا وتمارس أساليبه عمليًا وهذه هي المشكلة التي يحاول الباحث معالجتها من خلال طرح التساؤل التالي: ما هي الأساليب الإرشادية المتبعة في السنة النبوية ؟

### هدف البحث :

هدف البحث إلى معرفة وبيان الأساليب الإرشادية المتبعة في السنة النبوية القولية والفعلية وتقديمها كنموذج لممارسة الإرشاد النفسي بدلاً عن الأساليب الغربية .

## أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في أن الأساليب الإرشادية الممارسة في مراكز الإرشاد النفسي والعيادات النفسية في المجتمعات الإسلامية هي أساليب غريبة لا تصلح للنقل كما هي للمجتمعات الإسلامية ومن هنا تأتي الحاجة لمثل هذا البحث لسد الفراق المعرفي في مجال الأساليب الإرشادية في السنة النبوية .

تأتي أهمية البحث فإنه يقدم أساليب إرشادية مبنية على السنة النبوية تعين ممارسة مهنة الإرشاد النفسي في المجتمعات الإسلامية .

## منهج البحث :

تم استخدام المنهجين التاليين :

١/ المنهج الوصفي التحليلي : وذلك من خلال تحديد مشكلة البحث واستجلاء أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي وذلك بإجراء مسح للأحاديث النبوية المتعلقة بأسئلة البحث .

٢/ المنهج التاريخي : وذلك بتتبع الأساليب الإرشادية التي مارسها الرسول صلي الله عليه وسلم في حياته .

## تعريف المصطلحات :

\*تعريف الأساليب :

تعريف الأساليب لغة : جاء في لسان العرب والمعجم الوسيط<sup>١</sup> أن الأسلوب وجمعه أساليب هو الطريق أو الطريقة ، ويقال سلكت أسلوب فلان في كذا أي طريقته ومذهبه في الكلام أو الكتابة .

تعريف الأساليب اصطلاحاً : يقصد بأسلوب الإرشاد النفسي الفنيات أو المهارات التي يستخدمها المرشد النفسي في عملية الإرشاد النفسي .

\*تعريف الإرشاد:

تعريف الإرشاد لغة : جاء في لسان العرب<sup>١</sup> أن الإرشاد يعني الهداية والدلالة و الرشد والرشد والرشد نقيض الغي فهو راشد ورشيد وهو نقيض الضلال .

<sup>1</sup>مجمع اللغة العربية. (د.ت). المعجم الوسيط. طهران: المكتبة العلمية.

تعريف الإرشاد اصطلاحاً : الإرشاد النفسي هو عملية بناءة تهدف الي مساعد الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي امكانته ، ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه لكي يصل الي تحديد وتحقيق أهدافه وتحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصياً وتربوياً ومهنياً وزواجياً وأسرياً .

### الدراسات السابقة

١/ دراسة مرسي والرشيدي (١٩٨٤م) بعنوان (( التوجيه والإرشاد فلسفته وأخلاقياته في المجتمعات الإسلامية )) . هدفت الدراسة الي تعريف النموذج الإسلامي في الإرشاد النفسي وتوضيح مبادئه وفلسفته وأخلاقياته وممارسته في المجتمعات الإسلامية ، قدمت الدراسة أدله علي عدم صلاحية النموذج الغربي في الإرشاد للممارسة والمعالجة في المجتمعات الإسلامية وأنه يجب تطبيق النموذج في الإرشاد المستمد من نظام الحسبة كما بينت الدراسة أهداف الإرشاد في الإسلام وفلسفته ومبادئه وشروط ممارسة المهنة بالنسبة المرشد المسلم وقدمت ملامح عامة للإرشاد النفسي في الإسلام.

٢/ دراسة الشناوي (١٩٩١م) بعنوان (( الأهداف العامة لمساعدة الأفراد علي مواجهة مشكلاتهم النفسية كما تعرضها نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية [دراسة تقويمية في ضوء المنهج الإسلامي ] )) هدفت الدراسة الي معرفة مدي اتساق أهداف الإرشاد في النظريات الغربية مع المنهج الإسلامي الذي يجب علي المرشد النفسي المسلم أن يمارسه في عملية الإرشاد ، بعد تقويم الأهداف من منظور إسلامي خلصت الدراسة الي أن المسمي الذي يحمله الهدف لا غبار عليه من وجهة النظر الإسلامية ، الا أنه من ناحية المضمون والفلسفة يختلف عن المنهج الإسلامي في بعض الأحيان ويرجع هذا الاختلاف باختلاف المبادئ والمنطلقات الفكرية والأساليب في النظريات الغربية عنها في الإسلام قدمت الدراسة العديد من الأهداف للإرشاد النفسي من منظور إسلامي لممارسي الإرشاد والعلاج النفسي المسلمين.

٣/ دراسة الشناوي (١٩٩٣م) . بعنوان (( الإرشاد النفسي من منظور إسلامي )) هدفت الدراسة بتقديم تصور الإرشاد والعلاج النفسي علي اساس منهج الإسلام وبنفس النسق الذي يعرض الإرشاد والعلاج النفسي في النظريات غير الإسلامية ، تناول الباحث الجوانب المتعلقة بطبيعة الإنسان والنمو النفسي وإنحرافات الشخصية والعلاج النفسي ودور المرشد واهداف الإرشاد وخلص الي تقديم مبادئ واساسيات عامة لملامح منهج الإسلام في الإرشاد والعلاج النفسي .

<sup>1</sup>ابن منظور ، ابوالفضل جمال الدين محمد بن مكرم. (د.ت). لسان العرب. بيروت: دار صادر.

٤ / دراسة فرح (١٩٩٤م). بعنوان (( الإرشاد النفسي من منظور عربي اسلامي )) هدفت الدراسة لوضع خطوط عامة لتصور عربي إسلامي لعلم النفس الإرشادي ، وذلك لحاجة المجتمع العربي له . بينت طبيعة الإنسان في الإسلام والمكونات الشخصية ونظام الحسبة في الإسلام وصلته بالإرشاد النفسي كما وضحت الدراسة المبادئ العامة للإرشاد النفسي واخلاقيات ممارسة مهنة الإرشاد النفسي في المجتمعات العربية والإسلامية .

٥ / دراسة مرسى (١٩٩٥م). بعنوان ((التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي لأباء المتخلفين عقلياً)). بينت الدراسة معنى التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي وأهميته للمرشد وللمتخلفين عقلياً آبائهم وللمجتمع بصورة عامة ، كما بينت حقوق وواجبات المتخلفين عقلياً في الإسلام وواجبات الآباء نحوهم ، وكيفية تقبل الوضع ودمج المتخلفين عقلياً في المجتمع ومساعدتهم علي الحياة العادية . ووضحت التأصيل الإسلامي لدور المرشد في المجتمع .

#### التعليق علي الدراسات السابقة :

اقتصرت بعض الدراسات علي جانب واحد من جوانب الإرشاد النفسي مثل دراسة الشناوي (١٩٩١م) والتي اقتصرت علي أهداف الإرشاد واهملت الجوانب الإرشادية الأخرى ، اما دراسة مرسى والرشيدي (١٩٩٤م) فقد اقتصرت علي الجوانب الفلسفية والأخلاقية دون تقديم نموذج قابل للممارسة العملية ، بينما قدمت دراسة الشناوي (١٩٩٣م) تصور للإرشاد النفسي علي اساس إسلامي وتناولت طبيعة الإنسان وأهداف الإرشاد ودور المرشد لكنها أغفلت جوانب الأساليب الإرشادية العملية .

قدمت دراسة فرح (١٩٩٤م) خطوط عامة تتضمن نظرة الإسلام لطبيعة الإنسان ومبادئ واخلاقيات مهنة الإرشاد، بينما تناولت دراسة مرسى (١٩٩٥م) أهمية التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي ودور المرشد في الإسلام ودوره في إرشاد المتخلفين عقلياً .

مما سبق تلاحظ الباحثة أن الدراسات السابقة اتفقت علي أهمية إتباع نموذج إرشادي مستمد من القرآن الكريم والسنة النبوية ووضحت تلك الأهمية مع تقديم تصورات عامة ومبادئ أخلاقية مجملية، ولكن هذه الدراسات لم تقدم نموذج عملي قابل للتطبيق عن الأساليب الإرشادية في القرآن الكريم أو السنة النبوية، وهذا ما يهدف إليه البحث الحالي .

## الاساليب الإرشادية في نظريات علم النفس الغربية

تتنوع الأساليب الإرشادية المستخدمة في ممارسة الإرشاد والعلاج النفسي بتنوع وتعدد النظريات النفسية فكل نظرية اسلوب وفتيات تتميز بها وتناسب مع نظرتها للإنسان ولطبيعة المرض النفسي وأسبابه ومن ثم طرق علاجه وإرشاده . تستخدم المدرسة السلوكية الأساليب التالية :

١/ اسلوب التحصين التدريجي : ويقصد به التخلص التدريجي من إرتباط السلوك المضطرب بشئ أو حادث معين، ويتم ذلك بتحديد مثيرات السلوك المضطرب وتعرض العميل بتكرار متدرج لهذه المثيرات وهو في حالة استرخاء حتي لا تنتج الإستجابة المضطربة ثم يستمر التعرض للمثيرات المتدرجة في الشدة حتي يتم الوصول الي عدم استثارتها للإستجابة المضطربة.

٢/ اسلوب الغمر : وهو عكس التحصين التدريجي حيث يبدأ الغمر بمثيرات شديدة ويضع الفرد امام الأمر الواقع.

٣/ اسلوب الكف المتبادل : ويقصد به كف كل من نمطين سلوكيين غير متوافقين.

٤/ اسلوب الإشراف التجنيبي : ويعني تعديل السلوك من الإقدام إلى الإحجام والتجنب.

٥/ اسلوب التعزيز الموجب : ويعني إثابة السلوك المطلوب اي تعزيزه وتدعيمه.

٦/ اسلوب التعزيز السالب : ويعني العمل علي ظهور السلوك المطلوب وتعريض المسترشد لمثير غير سار اثناء السلوك غير المرغوب ثم إزالة المثير غير السار مباشرة بعد ظهور الإستجابة المطلوبة.

٧/ اسلوب الثواب والعقاب: ويعني الثواب حيال السلوك الجيد والعقاب كنوع من العلاج.

٨/ اسلوب الإطفاء : وهو الإغفال عن السلوك غير المتوافق حتي ينطفي.

أن تعقيد السلوك الإنساني يصعب معه تحديد انماط بسيطة من العلاقات بين المثير والإستجابة حتي يسهل تعديلها كل علي حده كما يصعب معاملة الإنسان كآله نقدم له مثيرات يستجيب بصورة آلية وكذلك تهتم الأساليب السلوكية بالسلوك المضطرب فقط وتركز علي التخلص من الأعراض الظاهرة للعيان دون الغوص في مصدر الإضطراب الحقيقي. ذلك أن السلوك الظاهري المضطرب ما هو إلا دليل خارجي علي إضطراب داخلي أعمق من الظاهر للعيان.

مما سبق يتضح أن اساليب الإرشاد السلوكية لا تصلح لكل الإضطرابات السلوكية، وما زالت هذه الأساليب تحتاج إلي المزيد من البحث والدراسة والتطوير.

استخدمت نظرية التحليل النفسي الأساليب التالية في العلاج والإرشاد النفسي :

١/ اسلوب التفريق الإنفعالي: ويتضمن تفريق المواد المكبوتة سواء كانت حوادث أو خبرات أو دوافع أو صراعات مما يؤدي إلي اختفاء الأعراض العصائية.

٢/ اسلوب التداعي الحر : وهو إطلاق العنان للأفكار والخواطر للكشف عن المواد المكبوتة في اللاشعور والاستفادة من زلات اللسان والقلم.

من استعراض أساليب نظرية التحليل النفسي في الإرشاد والعلاج النفسي يتضح أن اساليب التحليل النفسي تهتم بالمرضي أكثر من الأسوياء، وإن هذه الأساليب تتطلب مال وجهد ووقت كثير.

يري زهران ( ٢٠٠٥م)<sup>١</sup> أن بعض المنشغلين بالإرشاد والعلاج النفسي يحملون نحو التحليل النفسي اتجاهًا سالبًا يفعل أحياناً حتي يصل الي تعصب ضده إلي درجة تجعلهم يسقطون نظرية التحليل النفسي من حسابهم تماماً أو يجعلون منها محور لنقدهم ليس في الإرشاد والعلاج النفسي فحسب بل في علم النفس كله، علي أساس أن فرويد يهودي صهيوني مغرض صنع نظرية مبهرجة ذات اتجاه يهودي مادي جنسي تقوم علي اساس مخلخل ومنهج غير علمي.

### أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي

استخدم مرشد البشرية ﷺ العديد من الأساليب النفسية والتربوية ليدل اصحابه وأتباعه الي اتباع الصراط المستقيم والسلوك القويم حسب الهدى الرباني وليبين لهم ما اشكل عليهم فهمه من المعاني وليساعدهم في حل مشكلاتهم الحياتية، حيث استخدم ﷺ اسلوب الحوار واسلوب ضرب الأمثال واسلوب البيان بالعمل واسلوب السرد القصصي بالإضافة لأسلوب الموعدة الحسنة.

### اسلوب الحوار :

يساعد اسلوب الحوار علي التخلص من الأخطاء المعرفية التي تحول دون الوصول للحقيقة ويؤدي الي وضوح الفكرة واستجلاء كل معالم المشكلة وملاحمها وبذلك يساعد الوصول الي حلول منطقية للمشكلات المختلفة. استخدم الرسول ﷺ اسلوب الحوار في مواضع عديدة منها ما يلي :-

<sup>1</sup>زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥م). التوجيه والإرشاد النفسي، ط ٤ القاهرة، عالم الكتب.



## \*حوار رسول الله مع الأنصار :

عن أبي سعيد الخدري، قال لما أعطى رسول الله ﷺ ما أعطى من تلك العطايا في قريش وقبائل العرب ولم يكن في الأنصار منها شيء وجد هذا الحي من الأنصار في أنفسهم حتى كثرت فيهم القالة حتى قال قائلهم لقي رسول الله ﷺ قومه فدخل عليه سعد بن عباد فقال يا رسول الله إن هذا الحي قد وجدوا عليك في أنفسهم لما صنعت في هذا الفيء الذي أصبت قسمت في قومك وأعطيت عطايا عظاما في قبائل العرب ولم يكن في هذا الحي من الأنصار شيء قال «فأين أنت من ذلك يا سعد قال يا رسول الله ما أنا إلا امرؤ من قومي وما أنا قال فاجمع لي قومك في هذه الحظيرة قال فخرج سعد فجمع الناس في تلك الحظيرة قال فجاء رجال من المهاجرين فتركهم فدخلوا وجاء آخرون فردهم فلما اجتمعوا أتاه سعد فقال قد اجتمع لك هذا الحي من الأنصار قال فاتاهم رسول الله ﷺ فحمد الله وأثنى عليه بالذي هو له أهل ثم قال يا معشر الأنصار ما قالة بلغتني عنكم وجدة وجدتموها في أنفسكم ألم آتكم ضلالا فهداكم الله وعالة فأغناكم الله وأعداء فألف الله بين قلوبكم قالوا بل الله ورسوله أمن وأفضل قال ألا تجيبوني يا معشر الأنصار قالوا وبماذا نجيبك يا رسول الله ولرسوله المن والفضل قال أما والله لو شئتم لقلتم فلصدقتم وصدقتم أتيتنا مكذبا فصدقناك ومخذولا فنصرناك وطريدا فأوينناك وعائلا فأغنيناك أوجدتم في أنفسكم يا معشر الأنصار في لعاعة من الدنيا تألفت بها قوما ليسلموا ووكلتكم إلى إسلامكم أفلا ترضون يا معشر الأنصار أن يذهب الناس بالشاة والبعير وترجعون برسول الله ﷺ في رحالكم فوالذي نفس محمد بيده لولا الهجرة لكنت امرأ من الأنصار ولو سلك الناس شعبا وسلكت الأنصار شعبا لسلكت شعب الأنصار اللهم ارحم الأنصار وأبناء الأنصار وأبناء أبناء الأنصار قال فبكى القوم حتى أخضلوا لحاهم وقالوا رضينا برسول الله قسما وحظا ثم انصرف رسول الله ﷺ وتفرقا.<sup>1</sup>

يتضح جلياً كيف أن رسول الله ﷺ استخدم أسلوب الحوار في إرشاد الأنصار وإقناعهم، وقتل الفتنه في مهدها، كما حرك في نفوسهم مشاعر إيجابية عميقة تجاهه ﷺ، وهذا قمة ما يصبوا اليه المرشد.

## \*حوار رسول الله مع الشاب الذي استأذن بالزنا :

عن أبي أمامة رضي الله عنه قال: إن فتى شاباً أتى النبي ﷺ فقال: يا رسول الله، ائذن لي بالزنا! فأقبل القوم عليه فزجروه، وقالوا: مه مه! فقال: «ادنه، فدنا منه قريباً، قال: فجلس، قال: ((أتجبه لأمك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لأمهاتهم))، قال: ((أفتجبه لابنتك؟))، قال: لا والله يا رسول الله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لبناتهم))، قال: ((أفتجبه لأختك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لأخواتهم))، قال: ((أفتجبه لعمتك؟))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لعماتهم))، قال:

<sup>1</sup> أخرجه احمد، ج 3، ص 76-77

((أفتحبه لخالتك))، قال: لا والله، جعلني الله فداءك، قال: ((ولا الناس يحبونه لخالاتهم))، قال: فوضع يده عليه، وقال: ((اللهم اغفر ذنبه، وطهر قلبه، وحصن فرجه))، فلم يكن بعد - ذلك الفتى - يلتفت إلى شيء<sup>1</sup>.

بهذا الحوار المرن والأسلوب المقنع اللين والمنطقي عدل الرسول ﷺ سلوك ذلك الشاب غير السوي الي سلوك قويم.

### \*حوار رسول الله مع الإعرابي حول الغلام الأسود:

عن أبي هريرة أن إعرابيا أتى النبي ﷺ فقال (( أن امرأتي ولدت غلام أسود وأني انكرته فقال رسول الله صلي الله عليه وسلم هل لك من إبل؟ قال نعم قال ما ألوانها قال حمر قال هل فيها من أورك قال إن فيها لورقاً قال فأني تري ذلك قال لعله نزعها قال : ولعل هذا عرق نزعة. ولم يرخص له في الإنتقاء منه ))<sup>2</sup>.

بدأ الرسول ﷺ حوارهم مع الإعرابي بالمناقشة و الاستفسار عن سبب وجود الإبل الورق بين الإبل الحمر والتي يمتلكها الإعرابي ففكره الإعرابي في الامر بعقلانية وأجابه أن السبب ربما كان في آباء تلك الإبل الحمر ورق فتشابهت هذه الإبل الورق احداها وحينها اجابه الرسول ﷺ علي سؤاله بشأن غلامه فقال : (ولعل هذا عرق نزعة). غير رسول الله ﷺ بأسلوب الحوار المنطقي الهادف أفكار الإعرابي الغير عقلانية الي أفكار عقلانية ومنطقية وهذا عين الإرشاد النفسي، حيث عاد له الاتزان والراحة بعد القلق والتوتر.

### اسلوب ضرب الأمثال :

تستخدم الأمثال في الحديث النبوي لتقريب المعني للأذهان و المقارنة وذلك بتشبيه شيء بشيء آخر مألوف حسنه أو معلوم حقارته .

### \*مثل هوان الدنيا عند الله .

عن جابر بن عبد الله أن رسول الله ﷺ : مر بالسوق داخلا من بعض العالية والناس كنفته فمر بجدي أسك ميت فتناولوه فأخذ بأذنه ثم قال ((أيكم يحب أن هذا له بدرهم؟)) فقالوا: ما نحب أنه لنا بشيء وما نصنع به قال أتحبون أنه لكم قالوا والله لو كان حيا كان عيبا فيه لأنه أسك فكيف وهو ميت فقال ((فوالله للدنيا أهون على الله من هذا عليكم))<sup>3</sup>

<sup>1</sup>أخرجه أحمد بإسناد صحيح ، ج ٥ ص ٢٥٦-٢٥٧

<sup>2</sup>أخرجه البخاري ، رقم الحديث ٧٣١٤

<sup>3</sup>أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٢٩٥٧

كثير من المشكلات النفسية تنتج عن زيادة طموح الأفراد وطغيان الماديات والسعي نحو ملذات الدنيا وزخرفها، وهنا بين الرسول صلي الله عليه وسلم وأصحابه عن طريق ضرب المثل هوان قيمة ومنزلة الدنيا عند الله والتي أهون من قيمة ذلك الجدي الأسك عندهم فقرب المعني لأذهانهم بذلك المثل.

#### \* مثل القائم عل حدود الله والواقع فيها :

عن النعمان بن بشير رضي الله عنهما عن النبي ﷺ، قال: «مَثَلُ الْقَائِمِ عَلَى حُدُودِ اللَّهِ وَالْوَاقِعِ فِيهَا؛ كَمَثَلِ قَوْمٍ اسْتَهَمُوا عَلَى سَفِينَةٍ، فَأَصَابَ بَعْضُهُمْ أَعْلَاهَا، وَبَعْضُهُمْ أَسْفَلَهَا، فَكَانَ الَّذِينَ فِي أَسْفَلِهَا إِذَا اسْتَقَوْا مِنَ الْمَاءِ مَرُّوا عَلَى مَنْ فَوْقَهُمْ، فَقَالُوا: لَوْ أَنَّا خَرَفْنَا فِي نَصِيبِنَا خَرْقًا وَمَ نُؤْذِ مَنْ فَوْقَنَا، فَإِنْ يَتْرُكُوهُمْ وَمَا أَرَادُوا هَلَكُوا جَمِيعًا، وَإِنْ أَخَذُوا عَلَى أَيْدِيهِمْ نَجَوْا وَنَجَّوْا جَمِيعًا»<sup>1</sup>.

بهذا المثل وضح الرسول ﷺ لأصحابه أهم مبدأ من مبادئ السلامة والأمن والنحاة وهو مبدأ المسؤولية المجتمعية وأن أمن وسلامة المجتمع مسؤولية الجميع و إلا هلكوا جميعهم.

#### \* مثل المجلس الصالح والجليس السوء

عن أبي موسى الأشعري: أن النبي ﷺ قَالَ: «إِنَّمَا مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالْجَلِيسِ السُّوءِ: كَحَامِلِ الْمِسْكِ، وَنَافِخِ الْكَبِيرِ، فَحَامِلِ الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُحْدِثَكَ، وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ، وَإِمَّا أَنْ يُجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً، وَنَافِخِ الْكَبِيرِ إِمَّا أَنْ يَحْرِقَ ثِيَابَكَ، وَإِمَّا أَنْ يُجِدَ مِنْهُ رِيحًا خَبِيثَةً»<sup>2</sup>.

ارشد الرسول ﷺ أصحابه لإختيار المجلس الصالح وبين لهم تأثير الصحبة علي سلوك الفرد مثلما يؤكد علماء النفس علي تأثير جماعة الرفاق والأصدقاء علي اتجاهات الأفراد وتشكيلها لسلوكياتهم وأهمية المجال النفسي المحيط بالفرد وأثره البالغ سوء أن كان أثر سالباً أو موجباً. بينما يزعم البعض أن كل فرد يستطيع أن يستغل بشخصيته، نجد أن هادي البشرية ﷺ قد أفلح في توصيل المعني للأذهان وبيان أثر الصحبة علي الأفراد، وأن الصحبة السيئة تسبب الحسرة والندم لصاحبها حينما لا ينفع الندم. قال تعالي: ﴿يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا﴾ [الفرقان : ٢٨].

#### \* مثل ما بعث به النبي ﷺ من الهدى والعلم .

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه قال قال رسول الله ﷺ: «إِنْ مِنْ هَدًى أَوْ عِلْمٍ فَهُوَ خَيْرٌ مِنْ مِائَةِ نَسِيبٍ مِنْ مَالٍ»<sup>3</sup>. وكان منها أجادب أمسكت

<sup>1</sup> أخرجه البخاري ، رقم الحديث ٢٤٩٣

<sup>2</sup> أخرجه مسلم رقم الحديث ٢٦٢٨

الماء فنفخ الله بها الناس فشرَبوا منها وسقوا ورعوا، وأصاب طائفة منها أخرى إنما هي قيعان لا تمسك ماء ولا تنبت كلاً فذلك مثل من فقه في دين الله ونفعه بما بعثني الله به فعلم وعلم ومثل من لم يرفع بذلك رأساً، ولم يقبل هدى الله الذي أرسلت به»<sup>1</sup>.

في هذا المثل إشارة التعلم والتعليم والتي هي نعمة من الله عز وجل للخلق كافة. وما الإرشاد النفسي إلا عملية تعلم وتعليم ومساعدة للمسترشد لحل مشكلاته في ضوء معرفته وتعليمه وتدريبه ورغبته وهذا ما اشار له المصطفى ﷺ في تشبيهه لمن يتفقه في الدين ويقبل الهدى الرباني ويفوز بسعادة الدارين، خلاف الذي لا يتفقه في الدين كالأرض الجداء. قال تعالى: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل : ٧٨].

### اسلوب البيان بالعمل :

يعتبر الإرشاد بأسلوب البيان بالعمل وعن طريق الممارسة الفعلية والمشاهدة المباشرة من أقوى الأساليب المتبعة في الإرشاد النفسي، لأنه يوضح المعلومات والمعارف، ويرسخ القيم والمفاهيم والمهارات في النفس البشرية . وقد استخدم هذا الاسلوب رسول الله ﷺ مع الصحابة .

### \*كيفية الوضوء :

عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده أن رجلاً أتى النبي ﷺ فقال: يا رسول الله كيف الطهور ؟ فدعا بماء في إناء فغسل كفيه ثلاثاً ثم غسل وجهه ثلاثاً ثم غسل ذراعيه ثلاثاً ثم مسح برأسه فأدخل إصبعيه السباحتين في أذنيه ومسح بإمهاميه على ظاهر أذنيه وبالسباحتين باطن أذنيه ثم غسل رجليه ثلاثاً ، ثم قال: «هكذا الوضوء...»<sup>2</sup>.

عن حمران مولى عثمان أن عثمان بن عفان رضي الله عنه دعا بوضوء فتوضأ فغسل كفيه ثلاث مرات ثم مضمض واستنثر ثم غسل وجهه ثلاث مرات ثم غسل يده اليمنى إلى المرفق ثلاث مرات ثم غسل يده اليسرى مثل ذلك ثم مسح رأسه ثم غسل رجله اليمنى إلى الكعبين ثلاث مرات ثم غسل اليسرى مثل ذلك ثم قال رأيت رسول الله ﷺ توضأ نحو وضوئي هذا ثم قال رسول الله ﷺ: «من توضأ نحو وضوئي هذا ثم قام فركع ركعتين لا يحدث فيهما نفسه غفر له ما تقدم من ذنبه»<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٢٢٨٢

<sup>2</sup>أخرجهابوداود ، رقم الحديث ١٣٥

<sup>3</sup>أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٢٢٦

ارشد رسول الله اصحابه عن الطريق البيان بالعمل والممارسة الفعلية كيفية الوضوء، وذلك لضمان تعليمها لأصحابه عبر مشاهدته مباشرة. يعتبر اسلوب البيان بالعمل احد الأساليب السلوكية الناجحة في تعليم المهارات الجديدة.

### \* كيفية الصلاة :

عن أبي هريرة رضي الله عنه : أن رجلاً دخل المسجد ورسول الله صلى الله عليه وسلم جالس فيه فرد عليه السلام، ثم قال له : « ارجع فصل فإنك لم تصل. فرجع فصلى كما صلى، ثم جاء فسلم على النبي صلى الله عليه وسلم فرد عليه السلام ثم قال: ارجع فصل فإنك لم تصل، فرجع فصلى كما صلى، ثم جاء فسلم على النبي صلى الله عليه وسلم فرد عليه السلام، وقال: ارجع فصل فإنك لم تصل ثلاث مرات، فقال في الثالثة: والذي بعثك بالحق يا رسول الله ما أحسن غيره فعلمني. فقال: \_ صلى الله عليه وسلم\_ إذا قمت إلى الصلاة فكبر، ثم اقرأ ما تيسر معك من القرآن، ثم اركع حتى تطمئن راكعاً، ثم ارفع حتى تعتدل قائماً، ثم اسجد حتى تطمئن ساجداً، ثم اجلس حتى تطمئن جالساً، ثم اسجد حتى تطمئن ساجداً، وافعل ذلك في صلاتك كلها»<sup>1</sup>.

عن ابي حازم بن دينار أن رجلاً أتوا سهل بن سعد الساعدي وقد امتروا في المنبر مم عوده فسألوه عن ذلك فقال والله إني لأعرف مما هو ولقد رأيته أول يوم وضع وأول يوم جلس عليه رسول الله صلى الله عليه وسلم أرسل رسول الله صلى الله عليه وسلم إلى فلانة امرأة من الأنصار قد سماها سهل مري غلامك النجار أن يعمل لي أعوداً أجلس عليهن إذا كلمت الناس فأمرته فعملها من طرفاء الغابة ثم جاء بها فأرسلت إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فأمر بها فوضعت ها هنا ثم رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم صلى عليها وكبر وهو عليها ثم ركع وهو عليها ثم نزل القهقري فسجد في أصل المنبر ثم عاد فلما فرغ أقبل على الناس فقال «أيها الناس إنما صنعت هذا لتأتموا وتعلموا صلاتي»<sup>2</sup>.

في الحديث الأول يرسخ الرسول صلى الله عليه وسلم مبدأ التقبل حيث تقبل خطاء الرجل ولم يعنفه وجعل له حق الخطاء وهذا مبدأ اساسي من مبادئ الإرشاد النفسي ألا وهو تقبل المسترشد بأخطائه الي أن تأتي المرحلة التالية في الحديث الذي يليه حيث وضع الرسول صلى الله عليه وسلم الطريقة الصحيحة لكيفية الصلاة حيث كان الإرشاد والتوجيه لجماعة الحاضرين وهو علي المنبر ليشاهده كل من حضر.

### \* الاستحفاظ :

عَنْ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ ، قَالَ : قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : «إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ ، ثُمَّ قُلْ : اللَّهُمَّ أَسَلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً

<sup>1</sup> اخرجه مسلم ، رقم الحديث ٣٩٧

<sup>2</sup> اخرجه البخاري ، رقم الحديث ٩١٧

وَرَهْبَةً إِلَيْكَ ، لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنَاجَا مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ ، اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَرَبِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ ، فَإِنْ مُتَّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ ، وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ » ، قَالَ : فَرَدَّدْتُهَا عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَلَمَّا بَلَغْتُ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ قُلْتُ : وَرَسُولِكَ ، قَالَ : «إِلَّا ، وَرَبِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ»<sup>1</sup>.

هنا تتجلي حكمته ﷺ في إرشاد أصحابه الي الطريق القويم فبالإضافة الي البيان بالعمل استخدم هادي البشرية ﷺ اسلوب تصحيح الأخطاء ومراجعة المتعلم ومتابعته حتي يصبح ما تعلمه صحيحاً سليماً.

### \*الإعتماد علي النفس :

عن أنس بن مالك أن رجلا من الأنصار أتى النبي ﷺ يسأله فقال « [ أما في بيتك شيء ] قال بلى جلس نلبس بعضه ونبسط بعضه وقعب نشرب فيه من الماء قال [ ائني بهما ] قال فأتاه بهما فأخذهما رسول الله صلى الله عليه وسلم بيده وقال [ من يشتري هذين ] قال رجل أنا آخذهما بدرهم قال [ من يزيد على درهم ] مرتين أو ثلاثا قال رجل أنا آخذهما بدرهمين فأعطاهما إياه وأخذ الدرهمين وأعطاهما الأنصاري وقال [ اشتر بأحدهما طعاما فانبذه إلى أهلك واشتر بالآخر قدوما فأتني به فأتاه به ] فشد فيه رسول الله ﷺ عودا بيده ثم قال له [ اذهب فاحتطب وبع ولا أرينك خمسة عشر يوما ] فذهب الرجل يحتطب ويبيع فجاء وقد أصاب عشرة دراهم [ فاشترى ببعضها ثوبا ] وبعضها طعاما فقال رسول الله ﷺ [ هذا خير لك من أن تجيء المسألة نكتة في وجهك يوم القيامة إن المسألة لا تصلح إلا لثلاثة لذي فقر مدقع أو لذي غرم مفظع أو لذي دم موجع»<sup>2</sup>.

ما فعله ﷺ هو ما عبر عنه زهران : ٢٠٠٥<sup>٣</sup> في تعريف الإرشاد النفسي: هو عملية مساعدة الفرد في أن يعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي إمكانيته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه لكي يصل الي تحديد وتحقيق أهدافه. في هذا النموذج تجلت مهارة هادي البشرية صلى الله عليه وسلم في نجاح العملية الإرشادية بعد أن تحولت التوجيهات والمشاركة الي ممارسة عملية آتت أكلها.

### اسلوب السرد القصصي:

### \*قصة الرجل الذي قتل تسعة وتسعين نفسا :

<sup>1</sup> أخرجه البخاري ، رقم الحديث ٢٤٧

<sup>2</sup> أخرجه ابو داود ، وابن ماجه ، رقم الحديث ٢١٩٨

<sup>3</sup> زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥م). التوجيه والإرشاد النفسي، ط ٤ القاهرة، عالم الكتب.

جاء في الحديث النبوي عن ابي سعيد الخدري ، ان نبي الله ﷺ قال : « كان فيمن كان قبلكم رجل قتل تسعة وتسعين نفسا . فسأل عن أهل الأرض فدل علي راهب فأتاه فقال : إنه قتل تسعة وتسعين نفسا . فهل له من توبة ؟ فقال : لا فقتله فكمّل به مائة . ثم سأل عن أهل الأرض فدل علي رجل عالم . فقال : انه قتل مائة نفس فهل له من توبة ؟ فقال نعم ومن يحول بينه وبين التوبة ؟ انطلق إلي أرض كذا وكذا ، فإن بها أناسا يعبدون الله فأعبد الله معهم . ولا ترجع إلي أي ارضك فإنها ارض سوء . فانطلق حتي إذا نصف الطريق أتاه الموت . فاختصمت ملائكة الرحمة وملائكة العذاب فقالت ملائكة الرحمة : جاء تائبا مقبال بقلبة إلي الله . وقالت ملائكة العذاب : أنه لم يعمل خيرا قط . فأتاهم ملك في صورة آدمي . فجعلهم بينهم فقال : قيسوا ما بين الارضين . فإني أيتها كان أدني فهو له ققاسوهفوجدوده أدني إلي الأرض التي أراد . فقبضته ملائكة الرحمة»<sup>1</sup>.

هذه القصة تتضمن بث الطمأنينة في النفس والتبشير برحمة الله وإن الله هو الرحمن الرحيم وأنه أحن علي العبد من الأم بوليدها، مما يبعث الأمل في النفس وعدم القنوط، وهذا يعتبر خطوة أساسية في الإرشاد النفسي لا بد منها، وهذه الرحمة والمغفرة والبشارة تحرر النفس من الضغوطات النفسية والقلق والتوتر.

### \*قصة الأبرص والأقرع والأعمى :

عن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع رسول الله ﷺ يقول : « إن ثلاثة في بني إسرائيل أبرص وأقرع وأعمى ، فأراد الله أن يتبليهم ، فبعث إليهم ملكا ، فأتى الأبرص ، فقال : أي شيء أحب إليك ؟ قال : لون حسن ، وجلد حسن ، ويذهب عني الذي قد قَدِرَني الناس ، قال : فمسحه فذهب عنه قَدَرُهُ ، وأعطني لونا حسنا وجلدا حسنا ، قال : فأني المال أحب إليك ؟ قال : الإبل ، قال : فأعطني ناقه عَشْرَاء ، فقال : بارك الله لك فيها ، قال : فأني الأقرع فقال : أي شيء أحب إليك ؟ قال شعر حسن ، ويذهب عني هذا الذي قد قَدِرَني الناس ، قال : فمسحه فذهب عنه ، وأعطني شعرا حسنا ، قال : فأني المال أحب إليك ؟ قال : البقر ، فأعطني بقرة حاملا ، فقال : بارك الله لك فيها ، قال : فأني الأعمى ، فقال : أي شيء أحب إليك ، قال : أن يرد الله إلي بصري فأبصر به الناس ، قال : فمسحه فرد الله إليه بصره ، قال : فأني المال أحب إليك ، قال : الغنم ، فأعطني شاة والدا ، فأنتج هذان وولد هذا ، قال : فكان لهذا واد من الإبل ، ولهذا واد من البقر ، ولهذا واد من الغنم ، قال : ثم إنه أتى الأبرص في صورته وهيئته ، فقال : رجل مسكين قد انقطعت بي الحبال في سفري ، فلا بلاغ لي اليوم إلا بالله ثم بك ، أسألك بالذي أعطاك اللون الحسن والجلد الحسن والمال ، بعيرا أتَبَلِّغُ عليه في سفري ، فقال : الحقوق كثيرة : فقال له : كأني أعرفك ، ألم تكن أبرص يُفَدِّرُكُ الناس ؟! فقيرا فأعطاك الله ؟! فقال : إنما ورثت هذا المال كابرا عن كابر ، فقال : إن كنت كاذبا فصيرك الله إلى ما كنت ، قال : وأني الأقرع في صورته ، فقال له مثل ما قال لهذا ، ورد عليه مثل ما رد علي هذا ،

<sup>1</sup> اخرجه سلم ، رقم الحديث ٢٧٦٦

فقال : إن كنت كاذبا فصيرك الله إلى ما كنت ، قال : وأتى الأعمى في صورته وهيئته ، فقال : رجل مسكين وابن سبيل انقطعت بي الحبال في سفري ، فلا بلاغ لي اليوم إلا بالله ثم بك ، أسألك بالذي رد عليك بصرك ، شاة أتبلغ بها في سفري ، فقال : قد كنت أعمى فرد الله إلي بصري ، فخذ ما شئت ودع ما شئت ، فوالله لا أجهدك اليوم شيئا أخذته لله ، فقال : أمسك مالك ، فإنما ابتليتكم ، فقد رُضِيَ عنك ، وسُخِطَ على صاحبيك<sup>1</sup>.

تشير القصة الي قيم تربوية ونفسية عديدة كقيمة الصدق في حياة المسلم، والشكر علي النعم والصبر علي المكاره حيث يوصي ممارس علم النفس الإرشادي بتعداد النعم التي انعم الله بها لتزداد الراحة النفسية، وكذلك بالصبر والصلابة النفسية عند الابتلاءات.

### \* قصة الكلب العطشان :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : « بَيْنَمَا كَلْبٌ يُطِيفُ بِرَكِيَّةٍ قَدَ كَادَ يَثْقُلُهُ الْعَطْشُ ، إِذْ رَأَتْهُ بَعْجِيٌّ مِنْ بَعَايَا بَنِي إِسْرَائِيلَ ، فَنَزَعَتْ مُوقَهَا فَاسْتَقَتْ لَهُ بِهِ فَسَقَّتُهُ إِيَّاهُ ، فَعَفَّرَ لَهَا بِهِ »<sup>2</sup>.

تدل هذه القصة علي انه مهما كان سلوك الانسان سيئاً قد يصدر منه سلوكاً حسناً فهذه القصة تحث علي فعل الخير وتقديم المساعدة حتي للحيوانات وأن لا نستصغر من المعروف شيئاً ولا يمنع السلوك الخطاء من فعل الخير ذلك أن رحمة الله وسعت كل شيء، كذلك من الإشارات المضيئة في هذه القصة ألا نتعجل في إصدار الحكم علي الآخرين وتجريمهم عسي أن يقبل الله توبتهم ويغفر لهم ويدخلهم الجنة كالمراة التي في القصة.

### اسلوب الموعظة الحسنة:

جاء في لسان العرب والمعجم الوسيط أن الموعظة هي ما يوعظ به من قول أو فعل مثل : النصح والتذكير بالعواقب ، أو تذكير الإنسان ، بما يلين قلبه من ثواب وعقاب والنصيحة : هي نقيض الغش أو هي إرادة الخير للمنصوح ، وهي قول فيه دعاء إلي صلاح ونهي عن فساد .

وهذه المعاني اللغوية للموعظة والنصيحة هي ما يسعى ويقوم به المرشد النفسي وتعتبر الموعظة الحسنة من أهم أساليب التربية في الإسلام، وقد استخدمها الرسول صلي الله عليه وسلم في تبصير الناس بحقائق الأشياء وتوعيتهم بأسس ومبادئ الإسلام .

<sup>1</sup> أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٢٩٦٤

<sup>2</sup> أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٢٢٤٥



## \*التسّمك بالسنة النبوية واجتناب البدع :

عَنْ أَبِي الْعُرَيْضِ بْنِ سَارِيَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: وَعَظَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَوْعِظَةً وَجِلَّتْ مِنْهَا الْقُلُوبُ، وَذَرَفَتْ مِنْهَا الْعُيُونُ، فَقُلْنَا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، كَأَنَّمَا مَوْعِظَةٌ مُودِعٌ فَأَوْصِنَا. قَالَ: «أَوْصِيكُمْ بِتَقْوَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَالسَّمْعِ وَالطَّاعَةِ، وَإِنْ تَأَمَّرَ عَلَيْكُمْ عَبْدٌ حَبَشِيٌّ، فَإِنَّهُ مَنْ يَعِشْ مِنْكُمْ فَسِيرَى اخْتِلَافًا كَثِيرًا، فَعَلَيْكُمْ بِسُنَّتِي وَسُنَّةِ الْخُلَفَاءِ الرَّاشِدِينَ الْمَهْدِيِّينَ، تَمَسَّكُوا بِهَا، وَعَضُّوا عَلَيْهَا بِالنَّوَاجِدِ، وَإِيَّاكُمْ وَمُحَدَّثَاتِ الْأُمُورِ؛ فَإِنَّ كُلَّ مُحَدَّثَةٍ بَدْعَةٌ، وَكُلُّ بَدْعَةٍ ضَلَالَةٌ»<sup>١</sup>.

أوصي الرسول ﷺ صحابته بتقوي الله ، وبالتمسك بالسنة عند حدوث الخلاف وتجنب البدع والمحدثات التي تتعارض مع الدين .

## \*الدين النصيحة :

عن تميم الداري أن النبي ﷺ قال : « الدين النصيحة قلنا لمن ؟ قال : لله لكتابة ولرسوله ولأئمة المسلمين وعامتهم »<sup>٢</sup>.

هذه الحديث يثمن علي أهمية قيم التنصح والإرشاد بين الناس، فالحاجة للإرشاد والتوجيه من الحاجات النفسية الأساسية التي يحتاجها الناس كافة.

## \*التوكل علي الله والرضي بقضائه :

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ كُنْتُ خَلْفَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَوْمًا فَقَالَ: « يَا عَلَامُ إِنِّي أُعَلِّمُكَ كَلِمَاتٍ أَحْفَظُ اللَّهُ يَحْفَظُكَ أَحْفَظُ اللَّهُ بِحُدُودِهِ بُجَاهَكَ إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ وَإِذَا اسْتَعْنَتْ فَاسْتَعْنِي بِاللَّهِ وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوِ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ رُفِعَتْ الْأَقْلَامُ وَجُمُتِ الصُّحُفُ»<sup>٣</sup>.

<sup>١</sup> أخرجه أبو داود ، رقم الحديث ٤٦٠٧

<sup>٢</sup> أخرجه مسلم ، رقم الحديث ٥٥

<sup>٣</sup> أخرجه الترمذي، رقم الحديث ٢٥١٦

إن كل ما يصدر من خير أو شر هو من عند الله والمؤمن امره كل خير أن أصابه خير شكر وأن أصابه شر صبر وفي كلا الحالتين هو الظافر وبهذا التسليم يهدأ باله وتطيب نفسه.

### \*استغلال الوظيفة العامة :

عن أبي حميد الساعدي قال : استعمل رسول الله ﷺ رجلا من الأزد على الصدقة ، فلما قدم قال : هذا لكم وهذا لي، اهدي لي، قال : فقام رسول الله ﷺ علي المنبر ، فحمد الله وأثنى عليه و قال : «مابال عامل ابعثه فيقو هذا لكم وهذا اهدي لي . افلا قعد في بيت أبيه وأمه حتى ينظر أيهدي إليه ام لا والذي نفس محمد بيده ، لا ينال احدكم منكم منها شيء إلا جاء به يوم القيامة يحمله علي عنقه ، بعيرا له رغاء أو بقرة لها خوار أو شاة تيعر ثم رفع يديه حتى رأينا بياض إبطيه ثم قال اللهم هل بلغت <sup>1</sup>».

ما جاء في الحديث الشريف يشتمل علي أهم مبدأ من مبادئ ممارسة الإرشاد النفسي وهو عدم استغلال الوظيفة والمنصب لتحقيق أغراض شخصية، ومن ناحية اخري هذا الحديث يعتبر نموذجاً للإرشاد المهني والتي لو اتبعت تعليماته لما تفشي الفساد الإداري والمالي في المجتمعات الإسلامية و لسادت قيم الشفافية والنزاهة.

### الخاتمة

هدف البحث لمعرفة أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي ، تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي والنهج التاريخي ، إشتمل البحث علي مقدمة احتوت علي مشكلة البحث وهدف و أهمية البحث ومنهجه العلمي وتعريف المصطلحات، بالإضافة الي استعراض الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث والتعقيب عليها. اشتمل البحث علي ثلاثة مباحث تتضمن المبحث الأول أساليب الإرشاد النفسي في المدرسة السلوكية، اما المبحث الثاني احتوي علي اساليب مدرسة التحليل النفسي، بينما اشتمل المبحث الثالث علي أساليب الإرشاد النفسي في الحديث النبوي والسنة النبوية الفعلية والتي من أهمها: أسلوب الحوار مع ذكر أمثلة ونماذج له، وأسلوب ضرب الأمثال مع ذكر امثلة لذلك الاسلوب، ثم أسلوب البيان بالعمل مع ذكر المواقف التي تم فيها استخدام ذلك الاسلوب والمهارات المتعلمة من خلاله. يلي ذلك أسلوب السرد القصصي مع ذكر مواضع استخدام القصة في الإرشاد والتوجيه ثم أسلوب الموعظة الحسنة ومواضع استخدامه في النصح والإرشاد. بناء علي نتائج البحث قدمت الباحثة العديد من التوصيات التي تفيد المرشدين النفسيين المسلمين في مراكز الإرشاد النفسي والعلاج النفسي في المجتمعات الإسلامية.

<sup>1</sup> أخرجه مسلم ، رقم الحديث ١٨٣٢

## التوصيات

- ١/ توصي الباحثة المرشدين النفسيين في مراكز الإرشاد والعلاج النفسي وفي العيادات النفسية تبني ممارسة الأساليب الإرشادية النفسية الواردة في هذا البحث وإدخالها ضمن الفنيات المستخدمة في الإرشاد والعلاج النفسي .
- ٢/ توصي الباحثة القائمين علي أمر الجامعات ومراكز البحوث في العالم الإسلامي بمراجعة مناهج مادة الإرشاد النفسي وتنقيحها وتحليصها من كل الأساليب التي تتعارض مع المبادئ والقيم الإسلامية .
- ٣ / توصي الباحثة المرشدين النفسيين بالتحلي بأخلاقيات مهنة الإرشاد في الإسلام ومراعاة شرع الله في ممارسة الإرشاد و العلاج النفسي .

## المقترحات

- ١/ إجراء دراسات عن الإرشاد والعلاج النفسي من وجهة النظر الإسلامية .
- ٢/ تصميم برامج إرشادية وعلاجية علي اسس وأساليب إسلامية .
- ٣/ إجراء دراسات مقارنة عن أسباب المرض النفسي في النظريات الوضعية وأسباب المرض النفسي في الإسلام .
- ٤/ إجراء دراسات مقارنة عن علاج الأمراض النفسية في النظريات الوضعية وعلاج الأمراض النفسية في الإسلام .
- ٥/ إجراء دراسات عن إسهامات علماء النفس المسلمين في العصر الحديث في مجال الإرشاد النفسي من وجهة النظر الإسلامية .

## المصادر والمراجع

### القرآن الكريم

- ١/ ابن حنبل ، احمد .(١٩٨١م). مسند احمد بن حنبل ، ضمن موسوعة الكتب الستة ، اسطنبول- تركيا : دار الدعوة.
- ٢/ ابن منظور ، ابوالفضل جمال الدين مُجَّد بن مكرم. (د.ت). لسان العرب. بيروت: دار صادر.
- ٣/ ابن هشام، عبد الملك. (د.ت). السيرة النبوية. بيروت: دار إحياء التراث العربي.
- ٤/ ابو داود، سليمان بن الأشعث. (١٩٨١م). سنن ابو داود، ضمن موسوعة الكتب الستة ، اسطنبول- تركيا

- : دار الدعوة.
- ٥/ البخاري، ابو عبد الله مُحَمَّد بن اسماعيل. (١٩٨١م). صحيح البخاري، ضمن موسوعة الكتب الستة ، اسطنبول- تركيا : دار الدعوة. وارقام الأحاديث اخذت من فتح الباري شرح صحيح البخاري للعسقلاني.
- ٦/ الترمذي، ابو عيسى مُحَمَّد بن عيسى. (١٩٨١م). سنن الترمذي، ضمن موسوعة الكتب الستة ، اسطنبول- تركيا : دار الدعوة.
- ٧/ الشناوي، مُحَمَّد محروس. (١٩٩١م). الأهداف العامة لمساعدة الأفراد علي مواجهة مشكلاتهم النفسية كما تعرضها نظريات الإرشاد والعلاج النفسي الغربية [دراسة تقويمية في ضوء المنهج الإسلامي]. بحث مقدم الي ندوة : التأصيل الإسلامي للخدمة الإجتماعية ، القاهرة ، ١٠-١٣ اغسطس ١٩٩١م.
- ٨/ الشناوي، مُحَمَّد محروس. (١٩٩٣م). الإرشاد النفسي من منظور اسلامي، أبحاث ندوة علم النفس، القاهرة، المعهد العالمي للفكر الإسلامي.
- ٩/ زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥م). التوجيه والإرشاد النفسي، ط ٤ القاهرة، عالم الكتب.
- ١٠/ فرح، عدنان مُحَمَّد. (١٩٩٤م). الإرشاد النفسي من منظور عربي إسلامي، ورقة قدمت لمؤتمر [مدخل الي علم نفس عربي]، طرابلس، لبنان، ٧-٩ أكتوبر ١٩٩٤م.
- ١١/ مجمع اللغة العربية. (د.ت). المعجم الوسيط. طهران: المكتبة العلمية.
- ١٢/ مرسي، كمال ابراهيم والرشيدي، بشير. (١٩٨٤م). التوجيه والإرشاد فلسفته وأخلاقياته في المجتمع الإسلامي. المجلة التربوية، العدد ٢ صفحة ٩-٢٧ ، جامعة الكويت.
- ١٣/ مرسي، كمال ابراهيم. (١٩٩٥م). التأصيل الإسلامي للإرشاد النفسي للآباء المتخلفين عقلياً. بحوث المؤتمر الدولي الثاني لمركز الإرشاد ج ١، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي: جامعة عين شمس.
- ١٤/ مسلم، ابو الحسين مسلم بن الحجاج. (١٩٨١م). صحيح مسلم، ضمن موسوعة الكتب الستة ، اسطنبول- تركيا : دار الدعوة.