مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية ،المجلد ٢٦، العدد٣ :٢٠١٨

دور القرآن الكريم في إيجاد نظرة إيجابية لله كقاعدة أساسية التوكّل للتقليل من الاضطراب

موسى عربي نرجس فخاري سهيلا هنرمند
جامعة شيراز جامعة الزهرا
moosaarabi@yahoo.com Fakhari.narges@gmail.com so_h36@yahoo.com

الخلاصة

دراسات علم النفس تؤيّد صلة الدين و السلامة النفسية. والتوكل على الله, واحدة من المفاهيم الأساسية والأخلاقية والتربوية في الدين الإسلامي كونه يحدث فرقاً في الاختلالات النفسية كالاضطراب ويرفع مستوى الصحة النفسية. التعمق والتفكر في مفهوم التوكل يدلّ على أنّه أساس التوكل يقوم على حسن الظنّ وامتلاك صورة إيجابية عن الله. على هذا الأساس يكون المقال هذا قائماً على البحث في دور القرآن على أنَّه منبع الوحي في الدين الإسلامي وكيفية تعريف الإله والمساعدة في إعطاء صورة إيجابية عن الخالق والذي يَعتبر التوكل عليه هو الأساس. كلّما يبحث القارئ في الآيات المربوطة في القرآن الكريم بالتوكل, تصوّر هذه الآيات إلى الخالق كملاذٍ آمن, والرحيم واللطيف, والقادر والمستطيع, والنصير, والعارف والعالم بالظاهر والباطن, والحكيم, والحي, والحاكم المطلق على الكون, والهادي و ..... وعلى ذلك يستطيع المؤمنون الاعتماد والتوكل عليه فيتخلصون من الإضطراب والضغط وتقرّ أنفسهم قرارا.

الكلمات المفتاحية : القرآن الكريم, التوكل, الاضطراب, حسن الظن, التصور لله.

Abstract

Psychological research confirms the link between religion and mental health.Trust in God is one of the ethical foundation and cultivational concept in Islam which has a significant effect on reducing psychological disorders, including anxiety and mental health promotion. Meditation and thinking in the concept of truth, shows that; the foundation of trust depends on positive image of God .Accordingly, the present study is aimed at investigating the role of the holy Quran as the source of revelation in the religion of Islam in how to introduce God and help in the form of making a positive impression of the lord as the underlying assumption of trust. Investigation holy Quran shows that verses relating to the truth indicates the figure of the God as a safe, kind and loving base, powerful supportive, knowledgeable, invincible, wise, living absolute ruler, guidance and believe their anxiety with trust and finally gain inner peace.

Keywords: Holy Quran_Truth_Anxiety_Trust_Imagination of God.

المقدمة

إنَّ الرابطة اليوم مابين الدين والصحة أخذت حيزاً أكثر من الماضي للباحثين النفسيين وحصة قابلة للتوجه من البحث النفسي في هذا المجال.

في بعض الأحيان تشاهد بعض التناقضات من خلال نتائج التحقيقات, ولكن أكثر الابحاث تفيد الرابطة الايجابية بين الدين والتعاليم الدينيّة مع طيف موسع من دلالات الصحة النفسية (كوينغ, كينغ, وكارسون,

٢٠١١) على سبيل المثال: تشير التحقيقات إلى أنَّ الدين هو منبع يعمل على حماية الأفراد, والذي يستطيع السيطرة والتحكم بالتوترات العاطفية و الاضطرابات الجسدية يؤثر عليها. الإلتزام الديني فضلا عن المنع والحد من الانتشار , يلعب دوراً في معالجة الاختلالات مثل الكآبة (ميري , عبد الرزاق نجاد , حاجي آبادي , سورغي و قاسمي , ١٣٨٦).

يرتبط الدين والمعتقدات الدينية مع زيادة التسامح والمرونة في مواجهة متاعب الحياة (يانغ و ماو , ٢٠٠٧) و السعادة (منظري توكلي وعراقي بور, ١٣٨٩) .

وفي الإسلام كدين من الأديان الإلهية أخذ بلطف النظر العديد من الحلول المختلفة من أجل التقليل من الاختلالات النفسية مثل الاضطراب و زيادة الهدوء والصحة النفسية. فالتوكُّل والاعتماد على الله أحد المفاهيم الأساسية الاخلاقية – التربوية في الدين الاسلامي والذي يؤثّر تأثيراً بالغاً على التقليل من الاختلالات النفسية مثل الاضطراب والتحسين من الصحة النفسية (فعال, ١٣٩١). إنّ التوكُّل في اللغة هو تفويض الأمر لشخص والذي تعتمد عليه اعتماداً كاملاً والتوكل على الله في الحقيقة هو نوع من التعلق والاعتماد التام والكامل بالله تعالى والاتكاء على استطاعته وحكمته و رحمته اللامتناهية . يستطيع التوكل مع تقوية الارادة الى توفير الرشد المعنوي والصحة النفسية من الاستقرار والاستقامة في طريق الحق والقناعة والصبر وعزة النفس (مكارم شيرازي و آخرون, ١٣٨٣).

يُعرف الاتِّكاء على الرَّب الكبير في المنابع الاسلامية بكلمة "التوكل" وفي المنابع اللاتينية بعنوان " الاعتماد على الله" (فعال, ١٣٩١) .

التوكل على الله أو بعبارةٍ أخرى الإعتماد على الله هو بمثابة إحدى الاستراتيجيات المهمة في المعالجة الدينية والتي أُخذت بالحسبان عند المتخصصين في الصحة النفسية ومن جملتهم علماء النفس و الأطباء النفسيين (ميري و آخرون, ١٣٨٦) .

وأشارت أيضاً الأبحاث التجريبية إلى أنَّ التوكل على الله يقلل من الكآبة، والاضطراب، والاختلال في الروابط بين الأفراد والزيادة في الصحة النفسية (باقري, ميريان وباقري, ١٣٩٢) , على نحوٍ أنَّ الأفراد الَّذين يتوكلون على الله هم أفرادٌ صابرون , متفائلون و ذوو نظرة إيجابية وذلك بالاعتماد على الله المتعال والذي يقودهم بذلك إلى راحة داخلية أكثر (معروف و شريفي راد, ١٣٩٣). أما التفكر والتعمق في مفهوم التوكل، من الواضح أنَّ الموضوع يستند على الاعتماد والتوكل على الله وامتلاك نظرة إيجابية عن الرَّب وحسن الظّن به. إنَّ كيفية تصور الفرد للرَّب هي المحدد والمعين لإمكانية التوكل عليه على سبيل الذكر أنَّه من دون حسن الظن بالرب فمن المستحيل، غير المرجح التوكل عليه.

في ضوء ذلك فإنَّ النظرة الايجابية عن الله هي أساس التوكل, تم السعي في هذا البحث لإكتشاف دور القرآن الكريم بعنوان أكبر منبع للمعرفة في الاسلام, من أجل تشكيل نظرة إيجابية عن الله وحسن الظنّ به. انطلاقاً من هذا المنطلق سيتم التحقيق في معنى التوكل ومن بعد ذلك التعرف على مجموعة من آيات القرآن المجيد والتي تتحدث عن رابطة التوكل على الله والنظر فيها.

مفهوم التوكــّل:التوكُّل هي كلمة عربية مشتقة من المصدر " وَكَلَ " والتي هي بمعنى التسليم و ترك التدبير إلى الموكَّل إليه ويستفاد من هذه الكلمة بعنوان مصدر بمعنى ترك العمل مفتوحاً مع شخص ما ويستفاد منها كإسم

مصدر بمعنى التزام التوكيل على وزن تفعيل مصدر متعدي ومعناها المحامي (معين, ١٣٨٠) واختيار وانتخاب المحامي يكون في الاعمال التي لايستطيع صاحب العلاقة اتمامها وهو على علم بأنَّ إنجاز هذا العمل يتطلب خبرة خاصة بالأمر وعليه فإنَّ المحامي يجب أن يكون ذو خبرة ومُلِماً ومُطَّلعاً و قادراً على إنجاز الأمر لكي يكون قابلاً للاعتماد . إذا تم الاستفادة "على" من يُتَوَجَّب التعدي مثل (التوكل على شخص) وهذا بمعنى أنَّ شخصاً ما أوكَلَ أمورهُ إلى شخص آخر. التوكل في اللغة هو إظهار العجز وعدم الاستطاعة من الموكل والاعتماد على الغير (الإمام الخميني "قدس سره" ١٣٨٤).

عندما نوكل العمل إلى الله وننسب كلمة الوكيل إليه هذا يعني أنَّ الله هو وكيل جميع المخلوقات والذي عليه قام العبد بتوكيل أموره إليه والتوكل عليه أي أنَّهُ اعتمد على الله كوكيل له, في هذه الحال فإنَّ الله أخذ الوكالة من العبد ولكن معنى كلمة وكيل وتصريفها في حالة الله تعني ولاية الله على الخلق وهذه الوكالة لم تأتي من أحد لتنسب له، في تفسير الآيات المرتبطة بالتوكّل عند تفسير التوكّل فإنَّ أي مخلوق لإنجاز أي عمل أو أيّ شيء يحدث له، يوكله إلى الله لكل موحّد في أيّ حركة ، البقاء و الفناء في أي ظاهرة تحدث في العالم هي من صنع الله الذي هو من بدأ العالم لذلك فإنَّ هذا العبد بالتوسل بآيات القرآن إلى جانب توكيل أمره إلى الله يرى الأمل مع علمه بأنَّ الله قادراً على إنجاز هذه الأمور هو نوع من حسن الظَّن والاعتماد على الله بأنَّ القدرة والفوز يأتيان عن طريق الله ولديه يقين بأنَّ الله سوف يقود أموره إلى أفضل شكل ممكن وبعد هذا كله فإنَّه قانع بحكم الله و قِضائه (مكارم الشيرازي و آخرون, ١٣٨٣)

إنّى معنى التوكل على الله ليس بعدم استفادة الإنسان من الأمور المهيئة له، أو الوسائل المتاحة لتحسين وضعه وغض النظر عنها.

من وجهة نظر الشارع المقدّس الجلوس في المنزل من دون القيام بأيّ عمل على أمل وجود الله لا يجوز، لأنَّ التوكل من أحد الأسباب التي تؤدّي إلى التقرب من الله تعالى ويجب على الله القادر سبحانه وتعالى معرفة الدليل الأصلي والسبب الغيبي للأمور ومعرفة سبب بقية الوسائل من تلك الجهة فقط التى وضع الله بها هذا السبب من أسباب العناية وفقط بمقدار إعطاء الأسباب تمتلك قدرة التأثير وليس أكثر. (جوادي آملي , ١٣٨٧) المقصود من التوكل، الاعتماد على الله وحكمه، وقضائه، وليس التخلي عن السعي والعمل والاجتهاد لذلك يقول الله تعالى : « و أن ليس للإنسانِ اَلّا ما سَعَى »(النجم / ٣٩).

إنّ معنى التوكل في اللغة هو تفويض الأمر إلى شخص لدينا اعتماد كامل عليه وهذا لن يحدث من دون الإيمان بالله، التوكل نوع من الاعتماد والارتباط القلبي بالرَّب وهذه المنزلة هي ذروة معرفة الله، لأنَّه يقدر معرفة الانسان لقدرة و رحمة وحكمة الله يزداد ارتباطه القلبي به وعلى هذا فإنَّ الكثير من مفسّري القرآن يُعرِّفون التوكل على أنَّه أساس الإيمان . وإنَّ التوكّل من أصعب الدرجات في الوصول إلى الإعتماد والإتكاء على القدرة، والحكمة، والرحمة اللامتناهية لله والتى بإمكانها تحقيق تهدئة الروح وتقوية الإرادة والثبات والاستقامة على طريق الحق والقناعة والصبر وعزة النفس وهي من أفضل طرق معرفة الله والوصول إلى الكمال الإلهي، وبعبارة أخرى: الرشد المعنوي المرتبط بتأمين السلامة الروحية . (مكارم الشيرازي وآخرون , ١٣٨٣)

النظرة الإيجابية في الله هي أساس التوكّل:و أما المهم في هذا الخصوص فهو التفكر والتعمق في مفهوم التوكل، يبيّن الاعتماد والتوكل على الله في امتلاك نظرة إيجابية عن الله تعالى وحسن الظنّ به .

حسن الظّن بالله تعالى يعني التفاؤل وامتلاك نظرة جيدة عن الرَّب في مقابل سوء الظَّن والذي يعني التشاؤم وعدم الثقة والنظرة المنفية عن الله (كلىني ، بي تا). ومادام لا يمتلك الشخص في ذهنه نظرة إيجابية وجيدة عن الله فمحال أَن يعتمد ويتوكل عليه. وقد أُكِّدَ في المنابع الإسلامية على حسن الظَّن بالرب والنظرة الإيجابية عنه، لدرجة تصنيفها على أنَّها أعلى درجات العبادة. (مجلسي، ١٣٨٣، ٢٥٨). الرسول الأكرم (صلى الله عليه وآله) و هو عدّ حسن الظَّن بالله من عوامل خير الدنيا والآخرة أراد من المؤمنين أن يكونوا متفائلين به (كلىنىي ، بى تا). وفى الآثر، في حديث عن الإمام علي (ع) أنَّ حسن الظَّن مصدر راحة القلب وسلامة الدين (تمىمي آمدي،١٣٦٦ ، ٣/٣٨٤)أما من وجهة نظر علم النفس فإنَّ حسن الظَّن والنظرة الإيجابية عن الله، هو متغيرٌ معقدٌ نفسي والذي يمكن بأن يعرَّف على أنَّه نمط داخلي نفسي (لارنس، ١٩٩٧؛ منقول عن فىض آبادي و خسروي، ١٣٨٨) والتصور الموجود في ذهن الأفراد عن الله يمكن أَن يكون إما إيجابياً أو سلبياً . عندما يمتلك الشخص نظرة إيجابية فى الله فإنَّه يدرك أنَّه رحيم و قريب وحامٍ ويؤمن بأنّ الله لن يتركه . أمّا النظرة السلبية للشخص فإنَّه يرى الله بلا رحمة وبعيداً ويتخلى عنه (غرىنوي ، مىلن و كلارك، ٢٠٠٣)

النظرة الإيجابية في الله تقلّل الاضطراب:يبيّن المحققون النفسيّون أنَّ السلامة النفسية للأفراد متعلقة بتصورهم لله (حدادي كوهسار و غباري بناب، ١٣٩١). والايمان بأنَّ الله موجود بجوار عباده وأنَّهم لن يكونوا وحيدين في مواجهة المشاكل , سبب التفسير والتقييم الإيجابي للوقائع والتصعيد مقابل النفس . لذلك فإنَّ حسن الظَّن بالله و امتلاك نظرة إيجابية عنه سبب ازدياد الاستقامة والمرونة في مقابل الضغوطات النفسية (نيوتن و مك اينتاش , ٢٠١٠)، أما النظرة السلبية فى الله فيضرُّ بالسلامة النفسية (خاكساري و خسروي،١٣٩١). كما تبيِّن التحقيقات أنَّ المتصورين الإيجابيىن فى الله، يواجهون مشاكلاً نفسيةً غيرَ طبيعيةِ (سيكوباتي) أقل من الأشخاص الذين يمتلكون تصوراً سلبياً عن الله وأنَّ التصور السلبي في الله، يزيد من نسبة التعرض للمشاكل النفسية غير الطبيعية (سيكوباتي) (حدادي كوهسار و غباري بناب، ١٣٩١).

إنَّ إدراك الله على أنَّه إله محب للخير, لامتناهي , قوي وثابت يرافقه تقليل الاضطراب والإجهاد في حين أنَّ إدراك الله على أنَّه إله زائف وبعيد مع عدم إمكانية الوصول إليه يرافقه ازدياد الاضطراب (شافر وغورسوتش، ١٩٩١؛ منقول عن نصىرزاده و رسول زاده طباطبايي، ١٣٨٦).

دور القرآن الكريم في خلق نظرة إيجابية فى لله وتقليل الاضطراب

بناء على ما ذكرنا عن النظرة الإيجابية فى لله إنِّ الشخص الذي ينظر إلى الله نظرة إيجابية ويرى اللهَ سبحانه موجوداً وقريباً ويهيئ العوامل الداخلية والخارجية لهداية عباده ومساعدتهم فإنَّ هذه النظرة تشكل للشخص أرضية الاعتماد، والتوكل على الله، وزيادة المرونة، وإيجاد طرق لحل مشكلاته في مواجهة التوترات والاضطرابات، والمحن ويكون محفوظاً من الاختلالات النفسية، أمَّا السؤال المطروح هنا ويعدّ القرآن الكريم أكبر مصدر عقلي في الاسلام ما دوره في إيجاد النظرة الإيجابية، وحسن الظن بالله، وبعبارة اخرى، كيف تساعد آيات القرآن الكريم في إيجاد نظرة إيجابية فى حسن الظن بالله؟

وفي صدد الإجابة عن السؤال السابق سوف نذكر الآيات الكريمة التي تناولت التوكل على الله– عزوجل– ومنها:« وَ تَوَكَّلْ عَلَى الْحَيِّ الَّذي لا يَمُوتُ وَ سَبِّحْ بِحَمْدِهِ وَ كَفى بِهِ بِذُنُوبِ عِبادِهِ خَبيراً(الفرقان، ٥٨)

الَّذي خَلَقَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ وَ ما بَيْنَهُما في سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوى عَلَى الْعَرْشِ الرَّحْمنُ فَسْئَلْ بِهِ خَبيراً(الفرقان، ٥٩)

نلحظ الأسلوب البياني في الآية الكريمة وتشكيلها الهندسي يعطي راحة للمتوكل على الله, كما نرى أنَّ الآيات بعد الأمر بالتوكل تنسب سلسلة من الصفات لله وكل صفة من هذه الصفات تحتاج للتفكر منفردة. في الآية ٥٨ من سورة الفرقان وُصف اللهُ بصفات، هي: (الحي, الأبدي ومطَّلع على أحوال عباده). ما الآية ٥٩ من السورة نفسها و بالنظر إلى معنى، استوى على العرش، أنَّه التسلط والتدبير الإلهي, فإنَّ الله هو الخالق والمدبر والمسيطر على عالم الذر، و في قمة المقدرة هو رحمن رحيم.

وبشكل واضح ذكر في هذه الآيات أنَّ توكل الفاني على الفاني, والجاهل على الجاهل, والضعيف على الضعيف هو بدون جدوى، ولا فائدة منه (قرائتي، ١٣٨٨)، ومن جانب آخر إذا أردنا النظر إلى التركيب الهندسي لسورة الفرقان فإنَّ الآيات الأولى من السورة تسلط الضوء على سلسلة من القضايا التى التقوي قلوب المؤمنين، وتزيل الاضطرابات الناشئة عن مواجهة المشركين وعبدة الأصنام، ومنها: « تَبَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ الْفُرْقَانَ عَلَى عَبْدِهِ لِيَكُونَ لِلْعَالَمِينَ نَذِيرًا (١) الَّذِي لَهُ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَّرَهُ تَقْدِيرًا (٢) وَاتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ آلِهَةً لَا يَخْلُقُونَ شَيْئًا وَهُمْ يُخْلَقُونَ وَلَا يَمْلِكُونَ لِأَنْفُسِهِمْ ضَرًّا وَلَا نَفْعًا وَلَا يَمْلِكُونَ مَوْتًا وَلَا حَيَاةً وَلَا نُشُورًا (٣) » مجموع هذه القضايا بالإضافة إلى التوكل والذي هو أحدها تؤثر على موضوعات السورة . (البستاني،١٣٨١)

جاء في الآيتين ٦١ و ٤٩ من سورة الأنفال المباركة : « وَ تَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّميعُ الْعَليمُ (الأنفال ، ٦١) « وَ مَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ عَزيزٌ حَكيمٌ (الأنفال ، ٤٩) ففي هاتين الآيتين، في سياق الأمر بالتوكل على الذات الإلهية المقدسة وصَفَ الله تعالى نفسه بصفات عدّة، مثل السميع، والعليم، والحكيم، والمقتدر، الذي لايقهر، ومثل هذه الصفات تحتاج للتوكيل والتوكل. الآية رقم ٤٩ من سورة الأنفال تسلّط الضوء على البعد النفسي الذي أوجده المنافقون على المسلمين داخل المدينة فضلا عن سعي المنافقين لتثبيط إرادة المسلمين, وفي النتيجة من خلال وسوسة الشيطان للمنافقين وتزين أعمالهم عدّوا أنفسهم منتصرين في الميدان وأشتدت عزيمتهم لمهاجمة المدينة (الزين،٢٠٠٤) والمسألة خلقت جواً مضطرباً، ومليئاً بالفوضى لدى المسلمين لكن الله وبدعوته للمسلمين إلى التوكل عليه، وأنَّه قريب منهم، وأنَّه العزيز، أعاد الهدوء إلى ذهن المسلمين، وبهذا التصور الإيجابي أنجز الوعد الإلهي وأخرجهم من ساحة المعركة منتصرين وفي تتمة الآية نفسها ومن أجل زيادة إيمان المسلمين في تلك اللحظة، وبعد المعركة ولإستمرارية النظرة الإيجابية الناشئة عن التوكل عليه في المستقبل صوَّر حالة المشركين الهالكين بشكل رائع ليراها المعتبرون، والمتوكلون أمام أعينهم لتكون ثابتة للأبد : « وَلَوْ تَرَىٰ إِذْ يَتَوَفَّى الَّذِينَ كَفَرُوا الْمَلَائِكَةُ يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَدْبَارَهُمْ وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ ﴿٥٠﴾» (الأنفال،٥٠)

كذلك نقرأ في سورة النمل: « إِنَّ رَبَّكَ يَقْضي بَيْنَهُمْ بِحُكْمِهِ وَ هُوَ الْعَزيزُ الْعَليمُ (النمل ، ٧٨) فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ... (النمل ، ٧٩) أشار الله تعالى في بداية الآيات إلى القضاء بالعدل والحكمة بين عباده ومن ثم دعاهم وأمرهم بالتوكل عليه من خلال وصفه لنفسه بصفات مثل العزيز والعالم والعليم.

نقرأ في مكان آخر من القرآن الكريم: « رَبُّ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ لا إِلهَ إِلاَّ هُوَ فَاتَّخِذْهُ وكيلاً » (المزّمل ، ٩) في الآية السابقة, أنَّ ربوبية الله في المشرق، والمغرب من الكون، أو بعبارة أخرى فإنَّ ربوبية الله وسماته مثل

الواحد والأحد تستدعي اختياره كوكيل والتوكل على ذاته المقدسة. نلحظ أنّ التركيب الهندسي لسورة المزّمل يدعو إلى الهروب من كل شيء والتوكل على الله , في هذه السورة عرَّف الله سبحانه وتعالى نفسه على أنَّه ربُّ المشرق والمغرب وأنَّه الواحد الأحد وهذه هي أفضل وسيلة لإيجاد الطمأنينة لدى المتوكِّل وعلاوة على ذلك يطلب من المتوكِّل الصبر فيجعله أكثر طمأنينة وسلامة : « وَاصْبِرْ عَلَى مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا (١٠) ومن ثم، فإنَّ القوة الضئيلة لأعداء النبي المأمور بالصبر والتوكل وأيضا تبليغ أعداءه بالعذاب الشديد الذي ينتظرهم. «وَذَرْنِي وَالْمُكَذِّبِينَ أُولِي النَّعْمَةِ وَمَهِّلْهُمْ قَلِيلًا (١١) إِنَّ لَدَيْنَا أَنكَالًا وَجَحِيمًا (١٢)» وأيضا فإنَّ سورة التغابن في الآية رقم ١٣ تلفت النظر إلى أَحديِّة و وحدانية الله , و وجوب التوكل عليه. (اللَّهُ لا إِلهَ إِلاَّ هُوَ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ).

أكثر من نصف آيات هذه السورة تشير إلى صفات الله ومنها عليم وبصير وغني وحميد وقدير وخبير ومجموعة هذه الصفات لها تأثيرها على القارئ وتؤكِّد على أنَّ التصور الإيجابي وحسن الظن هما أساس التوكل على الله. وفي سورة التوبة الآية رقم ١٢٩ يُبيِّن الله سبحانه وتعالى أنَّه لا إله إلا هو وهو كافٍ عبده وأمر بالتوكل، بقوله:« فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لا إِلهَ إِلاَّ هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ»

كلمة " عرش " في المتون الإسلامية تعني مركز الحكم وتدبير الخلق, حين يقال أنَّ الله صاحب العرش الكبير يعني أنَّ الله في مركز حكم العالم وأنَّه يدير ويدبر أمور هذا العالم (قرائتي، ١٣٨٨). القرآن الكريم يعرف أنَّ حكم الله جاري على جميع الكائنات وكأنّهم في قبضته المقتدرة : «إِنِّي تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ رَبِّي وَ رَبِّكُمْ ما مِنْ دَابَّةٍ إِلاَّ هُوَ آخِذٌ بِناصِيَتِها إِنَّ رَبِّي عَلى صِراطٍ مُسْتَقِيمٍ .» (هود، ٥٦) نلحظ في هذه السورة من القرآن الكريم أنّ الله – عزوجل– استخدم كلمتي " رَبِّي وَ رَبِّكُمْ " لجلب انتباه الإنسان إلى ربوبيته. في تتمة الآية يتحدث الله عن قدرته اللامتناهية وإحاطته الكاملة بالموجودات؛ وإنّ هذا التسلط مصحوب بالعدالة . فالنبي هود (ع). توكل على الله ليخلصه من مكر وحيلة الكفار، و حسن ظنِّه بالله شكل تحدياً ضدّهم ويقول : « فكيدوني جميعا ثمّ لا تنظرون » وكذلك كما ورد فإنَّ الاعتماد الكامل نشأ من السيطرة الكلية لله على جميع الأشياء كما جاء بشكل دقيق في الآية الشريفة , واستخدام كلمة "الناصية " والتى تطلق في اللغة العربية على شعر مقدّم الرأس إذا طال وأخذها يكني عن الخضوع والتسليم المطلق لله (الزين ،٢٠٠٤،٣٣٧) وبدون شك فإنَّ هذا التشبيه من الله ينشر الطمأنينة ويمنع القلق والاضطراب. في الآية ١٢٢ من سورة آل عمران يعرِّف الله نفسه على أنَّه ولي المؤمنين وقائدهم وأنَّه لن يتخلى عنهم في لحظات الفشل ويقول : «إِذْ هَمَّتْ طائِفَتانِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلا وَ اللَّهُ وَلِيُّهُما وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ » (آل عمران، ١٢٢) في التتمة وفي الآيات ١٢٣,١٢٤ و ١٢٥ يُذَكِّر الله بالنصرة الإلهية والامداد الغيبي للمؤمنين في المآزق والمواقف المحرجة وهذا أيضاً يشكل مصدراً للتشجيع والاعتماد على الله . وفي سورة هود أيضاً في الآية رقم ٨٨ في سياق الإشارة إلى أنَّ التوفيق من الله حيث أنَّ مقدار توفيق الإنسان وانتصاره مربوط بالله , وأنَّ الله يعيِّن مقدار التوفيق وكيفية وصوله للشخص: « وَ ما تَوْفِيقِي إِلاَّ بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ إِلَيْهِ أُنِيبُ .» (هود، ٨٨) ذلك الإله المتحكّم في النظام وجميع الأمور حيث ينتهي إليه مصير الإنسان, كما نقل في سورة الممتحنة في الآية رقم ٤ على لسان سيدنا إبراهيم وأتباعه : « رَبَّنا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنا وَ إِلَيْكَ أَنَبْنا وَ إِلَيْكَ الْمَصِيرُ» .فيما يخص التقوى والتوكل على الله جاء في الآية رقم ٣ من سورة الطلاق: «وَ يَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لا يَحْتَسِبُ وَ مَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرا.» في بداية الآية هنالك

تأكيد على أنَّ الله يرزق عباده بطرق متعددة قد لا يدركها الفكر والتدبير البشري. في تتمة الآية يُذَكِّر الله عباده بأنَّه سيكفي من يتوكل عليه ويجعله لا يحتاج شياً. وذلك الشيء الذي أراده و أمر به غير قابل للجدل. ووضع الله تعالى لكل شيء حداً وحدوداً , لكن هذه الحدود لا يمكن تطبيقها على الذات الإلهية المقدسة, أي أنَّ هذه الحدود يمكن تطبيقها على الأشياء فقط و لا يسعها أن تشمل الذات الإلهية .

بناءً على ذلك في التوكل على الله , يعني أن نوكل عملا إلى شخص لايمكن لأي قدرة أو مانع أن يقف بوجهه (مطهري ،١٣٨٦). كذلك الأمر في سورة يوسف, الآية ٦٧ يقول نبي الله يعقوب لأولاده: « وَ ما أُغْني عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِنِ الْحُكْمُ إِلاَّ لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ عَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ.» في الآية الكريمة, تعتبر الحاكمية المطلقة على نظام الخلق لله سبحانه وتعالى وفقط حكم الله وأمره يؤثر على هذا النظام ولا يستطيع أي شخص مخالفته (قرائتي ،١٣٨٨). في الآية ٣٨ من سورة الزمر وبعد الإشارة إلى خلق السماوات والأرض من قبل الله مع التأكيد على إرادة الله النافذة الغير قابلة للجدل, يبين الله أنَّه إذا أراد أن يرحم عبده أو يضره فليس هنالك قدرة أو مانع تقف في وجه إرادته « إِنْ أَرادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كاشِفاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرادَني بِرَحْمَةٍ هَلْ هُنَّ مُمْسِكاتُ رَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ » (زمر، ٣٨) في الآية الكريمة بالإضافة إلى عزو خلق السماوات والأرض إلى الله، ومع إظهار عدم قدرة الأصنام مقابل قدرة وعظمة الله تعطي المتوكلين على الله مزيداً من الراحة أكثر من أي شي آخر ويؤكد لهم أنَّ الله وحده هو الجدير بالاعتماد عليه.

في آية أخرى من القرآن الكريم في سياق الإشارة إلى قدرة الله تعالى في منع وصول شر الأعداء وتفكيك خططهم الشريرة, أُكِّدَ على علم الله ومعرفته وحمايته و وكالته التي ليس لها بديل: «...اللَّهُ يَكْتُبُ ما يُبَيِّتُونَ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَ تَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَ كَفى بِاللَّهِ وَكِيلاً » (النساء ، ٨١) . بالعلم الظاهر والمخفي الذي يمتلكه الله فإنَّ المؤامرات السرية وحيل المخادعين والأعداء غير مخفية عليه. وسوف يسجل جميع خطط الأعداء الخبيثة والحاقدة على المسلمين وسوف يساعد الرسول والمؤمنين وهذا يدل على أنَّ الله حامي ومحامي لشخص ما.

في مكان آخر من القرآن الكريم أكد على أنَّ كفاية الله لعباده وقداسية الله على أنَّه المبدأ الوحيد للكفاية بقوله: « وَ تَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَ كَفى بِاللَّهِ وَكِيلاً » (الأحزاب ، ٤٨). جاء في سورة الأحزاب قبل الآية ٤٨ « يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّـهِ عَلَيْكُمْ إِذْ جَاءَتْكُمْ جُنُودٌ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا وَجُنُودًا لَّمْ تَرَوْهَا ۚ وَكَانَ اللَّـهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا ﴿٩﴾ إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّـهِ الظُّنُونَا ﴿١٠﴾ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا) في هذه الآيات أشير من جهة إلى إمدادات الله الغيبية ومن جهة أخرى أشير إلى حالة الاضطراب والهلع التي وقع بها المسلمون وبلغ بهم الخوف أنَّ تخرج أعينهم من أماكنها و أنَّ تصل قلوبهم إلى حناجرهم ولكن الله أخرجهم من هذا المأزق وأرسل لهم جيوشه الخفية, التصوير المثالي لحالة الهلع والفوضى والاضطراب لدى المسلمين و وصول الإمدادات الغيبية لهم هو أفضل وسيلة لتقوية حسن الظن ولأخذ نظرة إيجابية عن الله.

في الآية ١٧٣ من سورة آل عمران المباركة, يُعَرَّف الله على أنَّه أفضل حامي ومحامي وكافي فالاعتماد عليه يؤدّي إلى الهدوء وتخلص الإنسان من الخوف والوحشة بحيث أنَّه يقف في وجه مجموعة من الأعداء ويقاتلهم. «الَّذينَ قالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزادَهُمْ إِيماناً وَ قالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَ نِعْمَ الْوَكيلُ ».

المناقشة والإستنتاج

في المنابع الاسلامية يُعرَّف التوكُّل على أنَّه من أحد الحلول المؤدية إلى تقليل الاختلالات النفسية وزيادة السلامة النفسية. وتؤكِّد التحقيقات النفسية على أنَّ التوكّل على الله والاعتماد عليه له تأثيره على الاختلالات النفسية ومن جملتها الاضطراب (فعال، ١٣٩١). الملاحظة ذات الأهمية هنا هي أنَّ التصديق بالتوكل وتأثيراته يعتمد على إيجاد حسن الظن والنظرة الإيجابية للمُتَوَكَّل عليه, وبعبارة أخرى يمكن لهذا التصديق بأن يكون مقلقاً ليصبح يقيناً للمتوكل.

ما تم تحليله في هذا البحث هو دراسة دور القرآن الكريم والذي هو أعظم مصدر للمعرفة الإسلامية, في خلق صورة إيجابية في الله وتشكيل البنية التحتية للتوكل. تحليل الآيات الكريمة للقرآن الكريم يظهر أنَّه في كافة المواضع التي تحدث الله بها عن الاعتماد والتوكل عليه, اتَّبَعَ طرق لطيفة ولبقة في التعريف عن نفسه. في هذه الآيات وصف الله نفسه بصفات مثل الحي و الأبدي و السميع و العالم بأحوال عباده والمدبّر والحاكم الكوني و الحكيم والقوي الذي لايقهر. إنَّ هدف آيات القرآن الكريم من ذكر صفات الله وأسمائه هو إيجاد نظرة إيجابية في الله عند عباده.

وبالإضافة إلى ذلك و وفقاً لنظرية النظم والتى يعود إليها الإعجاز في القرآن الكريم والتي هي موضع بحث النقاد والمفكرين, لإيجاد النظرة الإيجابية في الله نُظِّم التوكل في هذه الآيات بكلمات مثل : العزيز والعليم والحكيم والسميع ورب العرش العظيم و... , بعبارة أخرى في كل مرة يُذكَر فيها التوكل مع إحدى هذه الصفات فإنَّه يتبادر معنى جديداً عن التوكّل للقارئ.

النتيجة الأخرى التى حصلنا عليها في هذه الدراسة أنَّه بالإضافة إلى تناسق التوكل مع الكلمات التى تصف الله تعالى, فأشار الله سبحانه تعالى إلى الأحداث التاريخية والجمل المنطقية ليُقنع المتلقي للتوكّل عليه, ولهذا الهدف ذُكر في القرآن الكريم الكثير من الآيات التى تتحدث عن الإمدادات الغيبة في الأوقات الصعبة والمقلقة للمسلمين, وقمنا في هذه المقالة بالتطرُّق إلى بعض هذه الآيات وتحليلها, وفي هذه الفترة الزمنية يَعتَبر قَرَأَء القرآن أنفسهم مثل الأشخاص المذكورين في القرآن وفي النتيجة فإنَّ نفس الهدوء والثقة التي ذكرت في القرآن تتولد لدى القارئ أيضاً. بهذه الطريقة يختار القرآن أسلوبا خاصا من أجل رسم صورة إيجابية كاملة في الله عند المتوكّل وإيجاد أرضية لتحقيق التوكل.

المراجع

المراجع الفارسية:

باقري، حسين؛ میرزیان، السید أحمد و باقري، المائدة(١٣٩٢). تحليل العلاقة بين التوكل على الله والسلامة النفسية بين طلاب جامعة آزاد قسم نكا في عام ١٣٨٩. الدين والسلامة، ١(١)، ٤٨- ٥٨.

تميمي آمدي ،عبدالواحد (جامعي).(١٣٦٦) . قم : مكتب الاعلانات

آية الله جوادي املي ،عبدالله. ١٣٨٧. تفسير الآيات القرآنية . مراحل الأخلاق في القرآن الكريم . طهران: اسرا

حدادي كوهسار،علي اكبر وغباري بناب، باقر.(١٣٩١). العلاقة بين مفهوم تصور الشخص عن الله و الوضعيات الغير طبيعية للنفس (سيكوباتي). دراسة الاسلام وعلم النفس ، ٦(١١)، ٥٩- ٧٤.

خاكساري، زهراء و خسروي، زهرة. (١٣٩١).علاقة التصور السلبي والإيجابي عن الله وعزة النفس والسلامة النفسية للطلاب . علم النفس والدين ، ٥(٢)، ٨٣- ٩٨.

خوانساري، جلال الدين محمد.(١٣٧٣). ترجمة وشرح غرر الأحكام ودرر الكلام.

الإمام الخميني، روح الله.(١٣٨٤) شرح الأربعون حديث. تنظيم نشر وآثار الإمام الخميني

فعال مسكين، فاطمة.(١٣٩١).الاضطراب من وجهة نظر المنابع الاسلامية. رسالة ماجستير جامعة شيراز.

فيض آبادي، سليمة وخسروي، زهرة. (١٣٨٨). المقايسة بين التصور عن الله و القناعة في المعيشة لدى النساء اللاتي يرغبن في الطلاق واللاتي لايرغبن به في مدينة كاشان . البحوث التربوية والنفسية ، ٤(٢)، ١- ٩.

قرائتي، محسن. (١٣٨٨). تفسير النور. المركز الثقافي دروس من القرآن الكريم طهران.

ثقة الاسلام كليني , محمـــد.لا . أصول الكافي. ترجمة السيد الحاج جواد مصطفوي نشر ثقافة أهل البيت ج ٣

مطهري، مرتضى. (١٣٨٦). التعرف على القرآن . طهران: صدرا

معروف، يحيى و شريفي راد، سمانة. (١٣٩٣). دور التوكل في تأمين السلامة النفسية للإنسان. دراسات نظام السلامة ، ١٠(١)، ١٧٨- ١٦٨.

منظري توكلي، علي رضا و عراقي بور، نجمة (١٣٨٩). التحقيق في الرابطة بين التَديُّن والسعادة بين الطالبات البنات في جامة آزاد الاسلامية في مدينة كرمان السنة التحصيلية ١٣٨٨- ١٣٨٩. علم النفس التربوي، ١٩(٦): ١٩- ٤٣.

مير، محمـــد رضا؛ عبد الرزاق نجاد، مهدي ؛ حاجي آبادي، محمـــد رضا ؛ سورغي، زهراء و قاسمي، خديجة. (١٣٨٦). التحقيق في العلاقة بين الاكتئاب ومستوى التوكل على الله بين طلاب مدينة بيرجند. المجلة العلمية لجامعة العلوم الطبية في بيرجند، ١٤(٤)، ٥٢- ٥٨

نصيرزاده، راضية ورسول زاده طباطبائي ، كاظم. (١٣٨٦). التحقيق في تأثير إدراك مفهوم الله على الاحساس في الإكتئاب والقلق والاضطراب . مجلة ربع سنوية تحقيقات علم النفس في جامعة تبريز، ٢ (٨)، ١٤٩- ١٦٧.

العلامة المجلسي، محمـــد باقر. (١٣٨٣). بحار الأنوار. طهران: دار الكتب الاسلامية

معين، محمـــد. ١٣٨٠ . الثقافة الفارسية . طهران: أمير كبير

مكارم الشيرازي، ناصر. ١٣٨٩ . نموزج التفسير ، دار الكتب الاسلامية

المراجع الانجليزية

Greenway, A. P., Milne, L. C., Clarke, V. (2003). Personality variables, self-esteem and depression and an individual's perception of God. *Mental Health, Religion & Culture*, 6(1), 45-58.

Koenig, H.G., King, D.E., Carson, V.B. (2011). *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press: New York, USA.

Newton, A. T. & McIntosh, D. N. (2010). Specific religious beliefs in a cognitive appraisal model of stress and coping. *International Journal for the Psychology of Religion*, 20(1), 39-58.

Yang, K. P., Mao, X.Y. (2007). A study of nurses'spiritual intelligence: A cross-sectional questionnaire survey. *Journal of Nursing Studies*, 14(4), 999-1010

المراجع العربية

البستاني، محمود (١٣٨١) التفسير البنائي للقرآن الكريم، منشورات محافظة الرضا المقدسة .

الزين، محمـــد فاروق. (٢٠٠٤). بيان النظم في القرآن الكريم : الربع الثاني من سورة الأعراف حتى سوره الكهف. دمشق: دار الفكر