Journal Of the Iraqia University (73-10) August (2025)

ISSN(Print): 1813-4521 OnLine ISSN:2663-7502
Journal Of the Iraqia University
available online at: https://www.mabdaa.edu.iq

مفهوم الأمن النفسي في ضوء الكتب السماوية- دراسة تحليلية

كولباغ محمد توفيق

بإشراف: الأستاذ الدكتور فتحي جوهر المزوري

كلية العلوم الاسلامية في جامعة صلاح الدين اربيل

" Understanding Psychological Security through the Divine Scriptures: A Critical Analysis"

الملخص

: يهدف هذا البحث إلى دراسة أثر العبادات في تحقيق الأمن النفسي من خلال النصوص الدينية في الكتب السماوية الثلاثة (القرآن الكريم، الإنجيل، والتوراة)، ومقارنة تناولها لمفهوم العبادات ودورها في تحقيق الاطمئنان والسكينة النفسية. تتجلى أهمية البحث في تسليط الضوء على العلاقة بين الدين والنفس الإنسانية، واستكشاف دور العبادات في تحقيق الاطمئنان والسكينة الداخلية. خاصة في ظل التحديات النفسية والاجتماعية المعاصرة. ولتحقيق ذلك، اعتمد البحث على المنهج االموضوعي المقارن . تناول البحث مفهوم الأمن النفسي، مع التركيز على كيفيات تناول كل من القرآن الكريم، والإنجيل، والتوراة لهذه المفاهيم. وخلص البحث إلى أن العبادات تلعب دوراً محورياً في تحقيق الأمن النفسي، من خلال تعزيز الإيمان، وتنمية الشعور بالسكينة، وتقوية الصلة بالله عزوجل، وهو ما اتفقت عليه الكتب السماوية الثلاثة مع وجود فروق في طبيعة العبادات ومظاهرها.وفي الختام، قدم البحث توصيات تستهدف استثمار النصوص الدينية في تعزيز الصحة النفسية، والدعوة إلى مزيد من الدراسات في هذا المجال لإبراز الأثر العلمي للعبادات في بناء مجتمع مستقر نفسياً و روحياً.**الكلمات المفتاحية: (الأمن النفسي، الكتب السماوية، القرآن الكريم، الإنجيل، التوراة).**

Abstract

This research aims to study the impact of religious rituals (acts of worship) on achieving psychological security through religious texts found in the three holy scriptures (the **Qur'an**, the **Bible**, and the **Torah)**. It compares how each scripture addresses the concept of worship and its role in fostering inner peace and tranquility. The significance of the study lies in shedding light on the relationship between religion and the human psyche, and in exploring the role of worship in attaining inner calm and reassurance, especially in the context of contemporary psychological and social challenges. To achieve this, the research adopted a comparative objective methodology. It examined the concept of psychological security, focusing on how the Qur'an, the Bible, and the Torah each present and approach this concept. The study concluded that acts of worship play a central role in achieving psychological security by strengthening faith, fostering a sense of tranquility, and deepening the connection with God Almighty. This conclusion is shared across the three holy books, although there are differences in the nature and manifestations of worship. The study offers recommendations to use religious texts in promoting mental health and calls for further research in this field to highlight the scientific impact of worship practices in building a psychologically and spiritually stable society.

Keywords: Psychological security, Divine Scriptures, Holy Qur’an, Bible, Torah.

مقدمة

:الحمدلله الذي هدانا للايمان، وجعل لنا العبادات طمأنينة للقلب وراحة للنفس، وجعل العبادات وسيلة لتطهير النفوس وتهذيبها، الصلاة والسلام على سيدنا محمد (صلى الله عليه وسلم) الذي كان في عبادته أسوة حسنة في السكينة واليقين وبعد:

أهمية الموضوع

فإنَّ الأمن النفسي يُعد من أعظم النِّعم التي يسعى الإنسان لتحقيقها، فهو حاجة ضرورية لكل فرد في مختلف مراحل حياته، وشرط أساسي لإستقرار المجتمعات وإزدهارها. ومع تعاظم التحديات النفسية والاجتماعية التي تواجه الإنسان في العصر الحديث، برزت الحاجة إلى البحث في دور

العبادات كوسيلة لتحقيق الطمأنينة النفسية وتعزيز و تقوية السكينة الداخلية. ولأن العبادات تمثل عمود الدين وجوهر العلاقة بين الإنسان وخالقه، فإنَّ أثرها لا تقتصر على الجانب الروحي فحسب، بل يمتد ليشمل النفس والمجتمع. وقد جاءت الكتب السماوية مؤكِّدة على أهمية العبادات ودورها في حياة الإنسان، ومن ذلك ماورد في القرآن الكريم والإنجيل والتوراة، مما يستدعي دراسة مقارنة و تسليط الضوء على القواسم المشتركة والفروق الجوهرية بين هذه كل النصوص في تناولها لمفهوم العبادات وأثرها النفسي.

أسباب اختيار الموضوع

١-أهمية الأمن النفسي باعتباره أحد الركائز الأساسية لإستقرار الإنسان وسعادته، مما يستدعي البحث في العوامل التي تعززه، ومنها العبادات.

٢-الدور الروحي والنفسي للعبادات، حيث تؤدي العبادات إلى الشعور بالطمأنينة والراحة النفسية، وهو ما يستدعي دراسة هذا التأثير بشكل علمي.

٣-قلة الدراسات المقارنة التي تناولت أثر العبادات في تحقيق الأمن النفسي من منظور الكتب السماوية المختلفة، مما يجعل هذا البحث اضافة علمية في هذا المجال.

٤-الحاجة إلى تسليط الضوءعلى البعد الديني في الصحة النفسية، خاصة في ظل انتشار الإضطرابات النفسية والبحث عن حلول تقوية التوازن النفسي.

٥-الدافع العلمي والشخصي، حيث أن الموضوع يندرج ضمن اهتمامات الباحثة العلمية، ما دفعها إلى التعمق فيه بغية تقديم دراسة متكاملة ذات فائدة علمية وعملية.

مشكلة الدراسة

في وجود فجوة معرفية تتعلق بفهم العلاقة بين العبادات وتحقيق الأمن النفسي، خاصة من منظور الكتب السماوية. ومن هنا، يسعى البحث للإجابة عن التساؤلات الرئيسية: ما أثر العبادات في تحقيق الأمن النفسي في ضوء الكتب السماوية؟ ويتفرع عن هذا السؤال الرئيسي عدد من الاسئلة الفرعية، مامفهوم الأمن النفسي في ضوء النصوص الدينية؟ وكيف تناولت الكتب السماوية الثلاثة الأمن النفسي وتعزيز الطمأنينة النفسية؟، وما أوجه التشابه والاختلاف بين الكتب السماوية الثلاثة في تناولها لهذا الموضوع؟ ويأتي هذا البحث ليُسهم في تعميق الفهم وتوجيه السلوك الإنساني نحو الطمأنينة، ويوضح يمكن للإنسان أن يجد في الإيمان والعمل الصالح سبيلاً للسكينة والسلام الداخلي والتوازن الروحي، مستنيراً بما جاء في الكتب السماوية من توجيهات وارشادات.

حدود الدراسة

: الحدود الموضوعية يقتصر البحث على دراسة الأمن النفسي من منظور النصوص الدينية الواردة في الكتب السماوية الثلاثة، والحدود الزمنية يغطي البحث التحليل في ضوء النصوص الدينية المرتبطة بالفترة الزمنية التي نزلت فيها الكتب السماوية، وأما الحدود المكانية: دراسة النصوص ضمن سياقها الديني والثقافي، دون التوسع في التطبيقات المجتمعية الحديثة.

منهج الدراسة

: يعتمد البحث على المنهج التحليلي المقارن لتحليل النصوص الدينية الواردة في الكتب السماوية الثلاثة، واستقراء معانيها المتعلقة بالأمن النفسي، مع إبراز على القواسم المشتركة والإختلافات.

صعوبات البحث

: من أبرز الصعوبات التي واجهت الباحثة في هذه الدراسة؛ صعوبة الفهم للكتاب المقدَّس، وقلَّة التفسيرات حول نصوص هذا الكتاب، وندرة الدراسات السابقة التي تناولت أثر العبادات في تحقيق الأمن النفسي، من منظور مقارن بين الكتب السماوية، مما استدعى الرجوع إلى مصادر متنوعة وتحليلها بدقة، فإنَّ التباين في المفاهيم الدينية بين الكتب السماوية تطلب مزيداً من التدقيق في التحليل والمقارنة لضمان الموضوعية كما شكلت صعوبة الوصول إلى بعض المصادر والمراجع.

وخطة الدراسة

: يتكون البحث من مقدمة وثلاثة مباحث وخاتمة وأهم النتائج والتوصيات كالآتي: المبحث الأول: تعريف ومفهوم الأمن النفسي، المبحث الثاني: تعريف ومفهوم الكتب السماوية، المبحث الثالث الأمن النفسي في ضوء الكتب السماوية، ويشمل تعريفات الأمن النفسي، وتعريف الكتب السماوية الثلاثة، وأوجه التشابه والإختلاف في الأمن النفسي.وفي الختام، نسأل الله التوفيق والسداد في إتمام هذا البحث بما يحقق الفائدة العلمية ويُسهم في تعزيز فهمنا للعلاقة بين الدين والنفس الإنسانية.

المبحث الأول: الأمن النفسي تعريفه لغة وإصطلاحاً

المطلب الاول: تعريف الامن النفسي لغة:

أولاً: الأمن لغة: أمن (الأمان) و (الأمانة) بمعنى وقد (أمن) من باب فَهِم وسلم و (أماناً) و (أَمَنة) بفتحتين فهو (آمِن) و (آمَنه) غيره من (الأمْن) و (الأمان) و (الإيمان) التصديق والله تعالى (المُؤمن) لأنه (آمن) عباده من أنْ يَظْلمهم. وأصل آمَن أَأْمَنَ بهمزتين لُيِّنَت الثانية ومنه المُهيمِن وأصله مُؤَأْمِن لُيِّنَت الثانية وقُلِبَت ياء كراهة اجتماعهما وقُلِبَت الأُولى هاء كما قالوا أراقَ الماء وهَرَاقَه.و (الأمْن) ضدّ الخوف و(الأمَنه)الأمن كما مَرَّ ومنه قوله تعالى: ﴿أَمَنَةً نُّعَاسًا﴾و الأَمَنة أيضا الذي يثق بكل أحد وكذا و الأُمَنة بوزن الهُمزة. و (أمنه) على كذا (أُتَمَنه) بمعنى وقرئ ﴿مَا لَكَ لَا تَأْمَنَّا عَلَىٰ يُوسُفَ﴾ و(استأمَنَ) إليه دَخَلَ في أمانه. وقوله تعالى: ﴿وَهَٰذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ﴾. قال الأَخْفَشُ:يريد البلد الآمِن وهو من الأمْن(١).

أصل الأَمْن :طمأنينة النفس وزوال الخوف،يقال: والأَمْنُ والأَمَانَةُ والأَمَانُ في الأصل مصادر، ويجعل الأمان تارة اسما للحالة التي يكون عليها الإنسان في الأمن، وتارة اسما لما يؤمن عليه الإنسان، نحو قوله تعالى :وَتَخُونُوا أَماناتِكُمْ [الأنفال/ ٢٧]، أي: ما ائتمنتم عليه، وقوله: إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمانَةَ عَلَى السَّماواتِ وَالْأَرْضِ [الأحزاب/ ٧٢] قيل: هي كلمة التوحيد، وقيل: العدالة(٢).

ثانياً: النفس: النفس لفظ مشترك يقع على معان عديدة (٣). وقد ورد علماء اللغة خمسة عشرة معنى للنفس، وهي: الرّوح، والدّم، والجسد، والعين، والعند، والحقيقة،وعين الشيء، وقدْرُ دُبْغة (اي مقدار ملء الكفِّ من الصِّباغة التي يُدبغ بها)، والعظمة، والعزة، والهمة، كما حصرها الإمام الزّبيدي(٤) ولكن عين الشيء وحقيقته بمعنى واحد وهو الذات، وكذلك الهمة والإرادة بمعنى الرغبة، ولذلك فهي ترجع إلى ثلاثة عشر معنى، واستدرك الزبيدي معنيين آخرين، وهما الأخ و الإنسان، وجعل من الأول قوله تعالى: ﴿ ۚ فَإِذَا دَخَلْتُم بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰ أَنفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِندِ اللَّهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً ۚ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ﴾[سورة النور: ٦١]. الآية، أي على اخوانكم، ومن الثاني الذي هو الإنسان جميعه بروحه وجسده، وجعل منه قوله تعالى: ﴿أَن تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتَا عَلَىٰ مَا فَرَّطتُ فِي جَنبِ اللَّهِ وَإِن كُنتُ لَمِنَ السَّاخِرِينَ﴾[سورة الزمر:٥٦]، لأنَّ الله يبعث الإنسان جميعاًوأصل النوع الإنساني آدم عليه السلام، ولذلك قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾[سورة النساء: ١](٥). وذكر الزَّجَّاج معنيين آخرين وهما العقل والحياة وهو الذي يكون به التمييز ويزول بالجنون والنوم، وهناك نفس الحياة التي تحصل بها الحركة ولا تزول إلاَّ بالموت(٦). وذكروا أنَّ الهواءسُمِّي نَفَساً لأنَّ قِوامَ النَّفْس به(٧)، ولذلك تُفارق الحياة البدن وتنقطع حركته ووعيه إذا قُطِعَ عنه الهواءُ. و(النَّفْسُ) الروح يقال خَرَجَت نَفْسُه.(٨)وقد ورد لفظ "النفس" في اللغة بمعانٍ متعددة، تدور غالبًا حول الذات الإنسانية بما فيها من عقل وروح وشعور. وعرّفها الراغب الأصفهاني بقوله: "النفس يقال لها: الروح، في قوله تعالى: ﴿أَخْرِجُوا أَنفُسَكُمُ ۖ﴾[سورة الانعام :٩٣](٩) وتطلق على ذات الشيء وعينه، وتطلق على الإنسان باعتبار ذاته الكاملة، وتطلق على القوة التي بها يحيا الإنسان(١٠)**الامن النفسي لغوياً:** يعد من المفاهيم اللغوية ذات الثراء في المعاني فلقدجاءت كلمة أمن بعدة معاني: جاء على لسان العرب: الأمان و الامانة بمعنى وقد أَمِنْتُ فأنا أَمِنٌ، و أمنت غيري من الأمن، والأمانُ والامنُ ضد الخوف، والامانة ضد الخيانة، الايمان ضد الكفر بمعنى التصديق، وضده التكذيب، قال ابن سيدة : الامن نقيض الخوف أمن فلانُ يأمن أمْناً وأَمَناً(١١).

المطلب الثاني: تعريف الأمن النفسي اصطلاحاً:

الأمن النفسي هو الطمأنينة الانفعالية والنفسية،وهو الأمن الشخصي،وهوحالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر(١٢).والأمن النفسي في الإسلام فقد عرفها ابن القيم بأنَّهُ:" وطمأنينة القلب سكونه واستقراره يزول بزوال القلق والانزعاج والاضطراب عنه(١٣).يُعرَّف الأمن النفسي بأنه حالة من الاطمئنان الداخلي والتحرر من مشاعر الخوف والقلق، تُمكّن الإنسان من تحقيق التوازن النفسي والانخراط في حياة مستقرة وسعيدة. ويُعدّ هذا المفهوم من المرتكزات الأساسية في الصحة النفسية، حيث أشار عبد الستار إبراهيم إلى أن الأمن النفسي يمثل أحد الشروط الضرورية لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الفرد(١٤)الأمن النفسي: وهو طمأنينة النفس وزوال الخوف والقلق عنها، ويتحقق ذلك بالإيمان بالله سبحانه، والرضا بحكمه، والانقياد لشرعه، والتوبة والإنابة إليه، وذكره سبحانه على الدوام، قال تعالى :(الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) [سورة الرعد: ٢٨]يقول سيد قطب :تطمئن بإحساسها بالصلة بالله، والانس بجوار ه، والأمن في جانبه وفي حماه. تطمئن من قلق الوحدة ، وحيرة الطريق. بإدراك الحكمة في الخلق والمبدأ و المصير. وتطمئن بالشعور بالحماية من كل اعتداء ومن كل ضر ومن كل شر إلا بما يشاء. مع الرضى بالابتلاء والصبر على البلاء. وتطمئن برحمته في الهداية والرزق والستر في الدنيا والاخرة، (الا بذكر الله تطمئن القلوب). ذلك الاطمئنان بذكر الله في قلوب المؤمنين حقيقةً عميقة يعرفها الذين خالطت بشاشة الإيمان قلوبهم ، فاتصلت بالله. يعرفونها ، ولا يملكون بالكلمات ان ينقلوها الى الآخرين الذين لم يعرفوها ، لأنها لا تنقل بالكلمات، إنما تسري في القلب فيستر و حها ويهش لها ويندى بها ويستريح إليها ويستشعر الطمانينة والسلام ، ويحس أنه في هذا الوجود ليس مفردًا بلا أنيس.فكل ما حوله صديق ،اذ كل ما حوله

من صنع الله الذي هو في حماه[١٥]. وكان الرسول – صلى الله عليه وسلم – يقول لبلال رضي الله عنه، حينما تحين وقت الصلاة، أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: ((يَا بِلَالُ، أَرِحْنَا بِالصَّلَاةِ))[١٦]. فالإنسان المؤمن يسير في طريق الله آمناً مطمئناً؛ لأن إيمانه الصادق يمده دائماً بالأمل والرجاء في عون الله ورعايته وحمايته، وعفوه وغفرانه، وهو يشعر على الدوام بأن الله عز وجل معه في كل لحظة من لحظات حياته [١٧] والأمن من عرف الناس: هو اطمئنان النفس وزوال الخوف، ومنه قوله تعالى: ﴿وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ﴾[سورة قريش:٤]. ومنه الإيمان والأمانة، وضده الخوف، ووقع من اسمائه الحسنى المؤمن في قوله تعالى: ﴿ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ ﴾[سورة الحشر: ٢٣]. وهو المعطي الأمان لعباده المؤمنين حين سؤمنهم من العذاب في الدنيا والآخرة، واطلق الرب تعالى لفظ (المؤمن) قال ابن عباس:أي أمِنَ خلقه من أن يظلمهم[١٨]عن عبدُ اللَّهِ بْنُ مِحْصَنٍ الْخَطْمِي رفعه((مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافًى فِي بدنه، عِنْدَهُ قُوتُ يَوْمِهِ فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا بحذافيرها))[١٩]إنَّ الإنسان في العصر الحديث، دائم البحث عن العلاج الناجح للخوف والرعب والفزع والاضطراب الذي يعاني منه بصورة مستمرة وهدف الإنسان هو ان تنعم النفس بالأمن والسكينة والإطمئنان بدلاً من الخوف والشك والقلق ولذلك تركزت الآيات القرآنية على ربط الإيمان بالأمن والطمانينة والسكينة قال عزوجل: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [سورة الرعد: ٢٨]. وقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾[سورة الفتح:٤] إنَّ نزول السكينة على النفس هو انجح دواء لها لأن السكينة عبارة عن مزيد من التوحيد والإيمان كما ان السكينة والأمن والطمأنينة مترادفان للإيمان وثمرات من ثمار التقوى، وللأمن النفسي مقومات في الاسلام وهي الإيمان العميق بالله تعالى، ومعيته لعباده المؤمنين، وتثبيته لهم في الشدائد، واعانته اياهم في النوائب يكسب المؤمنين إيماناً واطمئناناً، اذ شعورهم بأنهم موصولون بالقوة العظمى في الكون شعور رائع يملأ جوانحهم بالرضا، والتسليم والطمأنينة ويبقى قول موسى عليه الصلاة والسلام فيما قصه الله تعالى علينا: ﴿قَالَ كَلَّا ۖ إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ﴾ [سورة الشعراء: ٦٢] هنا رد عليهم موسى – عليه السلام– بثقة وثبات بقوله كَلاّ. في شدة وتوكيد. كلا لن نكون مدركين. كلا لن نكون هالكين.كلا لن نكون مفتونين. كلا لن نكون ضائعين ﴿ كَلَّا ۖ إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ﴾ بهذا الجزم والتأكيد واليقين[٢٠].

المبحث الثاني: تعريف ومفهوم الكتب السماوية

المطلب الأول: تعريف الكتب السماوية:

اولاً: تعريف الكتب: ضم أديم إلى أديم بالخياطة.يقال :كتبت السِّقاء .وفي التعارف : ضم الحروف بعضها إلى بعض بالخط.والكتاب في الأصل مصدر ،ثم سمي المكتوب فيه كتاباً. والكتاب في الأصل إسم للصيغةمع المكتوب فيه.ويعبر بالكتابة عن القضاء الممضى ﴿ رَبَّنَا آمَنَّا بِمَا أَنزَلْتَ وَاتَّبَعْنَا الرَّسُولَ فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ﴾[سورة آل عمران:٥٣][٢١].

ثانياً: الكتب السماوية: الكتب السماوية: هي الكتب التي انزلها الله تعالى على أنبيائه لهداية البشر وارشادهم إلى طريق الحق والصلاح ، وتوحيد الله، وتنظيم العلاقات بين الإنسان وربه وبين الإنسان وأخيه الإنسان.وهي جزء من الوحي الإلهي وتشمل التشريعات، والمواعظ، والقصص، والأوامر والنواهي قال عبد الله دراز : " الكتاب السماوي هو كلام الله المنزل على رسول من رسله لهداية الناس،وهو المصدر الأعلى للتشريع والدين"[٢٢].

المطلب الثاني: تعريف ومفهوم التوراة:

التوراة هي القسم الأول من العهد القديم، وتُعرف في اللغة العبرية باسم "توره"، أي الهدى والإرشاد، أو القانون، أو التعاليم، أو الشريعة. وقد يُطلق هذا المصطلح – مجازًا أو توسعًا – على العهد القديم بأكمله. ويُعتبر العهد القديم كتابًا مقدسًا لدى اليهود والنصارى على حد سواء، إذ يضم بين دفتيه الشعر والنثر، والحكم والأمثال، والقصص والأساطير، والفلسفة والتشريع، بل وحتى الغزل والرثاء. ينقسم العهد القديم إلى ثلاثة أقسام رئيسية: أولها التوراة، وتضم خمسة أسفار هي: التكوين، الخروج، اللاويين، العدد، والتثنية، وتُعرف هذه بمجملها باسم "أسفار موسى". يليها أسفار الأنبياء، ثم الكتابات. وقد اختلف العلماء في أصل كلمة "توراة"، فمنهم من رأى أنها اسم يدل على الوحي الذي نزل على موسى عليه السلام، وهو رأي الإمام الشافعي – رحمه الله – والذي أيده غالبية المفسرين. بينما رأى الزمخشري أن كلمتي "التوراة" و"الإنجيل" أعجميتان، والبحث في اشتقاقهما لا جدوى منه. وقد وافق هذا الرأي أيضًا رحمة الله الهندي، موضحًا أن "التوراة" كلمة عبرية أصلًا، وتعني: القانون والتعليم والشريعة.ويقول ابن نديم: "التوراة هي خمسة أسفار وألانبياء يحتوي على أربعة كتب، كتاب أشعيا النبي عليه السلام، كتاب أرميا عليه السلام، كتاب الاثني عشر نبياًعليهم السلام، كتاب حزقيل.وهكذا تُعدّ التوراة جزءًا أساسيًا ومحوريًا في بنيان العهد القديم، ومرجعًا دينيًا وتشريعيًا وأدبيًا ذا أثر عميق في تشكيل الهوية الدينية والثقافية لليهودية، كما أنها تمثل عنصرًا مشتركًا في التراث الديني الإبراهيمي، إذ تتقاطع في مضامينها مع ما جاء في الديانتين

المسيحية والإسلامية. وقد اختلفت آراء العلماء في أصل التسمية ودلالاتها، غير أن الاتفاق قائم على مكانتها باعتبارها وحيًا إلهيًا نُزل على موسى عليه السلام، وتضمنت تعاليم وتشريعات لا تزال مؤثرة في الفكر الديني حتى اليوم.

المطلب الثالث: تعريف ومفهوم الإنجيل:

كتاب المسيحية المقدس هو الإنجيل أو هو (العهد الجديد)(BIBLE NEW COVENANT NEW TESTAMENT))، وهذا المصطلح من وضع النصارى للدلالة على أن الإنجيل ناسخ ومبطل للعهد القديم – التوراة– والإنجيل كلمة يونانية وهي مركبة من مقطعين هما: (EU) ومعناه: السار أو المفرح، و(Angelion) ومعناه: الخبر، فالإنجيل يعني إذن: الخبر السار (GOOD NEWS) أو البشارة[٢٣]والأناجيل المعتبرة (Ganonical Gospels) عند المسيحيين أربعة، إنجيل متى (MATHEW)، ومارك (MARK) مرقس، ولوقا (LUKE)، ويوحنا (JOHN) ويطلق على الثلاثة الاولى مصطلح (Synobtic) باعتبار أنها متماثلة ومتفقة في المضمون والمحتوى (Peterson)، كما أكد ذلك لأول مرة عام (١٧٧٤م)[٢٤] أما الأناجيل الأخرى، إنجيل مرقيون، وتوماس، وبرنابا، فقد أُعدمت نسختها بعد انعقاد مؤتمر نيقية الدينى عام (٣٢٥م). باعتبارها أناجيل مُلفَّقة منتحلة وغير قانونية (Agrapa). والأناجيل هي حكايات ومرويات عن حياة المسيح عليه السلام.[٢٥] و الأناجيل المعتمدة عند المسيحيين. على الرغم من كثرتها، أربعة فقط، ويذكر أن المسيح لم يأمر بكتابة الإنجيل[٢٦]قال أبو الريحان المتساح في نقله أو روايته عن أهل الأديان الأُخر في تدوين الإنجيل :"كتبه أربعة نفر، متباينى الأمكنة واللغة، وهم:"متى بفلسطين بالعبرانية. ومرقس بالروم بالرومية. ولوقا بالأسكندرية باليونانية. ويوحنا بأفيس باليونانية. ثم جمعت الأربعةأناجيل، وإن اختلفت لفظاً واتفقت معنى في دفتين(يعني كتاب واحد بين دفتين) وسمي مجموعها الإنجيل"[٢٧]الإنجيل عند النصارى هو مجموعة روايات دُوِّنت بعد رفع المسيح عليه السلام، ولم يُكتب بأمر منه، بل جُمعت لاحقًا واعتمدت الكنيسة أربعة أناجيل فقط، مما يستدعي فهمًا دقيقًا لتاريخ تدوينها وسياق اعتمادها.

المطلب الرابع: تعريف ومفهوم القرآن:

يُعرَّف القرآن الكريم في اللغة من الفعل "قرأ"، فيُقال: "قرأ الكتاب قراءة وقرآناً"، و"قرأ الشيء قرآناً"، أي جمعه وضمَّه، ومن هذا المعنى سُمي القرآن بهذا الاسم لأنه يجمع السور ويضمها. وقد أشار الله تعالى إلى هذا المعنى في قوله: ﴿إِنَّ عَلَيْنَا جَمْعَهُ وَقُرْآنَهُ﴾ [القيامة: ١٧]، أي قراءته. أما في الاصطلاح، فالقرآن الكريم هو كلام الله المنزل على نبيه محمد صلى الله عليه وسلم، المعجز بلفظه، المتعبد بتلاوته، المنقول إلينا بالتواتر، والمكتوب في المصاحف من أول سورة الفاتحة إلى آخر سورة الناس.وقد أطلق الله تعالى على القرآن الكريم عدة أسماء، منها: "القرآن"، كما في قوله: ﴿إِنَّ هَٰذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ﴾ [الإسراء: ٩]، و"الكتاب" في قوله: ﴿لَقَدْ أَنزَلْنَا إِلَيْكُمْ كِتَابًا فِيهِ ذِكْرُكُمْ﴾ [الأنبياء: ١٠]، و"الفرقان" كما في: ﴿تَبَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ الْفُرْقَانَ عَلَىٰ عَبْدِهِ﴾ [الفرقان: ١]، و"الذِّكر" في قوله: ﴿إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾ [الحجر: ٩]. ومن أشهر هذه الأسماء: "القرآن" و"الكتاب"، وقد وضّح محمد عبد الله دراز سبب التسمية بقوله إن إطلاق "قرآن" جاء لكونه متلواً بالألسن، أما "الكتاب" فلأنه مدون بالأقلام، وفي هذين الاسمين إشارة إلى ضرورة حفظه في موضعين: في الصدور والسطور على حد سواء. وقد نُقل إلينا هذا الكتاب العظيم جيلاً بعد جيل بنفس الهيئة التي أُنزل بها، ولا تُعتمد كتابة كاتب حتى تطابق ما هو محفوظ لدى الحفاظ بالإسناد الصحيح المتواتر. وبهذه العناية المزدوجة التي أودعها الله في نفوس الأمة، ظلّ القرآن محفوظاً بحفظ الله له، مصداقاً لقوله تعالى: ﴿إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾ [الحجر: ٩]، فلم يصبه ما أصاب الكتب السماوية السابقة من تحريف وتبديل وانقطاع في السند.ويقول الشيخ يوسف القرضاوي :إن إرادة الله اقتضت أن تكون هذه الرسالة الخاتمة، القرآن الكريم، رسالة عالمية شاملة، تتضمن منهجاً متكاملاً للحياة، يخاطب الكون كله بما فيه ومن فيه. وقد جاءت هذه الرسالة القرآنية لتشمل أبعاد الزمان والمكان والمضمون، فهي رسالة امتدت طولا لتغطي أزماناً ممتدة، وامتدت عرضاً لتشمل مختلف الأمم والشعوب، وامتدت عمقاً لتتناول شؤون الدنيا والآخرة. ولهذا فإن القرآن الكريم يستوعب كافة قضايا الحياة إلى قيام الساعة، كما قال تعالى: ﴿تَبَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ الْفُرْقَانَ عَلَىٰ عَبْدِهِ لِيَكُونَ لِلْعَالَمِينَ نَذِيرًا﴾ [الفرقان: ١]. فكل من يتأمل في آيات القرآن يدرك بوضوح أن صفة العالمية متجذرة فيه، بل هي جوهره، إذ إنه يتناول كل ما يخص العالم ومكوناته، كما في قوله تعالى: ﴿وَمَا مِن دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا طَائِرٍ يَطِيرُ بِجَنَاحَيْهِ إِلَّا أُمَمٌ أَمْثَالُكُم ۚ مَّا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِن شَيْءٍ﴾ [الأنعام: ٣٨][٢٨]. وهكذا، يُعدّ القرآن الكريم كتاب الله الخاتم، المحفوظ من التبديل والتحريف، والمشتمل على الهداية الشاملة للبشرية جمعاء. فقد تميز بخصائص فريدة في نزوله وحفظه ومضمونه، مما جعله صالحًا لكل زمان ومكان، ودستورًا إلهيًا يهدي الإنسان في دنياه وآخرته، كما أراد الله تعالى له أن يكون.

المبحث الثالث: الأمن النفسي في ضوء الكتب السماوية

التمهيد:يمثل الأمن النفسي قاعدة أساسية للصحة النفسية والتكيف مع الحياة، ويحقق الاستقرار الداخلي الضروري للنجاح في العلاقات الاجتماعية والعمل، ويقي الانسان من اضطرابات القلق والاكتئاب التي تؤثر على جودة حياته. والناظر للأمراض النفسية السارية في الحياة المعاصرة يعلم اهمية تحقيق هذا الامر في واقع الحياة. فالقلق يستبد بالناس، والخوف من المجهول قادم يكاد يعصف بهم، هذا عدا عن الآثار المدمرة التي تهدد من اصبح وأمسى مكتئباً، محبطاً، خائفاً، غير راضٍ بحاله، و لا سعيد بأيامه.وما أجمل قول الله تعالى وما احسنه حين قال سبحانه: ﴿وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُّطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّن كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ﴾ [النحل: ١١٢]. وقال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾[البقرة: ١٥٥]، قوله تعالى (بشيء من الخوف) فكيف لو بلانا بالخوف كله يمثل الأمن النفسي أحد أبرز الحاجات الأساسية التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها في مختلف مراحل حياته، وقد أولت الأديان السماوية الثلاثة (اليهودية، المسيحية، الإسلام) عناية خاصة بهذا الجانب، بوصفه جزءًا لا يتجزأ من سلامة النفس واستقرار المجتمع. ويتجلى الأمن النفسي في هذه الديانات من خلال العلاقة بين الإنسان والله، والامتثال للتعاليم الإلهية، والشعور بالانتماء والطمأنينة الناتجة عن اليقين بالحماية الإلهية والرعاية المستمرة.

المطلب الأول: الأمن النفسي في اليهودية:

يُعدّ الأمن النفسي في اليهودية من المبادئ الأساسية التي تنبع من العلاقة العميقة بين الإنسان وخالقه، ومن شعور الفرد بالانتماء والالتزام الديني والأخلاقي. فالفكر اليهودي يعتبر أن الأمن الداخلي لا يتحقق إلا بالعيش وفق الشريعة(الهالاخاه)[٢٩]، والامتثال للوصايا الإلهية التي تنظم حياة الإنسان روحيًا وسلوكيًا[٣٠].وقد أكدت التوراة على أن الحفاظ على الوصايا الإلهية يؤدي إلى حياة مطمئنة وآمنة ، بينما يقود الانحراف عنها إلى القلق والإضطراب "وإن سمعت لصوت الرب إلهك لتحرص أن تعمل بجميع وصاياه..يجعلك الرب إلهك مستعلياً على جميع قبائل الأرض، وتأتي عليك جميع هذه الركات وتدركك"[٣١]. النفسي في التصور اليهودي هو حالة من الاطمئنان القلبي والسكينة الناتجة عن الثقة بعناية الله وحكمته، وهو ثمرة لإدراك الفرد بأنه يعيش ضمن خطة إلهية عادلة .والاعتماد على الله مصدر للطمأنينة " بسلامٍ أضطجعُ بل أيضاً أنام، لأنك أنت يارب منفرداً في طمأنينةٍ تُسكنني"[٣٢]، هذا النص يُبرز أن الطمأنينة النفسية نابعة من الثقة بالله، لا من الظروف الخارجية. وقد ورد في سفر أشعياء": ذو الرأي الممكن تحفظه سالمًا سالمًا لأنه عليك متوكل"[٣٣]، وهو نص يعكس الترابط بين الإيمان والطمأنينة النفسية.و تشير التوراة إلى السلام الداخلي الناتج عن الاتكال على الله. "المستقيمون يسكنون الأرض، والكاملون يبقون فيها "[٣٤]. وشددت التوراة على رعاية المهمّشين كطريق لنيل رضا الله وتحقيق الأمن المجتمعي والنفسي. كما جاء التوراة: "لا تذل أرملة ولا يتيماً إن صرخوا إليّ، أسمع صراخهم، فيحمي غضبي"[٣٥]. وأيضاً "تعلّموا الإحسان، اطلبوا الحق، أنصفوا المظلوم، اقضوا لليتيم، حاموا عن الأرملة"[٣٦]. هذه النصوص تُظهر أن الأمن النفسي للفرد مرتبط أيضاً بالعدالة والرعاية الاجتماعية، والعدل حتى مع الغرباء" لا تظلم الغريب ولا تضايقه ، لأنكم كنتم غرباء في أرض مصر"[٣٧].

يتضح للباحثة من خلال نصوص التوراة والانبياء أن الأمن النفسي يتحقق عبر طاعة الله، واقامة العدل ، وممارسة الرحمة . وترى الباحثة التناقض بين التعاليم والواقع المعاصر يشهد تناقضاً صارخاً !، رغم ماتقدمه الشريعة اليهودية من قيم الرحمة والعدل .

المطلب الثاني: الأمن النفسي في المسيحية:

الأمن النفسي في المسيحية يقوم على علاقة شخصية مع الله من خلال الإيمان بالمسيح ،الذي يُنظر إليه في المسيحية باعتباره المخلِّص الذي يُزيل الخطيئة ويمنح الإنسان السلام الداخلي "لا تهتموا بشيء، بل في كل شيء بالصلاة والدعاء مع الشكر ،لتُعلم طلباتكم لدى الله،وسلام الله الذي يفوق كل عقل يحفظ قلوبكم وأفكاركم في المسيح يسوع"[٣٨]، هذا النص يربط بين الطمأنينة والصلاة، ويبرز أثرها في حفظ النفس من القلق . و يقول المسيح :"سلاماً أترك لكم، سلامي أعطيكم، ليس كما يعطي العالم أعطيكم أنا.لا تضطرب قلوبكم ولا ترهب"[٣٩]. وأيضاً قوله: "تعالوا إليّ يا جميع المتعبين والثقيلي الأحمال، وأنا أريحكم تجدون راحةً لنفوسكم"[٤٠] وهذه الدعوة مباشرة من المسيح إلى الاتكال عليه في مواجهة الضيق، مما يعطي الشعور بالطمأنينة. ان كثيرًا من الاحتياجات تعززها نصوص الكتاب المقدس، الأمر الذي يعكس العلاقة التبادلية بين البُعد الروحي والنفسي في حياة الإنسان، فعلى سبيل المثال، يؤكد بولس الرسول في رسالته إلى أهل رومية ضرورة القبول غير المشروط":لِذلِكَ اقْبَلُوا بَعْضُكُمْ بَعْضًا، كَمَا أَنَّ الْمَسِيحَ أَيْضًا قَبِلَنَا، لِمَجْدِ اللهِ"[٤١] وفي السياق نفسه، يُعدّ السلام الداخلي من أبرز مظاهر الأمن النفسي، وقد ورد في[٤٢] وَلْيَمْلِكْ فِي قُلُوبِكُمْ سَلاَمُ اللهِ الَّذِي إِلَيْهِ دُعِيتُمْ فِي جَسَدٍ وَاحِدٍ، وَكُونُوا شَاكِرِينَ."كما يُبرز الكتاب المقدس دور الجماعة المؤمنة في توفير الدعم والتشجيع كما ورد "شَجِّعُوا صِغَارَ النُّفُوسِ. أَسْنِدُوا الضُّعَفَاءَ. تَأَنَّوْا عَلَى الْجَمِيعِ."[٤٣]. ويؤكد بولس أن الله نفسه هو مصدر تكميل هذه الاحتياجات":فَيَمْلأُ إِلهِي كُلَّ احْتِيَاجِكُمْ بِحَسَبِ غِنَاهُ فِي الْمَجْدِ فِي الْمَسِيحِ يَسُوعَ [٤٤]." و يدعو الكتاب المقدس الى الطمأنينة الروحية من خلال

الايمان بالله، كما ورد (سلاما أترك لكم، سلامي أعطيكم. لا كما يعطي العالم أعطيكم أنا. لاتضطرب قلوبكم و لا تخف[٤٥]"يتّضح للباحثة من النصوص المسيحية أن الأمن النفسي في الإيمان المسيحي ينبثق من علاقة شخصية عميقة مع الله، تتجسد في الثقة بالمسيح كمصدر للخلاص والسلام الداخلي. فالكتاب المقدس لا يقتصر على معالجة الاضطراب النفسي من خلال التوجيهات الروحية الفردية كالصلاة والشكر، بل يمتد ليؤسس لمجتمع داعم يقوم على القبول والمحبة والتشجيع. وهذه الرؤية تعكس تكاملاً بين البعد الروحي والبعد النفسي، حيث يُعدّ الإيمان بالله مصدرًا رئيسيًا للطمأنينة، ومصدرًا لتلبية الاحتياجات النفسية للإنسان، في سياق من الرحمة الإلهية والانتماء الجماعي.

المطلب الثالث: الأمن النفسي في الإسلام:

يرتكز الأمن النفسي في الإسلام على الإيمان بالله تعالى، والتوكل عليه، والرضا بقضائه والإلتزام بتعاليمه.وأن النفس البشرية لا تستقر إلا بمعرفة خالقها، والإتصال به، وإمتثال أوامره وقد عبّر القرآن الكريم عن ذلك بوضوح في قوله تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾[سورة الرعد:٢٨]ورد في القرآن الكريم الإشارة إلى الطمأنينة النفسية كأحد ثمار الإيمان، لفظ (الأمن) جاء في القرآن الكريم في نحو سبعة وعشرين موضعاً باشتقاقات متعددة؛ فورد على صيغة (المصدر) في اربعة مواضع، منها قوله تعالى: ﴿وَإِذْ جَعَلْنَا الْبَيْتَ مَثَابَةً لِّلنَّاسِ وَأَمْنًا وَاتَّخِذُوا مِن مَّقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلًّى وَعَهِدْنَا إِلَى إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَن طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ﴾[سورة البقرة: ١٢٥]. أي مكاناً آمناً للناس، وجاء على صيغة اسم الفاعل، كصفة في خمسة مواضع، منها قوله تعالى: ﴿رَبِّ اجْعَلْ هَذَا بَلَدًا آمِنًا﴾ [سورة البقرة :١٢٦]، وجاءت (اسماً) في اربعة مواضع، منها قوله تعالى: ﴿وَإِذَا جَاءَهُمْ أَمْرٌ مِّنَ الْأَمْنِ أَوِ الْخَوْفِ أَذَاعُوا بِهِ﴾ [سورة النساء: ٨٣]، وجاءت (فعلاً) في اربعة عشر موضعاً، منها قوله تعالى: ﴿فَإِذَا أَمِنتُمْ فَمَن تَمَتَّعَ بِالْعُمْرَةِ إِلَى الْحَجِّ فَمَا﴾ [سورة البقرة: ١٩٦]، ولفظ (الأمن) جاء في القرآن الكريم كما ورد في لسان العرب (لابن منظور) على معان ثلاثة :[٤٦]اولاً: بمعنى الأمانة الذي هو ضد الخيانة ، وعليه قوله تعالى: ﴿فَإِنْ أَمِنَ بَعْضُكُم بَعْضًا فَلْيُؤَدِّ الَّذِي اؤْتُمِنَ أَمَانَتَهُ﴾ [سورة البقرة : ٢٨٣]. يعني فليعط المؤتمن ما أوتمن عليه من أمانة. ونحوه قوله تعالى: ﴿وَمِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ مَنْ إِن تَأْمَنْهُ بِقِنطَارٍ يُؤَدِّهِ إِلَيْكَ وَمِنْهُم مَّنْ إِن تَأْمَنْهُ بِدِينَارٍ لَّا يُؤَدِّهِ إِلَيْكَ إِلَّا مَا دُمْتَ عَلَيْهِ ﴾ [سورة آل عمران : ٧٥]. ثالثاً: بمعنى المكان الآمن، ومنه قوله تعالى: ﴿وَإِنْ أَحَدٌ مِّنَ الْمُشْرِكِينَ اسْتَجَارَكَ فَأَجِرْهُ حَتَّى يَسْمَعَ كَلَامَ اللَّهِ ثُمَّ أَبْلِغْهُ مَأْمَنَهُ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَّا يَعْلَمُونَ﴾[سورة التوبة:٦]. اي ابلغه موضع امنه، وهو دار قومه، او منزله الذي فيه أمنه. ويرتبط الامن النفسي في المنظور الاسلامي ارتباطاً وثيقاً بالايمان والالتزام بجميع الواجبات الشرعية التي فرضها الله على الانسان، وانعكاس ذلك على السلوك هو أساس الشعور بالامن النفسي فالامن تعبير، يدل على حالة نفسية يوجد عليها الكائن الحيّ، عندما يشبع حاجاته التي تختلف باختلاف الكائن الحي نفسه، وهي عند الانسان ما يشعر به نحو حاجيات، بالحصول عليها تُستكمل مطالبه من الاستقرار، وهذه الحاجيات تختلف من انسان لآخر، و من مكان لآخر. فهناك من يبحث عن الماوى ﴿وَكَانُوا يَنْحِتُونَ مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا آمِنِينَ﴾ [سورة الحجر: ٨٢]. ليتحقق أمنه الأولى، ومنهم من يطلب الطعام ﴿ الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ﴾ [سورة قريش: ٤]، واذا تحقق لدى الانسان الماوى و المأكل، فان الأمن يتحقق باستقرار الرزق الأمن ﴿وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُّطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّن كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ﴾ [سورة النحل: ١١٢]، ليست مطالب النفس البشرية، هي الغرائز الأولية فقط (تنفس–أكل–شرب– تناسل)، بل هناك العديد من مطالب النفس، التي يحتاج الانسان أن يشبعها، طبقاً لأولويات حددتها الغريزة، وهي الدافع الذي يحرك السلوك الانساني، لينتهج الانسان سلوكاً خاصاً للحفاظ على حياته واسرته وممتلكاته. كما ان سلوك الانسان، اصبح كذلك يتدرج من اشباع حاجات أساسية الى حاجات ثانوية، الى مطالب تحقيق الذات، الى مطالب رفاهية. ثم تعلو الدرجات التي ينتقل فيها السلوك الانساني، من مطالب فردية ذاتية، الى مطالب جماعية، تحتاجها الاسرة والجماعة، فالقبيلة، فالقرية،فالمدينة، فالدولة، حتى يصبح الشعور الأمن جماعياًمقومات الامن النفسي في الاسلام : السبل والاسس الاسلامية التي تحقق الامن النفسي من هدي القرآن الاعتصام بالله واللجوء اليه، الرضاء بالقضاء والقدر، العبادات، الصلاة، والصيام، الحج، والزكاة، ذكر الله، قراءة القرآن ، الدعاء. ويبدو ذلك جلياً واضحاً من خلال آيات القرآن الكريم. لقد عنى القرآن الكريم عناية شاملة بالنفس الانسانية بحيث انه لم يترك زاوية من الزوايا أو جانباً من الجوانب الا وتعرض لها، فلقد تناول نفوس الناس وقلوبهم، وعرف انه هنا يكمن سر قوة الانسان، فالاصلاح يبدأ منها وينتهي اليها، ولذلك فان عناية القرآن الكريم بالنفس كانت من الشمول والاستيعاب بما يمنح الانسان معرفة صحيحة بالنفس – وقاية وعلاجاً – وهذا وجه الاعجاز والروعة في عناية القرآن بالنفس الانسانية[٤٧].يقول محمد قطب: "في كتاب الله دعوة صريحة إلى التأمل في نفس الانسانية ، وما تنطوي عليه من أسرار وآيات" ﴿وَفِي أَنفُسِكُمْ ۚ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾[سورة الذاريات:٢١]و ﴿سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ﴾[سورة فصلت:٥٣][٤٨]ويحرص الإسلام على إشباع دافع الأمن للأفراد والجماعات، فهو عنوان الحياة، قال تعالى: ﴿فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَٰذَا

الْبَيْتِ﴾ ﴿ الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ وَآمَنَهُم مِّنْ خَوْفٍ﴾[سورة قريش:٣-٤].[٤٩] وحاجة الناس إلى التدعيم الإيماني يقول الله تعالى: ﴿﴿ إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا﴾ ﴿ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا﴾ ﴿وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا﴾ ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ ﴿الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ﴾[سورة المعارج:١٩-٢٣]، وهكذا يؤكد بصراحة ووضوح إن المصلين الذين يحفظون على صلاتهم هم أبعد الناس عن آفات النفس وعللها وأمراضها، وهذا المعنى لا تختلف عليه أحد[٥٠]يتّضح للباحثة أنَّ الأمن النفسي في الإسلام ليس مجرد شعور عابر بالطمأنينة، بل هو ثمرة مترتبة على الإيمان بالله تعالى، والالتزام بمنهجه، والتقرّب إليه بالعبادات والأعمال الصالحة. وقد جسّد القرآن الكريم هذا المفهوم من خلال ربطه بين الطمأنينة والإيمان، وبين الإستقرار النفسي والتوكل على الله والرضا بقضائه. كما بيّن تعدد دلالات لفظ "الأمن" في السياقات القرآنية ليشمل الأمان من الخوف، والأمانة في التعامل، والمكان الآمن، مما يدل على شمولية هذا المفهوم وعمقه. ويُعدّ الإشباع المتوازن لحاجات الإنسان النفسية والمادية، الفردية والجماعية، عنصراً أساسياً في تحقيق هذا الأمن. وبذلك، فإن الإسلام يوفّر إطاراً متكاملاً لتحقيق الأمن النفسي، يبدأ من داخل النفس بالإيمان واليقين، ويتجلى في السلوك والتفاعل مع المجتمع، فينسحب أثره على الفرد والجماعة، ليكون الأمن النفسي من أبرز ثمار العقيدة والتدين الصحيح.

المطلب الرابع: أوجه التشابه والاختلاف في الأمن النفسي

أوجه التشابه في الأمن النفسي بين الأديان السماوية الثلاثة:

أولاً: أوجه التشابه تشترك الأديان السماوية الثلاثة – الإسلام والمسيحية واليهودية – في تأكيدها على أهمية العلاقة الروحية مع الله كوسيلة لتحقيق الطمأنينة النفسية. فالإيمان العميق والاتصال بالخالق يشكلان الأساس الذي يبني عليه الإنسان سلامه الداخلي. في الإسلام، يتجلى هذا المعنى في قوله تعالى: ﴿ألا بذكر الله تطمئن القلوب﴾، مما يوضح أن ذكر الله هو السبيل إلى الطمأنينة. أما في المسيحية، فإن السلام النفسي يُستمد من الإيمان بالمسيح، كما ورد في إنجيل يوحنا: "سلامي أترك لكم، سلامي أعطيكم" (يوحنا ١٤: ٢٧). وفي اليهودية، فإن الطمأنينة تنبع من الثقة في وعود الله لشعبه والالتزام بتعاليم التوراة.كما تربط الأديان الثلاثة بين الطاعة والتقوى من جهة، والاستقرار النفسي من جهة أخرى؛ إذ يُعد الالتزام بالوصايا الإلهية طريقًا لنيل رضا الله، وبالتالي الإحساس بالسكينة والاطمئنان.وتبرز العبادات في هذه الأديان كوسائل رئيسية لتحقيق السكينة النفسية، سواء كانت الصلاة، أو الصوم، أو الذكر، أو التوبة، فكلها تُعد أدوات روحية تعزز من صلة الإنسان بربه وتمنحه راحة داخلية. وأخيرًا، تتفق الأديان الثلاثة على أن الأثر الإيجابي للسلوك الديني لا يقتصر على الفرد فحسب، بل يمتد ليشمل المجتمع بأسره، إذ يسهم في تحقيق التماسك الاجتماعي والاستقرار النفسي الجماعي، ما يعكس الأهمية الكبرى للدين كعامل مشترك في بناء مجتمع آمن ومستقر نفسيًا.

ثانيًا: أوجه الاختلاف

الجانب	اليهودية	المسيحية	الإسلام
مصدر الأمن النفسي الأساسي	العلاقة القومية مع الله، والعيش ضمن العهد الإلهي لشعب إسرائيل.	الإيمان بالمسيح كمخلّص، والغفران، والمحبة الإلهية.	الإيمان بالله، التوحيد، الامتثال للشرائع، والرضا بالقدر.
طبيعة العلاقة مع الله	علاقة عهد قومي وشريعة (الله إله الأمة المختارة).	علاقة بنوّة ومحبة (الله أب محب).	علاقة عبودية وخضوع وتوكل (الله ربٌّ معبود).
مفهوم الطمأنينة	ثمرة الالتزام بالناموس والشريعة والوصايا.	ثمرة النعمة والخلاص والتوبة.	ثمرة الإيمان والذكر والطاعة والرضا.
نطاق الأمن النفسي	يتركّز أكثر على الأمان القومي والحياة الدنيوية الآمنة.	يركز على السلام القلبي الداخلي بفضل الغفران.	يشمل الدنيا والآخرة، ويرتبط بحسن الخاتمة.

رغم اختلاف المنطلقات العقدية واللاهوتية بين اليهودية والمسيحية والإسلام ، إلا أن جميعها تتفق على أن الأمن النفسي لا يتحقق إلا من خلال علاقة عميقة مع الله، والالتزام بتعاليمه. غير أن الإسلام يتميز بشموليته في الجمع بين الطمأنينة الدنيوية والسكينة الأخروية، في حين تركز المسيحية على السلام القلبي الناتج عن الخلاص، أما اليهودية فتميل إلى ربط الأمن النفسي بالالتزام الجماعي بالشريعة والعهد مع الله. ففي **اليهودية**، يرتبط الأمن النفسي بالالتزام بالوصايا والعيش وفق الشريعة، و الثقة في وعد الله لشعبه، والعدل الاجتماعي، لاسيما رعاية الإجتماعي كاليتامى والارامل.تؤكد النصوص أن الطمأنينة تتحقق باتباع الوصايا الإلهية، لكن الواقع المعاصر (خاصة مع النزاع الاسرائيلي الفلسطيني) يُبرز مفارقة مؤلمة بين التعاليم والممارسة.أما في **المسيحية**، فإن الأمن النفسي يقوم على محبة الله غير المشروطة، وعلى العلاقة مع الجماعة المؤمنة، ويُنظر إليه على أنه نتيجة للقبول الإلهي والتقدير الشخصي ويُنظر إليه على أنه نابع من تلبية الاحتياجات النفسية العميقة التي يشبعها الكتاب المقدس من خلال رسائل القبول، وتُعد نصوص العهد الجديد مصدرًا غنيًا للدعم النفسي والمعنوي، بما فيها من وعود بالسلام والتشجيع.

وفي **الإسلام**، يشكل الأمن النفسي ثمرةً من ثمار الإيمان الصادق والعبادة الخالصة، وقد تكرر ذكر "الأمن" في القرآن الكريم بأوجه متعددة تدل على شموليته، سواء من حيث الأمان الروحي أو الاجتماعي أو المكاني. ويُعدّ الالتزام بالفرائض، والدعاء، والذكر، والاعتصام بالله من أبرز الوسائل التي تحقق الطمأنينة النفسية في التصور الإسلامي.فإن الأديان السماوية تقدم نماذج روحية وأخلاقية متكاملة لتعزيز الأمن النفسي، من خلال ربط النفس البشرية بالله، وتوجيهها نحو السكينة، والرضا، والتوازن الداخلي، بما يضمن للإنسان حياة مستقرة وآمنة في مختلف الأبعاد.ورغم اختلاف الأشكال والمضامين، إلا أن القاسم المشترك في هذه الأديان يتمثل في كون العبادات وسيلة لتوثيق العلاقة مع الخالق، وتحصين النفس من القلق والاضطراب، وتنمية الإحساس بالمسؤولية الأخلاقية. غير أن الإسلام قد تميز بشموليته في تناول العبادة، من حيث كونها غاية وجودية، وشمولها لكافة مناحي الحياة، وارتباطها الوثيق بالسلوك والأثر النفسي والاجتماعي، ما يجعلها طريقًا لتحقيق الكمال الروحي والطمأنينة النفسية في آنٍ معًا.

الخاتمة

يتبين من خلال هذا البحث أن **الأمن النفسي** في الأديان السماوية الثلاثة (الإسلام، والمسيحية، واليهودية) يحتلّ مكانة مركزية في بنية التصور الديني والروحي، باعتباره جزءًا أصيلًا من توازن الإنسان وسعادته.وقد أجمعت هذه الأديان على أن **العلاقة بالله** هي الركيزة الأساسية لتحقيق الطمأنينة والسلام الداخلي، وأن الممارسات الدينية من صلاة وصيام وذكر وتوبة ومحبة وخضوع تمثل وسائل فعالة في إشاعة السكينة ودفع القلق والخوف.ورغم أن المفهوم العام للأمن النفسي متقارب من حيث المبدأ، إلا أن **الاختلافات تكمن في التفاصيل العقدية واللاهوتية**، مثل طبيعة العلاقة مع الله، ودور الشريعة، ونظرة الإنسان للذنب والغفران، وارتباط الأمن بالمجتمع أو بالخلاص الشخصي.من هنا، تبرز الحاجة إلى إعادة اكتشاف **البُعد النفسي في العبادات**، لا باعتباره هدفًا بحد ذاته، بل باعتباره ثمرة من ثمار التديّن الصحيح، الذي يوازن بين أداء العبادة وشهود أثرها في النفس والسلوك. ولعلّ هذا الفهم العميق للعبادات هو مفتاح الأمن النفسي الذي تنشده البشرية اليوم، في زمنٍ طغت فيه الماديات، وقلّ فيه السلام الداخلي.

النتائج

١. الإيمان بالله ركن مشترك بين الأديان الثلاثة لتحقيق الأمن النفسي، لكن تتباين كيفية تصور هذه العلاقة من دين لآخر.
٢. العبادات منظومة متكاملة تسهم في تحقيق الأمن النفسي، فهي تلبّي الحاجات الروحية والعاطفية للفرد، وتمنحه الإحساس بالسكينة والانتماء.
٣. تشابه جوهر العبادات واختلاف صورها بين الأديان السماوية يعكس وحدة المصدر الإلهي وتنوّع الأساليب، مع الاتفاق على الوظيفة النفسية
٤. الإسلام يطرح رؤية شمولية للأمن النفسي تربط بين الطمأنينة الدنيوية والأخروية، بينما تركز المسيحية على السلام الداخلي من خلال النعمة، وتربط اليهودية الأمن بالتاريخ والعهد.
٥. الجانب الجماعي للأمن النفسي حاضر في الإسلام واليهودية بشكل أقوى منه في المسيحية التي تميل أكثر إلى البعد الفردي.
٦. الأمن النفسي لا يتحقق فقط بإشباع الحاجات المادية، بل يحتاج إلى إشباع الحاجات الروحية والعاطفية أيضًا، وهو ما أولته الأديان السماوية

التوصيات

١. تشجيع الدراسات النفسية الدينية المقارنة التي تتناول أثر العبادات على الصحة النفسية، خاصة في ظل تزايد الضغوط النفسية في المجتمعات.
٢. دمج البعد الروحي في العلاج النفسي، من خلال الاستفادة من العبادات كأدوات داعمة للصحة النفسية ضمن البرامج العلاجية المعاصرة.
٣. توجيه الخطاب الديني نحو الأثر النفسي للعبادات، ليرتبط فهم العبادات بالتزكية النفسية والمعالجة السلوكية، لا بالشكل والطقس فقط.
٤. إدراج مقررات تتناول العلاقة بين العبادة والصحة النفسية في مناهج كليات الشريعة والدراسات الدينية وعلم النفس.

هوامش البحث

(١) ينظر: ابن فارس، معجم مقايس اللغة، ج١/ص١٣٤.
(٢) الراغب الأصفهاني، المفردات في غريب القرآن،المحقق:صفوان عدنان الداودي،ط١، دار القلم، دار الشامية١٤١٢هـ، ص٩٠
(٣) الفروق اللغوية ،الحسن بن عبد الله أبو هلال العسكري، تحقيق: محمد ابراهيم سليم، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع١/١٠٣.
(٤) محمد بن يعقوب مجدالدين الفيروز أبادي، القاموس المحيط، ١/ ٥٧٧-٥٧٨؛ محمد ابو الفيض مرتضى الزبيدي، ١٦/٥٦٤.
(٥) ينظر : الخليل بن أحمد ابو عبد الرحمن الفراهيدي، تحقيق: مهدي المخزومي، ابراهيم السامرائي،ط١،دار وكتبة الهلال، ٧/٢٧٠.
(٦) ينظر: محمد جمال الدين بن منظور ، لسان العرب، ٦/٢٣٥ ؛ محمد بن أحمد ابو منصور الأزهري، تهذيب اللغة، ١٣/٨.
(٧) ينظر: ابن فارس ، معجم مقايس اللغة، ٥/ ٤٦٠.
(٨) مختار الصحاح، المصدر السابق،ص٢٦٢.

(٩) عمر عبدالعزيز ، دليل الراغب في تهذيب مفردات الراغب ،ط١، مطبعة (پەيڤ) السليمانية، ١٤٢٠هـ-٢٠٠٠م، ص٢٥١

(١٠) ينظر: ابن فارس ، معجم مقايس اللغة، ٥/ ٤٦٠.

(١١) ابن منظور، قاموس لسان العرب، دار المعارف، القاهرة، ،ص١٤٠

(١٢) ابن منظور ، لسان العرب ، مادة أمن

(١٣) حامد عبد السلام زهران،الامن النفسيدعامة للامن القومي والعربي، ، ج٤،العدد١٩ المجلد٣١/ العدد١٢١(نيسان٢٠٢٠)، ص١٧

(١٤) ابن القيم الجوزية ، الروح، دار نهر النيل،القاهرة ، مريم موسى عقيلي، دور الاسلام في تحقيق الامن النفسي، ص٤.

(١٥) ابراهيم عبد الستار، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ٢٠٠٣، مظور متكامل، القاهرة،

(١٦) ينظر: سيد قطب في ظلال القرآن ، دار الشروق،ط١٢، ١٤٠٦هـ-١٩٨٦م،المجلد الرابع ، ص ٢٠٦٠

(١٧) ابن كثير ، تيسير العلي القدير ، اختصره: محمد نسيب الرفاعي، مكتبة المعارف،الرياض،١٤١٠هـ-١٩٨٩م،٣٤١/٤.

(١٨) المصدر نفسه،ص٣١، وينظر: الندوة العالمية للشباب الإسلامي، ص ٥٠١.

(١٩) رشيد الخيُّون، الأديان والمذاهب بالعراق ماضيها وحاضرها، ط١،مركز المسبار للدراسات والبحوث، ٢٠١٦،ص٤٨٨.

(٢٠)

(٢١) ينظر: ابي الريحان محمد بن أحمدالبيروني ، القانون المسعودي،٢٥٢/١.

(٢٢) يوسف القرضاوي، الخصائص العامة للإسلام،ط١٠،مؤسسة الرسالة، بيروت،١٩٩٧م،ص١٠٥.

(٢٣) اخرجه أحمد في مسند ٣٦٤

(٢٤) عبد الله بن المحسن بن عبدالرحمن، منشور على موقع وزارة الاوقاف السعودية ، بدون بيانات، ص١٧

(٢٥) انظر: ابن منظور،لسان العرب،٢٢٣/١، و مريم موسى عقيلي، الامن النفسي،ص٤

(٢٦) ابوبكر الحميدي المكي، مسند الحميدي،ت.حسن سليم أسد الدّاراني، ن.دار السقا،، ب.عبيدالله ن محصن الأنصاري، ٤٠٧/١، الرقم ٤٣٣.

(٢٧) المزمور ١: ١-٢

(٢٨) الهالاخاه: (halakhah)هي الشريعة اليهودية العملية التي تشمل القوانين الدينية المستمدة من التوراة وتعد الشريعة الشفوية.

(٢٩) تعني الوصايا الالهية ، ويبلغ عددها (٦١٣)وصية بحسب التقاليد اليهودية ، وتشمل أوامر ونواهي تنظم علاقة الإنسان بالله والناس.

(٣٠) ينظر : نورالدين خليل، قاموس الأديان الثلاثة) اليهودية –و المسيحية- والاسلام)، ط٢، ٢٠١٧، ص ٥٨٠.

(٣١) اشعياء ٢٦:٣ .

(٣٢) المزمور ٢٧ : ١

(٣٣) المزمور ٢٧ : ١

(٣٤) الامثال ٢:٢١

(٣٥) يوحنا ١٤ : ٢٧

(٣٦) رومية ٧:١٥.

(٣٧) كولوسي ١٥:٣

(٣٨) تسالونيكي الاولى ١٤:٥

(٣٩) فيلبي١٩:٤.

(٤٠) يوحنا ١٤:٢٧

(٤١) ينظر: وفاء حسن علي خويطر، الامن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراة الفلسطينية، اشراف ، جميل حسن الطهراوي، رسالة الماجستير ،١٤٣١هـ-٢٠١٠م، الجامعة الاسلامية غزة. ص١٧-١٩

(٤٢) وفاء حسن علي، المصدر نفسه،ص١٧

(٤٣) شادية أحمد التل، علم النفس اليربوي في الاسلام،ط١،دار النفائس ، الاردن،٢٠٠٥م، ص١٥٩.

(٤٤) ينظر: محمد يوسف خليل، الصلاة واسرارها النفسية بالمفاهيم السلوكية المعاصرة،٢٠٠٢م،ص ٢.