

الآثار التربوية للتوازن في أبعاد الإنسان الوجودية (دراسة قرآنية)

إعداد: أحمد سالم محمد

جامعة قم / كلية اللاهيات والمعارف الإسلامية / قسم علوم القرآن والحديث

المشرف: الدكتور سيد رضا مؤدب

أستاذ مساعد في جامعة قم

Educational Implications of Balance in the Existential Dimensions of the Human Being (A Quranic Study)□

Ahmedgafary398@gmail.com

Prepared by:

Ahmed Salem Mohammed

University of Qom / Faculty of Theology and Islamic Studies / Department of Quranic and Hadith Sciences□

Reza@moaddab.ir□

Supervisor: Dr. Sayyid Reza Mo'addab

Assistant Professor at the University of Qom□

المستخلص:

لقد أتى القرآن الكريم بمنهج متكامل لبناء الإنسان، يقوم على مبدأ التوازن في مختلف أبعاده الوجودية؛ إذ لا ينظر إليه على أنه مجرد جسد مادي أو عقل مفكر أو روح متعالية، بل يجمع هذه الأبعاد جميعاً في وحدة متناسقة تُبرز حقيقة الإنسان وخلافته في الأرض. ومن هنا فإن التربية القرآنية تسعى إلى إيجاد حالة من الانسجام بين هذه الأبعاد، فلا يطغى جانب على آخر، بل يكون الإنسان متوازناً في فكره وسلوكه، في عبادته ومعاملاته، في دنياه وآخرته. ويُعدّ قانون التوازن من القوانين القرآنية التربوية الكبرى، التي تؤسس لرؤية شمولية في تربية الفرد وبناء المجتمع، حيث يتجلى أثره في ضبط علاقة الإنسان بجسده عبر الاعتدال في المطالب المادية، وعلاقته بعقله من خلال ترسيخ قيم التفكير السليم والاجتهاد في طلب العلم، وعلاقته بروحه عبر الارتباط بالله تعالى بالعبادة والخشوع، فضلاً عن بُعد الاجتماعي الذي يُرسّخ مبادئ العدل والوسطية في العلاقات الإنسانية. إن دراسة التوازن في الأبعاد الوجودية للإنسان من خلال النص القرآني تكشف عن عمق المنهج التربوي الإسلامي، الذي لا يقف عند حدود التنظير، بل يقدّم قواعد عملية قادرة على تهذيب الفرد وإصلاح المجتمع، وجعل الإنسان كائناً متكاملًا يوازن بين متطلبات الجسد والروح والعقل، وبين حاجاته الدنيوية وتطلعاته الأخروية. ومن هنا تأتي أهمية هذا البحث الموسوم بـ “الآثار التربوية للتوازن في أبعاد الإنسان الوجودية: دراسة قرآنية”

الكلمات المفتاحية: الآثار التربوية، التوازن، أبعاد الإنسان، الأبعاد الوجودية

Abstract

The Holy Qur'an presents an integrated approach to human development founded on the principle of balance across the various dimensions of human existence. It does not view the human being merely as a physical body, a thinking mind, or a transcendent spirit; rather, it integrates all these dimensions into a harmonious unity that reflects the true nature of the human being and their role as a vicegerent on earth. Accordingly, Qur'anic education seeks to establish harmony among these dimensions, preventing any one aspect from dominating the others and enabling the individual to maintain balance in thought and behavior, worship and social dealings, and worldly life and the Hereafter. The principle of balance is one of the major Qur'anic educational principles that establishes a

comprehensive vision for educating individuals and building society. Its effects are manifested in regulating the human relationship with the body through moderation in material needs; with the mind through promoting sound thinking and diligence in seeking knowledge; and with the spirit through devotion to Almighty Allah in worship and humility. It also encompasses a social dimension that reinforces the principles of justice and moderation in human relationships. Examining balance in the existential dimensions of the human being through the Qur'anic text reveals the depth of the Islamic educational approach. This approach is not limited to theoretical formulation; rather, it offers practical principles capable of refining the individual, reforming society, and developing an integrated human being who balances the requirements of the body, spirit, and mind, as well as worldly needs and aspirations for the Hereafter. Hence arises the importance of the present study, entitled **"The Educational Implications of Balance in the Existential Dimensions of the Human Being: A Qur'anic Study."**

Keywords: Educational implications; Balance; Human dimensions; Existential dimensions.

المقدمة:

أن القرآن الكريم قدّم رؤية متكاملة للإنسان في أبعاده الوجودية (الجسد، والعقل، والروح، والاجتماع)، إلا أنّ الواقع التربوي يشهد في كثير من الأحيان غياب هذا التوازن، مما يؤدي إلى اختلال الشخصية الإنسانية بين الإفراط والتقريط، فينشأ إنسان يميل إلى المادية على حساب الروح، أو يُغرق في الروحانية بعيداً عن مقتضيات الواقع، أو يُهمل العقل فيغيب عن مسار الهداية والمعرفة. ومن هنا تتمثل مشكلة البحث في: كيف يحقق قانون التوازن في القرآن الكريم الآثار التربوية المطلوبة في أبعاد الإنسان الوجودية. وتتبع أهمية هذا البحث من كونه يتناول مبدأً قرآنياً أصيلاً، هو قانون التوازن، الذي يُعدّ من الركائز التربوية الكبرى في الإسلام، إذ يمسّ حياة الإنسان في مختلف أبعاده الوجودية، ويضمن له تكاملاً يحقق غاية الخلق والاستخلاف في الأرض. كما أن القرآن الكريم قدّم معالجة شمولية لهذا التوازن، بحيث لا يُقصي أي بُعد من أبعاد الإنسان، بل يمنحه حقه في ضوء حدود العدل والوسطية. أما سبب اختيار هذا الموضوع فيعود إلى الحاجة الملحة في واقعنا المعاصر إلى إبراز الرؤية القرآنية المتوازنة للإنسان، في ظل ما يعيشه العالم من اختلالات فكرية وسلوكية، تتجسد في النزعة المادية المفرطة من جهة، أو الغلو الروحي والفكري من جهة أخرى. ومن هنا فإن دراسة الآثار التربوية للتوازن في أبعاد الإنسان الوجودية تمثل محاولة للإسهام في معالجة هذه التحديات من منظور قرآني أصيل. واعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي، وذلك من خلال تتبّع الآيات القرآنية التي تناولت موضوع التوازن في أبعاد الإنسان الوجودية، ثم تحليلها وفق ما ورد في التفاسير المعتمدة عند مدرسة أهل البيت عليهم السلام، مع الاستفادة من بعض المصادر الفكرية والتربوية الحديثة التي تُبرز البعد التطبيقي لهذا القانون. كما تم توظيف المنهج الاستنباطي في استخراج الآثار التربوية من النصوص القرآنية، وربطها بالواقع التربوي المعاصر.

المبحث الأول: الأثر العقلي والمعرفي

العقل هو الركيزة الأساسية في بناء الشخصية الإنسانية، إذ يمكن الإنسان من التمييز بين الحق والباطل، واتخاذ القرارات الصائبة، وفهم الواقع من حوله. وقد أكد القرآن الكريم على أهمية التوازن العقلي، باعتباره شرطاً أساسياً لتحقيق التفكير السليم والاجتهاد في طلب العلم، والابتعاد عن التطرف الفكري الذي قد يؤدي إلى اختلال الشخصية وسوء التقدير.

المطلب الأول: المقومات القرآنية للتوازن العقلي

١. التدبر العقلي والتمييز

يُعد التدبر العقلي من أبرز المقومات القرآنية للتوازن العقلي، فهو يعكس قدرة الإنسان على التفكير العميق واستيعاب معاني النصوص الإلهية وربطها بحياته اليومية وسلوكه. وقد أكد القرآن الكريم على أهمية التدبر العقلي في قوله تعالى: ﴿أَفَلَا يَتَذَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا﴾ (محمد: ٢٤) تشير هذه الآية إلى أن الهدف من القرآن ليس مجرد التلاوة، بل التفكير في معانيه، والتأمل في حكمه، واستنباط العبر العملية. ومن هنا يظهر أثر التدبر على العقل، فهو يُنمّي القدرة على التحليل، والتفكير النقدي، وفهم سنن الله في الكون، مما يسهم في صقل شخصية الفرد وتعزيز حكمته واتزانه العقلي. والآية تبين أهمية استخدام العقل في فهم النصوص القرآنية، واستنباط الحكم الصحيحة، وهو الأساس الذي يقوم عليه التوازن العقلي. وكذلك دعا الله تعالى إلى تدبر آيات القرآن الكريم واعتبر هذا التدبر من غايات إنزاله للناس. قال تعالى: ﴿كَتَابَ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ (ص: ٢٩) وتدبر الآيات يعني التأمل فيها، والغوص في معانيها، والتعمق في فهمها، حتى يميز الإنسان بين الحق والباطل، ويوازن بينهما ليصل إلى الحقيقة. وهنالك الكثير من الآيات التي تدعو إلى التدبر والتمييز في الكون ومنها قوله تعالى: ﴿أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيمٍ﴾ (الشعراء: ٧) تحت على النظر في الأرض والنباتات التي أنعم الله بها على الناس. وكذلك الآية الكريمة التي تصف خلق الطعام وبدايته، قال عز من قائل ﴿فَلْيُنْظَرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ، أَنَّا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا، ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا، فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا، وَعَبَّأْنَا وَقُصْبًا....﴾ (عبس: ٢١٢)

٢٣-٣٢) وهي دعوة للتأمل في عملية خلق الطعام. وقوله تعالى في الخلق، (نَحْنُ خَلَقْنَاكُمْ فَلَوْلَا تُصَدِّقُونَ، أَفَرَأَيْتُمْ مَا تُمْنُونَ، أَأَنْتُمْ تَخْلُقُونَهُ أَمْ نَحْنُ الْخَالِقُونَ) (الواقعة: ٥٧-٦١) تدعو الإنسان إلى التفكير في أصل خلقه ووجوده، وإدراك قدرة الله وعظمته في خلق الإنسان نفسه. مجموع هذه الآيات المباركات تدعو الإنسان إلى استخدام العقل في التدبر والتميز بين الأشياء، كي يصل الإنسان الى التوازن في الفكر.

٢. الاجتهاد في طلب العلم

لقد دعا الدين الإسلامي الإنسان إلى طلب العلم والتعلم في مختلف نواحي الحياة ومجالاتها، وبهذا العلم يقدم الخدمة للبشرية ويتقدم و قد زخرت آيات القرآن الكريم في طلب العلم، ومنها دعاء النبي (ص) بذلك في قوله تعالى: ﴿وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾ (طه: ١١٤) في ما تنزل علي من وحي، وفي ما تفجره من ينابيع الحكمة في قلبي ووجداني، وتحركني فيه من دروس التجربة، وتفتح لي من آفاق المعرفة... فذلك هو الهدف الذي ينطلق الإنسان إليه في طبيعة التكاملي الفكري والروحي والعلمي، في ما يريد أن يحققه من بناء شخصيته على أساس العلم، الذي كلما نما في وجدانه كلما كان مصدر قوة جديدة للحياة في ذاته. ولعل إطلاق المسألة بأسلوب الدعاء يوحي بأن الزيادة في العلم تمثل حاجة حيوية مهمة، تمامًا كما هي الحاجات الأخرى المتصلة بالحياة الحسية للإنسان، كالطعام والشراب والسكن واللباس ونحو ذلك، مما يدفع الإنسان إلى أن يرفع أمره إلى ربه في موقف ابتهاج ليهيئ الله له أسبابه، بالإضافة إلى الجانب الإحيائي الذي يعمق في الإنسان الحاجة العميقة إلى ذلك، بحيث يسعى إلى تحقيقها في حياته باعتبارها هدفًا كبيرًا له، وقيمة كبرى ترتفع بالإنسان إلى الدرجة العليا في وعيه لله وللحياة. من وحي القرآن، ج ١٢ - ص ١٨١ يبرز القرآن هنا قيمة السعي وراء المعرفة، الذي ينمي التفكير النقدي، ويعزز قدرة العقل على التحليل واتخاذ القرارات الرشيدة. وفي روايات النبي (ص) وأهل البيت (عليهم السلام) ورد التأكيد على طلب العلم كثيرًا وفي مناسبات عديدة منها، ماورد في الكافي الشريف أَخْبَرَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يَعْقُوبَ عَنْ عَلِيِّ بْنِ إِبْرَاهِيمَ بْنِ هَاشِمٍ عَنْ أَبِيهِ عَنِ الْحَسَنِ بْنِ أَبِي الْحُسَيْنِ الْفَارِسِيِّ عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ زَيْدٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ إِلَّا إِنْ اللَّهُ يُحِبُّ بُغَاةَ الْعِلْمِ الْكَافِي / ج ١ ص ٣٠ وَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص اطْلُبُوا الْعِلْمَ وَ لَوْ بِالصِّينِ فَإِنَّ طَلَبَ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ النيشايبوري، محمد بن احمد، روضة الواعظين وبصيرة المتعظين ج ١ ص ١١، النشر رضي، الطبع ايران - قم، ١٣٧٥ ش و نقرأ في رواية أخرى عن رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم أنه قال: (إذا أتى على يوم لا أزداد فيه علما يقربني إلى الله فلا بارك الله لي في طلوع شمس) الكاشاني، تفسيرالصادقي، ج ٣ - ص ٣٢٢ وورد عن الإمام الصادق (ع) انه قال: وددت لو وضعت السوط على شيعتي أبا عبد الله ع يَقُولُ لَيْتَ السَّيَاطُ عَلَى رُؤُوسِ أَصْحَابِي حَتَّى يَتَفَقَّهُوا فِي الْحَلَالِ وَالْحَرَامِ الْبرقي، احمد بن محمد بن خالد، المحاسن «ج ١ ص ٢٢٩، ناشر: دار الكتب الإسلامية، ١٣٧١ ق وعلى كل حال، فإذا كان النبي صلى الله عليه وآله وسلم مأمورا أن يطلب زيادة العلم من ربه إلى آخر عمره مع غزارة علمه، وروحه المليئة وعيا وعلما، فإن واجب الآخرين واضح جدًا، وفي الحقيقة، فإن العلم من وجهة نظر الإسلام لا يعرف حدًا، وزيادة الطلب في كثير من الأمور مذمومة إلا في طلب العلم فإنها ممدوحة، والإفراط قبيح في كل شيء إلا في طلب العلم الشيرازي، الأمثل، ج ١٠ - ص ٨٩ وهناك الكثير من الآيات التي لا يسع المقام لذكرها في هذا الخصوص، وبالجمله فإن الاجتهاد في طلب العلم يقوم التوازن العلمي والمعرفي عند الإنسان.

3. تجنب التطرف والغفلة الفكرية

لقد حذرت الآيات القرآنية كثيراً من التطرف والغفلة في الفكر والعقل، لما لذلك من خطر كبير على اعتقادات الانسان وافكاره، التي تمثل جوهر حياته والاساس التي تقوم به، يقول تعالى مخاطباً أهل الكتاب: ﴿يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لَا تَغْلُوا فِي دِينِكُمْ﴾ النساء: ١٧١ القرآن يوجيه الإنسان إلى السير في خط الحق الذي أراد منه الإيمان به، ليحصل على الخير من خلاله؛ فأطلق النداء إلى أهل الكتاب الذين انحرفوا في تصوّرهم العقيدتي لله وللمسيح، فابتعدوا عن التوحيد بما استحدثوه من عقيدة التثليث، سواء في الفكرة التي تعتقد بالتثليث الإلهي بشكل مباشر، أو في الفكرة التي تعتقد بالتثليث في نطاق الوحدة، كما هو الشائع لدى النصارى من أهل الكتاب فضل الله، من وحي القرآن، ج ٤ - ص ٤٦٠

◆ فهنا نهي صريح عن الغلو والمبالغة في الاعتقاد أو الفهم، وهو مبدأ عام يشمل كل فكر متطرف يتجاوز حدود العقل والشرع، وكذلك يوجد نفس التوجيه في قوله تعالى: ﴿قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لَا تَغْلُوا فِي دِينِكُمْ غَيْرَ الْحَقِّ﴾ (المائدة: ٧٧) كما حذر القرآن الكريم من الوقوف على الأمور التي لا يعلم الانسان فيها شيء ولا من تخصصه، قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ﴾ (الإسراء: ٣٦) أي: لا تتبع في قولك أو عقيدتك أو عملك ما لم ترتكز فيه على أساس من علم يتمثل بالحجة التي تكشف الحقيقة، وتجلو الغموض، وتتبت الفكر، وتؤدي إلى الإيمان المستقر الثابت في عمق الفكر والشعور. وهذا ما يتمثل في اليقين القاطع الذي لا مجال معه لأي احتمال مضاف. أو في الاطمئنان النفسي أو الفكري للفكرة، بحيث لا يمثل الاحتمال المضاد شيئاً مهماً أمام المستوى الكبير من الرجحان في جانب الإيجاب، أو في الوسائل العقلانية أو الشرعية التي اعتمدها العقلاء أو

صاحب الشريعة كأساس للمعرفة، بحيث تمثل الحجة المقبولة أمام الله فضل الله، من وحي القرآن، ج ١١ - ص ١١٠ فهي تحذير من الاندفاع الفكري بلا علم، وهو أحد مظاهر التطرف في الرأي والعقيدة ويؤدي بالإنسان الى عدم التوازن في الفكر واتخاذ القرارات. وبالنتيجة فإن تجنب التطرف الفكري وعدم الغفلة يجعل من الانسان متوازن في تفعله وفكره.

المطلب الثاني: الآثار التربوية للتوازن العقلي والمعرفي

إن التوازن العقلي في المنظور القرآني لا يقتصر على تنمية القدرات الفكرية للإنسان، بل يتجاوز ذلك إلى بناء شخصية معرفية متكاملة قادرة على التعامل مع مختلف القضايا بوعي وحكمة واعتدال، بحيث يتمكن الإنسان من اتخاذ القرارات المتوازنة والمتعادلة، ومن أبرز آثاره التربوية ما يأتي:

أولاً: تنمية التفكير الواعي والناقد

يسهم التوازن العقلي في تنشئة الفرد على التفكير القائم على التأمل والتحليل والنظر في الأدلة، بعيداً عن التقليد الأعمى أو الانقياد وراء الشائعات والأفكار غير الموثقة. وهذا ما يرسخ في النفس ملكة النقد البناء والقدرة على التمييز بين الحق والباطل ومعرفة الصحيح من الخطأ، وقد حث القرآن الكريم الإنسان على أعمال عقله وعدم الاستسلام للتقليد الأعمى، وميز بين الذين يعلمون وغيرهم من الذين لا يعلمون، قال تعالى: ﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُوا الْأَلْبَابِ﴾ (الزمر: ٩) فلا يستوي الذين يعلمون العلم، في القيمة الإنسانية، والذين لا يملكونه، بل يتقدم العلماء على الجهلاء عند الناس وعند الله الذي يريد لعباده أن يأخذوا بأسباب العلم، وينطلقوا في رحابه، ويتعمقوا في أسراره، ليحصلوا على الهدى من خلاله، وليصلوا إلى معرفة الله في وعي الإيمان، وحركة الالتزام. وقد استوحى الإمام علي عليه السلام هذا المعنى، فقال: «قيمة كل امرئ ما يحسنه»، فأعطى المعرفة دور القيمة، في مقابل الذين أعطوا القيمة للمال وللجاه، ولغير ذلك من متاع الدنيا وقيم المادّة. فضل الله -

من وحي القرآن ج ١٦ - ص ١٦١

وقال تعالى: ﴿أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ﴾ (النساء: ٨٢) وقد بين المفسرون أن التدبر هو النظر في عواقب الأمور ومعانيها للوصول إلى الحقائق، وليس مجرد القراءة السطحية للنص. ومن ثم فإن التربية القرآنية تنمي عقلية التأمل والنقد والبناء المعرفي. يقول صاحب الأمثل: والتدبر من مادة «دبر» وهو مؤخر الشيء وعاقبته «والتدبر» المطلوب في هذه الآية هو البحث عن نتائج آثار الشيء، والفرق بين التدبر والتفكير هو أن الأخير يعني التحقيق في علل وخصائص الموجود، أما التدبر فهو التحقيق في نتائجه وآثاره. وإن الناس مكلفون بالبحث والتحقيق في أصول الدين والمسائل المشابهة لها، مثل صدق دعوى النبي صلى الله عليه وآله وسلم، وحقانية القرآن، وأن يتجنبوا التقليد والمحاكاة في مثل هذه الحالات. الشيرازي، الأمثل ج ٣ - ص ٣٤٥ - ٣٤٦

وعن الإمام علي (عليه السلام): (لا خير في قراءة ليس فيها تدبر) وكذلك جاء في الأثر (كونوا نقاد الكلام) وهذا يؤكد أن المعرفة الحقيقية قائمة على الفهم والتأمل لا على الحفظ المجرد، وإن على الإنسان التفكير بوعي وفهم ونقد الأشياء غير الصحيحة لكي يصل الى مستوى التوازن في تفكيره ومعرفته.

ثانياً: تحقيق الاعتدال الفكري

يؤدي التوازن العقلي إلى حماية الإنسان من الانحرافات الفكرية الناتجة عن الإفراط أو التفريط، فينشأ الفرد متزنًا في آرائه ومواقفه، بعيداً عن الغلو والتعصب من جهة، وعن اللامبالاة والانفلات الفكري من جهة أخرى. قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا﴾ (البقرة: ١٤٣) فالوسطية لا تقتصر على السلوك، بل تشمل الفكر والرؤية والحكم على الأشياء. وقد ذكر المفسرون أن معنى «وسطاً» أي عدولاً خياراً، بعيدين عن الإفراط والتفريط. كما جاء في تفسير زبدة التفاسير: أي: خياراً، أو عدولاً مزكّين بالعلم والعمل. وهو في الأصل اسم المكان الذي تستوي إليه المساحة من الجوانب، ثم استعير للخصال المحمودة، لوقوعها بين طرفي إفراط وتفريط، كالجود بين الإسراف والبخل، والشجاعة بين التهور والجبين. الكاشاني، زبدة التفاسير

ج ١ - ص ٢٥٤

وكما جعلنا القبله وسطاً، كذلك جعلناكم أمة في حالة اعتدال، لا يشوبها إفراط ولا تفريط في كل جوانب حياتها. الشيرازي، الأمثل ج ١ - ص ٤٠٦ «وروي عن الإمام علي (عليه السلام) في قصار الحكم: «لا ترى الجاهل إلا مغرطاً أو مغرطاً نهج البلاغة، قصار الحكم: ٧٠ وهو نص يربط بين الجهل وفقدان التوازن، وبين العلم والاعتدال. وعلى هذا فإن من آثار التوازن العقلي هو تحقيق الإعتدال الفكري عند الإنسان.

ثالثاً: ترسيخ المنهجية العلمية في طلب المعرفة

من آثار التوازن العقلي أن يتعلم الإنسان الاعتماد على البرهان والدليل في تكوين معارفه وأحكامه، مما يعزز روح البحث والاستقصاء، ويمنحه القدرة على التعامل مع المعلومات بموضوعية ودقة، ولا يعتمد في أحكامه على عدم المعرفة والجهل بالموضوعات، قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ﴾ (الإسراء: ٣٦) أي: لا تتبّع في قولك أو عقيدتك أو عملك ما لم ترتكز فيه على أساس من علمٍ يتمثل بالحجّة التي تكشف الحقيقة، وتجلو الغموض، وتثبت الفكر، وتؤدّي إلى الإيمان المستقرّ الثابت في عمق الفكر والشّعور. وهذا ما يتمثل في اليقين القاطع الذي لا مجال معه لأيّ احتمالٍ مضادٍ. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١١ - ص ١١٠

فالأية تؤسس لمبدأ التثبت العلمي وعدم إصدار الأحكام بلا دليل وكذلك قال تعالى: ﴿قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ﴾ (البقرة: ١١١)

وقد عدّ المفسرون هذه الآية أصلاً قرآنياً في مطالبة الإنسان بالدليل والبرهان، وهو ما يشكل أساس التفكير العلمي الرصين، والآية تعلم المسلمين عدم الانجراف وراء الادعاءات الباطلة غير القائمة على دليل، وتعلّمهم أن يطلبوا الدليل والبرهان من صاحب الادعاء، وبذلك يسدّ القرآن الطريق أمام الانجراف الأعمى وراء التقليد، ويجعل التفكير المنطقي سائداً في المجتمع. الشيرازي، الأمثل ج ١ - ص ٣٤٠

فالعلم والإتقان أساسا الارتقاء الفكري. «وعن الإمام علي (عليه السلام): «قيمة كل امرئ ما يحسنه

رابعاً: تنمية القدرة على اتخاذ القرار الرشيد

إن العقل المتوازن قادر على الموازنة بين المصالح والمفاسد، والنظر في العواقب والنتائج قبل إصدار الأحكام أو اتخاذ القرارات، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على سلوك الفرد وحياته العملية، يقول الله تعالى في العباد الصالحين قال: ﴿فَيُشْرِ عِبَادَ ٱلَّذِينَ يَسْمَعُونَ ٱلْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ﴾ (الزمر: ١٧-١٨) في عملية اختيارٍ للسمع، من أجل أن يجعلوه وسيلةً للمعرفة والهداية، انطلاقاً من شعورهم بالمسؤولية في مسألة الوصول إلى الحق والالتزام به؛ ولذلك فإنهم يدخلون في التمييز بين القول الطيّب والقول الخبيث، والكلام الحسن والكلام السيئ، فيختارون الطيّب والحسن، فإذا وقفوا بين الحسن والأحسن اختاروا الأحسن، من أجل العمل بإتجاهه، (فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ). فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٦ - ص ١٦٩

تبين الآية أن المؤمن لا يندفع وراء كل رأي، بل يزن الأقوال ويختار أحسنها، وهو من أهم مظاهر النضج العقلي، وقد ورد عن الإمام علي (عليه السلام): (ثمرة العقل حسن الاختيار) فالعقل المتوازن يظهر أثره العملي في اتخاذ القرار الصحيح.

خامساً: تعزيز الوعي بالمسؤولية الفردية والاجتماعية

يساعد التوازن العقلي الإنسان على إدراك مسؤوليته تجاه نفسه ومجتمعه، فيصبح أكثر قدرة على أداء واجباته والتفاعل الإيجابي مع محيطه، انطلاقاً من فهم واعٍ للحقوق والالتزامات، وقال تعالى: ﴿إِنَّ السَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُوْلَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ (الإسراء: ٣٦)

الآية تنهى عن اتباع ما لا علم به، وهي لإطلاقها تشمل الاتباع اعتقاداً وعملاً، وتحصل في مثل قولنا: لا تعتقد ما لا علم لك به ولا تقل ما لا علم لك به ولا تفعل ما لا علم لك به لأن في ذلك كله اتباعاً. وفي ذلك إمضاء لما تقضي به الفطرة الإنسانية وهو وجوب اتباع العلم والمنع عن اتباع غيره فإن الإنسان بفطرته الموهوبة لا يريد في مسير حياته باعتقاده أو عمله إلا أصابة الواقع والحصول على ما في متن الخارج. الطباطبائي، الميزان، ج ١٣ - ص ٩٢ فكل هذه الأعضاء الإنسانية مسؤولة عما يصدر منه ومن خلال التوازن يستطيع الإنسان أن يعي هذه المسؤوليات الملقاة على عاتقه، فالقرآن يربط بين الإدراك العقلي وبين المسؤولية، مما يجعل الإنسان أكثر وعياً بنتائج أفكاره وأفعاله. ويقول الله تعالى في آية أخرى عن المسؤولية وكيف يجب الوقوف في وجه من يتصدى لأمر ما قال عز من قائل: ﴿وَقَفُّهُمْ إِنَّهُمْ مَسْئُولُونَ﴾ (الصافات: ٢٤) وكثير من الآيات الكريمة التي تتكلم عن المسؤولية التي تحت على الالتزام بها وبالنتيجة يكون الإنسان واعي بها ومتوازن من خلالها على نحو الفردية والمجتمعية.

سادساً: بناء الشخصية المستقلة فكرياً

يسهم التوازن العقلي في تكوين شخصية تمتلك القدرة على التفكير المستقل، فلا تكون أسيرة للأهواء أو الضغوط الاجتماعية، بل تستند في مواقفها إلى المعرفة الصحيحة والرؤية الموضوعية، فهي تفكر وتتدبر ثم تتخذ الموقف وفق هذا التفكير، فلا يكون منصاعاً للتفكير الجمعي وسلوكياته. وقد ذم الله تعالى التقليد الأعمى في كثير من آيات القرآن الكريم قال عز من قائل: ﴿إِنَّا وَجَدْنَا آبَاءَنَا عَلَىٰ أُمَّةٍ وَإِنَّا عَلَىٰ آثَارِهِم مُّقْتَدُونَ﴾ (الزخرف: ٢٣) أي إن التشبث بذيل التقليد ليس مما يختص بهؤلاء فقد كان ذلك دأب أسلافهم من الأمم المشركين وما أرسلنا من قبلك في قرية من نذير وهو النبي إلا تشبث متعموها بذيل التقليد وقالوا: إنا وجدنا أسلافنا على دين وإننا على آثارهم مقتدون لن نتركها ولن نخالفهم. الطباطبائي، ج ١٨ - ص ٩٣

ويُفهم من الآلية ضرورة تحرر الإنسان من التبعية غير الواعية واعتماد الدليل في بناء قناعاته الشخصية بحيث يمتلك فكراً حراً بعيداً عن التقليد والعبودية المقيتة. وقد ورد عن الإمام علي (عليه السلام): (لا تكن عبد غيرك وقد جعلك الله حراً) فالحرية الفكرية القائمة على العقل والفهم هي من أهم أنواع الحريات.

سابعاً: تحقيق التكامل بين المعرفة والعمل

من أهم الآثار التربوية للتوازن العقلي أن المعرفة لا تبقى مجرد معلومات ذهنية ونصريات دون أن تتحقق على أرض الواقع، بل يجب أن تتحول إلى سلوك عملي ومواقف واقعية، فيتحقق الانسجام بين ما يؤمن به الإنسان وما يمارسه في حياته اليومية لكي تتم عملية التوازن بين المعرفة والعمل، يقول تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَعْمَلُونَ﴾ (الصف: ٢) لعلنا نهتدي من الآية إلى أن بلوغ الإنسان درجة الاتحاد بين القول والفعل من أعلى رتب الإيمان، ومن أصعب الأعمال، وذلك يحتاج إلى سعي عظيم ومستمر. والجهد الذي تحدثنا الآيات التالية عنه وترغبنا فيه من أبرز مصاديق هذا السعي، وبالذات إذا كان تحت راية الوحدة. المدرسي، من هدى القرآن، ج ١٥ - ص ٣٤١ وكذلك قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ﴾ وقد تكرر اقتران الإيمان بالعمل الصالح في القرآن الكريم عشرات المرات، مما يدل على أن المعرفة الحقة يجب أن تنعكس سلوكاً وعملاً بحيث تون متوازنة. «فعن الأمير علي (عليه السلام): «العلم يهتف بالعمل، فإن أجابه وإلا ارتحل عنه» فالتوازن العقلي لا يكتمل إلا بتحويل المعرفة إلى ممارسة عملية تتجسد على أرض الواقع ومن دون العمل ذلك يصبح العلم بدون فائدة. يتضح مما سبق أن التوازن العقلي والمعرفي في القرآن الكريم يمثل أساساً لبناء الإنسان الواعي القادر على التفكير السليم والحكم الرشيد، وقد دعا القرآن الكريم الإنسان في كثير من آياته على التوازن في الجانب العقلي والمعرفي، وكذلك أحاديث الأئمة المعصومين عليهم السلام، وإن آثاره التربوية تمتد لتشمل الجوانب المعرفية والسلوكية والاجتماعية، بما يسهم في إعداد شخصية متكاملة تجمع بين سلامة الفكر وحسن العمل.

المبحث الثاني: الأثر الروحي والإيماني

يُعدّ البعد الروحي والإيماني من أهم الأبعاد الوجودية في شخصية الإنسان، إذ يرتبط بعلاقته بخالقه، ويشكّل المصدر الرئيس للقيم والمعاني التي توجه سلوكه في الحياة. وقد أولى القرآن الكريم هذا البعد عناية خاصة، من خلال بناء علاقة متوازنة بين الإنسان وربّه قائمة على الإيمان الواعي، والعبادة المعتدلة، والذكر الدائم، والتزكية المستمرة للنفس. فالتوازن الروحي لا يعني الانقطاع عن الحياة المادية والانشغال بالممارسات التعبدية فحسب، كما لا يعني الانغماس في شؤون الدنيا وإهمال حاجات الروح، بل يقوم على تحقيق الانسجام بين متطلبات الدنيا والآخرة، وبين الخوف والرجاء، وبين العبادة والعمل. ومن هنا فإن التوازن الروحي والإيماني يترك آثاراً تربوية عميقة في تكوين شخصية الإنسان، إذ يسهم في تحقيق الاتزان الوجداني، وتنمية الرقابة الذاتية، وتعزيز الدافعية نحو العمل الصالح، وبناء الشخصية الرسالية الهادفة، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على الفرد والمجتمع.

المطلب الأول: المقومات القرآنية للتوازن الروحي والإيماني

١- التوازن بين الخوف والرجاء

من أهم أسس ومقومات التوازن الروحي أن يعيش المؤمن بين الخوف من الله تعالى والرجاء في رحمته، فلا يسيطر عليه اليأس ولا يأمن مكر الله، قال تعالى: ﴿يُذْعَوْنَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا﴾ (السجدة: ١٦) هنا تذكر الآية صفتين هما: «الخوف» و «الرجاء»، فلا يأمنون غضب الله عزّ وجلّ، ولا ييأسون من رحمته، والتوازن بين الخوف والرجاء هو ضمان تكاملهم وتوغلهم في الطريق إلى الله سبحانه، والحاكم على وجودهم دائماً، لأنّ غلبة الخوف تجرّ الإنسان إلى اليأس والقنوط، وغلبة الرجاء تغري الإنسان وتجعله في غفلة، وكلاهما عدوّ للإنسان في سيره التكاملي إلى الله سبحانه. الشيرازي، الأمثل، ج ١٣ - ص ١٢٤ وقال تعالى: ﴿نَبِيٌّ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ * وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ﴾ (الحجر: ٤٩-٥٠) وقد ورد عن الإمام الصادق (عليه السلام): كان أبي يقول: ليس من عبد مؤمن إلا وفي قلبه نوران: نور خيفة ونور رجاء، لو وُزن هذا لم يزد على هذا، ولو وُزن هذا لم يزد على هذا» (الكافي، ج ٢، ص ٦٧) فهذا الاعتدال بين الخوف والرجاء واحدة من مقومات التوازن الروحي والإيماني.

٢- الاعتدال بين الدنيا والآخرة

يدعو القرآن الكريم إلى عبادة قائمة على الاعتدال بعيداً عن الإفراط والتفريط، لأن العبادة وسيلة لبناء الإنسان لا لتعطيل مسؤولياته الأخرى، فهو كما يقوم بالعبادة لله تعالى عليه ايضاً أن يعمل من أجل دنياه وحياته، قال تعالى: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾ (القصص: ٧٧) وفي هذا يتمثل اعتدال المنهج الإلهي القويم. المنهج الذي يعلق قلب واجد المال بالآخرة. ولا يحرمه أن يأخذ بقسط من المتاع في هذه الحياة. بل يحضه على هذا، ويكلفه إياه تكليفاً، كيلا يتزهّد الزهد الذي يهمل الحياة ويضعفها. لقد خلق الله طبيبات الحياة ليستمتع بها الناس؛

وليعملوا في الأرض لتوفيرها وتحصيلها، فتنمو الحياة وتتجدد، وتتحقق خلافة الإنسان في هذه الأرض. ذلك على أن تكون وجهتهم في هذا المتاع هي الآخرة، فلا ينحرفون عن طريقها، ولا يشغلون بالمتاع عن تكاليفها. والمتاع في هذه الحالة لون من ألوان الشكر للمنع، وتقبل لعطاياه، وانتفاع بها. فهو طاعة من الطاعات يجزي عليها الله بالحسنى وهكذا يحقق هذا المنهج التعادل والتناسق في حياة الإنسان، ويمكنه من الارتقاء الروحي الدائم من خلال حياته الطبيعية المتعادلة، التي لا حرمان فيها، ولا إهدار لمقومات الحياة الفطرية البسيطة.

الشاذلي، في ظلال القرآن، ج ٥ - ص ٢٧١١

وروي عن النبي الأكرم (ص): (الدنيا مزرعة الآخرة)، وغيرها من الآيات والأحاديث الكريمة التي تتكلم عن ضرورة الموازنة بين النضرة للدنيا والآخرة.

٣- دوام ذكر الله تعالى

يعدّ الذكر المستمر من أهم مقومات التوازن الروحي، إذ يربط الإنسان بالله تعالى في مختلف ظروف الحياة وتغيراتها، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد: ٢٨) فإنّ الكدح والتعب لا يمثّلان مشكلة في حياته؛ لأنّ هناك نتيجة كبرى يمكن له أن يحققها من خلالهما في مواقع القرب من الله. وهكذا يفتح على الله في وعيه للتوازن في نظام الكون، فلا يشعر بالاهتزاز أمام العوامل الطبيعيّة، بل يرى فيها ظاهرة تتكامل مع الظواهر الأخرى، بما فيها الظواهر الإنسانيّة في خضوعها لله في حركتها، ما يوحي للإنسان بالثقة بالقدرة الإلهيّة في حمايته من أثارها السلبيّة، فيعيش الطمأنينة بالله أمام ذلك كلّ. **فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٠ - ص ٧٣** وروي عن الإمام الباقر (عليه السلام): (ما من شيء إلا وله حد ينتهي إليه إلا الذكر، فليس له حد ينتهي إليه) (الكافي، ج ٢، ص ٤٩٨)، فالذكر يحقق الاستقرار النفسي والسكينة الداخلية، ويمنع الاضطراب الروحي الناتج عن الغفلة ويحقق التوازن في داخل الإنسان.

٤- التوكل مع الأخذ بالأسباب

يربي القرآن المؤمن على الجمع بين الاعتماد على الله تعالى والسعي العملي في الحياة، فلا يقع في التوكل ولا في الاعتماد المطلق على الأسباب المادية، بل يأمر الله تعالى الإنسان بالتوكل والسعي من أجل الوصول إلى ما يطمح إليه، قال تعالى: ﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ﴾ (آل عمران: ١٥٩) أن اتخاذ القرار الأخير يجب أن يقترن بالتوكل على الله، بمعنى أن عليكم أن تستمدوا العون من الله القادر المطلق ولا تنسوه في الوقت الذي تهيئون فيه الأسباب العادية والوسائل المادية للأمر. على أن التوكل لا يعني بالمرّة أن يتجاهل الإنسان الأسباب المادية والوسائل العادية للنصر والتي جعلها الله سبحانه في عالم المادة، ومكن الإنسان الأخذ بها. وكذلك قال تعالى: ﴿وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (إبراهيم: ١١) وهذا يبين أن التوازن الروحي لا ينفصل عن العمل والسعي في الحياة، فيجب على الفرد المتوازن التوكل على الله سبحانه وتعالى والأخذ بالأسباب ليصل إلى ما يريد.

٥- المراقبة والمحاسبة الذاتية

من المقومات الأساسية للتوازن الروحي والإيماني تنمية الرقابة الداخلية التي تجعل الإنسان يقوم سلوكه باستمرار، فهو يكون رقيب على أفعاله وأقواله دون الحاجة إلى مراقبة من الخارج، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْتَظِرْ نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ﴾ (الحشر: ١٨)، فهذه الآية الكريمة تدعو المؤمنين إلى النظر والتدقيق فيما قدمت نفس الإنسان إلى آخرته، يقول العلامة الطباطبائي في تفسير الآية، تندب المؤمنين إلى أن يذكروا الله سبحانه ولا ينسوه وينظروا في أعمالهم التي على صلاحها وطلاحتها يدور رحي حياتهم الآخرة فيراقبوا أعمالهم أن تكون صالحة خالصة لوجهه الكريم مراقبة مستمرة ثم يحاسبوا أنفسهم فيشكروا الله على ما عملوا من حسنة ويوبخوها ويزجروها على ما اقترفت من سيئة ويستغفروا. **الطباطبائي، الميزان، ج ١٩ - ص ٢١٧-١١٨** وعن الإمام الكاظم (عليه السلام): (ليس منا من لم يحاسب نفسه في كل يوم) **ابن شعبه، حسن ابن علي، تحف العقول عن آل الرسول، ص ٣٩٦** إذن المحاسبة المستمرة تحفظ للإنسان توازنه الروحي والإيماني وتمنعه من الانحراف والغفلة.

المطلب الثاني: الآثار التربوية للتوازن الروحي والإيماني

تعدّ الروح الجانب الأسمى في تكوين الإنسان، إذ بها تتحدد علاقته بالله تعالى، ومنها تنبثق قيمه ومواقفه وسلوكه في الحياة. ومن هنا جاءت التربية الإسلامية لتولي البعد الروحي والإيماني عناية خاصة، وتسعى إلى بناء شخصية متوازنة تجمع بين متطلبات الدنيا وتطلعات الآخرة، وبين الخوف من الله تعالى والرجاء في رحمته، وبين العبادة والعمل، وبين حاجات الجسد وسموّ الروح. وعندما يتحقق التوازن الروحي والإيماني في حياة الإنسان، فإنه يترك آثاراً تربوية عميقة تنعكس على فكره ونفسيته وسلوكه وعلاقاته الاجتماعية، فينشأ الفرد أكثر استقامة وطمأنينة وقدرة على مواجهة التحديات والضغط. كما يسهم هذا التوازن في ترسيخ القيم الأخلاقية وتعزيز الشعور بالمسؤولية والارتباط بالله تعالى، مما يجعله أساساً مهماً في بناء الإنسان

الصالح والمجتمع المتناسك. ومن هنا تبرز أهمية الوقوف على أبرز الآثار التربوية التي يحققها التوازن الروحي والإيماني في ضوء القرآن الكريم وتعاليم أهل البيت (عليهم السلام) وهي:

المطلب الثاني: الآثار التربوية للتوازن الروحي والإيماني

أولاً: تحقيق الطمأنينة والاستقرار النفسي

يُعدّ الشعور بالسكينة والطمأنينة من أبرز الآثار التربوية للتوازن الروحي؛ فكلما كانت علاقة الإنسان بالله متوازنة قائمة على الذكر والثقة واليقين والعبادة، ازدادت قدرته على مواجهة القلق والاضطراب النفسي وأصبح أكثر طمأنينة من السابق، وهذا ما تصرّح به الآيات الكريمة، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد: ٢٨) أفضل الحياة والمعيشة، وأفضل النعم والراحة، وأفضل الألفاظ الإلهية، وكلّ ذلك نتيجة الايمان والعمل الصالح لأولئك الراسخين في عقيدتهم والمخلصين في عملهم. الشيرازي، الأمثل، ج ٧ - ص ٤٠٦ وعن الإمام علي (عليه السلام): (ذكر الله جلاء الصدور وطمأنينة القلوب) غرر الحكم ودرر الكلم، ص ٣٦٩ وبذلك يسهم التوازن الروحي في تربية شخصية مستقرة نفسياً بعيدة عن التوتر والاضطراب.. وبالعكس عندما يبتعد الإنسان عن العبادة والتقرب إلى الله تعالى ستكون النتيجة عكسية، قال تعالى: (وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى) (طه: ١٢٤).

ثانياً: تنمية الرقابة الذاتية والشعور بالمسؤولية

إن التوازن الروحي يرسخ في الإنسان الشعور الدائم برقابة الله تعالى، مما يدفعه إلى مراقبة سلوكه وتصحيح أخطائه دون الحاجة إلى رقابة خارجية، قال تعالى: ﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى﴾ (العلق: ١٤) وقد أكد القرآن أنّ الإيمان الواعي في عقل المؤمن وقلبه، يفرض عليه أن يتحسّس حضور الله القويّ الشامل في كلّ تفاصيل وجوده، فهو مكشوف أمامه في المنطقة الداخليّة من شخصيّته في حركة العقل والقلب والشعور. فضل الله، من وحي القرآن ج ٢٠ - ص ٢٧٠ وقد ورد في الحديث الشريف: «أعبد الله كأنك تراه؛ فإن لم تكن تراه فإنه يراك» وقال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ (النساء: ١) والرقيب أصله من الترقب، وهو الانتظار من مكان مرتفع، ثم استعمل بمعنى الحافظ والحارس، لأن الحراسة من لوازم الترقب والنظارة. وارتفاع مكان الرقيب قد يكون من الناحية الظاهرية بكون الرقيب يرقب على مكان مرتفع، ويمارس النظارة من ذلك الموقع، وقد يكون من الناحية المعنوية. الشيرازي، الأمثل، ج ٣ - ص ٨٣ وعن أبي الحسن الماضي صلوات الله عليه، قال: (لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ، فَإِنْ عَمِلَ حَسَنًا اسْتَزَادَ اللَّهَ، وَإِنْ عَمِلَ سَيِّئًا اسْتَعَفَرَ اللَّهَ مِنْهُ، وَتَابَ إِلَيْهِ) ومن هنا يصبح الضمير الديني رقيباً داخلياً يوجّه السلوك نحو الالتزام بالقيم والأخلاق ويستزيد منها ويبتعد عن السيئ ويتوب إلى الله منه. والتوازن الروحي لا يربي الإنسان على الخوف فقط ولا على الرجاء فقط، بل يولّد رقابة داخلية واعية تدفعه إلى تصحيح سلوكه باستمرار، قال تعالى: ﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ (القيامة: ١٤) أفضل شاهد على الإنسان في تلك المحكمة الإلهية للقيامة هو نفسه، لأنه أعرف بنفسه من غيره، وإن كان الله تعالى قد أعطاه شواهد أخرى كثيرة لإتمام الحجّة عليه. الشيرازي، الأمثل، ج ١٩ - ص ٢١٤ إذن واحدة من أهم آثار التوازن الروحي هي أن يكون الإنسان رقيباً على سلوكه وقوله وفعله من خلال الرقابة الذاتية والشعور بالمسؤولية.

ثالثاً: تعزيز الصمود والثبات أمام الأزمات والتحديات

يمنح التوازن الروحي الإنسان قدرة أكبر على تحمل المصاعب ومواجهة الأزمات والتحديات؛ لأنه يستمد قوته من الإيمان بالله والتوكل عليه، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾ (آل عمران: ١٧٣) فقد انطلقت هذه الكلمات في عملية إحياء بضخامة العدد والعدة، الذي يتمثل في اجتماع هذا العدد الغفير من الناس لحرب المسلمين، بالمستوى الذي لا يستطيع المسلمون مواجهته، على طريقة الحسابات الماديّة، الأمر الذي يدفع بهم إلى الشعور بالخوف من المشركين، فيترجعون عن موقفهم أمامهم أو يخفّفون من اندفاعهم في التّحدّيات التي يثيرونها في صراعهم مع الشّرك، فيقبلون بالتّسويات التي يأخذ فيها الإيمان حصّةً، ليأخذ الشّرك في مقابلها حصّةً، فينتهي بهم الأمر إلى الانسحاب من مواقعهم الحقيقيّة في نهاية المطاف؛ لأنّ الذين يتساهلون في بعض المواقف الحيويّة تحت تأثير عامل الخوف سوف يتساهلون في القضايا والمواقف الأخرى، للسبب نفسه في حالة أخرى. ولكن هؤلاء المؤمنين الذين استجابوا لله وللرسول كانوا يعيشون الإيمان في أنفسهم كعاملٍ من عوامل الشعور العميق بالقوّة، من خلال الشعور بالانتماء إلى الله القويّ القادر، ولهذا كان ردّ فعلهم على هذا التّحدّي مزيداً من التّصعيد في حركة الإيمان في الدّاخل؛ لأنّ المؤمن يعيش الانتماء إلى الله والاعتماد عليه واللّجوء إليه في حالات التّحدّي بالمستوى الذي يملأ نفسه بالقوّة، ويفرّغ داخله من كلّ مشاعر الضّعف التي تهزم مواقفه، وبذلك يزداد إيمانه في فكره وشعوره؛ لأنّ التّجربة الصّعبة لدى الواعين من المؤمنين لا تُضعف الإيمان، بل تُتمّيه وتقويه وتربطه بالأسس الثّابتة التي ارتكز عليها وانطلق منها في ما يتحسّس من حركة الإيمان في خطّ

الواقع، وفي ما يعانیه من ارتباط التجربة بقضايا الإيمان. فضل الله، من وحي القرآن، ج ٣ - ص ٨٥ وقال تعالى: (وَلَنْبَلُوتَكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ) (البقرة: ١٥٥) وإذا كان الهدف من الآية هو توجيه المؤمنين إلى أن يتحملوا نتائج الدعوة إلى الله والجهد في سبيله بما يؤدي إلى النتائج السلبية على حياتهم العامة والخاصة، فإن ذلك لا يعني الاختصاص بهذا الجوّ الخاص، بل المقصود هو الصبر في الخطّ العام، للوصول إلى النتائج الإيجابية في الصبر في المورد الخاص. (وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ) الذين يعيشون صلاية الموقف، وقوة التحمل، والتمرد على الحرمان والثبات في مواقع الزلازل، حيث تبقى إنسانيتهم في صمود عزيمتهم، ليتابعوا رسالتهم في الحياة من دون تراجع أو انهيار أو انحراف. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١ - ص ٥١٨ عن الإمام الصادق (عليه السلام): (المؤمن أصلب من الجبل) فالإيمان المتوازن يربي الفرد على الصبر والثبات وعدم الانهيار أمام الشدائد والصعاب ويحمي الإنسان من الأزمات والتحديات التي يمر بها في حياته.

رابعاً: تحقيق التوازن بين متطلبات الدنيا والآخرة

من أهم الآثار التربوية للتوازن الروحي أنه يحرر الإنسان من الانغماس المادي ومن الرهبانية المنعزلة في آن واحد، فيعيش حياته الدنيوية في إطار رسالته الأخروية موازناً بينهما في المتطلبات، قال تعالى: ﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾ (القصص: ٧٧) أي واطلب فيما أعطاك الله من مال الدنيا تعمير الدار الآخرة بإنفاقه في سبيل الله و وضعه فيما فيه مرضاته تعالى. و قوله: «وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» أي لا تترك ما قسم الله لك و رزقك من الدنيا ترك المنسي و اعمل فيه لأخرك لأن حقيقة نصيب الإنسان من الدنيا هو ما يعمل به لأخرك فهو الذي يبقى له. الطباطبائي، الميزان، ج ١٦ - ص ٧٦

يؤكد العلامة الطباطبائي أن الآية ترسم منهجاً متوازناً يجمع بين إعمار الدنيا والتطلع إلى الآخرة من خلال إعطال كل منها حقه ومستحقه. وعن الإمام علي (عليه السلام): «اعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً، واعمل لآخرتك كأنك تموت غداً» وبذلك يتربى الإنسان على أداء واجباته الدينية والاجتماعية والمهنية دون تعارض أو إفراط، فهو يعمل للدنيا ويوفر احتياجاته منها وبذات الوقت يعمل للآخرة، وكذلك ورد عن الإمام علي (ع): (الدنيا مزرعة الآخرة) فهو يزرع لكي يحصد في آخرته.

خامساً: بناء الشخصية المؤمنة المتزنة أخلاقياً

إن التوازن الروحي ينعكس على أخلاق الإنسان وسلوكه، فينمي فيه صفات الرحمة والتواضع والحلم والعفو، ويحد من نزعات الأنانية والتكبر، فتصبح شخصية الإنسان متزنة أخلاقياً ومؤمنة بالله تعالى قال عز من قائل: (وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا) الفرقان: ٦٣ إن أول صفة لـ: «عباد الرحمن» هو نفي الكبر والغرور والتعالي، الذي يبدو في جميع أعمال الإنسان حتى في طريقة المشي، لأن الملكات الأخلاقية تظهر نفسها في حنايا أعمال وأقوال وحركات الإنسان بحيث أن من الممكن تشخيص قسم مهم من أخلاقه - بدقة - من أسلوب مشيته. نعم، إنهم متواضعون، والتواضع مفتاح الإيمان، في حين يعتبر الغرور والكبر مفتاح الكفر. وعن الإمام علي (عليه السلام): «ثمرة العبادة حسن الأخلاق» فالنواز التوازن الروحي لا يقتصر على الجانب التعبدية، بل يظهر أثره في سلوك الفرد وعلاقاته الاجتماعية. وخلاصة القول، إن التوازن الروحي والإيماني يمثل ركيزة أساسية في بناء الشخصية الإنسانية المتكاملة؛ إذ ينعكس أثره على مختلف جوانب حياة الفرد النفسية والأخلاقية والسلوكية. فبفضل هذا التوازن تتحقق الطمأنينة القلبية، وتتعمق صلة الإنسان بربه، وتتقوى لديه المراقبة الذاتية، كما يكتسب القدرة على مواجهة الأزمات والتحديات بروح الصبر والثبات والأمل. ومن ثم فإن التربية القرآنية، من خلال ترسيخ معالم التوازن الروحي والإيماني، تسهم في إعداد إنسان واعٍ برسالته، مستقيم في سلوكه، ومتزن في تعامله مع نفسه ومجتمعه، الأمر الذي يجعل هذا التوازن من أهم الأسس التربوية التي تحقق صلاح الفرد واستقرار المجتمع

المبحث الثالث: البعد النفسي والعاطفي

تعدّ العاطفة من أهم القوى المؤثرة في حياة الإنسان؛ فهي المحرك لكثير من مواقفه وسلوكياته وعلاقاته الاجتماعية. ولأجل ذلك أولى القرآن الكريم عناية خاصة ببناء الجانب العاطفي على أساس الاعتدال والتوازن، بحيث لا تتجرف المشاعر نحو الإفراط الذي يفضي إلى التهور والانفعال غير المنضبط، ولا نحو التقريط الذي يؤدي إلى القسوة والجفاء واللامبالاة. فالتربية القرآنية لا تهدف إلى إلغاء العواطف أو كبتها، وإنما إلى تهذيبها وتوجيهها الوجهة الصحيحة التي تحقق انسجام الإنسان مع فطرته ومع رسالته في الحياة. وقد جسّد القرآن الكريم هذا التوازن من خلال تنظيم مشاعر الحب والبغض، والخوف والرجاء، والفرح والحزن، والرحمة والحزم، بما يضمن بناء شخصية متوازنة انفعالياً وقادرة على التعامل السليم مع مختلف المواقف والظروف. كما أكدت روايات أهل البيت (عليهم السلام) أهمية تهذيب العواطف وضبط الانفعالات، لما لذلك من دور أساسي في تحقيق

الاستقرار النفسي والتماسك الاجتماعي. ومن هنا تبرز أهمية دراسة المقومات القرآنية للتوازن العاطفي وما يترتب عليها من آثار تربوية في بناء الفرد والمجتمع وهي كالآتي:

المطلب الأول: المقومات القرآنية للتوازن العاطفي

١- التوازن بين الرحمة والحزم

دعا القرآن الكريم إلى التحلي بالرحمة والعطف مع الآخرين، مع عدم التفریط بالحق أو التهاون في مواضع الحزم، فالقرآن الكريم ينقل لنا حال النبي محمد(ص) والمسلمون معه، قال تعالى: ﴿مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾ (الفتح: ٢٩) أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ، من موقع أنهم أشدّاء على الكفر بالتزامهم بالإيمان ودفاعهم عنه، ووقوفهم ضدّ كلّ من يريد تأكيد قوّة الكفر وإضعاف الإيمان. وشدّتهم - هنا - ليست حالة لا إنسانية، تمثّل القسوة والتعصّب والانغلاق، بل هي حالة إنسانية غرضها الانفتاح على الإنسان من مواقع الحقّ الذي يمثّله الإيمان، لإغناء قيم الحرّيّة والعدالة، وتحريكها في آفاق الانفتاح على الله، لتكون عنصراً إيجابياً في معنى تعزيز الإنسانية، بدلاً من أن تكون عنصراً سلبياً مضمونه الكفر. وفي ضوء ذلك، نفهم أنّ الشدّة - هنا - ناظرة إلى مواقع المسلمين في ساحة الصّراع، لا إلى موقعهم في ساحة الدّعوة، أو في ساحة النّعايش، أو في أجواء الحوار. وهم كذلك رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ، من خلال روحانيّة الإسلام الذي يشدّ جميع النّاس إلى بعضهم البعض، ليكونوا كالجسد الواحد، تتفاعل المعاناة بين أعضائه، وتتساب الرحمة في كلّ خلاياه، انطلاقاً من الخطّ الاجتماعيّ الذي أراد الله للمؤمنين أن يسيروا عليه في بناء علاقاتهم الاجتماعيّة، وهو خطّ التّواصي بالمرحمة، بكلّ ما يعنيه ذلك من تبادل المشاعر الرّحيمة والأحاسيس الحميمة والتّكافل الاجتماعيّ. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٧ - ص ٢٧٧ فهذا التوازن بين الشدة مع الكافرين والرحمة بينهم جعلت المجتمع الإسلامي كل وحدة الواحدة وعززت قوته في مجابهة الإعداء، ورسمت أروع أنواع الانتصار والفوز.

٢- الاعتدال بين الفرح والحزن

يرشد القرآن الكريم الإنسان إلى الاعتدال في مشاعره، فلا يطغى الفرح حتى يؤدي إلى البطر، ولا يستغرق الحزن حتى يؤدي إلى اليأس بل يكون بين ما بين متوازن في مشاعره، قال تعالى: ﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾ (الحديد: ٢٣) فلا تعيشوا السقوط تحت وطأة الحزن المدمّر، أو البطر تحت تأثير الفرح الطّاغي، عندما تحدث الخسارة أو عندما يأتي الرّيح، انطلاقاً من صدمة المفاجأة التي تثير ذلك هنا وهناك؛ بل لا بدّ من مواجهة الأمر، على أساس أنّ الحديث السّلبّي أو الإيجابي حالة طبيعيّة في نظام الوجود؛ لأنّ الخسارة تخضع لأسبابها الاختياريّة أو الاضطراريّة، كما أنّ الرّيح يخضع لذلك؛ فلا مجال لأيّ شيء طارئ في ذلك، ولا مفاجآت في عمق الأمور؛ فإذا تمّت للحدث أسبابه، فلا بدّ من أن يحدث، من خلال الحتميّة الكونيّة للأشياء في ما قدر الله لها، تماماً كما هي الأشياء الكونيّة في نظام الطّبيعة الخاضع للتّقدير الإلهي في التّكوين. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٨ - ص ١٨٦ وبالنتيجة التعادل بين الفرح والحزن واحد من أهم مقومات التوازن العاطفي، فهي تجعل الإنسان معتدل في حالة فقد شيء أو حصل على شيء.

٣- ضبط الغضب والانفعالات

يُعدّ التحكم في الغضب من أبرز مقومات التوازن العاطفي؛ لأنّ الانفعال غير المنضبط يقود إلى كثير من الأخطاء الفردية والاجتماعية، والقرآن الكريم يوصي في كثير من الآيات الكريمة بضبط النفس في حالات الغضب والانفعال، قال تعالى: ﴿وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (آل عمران: ١٣٤) ولفظه «الكظم» تعني في اللغة شدّ رأس القربة عند ملئها، فيقول كظمت القربة إذا ملأها ماء ثمّ شددت رأسها، وقد استعملت كناية عن يمتلئ غضبا ولكنه لا ينتقم. وأما لفظة «الغيظ» فتكون بمعنى شدّة الغضب والتوتر والهيجان الروحي الشديد الحاصل للإنسان عند ما يرى ما يكره. وحالات الغيظ والغضب من أخطر الحالات التي تعري الإنسان، ولو تركت وشأنها دون كبح لتحوّلت إلى نوع من الجنون الذي يفقد الإنسان معه السيطرة على أعصابه وتصرفاته وردود فعله. ولهذا فإن أكثر ما يقترفه الإنسان من جرائم وأخطاء وأخطرها على حياته هي التي تحصل في هذه الحالة، ولهذا تجعل الآية «كظم الغيظ» و «كبح جماح الغضب» الصفة البارزة الثانية من صفات المتقين.

الشيرازي، الأمثل، ج ٢ - ص ٦٩٨

وقد ورد في الحديث: (ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب) معرفة، محمد هادي، التفسير الأثري الجامع، الناشر: مؤسسة التمهيد للثقافة والنشر، إيران - قم، سنة: ١٤٢٧، ص ١٥

فالسيطرة على الانفعالات تجعل الإنسان متوازن في عاطفته ولا يغضب أو يتسرع في فعل أو قول.

٤- تنمية مشاعر الرحمة والتعاطف

أكد القرآن الكريم على بناء مشاعر الرحمة والتراحم بين أفراد المجتمع باعتبارها أساساً للعلاقات الإنسانية السليمة، ولتنمية هذه المشاعر دور كبير في تحقيق التوازن في العاطفي عند الفرد، إذ إنه يجعل الإنسان عطوف ورحيم على المسكين والمحتاج له في شيء كان. وهذه الصفة قد ذكرها القرآن الكريم في صفات أهل الميمنة والفائزون في يوم القيامة، قال تعالى: ﴿ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ﴾ (البلد: ١٧) فالقادرين على اجتياز هذه العقبة متحلون بالإيمان و متواصون بالصبر والاستقامة على الطريق، و متواصون بالرحمة والعطف. وبهذا السياق القرآني لبيان طبيعة العقبة نفهم أن القادرين على اجتيازها هم المتحلون بالإيمان والخلق الكريم كالتواصي بالصبر والرحمة، وذوو أعمال البر والإحسان كتحرير العبيد وإطعام الأيتام والمساكين، إنهم بعبارة أولئك الذين يلجون ميادين الإيمان والأخلاق والعمل ويخرجون منها ظافرين منتصرين.

الشيرازي، الأمثل، ج ٢٠ - ص ٢٢٣

والخلاصة أن هذه المقومات الأربعة التي استخرجناها من الآيات القرآنية التوازن بين الرحمة والحزم وتنمية مشاعر الرحمة والتعاطف وضبط الغضب والانفعالات والاعتدال بين الفرح والحزن كل هذه المقومات هي التي توجد التوازن العاطفي عند الفرد، ومن خلالها يصبح الإنسان أكثر اعتدالاً ووسطية في عاطفته.

الآثار التربوية للتوازن العاطفي المطلوب الثاني:

بعد أن بينت النصوص القرآنية والروايات الشريفة المقومات التي يقوم عليها التوازن العاطفي، تتجلى آثار هذا التوازن في بناء شخصية الإنسان وسلوكه وعلاقاته مع الآخرين. فالعاطفة في المنظور القرآني ليست مجرد انفعال نفسي، وإنما هي طاقة إنسانية ينبغي تهيئتها وتوجيهها بما ينسجم مع الفطرة الإلهية والقيم الأخلاقية. وعندما تحقق حالة التوازن في المشاعر والانفعالات فإنها تنعكس إيجابياً على مختلف جوانب الشخصية، فتسهم في تحقيق الاستقرار النفسي، وتعزيز قيم الرحمة والتسامح وتقوية الروابط الاجتماعية، وتنمية القدرات على مواجهة التحديات والأزمات بروح من الصبر والثبات. من هنا أولت التربية القرآنية اهتماماً بالغاً ببناء العاطفة المتزنة؛ لما لها من دور محوري في تكوين الإنسان الصالح وإعداد المجتمع المتماسك، وهو ما يتضح من خلال الآثار التربوية الآتية:

١- تحقيق الاستقرار والانضباط الانفعالي

يثمر التوازن العاطفي في المنظور القرآني بناء شخصية مستقرة نفسياً، قادرة على ضبط مشاعرها وانفعالاتها وعدم الانسياق وراء ردود الفعل المتطرفة. فالإنسان الذي يهذب عواطفه وفق الهدى الإلهي يكون أقدر على التعامل مع الشدائد والمسرات بروح من الاتزان والوعي، الأمر الذي ينعكس إيجابياً على سلوكه وعلاقاته وقراراته. وقد أشار القرآن الكريم إلى هذا الأثر بقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾ (الفتح: ٤) السكينة في الأصل مشتقة من «السكون»، ومعناها الاطمئنان والدعة وما يزيل كل أنواع الشك والتردد والوحشة من الإنسان ويجعله ثابت القدم في طوفان الحوادث! وهذه السكينة يمكن أن يكون لها جانب عقائدي فيزيل ضعف تزلزل العقيدة أو يكون لها جانب عملي بحيث يهب الإنسان ثبات القدم والمقاومة والاستقامة والصبر. الشيرازي، الأمثل، ج ١٦ - ص ٢٨؛ فالسكينة تمثل حالة من الطمأنينة والثبات النفسي والانفعالي الذي يهب الإنسان على ضبط نفسه في المواقف المختلفة بحيث تحقق له التوازن العاطفي.

٢- تنمية الرحمة والتعاطف الإنساني

من أبرز ثمار التوازن العاطفي تنمية مشاعر الرحمة والعطف تجاه الآخرين، لأن العاطفة حين تهذب بالقرآن لا تبقى مجرد انفعال وجداني، بل تتحول إلى سلوك إنساني إيجابي قائم على المواساة والإحسان والتفاعل مع حاجات الناس، وقد بين القرآن الكريم هذا المعنى في قوله تعالى: ﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ آل عمران: ١٥٩. إن في هذه الآية إشارة صريحة إلى إحدى أهم الصفات التي يجب توفرها في أية قيادة، ألا وهي العفو واللين تجاه المتخلفين التائبين، والعصاة النادمين، والمتمردين العائدين، ومن البديهي أن الذي يتصدى للقيادة لو خلى عن هذه الخصلة الهامة، و افتقر إلى روح السماحة، و افتقد صفة اللين، و عامل من حوله بالخشونة والعنف و الغضاظة فسرعان ما يواجه الهزيمة، و سرعان ما تصاب مشاريعه و برامجه بنكسات ماحقة، تبدد جهوده، و تذري مساعيه أدراج الرياح، إذ يتفرق الناس من حوله، فلا يمكنه القيام بمهام القيادة ومسئولياتها الجسمية، ولهذا قال الإمام أمير المؤمنين مشيراً إلى هذه الخصلة القيادية الحساسة «آلة الرئاسة سعة الصدر». الشيرازي، الأمثل، ج ٢ - ص ٧٤٨ كما قال تعالى في وصف نبيه(ص): ﴿لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ﴾ (التوبة: ٢٨) فهو الذي يجسد الرحمة في أقواله وأفعاله ونظراته وعلاقاته، وفي كل خطوات رسالته، حتى كان هو الرحمة للعالمين، كما كانت رسالته كذلك. وإذا كانت هذه

صورة النَّبِيِّ - الإنسان في صفاته في شخصية الدَّاعية، فإنَّ على كلِّ الدُّعاة إلى الله، من الرِّسَالِيِّين الَّذِينَ يعملون من أجل أن تكون الرِّسالة الإسلاميَّة العقل الَّذي يوجِّه عقول النَّاس إلى الحقِّ، والقلب الَّذي ينبض بالمحبَّة والخير والحركة الَّتِي تُنتج العدل في الحياة، عليهم أن يتأسَّوا بالنَّبِيِّ صلى الله عليه وآله وسلم في أخلاقه، ليكونوا المتألِّمين لآلام النَّاس عندما تواجههم صعوبات الحياة ومشقَّاتها، والحريصين عليهم أن لا يضلُّوا ولا يضيعوا في متاهات الضُّلال، والفئة الَّتِي تنبض قلوبها ومشاعرها بالرَّأفة والرَّحمة للمؤمنين، فهذا هو الَّذي يفتح عقول النَّاس وقلوبهم على الرِّسالة؛ لأنَّ قضية الدَّاعية، هي أن يملك مفتاح الشَّخصيَّة الإنسانيَّة الَّذي يفتح القلوب فتفتح له العقول؛ لأنَّ أقرب طريقٍ إلى عقل الإنسان قلبه. فضل الله، من وحي القرآن، ج ٨ - ص ٧١؛ فهذه الرحمة والعطف الإنساني يأتي من خلال التوازن في العاطفة، ويجب أن لا تتعدى هذه العاطفة إلى مستويات ترجع بالضرر على الفرد نفسه، بل أن تكون متوازنة في العطاء والامساك.

٣- بناء شخصية متسامحة وقادرة على إدارة الخلاف

يساعد التوازن العاطفي الإنسان على التحرر من مشاعر الغضب والحقد والانتقام، ويؤهله للتعامل مع الآخرين بروح التسامح والعفو والحكمة. فحين يتمكن الفرد من ضبط انفعالاته والسيطرة على غضبه، يصبح أكثر قدرة على معالجة الخلافات بصورة إيجابية، بعيداً عن ردود الفعل المتشنجة والانفعالية. وكلما ازداد الإنسان اتزاناً في عواطفه، كان أقدر على معالجة النزاعات بصورة بناءة تحفظ العلاقات وتمنع تفكك المجتمع. وقد دل القرآن الكريم على هذا الأثر بقوله تعالى: (وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ) فصلت: ٣٤ دفع الباطل بالحق، والجهل والخشونة بالحلم والمدارة، وقابل الإساءة بالإحسان، فلا ترد الإساءة بالإساءة، والقبح بالقبح، لأنَّ هذا أسلوب من همّه الانتقام، ثم إنَّ هذا الأسلوب يقود إلى عناد المنحرفين أكثر وتشير الآية في نهايتها إلى فلسفة وعمق هذا البرنامج في تعبير قصير، فنقول إنَّ هذا التعامل سيقود إلى: (فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ) إنَّ ما يبيِّنه القرآن هنا، مضافاً إلى ما يشبهه في الآية (٩٦) من سورة المؤمنين في قوله تعالى: ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةَ يعتبر من أهم وأبرز أساليب الدعوة، خصوصاً حيال الأعداء والجهلاء والمعادين. ويؤيد ذلك آخر ما توصلت إليه البحوث والدراسات في علم النفس.

الشيرازي، الأمثل، ج ١٦ - ص ٤٠٦

وقد يكون من الطَّبِيعِيِّ أن يعتمد الشَّيْطَانُ على هذا الخطِّ، وتحريك كلِّ العوامل الَّتِي تمنع الإنسان من الاستقامة، وتدفعه إلى الانحراف، وتثير فيه حالة الإرباك الدَّاخِلِيَّ، ممَّا قد يغفل عنه الإنسان المؤمن عندما يندمج في هذا الجوّ الانفعاليِّ، فيبتعد عن التَّفكير العاقل الهادئ المتَّزن، إلى التَّفكير المجنون الهائج، وقد يضعف - تبعاً لذلك - عن اتِّخاذ الموقف السَّليم. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٦ - ص ٣٤٦ هذه الآية المباركة وغيرها من الآيات تشير إلى مقابلة الإساءة بالإحسان تحول التوتر والخصومة إلى مودة وألفة، وهو من أرقى مظاهر التربية على التوازن العاطفي.

٤- تعزيز التماسك الاجتماعي والعلاقات الإنسانية

إن التوازن العاطفي لا يقتصر أثره على الفرد فحسب، بل يمتد ليشمل المجتمع بأسره؛ إذ يؤدي انتشار مشاعر المحبة والرحمة والاعتدال في التعامل إلى تقوية الروابط الاجتماعية وتعزيز روح التعاون والتكافل بين أفرادها. فالمجتمع الذي تسوده العواطف المتوازنة يكون أكثر قدرة على مواجهة التحديات وحل المشكلات وتحقيق الاستقرار. ولذلك أكدت النصوص القرآنية على بناء العلاقات الاجتماعية على أساس الرحمة والمودة والإحسان، لما لذلك من دور في تحقيق الوحدة والانسجام الاجتماعي، يقول تعالى: (وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ) الانفال: ٦٣ وألف في ما أودعه فيها من عناصر المودة والرحمة والشُّعور بالمسؤوليَّة الإنسانيَّة الرُّوحيَّة، على أساس الإيمان النَّابض بالمحبَّة والحياة؛ حتَّى تحوَّلت كلُّ تلك المجموعات المتنافرة في ذاتها، المختلفة في طبيعتها، إلى وحدةٍ رُوحِيَّةٍ إيمانيَّةٍ. فضل الله، من وحي القرآن، ج ٨ - ص ١١٧؛ فالتأليف بين القلوب من أعظم الثمار الاجتماعية للتربية العاطفية السليمة، كما قال تعالى: (إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلَحُوا بَيْنَ أَخَوِيكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ) الحجرات: ١٠ إنَّ الآخرين حين يريدون إظهار مزيد من العلاقة بمن يشاركونهم في المنهج والعمل، يعبرون عنهم بالرفاق، «أو الرفيق للمفرد» إلا أنَّ الإسلام رفع مستوى الارتباط والحب بين المسلمين إلى درجة جعلها بمستوى أقرب العائق بين شخصين وهي علاقة الأخوين الَّتِي تقوم العلاقة بينهما على أساس المساواة والتكافؤ. فعلى هذا الأصل الإسلامي المهم فإنَّ المسلمين على اختلاف قبائلهم وقوميَّاتهم ولغاتهم وأعمارهم يشعرون فيما بينهم بالأخوة وإن عاش بعضهم في الشرق والآخر في الغرب. الشيرازي، الأمثل، ج ١٦ - ص ٥٤١ وهذا الأثر الرابع من أثار التوازن العاطفي يجعل التماسك بين المجتمع والعلاقات الأخوية هي السمة البارزة في المجتمع الإسلامي الَّذي دعا إليه القرآن الكريم.

٥- تنمية الصبر والثبات في مواجهة الأزمات

يمنح التوازن العاطفي الإنسان قدرة أكبر على مواجهة الابتلاءات والضغط النفسي؛ لأنه يربيته على الاعتدال في مشاعره وعدم الاستسلام للجزع أو اليأس عند الشدائد. فالإنسان المتوازن عاطفياً ينظر إلى الأحداث بعين الوعي والإيمان، فيتخطى بالصبر والثبات وحسن التدبير. وقد أكدت الآيات القرآنية والروايات الشريفة أهمية الصبر بوصفه قوة نفسية تحفظ توازن الإنسان في مختلف الظروف، وتساعد على تجاوز الأزمات بأقل الخسائر النفسية والاجتماعية، وقد أشار القرآن الكريم إلى هذا الأثر في قوله تعالى: (وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ) النحل: ١٢٧ وهذا الصبر فيما تواجهه من مشاكل وتحديات قاسية تحاصر أوضاعها غير المألوفة، ما يترك في النفس آثاراً سلبية من الأحاسيس والأفكار والمشاعر؛ فإن الله هو الذي يمنحك قوة الاحتمال للآلام، وقوة الإرادة في الموقف، وهو الذي يثبتك في مواقع الاهتزاز بلطفه ووحيه، ولا سيما أن التحديات التي تواجهك من قبل هؤلاء المشركين، ليست موجّهة إليك بالذات؛ فهي لا تمثل حالة ذاتية مما يصيب الناس في أوضاعهم الخاصة مع الآخرين في الأمور المعقّدة، بل هي موجّهة إلى وحي الله ودينه، ما يجعل من الصبر جزءاً من منهج الرسالة التي هي بحاجة إلى وقت طويل لتعمّق في وجدان الكافرين، ولتزيل من أعماقهم رواسب الجاهلية، ولتفتح لهم الأفق الرحبة الواسعة على الله والإيمان به. فليكن صبرك بالله ولله، ولن تكون النتيجة بعيدة عن خط الانتصار. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٠ - ص ٣٧٥ فالصبر هنا حالة تربوية قائمة على الاستمداد من الله الثبات في مواجهة المواقف الصعبة، والله سبحانه وتعالى يعطي هذا الإنسان الصابر أجره في الآخرة، وهذه النوع يدل على عظيم أثر الصبر في حفظ توازن الإنسان النفسي والعاطفي من الانهيار أمام الأزمات. وخلاصة ما تقدم، يتبين أن التوازن العاطفي يمثل أحد المرتكزات الأساسية في بناء الشخصية الإنسانية المتكاملة؛ إذ يسهم في توجيه المشاعر والانفعالات وفق منهج الاعتدال الذي أكدّه القرآن الكريم وروايات أهل البيت (عليهم السلام). فالعاطفة المتوازنة لا تُلغى ولا تُترك دون ضوابط، بل تُهذّب وتُوجّه بما يحقق انسجام الإنسان مع ذاته وربّه ومجتمعه.

المبحث الرابع: البعد الجسدي والمادي

يُعدّ البعد الجسدي والمادي من الأبعاد الوجودية الأصيلة في حياة الإنسان، إذ إن الإنسان في الرؤية القرآنية ليس كائنًا روحانيًا مجردًا، ولا ماديًا محضًا، وإنما هو وحدة متكاملة تتفاعل فيها الروح مع الجسد، وتتداخل فيها الحاجات المعنوية مع المتطلبات المادية. ومن هنا جاءت التربية القرآنية لتؤكد أهمية العناية بالجسد والمحافظة على سلامته، وإشباع الحاجات المادية المشروعة، ضمن إطار من الاعتدال والتوازن الذي يحفظ للإنسان إنسانيته وكرامته، ويحول دون وقوعه في الإفراط أو التفريط. وقد رفض القرآن الكريم النزعات التي تدعو إلى إهمال الجسد وحرمانه من حقوقه المشروعة، كما رفض الانغماس المفرط في الملذات والشهوات المادية، داعيًا إلى منهج وسطي يحقق التوازن بين مطالب الجسد ومتطلبات الروح، وبين السعي للدنيا والاستعداد للآخرة. كما أكدت روايات أهل البيت (عليهم السلام) هذا التوجه التربوي، فدعت إلى المحافظة على الصحة والقوة، وإلى الاعتدال في المأكل والمشرب والعمل وسائر شؤون الحياة. ومن ثم فإن التوازن الجسدي والمادي يمثل أساساً مهماً في بناء الشخصية المتكاملة، ويترتب عليه العديد من الآثار التربوية التي تسهم في إعداد الفرد الصالح القادر على أداء مسؤولياته المختلفة.

المطلب الأول: المقومات القرآنية للتوازن الجسدي والمادي

١- التوازن بين متطلبات الجسد ومتطلبات الروح

يقوم المنهج القرآني على تحقيق الانسجام بين الجوانب المادية والروحية في حياة الإنسان، فلا يدعو إلى إهمال الجسد وحرمانه من حقوقه المشروعة، ولا إلى الانغماس في الشهوات على حساب بناء الروح. من هنا أباح القرآن الكريم الطيبات وعدها من نعم الله التي ينبغي الانتفاع بها في إطار الاعتدال، قال تعالى: (قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ تَفْصِلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ) الأعراف: ٣٢ التوازن بين المادّة والروح هذا هو النِّداء الثالث الذي يريده الله أن يوجّه به الإنسان إلى منهجه، ليمارس - من خلاله - حياته، فيما يحتاجه جسده من أكلٍ وشربٍ ولباسٍ وزينة... ليقف من ذلك كلّ في نقطة التوازن، فلا يتعقّد من حاجات الحياة الطّبيعيّة، فيعتبرها قدرًا وخبائثًا وحرماً... من موقع الفكرة التي ترفض ماديّات الحياة جملةً وتفصيلاً، وتدعو إلى السُّموّ نحو رُوحانيّاتها، ولا ينجذب إلى هذه الحاجات فيعتبرها قيمةً وطموحاً وهدفاً؛ بل يقف بين هذا وذاك، فيراها حاجةً طبيعيّةً يحفظ بها جسده، ويصون بها حياته، فيمارسها في نطاق الحدود التي فرضها الله ورسّمها لعباده، فيميّز بين ما يفسد الحياة من حوله فيتركه، وبين ما يصلحها أو لا يسيء إليها فيفعله. فضل الله، من وحي القرآن، ج ٧ - ص ٨٣ وتدل الآية على أن الإسلام يرفض الرهبانية كما يرفض الانغماس في الماديات، ويؤسس لمنهج متوازن يراعي حاجات الجسد ومتطلبات الروح معاً. وروي عن أمير المؤمنين (عليه السلام): (لِلْمُؤْمِنِ ثَلَاثُ سَاعَاتٍ: فَسَاعَةٌ يُنَاجِي فِيهَا رَبَّهُ، وَسَاعَةٌ يَرْمِ مَعَاشَهُ، وَسَاعَةٌ يُخَلِّي

بَيَّنَ نَفْسَهُ وَبَيَّنَ لَذَّتْهَا فِيمَا يَجَلُّ وَيَجْمَلُ). القطب الراوندي، سعيد بن هبة الله، منهاج البراعة في شرح نهج البلاغة، الناشر: مكتبة آية الله العظمى

المرعشي النجفي، إيران - قم، ص ١٥٤

٢ - الاعتدال في الطعام والشراب

يُعَدُّ الاعتدال في الغذاء من أبرز مظاهر التوازن الجسدي، وقد نهى القرآن الكريم عن الإسراف لما يترتب عليه من أضرار صحية ونفسية واجتماعية، قال تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (الأعراف: ٣١) لقد اختار الإسلام - كسائر الموارد - حدَّ التوسط و الاعتدال في مجال الانتفاع و الاستفادة من أنواع الزينة، لا كما يظن البعض من أنَّ التمتع و الاستفادة من الزينة و التجميل - مهما كان بصورة معتدلة - أمر مخالف للزهد، و لا كما يتصور المفرطون في استعمال الزينة و التجميل الذين يجاوزون لأنفسهم فعل كل عمل شائن بغية الوصول إلى هذا الهدف الرخيص. ولو أننا أخذنا بناء الجسم والروح بنظر الاعتبار، لرأينا أنَّ تعاليم الإسلام في هذا الصعيد تتسجم تماماً مع خصائص الروح الإنسانية وبناء الجسم البشري ومتطلباتهما، واحتياجاتهما الذاتية.

الشيرازي، الأمثل، ج ٥ - ص ٢٣

٣ - التوازن بين العمل والراحة

من أسس التوازن الجسدي أن ينظم الإنسان وقته بين السعي والعمل من جهة، والراحة واستعادة النشاط من جهة أخرى، بما يحفظ صحته الجسدية والنفسية، قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا * وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا * وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا﴾ (النبا: ٩-١١) ويبدو أنَّ معنى السبات هو الفراغ الموقَّت أو التعطيل وقطع تيار النشاط. ويتم النوم عادة في الليل حيث يسدل أستاره على الطبيعة، ويضفي عليها جو الهدوء والسكينة المدرسي، من هدى القرآن، ج ١٧ - ص ٢٥٥ وعن الإمام الكاظم (عليه السلام): (اجتهدوا في أن يكون زمانكم أربع ساعات: ساعة لمناجاة الله، وساعة لأمر المعاش، وساعة لمعاشرة الإخوان، وساعة تخلون فيها للذاكم) نمازي الشاهرودي، حسن بن علي، مستدرك سفينة البحار الناشر: جامعة مدرسين الحوزة العلمية في قم، إيران - قم، ط: ١، ١٤١٨ هـ، ص ٢٩٧

٤ - العناية بالبدن واستثمار القوة

ينظر القرآن الكريم إلى القوة البدنية بوصفها نعمة إلهية وعاملاً مهماً في أداء المسؤوليات الفردية والاجتماعية، ولذلك دعا إلى المحافظة عليها وتتميتها، قال تعالى في وصف طالوت: ﴿وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾ (البقرة: ٢٤٧) قوَّة المؤمن أن يبقى المؤمن المجاهد في موقف الاستعانة بالله، والشعور بالحاجة إليه في ما يحصل عليه من قوَّة، وما يحتاج إليه من مواقف الصبر والصمود والثبات، وما يتطلَّع إليه من نصر، لاعتقاده بأنَّ النصر من عند الله أولاً وأخيراً، فلا يدفعه الشعور بالقوَّة إلى الغرور والتَّعالي ونسيان الله، ولا يمنعه الشعور بالضعف من التماسك إزاء قوَّة الله. كما يحصل لكثيرين من الذين ينسون الله في مواقف الحرب والسلم، فينسبهم أنفسهم، فيخيَّل إليهم أنَّهم على شيء، وليسوا بشيء. إنَّه الفرق بين المؤمن الذي يشعر بالقوَّة الروحية والمعنوية التي تمتدُّ من الأرض إلى السماء فلا تقف عند حدِّ، فيتحوَّل إلى قوَّة تدمر كلَّ قوَّة تقف أمامها، وبين غير المؤمن الذي يستمدُّ قوَّته من الأرض، وممَّا يحوطه من إمكانيات محدودة، فيبقى حيث هو في إطارٍ محدود. فضل الله، من وحي القرآن، ج ٢ - ص ٣٩٧ وعن رسول الله (صلى الله عليه وآله): (المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف) وتؤكد هذه المقومات أن التوازن الجسدي والمادي في المنظور القرآني لا يقتصر على حفظ البدن أو توفير المتطلبات المعيشية، بل يهدف إلى بناء إنسان متكامل يوظف إمكاناته الجسدية والمادية في أداء رسالته وتحقيق أهدافه الدينية والدنيوية.

المطلب الثاني: الآثار التربوية للتوازن الجسدي والمادي

من الآثار التربوية للتوازن الجسدي والمادي تنمية القوة البدنية والمحافظة على سلامة الجسم، مما يهيئ الإنسان للقيام بواجباته المختلفة بكفاءة واقتدار. وقد أشار القرآن الكريم إلى قيمة القوة الجسدية في قوله تعالى: ﴿وَأَعِدُوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ﴾ (الأنفال: ٦٠)، فالقوة المطلوبة لا تقتصر على الجانب العسكري، بل تشمل كل مقومات القوة التي تمكن الإنسان من أداء مسؤولياته. وروي عن رسول الله (صلى الله عليه وآله): (المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف)، الطريحي، فخرالدين بن محمد، مجمع البحرين، طهران، ص ٣٥٢ والآن سنشير إلى بعض آثار التوازن الجسدي والمادي خلال هذا المطلب:

١ - تنمية الشعور بالمسؤولية والإتقان في العمل

يسهم التوازن الجسدي في رفع قدرة الإنسان على العمل والإنتاج وتحمل المسؤوليات الفردية والاجتماعية، وقد مدح القرآن الكريم الكفاءة المقرونة بالقوة والأمانة في قوله تعالى: ﴿إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ﴾ (القصاص: ٢٦). وتكشف الآية عن العلاقة بين امتلاك القوة وحسن أداء

المسؤولية. وفي هذه الفقرة، بعض الإحياء بأن المسؤولية لا بُدَّ من أن تُمنَح للإنسان القوي في الإدارة، بالدرجة التي يملك فيها الخبرة بالقيام بالشؤون المتعلقة بالعمل بالطريقة السليمة التي تحقق له غاياته، وتحفظ له أوضاعه، والإنسان الأمين الذي يتمتع بالأمانة في حفظه على المال، وعلى كلِّ مواقع المسؤولية المرتبطة بقضايا العمل وموارده ومصادره، فلا يخون أمانته فيما انتُمن عليه من ذلك كله؛ لأنَّ إعطاء المسؤوليات للأشخاص الذين لا يملكون القوة على إدارة الأعمال، وليس لديهم الخبرة والكفاءة في ممارسته، ولا الأمانة في الحفاظ عليه، سوف يربكون العمل ويبتعدون به عن غاياته. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٤ - ص ١٧ وعن الإمام الصادق (عليه السلام): (إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه).

٢- تنمية روح الشكر وحسن استثمار النعم

عندما يتعامل الإنسان مع جسده وإمكاناته المادية وفق منهج التوازن، فإنه يدرك قيمة النعم التي أنعم الله بها عليه، فيتجه نحو شكرها واستثمارها في الطاعة والخير. قال تعالى: (فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ) النحل: ١٤ ومن الحلال الطيب يلتقي الإحساس باللذة المادية التي يشتمل عليها خصائص المطعم والمشرب، بالإحساس باللذة المعنوية الذي يصنعه الشعور برضوان الله من خلال ما رزقه الله، حيث يتحوَّل الاكتفاء بالحلال إلى طاعة وعبادة، باعتباره وسيلة من وسائل الامتناع عن الحرام. (واشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ) في ما رزقكم إياه، بالوعي الروحي الذي يرى الله في كلِّ نعمة، ويحسُّ بمسؤوليته عنها في كلِّ ما يتصل بها من شؤون الحياة، وفي ما جعله الله لها من دور في واقع الإنسان ومصيره. فضل الله، من وحي القرآن، ج ١٠ - ص ٣٥٧ وعن الإمام علي (عليه السلام): (دوام النعمة في شكر المنعم)

٣- الوقاية من التعلق المفرط بالماديات

يُربي التوازن الجسدي والمادي الإنسان على التعامل مع المال والوسائل المادية باعتبارها أدوات لتحقيق الأهداف السامية لا غايات مستقلة. وقد نبّه القرآن الكريم إلى خطورة الانشغال المفرط بالمكاسب الدنيوية بقوله تعالى: ﴿أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ، حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ﴾ (التكاثر: ١-٢). والمعنى شغلكم التباهي والتباري بكثرة الرجال بأن يقول هؤلاء: نحن أكثر رجالاً، وهؤلاء: نحن أكثر حتى إذا استوعبتم عدد الأحياء صرتم إلى القبور فعددتهم الأموات من رجالكم فتكاثرتم بأموالكم الطباطبائي، الميزان، ج ٢٠ - ص ٣٥١ ويؤكد القرآن الكريم أن متاع الدنيا مؤقت وزائل، فلا ينبغي أن يستولي على قلب الإنسان أو يصرفه عن غايته الكبرى؛ قال تعالى: (مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ وَلَنَجْزِيَنَ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ) النحل: ٩٦ بأن الذي عندكم أي في الحياة الدنيا التي هي حياة مادية قائمة على أساس التبدل والتحول منعوتة بنعت الحركة والتغير زائل نافذ، وما عند الله سبحانه مما يعد المتقين منكم باق لا يزول ولا يفنى والباقي خير من النافذ بصريح حكم العقل. لما كان الوفاء بالعهد مستلزماً للصبر على مر مخالفة هوى النفس في نقضه والاسترسال فيما تشتهيه، صرف الكلام عن ذكر أجر خصوص الموفين بالعهد إلى ذكر أجر مطلق الصابرين في جنب الله. الطباطبائي، الميزان، ج ١٢ - ص ٣٣٩ كما ورد عن أمير المؤمنين (عليه السلام): «الدنيا دار ممر لا دار مقر»، الصدوق، ابن بابويه محمد بن علي، امالي الشيخ الصدوق، ص ٢٢٠، إيران - طهران، ط: ٦، سنة النشر: ١٣٧٦ ش مما يرسخ النظرة المتوازنة إلى الحياة المادية.

٤- تحقيق التكامل بين أبعاد الشخصية الإنسانية

يؤدي التوازن الجسدي والمادي إلى تحقيق الانسجام بين مختلف أبعاد الإنسان، فلا تطغى الحاجات المادية على الجوانب الروحية والعقلية، ولا يؤدي الاهتمام بالمعنويات إلى إهمال متطلبات الجسد. وقد أشار القرآن الكريم إلى هذا التكامل في قوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ﴾ (الأنفال: ٢٤)، فالحياة الحقيقية تشمل صلاح الإنسان في جميع أبعاده. يقول صاحب الأمل في تفسير الآية: فهذه الآية تقول بصراحة: إنَّ دعوة الإسلام هي دعوة للعيش والحياة، الحياة المعنوية، الحياة المادية، الحياة الثقافية، الحياة الاقتصادية، الحياة السياسية، الحياة الأخلاقية والاجتماعية، وأخيراً الحياة والعيش بالمعنى الصحيح على جميع الأصعدة، وهذه أقصر وأجمع عبارة عن الإسلام ورسالته الخالدة، إذا سأل أحد عن أهداف الإسلام، وما يمكن أن يقدمه، فنقول جملة قصيرة: إنَّ هدفه هو الحياة على جميع الأصعدة، هذا ما يقدمه لنا الإسلام. الشيرازي، الأمل، ج ٥ - ص ٣٩٥ عن أبي عبد الله (عليه السلام): (ليس منا من ترك دنياه لأخرته، ولا آخرته لدنياه) من لا يحضره الفقيه، ج ٣-

ص ١٥٦

نتائج البحث

توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج، من أبرزها:

- ١- أن التوازن يُعد من المبادئ التربوية الأساسية التي أكد عليها القرآن الكريم في مختلف جوانب الحياة الإنسانية.
- ٢- أن الرؤية القرآنية للإنسان تقوم على مبدأ التكامل بين أبعاده الوجودية المختلفة، وترفض النظرة الأحادية التي تُغلب بُعداً على آخر.

- ٣- أن التوازن العقلي والمعرفي يسهم في تنمية التفكير الواعي، وتعزيز القدرة على التمييز بين الحق والباطل، وحماية الإنسان من الانحراف الفكري.
- ٤- أن التوازن الروحي والإيماني يؤدي إلى ترسيخ الطمأنينة النفسية، وتعميق الارتباط بالله تعالى، وتعزيز المراقبة الذاتية والالتزام القيمي.
- ٥- أن التوازن العاطفي يسهم في تحقيق الاستقرار الانفعالي، وتنمية مشاعر الرحمة والتسامح والتعاطف، وبناء علاقات إنسانية سليمة.
- ٦- أن التوازن الجسدي والمادي يساعد على المحافظة على صحة الإنسان وقوته، وتنمية الانضباط الذاتي، والاعتدال في إشباع الحاجات والرغبات.
- ٧- أن اختلال التوازن في أحد الأبعاد الوجودية للإنسان ينعكس سلباً على بقية الأبعاد، مما يؤكد وحدة الشخصية الإنسانية وترابط مكوناتها.
- ٨- أن التربية القائمة على مبدأ التوازن تمثل مدخلاً فاعلاً لبناء الإنسان المتكامل القادر على مواجهة التحديات المعاصرة في مختلف المجالات.

المصادر والمراجع

- ١- الطباطبائي، محمد حسين، الميزان في تفسير القرآن، النشر: مؤسسة الأعلمي، ط ٣، بيروت
- ٢- الشاذلي، سيد قطب، في ظلال القرآن، النشر: دار الشروق، سنة النشر: ١٤٠٨، ط الخامسة عشر.
- ٣- الشيرازي، ناصر مكارم، الأمثل في تفسير كتاب الله المنزل، الناشر: مدرسة الامام علي ع - قم المقدسة، ط ١
- ٤- فضل الله، محمد حسين، من وحي القرآن، الناشر: دار الملاك، بيروت، ١٤٣٩، ط ٣.
- ٥- المدرسي، محمد تقي، من هدى القرآن، الناشر: دار محبي الحسين (ع)، طهران، سنة ١٤١٩، ط ١
- ٦- عبدة، محمد، نهج البلاغة، الناشر: دار الجوادين، سنة ١٤٣١، ط ١.
- ٧- ابن بابويه، محمد بن علي، من لا يحضره الفقيه، إيران - قم، سنه النشر: ١٤٠٤، ط الثانية
- ٨- ابن شعبه، حسن ابن علي، تحف العقول عن آل الرسول، قم- إيران، ١٤٠٤، ط الثانية
- ٩- البرقي، احمد بن محمد بن خالد، المحاسن، ناشر: دار الكتب الإسلامية، ١٣٧١ ق
- ١٠- النيشابوري، محمد بن احمد، روضة الواعظين وبصيرة المتعظين، النشر رضي، الطبع إيران- قم، ١٣٧٥ ش
- ١١- الكليني، محمد بن يعقوب، مركز بحوث دار الحديث، قم- إيران، ١٤٣٠، ط الأولى
- ١٢- الكاشاني، فتح الله بن شكرالله، زبدة التفاسير، الناشر: مؤسسة المعارف الإسلامية، قم المقدسة، ١٣٨١، ط الأولى
- ١٣- الفيض الكاشاني، محمد بن شاه مرتضى، تفسير الصافي، الناشر: مكتبة الصدر، طهران، ١٣٣٧، ط الثانية
- ١٤- الصدوق، ابن بابويه محمد بن علي، امالي الشيخ الصدوق، إيران- طهران، ط: ٦، سنة النشر: ١٣٧٦ ش
- ١٥- الطريحي، فخرالدين بن محمد، مجمع البحرين، إيران- طهران، سنة النشر: ١٣٧٥ ش، ط: الثالثة
- ١٦- نمازي الشاهرودي، حسن بن علي، مستدرك سفينة البحار الناشر: جامعة مدرسين الحوزة العلمية في قم، إيران- قم، ط: الأولى، ١٤١٨ هـ، ص ٢٩٧
- ١٧- القطب الراوندي، سعيد بن هبة الله، منهاج البراعة في شرح نهج البلاغة، الناشر: مكتبة آية الله العظمى المرعشي النجفي، إيران- قم، سنة النشر: ١٤٠٦ هـ، ط: الأولى ١
- ١٨- معرفة، محمد هادي، التفسير الأثري الجامع، الناشر: مؤسسة التمهيد للثقافة والنشر، إيران- قم، سنة: ١٤٢٧، ط: الأولى