

الامل في القران الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرية تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

الكلمات المفتاحية:

تاريخ الاستلام: 2025 / 8 / 18

القران الكريم . الامل . علم النفس . الرجاء

تاريخ القبول: 2025 / 9 / 18

DOI: <https://doi.org/10.57026/mjhr.v5i2.101>

تاريخ النشر: 2025 / 10 / 1

ملخص البحث:

تهدف هذه الدراسة ، من خلال دراسة مقارنة ، إلى تحديد وتحليل مفهوم الأمل في القرآن مقابل علم النفس. وتحدد الدراسة طرق مشتركة لزيادة الامل وطرق تفاضلية في هذا المجال ، ويمكن اتباع منهج مناسب لزراع الأمل وزيادته في الأشخاص على أساس دروس القرآن. واحدة من النتائج الملحوظة لهذه الدراسة هي أن العديد من الحلول لخلق الأمل وزيادته هي بالفعل موجودة في القرآن ، وأن هناك العديد من العناصر المشتركة بين نتائج علم النفس والتعاليم الإلهية. وتوصل الى أن كل من علم النفس والقرآن الكريم يعتبران الأمل وسيلة لتحقيق هدف الفرد ، ويتفق كلاهما على أن معرفة هدف الفرد هي من وسائل الحفاظ على الأمل في الإنسان. وتم التوصل الى بعض الاختلافات أيضا وهي ان الأمل في القرآن الكريم يعتمد على الهدف من وراء الخلق البشري ويتمشى مع الكمال الذي سيكون الأساس فيه الإيمان بالله تعالى. في علم النفس التقنيات المقترحة لتحسين الأمل هي فردية بالنسبة للجزء الأكبر منها ، في حين أن القرآن يهدف إلى اقتراح المنهج السلوكي في المقياس المجتمعي بالإضافة إلى الحلول الفردية.

Hope in the Holy Quran and Psychology: A Comparative Study

Lecturer. Essam Fouad Rashid / Najaf Education Directorate

Received: 2025 /8/18

Keywords:

Accepted:2025/9/18

Holy Quran, Hope, Psychology, Increasing Hope.

Published:2025/10/1

Abstract

This study, through a comparative study, aims to define and analyze the concept of hope in the Quran versus psychology. The study identifies common and differentiated methods for increasing hope, and a suitable approach can be followed to instill and increase hope in individuals based on Quranic lessons. One of the notable findings of this study is that many solutions for creating and increasing hope are already present in the Quran, and that there are many common elements between the findings of psychology and divine teachings. It was concluded that both psychology and the Quran consider hope as a means to achieving one's goal, and both agree that knowing one's goal is one of the means of maintaining hope in a person. Some differences were also found, namely that hope in the Quran is based on the purpose behind human creation and is aligned with perfection, the foundation of which is faith in God Almighty. In psychology, the techniques proposed for enhancing hope are largely individual, whereas the Quran aims to suggest behavioral approaches on a societal scale in addition to individual solutions..

الامل في القرآن الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرية تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

مقدمة

تهدف هذه الدراسة ، من خلال دراسة مقارنة ، إلى تحديد وتحليل مفهوم الأمل في القرآن مقابل علم النفس. وتحدد الدراسة طرق مشتركة لزيادة الامل وطرق تفاضلية في هذا المجال.

اسئلة الدراسة

1- ما هو وجه التشابه والاختلاف في مفهوم الامل في القرآن الكريم وعلم النفس؟

2- هل هناك طرق مشتركة لزيادة الامل بين القرآن الكريم وعلم النفس؟

3- هل هناك طرق يختلف بها القرآن الكريم عن علم النفس في زيادة الامل؟

مشكلة الدراسة

من أجل تنمية الأمل وصقله ينبغي معرفة ما تطلبه الفطرة وتريد تحقيقه وهو الكمال المطلق ، وهذا لا نجدة الا في رؤية القرآن الكريم عن الامل، حيث يُعد الأمل عاملاً مهماً للتنقل والجهد والمعيشة، ومانعاً للاكتئاب والانتحار. ويُقدم القرآن الكريم الأمل كعاملٍ مهم في حياة الإنسان للوصول الى السعادة والكمال المطلق ، وهذا قد غفل عنه اكثر وطلب هذا الامر في غير القرآن الكريم ، فجاءت هذه الدراسة لبيان ان السبيل الوحيد لطلب الامل هو القرآن الكريم.

الدراسات السابقة

1- كتاب الامل بين الاسلام والمبادئ الوضعية المؤلف/ محمد علي تسخيرى 1976

م.

2- الامل والرجاء في القرآن الكريم دراسة موضوعية المؤلف/ منجد محمد رضوان احمد

ابو بكر 2014م.

3- الامل بين الاسلام وعلم النفس ودورة في الصحة الروحية المؤلف/ ثريا قطبي

مجلة اداب ذي قار، ع33، 2020م.

منهج الدراسة

الامل في القران الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرية تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج المقارن من خلال بيان اوجه الشبه والاختلاف بين الامل في القران الكريم ونظرية الامل في علم النفس, وسبل تعزيز الأمل في القران الكريم وعلم النفس وأوجه التشابه والاختلاف بينهما.

المقدمة

الأمل هو موقف ذهني متفائل قائم على توقع نتائج إيجابية تتعلق بأحداث وظروف في حياة المرء أو العالم أجمع. او هو ظن حصول ما فيه مسرة او تعلق القلب بحصول محبوب مستقبلا(الزبيدي: 376/1,1965). يهدف علم النفس الإيجابي في أيامنا هذه إلى تعزيز سعادة الناس وصحتهم النفسية. ويُعد علم النفس الإيجابي نهجًا جديدًا في علم النفس يُركز على فهم ووصف السعادة والرفاهية النفسية ويتناول الدراسة العلمية لنقاط القوة البشرية والسعادة، ويرى علماء النفس، أهمية دور الأمل في عملية العلاج، وتقدير قوة الأمل في النفس عند علاج المرضى (مخير: 2008م، 277).

وكان تشارلز سنايدر (عالم نفس أمريكي شهير) من بين الذين تعمقوا في هذه المسألة من منظور علمي، ونشر نظريته عن الأمل، التي نوقشت على نطاق واسع بين العلماء والمتخصصين(عبد الخالق: 2004م، 183-194).

بالإضافة إلى ذلك، هناك العديد من النظريات والدراسات التي تعتبر الروحانية مصدرًا محتملاً للطاقة يمكن أن يُسرّع من تعزيز الأمل. يعود أصل هذه الدراسات إلى الفترة ما بين عامي 1880 م - 1930م، وقد أُجري التحليل العلمي في القرن العشرين، عندما توصل العديد من علماء النفس (مثل فيلهلم فونت، وويليام جيمس، وستانلي هول، وكارل يونغ) إلى أن الناس بحاجة إلى الدين لتعزيز الأمل (فقيه: 2011، 47-48).

في دراساته الشاملة حول الاحتياجات الروحية للناس، أشار سنايدر إلى القرن الحادي والعشرين بأنه عصر الروحانية، ولاحظ أن التواصل مع الله هو أفضل طريقة لبناء الأمل (سنايدر: 2000: 15). وتُظهر بعض الدراسات أن أولئك الذين يعتبرون أنفسهم متدينين لديهم آمال أعلى من غير المتدينين وإن الشعور بالانتماء إلى مصدرٍ أسمى، والأمل في الله تعالى في المواقف الصعبة،

والتمتع بالحماية الاجتماعية والروحية، يخفف معاناة المتدينين وفي الوقت الحاضر، تُعتبر المعتقدات الدينية للمرضى أيضًا مصدرًا أساسيًا في علاج شعورهم باليأس. فالدين يُشعر الناس بالأمل ويزيد من تفاؤلهم (مطهري 1993: 45/1). والدين هو مجموعة من المعايير الاجتماعية الإيجابية، والالتزام بها يؤدي إلى قبول الآخرين ودعمهم. وفي رؤية القرآن الكريم، يُعد الأمل عاملاً مهماً للتنقل والجهد والمعيشة، ومانعاً للاكتئاب والانتحار. ويُقدم القرآن الكريم الأمل كعامل مهم في حياة الإنسان (منصوري 2013: 21). لقد عبّر العديد من علماء النفس عن أفكارهم حول الأمل، ولكن بما أن نظرية الأمل لتشارلز سنايدر شاملة للغاية، فإن هذه الدراسة تهدف إلى إجراء تحليل مقارن لنظريته مقابل الأمل في القرآن الكريم لتحليل سبل تعزيز الأمل في مجال علم النفس، بالإضافة إلى تسليط الضوء على أوجه التشابه والاختلاف بينهما.

الأمل في القرآن الكريم

وردت كلمة (الامل) في القرآن الكريم في موضعين الاول في سورة الحجر: ((ذَرَهُمْ يَأْكُلُوا وَيَمْتَسُّوا وَيُلْهِمُهُمُ الْأَمَلُ فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ))(الحجر:3)، والثاني في سورة الكهف: ((الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا)) (الكهف: 46)، يمكن فهم مفهوم الأمل في القرآن الكريم من خلال كلمات مفتاحية وهي الرجاء، والأمل (ابو بكر: 2014م، 51):

١. الرجاء: هو توقع حصول شيء ممكن فيه مسرة بعد الانتظار والرغبة أي التطلع إلى شيء محبوب (الاصفهاني: 2004م، 196)، قال تعالى: ((قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ)) (الزمر: 53)

2. الأمل، هو ظن بحصول ما فيه مسرة يتعلق القلب بحصوله مستقبلاً ويكون مستبعد حصوله ويقتضي طول الانتظار (الزبيدي: 1965، 376/1)، قال تعالى: ((الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا)) (الكهف: 46)

ومما تقدم أعلاه، يتبين ان الرجاء يرادف الامل وقد ورد في القرآن الكريم على وجهين: رجاء الآخرة والتمتع برحمة الله التي يطمح إليها جميع المؤمنين، ورجاء الالتقاء بالله (مصطفوي: 2009م، 162/1)، قال تعالى: ((الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ

أُولَئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَةَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ)) (البقرة: 218) ((لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا)) (الاحزاب: 21) .

يُعد الأمل أحد العناصر الأساسية للنظام التربوي في القرآن الكريم، ويُعتبر نظرية شاملة. ولهذه النظرية بُعدان معرفي وسلوكي. ففي القرآن الكريم، عبّر الله عن مفاهيم الإيمان، كالتوحيد والمعاد، واقترح تعاليم إسلامية أخرى لتكون برنامجاً إيمانياً وسلوكياً محدداً للبشر. وبفضل هذه العناصر وتطبيقاتها في الحياة، تنشأ تربية روحية للإنسان، ويزداد أمله ودافعيته، ومن ثم، نفسياً ينعم بحياة أفضل (منصوري 2013: 23). و يمكن استكشاف مفهوم الأمل في القرآن الكريم في بُعدين إيمانين وسلوكيين، كما هو موضح أدناه.

المعتقدات القرآنية في بناء الأمل وإلهامه

تشير المعتقدات القرآنية إلى مناهج معرفية لزيادة الأمل من منظور القرآن الكريم، والتي يتجلى أثرها في تعزيز الأمل الصادق والحقيقي. ومن هذه المعتقدات:

1. الإيمان بالتوحيد وأثره في بناء الأمل. فالإيمان بالتوحيد يُعين الناس على تذكر الله ورحمته في كل وقت، بدلاً من الحيرة في أمور الحياة المختلفة أو البخل بها قال تعالى: ((الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ)) (الرعد: 28) (قطبي: 2020م، 248).
2. الإيمان بالنبوة وأثرها في تقوية الإيمان. ويمكن للأنبيا والأديان السماوية أن تبشر بمستقبل زاهر من خلال الأمل، وذلك بمنح الإيمان، وتشجيع الفضيلة، وتزكية النفس والجسد، والعمل الصالح. والإيمان بالأنبياء والرسول يمنح الناس طمأنينة من خلال اتباع هذه النماذج الإنسانية، يمكنهم السعي وراء الأمل الحقيقي قال تعالى: ((لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا)) (الأحزاب: ٢١). لذلك من الضروري لمن يدعي الأمل الحقيقي أن يتبع رسل الله ليصل إلى الطموح الصادق قال تعالى: ((قُلْ إِن كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ)) (آل عمران: ٣١). بهذه الطريقة فقط يكون أمل المستقبل أملاً حقيقياً، مليئاً بالصدق، يطمئن الناس بنوره الذي يجلب الامتناع عن الذنوب ويوجب التوبة (غانم: 2004م، 207).

٣. الإيمان بالبعث وأثره في تعزيز الأمل. الإيمان بالبعث يُطمئن الناس بأن الحياة لا تقتصر على هذه الدنيا، بل تستمر بعد الموت، في حياة أخرى يحققون فيها الكثير من أمانهم قال تعالى : ((إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَى وَالصَّابِئِينَ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ)) (البقرة: 62). ومن منظور القرآن الكريم أيضاً، فإن الرخاء الحقيقي في الآخرة هو الحياة الأبدية قال تعالى: ((قُلْ أُوْنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ)) (ال عمران: 15) (القرآن الكريم، سورة قفر: الآية 39)، حيث يسود السلام والطمأنينة والأمن المطلق قال تعالى: ((لَهُمْ دَارُ السَّلَامِ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَهُوَ وَلِيُّهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ)) (الأنعام: 127). ولذلك، لا يوجد نقص فيها، ومع أن الناس قد يعيشون حياةً يائسةً في هذه الدنيا، فإن تذكر نعم الله في الآخرة يُطفئ ذلك، لأن المؤمن يرجو نعيم الآخرة (الفرماوي: 1991م، 8-5).

المناهج السلوكية في القرآن الكريم لتنمية الأمل وتعزيزه

تشير المناهج السلوكية إلى إجراءات عملية لتنمية الأمل وتعزيزه لدى الناس؛ وهي تركز على السلوكيات والممارسات الإنسانية لتعزيز الأمل الصادق والحقيقي. وتُصنف هذه الحلول في القرآن الكريم إلى فردية واجتماعية (قطبي: 2020م، 206).

الحلول الفردية وهي:

• ذكر الله، أو الذكر. والذكر هو الالتفات إلى الله باللسان أو القلب، أو كليهما. وإنه حالة ذهنية خاصة يتأمل فيها الإنسان الله في ذلك الوقت (مصطفوي: 2009م، 182/2). والصلاة أحد أنواع الذكر. من وجهة نظر الإسلام، والسبب الرئيسي لجميع القلق والاضطرابات النفسية لدى البشر هذه الأيام هو نسيانهم الله تعالى. النفس البشرية في جوهرها إلهية ولا راحة لها إلا عند ذكر الله قال تعالى: ((الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ)) (الرعد: 28). وينبع الارتباط بين النفس البشرية والله تعالى من ذكر الله تعالى ويستمر بالاستمرار عليه قال تعالى: ((فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُوا)) (البقرة: 152). لذا، لكي نحقق الاطمئنان

والامل، علينا أن نذكر الله باستمرار: أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ((الرعد: 28)) (احمد: 2023, 9).

• الخوف من الله وهو الخوف المثير للأمل قال تعالى: ((إِنَّمَا ذَلِكَ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُوا اللَّهَ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ)) (آل عمران: ١٧٥). الخوف من الله يمنع الناس من ارتكاب المعاصي، ويحفزهم على السعي في طلب الفضيلة والحق، وإنه يقوي الأمل في نفوس الناس (ابو بكر: 2014م, 131).

• الندم والتوبة إلى الله من الذنوب. التوبة سبيل لتحرير الناس من اليأس مع معرفة أن الله يقبل من المذنبين التوبة قال تعالى: ((وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ)) (الشورى: ٢٥). لذلك، يمكن للمذنبين الذين عصوا الله تعالى وفقدوا رجاءهم في الحياة أن يستعيدوا ثقتهم ويعززوا أملهم بالتوبة: ((وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ (أُولَٰئِكَ جَزَّاءُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ)) (ال عمران: 135-136) (تسخيري: 1976م, 65).

• عبادة الليل. في سورة الزمر، وصف الله القائمين بالليل بانهم من العلماء، وأشار إلى صلاة الليل وعبادته كعاملين أساسيين في تعزيز الأمل. فمن سهر الليل عابداً لله، راغباً في رحمته، مستيقظاً من أعماق نفسه، يلجأ إلى الله ويدعوه راجياً فقد استحق رحمة الله تعالى: ((أَمْ مَنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةً رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ)) (الزمر: 9) (قطبي: 2020م, 209).

• الهجرة والجهاد في سبيل الله. تقدّم الهجرة والجهاد كجذور للرجاء والأمل الصادق لرحمة الله تعالى: ((إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَةَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ)) (البقرة: 218) (احمد: 2023, 12). الحلول الاجتماعية وهي:

• الإطعام أو الإنفاق في سبيل الله . الإنفاق في القرآن الكريم يعني التبرع بالممتلكات أو غيرها للفقراء في سبيل الله. ومن أهم آثار الإطعام إزالة التوتر الاجتماعي والاكتئاب وفيما تطهير للروح والبدن ونفوسهم تسكن إلى دعاء النبي(صلى الله عليه وآله وسلم) بعد صدقتهم قال تعالى: ((خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ)) (التوبة: ١٠٣) (ابو بكر: 2014م، 76).

• الإحسان. هو بذل الخير للغير دون انتظار مقابل . وهو بذل النفع للناس ، وإغاثة ملهوفهم والسعي في قضاء حوائجهم، والنصح لهم في جميع أمورهم ، وإعانتهم على قدر ما تيسر للعبد ذلك، وهذا يوجب حب الله تعالى: ((الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ)) (ال عمران: 134) لذا، فمن يرجوا الرحمة الإلهية، فليكن محسناً قال تعالى: ((إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ)) (الأعراف: ٥٦)، ووعدهم بحسن الجزاء وهذا ما يبعث الى الامل قال تعالى: ((لَهُمْ مَا يَشَاءُونَ عِنْدَ رَبِّهِمْ ذَلِكَ جَزَاءُ الْمُحْسِنِينَ)) (الزمر: 34) (تسخيري: 1976م، 78).

• العفو . فالعفو علامة من علامات حب الله تعالى، ويبعث على الأمل قال تعالى: ((فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ)) (المائدة، ١٣)؛ ورحمة الله التي يتوق إليها المؤمنون ومغفرته هي أقرب إلى العافين عن الناس قال تعالى: ((وَلْيَغْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ)) (النور: 22) ولذلك، يستطيع المؤمنون، ومن ينتظرون رحمة الله ، أن يحققوا أملهم، وهو نيل رحمته ومغفرته، فيتحقق الامل الحقيقي قال تعالى: ((وَإِنْ تَعَفَّوْا وَتَصَفَّحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ)) (التغابن: 14) (احمد: 2023، 10).

• التمسك بالإيمان. يُعد القرآن الكريم التمسك بالإيمان سمة من سمات المؤمنين الحقيقيين، الذين يستحقون هداية الله تعالى ويبعث فيهم املا في تجاوز حدود الدنيا الضيقة قال تعالى: ((وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ) (أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ)) (البقرة: 4-5) ، ومن الواضح تماماً أن أولئك الذين يتمسكون بالإيمان بالله تعالى وبالقِيامة ويتوقون إلى ذلك اليوم القادم، يضعون هذا في اعتبارهم باستمرار

ويعتبرونه الهدف والامل الوحيد في حياتهم قال تعالى: ((إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَى وَالصَّابِئِينَ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ)) (البقرة: 62) (مطهري 1993: 65/1).

نظرية الأمل في علم النفس

يعتقد سنايدر أن الأمل هو الإمكانية المُقدَّرة لخلق طرق نحو الهدف المرغوب، والحافز للسير قدماً في تلك الطرق. لذا، يعني الأمل التزاماً إيجابياً بتحقيق الأهداف. يتألف الانتظار الإيجابي من الفاعلية وهي التصميم المُوجَّه نحو الهدف والمسارات وهي تخطيط طرق تحقيق الأهداف (سنايدر: 2000م، 6).

تتكون نظرية الأمل لدى سنايدر من ثلاثة أجزاء:

- (1) فكرة الهدف : أي ما يسعى الفرد إلى تحقيقه أو القيام به أو تجربته.
 - (2) فكرة الفاعلية : وهو حافز تحفيزي يُحفِّز الفرد في المسار المُختار للوصول إلى الهدف.
 - (3) فكرة المسار: أي قدرة الفرد المُقدَّرة على تحديد الهدف والمضي قدماً نحوه.
- تؤثر هذه العوامل الثلاثة على بعضها البعض. فتحدد الأهداف المهمة يُمكن أن يُوفر الحافز، وهذا الحافز المُستثار بحد ذاته قد يُسهِّل إيجاد المسار. من خلال التفكير المتفائل، يمكننا تعلم كيفية التغلب على العقبات. صُمم علاج الأمل لتعزيز التفكير المتفائل وإثراء الأنشطة المتعلقة بالسعي إلى تحقيق الأهداف (سنايدر: 2000م، 13). يتكون علاج الأمل من مرحلتين رئيسيتين: غرس الأمل وتعزيزه.

المرحلة الأولى: غرس الأمل

تتضمن هذه المرحلة خطوتين: إدراك الأمل وتعزيزه. في خطوة إدراك الأمل، يطلب المعالج من المريض أن يروي قصة حياته لمساعدته على إيجاد الأمل الذي اختبره في الماضي. بهذه الطريقة، يستطيع المعالج أن يرى كيف دخل الأمل إلى حياة المريض أو اختفى منها. في خطوة تعزيز الأمل، يحاول المعالج أن يُمثل للمريض أفكاراً وسلوكيات مُفعمَّة بالأمل، بحيث يكون للقدرة والمسارات دوراً أكبر في العلاج (علاء الدين: 2009م، 46).

المرحلة الثانية: تعزيز الأمل

تتضمن هذه المرحلة خطوتين: إثراء الأمل، واستبقاء الأمل.

يحاول المعالج إثراء الأمل لدى المريض من خلال اقتراح حلول لوضع الأهداف، وتمهيد المسارات، وزيادة قدرة الفرد على اتخاذ القرارات (علاء الدين: 2009م، 46). التقنيات المطبقة هي:

• التقنية الاولى : توفير هيكل لأهداف واضحة. تساعد هذه التقنية المريض على تحليل الأهداف المختلفة في حياته، ومناقشة مدى رضاه عن كل منها من خلال إنشاء قائمة بالجوانب المهمة في الحياة حاليًا (سنايدر: 2000م، 27).

• التقنية الثانية: تحديد أهداف واضحة وعملية. عند تحديد المجالات المهمة، يجب على المعالج والمريض التعاون في وضع أهداف واضحة وعملية. ولكي تكون هذه التقنية فعالة، يجب أن تكون الأهداف واضحة ومركزة، وأن تكون أيضًا في شكل عبارات إيجابية (علاء الدين: 2009م، 46).

• التقنية الثالثة: بناء القدرة على التكيف والحفاظ عليها من خلال البحث عن قصص تُبشّر بالأمل. يُعدّ الخيال الإيجابي تقنية خاصة لإنشاء قصص تُبشّر بالأمل، يُمكن استخدامها للإشارة إلى الإرادة والدافعية (بھاري: 2010م: 118).

• التقنية الرابعة: بناء القدرة على التكيف والحفاظ عليها من خلال البحث عن بصيص أمل. في بعض الأحيان، لا يجد الناس قصة تُبشّر بالأمل في حياتهم. في هذه التقنية، لا يُطلب من المريض التفكير في جميع الجوانب الإيجابية لموقف مُعَيّن، بل في جانب واحد فقط (علاء الدين: 2009م، 51).

وأخيرًا، تُحفّز خطوة الحفاظ على الأمل المريض على المشاركة الفعالة في تعزيز الأمل لديه من خلال إدراك الأفكار المُستهدفة والأفكار المُعيقَة، وهو مفتاح الحفاظ على الأمل (بھاري: 2010م، 42).

مقارنة بين الأمل في القرآن الكريم وعلم النفس

نظرية الأمل في علم النفس نظرية معرفية سلوكية: فمن خلال الإدراك ومراجعة الذات، يُراجع الإنسان سلوكه للوصول إلى أهداف مختلفة. وتتمثل عوامل الأمل في هذه النظرية في: فكرة الهدف، او فكرة المسار أي القدرة على خلق مسار نحو الأهداف المنشودة رغم المعوقات، وفكرة الفاعلية وهي: القدرة على خلق حافز لبدء هذه المسارات ومواصلتها (علاء الدين 2009: 3).

في القرآن الكريم، يُعتبر الأمل الإيجابي أيضًا نظرية معرفية سلوكية شاملة، فمن خلال الحلول القائمة على الإيمان، يُحسن الله آراء الفرد ومعتقداته، ويُصلح سلوكه من خلال الحلول السلوكية. وللا أمل في القرآن الكريم بعض الصفات:

• فكرة الهدف: أن يكون خليفة الله، وأن يُحقق صفات الله. وينبغي أن تخدم الأهداف الدنيوية الأخرى هذا الهدف الحاسم.

• فكر الفاعلية: وهو الدافع أو الطاقة النفسية اللازمة لتحقيق الأهداف، وهي والإيمان، وتقوية الروح قال تعالى: ((إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ آمَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاهُمْ هُدًى () وَرَبَطْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ)) (الكهف: 13-14) ، فالذين آمنوا بالله حقًا يقذف الله تعالى في قلوبهم عدم خشية أعداءهم و زيادة الهداية تعود إلى انفسهم.

• فكر المسار: أي مساعي الإنسان لتحقيق أهدافه الدنيوية والإلهية، والتحلي بالفضيلة والإخلاص في فعل ما يُسعد الله ورسوله (صلى الله عليه واله وسلم)، وتجنب ما يُحزن الله ورسوله (صلى الله عليه واله وسلم) وهو ما يكون سبب لانزال رحمة الله تعالى وبعث الامل في نفس الانسان قال تعالى: ((وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ)) (التوبة: 71) (ابو بكر: 2014، 154).

مقارنة بين غرس الأمل وتعزيزه في القرآن الكريم وعلم النفس
كما ذكرنا سابقًا، يتألف العلاج بالأمل في علم النفس من مرحلتين رئيسيتين: غرس الأمل وتعزيزه (علاء الدين: 2009م، 36).

ويهدف القرآن الكريم أيضًا إلى غرس الأمل وتعزيزه في نفوس الناس من خلال حلول مبنية على الإيمان والسلوك. والله تعالى يغرس الأمل من خلال حلول مبنية على الإيمان، ويعززه من خلال حلول مبنية على السلوك(منصوري: 2013م, 51).

مقارنة حلول غرس الأمل

الخطوة الأولى هي إدراك الأمل، ولمساعدة المريض على فهم آماله السابقة، يطلب المعالج من المريض أن يروي قصة حياته. بهذه الطريقة، يُمكن للمريض أن ينظر إلى مستقبله بشكل أفضل (بهازي: ٢٠١٠م, ١١٢). وقد أمر القرآن الكريم الناس بتذكر نعمة الله تعالى رحمته دائمًا في حياتهم والمسار الذي سلكوه حتى الآن قال تعالى: ((أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ هَلْ مِنْ خَالِقٍ غَيْرِ اللَّهِ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَأَنْتَى تُؤْفَكُونَ))(فاطر: 3). بالإضافة إلى ذلك، روى الله نفسه قصصًا كثيرة لإحياء الأمل في نفوس الناس. على سبيل المثال، خلال غزوة أحد، عندما فقد المسلمون الأمل وشعروا بالاحتئاب بعد رؤية قوات العدو وتأثرهم بالفتنة، قص الله عليهم قصة غزوة بدر وتأثيرها في تلك الساعة، ليبعث الأمل في نفوسهم قال تعالى: ((وَلَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ بِبَدْرِ وَأَنْتُمْ أَذِلَّةٌ فَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ () إِذْ تَقُولُ لِلْمُؤْمِنِينَ أَلَنْ يَكْفِيَكُمْ أَنْ يُمِدَّكُمْ رَبُّكُمْ بِثَلَاثَةِ آلاَفٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُنْزَلِينَ () بَلَى إِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُمْ مِنْ فُورِهِمْ هَذَا يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُمْ بِخَمْسَةِ آلاَفٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ () وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَى لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُمْ بِهِ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ)) (آل عمران: ١٢٣-١٢٦). وذكرهم بأن اليأس لن يتسلل إلى النفس البشرية ما دام رجاء المرء موجهًا إلى خالقه قال تعالى: ((وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَغْلَى إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ)) (آل عمران: ١٣٩). لذلك، فإن أفضل سبيل لإيجاد الأمل هو تذكر رحمة الله ونعمه على مر التاريخ(قطبي: 2020م, 212).

في الخطوة الثانية وهي تعزيز الأمل، يحاول المعالج أن يُشكّل نموذجًا للتفكير والسلوك المُفَعَّم بالأمل، وذلك لتحسين قدرة المريض على التصرف ومسار تفكيره (علاء الدين: 2009م, 42). كما أن القرآن الكريم، لتعزيز الأمل في نفوس الناس، يحثهم على الإيمان بالأنبياء وبالبعث، وذلك لتنمية قدراتهم على التصرف ومسار تفكيرهم. بعبارة أخرى، بالإضافة إلى اتباع أئمة الله وأنبيائه

المختارين كبشر كاملين ومنتظرين، يسعى القرآن الكريم إلى تعزيز الأمل في نفوس الناس من خلال الإيمان بالبعث، وكذلك من خلال خلق موقف إيجابي تجاه الموت. تشير استراتيجيات تعزيز الأمل في كل من القرآن الكريم وعلم النفس إلى أن اتباع قدوة يُعزز الأمل. ومع ذلك، ففي القرآن الكريم، فإن القدوة الحقيقية هي الأنبياء وعباد الله المختارين، الذين يتمتعون بمكانة أعلى بكثير من القدوة الموجودة في علم النفس قال تعالى: ((يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ عَلَى رَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي أَنْزَلَ مِنْ قَبْلُ)) (النساء: 136). الفرق الحقيقي هو أن القرآن الكريم يرى الخلود غاية للحياة الدنيا، ويعتبر هذه الدنيا جسراً إلى الآخرة قال تعالى: ((وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ)) (العنكبوت: 64). ولذلك، يهدف القرآن الكريم، من خلال إثراء الفكر بالإيمان بالبعث وخصائص الآخرة، إلى تعزيز الأمل في نفوس البشر. ويعتبر القرآن الكريم نسيان يوم القيامة أو رفضه من أهم أسباب اليأس والقنوط قال تعالى: ((وَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا بَعِيدًا)) (النساء: 136). ولذلك، فإن الإيمان بالبعث في بصيرة القرآن الكريم له أهمية بالغة لتعزيز الأمل، بينما يصمت علم النفس عن هذه المسألة، لأنه لم يحدد أهدافاً دنيوية، بل إن الأهداف الدنيوية تُحدد من وجهة نظر الماديين فقط (ابو بكر: 2014، 123).

يوصي القرآن الكريم بسلوكيات أساسية، كالإيمان بالتوحيد والنبوة والبعث، لأن التعاليم الإسلامية الأخرى تعتمد على هذه المبادئ. فإذا آمن المرء بالتوحيد والنبوة والبعث، ازداد أمله بإدراك حقائق الحاضر والمستقبل، ودور الله. كما يوصي القرآن الكريم بسلوكيات تُعزز الأمل في المجتمع، مما يؤدي إلى تعزيزه. قال تعالى: ((لَيْسَ الْبِرُّ أَنْ تُولُوا وَجُوهَكُمْ قَبْلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَاءِ وَحِينَ النَّبَأِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ)) (البقرة: 177) ومن أهم السلوكيات الفردية في القرآن الكريم: ذكر الله، وصلاة الفجر، والصلاة، وتلاوة القرآن؛ ومن أهم السلوكيات الاجتماعية: الإنفاق، والإحسان، والعفة، والعفو عن

المسيء، والولاء، وغيرها. ولذلك، شدد على قضية الأمل وتقويتها بطرق مختلفة في ثقافة القرآن الكريم، وشجع عليها (تسخيري: 1976م، 78).

مقارنة حلول تعزيز الأمل

في الخطوة الأولى وهي إثراء الأمل، يحاول المعالج إثراء الأمل لدى مريضه من خلال تقديم حلول لوضع الأهداف، وتطوير المسارات، وتعزيز القدرة على التصرف لدى الفرد (بهاري: 2010م، 115). كما قدم القرآن الكريم، لإثراء الأمل لدى البشر، حلولاً سلوكية على المستويين الفردي والاجتماعي. ومع ذلك، يمكن مقارنة الحلول النفسية بجوانب مختلفة في القرآن الكريم:

• الحلول التي قدمتها نظرية الأمل لتعزيز الأمل وإثرائه هي من نوعية ينبغي على المريض نفسه أو على الأقل بمساعدة المعالج أن يبتكرها وهي: الهدف، والقدرة، والمسار (سنايدر: 2000م، 16). هذا في حين أن حلول القرآن الكريم، بخلاف الحلول النفسية، قد وضعها الله قبل ذلك بكثير، إذ أوضح الله غاية الحياة البشرية من خلال مناقشة سبب الخلق في المقام الأول قال تعالى: ((وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ)) (الذاريات: 56)، كما بين سبل الوصول إلى ذلك قال تعالى: ((فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا)) (الكهف: 110). كما أن القرآن الكريم قد حدد الدافع اللازم لتحقيق هذه الحلول من أجل حماية البشرية وسعادتهم الابدية قال تعالى: ((وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَنُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا لَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَنُدْخِلُهُمْ ظِلًّا ظَلِيلًا)) (النساء: 57) (العلمي: 2024، 216). يجب على الناس تقييم أهدافهم الدنيوية من خلال سبل وضعها الله تعالى، أي العمل الصالح مع الإخلاص لنيل رحمة الله تعالى، وهو السبب الأساسي وراء خلقهم. لذا، فإن حلول القرآن الكريم لإثراء الأمل أشمل بكثير من حلول علم النفس. فبالإضافة إلى تحديد المسارات، يحدد القرآن الكريم الفاعل والهدف الرئيسي، ويثدد عليهما، عادةً ما تشمل الحلول المقدمة في نظرية الأمل في علم النفس جوانب فردية، بينما في القرآن الكريم، بالإضافة إلى الحلول الفردية، قدم الله أيضًا حلولاً سلوكية في نطاق اجتماعي، ليتمكن الناس من مساعدة المجتمع على تنمية الأمل في مجتمعهم، وبناء الأمل في نفوسهم، يُطلق الإسلام على المجتمع

اسم الأسرة الكبيرة، وعلى كل فرد فيها واجبات تجاه الآخرين. وكما ذكر سابقاً، فإن أهم السلوكيات الاجتماعية في القرآن الكريم هي: الإنفاق في سبيل الله، والإحسان، والعفة، والعفو عن المسيء، والولاء، والالتزام بها، مما يزيد من الأمل في المجتمع (البستاني: 1989م، 93). الخطوة الثانية وهي التمسك بالأمل، يُحَفِّز المريض على تحسين مستوى أمله، والتمسك به، من خلال إدراك أفكار الهدف وأفكار العوائق (بهاري: 2010م، 128). وفي القرآن الكريم أيضاً طلب التمسك بالأمل في نفوس الناس، وطلب الله تعالى منهم تحديد هدفهم الرئيسي في الحياة قال تعالى: ((أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ)) (المؤمنون: 115). ومن خلال تحديد الأفكار الدخيلة والهدامة، يمكن للمرء أن يحارب الأمنيات التي تحول دون تحقيق هدفه الرئيسي قال تعالى: ((يَا دَاوُودُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ)) (ص: 26) (البستاني: 1989م، 98).

النتائج

وفقاً لهذه الدراسة، يوجد تشابه واختلاف بين نتائج علماء النفس في هذا المجال وتعاليم القرآن الكريم.

من أوجه التشابه التي وُجدت:

- 1- الأمل هو توقع تحقيق هدف ما بالجهد والعمل.
- 2- يتألف العلاج بالأمل من مرحلتين: غرس الأمل وتعزيزه.
- 3- إن تذكر القصص والتركيز على الإنجازات الماضية يُعزز الأمل لدى الناس.
- 4- إن تحديد الأهداف والعقبات يُساعد على الحفاظ على الأمل.

• الاختلافات التي وُجدت هي:

- 1- يستند مفهوم الأمل في القرآن الكريم إلى النظرة الإلهية للعالم وله توجه قيمي، بينما يستند في علم النفس إلى نظرة فردية للعالم.

الأمل في القرآن الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرة تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

- 2- يُركز القرآن الكريم على جميع جوانب الإنسان (المادية والروحية) فيما يتعلق بمسألة الأمل، بينما يُركز علماء النفس فقط على الجانب المادي للبشرية.
- 3- نظرية الأمل في القرآن الكريم، خلافاً لعلم النفس، تقوم على سبب خلق الإنسان واكتماله، وأساسها الإيمان بالله تعالى.
- 4- تتمتع القدوات الواردة في القرآن الكريم (الأنبياء وعباد الله المختارين) بمكانة أعلى بكثير مقارنةً بتلك الواردة في علم النفس.
- 5- تتجه الحلول المقدمة في نظرية الأمل في علم النفس لتعزيز الأمل نحو النهج الفردي، بينما يقدم القرآن الكريم حلولاً سلوكية في نطاق مجتمعي بالإضافة إلى الحلول الفردية.

التوصيات

- 1- المكتبة الإسلامية بحاجة الى الدراسات الفكرية للقران الكريم المتعلقة بواقع الامة , والقران الكريم بحر لن ينضب , ويجب على الباحثين اخراج هذه الكنوز بصورة قابلة للتطبيق تجعل من القران الكريم هو الحل لمشاكل المجتمع
- 2- ويجب على الدراسات القرآنية ان تغير من طريقة خطابها لتكون مؤهلة لخطاب العامة والخاصة والكل ينتفع بها.

المصادر

- 1- القرآن الكريم.
- 2- الزبيدي , محمد بن محمد بن عبد الرزاق الحسيني, تاج العروس, من جواهر القاموس, دار الهداية, 1965م.
- 3- مخيمر, عماد محمد, الارتقاء الإنساني في ضوء علم النفس الإيجابي, القاهرة, دار الكتاب الحديث. 2008م.
- 4- عبد الخالق ,احمد, الصيغة العربية لمقياس سنايدر للامل. مجلة الدراسات النفسية, م 14, ع2, 2004م.

الامل في القران الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرية تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

- 5- فقيهه، احمد، الشباب والسلام العقلي: المشكلات والإرشاد والعلاج من منظور إسلامي، دار البحوث العلمية، قم، 2011م، ط6.
- 6- سنايدر، تشارلز، دليل الأمل: النظرية والمقاييس والتطبيقات، أكاديمية برس، سان دييغو، كاليفورنيا، ٢٠٠٠م.
- 7- مطهري، مرتضى، الإسلام والإيمان، منشورات صدرا، قم، 1993م، ط8.
- 8- منصوري، كاظم، عمل ووظيفة الأمل في حياة الإنسان، مركز الثقافة والتعليم القرآني، قم، 2013م.
- 9- الاصفهاني، الحسين بن محمد الراغب، معجم مفردات الفاظ القرآن الكريم، دار الكتب العلمية، 2004م.
- 10- مصطفىوي، حسن، التحقيق في كلمات القرآن الكريم، بيروت، دار الكتب العلمية، 2009م، ط3.
- 11- ابو بكر، منجد محمد رضوان احمد، الامل والرجاء في القرآن الكريم دراسة موضوعية، دار النوادر اللبنانية، لبنان، بيروت، 2014م، ط1.
- 12- الفرماوي، عبد الحي، الموت في الفكر الاسلامي، دار وهبة، القاهرة، 1991م.
- 13- غانم، محمد حسن، التدين وعلاقته بقلق الموت والاحداث السارة والنظرة للحياة، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مصر، مج 3، ع 3، 2004م.
- 14- قطبي، ثريا، الامل بين الاسلام وعلم النفس ودوره في الصحة الروحية، مجلة اداب ذي قار، ع 33، 2020م.
- 15- أحمد، السيد طه مصادر الأمل عند المسلم، القاهرة، 2023م.
- 16- تسخير، محمد علي، الامل بين الاسلام والمبادئ الوضعية، قم، 1976م، ط1.
- 17- علاء الدين، زكي، دراسة حول العلاج الجماعي بالأمل لدى طلاب جامعة أصفهان، رسالة ماجستير، كلية التربية وعلم النفس، جامعة أصفهان، 2009م.

الامل في القران الكريم وعلم النفس دراسة مقارنة

م. عصام فؤاد رشيد / مديرية تربية النجف الاشرف



Essamfouad1976@yahoo.com

- 18- بهاري، فاضل، مقارنة تأثير الاستشارة الزوجية القائمة على الأمل ونموذج التسامح والأمل المتكامل على التشوه المعرفي بين الأشخاص والعدوان الزوجي لدى الأزواج المرضى في مركز أصفهان للإرشاد، كلية التربية وعلم النفس ، جامعة أصفهان، 2010م.
- 19- محمد، هاني سعيد حسن ،الأمل والتدين وجودة الحياة لدي المسنين والمسنات :دراسة مقارنة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج24 ،ع4، 2014م.
- 20- العلمي، راشد سعد، التفاؤل في حياة الأنبياء على ضوء النصوص القرآنية ، مجلة كلية اصول الدين والدعوة الاسلامية، جامعة الازهر، ع40، 2024م.
- 21- البستاني، محمود، الاسلام وعلم النفس، مجمع البحوث الاسلامية، مشهد، ايران، 1989م.