قلنا في اللقائين الماضي: إن بناء شخصية المسلم يكون من خلال ثلاثة محاور :

1-العلاقة مع الله

2- العلاقة مع الناس .

3- العلاقة مع الذات أو النفس .

تكلمنا عن العلاقة مع الله والعلاقة مع الناس، وحتى لا نطيل ندخل إلى المحور الثالث:

العلاقة مع النفس أو الذات

العلماء قالوا : إن الإنسان الذي يريد أن يحيا حياة مستقرة فعنوان ذلك :

التوازن

التوازن في كل شئ بمعنى الاعتدال والوسطية عدم الإفراط أو التفريط ، الإفراط يقصد به المغالاة في الشئ ، والتفريط يقصد به تضييع الشيء، والوسطية

يحبها الله في كل شيء قال تعالى : ـ(والذين إذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما)ـ [الفرقان/67]

وقد حدد العلماء في موضوع التوازن النفسي أربعة أمور :

1- التوازن بين القدرات والرغبات .

2- التوازن بين العلم والعمل.

3- التوازن بين العقل والعاطفة .

4- التوازن بين الأخذ والعطاء.

أولا / التوازن بين القدرات والرغبات :

بمعنى تحديد هدفك في الحياة ،فأي إنسان يعيش في الحياة بلا هدف حياته لا معنى لها فكما قالوا : ما أضيق العيش لولا فسحة الأمل .

وعلمنا رسول الله ـصلى الله عليه وسلمـ فقال : "إحرص على ما ينفعك " حدد هدفك .

والله تعالى خلقنا في هذه الأرض فقال : " ـ(أفحسبتم أنما خلقناكم عبثا وأنكم إلينا لا ترجعون)ـ [المؤمنون/115] فخلقي وخلقك ليس عبثا بل لله حكمة خلقت من أجلها ، وما خلق الله على وجه هذه الأرض شيئا عبثا ، كل شئ خلقه الله لحكمة .

والإسلام أعطى عنوانا لهذا المعنى فقال النبي ـصلى الله عليه وسلمـ (إنما الأعمال بالنيات) أي عمل من الناحية الشرعية لا نية فيه ولا هدف من ورائه هو

عبث لا قيمة له (إنما الأعمال بالنيات، ولكل امرئ مانوى) إذن أنا كمسلم أحدد هدفي في هذه الحياة .

والأهداف نوعان : هدف دنيوي ، وهدف أخروي .
هدف دنيوي :أحقق به قول الله تعالى : ـ(هو أنشأكم من الأرض واستعمركم فيها فاستغفروه ثم توبوا إليه إن ربي قريب مجيب)ـ [هود/61] يعني طلب منكم عمارتها .
وهدف أخروي : أن تسعى طوال حياتك في مرضاة الله عز وجل ـ(وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون)ـ [الذاريات/56]

أي إنسان سعيد في هذه الحياة هو سعيد لأنه عنده أمل وهدف يتحرك من أجله ، الإنسان فينا ممكن يجد في حياته إخفاق أو فشل / لكن بعد هذا الفشل نجاح ، ذكروا عن مكتشف المصباح الكهربائي أنه أجرى تجارب آلاف المرات حتى يتوصل لاكتشاف المصباح الكهربائي فلما كلموه في ذلك قال :

(أنا لم أفشل، بل وجدت 10.000 طريقه لا يمكن للمصباح العمل بها)، فأنا عندي هدف ليس العيب من وراء هذا الهدف أن يحدث إخفاق مرة اثنين ثلاثة ...لكن أبحث عن السبب من وراء هذا الإخفاق ، وأكمل وأنا عندي هدف وأمل وعندي تخطيط لتحقيق هذا الهدف .
الرسول ـصلى الله عليه وسلمـ لما كلمه عمه أبو طالب في شأن الدعوة والإسلام قال: "يا عمّ، والله لو وضعوا الشمس في يميني والقمر في يساري على

أن أترك هذا الأمر حتى يظهره الله، أو أهلك دونه."

إنسان بلا هدف كريشة معلقة في الهواء:

أي إنسان بلا هدف فإنه أشبه بالريشة المعلقة في الهواء ، الهواء يرفعها يخفضها يمينا شمالا ، لا شئ ، وإنسان بلا هدف كسفينة تقف في عرض البحر لا وجهة لها ولا هدف لها ، فلا بد أن يكون عندك هدف تحققه بقدراتك ، ويكون الهدف ممكنا ليس خياليا أو عبثا أو من باب الأحلام الوردية إنما هدفا واقعيا عندك خطة لتحقيقه ، وعندك سعي وهمة لتحقيقه ، إذا وازنت بين قدراتك ورغباتك سيحدث التوازن في حيات كلها وستشعر أن لحياتك قيمة ، فأنا على المستوى الدنيوي عندي هدف 1..2...3.....
على المستوى الديني أو الأخروي أريد مثلا حفظ القرآن ، تعلم التجويد ، أحافظ على صلاة الجماعة، أريد صلة الرحم ، أريد أن أهذب لساني..... ، هذه كلها موازنات الإنسان يوازن فيها بين قدراته ورغباته فيحقق جانبا من إصلاح النفس .

ثانيا / التوازن بين العلم والعمل:

أكثر ما يتعب الإنسان أنه يتعلم شيء ويعمل شيءآخر، أو العكس أنه يعمل بلا علم ، من الناحية الشرعية علم بلا عمل ضرب الله المثل به في القرآن فقال : ـ (كمثل الحمار يحمل أسفارا)ـ [الجمعة/5] ما فائدة العلم إذا لم ينتفع به صاحبه فشبهه الله بحمار يحمل الكتب فوق ظهره ، رغم أن هذه الكتب تحوي

العلوم والمعارف إلا أن الحمار لن ينتفع بها ، وهذا تقبيح لمعنى أن تعلم ولا تعمل ، أما إذا عملت بلا علم فإن ذلك يصحبه الجهل أي واحد يعبد الله جاهلا تجده إما يقع في البدعة وإما يعبد الله على وجه غير صحيح ، وكم من أناس أمضوا أعمارا في بدعة وأمضوا أعمارهم في جهل ولا حول ولا قوة إلا بالله .

والعلم نوعان : علم لكسب الرزق ، وعلم لصحة العبادة .

فعلم الدنيا له أسبابه المعروفة من خلال الدراسة المتخصصة ، فإذا درست وتعلمت فعملت بما تعلمت تشعر بالتوازن في حياتك من الناحية الدنيوية ، وإذا علمت علم الحلال والحرام وما تصح به عبادتك فعملت به فإنك بذلك أصلحت دنياك وأخراك .

ثالثا / التوازن بين العقل والعاطفة :

كل إنسان منا عنده عقل يفكر به وعاطفة ، وأقصد بالعاطفة المشاعر والأحاسيس من الحب والكره ...

من أكثر المشاكل في حياتنات الخلط بين الأمرين ، البعض لا يدري متى يستعمل العقل ؟ومتى يستعمل العاطفة ؟

العقل منطقي ، له استدلالات وتفكير ووعي وإدراك .

بالعاطفة يميل الإنسان إلى ما يحب ، ينفر مما يكره .

وهذا يؤدي أحيانا لبعض الخلل في الحياة فلا تكن عقلانيا بلا عاطفة ، ولا عاطفيا بلا عقل .

المرأة فطرها الله تعالى عندها العاطفة أكبر بكثير من الرجل ، لكن هذا ليس معناه كما ادعى البعض أنها ليس عندها عقل وأن الإسلام ظلم المرأة ، فهذا غير صحيح ، المرأة عندها عاطفة وعقل لكن العاطفة أكبر من العقل ، الرجل فطر أو خلق عنده عقل وعاطفة ، لكن العقل عنده أكبر من العاطفة ، ولذلك لما يحدث الزواج بين الرجل والمرأة تتكامل الشخصيتان عقل وعاطفة ، وعاطفة وعقل.

العاطفة والعقل في القرآن :

بعض الناس يفكر بالعقل فقط فيخرب الدنيا وبعضهم يفكر بالعاطفة فيخرب الدنيا ، اسمع للآيات : يقول تعالى : ـ(فبما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك)ـ [آل عمران/159] النبي ـصلى الله عليه وسلمـ المبلغ الوحي عن الله سبحانه وتعالى لكن الله بين له أن يمزج قيادته للمسلمين وتعليمه بالعاطفة ، أن يجعل الله في قلبه الرحمة مع من يتعامل معهم، فلوخلت أخلاق النبي ـصلى الله عليه وسلمـ من الرحمة لكان مكانها الغلظة، وهذا ينتج عنه نفور الناس .

ويقول تعالى : ـ(إن الله يأمر بالعدل والإحسان)ـ [النحل/90] العدل هو إعمال للعقل احكم بين متخاصمين بالعدل ، إقامة الأمور في نصابها ومع العدل لا تنس الإحسان وهذه عاطفة.
وقال تعالى : ـ(ولا يجرمنكم شنآن قوم على ألا تعدلوا اعدلوا هو أقرب للتقوى

)ـ [المائدة/8] شنئان يعني بغض ، فلا تدفعكم عداوتكم أو كرهكم لقوم أو شخص أن تظلموهم لا تقدم العاطفة على العقل ، فالعقل يقول ينبغي عليك إقامة العدل ، العاطفة تقول لأني أكره هؤلاء أو هذا الشخص لن أمنحه هذا الأمر ، الله تعالى أمرنا بالعدل قال : ـ(ولا يجرمنكم شنآن قوم على ألا تعدلوا اعدلوا هو أقرب للتقوى)ـ [المائدة/8]

لقاء النبي بقاتل عمه حمزة:

والنبي ـصلى الله عليه وسلمـ إلتقى بقاتل عمه حمزة ـرضي الله عنهـ وحشي بن حرب قتله بحربته ، الآن وحشي جاء مسلما ،النبي ـصلى الله عليه وسلمـ يكره هذا الشخص قاتل عمه ، هذه عاطفة لكن العقل هنا أنه لا ينبغي أبدا أن يظلمه لأنه دخل في الإسلام والإسلام يهدم ما كان قبله ، ماذا قال له النبي ـصلى الله عليه وسلمـ ؟ قال غيب عني وجهك ، هذه هى الناحية النفسية البشرية ، أنا لن أظلمك ولن أؤذيك لكن من الناحية الإنسانية أنا محمد لا أستطيع أن أنظر إلى وجه قاتل عمي ، لكن هذا لم يدفعه للظلم ولا للاعتداء .

الشاعرأبا عَزَّة الجمحي:

على النقيض مثلا : في طريق رجوعه صلى الله عليه وسلم من غزوة حمراء الأسد إلى المدينة أخذ أبا عَزَّة الجمحي أسيرا وهو الذي كان قد منَّ عليه من أسارى بدر؛ لفقره وكثرة بناته، على ألا يظاهر عليه أحدًا، ولكنه نكث وغدر فحرض الناس بشعره على النَّبِيّ صلى الله عليه وسلم والمسلمين،وهجاه (سبه)

وخرج لمقاتلتهم في أحد فلما أخذه رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: يا محمد،اعف عني، وامنن على، ودعني لبناتي، وأعطيك عهدًا ألا أعود لمثل ما فعلت، فقال صلى الله عليه وسلم: «لاَ تَمْسَحْ عَارِضَيْكَ بِمَكَّةَ بَعْدَهَا وَتَقُولُ: خَدَعْتُ مُحَمَّدًا مَرَّتَيْنِ، لاَ يُلْدَغُ المؤْمِنُ مِنْ جُحْرٍ مَرَّتَيْنِ»

ففي هذا الموقف كان إعمال العقل هو المتوجب عليه صلى الله عليه وسلم؛ سيما وقد أبان القاعدة التي يدور عليها وهي أنه لا يلدغ مؤمن من جحر مرتين، فعامله صلى الله عليه وسلم بالعدل لا بالإحسان إذ أحسن إليه من قبل.

فلا تتبعوا الهوى أن تعدلوا:

أنا عندي عقل وعاطفة مع أولادي : العقل يقول توقظ أبناءك لصلاة الفجر مثلا ، العاطفة تقول خليه نائم قليلا ....ماذا أغلب هنا العاطفة أم العقل .هذا قريبي أو حبيبي أو صديقي ، والآن أنا سأشهد عليه وليس له ، العاطفة تقول : اشهد له لا تؤذيه ، والعقل يقول لا ، لا بد وأن تشهد بالحق ، ماذا قال لنا الله ـ(يا أيها الذين آمنوا كونوا قوامين بالقسط شهداء لله ولو على أنفسكم أو الوالدين والأقربين إن يكن غنيا أو فقيرا فالله أولى بهما فلا تتبعوا الهوى أن تعدلوا وإن تلووا أو تعرضوا فإن الله كان بما تعملون خبيرا)ـ [النساء/135]

إذن عند العدل لا تقدم العاطفة فتحابي وتشهد زورا ، أو تظلم لتعطي صاحبك أو صديقك أو حبيبك ؛إنما تقيم العدل ، هكذا تتوازن الأمور .

لما تعرض لك مشكلة فكر فيها من الناحية العقلية ، وازن الأمور ، تدرك أبعاد

المشكلة ، ولا تنس العاطفة وخاصة إذا كانت متعلقة بالأشخاص الذين نحتك بهم مباشرة كالزوجة والأولاد والوالدين ، الإخوة ، الأرحام ، الأصدقاء فنمزج بين العقل والعاطفة .

لكن لا يدفعنا العقل إلى الصلابة والغلظة والخشونة مع الناس، ولا تدفعك العاطفة إلى أن نميل عن الحق ونزيغ إلى الباطل أو نظلم أو نعتدي أو نشهد زورا بحجة هذا الأمر .

انصر أخاك ظالما أو مظلوما :

ولاحظوا كيف صحح النبي المفاهيم فقال : " انصر أخاك ظالما أو مظلوما ، قالوا هذا ننصره مظلوما فكيف ننصره ظالما وهذه كلمة تقولها العرب، وكان العرب عندهم تعصب ينصرون أصحابهم وإن ظلموا، واشتهر عندهم هذا: (انصر أخاك ظالمًا أو مظلومًا)،فكل من ينتمي لقبيلة قوية كان يفعل ما يشاء يقتل يأخذ مال غيره وفي الأخير يرجع لقبيلته فتحميه ، فلما قاله النبي ـ صلى الله عليه وسلم ـ ذلك قالوا: يا رسول الله! كيف أنصره ظالمًا؟ قال: تحجزه عن الظلم فذلك نصرك إياه، نصر المظلوم واضح، لكن نصر الظالم معناه: منعه من الظلم وحجزه عن الظلم هذا نصره.

إذن وازن بين العقل والعاطفة أي مشكلة أي قرار في حياتك ، التعامل مع الناس التعامل التربوي التعامل الإداري التعامل في البيع والشراء وازن بين الأمرين العقل والعاطفة .

يقولون : إن الإنسان إذا فكر بعقله أبطأ وإذا فكر بعاطفته أسرع لأن العاطفة انفعال أما العقل فهو قرار فإذا مزجت بينهما كنت إنسانا متوازنا .

رابعا /التوازن بين الأخذ والعطاء :

بعض الناس تعود أن يأخذ فقط فإذا منعه الناس أو ملّوه يتضايق ويتضجر والله عز وجل أخبر عن أمثال هؤلاء فقال : ـ(ومنهم من يلمزك في الصدقات فإن أعطوا منها رضوا وإن لم يعطوا منها إذا هم يسخطون)ـ [التوبة/58] أنت صاحبي وحبيبي لو أعطيتني ، يا سلام على كرمك ، طيب لو رفضت أن أعطيك ضيقا أو عجزا عن العطاء ؟ إذن يا ويلك منه أنت بخيل ، بل أنت أبخل من رأيت أنت كذا وكذا .....

فنوازن بين الأخذ والعطاء إذا أردت أن تأخذ فاعطِ كما قال النبي ـصلى الله عليه وسلمـ " خير الناس أنفعهم للناس " و " لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه " فلا تكن دائما آخذا فتكن أنانيا ، ولا تكن دائما معطاء فإنك قد تنفذ قدراتك أو تمل وتضجر وقد يصل بك الأمر إلى عزلة عن الناس ، فالتوازن بين الأخذ والعطاء .

العطاء سبب للسعادة :

يقولون : إذا أردت أن تسعد فبعدد من تسعدهم معك تزيد سعادتك ، لو أردت أن أدخل السرور والسعادة على قلبي لو أسعدت شخصا معي سعادتي ستكون بمقدار إسعادي لشخص ، ولو أسعدت أسرة فسعادتي ستكون أكبر وأكبر ، ولو

أسعدت عشرة ...عشرين .... ألف .... فكلما زاد عدد من أسعدتهم زادت سعادتي .

إذا أردت أن تُحب فوزع حبك على القلوب حولك ، سبحان الله !

إذا أردت أن تأخذ فاعطِ ، كن كريما ، وقد قلنا في الخطبة الماضية أن الكرم والعطاء يجعلك تكسب قلوب الناس فتعطي ولا تنتظر المقابل ، والبذل والجود ليس بالمال فقط إنما يكون بالمال ، والكلمة الطيبة والبسمة الجميلة الصافية ، ويكون بالتشجيع ، وبالثناء على الشخص بما يستحقه وليس بما لا يستحق .

إذا وازنا بين الأخذ والعطاء الإنسان منا يكون عنده توازن في حياته ، والرسول ـصلى الله عليه وسلمـ علمنا فقال : " ومن يستعفف يعفه الله ، واليد العليا خير من اليد السفلى "، علمنا أنك إذا كنت قادرا على ألا تأخذ وأن تعطي فإن اليد العليا أفضل لأنها المنفقة وليست الآخذة .
فكن عزيزا بين الناس لا تتطلع إلى ما في أيديهم أحبك الناس ولذلك لما جاء أعرابي قال : يا رسول اللَّه ، أوصني وأوجز ، فقال : " عليك باليأس مما في أيدي الناس ، فإنه الغنى..." ولما جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله دُلَّني على عمل إذا عملته أحبني الله وأحبني الناس، فقال: "ازهد في الدنيا يحبك الله، وازهد فيما عند الناس يحبك الناس".
لو حققنا هذه الأربعة نقاط نكون قد حققنا السعادة مع النفس:

1- التوازن بين القدرات والرغبات .

2- التوازن بين العلم والعمل.

3- التوازن بين العقل والعاطفة .

4- التوازن بين الأخذ والعطاء.