

أثر الإرشاد النبوي في التدفق النفسي لدى الصحابة الكرام - رضوان الله عليهم -

The Effect Of Prophetic Guidance On The Psychological Flow Of The Honorable Companions

د. نجم الدين عيسى

جامعة يالوفا - تركيا

Najmissa@hotmail.com

تاريخ النشر: 2023 / 12 / 21

تاريخ القبول: 2023 / 08 / 07

تاريخ الإرسال: 2023 / 05 / 12

الملخص:

تتناول هذا الدراسة تشخيص وتحليل جانب من جوانب النفس البشرية ضمن نطاق علم النفس الإيجابي ألا وهي حالة التدفق النفسي لدى بعض أفراد المجتمع الإسلامي في عهد عصر النبوة وصدر الإسلام؛ لتجيب عن أسئلة جوهرية ألا وهي، هل حصل التدفق النفسي لدى الصحابة الكرام نتيجة تأثيرهم بالإرشادات النبوية، وهل هذه الإرشادات صالحة لتفجير الطاقات الإيجابية الكامنة لدى أفراد الأمة في كل زمان ومكان، وما أثر هذه الدراسة على واقع الأمة الإسلامية من حيث القلق النفسي الذي تعيشه نتيجة ضعف قدراتها عن مواجهة التحديات التي تواجهها على الرغم من امتلاكها كل الوسائل المادية والمعنوية اللازمة لتفوقها وتربيعها على سدة القيم الحضارية؟

ولقد سارت الدراسة وفق المنهج الوصفي في إبراد الأفكار والمنهج التحليلي للتدليل على العلاقة بين الإرشاد النبوي والنفس البشرية وأثر ذلك على الواقع السلوكي في الماضي وضرورة التمثيل به في الحاضر، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن حالة التدفق النفسي الإيجابي التام من حيث عناصره قد تحققت في سلوك من ذكرنا من أفراد الصحابة على جهة التمثيل لا الحصر، وأن انحراف البوصلة لدى المسلمين من حالة التدفق النفسي الإيجابي إلى حالة القلق النفسي سببه انحرافهم عن إرشادات نبيهم صلى الله عليه وسلم واتباعهم سنن الذي ظلموا أنفسهم وعطلوا العمل بالقيم.

وأن عدم استفادة المجتمع الإسلامي من الوسائل المادية والمعنوية القوية التي يمتلكها يرجع إلى أنها غير مفعلة باتجاه الأهداف السامية التي تضمن له التفوق والتدفق. وأن كل ما تكلم فيه علماء النفس في جانب علم النفس الإيجابي نظرياً وخاصة مسألة التدفق النفسي هو واقع عملي تطبيقي موجود في المجتمع الإسلامي منذ أربعة عشر قرناً مع اختلاف في الاصطلاحات التي وُسمت بها.

الكلمات المفتاحية:

الحديث، الإرشاد النبوي، الصحابي، الأثر، التدفق النفسي.

Abstract:

This research deals with the diagnosis and analysis of an aspect of the human psyche within the scope of positive psychology, It is the state of psychological flow among some members of the Islamic community during the era of the Prophethood and the beginning of Islam To answer fundamental questions, namely, did the psychological flow of the honorable companions occur as a result of their influence on the prophetic instructions? And are these guidelines valid for stimulating the positive energies that exist among the members of the nation at all times and places? What is the impact of this study on the reality of the Islamic nation in terms of the psychological anxiety that it is experiencing as a result of its weak capabilities to face the challenges it faces despite having all the material and moral means necessary for its supremacy in civilized values?

The study followed the descriptive and analytical approach to prove the impact of the relationship between the prophetic guidance and the soul, and the impact of that on reality in the past, and the need to behave according it for the present.

This study reached many results, One of the most important findings of the study is that the state of complete positive psychological flow in terms of its elements has been achieved in the behavior of the companions we mentioned to name just a few, And that the compass deviation among Muslims from the state of positive psychological flow to the state of psychological anxiety is caused by their distance from the guidance of their Prophet peace be upon him, and their following of the way of those who wronged themselves and disrupted the work of values, And that the Islamic community's failure to benefit from the powerful material and moral means that it possesses is due to the fact that it is not activated towards the higher goals that guarantee its supremacy and flow And that everything that psychologists talked about in the aspect of positive psychology in theory, especially the issue of psychological flow, is an applied practical reality that has existed in Islamic society for fourteen centuries, with the difference in the terminology with which it was labeled.

Keywords:

Hadith, Prophetic Guidance, Companion, Impact, Psychological Flow .

إن النفس الإنسانية تحتل مكانة كبيرة من الاهتمام في تاريخ الأمم السابقة وتاريخ الإسلام؛ لأنها المحرك الأساسي للجسد نحو الخير أو الشر والهدى أو الضلال، وهذه المتقابلات الإيجابية والسلبية هي مسارات تدفق النفس البشرية إيجاباً أو سلباً، ولقد أرسل الله تعالى الرسل عليهم الصلاة والسلام لتزكيتها؛ لأن الجسد يدور معها وجوداً وعدماً، فإذا صلحت صلح الجسد كله وقام بمهامه على أكمل وجه، وإذا فسدت فسد الجسد كله وضعف عن العمل وتناولته العلل المادية والمعنوية حتى يكون كالعدم. قال تعالى: {هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ} [الجمعة، 2/62].

وتعد التربية بالقُدوة من أهم وسائل تزكية النفس وتهذيبها وإخراج ما فيها من طاقات منتجة في البناء، ولقد تولت العناية الإلهية إرسال الرسل عليهم الصلاة والسلام ومنحتهم من الصفات الكمالية الجمالية منها والجلالية ما تجعلهم قادرين على تحريض النفوس على العمل الموصل إلى الخير وتجنب الشر، قال تعالى: {لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا} [الممتحنة، 4/60]. وهذه القدوة هي التي تحملهم على الاستغراق والتفوق في كل الأعمال الموكلة إليهم. فالتحريض على نيل المطالب العالية مطلب إلهي ومقصد نبوي، قال تعالى: {يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ حَرِّضِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عَشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ} [الأففال، 65/8]، فلم يدع رسول الله صلى الله عليه وسلم لحظة من لحظات حياته بين أفراد مجتمعه إلا وهو يحرضهم على العمل الصالح الذي يستهلك كل طاقاتهم رغبة بما عند الله تعالى من عظيم العطاء، فالمؤمن القوي الذي تهيم عليه حالة التدفق النفسي الإيجابية في سبيل الله النابعة من توجيه رسول الله صلى الله عليه وسلم خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف في تأثره بالخطاب النبوي وعدم تفاعله مع الجانب التطبيقي، فالإيمان يزيد حتى يصل بصاحبه إلى قمة التدفق النفسي لتعلق صاحبه برسول الله وتخلقه بأخلاقه وتحققه باتباعه، وينقص حتى يجعل صاحبه متثاقلاً إلى الأرض قد رضي بالقليل من المقاصد الدنيوية، لضعف تعلق صاحبه وتخلقه وتحققه برسول الله صلى الله عليه وسلم. ومن سنن الله الاجتماعية أنه تعالى لا يبدل ما بقوم من عافية ونعمة وأمن وعزة إلا إذا

كفروا تلك النعم وارتكبوا المعاصي. قال تعالى {إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ} [الرعد، 11/13].

أما إشكالية الدراسة فهي معالجة الترهل والقلق في نفوس أفراد الأمة اليوم لانفصامها عن التوجيه النبوي واختراقها من قبل أعدائها، هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى إسقاط نظرية التدفق النفسي على واقع الصحابة للكشف عن تحقق شروطها في سلوكياتهم للوصول إلى القول بأن حالة التدفق النفسي هي حقيقة موجودة بشكل عملي في سلوك الصحابة قبل أن توجد كنظرية في ذهن "تشكزنتميهالي Csikszentmihalyi".

وتهدف هذه الدراسة إلى توصيف وتحليل ما كانت عليه الأمة من قوة النفس وتدفقها في سبل الخير والفلاح، وما هي عليه الأمة اليوم من الضعف والنتشت في سبل الغفلة والفشل الناتج عن ضعف قدراتهم في مواجهة التحديات المترتبة بهم، وبيان أثر الإرشاد النبوي في إحداث التدفق النفسي لدى أفراد المجتمع الإسلامي، وعلاقة هذا التدفق بزيادة الإيمان في النفوس للوصول إلى السُّدَّة العليا في التعامل مع الأهداف السَّامية، والتي ينتقل فيها الإنسان من الكون إلى المكون ومن الناسوت إلى اللاهوت، ويحقق المقاصد التي خلق من أجلها. وإثبات أن التدفق كان متحققاً في سلوك من ذكرنا من الصحابة الكرام على سبيل المثال، وهم مظهر الوحي العملي في السلوك الإيجابي القائد لنهضة الأمة وصمودها في وجه أعدائها.

وقد نهجت الدراسة في محاولة التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الإرشاد النبوي المنهج الوصفي؛ لأنه الأكثر ملاءمة في دراسة حالة التدفق من حيث التعريف والتأسيس والشروط والأهداف، والمنهج التحليلي الذي يكشف العلاقة بين الإرشاد النبوي والتدفق النفسي ومدى تحقق ذلك في حياة الصحابة الكرام.

وهناك الكثير من الجهود الأكاديمية التي دونت في باب التدفق النفسي في المجالات

التربوية والإدارية، وقد استفدت منها في هذه الدراسة، ولم أجد في نطاق السنة النبوية إلا دراسة واحدة مقدمة لمؤتمر الشباب في جامعة دانيزلي - تركيا، بعنوان التدفق النفسي في السنة النبوية وأثره على الشباب. دراسة تحليلية لحديث "أفلا أكون عبداً شكوراً". للباحث علي عجين.¹ تناول فيها دراسة سند الحديث بجمع طرقه وبيان الروايات والزيادات في ألفاظ كل طريق، ثم انتقل إلى تحليل المتن ليثبت تحقق طرق التدفق النفسي في الحديث وكيف يستفاد منها في التفوق الدراسي لدى الشباب.

وقد جاءت خطة الدراسة في مقدمة، وتمهيد، وثلاثة مطالب، وخاتمة. المطلب الأول: ففي بيان مفردات عنوان البحث، المطلب الثاني: أبعاد حالة تحقق التدفق وفقاً لرؤية ميهالي وجولمان. المطلب الثالث: في الأمثلة التطبيقية للتدفق في سلوك بعض أفراد الصحابة، الخاتمة: وفيها أهم النتائج التي توصل إليها البحث.

مدخل:

لا بد من البيان أن التدفق النفسي الإيجابي كواقع تطبيقي موجود في أعلى مراتبه في الجانب الديني مقارنة بالجانب الاجتماعي، وهو الآن أحوج ما تحتاجه أمتنا في هذا المرحلة العصبية من تاريخها، لأنها وصلت إلى مرحلة الضعف والقلق الذي يهدد مصيرها، فلا بد من ربط سلوكياتها بسلوك الأفاضل كم رجالات صدر هذه الأمة والافتداء بسيرهم والاهتداء بهديهم، لأن معركة التدفق النفسي عند أفراد هذه الأمة معركة رابحة ما دامت ضمن طريق الإخلاص لله تعالى والاتباع لرسول الله صلى الله عليه وسلم فالنتيجة لا تحزن إن الله معنا، ومن أهم القوانين الثابتة في القرآن الكريم الدالة على التدفق النفسي في ظل السنن الإلهية قانونا التنافس والتدافع، فالتنافس يصل بصاحبه إلى الذروة في التدفق في طلب الدنيا أو الأخرى، والتدافع يصل بصاحبه إلى الذروة في التدفق في الدفاع عما يملك ومنع الطرف الآخر من تحقيق مقصده، أما قانون التنافس فيمثل قول الله تعالى: {إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ، عَلَى الْأَرَائِكِ يَنْظُرُونَ، تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ، يُسْقَوْنَ مِنْ رَحِيقٍ مَخْتُومٍ، خِتَامُهُ مِسْكٌ وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ} [المطففين، 83/26]، في البذل والمجاهدة للوصول إلى قمة السعادة وشرف السيادة، والتنافس كما يكون في الخير يكون في الشر، قال صلى الله عليه وسلم: "قوا الله، لا الفقر أخشى عليكم، ولكن أخشى أن تبسط عليكم الدنيا كما بسطت على من

قبلكم، فتتنافسوها كما تنافسوها، وتهلككم كما أهلكتهم".²

والتدفق في المنافسة يبدأ صغيراً في الخير أو الشر ثم يتتابع ليصل إلى ذروته، ويمثل ذلك ما رواه مسلم من طريق عبد الله بن عمرو، عن رسول الله صلى الله عليه وسلم: "تنافسون ثم تتحاسدون، ثم تتدابرون، ثم تتباغضون".³ والبغضاء أرفع درجات الشر في التنافس الموصل إلى قمة التدفق السلبي، وهي الحالقة للدين كما بين النبي صلى الله عليه وسلم لأصحابه الكرام.

وأما قانون التدافع فيمثله قوله الله تعالى: {وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَهْذَمَتْ صَوَامِعُ وَبِيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا وَلَيَنْصُرَنَّ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ} [الحج، 22/40]. فالمعركة مستمرة بين الخير والشر إلى أن تقوم الساعة، وهذه المعركة تقتضي التدفق النفسي الموصل إلى الانغماس في ثورة التضاد في الوصول إلى الأهداف التي يقصدها كل من الفريقين في ميدان الصراع من أجل الحق أو الباطل.

فقانونا التنافس والتدافع من أهم قوانين السنن الكونية المحققة للتدفق النفسي المستمر على مدى الأزمان، وقد جعل الله تعالى في ثنايا النفس البشرية التفاضل والأمل المحرك لها نحو أهدافها ومقاصدها، فمن الناس من هو ظالم لنفسه ومنهم من هو مقتصد ومنهم من هو سابق بالخيرات، فالإنسان لديه قدرات كبيرة وطاقات كثيرة، ولها مفاتيح تفجرها ووسائل تكثرها، وهذه الطاقات لا بد لها من محرضات داخلية وخارجية تعمل على تفجيرها لتصل إلى التدفق النفسي المنشود، وأهم محرض لها هو الإيمان النابع من الاستناد إلى الإرشادات النبوية في منظور هذه الدراسة، والمتعة والمحبة من منظور "تشكزنتميهايلي" Csikszentmihalyi، وعلى هذا فالتدفق النفسي موجود منذ القدم كما حدثنا به القرآن الكريم، وهو صفة جوهرية قائمة في سلوك البشر تستند إلى محرضات مختلفة.

وفي الآونة الأخيرة بدأ الاهتمام بالجوانب النفسية الإيجابية في دراسة الشخصية، فقد

دعا مؤسس علم النفس الإيجابي Martin Seligman، مارتن سيلجمان للبحث عن القوى الإيجابية لدى البشر كبديل عن البحث في تلك الجوانب السلبية أو المضطربة في الشخصية، لأن التركيز على الجوانب الإيجابية للنفس أولى من البقاء في البحث في الجوانب السلبية، وعلى هذا فعلم النفس الإيجابي يدور حول الخبرات الذاتية ذات القيمة مثل حسن الحال والقناعة على المستوى الذاتي، والرضا والأمل والتفاؤل "بالنسبة للمستقبل" والتدفق والسعادة "في الحاضر"، وعلى المستوى الفردي يهتم بالسلمات الفردية الإيجابية مثل القدرة على الحب والعمل والشجاعة والصفح والمثابرة، وعلى المستوى الجماعي يهتم بالفضائل والمؤسسات التي من شأنها أن تدفع الأفراد إلى أن يعيشوا مواطنة أفضل مثل المسؤولية والرعاية والايثار.⁴

وفي ظل علم النفس الإيجابي ظهرت نظرية التدفق النفسي التي بدأت فكرتها على يد العالم النفسي "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi، في نهاية الثمانينيات من القرن العشرين حينما لاحظ أن بعض الناس كالفنانين والرياضيين ومتسوقي الجبال في أثناء ممارستهم أنشطتهم وأعمالهم التي يمثل النشاط فيها هدفاً يشعر القائم بتلك الأنشطة بالمتعة والسرور، واكتشف من خلال آلاف المقابلات الشخصية أن تركيبات إدراكية وانفعالية مميزة تتسبب داخل الأفراد كانسياب الماء المتدفق، فأطلق عليها حالة التدفق flow state، وهي عبارة عن التسلسل الحسي والانفعالي للفرد بداية من التوازن بين المهارات والتحديات المدركة مروراً بعملية التركيز الذي يؤدي إلى التحكم والضبط الذاتي، حتى يصل الفرد إلى الاستمتاع والتفوق في النشاط الممارس.⁵

فيرى "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi، أن هناك حباً ومتعة وسروراً في عمل ما يجعل الإنسان ينغمس فيه ويؤديه بكل ما يملك من طاقة ليصل في أدائه إلى مرحلة الانفصال عن الواقع الزمني والمكاني والذاتي، فلا يشعر بالوقت الذي يمر به، ولا في المكان الذي يؤدي فيه العمل مهما كانت خطورته، مع ضعف الشعور بالذات.

وهذه النظرية وما فيها من أهداف ومقاصد نلتزمها في دراستنا هذه في ثنايا الأعمال الإيمانية لدى أفراد المجتمع الإسلامي والتي تمثل سلوكاً في حياتهم وعقيدة في عقولهم.

2. التعريف بمفردات عنوان الدراسة

1.2 الإرشاد النبوي:

الإرشاد لغة: هو الهداية إلى الخير.⁶

واصطلاحاً: التوجيهات النبوية القولية والفعلية المستندة إلى الوحي للترقي بأفراد المجتمع إلى السلوك الأمثل الذي يحقق لهم السعادة الدنيوية والأخروية من خلال تركية النفوس وتحريضها على نيل القيم لتدخل ميادين الفلاح.⁷

2.2 الصحابي

الصحابي واحد الصحابة، وهو في اللغة مشتق من الصحبة، ويطلق على مجرد الصحبة دون اشتراط استمرارها طويلاً، فكل من صحب غيره قليلاً كان أو كثيراً يقال له صحابي،⁸ وعلى ذلك درج المحدثون.

وأما في الاصطلاح: فالصحابي من لقي النبي صلى الله عليه وسلم مؤمناً به، ومات على الإسلام. زاد الحافظ ابن حجر العسقلاني: ولو تخللت ذلك ردة على الأصح.⁹

3.2 الأثر

الأثر في اللغة: بقية الشيء، والجمع آثار، وأثر في الشيء ترك فيه أثراً، والآثار ما بقي من الماضين. ومنه الخبر المأثور الباقي، والآثرة المكرمة تبقى، والبقية من العلم تؤثر.¹⁰

واصطلاحاً: ما تتركه التوجيهات النبوية من معان إيجابية تفود النفس البشرية إلى قمة التخلق والتعلق والتحقق بالإيمان قولاً وفعلًا، وبالإحسان مراقبة ومشاهدة.¹¹

4.2 التدفق النفسي: Psychology Flow

التدفق لغة: هو الامتلاء والاستفاضة ومجازة الإناء، مع السرعة في الوصول إلى المستقر.¹²

النفس لغة: هي الذات والحقيقة، وهي عين الشيء، والنفس بمعنى الروح، يقال: خرجت نفس فلان؛ أي: روحه.¹³

والنفس في اصطلاح علماء الأخلاق كما يقول الجرجاني: هي الجوهر البخاري اللطيف الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية.¹⁴

ويقول المناوي: هي جوهر مشرق للبدن ينقطع ضوؤه عند الموت من ظاهر البدن وباطنه، وأما وقت النوم فينقطع ضوؤه عن ظاهر البدن دون باطنه، فالموت انقطاع كلي،

والنوم انقطاع خاص.¹⁵

وقيل: هي جوهر الإنسان، ومحرك أوجه نشاطاته المختلفة؛ إدراكية، أو حركية، أو فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ سواء أكان ذلك على مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم، والنفس هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلها وتبادلها التأثير المستمر والتأثر، مكونين معاً وحدة متميزة نطلق عليها لفظ (شخصية) تميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته.¹⁶

والتدفق النفسي كمركب إضافي عرفه عالم النفس الأمريكي Csikszentmihalyi: بأنه حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الفرد في التعامل مع مهام تتطلب منه تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة بذل الجهد، بشرط أن يكون مستوى قدرات الفرد متوازنة مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة، خاصة المهام ذات الأهداف المحددة والتي تقدم تغذية راجعة فورية.¹⁷

وبناء على هذا التعريف فلا بد أن يكون الفرد مندمجاً بصورة تامة في نشاط ما فينسى ذاته، ولا يشعر بمرور الزمن، ويحدث عنده التدفق التلقائي مع كل حركة من حركاته، وهي حالة تستولي على المرء وتدفعه إلى توظيف كامل قدراته ومهاراته إلى أقصى حد ممكن، وتكون ممتعة في جوهرها ولو لم تصل إلى مزيد من الأهداف.

وعرفها غيره بأنها: حالة انفعالية آنية من التركيز العميق تحدث عندما يكون الفرد مندمجاً تمام الاندماج في الأداء، ونسيان الذات والاستغراق في عمل يملك كل انتباهه وحواسه حتى لا يكاد يشعر بالعالم من حوله، وتدعمه تدفق العواطف الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية التي تعمل على صرف انتباهه تجاه العمل الذي يقوم به. وتكون المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات هذا التحدي، وفيها يعيش حالة تغير للوعي في الأداء وانغماس في النشاط دون الشعور بالزمن.¹⁸

والتعريفات المتعلقة بالتدفق كثيرة ومتداخلة، وكلها تدور في فلك تعريف "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi وتستند في رأي الباحث إلى أربعة محاور: الأول: الانغماس في فعل ما. الثاني: نسيان الذات والاستغراق في العمل. الثالث: عدم الشعور بالزمن والأشياء المحيطة. الرابع: امتلاء النفس بالسعادة في تنفيذ الفعل والرضا بالعاقبة.

ويرى الباحث أنه يمكن تعريف التدفق النفسي بما يتناسب مع هذه الدراسة وذلك لتعلقها بالتربية الأخلاقية: بأنه حالة إيمانية قوية ناتجة عن توجيه نبوي يقود النفس نحو الاستغراق في الأفعال الموصلة إلى تفجير كوامن النفس لحصول التدفق الإيجابي الم محمود الموصول إلى الخير الذاتي.

3. أبعاد حالة تحقق التدفق وفقاً لرؤية ميهالي وجولمان

لا بد لتحقيق الاستغراق في العمل والوصول على حالة التدفق النفسي الإيجابي من شروط، وهذه الشروط اجتهادية، لذا فإنها تختلف من عالم لآخر في تعيين حدودها، لكن بينهم جميعاً قواسم مشتركة تشكل نقطة الإثارة الإيجابية والاندماج الكامل في العمل المفضي إلى الاستغراق في الأداء أساسها.

1.3 وقد ذهب "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi، إلى أن تحقيق التدفق النفسي لا بد له من شروط لنجاح التدفق وتحقيق الاستغراق الكامل في العمل المطلوب، وهي:

1. أن تكون الأهداف واضحة جلية؛ ليسهل على النفس الوصول إليها بأقل جهد وأقصر زمن؛ لأن الأهداف هي المحرك الساسي للسلوك والباعث عليه، ولا بد من أن تكون قابلة للتحقق وتناسب قدرات الفرد.

2. الاندماج والاستغراق في العمل، وبالتالي غياب الإحساس بالوقت؛ لأن أداء المهمة يقتضي من الفرد اندماجاً جسدياً وعقلياً في النشاط الذي نحن بصدد إنجازه، وأن يكون تركيزه موجهاً بالكامل نحو المهمة.

3. التركيز العالي على المهمة، وينطوي على تركيز الانتباه على معالجة المعلومات المتصلة بالنشاط وغير المتصلة به لتحديد إطار التركيز على المهمة وانتقاء المعلومات المناسبة واستبعاد غيرها.

4. غياب الإحساس بالذات، فالفرد عندما يكوف منشغلاً ومندمجاً في نشاط في غاية الدقة لا يتوفر لديه ما يكفي من الاهتمام بالماضي أو المستقبل، أو أي مثيرات أخرى غير ذات صلة مؤقتاً.

5. التغذية الراجعة التي تقيس العلاقة بين المهارات والتحديات لتقييم مدى نجاح الأفراد في

تحقيق المهام التي بين أيديهم.

6. التوازن بين القدرة والتحدي، وهو مؤشر واضح وشرط أساسي يسبق حدوث حالة التدفق النفسي.

7. الإحساس بالقدرة على ضبط النشاط، وهو يعطي حالة من الاتزان المثلى؛ لأن فقدان القدرة على ضبط النشاط يؤدي إلى خلل بين المهارات والتحديات وبالتالي يؤدي إلى الملل إن كانت التحديات أقل من المهارات، أو إلى القلق إن كانت التحديات أكبر من المهارات.

8. الإثابة الداخلية، وحصر الوعي في النشاط، بمعنى أن النشاط الذي يقوم به الفرد في حالة التدفق يحصل على مكافآت ذاتية دافعة بدلاً من مكافآت ذات مصدر خارجي في صورة فرح أو متعة تتبع النشاط لذاته.¹⁹

وهذه الشروط التي أسس عليها "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi نظرية التدفق النفسي تقوم على التجارب التي طبقها على كثير من نشاطات الأفراد العاملين في إحدى الفعاليات المحرصة للسلوك الإيجابي التفاعلي، أو راقب تحققها في سلوكياتهم التي تقودها الرغبة والمتعة.

2.3 عناصر التدفق النفسي عند دانيال جولمان (Daniel Goleman):

يرى دانيال جولمان (Daniel Goleman) أن الشروط الأساسية لحصول التدفق النفسي لدى الأفراد تكمن في خمسة أشياء، هي:

1. ذوبان المرء في أفعاله أثناء قيامه بالمهمة التي يؤديها؛ لأنها ناتجة عن المتعة والسرور.
2. تركيز الانتباه في اندماج واضح في التعامل مع المهمة أو أداء العمل دون انتظار المكافأة.

3. نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط؛ لأن الفرد في مثل هذه الحالة يكون مستغرقاً في العمل عما سواه، فيضعف عند الإحساس بذاته وكل ما حوله.

4. حالة النشوة والابتهاج والاستمتاع الذاتي، وهي تتويع للتدرج في التدفق حتى يصل إلى ذروته.

5. مستوى مناسب من المهارات بما يتناسب مع المطالب البيئية، وهذا شرط أساسي في

نجاح التدفق.²⁰

وهذه العناصر التي ركز عليها دانيال في حدوث التدفق النفسي تتقاطع مع العناصر التي حددها ميهالي، وإن كان هناك اختلاف في بعض المفردات وهذا يرجع إلى الاجتهاد في تقدير الأمور التي يحدث عندها التدفق.

4. الأمثلة التطبيقية للتدفق النفسي في أفراد المجتمع المسلم

ليس عجباً أن يرتبط التدفق النفسي بحياة المبدعين وتأثرهم بالمتعة والسرور، كالرياضيين ومتسقي الجبال وغيرهم، فيقدموا جهداً إيجابياً فائقاً، ولكن العجيب أن يقدم الإنسان نفسه وكل ما يملك لتأثره بإرشاد نبوي يلامس شغاف قلبه فيفجر الطاقات الإيمانية الكامنة ليصل بها إلى ذروة سنام التدفق النفسي.

لذا، فالله الذي خلق النفس البشرية أرسل إليها من هو خير بخفاياها ليفتح أمامها طرق الإبداع بتفعيل الإيمان من خلال التشويق والتحريض، والتحفيز والتحميس، والترغيب والترهيب.

فالإيمان في داخل النفس البشرية سبب في تفاعلها وانغماسها في العمل، فكلما زاد الإيمان زادت وتيرة النشاط لتصل إلى ذروة التدفق الذي من خلاله تتال ما تطلبه من السعادة الدنيوية والأخروية، فالعمل شيء والاستغراق فيه عمّا سواه شيء آخر، فالإرشاد النبوي يرتقي بالنفوس إلى أعلى مراتب اليقين، وهي أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك، وهذه لا يعرفها إلا اتباع رسول الله صلى الله عليه وسلم في سيرهم إليه وتوكلهم عليه، وقد وجه الله تعالى نبيه صلى الله عليه وسلم لحث المؤمنين على البذل والعطاء والنشاط والتضحية لنيل ما تبتغيه النفس من مقاصد تعرج إليها، قال الله تعالى: {يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ حَرِّضِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عَشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِّنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ} [الأنفال: 65]، فالغلبة مقرونة بالتحريض على المصابرة والمجاهدة والمثابرة الموصلة إلى صدق التوجه إلى الله تعالى، والثبات على ذلك، قال تعالى: {مِنَ الْمُؤْمِنِينَ رِجَالٌ صَدَقُوا مَا عَاهَدُوا اللَّهَ عَلَيْهِ فَمِنْهُمْ مَّنْ قَضَىٰ نَحْبَهُ وَمِنْهُمْ مَّنْ يَنْتَظِرُ وَمَا بَدَّلُوا تَبْدِيلًا، لِيَجْزِيَ اللَّهُ الصَّادِقِينَ بِصِدْقِهِمْ} [الأحزاب، 34/ 23].²¹

1.4 التوجيه الإرشادي النبوي الأول

وهو خطاب النبي صلى الله عليه وسلم للصحابية يوم خيبر لترتيب سير المعركة مع اليهود، الذي يرويه لنا سهل بن سعد رضي الله عنه، حيث وضع رسول الله صلى الله عليه وسلم الخطة المادية والمعنوية للقتال، ووجه المؤمنين إلى الثبات وحرص في نفوسهم الثقة بوعده الله والإيمان بقضائه، وحرص القوم على الاستغراق في التفكير بالنصر أو الشهادة لإعلاء كلمة الله أو دلالة القوم إلى التوحيد والإيمان بالله، وبين لهم المشوقات والبشارات التي أعدها لهم الله، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لأعطين هذه الراية رجلاً يفتح الله على يديه، يحب الله ورسوله ويحبه الله ورسوله، قال: فبات الناس يدوكون ليلتهم أيهم يعطاها، قال: فلما أصبح الناس غدوا على رسول الله صلى الله عليه وسلم، كلهم يرجون أن يعطاها، فقال: أين علي بن أبي طالب؟ فقالوا: هو يا رسول الله يشتكي عينيه، قال: فأرسلوا إليه، فأتى به، فبصق رسول الله صلى الله عليه وسلم في عينيه، ودعا له فبرأ، حتى كأن لم يكن به وجع، فأعطاه الراية، فقال علي: يا رسول الله، أقاتلهم حتى يكونوا مثلنا؟ فقال: انفذ على رسلك حتى تنزل بساحتهم، ثم ادعهم إلى الإسلام، وأخبرهم بما يجب عليهم من حق الله فيه، فوالله، لأن يهدي الله بك رجلاً واحداً خير لك من أن يكون لك حمر النعم". 22.

وفي هذا المثال يشير الإرشاد النبوي إلى فواصل موصلة إلى حالة التدفق النفسي لدى الصحابة:

فانفاصلة الأولى، قوله صلى الله عليه وسلم: "لأعطين هذه الراية رجلاً يحب الله ورسوله ويحبه الله ورسوله...". وهنا التفاتة نبوية عظيمة تشير إلى أوصاف هذا القائد العظيم، فقد وصفه النبي صلى الله عليه وسلم بثلاثة أوصاف لا مثيل لها، وهي الرجولة، والفتح، والمحبة.

فالصفة الأولى هي الرجولة، والمتمثلة في قوله صلى الله عليه وسلم "رجلاً" بالتثوين الذي يفيد التكرير للتعظيم. وهذه الصفة كانت على مدى التاريخ الإسلامي في نفوس القادة الذين حملوا لواء الإسلام، والذين حقق الله النصر على أيديهم، فمن خلال هذه الصفة تحركوا، وتدفقت نفوسهم باليقين والإيمان فانتصروا.

والصفة الثانية هي الفتح، وذلك بقوله صلى الله عليه وسلم: "يفتح الله على يديه"، وهي

صفة عليا؛ لإضافتها إلى الله تعالى من باب القدرة والفاعلية، وإضافتها إلى هذا الرجل من باب التشريف والمفعولية، وهذه الصفة التشريفية تثير عند السامع الجانب التشويقي، وتنتشر لديه المحبة، وتستدعي منه التركيز والحماس والاستغراق في العمل، وتدفعه إلى الموازنة بين المهارات والتحديات؛ ليحصل بعدها التدفق النفسي الذي يشغل الإنسان عن ذاته وعما حوله من الأشياء، ويتوقف عنده الوقت وحسابات الزمن، وذلك بغية الوصول إلى ذلك الوصف الإيجابي الجميل الذي تعلقت صورته بأذهان الصحابة كافة، وهذا الوصف هو الذي دفع كل فرد من أفراد الصحابة إلى السهر والتفكير والتمني والدعاء، عل هذه الصفة تكون من نصيبه، فهذه الكلمة النبوية العظيمة تخبئ خلفها كثيراً من المعاني المحرصة للوصول إلى قمة التدفق النفسي عند الصحابة الكرام؛ فالمهارات لدى الصحابة متطابقة مع التحديات، وبشارة الفتح تلوح في الأفق لقول النبي صلى الله عليه وسلم يفتح الله على يديه، وهذا وعد بالفتح الذي يتبع النصر، فالنصر هو الصورة المادية لكسر الأسوار الظاهرة والفتح هو الصورة المعنوية لكسر مغاليق القلوب الباطنة وزرع الهداية فيها.

والصفة الثالثة، هي صفة الحب، وتتمثل في قوله صلى الله عليه وسلم: "يحب الله ورسوله ويحبه الله ورسوله". وهي صفة مشاركة وتشريف، أي إن هذا الرجل الذي سيقع عليه الاختيار جامع للوصفين حائز للشرفين المتلازمين²³ لقوله تعالى: {يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ} [المائدة، 5/ 54]، وقوله تعالى: {رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ} [المائدة، 119/5]، فقد بين النبي صلى الله عليه وسلم أن هذه المحبة التي أخبر عنها الوحي لما في قلب هذا الرجل الذي سيفتح الله على يديه هي محبته لله تعالى ورسوله صلى الله عليه وسلم، وأعظم منها على وجه التقابل هي محبة الله تعالى ورسوله الله صلى الله عليه وسلم له، وهذه الصفة المتبادلة منتشرة بين أصحابه صلى الله عليه وسلم، تهيم بها قلوبهم، وتتدفق بها نفوسهم، فقد جعل التوجيه النبوي جميع الصحابة الذين خرجوا للجهاد في سبيل الله يعيشون ليلة من الأمل والاستعداد النفسي والتوجه الإيماني لعلهم ينالون شرف هذه المهمة وتصيبهم آثارها، ففجر النبي صلى الله عليه وسلم الطاقات البشرية المتدفقة المستغرقة في الأمل المستهدفة للفضل والعمل المتعلقة بالحصول على الراية والفوز بآثارها، تاركة التعب والنصب والخوف خلف ظهرها، يقودها الحب وتحقيق الفتح وإنجاز النصر. يقول عمر رضي الله عنه: "ما أحببت

الإمارة إلا يومئذ، قال: فتساورت لها رجاء أن أدعى لها".²⁴

والفاصلة الثانية، قوله صلى الله عليه وسلم: "لأن يهدي الله بك رجلاً واحداً خير لك من أن يكون لك حمر النعم". وهذا الفاصلة التوجيهية الثانية قد زادت من الانغماس في عمق التفكير وتفجير الطاقات المقابلة للتحديات عند الصحابة، فهذه الكلمات النبوية المبشرة بالنعيم الأخروي دفعت الهم لدى هذا القائد الذي اختاره الله لهذه المهمة ولدى الصحابة الكرام؛ لأن الخطاب وإن كان خاصاً بصحابي معين وهو علي رضي الله عنه لكنه يراد منه العموم، فالهداية وإن كانت من حيث الظاهر الوصفي مخاطبة له لكن تنفيذها متعلق بجميع المشاركين في تنفيذها بالتبعية له، فإذا فاتتهم المكارم التي سبقت فإن هذه المكرمة شملتهم جميعاً، فدخل فيها الصحابة ومن بعدهم إلى يوم القيامة، فأصابت الأمة جمعاء، وفتحت لهم باب المنافسة والسعي لتحقيق ذلك، فما من داعية إلى الإسلام يُسلم على يديه رجل واحد إلا حصل ذلك الأجر وتلك المكافأة، وهذا من البشارة النبوية قد فجرت الطاقات البشرية الممتدة على طول التاريخ الإسلامي، وهي ديدن هذه الأمة حتى تقوم الساعة.

فهذا هو الحال الذي يجب أن تكون عليه أمتنا اليوم من التمسك بالهدي النبوي للخروج من حال القلق النفسي السلبي إلى حال التدفق النفسي الإيجابي المفضي إلى النصر والفتوح، واستبدال النصر بالهزيمة.

2.4 التوجيه الإرشادي النبوي الثاني

وهو ما يرويه لنا أنس بن مالك رضي الله عنه واصفاً لنا أعظم الوقائع التي حصل فيها التحريض النبوي على القتال على مشارف أحد، حيث يقول: "أن رسول الله صلى الله عليه وسلم أخذ سيفاً يوم أحد، فقال: من يأخذ مني هذا؟ فبسطوا أيديهم، كل إنسان منهم يقول: أنا، أنا، قال: فمن يأخذه بحقه؟ قال: فأحجم القوم، فقال سماك بن خرشة أبو دجانة: أنا آخذه بحقه، قال: فأخذه ففلق به هام المشركين".²⁵

ففي هذا الإرشاد النبوي فاصلتان مهمتان يدفعان إلى التخلق بأخلاقه والتعلق بأوصافه

والتحقق باتباعه للوصول إلى الاستغراق النفسي التام في سبيل الله من خلال مجاهدة النفس وحملها على التضحية طلباً للغيب المنتظر، وما هو الصحابي الجليل أبو دجانة رضي الله عنه يتدرج في الانغماس في التطبيق العملي للتوجيه النبوي متحدياً جموع المشركين، تارك خلف ظهره الزمان والمكان والأشخاص، قد وجد حلاوة الأيمان ونفحات الجنان واستشعار الصدق في الوقوف بين يدي الرحمن، وعند كل هذا لا تتدفق النفس فحسب، بل تفيض لتعانق السماء، تحركها كوامن الرفعة لا مكامن المتعة.

الفاصلة الأولى، وتتمثل في قوله صلى الله عليه وسلم: "من يأخذ مني هذا؟".

وهذه هي المرتبة التحريضية الأولى في إثارة الاستعدادات وربطها بالتحديات بغية تمكين التدفق النفسي، وهي ناتجة عن التوجيه النبوي لأخذ السيف من يد رسول الله صلى الله عليه وسلم، فالتوجيه يحمل في طياته معان عديدة ظاهرة وخفية دفعت القوم إلى الإقبال عليه نظراً إلى ظاهر الأمر، لقوله صلى الله عليه وسلم: "من يأخذ هذا مني هذا" فتدفق الحماس في نفوس الصحابة الكرام للقتال بهذا السيف الذي حمله النبي صلى الله عليه وسلم وعرضه على الأصحاب، وقد تدافع القوم إلى التسابق للحصول عليه، فبسطوا أيديهم متنافسين في الأخذ، لكن النبي صلى الله عليه وسلم وضع وصفاً مقيداً لأخذه دفعت بالصحابة إلى الإحجام عند ذلك. وكأن التدفق اللازم للحصول على هذا السيف له سر لم يبلغه الصحابة؛ لأن التدفق درجات، فالهمة لدى الصحابة في التدفق النفسي بلغت القمة في القتال، لكن التدفق في الحصول على السيف تقتضي تدفقاً آخر، وهو ما لاحظته الصحابي الجليل أبو دجانة الذي تابع في التفكير والاستغراق في العرض الذي بينه النبي صلى الله عليه وسلم للوصول إلى الغاية المرجوة، وسيأتي البيان على ذلك في الفاصلة الثانية.

الفاصلة الثانية، وتتمثل في قوله صلى الله عليه وسلم: "قمن يأخذه بحقه"، وهذه هي

الصفة المقيدة للحصول على السيف، فالصحابة هنا أحجموا عن الجواب، لكن أبا دجانه كان مستغرقاً في ثنايا الكلمات النبوية فلم يفتحه إدراك هذه الصفة وما وراءها من المعاني، فأدرك أن حق السيف هو القتال فيه على الموت، فقال: أنا آخذه بحقه، وبالتالي فقد حاز شرف أخذه والفوز بأثره.

وتتضح لنا الصورة بشكل جلي عندما نسمع ما جال في صدر الزبير بن العوام رضي

الله عنه في هذا الموقف حين مُنح السيف وأخذ أبو دجانة، إذ يقول: "وجدت في نفسي حين سألت النبي صلى الله عليه وسلم السيف فَمُنِعْتُهُ وأعطاه أبا دجانة، فقلت: والله لأنظرن ما يصنع، فاتبعته، فأخذ عصاة حمراء فعصب بها رأسه، فقالت الأنصار: أخرج أبو دجانة عصاة الموت. فخرج وهو يقول:

أنا الذي عاهدني خليلي... ونحن بالسفح لدى النخيل
ألا أقوم الدهر في الكيول... أضرب بسيف الله والرسول.
فجعل لا يلقى أحداً إلا قتله"²⁶.

فقد حركت هذه الكلمة الطيبة من وحي النبوة الحماس داخل هذا الصحابي الجليل، فقاتل بسيف رسول الله صلى الله عليه وسلم مستغرقاً في وصفه، سعيداً بوعده، مقبلاً على ربه، تاركاً الدنيا خلف ظهره. فصدق الله ورسوه في عهده، وأوفى ببيعه الذي بايع به. وهذه الصورة التي يقتدي بها أفراد الأمة في الملمات التي تنزل بهم فتندفق نفوسهم نحو القتال والدفاع عن قيم هذه الأمة ووجودها، وأوضح صورة على الاقتداء ما نجده في فلسطين وغيرها من البقاع الإسلامية من رجال بايعوا على تقديم النفس والنفيس في سبيل الله تعالى؛ لأنهم تعلقوا بالهدي النبوي وفهوا سير الصحابة خلف رسول الله صلى الله عليه وسلم في الشدائد.

3.4 التوجيه النبوي الإرشادي الثالث

وهو ما رواه جابر بن عبد الله رضي الله عنهما، إذ يصور لنا في هذه الراوية مشهداً من أعظم مشاهد التدفق النفسي، بل أعظمها، فيقول: "قال رجل للنبي صلى الله عليه وسلم يوم أحد: أرأيت إن قتلت فأين أنا؟ قال: في الجنة، فألقى تمرات في يده ثم قاتل حتى قتل". متفق عليه. وفي "صحيح مسلم" عن أنس رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال لأصحابه يوم بدر: "قوموا إلى جنة عرضها السماوات والأرض"²⁷.

ففي هذا الحديث النبوي فاصلتان مهمتان تتضمنان توجيه وبشارة للصحابة:

الفاصلة الأولى، وتتمثل في التوجيه، وذلك في قوله صلى الله عليه وسلم: "قوموا إلى جنة عرضها السماوات والأرض". كما في حديث أنس عند مسلم. وهو إرشاد نبوي فيه معالجة للنفس البشرية، وكسر لتعلقها بالدنيا، ونزع للخوف الذي

يجول في داخلها حتى يصبح الغيب فيها كالشهادة، فتقبل على الله ولا تلتفت إلى سواه، وقد ذكر النبي صلى الله عليه وسلم للصحابي المكان الذي أعد للمجاهدين، وبين طرفاً من أوصافه للتشويق، وذلك بقوله صلى الله عليه وسلم: "عرضها السماوات والأرض".

وبهذا التشويق ينقلنا صلى الله عليه وسلم من حالة السكون إلى حالة الحركة التحريضية التي دفعت بالصحابي للانغماس في القتال الذي انتهى بتدفق روحه في سبيل الله تعالى، وهذا المقام أعلى مقامات التدفق النفسي التي يمكن أن يصل إليها المسلم في سلم الترقى الإيماني في الدنيا وتحصيل الفرح والسعادة في الآخرة.

الفصل الثانية، وتتمثل في البشارة، وهي إخبار النبي صلى الله عليه وسلم الذي لا ينطق عن الهوى لهذا الرجل أنه إذا مات فهو في الجنة، وقد تحقق له ذلك، وهذه البشارة التي جاءت من خلال جواب النبي صلى الله عليه وسلم على سؤال هذا الصحابي دفعت به إلى أقصى درجات التدفق، فألقى تمرات كن في يده، ثم قاتل حتى قتل في سبيل الله، وهو أعلى مقام تتشوف إليه النفس البشرية في هذه الحياة الدنيا، لتصعد روحه بعد ذلك إلى جنة عرضها السماوات والأرض أعدت للمتقين، وعد الله الذي لا يخلف الميعاد.

وهذا السؤال الذي سألته الصحابي وهو في أرض المعركة جوابه له ولكل فرد من أفراد هذه الأمة يدخل في حالة تشبه حالته، فالإرشادات النبوية تعيش مع النفوس المؤمنة في كل زمان ومكان، ومن لم يشعر بها فليزك نفسها من خلال التخلية عن الأمراض الدنيوية والتخلي بالأوصاف الأخروية للوصول إلى الغاية التي خلق من أجلها.

4.4 التوجيه الإرشادي النبوي الرابع

وهو ما نقله السهيلي في خبر غزوة الخندق عن ابن إسحاق حول مبارزة عمرو بن ود العامري لعلي بن أبي طالب، أن عمرو بن ود العامري خرج فنادى: هل من مبارز؟ فقام علي رضي الله عنه - وهو مقنع بالحديد، فقال: أنا له يا نبي الله، فقال "إنه عمرو، اجلس"، ونادى عمرو، ألا رجل يؤنبهم، ويقول: أين جنّكم التي تزعمون أنه من قتل منكم دخلها، أفلا تبرزون لي رجلاً، فقام علي، فقال: أنا يا رسول الله، فقال: "اجلس، إنه عمرو"، ثم نادى الثالثة، فقام علي، فقال يا رسول الله، أنا له، فقال: "إنه عمرو"، فقال: وإن كان عمراً، فأذن له النبي صلى الله عليه وسلم، فمشى إليه علي حتى أتاه، فقال له عمرو: من أنت؟ قال أنا

علي، قال ابن عبد مناف؟ فقال: أنا علي بن أبي طالب، فقال: "غيرك يا ابن أخي من أعمامك من هو أسن منك، فإني أكره أن أهريق دمك، فقال له علي رضي الله عنه: ولكني والله لا أكره أن أهريق دمك، فغضب ونزل، فسل سيفه كأنه شعلة نار، ثم أقبل نحو علي مغضباً، وذكر أنه كان على فرسه، فقال له علي: كيف أقاتلك وأنت على فرسك، ولكن انزل معي، فنزل عن فرسه، ثم أقبل نحو علي، واستقبله علي رضي الله عنه بدرقته²⁸، فضربه عمرو فيها ففدها، وأثبت فيها السيف، وأصاب رأسه فشجه، وضربه علي على حبل العاتق فسقط وثار العجاج، وسمع النبي صلى الله عليه وسلم التكبير، فعرف أن علياً رضي الله عنه قد قتله".²⁹

ففي هذا الحديث النبوي من الفواصل العظيمة الموصولة إلى ذروة التدفق النفسي وسنامه: **فالفصل الأولى**، التحدي الذي يواجه المسلمين، فنحن هنا أمام أحد صناديد قريش المشهود لهم بالقوة والشجاعة، وهو يطلب من المسلمين من يبارزه، والقوم ينتظرون من النبي صلى الله عليه وسلم الإشارة والتوجيه، والنبي صلى الله عليه وسلم لا يتكلم في هذا الموقف الرهيب، وقدّر الله يجول في سماء المعركة، والموت أقرب إلى كل أحد من شراك نعله.

والفاصلة الثانية، الحال التي تحرك قدرات المسلمين نحو الاستغراق في الواجب، وفي هذا الوقت العصيب ما كان من عليّ في وسط هذا الصمت الرهيب أمام هذا المقاتل الصندي الذي يهدد المسلمين بالمبارزة والقتل إلا أن يقف بين يدي النبي صلى الله عليه وسلم قائلاً، أنا له يا نبي الله، جواباً لكلام عمرو بن ود، "أفلاً تبرزون لي رجلاً".

والفاصلة الثالثة، انتظار الإذن من النبي صلى الله عليه وسلم، فقد كان صلى الله عليه وسلم يراقب المعركة، لكنه رأى الحال التي كان عليها علي رضي الله عنه من الحماس، وأن التدفق النفسي لم يزل في بدايته، فالاستعداد لم يصل إلى المستوى المطلوب الذي يقابل التحدي الذي أظهره عمرو بن ود في ساحة المعركة.

والفاصلة الرابعة، دور النبي صلى الله عليه وسلم في تحريض علي شيئاً فشيئاً على

الدخول في القتال حتى يصل به التدفق إلى ذروته، فقال له في المرة الأولى عندما طلب مبارزة عمرو، "إنه عمرو، اجلس"، فجلس، وكرر عليّ الطلب، وكرر له النبي صلى الله عليه وسلم الجواب، بقوله في الثانية، "اجلس، إنه عمرو"، وعليّ يجلس، وفي المرة الثالثة علم النبي صلى الله عليه وسلم أن علياً أصبح في ذروة التدفق النفسي، فقال له: "إنه عمرو بن ود"، ولم يقل له: اجلس، فقال عليّ رضي الله عنه وإن كان عمراً، فتحقق النبي صلى الله عليه وسلم من أن علياً وصل عنده الحماس والشجاعة إلى ما هو مطلوب وهو جاهز للانغماس في المعركة، فأذن له النبي صلى الله عليه وسلم بالمبارزة والقتال، وكانت النتيجة أن كلل الله على جهده بالنصر المؤزر للمسلمين بعد قتله عمرو بن ود.

من هذا يظهر لنا مدى قدرة النبي صلى الله عليه وسلم في تفجير الطاقات الكامنة في النفس البشرية من خلال زيادة الإيمان في خطابه الموجه للنفس؛ ليرتقي بها شيئاً فشيئاً إلى منزلة التحمل والإقبال على الهدف والإعراض عن الدنيا وزخارفها، والدخول في المتعة والسعادة التي لا يعلمها إلا من يعيشها، إما نصراً يعزّ الله به المسلمين وأهله، وإما شهادة يلقي بها المسلم ربه سبحانه وتعالى، وينال بها رحمته وفضله.

وهذا التصرف الحكيم من رسول الله صلى الله عليه وسلم في تحقيق التوازن بين تنشيط المهارات حتى تتناسب مع التحديات يلزم أن يكون عليه قادة الأمة الإسلامية في تحريك الحماس في نفوس أفراد هذه الأمة الشجعان للقضاء على كل ما يهدد هذه الأمة ويقف في وجه تطورها وازدهارها.

5.4 التوجيه الإرشادي النبوي الخامس

وهو ما رواه الشيخان عن ابن عمر رضي الله عنهما، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "نعم الرجل عبد الله لو كان يصلي من الليل". قال سالم: فكان عبد الله، بعد ذلك، لا ينام من الليل إلا قليلاً³⁰.

ففي هذا الحديث فواصل موصلة إلى التدفق النفسي، وهي توجيه ونصيحة:

الفاصلة الأولى، وهي التوجيه النبوي لعبد الله بن عمر بن الخطاب رضي الله عنهما،

يثني عليه فيه بعد سماعه المنام الذي رآه عبد الله ونقلته إليه أخته أم المؤمنين حفصة رضي الله عنها³¹، فوجه إليه النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الحديث مدحاً، وهذا المدح يتمثل في قوله صلى الله عليه وسلم: "نعم الرجل عبد الله"، وهذه خصوصية خص الله تعالى بها عبد الله على لسان نبيه صلى الله عليه وسلم. وهي من المحرضات الإيمانية المفجرة للطاقات البشرية الحاملة على الانغماس في العمل، الرافعة للحالة النفسية إلى قمة التدفق بلا كلل ولا ملل.

الفاصلة الثانية، وهي النصيحة، وتتمثل في قول النبي صلى الله عليه وسلم: "لو كان يقوم الليل".

وهذان الأمران الثناء والنصيحة لقيام الليل كان لهما التأثير الأمثل في التدفق النفسي لدى عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، وينقل لنا الشهادة على ذلك ولده سالم بن عبد الله رحمه الله، فيقول: "فكان عبد الله بعد ذلك لا ينام من الليل إلا قليلاً".

فما أجمل "نعم"، في قول النبي صلى الله عليه وسلم "نعم الرجل..."، وما أحسن "لو"، من لسان رسول الله صلى الله عليه وسلم في قوله صلى الله عليه وسلم "لو كان يقوم من الليل"، فلقد غيرت هذه الكلمات نفسية عبد الله، وأحدثت في داخله انقلاباً جذرياً، فأصبح حبُّ القيام ديدنه، والديمومة والانغماس في الطاعة مقصده، والتدرج في الاجتهاد إلى أعلى القيم الإسلامية وسدّة القمم الإنسانية سبيله للتحدي، وبين مهارته القوية المركزة والتحديات التي تقف أمامه تتفجر ينباع التدفق النفسي، ولا عجب في ذلك، فإنها النبوة.

وما أحرى أن يتمثل شبابنا اليوم هذا التوجيه في جميع نشاطاتهم، فينغمسوا فيها لتحقيق الاستغراق الإيماني للوصول على التدفق النفسي الذي يرفع درجتهم وقدرهم عند الله تعالى.

6.4 التوجيه الإرشادي النبوي السادس

وهو ما رواه مسلم عن جرير بن عبد الله، قال: "جاء ناس من الأعراب إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم عليهم الصوف، فرأى سوء حالهم، قد أصابتهم حاجة، فحث الناس على الصدقة، فأبطئوا عنه حتى رُئي ذلك في وجهه، قال: ثم إن رجلاً من الأنصار جاء بصرة من ورق، ثم جاء آخر، ثم تتابعوا حتى عُرف السرور في وجهه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من سن في الإسلام سنة حسنة فعمل بها بعده كُتب له مثل أجر من عمل بها، ولا ينقص من أجورهم شيء، ومن سن في الإسلام سنة سيئة فعمل بها بعده كُتب عليه مثل وزر من عمل بها، ولا ينقص من أوزارهم شيء".³²

ففي هذا الحديث من الفواصل الطيبة التي يوجه فيها النبي صلى الله عليه وسلم سلوك أصحابه للوصول إلى تحقيق التدفق النفسي:

الفصل الأولى، وهي الحال الناتجة عن الاختبار المتعلق بالتكافل الاجتماعي الذي وجه إليه النبي صلى الله عليه وسلم بحثه للصحابة رضي الله عنهم، وهو بداية التحريض على الانخراط في السلوك الموصول إلى التدفق، وهو يدور في فلك الأواني المستطرقة التي تفيض لتحرك غيرها وتستمر دورة الحياة الاقتصادية، فقد دعا النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه إلى أفعال محمودة يُراد منها قضاء حوائج المسلمين ومواساتهم، والتكافل الاجتماعي معهم وذلك بالتخلي عن عرض من أعراض هذه الدنيا، لكن الخطاب القولي لم يجد صده في نفوس الصحابة الكرام.

الفصل الثانية، وهي تحول النبي صلى الله عليه وسلم من الأسلوب القولي إلى الأسلوب الفعلي لحث الصحابة الكرام ورفع استعداداتهم لمواجهة التحدي، وذلك من خلال الإشارات الجسدية المفجرة للطاقات الإيمانية، فكان الغضب الذي رُئي في وجهه صلى الله عليه وسلم مهيجاً للإيمان في قلوبهم ومثيراً للحماس في نفوسهم، فسارعوا إلى تنفيذ المهمة بكل قوة رجلاً تلو الآخر حتى أدخلوا السرور على قلبه صلى الله عليه وسلم، فتهلل وجهه صلى الله عليه وسلم لما رأى من تحول الصحابة وانغماسهم في ميدان البذل واستجلاب الرحمة ومرضاة الرب سبحانه وتعالى وطاعة رسوله صلى الله عليه وسلم.

الفصل الثالثة، وتتمثل في ثناء النبي صلى الله عليه وسلم على الصحابة بعد أن

استشعر أن التدفق النفسي وصل إلى أوجه، فأثني عليهم قائلاً ومبشراً بالخير الممدود، "من سن في الإسلام سنة حسنة فعمل بها بعده، كتب له مثل أجر من عمل بها، ولا ينقص من أجورهم شيء..." الحديث.

وهكذا نرى ما للإرشادات النبوية من آثار إيجابية دافعة للمسلم للتحدي ببذل المهمة، رافعة للتدفق النفسي إلى القمة، متوجهة إلى مرضاة الله معرضة عما سواه، فلا تستغرب من ذلك، إنها النبوة.

7.4 التوجيه الإرشادي النبوي السابع

وهو ما رواه مسلم وغيره عن حنظلة الأسدي، وكان من كتاب رسول الله صلى الله عليه وسلم، قال: لقيني أبو بكر، فقال: كيف أنت يا حنظلة؟ قال: قلت: نافق حنظلة، قال: سبحان الله، ما تقول؟ قال: قلت: نكون عند رسول الله صلى الله عليه وسلم يذكرنا بالنار والجنة حتى كأننا رأي عين، فإذا خرجنا من عند رسول الله صلى الله عليه وسلم عافسنا الأزواج والأولاد والضيعة فنسينا كثيراً، قال أبو بكر: فوالله، إنا لنلقى مثل هذا، فانطلقت أنا وأبو بكر حتى دخلنا على رسول الله صلى الله عليه وسلم، قلت: نافق حنظلة يا رسول الله، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "وما ذاك؟" قلت: يا رسول الله، نكون عندك تذكرنا بالنار والجنة حتى كأننا رأي عين، فإذا خرجنا من عندك عافسنا الأزواج والأولاد والضيعة نسينا كثيراً، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "والذي نفسي بيده، إن لو تدومون على ما تكونون عندي، وفي الذكر؛ لصافحتكم الملائكة على فرشكم وفي طرقكم، ولكن يا حنظلة، ساعة وساعة" ثلاث مرات.³³

ففي هذا الحديث النبوي فواصل لتغيير الحال الموصلة إلى التدفق النفسي الإيجابي:

الفاصلة الأولى، وهي متعلقة بالعندية النبوية المفجرة للطاقات الإيمانية، والمتمثلة بقول الصحابي: "تكون عندك تذكرنا بالنار والجنة حتى كأننا رأي عين". وهذا الحال التي ذكرها الصحابي ووصل إليها من الشفافية والكينونة الكشفية تدل على أن تدفق الإيمان التابع لرقعة حجاب النفس بالمجالسة والمؤانسة النبوية قد وصل إلى القمة، وعندها يستغرق الفرد في اللذة والسعادة التي تدفقت من قلبه على جوارحه.

الفاصلة الثانية، وهي أن التعامل مع الأسباب الدنيوية يزيد من المباني على حساب

المعاني، ويتمثل ذلك بقول الصحابي: "إذا خرجنا من عندك عافسنا الأزواج والأولاد والضيّعات نسينا كثيراً". فالتدفق النفسي يزيد وينقص؛ لأنه تابع لزيادة الإيمان ونقصانه.

الفصل الثالثة، وهي تأكيد النبي صلى الله عليه وسلم بالقسم على أن التدفق لو استمر بالصحبة والمجالسة وفي الذكر والمؤانسة لحصل لهم من الكرامات الشيء العجيب، وهو أن يصبح عالم الغيب شهوداً، ولكن الأمر ممتنع لحكمة أرادها الله عز وجل، ويتمثل ذلك في قوله صلى الله عليه وسلم: "والذي نفسي بيده، إن لو تدومون على ما تكونون عندي، وفي الذكر؛ لصافحتكم الملائكة على فرشكم وفي طرقكم". فلا بد أن نعلم أن حالة التدفق النفسي لا تدوم على حالة واحدة، بل تختلف نسبته تبعاً لحالة القرب والبعد - مادة ومعنى جسداً وروحاً - من رسول الله صلى الله عليه وسلم.

الفصل الرابعة، وهي دعوة النبي صلى الله عليه وسلم للتوازن بين الروح والجسد؛ ويتمثل ذلك بقوله صلى الله عليه وسلم: "ولكن يا حنظلة، ساعة وساعة" ثلاث مرات.

الفصل الخامسة، وهي سريان حال النبي صلى الله عليه وسلم في جميع الصحابة، ويتمثل ذلك في قول أبي بكر الصديق رضي الله عنه: "فوالله، إنا لنلقى مثل هذا". وهذا تابع لاستعداداتهم، فعلى قدر حسن التلقي يكون التغيير والترقي.

الفصل السادسة، في جواب رسول الله صلى الله عليه وسلم الذي عالج الخوف الذي حصل عند الصحابة، وهو اختلاف أحوالهم في القرب والبعد من رسول الله صلى الله عليه وسلم وفي السر والعلانية، فخشي بعضهم على نفسه أن يكون ذلك من النفاق، لأنه من المقرر المتوهم عندهم أن تغير حضور القلب بين مجالسة النبي صلى الله عليه وسلم وفي الذكر، وبين حاله إذا رجع إلى الاشتغال بالأهل والأولاد والأموال يكون نفاقاً. فاشتكى هذا الصحابي إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم خوفاً من أن تكون قوة التدفق النفسي في المجالسة وضعفها في المفارقة والانخراط في أعمال الدنيا من النفاق، فأجابه النبي صلى الله عليه وسلم بأن هذا ليس من النفاق، بل هو الحال التي يكون عليها الإنسان فتتأثر بالمكان والأشخاص وزيادة الإيمان ونقصه، وأن حالة التدفق لو دامت على هذا الحال لصافحتكم الملائكة في مجالسكم وفي طرقكم. ولكن يا حنظلة، ساعة وساعة، أي فساعة في المنافسة في الترقي وساعة في المعافسة في التدلي.

وفي نهاية هذا الحوار نرى أن شروط التدفق النفسي قد تحققت في سلوك هذا الصحابي وفي سلوك أبي بكر الصديق الذي وافقه على الحال التي ذكرها.

فلا بد لأفراد هذه الأمة من الاستفادة من هذه النفحات الإيمانية من خلال الذكر والفكر والصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم للوصول إلى حالة التدفق الإيجابي الذي تفتح معه طل الطرق الموصلة إلى الله تعالى ورسوله صلى الله عليه وسلم.

5. الخاتمة:

وفي الختام نخلص إلى أهم النتائج التي توصل إليها البحث، وهي:

التدفق النفسي من أهم النظريات التي يجب الاهتمام بها في علم النفس الإيجابي لما لها من فائدة كبيرة في تحرير الطاقات الداخلية الكامنة وتكريسها لخدمة الفرد وسعادته وخدمة المجتمع وسيادته.

الإرشادات النبوية من أقوى الوسائل والأسباب المفجرة للطاقات البشرية والمحفزة للنفوس الأبية للوصول إلى الاستغراق في العمل والتألق في أداء الواجب. فلا يوجد في الكون توجيه يوصل الإنسان إلى قمة التدفق أفضل من التوجيه الإيماني الذي جاء على لسان رسول الله صلى الله عليه وسلم والتاريخ شاهد لذلك.

التدفق النفسي في حالة تحقيقه يكون على درجات في سلم الترتيب الإيماني في ظل المنهج النبوي، ويختلف من شخص إلى آخر، وهذا يعود إلى حال المتلقي من حيث القبول والعمل والانغماس في حالة التحدي.

التدفق النفسي المستند إلى التوجيهات النبوية سواء حقق هدفه أم لا فالمقصود متحقق؛ لأن العمل وسيلة والرضا القلبي سعادة، وتقبله من الله غاية.

الأمثلة التي وردت في البحث تدل دلالة لا تحتمل الشك بتحقيق حالة التدفق النفسي بشكل يفوق الوصف في سلوك الصحابة الكرام.

الأمثلة التي وردت في سلوك الصحابة في هذا البحث تعد تطبيقاً عملياً من شأنها أن

تعزز الحالة النفسية المتردية عند جمهور المسلمين اليوم وتمنحهم القوة إذا تعلقوا بالتوجيهات النبوية ونفذوها على الوجه الأمثل.

إن حالة التدفق التي بنى عليها "تشكزنتميهالي" Csikszentmihalyi نظريته كان لها أثر في جانب تفعيل القدرات في مواجهة التحديات بين أفراد المجتمع الذي يطمحون إلى ذلك، لكنه ليس أول من طبقه واستكشف نتائجه، بل هو سلوك مطبق منذ مئات السنين، والسيرة النبوية تدلك على ذلك، وحياة الصحابة أكبر مثال يجسد ذلك.

التدفق النفسي الناتج عن التوجيه النبوي يختلف عن التدفق النفسي الناتج عن الانغماس في الأعمال الدنيوية كالرياضة والفن وتسلق الجبال، وذلك باختلاف المقاصد والنيات، فالتدفق في منظار السنة النبوية مشروط بالإخلاص لله تعالى والاتباع لرسول الله صلى الله عليه وسلم. بخلاف التدفق عند غيرهم فربما يقوده الرياء أو المتعة أو المفاخرة أو حب الظهور ويراد منه تحقيق لذة دنيوية وسعادة وقتية.

التدفق النفسي الذي ينتجه الإرشاد النبوي يوصل إلى السعادة الحقيقية؛ لأنه مبني على الحب والإيمان لا على العاطفة واللذة التي تنتهي بانتهاء ذلك.

إن من أهم الأسباب في تحقيق النصر على الأعداء التفاني والانغماس في التوجيه النبوي للوصول إلى النصر؛ لأن مواجهة التحديات لا بد لها من إعداد المهارات الإيمانية المناسبة المادية منها والمعنوية.

6. الهوامش:

1 Uluslararası 21. Yüzyılda Gençlik ve İnanç Eğilimleri Sempozyumu Programı 11-13 Kasım 2022'de Gerçekleştirilecek .1112-1091 /2 .الصفحات،

2 الجامع الصحيح المسند المختصر من حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه، لمحمد بن إسماعيل البخاري، "الرقاق"، باب ما يحذر من زهرة الدنيا والتنافس فيها، 6425، "الجهاد"، باب الجزية والموادعة مع أهل الحرب باب الجزية والموادعة مع أهل الحرب، 4015، "المغازي"، باب شهود الملائكة بدرا، 3158؛ المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، لمسلم بن الحجاج النيسابوري، "الرقاق"، 2961.

- 3 المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "الرفاق"، 2962.
- 4 أبو حلاوة محمد السعيد، (2014)، "علم النفس الإيجابي، ماهيته ومنطلقاته وآفاقه المستقبلية"، الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية: العدد34.
- 5 (Csikszentmihalyi, 2012, p.1-17) flow(psychology) 19 Wikipedia Articles
- البهاض سي أحمد، التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت : دراسة سيكو مترية-إكلينيكية، (2010) ، المؤتمر السنوي الخامس عشر، (مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 117-169) ، ص 122.
- 6 الأندلسي علي بن إسماعيل ابن سيده، المحكم والمحيط الأعظم، ج2، ص 474؛ الجزري لمبارك بن محمد بن عبد الكريم الشيباني ابن الأثير، النهاية في غريب الحديث والأثر، ج2، ص225.
- 7 لم يجد الباحث من عرف هذا الاصطلاح في مجال التربية الأخلاقية، لذا اختار له هذا التعريف.
- 8 آبادي لمحمد بن يعقوب الفيروززي، القاموس المحيط، ص 104؛ الأنصاري محمد بن مكرم بن منظور، لسان العرب، ج1، ص520.
- 9 العسقلاني أحمد بن علي بن حج، نزهة النظر في توضيح نخبة الفكر في مصطلح أهل الأثر، ص140؛ عتر نور الدين، منهج النقد في علوم الحديث، ص 116.
- 10 المحكم والمحيط الأعظم، ج10، ص175؛ لسان العرب، ج4، ص5.
- 11 لم يجد الباحث من عرف الأثر تعريفاً اصطلاحياً في نطاق التربية الأخلاقية، فوضع له هذا التعريف.
- 12 المحكم والمحيط الأعظم، ج8، ص233؛ إبراهيم أنيس وآخرون، المعجم الوسيط، ص920.
- 13 لسان العرب، ج1، ص520؛ الموسوعة الإسلامية العامة، لمحمود حمدي زقزوق، ص 1408.
- 14 كتاب التعريفات، لعلي بن محمد بن علي الجرجاني، ص 242.
- 15 المناوي لمحمد عبد الرؤوف، التوقيف على مهمات التعاريف، ص 328.
- 16 الموسوعة الإسلامية العامة، ص 1408.
- 17 Flow and the psychology of discovery and invention> Csikszentmihalyi, M. (1996 Creativity).
- 18 حالة التدفق، المفهوم والأبعاد والقياس، ص 13.
- 19 العبيدي عفراء إبراهيم، "التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي"، مجلة الأستاذ، المؤتمر العلمي الرابع، جامعة بغداد، 197-214، ص201؛ العروم أسماء ورميصاء جحيدر، التدفق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية بمراكز

- التربية الخاصة بولاية الوادي، (2022)، الجزائر: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم التربية، ص30.
- 20 خضير مرفت إبراهيم، "كفاءة الذات العامة المدركة وعلاقتها بالتدفق النفسي وإدارة الأزمات لدى مدراء المدارس"، (2016)، *مجلة التربية: جامعة الأزهر*، 3 (169)، 12-61، ص 23؛ حالة التدفق، المفهوم والأبعاد والقياس، ص 13.
- 21 نجاتي محمد عثمان، الحديث النبوي وعلم النفس، ص31.
- 22 الجامع الصحيح المسند المختصر من حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه، "فضائل أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم"، 3701، "الجهاد"، 3009، "المغازي"، 4210؛ المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "فضائل الصحابة"، 2406. قوله: يدوكون: أي يخوضون ويموجون ويختلفون فيه. والدوك: الاختلاط. وقع القوم في دوكة ودوكة وبوح أي وقعوا في اختلاط من أمرهم وخصومة وشر. لسان العرب، ج10، ص430.
- 23 الشافعي محمد علي بن محمد بن علان بن إبراهيم البكري الصديقي، *دليل الفالحين لطرق رياض الصالحين*، ج2، ص 451.
- 24 المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "فضائل الصحابة"، ص 176.
- 25 المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "فضائل الصحابة"، ص 2470.
- 26 السيرة النبوية، لعبد الملك المعافري، ابن هشام، ج2، ص 68.
- 27 الجامع الصحيح المسند المختصر من حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه، "المغازي"، 4046؛ المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "الإمارة"، 1899؛ المجتبى، لأحمد بن شعيب بن علي الخراساني، النسائي، "الجهاد"، 3154. قوله: "قال رجل" قال الحافظ ابن حجر في "الفتح" لم أقف على اسمه، وزعم ابن بشكوال أنه عمير بن الحمام، وهو بضم المهملة وتخفيف الميم، وسبقه إلى ذلك الخطيب، واحتج بما أخرجه مسلم (1901) من حديث أنس "أن عمير بن الحمام أخرج تمرات فجعل يأكل منهن، ثم قال: لئن أنا حييت حتى آكل تمراتي هذه، إنها لحياة طويلة، ثم قاتل حتى قتل". قلت: لكن وقع التصريح في حديث أنس أن ذلك كان يوم بدر، والقصة التي في الباب وقع التصريح في حديث جابر أنها كانت يوم أحد، فالذي يظهر أنهما قصتان وقعتا لرجلين، والله أعلم. الشافعي أحمد بن علي بن حجر أبو الفضل العسقلاني، *فتح الباري شرح صحيح البخاري*، ج7، ص 354.

28 الدَّرَق: جمع دَرَقَة، وهي التُّرس من جلد ليس فيه خشب ولا عقب. لسان العرب، ج10، ص 95.

29 دلائل النبوة ومعرفة أحوال صاحب الشريعة، لأحمد بن الحسين بن علي بن موسى الخراساني، أبو بكر البيهقي، 439/3؛ السهيلي عبد الرحمن بن عبد الله بن أحمد، الروض الأنف في شرح السيرة النبوية لابن هشام، ج6، ص 210

30 الجامع الصحيح المسند المختصر من حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه، "التعبير"، 7028، 7030، "المساجد"، 1121، 1156، "فضائل أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم"، 3740؛ المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "فضائل الصحابة"، 2478، 2479.

31 يقول ابن عمر: كان الرجل في حياة رسول الله صلى الله عليه وسلم، إذا رأى رؤيا، قصها على رسول الله صلى الله عليه وسلم، فتمنيت أن أرى رؤيا أقصها على النبي صلى الله عليه وسلم، قال: وكنت غلاما شابا عزبا، وكنت أنام في المسجد على عهد رسول الله صلى الله عليه وسلم، فرأيت في النوم كأن ملكين أخذاني فذهبا بي إلى النار، فإذا هي مطوية كطي البئر، وإذا لها قرنان كقرني البئر، وإذا فيها ناس قد عرفتهم، فجعلت أقول: أعوذ بالله من النار، أعوذ بالله من النار، أعوذ بالله من النار، قال فلقيهما ملك فقال لي: لم ترع، فقصصتها على حفصة، فقصصتها حفصة، على رسول الله صلى الله عليه وسلم، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «نعم الرجل عبد الله لو كان يصلي من الليل» قال سالم: فكان عبد الله، بعد ذلك، لا ينام من الليل إلا قليلا.

32 المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "الزكاة"، 1017.

33 المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، "التوبة"، (2750)؛ سنن الترمذي، لمحمد بن سَورة الترمذي، "صفة القيامة"، 2516.

7. قائمة المصادر والمراجع:

- المراجع العربية:

1. آبادي محمد بن يعقوب مجد الدين الفيروز، القاموس المحيط، المحقق: محمد نعيم العرقسوسي، 2005، ط8، بيروت، مؤسسة الرسالة.
2. إبراهيم أنيس وآخرون، المعجم الوسيط، 2008، مصر، مجمع اللغة العربية - مكتبة الشروق الدولية.
3. ابن الأثير المبارك بن محمد الشيباني الجزري النهاية في غريب الحديث والأثر، 1979، بيروت، المكتبة العلمية.

4. أبو حلاوة محمد السعيد، علم النفس الإيجابي، ماهيته ومنطقاته وآفاقه المستقبلية. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية، العدد 2014م.
5. أبو حلاوة، محمد سعيد، حالة التدفق، المفهوم والأبعاد والقياس، 2013، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية
6. البخاري محمد بن إسماعيل، الجامع الصحيح المسند المختصر من حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم وسننه وأيامه = صحيح البخاري، المحقق: محمد زهير بن ناصر الناصر السعودية: 1422، جدة، دار طوق النجاة.
7. بن تاج العارفين زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري، التوقيف على مهمات التعاريف، 1990، القاهرة، عالم الكتب.
8. البهاص سيد أحمد، (2010)، "التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت: دراسة سيكو مترية-إكلينيكية"، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي: جامعة عين شمس.
9. الترمذي محمد بن سورة، سنن الترمذي، المحقق: بشار عواد معروف، 1998، بيروت: دار الغرب الإسلامي.
10. الجرجاني علي بن محمد بن علي الزين الشريف، كتاب التعريفات، ضبطه وصححه جماعة من العلماء بإشراف الناشر، 1983، بيروت، دار الكتب العلمية.
11. حمدي محمود زقزوق، الموسوعة الإسلامية العامة، 2003، القاهرة، وزارة الأوقاف.
12. خضير مرفت إبراهيم، (2016)، "كفاءة الذات العامة المدركة وعلاقتها بالتدفق النفسي وإدارة الأزمات لدى مدرء المدارس"، مجلة التربية، جامعة الأزهر، 3 (169).
13. الشافعي محمد علي بن محمد بن علان بن إبراهيم البكري الصديقي، دليل الفالحين لطرق رياض الصالحين، اعتنى بها: خليل مأمون شيجا، 2004، ط4، بيروت، دار المعرفة.
14. عباس حسن، تفجير الطاقات الكامنة في الإنسان، مركز الكتاب للنشر، دت.
15. عبد الباقي محمد فؤاد، فتح الباري شرح صحيح البخاري، أحمد بن علي بن حجر بن حجر العسقلاني، رقم كتبه وأبوابه وأحاديثه، 1379، بيروت: دار المعرفة.
16. عبد الرحمن بن عبد الله، الروض الأنف شرح سيرة ابن هشام السهيلي، 1421، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

17. العبيدي عفراء إبراهيم، (2016)، "التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي"، مجلة الأستاذ: المؤتمر العلمي الرابع، جامعة بغداد.
18. عتر نور الدين، منهج النقد في علوم الحديث، 1892، ط3، دمشق: دار الفكر.
19. العروم أسماء وجحيدر رميصاء، (2022)، "التدفق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة"، دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بولاية الوادي. الجزائر: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم التربية.
20. العسقلاني أحمد بن علي بن حجر بن حجر، نزهة النظر في توضيح نخبة الفكر، 1422، الرياض، مطبعة سفير.
21. لابن منظور محمد بن مكرم بن علي الأنصاري، لسان العرب، 1414، ط3، بيروت: دار صادر.
22. المجتبى، أحمد بن شعيب بن علي الخراساني النسائي، 1406، حلب، مكتب المطبوعات الإسلامية.
23. المرسي علي بن إسماعيل بن سيده، المحكم والمحيط الأعظم، المحقق: عبد الحميد هندواوي، 2000، بيروت، دار الكتب العلمية.
24. المعافري لابن هشام عبد الملك، السيرة النبوية، تحقيق: مصطفى السقا وإبراهيم الأبياري وعبد الحفيظ الشلبي، 1375، ط2، مصر، مكتبة مصطفى البابي الحلبي وأولاده.
25. نجاتي محمد عثمان، الحديث النبوي وعلم النفس، 2005، ط5، سوريا: دار الشروق.
26. النيسابوري مسلم بن الحجاج، المسند الصحيح المختصر من السنن بنقل العدل عن العدل إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم = صحيح مسلم، المحقق: محمد فؤاد عبد الباقي، د.ت، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

المراجع الأجنبية:

1. Csikszentmihalyi, M. (1996). Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention. New York: HarperCollins.
2. (Csikszentmihaly, 2012, p.1-17) flow(psychology) 19 Wikipedia Articles.
3. Uluslararası 21. Yüzyılda Gençlik ve İnanç Eğilimleri Sempozyumu Programı 11-13 Kasım 2022'de Gerçekleştirilecek.