

* نصوص الانطلاق للدرس: (الآية 97 من سورة النحل + الأيتان 123 و124 من سورة طه + حديث أبي الدرداء ع.ت).

* القاموس اللغوي:

- حياة طيبة :
- لا يضل :
- لا يشقى :
- معيشة ضنكا :
- أمنا في سربه

* مضامين النص :

- توضح الآية الكريمة أن الإيمان بالله والمقرون بالعمل الصالح يحقق لصاحبه الصحة النفسية والسعادة في الدنيا والآخرة .
- تبين الآية الثانية أن المؤمن الحق المتبع لهدى الله سبحانه يحيا حياة لا حيرة فيها ولا شقاء ...
- يشير الحديث الشريف إلى حاجات الإنسان المادية والنفسية والتي بتحققها يتحقق التوافق والاستقرار والصحة النفسية .

* تحليل عناصر الدرس :

I- حقيقة الإيمان ومفهوم الصحة النفسية :

(أ) حقيقة الإيمان الذي يحقق الحياة الطيبة :

.....: « ليس الإيمان بالتحلي ولا بالتمني ولكنه ما وقر في القلب وصدقه العمل »
فالإيمان الصحيح هو الذي يظهر آثاره على السلوك، فهو عقيدة متحركة بمجرد تحققها في عالم الشعور تتحرك لتحقيق مدلولها في الخارج، ولذلك ورد الإيمان مقرونا بالعمل الصالح في أكثر من سبعين موضعا في القرآن الكريم . فمن تحقق له ذلك نال الحياة الطيبة والصحة النفسية في الدنيا والجزء الأوفى يوم لقاء الله سبحانه.

(ب) المقصود بالصحة النفسية :

- 1- يعرفها علماء النفس بأنها: «قدرة الإنسان على الشعور بالسعادة، وإيمانه بقيمته وقيمة الآخرين مما يمكنه من التصرف في المواقف المختلفة للحياة»
- فهي تتحقق بأمرين: توافق الفرد مع ذاته... وتوافق مع بيئته....
- 2- أما في الإسلام فمفهوم الصحة النفسية أشمل وأعم، بحيث تراعي الحاجات المادية والروحية معا فغياب الغذاء الروحي () لا يحقق الصحة النفسية حتى لو ملك الإنسان الدنيا كما أشارت إلى ذلك نصوص كثيرة في القرآن والسنة.

II – أثر الإيمان في الصحة النفسية :

(أ) الإيمان والتوافق الداخلي :

الإيمان الراسخ يكسب صاحبه شخصية سوية متزنة وهو منبع كل طمأنينة نفسية، وشعور بالأمن والتوازن والتوافق والسكينة. فمن ثمراته :

- البعد من الخوف على النفس أو المال .
- استمداد القوة من الله لمقاومة ضغوط الحياة المختلفة « »
- الاطمئنان إلى المصير وطمأنينة الخلود ...
- الشعور بالاطمئنان النفسي والأمان في الحياة « »
- الشعور بالتكريم الإلهي ورفع التكليف ..
- علمه أن التفاضل عند الله بالتقوى فقط ولا قيمة للمعايير الدنيوية الأخرى « »
- طمعه دائما في رحمة الله ومغفرته مهما بلغت ذنوبه دون يأس أو قنوط « »
- الرضى بالقدر وتقبله لكل ما يأتيه من الله ..

(ب) الإيمان والتوافق الاجتماعي والبيئي : فمن سمات شخصية المؤمن في هذا المجال :

- حبه للناس ما يحبه لنفسه وقد يؤثرهم أحيانا على نفسه « ».
- يثق بالآخرين ويحبهم ويسعى لكسب ثقتهم ومحبتهم، ويتعاون معهم .
- يستخدم كل طاقاته وقواه في أعمال الخير .
- يتقبل اختلاف الآخرين عنه ولا يسعى لفرض مواقفه .
- يعتز بانتمائه إلى المجتمع والأمة الإسلامية .
- يخطط ويعمل ويجد ولا يتوكل .
- يرحب بكل فكرة أو تجربة جديدة .
- رسمه لنفسه أهدافا عملية وقابلة للتحقق في عالم الواقع ..
- قيامه بعمله على أتم وجه وشعوره بكامل الرضى تجاهه مما يجعله عنصرا إيجابيا في مجتمعه .
- قيامه بما أوجبه الله عليه من عبادات مختلفة لما لها من دور في تحقيق التوافق مع ربه ومع ذاته ومع الكون حوله.....