

حتى تستقيم النفس

— المجلد الأول —

بناء النفس وتربيتها



مدارج

حَتَّى تَسْتَقِيمَ النَّفْسُ

المجلد الأول

بناء النفس وتربيتها

الصبر والمجاهدة والمداومة في صناعة الإنسان المنضبط

== مدارج

مجلدات السلسلة

المجلد الأول: بناء النفس وتربيتها

في معاني الصبر والمجاهدة والمداومة، وتربية الأسرة، واختلاف المسؤولية والقدرة في مراحل العمر.

المجلد الثاني: العبادات ومعالم الاقتداء

في انتظام العبادة، وما نتعلمه من هدي النبي ﷺ وأخبار الأجيال الأولى في العلم والعمل.

المجلد الثالث: الحقوق وبناء المجتمع

في حقوق الناس والأسرة والعمل، والمسؤولية المشتركة، وما تضيفه الدراسات المعاصرة ضمن حدودها.

المجلد الرابع: برنامج الاستقامة العملي

في اختيار مجال للتطبيق، وتعلم المهارة، ومتابعة الأداء، ومراجعة التعثر والاستمرار.

يمكن قراءة المجلدات بالترتيب، أو الرجوع إلى الموضوع الذي تحتاجه. وللتطبيق اختر حقًا واضحًا ومجالًا محددًا؛ فدورة البداية القصيرة وبرنامج الأسابيع الاثني عشر مساران مقترحان، ولا يلزم جمع مدتيهما.

الفهرس

٢	مجلدات السلسلة.....
٤	إهداء.....
٥	مقدمة.....
٧	الفصل الأول: لماذا لا يكفي أن نعرف؟.....
١٣	الفصل الثاني: وعد الهداية في طريق المجاهدة.....
١٨	الفصل الثالث: الصبر الذي نتعلمه.....
٢٥	الفصل الرابع: مجاهدة النفس لا تعني ظلمها.....
٣١	الفصل الخامس: عمل يبقى بعد انطفاء الحماسة.....
٣٧	الفصل السادس: ماذا تفعل بعد الانقطاع؟.....
٤٢	الفصل السابع: المسؤولية التي يتعلمها الصغير والكبير...
٥١	الفصل الثامن: البيت الذي يتعلم منه الطفل.....
٦٨	الفصل التاسع: من المساعدة إلى الاستقلال.....
٨٩	الفصل العاشر: الصلاة في التربية قبل البلوغ.....
١٠٨	الفصل الحادي عشر: البلوغ والخصوصية والمسؤولية....
١١٦	الفصل الثاني عشر: التعلم والوقت في حياة الشاب.....
١٢٥	الفصل الثالث عشر: الرشد المالي قبل اتساع المال.....
١٣٣	الفصل الرابع عشر: سنوات الأسرة وتزاحم الحقوق.....
١٤١	الفصل الخامس عشر: حين تتغير القدرة.....
١٤٨	الإحالات والمراجع.....

إهداء

إلى من عرف الطريق، ثم أتعبته العودة إليه؛ وإلى من ازدحم يومه بالمسؤوليات حتى صار يؤخر حق نفسه وحق من يحب؛ وإلى من يبدأ بحماسة، ثم يستحي من محاولته التالية لأنه لم يتم التي قبلها.

هذا الكتاب لك، ولنا معك. نحتاج جميعًا أن نتعلم كيف نحمل أنفسنا على الخير من غير أن نظلمها، وكيف نعطي العمل حقه من غير أن نضيع به حقًا آخر، وكيف نثبت حين تخفت الرغبة ويبقى الواجب.

وإلى أب وأم يعلمان صغيرهما أول صلاة، وإلى معلم يصبر على تلميذه، وإلى إنسان يجاهد في أمر لا يراه الناس، ثم يقوم في صباح جديد ليحاول مرة أخرى.

نسأل الله أن يهدينا لأحسن العمل، وأن يرزقنا فيه الصدق والرفق والثبات. واذكرونا، ووالدينا، ومن أعان على وصول هذا الكتاب إليكم، بدعوة صالحة.

هذا الكتاب وقف لله تعالى.

تأليف وتوزيع مدارج.

مقدمة

قد يعرف الإنسان ما ينفعه، ثم يمر يومه دون أن يفعله. يريد الصلاة بطمأنينة، والاستعداد لعمله، والجلوس مع أهله؛ ثم تتزاحم الأشغال ويطول التأجيل، فيجد نفسه مساءً أمام وعود لم يف بها. سمع النصيحة وأحبها، وبقي أن يتعلم كيف يعبر من محبة الخير إلى الثبات عليه.

في هذه المسافة يعيش موضوع هذا الكتاب. نريد أن نفهم الانضباط في حياة المسلم فهماً يجمع القلب والعمل: لماذا يفعل؟ وما الذي يفعله؟ وكيف يؤديه؟ ولمن عليه حق؟ وماذا يصنع حين تثقل نفسه، أو يتغير يومه، أو يفوته بعض ما أراد؟ ليست الغاية أن تمتلئ الساعات حتى لا يبقى فيها فراغ، بل أن يأخذ الحق موضعه من الحياة، وأن نستطيع الوفاء به ما استطعنا.

تبدأ هذه التربية مبكراً. يجلس الصغير إلى الطعام فيتعلم فعلاً محدداً، ويرى في بيته عبادة تتكرر، ثم يعرف أن الآخرين خصوصية لا يدخلها متى شاء. وتكبر معه المسؤولية، فيصبح الموعد الذي يحفظه موعد إنسان ينتظره، والمال الذي ينفقه مالاً تتعلق به حقوق، والعمل الذي يتولاه

أمانة تحتاج إلى علم وقدرة. وفي الكبر لا تبقى القوة على حالها، لكن يبقى باب العمل مفتوحًا بما يناسب الاستطاعة. وفي الطريق نتعلم التصبر على ما ينفع، ومجاهدة النفس دون إرهاقها بعمل لم يطلبه الله منها، والمداومة وحسن العودة بعد الانقطاع. ونتبين متى يعين التخفيف على الثبات، ومتى يصبح ستارًا للتفريط.

وللعادة موضع أصيل في هذه الحياة. فالمسلم لا يتعلم الوفاء لله من فكرة مجردة؛ إنه يصلي ويتطهر ويصوم، ويتعلم كيف يتبع الأمر في وقته وصورته. غير أن ثمرات العبادة في السلوك تحتاج إلى انتباه وعمل: أن يصل صدق اللسان إلى السوق، واحترام الوقت إلى المواعيد، ومراعاة الحقوق إلى البيت، فلا تبقى الحياة قطعًا متباعدة.

نرجو أن يصحبك هذا الكتاب إلى موقف حقيقي من حياتك: حق تؤديه، أو خلق تصلحه، أو عبادة تحسن المحافظة عليها، أو علم تنتفع به. ليس المطلوب أن تعد بإصلاح كل شيء اليوم؛ المطلوب أن تعرف ما يلزمك، وأن تبدأ البداية الصادقة، وأن تتعلم كيف تحرسها حين تصبح الأيام عادية، وحين لا يصفق لك أحد.

الفصل الأول: لماذا لا يكفي أن نعرف؟

بين رغبة صادقة وعمل مؤجل

لنتصور قارئاً اشترى كتاباً يحتاج إليه، ووضعه بجوار سريره، ثم مضت أسابيع وهو يختار الهاتف كلما عاد متعباً. لا تنقصه معرفة فضل القراءة، لكنه جعل العلاج وعداً بساعة كاملة بدل أن يحدد صفحة أولى ووقتاً ممكناً ويبعد ما يقطعه.

هذا مثال افتراضي، وسؤاله أضيق من الحكم على الشخصية: ما الحلقة التي تعطلت؟ أهو وضوح المطلوب، أم صلاح الغاية، أم القدرة، أم ترتيب البيئة، أم قرار البدء؟ قولنا «كن منضبطاً» لا يجيب وحده. وفي المقابل قد يتحول تحليل الظروف إلى تأجيل جديد؛ لذلك نحتاج إلى صدق يحاسب الاختيار، وفهم يجعل التنفيذ ممكناً.

القصد قبل كثرة الحركة

قال رسول الله ﷺ:

«إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى، فَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى دُنْيَا يُصِيبُهَا أَوْ إِلَى امْرَأَةٍ يَنْكِحُهَا فَهِجْرَتُهُ إِلَى مَا هَاجَرَ إِلَيْهِ»¹.

لا يجعل الحديث فحص النية بديلاً عن العمل؛ بل يرد العمل إلى وجهته. قد ينظم إنسان وقته ليغش، وقد يتعلم مهارة نافعة ثم يستعملها في أذى الناس. القدرة على التنفيذ ليست وحدها استقامة.

ولهذا نعني بالانضباط في هذا الكتاب أن يعرف الإنسان ما عليه، ويحمل نفسه على أدائه أداءً صحيحاً في موضعه، ويحفظ حدود استطاعته وحقوق غيره، ويصلح ما يقع منه من تقصير. هذا تعريف تنظيمي من صياغتنا، لا لفظ ماثور. وهو يفتح خمسة أسئلة: ماذا يجب أن أعرف؟ وهل الفعل مشروع؟ وهل أملك وسائله؟ وما الخطوة التي سأنفذها؟ ومن ينتظر أثر قراري؟

1 من حديث عمر بن الخطاب رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب بدء الوحي، باب كيف كان بدء الوحي إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، رقم الحديث ١

حين يكون الامتناع هو العمل

قال رسول الله ﷺ:

«لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ».²

تظهر القوة هنا في ملك النفس، لا في غلبة الآخر. لا يلغي الحديث شعور الغضب، لكنه يمنع أن يصير الشعور عذراً للإهانة. لذلك قد يكون العمل المطلوب أن تؤخر إرسال رسالة كتبته منفعلًا، ثم تعود فتسأل: ما الحق الذي أريد بيانه؟ وما العبارة التي تؤدي ولا تزيد البيان؟ هذا تطبيق عملي مقترح، لا مدة شرعية مخصوصة ولا علاج لجميع أسباب الغضب.

الحقوق أسبق من صورة الإنجاز

وقال رسول الله ﷺ:

«مَطْلُ الْغَنِيِّ ظُلْمٌ».³

2 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب

الحذر من الغضب، رقم الحديث ٦١١٤

3 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب في الاستقراض،

باب مطل الغني ظلم، رقم الحديث ٢٤٠٠

النص قصير وحاسم: من قدر على أداء الدين المستحق ثم ماطل ظلم صاحبه. لذلك لا يساوي تأجيل مشروع شخصي تأجيل حق بني عليه غيرك حاجته. وقد تكون أول خطوة في إصلاح الانضباط رد حق قائم، لا إضافة عادة جديدة.

ينطبق المعنى نفسه على مؤسسة تنهي مشروعًا مبكرًا ثم تؤخر أجور العاملين. يمكن وصف جانبها التنفيذي بالانتظام، لكن نجاحه لا يمحو الظلم. هذا التفريق أدق من مدح مطلق أو ذم مطلق؛ فهو يحدد موضع الإصلاح.

ماذا تضيف الدراسات الحديثة؟

تابعت دراسة موفيت وزملائها مجموعة من الطفولة إلى الرشد، ووجدت ارتباطًا بين قياسات ضبط النفس المبكرة ومآلات صحية ومالية وسلوكية لاحقة، مع مراعاة متغيرات منها الذكاء والخلفية الاجتماعية. الدراسة طولية رصدية؛ فهي تدعم أهمية السؤال، لكنها لا تجعل مستقبل الطفل مكتوبًا باختبار واحد، ولا تثبت فاعلية برنامج بعينه.⁴

4 تيري إي. موفيت وآخرون، تدرّج ضبط النفس في الطفولة يتنبأ بالصحة والثروة والسلامة العامة، وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم ١٠٨ (٧): ٢٦٩٣-٢٦٩٨؛

وجمعت مراجعة روبسون وزملائه مئة وخمسين دراسة عن التنظيم الذاتي في الطفولة والمآلات اللاحقة. اتساع المادة يمنع اختزال المسألة في انطباع فردي، لكنه لا يصحح كل ما يسمى تدريباً على الانضباط. يلزم أن نعرف ما الذي قيس، ومن شارك، وما حدود التعميم.⁵

والفائدة التربوية التي نقترحها هي أن نعلم التنظيم ولا نكتفي بإطلاق الصفات بعد الخطأ: نوضح الفعل، ونهيئ فرصة للمحاولة، ونراجع العائق. هذه ترجمة تطبيقية نناقشها، وليست نتيجة اختبارتها الدراستان في كل بيت ومدرسة.

5 ديفيد إيه. روبسون؛ مارك إس. ألين؛ ستيفن جيه. هوارد، التنظيم الذاتي في الطفولة بوصفه متنبئاً بالنتائج المستقبلية: مراجعة تحليلية تلوية، النشرة النفسية ١٤٦(٤):٣٢٤-٣٥٤؛ سنة ٢٠٢٠

بداية قابلة للمراجعة

اختر التزامًا واحدًا مؤجلًا، واكتب الواقعة بلا حكم شامل على نفسك: «وعدت بإرسال الملف مساء الثلاثاء، ولم أفتح بياناته إلا مساء الأربعاء». ثم حدد الحلقة التي غابت: العلم، أو المشروعية، أو القدرة، أو القرار، أو مراعاة الحق.

ليس المقصود تبرئة النفس ولا جلدتها، بل منع الخطأ المحدد من التحول إلى ضباب يغطي الحياة كلها. ابدأ بواقعة تعرفها، وحق تريد أدائه، وسبب تحاول فهمه؛ حتى يتحول وعد الإصلاح إلى عمل تستطيع مراجعته.

الفصل الثاني: وعد الهداية في طريق المجاهدة

وعد يفتح الرجاء

قال الله تعالى:

﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾.
[العنكبوت: ٦٩].

في الآية وعد يفتح الرجاء لمن تعب من نفسه، لكنه ليس ضمانًا لتحقيق كل رغبة بشرية لمجرد الإصرار عليها. المجاهدة «فينا»، والختام بالإحسان؛ فالغاية والطريق كلاهما داخلان في المعنى.

وسياق السورة يبدأ بالابتلاء: ﴿أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا آمَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ﴾. [العنكبوت: ٢]، ويقرر أن ثمرة المجاهدة تعود إلى صاحبها: ﴿وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ إِنَّ اللَّهَ لَغَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ﴾. [العنكبوت: ٦]. لا يلغي هذا السياق سعة المعنى التي ذكرها المفسرون، لكنه يمنع اقتطاع الوعد من عبودية الله.

من نص التفسير

قال الطبري:

«يقول تعالى ذكره: والذين قاتلوا هؤلاء المفتريين على الله كذبا من كفار قريش، المكذبين بالحق لما جاءهم فينا، مُبتغين بقتالهم علو كلمتنا، ونُصرة ديننا (لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا) يقول: لنوفقنهم لإصابة الطريق المستقيمة، وذلك إصابة دين الله الذي هو الإسلام الذي بعث الله به محمدا صلى الله عليه وسلم (وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ) يقول: وإن الله لمع من أحسن من خلقه، فجاهد فيه أهل الشرك، مُصَدِّقا رسوله فيما جاء به من عند الله بالعون له، والنصرة على من جاهد من أعدائه»⁶.

بيّن الطبري معنى نصرته الدين وطلب مرضاة الله، وذكر البغوي وجوهاً أخرى في المجاهدة فقال:

«والذين جاهدوا فينا) الذين جاهدوا المشركين لنصرة ديننا (لنهدينهم سبلنا) لنثبتنهم على ما قاتلوا عليه. وقيل: لنزيدنهم هدى كما قال: "ويزيد الله الذين اهتدوا هدى" (مريم: ٧٦)، وقيل: لنوفقنهم لإصابة الطريق المستقيمة، والطريق المستقيمة هي التي يوصل بها إلى رضا الله عز وجل. قال

6 محمد بن جرير الطبري، جامع البيان، تفسير العنكبوت: ٦٩

سفيان بن عيينة: إذا اختلف الناس فانظروا ما عليه أهل الثغور، فإن الله قال: (والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا)، وقيل: المجاهدة هي الصبر على الطاعات. قال الحسن: أفضل الجهاد مخالفة الهوى. وقال الفضيل بن عياض: والذين جاهدوا في طلب العلم لنهدينهم سبل العمل به. وقال سهل بن عبد الله: والذين جاهدوا في إقامة السنة لنهدينهم سبل الجنة. وروي عن ابن عباس: والذين جاهدوا في طاعتنا لنهدينهم سبل ثوابنا. (وإن الله لمع المحسنين) بالنصر والمعونة في دنياهم وبالثواب والمغفرة في عقابهم».⁷

يبين النقل الثاني تعدد الوجوه التي أوردتها البغوي: نصره الدين، والثبات، والصبر على الطاعات، وطلب العلم، وإقامة السنة.

«فيما»: الغاية التي تضبط الجهد

قد يداوم الإنسان على عمل ليقال إنه لا يضعف، أو ينظم وقته لإتقان باطل. لذلك لا يكفي أن نسأل: كيف أصبح أقوى؟ نسأل أولاً: فيم أبذل القوة؟ ومن أراد تعلم مهارة ليكيف نفسه وينفع أهله فليحضر هذا المعنى في اختياره وطريقة أدائه.

7 الحسين بن مسعود البغوي، معالم التنزيل، تفسير العنكبوت: ٦٩

ومن أراد حفظ القرآن فلا يجعل عدد الصفحات حاجزًا عن حسن القراءة والعمل.

والتخطيط خادم لهذه الغاية، لا سيد عليها. قد يوقف المرء عملاً نافلاً ليجيب حاجة والد لا يجد من يعينه، أو يعدل مقداراً لا يطيقه بدنه. لا يكون كل تعديل ضعفاً، كما لا تكون الرغبة في الراحة عذراً لتضييع الواجب؛ العبرة بالحق الذي تزاحم وبالقدرة الحقيقية.

«لنهدينهم»: رجاء لا يعفي من التعلم

يبدأ الإنسان بما علم من الخير، مستعيناً بالله، ويطلب مزيد البيان. لا يستغني بالعمل عن العلم؛ فقد يبذل جهداً في طريقة خاطئة. ولا يستغني بالعلم عن العمل؛ فينتظر اكتمال كل التفاصيل قبل أداء ما وضع له.

ولا تعني الآية أن المجتهد معصوم، أو أن شعوره بالهداية حجة على الناس. الحكم على الأقوال والأفعال يحتاج إلى علم وعدل، والحكم على السرائر ليس إلينا. فإذا أشكل على طالب باب من العلم سأل وأعاد النظر، ولم يجعل الغموض دليلاً على أنه حرم الخير.

الإحسان في الطريقة والحق

المشقة ليست مقياس صحة الطريق بذاتها. من يحفظ وقته ثم يجرح أهله كلما قاطعوه يحتاج إلى إصلاح خلقه، والباحث الذي يجمع مئات المراجع ثم ينسب إليها ما لم يقرأه يحتاج إلى أمانة، لا إلى قائمة أطول.

اسأل في مشروعك: أين أحتاج أن أحسن؟ في قصدي، أم تعلمي، أم طريقتي، أم حقي على الناس، أم حقهم علي؟ هذه تطبيقات نقترحها على ضوء الآية والتفسير، وليست تفسيرًا منقولًا لكل حالة بعينها.

ولا تحول وعد الله إلى اتهام للمتعتز: «لو كنت تجاهد حقًا لما بقيت عندك مشكلة». قد يجتمع في حياته جهل وعذر ومرض ومشقة، ولا نعلم سريره. الأجدى أن تدله على فعل واضح من الخير، وأن تعينه على العلم ورفع العائق، مع بقاء مسؤوليته عما يقدر عليه.

احمل الآية كاملة المعنى: مجاهدة لله، ورجاء في هدايته، وعمل يطلب الإحسان. تبدأ بما علمت، وتساءل عما جهلت، وتصلح ما أخطأت فيه، ولا تجعل بطء الطريق إذنًا بالاستسلام.

الفصل الثالث: الصبر الذي نتعلمه

«ومن يتصبر يصبره الله»

عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه:

«أَنَّ نَاسًا مِنَ الْأَنْصَارِ سَأَلُوا رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَعْطَاهُمْ، ثُمَّ سَأَلُوهُ فَأَعْطَاهُمْ، حَتَّى نَفِدَ مَا عِنْدَهُ فَقَالَ: مَا يَكُونُ عِنْدِي مِنْ خَيْرٍ فَلَنْ أَدْخِرَهُ عَنْكُمْ، وَمَنْ يَسْتَغْفِرْ يُعَفِّهِ اللَّهُ، وَمَنْ يَسْتَغْنِ يُغْنِهِ اللَّهُ، وَمَنْ يَتَصَبَّرْ يُصْبِرْهُ اللَّهُ، وَمَا أُعْطِيَ أَحَدٌ عَطَاءً خَيْرًا وَأَوْسَعَ مِنَ الصَّبْرِ».⁸

أعطاهم حتى نفذ ما عنده، ثم دلهم على باب من الخير يبقى معهم. اجتمع في هذا المشهد إحسان يسد الحاجة، وتعليم يعين النفس على التعفف والصبر. ومن هنا تبدأ المجاهدة: تستعين بالله، وتفعل ما تقدر عليه، وتكرر المحاولة حتى يقوى فيك ما كان يشق عليك.

وفي لفظ التصبر دعوة إلى فعل يبذله العبد، لا إلى انتظار صفة تهبط عليه دون سعي. قد يبدأ الإنسان وهو يجد المشقة، فيحمل نفسه على ما علم أنه حق، مستعينًا بالله. ولا

8 من حديث أبي سعيد الخدري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الزكاة،

باب الاستعفاف عن المسألة، رقم الحديث ١٤٦٩

يلزم من شعوره بالتعب أنه ينافق أو أنه لا يحب الخير؛ فقد يحب الغاية ويثقل عليه بعض الطريق إليها. المهم ألا يجعل كل ثقل سببًا كافيًا للانصراف، وألا يجعل تحمله للمشقة بديلًا عن صحة ما يفعله.

وليس معنى هذا أن كل متألم يحتاج إلى مزيد من الاحتمال فحسب. فهناك حق يجب رده، وعائق يمكن رفعه، وأذى ينبغي دفعه، ومرض يحتاج إلى رعاية. لذلك لا نستعمل التصبر لإبقاء إنسان في ضرر يستطيع النجاة منه، ولا لتبرير تأخير حقه أو منع وصوله إليه. التوجيه إلى صفة نافعة لا يلغي سائر أبواب العدل والإحسان.

الصبر على الطاعة له موضع في البيت

قال تعالى: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى﴾ [طه: ١٣٢]. وقال السعدي في تفسيرها: «والأمر بالشيء، أمر بجميع ما لا يتم إلا به، فيكون أمرًا بتعليمهم، ما يصلح الصلاة ويفسدها ويكملها».⁹

فالأمر بالصلاة يصحبه تعليم وصبر. يحتاج الصغير إلى من يبين له، ويكرر معه، ويتيح له السؤال. وحين يبطل تعلمه

9 عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن، تفسير طه: ١٣٢

يكون المربي أحوج إلى تذكر هذه المسؤولية من إعادة الأمر بصوت أعلى.

لنتصور أبًا يوقظ ابنه للصلاة. يستطيع أن يقف عند النداء وحده، ثم يغضب إذا تأخر الصغير؛ ويستطيع أن ينظر في يومه كله: هل نام في وقت مناسب؟ هل يعرف الوضوء؟ هل أعد موضعًا واضحًا لما يحتاج إليه؟ هل يرى والده نفسه يتهيا؟ بهذا يهيئ الأب أسباب الفعل الذي يطلبه، ويعرف موضع المساعدة التي يحتاجها ابنه.

وقد يحتاج الأب نفسه إلى الصبر أكثر مما يحتاج الطفل إلى الأمر. أن يعيد الشرح دون سخرية، وأن يثبت في عاداته هو، وأن يميز التعلم البطيء من العناد، وأن يعرف متى يقلل الكلام ليتيح المحاولة. وهنا يصبح الانضباط مشتركًا: الطفل يتعلم الفعل، والمربي يتعلم حسن القيام بحقه عليه.

قبل العمل وأثناءه وبعده

لنتتبع الصبر في عمل واحد من بدايته إلى نهايته: قبل العمل نحتاج إلى احتمال ترك ما يشغل عنه، وأثناءه نحتاج إلى الثبات على كلفيته، وبعده نحتاج إلى ألا نفسده بالمن أو الخداع أو الاستطالة على الناس.

خذ الوفاء بوعد مثلاً. قبل الموعد قد تحتاج إلى ترك جلسة تحبها لنتهاء. وأثناء المهمة قد يظهر تفصيل ممل لا يصح إهماله. وبعد الفراغ قد يطلب منك صاحب الحق تصحيح خطأ، فلا يكون انتهاء الجهد عذراً لرفض الإصلاح. يختلف نوع المشقة في كل مرحلة، ولذلك لا يكفي أن يقول الإنسان إنه صابر؛ يحتاج إلى معرفة الشيء الذي يصبر عليه الآن.

وفي التعلم قد يسهل فتح الدرس ويصعب البقاء مع موضع غامض. هنا يكون الصبر أن يعيد القراءة أو يسأل، لا أن يطيل الجلوس أمام الصفحة دون فهم. وقد يسهل الحفظ ويصعب قبول التصحيح، فيكون موضع المجاهدة في تواضع المتعلم. لو قسنا الجلسة بالدقائق وحدها لظننا أن المشكلة في طولها، وهي في طريقة التعامل مع الخطأ.

أما عند ترك معصية، فلا نصوغ التدرج على أنه إذن باستمرارها إلى أن ترتاح النفس. المقصود أن يبادر المرء إلى ترك ما علم تحريمه، ويستعين بالوسائل التي تثبته ويطلب المساعدة اللازمة. والتدرج يكون في اكتساب الوسائل والمهارات وتحسين الثبات، لا في تحويل المحذور إلى حق مؤقت اختاره لنفسه.

الصبر ليس تعطيلاً للفهم

من المهم أن نفرق بين عمل يحتاج إلى احتمال، وعمل لا يفهم صاحبه طريقته. طالب قضى ساعات يحاول حل مسألة بطريقة خاطئة قد يكون مجتهداً، لكن زيادة الساعات لا تصلح الفهم من تلقاء نفسها. ربما كان الصبر المطلوب منه أن يقبل الرجوع إلى أصل أبسط، أو أن يعترف بأنه يحتاج إلى معلم.

وكذلك صاحب العمل الذي يفشل مراراً في الوفاء بوقت معين. قد يكون عليه أن يجاهد التسوية، وقد يكون قدّر المهمة بغير علم. فإذا سمى كل تأخر كسلاً حرم نفسه فرصة تعلم التقدير، وإذا سماه كله سوء تقدير أعفى نفسه من تقصير اختياري. الإصلاح يبدأ بتفصيل الوقائع: أي جزء استغرق زمناً أكثر؟ وأي جزء لم يبدأ أصلاً؟ وأي التزامات جديدة قبلها وهو يعلم أنه لا يتسع لها؟

هذه الأسئلة لا تخفف المسؤولية، بل تجعلها محددة. يتحمل الإنسان مسؤولية وعده، ومسؤولية تعلم ما يحتاج إليه، ومسؤولية ألا يعيد الخطأ نفسه دون مراجعة. والصبر هنا جزء من عملية إصلاح أوسع، وليس كلمة تختصرها.

كيف نتمرن دون أن نُؤذي أنفسنا؟

نقترح أن يكون التدريب على الصبر داخل عمل مشروع معلوم الفائدة، لا بصناعة ألم لا حاجة إليه. من يريد تحسين انتباهه يختار مهمة تعلم مناسبة، وينتهيأ لها، ويصبر على قدر من التشتت حتى يعيد نظره إلى العمل. ومن يريد ضبط إنفاقه يراجع حاجة محددة قبل الشراء ويؤخر المباح غير الضروري إلى وقت قراره. ومن يريد تحسين خلقه يختار موقفًا يكثر فيه تسرعه، ويعد له طريقة أهدأ.

وتشير مراجعة لتدريب ضبط النفس إلى تحسن صغير في المتوسط، يختلف باختلاف المقارنة ويتراجع تقديره عند بعض تصحيحات التحيز.¹⁰ لذلك ابدأ بمهارة تحتاجها فعلاً، وراقب تحسنها؛ فنجاح تمرين محدد لا يضمن قوة عامة في كل مواقف الحياة.

والأقرب إلى الإنصاف في تطبيقنا أن نختار ما نحتاج إليه فعلاً، ثم ننظر: هل تحسن هذا السلوك؟ وهل بقي التحسن عندما تغيرت الظروف قليلاً؟ وهل صاحبه ضرر أو تضييع

10 مالتة فريزه؛ يوليوس فرانكنباخ؛ فيرونيكا يوب؛ ديفيد دي. لوشيلدر، هل

يحسن التدريب على ضبط النفس القدرة على ضبطها؟ تحليل تلوي، آفاق

العلوم النفسية ١٢(٦):١٠٧٧-١٠٩٩؛ سنة ٢٠١٧

حق؟ فزيادة القدرة على الجلوس طويلاً لا تكون نجاحاً كاملاً إذا صارت على حساب واجب، كما لا تكون قلة المشقة دليلاً على غياب المنفعة.

بطاقة موقف واحد

اختر موقفًا واحدًا تعرف أنك تستعجل فيه الخروج من المشقة: مراجعة درسك، أو الاستماع إلى اعتراض، أو إتمام تفصيل في عمل. اكتب ما تريد حفظه في هذا الموقف، ثم السبب الذي يضعفك عادة. لا تجمع في البطاقة كل أخطائك؛ يكفي أن تفهم مشهدًا واحدًا فهُمًا يمكن استعماله.

بعد ذلك ضع فعلًا محددًا يحفظ الحق. قد يكون إعادة السؤال قبل الإجابة، أو إنهاء جزء مفهوم من الدرس قبل تبديل المهمة، أو طلب توضيح بدل الانفعال. ثم حدد كيف ستعرف أنك فعلته. وإذا تعثرت، سجل ما وقع دون تغيير التاريخ أو حذف الفرصة غير المريحة. ليس الغرض أن يخرج السجل جميلًا، بل أن يخرج صادقًا.

ثم اسأل: هل صرت أرى موضع الاختيار الذي كنت أعبره مسرعًا؟ وهل تعلمت بديلاً عن الهرب أو الغضب؟ هنا تأخذ المجاهدة صورة تعرفها في حياتك.

الفصل الرابع: مجاهدة النفس لا تعني ظلمها

حكاية البئر الأخرى

قال ابن الجوزي في «صيد الخاطر»:

«ومن هذا ما يحكى عن بشر الحافي رحمه الله عليه، سار ومعه رجل في طريق فعطش صاحبه، فقال له: نشرب من هذا البئر؟ فقال بشر: اصبر إلى البئر الأخرى، فلما وصلا إليها قال له: البئر الأخرى. فما زال يعلله... ثم التفت إليه فقال له: [هكذا تنقطع الدنيا].»¹¹

قد يثقل عليك الطريق حين تنظر إلى آخره: كتاب طويل تريد فهمه، أو عادة تريد تركها، أو عمل تتكرر مشقته كل يوم. فإذا أخذت نفسك بخطوة قريبة هان بعض ما تستثقله. اقرأ الصفحة التي بين يديك، وأحسن العمل الذي حضرت ساعته؛ ثم استقبل ما بعده حين يأتي. من التلطف بالنفس أن تعينها على حمل يومها، فلا تحملها هم الطريق كله دفعة واحدة.

11 عبد الرحمن بن الجوزي، صيد الخاطر، فصل: كيف تقوى النفس؛ أوردها ابن الجوزي بصيغة «يحكى»، دون إسناد في هذا الموضع.

وتقريب المسافة لا يلغي حاجتك إلى الراحة. اجعل للعمل قدرًا معلومًا، وخذ الراحة التي تعينك على استئنافه. وإذا وعدت طفلًا أو صاحبًا باستراحة بعد مهمة، ففِ بوعدك؛ فالثقة تعين على الصبر كما يعين عليه وضوح الخطوة التالية.

أعط نفسك حقها

وقال ابن الجوزي:

«أعجب الأشياء مجاهدة النفس، لأنها تحتاج إلى صناعة عجيبة. فإن أقواما أطلقوها فيما تحب، فأوقعتهم فيما كرهوا، وإن أقواما بالغوا في خلافها حتى منعوها حقها، وظلموها. وأثر ظلمهم لها في تعبداتهم، فمنهم من أساء غذاءها فأثر ذلك ضعف بدنها عن إقامة واجبها. منهم من أفرداها في خلوة أثمرت الوحشة من الناس وآلت إلى ترك فرض أو فضل من عيادة مريض، أو بر والدة. وإنما الحازم من تعلم منه نفسه الجد وحفظ الأصول. فإذا فسح لها في مباح لم تتجاسر أن تتعداه. فيكون معها كالملك إذا مازح بعض جنده، فإن لا ينبسط إليه الغلام. فإن انبسط ذكر هيبة المملكة. فكذاك المحقق يعطيها حظها، ويستوفي منها ما عليها.»¹²

12 عبد الرحمن بن الجوزي، صيد الخاطر، فصل: أعط نفسك حقها واستوف حَقَّك منها

تحتاج المجاهدة إلى هذا الميزان: تكف النفس عما يفسدها، وتعطيها ما يعينها على الخير. الجوع والعطش والسهر ليست غايات تطلب لذاتها. نم لتؤدي ما عليك، واشرب إذا احتجت، وخذ من المباح ما تستعين به على واجبك. وقد تكون الراحة في وقتها أصدق عون على الاستمرار من اندفاع يعقبه انقطاع.

وعن أبي جحيفة رضي الله عنه قال:

«أَخَى النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَيْنَ سَلْمَانَ، وَأَبِي الدَّرْدَاءِ، فَزَارَ سَلْمَانُ أَبَا الدَّرْدَاءِ، فَرَأَى أُمَّ الدَّرْدَاءِ مُتَبَدِّلَةً. فَقَالَ لَهَا مَا شَأْنُكَ قَالَتْ أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ لَيْسَ لَهُ حَاجَةٌ فِي الدُّنْيَا. فَجَاءَ أَبُو الدَّرْدَاءِ، فَصَنَعَ لَهُ طَعَامًا. فَقَالَ كُلْ. قَالَ فَإِنِّي صَائِمٌ. قَالَ مَا أَنَا بِأَكِلٍ حَتَّى تَأْكُلَ. قَالَ فَأَكَلَ. فَلَمَّا كَانَ اللَّيْلُ ذَهَبَ أَبُو الدَّرْدَاءِ يَقُومُ. قَالَ نَمْ. ثُمَّ ذَهَبَ يَقُومُ. فَقَالَ نَمْ. فَلَمَّا كَانَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ قَالَ سَلْمَانُ قُمْ الْآنَ. فَصَلَّيَا، فَقَالَ لَهُ سَلْمَانُ إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ. فَاتَى النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: صَدَقَ سَلْمَانٌ.»¹³

13 من حديث أبي جحيفة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع ولم ير عليه قضاء، إذا كان أوفق له، رقم

لم يحمله سلمان على ترك العبادة؛ أعانه على أن يضعها في حياة تؤدي فيها الحقوق جميعًا. فلا تجعل كثرة العمل في باب عذرًا لتضييع باب آخر: لأهلك وقت، ولجسدك حاجة، وللعبادة حق. انظر إلى يومك كله حين تختار برنامجك، وإلى الناس الذين تتصل حقوقهم بك.

سَمِّ ما تريد إصلاحه

تبدأ المجاهدة النافعة بتحديد السلوك. إذا أضع السهر صلاة الصبح أو عمل النهار، فموضع الإصلاح موعد نومك وما يستبقيك مستيقظًا. وإذا أفسد الغضب حديثك مع أهلك، فدرّب نفسك على التوقف قبل الكلمة الجارحة وعلى الاعتذار عما صدر منك. كلما عرفت موضع الخلل أمكنك أن تختار له عملاً واضحًا.

أما ترديد «أنا ضعيف» بعد كل تعثر فلا يعلمك كيف تتقدم. اسأل: ما الذي سبق تعثري؟ وما الباب الذي أستطيع إغلاقه اليوم؟ قد تحتاج إلى إبعاد مشتت، أو تعلم مهارة، أو طلب مساندة. ثم ألزم نفسك بما قدرت عليه، وعد إلى المحاولة إذا أخطأت.

الحزم على قدر الحال

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

«دَعُونِي مَا تَرَكْتُكُمْ، إِنَّمَا هَلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ بِسُؤَالِهِمْ
وَاخْتِلَافِهِمْ عَلَى أَنْبِيَائِهِمْ، فَإِذَا نَهَيْتُكُمْ عَنْ شَيْءٍ فَاجْتَنِبُوهُ،
وَإِذَا أَمَرْتُكُمْ بِأَمْرٍ فَأَتُوا مِنْهُ مَا اسْتَطَعْتُمْ».¹⁴

وعن عمران بن حصين رضي الله عنه قال:

«كَانَتْ بِي بَوَاسِيرٌ فَسَأَلْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ
الصَّلَاةِ فَقَالَ: صَلِّ قَائِمًا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا، فَإِنْ لَمْ
تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبٍ».¹⁵

أد ما تستطيع، وتعلم حكم ما يعرض لك من عجز. وتختلف
وسيلة الإعانة باختلاف سبب التعثر. فمتعلم قادر يؤجل
درسه انتظارًا للمزاج قد ينفعه موعد ثابت يبدأ فيه وإن وجد
ثقلًا. وأم يتقطع يومها بالرعاية قد تحتاج إلى تقسيم القراءة
وإلى من يشاركها بعض المسؤولية. ومريض تتغير طاقته

14 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الاعتصام
بالكتاب والسنة، باب الاقتداء بسنن رسول الله صلى الله عليه وسلم، رقم
الحديث ٧٢٨٨

15 من حديث عمران بن حصين رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب
التقصير، باب إذا لم يطق قاعدا صلى على جنب، رقم الحديث ١١١٧

يحتاج إلى عمل يناسب قدرته، وإلى سؤال المختص عما يتعلق بمرضه.

قبل أن تزيد الشدة، انظر إلى السبب. فإذا كان الباب باب تسويق فابدأ، وإذا كانت الوسيلة لا تلائم يومك فغيّرها، وإذا احتجت إلى معونة فاطلبها. بذلك يصير الحزم عملاً نافعاً تستطيع الوفاء به.

عمل قريب

اختر أمراً واحداً تتعثر فيه، وحدد له خطوة تؤديها اليوم ووقتاً تنتهي عنده. وبعدها انظر: هل أنجزت ما قصدت؟ وهل حفظت معه واجباتك وحقوق من حولك؟ عدّل خطواتك على ضوء ما ظهر لك، ثم واصل.

ميادين المجاهدة قريبة: كلمة تحتاج إلى أدب، وموعد يحتاج إلى وفاء، وعبادة تحتاج إلى حضور. أعط نفسك ما يعينها، ثم طالبها بالحق.

الفصل الخامس: عمل يبقى بعد انطفاء الحماسة

حين يصبح اليوم عاديًا

تحمل البداية دفترًا جديدًا وشعورًا قويًا، ثم يأتي يوم يعود فيه العمل نفسه والوقت نفسه والتعب نفسه. في هذا اليوم تظهر المداومة؛ لأن الحماسة تفتح الباب، لكنها لا تحرس ما وراءه وحدها.

قال رسول الله ﷺ:

«سَدُّوا وَقَارِبُوا، وَاعْلَمُوا أَنَّ لَنْ يُدْخَلَ أَحَدَكُمْ عَمَلُهُ الْجَنَّةَ، وَأَنْ أَحَبَّ الْأَعْمَالِ أَدْوَمُهَا إِلَى اللَّهِ، وَإِنْ قَلَّ»¹⁶.

يجمع الحديث السداد والمقاربة والمداومة، ويرد القلب إلى فضل الله. فلا يكون الاستمرار جمعًا للأرقام ولا استغناء بالعمل عن الرحمة، ولا تكون قلة العمل فضيلة إذا كانت ذريعة إلى ترك الواجب.

16 من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب القصد والمداومة على العمل، رقم الحديث ٦٤٦٤

عمل يمكن حمله

قال علقمة:

«سَأَلْتُ أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ عَائِشَةَ، قُلْتُ: يَا أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ، كَيْفَ كَانَ عَمَلُ النَّبِيِّ ﷺ؟ هَلْ كَانَ يَخْصُ شَيْئًا مِنَ الْأَيَّامِ؟ قَالَتْ: لَا، كَانَ عَمَلُهُ دِيمَةً، وَأَيْكُمْ يَسْتَطِيعُ مَا كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَسْتَطِيعُ».¹⁷

«ديمة» تصف عملاً مستمرًا، لا موجة حماس. ولا تنقل إلينا مقدارًا واحدًا يصلح لكل أحد؛ فالرواية نفسها تذكر تفاوت الاستطاعة.

ويظهر تقدير العمر والحقوق في خبر عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما:

«قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَا عَبْدَ اللَّهِ، أَلَمْ أَخْبَرَ أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ وَتَقُومُ اللَّيْلَ؟ فَقُلْتُ: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ: فَلَا تَفْعَلْ، صُمْ وَأَفِطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرُزُوجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِحَسْبِكَ أَنْ تَصُومَ كُلَّ شَهْرٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ لَكَ بِكُلِّ حَسَنَةٍ عَشْرَ أَمْثَالِهَا، فَإِنَّ ذَلِكَ صِيَامُ الدَّهْرِ كُلِّهِ. فَشَدَدْتُ، فَشَدَدَ عَلَيَّ، قُلْتُ:

17 من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب

الرقاق، باب القصد والمداومة على العمل، رقم الحديث ٦٤٦٦

يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنِّي أَجِدُ قُوَّةً. قَالَ: فَصُمْ صِيَامَ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ وَلَا تَزِدْ عَلَيْهِ. قُلْتُ: وَمَا كَانَ صِيَامُ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ؟ قَالَ: نِصْفَ الدَّهْرِ. فَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَقُولُ بَعْدَ مَا كَبِرَ: يَا لَيْتَنِي قَبِلْتُ رُحْصَةَ النَّبِيِّ ﷺ¹⁸.

العبرة هنا ليست لوم عبد الله، بل رؤية المقدار على امتداد العمر. قبل أن تعاهد نفسك على خطة، اسأل: أبنيتها على يوم استثنائي أم على يوم يمكن أن يتكرر؟ وهذا في النوافل والمشروعات ووسائل التدريب؛ أما الواجبات والحقوق فلها أحكامها ورخصها التي تتعلم في موضعها.

بيئة تعين ولا تستبدل القصد

قدمت دراسات غالاً ودكوورث أدلة على أن بعض فوائد ضبط النفس يرتبط بعادات نافعة تقلل تكرار مقاومة الإغراء، لكن الوساطة الإحصائية لا تثبت سبباً شاملاً ولا تلغي الإرادة.¹⁹

18 من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري،

كتاب الصوم، باب حق الجسم في الصوم، رقم الحديث ١٩٧٥

19 برايان إم. غالاً؛ أنجيلا إل. داكورث، أكثر من مقاومة الإغراء: العادات

النافعة تتوسط العلاقة بين ضبط النفس والنتائج الحياتية الإيجابية، مجلة علم

نفس الشخصية وعلم النفس الاجتماعي ١٠٩(٣):٥٠٨-٥٢٥؛ سنة ٢٠١٥

نقترح لذلك أن تجعل البداية قريبة وواضحة: ضع الكتاب في موضع استعماله، وحدد الملف التالي قبل نهاية جلسة اليوم، واتفق على وقت يمكن احترامه. وتقاس صلاحية التهيئة بما تيسره من فعل؛ فإذا استهلك ترتيب المكتب موعد القراءة انقلبت الوسيلة على غرضها.

لا عدد سحريًا للعادة

تابعت دراسة لالي وزملائها سلوكًا يوميًا مختارًا نحو اثني عشر أسبوعًا، ووجدت تفاوتًا واسعًا في مسار التلقائية. الأعداد الشائعة المقتبسة منها تقديرات نموذجية، لا موعدًا شوهد عند كل مشارك.²⁰

وجمعت مراجعة سينغ وزملائه عشرين دراسة في عادات السلوك الصحي، مع تفاوت في الزمن والعوامل وخطر تحيز مرتفع في عدد من الدراسات. لذلك لا نجعل رقمًا واحدًا تقويمًا شرعيًا ولا اختبارًا لقيمة الإنسان.²¹

20 فيليبيا لالي؛ كورنيليا إتش. إم. فان يارسفيلد؛ هنري ديليو. ديليو. بوتس؛ جين واردل، كيف تتكوّن العادات؟ نمذجة تكوّن العادات في الحياة الواقعية، المجلة الأوروبية لعلم النفس الاجتماعي ٤٠(٦): ٩٩٨-١٠٠٩ (٢٠١٠)؛ نشر إلكتروني أول سنة ٢٠٠٩

الأقرب أن تسأل: هل صارت البداية أسهل؟ هل قل وقت التشتت؟ هل بقيت الجودة؟ وهل أستطيع العودة بعد انقطاع؟ هذه أسئلة ملاحظة شخصية، لا مقياساً نفسياً مقنناً.

قد يكون الانتظام أسبوعياً

قال أبو وائل:

«كَانَ عَبْدُ اللَّهِ يُذَكِّرُ النَّاسَ فِي كُلِّ خَمِيسٍ، فَقَالَ لَهُ رَجُلٌ: يَا أَبَا عَبْدِ الرَّحْمَنِ، لَوَدِدْتُ أَنَّكَ ذَكَّرْتَنَا كُلَّ يَوْمٍ. قَالَ: أَمَا إِنَّهُ يَمْنَعُنِي مِنْ ذَلِكَ أَنِّي أَكْرَهُ أَنْ أُمْلِكُكُمْ، وَإِنِّي أَتَخَوَّلُكُمْ بِالْمَوْعِظَةِ كَمَا كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَتَخَوَّلُنَا بِهَا، مَخَافَةَ السَّامَةِ عَلَيْنَا».²²

21 بن سينغ وآخرون، الوقت اللازم لتكوين عادة: مراجعة منهجية وتحليل تلوي لتكوّن عادات السلوك الصحي ومحدداته، الرعاية الصحية ١٢(٢٣):٢٤٨٨؛ سنة ٢٠٢٤

22 من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب العلم، باب من جعل لأهل العلم أياماً معلومة، رقم الحديث ٧٠

ليس كل نافع يوميًا. قد تكون جلسة أسبوعية متصلة أنفع من دقائق مشتتة كل مساء. يتبع التكرار طبيعة العمل ووقته وحقوق من يتأثر به، لا عدد الخانات.

راجع بعد مدة مناسبة سؤالين: ما الذي ثبت؟ وما الذي يحتاج إلى تعديل؟ ولا تعد الصفحات وحدها؛ انظر في الفهم والجودة وأثر العمل في غيرك. ثمرة المداومة أن يجد الخير موضعًا ثابتًا، وأن يعرف صاحب الحق أن الوفاء به لا ينتظر حماسة استثنائية.

الفصل السادس: ماذا تفعل بعد الانقطاع؟

لا تجعل الخطأ حكماً على الطريق كله

استمر طالب في مراجعة درسه أسابيع، ثم سافر فانقطع. حين عاد رأى الفجوة في سجله، فقرر انتظار أول الشهر. تحول انقطاع قصير إلى انتظار أطول؛ لأن خطته عرفت اليوم المثالي ولم تعرف طريق العودة.

هذا مثال افتراضي. العودة لا تنكر التقصير، ولا تمحو حقاً ضاع. لكنها تمنع أن يصبح الألم بديلاً عن الإصلاح. من أجل بحق يحتاج إلى الاعتراف به، ثم إلى فعل يغير الحال.

استدراك له موضع وحد

قالت عائشة رضي الله عنها:

«كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا عَمِلَ عَمَلًا أَتْبَتَهُ، وَكَانَ إِذَا نَامَ مِنَ اللَّيْلِ أَوْ مَرِضَ صَلَّى مِنَ النَّهَارِ ثِنْتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً. قَالَتْ: وَمَا

رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَامَ لَيْلَةً حَتَّى الصَّبَاحِ، وَمَا صَامَ شَهْرًا مُتَتَابِعًا إِلَّا رَمَضَانَ».²³

كان العمل ثابتًا، وكان للنوم والمرض استدراكه، ولم تكن العبادة إلغاءً للراحة. من هنا يتعلم القارئ أن يجعل العودة بعد العارض جزءًا من خطته. أما ما فاتته من عبادة فيتعلم حكم استدراكه، وتعويض جلسة قراءة أو مهمة شخصية يقدره بما يصلح أثرها ولا يوقعه في ضرر جديد.

بعد الانقطاع مَيِّز بين أربعة أبواب: واجب له حكم يتعلم، ومعصية تحتاج إلى توبة، وحق آدمي يحتاج إلى إصلاح مع صاحبه، ومشروع اختياري يمكن إعادة ترتيبه. والعجز المعتبر لا يعامل كتفريط اختياري.

أربعة أسئلة قبل التعويض

اسأل: ماذا فات فعلاً؟ ومن تأثر؟ وما السبب الذي نعرفه من الوقائع؟ وما أقرب فعل يصلح الأثر دون ضرر جديد؟

23 من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح مسلم، كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب جامع صلاة الليل ومن نام عنه أو مرض، رقم الحديث ٧٤٦، الرواية و

موظف تأخر في تقرير، فعمل الليل كله ثم أرسل ملفًا مليئًا بالأخطاء. كثرة التعب لم تصلح المشكلة. قد يكون الأنفع أن يصدق في التواصل، ويحدد الجزء الصحيح المتاح، ويتفق على موعد واقعي، ثم يراجع ما يرسل. هذا حل للمثال، لا إذن عام في مخالفة المواعيد.

وقارئ فاته أسبوع من برنامج اختياري لا يحتاج إلى حشر جميع الجلسات في ليلة واحدة حتى يمحو الفراغ من الورقة. يستأنف من موضعه، ويراجع تقدير المدة، ولا يزعم أنه أتم ما لم يتم.

عدّل السبب المتكرر

إذا كان العارض نادرًا فلا تهدم الخطة كلها. وإذا تكرر العائق نفسه فلا تسم تجاهله مداومة. اكتب سبب التعديل بجملة يمكن فحصها: «هذا الموعد يتعارض ثلاث مرات في الأسبوع مع التزام ثابت»، ثم حدد ما سيبقى وما سيتغير.

وقد تحتاج إلى شخص يحفظ الخصوصية ويعرف حد دوره؛ يرى عائقًا لم تنتبه إليه أو يعينك على ما لا تنجزه وحدك. المساندة ليست جمهورًا تعرض عليه تفاصيل عبادتك وتقصيرك.

السجل وسيلة لا مقياس للتقوى

جمعت مراجعة هاركن وزملائه مئة وثمانين وثلاثين تجربة في متابعة التقدم نحو الأهداف، ووجدت أثرًا معياريًا مجمعًا مقداره ٠.٤٠. هذا الرقم ليس زيادة في النجاح بنسبة أربعين بالمئة، ولا تتساوى به الأساليب والأهداف والسياقات.²⁴

نستفيد منه في اقتراح سجل بسيط للفعل الظاهر، لا جهاز يحكم على الإخلاص أو المنزلة عند الله. يسجل الفرصة الحقيقية وما وقع فيها وسبب التعثر إن عرف، ولا يمحو الأيام المحرجة.

في مثال تدريبي افتراضي، خططت طالبة لخمس جلسات، فأتمت ثلاثًا. زاحم موعد ضروري جلسة، وابتلع الهاتف أخرى. لا تجمع السببين في «لم أستطع». تنقل الموعد المتعارض إلى وقت متاح، وتبعد الهاتف عند البداية الأخرى، ثم تراجع هل فهمت ما درست. وإذا لم ينجح التعديل عادت إلى السبب، لا إلى إدانة شخصيتها.

24 بنجامين هاركن وآخرون، هل تعزز متابعة التقدم نحو الهدف بلوغه؟ تحليل تلوي للأدلة التجريبية، النشرة النفسية ١٤٢(٢):١٩٨-٢٢٩؛ سنة ٢٠١٦

رجاء مسؤول

قد يخرج الإنسان من الانقطاع أصدق في تقدير نفسه، لا لأنه أحب التقصير، بل لأنه عرف طريق الإصلاح. بعض ما فات لا يمحي بعبارة تحفيزية، وبعضه يمكن تداركه.

لا تجعل نجاح الأمس تزكية دائمة، ولا خطأه عذرًا لليأس. بين يديك عمل متاح: حق تصلحه، أو علم تطلبه، أو مساندة تستعين بها. حدد موضع عودتك بدل أن تظل تعلن موعد البداية.

الفصل السابع: المسؤولية التي يتعلمها الصغير والكبير

علم الفعل قبل أن تلوم

قال عمر بن أبي سلمة رضي الله عنهما:

«كُنْتُ غُلَامًا فِي حَجَرِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، وَكَانَتْ يَدِي تَطِيشُ فِي الصَّحْفَةِ، فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَا غُلَامُ، سَمَّ اللَّهُ، وَكُلَّ بَيْمِينِكَ، وَكُلَّ مِمَّا يَلِيكَ. فَمَا زِلْتُ تِلْكَ طِعْمَتِي بَعْدُ».²⁵

لم يكتف التوجيه بزم الخطأ؛ سمي للصغير أفعالاً محددة في الموقف، ثم أخبر عمر ببقاء أثرها. قبل أن نلوم الطفل على مهمة يومية نسأل: هل رآها؟ وهل فهم خطواتها؟ وهل تصل أدواتها إلى يده؟

وقال أنس رضي الله عنه:

«حَدَّثْتُ النَّبِيَّ ﷺ عَشْرَ سِنِينَ، فَمَا قَالَ لِي أَفٍّ، وَلَا لِمَ صَنَعْتُ، وَلَا أَلَّا صَنَعْتُ».²⁶

25 من حديث عمر بن أبي سلمة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأطعمة، باب التسمية على الطعام والأكل باليمين، رقم الحديث ٥٣٧٦
26 من حديث أنس بن مالك رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب حسن الخلق، والسخاء، وما يكره من البخل، رقم الحديث ٦٠٣٨

لا نستخرج من هذا اللفظ قائمة مدرسية كاملة، لكننا لا نفصل تعليم الصغير عن خلق الكبير. من يطلب ضبط اللسان لا يعفي نفسه من كلمة جارحة بحجة الاستعجال.

نقترح في المهمة اليومية أن يراها الطفل، ثم يؤدي جزءاً منها بمساعدة، ثم تتسع مساحة محاولته. هذا ترتيب تربوي مقترح، لا جدول أعمار شرعياً. وقد ربطت دراسة رصدية صغيرة لبرنبيه وزميلتيها بعض صور دعم الاستقلال بوظائف تنفيذية لاحقة؛ تلفت الدراسة إلى سلوك المربي، لكنها لا تثبت أن خطوة منزلية بعينها تسبب تحسناً مقداره معلوم.²⁷

الصلاة: تعليم يسبق المحاسبة

قال رسول الله ﷺ:

«مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ، وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ».²⁸

27 أني بيرنبيه؛ ستيفاني إم. كارلسون؛ ناتاشا وييل، من التنظيم الخارجي إلى التنظيم الذاتي: المقدمات الوالدية المبكرة للوظائف التنفيذية لدى الأطفال الصغار، نمو الطفل ٨١(١): ٣٢٦-٣٣٩؛ سنة ٢٠١٠؛ دراسة ارتباطية؛ لا تثبت أن دعم الاستقلال وحده سبب النتيجة.

28 من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ سنن أبي داود، كتاب الصلاة، باب متى يؤمر الغلام بالصلاة، رقم الحديث ٤٩٥؛ حسن صحيح

أحكام التأديب وضوابطه وحقوق الصغير باب فقهي، وهذا الكتاب لا يقدم الضرب برنامجاً تدريبياً؛ تطبيقه العملي هنا غير عنيف: تعليم الطهارة والصلاة، والقنوة، والاستعداد، والمتابعة الرحيمة.

وفي تعويد الصبيان على صوم عاشوراء قالت الربيع بنت معوذ رضي الله عنها:

«أَرْسَلَ النَّبِيُّ ﷺ غَدَاةَ عَاشُورَاءَ إِلَى قُرَى الْأَنْصَارِ: مَنْ أَصْبَحَ مُفْطِرًا فَلْيَتِمَّ بَقِيَّةَ يَوْمِهِ، وَمَنْ أَصْبَحَ صَائِمًا فَلْيَصُمْ. قَالَتْ: فَكُنَّا نَصُومُهُ بَعْدَ، وَنُصَوِّمُ صِبْيَانَنَا، وَنَجْعَلُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعِهْنِ، فَإِذَا بَكَى أَحَدُهُمْ عَلَى الطَّعَامِ أَعْطَيْنَاهُ ذَاكَ، حَتَّى يَكُونَ عِنْدَ الْإِفْطَارِ».²⁹

نستفيد من حضور المساندة، ولا نحول الخبر إلى إذن بإضرار الصغير أو إلى مقدار واحد يلزم كل طفل.

عند الألباني. مسائل التأديب بضوابطها الفقهية، والتطبيق هنا غير عنيف.

29 من حديث الربيع بنت معوذ رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم،

باب صوم الصبيان، رقم الحديث ١٩٦٠

تعلم الحق جزء من تعلم الواجب

قال سهل بن سعد رضي الله عنه:

«أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ أَتَى بِشَرَابٍ فَشَرِبَ مِنْهُ، وَعَنْ يَمِينِهِ غُلَامٌ وَعَنْ يَسَارِهِ الْأَشْيَاحُ. فَقَالَ لِلْغُلَامِ: أَتَأْذُنُ لِي أَنْ أُعْطِيَ هَؤُلَاءِ؟ فَقَالَ الْغُلَامُ: وَاللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ، لَا أُؤْثِرُ بِنَصِيبِي مِنْكَ أَحَدًا. قَالَ: فَتَلَّهَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ فِي يَدِهِ».³⁰

يتعلم الصغير أن للنظام حقًا يحميه، لا أنه سلسلة أوامر لمصلحة الأقوى. لذلك يلتزم المربي بالدور والاتفاق، ويبين تغيير الوعد إذا اضطر إليه. احترام الحق لا يعني أن الطفل يقرر كل شيء؛ بل يعني أن الحدود تشرح وتطبق بعدل.

تغيير المسؤولية مع المرحلة

قال الله تعالى:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ

30 من حديث سهل بن سعد رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأشربة، باب هل يستأذن الرجل من عن يمينه، في الشرب ليعطي الأكبر، رقم الحديث ٥٦٢٠

عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَافُونَ
عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ وَاللَّهُ
عَلِيمٌ حَكِيمٌ. [النور: ٥٨]. ﴿وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ
فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ
آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ. [النور: ٥٩].³¹

تفرق الآيتان بين من لم يبلغ الحلم ومن بلغه في الاستئذان
وخصوصية البيت. ليست التربية تكرار قاعدة واحدة من
الصغر إلى الكبر.

وقال تعالى:

﴿وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا
فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ وَلَا تَأْكُلُوهَا إِسْرَافًا وَبِدَارًا أَنْ يَكْبَرُوا
وَمَنْ كَانَ غَنِيًّا فَلْيَسْتَعْفِفْ وَمَنْ كَانَ فَقِيرًا فَلْيَأْكُلْ بِالْمَعْرُوفِ
فَإِذَا دَفَعْتُمْ إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ فَأَشْهَدُوا عَلَيْهِمْ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ حَسِيبًا. [النساء: ٦].³²

31 عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن، تفسير السورة ٢٤، الآية ٥٨؛

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن، تفسير السورة ٢٤، الآية ٥٩

32 عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن، تفسير السورة ٤، الآية ٦

تذكر الآية بلوغ النكاح وإيناس الرشد قبل دفع المال؛ فلا نفترض اكتمال كل مهارة عملية في لحظة واحدة. أما تفاصيل مال القاصر فترجع إلى الفقه والنظام المختص.

لا تجعل اختباراً نبوءة

جمعت مراجعة باندي وزملائها تسعاً وأربعين دراسة عشوائية شملت خمسين تدخلاً لتنظيم الذات عند الأطفال والمراهقين وأكثر من ثلاثة وعشرين ألف مشارك. أظهرت تدخلات كثيرة تحسناً، لكن النتائج لم تتطابق، ونسبة التدخلات ذات النتائج الإيجابية ليست نسبة الأطفال الذين نجحوا.³³

وفي إعادة فحص تجربة تأخير الإشباع، بين واتس وزميلاه أن مراعاة الخلفية الأسرية والقدرات المبكرة والبيئة المنزلية تقلل بعض الروابط المشهورة. فلا نحكم على مستقبل طفل من انتظاره حلوى أو استعجاله بها.³⁴

33 أنوجا باندي؛ دانيال هيل؛ شيكتا داس؛ آن ليز غودينغز؛ سارة جين بلاكهور؛ راسل إم. فاينر، فاعلية التدخلات العامة القائمة على التنظيم الذاتي لدى الأطفال والمراهقين: مراجعة منهجية وتحليل تلوي، مجلة الجمعية الطبية الأمريكية لطب الأطفال ١٧٢(٦):٥٦٦-٥٧٥؛ سنة ٢٠١٨

34 تايلر ديليو. واتس؛ غريغ جيه. دنكان؛ هاوانان تشوان، إعادة النظر في اختبار المارشيلو: تكرار مفاهيمي يبحث الروابط بين تأجيل الإشباع المبكر والنتائج اللاحقة، العلوم النفسية ٢٩(٧):١١٥٩-١١٧٧؛ سنة ٢٠١٨

صف الفعل الذي يحتاج إلى تصحيح، ولا تغلق هوية الناشئ بقولك: «أنت كسول» أو «لا تصلح للمسؤولية». علّمه، وأتّح له المحاولة، وحاسبه على ما عرفه وقدر عليه.

مسؤولية الراشد وملاءمة العمل

حين يتسع دور الإنسان في الأسرة والعمل، يمتد أثر قراراته إلى وقت غيره وماله وطمأنينته. قد يحتاج إلى قول صادق: «لا أستطيع قبول هذا العمل في موعده»، أكثر من حاجته إلى إظهار القدرة على كل شيء.

وفي توزيع العمل، انظر إلى ملاءمة المهمة لقدرة من يؤديها، وإلى الأدوات والوقت والمساندة التي يحتاج إليها. قد يفشل العامل لأن المهمة لم توضّح له أو لأن وسيلتها غائبة، لا لأنه يفتقد الرغبة في العمل. أحسن الاختيار والتهيئة، ثم تابع الأداء على أساس واضح.³⁵

35 محمد أحمد حسين أبو عياش، الانضباط في ضوء السنة النبوية: دراسة موضوعية، أطروحة دكتوراه، جامعة اليرموك؛ ص ٢١ للمداومة، وص ٩١-٩٣ لمواءمة العمل؛ ص ٩١-٩٣

تتغير الوسيلة ولا تسقط الغاية

قال عمران بن حصين رضي الله عنه:

«كَانَتْ بِي بَوَاسِيرُ، فَسَأَلْتُ النَّبِيَّ ﷺ عَنِ الصَّلَاةِ، فَقَالَ: صَلِّ قَائِمًا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِدًا، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبٍ».³⁶

النص في صلاة المريض، ولا يحول كل مهمة دنيوية إلى حكم شرعي مماثل. لكنه يثبت في بابه أن صورة الأداء تراعي الاستطاعة. وفي الحياة يتغير مقدار العون والوقت والوسيلة مع العمر والمرض والظروف.

36 من حديث عمران بن حصين رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب

التقصير، باب إذا لم يطق قاعدا صلى على جنب، رقم الحديث ١١١٧

وتتابع دراسة ريتشموند راكرد وزملائها أتراب دنيدين إلى منتصف العمر. هي متابعة رصدية للمجموعة نفسها، لا عينة مستقلة، فلا تجعل صحة الكبير شهادة قطعية على انضباطه السابق أو تفريطه.³⁷

يبقى السؤال النافع: ما العمل الصحيح المتاح لي الآن؟ قد يكون أداءً مباشرًا، أو تعليم خبرة، أو حفظ حق، أو قبول مساعدة. عدّل الوسيلة بحسب القدرة، ولا تترك غاية الخير.

37 ليا إس. ريتشموند راكرد وآخرون، ضبط النفس في الطفولة يتنبأ بوتيرة التقدم في العمر في منتصف الحياة والاستعداد للشيخوخة، وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم ١١٨(٣):رقم المقالة ٢٠١٠٢١١١٨؛ سنة ٢٠٢١

الفصل الثامن: البيت الذي يتعلم منه الطفل

قبل أن يفهم التعليمات، يقرأ المشهد

يدخل الطفل الحياة قبل أن يعرف أسماء كثير من الفضائل، لكنه يدخل بيتًا يرى فيه أشياء تتكرر. يرى كيف يتحدث الكبير حين يتعب، وماذا يفعل إذا جاء وقت الصلاة وهو مشغول، وكيف يتعامل مع موعد اتفق عليه، وكيف يعتذر إذا أخطأ، وهل يترك ما استعمله في مكانه أم يترك وراءه من يصلح فوضاه. هذه التفاصيل الصغيرة لا تكفي وحدها لصناعة الخلق، لكنها تكوّن البيئة التي يتعلم فيها الطفل معنى الكلام الذي يسمعه.

ومن هنا يبدأ الفرق بين بيت يكثر فيه الأمر، وبيت يساعد على التعلم. قد يقول الأب لابنه كل صباح: «استعد مبكرًا»، ثم يخرج الأب نفسه كل يوم على عجلة لأنه لم يهيئ ما يحتاج إليه. وقد تطلب الأم من طفلتها أن تحفظ أدواتها، ثم تغير مكان الأشياء كل مرة فلا تجد الصغيرة نظامًا تستطيع أن تتعلمه. المشكلة هنا ليست أن النصيحة باطلة، بل أن البيئة تقول شيئًا آخر.

والقرآن يعرض في وصايا لقمان لابنه صورة لتربية يدخل فيها الخطاب المباشر إلى قلب العلاقة: توحيد، وشكر، وصلاة، وأمر بالمعروف، وصبر، ثم أدب في التعامل والمشي والصوت. ﴿يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ﴾ [لقمان: ١٧]. وتجتمع في هذه الوصايا معاني الاعتقاد والعبادة والصبر والخلق في خطاب والد لولده [لقمان: ١٣-١٩].

إن الطفل لا يحتاج إلى بيت كامل لا يخطئ فيه أحد؛ فهذا غير موجود. يحتاج إلى بيت يرى فيه أن القاعدة لا تسقط لأن الكبير أخطأ. إذا رفع الأب صوته ثم زعم أن المشكلة في صوت الصغير فقط، تعلّم الطفل أن القاعدة مرتبطة بالسلطة. أما إذا قال الأب: أخطأت في طريقي، ثم أصلح ما استطاع، فقد أضاف إلى التربية درسًا لا تقوله المحاضرات الطويلة: الإنسان مسؤول عن فعله، والكبير لا يخرج من المعيار لأنه كبير.

المسؤولية في البيت ليست سلطة بلا حساب

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

«كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْأَمِيرُ رَاعٍ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ، فَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ».³⁸

الرعاية أمانة في يد المربي. ينظر فيما يصلح الطفل، ويعلمه ما يحتاج إليه، ويقوم بما يعجز عنه، ثم يترك له من العمل ما يقدر عليه. فكلما اتسعت سلطته اتسعت مسؤوليته عن حسن استعمالها.

وعن الأسود قال:

«سَأَلْتُ عَائِشَةَ مَا كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَصْنَعُ فِي أَهْلِهِ قَالَتْ كَانَ فِي مَهْنَةِ أَهْلِهِ، فَإِذَا حَضَرَتِ الصَّلَاةُ قَامَ إِلَى الصَّلَاةِ».³⁹

38 من حديث عبد الله بن عمر رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح،

باب المرأة راعية في بيت زوجها، رقم الحديث ٥٢٠٠

39 من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب

الأدب، باب كيف يكون الرجل في أهله، رقم الحديث ٦٠٣٩

يرى الصغير الكبير يشارك في حاجة المنزل، ثم يقوم إلى الصلاة؛ فيعرف للعمل والعبادة مكانهما في اليوم. وما نفعله أمامه يعطي كلماتنا صورة يستطيع أن يتعلم منها.

ولهذا لا يصح أن يكون «الانضباط» اسمًا لطاعة الصغير فقط. إذا كان البيت يطالب الطفل بترتيب أغراضه، فالكبار أيضًا يحتاجون إلى قدر من النظام يمنع أن يصبح الطفل العامل الصغير الذي ينظف فوضى الجميع. وإذا كانت الأسرة تجعل للأجهزة وقتًا، فالمعنى يضعف حين تكون الشاشة ممنوعة على الصغير ثم تبقى في يد الكبير طوال المجلس. ليست المساواة في كل حكم مطلوبة؛ فالعمر والمسؤولية يختلفان، لكن صدق المثل مطلوب.

وقد سبق في الفصل السابع الحديث العام عن تغير المسؤولية مع العمر. أما هنا فالسؤال أضيق: كيف يتحول البيت نفسه إلى بيئة تساعد الطفل على فعل ما تعلّمه؟ والإجابة ليست بإغراق الجدران بالقواعد. كلما كثرت الأوامر المتبدلة صعب على الطفل أن يعرف أيها ثابت، وأيها قيل تحت ضغط لحظة ثم نسي.

من الأمر إلى الاعتياد: التكرار قبل الاستقلال

يحتاج الطفل إلى تدريب يسبق استقلاله بالمسؤولية. وفي فصل الصلاة قبل البلوغ يأتي النص النبوي وتفصيل تهيئته للعبادة؛ أما هنا فننظر إلى ما يتكرر في البيت من مهام يتعلم أداؤها.

هذا المعنى يفتح باباً تربوياً مهماً: بعض المسؤوليات تتعلم بالتكرار الذي يسبق الاستقلال. لا ننتظر من الطفل أن يدير صباحه كله وحده ثم نصفه بالفشل عندما ينسى. نجزي المهمة، ونوضحها، ونمارسها معه، ثم نخفف المساندة بقدر ما يثبت تعلمه. الفرق بين التدريب والسيطرة أن التدريب يقصد في نهايته أن يقدر المتعلم على الفعل بوعي أكبر، أما السيطرة فقد تبقيه محتاجاً إلى صوت خارجي في كل مرة.

ومن وصايا ابن القيم في تربية الطفل: «ويعوده البذل والإعطاء وإذا أراد الولي أن يعطي شيئاً أعطاه إياه على يده ليزوق حلاوة الإعطاء».⁴⁰

40 محمد بن أبي بكر بن أيوب، ابن قيم الجوزية، تحفة المودود بأحكام المولود، فصل في تأديب الأولاد وتعليمهم والعناية بأخلاق الطفل ومراعاة استعداده للأعمال؛ موضع «ينشأ على ما عوده المربي» وما يليه

دع للصغير نصيبًا حقيقيًا من الخير: يحمل ما ستعطيه للمحتاج باحترام، أو يجهز ما سيهديه لقريب، أو يشارك في خدمة البيت. هكذا يعرف معنى البذل بالفعل، ويجد في يومه فرصًا ليجرب الخلق الذي تحدثه عنه.

ومراعاة قدرة الطفل تعين على اختيار نصيبه من العمل. قد يتعلم أحد طفلين المهمة سريعًا ويحتاج الآخر إلى عرضها مرة أخرى. لا تستنتج من ذلك حكمًا على مستقبلهما؛ أعط كل واحد ما يعينه على التقدم، وثبت المسؤولية المناسبة لعمره.

الروتين: حين تخفف البيئة عدد القرارات

الروتين المنزلي ليس هدفًا في ذاته، ولا يحتاج البيت إلى أن يتحول إلى ثكنة. فائدته العملية أن بعض ما يتكرر يمكن أن يصبح متوقعًا، فلا يبدأ النقاش من الصفر في كل مرة. إذا كان للصغير موضع ثابت لحقيبته، وترتيب معروف لما قبل النوم، ووقت معتاد للاستعداد للخروج، فإن جزءًا من العبء ينتقل من الذاكرة اللحظية إلى البيئة المنظمة.

وتشير دراسات أسرية إلى ارتباط انتظام بعض عادات اليوم بتنظيم انفعالي أفضل لدى الأطفال والمراهقين.⁴¹ لا يلزم أن تتشابه البيوت في ساعاتها؛ اختر ترتيباً ممكناً يحفظ حاجات أسرتك، وعدله إذا تغير العمل أو الصحة أو الرعاية.

قد يستقر موعد النوم تقريباً في بيت، بينما تنتظم نهايات اليوم في بيت يعمل أحد والديه بالمناوبات حول تسلسل مألوف: طعام، وتهدئة، وقراءة قصيرة، ثم نوم. يبحث البيت عن قدر من التوقع يخفف النزاع ويعين الصغير على معرفة الخطوة التالية.

41 إس. إي. أندرسون؛ إيه. ساكر؛ آر. سي. ويتاكر؛ واي. كيلي، التنظيم الذاتي والروتين المنزلي في سن الثالثة والسمنة في سن الحادية عشرة: تحليل طولي لدراسة فوج الألفية البريطانية، المجلة الدولية للسمنة ١٤٥٩:٤١-١٤٦٦؛ ملخص قاعدة بيمد ونتائجه الرئيسة؛ سنة ٢٠١٧؛ نتائج رصدية في عينة بريطانية؛ لا يثبت الروتين وحده سبباً للتحسن؛ ألين دبليو. بارتون؛ جين إتش. برودي؛ تيانى يو؛ ستيفن إم. كوغان؛ إديث تشن؛ كاثرين بي. إيرليخ، عمق الحياة اليومية: الروتين الأسري في المراهقة يتنبأ بالنمو في مطلع الرشد، مجلة صحة المراهقين ٦٤(٣):٣٤٠-٣٤٦؛ النص المفتوح في المستودع الطبي المركزي، العينة ٥٠٤ والمتابعة السنوية ٦ سنوات؛ سنة ٢٠١٩؛ دراسة طويلة في عينة محددة؛ لا تثبت السببية تجريبياً.

الدعم الذي يعلم، لا الدعم الذي يحل محل الطفل

تدعو نتائج بحثية عن دعم استقلال الطفل إلى الانتباه لمقدار تدخل الكبير وتوقيته. فقد ارتبط دعم الاستقلال في دراسة مبكرة بأداء لاحق أفضل في بعض الوظائف التنفيذية.⁴² والوظائف التنفيذية مهارات تساعد على التذكر والتخطيط وكف الاستجابة المتعجلة؛ يحتاج الطفل إلى فرصة يستعمل فيها هذه المهارات، إلى جانب ما يتلقاه من تعليم.

وفي دراسة رصدية أخرى، ارتبط تدخل الوالد الزائد حين كان الطفل منخرطًا بالفعل في المهمة بانخفاض بعض مؤشرات تنظيمه الذاتي.⁴³ فإذا كان الصغير يعرف خطوته ويعمل فيها، أمهله؛ وإن توقف عند ما يجهله، أعنه بقدر حاجته.

42 آني بيرنييه؛ ستيفاني إم. كارلسون؛ ناتاشا ويبيل، من التنظيم الخارجي إلى التنظيم الذاتي: المقدمات الوالدية المبكرة للوظائف التنفيذية لدى الأطفال الصغار، نمو الطفل ٨١(١): ٣٢٦-٣٣٩، سنة ٢٠١٠؛ دراسة ارتباطية؛ لا تثبت أن دعم الاستقلال وحده سبب النتيجة.

43 يلينا أوبرادوفيتش؛ مايكل جيه. سوليك؛ آن شافر، تعلم إفراح المجال: الإفراط في تدخل الوالدين يتنبأ بضعف التنظيم الذاتي لدى أطفال الروضة، مجلة علم نفس الأسرة ٣٥(٨): ١١٦٠-١١٧٠؛ عينة ١٠٢ ثنائي وفق الملخص؛ سنة ٢٠٢١؛ دراسة رصدية؛ الارتباط لا يثبت السببية.

وهذا قريب من خبرة يعرفها المربون: طفل تعلم أن يلبس حذاءه، لكن الكبير يستعجل فيلبسه له كل صباح. لقد ربح دقيقتين وخسر عشرات الفرص التي كان يمكن للطفل أن يمارس فيها الترتيب والمحاولة والصبر. وطفلة تستطيع جمع أدواتها من قائمة مصورة، لكن أمها تلاحقها خطوة خطوة: خذي القلم، ضعيه هنا، الآن الكتاب، لا، ليس هكذا. قد ينتهي المشهد مرتبًا، ولا نعرف بعد هل تعلمت الصغيرة إدارة المهمة أم تعلمت انتظار التعليمات التالية.

وارتبط إتاحة الاختيار المقيد داخل مهمة مشتركة بأداء أفضل في اختبارات الوظائف التنفيذية في دراسة جمعت عدة عينات لأطفال قبل المدرسة.⁴⁴ أعطى الطفل اختيارًا حقيقيًا فيما يمكنه اختياره، ثم اترك له فرصة أن يعمل بما اختار.

44 رومولوس جيه. كاستيلو وآخرون، إتاحة الوالدين للاختيار عنصر أساسي في دعم الاستقلالية للتنبؤ بمهارات الوظائف التنفيذية لدى الطفل، آفاق علم النفس ١٢:٧٧٣٤٩٢؛ أربع عينات قبل المدرسة، حجم العينة = ٣٦٦؛ النص الكامل المفتوح؛ سنة ٢٠٢٢؛ دراسة ارتباطية لأطفال قبل المدرسة؛ لا تثبت سببية الاختيار وحده.

ويحتاج الاختيار إلى حدود واضحة تحفظ الواجبات وحقوق الأسرة؛ ويأتي تفصيله في الفصل التالي مع خطوات نقل المسؤولية إلى الطفل.

التربية الداعمة ليست التساهل، والحزم ليس القمع

وجمع تحليل تلوي نتائج تربط أنماط التربية الداعمة بتنظيم ذاتي أفضل، وتربط الأنماط القامعة بمؤشرات أقل.⁴⁵ يحتاج الطفل إلى قاعدة يفهمها وعلاقة تسمح له بالتعلم؛ فلا تختزل التربية في شدة الصوت، ولا في تركه دون حدود.

هناك طريق ثالث أدق: قاعدة مفهومة، وعلاقة آمنة، ومساندة تناسب القدرة، وحدود تحفظ الحقوق، وفرصة للمحاولة، وعاقبة تربوية مشروعة ومتناسبة عند الحاجة، ثم عودة إلى التعليم بدل تحويل كل خطأ إلى هوية. الطفل الذي نريد له أن يتعلم ضبط نفسه لا نعلمه أن الخير هو ما يفعله فقط تحت المراقبة.

45 جيسيكا بلوم؛ غابرييلا إم. غارسيا؛ ماريان غارسيا؛ آن إم. ماسترغورج، العلاقات بين أساليب التنشئة الوالدية ومهارات التنظيم الذاتي لدى الطفل: سلسلة من التحليلات التلوية، مجلة علم نفس الأسرة 39(7): 880-898؛ ملخص قاعدة بيمد؛ 62 دراسة في التحليلات؛ سنة 2020؛ تحليل تلوي لدراسات متباينة؛ لا يقرر أثرًا واحدًا لكل طفل.

ومن المهم هنا ألا نستعمل لغة التشخيص بلا علم. طفل ينسى كثيراً قد يكون في طور نمائي طبيعي، وقد تكون المهمة أكبر من سنه، وقد يعيش اضطراباً في النوم أو ضغطاً أسرياً، وقد تكون لديه صعوبة تحتاج تقييماً مختصاً. ليست مهمة كتاب عام أن يشخصه. ما نستطيع قوله أن تكرار الخطأ لا يكفي وحده للحكم على النية أو الخلق، وأن حسن التربية يبدأ بفهم المهمة والقدرة قبل اختيار الاستجابة.

خمس قواعد لروتين منزلي يعلم

القاعدة الأولى: اجعل للروتين معنى معروفاً. لا تقل: لأنني قلت فقط، في كل ما يمكن شرحه. بعض الأوامر لا يحتاج طفل الثالثة إلى محاضرة فيها، لكن الطفل الأكبر ينتفع بأن يعرف أن ترتيب الحقيبة يحفظ أدواته، وأن خفض الصوت ليلاً يحفظ حق النائم، وأن الاستعداد قبل الموعد يحفظ وقت من ينتظر الأسرة. المعنى لا يلغي الطاعة المشروعة؛ إنه يساعد على بناء فهم يبقى حين يغيب المراقب.

القاعدة الثانية: قلل عدد القواعد واثبت على المهم. بيت فيه عشرون توجيهاً يتغير بعضها كل يوم يجعل الطفل بارعاً في قراءة مزاج الكبير أكثر من قراءة القاعدة. اختر في كل مرحلة عدداً محدوداً من السلوكيات التي يحتاجها البيت فعلاً.

وضحها، وكررها، ولا تضيف قاعدة جديدة كلما ضايقتك موقف عابر.

القاعدة الثالثة: هيئ البيئة قبل أن تلوم الذاكرة. إذا أردت من الصغير أن يعيد أغراضه، فليكن لها مكان معروف يصل إليه. إذا أردت خروجًا هادئًا، فليكن جزء من الإعداد في وقت سابق. وإذا أردت تقليل الشاشات، فلا تجعل الجهاز مفتوحًا أمامه طوال الوقت ثم تطلب منه بطولة إرادة لا يطلبها الكبار من أنفسهم.

القاعدة الرابعة: اترك جزءًا للطفل. لا تحوّل المساندة إلى تنفيذ نيابة عنه. بعد أن توضح المهمة، انتظر زمناً مناسباً قبل أن تتدخل. اسأله عما يراه ناقصاً، بدل أن تقدم كل الإجابة. وإذا أخطأ في ترتيب لا يضر، فقد تكون تجربة التصحيح أنفع من صورة مثالية صنعتها يد الكبير.

القاعدة الخامسة: راجع الروتين إذا كان البيت كله يفشل فيه. إذا كان جميع أفراد الأسرة يتأخرون كل صباح، فربما لا تكون المشكلة أربعة أشخاص ضعفاء الإرادة في الوقت نفسه. قد يكون وقت الاستيقاظ غير واقعي، أو إعداد المساء ناقصاً، أو نقطة واحدة تختنق عندها الحركة. إصلاح النظام لا يلغي مسؤولية الأفراد؛ إنه يزيل عائقاً لا فائدة من الإبقاء عليه.

حالة تطبيقية: روتين قصير قبل النوم

في المثال الافتراضي الآتي، لدى أسرة طفلان، أحدهما في التاسعة والآخر في السادسة. كانت نهاية اليوم تتحول إلى سلسلة أوامر: اجمعوا الألعاب، حضروا الملابس، أين الدفتر، اترك الجهاز، اذهب اغسل أسنانك. يتكرر الصباح لأن كل مهمة تبدأ فجأة، والكبار أنفسهم منشغلون بأجهزتهم أو أعمالهم حتى اللحظة الأخيرة.

قررت الأسرة أن تجرب روتينًا قصيرًا يبدأ قبل موعد النوم بمدة تناسب وقت الأسرة. وضعت ثلاث محطات فقط: إعادة الأشياء الأساسية إلى مواضعها، تجهيز ما يحتاجه صباح الغد، ثم انتقال هادئ إلى الاستعداد للنوم. الأصغر لديه قائمة مصورة، والأكبر لديه قائمة كلمات قصيرة. ليس المطلوب أن ينجزا بالطريقة نفسها؛ المطلوب أن يعرف كل واحد نصيبه.

في الأيام الأولى ينفذ الوالد جزءًا من الروتين معهما. لا يقف بعيدًا يصرخ بالتعليمات. يضع هاتفه جانبًا، يبدأ هو بإغلاق ما يعمل عليه، ثم يسأل: ما أول خطوة عندكم؟ إذا نسي الأصغر، يشير إلى الصورة. وإذا عرف الأكبر الخطوة لكنه تأخر لأنه يتحدث، يذكره بالوقت دون أن يعيد ترتيب أغراضه عنه.

بعد أسبوعين تراجع الأسرة ثلاثة مؤشرات فقط: كم خطوة أنجزها كل طفل دون تذكير مباشر؟ ما الخطوة التي تكرر فيها التعثر؟ وهل التزم الكبار هم أيضًا ببداية الروتين المتفق عليها؟ لا تجمع هذه الأرقام في درجة اسمها «انضباط الطفل». إنها بيانات صغيرة عن مهمة صغيرة.

ظهر أن الطفل الأصغر لا يصل إلى صندوق بعض ألعابه بسهولة، وأن الأكبر ينسى دفترًا لأنه لا يعرف أحيانًا ما يلزمه في اليوم التالي. الأول احتاج تعديلاً في البيئة، والثاني احتاج مصدرًا أوضح للمعلومة. لو اكتفت الأسرة بزيادة الحزم، لكررت اللوم على مشكلتين لا يحلها اللوم.

وفي الوقت نفسه تبين أن الأكبر يعرف بعض الخطوات لكنه يؤخرها ليكمل مشاهدة مقطع. هنا بقي مجال القرار والمسؤولية. اتفقت الأسرة على أن يكون إغلاق الشاشة قبل بدء الروتين، وأن يختار الطفل متى يشاهد ضمن المساحة المسموحة قبل ذلك. لم تحل كل مشكلة بتغيير المكان؛ بعض المشكلات تحتاج أن يتعلم الطفل ترك ما يرغب فيه حين يأتي وقت حق آخر.

كيف نعرف أن الروتين بدأ يعلم؟

لا نحتاج إلى طفل ينفذ بصمت كي نقول إن التعلم تقدم. يمكن أن ننظر إلى علامات أصدق: هل أصبح يعرف الخطوات؟ هل يحتاج إلى تذكير أقل؟ هل يستطيع العودة إذا نسي؟ هل يسأل سؤالاً مناسباً بدل أن ينتظر كل أمر؟ هل يميز ما يمكنه اختياره مما لا يملكه؟ وهل بقيت العلاقة تسمح بالتصحيح دون إهانة؟

وقد يبقى الطفل بطيئاً مع تحسن استقلاله. هذا ليس فشلاً بالضرورة. الكبير الذي ينجز المهمة عنه في دقيقتين أسرع من طفل يتعلمها في عشر، لكن السرعة ليست المؤشر الوحيد. في التدريب نتحمل قدرًا من البطء الآمن لأن الهدف أن تنتقل بعض القدرة إلى المتعلم.

ومن الجهة الأخرى لا نجعل «الاستقلال» ذريعة لترك الصغير في مهمة لا يقدر عليها. المعيار المتحرك هو: ما الجزء الذي يستطيع أدائه الآن بعد تعليم مناسب؟ نعطيه هذا الجزء، ونبقى مسؤولين عما فوق قدرته. وإذا ظهرت مخاطر أو مسؤوليات لا تناسب عمره، فليس من التربية أن نحمله إياها بحجة بناء الشخصية.

حين يفشل الروتين

كل بيت سيعرف أيامًا لا تسير كما خطط. مرض، وضيء، وسفر، وموعد طارئ، وتعب، ونزاع. خطأ التربية أن نتصور أن نجاح النظام معناه ألا ينكسر. المهم أن يعرف أهله كيف يعودون إليه، وأن يكون فيه قدر من المرونة يمنع الانكسار من أن يتحول إلى فوضى دائمة.

يمكن للأسرة أن تضع «صورة مختصرة» لليوم المضطرب: ما الذي لا ينبغي أن يسقط؟ ما الذي يمكن تأجيله؟ من يحتاج المساعدة؟ فإذا عاد اليوم العادي عاد الروتين المعتاد. هذه ليست رخصة مفتوحة لترك الحقوق، بل طريقة للتمييز بين الأصل والكماليات.

وكذلك لا ينبغي أن يتحول السجل المنزلي إلى جهاز مراقبة يرهق الطفل. إذا كان التوثيق يثير النزاع أكثر مما يعلم، فبسطوه. ربما تكفي علامة صغيرة على خطوة واحدة يتعلمها، ثم يختفي السجل عندما تستقر. الهدف أن يعيش الطفل المسؤولية، لا أن يعيش داخل لوحة تقييم دائمة.

البيت أول ميدان لنقل المسؤولية

اختر من هذا الفصل ما يحتاجه بيتك الآن: موضعًا ثابتًا للأغراض، أو موعدًا أوضح، أو قدوة يصحها الكبير في

نفسه. ثم انظر إلى الطفل وهو يعمل: ما الذي صار يعرفه؟ وما الذي ما زال يحتاج فيه إليك؟

والنتيجة ليست وصفة واحدة لكل بيت. قد يحتاج بيت إلى تقليل الفوضى، وآخر إلى تخفيف تدخل الكبار، وثالث إلى قواعد أوضح، ورابع إلى رحمة أكبر بطفل يتعلم ببطء. لكن السؤال الجامع واحد: هل البيئة التي صنعناها تساعد الطفل على أن يعرف الحق، ويجرب أداءه، ويتحمل جزءاً مناسباً من مسؤوليته، ثم يكبر هذا الجزء معه؟

إذا كان الجواب نعم، فالبيت لا يكتفي بإنتاج صباح هادئ أو غرفة مرتبة. إنه يدرّب إنساناً على الانتقال من التذكير الخارجي إلى مسؤولية يشارك في حملها. وهذه النقلة هي التي سنبنى عليها الفصل التالي: كيف نعرف متى نساعد، ومتى نتراجع خطوة، وكيف ننقل الطفل من المساندة إلى استقلال لا يقطع صلته بمن يراعاه.

الفصل التاسع: من المساعدة إلى الاستقلال

المساعدة النافعة لها نهاية مقصودة

قد يظن المربي أنه كلما زاد تدخله كان أحرص على الطفل. يذكره قبل أن ينسى، ويجيب قبل أن يسأل، ويصلح الخطأ قبل أن تظهر نتيجته، ويحمل عنه ما يستطيع حمله لأنه أسرع وأتقن. فينجز اليوم بأقل فوضى، لكن شيئاً آخر قد يبقى ناقصاً: أن يتعلم الصغير كيف يبدأ بنفسه، وكيف يلاحظ خطأه، وكيف يطلب المساعدة حين يحتاجها، وكيف يكمل العمل حين لا يقف الكبير بجانبه.

لهذا فالمساعدة في التربية ليست قيمة مستقلة عن غايتها. قد تكون رحمة وتعليماً، وقد تتحول - من غير قصد - إلى حاجز يحول بين الطفل وبين اكتساب القدرة. الطفل الذي لا يعرف الطريق يحتاج من يمشي معه. أما الطفل الذي عرف بعض الطريق ثم بقي الكبير يحمله في كل خطوة، فقد حُرم فرصة أن تتقوى قدماه.

ولا يعني هذا أن الاستقلال التربوي هو أن يترك الطفل وحده، أو أن يقل تعلقه بأهله، أو أن يتحرر من الواجبات والحدود. المقصود أضيق وأوضح: أن تنتقل إليه، بالتدرج، مسؤولية

أداء ما أصبح قادرًا على أدائه، مع بقاء الرعاية والنصح والرجوع إلى الكبير فيما لم يحسن بعد أو فيما يترتب عليه خطر أو حق للآخرين.

والتربية الناجحة لا تسأل فقط: ماذا يستطيع الطفل اليوم؟ بل تسأل أيضًا: ما الجزء التالي الذي يمكنه أن يتعلمه إذا أعثاه بقدر، ثم تراجعنا بقدر؟

من الاختبار إلى التسليم: معنى تربوي في آية الرشد

قال الله تعالى في شأن أموال اليتامى: ﴿وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ وَلَا تَأْكُلُوهَا إِسْرَافًا وَبِدَارًا أَنْ يَكْبَرُوا وَمَنْ كَانَ غَنِيًّا فَلْيَسْتَعْفِفْ وَمَنْ كَانَ فَقِيرًا فَلْيَأْكُلْ بِالْمَعْرُوفِ فَإِذَا دَفَعْتُمْ إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ فَأَشْهَدُوا عَلَيْهِمْ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ حَسِيبًا﴾. [النساء: 6].

قال الطبري في تفسير الأمر بالابتلاء: «واختبروا عقول يتاماكم في أفهامهم، وصلاحهم في أديانهم، وإصلاحهم أموالهم».⁴⁶

46 محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، تفسير سورة

النساء، الآية 6؛ معنى «وابتلوا اليتامى» ونقول السلف في اختبار العقل والتصرف؛ الآية في مال اليتيم؛ التطبيق الأسري هنا استفادة تربوية، لا تعميم

في الآفة اختبار يسبق تسليم المال، ورشد يُعرف من التصرف. ومن العبرة التربوية هنا أن نهى للمسؤولية بتجربة مناسبة، ثم نوسعها بقدر ما يظهر من القدرة. لا تحجب العمل كله عن الصغير ثم تفاجئه به حين يكبر، ولا تلق إليه ما يفوق خبرته ثم تلومه على التعثر.

علمه، وأتح له محاولة مأمونة، وانظر إلى ما أحسنه وما يحتاج فيه إلى مساعدة. فإذا استقر أداؤه، سلم إليه جزءًا أكبر. هكذا يصبح الاستقلال ثمرة تعلم تشهدها في فعله.

وهذا يمنع الاكتفاء بالعمر وحده عند تقدير القدرة. العمر مهم، لكنه ليس وحده وصفًا كاملاً للقدرة في كل باب. قد يكون طفل في الحادية عشرة قادرًا على إعداد حاجاته المدرسية باستقلال، ولا يكون قادرًا على إدارة مبلغ كبير. وقد يحسن مراهق استخدام وسائل النقل في طريق مألوف، ولا يحسن بعد تقدير عقد مالي أو قرار صحي. المسؤولية تتسع مجالاتها مع العمر، لكنها لا تنتقل في كل المجالات دفعة واحدة.

بين الشرح والتنفيذ: كيف تعمل «السقالة» التربوية؟

يستعمل باحثو نمو الطفل والتعلم لفظًا يمكن ترجمته بـ«الدعم المتدرج» أو «السقالة»: يقدم الكبير مساعدة تجعل المهمة التي تتجاوز قدرة الطفل قليلًا قابلة للإنجاز، ثم يغير مقدار المساعدة بحسب ما يفعله الطفل بالفعل. ليست الفكرة أن يبني الكبير الحل كله، بل أن يبني حول المتعلم دعمًا مؤقتًا يُزال حين لا يعود محتاجًا إليه.

وفي دراسة تابعت أطفالاً من سن الثانية إلى الرابعة، ارتبط الدعم المتدرج في سن الثالثة بأداء أفضل في الوظائف التنفيذية في الرابعة.⁴⁷ فكيفية المساعدة تستحق عنايتك: ما الذي تفعله أمام الطفل؟ وما الذي تدعه يجربه؟ ومتى تكفي إشارة صغيرة؟

47 ستيوارت آي. هاموند؛ أولريش مولر؛ جيريمي آي. إم. كاربنديل؛ ماكسيميليان بي. بيبوك؛ دانا بي. ليبرمان فاينستون، آثار الدعم المتدرج من الوالدين في الوظائف التنفيذية لدى أطفال ما قبل المدرسة، علم النفس النمائي ٤٨(١): ٢٧١-٢٨١؛ دراسة طولية، ٨٢ طفلًا، القياس في أعمار ٢ و ٣ و ٤ سنوات؛ سنة ٢٠١٢؛ متابعة نمائية ارتباطية، لا وصفة مجربة لكل أسرة.

وأظهرت متابعة أخرى روابط بين المساندة المتدرجة والتفاعلات السلبية وتطور الوظائف التنفيذية، مع اختلاف الروابط بحسب الجانب المقاس.⁴⁸ فالحضور النافع يلاحظ ما يحتاجه الطفل ويستجيب له؛ لا يقاس بعدد التعليمات وحده. تقدم هذه الدراسات روابط تساعد على الفهم، ولا تضمن نتيجة واحدة لكل طفل. ولهذا تبدأ المساندة بالملاحظة وتحسن بما تتعلمه من المحاولة.

وفيما يأتي خمس درجات عملية مقترحة لاختيار مقدار المساعدة، من عرض المهمة أمام الطفل إلى أدائها باستقلال. قد يحتاج الطفل للعودة خطوة إذا تغيرت المهمة أو تعقدت الظروف. من كان يجهز حقيبته وحده في أسبوع عادي قد يحتاج مساعدة إضافية في رحلة مدرسية لها قائمة مختلفة. ومن كان يدير مصروفًا بسيطًا قد يحتاج إشرافًا أوضح إذا دخلت عليه مشتريات إلكترونية وعروض لا يفهمها. التراجع

48 كلير هيوز؛ روري تي. ديفاين، نحو الأفضل أم الأسوأ؟ التأثيرات الوالدية الإيجابية والسلبية في الوظائف التنفيذية لدى الأطفال الصغار، نمو الطفل ٩٠(٢):٥٩٣-٦٠٩؛ متابعة ١٣ شهرًا، ١١٧ ثنائيًا من الوالد والطفل؛ سنة ٢٠١٩؛ متابعة ارتباطية؛ تختلف العلاقات بحسب الجانب المقاس.

المؤقت في مقدار الاستقلال ليس فشلاً؛ إنه تعديل للمساندة بحسب تغير المهمة.

لا تسرق منه المشكلة التي يستطيع حلها

من أقصى صور الإفراط في المساعدة أنها تبدو لطيفة جداً. ينسى الطفل ورقة في المدرسة، فيتصل الوالد فوراً بكل من يعرف حتى يحضرها له. يتأخر في مشروع، فيسهر الكبير يكمله. يختلف مع زميله في أمر بسيط، فيدخل الوالد قبل أن يجرب الطفل الحديث. ينسى غرضاً كل مرة، فيتحول الكبير إلى ذاكرته الخارجية الدائمة.

قد تكون المساعدة في موقف ما ضرورية، وقد يتعلق الأمر بحق أو سلامة لا تحتمل التجربة. لكن إذا صار كل خطأ يُمحي قبل أن يلتقي الطفل بعاقبته الطبيعية المأمونة، فلن يتعلم قراءة أثر اختياراته. الاستقلال لا ينمو فقط من النجاح؛ ينمو أيضاً من خطأ صغير يستطيع المتعلم إصلاحه.

هنا نحتاج إلى سؤالين قبل التدخل. الأول: هل في ترك الطفل يتعامل مع النتيجة ضرر غير مناسب لعمره أو تعدد على حق غيره؟ إن كان نعم، تدخلنا. والثاني: هل يستطيع أن يفعل شيئاً نافعاً الآن قبل أن أفعله عنه؟ إن كان نعم، أعطيناه ذلك الجزء.

فإذا نسي واجبًا يمكن تداركه دون ضرر، قد يكون دوره أن يتواصل مع معلمه بالطريقة المتاحة، لا أن يجري الوالد الاتصال كله. وإذا بعثر وقته حتى ضاق، قد يكون دوره أن يختار أي جزء يبدأ به وأن يواجه ضيق الوقت بدل أن يحول الكبير الليل إلى عملية إنقاذ كاملة. وإذا أخطأ في شراء صغير متفق على حدوده، فمناقشة سبب الخطأ بعده قد تعلمه أكثر من منع كل تجربة مالية حتى البلوغ.

إنقاذ الطفل من كل ضيق قصير قد يؤجل عنه تعلمًا طويلًا. وتركه في ضيق يفوق قدرته ليس تربية. الحكمة في المنطقة بينهما.

الأمر الواضح أقرب إلى الاستقلال من سيل التعليمات

قال عمر بن أبي سلمة رضي الله عنه:

«كُنْتُ غُلَامًا فِي حَجَرِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَكَانَتْ يَدِي تَطِيشُ فِي الصَّحْفَةِ فَقَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ

وسلم: يَا غُلَامُ سَمِّ اللَّهَ، وَكُلْ بِيَمِينِكَ وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ. فَمَا زَالَتْ
تِلْكَ طِعْمَتِي بَعْدُ».⁴⁹

كلمات قليلة بيّنت للصغير ما يفعل، فبقي أثرها في عاداته.
حين يقع الخطأ، سمّ الفعل الصحيح بوضوح، واجعل الخطوة
التالية مما يستطيع الطفل أن يؤديه.

التعليم الزائد قد يكون نوعاً من السيطرة المرهقة. حين نقول
للطفل في الدقيقة الواحدة: افتح الكتاب، اكتب التاريخ، عدّل
جلستك، لا تنس القلم، ابدأ بالسؤال الأول، اقرأ جيداً، أسرع،
انتبه؛ نحن ننتج استجابة للمنبهات الخارجية أكثر مما نعلمه
إدارة المهمة.

الأفضل أحياناً أن نخفض صوت المربي كي يسمع المتعلم
صوت الخطوة داخل رأسه. يمكن أن نقول: «ما أول خطوة؟»
فإن عرفها بدأ. وإن تردد ذكرناه بإشارة. وإن لم يعرف شرحنا.
وبعد مرات يصبح السؤال نفسه غير ضروري.

ومع الطفل الأكبر يمكن نقل التخطيط نفسه إليه. بدل أن
نصنع له جدول الأسبوع ثم نطالبه بالالتزام، نطلب منه أن

49 من حديث عمر بن أبي سلمة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب
الأطعمة، باب التسمية على الطعام والأكل باليمين، رقم الحديث ٥٣٧٦

يحدد الالتزامات الثابتة أولاً، ثم يضع وقتاً للمهمات، ثم يعرض الخطة علينا. دورنا هنا ليس أن نصادق على كل اختيار، بل أن نكشف ما أغفله ونحفظ حدوداً لا يملك إسقاطها. هكذا تصبح الخطة ملگاً له بدرجة أكبر، لا ورقة معلقة تعبر عن عقل والده.

الاستقلال لا يعني أن كل شيء قابل للاختيار

من أكثر الأخطاء شيوعاً أن نخلط بين دعم الاستقلال وبين جعل الواجبات خيارات. إذا كان على الطفل أن يذهب إلى المدرسة، فلا معنى لسؤاله كل صباح: «هل تريد أن تذهب؟» ثم الغضب حين يقول لا. وإذا كان وقت النوم قد دخل بما يناسب سنه وحاجته، فليس من الصدق أن نقدم أصل النوم نفسه خياراً ونحن لا نقبل رفضه.

المساحة الصحيحة للاختيار تكون داخل حدود حقيقية: بأي واجب تبدأ؟ هل ترتب المكتب قبل الاستحمام أم بعده؟ أي كتاب من هذين تقرأ؟ هل تحفظ المبلغ الباقي أم تخصص جزءاً منه لغرض اتفقنا عليه؟ كل اختيار حقيقي يتحمل صاحبه أثره داخل مساحة آمنة.

وتشير تجربة في بحوث الدافعية إلى أن شرح مبرر الفعل، والاعتراف بمشاعر المتعلم، وإتاحة قدر من الاختيار قد

تساعده على تبني قيمة نشاط لا يستميله في البداية.⁵⁰ يمكن أن تقول: أعرف أنك تريد مواصلة اللعب، وقد جاء وقت ترتيب ما سنحتاجه غداً؛ بأي جزء ستبدأ؟ تكون قد سمعت رغبته، وحفظت المسؤولية، وتركت له قراراً يستطيع حمله.

لا يتوقف الواجب على محبة الطفل له؛ لكن فهم المعنى يعينه على أدائه بوعي، ويقلل اعتماده على حضور من يراقبه.

القدرة مجالاً لا صفة واحدة

قد نقول عن طفل: «هو غير مسؤول»، فنظلمه بجملة أوسع من الدليل. ربما هو مسؤول في رعاية أغراضه، ضعيف في الوقت، متردد في الحديث مع الغرباء، ممتاز في تتبع التعليمات إذا كانت مكتوبة، سريع الارتباك إذا كانت شفوية، قادر في البيت ومشتت في المدرسة. المسؤولية ليست لوئاً واحداً يملأ الإنسان كله في لحظة.

ولهذا ينبغي أن ننقل المسؤولية مجالاً مجالاً. من الأفضل أن نعرف بدقة ما الذي يتعلمه الطفل الآن: إعداد حقيبة، إدارة مبلغ محدود، الالتزام بموعد، إنجاز مهمة منزلية، متابعة

50 إدوارد إل. ديسي؛ هاله إغراري؛ برايان سي. باتريك؛ دين آر. ليوني، تبشير

الاستدخال: منظور نظرية تقرير المصير، مجلة الشخصية ٦٢(١):١١٩-١٤٢؛

الملخص ووصف التجربة الرئيسة؛ سنة ١٩٩٤

واجب، الاعتذار عن خطأ، أو طلب مساعدة في وقتها. لكل مجال مهاراته ومخاطره وعلامات التقدم فيه.

هذا يمنعنا أيضًا من منح امتياز كبير لأن الطفل نجح في مجال آخر لا يثبت أهليته له. التفوق الدراسي لا يثبت وحده حسن إدارة المال. الهدوء في البيت لا يثبت حسن تقدير المخاطر خارج المنزل. القدرة التقنية لا تساوي نضجًا في التعامل مع الغرباء أو حماية الخصوصية. ومن جهة أخرى، تعثر الطفل في مجال لا يمحو ما نجح فيه.

إن هذا التفصيل أقرب إلى العدل، وأقرب إلى التدريب؛ لأن الشيء المحدد يمكن تعليمه وقياسه ومراجعته. أما الحكم العام «أنت مسؤول» أو «أنت غير مسؤول» فيصعب على الطفل أن يعرف ماذا يفعل به غدًا.

خمس درجات للمساندة بدل خيارين: أساعد أو أترك

ليس أمام المربي خياران فقط: أن يقوم بالمهمة أو أن يترك الطفل وحده. يمكن أن تتدرج المساندة بحسب الحاجة.

في الدرجة الأولى يؤدي الكبير المهمة أمام الطفل وهو يشرح ما يحتاج إلى شرح، خاصة حين تكون جديدة أو خطيرة. وفي الثانية يشترك الطفل في جزء حقيقي: يختار، أو يعد، أو ينفذ

خطوة، بينما يحتفظ الكبير بالأجزاء التي لم يقدر عليها بعد. وفي الثالثة يصبح الطفل هو المنفذ الرئيس، ويقدم الكبير تلميحاً أو سؤالاً بدل الحل. وفي الرابعة يعمل الطفل مستقلاً ثم يعرض الناتج للمراجعة. وفي الخامسة تصبح المهمة من مسؤوليته المعتادة، ولا تعود المراجعة لازمة في كل مرة، وإنما عند ظهور مشكلة أو تغير الظروف.

هذه الدرجات ليست سلماً جامداً ولا أعماراً ثابتة. ربما يكون الطفل في الدرجة الخامسة في ترتيب أغراضه، والثانية في الطبخ، والأولى في استخدام أداة خطيرة. وربما ينتقل إلى درجة أعلى ثم يعود مؤقتاً إذا مرض أو تغيرت المهمة. المقصود أن يعرف المربي أن تقليل المساعدة جزء من التعليم نفسه.

وتشير دراسة عن الكلام الداعم إلى ارتباط توقيته بالنسبة إلى نشاط الطفل ببعض قدرات تبديل الانتباه.⁵¹ قبل أن تتدخل، لاحظ: هل يحتاج الطفل إلى هذه الإشارة الآن؟ قد

51 ماكسيميليان بي. بيبوك؛ جيريمي آي. إم. كاربنديل؛ أولريش مولر، الدعم الوالدي المتدرج ونمو الوظائف التنفيذية، اتجاهات جديدة في نمو الطفل والمراهق ٢٠٠٩ (١٢٣): ١٧-٣٤؛ دراسة توقيت العبارات الداعمة وعلاقته بتبديل الانتباه؛ نتيجة ارتباطية عن توقيت المساندة، لا قاعدة ثابتة لكل موقف.

يكون صمتك القصير هو الفرصة التي يكتشف فيها الخطوة بنفسه.

مهمة حقيقية أفضل من تدريب مصطنع طويل

لكي يتعلم الطفل الاستقلال، لا نحتاج دائماً إلى تمارين خاصة منفصلة عن الحياة. كثير من أفضل ميادين التدريب موجود أصلاً: حقيبة، ومطبخ، وموعد، ومصروف، وكتاب، ومهمة دراسية، واتصال يحتاج إلى أدب، وشيء أفسده ويحتاج إلى إصلاح.

المهمة الحقيقية تمنح الفعل معنى. عندما يتعلم الطفل أن يقارن سعرين في شراء محدود، فالأرقام ليست ورقة تمارين فقط؛ لها أثر على ما يبقى من المال. وعندما يخطط ليصل في الوقت إلى نشاط يحبه، فالوقت ليس جدولاً مجرداً؛ التأخر يغير تجربته. وعندما يرسل رسالة اعتذار مهذبة بعد خطأ، فهو لا يحفظ صيغة أخلاقية فقط؛ يعالج أثر فعله في إنسان آخر.

لكن «الحقيقة» لا تعني المخاطرة. لا نجرب استقلال الطفل على ما قد يضر صحته، أو يضيع مالاً لا يحتمل ضياعه، أو يعرضه لاستغلال، أو يحمل إليه مسؤولية بالغ. نختار حجماً يمكن أن يخطئ داخله ويتعلم من غير أذى كبير.

وفي دراسة عن المشاركة في أعمال المنزل، لوحظ في تفاعلات مصورة أن المساندة المعرفية كانت أكبر في بداية المهمة ثم خفت مع تقدمها، بينما استمر الدعم الانفعالي.⁵² تذكرنا هذه الصورة بأن تقليل المساعدة يمكن أن يصاحبه بقاء القرب والتشجيع.

وهذه نقطة مهمة: سحب المساعدة لا يعني سحب العلاقة. يمكن أن نترك للطفل تنفيذ المهمة ونبقى متاحين، نفرح بمحاولته، ونواسيه إذا أخفق، ونحاوره بعد التجربة. الاستقلال الصحي لا يبنى بالبرود، بل بثقة تسمح بمسافة للعمل ومساحة للعودة.

52 ليتينغ شيا؛ شو تشن؛ شيا هونغ؛ يوتشي ليانغ؛ لينغ تسوي؛ أرونا وو، العلاقة بين المشاركة في الأعمال المنزلية وقدرات حل المشكلات لدى أطفال ما قبل المدرسة والدور المعدّل للدعم الوالدي المتدرج، أكتا بسيكولوجيكا — دراسات في علم النفس ٢٦٠:١٠٥٦٢٩؛ الدراسة الأولى حجم العينة = ١٢٥، والتحليل المصور في الدراسة الثانية حجم العينة = ٣١؛ سنة ٢٠٢٥؛ دراسة محدودة وملاحظات مصورة لعينة صغيرة؛ لا إثبات للسببية.

حالة تطبيقية: من «خذ هذا واشتر» إلى إدارة شراء صغير

في هذا المثال الافتراضي، تريد أسرة أن تعلّم فتاها الذي بلغ الثانية عشرة التعامل مع المال في حاجات يومية صغيرة. كان الأب حتى الآن يعطيه المبلغ المحدد ثم يخبره بالمنتج والمتجر، ويطلب الباقي. ينجح الفتى في النقل، لكنه لا يمارس قرارًا حقيقيًا سوى حمل المال.

في المرحلة الأولى اختار الأب شراءً قليل المخاطرة ومبلغًا محدودًا. عرض على ابنه قائمتين لمنتجات متشابهة، وشرح ما الذي يجب مراعاته: الحاجة أولاً، ثم السعر، ثم الجودة المناسبة، ثم الاحتفاظ بالإيصال والباقي. لم يطلب منه أن يتعلم الاقتصاد كله في يوم واحد.

في المرة الأولى قرأ الأسعار معًا. في الثانية أعطاه الأب المهمة وطلب منه أن يشرح قبل الشراء ما سيفعله. في الثالثة لم يدخل في المقارنة إلا حين سأله الفتى. ثم صارت بعض المشتريات الصغيرة من مسؤولية الفتى، مع حد مالي واضح وقاعدة ثابتة: لا شراء عبر حساب إلكتروني ولا التزام متكرر ولا إعطاء بيانات شخصية دون الرجوع إلى الوالد.

أخطأ الفتى مرة فاختر عبوة أكبر ظنها أوفر، ثم اكتشف أن سعر الوحدة أعلى. لم يسترد الأب المال من مصروفه عقوبةً لمجرد الخطأ، ولم يقل له: «أنت لا تعرف شيئاً». جلسا على الإيصال وحسبا الفرق. صار الخطأ مادة تعلم، لا محكمة شخصية.

بعد عدة أسابيع لم يكن السؤال: هل أصبح «رجلاً مسؤولاً»؟ كان أضيّق: هل يستطيع إنجاز هذا النوع من المشتريات ضمن الحد المتفق عليه؟ راجعا خمس علامات: هل يحدد الحاجة قبل الدخول؟ هل يقارن بطريقة صحيحة؟ هل يحفظ الباقي والإيصال؟ هل يسأل حين يجد أمراً لم يفهمه؟ وهل يستطيع أن يشرح بعد الشراء لماذا اختار؟

إذا استقرت هذه المهارات، يمكن توسيع المهمة قليلاً. وإذا ظهرت ثغرة، يعود الدعم إلى موضعها فقط. لا حاجة إلى سحب المسؤولية كلها بسبب خطأ واحد، ولا إلى توسعتها لأن تجربة واحدة نجحت.

تكشف التجربة ما يستطيع الفتى أدائه وما يحتاج إلى تعلمه. والمهمة التالية تُختار على قدر ذلك؛ فتتسع المسؤولية مع القدرة، ويبقى الرجوع إلى الوالد متاحاً.

كيف نقيس انتقال المسؤولية من غير أن نحول الطفل إلى مشروع درجات؟

في هذا الباب نحتاج إلى مقاييس قريبة من السلوك، لا أحكام شاملة على النفس. يمكن للمربي أن يلاحظ في مهمة واحدة أربعة أشياء لفترة قصيرة.

أولها عدد التذكيرات اللازمة للبدء أو الاستمرار. إذا كان الطفل يحتاج خمس إشارات ثم صار يحتاج واحدة، فهذا تقدم في المهمة نفسها. ثانيها نوع المساعدة: هل يحتاج تنفيذًا نيابة عنه، أم سؤالًا يفتح له الطريق، أم مراجعة بعد الانتهاء فقط؟ ثالثها القدرة على إصلاح الخطأ: هل يتوقف تمامًا عند أول مشكلة، أم يستطيع الرجوع خطوة وتجربة بديل؟ ورابعها القدرة على شرح ما يفعله: فالطفل الذي يعرف سبب الخطوة وخطتها أقرب إلى نقل المهارة من طفل يحفظ حركة بلا فهم.

ولا يلزم جمع هذه العلامات في رقم. قد نكتب ملاحظة أسبوعية قصيرة، ثم نترك السجل حين يؤدي غرضه. الغرض من القياس أن نعرف متى نزيد المساندة ومتى نقلها، لا أن نصنع ملفًا دائمًا يلاحق الطفل.

ويجب كذلك أن نحذر من خداع السرعة. حين يبدأ الطفل تنفيذ شيء بنفسه قد يصير أبطأ مما لو فعله الكبير. لا ينبغي أن نسحب المهمة منه فقط لأن الكفاءة لم تصل بعد إلى كفاءة البالغ. نقيس التحسن بالنسبة إلى قدرته السابقة، ونحافظ على الحدود التي تمنع الضرر، ثم نعطي المهارة وقتًا لتثبت.

متى لا نتراجع؟

هناك مواقف يكون فيها «دعه يجرب» عبارة سيئة. إذا كان الخطأ قد يسبب أذى جسديًا معتبرًا، أو ضياع حق للآخرين، أو إفشاء معلومات خاصة، أو التزامًا ماليًا كبيرًا، أو دخولًا في علاقة لا يقدر الطفل على تقدير خطرها، فإن مسؤولية المربي تسبق رغبة التدريب. التعليم يكون في محاكاة أو جزء مأمون، لا في ترك الضرر يقع ليتعلم الصغير منه.

وكذلك إذا ظهرت صعوبة نمائية أو عصبية أو نفسية محتملة تؤثر في الذاكرة أو التخطيط أو الانتباه، فلا يجوز أن نضاعف الضغط باسم الاستقلال. بعض الأطفال يحتاجون دعمًا خارجيًا أطول، وقوائم بصرية، وتنبيهات، وتقسيماً أكثر دقة للمهمة. طول الحاجة إلى الدعم لا يساوي فشلًا أخلاقيًا.

والعدل هنا أن نفرق بين الهدف والطريقة. قد يكون الهدف أن يتعلم الإنسان قدر ما يستطيع من إدارة شؤونه، لكن طريق

شخص إليه يختلف عن طريق آخر. من احتاج أداة تذكير أو مساعدة مستمرة في جانب لا يكون أقل قدرًا عند الله ولا أقل كرامة. هذا الكتاب يتكلم عن التدريب، لا عن ترتيب الناس بحسب سرعة أدائهم.

إذا طلب المساعدة بعد أن صار مستقلاً

بعض المربين يظنون أن طلب الطفل للمساعدة بعد أن تعلم المهمة رجوع إلى الوراء. ليس دائماً. الإنسان المستقل ليس من يفعل كل شيء وحده؛ بل من يعرف ما يستطيع وما لا يستطيع، ويطلب العون في الوقت المناسب، ويتحمل ما عليه بعد أن يأتيه العون.

قد يكون الطفل قادراً على إعداد عرضه المدرسي، ثم تأتية مهمة جديدة في برنامج لا يعرفه. إن قال: «علمني هذه الخطوة»، فهذا سلوك ناضج أكثر من أن يخفي جهله حتى يفشل. وقد يكون المراهق يدير مصروفًا محدودًا، ثم تعرض له معاملة لا يفهم شروطها. رجوعه إلى وليه هنا علامة سلامة لا نقص استقلال.

لذلك لا نجعل الاستقلال جدارًا بين الصغير والكبير. نريده بآبًا في اتجاهين: يخرج الطفل منه إلى التجربة، ويستطيع أن

يعود عبره للسؤال دون سخرية أو توبيخ لأنه لم يعرف كل شيء.

المربي الذي ينجح في أن يقل احتياج الطفل إليه

في بعض المهن يُقاس النجاح ببقاء الناس محتاجين إلى الخدمة. أما التربية ففيها شيء عجيب: من علامات نجاحها أن يقل احتياج الطفل إلى بعض ما كان يحتاجه منا، مع بقاء المحبة والبر والصلة. يتعلم أن يربط حذاءه فلا نربطه. يتعلم أن يرتب موعده فلا نلاحقه كل مرة. يتعلم أن يراجع خطته فلا نصنعها عنه. ثم يكبر فيصبح قادرًا على حمل حقوق أكبر. هذا النقص في الحاجة ليس فقدًا لدور الأب أو الأم؛ إنه ثمرة من ثمرات الدور. الذي علّمه الأمس صار قادرًا اليوم، والقادر اليوم يستعد لغد يحمل فيه نفسه وينفع غيره.

ومن هنا نرى أن الانضباط الذي نبحت عنه ليس طفلاً سريع الاستجابة لكل أمر خارجي. هذا قد يكون مرحلة من التعليم في بعض المواطن، لكنه ليس غايته كلها. نريد إنساناً يفهم، ويتذكر، ويخطط، ويبدأ، ويصبر، ويصحح، ويسأل حين يجهل، ويعرف أن عليه حقوقاً ولو لم يراقبه أحد.

الفصل السابق بنى البيت الذي يساعد على التعلم. وهذا الفصل نقل المسؤولية داخل ذلك البيت خطوة بعد خطوة. أما الفصل التالي فسينتقل إلى عبادة عظيمة يتدرب عليها الطفل قبل أن تلزمه لزوم البالغ: الصلاة. وهناك سنحتاج عناية أكبر بالفرق بين التعليم والتكليف، وبين الرفق والإهمال، وبين التدريب المشروع وتحويل العبادة إلى ساحة صراع.

الفصل العاشر: الصلاة في التربية قبل البلوغ

لا يستيقظ الطفل يوم البلوغ وفي قلبه معرفة الصلاة، وفي ذاكرته أوقاتها، وفي جسده هيئتها، وفي حياته مكان ثابت لها. التكليف الشرعي له حدوده وأحكامه، لكن التربية تسبق لحظة التكليف بسنوات. ولهذا لا يكون السؤال النافع: متى تصبح الصلاة واجبة على الطفل كوجوبها على البالغ؟ فقط، بل يسبقه سؤال آخر: كيف نُعِدُّه ليعرف الصلاة ويألف أداؤها ويستطيع القيام بها عندما يدخل زمن المسؤولية؟

هذا الفرق دقيق؛ لأن الخلط بين التعليم قبل الوجوب والوجوب نفسه يفسد التربية من جهتين متقابلتين. قد يحمل بعض المربين الصغيرَ ما لا يحمله الشرع للبالغين إلا بعد تحقق شروط التكليف، فيعامله معاملة من ترك فرضاً، استقر وجوبه عليه. وقد يذهب آخرون إلى الطرف المقابل، فيتركون الصلاة بعيدة عن حياته كلها حتى يبلغ، ثم يطالبونه في يوم واحد بعبادة لم يتعلم حركاتها ولا أوقاتها ولا طريقة الاستعداد لها. وبين الطرفين تربية طويلة تبدأ بالتعريف والقُدوة، ثم التعليم، ثم المشاركة، ثم المتابعة، ثم نقل المسؤولية بالتدريج.

قال الله تعالى: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا﴾. [طه: ١٣٢]. يجتمع الأمر بالصلاة والصبر عليها في حياة المربي: يعلم، ويحث، ويكرر برفق، ويثبت هو على ما يدعو إليه.

وفي وصايا لقمان التي سبقت في الفصل الثامن تقترن الصلاة بالتوحيد والصبر وحسن الخلق. يبقى تعليم وقتها وصفتها جزءاً من هذه التربية، دون أن ينفصل عن معنى العبودية.

سبع سنوات: بداية أمرٍ بالتدريب لا بداية معرفة الصلاة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

«مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ». ⁵³

يبدأ التعليم بالمشاهدة والرفق والممارسة، ويتحمل المربي مسؤولية المتابعة. وما ورد في التأديب له ضوابطه الفقهية؛ لا

53 من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ سنن أبي داود، كتاب الصلاة، باب متى يؤمر الغلام بالصلاة، رقم الحديث ٤٩٥؛ حسن صحيح عند الألباني. مسائل التأديب بضوابطها الفقهية، والتطبيق هنا غير عنيف.

يجعله الوالد إنذاراً بإيذاء الطفل، ولا يتصرف فيه وقت الغضب. وتأتي وسائل التعليم الآمنة في هذا الفصل.

أول ما ينبغي ملاحظته أن الأمر في السابعة لا يعني أن الطفل لم ير الصلاة قبلها. طفل السابعة الذي يبدأ من الصفر في معرفة الوضوء والقبلة والركوع والسجود يحتاج شيئاً غير طفل عاش أعوامه الأولى يرى أبويه يصلّيان، ويسمع الأذان، ويعرف أن للصلاة مكاناً في يوم الأسرة، وجرب الوقوف إلى جوارهما دون ضغط على إتقان ما لم يتعلمه بعد. القدوة التي تحدثنا عنها في الفصل الثامن تسبق التعليم المنظم وتمهد له.

والثانية أن الحديث يوجه المربي إلى عمل: **مُروا أولادكم**. فلا يصح أن يتحول النص في أيدينا إلى مطالبة الطفل وحده بنتيجة لم نبن أسبابها. إذا كان ابن السابعة لا يعرف الفاتحة، ولا يميز عدد الركعات، ولا يفهم ما يقال له عند الوضوء، فإن أول بند في خطة الأسرة ليس زيادة صوت الأمر، بل زيادة جودة التعليم.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

«رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ وَعَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَحْتَلِمَ وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ».⁵⁴

مرحلة ما قبل البلوغ وقت تعليم وتهئية؛ يعرف الطفل العبادة ويتدرب عليها قبل أن يحمل تكليف البالغ. ومسؤولية المربي فيها أن يعلم ويأمر ويتابع، ويصبر على ما يحتاجه التعلم.

إذن نحن أمام تربية مقصودة قبل استقرار التكليف: لا إهمال بحجة أن الصبي لم يبلغ، ولا مساواة تامة بينه وبين البالغ في المأخذة. هذه المسافة هي ميدان التعليم.

قبل أن تقول: صل، تأكد أنه يعرف كيف يصلي

قد يعتاد الأب أن يقول من آخر المنزل: «صل». يسمع الطفل الكلمة عشرات المرات، لكن المشكلة الحقيقية قد تكون في مكان آخر: لا يثق أنه يتوضأ صحيحاً، ينسى ترتيب أفعال الصلاة، يخلط بين الركعات، أو يخشى أن يخطئ أمام الكبار. عندئذ لا تعالج كلمة «صل» وحدها نقص المهارة.

54 من حديث علي بن أبي طالب رضي الله عنه؛ سنن أبي داود، كتاب الحدود، باب في المجنون يسرق أو يصيب حداً، رقم الحديث ٤٤٠٣؛ صححه الألباني؛ نقل للحكم، لا تحقيق إسناد مستقل.

وعن مالك بن الحويرث رضي الله عنه قال:

«أَتَيْنَا إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَنَحْنُ شَبَبَةٌ مُتَقَارِبُونَ، فَأَقَمْنَا عِنْدَهُ عَشْرِينَ يَوْمًا وَلَيْلَةً، وَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَحِيمًا رَفِيقًا، فَلَمَّا ظَنَّ أَنَّا قَدْ اشْتَهَيْنَا أَهْلَنَا أَوْ قَدْ اشْتَقْنَا سَأَلَنَا عَمَّنْ تَرَكْنَا بَعْدَنَا فَأَخْبَرْنَاهُ قَالَ: ارْجِعُوا إِلَى أَهْلِكُمْ فَأَقِيمُوا فِيهِمْ وَعَلِّمُوهُمْ وَمُرُوهُمْ - وَذَكَرَ أَشْيَاءَ أَحْفَظَهَا أَوْ لَا أَحْفَظَهَا - وَصَلُّوا كَمَا رَأَيْتُمُونِي أَصْلِي، فَإِذَا حَضَرَتِ الصَّلَاةُ فَلْيُؤَذِّنْ لَكُمْ أَحَدُكُمْ وَلْيُؤَمِّمْكُمْ أَكْبَرُكُمْ».⁵⁵

تعلموا بالمشاهدة والصحة، ثم عادوا ليعلموا أهلهم. أعطى الطفل فرصة يرى فيها الصلاة أمامه، ثم يصلي معك ويسأل عما أشكل عليه؛ فالصورة العملية تجمع له ما قد يتفرق في الشرح.

يمكن أن يبدأ التعليم بأجزاء محددة:

- يعرف متى يحتاج إلى الوضوء، ثم يتعلم صفته خطوة خطوة.

55 من حديث مالك بن الحويرث رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأذان، باب الأذان للمسافر إذا كانوا جماعة، والإقامة، وكذلك بعرفة وجمع، رقم الحديث

- يعرف القبلة في بيته والمدرسة أو المكان الذي يعتاد الصلاة فيه.
 - يحفظ الفاتحة وما يحتاج إليه من أذكار الصلاة بالتدرج، مع تصحيح هادئ.
 - يرى الصلاة كاملة أمامه أكثر من مرة، ثم يؤديها مع من يعلمه.
 - يتعلم عدد ركعات الصلوات التي يؤديها، بدل افتراض أنه سيجمع التفاصيل وحده.
 - يعرف ماذا يفعل إذا نسي أو احتاج سؤالاً، وألا يتحول الخطأ الصغير إلى خوف من الصلاة نفسها.
- لسنا في حاجة إلى امتحان شامل في ليلة واحدة. الطفل يتعلم حركات جسدية وألفاظاً وأوقاً وانتقالاً من اللعب أو النوم أو الدراسة إلى العبادة. كل واحدة من هذه مهارة يمكن أن تحتاج تكراراً مختلفاً.
- وفي التعليم اختر توجيهاً واضحاً يستطيع الطفل متابعته؛ فتتابع التصحيحات في اللحظة نفسها قد يشغله عن أصل ما يتعلمه.
- إذا أخطأ في موضع يقتضي التعليم، نختار ما يحتاجه الآن، ونؤجل ما يمكن تأجيله. فالتعليم الذي يصحح عشر جزئيات

في دقيقة قد يترك الطفل ذاكراً لنبرة التصحيح ناسياً الصلاة كلها.

من التذكير الخارجي إلى أن يعرف الطفل مواعده

في السنوات الأولى يحمل المربي جزءاً كبيراً من الذاكرة الخارجية: «بقي على الصلاة قليل»، «حان الوقت»، «هيه نفسك». لكن هذا الوضع لا ينبغي أن يبقى ثابتاً إلى ما لا نهاية. الهدف أن ينتقل الطفل تدريجياً من الاستجابة لتذكير الوالد إلى قراءة علامات الوقت بنفسه.

يمكن أن يكون لهذا الانتقال درجات. في البداية يسمع الطفل التنبيه ويتحرك مع الأسرة. ثم يُسأل قبل التنبيه: «ما الصلاة القادمة؟» أو «كيف ستعرف أن وقتها دخل؟». وبعد مدة يكون هو الذي يضع منبهاً أو يراقب الأذان المناسب لعمره وبيئته. ثم تتحول المتابعة من تذكير بكل صلاة إلى مراجعة في نهاية اليوم أو الأسبوع بحسب حاجته.

لا يعني هذا أن الأجهزة تصنع العبادة؛ المنبه أداة للذاكرة لا مصدراً للنية. لكنه يقلل اعتماد الطفل على صوت المربي إذا كان أصل المهارة هو نسيان الانتقال بين الأنشطة.

ومن المهم التفريق بين طفل ينسى وطفل لا يعرف وطفل يتجنب وطفل يعجز في ظرف معين. السلوك الظاهر قد

يكون واحدًا: لم يبدأ الصلاة في الوقت المتوقع. لكن العلاج يختلف.

إذا كان لا يعرف الصفة، علّمناه. إذا كان ينسى لأنه يندمج في نشاط، بنينا إشارة انتقال. إذا كان يتجنب لأن الصلاة صارت في البيت مرتبطة بمشاجرة يومية، أصلحنا جو العلاقة وطريقة المتابعة. وإذا كان مريضًا أو ذا حاجة خاصة تؤثر في الحركة أو الفهم أو التحمل، تعلمنا أحكام القدرة وطلبنا الإرشاد المناسب، ولم نسّم العجز «ضعف إرادة».

الصلاة عادة في اليوم، لكنها ليست «عادة» فقط

للصلاة وقت في اليوم، وقصد يتوجه به المصلي إلى الله. ويساعد ترتيب المكان والتذكير بالوقت على الاستعداد لها: موضع معروف لما يحتاجه الطفل، وإشارة ينتقل عندها من اللعب إلى الوضوء، ووقت يتعلم فيه ما لم يحسنه بعد.

ثم يبقى المعنى حاضرًا في حديثك معه: نصلي لله، ونقف بين يديه، ونتعلم ما نقول ونفعل. تابع ما يظهر من الاستعداد وصحة الأداء، ودع الحكم على القلب لله. إذا احتجت سجالًا، اجعله لمهارة محددة مثل البدء بعد التذكير، لا درجة لإيمان الطفل أو إخلاصه.

الرفق ليس ترك التعليم، والحزم ليس قسوة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

«إِنَّ الرَّفْقَ لَا يَكُونُ فِي شَيْءٍ إِلَّا زَانَهُ وَلَا يُنَزَعُ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا شَانُهُ».⁵⁶

يظهر الرفق في نبرة التعليم، وفي الصبر على السؤال، وفي تصحيح الخطأ مع حفظ كرامة الصغير. ويمكن للمربي أن يكون واضحًا ثابتًا في طلبه دون إهانة أو غضب.

الأب الحازم قد يقول بوضوح: «حان وقت الصلاة، أغلق اللعبة الآن وتعال نتوضأ»، ثم ينفذ ما قاله بهدوء. والأم الحازمة قد تمنع ترتيب اليوم الذي يبتلع الصلاة، وتعيد تنظيم الموعد، وتتابع الطفل في مرحلة يحتاج فيها المتابعة. لا تحتاج الحدود الواضحة في كل مرة إلى غضب.

وفي المقابل، الرفق لا يعني أن نبتسم لكل ترك ثم نقول: «هو حر». من حق الطفل علينا أن نعلمه ما ينفعه، وأن نبني في يومه مساحة لعبادته، وأن نصبر على التكرار الذي تقتضيه

56 من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح مسلم، كتاب البر والصلة والآداب، باب فضل الرفق، رقم الحديث ٢٥٩٤، الرواية أ

التربية. الرفق يصف طريقة حمل الواجب التربوي، لا إلغاء الواجب.

وقد ربطت دراسة أسرية متعددة البلدان بين تدين الوالدين ومسارات مختلفة في التربية؛ فالمقصد الديني لا يعفينا من مراجعة طريقة التعامل مع الطفل.⁵⁷ انظر إلى أثر أسلوبك: هل يفهم ويتعلم، أم يزداد خوفًا ويخفي عنك ما يحتاج إلى سؤالك عنه؟

متابعة تحفظ التعليم والكرامة

تحمل الأسرة مسؤولية تعليم الصلاة ومتابعتها. وجاء في كلام النووي على أمر الأولاد بها: «لَيْسَ أَمْرًا مِنْهُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لِلصَّبِيِّ وَإِنَّمَا هُوَ أَمْرٌ لِلْوَلِيِّ فَأَوْجَبَ عَلَى الْوَلِيِّ أَنْ يَأْمُرَ الصَّبِيَّ».⁵⁸

57 مارك إتش. بورنشتاين وآخرون، «نعم مختلطة»: تدين الوالدين والتنشئة الوالدية وتكيف الطفل من منظور عالمي، مجلة علم نفس الطفل والطب النفسي ٥٨(٨): ٨٨٠-٨٩٢؛ دراسة طويلة ٣ سنوات، ١٩٨، أسرة في ٩ بلدان؛ سنة ٢٠١٧؛ دراسة طويلة متعددة البلدان والأديان، وليست تجربة على تعليم الصلاة.

58 يحيى بن شرف النووي، المجموع شرح المذهب، كتاب الصلاة، باب صلاة الصبي؛ المجموع ١٠/٣-١١ تقريبًا في الطبقات الشائعة؛ النص الإلكتروني عند صفحة ١١٤٨ في قاعدة البيانات الإسلامية؛ النقل من النص الإلكتروني في باب صلاة الصبي، دون مقابلة اختلاف الطبقات.

ابداً بالقدوة والتعليم، ونظّم ما يعوق الانتقال إلى الصلاة، وثبت متابعة هادئة يفهمها الطفل. وإذا تكرر التعثر، فابحث عن سببه وعدّل وسيلتك. يقوم التطبيق هنا على وسائل غير عنيفة؛ فالأدلة الصحية تربط العقاب البدني بأضرار على الأطفال.⁵⁹ وتفاصيل الحكم الفقهي في التأديب تُسأل فيها جهة علمية مؤهلة، ولا تؤخذ من خطة تدريب عامة.

إذا صارت كل صلاة تبدأ بصراخ ومطاردة، فتوقف عن تكرار الأسلوب نفسه. المقصد أن يعرف الصغير الصلاة ويستطيع القيام بها حين لا يقف وراءه أحد.

حين يرفض الطفل: لا تبدأ بتفسير نيته

قد يقول ابن التاسعة: «لا أريد أن أصلي الآن». العبارة مزعجة للمربي، وقد تدفعه سريعاً إلى تفسير كبير: كراهية الصلاة، فساد القلب، تأثير الصحبة، أو تحدي الوالد. لكن السلوك الواحد قد تكون وراءه أسباب مختلفة.

59 منظمة الصحة العالمية، العقاب البدني للأطفال: أثره في الصحة العامة؛ العقاب البدني للأطفال والصحة، تقرير فني ١١ أغسطس ٢٠٢٥، ٣٦ صفحة؛ وصحيفة حقائق محدثة ١١ مايو ٢٠٢٦؛ مصدر صحة عامة عن الضرر؛ ليس تفسيراً للحديث أو فتوى.

ربما كان مستغرقاً في لعبة ولم يتعلم بعد إغلاقها عند الانتقال. ربما كان ناعساً جداً. ربما يخشى خطأ يتكرر ويحرجه أحد به. ربما لا يفهم ما يفعل في بعض الصلاة فيشعر أنها سلسلة حركات غريبة. ربما صار وقت الصلاة في البيت وقت مشاحنة بين الوالدين والطفل. وربما يكون الرفض الحقيقي موجوداً فعلاً ويحتاج حواراً في المعنى، لا حيلة سلوكية فقط.

لذلك نسأل قبل العلاج: ما الذي يعوق البداية؟

إذا كان الانتقال من الشاشة هو المشكلة، فلا نجعل النقاش عن الإيمان كله يدور حول الشاشة. نضع قاعدة إغلاق قبل الوقت، أو تنبيهاً سابقاً بدقائق، ونثبتها على أفراد الأسرة قدر الإمكان. وإذا كان النقص في المعرفة، نعود إلى التعليم. وإذا كان الطفل يسأل: «لماذا أصلي؟» لا نوبخه على السؤال؛ نجيب بما يناسب عمره عن عبادة الله وشكره والوقوف بين يديه، ونترك مساحة لأسئلة لاحقة.

وإذا تكرر الامتناع مع اضطراب كبير في النوم أو الانتباه أو المزاج أو السلوك العام، فلا يجعل الوالد كل الصعوبة ملفاً دينياً فقط. قد يحتاج الطفل تقييماً أو مساعدة في جانب آخر

يؤثر في قدرته على الانتظام. الصلاة مهمة، والعدل مع الطفل مهم أيضًا.

الأسرة التي تصلي أمام الطفل لا تؤدي عنه صلاته

القدوة قوية، لكنها ليست بديلاً عن نقل المسؤولية. قد يرى الطفل أباه محافظاً على الصلاة سنوات، ومع ذلك يبقى محتاجاً إلى أن يتعلم هو كيف يقطع ما بيده ويتجه للصلاة. الفرق بين المشاهدة والمسؤولية هو ما اشتغل عليه الفصل السابق.

في البداية قد يقول الأب: «تعال معي». وبعد مدة: «استعد للصلاة». ثم قد يسأل: «ما الذي بقي عليك قبل الصلاة؟». وبعد نضج أكبر يصبح دور الوالد مراجعة ما إذا كان النظام يعمل، لا قيادة كل خطوة.

ولا ينبغي أن تتنافس الأسرة في عدد التذكيرات. إذا كان ثلاثة بالغين يقولون للطفل في خمس دقائق: «صل، صل، صل»، فقد يتحول البيت إلى ضجيج، بينما لم يُحدّد شخص واحد يتولى المتابعة ولا طريقة ثابتة لها. الأفضل أن تتفق الأسرة: من يتابع؟ متى يذكر؟ ما الذي يستطيع الطفل فعله وحده؟ ما الذي يحتاج إلى تعليم؟

كذلك لا نجعل الأخ الأكبر شرطياً دائماً لأخيه الأصغر. يمكن أن يكون قدوة ورفيقاً، لكن تحميله مسؤولية دينية وتربوية كاملة عن غيره يخلط الأدوار، وقد يفسد علاقة الأخوة.

المسجد يمكن أن يكون بيت تعلم أو موضع نفور

حين يذهب الطفل إلى المسجد، يدخل بيئة لها حقوقها: هدوء المصلين، نظافة المكان، وعدم العبث بما يؤذي الآخرين. وهذه حقوق تُعلَّم. لكن التعليم نفسه يحتاج إلى مراعاة العمر.

قبل الذهاب نشرح للطفل ما المتوقع منه بكلمات قليلة. نختار في البدايات صلاة أو ظرفاً يناسب قدرته إذا كان شديد الحركة، ونقف في موضع يمكن للمربي فيه أن يتصرف دون إزعاج الناس. وإذا وقع خطأ صغير لا نحتاج إلى إذلال علني. المقصود أن يتعلم حرمة المكان وجمال العبادة معاً.

ولا يصح أن نعمم تجربة طفل واحد على جميع الأطفال. بعضهم يستطيع الوقوف والسكوت مدة مناسبة في سن مبكرة، وبعضهم يحتاج تدريباً أطول. وقد تكون لدى بعض الأطفال حاجات حسية أو نمائية تجعل بيئة مزدحمة أو أصواتاً معينة مرهقة. هذا لا يسقط حق المسجد ولا يبيح الإضرار بالآخرين، لكنه يغير طريقة التدريب والوقت والمكان وكمية المساندة.

حالة تطبيقية: طفل في الثامنة يعرف الصلاة ولا يبدأها وحده

في هذا المثال الافتراضي، طفل في الثامنة يعرف الوضوء في الجملة، ويحفظ الفاتحة وقصار السور، ويصلي إذا طلب منه أحد والديه. لكنه يندمج في اللعب بعد المدرسة، فيحتاج إلى تذكير متكرر للاستعداد لصلاة العصر.

الخطأ الأول الممكن أن نصفه: «كسول في الصلاة». الوصف واسع ولا يساعدنا. حولنا المشكلة إلى سلوك أدق: لا ينتقل من اللعب إلى الاستعداد للعصر إلا بعد عدة تذكيرات.

في الأسبوع الأول لم يطلب الوالدان منه الاستقلال الكامل. اتفقا معه أن التنبيه الأول قبل الموعد المعتاد بدقائق يكون إشارة لإكمال الجولة التي في يده وعدم بدء جولة جديدة. وعند دخول الوقت يضع الجهاز في مكان ثابت خارج موضع الصلاة، ويتوضأ مع والده إن كان في البيت أو بمفرده مع مراجعة عند الحاجة. لم تضاف الأسرة مكافأة مالية لكل صلاة، ولم تجعل العبادة صفقة؛ الهدف كان تنظيم الانتقال.

وفي الأسبوع الثاني صار الطفل هو الذي يضبط منبهاً بسيطاً بعد عودته من المدرسة. بقي أحد الوالدين متابعاً، لكن بدلاً من قول «اذهب صل» عدة مرات كان السؤال: «ما خطتك

للعصر اليوم؟». إذا أجاب ونفذ، انتهى الحديث. وإذا تجاهل الخطة، جاء التذكير المباشر الواضح.

في الأسبوع الثالث راجعت الأسرة ثلاثة أشياء فقط: هل عرف الوقت؟ هل بدأ الاستعداد بعد الإشارة؟ هل أكمل خطوات الصلاة التي تعلمها؟ لم تسجل «خشوعه» رقمًا، ولم تضع درجة لإيمانه، ولم تقارن قلبه بأخيه. وإذا وقع خطأ في حركة أو ذكر، عولج بالتعليم في وقت مناسب لا بتحويل كل صلاة إلى اختبار.

ظهر بعد أيام أن أصعب نقطة ليست الوضوء ولا الصلاة نفسها، بل إيقاف اللعب. صار العلاج مركزًا على هذه المهارة: عدم بدء جولة جديدة قرب الوقت، وإغلاق الجهاز عند الإشارة، وإبعاده عن مكان الصلاة. هنا تعلم الوالدان شيئًا مهمًا: أحيانًا لا نحتاج إلى خطبة جديدة عن فضل الصلاة؛ نحتاج إلى إزالة عائق واضح بين العلم والفعل.

ولو ظهر أن الطفل لا يفهم لماذا نصلي أو أنه يعترض على أصل العبادة، فهذه الحالة تحتاج حوارًا آخر. البرنامج السلوكي لا يحل سؤالًا إيمانيًا لم يُسمع بعد.

سجل أسبوعين لا أكثر من الحاجة

للتعليم في هذه المرحلة يمكن استخدام سجل قصير مؤقت، بشرط ألا يتحول إلى دفتر مراقبة دائم. يختار المربي صلاة واحدة أو موضع تعثر واحدًا، ويتابع أسبوعين مثلاً:

١. هل تذكر الوقت أو استجاب للإشارة؟ نعم / احتاج تذكيرًا إضافيًا.

٢. ما مقدار المساعدة في الاستعداد؟ نفذ وحده / احتاج سؤالًا / احتاج شرحًا مباشرًا.

٣. هل ظهرت مشكلة معرفية؟ وضوء، عدد ركعات، قراءة، انتقال بين الحركات.

٤. ما العائق الخارجي الأوضح؟ نوم، شاشة، خروج، ازدحام، نسيان، غياب مكان مناسب.

٥. ما التعديل الذي سنجربه؟ تعديل واحد فقط في المرة.

بعد أسبوعين نسال: هل صار الطفل أقل اعتمادًا على التذكير؟ هل تعلم المهارة التي كانت ناقصة؟ هل النظام أخف توترًا؟ إذا كانت الإجابة نعم، نقلل التسجيل. وإذا لم يتغير شيء، لا نستمر شهرين في وضع العلامة نفسها؛ نعيد تشخيص المشكلة.

لا يحتاج المربي إلى حساب «نسبة نجاح ديني». وإذا استعمل نسبة لتنفيذ سلوك محدد، فليكن معناها ضيقًا وواضحًا: مثل نسبة المرات التي بدأ فيها الاستعداد بعد الإشارة المتفق عليها. لا تتحول النسبة إلى حكم على صلاح الطفل.

ما الذي ينبغي أن يعرفه ابن العاشرة قبل أن نطالبه بالمزيد؟

قبل زيادة المتابعة، يمكن للمربي أن يراجع نفسه في أسئلة محددة:

هل يعرف الطفل لماذا نصلي بعبارة تناسب سنه؟ هل يعرف أوقات الصلوات إجمالاً والطريقة العملية لمعرفة دخولها في بيئته؟ هل تعلم الوضوء والصلاة بالفعل أم اكتفينا بالأوامر؟ هل يستطيع أن يسأل عن خطئه دون خوف من السخرية؟ هل يرى الصلاة حاضرة في حياة والديه أم يسمع طلبها منه فقط؟ هل يعرف ماذا يفعل إذا كان مريضًا أو عاجزًا في بعض الأحوال على قدر ما يناسب عمره؟ وهل طريقة المتابعة تحفظ كرامته وتصل إلى الهدف، أم أنها تعيد النزاع نفسه كل يوم؟

هذه الأسئلة لا تنقل المسؤولية من الطفل إلى المربي وحده، لكنها تمنع المربي من مطالبة الصغير بثمرة لم يزرع أسبابها.

من التعليم إلى التكليف

قبل البلوغ نعلم ونأمر ونتابع ونبني القدرة. ثم تأتي مرحلة جديدة تتغير فيها طبيعة المسؤولية الشرعية، ويتغير معها أيضًا عالم المراهق: خصوصيته، واستئذانه، وعلاقته بجسده، وصحته، وقراراته، واتساع قدرته على الفهم والاختيار.

ليس من الحكمة أن ندخل هذه المرحلة بالطريقة نفسها التي نعامل بها ابن السابعة. ما كان يُفعل عنه ينبغي أن يقل، وما كان يُقال له في جملة قصيرة يحتاج أحيانًا إلى حوار، وما كان تحت إشراف مباشر ينتقل شيئًا فشيئًا إلى أمانة يحملها هو أمام الله.

لقد تعلم الطفل في هذه المرحلة أن للصلاة وقتًا وهيئة، وأن الاستعداد لها جزء من يومه، وأن الخطأ يمكن تصحيحه، وأن السؤال ليس عيبًا، وأن أسرته لا تتركه وحده ولا تحمله ما لا يطيق. هذه ليست نهاية التربية، لكنها أرض صلبة يدخل منها إلى فصل جديد: البلوغ والخصوصية والمسؤولية.

الفصل الحادي عشر: البلوغ والخصوصية والمسؤولية

لا يتحول الصغير عند البلوغ إلى إنسان اكتملت خبرته، لكنه لا يبقى طفلاً تُدار عنه حياته كما كانت. تبدأ مسؤوليته الشرعية، ويتغير جسده، وتتسع حاجته إلى الستر والاستئذان، ويحتاج إلى مساحة يتعلم فيها الاختيار. ودور الأسرة هنا ليس الانسحاب ولا السيطرة، بل تعليم واضح، وحدود معلومة، ومساندة تتراجع كلما نمت القدرة.

الاستئذان يبدأ من البيت

قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثَ عَوْرَاتٍ لَكُمْ﴾. [النور: ٥٨]، ثم قال سبحانه: ﴿وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمْ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ﴾. [النور: ٥٩].⁶⁰

60 محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، تفسير سورة النور، الآية ٥٨؛ الاستئذان في أوقات الخصوصية؛ إسماعيل بن كثير، تفسير القرآن العظيم، تفسير النور ٥٨-٥٩؛ انتقال الطفل بعد البلوغ إلى الاستئذان

هذه الآيات تضع أدباً عملياً: للقرب حدود، والبيت لا يُسقط حق السترة. ويزداد هذا المعنى بعد البلوغ؛ فلا يدخل الابن على والديه بلا إذن، ولا يجعل الوالدان غرفته وأغراضه مجالاً لاقتحام دائم بلا سبب.

وعن سهل بن سعد رضي الله عنه: «أَطْلَعَ رَجُلٌ مِنْ جُحْرِ فِي حُجَرِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَمَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِذْرَى يَحْكُ بِهِ رَأْسَهُ فَقَالَ: لَوْ أَعْلَمَ أَنَّكَ تَنْظُرُ لَطَعَنْتُ بِهِ فِي عَيْنِكَ، إِنَّمَا جُعِلَ الْإِسْتِئْذَانُ مِنْ أَجْلِ الْبَصَرِ».⁶¹

العبرة المباشرة أن القدرة على رؤية الشيء لا تمنح حق رؤيته. وفي عصر الهاتف قد يكون الاقتحام فتح درج، أو قراءة ورقة، أو تصفح محادثات لمجرد الفضول. لكن الخصوصية ليست حصانة من الحماية: إذا ظهرت علامة معتبرة على ابتزاز أو إيذاء أو استغلال، تدخل الولي بقدر الحاجة، ويشرح السبب ما استطاع. أما القلق العام فلا ينبغي أن يتحول إلى تفتيش دائم.

الكبار

61 من حديث سهل بن سعد رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الاستئذان، باب الاستئذان من أجل البصر، رقم الحديث ٦٢٤١

قاعدة نافعة للبيت: نستأذن في الأحوال المعتادة، ونتدخل عند الخطر المحدد، ولا نوسع التدخل إلى ما لا يتصل بالخطر. بهذه القاعدة يفهم المراهق أن له كرامة ومساحة، وأن لأهله مسؤولية لا يتخلون عنها.

لا تترك أحكام البلوغ للمصادفة

عن أم سلمة رضي الله عنها: «جَاءَتْ أُمُّ سُلَيْمٍ امْرَأَةً أَبِي طَلْحَةَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ اللَّهَ لَا يَسْتَحْيِي مِنَ الْحَقِّ، هَلْ عَلَى الْمَرْأَةِ مِنْ غُسْلِ إِذَا هِيَ احْتَلَمَتْ؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: نَعَمْ إِذَا رَأَتْ الْمَاءَ».⁶²

هذا سؤال صريح في حكم يحتاج إليه المكلف، وجاء جوابه واضحاً. فالحياء لا يعني أن يدخل الفتى أو الفتاة مرحلة التكليف وهو يجهل ما تصح به طهارته وعبادته. وقبل ظهور الحاجة بقليل، يشرح الأب لابنه والأم لابنتها التغيرات الأساسية وأحكامها بلغة محترمة، أو يستعينان بمصدر موثوق إذا لم يحسنا الشرح.

62 من حديث أم سلمة رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الغسل، باب إذا احتلمت المرأة، رقم الحديث ٢٨٢

لا يلزم مجلس طويل تُلقى فيه كل التفاصيل. الأفضل تعليم متدرج يثبت أربع رسائل: تغير الجسد ليس عيبًا، وأحكام الطهارة تُتعلّم، والجسد له حرمة، والسؤال عن العبادة والسلامة لا يستحق سخرية ولا فضيحة.

ومع البلوغ تبدأ المسؤولية الشرعية، لكن بدء التكليف لا يعني اكتمال الخبرة في المال والعلاقات والمخاطر. قد يعرف الشاب أحكام الغسل ويحتاج مع ذلك إلى من يعلمه كيف يتصرف إذا تعرض لابتزاز رقمي. وقد يصلي وحده، لكنه لا يزال يتدرب على إدارة المال والخروج والوقت. لذلك تنتقل المسؤوليات مجالًا بعد مجال، لا بشعار واحد: «كبر فاتركوه» أو «ما زال صغيرًا فتحكموا فيه».

الشهوة تُفهم وتُضبط

قال الله تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ﴾. [النور: ٣٠]، ووجه المؤمنات كذلك في الآية التالية، وقال سبحانه: ﴿وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾. [الإسراء: ٣٢].

قال عبد الرحمن بن يزيد: «دَخَلْتُ مَعَ عَلْقَمَةَ وَالْأَسْوَدِ عَلَى عَبْدِ اللَّهِ فَقَالَ عَبْدُ اللَّهِ: كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَبَابًا لَا نَجِدُ شَيْئًا فَقَالَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: يَا مَعْشَرَ

الشَّبَابِ مَنِ اسْتَتَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ،
وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ».

63

يعترف الهدي بوجود الدافع، ثم يدل على طريق العفة. فلا يُشعر المراهق أنه فاسد لمجرد الميل، ولا يُترك بلا حدود. يُعلم الفرق بين الشعور والقرار، وغض البصر، وحفظ الجسد، واختيار الصحبة، والابتعاد عن المقدمات التي يعرف من نفسه أنها تضعفه، والرجوع إلى الله إذا أخطأ. والصوم عبادة لا وسيلة عقاب أو إضرار.

المتابعة التي تبني الصدق

تشير بحوث أسرية حديثة إلى أن التحكم النفسي المفرط قد يرتبط بضعف التنظيم الذاتي وبانخفاض الإفصاح الطوعي للمراهق، مع بقاء العلاقة متبادلة وتأثرها بعوامل كثيرة؛ فلا تثبت هذه النتائج أن كل قاعدة تضر، ولا أن الوالدين العامل

63 من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب من لم يستطع الباءة فليصم، رقم الحديث ٥٠٦٦

الوحيد.⁶⁴ والمقصود العملي أضيّق: احم السلوك عند الخطر، ولا تحاول امتلاك كل خاطر وسر. بدل الاستجواب المتكرر، يمكن الاتفاق مسبقًا على ثلاث دوائر:

- السلامة والحقوق: اعتداء أو ابتزاز أو إيذاء أو خطر معتبر؛ وهنا يلزم التدخل.
- شؤون البيت المشتركة: وقت العودة والنوم، ومسؤوليات المنزل، والمشتريات؛ وهذه تضبط باتفاق واضح.

64 آدم إيه. روجرز؛ ماديسون كيه. ميموت إليسون؛ لورا إم. باديللا ووكر؛ جنيفر بيون، التحكم النفسي الوالدي المُدرَك يتنبأ بتراجع التنظيم الذاتي داخل الفرد خلال المراهقة، علم النفس النمائي ٥٥(١١): ٢٣٥٢-٢٣٦٤؛ سبع موجات، ٥٠٠ أسرة، الأعمار ١١-١٧؛ سنة ٢٠١٩؛ جيان بين لي؛ يايوك إي. فيليمس؛ إف. مارين ستوك؛ مايا ديكوفيتش؛ مايكي بارتلز؛ كاترين فينكنأور، التنشئة الوالدية وضبط النفس من المراهقة المبكرة إلى المتأخرة: تحليل تلوي ثلاثي المستويات، آفاق العلوم النفسية ١٤(٦): ٩٦٧-١٠٠٥؛ ١٩١ دراسة، ١,٥٤٠ حجم أثر، حجم العينة = ١٦٤,٤٥٩؛ سنة ٢٠١٩؛ شوله سلجوق وآخرون، دراسة طولية لاستفسارات الوالدين ووضع القواعد والتحكم النفسي بوصفها متنبئات بإفصاح المراهقين في بلدان أكثر فردية وأخرى أكثر جماعية، مجلة الشباب والمراهقة ٥٥(٢): ٥١٦-٥٣٥؛ ١,٢١٥ مراهقًا في ٨ بلدان، أعمار ١٣ و ١٥ و ١٦؛ سنة ٢٠٢٦

• المساحة الشخصية المعتادة: حديث لا يحمل خطرًا، ودفتر خاص، واختيارات مباحة؛ والأصل احترامها.

هذا تقسيم تربوي مقترح لا حكمًا فقهيًا عامًا؛ فالعمر والقدرة والأنظمة والمخاطر تختلف. فائدته أن يمنع طرفين خاطئين: «كل شيء خاص» و«لا شيء خاص».

مشهد تطبيقي

فتى في الرابعة عشرة اتفق مع والديه أن يضع هاتفه خارج غرفته عند العاشرة، ثم خالف الاتفاق ثلاث ليال. لا توجد علامة محددة على خطر. لا يبدأ الأب بتفتيش كل المحادثات ولا يتجاهل المخالفة. يقول: «اتفقنا على موعد، وهذا ما حدث؛ ما الذي يمنع تنفيذ الاتفاق؟» يتبين أن محادثة الواجب تمتد إلى السمر، فيتفقان على تنبيه قبل الموعد وعلى وضع الهاتف في مكان مشترك.

وفي المقابل، يعرف الفتى أن عليه إخبار والديه فورًا إذا طلب غريب صورة خاصة أو جاءه تهديد أو ابتزاز. ويعرف أيضًا أن التدخل سيكون في قدر المشكلة، لا رحلة في حياته كلها. بعد أسبوعين تُراجع الوقائع: هل التزم؟ هل تحسن نومه؟ هل ظهر خطر؟ الثقة هنا ليست شعارًا ثابتًا؛ إنها مساحة تكبر بالسلوك المسؤول.

مراجعة أسرية

يسأل الوالدان نفسيهما:

١. هل تعلم ابننا أو ابنتنا أحكام الطهارة اللازمة من مصدر موثوق؟

٢. هل يطبق الكبار أدب الاستئذان الذي يطلبونه من الصغار؟

٣. هل قواعد الهاتف والخروج والمال معروفة قبل الأزمة؟

٤. هل نملك سبباً محدداً حين نتدخل في مساحة شخصية؟

٥. هل يستطيع ابننا أن يبلغنا عن خطر مع علمه أنه سيُسمع ويُحفظ كرامته؟

٦. هل تتسع مسؤوليته كلما أثبت قدرته؟

البلوغ يفتح باب التكليف ولا يغلق باب التربية. الغاية أن ينتقل الشاب من الانضباط تحت عين الرقيب إلى مسؤولية يحملها في غيابه: يعرف ما عليه، ويطلب العلم فيما يجهل، ويستأذن، ويحفظ نفسه وحقوق غيره، ويرجع إلى أهله حين يواجه خطراً. ومن هنا ننتقل إلى ميدان يومي تتجلى فيه هذه المسؤولية: التعلم والوقت.

الفصل الثاني عشر: التعلم والوقت في حياة الشاب

يمتلئ أول الشباب بإمكانات كثيرة: دراسة، ومهارة، وصحة، وعمل، ومحتوى لا ينتهي. المشكلة ليست دائماً قلة الفرص، بل كثرتها مع وقت محدود. والانضباط هنا لا يعني أن تحشر في اليوم أكبر عدد من المهام؛ بل أن تختار ما ينفع، وتتعلمه بطريقة صالحة، وتحمي له وقتاً من غير أن تضيع حقوق العبادة والجسد والأهل.

نعمتان قد تمران بلا انتفاع

عن عبد الله بن عباس رضي الله عنهما، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ».⁶⁵

لفظ الغبن ينبه إلى خسارة لا تظهر ساعة وقوعها. قد يملك الشاب صحة ووقتاً ثم يستهلكهما في تنقل عشوائي بين المقاطع والمشاريع، ويظن أنه كان مشغولاً لأنه لم يتوقف.

65 من حديث عبد الله بن عباس رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب ما جاء في الرقاق وأن لا عيش إلا عيش الآخرة، رقم الحديث ٦٤١٢

لكن الامتلاء ليس هو الانتفاع؛ فقد يخرج يوم مزدحم بلا واجب أُتقن ولا مهارة تقدمت.

ولهذا أقسم الله تعالى بالعصر، ثم بين أن النجاة ليست لمجرد مرور الزمن، بل للإيمان والعمل الصالح والتواصي بالحق والصبر [العصر: ١-٣].⁶⁶ والوقت لا يحتاج إلى تقديس الجدول، بل إلى ربط الساعة بعمل له قدر عند الله ونفع في الحياة.

ابداً بما ينفعك

عن أبي هريرة رضي الله عنه، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احِرْصُ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَتْ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ».

67

66 إسماعيل بن كثير، تفسير القرآن العظيم، تفسير سورة العصر، الآية ١

67 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح مسلم، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير لله، رقم الحديث

الحديث يبدأ بالحرص على النافع، لا بكثرة الأهداف. اسأل قبل أن تبدأ دورة أو مشروعًا: ما الحاجة التي يخدمها؟ وما الذي سأستطيع فعله بعده؟ وما الحق الذي سيُزاحم بسببه؟ ثم استعن بالله وخذ السبب، ولا تجعل التعثر الأول حكمًا نهائيًا على قدرتك.

وهذه القاعدة تمنع شابًا من فتح خمسة مسارات متساوية في أسبوع واحد. قد يكون تعلم اللغة والبرمجة والقراءة والحفظ والرياضة كلها نافعة، لكن القدرة المحدودة تقتضي ترتيبًا: واجب حاضر، ثم مشروع تعلم رئيس، ثم مساحة صغيرة لما عداه. التأجيل الواعي ليس كسلًا؛ إنه حماية لما اخترت أن تتقنه.

العلم طريق يُسلك

وعن أبي هريرة رضي الله عنه: «مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَيَتَدَارَسُونَهُ بَيْنَهُمْ إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ

وَعَشِيَّتُهُمُ الرَّحْمَةُ وَحَقَّتْهُمْ الْمَلَائِكَةُ وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ
وَمَنْ بَطَأَ بِهِ عَمَلُهُ لَمْ يُسْرِعْ بِهِ نَسَبُهُ».⁶⁸

النص يقول: «سلك طريقاً». فطلب العلم حركة متكررة: قراءة، وسؤال، ومراجعة، واستعمال. لا يكفي جمع الروابط أو مشاهدة الشروح مع بقاء العقل متلقياً. بعد كل مادة ينبغي أثر يمكن اختباره: اشرح الفكرة بعبارتك، أو حل مسألة، أو استخرج دليلاً، أو طبق المهارة في مشروع صغير.

وتشير مراجعات في علم التعلم إلى أن الاسترجاع من الذاكرة والمراجعة الموزعة على الزمن أنفع في أحوال كثيرة من إعادة القراءة المتتابعة وحدها، مع اختلاف الأثر بحسب المادة والمتعلم وطريقة القياس.⁶⁹ فلا تجعل شعور السهولة

68 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح مسلم، كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب فضل الاجتماع على تلاوة القرآن وعلى الذكر، رقم الحديث ٢٦٩٩، الرواية أ

69 جون دنلوسكي؛ كاثرين إيه. روسون؛ إليزابيث جيه. مارش؛ ميتشل جيه. ناثن؛ دانيال تي. ويلينغهام، تحسين تعلّم الطلاب بتقنيات تعلّم فعّالة: اتجاهات واعدة من علم النفس المعرفي والتربوي، العلوم النفسية في خدمة المصلحة العامة ١٤(١):٤-٥٨؛ مراجعة عشر تقنيات تعلم؛ سنة ٢٠١٣؛ هنري إل. روديفر الثالث؛ جيفري دي. كاريكي، التعلّم المعزّز بالاختبار: اختبارات الذاكرة تحسّن الاحتفاظ طويل الأمد، العلوم النفسية ١٧(٣):٢٤٩-٢٥٥؛ تجربتان على نصوص نثرية وتأخر اختبار ٥ دقائق أو يومين أو أسبوع؛ سنة ٢٠٠٦؛ نيكولاس جيه.

معيارًا وحيدًا؛ قد تبدو الصفحة مألوفة لأنك رأيتها مرارًا، ثم تعجز عن شرحها إذا أغلقتها.

تطبيق بسيط: اقرأ مقطعًا مناسبًا، أغلقه، واكتب أهم ثلاث أفكار. راجع ما أخطأت فيه، ثم عد إليه بعد يومين وأسبوع. هذه ليست وصفة لكل علم، لكنها تنقل التعلم من التعرض إلى المحاولة.

احم الانتباه من المقاطعة

الهاتف أداة تعلم واتصال، لكنه في الوقت نفسه باب لمطالب متتابة. وجدت تجارب محدودة أن تعدد المهام على الحاسوب، أو مجرد وجود الهاتف في بعض الأوضاع، أو وصول الإشعار قد يضعف أداء مهام الانتباه؛ وهي نتائج سياقية لا تثبت أن كل هاتف يفسد كل تعلم.⁷⁰

سيبيدا؛ هارولد باشلر؛ إدوارد فول؛ جون تي. ويكستد؛ دوغ روهر، الممارسة الموزعة في مهام الاستدعاء اللفظي: مراجعة وتوليف كمي، النشرة النفسية ١٣٢(٣):٣٥٤-٣٨٠؛ ٨٣٩ تقديرًا، ٣١٧ تجربة، ١٨٤ مقالة؛ سنة ٢٠٠٦

70 فاريا سنا؛ تينا ويستون؛ نيكولاس جيه. سيبيدا، تعدد المهام باستخدام الحاسوب المحمول يعوق التعلم الصفي لدى مستخدميهم وزملائهم القريبين، الحواسيب والتعليم ٢٤:٦٢-٣١؛ سنة ٢٠١٣؛ أدريان إف. وارد؛ كريستن ديوك؛ أييليت غنيزي؛ مارتن ديليو. بوس، استنزاف الذهن: مجرد وجود الهاتف الذكي الشخصي يقلل القدرة المعرفية المتاحة، مجلة جمعية بحوث المستهلك

العبرة العملية ليست إعلان الحرب على الجهاز، بل إبعاده في العمل الذي لا يحتاجه. إذا كنت تحل مسائل، ضعه خارج مجال النظر وأغلق الإشعارات. وإذا كنت تحتاجه قاموسًا، افتح الأداة المطلوبة وأغلق بقية الأبواب. اجعل للتواصل نافذة بعد الجلسة بدل أن تطلب من عقلك العودة إلى المهمة بعد كل تنبيه.

ولا تعد الدقائق وحدها. فالممارسة المتعمدة تفسر جزءًا من الفروق في الأداء وليست العامل الوحيد؛ تختلف القدرات والتعليم والفرص وطبيعة المجال.⁷¹ لذلك قس ما أنجزته: مسألة حُلّت، صفحة فُهمت، فقرة كُتبت، أو مهارة طُبقت، لا مجرد بقاء الكتاب مفتوحًا ساعتين.

٢(٢):١٤٠-١٥٤؛ تجربتان؛ سنة ٢٠١٧؛ كاري ستوتهارت؛ أينسلي ميتشوم؛ كورتنى يهنرت، الكلفة الانتباهية لتلقي إشعار على الهاتف المحمول، مجلة علم النفس التجريبي: الإدراك البشري والأداء ٤١(٤):٨٩٣-٨٩٧؛ سنة ٢٠١٥

71 بروك إن. ماكنمارا؛ ديفيد زد. هامبريك؛ فريدريك إل. أوزوالد، الممارسة المتعمدة والأداء في الموسيقى والألعاب والرياضة والتعليم والمهن: تحليل تلوي، العلوم النفسية ٢٥(٨):١٦٠٨-١٦١٨؛ سنة ٢٠١٤؛ نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر، دون إعادة تحليل الدراسات الأصلية.

الصحة تدخل في يومك

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمَسْكِ وَنَافِخِ الْكِيرِ، فَحَامِلُ الْمَسْكِ إِمَّا أَنْ يُحْذِيكَ، وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً، وَنَافِخُ الْكِيرِ إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ رِيحًا خَبِيثَةً».⁷²

الصحة لا تكتب مستقبل الإنسان وحدها، لكنها تدخل في عاداته وما يراه طبيعيًا. وقد رصدت دراسة طولية قصيرة بين مراهقين تشابهاً وتأثيراً متبادلاً في بعض وجوه الأداء الدراسي، من غير أن تختزل النتيجة في الصديق وحده.⁷³ لذلك اختر مجلساً يذكرك بالواجب ويعينك على البدء، لا مجلساً تتحول فيه ساعة الدراسة إلى حديث مفتوح.

والدراسة الجماعية تنفع حين تكون لها وظيفة: يتقاسم اثنان مسائل، أو يشرح كل واحد باباً، أو يختبر أحدهما الآخر. أما

72 من حديث أبي موسى الأشعري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب

الذبائح والصيد، باب المسك، رقم الحديث ٥٥٣٤

73 جيه. أشوين رامباران؛ أندريا هوبماير؛ ديفيد شوارتز؛ كريستيان ستيغليش؛

داريانه بادالي؛ رينيه فينسترا، الأداء الدراسي وتأثيرات الأقران: دراسة طولية قصيرة الأمد لديناميات الشبكات والسلوك في منتصف المراهقة، نمو الطفل

٨٨(٢):٥٢٣-٥٤٣؛ حجم العينة = ٣٤٢، أعمار ١٤-١٥؛ سنة ٢٠١٧

اجتماع بلا مهمة ولا نهاية معلومة فقد يزيد الشعور بالعمل ولا يزيد التعلم.

حالة تطبيقية

طالب جامعي يريد إتقان الإنجليزية والبرمجة وحفظ متن ورفع معدله والتمرن يوميًا. يبدأ كل شيء، ثم يحمل ذنبًا لأنه لم يثبت على شيء. يعيد ترتيب أسبوعه هكذا:

١. يثبت أولاً المحاضرات والواجبات والصلاة والنوم والحقوق الأسرية.

٢. يختار الإنجليزية مشروحًا إضافيًا واحدًا لهذا الفصل، ويؤجل البرمجة المكثفة إلى الإجازة.

٣. يجعل ثلاث جلسات قصيرة للاسترجاع والتطبيق، لا للمشاهدة وحدها.

٤. يبعد الهاتف في حل المسائل، ويفتح نافذة محددة للرسائل بعدها.

بعد أسبوعين لا يسأل: «هل أصبحت منضبطًا؟» بل: هل حضر ما التزم به؟ هل أكمل جلسات الاسترجاع؟ وما أكثر سبب قطع البداية؟ إن كانت الخطة أكبر من الواقع صغرها، وإن كان النوم أصل المشكلة أصلحه، وإن كان الهاتف يقطع الجلسة غيّر مكانه.

أربع قرارات تكفي للبداية: ماذا أتعلم؟ كيف أختبر تعلمي؟ مع من أتعلم؟ وكيف أحمي انتباهي؟ وبهذه القرارات يتعلم الشاب أن المورد المحدود يحتاج اختيارًا. وبعد الوقت يأتي مورد آخر تظهر فيه كلفة القرار بوضوح أكبر: المال.

الفصل الثالث عشر: الرشد المالي قبل اتساع المال

قد يبلغ الشاب ويبدأ دخله قبل أن يتعلم كيف يوازن بين حاجة ورغبة، أو بين قدرته الحالية والتزام مؤجل. والمال لا يمنح صاحبه الرشد تلقائيًا؛ بل يكشف ما تدرب عليه من صدق وتأجيل واختيار وحفظ للحقوق. لذلك تبدأ التربية المالية قبل الراتب الكبير، بمبالغ صغيرة وقرارات حقيقية وعواقب يمكن احتمالها.

البلوغ لا يساوي الرشد المالي

قال الله تعالى: ﴿وَلَا تُؤْتُوا السُّفَهَاءَ أَمْوَالَكُمُ الَّتِي جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ قِيَامًا وَارْزُقُوهُمْ فِيهَا وَاكْسُوهُمْ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَعْرُوفًا﴾. [النساء: ٥]، ثم قال: ﴿وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾. [النساء: ٦].⁷⁴

74 محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، تفسير سورة النساء، الآية ٥؛ معنى منع السفه من التصرف مع النفقة والكسوة والقول المعروف؛ محمد بن أحمد القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، تفسير سورة النساء، الآية ٦؛ مسألة ابتلاء اليتيم قبل دفع المال وصور اختبار حسن التصرف

الآيتان في باب أموال اليتامى، وليستا اختبارًا عامًّا يسلط به الوالدان على مال كل بالغ. لكنهما تظهران فرقًا مهمًّا: البلوغ وصف، وحسن التصرف المالي قدرة تُعرف بالاختبار. والحماية نفسها لا تبيح الإهانة؛ فالقرآن يجمع بين حفظ المال والرزق والكسوة والقول المعروف.

وفي البيت، لا يُختبر الرشد بمحاضرة عن الاقتصاد، بل بقرارات صغيرة: هل يعرف ما يدخل وما يخرج؟ هل يؤجل شراءً لا يقدر عليه؟ هل يعيد مالًا اقترضه؟ هل يميز بين سعر السلعة وكلفتها بعد الرسوم؟ هل يحفظ حقًا واجبًا قبل الكماليات؟

ميزان الإنفاق

قال الله تعالى في عباد الرحمن: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾. [الفرقان: ٦٧].⁷⁵

الاعتدال ليس رقمًا واحدًا يصلح لكل أسرة، ولا يعني مساواة البنود. قد يكون شراء غالٍ إسرافًا عند شخص وحاجة معتبرة عند آخر. ويظهر الميزان بالنظر إلى الدخل، والحقوق الواجبة،

75 عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير الفرقان: ٦٧؛ التوسط بين الإسراف والتقتير وأداء الحقوق الواجبة

والبدائل، والتكرار، وما سيُحرم منه الإنسان لاحقًا بسبب قراره الآن.

قبل الشراء، يمكن للشاب أن يسأل:

١. هل هذا حق واجب، أو حاجة، أو تحسين، أو رغبة

عابرة؟

٢. هل أملك ثمنه الآن بعد حفظ الالتزامات؟

٣. ما الكلفة الكاملة، لا السعر الظاهر فقط؟

٤. ماذا سأؤجل إن اشتريته؟

٥. هل ما زلت أريده بعد مهلة قصيرة؟

هذه الأسئلة أهم في البداية من أسماء المنتجات المالية المعقدة. من لم يتعلم معنى القرار قد يحفظ تعريفات كثيرة ثم يكرر السلوك نفسه.

المال يتصل بحقوق الناس

قال سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه: «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى الله عليه وسلم يَعُودُنِي عَامَ حَجَّةِ الْوَدَاعِ مِنْ وَجَعٍ اشْتَدَّ بِي فَقُلْتُ إِنِّي قَدْ بَلَغَ بِي مِنَ الْوَجَعِ وَأَنَا ذُو مَالٍ، وَلَا يَرِثُنِي إِلَّا ابْنَةٌ، أَفَأَتَصَدَّقُ بِثُلُثِي مَالِي؟ قَالَ: لَا. فَقُلْتُ بِالشَّطْرِ؟ فَقَالَ: لَا. ثُمَّ قَالَ: الثُّلُثُ وَالثُّلُثُ كَبِيرٌ - أَوْ كَثِيرٌ - إِنَّكَ أَنْ تَذَرَ وَرَثَتَكَ أَغْنِيَاءَ حَيْرٌ مِنْ أَنْ تَذَرَهُمْ عَالَةً يَتَكَفَّفُونَ النَّاسَ، وَإِنَّكَ لَنْ تُنْفِقَ نَفَقَةً

تَبْتَغِي بِهَا وَجَهَ اللَّهِ إِلَّا أَجِزْتَ بِهَا، حَتَّى مَا تَجْعَلَ فِي فِي
 امْرَأَتِكَ. فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَخْلَفَ بَعْدَ أَصْحَابِي؟ قَالَ: إِنَّكَ لَنْ
 تُخْلَفَ فَتَعْمَلَ عَمَلًا صَالِحًا إِلَّا أَزِدَّتْ بِهِ دَرَجَةً وَرِفْعَةً، ثُمَّ لَعَلَّكَ
 أَنْ تُخْلَفَ حَتَّى يَنْتَفِعَ بِكَ أَقْوَامٌ وَيُضَرَّ بِكَ آخَرُونَ، اللَّهُمَّ أَمْضِ
 لِأَصْحَابِي هَجْرَتَهُمْ، وَلَا تَرُدَّهُمْ عَلَى أَعْقَابِهِمْ، لَكِنَّ الْبَائِسَ سَعْدُ
 ابْنُ خَوْلَةَ»، يَرِثِي لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ مَاتَ
 بِمَكَّةَ.⁷⁶

العبرة هنا متصلة بموضوعنا: القرار المالي لا يُقاس بصورة
 الكرم وحدها، بل بحقوق من يعولهم الإنسان وبأثر القرار
 بعده. والنفقة المعتادة إذا ابْتُغِي بها وجه الله مأجور عليها. فلا
 يكون الادخار هرباً من حق واجب، ولا يكون التبرع المعلن
 سبباً في تضييع أهل البيت.

عَلَّمَ بِالْمَالِ الْحَقِيقِيِّ الصَّغِير

تعرف أطر الثقافة المالية الحديثة المعرفة والمهارات
 والمواقف والسلوك اللازم لاتخاذ قرار في سياقه، لا حفظ
 المصطلحات فقط. وتظهر نتائج دولية أن الطلاب يتعاملون

76 من حديث سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب
 الجنائز، باب رثاء النبي صلى الله عليه وسلم سعد ابن خولة، رقم الحديث ١٢٩٥

مبكرًا مع حسابات وبطاقات وشراء رقمي متفاوت، وأن الأسرة والعمل والتعليم تدخل كلها في تنشئتهم المالية.⁷⁷ وتشير مراجعة تجارب تعليم مالي مدرسي إلى تحسن متوسط في المعرفة وبعض السلوك، مع تفاوت البرامج والنتائج؛ فالمعلومة مفيدة لكنها لا تكفي وحدها.⁷⁸ ولهذا يحتاج البيت إلى تدريب يرى فيه الشاب أثر قراره.

77 منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي، إطار الثقافة المالية للبرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢، إطار التقييم والتحليل للبرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢، الفصل ٣: تعريف الثقافة المالية، التطبيق في الحياة، والعوامل غير المعرفية؛ سنة ٢٠٢٣؛ منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي، نتائج البرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢، المجلد الرابع: ما مدى ذكاء الطلاب المالي؟، الفصل التفسيري عن تقييم الثقافة المالية؛ امتلاك الحسابات والبطاقات والشراء الرقمي والسلوك والبيئة الأسرية؛ سنة ٢٠٢٤؛ سويون شيم؛ بوني إل. باربر؛ نويل إيه. كارد؛ جينغ جيان شياو؛ جويس سيريدو، التنشئة المالية لطلاب السنة الجامعية الأولى: أدوار الوالدين والعمل والتعليم، مجلة الشباب والمراهقة ٣٩(١٢): ١٤٥٧-١٤٧٠؛ حجم العينة = ٢,٠٩٨؛ نموذج التنشئة المالية؛ سنة ٢٠١٠

78 تيم كايزر؛ لوكاس مينكهوف، التثقيف المالي في المدارس: تحليل تلوي للدراسات التجريبية، مراجعة اقتصاديات التعليم ١٠١٩٣: ٧٨؛ ٣٧ تجربة/شبه تجربة، بينها ١٨ تجربة عشوائية؛ سنة ٢٠٢٠

يمكن أن يكون المصروف الصغير مدرسة إذا عُرِفَتْ حدوده: مبلغ معلوم، وما الذي يشمل، وما الذي لا يشمل، وما الذي يحدث إذا انتهى قبل مواعده. لا يُنقذ الشاب كل مرة من نتيجة شراء عابر، ولا يُترك في حاجة أساسية. يتحمل نتيجة محتملة، ويتعلم منها، ثم يراجع القرار بلا تحقير.

ثلاث مساحات جيدة للتدريب:

- ميزانية قصيرة لأسبوع أو شهر، يسجل فيها الداخل والخارج.
- شراء يقارن فيه بين بدلين ويحسب الرسوم والكلفة اللاحقة.
- هدف ادخار حقيقي يؤجل من أجله رغبة صغيرة.

اجعل المال الرقمي مرئيًا

حين يدفع الإنسان بنقرة قد لا يشعر بالخروج كما يشعر عند إعطاء النقد. لذلك لا يكفي أن يقول: «الرصيد موجود». يراجع كشفه دوريًا، ويفعل التنبيهات، ويجمع الاشتراكات المتكررة، ويعرف موعد كل التزام. والبطاقة الائتمانية أو خدمة الدفع المؤجل ليست دخلًا جديدًا؛ إنها التزام من دخل قادم، وقد تلحقها رسوم أو أحكام تختلف بحسب العقد والبلد، فيُرجع في تفاصيلها إلى أهل الاختصاص الموثوقين.

لا يحتاج المبتدئ إلى نسب جاهزة تُفرض على كل دخل. يبدأ بالترتيب: حقوق واجبة والتزامات، ثم حاجات، ثم احتياط مناسب، ثم رغبات وأهداف. وبعد ذلك يصوغ نسبًا تناسب واقعه. فالرقم يخدم الحقوق، لا يستبدلها.

حالة تطبيقية: أول دخل منتظم

طالب يحصل على مكافأة شهرية، ويريد هاتفًا جديدًا مع أنه مدين لصديق وله مصروف نقل وكتب. يكتب المبلغ الداخل، ثم يضع الدين والنقل والكتب أولًا. يرى أن شراء الهاتف الآن سيضطره إلى اقتراض جديد. لا يكتفي بعبارة «لا أستطيع»، بل يضع هدف ادخار شهريًا وموعد مراجعة بعد ثلاثة أشهر.

في الشهر الأول يكتشف اشتراكين لا يستعملهما، فيلغيهما. وفي الثاني تأتية مناسبة عائلية، فيعدل مبلغ الادخار ولا يمس حق الدين. لقد تعلم هنا أكثر من سعر الهاتف: تعلم أن كل ريال أعطاه لبند غاب عن بند آخر، وأن الخطة تُراجع من غير أن تُنقض الحقوق.

الرشد المالي ليس بخلًا، ولا مظهرًا اجتماعيًا، ولا جدولًا بلا روح. هو أن يرى الإنسان المال أمانة ووسيلة، يعرف حد قدرته، ويحفظ الحقوق، ويقاوم قرار اللحظة، ويتحمل أثر اختياره. ومع اتساع المال تتكاثر الحقوق المتنافسة؛ وهذا يقود إلى الميدان التالي: الأسرة حين تتزاحم حقوق الزوج والجسد والأولاد والوالدين والعمل.

الفصل الرابع عشر: سنوات الأسرة وتزاحم الحقوق

في سنوات الأسرة لا يضيع الحق دائماً لأن صاحبه منسي، بل لأن حقوقاً كثيرة حضرت في الوقت نفسه: عمل، وزوج، وأطفال، ووالدان، وجسد يحتاج راحة، وعبادة لا تستقيم الحياة من دونها. والانضباط الأسري ليس جدولاً لا يتغير؛ هو أن يعرف الإنسان أصحاب الحقوق، ويرتب الضروري، ويتشاور، ويعيد التوازن حين يتبدل الواقع.

قصة سلمان وأبي الدرداء

عن أبي جحيفة رضي الله عنه: «أَخَى النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَيْنَ سَلْمَانَ وَأَبِي الدَّرْدَاءِ، فَرَارَ سَلْمَانُ أَبَا الدَّرْدَاءِ، فَرَأَى أُمَّ الدَّرْدَاءِ مُتَبَذِّلَةً، فَقَالَ لَهَا: مَا شَأْنُكَ؟ قَالَتْ: أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ لَيْسَ لَهُ حَاجَةٌ فِي الدُّنْيَا. فَجَاءَ أَبُو الدَّرْدَاءِ فَصَنَعَ لَهُ طَعَامًا، فَقَالَ: كُلْ. قَالَ: فَإِنِّي صَائِمٌ. قَالَ: مَا أَنَا بِأَكِلٍ حَتَّى تَأْكُلَ. قَالَ: فَأَكُلَ. فَلَمَّا كَانَ اللَّيْلُ ذَهَبَ أَبُو الدَّرْدَاءِ يَقُومُ، قَالَ: نَمْ. فَنَامَ، ثُمَّ ذَهَبَ يَقُومُ، فَقَالَ: نَمْ. فَلَمَّا كَانَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ قَالَ سَلْمَانُ: قُمْ الْآنَ. فَصَلَّيَا، فَقَالَ لَهُ سَلْمَانُ: إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ. فَأَتَى

النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: صَدَقَ سَلْمَانٌ».⁷⁹

تبيّن القصة أن العبادة النافلة لا تبرر إهمال الجسد والأهل، والحقوق لا تتزاحم بحسن النية وحده، بل تحتاج ترتيباً. لم يمنع سلمان قيام الليل، وإنما وضعه في موضعه بعد النوم والطعام وحق الأهل.

وجاء المعنى نفسه في حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما: «يَا عَبْدَ اللَّهِ أَلَمْ أُخْبِرْ أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ وَتَقُومُ اللَّيْلَ؟ قُلْتُ: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ: فَلَا تَفْعَلْ، صُمْ وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرُؤُوجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا».⁸⁰

العبرة ليست أن يقسم الإنسان يومه بالتساوي، فليست الحقوق من جنس واحد. منها فرض لا يؤخر، ومنها حاجة

79 من حديث أبي جحيفة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع ولم ير عليه قضاء، إذا كان أوفق له، رقم الحديث ١٩٦٨

80 من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب لزوجك عليك حق، رقم الحديث ٥١٩٩

عاجلة، ومنها حق متكرر، ومنها نافلة. المطلوب أن لا يتحول حق واحد إلى ذريعة دائمة لأكل الباقي.

كل واحد راع في موضعه

وعن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْأَمِيرُ رَاعٍ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ، فَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ».⁸¹

الرعاية تكليف، وليست امتيازاً لمن يرفع صوته. ومن الرعاية أن يعرف كل واحد ما تحمله وما يحتاجه الآخر. وقد قال الله تعالى: ﴿وَعَاشِرُوهُمْ بِالْمَعْرُوفِ﴾. [النساء: ١٩].⁸² والمعروف يظهر في النفقة والكلمة والوقت والتشاور وحفظ الكرامة، لا في أداء بند واحد وإهمال سائر العشرة.

والطفل ليس ملحقاً بجدول الكبار. قال الله تعالى في شأن الفصال: ﴿فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ

81 من حديث عبد الله بن عمر رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح،

باب المرأة راعية في بيت زوجها، رقم الحديث ٥٢٠٠

82 عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان،

تفسير النساء ١٩؛ وعاشروهن بالمعروف

عَلَيْهِمَا}-. [البقرة: ٢٣٣].⁸³ حتى هذا القرار المتصل بالطفل جاء فيه التراخي والتشاور؛ فلا يجعل أحد الزوجين نفسه صاحب القرار الوحيد ثم يسمي الآخر مقصرًا.

والوالدان لا يخرجان من الخريطة عند إنشاء بيت جديد. قال الله تعالى: ﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا آفٌ وَلَا تُنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا}-. [الإسراء: ٢٣].⁸⁴ لكن بر الوالدين لا يدار بإضاعة حق الزوج أو الأطفال؛ بل بتخطيط صريح وتعاون واستعانة عند الحاجة.

العمل لا يبقى عند باب المكتب

تشير مراجعات بحثية إلى ارتباط صراع العمل والأسرة بالصحة النفسية، وإلى أن ضغط أحد الزوجين قد ينتقل إلى الآخر وإلى جو البيت، مع اختلاف النتائج بحسب نوع العمل والأسرة وطريقة القياس. كما درست مراجعات أثر واجهة

83 محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، تفسير البقرة ٢٣٣؛ فصال الطفل عن تراض الوالدين وتشاور

84 عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير الإسراء ٢٣؛ الإحسان إلى الوالدين واشتداد الحاجة عند الكبر

العمل والأسرة في صحة الأطفال النفسية.⁸⁵ هذه الارتباطات لا تثبت أن كل ضغط عمل يسبب نتيجة بعينها، لكنها تذكرنا بأن التعب الذي لا يُسمى قد يتحول إلى حدة أو انسحاب يدفع ثمنهما الأقربون.

لذلك يحتاج البيت إلى جملة صادقة قبل الانفجار: «هذا أسبوع شديد في العمل، وأحتاج أن نعيد توزيع بعض المهام».

85 دونغيو ليو؛ يانيان ني؛ تيفاني إس. دبليو. ما؛ شياويان فان؛ يونغله تشان؛ إيفان إتش. إل. لام؛ ماثيو سي. إل. لوي؛ تاراني تشاندولا؛ إيتشيرو كاواتشي؛ بيم كاويبرز؛ مايكل واي. ني، الصراع بين العمل والأسرة والصحة النفسية: مراجعة منهجية وتحليل تلوي، مجلة المكتبة العامة للعلوم الطبية ٢٣(٧):رقم المقالة ١٠٠٥١٦٢؛ ٨٢ دراسة طويلة، و٥٢ دراسة/١١٢٧١٤ مشاركا في التحليل التلوي؛ سنة ٢٠٢٦؛ جيسي إس. ميشيل؛ ليندسي إم. كوتربا؛ جاكين كيه. ميتشلسون؛ ماليا سا إيه. كلارك؛ بوريس بي. بالتس، مقدمات الصراع بين العمل والأسرة: مراجعة تحليلية تلوية، مجلة السلوك التنظيمي ٣٢(٥):٦٨٩-٧٢٥؛ ١٠٨٠ ارتباطا من ١٧٨ عينة؛ سنة ٢٠١١؛ هايلي آر. كوب؛ أليكسيوس إي. ستراسبورغ؛ مادلين إل. بيبو؛ راشيل إس. راوفولا؛ كانديس إل. توماس؛ كورت دبليو. رودولف، تطبيق نموذج الاعتماد المتبادل بين الفرد وشريكه في التحليل التلوي: اختبار ثنائي لنموذج امتداد الأثر وانتقاله بين الأزواج ذوي الدخيلين، علوم الصحة المهنية، ٢٠٢٤؛ تحليل تلوي ثنائي للأزواج ذوي الدخيلين؛ جوناثان بيلودو؛ مايا ميكوترا سينكورا؛ أميلي كينيل فالي، التفاعل بين العمل والأسرة والصحة النفسية للأطفال: مراجعة منهجية، الطب النفسي والصحة النفسية للأطفال والمراهقين ١٧(١):٤٥؛ ٢٥ دراسة من ٤١٤٦ سجلا؛ سنة ٢٠٢٣

لا يحق لصاحب الضغط أن يجعل الجميع يتحملونه بلا بيان، ولا يصح أن تُفهم كل قلة طاقة على أنها قلة محبة.

والعمل حق حين يكون فيه رزق وأمانة وعقد، لكنه ليس الحق الوحيد. إذا صار الاستثناء موسماً دائماً، أو صار كل حضور أسري قابلاً للإلغاء، فالمشكلة لم تعد في أسبوع مزدحم بل في ترتيب يحتاج مراجعة.

مجلس قصير يعيد الترتيب

ينفع كثيراً مجلس أسبوعي لا يتحول إلى محكمة. مدته قصيرة وله أربعة أسئلة:

١. ما الحقوق والالتزامات الثابتة هذا الأسبوع؟
٢. أين توجد ذروة ضغط أو موعد غير عادي؟
٣. ما المهمة التي تحتاج مساعدة أو تفويضاً؟
٤. ما الموعد الذي نحميه للأسرة أو للزوجين أو للوالدين؟

لا يبحث المجلس عن مساواة حسابية. قد يحمل أحد الزوجين أكثر في أسبوع مرض، ويحمل الآخر أكثر في أسبوع سفر أو اختبار. العدل أن يُرى الجهد، ويُشكر، ولا يتحول الاستثناء إلى قدر مكتوم.

وإذا اختلف الزوجان، فلا يُجعل الطفل رسولاً أو قاضياً، ولا يُستعمل قربه من أحدهما لمعاقبة الآخر. الخلاف بين بالغين يُدار بينهما أو بمساعدة أمينة، ويظل الطفل بعيداً عن أسرار لا يملك حملها.

حالة تطبيقية: أسبوع مزدحم

أسرة فيها زوجان يعملان، وطفلان، وأم كبيرة تحتاج مراجعة طبية. لدى الزوج تسليم مهني، ولدى الزوجة موعد عمل مهم، والطفل الأكبر اختبار. إذا حاول كل واحد حماية جدوله منفرداً، سيتحول كل طلب إلى اتهام.

يجلسان عشرين دقيقة. يثبتان موعد الأم والاختبار أولاً، ويتفقان على أن يتولى الزوج صباحين كاملين مع الطفل، وتتولى الزوجة الموعد الطبي بمساعدة أخ لها في العودة. يؤجلان زيارة اجتماعية غير لازمة، ويطلب الزوج تخفيف اجتماع واحد بدل نقل الضغط كله إلى البيت. ويحميان نصف ساعة في نهاية يومين للحديث بلا هواتف.

لم يحصل كل حق على الوقت نفسه، لكنه حصل على موضع ظاهر. وفي نهاية الأسبوع يسألان: ما الذي نجح؟ وما العبء الذي حمله أحدهما ولم نره؟ وما الذي ينبغي ألا يتكرر؟ بهذه المراجعة يتحول الاعتذار من كلمة إلى تعديل.

تزاحم الحقوق لا يحل بشعور عام بالذنب، بل برؤية الأصحاب، وترتيب الواجب والعاجل، والتشاور، وطلب العون، ثم إعادة التوازن. وحين تتغير صحة الإنسان أو عمره أو قدرته، لا تختفي الحقوق ولكن قد تتغير صورة أدائها. وهذا موضوع الفصل التالي.

الفصل الخامس عشر: حين تتغير القدرة

يبني الإنسان عادات تناسب صحته ووقته، ثم يأتي مرض أو سفر أو حمل أو إعاقة أو كبر فتتغير قدرته. وقد يظن أن الانضباط هو التشبث بالخطة القديمة مهما وقع، فيحمل نفسه ما لا تطيق أو يترك الباب كله لأنه لم يعد يستطيع الصورة السابقة. والصواب أن يبقى المقصد، وتُعرف الرخصة، ويُطلب الممكن، وتُقبل المساعدة من غير إذلال.

الاستطاعة داخلية في التكليف

قال الله تعالى: ﴿فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ﴾. [التغابن: ١٦]، وقال سبحانه: ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا﴾. [البقرة: ٢٨٦].⁸⁶

وعن أبي هريرة رضي الله عنه، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «دَعُونِي مَا تَرَكْتُكُمْ، إِنَّمَا هَلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ بِسُؤَالِهِمْ

86 عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير التغابن ١٦؛ فاتقوا الله ما استطعتم وتقييد الأمور بالاستطاعة؛ عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير البقرة ٢٨٦؛ لا يكلف الله نفساً إلا وسعها والتخفيف عند الأعذار

وَاحْتِلَافِهِمْ عَلَى أَنْبِيَائِهِمْ، فَإِذَا نَهَيْتُكُمْ عَنْ شَيْءٍ فَاجْتَنِبُوهُ،
وَإِذَا أَمَرْتُكُمْ بِأَمْرٍ فَأَتُوا مِنْهُ مَا اسْتَطَعْتُمْ».⁸⁷

الاستطاعة ليست عذراً ملحقاً بالدين من خارجه، بل قيد جاء في النص. ومعرفة قدر القدرة جزء من الصدق: لا يختلق الإنسان عجزاً، ولا ينكر عجزاً حقيقياً حتى ينهار. ويسأل أهل العلم المؤهلين عن الحكم في حالته إذا احتاج، ولا يبني الرخصة على التخمين.

تغير هيئة العبادة ولا يغلق بابها

قال عمران بن حصين رضي الله عنه: «كَانَتْ بِي بَوَاسِيرٌ فَسَأَلْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الصَّلَاةِ فَقَالَ: صَلِّ قَائِماً، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَاعِداً، فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَعَلَى جَنْبٍ».⁸⁸

النص لا يلغي الصلاة عند تغير القدرة، ولا يطالب المريض بصورة لا يستطيعها. يفتح انتقالاً واضحاً من هيئة إلى أخرى. وهذا يعلمنا ألا نجعل الشكل القديم هو العبادة نفسها. من

87 من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الاعتصام بالكتاب والسنة، باب الاقتداء بسنن رسول الله صلى الله عليه وسلم، رقم الحديث ٧٢٨٨

88 من حديث عمران بن حصين رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب التقصير، باب إذا لم يطق قاعداً صلى على جنب، رقم الحديث ١١١٧

احتاج إلى الجلوس لا يكون أقل صدقاً لأنه أخذ بما أذن الله، ومن قدر على بعض العمل لا يتركه لأن الكل تعذر.

وقد رفع القرآن الحرج عن أصحاب أعذار محددة في سياق الجهاد فقال: ﴿لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ﴾. [الفتح: ١٧].⁸⁹ لا تُنقل أحكام السياق إلى كل باب بلا فقه، لكن الآية تمنع تصورًا قاسيًا يجعل الإعاقة تقصيرًا أخلاقيًا في ذاتها.

التاريخ الصالح لا يضيع بالعجز

قال إبراهيم السكسكي: «سَمِعْتُ أَبَا بُرْدَةَ، وَاصْطَحَبَ هُوَ وَيَزِيدُ بْنُ أَبِي كَبْشَةَ فِي سَفَرٍ، فَكَانَ يَزِيدُ يَصُومُ فِي السَّفَرِ فَقَالَ لَهُ أَبُو بَرْدَةَ: سَمِعْتُ أَبَا مُوسَى مَرَارًا يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِذَا مَرَضَ الْعَبْدُ أَوْ سَافَرَ، كُتِبَ لَهُ مِثْلُ مَا كَانَ يَعْمَلُ مُقِيمًا صَحِيحًا».⁹⁰

89 عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير الفتح ١٧؛ رفع الحرج عن الأعْمى والأعرج والمريض في سياق الجهاد
90 من حديث أبي موسى الأشعري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الجهاد والسير، باب يكتب للمسافر مثل ما كان يعمل في الإقامة، رقم الحديث

يبعث الحديث الطمأنينة فيمن منعه المرض أو السفر من عادة صالحة كان يعملها في صحته وإقامته. فلا يجعل العجز الطارئ قصة حياته كلها، ولا يظن أن علاقته بالله بدأت من الصفر. وفي الوقت نفسه، لا يتخذ الحديث ذريعة إلى ترك الممكن؛ فهو يتكلم عن منع حقيقي وعمل معتاد.

الكبر ليس فشلاً شخصياً

قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ نُّعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ﴾. [يس: ٦٨].⁹¹ تغير القوة مع العمر من سنن الخلق، لا علامة على أن صاحبه لم يحسن إدارة نفسه. قد تبطؤ الحركة، أو يضعف السمع، أو يحتاج المرء وقتاً أطول لما كان يفعلها سريعاً.

وتصف منظمة الصحة العالمية الشيخوخة الصحية من خلال القدرة الوظيفية المتولدة من قدرات الشخص وبيئته، وتؤكد تنوع أحوال كبار السن. كما تنظر في الإعاقة بوصفها تفاعلاً بين حالة صحية وعوامل شخصية وبيئية، لا صفة تختزل الإنسان.⁹² هذه أطر صحية عامة تتغير تطبيقاتها ولا تقوم مقام التشخيص الفردي، لكنها تلفت إلى أثر البيئة: درج بلا

91 عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، تفسير يس ٦٨؛ ومن نعمه نكسه في الخلق

مسند أو تعليمات صغيرة أو مجلس لا يسمع فيه الكبير قد يصنع عجزاً إضافياً يمكن تقليله.

العبرة للأسرة أن تسأل: ما الذي يستطيع صاحبنا فعله إذا عدلنا البيئة؟ ربما يحتاج مقبضاً، أو خطأ أكبر، أو وقتاً أطول، أو وسيلة نقل، أو تقسيم المهمة. المساعدة الجيدة لا تنتزع كل دور من يده، بل تزيل عائقاً ليبقى فاعلاً بقدر استطاعته.

الاستعانة لا تلغي الكرامة

الاستقلال ليس أن يفعل الإنسان كل شيء وحده. قد يكون مستقل القرار مع حاجته إلى مساعدة في الحركة، وقد يؤدي عبادته بنفسه مع حاجته إلى من يهيئ المكان. والمساعد لا يحسن حين يقرر عن الشخص كل شيء بحجة الخدمة.

92 منظمة الصحة العالمية، التقدم في العمر، موضوع صحي لمنظمة الصحة العالمية؛ تعريف الشيخوخة الصحية والقدرة الوظيفية وصلتها بالقدرة الداخلية والبيئة؛ منظمة الصحة العالمية، الشيخوخة الصحية والقدرة الوظيفية، أسئلة وأجوبة لمنظمة الصحة العالمية؛ تنوع كبار السن، القدرات الداخلية، البيئة، والقدرة الوظيفية؛ منظمة الصحة العالمية، التصنيف الدولي لتأدية الوظائف والعجز والصحة، تصنيفات منظمة الصحة العالمية؛ الأداء والعجز في السياق وإدراج العوامل البيئية؛ منظمة الصحة العالمية، الإعاقة، موضوع صحي لمنظمة الصحة العالمية؛ التفاعل بين الحالة الصحية والعوامل الشخصية والبيئية وتأثير الحواجز في المشاركة

قبل المساعدة، اسأل: «ما الذي تريد أن أفعله؟» وامنح وقتًا للجواب. لا تتحدث عن الكبير أو ذي الإعاقة كأنه غائب وهو حاضر. ولا تجعل كل طلب معروفًا ينبغي أن يشكر عليه مرارًا. حفظ الكرامة جزء من الرعاية.

ويختلف المرض الحاد عن الحالة المزمنة، والإعاقة المستقرة عن تغير العمر، والتعب العابر عن العجز المستمر. جمعها في سلة واحدة يفسد الخطة. من أصيب بحمى أيامًا يحتاج ترتيبًا مؤقتًا، ومن تغيرت قدرته طويلًا يحتاج نظامًا جديدًا قابلاً للاستمرار، وقد يحتاج تقييمًا طبيًا أو تأهيلًا متخصصًا.

ميزان عملي عند تغير القدرة

حين لا يصلح الجدول القديم، تمر الخطة بخمس خطوات:

١. حدّد ما تغير فعليًا: حركة، أو تركيز، أو ألم، أو وقت، أو قدرة مالية.

٢. ميّز الواجب من النافلة، واسأل عن الحكم الشرعي عند الاشتباه.

٣. احتفظ بالمقصد وغيّر الوسيلة: جلوس بدل قيام عند العجز، أو جلسات أقصر، أو أداة مساعدة.

٤. اطلب مساعدة محددة بدل طلب عام لا يعرف الآخر كيف يجيبه.

٥. راجع الخطة بعد مدة؛ فقد تتحسن القدرة أو تتراجع.

مثال ذلك رجل اعتاد وردًا طويلًا بعد الفجر، ثم جاءه علاج يسبب تعبًا شديدًا صباحًا. لا يعلن أن برنامجه انتهى، ولا يصر على التوقيت نفسه حتى يتركه كله. يسأل عن أحكام عبادته إن احتاج، ثم ينقل بعض القراءة إلى وقت أنشط، ويقسمها إلى مقاطع أقصر، ويثبت قدرًا يستطيع الاستمرار عليه. إذا تحسنت صحته أعاد الزيادة بتدرج.

وفي الأسرة، قد تحتاج أم مريضة إلى أن تُعفى مؤقتًا من أعمال كانت تقوم بها، لكن من الظلم أن تُسحب منها كل مشاركة وقرار. يُعاد توزيع العمل، ويُسأل كل فرد عما يقدر عليه، ويُحفظ له دور حقيقي. والانضباط هنا هو مرونة مسؤولية، لا قسوة ولا فوضى.

حين تتغير القدرة، لا يقاس الإنسان بنسخته القديمة ولا بقدرة غيره. يقيس صدقه في الممكن، ويأخذ الرخصة بعلم، ويحفظ ما يستطيع من الخير، ويقبل العون. بهذا ينتهي الجزء الذي تابع انتقال الإنسان من طفولته إلى شبابه وأسرته وتغير قدرته، وننتقل إلى أبواب العبادة اليومية بتفصيلها العملي.

الإحالات والمراجع

تجمع هذه القائمة مصادر المجلد، ويَرِدُ توثيق المواضع المنقولة في الحواشي.

حديث عمر بن الخطاب

من حديث عمر بن الخطاب رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب بدء الوحي، باب كيف كان بدء الوحي إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، رقم الحديث ١ نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث أبي هريرة

من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، رقم الحديث ٦١١٤ نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث أبي هريرة

من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب في الاستقراض، باب مطل الغني ظلم، رقم الحديث ٢٤٠٠ نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

تيري إي. موفيت وآخرون

تدرّج ضبط النفس في الطفولة يتنبأ بالصحة والثروة والسلامة العامة وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم ١٠٨(٧):٢٦٩٣-٢٦٩٨؛ سنة ٢٠١١

نطاق الاطلاع: قراءة أقسام المتن الأساسية في التصميم والنتائج والمناقشة، دون الملحقات والبيانات الأصلية.

دراسة طويلة رصدية؛ الارتباط ليس برهاناً سببياً على فاعلية تدريب بعينه.

ديفيد إيه. روبسون؛ مارك إس. ألين؛ ستيفن جيه. هوارد

التنظيم الذاتي في الطفولة بوصفه متنبئاً بالنتائج المستقبلية: مراجعة تحليلية تلوية

النشرة النفسية ١٤٦(٤):٣٢٤-٣٥٤؛ سنة ٢٠٢٠

نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر

تلخيص أدلة تنبؤية؛ لا يساوي قراءة كل دراسة أصلية مشمولة فيه.

محمد بن جرير الطبري، جامع البيان

تفسير العنكبوت: ٦٩

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

قراءة هذا الموضع لا تعني توثيق أسانيد جميع الآثار المنقولة فيه؛ نسب الآراء إلى المفسر الناقل.

الحسين بن مسعود البغوي، معالم التنزيل

تفسير العنكبوت: ٦٩

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

قراءة هذا الموضع لا تعني توثيق أسانيد جميع الآثار المنقولة فيه؛ نسب الآراء إلى المفسر الناقل.

حديث أبي سعيد الخدري

من حديث أبي سعيد الخدري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الزكاة، باب الاستعفاف عن المسألة، رقم الحديث ١٤٦٩

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن
تفسير طه: ١٣٢

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

مالته فريزه؛ يوليوس فرانكنباخ؛ فيرونيكا يوب؛ ديفيد دي. لوشيلدر
هل يحسّن التدريب على ضبط النفس القدرة على ضبطها؟ تحليل تلوي
آفاق العلوم النفسية ١٢(٦): ١٠٧٧-١٠٩٩؛ سنة ٢٠١٧

نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر
أثر صغير يتأثر بتصحيح التحيز وتصميم المقارنة؛ لا يثبت آلية قوة إرادة
واحدة.

عبد الرحمن بن الجوزي، صيد الخاطر
فصل: كيف تقوى النفس

نطاق الاطلاع: قراءة الفصل في نسخة نصية إلكترونية
الحكاية عن بشر بصيغة يُحكى؛ لا إسناد في الموضع المقروء. لا تصلح لتبرير
الحرمان الضار من الماء أو النوم.

عبد الرحمن بن الجوزي، صيد الخاطر
فصل: أعط نفسك حقها واستوف حَقك منها

نطاق الاطلاع: قراءة الفصل في نسخة نصية إلكترونية
بيان رأي المؤلف في الموازنة؛ لا شهادة عامة بصحة جميع أخبار الكتاب.

حديث أبي جحيفة

من حديث أبي جحيفة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع ولم ير عليه قضاء، إذا كان أوفق له، رقم الحديث ١٩٦٨

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث أبي هريرة

من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الاعتصام بالكتاب والسنة، باب الاقتداء بسنن رسول الله صلى الله عليه وسلم، رقم الحديث ٧٢٨٨

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عمران بن حصين

من حديث عمران بن حصين رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب التقصير، باب إذا لم يطق قاعدا صلى على جنب، رقم الحديث ١١١٧

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عائشة أم المؤمنين

من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب القصد والمداومة على العمل، رقم الحديث ٦٤٦٤

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عائشة أم المؤمنين

من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب القصد والمداومة على العمل، رقم الحديث ٦٤٦٦
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عبد الله بن عمرو بن العاص

من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب حق الجسم في الصوم، رقم الحديث ١٩٧٥
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

برايان إم. غالاً؛ أنجيلا إل. داكورث

أكثر من مقاومة الإغراء: العادات النافعة تتوسط العلاقة بين ضبط النفس والنتائج الحياتية الإيجابية
مجلة علم نفس الشخصية وعلم النفس الاجتماعي ١٠٩(٣): ٥٠٨-٥٢٥؛ سنة ٢٠١٥
نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر
نتائج الوساطة الإحصائية ليست بمفردها إثباتاً لآلية سببية.

فيليبا لالي؛ كورنيليا إتش. إم. فان يارسفيلد؛ هنري دبليو. دبليو. بوتس؛ جين واردل

كيف تتكوّن العادات؟ نمذجة تكوّن العادات في الحياة الواقعية
المجلة الأوروبية لعلم النفس الاجتماعي ٤٠(٦): ٩٩٨-١٠٠٩ (٢٠١٠)؛ نشر إلكتروني أول سنة ٢٠٠٩
نطاق الاطلاع: الملخص ومواقع من النص

بعض مدد تكوّن العادة تقديرات نموذجية تتجاوز مدة الملاحظة؛ لا تتحول إلى موعد مضمون لكل قارئ.

بن سينغ وآخرون

الوقت اللازم لتكوين عادة: مراجعة منهجية وتحليل تلوي لتكوّن عادات السلوك الصحي ومحدداته

الرعاية الصحية ١٢(٢٣):٢٤٨٨؛ سنة ٢٠٢٤

نطاق الاطلاع: الملخص ومواضع فهرسة من النص

٢٠ دراسة؛ خطر تحيز مرتفع في ١١؛ المقارنات قبل/بعد لا تثبت وحدها أثرًا سببيًا.

حديث عبد الله بن مسعود

من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب العلم، باب من جعل لأهل العلم أياما معلومة، رقم الحديث ٧٠

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عائشة أم المؤمنين

من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح مسلم، كتاب صلاة المسافرين وقصرها، باب جامع صلاة الليل ومن نام عنه أو مرض، رقم الحديث ٧٤٦، الرواية و

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

الاستدراك النبوي هنا لصلاة مخصوصة؛ لا يستنبط منه قضاء عام لكل عمل بالكيفية نفسها.

بنجامين هاركن وآخرون

هل تعزز متابعة التقدم نحو الهدف بلوغه؟ تحليل تلوي للأدلة التجريبية
النشرة النفسية ١٤٢(٢):١٩٨-٢٢٩؛ سنة ٢٠١٦
نطاق الاطلاع: قراءة صفحات 17-27 و 38-42 من ترقيم نسخة الباحثين،
تشمل الطريقة والنتائج وقيود التفسير؛ لا جميع 124 صفحة أو الملاحق.
حجم الأثر بمقياس دي = ٠.٤٠ لا يعني زيادة النجاح ٤٠%؛ إعلان التقدم ليس
مطلوبًا في العبادات الخاصة.

حديث عمر بن أبي سلمة

من حديث عمر بن أبي سلمة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأطعمة،
باب التسمية على الطعام والأكل باليمين، رقم الحديث ٥٣٧٦
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث أنس بن مالك

من حديث أنس بن مالك رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب
حسن الخلق، والسخاء، وما يكره من البخل، رقم الحديث ٦٠٣٨
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

آني بيرنييه؛ ستيفاني إم. كارلسون؛ ناتاشا ويبل

من التنظيم الخارجي إلى التنظيم الذاتي: المقدمات الوالدية المبكرة للوظائف
التنفيذية لدى الأطفال الصغار
نمو الطفل ٨١(١):٣٢٦-٣٣٩؛ سنة ٢٠١٠
نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر
عينة ٨٠ وتتبع رصدي؛ دعم الاستقلال متنبئ ولا يثبت تجربة سببية بمفرده.

حديث عبد الله بن عمرو بن العاص

من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ سنن أبي داود، كتاب الصلاة، باب متى يؤمر الغلام بالصلاة، رقم الحديث ٤٩٥

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

الصفحة تنقل تصحيح الألباني. يميز التعليم قبل البلوغ من التكليف؛ لا يقدم هذا الكتاب تعليمات للعقاب البدني.

حديث الربيع بنت معوذ

من حديث الربيع بنت معوذ رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب صوم الصبيان، رقم الحديث ١٩٦٠

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث سهل بن سعد

من حديث سهل بن سعد رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأشربة، باب هل يستأذن الرجل من عن يمينه، في الشرب ليعطي الأكبر، رقم الحديث ٥٦٢٠

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن

تفسير السورة ٢٤، الآية ٥٨

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن

تفسير السورة ٢٤، الآية ٥٩

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن
تفسير السورة ٤، الآية ٦

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه
لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

**أنوجا باندي؛ دانيال هيل؛ شيكتا داس؛ آن ليز غودينغز؛ سارة جين بلاكهور؛
راسل إم. فاينر**

فاعلية التدخلات العامة القائمة على التنظيم الذاتي لدى الأطفال والمراهقين:
مراجعة منهجية وتحليل تلوي

مجلة الجمعية الطبية الأمريكية لطب الأطفال ١٧٢(٦):٥٦٦-٥٧٥؛ سنة ٢٠١٨

نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر

تدخلات متغايرة؛ نجاح ٣٣ من ٥٠ تدخلاً ليس نسبة نجاح الأطفال ولا اعتماداً
لجميع الفلسفات المندرجة تحتها.

تايلر دبليو. واتس؛ غريغ جيه. دنكان؛ هاوانان تشوان

إعادة النظر في اختبار المارشميلو: تكرار مفاهيمي يبحث الروابط بين تأجيل
الإشباع المبكر والنتائج اللاحقة

العلوم النفسية ٢٩(٧):١١٥٩-١١٧٧؛ سنة ٢٠١٨

نطاق الاطلاع: قراءة أقسام العينة والقياس والنتائج اللازمة والمناقشة من
النص المفتوح؛ ليس تدقيق جميع خلايا الجداول أو إعادة التحليل.

أهمية المتغيرات الخلفية والبيئة؛ لا حكم على مستقبل طفل من اختبار واحد.

محمد أحمد حسين أبو عياش، الانضباط في ضوء السنة النبوية: دراسة موضوعية

أطروحة دكتوراه، جامعة اليرموك؛ ص ٢١ للمداومة، وص ٩١-٩٣ لمواصلة العمل
نطاق الاطلاع: اطلاع موضعي مثبت على الصفحات المطبوعة 21 و 91-93،
مع مقابلة اسم المؤلف بصفحة العنوان؛ لا قراءة كاملة للرسالة
النسخة الفعلية ٣٢٩ صفحة بي دي إف؛ يجب تمييز مواصلة العمل من المداومة
عليه.

ليا إس. ريتشموند راكرد وآخرون

ضبط النفس في الطفولة يتنبأ بوتيرة التقدم في العمر في منتصف الحياة
والاستعداد للشيخوخة
وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم ١١٨(٣): رقم المقالة ٢٠١٠٢١١١١٨؛ سنة ٢٠٢١
نطاق الاطلاع: الملخص وبيانات النشر
من أتراب ندين نفسها المستخدمة لدى موفيت؛ ليس تكراراً مستقلاً في
مجتمع جديد.

حديث عبد الله بن عمر

من حديث عبد الله بن عمر رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب
المرأة راعية في بيت زوجها، رقم الحديث ٥٢٠٠
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه بالنص العربي وبيانات الباب
يدل على مسؤولية الرعاية في الأسرة؛ لا يحدد وحده تفاصيل أساليب التربية
أو الروتين المنزلي.

حديث عائشة أم المؤمنين

من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الأدب،
باب كيف يكون الرجل في أهله، رقم الحديث ٦٠٣٩

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه بالنص العربي وبيانات الباب
الخبر يصف فعل النبي ﷺ في بيته وانتقاله للصلاة عند حضورها؛ الاستفادة
التربوية من مشاهدة الصغير لهذا النمط استنباط تطبيقي لا لفظ الحديث.

محمد بن أبي بكر بن أيوب، ابن قيم الجوزية، تحفة المودود بأحكام المولود
فصل في تأديب الأولاد وتعليمهم والعناية بأخلاق الطفل ومراعاة استعداداته
للأعمال؛ موضع «ينشأ على ما عوده المربي» وما يليه
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع ذي الصلة في النص الكامل المتاح إلكترونياً، مع
مقارنة بطاقة العمل المرشحة

كتاب من القرن الثامن، وليس نصاً من القرون الثلاثة الأولى؛ تميز آراؤه التربوية
عن الأحكام والنقول وعن المواد الطبية المرتبطة بعصره.

إس. إي. أندرسون؛ إيه. ساكر؛ آر. سي. ويتاكر؛ واي. كيلى
التنظيم الذاتي والروتين المنزلي في سن الثالثة والسمنة في سن الحادية
عشرة: تحليل طولي لدراسة فوج الألفية البريطانية
المجلة الدولية للسمنة ١٤٥٩:٤١-١٤٦٦؛ ملخص قاعدة بيمد ونتائجه الرئيسية؛
سنة ٢٠١٧

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل والنتائج الملخصة؛ لم يقرأ المتن الكامل
دراسة رصدية صحية؛ الارتباط بين الروتين والتنظيم الانفعالي لا يثبت سببية
الروتين، ولا يبرر وصم الأسر ذات الظروف غير المنتظمة.

ألين دبليو. بارتون؛ جين إتش. برودي؛ تيانى يو؛ ستيفن إم. كوغان؛ إديث
تشن؛ كاثرين بي. إيرليخ

عمق الحياة اليومية: الروتين الأسري في المراهقة يتنبأ بالنمو في مطلع الرشد
مجلة صحة المراهقين ٦٤(٣):٣٤٠-٣٤٦؛ النص المفتوح في المستودع الطبي
المركزي، العينة ٥٠٤ والمتابعة السنوية ٦ سنوات؛ سنة ٢٠١٩

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص وأقسام المنهج والنتائج والقيود من النص الكامل المفتوح

عينة سياقية محددة من مراقبين أمريكيين أفارقة ريفيين؛ الباحثون يصرحون بأن التصميم لا يؤكد السببية تجريبيًا.

يلينا أوبرادوفيتش؛ مايكل جيه. سوليك؛ آن شافر

تعلم إفراح المجال: الإفراط في تدخل الوالدين يتنبأ بضعف التنظيم الذاتي لدى أطفال الروضة

مجلة علم نفس الأسرة ٣٥(٨): ١١٦٠-١١٧٠؛ عينة ١٠٢ ثنائي وفق الملخص؛ سنة ٢٠٢١

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر؛ لم يقرأ المتن الكامل دراسة رصدية لمواقف تفاعل محددة؛ لا تعني أن التوجيه الأبوي ضار بإطلاق، ولا تبرر ترك الطفل دون مساندة.

رومولوس جيه. كاستيلو وآخرون

إتاحة الوالدين للاختيار عنصر أساسي في دعم الاستقلالية للتنبؤ بمهارات الوظائف التنفيذية لدى الطفل

آفاق علم النفس ٧٧٣٤٩٢: ١٢؛ أربع عينات قبل المدرسة، حجم العينة = ٣٦٦؛ النص الكامل المفتوح؛ سنة ٢٠٢٢

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص وأقسام الطريقة والمناقشة والخلاصة من النص الكامل المفتوح

تحليل ارتباطي مجمع لعينات في الغرب الأوسط الأمريكي؛ لا يثبت أن إتاحة الاختيار وحدها تسبب تحسن الوظائف التنفيذية.

جيسكا بلوم؛ غابرييلا إم. غارسيا؛ ماريان غارسيا؛ آن إم. ماسترغورج
العلاقات بين أساليب التنشئة الوالدية ومهارات التنظيم الذاتي لدى الطفل:
سلسلة من التحليلات التلوية
مجلة علم نفس الأسرة ٣٩(٧): ٨٨٥-٨٩٨؛ ملخص قاعدة بيمد؛ ٦٢ دراسة في
التحليلات؛ سنة ٢٠٢٥

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر؛ لم يقرأ المتن الكامل
تحليل تلوي لعلاقات بين أنماط تربية ومقاييس تنظيم ذاتي متباينة؛ لا يثبت
سببية كل ممارسة ولا يطابق تلقائياً المصطلحات الشرعية.

محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن
تفسير سورة النساء، الآية ٦؛ معنى «وابتلوا اليتامى» ونقول السلف في اختبار
العقل والتصرف
نطاق الاطلاع: قراءة الموضع العربي المعروض من تفسير الطبري مع أرقام
الآثار الواردة في الصفحة
الآية في حكم مال اليتيم؛ الاستفادة منها في مبدأ التدريب المتدرج خارج
الحكم المالي استنباط تربوي مميز عن مدلول الحكم الخاص.

**ستيوارت آي. هاموند؛ أولريش مولر؛ جيريمي آي. إم. كاربنديل؛ ماكسيميليان
بي. بيبوك؛ دانا بي. ليبرمان فاينستون**
آثار الدعم المتدرج من الوالدين في الوظائف التنفيذية لدى أطفال ما قبل
المدرسة

علم النفس النمائي ٤٨(١): ٢٧١-٢٨١؛ دراسة طولية، ٨٢ طفلاً، القياس في أعمار
٢ و ٣ و ٤ سنوات؛ سنة ٢٠١٢

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر في قاعدة بيمد؛ لم يقرأ
المتن الكامل

دراسة طويلة بعينة محدودة ولا تثبت أن كل نمط مساندة يسبب تحسناً عاماً؛ تُستخدم لتقدير صلة الدعم المتدرج بالوظائف التنفيذية ضمن المهمة المقاسة.

كلير هيوز؛ روري تي. ديفاين

نحو الأفضل أم الأسوأ؟ التأثيرات الوالدية الإيجابية والسلبية في الوظائف التنفيذية لدى الأطفال الصغار

نمو الطفل ٩٠(٢):٥٩٣-٦٠٩؛ متابعة ١٣ شهرًا، ١١٧ ثنائيًا من الوالد والطفل؛ سنة ٢٠١٩

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر في قاعدة بيمد؛ لم يقرأ المتن الكامل

دراسة طويلة رصدية؛ تميز بين جوانب من التفاعل الأبوي لكنها لا تجعل المساندة سببًا وحيّدًا للوظائف التنفيذية.

إدوارد إل. ديسي؛ هاله إغراري؛ برايان سي. باتريك؛ دين آر. ليوني

تيسير الاستدخال: منظور نظرية تقرير المصير

مجلة الشخصية ٦٢(١):١١٩-١٤٢؛ الملخص ووصف التجربة الرئيسة؛ سنة ١٩٩٤

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص وبيانات المقال ووصف العوامل التجريبية في صفحة الناشر؛ لم يقرأ المتن الكامل

إطار نفسي تفسيري وتجربة في الاستدخال، لا مصدر للقيم الشرعية ولا دليلًا على أن كل واجب ينبغي تحويله إلى خيار.

ماكسيميليان بي. بيبوك؛ جيريمي آي. إم. كاربنديل؛ أولريش مولر

الدعم الوالدي المتدرج ونمو الوظائف التنفيذية

اتجاهات جديدة في نمو الطفل والمراهق ٢٠٠٩(١٢٣):١٧-٣٤؛ دراسة توقيت العبارات الداعمة وعلاقته بتبديل الانتباه

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر في قاعدة بيمد؛ لم يقرأ المتن الكامل

يركز على توقيت أنماط محددة من الكلام الأبوي وعلاقته بمؤشر تنفيذي؛ لا يثبت قاعدة عامة بأن قلة الكلام أفضل.

ليتينغ شيا؛ شو تشن؛ شيا هونغ؛ يوتشي ليانغ؛ لينغ تسوي؛ أرونا وو
العلاقة بين المشاركة في الأعمال المنزلية وقدرات حل المشكلات لدى أطفال ما
قبل المدرسة والدور المعدّل للدعم الوالدي المتدرج
أكتا بيسيكولوجيكا — دراسات في علم النفس ١٠٥٦٢٩:٢٦٠؛ الدراسة الأولى
حجم العينة = ١٢٥، والتحليل المصور في الدراسة الثانية حجم العينة = ٣١؛
سنة ٢٠٢٥

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات المؤلفين والنشر في قاعدة بيمد؛
لم يقرأ المتن الكامل
الجزء الرئيس ارتباطي والعينة المصورة صغيرة؛ لا يثبت أن الأعمال المنزلية أو
خفض التدخل سببا نمو حل المشكلات.

حديث علي بن أبي طالب

من حديث علي بن أبي طالب رضي الله عنه؛ سنن أبي داود، كتاب الحدود، باب
في المجنون يسرق أو يصيب حدا، رقم الحديث ٤٤٠٣
نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات الموضع والحكم المنقول في صفحة
موسوعة السنة الإلكترونية

الصفحة تنقل تصحيح الألباني، مع وجود أحكام أخرى على بعض الطرق في
مصادر مختلفة؛ لم تُجر في هذا المشروع دراسة إسناد مستقلة. يُستعمل هنا
لتمييز مرحلة ما قبل البلوغ من تكليف البالغ.

حديث مالك بن الحويرث

من حديث مالك بن الحويرث رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الأذان، باب الأذان للمسافر إذا كانوا جماعة، والإقامة، وكذلك بعرفة وجمع، رقم الحديث

٦٣١

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه

لا يدل هذا المصدر وحده على جميع جوانب الانضباط.

حديث عائشة أم المؤمنين

من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها؛ صحيح مسلم، كتاب البر والصلة والآداب، باب فضل الرفق، رقم الحديث ٢٥٩٤، الرواية أ

نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات الموضع

حديث عام في فضل الرفق؛ لا يحدد وحده جميع تفاصيل تربية الطفل على الصلاة.

مارك إتش. بورنشتاين وآخرون

«نعم مختلطة»: تدين الوالدين والتنشئة الوالدية وتكيف الطفل من منظور

عالمي

مجلة علم نفس الطفل والطب النفسي ٥٨(٨): ٨٨٠-٨٩٢؛ دراسة طويلة ٣ سنوات،

١٩٨١، أسرة في ٩ بلدان؛ سنة ٢٠١٧

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل والمنهج والنتائج والخلاصة وبيانات

النشر من صفحة الناشر؛ لم تُقرأ جميع الملاحق

دراسة طويلة ارتباطية متعددة الثقافات وليست تجربة سببية، وليست دراسة

على تعليم الصلاة تحديداً. تُستعمل فقط لبيان أن التدين الوالدي قد يقترن

بمسارات تربوية مختلفة بحسب أسلوب التربية.

يحيى بن شرف النووي، المجموع شرح المذهب

كتاب الصلاة، باب صلاة الصبي؛ المجموع ١٠/٣-١١ تقريبًا في الطبقات الشائعة؛ النص الإلكتروني عند صفحة ١١٤٨ في قاعدة البيانات الإسلامية نطاق الاطلاع: قراءة الموضوع العربي الكامل الظاهر في النسخة النصية الإلكترونية

المصدر المتاح نسخة نصية إلكترونية لا تصوير طبعة محققة؛ يُستعمل لتوثيق تقرير النووي أن الأمر متوجه إلى الولي وتعليم الصبي قبل البلوغ، لا لتحقيق اختلاف الطبقات أو جميع مسائل الباب.

منظمة الصحة العالمية

العقاب البدني للأطفال: أثره في الصحة العامة؛ العقاب البدني للأطفال والصحة تقرير فني ١١ أغسطس ٢٠٢٥، ٣٦ صفحة؛ وصحيفة حقائق محدثة ١١ مايو ٢٠٢٦

نطاق الاطلاع: قراءة صفحة التقرير الفني وملخصه، و صفحة الحقائق المحدثة في موقع منظمة الصحة العالمية مصدر صحة عامة وسلامة أطفال، لا تفسير للحديث ولا فتوى شرعية. يُستعمل لتوصيف الأدلة المعاصرة عن مخاطر العقاب البدني وتبرير اعتماد البرنامج التربوي غير العنيف.

محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن

تفسير سورة النور، الآية ٥٨؛ الاستئذان في أوقات الخصوصية نطاق الاطلاع: قراءة نص الآية وموضع التفسير الظاهر في صفحة التفسير، بما في ذلك عرض الخلاف في المخاطبين بالاستئذان استُعمل لإثبات أصل الاستئذان في أوقات الخصوصية، لا لبناء جميع أحكام الخصوصية الرقمية المعاصرة.

إسماعيل بن كثير، تفسير القرآن العظيم

تفسير النور ٥٨-٥٩؛ انتقال الطفل بعد البلوغ إلى الاستئذان كالكبار
نطاق الاطلاع: قراءة نص الآيتين وموضع التفسير الظاهر الذي يشرح
الاستئذان قبل البلوغ وبعده
الاستفادة في معنى الاستئذان المنزلي وحدوده، ولا تُنقل منه وحده قواعد
تفصيلية للهواتف أو البيانات الشخصية.

حديث سهل بن سعد

من حديث سهل بن سعد رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الاستئذان، باب
الاستئذان من أجل البصر، رقم الحديث ٦٢٤١
نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات الباب والموضع
حديث في أصل الاستئذان وصيانة النظر؛ التطبيقات الرقمية في الفصل
استنباط تربوي معاصر لا نص الحديث نفسه.

حديث أم سلمة

من حديث أم سلمة رضي الله عنها؛ صحيح البخاري، كتاب الغسل، باب إذا
احتلمت المرأة، رقم الحديث ٢٨٢
نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات الباب والموضع
استُعمل لإثبات مشروعية سؤال ما يحتاج إليه من أحكام الطهارة المرتبطة
بالجسد، لا لتقرير منهج شامل للتثقيف الجنسي.

حديث عبد الله بن مسعود

من حديث عبد الله بن مسعود رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح،
باب من لم يستطع الباءة فليصم، رقم الحديث ٥٠٦٦
نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات الباب والموضع

يُستعمل في باب العفة وغض البصر وحفظ الفرج؛ لا يُحوّل الصوم إلى عقوبة أو حرمان بدني خارج أحكام العبادة والقدرة.

آدم إيه. روجرز؛ ماديسون كيه. ميموت إيسون؛ لورا إم. باديل ووكرك؛ جنيفر بيون

التحكم النفسي الوالدي المُدرّك يتنبأ بتراجع التنظيم الذاتي داخل الفرد خلال المراهقة

علم النفس النمائي ٥٥(١١): ٢٣٥٢-٢٣٦٤؛ سبع موجات، ٥٠٠ أسرة، الأعمار ١١-١٧؛ سنة ٢٠١٩

نطاق الاطلاع: قراءة بيانات النشر والملخص الكامل من قاعدة بيمد
دراسة طولية رصدية على التحكم النفسي المدرك، ولا تعني أن كل قاعدة أو متابعة أبوية تحكم نفسي، ولا تثبت وحدها السببية في كل سياق.

جيان بين لي؛ يايوك إي. فيليمس؛ إف. مارين ستوك؛ مايا ديكوفيتش؛ مايكي بارتلز؛ كاترين فينكنأور

التنشئة الوالدية وضبط النفس من المراهقة المبكرة إلى المتأخرة: تحليل تلوي ثلاثي المستويات

آفاق العلوم النفسية ١٤(٦): ٩٦٧-١٠٠٥؛ ١٩١ دراسة، ١,٥٤٠ حجم أثر، حجم العينة = ١٦٤,٤٥٩؛ سنة ٢٠١٩

نطاق الاطلاع: قراءة بيانات النشر والملخص الكامل من قاعدة بيمد؛ لم يُقرأ النص الكامل في هذه الجولة

نتائج تجميعية ارتباطية في معظمها وتظهر اتجاهات متبادلة بين التربية وضبط النفس؛ لا تبرر وصفاً واحدة لكل أسرة أو مراهق.

شوله سلجوق وآخرون

دراسة طويلة لاستفسارات الوالدين ووضع القواعد والتحكم النفسي بوصفها متنبئات بإفصاح المراهقين في بلدان أكثر فردية وأخرى أكثر جماعية مجلة الشباب والمراهقة ٥٥(٢):٥١٦-٥٣٥؛ ٢١٥، ١٣، أعمار ١٥ و١٦؛ سنة ٢٠٢٦

نطاق الاطلاع: قراءة بيانات النشر والملخص الكامل من قاعدة بيمد؛ لم تُقرأ جميع تفاصيل التحليلات أو الملاحق في هذه الجولة دراسة طويلة متعددة البلدان عن الإفصاح والتحكم النفسي والاستدراج والقواعد؛ لا تثبت أن كل سؤال أبوي مفيد أو أن كل قاعدة ضارة، وتختلف النتائج بحسب تعريف الإفصاح.

حديث عبد الله بن عباس

من حديث عبد الله بن عباس رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب ما جاء في الرقاق وأن لا يعيش إلا عيش الآخرة، رقم الحديث ٦٤١٢ نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث العربي وبيانات موضعه الحديث يقرر قيمة الصحة والفراغ؛ لا يدل على إلغاء الراحة أو ملء كل ساعة بمهمة إنتاجية.

إسماعيل بن كثير، تفسير القرآن العظيم

تفسير سورة العصر، الآية ١ نطاق الاطلاع: قراءة الموضع المشار إليه في تفسير سورة العصر يفسر العصر بالزمان الذي تقع فيه أعمال بني آدم؛ لا يحول هذا وحده السورة إلى نظرية حديثة في إدارة الوقت.

حديث أبي هريرة

من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح مسلم، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله وتفويض المقادير لله، رقم الحديث ٢٦٦٤

نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث العربي وبيانات موضعه

تطبيق الحديث على اختيار الدراسة والمهارة استنباط تربوي من توجيه عام، وليس حصراً لمعنى الحديث في الإنتاجية.

حديث أبي هريرة

من حديث أبي هريرة رضي الله عنه؛ صحيح مسلم، كتاب الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار، باب فضل الاجتماع على تلاوة القرآن وعلى الذكر، رقم الحديث ٢٦٩٩، الرواية أ

نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث العربي وسياقه في الموضع الإلكتروني

السياق يتضمن طلب العلم وقراءة القرآن والتدارس؛ لا تُسوَّى به كل مهارة دنيوية في الوعد الأخروي دون قيد.

جون دنلوسكي؛ كاثرين إيه. روسون؛ إيزابيث جيه. مارش؛ ميتشل جيه.

نathan؛ دانيال تي. ويلينغهام

تحسين تعلّم الطلاب بتقنيات تعلّم فعّالة: اتجاهات واعدة من علم النفس المعرفي والتربوي

العلوم النفسية في خدمة المصلحة العامة ١٤(١):٤-٥٨؛ مراجعة عشر تقنيات تعلم؛ سنة ٢٠١٣

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص التفصيلي وبيانات النشر وتصنيفات المنفعة المنشورة؛ لم يُقرأ كامل النص المغلق في هذه الجولة

التقييمات تختلف بحسب المادة والمتعلم والمهمة؛ لا تجعل ترتيب التقنيات وصفاً واحدة تصلح لكل سياق.

هنري إل. روديفر الثالث؛ جيفري دي. كاربيكي

التعلّم المعزّز بالاختبار: اختبارات الذاكرة تحسّن الاحتفاظ طويل الأمد
العلوم النفسية ١٧(٣): ٢٤٩-٢٥٥؛ تجربتان على نصوص نثرية وتأخر اختبار ٥
دقائق أو يومين أو أسبوع؛ سنة ٢٠٠٦
نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات التجربتين ونتيجتهما الأساسية
تجربتان مضبوطتان على مواد نثرية؛ لا تعلمان بذاتهما على كل مادة أو نوع
مهارة أو زمن تعلم.

نيكولاس جيه. سيبيدا؛ هارولد باشلر؛ إدوارد فول؛ جون تي. ويكستد؛ دوغ
روهر

الممارسة الموزعة في مهام الاستدعاء اللفظي: مراجعة وتوليف كمي
النشرة النفسية ١٣٢(٣): ٣٥٤-٣٨٠؛ ٨٣٩ تقديرًا، ٣١٧ تجربة، ١٨٤ مقالة؛ سنة
٢٠٠٦
نطاق الاطلاع: قراءة سجل الجمعية الأمريكية لعلم النفس والملخص الكامل
وبيانات التحليل التجميعي
المراجعة في الاستدعاء اللفظي وتبين تفاعل الفاصل مع مدة الاحتفاظ؛ لا تقدم
فاصلًا ثابتًا مثاليًا لكل تعلم.

فاريا سنا؛ تينا ويستون؛ نيكولاس جيه. سيبيدا

تعدد المهام باستخدام الحاسوب المحمول يعوق التعلّم الصفي لدى مستخدمي
وزملائهم القريبين
الحواشيب والتعليم ٢٤: ٦٢-٣١؛ سنة ٢٠١٣
نطاق الاطلاع: قراءة الملخص والنص المفتوح في أقسام منهج ونتائج ومناقشة
ذات الصلة بتجربة المحاضرة المحاكاة

سياق تجريبي بمحاورة محاكية؛ لا يعني أن كل استعمال للحاسوب في التعلم ضار، بل يخص تعدد المهام المشتت وظروف التجربة.

أدريان إف. وارد؛ كريستن ديوك؛ أيليت غنيزي؛ مارتن دبليو. بوس
استنزاف الذهن: مجرد وجود الهاتف الذكي الشخصي يقلل القدرة المعرفية المتاحة

مجلة جمعية بحوث المستهلك ٢(٢): ١٤٠-١٥٤؛ تجربتان؛ سنة ٢٠١٧
نطاق الاطلاع: قراءة الملخص والمناقشة العامة وإطار التجريبتين من النص المفتوح

نتائج تجريبية على مقاييس معرفية محددة؛ لا تثبت أن وجود الهاتف يضر كل متعلم أو كل مهمة في الواقع.

كاري ستوتهارت؛ أينسلي ميتشوم؛ كورتن يهنرت
الكلفة الانتباهية لتلقي إشعار على الهاتف المحمول
مجلة علم النفس التجريبي: الإدراك البشري والأداء ٤١(٤): ٨٩٣-٨٩٧؛ سنة ٢٠١٥
نطاق الاطلاع: قراءة بيانات النشر والملخص الكامل من قاعدة بيمد
مهمة مخبرية تتطلب الانتباه؛ لا تساوي أثر كل إشعار في جميع سياقات الدراسة والحياة.

بروك إن. ماكنمارا؛ ديفيد زد. هامبريك؛ فريدريك إل. أوزوالد
الممارسة المتعمدة والأداء في الموسيقى والألعاب والرياضة والتعليم والمهن:
تحليل تلوي

العلوم النفسية ٢٥(٨): ١٦٠٨-١٦١٨؛ سنة ٢٠١٤
نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر ونسب التباين المعلنة حسب المجال

تقديرات التحليل تختلف حسب المجال والمنهج؛ تصلح لتقييد دعوى أن ساعات الممارسة تفسر الأداء كله، لا لنفي قيمة التدريب المنظم.

حديث أبي موسى الأشعري

من حديث أبي موسى الأشعري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الذبائح والصيد، باب المسك، رقم الحديث ٥٥٣٤

نطاق الاطلاع: قراءة متن الحديث وبيانات موضعه

الحديث أصل أخلاقي في أثر الصحة؛ لا يثبت وحده علاقة سببية كمية بين صحة بعينها والتحصيل الدراسي.

جيه. أشوين رامباران؛ أندريا هوبماير؛ ديفيد شوارتز؛ كريستيان ستيغليش؛ داريانه بادالي؛ رينيه فينسترا

الأداء الدراسي وتأثيرات الأقران: دراسة طولية قصيرة الأمد لديناميات الشبكات والسلوك في منتصف المراهقة

نمو الطفل ٨٨(٢):٥٢٣-٥٤٣؛ حجم العينة = ٣٤٢، أعمار ١٤-١٥؛ سنة ٢٠١٧

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر والمعلومات الداعمة الظاهرة على صفحة الناشر

دراسة طولية شبكية ترصد الاختيار والتأثير معًا؛ لا تثبت أن صديقًا بعينه يسبب نتيجة أكاديمية حتمية.

محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن

تفسير سورة النساء، الآية ٥؛ معنى منع السفه من التصرف مع النفقة والكسوة والقول المعروف

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع العربي الظاهر كاملاً في صفحة التفسير، بما فيه اختلاف أقوال السلف وخلاصة المعنى التطبيقي

الآية وحكم الحجر المالي لهما تفصيل فقهي؛ لا يحول وصف السفه إلى وصم تربوي للشخص، ولا تنقل أقوال المفسرين التاريخية إلى حكم عام على جنس أو عمر دون تحرير.

محمد بن أحمد القرطبي، الجامع لأحكام القرآن

تفسير سورة النساء، الآية ٦؛ مسألة ابتلاء اليتيم قبل دفع المال وصور اختبار حسن التصرف

نطاق الاطلاع: قراءة الموضع العربي الظاهر من تفسير الآية، ولا سيما المسألتين الأولى والثانية وصور الاختبار المنقولة
أمثلة الاختبار تنتمي إلى باب الولاية على مال اليتيم وبعضها يعكس أعرافاً تاريخية؛ يستفاد من مبدأ التدرج والاختبار دون تحويل الصور القديمة إلى برنامج معاصر حرفي.

عبد الرحمن السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان

تفسير الفرقان: ٦٧؛ التوسط بين الإسراف والتقتير وأداء الحقوق الواجبة
نطاق الاطلاع: قراءة النص العربي الكامل الظاهر لتفسير الآية
التفسير يقرر معنى القوام والاقتصاد في النفقة؛ لا ينتج منه تلقائياً نسب ميزانية ثابتة لكل أسرة أو دخل.

حديث سعد بن أبي وقاص

من حديث سعد بن أبي وقاص رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الجنائز، باب رثاء النبي صلى الله عليه وسلم سعد ابن خولة، رقم الحديث ١٢٩٥
نطاق الاطلاع: فتح النص العربي مباشرة والتحقق من موضع الحديث ورقمه
سياق الحديث في الوصية عند المرض والنفقة على الأهل؛ لا يتحول إلى نسبة ادخار عامة أو قاعدة استثمارية للشباب.

منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي

إطار الثقافة المالية للبرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢
إطار التقييم والتحليل للبرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢، الفصل ٣؛ تعريف
الثقافة المالية، التطبيق في الحياة، والعوامل غير المعرفية؛ سنة ٢٠٢٣
نطاق الاطلاع: قراءة صفحة الإطار المنشورة كاملة في المواضيع المتعلقة
بالتعريف والتطبيق والعوامل غير المعرفية وحدود الاستدلال السببي
إطار قياس دولي وليس نظرية شرعية ولا تجربة على برنامج أسري بعينه؛
يصرح بأن بيانات البرنامج الدولي لتقييم الطلبة لا تؤسس الروابط السببية بين
المعرفة والمواقف والسلوك.

منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي

نتائج البرنامج الدولي لتقييم الطلبة ٢٠٢٢، المجلد الرابع: ما مدى ذكاء الطلاب
المالي؟
الفصل التفسيري عن تقييم الثقافة المالية؛ امتلاك الحسابات والبطاقات
والشراء الرقمي والسلوك والبيئة الأسرية؛ سنة ٢٠٢٤
نطاق الاطلاع: قراءة الصفحة المنشورة وملخص النتائج الرقمية المتعلقة
بطلاب الخامسة عشرة والشراء الإلكتروني ونقاش المال مع الوالدين
بيانات رصدية دولية عبر بلدان واقتصادات مشاركة؛ الروابط بين الثقافة المالية
والسلوك أو الحوار الأسري ارتباطية ولا تثبت السببية، ولا تمثل كل بلد على
حدة.

سويون شيم؛ بوني إل. باربر؛ نويل إيه. كارد؛ جينغ جيان شياو؛ جويس
سيريدو

التنشئة المالية لطلاب السنة الجامعية الأولى: أدوار الوالدين والعمل والتعليم
مجلة الشباب والمراهقة ٣٩(١٢): ١٤٥٧-١٤٧٠؛ حجم العينة = ٢,٠٩٨؛ نموذج
التنشئة المالية؛ سنة ٢٠١٠

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل وبيانات النشر والعينة والنتيجة الرئيسة في بوابة الجامعة

دراسة مقطعية بنمذجة معادلات هيكلية؛ لا تثبت سببية الوالدين ولا أن كل تربية مالية منزلية تتفوق على كل برنامج مدرسي أو خبرة عمل.

تيم كايزر؛ لوكاس مينكهوف

التثقيف المالي في المدارس: تحليل تلوي للدراسات التجريبية

مراجعة اقتصاديات التعليم ١٠١٩٣٠:٧٨؛ ٣٧ تجربة/شبه تجربة، بينها ١٨ تجربة عشوائية؛ سنة ٢٠٢٠

نطاق الاطلاع: قراءة الملخص الكامل المنشور وبيانات التصميم والتقدير المعلن لأثر المعرفة والسلوك، مع مقابلة صفحة المعرف الرقمي تحليل تلوي لبرامج مدرسية متنوعة؛ متوسطات الأثر لا تتنبأ بنتيجة طفل أو برنامج بعينه، وأثر السلوك أصغر من أثر المعرفة.

حديث أبي جحيفة

من حديث أبي جحيفة رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الصوم، باب من أقسم على أخيه ليفطر في التطوع ولم ير عليه قضاء، إذا كان أوفق له، رقم الحديث ١٩٦٨

نطاق الاطلاع: فتح النص العربي مباشرة والتحقق من رقم الحديث والسياق وخاتمة: صدق سلمان

الحديث يقرر تعدد الحقوق ووجوب إعطاء كل ذي حق حقه؛ لا يحدد نسباً زمنية ثابتة للأسرة ولا جدولاً موحدًا للأولويات.

حديث عبد الله بن عمرو بن العاص

من حديث عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب لزوجك عليك حق، رقم الحديث ٥١٩٩

نطاق الاطلاع: فتح النص العربي مباشرة والتحقق من رقم الحديث وموضعه
سياق الحديث معالجة الغلو في الصيام والقيام؛ يفيد مبدأ حفظ الحقوق ولا
يحول كل حق إلى مقدار زمني ثابت.

حديث عبد الله بن عمر

من حديث عبد الله بن عمر رضي الله عنهما؛ صحيح البخاري، كتاب النكاح، باب
المرأة راعية في بيت زوجها، رقم الحديث ٥٢٠٠

نطاق الاطلاع: فتح النص العربي مباشرة والتحقق من رقم الحديث واللفظ
الحديث يثبت أصل المسؤولية والأمانة؛ لا يكفي وحده لتفصيل جميع أدوار
الأسرة المعاصرة أو تقسيمها حسابياً.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان

تفسير النساء ١٩؛ وعاشروهن بالمعروف

نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 19 من سورة النساء
تفسير للآية في سياق حقوق الزوجية؛ لا يحدد برنامجاً إدارياً للأسرة ولا جدول
توزيع ساعات.

محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن

تفسير البقرة ٢٣٣؛ فصال الطفل عن تراض الوالدين وتشاور

نطاق الاطلاع: قراءة موضع تفسير قوله تعالى: فإن أرادوا فصلاً عن تراض منهما
وتشاور، مع السياق القريب

السياق المباشر في الرضاع والفظام؛ الاستفادة التربوية من التشاور ومنع
المضارة استنباط ولا تعني نقل أحكام الفطام إلى كل قرار أسري.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان

تفسير الإسراء ٢٣؛ الإحسان إلى الوالدين واشتداد الحاجة عند الكبر

نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 23 من سورة الإسراء الآية والتفسير يثبتان حق الوالدين والإحسان؛ لا يحسمان بمفردهما كل تعارض عملي بين حقوق الأسرة الممتدة والزوجية.

دونغيو ليو؛ يانيان ني؛ تيفاني إس. دبليو. ما؛ شياويان فان؛ يونغله تشان؛ إيفان إتش. إل. لام؛ ماثيو سي. إل. لوي؛ تاراني تشاندولا؛ إيتشيرو كاواتشي؛ بيم كاويرز؛ مايكل واي. ني

الصراع بين العمل والأسرة والصحة النفسية: مراجعة منهجية وتحليل تلوي مجلة المكتبة العامة للعلوم الطبية ٢٣(٧):رقم المقالة ١٠٠٥١٦٢؛ ٨٢ دراسة طولية، و٥٢ دراسة/١١٢٧١٤ مشاركا في التحليل التلوي؛ سنة ٢٠٢٦ نطاق الاطلاع: قراءة ملخص قاعدة بيمد التفصيلي للمنهج والنتائج والقيود؛ وفي متابعة 26 سبتمبر قول ملخص المؤلفين وفقرات نتائج ومناقشة من موقع المكتبة العامة للعلوم، دون قراءة الدراسة والملحق كاملين. الدراسات رصدية والمؤلفون يصرحون بأن السببية لا يمكن إثباتها بالكامل؛ أحجام الارتباط المجمعة صغيرة.

جيسي إس. ميشيل؛ ليندسي إم. كوتربا؛ جاكين كيه. ميتشلسون؛ ماليسا إيه. كلارك؛ بوريس بي. بالتس

مقدمات الصراع بين العمل والأسرة: مراجعة تحليلية تلوية مجلة السلوك التنظيمي ٣٢(٥):٦٨٩-٧٢٥؛ ١٠٨٠ ارتباطاً من ١٧٨ عينة؛ سنة ٢٠١١ نطاق الاطلاع: قراءة الملخص المنشور وبيانات الدراسة والنتائج المتعلقة بضغوط الأدوار ومتطلبات الوقت والدعم الاجتماعي تحليل تلوي لعلاقات ارتباطية؛ لا يثبت أن عاملاً واحداً يسبب الصراع لدى كل أسرة ولا يقدم ترتيباً شرعياً للحقوق.

هايلي آر. كوب؛ أليكسيوس إي. ستراسبورغ؛ مادلين إل. بيو؛ راشيل إس. راوفولا؛ كانديس إل. توماس؛ كورت ديلو. رودولف

تطبيق نموذج الاعتماد المتبادل بين الفرد وشريكه في التحليل التلوي: اختبار ثنائي لنموذج امتداد الأثر وانتقاله بين الأزواج ذوي الدخلين

علوم الصحة المهنية، ٢٠٢٤؛ تحليل تلوي ثنائي للأزواج ذوي الدخلين

نطاق الاطلاع: التحقق من بيانات النشر والعنوان والمؤلفين وكون الدراسة تحليلًا تلويًا ثنائيًا؛ استخدام النتيجة العامة عن امتداد الأثر بين الشريكين فقط الاستفادة محصورة في نموذج الانتقال/التقاطع؛ لا تبرر الجزم بمسار سببي لدى زوجين بعينهما.

جوناثان بيلودو؛ مايا ميكوترا سينكورا؛ أميلي كينيل فالي

التفاعل بين العمل والأسرة والصحة النفسية للأطفال: مراجعة منهجية الطب النفسي والصحة النفسية للأطفال والمراهقين ١٧(١):٤٥؛ ٢٥ دراسة من ٤١٤٦ سجلًا؛ سنة ٢٠٢٣

نطاق الاطلاع: قراءة ملخص قاعدة بيمد الكامل للمنهج والنتائج والتقييم النوعي وحدود التباين

الدليل المباشر غير متجانس وكثير من الارتباطات غير دال؛ لا يجوز استنتاج أن عمل الوالدين أو كل صراع عمل-أسرة يسبب مشكلة نفسية للطفل.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان

تفسير التغابن ١٦؛ فاتقوا الله ما استطعتم وتقييد المأمور بالاستطاعة

نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 16 من سورة التغابن

الآية والتفسير يؤصلان اعتبار الاستطاعة في التكليف؛ لا يحددان وحدهما تفاصيل كل رخصة فردية أو حكم مرض بعينه.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان
تفسير البقرة ٢٨٦؛ لا يكلف الله نفساً إلا وسعها والتخفيف عند الأعذار
نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 286 من سورة البقرة
الموضع يثبت أصل الوسع والتخفيف عند الأعذار؛ لا يغني عن الفقه التفصيلي
لحكم عبادة أو مرض معين.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان
تفسير الفتح ١٧؛ رفع الحرج عن الأعمى والأعرج والمريض في سياق الجهاد
نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 17 من سورة الفتح
السياق المباشر في التخلف عن الجهاد لعذر؛ لا يصح تحويله إلى إعفاء عام من
كل واجب.

حديث أبي موسى الأشعري
من حديث أبي موسى الأشعري رضي الله عنه؛ صحيح البخاري، كتاب الجهاد
والسير، باب يكتب للمسافر مثل ما كان يعمل في الإقامة، رقم الحديث ٢٩٩٦
نطاق الاطلاع: فتح النص العربي والإنجليزي مباشرة والتحقق من رقم الحديث
والباب واللفظ
الحديث في كتابة أجر العمل المعتاد عند المرض أو السفر؛ لا يحول إلى حساب
تفصيلي للثواب ولا يسقط واجبات بقيت القدرة عليها.

عبد الرحمن بن ناصر السعدي، تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان
تفسير يس ٦٨؛ ومن نعمه ننكسه في الخلق
نطاق الاطلاع: قراءة موضع التفسير المنشور كاملاً للآية 68 من سورة يس
التفسير يذكر عودة الضعف مع امتداد العمر على وجه عام؛ لا يقرر أن كل كبير
سن يفقد القدرات نفسها أو بالمعدل نفسه.

منظمة الصحة العالمية

التقدم في العمر

موضوع صحي لمنظمة الصحة العالمية؛ تعريف الشيخوخة الصحية والقدرة الوظيفية وصلتها بالقدرة الداخلية والبيئة
نطاق الاطلاع: قراءة صفحة الموضوع الرسمية للمنظمة والتعريف والعوامل المكونة للقدرة الوظيفية
إطار صحة عامة ووظائف، لا معيار شرعي للتكليف ولا أداة لتشخيص فرد أو تقدير رخصته.

منظمة الصحة العالمية

الشيخوخة الصحية والقدرة الوظيفية

أسئلة وأجوبة لمنظمة الصحة العالمية؛ تنوع كبار السن، القدرات الداخلية، البيئة، والقدرة الوظيفية
نطاق الاطلاع: قراءة الصفحة الرسمية، بما فيها تعريف القدرة الوظيفية وفقره التنوع وعدم وجود شخص مسن نموذجي
إطار سكاني عام؛ لا يُستخدم للحكم على قدرة شخص بعينه دون تقييم حالته الواقعية.

منظمة الصحة العالمية

التصنيف الدولي لتأدية الوظائف والعجز والصحة

تصنيفات منظمة الصحة العالمية؛ الأداء والعجز في السياق وإدراج العوامل البيئية
نطاق الاطلاع: قراءة الصفحة الرسمية للتصنيف ووصف نطاقه والعوامل البيئية
تصنيف صحي دولي؛ الاستفادة هنا مفاهيمية في فهم تفاعل الأداء مع البيئة، لا في إصدار تشخيص أو حكم شرعي.

منظمة الصحة العالمية

الإعاقة

موضوع صحي لمنظمة الصحة العالمية؛ التفاعل بين الحالة الصحية والعوامل الشخصية والبيئية وتأثير الحواجز في المشاركة

نطاق الاطلاع: قراءة صفحة الموضوع الرسمية مع فقرة تعريف التفاعل وأثر البيئة في تجربة الإعاقة والمشاركة

وصف صحة عامة واجتماعي؛ لا تختزل الإعاقة في البيئة وحدها ولا يقدم حكمًا على حالة شخص أو قدرته الشرعية.