

منهج ابن الجوزي في تربية النفس والبدن

د. طوابة نور الدين

جامعة أدرار

تمهيد

إن أهم ما يبرز دور الداعية في التغيير بمختلف أنواعه وأشكاله هو تأثيره المباشر وغير المباشر في محيطه الاجتماعي وبين أبناء دينه ووطنه، وذلك من خلال ما ينتجه من فكر في ميادين شتى، وما يسهم به من حلول للقضايا الكبرى التي تشغل بال أمتة ويعاني منها مجتمعه. وذلك هو الذي نعنيه في هذا المقام وقد لفتت انتباه الإمام ابن الجوزي — رحمه الله — جملة من القضايا الكبرى فراح يتأملها محملا ومناقشا لها حيناً، وغاضبا ساحطاً ثائراً عليها حيناً آخر، مبدياً رأيه واجتهاده بكل جرأة وصراحة، حتى ولو كان في إبدائه لرأيه ما قد يؤلب الخصوم عليه في بعض الأحيان¹.

وقد تجلّى لنا اهتمامه هذا من نتاجه الفكري الذي اشتمل على وسائل متعددة عبر من خلالها الإمام ابن الجوزي عن هذه القضايا والآراء المختلفة، منها التصنيف والتدريس والمذاكرة، ومنها مجالس الدعوة والوعظ والإرشاد.

ولعل من أهم تلك المواضيع التي جلبت انتباه ابن الجوزي وفكره، والتي تعرض لها بالوصف والتحليل عن طريق الملاحظة والتجربة والمعاناة مرة وعن طريق النقد والاستنباط مما كتب وألف مرة أخرى، قضية تربية النفس والبدن فقد كانت من أهم القضايا التي شغلت فكر ابن الجوزي وعقله وقد حاولنا تسليط الضوء على هذا الموضوع بشيء من الدقة والتركيز، وقد ظهر لنا أنه من أهم ما تناوله ابن الجوزي في مؤلفاته خلال حياته الدعوية التي امتدت أكثر من سبعين عاماً.

¹ — طبعاً فإن المواضيع الدعوية تختلف من داعية لآخر من حيث الأهمية والمضمون والمنهج والأسلوب الذي تتناول به.

1 - **تربية النفس:** تعتبر تربية النفس وتهدئتها من الأمور الضرورية واللازمة حتى يستقيم سلوك الإنسان ويصلح حاله، وقد وردت كلمة نفس بمختلف تصريفاتها في مائة وتسع وأربعين موضعاً¹ من القرآن الكريم وهذا يدل دلالة واضحة على العناية الربانية بهذه النفس والتي هي سر من أسرار الخالق - جل وعلا -.

كما وردت كلمة النفس في أحاديث النبي ﷺ منها قوله: "لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه"²، وقوله كذلك: "لا يحل دم امرئ مسلم يشهد أن لا إله إلا الله وأني رسول الله إلا بإحدى ثلاث: الثيب الزاني، والنفس بالنفس، والتارك لدينه المفارق للجماعة"³، ومما ورد عنه أيضاً: "ألم تروا الإنسان إذا مات شخص بصرد، قالوا: بلى، قال: فذلك حين يتبع بصرد نفسه"⁴. ولما كان الإسلام دين الفطرة فإنه اعترف بما في النفس الإنسانية من نزعات وميول ليتمكن الإنسان من توجيهها وقد أشار القرآن إلى جملة من هذه الطباع والميولات التي دارت عليها رحي تربية النفس عند ابن الجوزي، ومن هذه النزعات: نزعة التملك والضعف، واستعجال الخير وكثرة المجادلة، والفرح بالنعمة، والخوف على الأهل والمال والولد والعودة إلى الله في الشدائد والنحن⁵. وقد اهتم المربون والدعاة والوعاظ والمصلحون بتربية النفس منذ قرون خلت، وذلك لأن الغاية من هذه التربية هو الوصول بالنفس إلى درجة الكمال الخلقى الذي تنشده. وقد أعطى ابن الجوزي للنفس أهمية خاصة، حيث جعلها في منهجه من أكبر البراهين التي تدل على قدرة الخالق في خلقه عندما قال: "من أكبر الدليل على وجود الخالق - سبحانه - هذه النفس الناطقة المميزة المحركة للبدن على مقتضى إرادتها، فقد دبرت مصالحها، وترقت إلى معرفة

¹ - القرآن الكريم تفسير وبيان: محمد حسن الحمصي، دار الرشيد، دمشق، بيروت، د ت، ص 217 وما بعدها.

² - فتح الباري: ابن حجر العسقلاني، دار المعرفة بيروت، لبنان 57/1، كتاب الإيمان حديث رقم 13.

³ - المصدر السابق: 201 / 12، كتاب الديات.

⁴ - رواد مسلم في كتاب الجنائز.

⁵ - فلسفة التربية الإسلامية: عمر التومي الشيباني، الدار العربية للكتاب، طرابلس، ليبيا، 1988م، ص 103.

الأفلاك، واكتسبت ما أمكن تحصيله من العلوم، وشاهدت الصانع في المصنوع، فلم يحجبها ستر وإن تكاثف ولا يعرف مع هذا ماهيتها ولا كيفيتها ولا جوهرها ولا محلها. ولا يفهم من أين جاءت، ولا يدري أين تذهب، ولا كيف تعلق هذا الجسد!"¹.

والنفس عند ابن الجوزي من الأمور البديهية التي لا تحتاج إلى دليل عليها فهي دليل على وجود مدبر وخالق لها يقول في ذلك: "إعلم أن الله ﷻ وضع في النفوس أشياء لا تحتاج إلى دليل، فالنفوس تعلمها ضرورة، وأكثر الخلق لا يحسنون التعبير عنها. فإنه وضع في النفس أن المصنوع لا بد له من صانع، وأن المبني لا بد له من بان"².

من أجل ذلك جاء مفهوم تربية النفس الإنسانية عند ابن الجوزي مفهوما عاما وشاملا حيث عبر عنه بعدة مصطلحات كالتقويم والرياضة والتأديب والتدريب³ حتى يكون أكثر وضوحا لدى مستمعيه ومدعويه أو لدى مريديه من التلاميذ وطلبة العلم.

وإبن الجوزي بصفته واعظا شعبيا وداعية للجماهير ومصلحا اجتماعيا فإنه استطاع أن يلتحم بالجماهير ليتفاعل مع قضاياهم ويوجه سلوكهم ونفوسهم نحو الخير والفلاح⁴، لذلك كان لا يحب الخوض في مسألة حقيقة الروح وماهية النفس وغيرها من المسائل التي لا يوجد عليها دليل يقيني امتثالا لقول الله - سبحانه وتعالى -: ﴿ولا تقف ما ليس لك به علم﴾⁵ وذلك ليس لعدم قدرته على فهم مثل هذه المسائل ومناقشتها وإنما كان قصده حتى لا يشغل جمهور المدعويين بقضايا ليست من فقه الأولويات عنده كهذه المسألة.

¹ - صيد الخاطر: ابن الجوزي، المكتبة العلمية، بيروت لبنان، د.ت، ص 253.

² - المصدر السابق: ص 249.

³ - التربية وعلم النفس الولد في الذات العربية: علي زعور، دار الأنلس للطباعة والنشر، بيروت، ط1، 1985/1405، ص 63.

⁴ - الآراء الأخلاقية عند ابن الجوزي: عبد العزيز سيد هاشم، رسالة ماجستير مخطوطة جامعة القاهرة، ص 235.

⁵ - الإسراء: 36.

ومع ذلك نجد ابن الجوزي ينظر إلى النفس على أنها عالم عجيب، لا بد على الإنسان أن يقف ليتأمل ويفكر في نفسه ويتعظ بها، ويتعجب من الذين يخرجون للاتعاظ في المقابر وينسون أن النفس أكبر واعظ لهم، وفي هذا يقول: "العجب ممن يقول: اخرج إلى المقابر فاعتبر بأهل البلى، ولو فطن يعلم أنه مقبرة يغنيه الاعتبار بما فيها عن غيرها".¹

وسائل تربية النفس:

وحتى يكون ابن الجوزي عملياً ومسهماً في مجال تربية النفس وجدناه يركز على جملة من الوسائل التربوية التي رأى أنها تسهم بشكل فعال في تربيتها وتهذيبها، لأن النفس دائماً تميل إلى الكسل والخمول، والطمع في الدنيا، فلا بد أنها في أمس الحاجة إلى الوعظ والتذكير وقد فكر ابن الجوزي في هذا ملياً ثم قال: "فعلت أن النفس لا تقف على حد بل تروم من اللذات ما لا تنتهي له، وكلما حصل لها عرض برد عندها وطلبت سواد، فيفني العمر ويضعف البدن ويقع النقص، ويرق الجاه، ولا يحصل المراد"².

و يمكننا أن نحمل هذه الوسائل في العناصر التالية:

1 - مخالفة الهوى:

متابعة الهوى ومخالفته من أهم الموضوعات التي تطرق لها ابن الجوزي وصنف في ذلك كتابه القيم "ذم الهوى"³ واعتبر أن مخالفته من أهم الوسائل في تربية النفس عنده. وذلك لأن في مخالفته استراحة للنفس "فينبغي للعاقل أن يعلم أن مقاساة الشدة في خلاف الهوى أسهل مما يلقي في موافقته. وأقل ما يلقي موافقوا الهوى أنهم يصيرون إلى حالة لا يلتذون

¹ - صيد الخاطر: 366.

² - صيد الخاطر: ص 320.

³ - انظر محتوى الكتاب في فصل مؤلفات ابن الجوزي، وبالإضافة إلى ذلك فقد عقد له فصلاً كاملاً في كتابه الطب الروحاني.

به فيها ثم لا يصبرون عنه، لأنه يصير بالإدمان عادة. كمدمني الجماع وشراب الخمر".¹ ويصبح بذلك صاحب الهوى مغلوبا وتابعا ذليلا لهواه، يأذمه الشرع ويبغضه الناس قال ابن الجوزي يشرح المسألة: "اعلم أن المغلوب بموافقة الهوى والنفس مقهور، ولذلك تجد في نفسه ذلا لمكان القهر وغالب الهوى ذو صولة، ولذلك وقع عظيم في الشرع وعند الخلق. أما في الشرع فإن قهر الهوى يوجب المباهاة، وأما عند الخلق فإنهم يعجبون من الزاهد ويدلون له ويتبركون به، لأنه قوي على حمل ما ضعفوا عنه وهجر ما لا يستطيعون هجره".²

ومخالفة الهوى مطلب ضروري إذا أراد الإنسان ترويض نفسه حتى تقف على حدود الله ﷻ والمؤمن الحق هو من خالف نفسه وهواها وابن الجوزي صادق عندما ضرب لنا مثلا بأهل الحزم وكيف كانوا يعودون أنفسهم على مخالفة هواها ولو كان مباحا كل ذلك حتى تتمرن على ترك الهوى مطلقا، لأن من أراد الأرباح في المعاملة وجب عليه ترك المباح، ويبدو هذا الأمر صحيحا ومقبولا في كثير من الأحيان، وما فعل الإنسان ذلك إلا وتحرر من عبودية الشهوة وتشبه بالملائكة الكرام البررة.³

وحتى يزيد ابن الجوزي ترسيخ فضيلة مخالفة الهوى كوسيلة تربوية ناجحة يضرب لنا مثلا آخر وهو صبر يوسف ﷺ على مخالفة هواه وما ناله بعد ذلك من عز ومنعة فيقول: "قرأت سورة يوسف ﷺ، فتعجبت من مدحه على صبره وشرح قصته للناس ورفع قدره بترك ما ترك. فتأملت خبيثة الأمر فإذا هي مخالفة للهوى المكروه".⁴

¹ - الطب الروحاني: ابن الجوزي، تحقيق حسام الدين القدسي، مكتبة القدسي للنشر والتوزيع، ط1، 1995، ص 10.

² - ذم الهوى: ابن الجوزي، دار الكتب العلمية، بيروت لبنان، ط 2، 1993 م، ص 48، 49.

³ - ذم الهوى: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 49.

⁴ - الطب الروحاني: ابن الجوزي، مصدر سابق، ص 52.

⁵ - صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 215.

وابن الجوزي لا يترك هذا الموضوع الخطير يمر دون أن يشارك مع غيره من علماء الإسلام¹ في وضع علاج عملي فعال في نظره وهو عبارة عن خطوات مهمة يقوم بها الإنسان حتى يتخلص من هواه؛ والذي يهون بسبعة أشياء نذكرها في هذا المقام مختصرة لأهميتها ومدى فاعليتها وهي:

- 1 - التفكير في أن الإنسان لم يخلق للهوى.
- 2 - أن يفكر في عواقب الهوى.
- 3 - أن يتصور العاقل انقضاء غرضه من هواه.
- 4 - أن يتصور ذلك في حق غيره، ثم يتلمح عاقبته بفكره فإنه سيرى ما يعلم به عيبه إذا وقف في ذلك المقام.
- 5- أن يتفكر فيما يطلبه من اللذات، فإنه سيخبره العقل أنه ليس بشيء وإنما عين الهوى عمياء.
- 6 - أن يتدبر عز الغلبة وذل القهر فإنه ما من أحد غلب هواه إلا أحس بقوة عز، وما من أحد غلبه هواه إلا وجد في نفسه ذل القهار.
- 7 - أن يتفكر في فائدة المخالفة للهوى، من اكتساب الذكر الجميل في الدنيا وسلامة النفس والعرض والأجر في الآخرة².

وفي آخر المطاف يحذر ابن الجوزي من عاقبة اتباع الهوى لأنه قد يخرج بصاحبه "من دار العقل إلى دائرة الجنون"³ وما فعله فرعون من عدم اتباع موسى إلا بسبب اتباع الهوى وكذلك

¹ - انظر في ذلك ما كتبه الغزالي في كتابه معارج القدس في مدارج معرفة النفس، مطبعة السعادة، القاهرة سنة 1346، ص 17؛ وكذلك تهذيب الأخلاق لابن مسكويه، تحقيق وتعليق محمود إبراهيم، المكتبة العباسية، مصر سنة 1911 م، ص 4.

² - ذم الهوى: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 19، 20.

³ - ذم الهوى: ابن الجوزي، ص 21.

ما كان من عناد صناديد كفار قريش وعدم إيمانهم بالنبي ﷺ إلا بسبب اتباع الهوى وقد نأثم ما نأثم من الهوى بسبب كفرهم واتباعهم الهوى.

2 - التدرج والتلطف مع النفس:

التدرج مع النفس وأخذها بالرفق واللين من الوسائل الناجعة في تربيتها عند ابن الجوزي. ويشرح ذلك بقوله: "واعلم أن الرياضة للنفس تكون بالتلطف والتنقل من حال إلى حال. ولا ينبغي أن يؤخذ بالعنف ولكن بالتلطف".¹

ومن مظاهر التلطف أن لا يحمل الإنسان نفسه على ما لا تطيق بل يتدرج معها فابن الجوزي يرى أنه "ينبغي للعاقل أن لا يقدم على العزائم حتى يزن نفسه هل تطيقها!"²، وللتدليل على صحة ما ذهب إليه يضرب لنا مثلاً يؤكد من خلاله أن تحصيل النفس فوق ما تطيق وسيلة غير ناجحة في مجال تربية النفس يقول: "ومثاله: رجل سمع بذكر الزهاد فرمى ثيابه الجميلة ولبس الدون وانفرد في زاوية. وغلب على قلبه ذكر الموت والآخرة، فلم يلبث متقاضى الطبع أن ألح بما جرت به العادة"³.

ولكنه مع ذلك فإنه يعود فينبه الإنسان بعدم التراخي مع النفس، لأنه إذا أضعفها استصغرت وطمعت فيه، ولكنه إذا أقنعها باليسير قنعت واستكانت فهي "مثل كلب السوء، متى شبع نام، وإن جاع بصبص"⁴، وصلاحتها يكون بمخالفة غرضها، وحبسها عن فضول الكلام، وإبعادها عن النظر الحرام، وكفها عن كل محرّم من الشهوات عند ذلك تسهل قيادتها لتبلغ مرادها يقول في ذلك: "إن النفس إذا أطمعت طمعت، وأقنعت باليسير قنعت، فإذا أردت صلاح مرضها

¹ - الطب الروحاني: ابن الجوزي، ص 53.

² - مبيد الخاطر: ابن الجوزي، ص 173.

³ - المصدر السابق: ص 173.

⁴ - اللطائف: ابن الجوزي، تحقيق عبد الله بدران، نشر مكتبة دار الحمية، دمشق سوريا، د ت، ص 46.

فبترك غرضها، أحبس لسانها عن فضول كلماتها، وعض طرفها عن محرم نظراتها، وكف كفها عن مؤذى شهواتها إن شئت أن تسعى لها في نجاتها"¹.

وابن الجوزي يحس خطورة هذا الموضوع لذلك أجاده يستغل كل الفرص للحديث عنه رغم كونه تطرق له في مصنف آخر فيها هو على سبيل المثال يحمل مرة أخرى على من يتوانى في تربية نفسه ويتقاعس عن مجاهدتها يقول في إحدى مواعظه عن جهاد النفس: "فإنها إن علمت منك الجذ جدت، وإن رأتك ماثلاً عنها صدت"²، وأما "إذا عرفت منك التكاثر طمعت فيك"³ فهي كالكلب العقور لا ترضى حتى ترضى"⁴. ومواعظ ابن الجوزي كثيرة لا يتسع المقام لذكرها في هذا المجال.

3 - محاسبة النفس على التفريط:

محاسبة النفس دلالة على صحة القصد وقوة العزم ورسوخ قدم العبد على طريق التوبة، وقد تكررت نداءات ابن الجوزي على النفس حتى تقلع عما هي فيه من التهور والرعونة، ومن جملة الطرق في محاسبة النفس عند طريقة لوم النفس ومعاتبتها بالتخويف حيناً والرجاء حيناً آخر والجمع بين الخوف والرجاء في أحيان آخر.

ومن جملة ما مخاطب به النفس قوله: "أيتها النفس، اقلعي عن الجناح وتوبي، وارجعي إلى الصلاح وأوبي، أيتها النفس قد شان شاني عيوي أيتها الجاهلة تكفيني ذنوبي"⁵.

وابن الجوزي لا يكتفي بالحديث عن معاتبة نفسه فقط بل يوصي غيره بذلك حتى يؤدي دوره في إصلاح الفرد والمجتمع بصفتة داعية ومصلح فلا بد أن يكون له دور في هذا المجال يقول

¹ - التبصرة: ابن الجوزي، تحقيق مصطفى عبد الواحد، دار الكتب العلمية، بيروت، ط2، 1993م، 196/2.

² - الياقوتة: ابن الجوزي، تحقيق أحمد عبد التواب عوض، دار الفضيلة، د ت، ص 84.

³ - الطب الروحاني: ابن الجوزي مصدر سابق، 53.

⁴ - النطائف: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 47.

⁵ - المدهش: ابن الجوزي، دار الجليل بيروت لبنان، د ت، ص 177.

في ذلك: "يا هذا عاتب نفسك على تقصيرها، وحاسبها على تخليطها، حدثها بما ينفعها وأخبرها وأشر عليها بمصلحتها وديرها"¹.

وإذا لم ينفع العتاب لا بد من ترهيب النفس وترغيبها حتى ترجع "فالخوف للنفس سائق. والرجاء لها قائد. إن وئت على قائدها حثتها سائقها، وإن أبت على سائقها حر كها قائدها. مزيج الرجاء يسكن حر الخوف، وسيف الخوف يقطع سيف سوف، وإن تفكر في الإنعام شكر"².

ويوصي ابن الجوزي الإنسان بأن يذرف دموع الندم والحسرة على ما اقترفه في جنب الله - سبحانه - فيقول: "يا هذا إذا خلى الفكر باليقين ثارت عجاجة الدمع فإذا أفرح الحزن القلب استحالت الدموع دماً"³. ونجده يؤكد على هذا المعنى في موضع آخر فيقول ناصحاً: "إخواني، لو تفكرت النفوس فيما بين يديها، وتذكرت حسابها فيما لها وعليها، لبعث حزنها بريد دمها إليها؛ أما يحق البكاء لمن طال عصيانه؛ تهارد في المعاصي، وقد طال خسارته، وليله في الخطايا؛ فقد خف ميزانه، وبين يديه الموت الشديد فيه من العذاب ألوانه"⁴. وتركيز ابن الجوزي على مثل هذه الوسائل يدل دلالة واضحة على تجربته في هذه الحياة الدنيا كما يدل كذلك على مدى فاعلية ما ذكره من وسائل.

4 - مطالعة العلم والاقتداء بالصالحين:

وهذه وسيلة أخرى يحث عليها ابن الجوزي في مجال تربية النفس، إذ لا بد من العلم النافع للإنسان فهو نعم المونس، والكتاب نعم الرفيق، وسيرة الصالحين هي قلوبته على الطريق⁵ قال

¹ - المواعظ والنجاة: تحقيق مجدي محمد الشهاوي، مكتبة الإيمان المنصورة القاهرة، ط 1، 1997م، ص 146.

² - الياقوتة: ابن الجوزي، مصدر سابق، ص 91.

³ - المواعظ والنجاة: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 146.

⁴ - الياقوتة: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 43.

⁵ - صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 263.

— رحمه الله — في تبيان ما يعين على تربية النفس: "ويعين على الرياضة مسحبة الأخيار والبعاد عن الأشرار. ودراسة القرآن والأخبار، وإجالة الفكر في الجنة والنار ومطالعة سير الحكماء والزهاد"¹.

ومقابل ذلك هي عن كل ما من شأنه أن يثبط العزائم أو تخور بسببه النفس أو يهون من هممة الإنسان وإرادته وقد أوضح بجلاء جملة من هذه الأمور "منها مقاطعة أهل الدناءة أنفة منهم ومواصلة أرباب المهتم العالية ثم التفكير بالعواقب ومآل الدناءة ومصير أولي الجد والاجتهاد... ومن تفكر في المرتفعين في المهتم، علم أنهم كهو من حيث الأصلية والآدمية، غير أن حب البطالة والراحة جنيا عليه فأوثقاه فساروا وهو قاعد. ولو حرك العزم لوصل... وما يناله أرباب التعب من الراحة في تعظيم الخلق هم وارتفاع قدرهم في الدنيا قبل الآخرة ينسى مرارة كل نصب فكأنه ما تعب من استراح ولا استراح من تعب"².

وجملة هذه الأمور التي ذكرها ابن الجوزي مفيدة لا يمكن الاستغناء عنها لمن أراد سلوك منهج التربية القويم وخاصة إذا كانت القادة حسنة والعلم مقرون بالعمل والعبادة وجملة من الرقائق، وقد أشار إلى ذلك ابن الجوزي عند قوله: "فالصواب العكوف على العلم مع تلذيع النفس بأسباب المرفقات"³.

5 - الترويع من النفس:

رغم حديث ابن الجوزي الجاد عن النفس ومبالغته في التشديد عليها لكنه لا ينسى أن يشير بأن لها حقاً على الإنسان لا بد أن تناله "فإن من حقها إعطاءها حظوظها التي تقدر في مقصود الرياضة فإنها إذا منعت مقاصدها في الجملة عمى القلب وتشتت المهتم وتكلف التعب. واعلم أن

¹ — الطب الروحاني: ابن الجوزي مصدر سابق. ص 53.

² — المصدر السابق: ص 50.

³ — صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق. 145.

قدر النفس عند الله - سبحانه - أعظم من قدر العبادات، ولهذا أباح الفطر للمسافر وإنما يعقل هذا العلماء¹.

ومن بين ما ركز عليه ابن الجوزي في منهج تربية النفس: الترويح عنها، وذلك بإدخال السرور والبهجة عليها لإزالتها بعد التعب والكد والفكر والعمل، والترويح عن النفس يكون عادة عن طريق رواية الملح والمزاح واللعب المباح².

والهدف من الترويح عن النفس عند ابن الجوزي هو تقوية همة الذكر والفهم والعبادة وإبعاد الملل عن النفس وتخليد حيويتها ونشاطها على قوة الاحتمال والتركيز لزيادة الفهم والتحصيل³.

ويدلل ابن الجوزي على مشروعية الترويح عن النفس بالنهوض المباح من خلال ما ذكره من أحاديث للنبي ﷺ وما رواه العلماء عن ملح وظرف، ثم بين كيف أن نفوسهم كانت تسرح في مباح النهوض فكأنها من الجد لم تنزل⁴، وكيف أن الأفاضل والعلماء ما زالت تعجبهم الملح ويهشون لها لأنها تفتح شهية النفس وتريح القلب من كد الفكر وتعبه⁵، كما تعرض ابن الجوزي لأحوال الصحابة - رضي الله عنهم - وكيف كانوا يرحون ويتمازحون ويتبادحون بالبطيخ فإذا كانت الحقائق كانوا الرجال⁶.

¹ - الطب الروحاني: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 53.

² - التربية الترويحية في الإسلام: أحمد عبد العزيز أبو سمات، دار الفرائس الأردن، ط 1، 1420/2000، ص 70.

³ - أخبار الحمقى والمنغنين: ابن الجوزي، دار الآفاق الجديدة، بيروت لبنان، ط 2، 1979 م، ص 16، 17.

⁴ - المصدر السابق: ص 20.

⁵ - نفس المصدر: ص 18.

⁶ - أخبار الطراف والمتماحين: ابن الجوزي، مكتبة القدسي القاهرة، ط 2، 1983 م، ص 11.

ومما ذكره في هذا المجال من انبساط العلماء بالترويح عن النفس نماذج كثيرة منها قوله: "كان الزهري يقول: هاتوا من أشعاركم هاتوا من طرفكم أفيضوا في بعض ما يخف عليكم وتأنس به طباعكم"¹.

وما نقل عن القاضي شريح عندما عند خروجه من دار زياد، فسئل كيف تركت الأمير؟ قال: تركته يأمر وينهى، قال: يأمر بالوصية وينهى عن النباحة².

ومن الملح التي رواها عن الصوفية قوله: "كان أبو الحسين بن السماك يتكلم على الناس بجامع المدينة، وكان لا يحسن من العلوم شيئاً إلا ما شاء الله، وكان مطبوعاً يتكلم على مذهب الصوفية، فكتب إليه رقعة: ما يقول السادة الفقهاء في رجل مات وخلف كذا وكذا، ففتحتها فتأملها فقرأ ما تقول السادة الفقهاء في رجل مات فلما رآها في الفرائض رماها من يده وقال: أنا أتكلم على مذاهب قوم إذا ماتوا لم يخلقوا شيئاً فعجب الحاضرون من حدة خاطره"³.

وقد رويت لابن الجوزي في هذا الجانب طرائف ممتعة، وما ذلك إلا أنه كان يدرك ما للدعابة والمرح من أثر على النفس من أجل ذلك قرر "أنه لا بد من التلطف معها، فإن قاطع مرحلتين في مرحلة خليق بأن يقف، فينبغي أن يقطع الطريق بالظرف الممكن، وإذا تعبت الرواحل هض الحادي يغنيها، وأخذ الراحة جد، وغوص السابح في طلب الدر صعود"⁴. ويوضح هذا الأثر أكثر عندما يقول بأن "النفس تمل من الجد فلم يكن بأس بإطلاقها في مزح ترتاح به"⁵ ومثل ذلك استراحتها "إلى بعض المباح من اللهو"⁶.

¹ - أخبار الظراف والمتماجنين: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 11.

² - المصدر السابق: ص 22.

³ - كتاب الأذكياء: ابن الجوزي. تحقيق محمد عبد الرحمن عوض، دار الكتاب العربي لبنان، ط 2، 1408 م.

1988 م ص 147.

⁴ - صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 241.

⁵ - أخبار الظراف والمتماجنين: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 11.

ومن أهم ما لاحظته في هذا الباب هذه الحادثة الطريفة التي يرويها ويحللها بأسلوبه الأدبي الرصين ليخرج لنا في النهاية بنتيجة هامة عن كيفية معاملة النفس وتعليلها فيقول: "مر بي محالان تحت جدار ثقيل. وهما يتجاوبان بإنشاد النغم. وكلمات الاستراحة. فأحدهما يصغي إلى ما يقوله الآخر ثم يعيده أو يجيبه بمثله، والآخر همته مثل ذلك. فرأيت أهما لو لم يفعلا هذا زادت المشتقة عليهما، وكلما فعلا هذا هان الأمر. فتأملت السبب في ذلك، فإذا به تعليق فكر كل واحد منهما بما يقول الآخر، وطربه به، وإحالة فكره في الجواب بمثل ذلك، فينقطع الطريق، وينسى ثقل الخمول، فأخذت من هذا إشارة عجيبة، ورأيت الإنسان قد حمل من التكليف أمورا صعبة، ومن أثقل ما حمل مداراة نفسه، وتكليفها الصبر عما تحب، وعلى ما تكره. فرأيت الصواب قطع طريق الصبر بالتسلية والتلطف للنفس".¹

وهو بذلك يرى أن دعوته لا تخالف ما جاء عن النبي ﷺ من أحاديث تنهى عن المزاح وتكرهه، كما أن المكروه منه هو أن يجعل الرجل من إضحاك الناس عادة له، أو أن يكون إضحاكهم على حساب سعادة الآخرين، وأما الضحك القليل فهو غير مذموم بل يمكن اعتباره من وسائل إدخال البهجة والسرور على النفس، وقد كان الرسول ﷺ يضحك حتى تبدو نواجذه.²

وهكذا نجد ابن الجوزي وهو الواعظ الشعبي المتمرس، الذي كان إذا وعظ طاشت الأبواب³ لم يستغن عن هذه الوسيلة التربوية الناجحة وذلك لما وجد فيها من منفعة تعود على المدعوين بالفائدة في كثير من الأحيان، وهذا راجع لكون "الارتياح إلى مثل هذه الأشياء في

¹ - أخبار الحمقى والمغفلين: ابن الجوزي مصدر سابق. ص 16.

² - مسيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق. ص 98.

³ - أخبار الحمقى والمغفلين: ابن الجوزي مصدر سابق. ص 21، والخير رواد ابن ماجه: 2/1403.

⁴ - رحلة ابن جبير: لابن جبير، طبع المؤسسة الوطنية للفنون المطبعية، الرغاية، الجزائر. سنة 1988م، ص 159.

بعض الأوقات كالملاح في القادر¹، إذ يصبح من الضرورات التي لا بد منها، وذلك لكونه مرتبطاً بالصدق ومجانبا للمعصية، ويحقق المودة والأنس، والترابط الوجداني والنفسي، والتوازن الاجتماعي والعقدي بين أفراد المجتمع الإسلامي².

وإن كثيراً من الدعاة والوعاظ لم ينالوا رضا الناس وإقبالهم على موعظتهم ولم يراعوا لها أي اهتمام خلّوها من مثل هذه النوادر والملح³، رغم إحرار هؤلاء الدعاة والخطباء على قدر كبير من العلم والفصاحة والبلاغة.

وبخلاصة القول فقد اتضح لنا من خلال ما ذكرنا أن منهج ابن الجوزي في إصلاح النفس هو منهج الإسلام ذاته، وقد ركز في أساسه على تربية الروح الخيرة والعاطفة الدينية لدى المدعوين بصفة عامة، وقد استعمل في منهجه هذا الكثير من الوسائل المتوفرة في عصره.

2 - تربية البدن: لقد اهتم الإسلام منذ الوهلة الأولى بتكوين جسم الإنسان المسلم وذلك حتى يؤدي واجبه في المجتمع الإسلامي.

وقد وردت لفظة الجسم مرتين في القرآن الكريم مرة بصيغة الأفراد عندما تحدث الله - سبحانه وتعالى - عن طالوت بقوله: ﴿قال إن الله اصطفاه عليكم وزاده بسطة في العلم والجسم﴾⁴. والثانية بصيغة الجمع في حديثه عن المنافقين بقوله: ﴿وإذا رأيتهم تعجبت أجسامهم﴾⁵، أما الرسول ﷺ فقد عبر عن الجسم بالقوة في قوله: "المؤمن القوي خير وأحب

1 - أخبار الحمقى والمغفلين: ابن الجوزي، مصدر سابق، ص 21.

2 - التربية الترويقية في الإسلام: أحمد عبد العزيز أبو حنك، مصدر سابق، ص 54.

3 - مواعظ ابن الجوزي دراسة تحليلية فنية: عرفة حلمي عباس، مخطوطة رسالة ماجستير، بجامعة القاهرة، ص 57.

4 - البقرة: 217.

5 - المنافقون: 4.

إلى الله من المؤمن الضعيف¹، وتقوية البدن عنده - عليه الصلاة والسلام - حق في رغبة المسلم يجب أن يؤديه لبدنه "إن لبدنك عليك حقاً".

أما عند ابن الجوزي فعلى الرغم من اهتمامه بالنفس الإنسانية إلا أنه لم يهمل في مشروعه المدعوي الإصلاحية الحديث عن تربية البدن والرفق به فهو عند كالأرجلة للمرتحل، والمرء مطالب بالاعتناء بجسمه ومختلف حواسه حتى يقوى بأداء دور المنوط به على أكمل وجه يقول في ذلك: "لا ينبغي للإنسان أن يحمل على بدنه ما لا يطيق، فإن البدن كالأرجلة إن لم يرفق بها لم تصل بالراكب. فترى في الناس من يتزهد وقد ربي جسده على الترف فيعرض عما ألفه فتتجدد له الأمراض، فتقطع عنه كثير من العبادات"².

إذن ولكي يحافظ الإنسان على استمراره في القيام بواجباته لا بد له من وسيلة لذلك وهي تناول الطعام حتى يتقوى به على طاعة المعبود يقول ابن الجوزي: "وأما المطعم فالمراد منه تقوية هذا البدن لخدمة الله ﷻ وحق على ذي ناقة أن يكرمها لتحمله"³، وكذلك لا بد له من الشرب "فإذا لم يشرب فقد سعى في أذى بدنه"⁴ ولكن ليس المراد من ذلك الإغراق في المليات والشهوات وذلك لكون الأكل فوق الشبع مكرود فلا بد من التوسط والاعتدال⁵، يقول مخاطباً نفسه: "اعلمي أن البدن مطية، والمطية إذا لم يرفق بها لم تصل براكبها إلى المنزل. وليس مرادي بالرفق الإكثار من الشهوات، وإنما أعني أخذ البلغة الصالحة للبدن، فحينئذ يصفو الفكر، ويصح العقل، ويقوى الذهن"⁶ ثم نحدثنا عن

¹ - الحديث رواد مسلم في صحيحه.

² - صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 445.

³ - المصدر السابق: 27.

⁴ - نفس المصدر: ص 28.

⁵ - صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 27.

⁶ - المصدر السابق: ص 82.

الهدف الرئيسي من غريزة الأكل عند الإنسان بقوله: "واعلم أن العاقل يجب أن يأكل ليقى، والجاهل يؤثر أن يأكل ليقى ورب لقمة منعت لقمات وكانت سبب الهلاك"¹، ويعبر عن هذا الأمر بصيغة أخرى قائلاً: "ولولا الهوى في المطعم، ما تناول الطعام، فلم يقم بدنه فجعل له إليه ميل وتوق"². وكما أمر ابن الجوزي بالرفق بالبدن من حيث المطعم والمشرب تحدث عن ضرورة الاعتناء بالمتبسط مع التوسط فيه دون إفراط إلى حد التبذير أو تفريط إلى حد الشطط وحشونة العيش وليس كل النفوس تطيق ذلك "وهذا لأن الطباع لا تتساوى، فرب شخص يصلح على حشونة العيش، وآخر لا يصلح على ذلك، ولا يجوز لأحد أن يحمل غيره على ما يطيقه هو"³. وأما الشرذ والمبالغة في فنون اللذات ومنها اقتناء الملابس الفاخرة في كل حين فهذا في نظر ابن الجوزي مرض أصله موافقة الهوى⁴.

ومن الشهوات التي كان ابن الجوزي يحرس على تحقيق الاعتدال فيها شهوة إتيان النساء وقد أفصح عن المداف من ذلك في قوله ناصحاً الشباب: "ينبغي للصبي إذا بلغ أن يخدر كثرة الجماع، ليقى جوهره فيفيده ذلك في الكبير، لأنه من الجائز كبيره، والاستعداد للجائز حزم، فكيف للغالب؟ كما ينبغي أن يستعد للشقاء قبل هجومه"⁵.

ولعمق تجربته وقوة ملاحظته يضرب لنا - رحمه الله - مثلاً ما لاحظته من أناس أهملوا في اللذات ففاجأهم هادم اللذات ومفرق الجماعات على غرة من أمرهم فيقول: "وعموم من رأينا من الكبار غلبت عليهم شهوة الوطء فانها دمت أعمارهم، ورحلوا سريعاً. وقد رأينا من

¹ - الطب الروحاني: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 15.

² - صيد الخاطر: ابن الجوزي ص 124.

³ - المصدر السابق: ص 96.

⁴ - الطب الروحاني: ابن الجوزي ص 16.

⁵ - صيد الخاطر: ابن الجوزي، ص 348.

العقلاء من زجر نفسه عن هذه الخنة ولم يستعملها إلا وقت الحاجة، فبقي لهم سواد شعورهم وقوتهم حتى تمتعوا بها في الحياة وحصلوا المناقب"¹.

ومنهج ابن الجوزي في تربية البدن هو التوسط والتوازن في كل ما يأتي الإنسان وما يدع إلا من أراد التشديد على نفسه وبدنه فإن تشديده هذا غير ملزم لأحد، ويوضح ابن الجوزي لنا منهجه بقوله: "غير أن لنا ضابطاً هو الشرع، فيه الرخصة وفيه العزيمة. فلا ينبغي أن يلام من حصر نفسه في ذلك الضابط. ورب رخصة كانت أفضل من عزائم لتأثير نفعها"².

وخلاصة القول فإن ابن الجوزي يرى أن جميع ما وضع في الأدمي إنما الغاية منه مصالحة كما يرى أن الأصل في الأمزجة الصحة وأن العلل والأدواء طارئة وأن أحسن التربية وأفضل التقويم — من حيث التلقي والتنفيذ — ما كان في مرحلة الصبا وعلى هذا فإننا نعتقد جازمين أن هذه الآراء التي جاء بها ابن الجوزي في هذا الموضوع بالذات لا يستطيع أن ينكرها أهل الاختصاص من علماء النفس والتربية اليوم³ وهذا مما يدل على جدية ابن الجوزي في ما طرقه من مسائل وما ذهب إليه من حلول ثبتت نجاعتها إلى حد بعيد.

¹ — صيد الخاطر: ابن الجوزي مصدر سابق، ص 428.

² — المصدر السابق: ص 96.

³ — التربية الإسلامية: محمد عطية الأبراشي، الدار القومية للطباعة والنشر، دت، ص 28.