



جامعة الأزهر
كلية أصول الدين
والدعوة الإسلامية بالمنوفية

ظاهرة إدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي وعلاج القرآن الكريم لها

إعداد الدكتور

عبدالله موسى محمد أبو المجد

الأستاذ المساعد بكلية أصول الدين والدعوة الإسلامية بطنطا
قسم القرآن الكريم وعلومه.

مسئلة م

حولية كلية أصول الدين والدعوة بالمنوفية
العدد الخامس والثلاثون، لعام ١٤٣٧هـ/٢٠١٦م
والمودعة بدار الكتب تحت رقم ٢٠١٦/٦١٥٧



المقشقة

الحمد لله تعالى، نحمده ونستعينه، ونستغديه ونستغفره، ونعوذ بالله تعالى من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فلا مضل له، ومن يضلل فلا هادي له.

وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن سيدنا محمدًا عبده ورسوله: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُونُوا إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ﴾ [آل عمران: ١٠٢]، ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَطَعْوٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ [النساء: ١]، ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾ يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴿٧١﴾﴾ [الأحزاب: ٧٠، ٧١]، إن أصدق الحديث كتاب الله، وخير الهدي هدي محمد (ﷺ)، وشر الأمور محدثاتها، وكل محدثة بدعة، وكل بدعة ضلالة، وكل ضلالة في النار.

ثم أما بعد...

فإن أشرف ما يتمسك به الإنسان المؤمن هو كتاب الله تعالى، فهو حبله المتين، وسراجُه المبين، وهذا يتطلب أن يجعله شغله الشاغل، وعدته في العاجل والآجل، ومن ثمَّ فيجب الإقبال عليه قراءة وحفظًا، ودراسة وفهمًا، ثم تطبيقًا وتنفيذًا، حتى يكون حجة لقارئه، وزادًا وعتادًا لرفيقه، وقت أن يؤمله هكذا في الدنيا، ويوم أن يكون وحيدًا فريدًا في ظلمة القبور، ومرهونًا بعمله وقت النشور.

هذا وإن من عظيم قدر الله تعالى لهذه الأمة المباركة أن حباها بهذا الكتاب العظيم، الذي جمع الله تعالى فيه علوم الأولين والآخرين، وجعله الله تعالى نورًا وهداية لها في جميع أمورها

وأحوالها، يخرجها الله به من الظلمات إلى النور، وصدق الله تعالى حين وصفه بقوله:
﴿كَتَبْنَا أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ لِتُخْرِجَ النَّاسَ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِ رَبِّهِمْ إِلَى صِرَاطٍ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ﴾
[إبراهيم: ١].

لكن هذه الهداية منوطة برجوع الأمة إلى هذا الكتاب، وتحكيمها إياه في جميع أمورها، على
مرّ العصور، وكرّ الدهور، حيث إنه صالح لكل زمان ومكان، قال تعالى: ﴿تَبَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ
الْفُرْقَانَ عَلَى عَبْدِهِ لِيَكُونَ لِلْعَالَمِينَ نَذِيرًا﴾ [الفرقان: ١]، وعليه ففيه علاج لكل مشاكل الحياة السابقة
والحالية واللاحقة، مع كونه علاجاً ربانياً، ناجعاً معصوماً...

واكتشاف شبكة الإنترنت وانتشارها بين الناس نعمة من نعم الله تعالى على خلقه، لكن من
الناس مَنْ يحسن استغلالها فيما يعود عليه بالنفع في دينه أو دنياه، ومنهم مَنْ ليس كذلك،
فاستعملها فقط للتسلية والترفيه المجردين من أي نفع، بل قد يشوبهما كثير من الأوزار... ومنهم
مَنْ هو مقتصدين الفريقين.

وباء بالأمة كثير من المشاكل العظيمة للفرد والمجتمع من جرّاء الاستعمال السيء لهذه
الشبكات، مما أضع عليها كثيراً من الأوقات، وأهدر لها كثيراً من الطاقات، حتى صارت هذه
المشكلة ظاهرة توّرق المضاجع، وتقلق النفوس، ومن ثمّ تطلعت نفسي أن أقَلِّب صفحات كتاب
الله تعالى، منقّباً عن حلول ناجعة لما حاق بكثير من أفراد هذه الأمة المباركة، ومن ثمّ استخرت
الله تعالى على كتابة هذا البحث وجعلته بعنوان:

”ظاهرة إدمان الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي وعلاج القرآن الكريم لها”

ووقع اختياري عليه^(١) لأهميته ولأسباب أخرى أذكرها في:-

(١) اعتاد كثير من الباحثين في مثل هذا الموطن أن يضعوا الفاصلة المنقوطة (؛) على أنها توضع بين
جملتين، الثانية علة للأولى، وهذا خطأ شائع لأن الثانية في هذا الموضع وأشباهه ليست جملة، إنما هي
شبه جملة، بُدئت بحرف جر، فضلاً عن عدم استقلاليتها في المعنى لأنها متعلقة بالجملة السابقة عليها،

*** أهمية الموضوع وأسباب اختياره:-**

الأول: يقيني الجازم - وكذلك يقين كل مسلم- أن القرآن الكريم يحتوي على العلاج الناجع، والدواء النافع لكل مشاكل الحياة -ولو بالجملة أو الإشارة- تصديقًا لقوله تعالى: ﴿وَمَنْ دَابَّتْ فِي الْأَرْضِ وَلَا ظَلِمَ يَطِيرُ بِجَنَاحِهِ إِلَّا أُمَّمُ أُمَّتِكُمْ مَا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ﴾ [الأنعام: ٣٨]، وتأكيدًا على عالمية القرآن الكريم وديننا الإسلامي الحنيف، وأنه صالح لكل زمان ومكان، فهو الموصوف بقوله تعالى: ﴿بَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ الْفُرْقَانَ عَلَى عَبْدِهِ لِيَكُونَ لِلْعَالَمِينَ نَذِيرًا﴾ [الفرقان: ١].

الثاني: يقيني الجازم أيضًا أنه لن يُصلح حال الأمة إلا بما صلح به حال أوائلها، وسلفها الصالح -رضوان الله عليهم- من تحكيم شرع الله تعالى في جميع مناحي الحياة، فهو الذي خلق، وهو الأعم سبحانه بما يصلح عباده، وسبحان من وصف نفسه بقوله: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [الملك: ١٤].

الثالث: ما أُرَقِنِي وَأَقْضَ مُضْجِعِي من انكباب وعكوف أغلب شرائح المجتمع -إن لم يكن جميعه- على الشبكة العنكبوتية بمختلف وسائلها وبرامجها، والاشتغال بها -بحق أو بغير حق- حتى عن الفرائض والعبادات، وسائر الأعمال والواجبات فضلًا عن الفضائل والآداب.

الرابع: ما أحدثته هذه الوسائل من طفرة عجيبة بين الناس وأثار عظيمة، وللأسف كان إثمها أكبر من نفعها، من تقطيع لأواصر الرحمة والمحبة بين كثير منهم، وإشاعة للفواحش والمنكرات، والبدع والمحرمات.

الخامس: انصراف الشباب -وهم عُدَّة الأمة وذخيرتها في العاجل والآجل - إلى هذه الشبكات ووسائل التواصل، والتلهي بها عن كل خير وفضيلة، وتأخرهم بسبب ذلك علميًا وحُلقيًا

وإنما توضع بين جملتين، الثانية منهما علة للأولى، مثل قوله تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ [الإسراء: ٣٦]، والله أعلم. (يراجع: الأخطاء اللغوية الشائعة في الأوساط الثقافية أ/ محمود عبد الرازق جمعة ص ٣٠٩).

وثقافياً-إلا من رحم ربي- مما يبعث النفوس للبحث والتنقيب عن مخرج وحلول في كتاب الله تعالى لهذه المشكلة المتأصلة.

* أهداف البحث:-

- ١- تقريب الهدي القرآني لعموم المسلمين، والتأكيد على ذلك، حيث إنه يمتاز بخصائص ليست في غيره من المناهج، كالربانية، والشمولية، والواقعية، والديمومية، والمثالية ... وغيرها.
- ٢- ربط هذه الأمة بكتاب ربها سبحانه، ربطاً واقعياً من خلال الوقوف على مشاكلها، وإيجاد الحلول القرآنية الربانية لها، وبأسلوب سهل بسيط.
- ٣- تلمس الحلول القرآنية والواقعية البعيدة عن الآراء الفكرية الشخصية، والنظريات التجريبية الخاضعة للصدق والكذب، فضلاً عن قصورها وعدم صلاحيتها لكل زمان ومكان.

* خطة البحث:-

هذا وقد قسمت البحث إلى مقدمة وثلاثة مباحث وخاتمة.
فأما المقدمة فقد اشتملت على أهمية الموضوع، وأسباب اختياره وأهدافه، وخطته.

المبحث الأول: التعريف بالظاهرة، وبيان أهم أسبابها.

المطلب الأول: التعريف بأهم مفردات البحث.

المطلب الثاني: أسباب انتشار الإنترنت بالعالم.

المطلب الثالث: تصوير الظاهرة.

المبحث الثاني: أهم مخاطر وأضرار إدمان الإنترنت على الفرد والمجتمع.

المطلب الأول: أضرار إدمان الإنترنت على الفرد.

المطلب الثاني: أضرار إدمان الإنترنت على المجتمع.

المبحث الثالث : العلاج القرآني لظاهرة إدمان الإنترنت.

المطلب الأول: أصناف مستخدمي الإنترنت، وبيان ما يخص كل صنف منهم.

الصنف الأول: المنتفعون السابقون، وما ينبغي لهم تجاه الإنترنت.

الصنف الثاني: المقتصدون، وتوجيهات القرآن لهم.

الصنف الثالث: الظالمون لأنفسهم، وعلاجات القرآن لهم.

المطلب الثاني: العلاج العقدي والإيماني .

المطلب الثالث: العلاج التعبدي والتشريعي.

المطلب الرابع: العلاج التربوي والسلوكي... ثم الخاتمة، وبها النتائج والتوصيات.

* منهج البحث وخطواته.

هذا وقد سلكت في معالجة هذا الموضوع وكتابته "المنهج الوصفي الاستقرائي" القائم على وصف الظاهرة، ثم تشخيص العلاج لها من خلال استقراء الآيات.

واتبعت في هذه الدراسة الخطوات التالية:

أولاً: قمت بوصف الظاهرة من خلال تسليط بعض الضوء على أحوال الفرد والمجتمع، ومدى التأثير والتأثير بالنسبة للتعامل مع الشبكة العنكبوتية.

ثانياً: قمت بتصنيف مستخدمي الإنترنت، وطريقة تعامل كل صنف منهم مع الشبكة، وتحديد الملامح العامة لكل صنف من الأصناف، وخصائص كل منها.

ثالثاً: قمت باستقراء القرآن الكريم كله سورة سورة، ثم استنباط وتدوين ما أراه ملائماً من الآيات لموضوع البحث، بعد وضع عنوان مناسب لكل منها.

رابعاً: صنّفت الآيات إلى ثلاثة أصناف من العلاجات (عقدية وتعبدية وتربوية) مع إلحاق كل نظير بنظيره.

خامساً: لم أستقص في ذكر كل الآيات القرآنية المتعلقة بكل جزئية على حدة لأن هذا أمر يطول به البحث، وربما قصرت الهمم عند طوله عن قراءته أو الانتفاع به، ومن ثم ذكرت بعض الآيات وعلّقت على مجملها، مستشهداً بأقوال أهل العلم من المفسرين وغيرهم.

سادساً: تحريث -قدر الاستطاعة- أن أذكر أقوال المفسرين الذين علّقوا على الآيات محل الدراسة، مبرزين المعنى في عمومته، فجاء تفسيرهم تبعاً لقاعدة "العبرة بعموم اللفظ لا بخصوص السبب".

سابعاً: حاولت - قدر جهدي - أن تكون عناوين المباحث والمطالب والجزئيات قرآنية، مستوحاة من ألفاظ القرآن نفسه، استلهاماً لبركة هذا الكتاب الذي وصفه ربي بقوله: ﴿وَهَذَا كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ مَبَارَكٌ فَآتَيْتُمْهُوَ آتِقُوا الْعَلَمَ تَرْحَمُونَ﴾ [الأنعام: ١٥٥]، اللهم إلا في القليل النادر.

ثامناً: وثقت الأقوال من مصادر ومراجع متنوعة، فإن كان المنقول نصاً من مرجع واحد جعلته بين قوسين، وأشرت بالحاشية إلى المرجع، وإن تنوّعت المراجع والمصادر في جزئية واحدة أفدت منها جميعاً، وصغتها بأسلوب خاص، وكتبت في الحاشية: يراجع: كذا وكذا...

تاسعاً: عزوت الآيات القرآنية، بذكر السورة ورقم الآية في المتن دون الحاشية.

عاشراً: قمت بتخريج ما ورد في البحث من أحاديث، فإن كان الحديث في الصحيحين أو أحدهما اكتفيت بذلك، وإن لم يكن فيهما تتبعت - قدر المستطاع - مصادره، مع تقديم الحكم عليه، وإبرازه بخط مغاير.

... وبعد فإن كنت وفقت في عرض هذا الموضوع وخدمته خدمة علمية تليق بجلال القرآن وعظمته فلسان حالي ومقالي يرددان: ﴿وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ﴾ [هود: ٨٨]، وإن تكن الأخرى - وأسأل الله أن لا تكون - فدعائي: ﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا﴾ [البقرة: ٢٨٦].

وكتبه / عبد الله موسى محمد أبو المجد.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

المبحث الأول

التعريف بالظاهرة، وبيان أهم أسبابها.

يجدر بالباحث بداية، أن يعرّف بظاهرة "إدمان الإنترنت" المتفشية بين معظم طوائف المجتمع، من خلال التعريف بمفردات البحث، وتصوير هذه الظاهرة، وبيان أسبابها وآثارها، حتى يتم تشخيص العلاج الناجع لها من خلال التأمل في كلام الله تعالى، وهذا ما سيقف البحث عليه من خلال المطالب التالية:-

المطلب الأول: التعريف بأهم مفردات البحث.

يجد القارئ الكريم للوهلة الأولى أن العنوان قد اشتمل على عدة مفردات مهمة ينبغي التعريف بها، وهي كما يلي (ظاهرة -إدمان-إنترنت-وسائل التواصل الاجتماعية)، :-

* ظاهرة: -

الظاهرة مأخوذة من الثلاثي "ظَهَرَ" الدال على الظهور والبروز.

وفي ذلك يقول ابن فارس: (الظَّاءُ وَالْهَاءُ وَالرَّاءُ أَصْلٌ صَحِيحٌ وَاحِدٌ يُدُلُّ عَلَى قُوَّةٍ وَبُرُوزٍ. مِنْ ذَلِكَ: ظَهَرَ الشَّيْءُ يَظْهَرُ ظُهُورًا فَهُوَ ظَاهِرٌ، إِذَا انْكَشَفَ وَبَرَزَ. وَلِذَلِكَ سُمِّيَ وَقْتُ الظُّهْرِ وَالظُّهَيْرَةِ، وَهُوَ أَظْهَرُ أَوْقَاتِ النَّهَارِ وَأَضْوَوْهَا)^(١).

وعليه فالظاهرة: هي العادة (أو الأمر) التي انتشرت بين جماعة من الناس، أو تفشت في مجتمع من المجتمعات بجميع فئاته أو أغلبها، وظهرت فيهم بقوة وبروز.

* إدمان: -

لفظة "إدمان" مأخوذة من الفعل "أَدَمَنَ" ومعناه: ملازمة شيء ما، والمداومة عليه، يقال: (أَدَمَنَ الشَّرَابَ وَغَيْرَهُ: لَمْ يُقْلَعْ عَنْهُ... وَيُقَالُ: فَلَانَ يُدْمِنُ الشَّرْبَ وَالْخَمْرَ إِذَا لَزِمَ شَرِبَهَا، وَفُلَانٌ يُدْمِنُ كَذَا أَي يُدِيمُ)^(١).

(١) مقاييس اللغة لأبي الحسين أحمد بن فارس (ت ٣٩٥هـ) ٣/٤٧١، تح/عبد السلام محمد هارون، طدار

الفكر، بيروت، ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م "ظهر".

ويعرّف البعض الإدمان بأنه: سلوك مرتبط بالعقاقير أو مادة ما، ولا يكون الإدمان بالمادة فحسب، بل يشمل أيضاً الإدمان السلوكي الذي يمثل نمطاً سلوكياً يدل على أن الشخص فشل في مقاومة شيء ما^(٢).

وعليه فالمقصود بالإدمان هنا: طول ملازمة الشخص للشبكة العنكبوتية، والإقبال عليها إقبالاً يضيّع أموراً أهم، ويفوّت مصالح أعظم، بما يؤثر على الفرد المدمن تأثيراً سلوكياً ونفسياً وخُلُقياً وعَصَبياً وصحياً، ولا يستطيع التخلص منها ببسر وسهولة بل بعد مجاهدة ومغالبة.

*** الإنترنت :-**

جاءت كلمة "الإنترنت" اختصاراً للمصطلح الإنجليزي (Interconnected Network) الذي يعني بالعربية (الشبكة المترابطة أو البينية)، وكلمة "الإنترنت" من الكلمات الدخيلة على اللغة العربية، وقد عزّبها مجمع اللغة العربية بدمشق إلى "الشابكة"، وتُعرف باسم "شبكة المعلومات الدولية"، و"الشبكة العنكبوتية"، واشتهرت بين الناس باسم "الإنترنت". وهي: شبكة مترابطة بمجموعة من الحواسيب المتزايدة في العدد، والمنتشرة حول العالم، والمتصلة ببعضها البعض عبر تكنولوجيا الاتصالات والأقمار الصناعية باستخدام شروط اتصال مقننة، بما يسمح لمستخدمي الشبكة من نشر واستقبال المعلومات بعناصرها المختلفة (من نصوص وصور وأصوات...إلخ)، وجعلها متاحة للجميع حول العالم.

أو هي بإيجاز: شبكة اتصالات عالمية تسمح بتبادل المعلومات بين شبكات أصغر تتصل من خلالها الحواسيب حول العالم^(١).

(١) لسان العرب لجمال الدين محمد بن مكرم بن منظور (ت ٧١١هـ)، ١٣/١٥٩ "دمن"، ط ٣، دار صادر - بيروت ١٤١٤هـ.

(٢) أثر برنامج إرشادي لخفض درجة إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، د/ناصر العبيدي ص ١٤، بحث تكميلي لرسالة الماجستير من كلية العلوم بجامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض ١٤٣٢هـ.

* متى نشأت شبكة الإنترنت؟ وكيف انتشرت؟

في أوائل الستينات افترضت وزارة الدفاع الأمريكية وقوع كارثة نووية، ووضعت التصورات لما قد ينتج عن تأثير تلك الكارثة على الفعاليات المختلفة للجيش، وخاصة فعاليات مجال الاتصالات.

ومن ثمَّ كلفت الوزارة مجموعة من الباحثين بدراسة إيجاد شبكة اتصالات تستطيع أن تستمر في الوجود حتى في حالة هجوم نووي من الاتحاد السوفيتي أو غيره، وللتأكد بأن الاتصالات الحربية يمكن استمرارها في حاله حدوث أي حرب.

وأنت الفكرة وكانت غاية في الجرأة والبساطة، وهو أن يتم تكوين شبكة اتصالات، ليس لها مركز تحكم رئيس، فإذا ما دُمرت أحدها أو حتى دُمرت مائة من أطرافها فإن على هذا النظام أن يستمر في العمل، وفي الأساس فإن هذه الشبكة المراد تصميمها كانت للاستعمالات الحربية فقط.

وكانت هذه الشبكة بدائية، وتتكون من أربعة كمبيوترات كبيرة الحجم، مرتبطة ببعضها بواسطة توصيلات التليفون في مراكز أبحاث تابعه لجامعات أمريكية، وجعلت الوزارة هذه الشبكة ميسرة للجامعات ومراكز الأبحاث والمنظمات العلمية الأخرى، ولإجراء الأبحاث من أجل دراسة إمكانيات تطويرها، ثم نمت هذه الشبكة، وتحوّلت إلى نظام اتصالات فعال بشكل ملحوظ بعد ذلك.

(١) يراجع: فاعلية برنامج تدريبي من بُعد بالإنترنت على مهارات استخدام برامج الحاسوب، د/ محمد جابر خلف الله، ص ٧٢، رسالة دكتوراه غير منشورة بكلية التربية- جامعة الأزهر بالقاهرة ٢٠٠٦، وأثر استخدام الإنترنت على الفتيات في مجال الدعوة، أ.د/حصة الزيد، ص ١٣، ط دار التدمرية بالرياض ١٤٣٥هـ، وضوابط المشارك في الإنترنت وشبكات التواصل، د/عبد الرحمن العسكر، ص ٨، ط دار العصيمي بالرياض ١٤٣٦ هـ، وموقع موسوعة (ويكيبيديا) على الشبكة العنكبوتية (<https://ar.wikipedia.org/wiki>)... وغيرها.

كان هذا المشروع غير معروف حتى سنة ١٩٨٠م، ثم تم إظهاره للنور، ومنذ ذلك الحين فإن التغييرات أصبحت تحدث بسرعة كبيرة، واستمر هذا النظام في الاتساع والتنامي حتى وصل إلى صورته الحالية، في وقتنا الحاضر، وصارت الشبكة متاحة لكل الناس، ولكافة الأغراض والأهواء^(١).

(١) يراجع: شبكات المعلومات في التعليم العالي (التدريس والبحث) في تكنولوجيا التعليم، أ/عبدالله عمر خليل، ص ٩١، ط مركز الكتاب للنشر بالقاهرة ١٩٩٩م، وأثر استخدام الإنترنت على الفتيات في مجال الدعوة، أ.د/حصّة الزيد، ص ١٤، وموقع مجتمع الإنترنت (<http://www.internetsociety.org>) و (http://tarek_.tripod.com/internet.html)... وغيرها.

* شبكات التواصل الاجتماعية:-

تُعرّف "شبكات التواصل الاجتماعية" بأنها: -

مواقع تشكّل مجتمعات افتراضية - تحاكي الواقع - إلكترونية ضخمة، وتقدّم مجموعة من الخدمات التي تدعّم التواصل بين أعضاء الشبكة الاجتماعية، من خلال الخدمات والوسائل المقدمة، مثل التعارف والصدقة والمراسلة والمحادثة الفورية، وإنشاء صفحات للأفراد والمؤسسات، والمشاركة في الأحداث والمناسبات، ومشاركة الصور والفيديو والبرمجيات... وغيرها مع الآخرين^(١).

ويمكن أن تُعرّف بإيجاز بأنها: (مجموعة من المواقع على شبكة الإنترنت، تتيح التواصل بين الأفراد في مجتمع افتراضي، يجمعهم الاهتمام أو الانتماء لبلد أو مدرسة أو هدف معين في نظام عالمي ينقل المعلومات)^(٢).

هذا وقد ظهرت هذه الشبكات مؤخرًا في منتصف التسعينيات من القرن الماضي، وتحديدًا عام ١٩٩٥م^(٣)، وأبرز هذه الشبكات الآن (فيس بوك - تويتر - يوتيوب) ويُلقب بها على الهواتف الذكية ببرامج (واتس آب- انستجرام - تليجرام ...) وغيرها مما عمت به البلوى -غالبًا- وانتشر بأكثرها الفساد، وإشاعة ما يغضب رب العباد، نسأل الله تعالى أن يجنّبنا وإياكم الفتن، ما ظهر منها وما بطن.

(١) يراجع: الجيل الثاني من خدمات الإنترنت، د/محمود عبد الستار خليفة، ص ١١، مجلة علوم الاتصال، جامعة القاهرة، العدد ١٨، مارس ٢٠٠٩م، ومجالات توظيف الشبكات الاجتماعية في خدمة القرآن وعلومه، د/ياسر الشهري، ص ٣٦، بحث منشور ضمن منشورات كرسي القرآن وعلومه بجامعة الملك سعود بالسعودية.

(٢) الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة، أ/ سلطان الصاعدي، ص ٩، بحث منشور بموقع شبكة الألوكة ١٤٣٢هـ.

(٣) يراجع: أثر برنامج إرشادي لخفض درجة إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، د/ناصر العبيدي ص ١٩.

ومن خلال الوقوف على تعريف أهم المفردات والألفاظ الواردة بالعنوان كل لفظة على حدة، يتضح لنا المقصود بعنوان البحث مجموعاً، وأن المراد بإدمان الأنترنت وشبكات التواصل الاجتماعية هو: -

(الاعتیاد المستمر للفرد في تصفّح الإنترنت، واستغراقه وقتاً أطول في مشاهدته مواقع يرغبها ويفضلها، وإن لم تجلب له نفعاً، بل قد تؤثر عليه صحياً أو نفسياً أو خلقياً، مما يترتب عليه ضیاع واجبات وتكاليف).

وعرفه آخرون بأنه: (عبارة عن جملة من أعراض الاعتماد النفسي المستمرة على التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة، بقصد الدخول في حالة من النشوة دون وجود ضرورة لذلك، وظهور كثير من المعايير المصحوبة بالأعراض النفسية والاجتماعية ك فقدان مساندة المجتمع والشعور بالاكئاب)^(١).

وكلا التعريفين يلتقيان على: أن مدمن الإنترنت كمدمن الخمر أو المخدرات يلزم تعاطيه، ولا يستطيع الانقطاع عنه بسهولة، ويحس باضطرابات نفسية، وقلق متزايد عند انقطاع النت أو الكهراء، ويحس بالكآبة والحزن لذلك، نسأل الله تعالى أن يعافينا وإياكم، وأبناءنا وجميع أبناء المسلمين من ذلك، اللهم آمين.

* لكن متى يكون الشخص مدمناً للإنترنت؟

يستخدم أكثر الناس اليوم الشبكة العنكبوتية -عن طريق الحاسوب أو الهواتف الذكية- في مختلف مجالات الحياة، ومن هذه المجالات ما هو نافع صالح، ومنها ما هو ضار طالح، والمستخدمون لهذه المواقع والمجالات منهم من هو مدمن للإنترنت، ومنهم من ليس كذلك، لكن ما الحد الفاصل بين هؤلاء وأولئك؟ ومتى يُطلق وصف الإدمان على الشخص؟ ...

(١) يراجع: أثر برنامج إرشادي لخفض درجة إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، د/ناصر العبيدي ص ١٩، والإنترنت وخطره، د/ محمد الغامدي، عضو هيئة التدريس بجامعة أم القرى، بحث منشور بموقع (ملتقى أهل الحديث) على الشبكة الدولية، وإدمان الأنترنت وآثاره الجسدية والنفسية، د/حيدر طالب، أستاذ بجامعة بابل بالعراق، مقال منشور بالشبكة الدولية.

كل هذا وغيره نعرف الإجابة عنه فيما يلي فأقول وبالله التوفيق:-

* يركز تشخيص إدمان الإنترنت، وفقاً لتعريف معظم الخبراء على وجود صفتين مميزتين:

أولهما: إضاعة الكثير من الوقت - حدده بعض الباحثين بقضاء أربعين ساعة أو أكثر أسبوعياً على الإنترنت - بغض النظر عما يضيع من أجله^(١).

ثانيهما: ضياع أو تأخير كثير من الواجبات والأولويات التي كُفِّ بها الفرد، لضياعه كثير من الأوقات أمام النت، مما يتسبب في خسارة كبيرة للفرد، في تعليمه أو عمله أو بيته أو أسرته أو علاقاته مع الآخرين^(٢).

فمتى وجدت هاتين الصفتين أو إحداهما في شخص كان مدمناً، ومن طلب مزيداً من الدقة في التشخيص لمزيد من الدقة في العلاج أسوق له هنا مقياساً أعجبي ووضعه بعض الباحثين لقياس مدى إدمان الإنترنت عند الشخص، ومن خلال الإجابة على الأسئلة التي تضمنها يُعرف مستوى إدمان الشخص بدقة، مع استخدام المقياس الدقيق التالي:-

* من فضلك ضع علامة عند الرقم الذي اخترته، وكل رقم أمامه ما يمثله، كما يلي:-

١ = لا أفعله أبداً.

٢ = نادراً.

٣ = أحياناً.

٤ = عادة.

٥ = دائماً.

م	التقييم	١	٢	٣	٤	٥
١	هل تكثر عدد المرات التي تظل فيها على الإنترنت لوقت					

(١) الحاسب والشبكة إيجابيات وسلبيات، د/فهد العصيمي ص ٨٧، نقلاً عن مصدر أجنبي، بحث منشور بالشبكة الدولية.

(٢) مصيدة التشنت - كيف تركز في فوضى العالم الرقمي، فرانسيس بووث، ترجمة وتلخيص أ/زيد الزعبي، ص ١٤ بتصرف، منشور بموقع (شبكة الألوكة).

					أطول أكثر مما كنت تنوي؟
					٢ هل تكثر عدد المرات التي تتجاهل فيها الأعمال المنزلية من أجل قضاء المزيد من الوقت على الإنترنت؟
					٣ هل تكثر عدد المرات التي تفضل فيها الإثارة التي يقدمها الإنترنت على الألفة التي يقدمها شريك حياتك؟
					٤ كم عدد المرات التي تشكّل فيها علاقات جديدة مع مستخدمى الإنترنت؟
					٥ هل تكثر عدد المرات التي يشتكى فيها من يعيشون معك من كمّ الوقت الذي تقضيه على الإنترنت؟
					٦ هل تكثر عدد المرات التي تتأثر فيها درجاتك أو أعمالك المدرسية بسبب الوقت الذي تقضيه على الإنترنت؟
					٧ هل تكثر عدد المرات التي تتفقد فيها بريدك الإلكتروني بأمر آخر تحتاج إلى فعله؟
					٨ هل تكثر عدد المرات التي يعانيتها أداؤك أو إنتاجيتك في العمل بسبب الإنترنت؟
					٩ هل تكثر عدد المرات التي تصبح فيها دفاعيًا، أو متحفظًا عندما يسألك أي شخص عما تفعله على الإنترنت؟
					١٠ هل تكثر عدد المرات التي تقضي فيها على أفكارك المزعجة عن الحياة عن طريق أفكارك المهدئة حول الإنترنت؟
					١١ هل تكثر عدد المرات التي تجد فيها نفسك تتعجل موعد اتصالك بالإنترنت مرة أخرى؟
					١٢ هل تكثر عدد المرات التي فكرت فيها أن الحياة بدون إنترنت ستكون مملة، وفارغة، وخالية من السعادة؟
					١٣ هل تكثر عدد المرات التي تقول فيها كلمة لاذعة، أو تصيح، أو تنزعج عندما يضايقك شخص ما وأنت على الإنترنت؟
					١٤ هل تكثر عدد مرات عدم قدرتك على النوم بسبب البقاء على

ظاهرة إدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي وعلاج القرآن الكريم لها

					الإنترنت لوقت متأخر؟	
					هل تكثر عدد المرات التي تجد فيها نفسك مشغولاً بالإنترنت في الوقت الذي لاتستخدمه فيه، أو تتخيل استخدامه؟	١٥
					هل تكثر عدد المرات التي تجد فيها نفسك تقول " بضع دقائق أخرى فقط" عندما كون على الإنترنت؟	١٦
					هل تكثر عدد المرارا لتي تحاول فيها تقليل مقدار الوقت الذي تقضيه على الإنترنت، وتفشل؟	١٧
					هل تكثر عدد مرات محاولتك إخفاء الوقت الذي جلست فيه على الإنترنت؟	١٨
					هل تكثر عدد مرات اختيارك قضاء المزيد من الوقت على الإنترنت بدلاً من الخروج مع الآخرين؟	١٩
					هل تكثر عدد المرات التي تشعر فيها بأنك حزين، أو وكدي، أو عصبي عندما لا تكون على الإنترنت، ويذهب هذا الشعور بمجرد العودة للإنترنت مرة أخرى؟	٢٠

للتعرف على النتيجة تُجمع النقاط، وتُصنّف حسب التصنيف التالي:

- ٢٠-٣٩ نقطة: تستخدم الإنترنت بشكل متوسط، ومن المحتمل أنك تتصفح الإنترنت لفترة طويلة نسبياً، ولكنك تتحكم في استخدامك.
- ٤٠-٦٩ نقطة: تعاني مشكلات متكررة بسبب الإنترنت، ويجب أن تضع في اعتبارك أثرها الكبير على حياتك الآن ومستقبلاً.
- ٧٠-١٠٠ نقطة: استخدام الإنترنت يسبب مشكلات خطيرة في حياتك، ويجب أن تعالجها الآن^(١).

(١) يراجع: مصيدة التشتت- كيف تركز في فوضى العالم الرقمي، فرانسيس بووث، ترجمة وتلخيص أزيد الزعير، ص ٩، وأثر برنامج إرشادي لخفض درجة إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، د/ناصر العبيدي ص ٣١... وغيرهما.

ومما لا شك فيه أنه كلما زادت نقاط الشخص زاد مستوى إيمانه، وزادت كذلك مشكلات حياته المترتبة على إهلاك أعظم الأوقات وأنفسيها أمام كل غتّ وثمانين في هذه الشبكات. وأرى أن هذا المقياس أكثر دقة لمستوى إيمان الشخص لهذه الشبكات، وأكثر تحديداً لدرجة إقباله عليها من غيره، لذا فإني حَرَصْتُ على ذكره بأكمله ليعم النفع به، مع يسره وإمكانية تطبيقه، والله أعلى وأعلم.

المطلب الثاني: أسباب انتشار الإنترنت بالعالم.

المتأمل في واقع الحياة، وأحوال الناس اليوم في تعاملهم مع هذه الشبكة العنكبوتية يجد عدة أسباب أدت إلى انتشارها الواسع والسريع من أبرزها ما يلي:-

(أ) العالمية: حيث أذابت هذه الشبكة وتلك المواقع حدود المكان، وألغت الحواجز الجغرافية، وحطمت الحدود الدولية، فالفرد في الشرق يستطيع التواصل مع الفرد في الغرب، وكأنهما يجلسان في غرفة واحدة دون عناء أو جهد.

(ب) اليسر والسهولة: حيث إن الدخول على هذه المواقع والتصفح فيها لا يتطلب مزيد خبرة، أو شهادات أو مهارات معينة بل فقط معرفة الدخول والتصفح لأول مرة، ثم بعد ذلك يجد الشخص نفسه أمام بحر متلاطم الأمواج من المعلومات والأحداث والأخبار مما لا يحصيه الحصر أو العدّ.

(ت) قلة التكلفة أو انعدامها: فالاشتراك في الإنترنت في البيت أو العمل أو إتاحتها على الهاتف الشخصي ليس مرتفع التكلفة، بل هو اقتصادي موفّر، وربما يكون مجانيًا أحيانًا، بخلاف غيره من الوسائل...مما أتاح لكثير من الناس الاشتراك والتصفح والتسجيل في أي موقع يريدون بلا تكلفة تُذكر.

(ث) التفاعل: الوسائل الإعلامية الحالية من الصحف والمجلات والتلفاز... ونحوها كان الفرد - ولا زال- دوره معها سلبيًا محدودًا، حيث يقتصر على التلقي فقط، بخلاف المشارك في الانترنت فلا يقتصر دوره على التلقي أو الاستماع بل تعدّى إلى المشاركة والتعليق والتحليل والإضافة والردود... وغير ذلك.

(ج) التنوع والتعدد: فالشبكة الدولية متنوعة في الوسائل والأهداف والأغراض، فيستخدمها العالم لبت علمه ومحاضراته، وطالب العلم للبحث عن دراساته وأبحاثه، مع إمكانية تنزيل أو قراءة ما يريد من الكتب ووسائل المختلفة، وكذلك التاجر في ترويج تجارته وسلعته... إلى غير ذلك، مع

تعدّد وتنوّع الوسائل المستخدمة فيها من الصور والفيديوهات والأصوات ... وغير ذلك مما لم يكن متاحًا من ذي قبل^(١) ...

هذا وإن أسباب انتشار هذه الشبكات ووسائل التواصل كثيرة ومتنوعة لكن أكتفي بما ذُكر لكونه أبرزها، وأوقاها، وهذا كله من عظيم فيض إكرام الله تعالى لبني الإنسان الذي سخر الكون لأجله ولأجل نفعه وراحته، وفضله على جميع من خلق تفضيلاً...

وصدق الله تعالى حين قال: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾ [الإسراء: ٧٠].

وقد جمعت الآية الكريمة على وجازتها (خمس منن: التكريم، وتسخير المراكب في البر، وتسخير المراكب في البحر، والرزق من الطيبات، والتفضيل على كثير من المخلوقات.

فأما منّة التكريم فهي مزية خص بها الله بني آدم من بين سائر المخلوقات الأرضية.

والتكريم: جعله كريماً، أي نفيساً غير مبذول، ولا ذليل في صورته ولا في حركة مشيه وفي بشرته، فإن جميع الحيوان لا يعرف النظافة، ولا اللباس، ولا ترفيه المضجع والمأكل، ولا حسن كيفية تناول الطعام والشراب، ولا الاستعداد لما ينفعه، ودفع ما يضره، ولا شعوره بما في ذاته وعقله من المحاسن فيستزيد منها، والقبائح فيسترها ويدفعها، بله الخلو عن المعارف والصنائع وعن قبول التطور في أساليب حياته وحضارته...^(٢).

فحريّ بهذا الإنسان المفضّل على الخلق أجمعين، والمكرّم بصنوف النعم أن يكون أكثر الخلائق شكراً وطاعة لرب العالمين، وأن يستعمل هذه النعم في مرضاة الله تعالى لا

(١) للمزيد يراجع: الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة، /أ/ سلطان الصاعدي، ص ١١، وضوابط المشارك في الإنترنت وشبكات التواصل، /د/ عبد الرحمن العسكر، ص ١١... وغيرهما.

(٢) التحرير والتطوير للشيخ/ محمد الطاهر بن عاشور (ت ١٣٩٣هـ)، ١٥/١٦٤، ط الدار التونسية للنشر -

العكس... نسأل الله تعالى بمنّه وكرمه أن يستعملنا وإياكم في طاعته، ويغفر زلّاتنا أجمعين، اللهم آمين.

المطلب الثالث: تصوير الظاهرة.

لن أجهد القارئ الكريم في قراءة الكثير عن تصوير ظاهرة إدمان الإنترنت اليوم، ولن أجهد نفسي أنا بكتابة المزيد والمزيد عنها، فالأمر صار أشهر من الشمس في كبد السماء وقت الظهيرة، وبات معلوماً لدى الجميع أن متابعة الناس للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعية على اختلاف أنواعها وألوانها من (فيس بوك وتويتر ويوتيوب، وواتس آب، وماسنجر... وغيرها) صار لافتاً للأنظار ومُقلِّقاً في آن واحد، حتى إنك تجد الكبار والصغار، والشباب والشيب، والبنين والبنات، والرجال والنساء... الكل قد التقم هاتفه أو جهازه المحمول، وأخذ يحملق فيه، لا يلتفت عنه يمنية أو يسرة، يقرأ رسالة لهذا، أو يرسل رسالة لذاك، أو يعلّق على خبر لشخص، أو يسجل إعجاباً بصورة أو منشور لآخر... وهكذا يعيش في عالم آخر غير العالم الذي حوله، ولا يكاد يحس بمن حوله إلا إذا صرّخت فيه أو صرّخت في وجهه مخبراً إياه بمرادك...

ولا يثني عزمه عن مواصلة ذلك أن كان سائقاً لسيارته، أو جالساً بحضرة أستاذه، أو يخاطبه أحد والديه، أو يستذكر دروسه، واختباره بعد سويغات، أو يكلم أحد أصحابه... أو حتى في صلاته بين يدي ربه سبحانه، مفكراً ماذا يكتب أو بماذا يعلّق... وهكذا.

بل من أعجب ما وقعت عليه عيناى أنني أعرف شيئاً جاوز الثمانين من عمره، ويكاد حاجبه يسقط على عينه من شدة الكبر، حينما يدخل المسجد لأداء صلاة من الصلوات، وبعد أدائه لتحية المسجد إذا به يُخرج هاتفه المحمول يقبّل صفحاته المختلفة، ويرد على رسائله... وهكذا حتى يُقام للصلاة، وفور الانتهاء منها إذا به يتمتم بأذكار ما بعد الصلاة مُسرِعاً وجواله بيده أيضاً، فكيف حاله بينهما من الخشوع والتدبر وحضور القلب، ونحو ذلك من أركان الصلاة وآدابها!؟

فبالله عليكم إذا كان هذا حال الشيخ الفاني مع تقنيات العصر الحديث، فكيف الحال بمن صغر عنه سناً، وتوفرت لديه دواعي الفتن، وأسباب الإغراء... نسأل الله تعالى السلامة والنجاة من الفتن، ما ظهر منها وما بطن...

ناهيك عن العلاقات والصدقات والمحادثات والمهارات التي تحدث بين الشباب والشابات، والفتيان والفتيات، وما ينتج عنها من مبطلات ومحرمات، حرّمها رب الأرض والسموات... وهذا فيض من غيظ، وقطرة من بحر الحياة، وما يعج به الواقع من الفتن بأموالها المتلاطمة أكثر وأكثر، نسأل الله تعالى لنا ولكم وللمسلمين النجاة منها أجمعين، اللهم آمين.

المبحث الثاني

أهم مخاطر وأضرار إدمان الإنترنت على الفرد والمجتمع.

يُعد من الأهمية بمكان أن يذكر البحث أهم آثار ومخاطر تصفح الإنترنت، وبخاصة عند إدمانه والجلوس أمامه لساعات طوال، في تصفّح الرسائل والأخبار، ومواقع التواصل... وغيرها، فإن معرفة الشرّ لا للشرّ ولكن لتوقيه، ومن لا يعرف الشر يقع فيه... وهذا يُعدّ من أول خطوات العلاج، فإن من تأمل في هذه المخاطر والأضرار لأقلع أو قلّل من تصفّحه لهذه الشبكات وأشباهها، وسيكون الحديث عن هذه الأضرار والمخاطر من خلال مطلبين كما يلي:-

المطلب الأول: أضرار إدمان الإنترنت على الفرد.

المدمن للإنترنت من الجنسين يُصاب بعدة أضرار وأعراض، ولن يستقصيها البحث بل يقتصر على أهمها تاركًا التفاصيل لمحلها، وهذه الأضرار تتنوع ما بين عقديّة وصحية ونفسية...

أما بالنسبة للأضرار العقديّة فحدّث ولا حرج:

منها: تشكيك مرتادي هذه الشبكات من الشباب وبخاصة من لم يتسلح بسلاح علم العقيدة الصحيحة- في عقائدهم الإسلامية، كالتشكيك في ذات الله تعالى، وما يجب في حقه تعالى، وما يجوز وما يستحيل، والتشكيك في اليوم الآخر وإمكانية وقوعه، والجنة والنار... إلى آخر ما يتعلق بأمر العقيدة.

ومنها: الطعن والتشكيك في الأصول الإسلامية من قرآن وسنة، وإثارة الشبهات المزعومة حولهما... وغير ذلك الكثير والكثير مما هو باد لكل ذي لب وبصيرة.

ومنها: الطعن في جانب الرسول المعصوم (ﷺ) وطرح الشبهات المتعلقة به وبزوجاته الطاهرات، وبخاصة المواقع الرافضية واليهودية والنصرانية.

ومنها: التشكيك أو التقليل من الجهود الضخمة والعظيمة التي قام بها الصحابة الكرام في نصرته هذا الدين الحنيف، وادعائهم أنه انتشر بحد السيف...

أما بالنسبة للأعراض الصحية لمدمني الإنترنت فمنها: التعب والخمول والأرق والحرمان من النوم وآلام الظهر والرقبة والتهاب العينين، هذا بالإضافة لمخاطر الإشعاعات الكهرومغناطيسية الصادرة من شاشات أجهزة الاتصال والتكنولوجيا الحديثة كالحاسوب والهواتف الذكية والأيباد... وغيرها، مع ظهور بعض الأعراض العضوية في الجهاز المخي العصبي، وتتسبب في خفض معدلات التركيز الذهني، والتغيرات السلوكية، والإحباط والرغبة في الانتحار، إضافة إلى الشعور بتأثيرات وقتية، منها النسيان وعدم القدرة على التركيز، بالإضافة إلى إضرابات الأكل والهضم، حيث يتم تناول أكثر وجباته أمام أجهزته وهواتفه.

ومن الأعراض النفسية: الوحدة والعزلة والاكتئاب والقلق والتأخر عن العمل وحوث مشكلات زوجية وأسرية وفقدان للعلاقات الأسرية والاجتماعية، وعدم قضاء وقت كاف مع الأسرة والأصدقاء... إلخ.

وليس البحث مجالاً للرصد التام لمثل هذه الأمور، وفيما ذكر منها الغنية والكفاية.

المطلب الثاني : أهم مخاطر وأضرار الإنترنت على المجتمع.

الأضرار المترتبة على إدمان أفراد المجتمع تصفح المواقع وشبكات التواصل كثيرة، وشرها مستطير إن لم تتدارك الأمة هذا الخطر المحدق بها وبأبنائها، وهذه الأخطار تتبع الأضرار السابقة، فما المجتمع إلا مجموعة من الأفراد، وما يصيب البعض يؤثر على الكل بلا شك، لكني هنا أركز على أهمها:-

فمنها: بث الأفكار التطرفية الهدامة، التي لا تعرف إلا الدموية حلاً لمشاكل المجتمع، ولا شيء سواها، وتجعل هذه الأفكار الشباب ناقمين على مجتمعاتهم وأوطانهم، وما الأحداث الإرهابية الغادرة التي تظهر على الساحة من حين لآخر، والتي تُزهق فيها أرواح كثير من الأبرياء ذوي الدماء المعصومة إلا نتاج هذه الأفكار والأوهام، ولكن يدبرون ويمكرون والله خير الماكرين.

ومنها: إشاعة الفاحشة بمختلف أنواعها ووسائلها في المجتمع، ولا شك هذا له أثره في تقويض دعائم المجتمع، وما انتشرت الفاحشة في قوم إلا رماهم الله تعالى بالأوجاع والطواعين التي لم تكن في أسلافهم، نسأل الله تعالى أن يحفظ جميع بلاد المسلمين من كل مكروه وسوء، اللهم آمين.

ومنها: شيوع روح الكسل والخمول وعدم السعي خلف الرزق والمعالي والفضائل والأعمال الطيبة لاكتسابها، حيث يقضي المدمنون معظم وأثنى أقاتهم مع هذه الشبكات في الليل ساهرين، فكيف يصبحون جادّين في أداء ما كُلفوا به نشيطين؟! ولطلب العلم مقبلين؟ وعلى الكسب الحلال ساعين، وللفضائل مكتسبين!؟

إلا من رحم ربك - وهم قلة نادرة-

ومنها: ما وصفه بعض الباحثين اجتماعياً بقوله:

(المنحى الاجتماعي الخطير الذي يتزايد اليوم: هو الزيجات التي تتم عبر الإنترنت بل والطلاق أيضاً! أما اللقاءات العاطفية التي تكون قد نشأت وترعرعت في فضاء الهذر السخيف، وسببت الكثير من المشاكل النفسية والاجتماعية، فهي أكثر من أن تحصى، وقد يتمكن الفرد من

الاستغناء عن العالم أجمع لو توفر له الإنترنت... ولمعرفة قدرة الفرد على العيش فقط مع الإنترنت تم إقامة تجربة على شاب في مقتبل العمر، حيث دخل إلى بيته وحيداً لآخر مرة قبل أن يخرج منه بعد ثمانية أشهر كاملة! والحكمة في هذه الحادثة أن شركة حاسوب عالمية قررت رعاية التجربة لإثبات أن الإنسان لم يعد اجتماعياً بطبعه، بل له القدرة على العيش منفرداً لمدة ثمانية أشهر، يأكل ويشرب وينام، كذلك يعمل ويتسلى وربما يتزوج عن طريق الحاسوب فقط^(١)، ولا شك أن هذا الفرد يصير في معزل عن المجتمع بأسره، يعيش عالماً آخر، يُكَيِّفه لنفسه حسبما يشاء، وهذا وأمثاله يؤثر -إن لم يؤخر- في عجلة تقدم الحياة.

ولو تقصى البحث لاسترسل واسترسل، وذكر الشيء الكثير مما لا يخفى على كل ذي لب وعقل وبصيرة، وعليه فلا تمت داع للاستقصاء... وبخاصة أنها ظاهرة يلمسها المجتمع بأسره، وفيما ذكر الغنى والكفاية، والله الموفق والمعين.

(١) التقنيات الحديثة- فوائد وأضرار: دراسة للتأثيرات السلبية على صحة الفرد أ.د/ شعاع اليوسف، ضمن سلسلة «كتاب الأمة» التي يصدرها مركز البحوث والدراسات في وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية بدولة قطر، العدد الثاني عشر بعد المائة- ربيع الأول ١٤٢٧هـ للسنة السادسة والعشرين.

المبحث الثالث

العلاج القرآني لظاهرة إدمان الإنترنت.

تمهيد:

بعد الجولة السابقة مع التعريفات والتقسيمات، وإبراز المخاطر والآثار، أن للعقل الآن أن يستريح، وللقلب أن يأنس ويطمئن، ولا أنس ولا طمأنينة إلا مع كلام الله تعالى وذكره، حيث قال سبحانه: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]، والقرآن أشرف وأعلى أنواع ذكره سبحانه، وسنقلب صفحاته سويًا لنرى أنواره المشرقة في العلاج وغيره، لكن قبل العلاج يحسن أن يبين البحث أصناف المتعاملين مع الشبكة، ثم يبين ثانيًا ما يخص كل صنف، فالتشخيص السديد يترتب عليه العلاج السديد بإذن الله تعالى، وذلك في المطالب التالية:

المطلب الأول: أصناف مستخدمي الإنترنت، وبيان ما يخص كل صنف منهم.

البحث سيقسم المتعاملين مع الإنترنت إلى ثلاثة أصناف:

أولها: المنتفعون السابقون، وثانيها: المقتصدون، وثالثها: الظالمون لأنفسهم، الصنف

الأول: المنتفعون السابقون، وما ينبغي لهم تجاه الإنترنت.

شبكة الإنترنت وانتشارها بين الناس نعمة من نعم الله تعالى على خلقه، لكن من الناس من يحسن استغلالها فيما يعود عليه بالنفع في دينه أو دنياه، ومنهم من ليس كذلك، فاستعملها فقط للتسلية والترفيه المجردين من أي نفع، بل قد يشوبهما كثير من الأضرار والسيئات والمحرمات... ومنهم من هو مقتصد بين الفريقين.

فأما المنتفعون السابقون، وهم الذين غلبت حسناتهم في استعمال هذه الشبكة، وجعلوها - كسائر نعم الله تعالى عليهم - مطية للأخرة، وزادًا ينفعهم يوم لا ينفع مال ولا بنون، فانتعفوا في أنفسهم بالاطلاع على مصادر العلم وكتبه، من خلال المكتبات الوقفية والمخطوطات وغيرها، واطلعوا على المستجدات، وآخر ما توصل العلم إليه من أبحاث في فن من الفنون، وتواصلوا مع

المعنيين بذلك في أي بلد من البلدان بلا كلفة ولا مشقة تُذكر، وكذلك نشروا العلم والعمل الصالح بين الناس، وأفتوهم وعرفوهم تعاليم الدين السمح، من خلال المواقع والمكتبات الإلكترونية والسمعية والمرئية ... وغيرها، وانتفع بذلك في الدين والدنيا، والعاجل والأجل.

وأمثال هؤلاء لا يقصدهم البحث، وليسوا داخلين في العلاج، بل فقط يوصيهم البحث بالتأمل في العلاجات عمومًا والإفادة منها في الجملة، فحسبها أنها مستنبطة من كلام رب العالمين، تواصلًا بالحق، وتنظيمًا للأوقات، وبلوغًا لأقصى غاية من غايات الانتفاع بالأزمان والأعمار، مع مراعاة ضوابط المشاركة في الإنترنت، والتي من أهمها ما يلي:-

١- الإقتصار على نشر الفضائل التي أقرها الشرع، وتحري الصدق في جميع كلماته وأفعاله، قال تعالى: ﴿ وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا ﴾ [الإسراء: ٥٣]، وقال أيضًا: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ ﴾ [التوبة: ١١٩].

٢- التثبت من أي شيء قبل نشره أو مشاركته، فربما يكون باطلاً لا أساس له من الصحة، قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِمَجهَلَةٍ فَتُصْحَبُوا عَلٰى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ ﴾ [الحجرات: ٦]، وقد يقع المشارك في الوعيد حين ينشر حديثًا عن النبي (ﷺ) لم يتأكد من صحته، أو لا أصل له أساسًا، وقد يشتمل حينئذ على بدعة أو خرافة فيعظم الإثم، ويشتد الخطر.

٣- ينبغي للمشارك في كتابات الإنترنت أن يأمر بالمعروف، وينهى عن المنكر ما استلزم الأمر ذلك، وينشر شرع الله تعالى، وهدى النبي (ﷺ) ويسخر هذه التقنيات في خدمة الله تعالى، حيث السرعة والانتشار والإقبال... وفي ذلك يقول ربنا سبحانه: ﴿ وَلَتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْعُرْفِ وَيَنهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [آل عمران: ١٠٤].

٤- الائتثار بالخير قبل أن يحصّ غيره عليه، والانتهااء عن المنهي قبل أن يحثّ غيره بالانتهااء عنه، ولا يحمله حبه للخير على النشر والإرسال قبل التطبيق والتنفيذ على نفسه وأهل بيته، وإلا دخل تحت طائلة قوله تعالى: ﴿ أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنفُسَكُمْ ﴾ [البقرة: ٤٤] ...وغيره من النصوص.

٥- إحسان الظن بالمسلمين، والتماس الأعذار لهم، فإذا ما قرأ خبرًا عن أحد يوهم ظاهره خلاف الخير والصدق، فليحسن الظن بأخيه المسلم، ويحمل هذا الأمر على الخير ما وجد له محملاً، وكذلك إذا أرسل رسالة لأحد من أي نوع، وتبين له أن المرسل إليه قد قرأها، لكنه لم يرد فيعذره لانشغاله أو نسيانه... إلخ، ودليله قوله تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ ﴾ [الحجرات: ١٢].

٦- عدم إشاعة الفاحشة، وما يساعد عليها بأي نوع من أنواع أو وسائل النشر، ففاعل ذلك توعده الله تعالى بالعذاب الأليم في الدنيا والآخرة، كما قال تعالى: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَن تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ ءَامَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾ [النور: ١٩].

٧- عدم السخرية أو الاستهزاء بأي أحد أو مقولة أو خبر أو تعليق، وانتقاء أطيب الكلم، وأعف العبارات والكنيات في تصوير شيء ما يعف اللسان عن التصريح به، فالله سبحانه: ﴿ إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ ﴾ [فاطر: ١٠]، وقال أيضًا: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُوا قَوْمٍ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِّن نِّسَاءِ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ ﴾ [الحجرات: ١١]، وكما كنى القرآن عن قضاء الحاجة بأكل الطعام في قوله تعالى: ﴿ كَأَنَّا يَأْكُلُ النَّعْمَ ﴾ [المائدة: ٧٥].

٨- ضبط الوقت، وتحديد بوقت معين مسبقاً، لا يطغى هذا على الواجبات والمسؤوليات وسائر الأمور الأخرى التي كُلف بها المسلم، وإلا سرقه الوقت والعمر دون أن يدري، مع تحديد الأهداف من تصفح الإنترنت قبل البدء، وكذلك تحديد الوسائل والبرامج التي تحقق هذه الأهداف، فذلك كله مما يعين على اغتنام الأوقات والأعمار، ورائد ذلك كله قوله تعالى:

﴿فَأَنقُوا لِلَّهِ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَأَسْمِعُوا وَأَطِيعُوا﴾ [التغابن: ١٦].

٩- وبالجملة البعد عن جميع المنكرات والمحرمات من (غيبة ونميمة وتتبع عورات وتحسس لأخبار الآخرين وتجريح وتشهير بأحد-...) قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ [الإسراء: ٣٦].

١٠- الاجتهاد في أن تكون جميع المشاركات والتعليقات والرسائل بالعربية الفصحى، إحياء لها، ونشرًا لألفاظها بين الناس، وتيسيرًا للتعامل بها، كتابة وتخطبًا وتعاملاً، فهي لغة القرآن، كما قال تعالى: ﴿إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ قُرْآنًا عَرَبِيًّا لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ﴾ [يوسف: ٢]... وهناك الكثير من الضوابط التي ينبغي العناية بها، ومراعاتها أثناء المشاركات في الشبكة، فهي إما حسنات موصولة إلى يوم القيامة، وإما سيئات دائمة ما دامت السماوات والأرض، لكنني اكتفيت بما رأيته مهمًا، والله الموفق.

الصنف الثاني: المقتصدون، وتوجيهات القرآن لهم.

البحث يقصد في علاجاته التركيز على الصنف الثاني "المقتصدون"، والذي يليه "المقصدون".

فالمقتصدون هم الذين توسطوا فخطوا عملاً صالحاً وآخر سيئاً، واستوت حسناتهم مع سيئاتهم في تعاملهم مع هذه الشبكة، فكان جانب النفع يمثل النصف (الخمسين بالمائة)، وجانب التسلية والترفيه والتواصل المحض والدرشات... يمثل النصف الآخر، وقد يغلب هذا على ذلك أو العكس، فهم في مُداولة بين الخير والشر، وصراع دائم بين الحق والباطل... وسيعرض البحث الآن لهذا الصنف بعض العلاجات القرآنية التي تتفهم في العلاج بإذن الله تعالى كما يلي:-

أولاً: الاستشعار بالمرض وإرادة التغيير للأفضل.

أول خطوات علاج أي مرض أن يستشعر المريض أنه مريض، ومن ثم فإنه يذهب إلى الطبيب ليقدم له العلاج المناسب، والأمر كذلك هنا لا بدّ أن يستشعر المقتصد أنه أصابه نوع من مرض الولع بالإنترنت، الذي أضع عليه كثيراً من أوقاته الذهبية هباء منثوراً -مع استحضاره لمخاطر الإنترنت السابقة وغيرها- وهو لا زال مصاباً بهذا الداء، فإن استشعر ذلك، وأحس بعظيم خطره، واعترف بعجزه، وطلب العون من ربه أقبل الله تعالى عليه ومنحه ما يريد، كما يشير إليه قوله تعالى: ﴿إِن يَعْلَمَ اللَّهُ فِي قُلُوبِكُمْ خَيْرًا يُؤْتِكُمْ خَيْرًا﴾ [الأنفال: ٧٠]، والآية الكريمة وإن كانت نازلة في أحداث غزوة بدر إلا أن العبرة بعموم اللفظ لا بخصوص السبب -كما هو مقرر عند جمهور أهل العلم- وعليه فالمعنى: (إن يعلم الله في قلوبكم خيراً من حسن إيمان، وصلاح نية، وخلوص طوية يؤتكم خيراً)^(١).

ويؤكد الفخر على هذا العموم فيقول: (يجب أن يكون المراد من هذا الخير: الإيمان والعزم على طاعة الله وطاعة رسوله في جميع التكليف، والتوبة عن الكفر وعن جميع المعاصي)^(٢). وقال سبحانه وتعالى أيضاً في العلاج عند إرادة تغيير الشخص من عاداته المرذولة: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ [الرعد: ١١]، فلا بد للشخص أولاً أن يستشعر حاجته الماسة والملحة إلى التغيير للأفضل وسيعينه الله تعالى ويوفقه.

وكما قال أيضاً: ﴿ذَٰلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ [الأنفال: ٥٣]، والآيات الكريمة أكثر وأوضح من آت عليها، أو أثنعها بشرح أو توضيح لما أسئد لها عليه.

(١) فتح القدير لمحمد بن علي الشوكاني (ت ١٢٥٠هـ) ٣٤٧/٢، ط١، دار ابن كثير، بيروت، ١٤١٤هـ.

(٢) مفاتيح الغيب لأبي عبد الله محمد بن عمر الرازي (ت ٦٠٦هـ) ١٥/٥١٣، ط٣، دار إحياء التراث العربي،

بيروت، ١٤٢٠هـ.

وعن الإرادة الذاتية للتغيير وأهمية البدء فيها بالفعل، وبعدها يحصل العبد على عون الله تعالى وازدياد هدايته، يقول الله تعالى عن أصحاب الكهف: ﴿لَيْسَ فِيهِمْ فَتْنَةٌ ءَامَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاهُمْ هُدًى﴾ [الكهف: ١٣]، فهؤلاء الفتية أرادوا التغيير فآمنوا بالحق أولاً، وسلكوا طريقه بالفعل فزادهم الله تعالى هداية فوق هدايتهم.

ويتأكد لنا هذا المعنى أيضاً من قوله تعالى: ﴿وَيَزِيدُ اللَّهُ الَّذِينَ اهْتَدَوْا هُدًى﴾ [مريم: ٧٦]، فهؤلاء لما أرادوا التغيير للأفضل هداهم الله تعالى لطريق الحق فسلكوه، ولما سلكوه بالفعل زادهم الله تعالى هداية... والآيات في هذا الصدد كثيرة لا يتسع المقام لسردها. وفي المقابل نرى الفريق الآخر لما سلكوا بأنفسهم طريق الضلالة أولاً زيدوا ضلالة فوق ضلالهم، اقرأ معي قوله الحق سبحانه: ﴿فَلَمَّا زَاغُوا أَزَاغَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ﴾ [الصف: ٥]، أي: فلما عدلوا عن اتباع الحق مع علمهم به، أزاع الله قلوبهم عن الهدى، وأسكنها الشك والحيرة والخذلان، كما قال تعالى: ﴿وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَأَبْصَارَهُمْ كَمَا لَمْ يُؤْمِنُوا بِهِ ءَوَّلَ مَرَّةٍ وَنَذَرُهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ﴾ [الأنعام: ١١٠]، وقال: ﴿وَمَنْ يُشَاقِقِ الرَّسُولَ مِنْ بَعْدِ مَا بُيِّنَ لَهُ الْهُدَىٰ وَيَتَّبِعْ غَيْرَ سَبِيلِ الْمُؤْمِنِينَ نُوَلِّهِ مَا تَوَلَّىٰ وَنُصَلِّهِ ۖ جَهَنَّمَ وَسَاءَتْ مَصِيرًا﴾ [النساء: ١١٥]^(١)، والله أعلم.

ثانياً: صدق اللجوء إلى الله تعالى، والتضرع إليه بالدعاء.

الإنسان بطبعه ضعيف، لا يقوى أمام المغريات وفتن الشبكات، وصدق وصف الخالق فيه حين قال: ﴿وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا﴾ [النساء: ٢٨]، ولذا فهو أحوج ما يكون إلى ربه سبحانه، يدعو ليعينه ويقويه، ويتضرع إليه ليثبتته أمام هذه الفتن والمغريات، ولن يكون ذلك إلا بصدق

(١) تفسير القرآن العظيم لأبي الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير (ت ٧٧٤هـ) ١٠٩/٨، تحقيق/سامي سلامة، ط٢، دار طيبة للنشر والتوزيع، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م.

اللجوء إلى الله تعالى، وخالص الدعاء له سبحانه، وإذا كان الله تعالى قد قال لنبيه (ﷺ): ﴿وَلَوْلَا أَنْ ثَبَّنَّاكَ لَفَكَدْتَّ تَرَكَنُ إِلَيْهِمْ شَيْئًا قَلِيلًا﴾ [الإسراء: ٧٤]، فكيف الحال بنا ونحن الضعفاء المحاويج؟!

وذكر سبحانه أيضًا عن يوسف (عليه السلام) صدق اللجوء إلى ربه فقال: ﴿قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُنْ مِنَ الْخٰسِرِينَ﴾ [يوسف: ٣٣]، وهنا يروي الطبري عن ابن زيد أنه قال: (إلا يكن منك أنت العون والمنعة، لا يكن مني ولا عندي)^(١)، ومن ثم جاءت الإجابة والفرج بعده مباشرة: ﴿فَاسْتَجَابَ لَهُ رَبُّهُ فَصَرَفَ عَنْهُ كَيْدَهُنَّ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ [يوسف: ٣٤].

وينعي الله تعالى على بعض الأمم السابقة عدم تضرعها إليه، ودعائه إياه مع حلول ما يوجب ذلك بهم، فقال سبحانه: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِّن قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُم بِالْأَسَاءِ وَالضَّرِّ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ﴾ [٤٤] ﴿فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [٤٣] [الأنعام: ٤٢، ٤٣]، أي: اختبرناهم بالفقر والضييق في العيش، والأمراض والأسقام والآلام، لعلهم يدعون الله ويتضرعون إليه ويخشعون، ثم يقول تعالى: ﴿فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [الأنعام: ٤٣]

﴿فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [الأنعام: ٤٣]، أي: فهلاً إذ ابتليناهم بذلك تضرعوا إلينا وتمسكوا إلينا ولكن قست قلوبهم، فما رقت ولا خشعت، وزين لهم الشيطان ما كانوا يعملون من الشرك والمعاصي^(٢).

(١) جامع البيان في تأويل القرآن لأبي جعفر محمد بن جرير الطبري (ت ٣١٠هـ) ١٦/٨٩، تحقيق الشيخ/

أحمد محمد شاكر، ط ١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠م.

(٢) تفسير ابن كثير ٣/٢٥٦.

والإنسان في تعامله مع هذه الشبكات أحوج ما يكون إلى صدق اللجوء إلى ربه، وحسن دعائه ليدفع عنه فتن وشرور هذه التقنيات، وأن يرزقه خيرها، ويصرف عنه شرها...
ويتلمّس الداعي أسباب الإجابة، من البدء بحسن الثناء على الرب سبحانه بما أهله، ثم الصلاة على نبيه (ﷺ)، وتحري أوقات الإجابة، وطيب المكاسب، والإلحاح، وعدم تعجل الإجابة... ونحوها.

ثالثاً: الانتباه إلى قيمة الوقت، وأهمية تنظيمه.

الوقت هو رأس مال الإنسان وعمره، فإن ضاع شيء منه فلم ولن يتعلق بعودته أمل إلى يوم القيامة، ومن ثمّ فينبغي للمؤمن الحصيف أن يحرص عليه أكثر من حرصه على دراهمه ودنانيره لأن الأخيرة يمكن تعويضها، أما الوقت فلا...
وإنك لترى الشخص حينما يتصفّح الإنترنت، ويقبّل بعض مواقعه، يهلك كثيراً من الوقت، يتجاوز الساعات المتواصلة، دون أن يدري أو يشعر، بلا ملل أو كلل، وقد يضيع بذلك صلاة، أو يفترط في حق من الحقوق، أو لا يجيب نداء أحد الوالدين... ونحو ذلك، ومن هنا صار الأمر خطيراً، وداء عضالاً.
والقرآن الكريم عالج هذا الأمر، ولفت الأنظار إلى قيمة الوقت، وأهمية الحفاظ عليه في عدة صور، أهمها:

(١) أنه جعل في اختلاف الليل والنهار العبر والعظات، التي لا يلتفت إليها إلا أولو الألباب فقال تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ﴾ [آل عمران: ١٩٠].

والمراد باختلاف الليل والنهار: تعاقبهما، وكون كل واحد منهما يخلف الآخر، وتفاوتهما طولاً وقصرًا، وحرًا وبردًا، ففي ذلك دلالات واضحة، وبراهين بينة، تدل على الخالق سبحانه، والمراد بأولي الألباب: أهل العقول الصحيحة الخالصة عن شوائب النقص، فإن مجرد التفكير فيما

قصه الله في هذه الآية يكفي العاقل، ويوصله إلى الإيمان الذي لا تزلزله الشبه، ولا تدفعه التشكيكات^(١).

وجعل القرآن تقلب الليل والنهار واختلافهما عبرة لأولي البصيرة والنهي، فقال تعالى: ﴿يُقَلِّبُ اللَّهُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَعِبْرَةً لِّأُولِي الْأَبْصَارِ﴾ [النور: ٤٤].

بل جعل تقلبهما واختلافهما عبرة لأولي التقى، فقال تعالى: ﴿إِنَّ فِي اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقُوبُ﴾ [يونس: ٦]، فحري بمن أراد أن يتصف بهذه الأوصاف الحميدة أن يحفظ وقته وحياته.

(٢) أنه جعل الليل والنهار خلفه، يخلف أحدهما الآخر ويعقبه، فمن فاتته عبادة بالليل أداها بالنهار، ومن فاتته عبادة بالنهار أداها بالليل، قال تعالى: ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَن أَرَادَ أَنْ يَنْتَكِرَ أَوْ أَرَادَ سُكُورًا﴾ [الفرقان: ٦٢].

(٣) أنه تعالى جعل لكل واحد من الأحياء أجلاً لا يتخطاه، ولا يتقدم عنه ساعة ولا يتأخر، ولا يعلم متى يكون، قال تعالى: ﴿وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ﴾ [الأعراف: ٣٤]، والآية الكريمة وإن كانت واردة في شأن الأمة والجماعة إلا أنها تشمل الأفراد أيضاً^(٢).

فعلى العاقل أن يغتنم الأيام والليالي بما يقربه من ربه قبل حلول أجله.

(٤) أنه ذكر موقف المحتضر الذي قصر في اغتنام وقته وحياته بالصالحات، وذكر أمنيته في العودة والرجوع ليعوّض هذا النقصير، ولكن هيهات هيهات.

(١) فتح القدير ١/٤٧٠.

(٢) يراجع: تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان للشيخ/ عبد الرحمن السعدي (ت ١٣٧٦هـ)

ص ٢٨٧، تحقيق د/ عبد الرحمن اللويح، ط ١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠ م.

قال تعالى: ﴿ حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ ﴿١٩﴾ لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةٌ هُوَ قَائِلُهَا وَمِن وَرَائِهِم بَرْزَخٌ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ ﴿٢٠﴾ ﴾ [المؤمنون: ٩٩، ١٠٠].

(٥) أنه ذكر الحسرة والندامة التي يصرخ بها يوم القيامة أهل التقصير والتفريط في اغتنام

الحياة والأوقات بالطاعات، قال تعالى: ﴿ وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الْمُجْرِمُونَ نَاكِسُو رُءُوسِهِمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ رَبَّنَا أَبْصَرْنَا وَسَمِعْنَا فَارْجِعْنَا نَعْمَلْ صَالِحًا إِنَّا مُوقِنُونَ ﴿١٣﴾ ﴾ [السجدة: ١٢]، وقال أيضًا: ﴿ أَنْ

نَقُولُ نَفْسٌ بِحَسْرَتٍ عَلَىٰ مَا فَرَطتُ فِي جَنبِ اللَّهِ وَإِن كُنتُ لَمِنَ السَّخِرِينَ ﴿٥٦﴾ ﴾ [الزمر: ٥٦].

(٦) أنه سبحانه أقسم ببعض أجزاء الوقت والزمن في القرآن، وما ذاك إلا لأهميته البالغة،

ووجوب اغتنامه والحرص عليه، قال تعالى: ﴿ وَالضُّحَىٰ ﴿١﴾ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ﴿٢﴾ ﴾ [الضحى: ١،

٢]، وقال أيضًا: ﴿ وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنِ خَشِيرٌ ﴿٢﴾ ﴾ [العصر: ١، ٢]، بل أقسم بحياته

﴿﴾ فقال: ﴿ لَعَنَرَكُ إِنْتِهَم لَفِي سَكْرَتِهِمْ يَعْهَمُونَ ﴿٧٣﴾ ﴾ [الحجر: ٧٣]... إلى غير ذلك من الصور

والآيات الكريمة.

وأختم بذكر بعض الأمور التي قد تفيد في تنظيم الوقت والحفاظ عليه، وبخاصة مع هذه

التقنيات الحديثة:

(١) ينبغي أن يحدّد المسلم الحريص وقتًا مسبقًا كل يوم يقضيه مع هذه التقنيات والشبكات، لا

يتخطاه مهما كانت الأسباب، وليكن مثلًا ساعتين في اليوم، أو نصف ساعة بعد كل صلاة

... وهكذا.

(٢) يُفضل عدم تفعيل النت دومًا بالهاتف، حتى لا تشغلنا الرسائل الواردة، وتقطع علينا تركيزنا.

(٣) يُفضل إيقاف تنبيهات الرسائل الواردة أيًا كان نوعها، حتى لا تجذبنا إليها، وتسرق أوقاتنا.

(٤) ينبغي أن يكون لدى الشخص قائمة بالأهداف التي يسعى لتحقيقها يوميًا، أو أسبوعيًا أو

شهريًا وسنويًا، ووضع خطة ووسائل لتحقيق هذه الأهداف.

(٥) يمكن للشخص الواحد أن يربط عدة حسابات ببعضها البعض، إذا كان ينشر كثيرًا، فيختار شبكة واحدة يتعامل معها دومًا (كالفيس بوك أو تويتر) ثم يقوم بربط بقية حساباته بها توفيرًا لوقته وجهده.

(٦) يُفضل الخروج من المجموعات التي أُضيف إليها الشخص، وهي لا تقدّم له جديدًا أو فائدة، وإن استمر فقارنًا لا مُعلِّقًا، إلا إذا هناك خطأ يجب أن يُنبّه عليه، أو شر أو بدعة يجب التحذير منهما.

(٧) التحدث في الهاتف ينبغي أن لا يزيد عن خمس دقائق إلا في الأمور المهمة، ويمكن تصفُّح البريد الإلكتروني أو رسائل الواتس آب أثناء المكالمة مثلًا إن كانت تطول... إلى غير ذلك من الأمور والأسباب التي يمكن للشخص أن يُدع في الحفاظ بها على وقته^(١).

رابعاً: استشعار عظم الأمانات المنوطة بالفرد.

وُكِّل إلى كل واحد منا أمانات عظيمة ينبغي أن يؤديها على وجهها الأكمل، فالعبادات من صلاة وزكاة وحج...أمانة، والجوارح من سمع وبصر ولسان... أمانة، والأهل من والدين وإخوة وزوج وأولاد وأقارب... أمانة،... فينبغي على الشخص أن يعطي كل ذي حق حقه، وعلى وجهه الأتم.

ولا شك أن التلهي بمثل هذه الشبكات، وقضاء جلّ الأوقات معها يؤدي إلى التقصير -إن لم يكن ضياعها كلية- في بعض الحقوق والأمانات لهؤلاء، مع ما يصيب أعضائه وجوارحه بالأعراض المرضية، والتي سبق التعرض لبعضها فيما مضى، والله تعالى حذّر من ذلك فقال:

(١) للمزيد من ذلك يُنظر: عشرة وسائل لتقليل الوقت الضائع في شبكات التواصل الاجتماعي، مقال أ/عمر

الحمدي، منشور بموقع (عالم التقنية) على الرابط (<http://www.tech-wd.com>)، وخمسون طريقة

فعالة لإدارة الوقت بالموقع (<http://muntada.islamtoday.net>) وغيرهما.

﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْزَنُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَحْزَنُوا أَمْنَتِكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾ [الأنفال: ٢٧]، وفي معنى الآية يقول الإمام الطبري (~).

(يا أيها الذين آمنوا لا تنقصوا الله حقوقه عليكم من فرائضه، ولا رسوله من واجب طاعته عليكم، ولكن أطيعوهما فيما أمركم به ونهياكم عنه، ولا تخونوا أماناتكم، وتنقصوا أديانكم، وواجب أعمالكم، وأنتم تعلمون أنها لازمة عليكم، وواجبة بالحجج التي قد ثبتت لله عليكم^(١).) وعلى هذا فالآية عامة تتناول عموم الأمانات التي كُلف بها المسلم، ولا تختص بسبب معين من أسباب النزول، فالعبرة -كما سبق تقريره- بعموم اللفظ لا بخصوص السبب. والمسلم متى فكّر في ذلك، واستشعر عِظَم هذه الأمانات، وأن الله تعالى سائله عن رعاياه حفظ أم ضيع؟ انتبه إلى ذلك، ونظم حياته ووقته، ومنح كل ذي حق حقه.

خامساً: التوبة إلى الله مع الاستغفار.

ينبغي لمن أراد العلاج من ضياع الأوقات والأعمار أمام الشاشات الإلكترونية بعد أن استشعر بخطر هذا المرض، وتوجه إلى الله بخالص الدعوات، واستشعر عِظَم الأمانات التي كُلف بها، ونظّم أوقاته أن يتوب إلى ربه سبحانه من سابق عهده، ومن تقصيره وتقريطه فيما مضى، وأن يعقد العزم والنية على عدم العود، ويتوب توبة نصوحًا، فالله تعالى أمر المؤمنين صراحة بالتوبة في قوله: ﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [النور: ٣١]، بل وناداهم مع الأمر الصريح بها في قوله: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ﴾ [التحریم: ٨]، ومن ثم فالمسلم الحريص على العلاج ينبغي أن لا يظن بنفسه خيرًا، ويجدد توبته من حين لآخر مع كثرة الاستغفار، فإن له فوائد عظيمة، من أهمها:-

(١) تفسير الطبري ١٣ / ٤٨٦.

(١) أنه سبب لكثرة الخيرات والبركات، وزيادة المال والولد وسائر متع الحياة وزينتها، ودليل ذلك قوله تعالى: ﴿فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ﴿١٠﴾ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا ﴿١١﴾ وَيُمِدَّكُمْ بِأَمْوَالٍ وَيَبْنِيَنَّ لَكُمْ يَجَنَّتٍ وَيَجْعَلَ لَكُمْ مَخْرَجًا ﴿١٢﴾﴾ [نوح: ١٠ - ١٢].

(٢) أنه يمنح المستغفر قوة في النفس والبدن، كما قال تعالى: ﴿وَيَقْوُوا اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ﴾ [هود: ٥٢].

(٣) أنه سبب في زيادة الأجل مع الصحة والعافية، وإيتاء كل ذي فضل فضله، كما قال تعالى: ﴿وَأَنْ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمْنِعْكُمْ مَنَّاعًا حَسَنًا إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ﴾ [هود: ٣]، والمراد: (استغفروا ربكم ثم توبوا إليه من ذنوبكم، فإنكم إذا فعلتم ذلك بسط عليكم من الدنيا ورزقكم من زينتها، وأنساً لكم في آجالكم إلى الوقت الذي قضى فيه عليكم الموت)^(١)... إلى غير ذلك من الفوائد والعوائد التي لا يتسع المقام لسردها، والآن مع الصنف الآخر، وهم:

(١) تفسير الطبري ١٥ / ٢٢٩.

الصنف الثالث: الظالمون لأنفسهم، وعلاجات القرآن لهم..

كان ما سبق علاجًا لمن استوت حسناتهم مع سيئاتهم في تعاملهم مع الشبكة العنكبوتية، والآن مع صنف آخر استشرى فيهم الداء واستفحل، وهم الظالمون لأنفسهم؛ حيث إنهم يقضون معظم أوقاتهم مع هذه التقنيات في التسلية والترفيه -غالبًا- ويقضون في الأسبوع قرابة الأربعين ساعة أو ما يقاربها، وهؤلاء -حسب مقاييس العلماء السابقة- يسمون بالمدمنين، ولن نقطع الأمل والرجاء فيهم، بل نقَلب سويًا بعض صفحات القرآن الكريم؛ لنستخرج منها النور والعلاج الناجع -بإذن الله تعالى-، والعلاجات السابقة ليسوا بمنأى عنهم بل لا بد لهم منها، ويُضاف إليها ما يلي من علاجات، وذلك نظرًا لاستفحال الداء عندهم، وتوغله فيهم، وعليه فإن القرآن نوع لهم العلاج إلى أنواع، فكان منه العقدي الإيماني، وكان منه التعبدي التشريعي، وكان منه التربوي السلوكي، وسيقف البحث مع كل واحد منها على حدة في المطالب التالية:-

المطلب الثاني: العلاج العقدي والإيماني .

العقيدة الصحيحة القائمة على الكتاب والسنة تقي صاحبها المفسد والشور، وتدفعه إلى عمل الخيرات والاستعداد للقاء تعالى، والفوز بجنته والهروب من نيرانه...، بينما إن أصيبت العقيدة بخللٍ ما جنى صاحبها كثيرًا من المعاصي والذنوب، ومن ثم يقسو القلب فلا يتأثر بموعظة، وهذا ما نجده تمامًا في أوساط مدمني الإنترنت، وقلّ فيهم من يعرف ربه حق المعرفة، ومن ثمّ قلّت في قلوبهم هيئته... والبحث في أسطره التالية يطرح بعض وأهم علاجات القرآن العقديّة، لعلها تصادف قلوبًا واعية فتثمر الخير بإذن الله تعالى.

أولاً: حسن الظن بالله سبحانه.

يُعد من أنجع أساليب العلاج أن نبدأ مع المريض أو المدمن بأسلوب التفاوض أو المدح وحسن الظن بالله تعالى، ونخاطبه بأن نفسه نفس خيرة، تحب الخير وترغب فيه، وإلا أنها فقط تحتاج إلى تعديل سلوك، وتقويم أسلوب، وأن الله تعالى عفو غفور، وأنه جواد كريم، متى أقبل عليه العبد، وأحسن الظن به أكرمه الله.

والمعالج إن بدأ بهذا الأسلوب مع مريضه يكون قد قطع نصف المسافة لطريق العلاج التام بإذن الله تعالى، وهذا الأسلوب بخلاف ما نجده شائعاً بين كثير من المرابين والآباء والمصلحين، وأنهم يركزون على الجوانب السلبية أو المظلمة في الشخص، ويقولون له: أنت كذا وكذا... من الصفات السلبية، ولا يذكرن سواها، وكأنهم لا يرون إلا هذه السلبيات، ثم يتبعونها بالعلاج، فلا يكون لها عظيم الأثر، أو سرعة الاستجابة، وهذا مجرب وواقع.

وذكر محاسن الشخص والاعتراف له بها، ومدحه بذكرها من شيم الأنبياء وخصال الصالحين، قال الله تعالى عن موسى (عليه السلام) ﴿وَإِخِي هَارُونَ هُوَ أَفْصَحُ مِنِّي لِسَانًا﴾ [القصص: ٣٤].

ومعنى حسن الظن بالله تعالى: أن يظن العبد أن الله سيرحمه ويعفو عنه مع خوفه ورجائه حال صحته، مقتصرًا عليه عند دنو أجله^(١)، والعبد الموفق هو الذي يحسن الظن بربه سبحانه، وأنه سيغفر له ذنوبه التي سلفت عبر الشبكة وغيرها، من إقامة علاقات غير شرعية مع الأجنبات، ونشر للفواحش والمنكرات، وإضاعة أنفس وأغلى الأوقات... ونحوها.

وورد في القرآن الإشارة إلى ذلك في قوله سبحانه: ﴿فَمَا ظَنُّكُمْ بِرَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ [الصافات: ٨٧]، ويعلق ابن القيم (~) على الآية قائلاً: (أي ما ظنكم أن يفعل بكم إذا لقيتموه وقد عبدتم غيره؟! ... ثم يقول:

(١) يراجع: المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج لأبي زكريا يحيى بن شرف النووي (ت ٦٧٦هـ)

٢١٠/١٧، ط ٢ دار إحياء التراث العربي - بيروت ١٣٩٢هـ.

ومن تأمل هذا الموضوع حَقَّ التأمل علم أن حُسن الظن بالله هو حُسن العمل نفسه، فإن العبد إنما يحمله على حُسن العمل ظنُّه بربه أن يجازيه على أعماله، ويشبهه عليها، ويتقبلها منه، فالذي حَمَلَه على العمل حسن الظن، فكُلما حَسُن ظنه حَسُن عمله) (١)، يتأكد هذا المعنى في التفرقة بينه وبين الغرور لاحقاً.

وذم الله تعالى أقواماً أساءوا الظن به فقال: ﴿وَيُعَذِّبُ الْمُنَافِقِينَ وَالْمُنَافِقَاتِ وَالْمُشْرِكِينَ وَالْمُشْرِكَاتِ الظَّالِمِينَ بِاللَّهِ ظُنُّنَ السَّوِّءِ عَلَيْهِمْ دَائِرَةُ السَّوِّءِ وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَلَعَنَهُمْ وَأَعَدَّ لَهُمْ جَهَنَّمَ وَسَاءَتْ مَصِيرًا﴾ [الفتح: ٦]،

وذكر العاقبة السوء لقوم أساءوا الظن بربهم أيضاً فقال: ﴿وَذَلِكُمْ ظَنُّكُمُ الَّذِي ظَنَنْتُمْ بِرَبِّكُمْ أَرْدَاكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [فصلت: ٢٣].

وفي حسن الظن يقول الله (ﷻ) في الحديث القدسي: "أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه إذا دعاني" (٢)،

(١) الداء والدواء لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (٧٥١هـ)، ص ٢٧، تحقيق/ مُحَمَّدٌ أَجْمَلُ الإِضْلَاحِي، ط ١، مجمع الفقه الإسلامي بجدة، ١٤٢٩هـ.

(٢) متفق عليه: رواه البخاري في صحيحه ك (التوحيد) ب (قول الله تعالى "ويحذركم الله نفسه") ح (٧٤٠٥)، يراجع صحيح البخاري ١٢١/٩، ط دار طوق النجاة ١٤٢٢هـ، ومسلم - واللفظ له - في صحيحه ك (الذكر والدعاء) ب (فضل الذكر والدعاء) ح (٢٦٧٥) يراجع: صحيح مسلم ٢٠٦٧/٤، ط دار إحياء التراث العربي - بيروت.

وورد في بعض الروايات بزيادة: "إن ظنَّ خيراً فله، وإن ظنَّ شراً فله"^(١).

وعن عبدالله بن مسعود (رضي الله عنه) أنه قال: "والذي لا إله غيره ما أُعطي عبد مؤمناً شيئاً قط بعد الإيمان بالله (ﷻ) أفضل من أن يحسن ظنه بالله، والله الذي لا إله غيره لا يحسن عبد بالله ظنه إلا أعطاه الله إياه، وذلك أن الخير بيده"^(٢).

* لكن كيف يُحسِن العبد ظنَّه بربه (ﷻ)؟

الجواب: بأمر أهمها:-

١- معرفة أسماء الله وصفاته والاطلاع على حكمته سبحانه من الخلق، وحكمته في العطاء أو المنع، وفي ذلك يقول ابن القيم: (وأكثر الناس يظنون بالله غير الحق ظنَّ السوء فيما يختص بهم وفيما يفعله بغيرهم، ولا يسلم من ذلك إلا مَنْ عرف الله وعرف أسماءه وصفاته، وعرف موجب حمده وحكمته)^(٣).

٢- اجتناب المنكرات، وإذا أتى الإنسان معصية تاب وظن أن الله سبحانه سيقبل توبته، وكذلك بإحسان العمل ورجاء الثواب والأجر والظن بأن الله يكافئ العبد على إحسانه.

(١) وهي زيادة صحيحة: رواها ابن حبان في صحيحه وغيره، يراجع: الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان لأبي حاتم محمد بن حبان البستي (ت ٣٥٤هـ) بترتيب: الأمير علاء الدين بن بلبان (ت ٧٣٩ هـ) ٢/٤٠٥، تحقيق/ شعيب الأرنؤوط، ط١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٠٨هـ - ١٩٨٨م، وصحها الألباني في الصحيحة، يراجع: سلسلة الأحاديث الصحيحة لمحمد ناصر الدين الألباني (ت ١٤٢٠هـ)، ٤/٢٢٤، ط١، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض ١٤١٥هـ - ١٩٩٥م.

(٢) رواه ابن أبي الدنيا في "حسن الظن بالله"، يراجع: حسن الظن بالله لأبي بكر عبد الله بن محمد المعروف بابن أبي الدنيا (ت ٢٨١هـ) ص ٩٦، رقم (٨٣)، تحقيق/ مخلص محمد، ط١، دار طيبة - الرياض ١٤٠٨هـ - ١٩٨٨م.

(٣) زاد المعاد في هدي خير العباد لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ٣/٢٠٦، ط٢٧، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م.

قال الحسن البصري (~): (إن المؤمن أحسن الظن بربه فأحسن العمل، وإن الفاجر أساء الظن بربه فأساء العمل)^(١).

٣- معرفة كرم الله تعالى، وأن خزائن السماوات والأرض بيده وأن عطاءه لعباده لا ينقص مما عنده شيئاً، وأن مَنَعَهُ ليس لبُخْلٍ -حاشاه- إنما هو لحكمة يعلمها سبحانه، كما قال (ﷺ) في الحديث القدسي: (يا عبادي لو أن أولكم وآخركم وإنسكم وجنكم، قاموا في صعيد واحد فسألوني فأعطيت كل إنسان مسألته، ما نقص ذلك مما عندي إلا كما ينقص المخيط إذا أدخل البحر...) الحديث^(٢).

لكن ينبغي هنا التفرقة بين حسن الظن والغرور أو الأمانى بأن: حُسْنُ الظن لا بد أن يصحبه عمل الصالحات، مع الابتعاد عن السيئات، يذكر ابن القيم هذا المعنى بقوله:-
(وقد تبيين الفرق بين حُسْنِ الظن والغرور، وأن حُسْنَ الظن إن حَمَلَ عَلَى العمل، وحثَّ عليه، وساق إليه، فهو صحيح، وإن دعا إلى البطالة والانهماك في المعاصي فهو غرور، وحُسْنُ الظن هو الرجاء، فمن كان رجاءه هادياً له إلى الطاعة، زاجراً له عن المعصية، فهو رجاء صحيح، ومن كانت بطالته رجاء، ورجاءه بطالة وتفريطاً فهو المغرور)^(٣)، نسأل الله تعالى أن يرزقنا وإياكم حُسْنَ الظن به مع حُسْنِ العمل له، اللهم آمين.

ثانياً: عدم اليأس من مغفرة الله مهما عظمت الذنوب.

(١) الداء والدواء لابن قيم الجوزية ص ٤٦.

(٢) صحيح: رواه مسلم في صحيحه، ك (البر والصلة) ب (تحريم الظلم) ح (٢٥٧٧) يراجع: المسند الصحيح المختصر

لأبي الحسن مسلم بن الحجاج (ت ٢٦١هـ) ٤/١٩٩٤، تحقيق/ محمد فؤاد عبد الباقي، ط دار إحياء التراث - بيروت.

ويراجع رابط الموضوع بموقع (إسلام ويب) بالرباط : <http://fatwa.islamweb.net>.

(٣) الداء والدواء لابن القيم ص ٣٨.

هذا اللون من العلاج مترتب على العلاج السابق، حيث إن مَنْ يحسن الظن بربه تعالى لا يئأس من رحمته أبداً، بل يطمع في التوبة إليه وعفوه ومغفرته مهما عظمت ذنوبه، وكثرت خطاياها...

قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ، ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا﴾ [النساء: ١١٠]، وأيضاً يقول الحق سبحانه: ﴿قُلْ يَبْعَادَى الَّذِينَ اسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [الزمر: ٥٣].

وهذه الآية الكريمة أرجى آية في كتاب الله تعالى، وذلك لأنها جمعت وجوهاً وألواناً من الرجاء منها:-

- ١- التعبير بفعل الأمر الدال على التبليغ "قل" وذلك لأهمية المبلغ.
- ٢- التعبير بالنداء "يا" الدال على طلب الإقبال، مع جذب انتباه المنادى.
- ٣- التعبير بوصف العبودية "يا عبادي"، وهو من أشرف الأوصاف والألقاب القرآنية.
- ٤- الدلالة على تشريف هؤلاء العباد بإضافتهم إلى رب العباد سبحانه في قوله "يا عبادي".
- ٥- الدلالة على سعة رحمته وعظيم مغفرته سبحانه للتعبير بالإسراف في قوله "أسرفوا"، وهذا فيه دلالة على أنه تعالى يقبل توبة عباده وإن بلغوا في ذنوبهم حدَّ الإسراف أو عنان السماء.
- ٦- النهي الصريح بعدم اليأس والقنوط في قوله "لا تقنطوا".
- ٧- التأكيد على المغفرة والرحمة بـ "إن" التوكيدية في موضعين...
- ٨- التذييل بجملة "إنه هو الغفور الرحيم" ووقوعها تعليلاً لقوله: "يغفر الذنوب جميعاً" أي: (لا يعجزه أن يغفر جميع الذنوب ما بلغ جميعها من الكثرة لأنه شديد الغفران شديد الرحمة)^(١) ... إلى آخر هذه الجماليات في النظم من الرجاءات وغيرها، ولو نُقِصِي ذلك لطال المقام، والله أعلم.

(١) التحرير والتنوير ٤٢/٢٤.

ثالثاً: استشعار العبد بمراقبة الله تعالى له.

يُعد من أهم العلاجات القرآنية أيضاً "استشعار العبد بمراقبة الله تعالى له"، والمراقبة -كما يعرفها ابن القيم- هي: (دوام علم العبد وتيقنه باطلاع الحق (سُبْحَانَ) على ظاهره وباطنه) (١).
وحيثما يحيا العبد بمراقبة الرب سبحانه لن يفعل، ولن يقول إلا خيراً؛ حيث إنه يوقن أن عليه رقيباً، وفي ذلك يقول الله تعالى: ﴿أَوَلَا يَعْلَمُونَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ﴾ [البقرة: ٧٧].

والآية الكريمة وإن كانت نازلة في شأن اليهود إلا أنها تُحمل على العموم، فتفيد أنه تعالى مطلع ورقيب على كل أحد، يعلم سره وعلانتيه وجميع شؤونه وأحواله، وفي ذلك يقول أبو حيان (~):

(هذا توبيخ من الله لهم [أي: لليهود]، أي إذا كان علم الله محيطاً بجميع أفعالهم، وهم عالمون بذلك، فكيف يسوغ لهم أن ينافقوا ويتظاهروا للمؤمنين بما يعلم الله منهم خلافه، فلا يجامع حالة نفاقهم بحالة علمهم بأن الله عالم بذلك، والأولى حمل "ما يسرون وما يعلنون" على العموم، إذ هو ظاهر اللفظ) (٢).

وقال في المراقبة أيضاً: ﴿إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ [النساء: ١]، وقال أيضاً: ﴿وَمَا تَكُونُ فِي شَأْنٍ وَمَا تَتْلُوا مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ﴾ [يونس: ٦١].

(١) مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين لشمس الدين محمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) تحقيق/محمد المعتصم بالله البغدادي، ٢/٦٥، ط٣، دار الكتاب العربي - بيروت، ١٤١٦هـ - ١٩٩٦م.

(٢) البحر المحيط في التفسير لأبي حيان محمد بن يوسف الأندلسي (٧٤٥هـ) ١/٤٤٣، تحقيق: صدقي محمد جميل، ط دار الفكر بيروت، ١٤٢٠هـ.

ونعى القرآن الكريم على أولئك الذين يراقبون الناس ولا يراقبونه، ويستخفون من أعين الناس عند فعل المعاصي ولا يستخفونه، -كتصفح مواقع إباحية، ومشاهدة مناظر عارية، مثيرة للغرائز، ومحركة للكوامن والشهوات...- وليست عين الله تعالى ومراقبته لهم على بال، وفي ذلك يقول تعالى: ﴿يَسْتَخْفُونَ مِنَ النَّاسِ وَلَا يَسْتَخْفُونَ مِنَ اللَّهِ وَهُوَ مَعَهُمْ﴾ [النساء: ١٠٨]، وقال أيضاً: ﴿أَتَخْشَوْنَهُمْ فَأَلَّهْ أَحَقُّ أَنْ تَخْشَوْهُ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ [التوبة: ١٣].

وقال أيضاً لحبيبه (ﷺ) مُعَلِّمًا الدنْيا بأسرها: ﴿وَتَخْشَى النَّاسَ وَاللَّهُ أَحَقُّ أَنْ تَخْشَهُ﴾ [الأحزاب: ٣٧]... الآيات.

والعبد - وبخاصة مدمن الإنترنت - متى استشعر هذه المراقبة ابتعد عن المعاصي، وحرص على ما يرضي ربه سبحانه، قولاً وفعلاً، أمراً ونهياً، سراً وعلانية، ومن ثم فلن يتصفح مواقع محرمة، ولا يتتبع عورات، أو يكشف أسراراً... ونحو ذلك مما حرمه الله تعالى، وما أسعد هذا العبد عندئذ، وما أسعد مجتمعه به!!

لكن كيف يتحصّل الشخص على المراقبة؟ وللجواب أقول: باستحضار هذه النصوص القرآنية، من خلال قراءتها بنفسه، أو قراءتها عليه، أو من خلال تذكيره بالآخرة والجنة والنار، أو إرسال مقاطع فيديو له في هذا الصدد، أو قراءة شيء من سير السلف والصالحين... مع بيان ثمرات المراقبة له، أو الجمع له بين ذلك كله.

رابعاً: السعي لنيل محبة الله تعالى.

من أقوى العلاجات العقدية أيضاً: أن يحب العبد ربه تمام المحبة، بأن يؤثر جميع ما يحبه الله تعالى، ويقدمه على أي شيء يسخطه، أو هي -كما عرفها ابن القيم- (مواطأة القلب لمرادات المحبوب، ثم يشرح قائلاً: والمواطأة الموافقة لمرادات المحبوب وأوامره ومراضيه)^(١).

(١) مدارج السالكين ١٣/٣.

فإن أحب الشخص ربه سبحانه سعى في مرضاته تعالى، ونفرت نفسه بطبعها عن الاشتغال بالشبكات والتلهي بها، والوقوع بسببها في معاصيه جلّ وعز، واقتصر في تعامله مع الإنترنت على ما يفيد وينفعه في عاجله وآجله، ولا عجب في ذلك فالمؤمنون هم أشد الناس حباً لربهم سبحانه، وفي ذلك يقول تعالى: ﴿وَمِنَ النَّاسِ مَن يَتَّخِذُ مِن دُونِ اللَّهِ أَندَادًا يُحِبُّوهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ﴾ [البقرة: ١٦٥].

أي: (محبتهم لله تعالى أثبت وأدوم، والمؤمنون أشدّ حباً لله لأنهم يوحدون ربهم، والكفار يعبدون أصناماً، فتتقصّص محبتهم، والذي لا يعبد إلا واحداً محبته له أتم، أو لأن الكفار يقولون: إن الله خالقنا ورازقنا، ثم يجعلون معه شركاء، فتضعف محبتهم، وتتقصّص بذلك، وتتم محبة المؤمنين ربهم بإفرادهم إياه في العبادة)^(١).

وحتى تكون المحبة صادقة وكاملة لا بد أن تقوم على تمام المتابعة، كما قال تعالى: ﴿قُلْ

إِن كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ [آل عمران: ٣١].

لكن كيف يجب العبد ربه، فيؤثره على ما سواه؟

والجواب: أنه يمكن ذلك من خلال عدة طرق، يركّزها البحث فيما يلي: -

(١) مشاهدة برّه وإحسانه وآلائه، ونعمه الظاهرة والباطنة.

(٢) التقرب إلى الله بالنوافل بعد الفرائض.

(٣) قراءة القرآن بالتدبّر والتفهّم لمعانيه، وماذا أريد بها؟.

(٤) دوام ذكره على كل حال، باللسان والقلب، ونصيبه من المحبة على قدر نصيبه من هذا الذكر.

(١) التفسير البسيط لأبي الحسن علي بن أحمد الواحدي (ت ٤٦٨هـ) ٣/ ٤٧٠، أصله عدة رسائل دكتوراه

بجامعة الإمام محمد بن سعود، ط١، عمادة البحث العلمي-جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض ١٤٣٠هـ.

- (٥) إثارة محابته تعالى على محابب العبد عند غلبة الهوى .
 (٦) مطالعة القلب لأسمائه وصفاته، ومشاهدتها ومعرفتها .
 (٧) وهو من أعجبها، انكسار القلب بكليته بين يدي الله تعالى، مع الاعتراف بالعجز والتقصير .
 (٨) الخلوة به وقت النزول الإلهي لمناجاته وتلاوة كلامه، والتأدب بأدب العبودية بين يديه، ثم ختم ذلك بالاستغفار والتوبة .
 (٩) مجالسة المحبين الصادقين، والانتفاع بكلامهم وأحوالهم .
 (١٠) مباحة كل سبب يحول بين القلب وبين الله (عز وجل) .
 فمن هذه الأسباب العشرة: وصل المحببون إلى منازل المحبة^(١)، وإنها سهلة ويسيرة لمن يسرها الله تعالى له، وبذل الأسباب في ذلك .

ومن أحب الله تعالى أكرمه الله سبحانه بمحبته، بل وقدم محبته تعالى له: ﴿سَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُمْ﴾ [المائدة: ٥٤]، كما يكرمه بمولاته، قال الله تعالى: ﴿اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ﴾ [البقرة: ٢٥٧]، كما يكرمه بمودته، ويجعله من أهل وداده ولطفه سبحانه، كما في قوله: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا﴾ [١١] .
 [مريم: ٩٦] ...
 إلى غير ذلك من الخيرات والبركات في الدنيا والآخرة، فاللهم اجعلنا أهلاً لمحبتك ومودتك في الدنيا والآخرة .

خامساً: معرفة العبد بربه، وعدم الاعتزاز بطمه أو الأمن من عقوبته .

من العلاجات العقدية المهمة أيضاً: معرفة العبد بعظيم قدرته تعالى، وأنه قهار السماوات والأرض... ومع ذلك لم يقدره الخلق حق قدره، وفي ذلك يقول تعالى: ﴿وَمَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ وَالْأَرْضُ جَمِيعًا قَبْضَتُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَالسَّمَاوَاتُ مَطْوِيَّاتٌ بِيَمِينِهِ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى عَمَّا يُشْرِكُونَ﴾

(١) مدارج السالكين ١٣/٣ بتصرف وتلخيص .

[الزمر: ٦٧]، ونظائره كثير، ومن كانت هذه صفته فلن يعجزه شيء في السماوات والأرض، وهو على شيء قدير، وهو قادر على أن يذهب بالعصاة، ومن في الأرض جميعاً، ويأتي بآخرين، قال تعالى: ﴿إِنْ يَشَأْ يُذْهِبْكُمْ أَيُّهَا النَّاسُ وَيَأْتِ بِآخَرِينَ^{٤٥} وَكَانَ اللَّهُ عَلَى ذَلِكَ قَدِيرًا﴾ [النساء: ١٣٣]، وقال أيضاً: ﴿وَإِنْ تَوَلَّوْا يَسْتَبَدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَلَكُمْ﴾ [محمد: ٣٨]...

وعلى هذا فينبغي للعباد جميعاً - وبخاصة المقصرين أمثالي - أن لا يغتروا بحلم الله تعالى وإمهاله لهم؛ فإن أخذَه أليم شديد، كما قال تعالى: ﴿وَلَوْ يُؤَاخِذُ اللَّهُ النَّاسَ بِظُلْمِهِمْ مَا تَرَكَ عَلَيْهَا مِنْ دَابَّةٍ وَلَكِنْ يُؤَخِّرُهُمْ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى^{٤٦} فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَفْخِرُونَ سَاعَةً^{٤٧} وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ﴾ [النحل: ٦١]، وكما قال سبحانه: ﴿وَلَوْ يُؤَاخِذُ اللَّهُ النَّاسَ بِمَا كَسَبُوا مَا تَرَكَ عَلَىٰ ظَهْرِهِا مِنْ دَابَّةٍ وَلَكِنْ يُؤَخِّرُهُمْ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى^{٤٨} فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِعِبَادِهِ بَصِيرًا﴾ [فاطر: ٤٥].

ومن ثم فلا يأمن مكر الله إلا القوم الخاسرون، قال تعالى: ﴿أَفَأَمِنَ الَّذِينَ مَكَرُوا السَّيِّئَاتِ أَنْ يَخْسِفَ اللَّهُ بِهِمُ الْأَرْضَ أَوْ يَأْتِيَهُمُ الْعَذَابُ مِنْ حَيْثُ لَا يَشْعُرُونَ^{٤٩} أَوْ يَأْخُذُهُمْ فِي تَقْلِيْبِهِمْ فَمَا هُمْ بِمُعْجِزِينَ^{٥٠} أَوْ يَأْخُذُهُمْ عَلَىٰ تَخَوُّفٍ فَإِنَّ رَبَّكُمْ لَرَءُوفٌ رَحِيمٌ^{٥١}﴾ [النحل: ٤٥ - ٤٧].

وقال أيضاً: ﴿أَفَأَمِنَ أَهْلُ الْقُرَىٰ أَنْ يَأْتِيَهُمْ بَأْسُنَا بَيِّنَاتٍ وَهُمْ نَائِمُونَ^{٥٢} أَوْ آمِنَ أَهْلُ الْقُرَىٰ أَنْ يَأْتِيَهُمْ بَأْسُنَا ضُحًى وَهُمْ يَلْعَبُونَ^{٥٣} أَفَأَمِنُوا مَكْرَ اللَّهِ فَلَا يَأْمَنُ مَكْرَ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْخَاسِرُونَ﴾ [الأعراف: ٩٧ - ٩٩]، وفيها يبين سبحانه (حال من آمن مكر الله، فقال: فلا يأمن مكر الله إلا القوم الخاسرون أي: الذين أفرطوا في الخسران، ووقعوا في وعيده الشديد، وقيل: مكر الله هنا هو استدراجه بالنعمة والصحة، والأولى: حملُه على ما هو أعم من ذلك)^(١).

وعلى هذا العموم يدخل في الآية كل مَنْ عصى الله تعالى بالمواقع وسائر التقنيات، ووسائل التواصل في المجتمعات، فشهد أو نشر المحرمات والمبطلات، أو روج الشائعات والمنكرات،

(١) فتح القدير لمحمد بن علي الشوكاني (ت ١٢٥٠هـ) ٢/٢٦٠، ط١، دار ابن كثير - دمشق، ١٤١٤هـ.

هذا والعلاجات القرآنية العقديّة في هذا الصدد كثيرة ووفيرة لكن المقام لا يتسع لسردها، ولعل فيما ذكر الغنية بإذن الله تعالى.

المطلب الثالث: العلاج التعبدي والتشريعي.

كما أصلح الله تعالى خلقه بالعقيدة الصحيحة كذلك أصلح أحوالهم بالعبادات والتشريعات الإسلامية العظيمة من صلاة وصوم وزكاة ... ونحوها.

ومدمن الإنترنت - بعد إصلاح عقيدته- نرجو له زيادة في صلاح حاله واستقامة أمره، وذلك لا يكون إلا بتفقد ما شرعه تعالى لعباده من عبادات، فهو (سابق) القائل: {أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ} [الملك: ١٤]، وسيُجمل البحث أبرز العبادات التي تؤثر - بإذن الله تعالى - في تغيير سلوك الأفراد الناكبين عن الصراط المستقيم، المقصرين في الطاعة، والمنكبتين على الإنترنت بمعاصيه، وذلك كما يلي:-

أولاً: الاستعانة بالصبر.

الصبر هو: (حبس النفس عن محارم الله، وحبسها على فرائضه، وحبسها عن التسخط والشكاية لأقداره)^(١).

وهذا من أجمع تعاريف الصبر وأوقاها -في تقديري- وأشملها، مع إشارته إلى أنواعه، والتي يتبين منه أنها ثلاثة: صبر على الطاعات حتى تُؤدّى، وصبر عن محارمه تعالى حتى تُجتنب، وصبر على المصائب والمكاره، مع عدم التسخط والتشكي في أي منها.

وهو أيضاً (خلق فاضل من أخلاق النفس يمتنع به من فعل ما لا يحسن ولا يجمل، وهو قوة من قوى النفس التي بها صلاح شأنها وقوام أمرها)^(٢).

(١) رسالة ابن القيم إلى أحد إخوانه لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ص ١٨، تحقيق/ عبد الله المديفر، ط ١، مطابع الشرق الأوسط - الرياض ١٤٢٠هـ.

(٢) عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ص ١٦، ط ٣، دار ابن كثير، دمشق، ١٤٠٩هـ / ١٩٨٩م.

وجعلتُ الصبر أول وأهم العلاجات التعبدية فيما نحن بصدد الحديث عنه لأن الشخص الذي ابتلي بعشق مواقع التواصل وغيرها، واشتغل بها حتى عن الواجبات، ووقع بسببها في المنكرات والمحرمات لو كان عنده شيء من الصبر لابتعد عن هذه المحرمات، ولصبر عنها مشتغلاً ومقتصرًا على ما ينفعه منها في دينه ودنياه، دون إفراط أو تفريط.

وهذه العبادة ورد الحديث عنها وعن فضلها في أكثر من موضع من كتاب الله تعالى، منها: قوله تعالى: ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ [البقرة: ٤٥]، وقال أيضًا:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ [البقرة: ١٥٣] ... الآيات.

والمراد هنا: استعينوا بحبس أنفسكم عن الشهوات، وقصرها على الطاعات لدفع ما يرد عليكم من المكروهات^(١)، وقدم الصبر على الصلاة، لأن تأثير الصبر يظهر في إزالة ما لا ينبغي، وتأثير الصلاة في حصول ما ينبغي، والنفي مقدم على الإثبات^(٢)، وقيل غير ذلك. ولأهمية الصبر ومكانته نوع القرآن الحديث عنه في أكثر من مائة موضع، في صور متنوعة^(٣).

* لكن ما الأسباب المعينة على الصبر، وكيف يتحلى به المسلم؟

* كيفية التحلي بالصبر والاستعانة به على الطاعة وترك المعاصي أسباب كثيرة من أهمها:-

١- علم العبد بقبحها المعصية وزدالتها ودناءتها، وأن الله إنما حرمها ونهى عنها صيانة وحماية له عن الدنيا والرذائل، كما يحمي الوالد الشفيق ولده عما يضره، وهذا من أهم ما يعين العبد على الصبر عن المعاصي.

(١) فتح القدير للشوكاني ٩٣/١.

(٢) البحر المحيط لأبي حيان ١/ ٢٩٨.

(٣) يرجع في تفاصيل ذلك مع الآيات: المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم للشيخ/محمد فؤاد عبد الباقي ص ٣٩٩ (ص ب ر)، ط دار الكتب المصرية ١٣٦٤هـ.

- ٢- الحياء من الله سبحانه، فإن العبد متى علم بنظره إليه ومقامه عليه، وأنه بمرأى منه ومسمع وكان حيئاً، استحيى من ربه أن يتعرض لمساخطه بترك طاعته أو ارتكاب معاصيه .
- ٣- مراعاة نِعْمِهِ عليك وإحسانه إليك، فإن الذنوب تزيل النعم ولا بد، فما أذنب عبد ذنباً إلا زالت عنه نعمة من الله بحسب ذلك الذنب، ومن أطاعه وشكره زاده من نعمه وآلائه.
- ٤- خوف الله وخشية عقابه، ورجاء ثوابه ومغفرته، وهذا إنما يثبت بتصديقه في وعده ووعيده، والإيمان به وبكتابه وبرسوله.
- ٥- محبة الله تعالى، وهي من أقوى الأسباب في الصبر عن مخالفته ومعاصيه، فإن المحب لمن يحب مطيع، وكلما قوي داعي المحبة في القلب كانت استجابته للطاعة بحسبه.
- ٦- قَصْر الأمل وعلمه بسرعة انتقاله، وأنه كمسافر دخل قرية وهو مززع على الخروج منها، أو كراكب قَالَ في ظل شجرة ثم سار وتركها^(١).

ثانياً: الاستعانة بالصلاة.

الصلاة أعظم العبادات في الإسلام، ولها أثرها في تقوية الصلة بين العبد وربّه، متى أداها كاملة بوضوئها وأركانها وخشوعها وجميع هيئاتها، فإن أُقيمت على هذه الشاكلة مع الاحتراز عن جميع مبطلات الصلاة الظاهرة والباطنة آتت أكلها على أكمل وجه، من مغفرة الذنوب وكشف الكرب، والنهي عن الفحشاء والمنكر... وغيرها.

و (حِفْظ الصلاة للمصلي على ثلاثة أوجه الأول: أن الصلاة تحفظه عن المعاصي، كما قال تعالى: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾ [العنكبوت: ٤٥]، فمن حفظ الصلاة حفظته الصلاة عن الفحشاء، والثاني: أن الصلاة تحفظه من البلايا والمحن، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ [البقرة: ١٥٣]،

(١) طريق الهجرتين لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ص ٢٧٠، ط دار السلفية، القاهرة،

وقال تعالى: ﴿وَقَالَ اللَّهُ إِنِّي مَعَكُمْ لَئِنْ أَقَمْتُمُ الصَّلَاةَ﴾ [المائدة: ١٢]، ومعناه: إني معكم بالنصرة والحفظ إن كنتم أقمت الصلاة وآتيتم الزكاة.

والثالث: أن الصلاة تحفظ صاحبها وتشفع لمصلحتها، قال تعالى: ﴿وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ يَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ﴾ [البقرة: ١١٠]، ولأن الصلاة فيها القراءة، والقرآن يشفع لقرائه، وهو شافع مشفع^(١).

ورد الأمر بالاستعانة بالصلاة مع الصبر كما في الآيات السابقة (لأنه يُتلى فيها ما يرغب في الآخرة، ويزهد في الدنيا، أو لما فيها من تمحيص الذنوب وترقيق القلوب، أو لما فيها من إزالة الهموم، ومنه الحديث: "كان رسول الله ﷺ إذا حزبه^(٢) أمر صلى"^(٣)).

فحريٌّ بالمعالجين أن يولوا الصلاة عنايتهم في علاج من يريدون له الخير من المسلمين، وينبهوهم إلى هذه العبادة الربانية العظيمة، ويرغبوهم في صلاة ركعتين يقبل الواحد فيهما على ربه خاشعاً متبتلاً راجياً أن يدفع عنه داء عشق الإنترنت، وسيد ربه أكرم الأكرمين، مع بيان أثرها في النهي عن الفحشاء والمنكر والانشغال بها عن مهلكات الأوقات، التي لا يكون في إضاعتها الحشرات تلو الحشرات في الحياة قبل الممات.

ثالثاً: الاستعانة بالصدقة.

(١) تفسير الرازي ٦/ ٤٨٣.

(٢) حَزَبَتْهُ: أي إذا نزل به همٌّ أو أصابه غمٌّ (يراجع: النهاية في غريب الحديث والأثر لمجد الدين المبارك بن محمد ابن الأثير (ت ٦٠٦هـ) ١/ ٣٧٧، تحقيق/ طاهر الزاوي وآخر، ط المكتبة العلمية - بيروت ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م).

(٣) حديث حسن: رواه أحمد في مسنده، يراجع المسند لأبي عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل (ت ٢٤١هـ) ٢٨/ ٣٣٠، تحقيق/ شعيب الأرنؤوط وآخرين، ط ١، مؤسسة الرسالة ١٤٢١هـ - ٢٠٠١م، وحسنه

الألباني في صحيح الجامع برقم (٤٧٠٣) يراجع: ٢/ ٨٥٨.

(٤) البحر المحيط في التفسير ١/ ٢٩٨.

من تعسر عليه شيء ما من هداية نفسه أو ولده أو أحد من إخوته أو قراباته فأخرج شيئاً من الصدقة بنية تركيته وهدايته إلى الطريق المستقيم هُدي إليه بإذن الله تعالى، مصداق ذلك قوله تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا﴾ [التوبة: ١٠٣]، فالصدقة اسم عام يشمل الفرض والنفل.

قال عكرمة: هي صدقة الفرض، وقال الحسن: هذه الصدقة هي كفارة الذنوب التي أصابوها، وليست بالزكاة المفروضة، وعليه فمعنى التطهير: إذهاب ما يتعلق بهم من أثر الذنوب، ومعنى التزكية: المبالغة في التطهير^(١).

والأولى حمل الآية على العموم، ومن ثم فلا يكون معناها دائراً في فلك سبب النزول. وفي هذا يقول ابن كثير (~) (أمر الله تعالى رسوله ﷺ) بأن يأخذ من أموالهم صدقة يطهرهم ويزكّيهم بها، وهذا عام...^(٢).

وقال تعالى: ﴿فَأَمَّا مَنْ أَعْطَى وَانْفَكَى ۖ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنَىٰ ۖ فَسَنِيئِهِمْ لِلْإِسْرَىٰ ۖ﴾ [الليل: ٥ - ٧].

وحذف مفعول "أعطى" ليعم ويشمل جميع أنواع العطاء، من مال مال ووقت وجهد وعلم وجاه... ونحو ذلك، ويشمل كذلك جميع أجناس المُعْطَيْن، من أهل وقرابات وأصحاب، ... وغيرهم، والله أعلم.

رابعاً: العلاج بتلاوة القرآن أو استماعه بقلب وتدبر.

أنزل الله تعالى القرآن هداية للناس ليقرأوه ويتدبروه ويعملوه بما فيه، لا أن يعرضوا عنه أو يقرأوه بلا فهم ولا وعي، يقول ابن القيم (~) (لا شيء أنفع للقلب من قراءة القرآن بالتدبر والتفكير؛ فإنه جامع لجميع منازل السائرين، وأحوال العاملين، ومقامات العارفين، وهو الذي يورث المحبة

(١) يراجع: الوسيط في تفسير القرآن المجيد لأبي الحسن علي بن أحمد الواحدي (ت ٤٦٨هـ) / ٢

٥٢٢، تحقيق / عادل عبد الموجود وآخرين، ط١، دار الكتب العلمية - بيروت، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٤م، فتح

القدر للشوكاني ٤٥٥/٢.

(٢) تفسير ابن كثير ٤ / ٢٠٧.

والشوق والخوف والرجاء والإنابة والتوكل والرضا والتفويض والشكر والصبر، وسائر الأحوال التي بها حياة القلب وكماله، وكذلك يزجر عن جميع الصفات والأفعال المذمومة، والتي بها فساد القلب وهلاكه...^(١).

* ولكن كيف تكون قراءة القرآن أو استماعه نافعاً للقلب مؤثراً فيه؟

وهنا أقول لأخي قارئ القرآن الكريم: ينبغي لك -كقارئ للقرآن بتدبر- أن تحرص على أمور منها:-

١- أن تتأمل وتتأني في تلاوتك، ولا تتعجل فيها، ومصداق ذلك قوله تعالى: ﴿وَقْرَأْ أَنَا وَرَقَّتْهُ لِقْرَأَهُ عَلَى النَّاسِ عَلَى مُكْثٍ وَنَزَّلْنَاهُ نَزِيلاً﴾ [الإسراء: ١٠٦]، أي: (لتقرأه على الناس على تُوْدَة، فترتله وتبينه، ولا تعجل في تلاوته، فلا يفهم عنك)^(٢)، والأمر هنا للرسول (ﷺ) وأُمَّته داخلة معه في المقام الأول.

٢- أن تستشعر أن الله تعالى يخاطبك بالآيات دون غيرك من الناس، وهذا يستلزم معرفة المعاني أو الوقوف على شيء منها بنفسك ابتداءً ثم تراجع أو تحضر معك مختصراً من مختصرات التفسير ونحوها.

٣- أن تتفاعل مع الآيات القرآنية سؤالاً وتعوّذاً، فإذا مررت بآية رحمة أوقفت القراءة، وسألت الله تعالى من فضله ورحمته، وإذا مررت بآية عذاب توقفت وتعوّذت، حتى ولو كنت في صلاة، فهكذا كانت قراءته (ﷺ)

(١) مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ص

١٨٧، ط دار الكتب العلمية - بيروت.

(٢) تفسير الطبري ٥٧٥/١٧.

فلقد ورد من حديث حذيفة (رضي الله عنه) أنه (ﷺ) (كان إذا مرّ بأية حَوْفٍ تَعَوَّذَ، وإذا مرّ بأية رحمة سأل، وإذا مرّ بأية فيها تنزيه الله سبحانه) (١).

٤- أن تكون قراءتك ابتداءً وقبل كل شيء بغرض التدبر والفهم والعمل، ومن ثم فهي تغاير قراءتك السابقة التي كنت تركز فيها على تحصيل الأجر والانتهاه من القدر الذي تتوي قراءته أو مراجعته... ونحو ذلك من الأغراض التي قد تُفوّت الانتفاع بهدايات القرآن الكريم ومعانيه.

ولا شك أن أخي مدمن الإنترنت إن لم يكن يقرأ القرآن فهو على الأقل يقرؤه أو يسمعه من إمامه في صلاته ما لا يقل عن خمس مرات في اليوم والليلة، وآية واحدة لو انفتح لها القلب لأثمرت وأينعت، ذلك هدى الله يهدي به من يشاء من عباده، نسأل الله تعالى أن يجعلنا وإياكم منهم أجمعين.

خامساً: العلاج بذكر الله تعالى وفوائده.

ذكر الله تعالى هو حصن للإنسان من كل الفتن والشور، وما وقع المدمنون فيما وقعوا فيه إلا بنسيانهم ربهم وذكره سبحانه ﴿نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ﴾ [التوبة: ٦٧]، وعند نسيان العبد ربه تتسلط عليه شياطين الإنس والجن، وهذا واقع ملموس تصديقاً لقوله تعالى: ﴿وَمَنْ يَعِشْ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نَقِيضٌ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ﴾ (٣٦) ﴿وَأَنَّهُمْ لِيَصُدُّوهُمْ عَنِ السَّبِيلِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ مُّهْتَدُونَ﴾ [الزخرف: ٣٦]، [٣٧].

فلو أردنا صلاح حال أحدهم وعلاجه مما هو فيه من إدمان رغبناه، ولفتنا نظره إلى ذكر الله تعالى، وبينا له قيمة ذلك وأثره في صلاح القلب، وتحصن الإنسان به من كل الشرور والمضار...

ونبدأ له ولو بأذكار سهلة من أذكار الصباح والمساء، ونركز معه على أن يقولها بلسان قلبه لا بلسان رأسه فقط، حتى يدرك القلب أثرها، وتستشعر النفس لذتها وتمتعها، وأذكر نموذجاً

(١) صحيح: رواه ابن ماجة في سننه كإقامة الصلاة" ب" ما جاء في القراءة في صلاة الليل" ح "١٣٥١" وأحمد

في مسنده رقم (٢٣٣١١)، وصححه الألباني في صحيح الجامع برقم (٤٧٨٢).

واحدًا مما تتذوق النفس حلاوته ولذته ببسر وسهولة متى أرادت ذلك، جمع هذا الذكر بين خيري الدنيا والآخرة، وحينما أردده أقول لنفسي: وماذا يطلب العبد من ربه سبحانه بعد ذلك؟!

هذا الذكر هو دعاء علمنا النبي (ﷺ) إياه لنردده مع أذكار الصباح والمساء، عن ابن عمر (رضي الله عنهما) قال: لم يكن رسول الله (ﷺ) يدع هؤلاء الدعوات حين يمسي وحين يصبح: "اللهم إني أسألك العافية في الدنيا والآخرة، اللهم إني أسألك العفو والعافية في ديني ودنياي وأهلي ومالي، اللهم استر عورتي - وقال عثمان: عوراتي - وآمن روعاتي، اللهم احفظني من بين يدي ومن خلفي، وعن يميني وعن شمالي، ومن فوقي، وأعوذ بعظمتك أن أغتال من تحتي" (١).

والمسلم إن أحسّ بمتعة ذكر واحد من الأذكار سيستزيد بعد ذلك منها ويستزيد، ومما ينفع في هذا المقام أن نذكر له بعضًا من فوائد الذكر ومنافعه كما يلي:-

١- أن الذكر يبعث على الطمأنينة الجالبة للسعادة والسكون، كما قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨].

٢- أنه مع السجود سببان في دفع ضيق الصدر، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ نَعَّمْنَا أَنْكَ يَضِيقُ صَدْرَكَ بِمَا يَقُولُونَ﴾ (١٧) فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ﴾ [الحجر: ٩٧، ٩٨].

٣- يدفع الغم عن صاحبه، وينجيه في الكربات والشدائد، كما تعالى: ﴿وَإِذَا النُّونُ إِذْ ذَهَبَ مُغْرَضًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾ (٨٧) فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَجَعَلْنَاهُ مِنَ الْعَمْرُوكِ وَكَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ [الأنبياء: ٨٧].

[٨٨].

(١) صحيح: أخرجه أبو داود -واللفظ له- في سننه ك (أبواب النوم) ب (ما يقوله إذا أصبح) ح (٥٠٧٤) يراجع السنن له ٣١٨/٤، وصححه الألباني في صحيح الأدب المفرد للإمام البخاري، ط٤، دار الصديق للنشر والتوزيع، الطبعة: الرابعة، ١٤١٨ هـ - ١٩٩٧ م.

٤- أنه يدفع الشياطين، ويجعل المسلم في حصن حصين منهم، وإذا غفل الإنسان عنه استحوذت عليه الشياطين، وكان من الخاسرين، كما قال تعالى: ﴿أَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ فَأُولَئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ﴾ [المجادلة: ١٩].

٥- الذاكرون لا يعرفون الخسارة ولا البوار في حياتهم وأخرتهم، والغافلون هم الخاسرون، كما قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ﴾ [المنافقون: ٩]...

ويكفي في هذه الفوائد والعوائد أن الله تعالى عاقب من غفل عن ذكره بقلبه بضياح أوقاته سُدى، دون أن يُحصِلَ فائدة في دينه أو دنياه... كما ورد في قوله تعالى: ﴿وَلَا تُطِيعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا﴾ [الكهف: ٢٨].

ومما أعجبني في التعليق على هذه الآية الكريمة قول بعض العلماء، حيث يقول: (قوله " وَكَانَ أَمْرُهُ " أي شأنه " فُرُطًا " أي منفرطاً عليه ضائعاً، تمضي الأيام والليالي ولا ينتفع بشيء، وفي هذه الآية إشارة إلى أهمية حضور القلب عند ذكر الله، وأن الإنسان الذي يذكر الله بلسانه لا بقلبه تُنرَعُ البركة من أعماله وأوقاته حتى يكون أمره فُرطاً عليه، تجده يبقى الساعات الطويلة ولم يحصل شيئاً، ولكن لو كان أمره مع الله لحصلت له البركة في جميع أعماله)^(١).

أقول: إذا كان هذا الوعيد لمن غفل بقلبه عن ذكر الله تعالى فكيف الحال بمن غفل قلباً ولساناً؟! كالعافلين أمثالي، نسأل الله تعالى أن يتجاوز عنا بعفوه وكرمه أجمعين، اللهم آمين، والآن إلى نوع آخر من أنواع العلاجات القرآنية، من الأهمية بمكان في العلاج، كما يتبين في:

المطلب الرابع: العلاج التربوي السلوكي.

(١) تفسير سورة الكهف للشيخ/ محمد بن صالح بن محمد العثيمين (ت ١٤٢١هـ)، ص ٦٢، ط١، دار ابن

الجوزي للنشر والتوزيع، السعودية، ١٤٢٣هـ.

أساليب القرآن العلاجية في تقويم السلوك وتهذيب النفس كثيرة ومتنوعة، وسيركز البحث هنا على ما يناسب موضوعنا، مع ذكر بعض الآيات، والتعليق عليها في مجملها، فأقول وبالله التوفيق:

أولاً: التحذير من الخلوات الافتراضية، وكل وسيلة تؤدي إليها.

أقصد بالخلوات الافتراضية: المحادثات والخلوات التي يقيمها الشاب مع فتاة أجنبية عنه في الشات عبر الإنترنت وقنوات التواصل بمختلف أنواعها وبرامجها. فهي خلوة لأن كلاً منهما يخلو بصاحبه، ولا يجب أي منها أن يطلع عليه أحد من الناس، ولو أقرب الأقربين إليه -غالبًا-.

وهي افتراضية لأنها ليست حقيقية على أرض الواقع، بل قد يكون الشاب في مدينة وهي في مدينة أخرى، أو دولة أو قارة... والإنترنت قرب بينهما المسافات، وجعل العالم كله بين أيديهم في حجرة واحدة.

وهذه الخلوات الافتراضية تأخذ حكم الخلوات الحقيقية من بعض الوجوه، حيث إنها غالبًا لا تخلو من محرّمات، من كلام الخنا، أو اطلاع على بعض صور للفتاة أو العراة... ونحو ذلك مما يؤدي إلى الجريمة النكراء، وكم من حالة سمعنا عنها كان الأصل في بدايتها مجرد تعارف أو صداقة بريئة على حد زعمهم -من خلال أحد برامج الشبكة.

والله تعالى نهى عن كل وسيلة أو أسلوب أو طريقة قديمة أو حديثة تؤدي إلى الزنا أو تساعد عليه، فقال تعالى: ﴿وَلَا تَقْرُبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا﴾ [الإسراء: ٣٢]، (والنهى عن قربانه أبلغ من النهي عن مجرد فعله، لأن ذلك يشمل النهي عن جميع مقدماته ودواعيه؛ فإن من حام حول الحمى يوشك أن يقع فيه، خصوصًا هذا الأمر الذي في كثير من النفوس أقوى داع إليه)^(١).

(١) تفسير السعدي ص: ٤٥٧.

وقال تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَيْرٌ بِمَا
يَصْنَعُونَ ﴿٣٠﴾ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴿﴾ [النور: ٣٠، ٣١]... الآيات.

ثانياً: وجوب استخدام الأعضاء والجوارح في طاعة الله وإلا أهلكت.

أكرم الله تعالى الإنسان بالسمع والبصر والأيدي ... وغيرها ليطيعه بها ولا يعصيه، قال تعالى: ﴿وَجَعَلْ لَكُمْ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: ٧٨]، فإن فعل وشكر منعه الله بها، وزاده قوة وعافية فوق قوته وعافيته، حيث قال: ﴿لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾ [إبراهيم: ٧]، وإن عصى وتمرد كان مصيره ما جاء في تذييل الآية الكريمة السابقة: ﴿وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ﴾ [إبراهيم: ٧].

والأخ الفاضل مدمن الإنترنت -لا شك- أنه لا يسلم من اللوج في معصية من المعاصي عن طريق أحد هذه الأعضاء، مالم يكن عمله كله معصية، فليحذر من مخالفة الله تعالى بنعمه، وإلا بُدلت هذه النعم عليه نِقَمًا، قال تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ بَدَلُوا نِعْمَتَ اللَّهِ كُفْرًا وَأَحَلُّوا قَوْمَهُمْ دَارَ الْبَوَارِ﴾ [إبراهيم: ٢٨].

بل ذكر القرآن أنه سبحانه هدّد قومًا، وحذّرهم من هلاك هذه الأعضاء إن استمروا على عصيانهم له، وإن أخذها فمن سواه يستطيع إعادتها كما كانت؟ لا أحد، وفي ذلك يقول تعالى: ﴿قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ أَخَذَ اللَّهُ سَمْعَكُمْ وَأَبْصَارَكُمْ وَخَمَّ عَلَى قُلُوبِكُمْ مَنْ إِلَهٌ غَيْرُ اللَّهِ يَأْتِيكُمْ بِهِ﴾ [الأنعام: ٤٦]. إذا ﴿فَلْيَحْذَرِ الَّذِينَ يُخَالِفُونَ عَنْ أَمْرِهِ أَنْ تُصِيبَهُمْ فِتْنَةٌ أَوْ يُصِيبَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾ [النور: ٦٣].

ثالثاً: التحذير من شهادة الأعضاء على صاحبها يوم القيامة.

من أساليب القرآنية في تقويم السلوك التحذير من الأعضاء الجوارح والأعضاء على صاحبه يوم القيامة، وإذا أيقن الإنسان أن أعماله وأقواله مرصودة عليه، وستنطق بها أعضاؤه وجوارحه لفكر ألف مرة ومرة قبل أن يُقدم على المعصية، فلا ينظر إلى مقاطع أو صور محرمة، ولا يستمع إلى لغو أو أغانٍ ونحوها، ولا يشارك على صفحته الإلكترونية أي مشاركة تغضب الله تعالى.

وفي هذا يقول القرآن: ﴿يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النور: ٢٤]،

ويقول أيضاً: ﴿حَقَّ إِذَا مَا جَاءَ وَمَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَرُهُمْ وَجُلُودُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [فصلت: ٢٠].

ولا شك أن هذه الشهادة تكون يوم القيامة حين (يجحد أحدهم ما اكتسب في الدنيا من الذنوب، عند تقرير الله إياه بها فيختم الله على أفواههم، وتشهد عليهم أيديهم وأرجلهم بما كانوا يعملون).

فإن قال قائل: وكيف تشهد عليهم ألسنتهم حين يختم على أفواههم؟ قيل: عني بذلك أن السنة بعضهم تشهد على بعض، لا أن ألسنتهم تنطق وقد ختم على الأفواه^(١)، وإن كنت أرى لا مانع من إجراء الآية على ظاهرها، فقدرة الله تعالى لا يعجزها شيء في الأرض ولا في السماء، والله تعالى أعلم.

ألا فليحذر كل مستخدم الشبكة من هذه الشهادة التي تكون على رءوس الخلائق يوم القيامة.

(١) تفسير الطبري ١٩/١٤٠.

رابعاً: ذم الهوى ومتبعيه.

من أساليب القرآن في التربية والعلاج وتغيير السلوك للأفضل: ذم الهوى، وذم متبعيه، وأن من اتبع هواه أغواه وأرداه...، وإخوتنا العاكفون على الشبكة العنكبوتية يقضون أزهى أوقات عمرهم، وزهرة شبابهم يتتبعون المواقع والروابط والصفحات الإلكترونية تلو بعضها البعض ... ولا شيء نافع منها -في الغالب- وإنما اتباعاً للهوى، وانسياقاً وراء الفضول، وحباً للاستطلاع، واتباعاً للباطل... حتى يصير الشخص عبداً للهواه ... وفي ذلك يقول الله تعالى: ﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ﴾ [الجاثية: ٢٣].

وفي هذه الآية يقول ابن عطية: (ومعناه جعل هواه مطاعاً فصار كالإله، والهوى قائد إلى كل فساد لأن النفس أمارة بالسوء، وإنما الصلاح إذا اتئمرت للعقل... ثم يقول: وهذه الآية وإن كانت نزلت في هوى الكفر فهي متناولة لجميع هوى النفس الأمارة، قال ابن عباس: ما ذكر الله هوى إلا ذمته، وقال الشعبي: سمي هوى لهويته بصاحبه، وقال سهل التستري: هواك داؤك، فإن خالفته فدواؤك، وقال: إذا شككت في خير أمرين، فانظر أبعدهما من هواك فأته..^(١)).

وجعل القرآن عدم استجابة الإنسان للخير والهدى علامة من علامات اتباع الهوى فقال تعالى: ﴿فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنْ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ إِنَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ﴾ [القصص: ٥٠]، بل جعل مثل وشبهه متبعي الهوى بأخس الحيوانات وأقدرها..

(١) المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز لأبي محمد عبد الحق بن عطية الأندلسي (ت ٥٤٢هـ)

٨٦/٥، تحقيق/عبد السلام عبد الشافي، ط١، دار الكتب العلمية - بيروت، ١٤٢٢ هـ.

فقال: ﴿وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِينَ آتَيْنَاهُمْ آيَاتِنَا فَاسْلَخَ مِنْهَا فَاتَّبَعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ الْغَاوِينَ
وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلَ عَلَيْهِ
يَلْهَثَ أَوْ تَتْرِكُهُ يَلْهَثُ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا﴾ [الأعراف: ١٧٦]...

ومن تفكّر في هذه النصوص وغيرها، وتأمّل في عواقب الهوى الوخيمة، تاب وأناب ورجع
عن ضياع أوقاته وأعمارهِ بلا فائدة.

خامساً: التحذير من الافتتار بالدنيا وبيان حقيقتها.

يُعدّ من أنفع الأساليب التربوية القرآنية في العلاج: بيان حقيقة الدنيا وزهرتها، وذلك عن
طريق الحوار مع المصابين بداء الإنترنت أو داء الغفلة عموماً، فمتى وقف المرء على حقيقتها،
وأيقن بزوالها أقبل على ما ينفعه ويصلحه في أولاه وأُخراه، فقلّل من استخدام الشبكات أو اقتصر
على ما ينفعه منها فقط...

والآيات في الصدد كثر، يكتفي البحث بالإشارة إلى بعضها -كما هو منهجه- دون
استقصائها، ومن ذلك قوله تعالى: ﴿اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَهَوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي
الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ بِنَائِهِ ثُمَّ يَسِيحُ فَنَرَاهُ مُمَصِّراً ثُمَّ يَكُونُ حُطَمًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ
شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْعُرُورِ ﴿٢٠﴾ [الحديد: ٢٠]، وقال: ﴿وَمَا
الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَلِلدَّارِ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يُنْقُونَ أَفْلا تَعْمَلُونَ ﴿٣٢﴾ [الأنعام: ٣٢]، وأبان
سبحانه أن ما يشتغل به الناس اليوم من جمع المال، -وربما اقتتلوا عليه، وافتخروا به مع الولد-
أنه زينة، فقال تعالى: ﴿الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ
أَمْلاً ﴿٤٦﴾ [الكهف: ٤٦]، والزينة: ما يُتزين به ... وهي لا شك زائلة وغير دائمة.

ومثل القرآن الكريم زهرة الدنيا بماء نزل من السماء، فأنبت نباتاً يبهج النفس، وسرعان ما يزول، فقال تعالى: ﴿ وَأَضْرِبْ لَهُمْ مَثَلًا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا كَمَا أَنزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ فَأَصْبَحَ هَشِيمًا تَذْرُوهُ الرِّيحُ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا ﴿٤٥﴾ [الكهف: ٤٥].

سادساً: التحذير من عداوة الشيطان لبني الإنسان.

عداوة الشيطان للإنسان عداوة دائمة ومستحكمة وخفية، لذا فهي خطيرة، وشروها مستطيرة، ﴿ إِنَّهُ يَدْرِكُكُمْ هُوًّا وَقِيلُهُ ۗ مِنْ حَيْثُ لَا تَرْوَنَهُمْ ﴾ [الأعراف: ٢٧]، وإذا تحاورنا مع من نحب ممن أصيبوا بعشق الشبكة وسائر مواقعها محذرين إياهم من هذه العداوة بين الشيطان وبني الإنسان... نفعتهم بإذن الله تعالى، وخالفوا الشيطان في اتباع الهوى وضياح الأوقات مع المواقع بلا طائل أو فائدة...

وهذا الأسلوب التربوي القرآني في التحذير من الشيطان وعداوته اتخذ عدة صور منها: أن القرآن بين أن الشيطان عدو للإنسان، وعلى الإنسان أن يتخذه عدواً هو الآخر، حيث يريد لحزبه أن يكونوا من أهل النار، فقال تعالى: ﴿ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُرْهُدٌ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴾ [فاطر: ٦]، ومنها: بيان أنه أقسم لربه على إغواء بني آدم إلى يوم الدين، فقال تعالى: ﴿ قَالَ فِعْرَنُكَ لَأَغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴾ [ص: ٨٢]، ومنها: التحذير من اتباع خطواته، فقال تعالى: ﴿ وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴾ [البقرة: ١٦٨]، ومنها: بيان أن من اتبع خطوات الشيطان فإنه يأمر بالفحشاء والمنكر، وساء الصنيع صنيعه، قال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ﴾ [النور: ٢١].

ومنها: صدّه الناس عن الصلاة والذكر خاصة، وذلك كما ورد في قوله تعالى: ﴿ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ ۗ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ ﴾

[المائدة: ٩١]، ومنها: التبري من أتباعه والتتصل من اتباعهم له في قوله تعالى: ﴿كَثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلْإِنْسَانِ اكْفُرْ فَلَمَّا كَفَرَ قَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ﴾ [الحشر: ١٦].

ومنها: تبيته العام لكل العصاة والمذنبين يوم القيامة في خطبة نارية عصماء، ذكر القرآن طرفاً منها في قوله تعالى: ﴿وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعَدَّكُمْ فَأَخْلَفْتُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَلْمُزُونِي وَلَوْ مَوْأ أَنفُسَكُمْ﴾ [إبراهيم: ٢٢]... الآيات.

أفبعد كل هذا يطمئن إنسان إلى هذا اللعين فيستجيب له، وينفق أزمى سني عمره أمام شبكات الهوى، ومواقع اللهو والباطل والتوافه؟!
سابعاً: التحذير من صحبة السوء .

الصحبة لها أثر عظيم، وقوي سريع في التأثير على سلوك الشخص سلبيًا وإيجابيًا، لذا فإن القرآن قد حضّ على اختيار صحبة الأخيار واقتفاء أثرهم، حيث إن جميع الأصحاب سيكون يوم القيامة أعداء إلا أصحاب الصلاح منهم، فقال تعالى: ﴿الْأَخِلَاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ﴾ [الزخرف: ٦٧].

وذكر في موطن آخر جمعاً من الصالحين، وأمر بالافتداء بهم، فقال تعالى: ﴿أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهِدْنُهُمْ أَقْتَدِهٖ﴾ [الأنعام: ٩٠]...

بينما نفر من مصاحبة الأشرار، وذكر طرفاً من التبري والشقاق الذي يقع بينهم يوم القيامة، فقال تعالى: ﴿وَيَوْمَ بَعْضُ الظَّالِمِ عَلَى يَدَيْهِ يَكْفُرُ لِنَافْسِي أَخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا﴾ (٧) ﴿يَتَوَلَّوْنِي لَنُؤْتِيَنَّهُمْ لَحْمًا مِّنْ غَيْرِهَا يَأْكُلُونَهَا﴾ (٨) ﴿فَلَمَّا خَلَّيْنَا عَنْ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَدُولًا﴾ [الفرقان: ٢٧ - ٢٩].

وعن أبي هريرة، أن رسول الله (ﷺ)، قال: (من دعا إلى هدى، كان له من الأجر مثل أجور من تبعه، لا ينقص ذلك من أجورهم شيئاً، ومن دعا إلى ضلالة، كان عليه من الإثم مثل آثام من تبعه، لا ينقص ذلك من آثامهم شيئاً)^(١) والأحاديث في هذا الصدد أيضاً كثيرة وفيرة.

عاشراً: الترغيب في الجنة وعمل الصالحات، والترهيب من النار وعمل السيئات.

أسلوب الترغيب والترهيب باب واسع عظيم ظاهر باد في القرآن كله، وهو أسلوب تربوي ناجح ناجع كسوابقه، لمن أيقن بذلك وأخذ به في التطبيق الفعلي للعلاج، وإلا ما استعمله القرآن في مواضع عديدة منه، وآيات هذا اللون كثيرة وشهيرة، ولذا أكتفي بنموذج واحد لكل من الترغيب والترهيب، وهذا النموذج مذكور في سورة الواقعة، والذي يشير الله تعالى فيه إلى أصحاب اليمين ترغيباً في حالهم قائلاً: ﴿وَأَصْحَابُ الْيَمِينِ مَا أَصْحَابُ الْيَمِينِ ﴿٢٧﴾ فِي سِدْرٍ مَّخْضُودٍ ﴿٢٨﴾ وَطَلْحٍ مَّنضُودٍ ﴿٢٩﴾ وَظِلِّ مَمْدُودٍ ﴿٣٠﴾ وَمَاءٍ مَّسْكُوبٍ ﴿٣١﴾ وَفَنَكْهَةٍ كَثِيرَةٍ ﴿٣٢﴾ لَا مَقْطُوعَةٍ وَلَا مَمْنُوعَةٍ ﴿٣٣﴾... الآيات [الواقعة: ٢٧ - ٣٣].

وقال تعالى في أصحاب الشمال ترهيباً من حالهم: ﴿وَأَصْحَابُ الشِّمَالِ مَا أَصْحَابُ الشِّمَالِ ﴿٤١﴾ فِي سُمُورٍ وَجَمِيرٍ ﴿٤٢﴾ وَظِلِّ مِّنْ يَّحْمُورٍ ﴿٤٣﴾ لَا بَارِدٍ وَلَا كَرِيمٍ ﴿٤٤﴾... الآيات [الواقعة: ٤١ - ٤٤]. والآيات في هذا الصدد أشهر من أقتصاها أو أعلق عليها، وأكتفي بما ذكر، والله تعالى أعلى وأعلم وأعز وأحكم.

(١) صحيح: رواه الإمام مسلم في صحيحه، ك (العلم) ب (من سن سنة حسنة أو سيئة) ح (٢٦٧٤)

يراجع: الصحيح ٢٠٦٠/٤.

الخاتمة

أحسن الله خواتمنا أجمعين.

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وتُبلغ المرامات، وتُرفع الدرجات...، والصلاة والسلام على محمد بن عبدالله خير البريات، والذي خُتمت برسالاته جميع الرسالات والنبوات.

وبعد

فإن من توفيق الله تعالى أن هدانا لهذا الموضوع والمشاركة به، أرجو من الله تعالى أن يكون قد أسهم بشيء من الإفادة والجدة بالنسبة للدراسات القرآنية، وأن يقبله بقبول حسن، وأن يرزقنا الإخلاص في العلم والعمل، اللهم آمين.

هذا ولقد أفدت من هذا البحث إفادة عظيمة، وتحصّلت من خلاله على النتائج التالية:

أولاً: أكّد عالمية القرآن الكريم وصلاحيته لكل زمان ومكان، واشتماله على حلول لمشاكل المسلمين، التي أوقعوا أنفسهم فيها ابتداء لما لم يحكّموه في تعاملاتهم، وكذلك لما لم يحكّموه في قضاياهم ونوازلهم، وطلبوا الهدى من غيره من آراء ونظريات وفلسفات بشرية عقيمة جوفاء.

ثانياً: أوضحت الدراسة المراد بـ "مصطلح إدمان الإنترنت"، وبينت متى يكون الشخص مدمناً؟ كما ذكرت مقياساً -أرى أنه دقيق- لقياس درجة إدمان أي شخص يتعامل مع الإنترنت.

ثالثاً: أكّدت الدراسة على بلاغة القرآن الكريم، وأنه ينطوي على كثير من الأسرار في التعبير والأسلوب، والألفاظ... ونحو ذلك مما يتجلى عند التدبر والتأمل.

رابعاً: أوضحت الدراسة أصناف المتعاملين مع الإنترنت، ثم أتبعته كل صنف بما يلائمه من النصائح والإرشادات الربانية القرآنية العظيمة.

خامساً: بيّنت الدراسة عظيم ما منحه الله تعالى لهذه البشرية من نعم في شبكات التواصل وغيرها، لكن أكثر البشرية يضل بهذه النعم، ويستعملها فيما لا يرضي الرب سبحانه، اللهم إلا

القليل منهم، ﴿وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّاكِرُونَ﴾ [سبأ: ١٣].

هذا وإني أوصي في نهاية بحثي بأمرين :

أولهما: أن يُقِيلَ المسلمون على كتاب ربهم سبحانه، قارئين متدبرين، ومطابقين ومنفذين، فهو منهج سعادتهم وعزهم في الدنيا والآخرة، حتى يلحقوا بركب السابقين، ويتحصّلوا على جوائز رب العالمين.

ثانيهما: إقامة وتعدد المؤتمرات والندوات عظيمة النفع التي تُعنى بهذا الجانب، والتي تؤكد على استنباط واستقراء القرآن الكريم في جميع ميادين الحياة ونوازلها المتجددة.

وانته الموفق والمعين، وهو المحادي إلى سواء السبيل

بقلم

عبدالله موسى أبوالمجد

﴿ سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ ﴿١٨٠﴾ وَسَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ ﴿١٨١﴾ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٨٢﴾ ﴾

[الصافات ١٨٠-١٨٢].

أولاً: نبت بأهم المصادر والمراجع

- ١- أثر استخدام الإنترنت على الفتيات في مجال الدعوة، أ.د/حصة الزيد، ط دار التدمرية بالرياض ١٤٣٥ هـ
- ٢- أثر برنامج إرشادي لخفض درجة إدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، د/ناصر العبيدي، بحث تكميلي لرسالة الماجستير من كلية العلوم بجامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض ١٤٣٢ هـ.
- ٣- الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان لأبي حاتم محمد بن حبان البُستي (ت ٣٥٤ هـ) بترتيب: الأمير علاء الدين بن بلبان (ت ٧٣٩ هـ)، تحقيق/شعيب الأرناؤوط، ط١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٠٨ هـ - ١٩٨٨ م.
- ٤- إدمان الانترنت وآثاره الجسدية والنفسية، د/حيدر طالب، أستاذ بجامعة بابل بالعراق، مقال منشور بالشبكة الدولية.
- ٥- الإنترنت وخطره، د/ محمد الغامدي، عضو هيئة التدريس بجامعة أم القرى، بحث منشور بموقع (ملتقى أهل الحديث) على الشبكة الدولية.
- ٦- البحر المحيط في التفسير لأبي حيان محمد بن يوسف الأندلسي (٧٤٥ هـ)، تحقيق: صدقي محمد جميل، ط دار الفكر بيروت، ١٤٢٠ هـ.
- ٧- التحرير والتنوير للشيخ/ محمد الطاهر بن عاشور (ت ١٣٩٣ هـ)، ط الدار التونسية للنشر - تونس ١٩٨٤ هـ.
- ٨- التفسير البسيط لأبي الحسن علي بن أحمد الواحدي (ت ٤٦٨ هـ) ، أصله عدة رسائل دكتوراه بجامعة الإمام محمد بن سعود، ط١، عمادة البحث العلمي-جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض ١٤٣٠ هـ.
- ٩- تفسير الكهف للشيخ/ محمد بن صالح بن محمد العثيمين (ت ١٤٢١ هـ)، ط١، دار ابن الجوزي للنشر والتوزيع، السعودية، ١٤٢٣ هـ.

- ١٠- تفسير القرآن العظيم لأبي الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير (ت ٧٧٤هـ)، تحقيق/ سامي سلامة، ط٢، دار طيبة للنشر والتوزيع، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م.
- ١١- التقنيات الحديثة- فوائد وأضرار: دراسة للتأثيرات السلبية على صحة الفرد أ.د/ شعاع اليوسف، ضمن سلسلة «كتاب الأمة» التي يصدرها مركز البحوث والدراسات في وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية بدولة قطر، العدد الثاني عشر بعد المائة- ربيع الأول ١٤٢٧هـ، للسنة السادسة والعشرين.
- ١٢- تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان للشيخ/ عبد الرحمن السعدي (ت ١٣٧٦هـ) ، تحقيق د/عبد الرحمن اللويحق، ط١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠م.
- ١٣- الجيل الثاني من خدمات الإنترنت، د/محمود عبد الستار خليفة، مجلة علوم الاتصال، جامعة القاهرة، العدد ١٨، مارس ٢٠٠٩م، ومجالات توظيف الشبكات الاجتماعية في خدمة القرآن وعلومه، د/ياسر الشهري، ص٣٦، بحث منشور ضمن منشورات كرسي القرآن وعلومه بجامعة الملك سعود بالسعودية.
- ١٤- جامع البيان في تأويل القرآن لأبي جعفر محمد بن جرير الطبري (ت ٣١٠هـ) ، تحقيق الشيخ/ أحمد محمد شاكر، ط١، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠م.
- ١٥- الحاسب والشبكة إيجابيات وسلبيات، د/فهد العصيمي، نقلاً عن مصدر أجنبي، بحث منشور بالشبكة الدولية.
- ١٦- حسن الظن بالله لأبي بكر عبد الله بن محمد المعروف بابن أبي الدنيا (ت ٢٨١هـ)، تحقيق/ مخلص محمد، ط١، دار طيبة - الرياض ١٤٠٨هـ - ١٩٨٨م.
- ١٧- الداء والدواء لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (٧٥١هـ) ، تحقيق/ مُحَمَّد أَجْمَل الإصلاحي، ط١، مجمع الفقه الإسلامي بجدة، ١٤٢٩هـ.
- ١٨- رسالة ابن القيم إلى أحد إخوانه لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ، تحقيق/ عبد الله المديفر، ط١، مطابع الشرق الأوسط - الرياض ١٤٢٠هـ.

- ١٩- زاد المعاد في هدي خير العباد لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ، ط ٢٧، مؤسسة الرسالة، بيروت، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٤ م.
- ٢٠- سلسلة الأحاديث الصحيحة لمحمد ناصر الدين الألباني (ت ١٤٢٠هـ)، ط ١، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٥ م.
- ٢١- شبكات المعلومات في التعليم العالي (التدريس والبحث) في تكنولوجيا التعليم، أ/عبدالله عمر خليل، ص ٩١، ط مركز الكتاب للنشر بالقاهرة ١٩٩٩ م.
- ٢٢- الشبكات الاجتماعية خطر أم فرصة، أ/ سلطان الصاعدي، بحث منشور بموقع شبكة الألوكة ١٤٣٢ هـ.
- ٢٣- ضوابط المشارك في الإنترنت وشبكات التواصل، د/عبد الرحمن العسكر، ط دار العصيمي بالرياض ١٤٣٦ هـ.
- ٢٤- طريق الهجرتين وباب السعادتين لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ)، ط دار السلفية، القاهرة، ١٣٩٤ هـ.
- ٢٥- عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ، ط ٣، دار ابن كثير، دمشق، ١٤٠٩ هـ / ١٩٨٩ م.
- ٢٦- فاعلية برنامج تدريبي من بُعد بالإنترنت على مهارات استخدام برامج الحاسوب، د/ محمد جابر خلف الله، ص ٧٢، رسالة دكتوراه غير منشورة بكلية التربية- جامعة الأزهر بالقاهرة ٢٠٠٦.
- ٢٧- فتح القدير لمحمد بن علي الشوكاني (ت ١٢٥٠هـ)، ط ١، دار ابن كثير، بيروت، ١٤١٤ هـ.
- ٢٨- لسان العرب لجمال الدين محمد بن مكرم بن منظور (ت ٧١١هـ)، ط ٣، دار صادر - بيروت ١٤١٤ هـ.
- ٢٩- المحرر الوجيز في تفسير الكتاب العزيز لأبي محمد عبد الحق بن عطية الأندلسي (ت ٥٤٢هـ) تحقيق/عبد السلام عبد الشافي، ط ١، دار الكتب العلمية - بيروت، ١٤٢٢ هـ.

- ٣٠- مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين لشمس الدين محمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) تحقيق/محمد المعتصم بالله البغدادي، ط٣، دار الكتاب العربي - بيروت، ١٤١٦هـ - ١٩٩٦م.
- ٣١- المسند الصحيح المختصر لأبي الحسن مسلم بن الحجاج (ت ٢٦١هـ)، تحقيق/ محمد فؤاد عبد الباقي، ط دار إحياء التراث - بيروت.
- ٣٢- مصيدة التشنت - كيف تركز في فوضى العالم الرقمي، فرانسيس بووث، ترجمة وتلخيص أ/زيد الزعبيير، منشور بموقع (شبكة الألوكة).
- ٣٣- المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم للشيخ/محمد فؤاد عبد الباقي ، ط دار الكتب المصرية ١٣٦٤هـ.
- ٣٤- مفاتيح الغيب لأبي عبد الله محمد بن عمر الرازي (ت ٦٠٦هـ) ، ط٣، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ١٤٢٠هـ.
- ٣٥- مفتاح دار السعادة لمحمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (ت ٧٥١هـ) ، ط دار الكتب العلمية - بيروت.
- ٣٦- مقاييس اللغة لأبي الحسين أحمد بن فارس (ت ٣٩٥هـ) ، تح أ/ عبد السلام محمد هارون، ط دار الفكر، بيروت، ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م.
- ٣٧- المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج لأبي زكريا يحيى بن شرف النووي (ت ٦٧٦هـ)، ط ٢ دار إحياء التراث العربي- بيروت ١٣٩٢هـ.
- ٣٨- النهاية في غريب الحديث والأثر لمجد الدين المبارك بن محمد ابن الأثير (ت ٦٠٦هـ)، تحقيق/ طاهر الزاوي وآخر، ط المكتبة العلمية - بيروت ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م.
- ٣٩- الوسيط في تفسير القرآن المجيد لأبي الحسن علي بن أحمد الواحدي (ت ٤٦٨هـ)، تحقيق /عادل عبد الموجود وآخرين، ط١، دار الكتب العلمية- بيروت، ١٤١٥ هـ - ١٩٩٤م...

إلى آخر المراجع والمصادر المثبتة بالهوامش، والله الموفق.

ثانياً: ثبت الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٣	المقدمة
١٠	المبحث الأول: التعريف بالظاهرة، وبيان أهم أسبابها
١٠	المطلب الأول: التعريف بأهم مفردات البحث.
١٢	* متى نشأت شبكة الإنترنت؟ وكيف انتشرت؟
١٤	* شبكات التواصل الاجتماعية
١٦	* متى يكون الشخص مدمناً للإنترنت؟
١٧	* المقياس الدقيق لدرجة إدمان الشخص
٢٠	المطلب الثاني: أسباب انتشار الإنترنت بالعالم
٢٢	المطلب الثالث: تصوير الظاهرة
٢٤	المبحث الثاني: أهم مخاطر وأضرار إدمان الإنترنت على الفرد والمجتمع
٢٤	المطلب الأول: أضرار إدمان الإنترنت على الفرد
٢٦	المطلب الثاني: أهم مخاطر وأضرار الإنترنت على المجتمع
٢٨	المبحث الثالث: العلاج القرآني لظاهرة إدمان الإنترنت
٢٨	المطلب الأول: أصناف مستخدمي الإنترنت
٢٨	الصف الأول: المنتفعون السابقون
٢٩	ضوابط المشاركة في الإنترنت
٣٢	الصف الثاني: المقصدون، وتوجيهات القرآن لهم
٤٢	الصف الثالث: الظالمون لأنفسهم، وعلاجات القرآن لهم

الصفحة	الموضوع
٤٢	المطلب الثاني: العلاج العقدي والإيماني
٥٥	المطلب الثالث: العلاج التعبدي والتشريعي
٦٥	المطلب الرابع: العلاج التربوي والسلوكي
٧٦	الخاتمة
٧٨	أهم المصادر والمراجع
٨٣	ثبت الموضوعات

والله ولي التوفيق.

