



مركز دعم
الصحة السلوكية
Behavioral healthcare center

الاجتماعي Social



مطوية بعنوان

التراحم





المقدمة

يعد التراحم مكون عاطفي وإدراكي وسلوكي ويعني بوجود أبعاد غير مادية في العلاقات بين الأفراد، وهي علاقات إنسانية وشخصية لا تقوم على المنفعة. فالتراحم بين الناس فضيلة من أعظم الفضائل الإنسانية وأجلها قدراً وأبقاها أثراً، فعلى الفرد أن يتحلى بالرحمة ويتخذها منهجاً يتحقق من خلالها الخير لنفسه ولمجتمعه. ويتمثل التراحم في صور كثيرة منها التراحم بين الآباء بالأبناء، بالوالدين، بالمساكين والأيتام وبالنساء والأطفال وكذلك الرفق بالحيوان، كما إن التراحم يحمل في طياته معاني عديدة مثل التعاطف، والإيثار، والمودة، والعفو، وغيرها من القيم السامية. وتُعدّ هذه القيم الأساس في بناء مجتمع قوي و متماسك، يسوده العدل والأمن والفضيلة والإيثار، حيث تُصان كرامة الإنسان وتُحترم بغض النظر عن حاله أو وضعه، فالمجتمع الذي يتمتع بروابط قوية قائمة على التراحم يكون أكثر قدرة على تحقيق الاستقرار والتنمية، حيث يساعد التراحم في تعزيز التعاون والتفاهم بين أفرادهم، مما يتيح له مواجهة التحديات بفاعلية. وعلى العكس، فإن ضعف التماسك المجتمعي وغياب التراحم يؤديان إلى هشاشة المجتمع ويجعلانه أكثر عرضة لعدم الاستقرار الاجتماعي والاقتصادي والسياسي.



❓ ما مفهوم التراحم؟

التراحم خُلِقَ كريم وصفة نبيلة، وهو تعبير خلقي وعملي عن تعاطف الإنسان مع أخيه الإنسان حين يواجه المرض أو الألم أو حين يقع في مأزق، والمساعدة والمشاركة في الأفراح والأفراح، والأمال والآلام.

❓ لماذا يعد التراحم مهم؟

لأنه من القيم الإنسانية العليا التي تسهم في ترسيخ مبادئ التماسك الاجتماعي والاستقرار النفسي بين أفراد المجتمع، فحين تسود الرحمة في التعاملات يسود معها الاحترام والتقدير، وتضعف أسباب النزاع والكراهية. وقد أولى الإسلام هذه القيمة مكانة عظيمة، وجعلها من دلائل الإيمان وكمال الخلق، حيث قال النبي ﷺ: «الراحمون يرحمهم الرحمن، ارحموا من في الأرض يرحمكم من في السماء». وعليه، فإن التراحم ليس مجرد شعور إنساني، بل هو منهج حياة يعكس وعي الفرد ومسؤوليته تجاه مجتمعه، ويُسهم في بناء بيئة آمنة ومتعاونة تسودها المحبة والعدل.



تتعرض المجتمعات الإنسانية في أنحاء العالم إلى تغيرات اجتماعية سريعة ومتلاحقة تبني فيها الأجيال الجديدة قيماً جديدة، فضلاً عن شعور أفراد المجتمع لحاجات جديدة، إلا أن ذلك يؤدي إلى خلق مشكلات وتحديات لم تكن مألوفة من قبل تجعلها في مواجهة مع مسؤوليات مجتمعية متأصلة في النفس البشرية وهنا نجد التراحم بدوره الكبير في تحقيق التماسك المجتمعي لأن الأفراد تربطهم روابط كالروابط التي تعتمد على تقاليد القرابة والانتماء للجماعة في ظل الأسرة والعائلة. فالتراحم أداة أساسية للعلاقات الاجتماعية ويعني بوجود أبعاد غير مادية في العلاقات بين الأفراد، وأنها علاقات إنسانية شخصية لا تقوم على المنفعة، وبالتالي فهي ليست علاقات عقلانية مجردة.

فوائد التراحم

للتحلي بخلق الرحمة فوائد عظيمة وثمار جلييلة، منها:

- 01 محبة الله للعبد، ومن ثم محبة الناس له.
- 02 هي ركيزة عظيمة لبناء مجتمع متماسك، يشعر أفراده ببعضهم، يعطفون على بعضهم، ويرحمون بعضهم، مما يعزز المحبة بين أفراد المجتمع.
- 03 من أعظم فوائدها أنها خلق يمتد أثره إلى جميع الخلق.
- 04 تساهم في تعزيز الإحساس بالانتماء الفعّال للمجتمع، إذ أن الأفراد الذين يفتقرون إلى الرحمة يعدون أقل قدرة على التفاعل الإيجابي والمساهمة الفعّالة في بنية المجتمع.
- 05 تعد الرحمة سبباً رئيسياً في تسليط الضوء على الفئات الضعيفة في المجتمع، مثل الفقراء والمساكين، والأرامل والأيتام، وكبار السن والعجزة، وغيرهم، مما يعزز الاهتمام بتلبية احتياجاتهم.
- 06 يخلق إحساساً داخلياً بالرضا والسعادة نتيجة للقيام بفعل رحيم.
- 07 يساهم في تعزيز تقدير الفرد لذاته، مما يُنمي الشعور بالرضا الداخلي، ويُضفي على الحياة معنى وهدفاً أعمق.
- 08 يكسبنا تقدير الآخرين، حيث يكونون انطباعاً إيجابياً عنا، مما يعزز احترامنا ويحفزنا على الاستمرار في التصرف برحمة.



صور التراحم

الرحمة تجاه الآخرين



01 الرحمة بالذات: تتجسد هذه الرحمة في مشاعر العطف والرعاية التي يوجهها الإنسان نحو ذاته، خاصة في لحظات الضعف أو الفشل أو الألم، وهي تقوم على اللطف مع النفس، وتقبل النقص والعيوب باعتبارها جزءاً من الطبيعة البشرية.

02 الرحمة الأسرية: هذه هي الرحمة التي نعبر عنها تجاه أفراد أسرنا مثل الأبناء والوالدين. تعتبر هذه الرحمة من أبسط وأوضح أنواع الرحمة، فهي فطرية تنبع بشكل طبيعي من الروابط العاطفية القوية التي تجمعنا بأفراد عائلتنا.

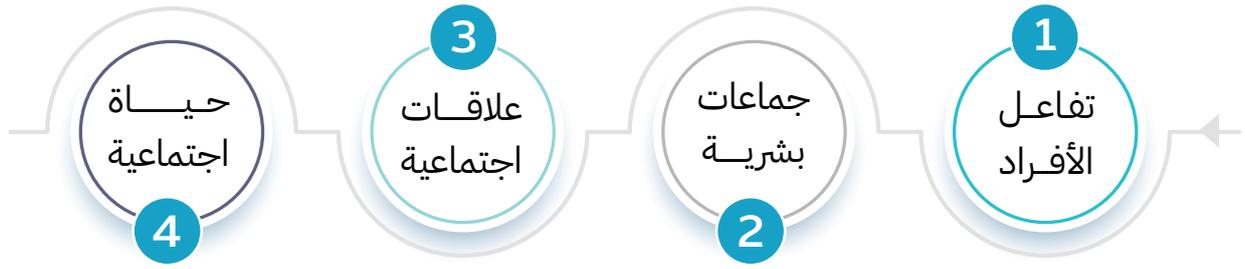
03 الرحمة تجاه الآخرين: تمتد هذه الرحمة لتشمل الأشخاص الذين لا تجمعنا بهم صلة قرابة، وقد تظهر هذه الرحمة من خلال التعاطف مع معاناة الآخرين، وتحقيق الخير العام.

04 الرحمة العالية: هي الإحساس بالمسؤولية تجاه التخفيف من معاناة جميع البشر، بغض النظر عن الدين أو الجنسية أو الثقافة.

05 رحمة الكائنات الحية: هي الرحمة التي تشمل كافة الكائنات، سواء كانت حيوانات أو نباتات، حيث يُحسن الإنسان التعامل مع جميع المخلوقات الحية.

كيف نطبق التراحم في حياتنا اليومية؟

يُعد اندماج الفرد في النسيج الاجتماعي عملية تقوم على شبكة معقدة من العلاقات والتفاعلات التي تُوجّه سلوكه وتُسرهم في تنشئته الاجتماعية. ومن هذا المنطلق، تُعد العلاقات الاجتماعية من الركائز الأساسية للحياة المجتمعية ويُقصد بالعلاقات الاجتماعية ذلك النمط من التفاعل بين طرفين أو أكثر، حيث يمتلك كل طرف تصوراً معيناً عن الآخر، وهو ما يؤثر في طريقة حكم كلٍ منهما على الآخر، سواء بشكل إيجابي أو سلبي. ولأن الإنسان لا يستطيع أن يعيش منعزلاً عن بني جنسه، فهو بحاجة دائمة إلى التواصل والتضامن معهم، فالعلاقات بين البشر ذات طابع إنساني أصيل، والحياة الاجتماعية تنشأ أساساً من هذا التفاعل المستمر بين الأفراد، مما يؤدي إلى تكوين جماعات بشرية تربطها روابط متبادلة تُشكّل محوراً أساسياً في حياة الإنسان.



ولتحقيق هذا التفاعل الاجتماعي القائم على التراحم وتعزيز العلاقات الاجتماعية، يمكن تطبيق مبدأ التراحم في مختلف جوانب الحياة اليومية، ومن أبرزها ما يلي:

◀ منزل الأسرة (والدين وأبناء وكبار السن):

من خلال الاستماع إلى أفراد الأسرة وتقدير مشاعرهم، وبرّ الوالدين ورعايتهم بالكلمة الطيبة والخدمة دون تدمير، والحنان على الأبناء، والتوجيه برفق وصبر، والاهتمام بكبار السن والحرص على راحتهم، وإشعارهم بمكانتهم، وأهميتهم، واحترامهم.

◀ الأصدقاء:

عبر الوقوف معهم في أوقات الشدة وتقديم الدعم النفسي والمعنوي لهم والتسامح معهم عند الخطأ، وتقديم النصح لهم بلطف دون تجريح والمحافظة على مشاعرهم واحترام اختلافاتهم.

◀ بيئة المدرسة:

وذلك من خلال احترام الزملاء والعلمين، والتعاون بدل التنافس السليبي ودعم الطلاب الضعفاء دراسياً أو نفسياً، ومنع سلوك التنمر من النشوء بينهم ونشر ثقافة الاحترام والتسامح بين الطلاب.

◀ بيئة العمل:

وذلك عن طريق التعامل مع الزملاء بروح الفريق والاحترام المتبادل، ومراعاة ظروف الآخرين وعدم تحميلهم فوق طاقتهم والإحسان للموظفين ذوي الدخل المحدود، وتقدير جهود الجميع.

◀ العمالة:

بواسطة معاملة العمالة بكرامة واحترام، فهم شركاء في الحياة وليسوا أقل منزلة وإعطائهم حقوقهم كاملة دون مماطلة، ومراعاة ظروفهم الإنسانية واحتياجاتهم النفسية.

◀ أفراد المجتمع:



عن طريق مساعدة المحتاجين بالمال أو الكلمة أو حتى الابتسامة والتخفيف عن المتضررين في الأزمات والكوارث واستغلال وسائل الإعلام لنشر ثقافة الرحمة من خلال القدوة الحسنة والمبادرات الاجتماعية.

◀ ترسيخ مفهوم الرحمة في المجتمع المعاصر



01 تعزيز الوعي بمكانة الرحمة في المنظومة الإسلامية: يُعد رفع الوعي بأهمية الرحمة أمراً أساسياً، نظراً لمكانتها المركزية في الشريعة الإسلامية، حيث تُعد من الركائز الأخلاقية والإنسانية التي تسهم بفعالية في توجيه العلاقات الاجتماعية وتنظيمها، على أسس من العدالة والتكافل والتعاطف بين الأفراد والمجتمعات.

02 بيان أثر الرحمة على الفرد والمجتمع: حيث تسهم في تحقيق فوائد كبيرة على مستوى الأفراد والجماعات، وتنعكس إيجابياً على جوانب الحياة المختلفة من خلال تعزيز التعاون والاحترام المتبادل والتكافل الاجتماعي.

03 ترسيخ الرحمة كقيمة ثقافية وسلوك عملي: ترسيخ مفهوم الرحمة وتحويلها من فكرة نظرية إلى ممارسة يومية تؤثر في سلوك الأفراد والمجتمعات، يشمل ذلك تعزيز الرحمة كجزء أساسي من الثقافة المجتمعية، بحيث تصبح جزءاً من التعليم، والتفاعل اليومي، والنظم الاجتماعية.

04 التركيز على الأبحاث العلمية المتعلقة بالرحمة: من الضروري تحديد الدراسات الأكاديمية المتخصصة التي تتناول مقصد الرحمة في الإسلام، وترجمتها إلى اللغات الحية، ونشرها على نطاق واسع بهدف تعزيز الفهم المعرفي لمفهوم الرحمة وتطبيقاتها في السياقات المعاصرة. يسهم هذا النهج في زيادة الوعي حول أهمية الرحمة كقيمة محورية في تعزيز العلاقات الإنسانية وتطوير المجتمعات.

05 دور المؤسسات الأسرية والتعليمية: يجب أن تساهم المؤسسات الأسرية والنظام التعليمي في نشر قيمة الرحمة وتعزيزها لدى الأفراد بدءاً من المراحل التعليمية الأساسية وصولاً إلى التعليم الجامعي وما بعده. مما يسهم في تكوين جيل واعٍ بأهمية الرحمة في بناء المجتمعات المتماسكة والمترابطة.

06 إسهام وسائل الإعلام: من المهم أن تساهم وسائل الإعلام المختلفة في تسليط الضوء على قيمة الرحمة وأثرها الإيجابي على الأفراد والمجتمعات، وذلك بنشر محتوى يعزز الوعي بأهمية الرحمة في تحقيق التعايش السلمي والتضامن الاجتماعي، من خلال برامج توعوية وحملات إعلامية موجهة تساهم في تشكيل ثقافة مجتمعية تقوم على الرحمة والتعاون.



مركز دعم
الصحة السلوكية
Behavioral healthcare center

الإجتماعي Social