

التهديدات النفسية
والتغيرات السلوكية
الناجمة عن الإصابات الشيطانية

أبو القاسم بن عمر

الألوكة

www.alukah.net



التهديدات النفسية والتغيرات السلوكية الناجمة عن الإصابات الشيطانية

أبو القاسم بن عمر

مقدمة الكتاب

بسم الله الرحمن الرحيم

إنّ الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا من يهده الله فهو المهتدي ومن يضلل فلن تجد له ولياً مرشداً، وأشهد ألاّ إله إلاّ الله وحده لا شريك له ولا ندّ ولا كفؤاً له ولا صاحبة ولا ولداً له، له الملك وله الحمد بيده الخير وهو على كلّ شيء قدير، وأشهد أنّ محمّداً عبده ورسوله وصفيّه من خلقه أرسله الله رحمة للعالمين فبلّغ الرسالة وأدّى الأمانة، فكشف الله به الغمة ومحا به الظلمة وجاهد في الله حقّ جهاده حتّى أتاه اليقين فصلّ اللهمّ عليه وعلى آله وصحبه أجمعين.

أمّا بعد:

تجدر الإشارة في البداية الى أن هذا الكتاب يسلط الضوء على الاضطرابات النفسية والتغيرات السلوكية الخاصة بحالات تأكد عندها الإصابة بالمس الشيطاني.

وإن الإصابة بالمس الشيطاني قد تكون بسبب عين أو سحر أو غير ذلك من الظلم والعدوان، وقد يتعرض المصاب بالمس الى مشاكل نفسيّة وجسدية واضطرابات مزاجية مع تغيير ملحوظ في السلوك، مما يؤثر سلبا على حياتهم الاسرية وعلاقاتهم الاجتماعية. وكثيرا ما يهتم الناس بالصعوبات والأعراض ظاهرة لبعض حالات المس التي تتمثل في الصرع وتخبط الشيطان، ولكن الحقيقة أن الاضطرابات النفسية هي الأولى بالاهتمام، لأن تأثيرها أكبر من حيث أنها تستمر مع المصاب في يومه وليلته وفي ونومه ويقظته، فهي السبب في تغيير سلوكه ومزاجه ذلك أن الشيطان يحضره في جميع أموره ويستغل كل فرصة لتحقيق أهدافه، بالإضافة الى تسلطه على عقله وجسده.

بالرغم أن كثيرا من المصابين بالمس الشيطاني لا يصرعون، فإن الصرع الشيطاني لا يتجاوز الفترات القصيرة المتقطعة التي لا يمكن أن تحدث تغيرا مفاجئ في فناعاته وسلوكه وعلاقاته مع الآخرين، ذلك أن المصاب بالصرع المرضي لأسباب عضوية لا يشتكى مثلا من حالة نفور مفاجأة من البيت أو العمل أو تتغير مشاعره تجاه من يحبهم من عائلته.

فكيف ينجح الشيطان في توجيه المصاب نحو السلوك المرغوب وتطويعه لتحقيق الأهداف المطلوبة بعد إصابته بالسحر أو العين؟ وكيف ينجح في الحاق الأذى بالمحسود والمعيون في الجانب الذي تميز به عن غيره؟

إن الحالة النفسية التي يمر بها المصاب بالمس الشيطاني تجعله أمام عدة خيارات علاجية، ما يؤدي إلى تردده وعدم استقراره على برنامج علاجي محدد. فمن جهة، نجد العلاج النفسي الحديث الذي لا يستطيع الوصول إلى الاسباب الحقيقية للمرض لكونه لا يؤمن بالحقائق الغيبية، يقتصر على معالجة الاعراض الظاهرة دون معالجة أصل الداء. ومن جهة أخرى، هناك من المعالجين من يقتصر على الرقية الشرعية دون الاعتناء بإصلاح القلوب وتركية النفوس لعلاج الاضطرابات النفسية.

إن نجاعة الدواء في دفع الداء لا تعتمد على قوته فحسب، بل تعتمد أيضًا على مدى استعداد النفس لتقبله، وخلو القلب من الموانع التي تحول دون وصول الدواء إلى موطن الداء. وفي هذا السياق، تتجلى الحاجة الى تجميع أسباب القوة النافعة بين الرقية الشرعية والطب النفسي الاسلامي، لما لهذه الاسباب من دور عظيم في توحيد القوى النفسية والجسدية لمواجهة الأمراض على اختلافها، فالنفوس المريضة هي سبب مرض القلب بالشهوات والشبهات وهي أرض خصبة لتسلط الشيطان، ومتى صلح القلب قويت النفس وصلح الجسد كله. ومن هنا، تبرز الحاجة إلى رؤية علاجية متكاملة تجمع بين الإيمان بالحقائق الغيبية المستمدة من الكتاب والسنة لفهم الأسباب العميقة للاضطرابات النفسية المرتبطة بالمس الشيطاني وبين الرقية الشرعية لعلاج أصل الداء.

ولقد قسمت الكتاب الى خمسة أبواب، حيث احتوى الباب الأول على تعريف مجمل لعلم النفس وأهم مراحل الفكرية وصولا الى الوقت الحديث والمجالات التي يعمل فيها وأهدافه، ثم تطرقت الى الطب النفسي الحديث وعلاجاته وذكرت كذلك حدوده في معالجة حالات المس الشيطاني. أما في الباب الثاني فلقد ذكرت فيه أصل العناصر المتداخل في الحياة النفسية عند الانسان وتفاعلها داخل الجسد وتأثيرها على سلوكه من الأدلة الشرعية. ثم في الباب الثالث ذكرت طرق الشيطان في اثار الاضطرابات النفسية واستغلالها للتأثير على سلوك المصاب وتوجيهها ومقارنة تلك الاضطرابات مع التوصيف الطبي. وأما الباب الرابع فقد تضمن التأثير النفسي للعلاج الشرعي ومميزات العلاج الإسلامي في علاج أسباب الرئيسية للحالات النفسية السلبية التي يمكن أن يستغلها الشيطان، كما تضمنت منهجية تعديل السلوك وطريقة التفاعل الاجتماعي لبناء علاقات سليمة تحفظ التوازن النفسي. وأخيرا جمعت في الباب الخامس جملة من العلاجات الحسية لتخفيف الانفعالات الجسدية الناتجة عن الاضطرابات النفسية من خلال الاستشفاء بالأعشاب والفيتامينات والمعادن من المراجع المختصة.

أحمد الله سبحانه على جزيل فضله وواسع منه بأن بلغني هذا الجهد المتواضع، فما كان فيه من توفيق فمن الله وحده، وما كان فيه من خطأ فمني ومن الشيطان. وأسأل الله سبحانه أن يجعل هذا العمل خالصا لوجهه الكريم وأن ينفع به من قرأه أو نظر فيه وأن ينفس به كرب المكربين من المسلمين وأن يكتب لي بكرمه الاجر والفوز يوم الدين. آمين

تم بحمد الله بتاريخ

2025/12/19

الباب الأول: علم النفس والطب النفسي

علم النفس

فصل تعريف:

"علم النفس: علم تجريبي، وهو في هذا التحديد علم شأن جميع العلوم التجريبية الأخرى".⁽¹⁾ فكلية العلم في اللغة مصدر من الفعل عَلِمَ، وهو إدراك الشيء على حقيقته، كما أنه المعرفة واليقين. أما اصطلاحاً في العصر الحديث عصر المادة، فالعلم هو تنظيم المعرفة العلمية والمعلومات التي تم إيجادها عن طريق اتباع منهجية بحث وتفكير وفقاً لأسس وقواعد معتمدة تحدد شروط القبول والاعتماد. وأما المعرفة العلمية، فيقصد بها مجموعة الحقائق التي يمكن تحصيلها عبر التجربة المتكررة في فهم الظواهر والأشياء التي يمكن إدراكها بالحواس بعيداً عن المصادر الغيبية التي لا تخضع للتجربة.

وعلم النفس أو علم السيكولوجية، "هو العلم الذي يدرس سلوك الإنسان بأوسع معنى لمصطلح السلوك، بحيث يشمل نشاط الإنسان في تفاعله مع بيئته تعديلاً لها حتى تصبح أكثر ملائمة له، أو تكيفاً ذاتياً معها حتى يحقق لنفسه أكبر توافق".⁽²⁾ إذا علم النفس هي الحقائق المستخلصة بعد تجارب متعددة على الإنسان وبشروط محددة لقبول نتائجها واعتمادها في فهم سلوكه. يقول الدكتور عبد المجيد الخليدي: "علم النفس هو العلم الذي يدرس السلوك الإنساني ضمن البيئة التي يعيش فيها. أما السلوك الإنساني فيقصد به الأنشطة المختلفة والمتنوعة التي يقوم بها الإنسان أو تصدر عنه".⁽³⁾ وينقسم سلوك الإنسان إلى ظاهر وخفي، فالظاهر من الإنسان حركاته وأقواله وأفعاله وانفعالاته، وأما سلوكه الخفي فهو باطنه فنواياه ومشاعره وأفكاره ومعتقداته.

1 كتاب الامراض النفسية والعقلية والاضطرابات السلوكية عند الأطفال ص14

2 د. ألفت محمد حقي، كتاب مدخل إلى علم النفس ص15

3 كتاب الامراض النفسية والعقلية والاضطرابات السلوكية عند الأطفال ص10

فصل أهم المرحلة التاريخية:

لقد مرّ علم النفس بالعديد من المراحل متأثراً بالتغيرات الفكرية الرائجة في ذلك العصر، فأول ظهوره كان على يد الفلاسفة اليونانيين المتأثرين بالنصرانية، حيث كانت أطروحاتهم تحتوي على جانب من الايمان بالغيبيات، وقد كانوا يقولون إن الانسان مكون من روح وجسد، ومن أشهر علمائهم سقراط، أرسطو، وأفلاطون. وتواصل الطرح الفلسفي لعلم النفس مرور بالعرب المسلمين من خلال علم الكلام في عهد الخلافة العباسية، وأشهر علمائهم ابن سينا والفارابي والغزالي. ولقد هبت على علم النفس في القرن التاسع عشر والعشرين رياح التغيير عند ظهوره في أوروبا متأثراً بالتحول الفكري الغربي المادي العلماني، الذي يعتمد على العلوم التجريبية كبديل وحيد لقبول المعارف، ولم يعد للغيبيات مجالاً في اثبات الحقائق العلمية، ومن أشهر علمائهم "فيلهم فونت" و"ويليام جيمس". يقول الدكتور محمد شحاته ربيع عميد معهد الدراسات العليا للدفاع الاجتماعي: "يجمع الجمهور من مؤرخي علم النفس أن اعتبار عام 1879م هو تاريخ الذي ولد فيه علم النفس الحديث والمعاصر، وهو التاريخ الذي أنشأ فيه "فونت" مختبراً لعلم النفس في مدينة "ليبزج" في ألمانيا"⁽¹⁾، وبذلك لم يعد علم النفس من العلوم الإنسانية بل أصبح في العصر الحاضر علماً مستقلاً من العلوم التجريبية قائماً على قواعده.

فصل أهدافه ومجالاته:

"والهدف من هذا العلم الكشف عن صفات القوة والضعف والمؤثرات التي توجه وتتحكم في قراراته وتصرفاته وردود أفعاله، وهذا ما يسمح بإمكانية تغيير سلوك الانسان وتعديلها. كما يساهم هذا العلم في استطلاع الظواهر البشرية المحتملة في المستقبل بناء على الظواهر والسلوك البشري الحالية. ويمكن النظر الى علم النفس على انه "علم صحّة" حيث أنه يقدم خدمات في مجال الصحّة، وخاصة الصحّة النفسية والعلاج النفسي حيث تطبّق كل مبادئ

1 كتاب تاريخ علم النفس ومدارسه ص96

وطرق علم النفس في علاج المشكلات والاضطرابات السلوكية والامراض النفسية".(1)
ويقول الدكتور عبد المجيد الخليدي: "يساعد علم النفس الانسان على معرفة الدوافع التي تحركه كفرد إزاء مجمل القضايا والمواقف، الأمر الذي يمكنه من أن يوجّه ويتحكم في سلوكه".(2).

وفروع علم النفس كثيرة ومتنوعة، بتنوّع المجالات التي يتواجد فيها الإنسان، فمنها ما هو نظري، ومنها ما هو تطبيقي. ومن الفروع النظرية: علم النفس العام، وعلم النفس الاجتماعي، وعلم نفس الحيوان، وعلم النفس المقارن، وغيرها. وأما الفروع التطبيقية فتشمل: علم النفس السريري، وعلم النفس الإداري، والتجاري، والعسكري، والقيادي، وغيرها. ويُعنى الفرع التطبيقي المخصّص لتشخيص الأمراض النفسية وعلاج الاضطرابات السلوكية بما يُعرف بعلم النفس السريري، ويُسمّى كذلك: علم النفس الإكلينيكي أو العيادي.

1 د. حامد الزهراني، كتاب الصحة النفسية والعلاج النفسي ص10

2 كتاب الامراض النفسية والعقلية والاضطرابات السلوكية عند الأطفال ص15

الطب النفسي

فصل التعريف

الطب النفسي فرع من فروع الطب، يتناول أسباب ظهور الامراض النفسية وعلاجها والوقاية منها. "ويهدف العلاج في الطب النفسي كما هو الحال في باقي فروع الطب الى تحقيق الشفاء التام من الأمراض، وحين يتعذر ذلك يصبح الهدف تخفيف الاعراض المرضية وتقليل معاناة المريض وتقديم الاسناد النفسي له، ومساعدته على التكيف الاجتماعي عندما يكون هناك قصور في العلاقة الاجتماعية".⁽¹⁾

ونظرا أن علم النفس دخل تحت مظلة العلوم التجريبية فلم يعد لكلمة النفس تلك الحقيقة الغيبية، بمعنى الروح، التي هي المصدر الضروري لحياة الانسان بل أصبحت كلمة "النفس" بمعنى "العقل" ولذلك أصبح الطب النفسي هو الطب العقلي. "والعقل الذي هو وظيفة المخ والجهاز العصبي ليس شيئا جسيما، بل هو النفس".⁽²⁾

فالنفس في اصطلاح الطب النفسي الحديث هي وظيفة الدماغ والجهاز العصبي، يقول الدكتور عبد الكريم الحجاوي: "ولعل النفس هي الجزء الانسيابي الوسيط بين الجسد والروح، فهي تشبه الروح في كونها أثرا لا مادة، وتقترب من الجسد في كونها ناتجة عن أجزاء معينة منه، لهذا السبب عرفت النفس بأنها "محصلة الوظائف العليا من نشاط الجهاز العصبي". كما يقول أيضا: أن التكامل سمة بين أعضاء الجسد، إذ إن كل عضو يكمل عمل الآخر، يؤثر ويتأثر

1 موسوعة الطب النفسي ص401

2 د. كمال دسوقي، كتاب الطب العقلي والنفسي علم الامراض النفسية ص18

به، كذلك تتكامل النفس والجسد، فما النفس إلا أثر الجزء من الجسد، وهو الدماغ والجهاز العصبي، تمرض بمرضه وتصح بصحته".⁽¹⁾

فصل المرض النفسي

إنّ الصحة والمرض مفهومان متلازمان؛ فبمعرفة أحدهما يتضح الآخر. ويكمن الفرق بين الصحة النفسية والمرض النفسي في الدرجة لا في النوع، إذ إنّ الحالات النفسية بجميع أشكالها تمثل وسيلة تواصل ضرورية للفرد مع محيطه. غير أن هذه الحالات النفسية، إذا تجاوزت حدودها الطبيعية وانفصلت عن أسبابها الموضوعية، تحوّلت من مظاهر صحية إلى أعراض مرضية. "والفرق بين الشخصية السوية والشخصية المرضية، من حيث الأعراض، فرق في الدرجة وليس فرقا في النوع، والواقع أن كل فرد لديه استعداد للمرض. إلا أن الافراد يختلفون في درجة مقاومتهم، فمنهم من يكون لديه مقاومة عالية، ومنهم من قد يتعرض في حياته لأسباب تحطم هذه المقاومة".⁽²⁾

تُعزى الأمراض النفسية أو العقلية إلى نوعين من الأسباب: فقد تنجم عن أسباب عضوية، نتيجة خلل في بنية الدماغ أو الجهاز العصبي، مما يؤدي إلى اضطراب في وظائفهما. وقد تنتج أيضاً عن اختلال في أداء هذه الوظائف دون وجود تلف عضوي ظاهر. ففي الحالة الأولى، تؤدي الإصابات أو الأمراض العضوية في الدماغ أو الجهاز العصبي إلى تلف في بعض أجزائه مما يسبب اضطرابات في الوظائف العصبية المختلفة، نتيجة خلل في عضوي يمنعه من إدراك الواقع الخارجي، ويسبب له اختلالاً في تقييم المواقف والأشياء. "فالاضطرابات العقلية العضوية هي عبارة عن اضطرابات تصيب وظائف العقل والسلوك نتيجة لاصابة الدماغ بتلف أو اضطراب وظيفته المؤقت أو كلاهما، وقد يكون السبب أقلياً أي الإصابة المباشرة في الدماغ، أو ثانوياً نتيجة

1 د. عبد الكريم الحجاوي، كتاب موسوعة الطب النفسي ص10

2 الصحة النفسية والعلاج النفسي ص129

لاصابة الجسم بمرض عام". (1) "فليس ثمة اذن مرض عقلي لا يصحبه اضطراب في الوظائف المعرفية في صورة أو أخرى. قد تكون الصورة اضطراب الادراك أو تشوش الفهم، وقد تكون تعطل مجرى التفكير، أو تأخر الذكاء، أو قصور الذاكرة، أو نقص الدوافع، أو فساد الحس". (2)

أما في الحالة الثانية، فقد تنشأ الأمراض النفسية نتيجة خلل في الوظائف المرتبطة بالدماغ والجهاز العصبي، دون وجود سبب عضوي ظاهر. ويُطلق على هذا النوع من الاضطرابات مصطلح 'الأمراض النفسية الخالصة'. ويظهر فيها السلوك المرضي نتيجة تحليل خاطئ للمعلومات الحسية، دون وجود خلل عضوي في الجهاز العصبي أو الدماغ. "وتعتبر الامراض النفسية مجموعة من الاضطرابات المرضية الشاذة التي لا يكون لها أسباب عضوية واضحة، وإنما تعتبر مظاهر خارجية لحالات التوتر والصراع النفسي الداخلي والتي تؤدي الى اختلال جزئي في الشخصية بحيث يكون المريض بها لا يزال متصلًا بالحياة الواقعية (3). كما أنه في حالة الامراض الوظيفية ينشأ الاضطراب عن أثر البيئة الخارجية، وتكون الاعراض الجسدية مجرد دلائل أو إشارات على وجود المرض". (4) أي أن السبب الأساسي هي تأثير البيئة التي يعيش فيها وسوء المعاملة. وكل مرض يتميز عن غيره بمجموعة من الاعراض مرتبطة ببعضها، ويطلق على الاعراض مصطلح الرمز في الامراض النفسية التي ليس لها أسباب عضوية، فالأعراض تعبر عن وجود صراع داخلي وصعوبات يواجهها المريض. وهذه الاعراض إما أن تكون جسدية، نتيجة تفاعل أعضاء الجسد ووظائفها بالحالة النفسية فتؤدي الى أمراض عضوية. وإما أن تكون أعراض سلوكية تتمثل في تغيرات في سلوك الشخص اتجاه نفسه أو مع محيطه، يقول الدكتور حامد عبد السلام الزهراني:

1 موسوعة الطب النفسي ص142

2 د. كمال دسوقي، كتاب الطب العقلي والنفسى علم الامراض النفسية ص17

3 الامراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الأطفال ص37

4 د كمال الدسوقي الطب العقلي والنفسى ص29

"أن المرض النفسي هو اضطراب وظيفي في الشخصية، نفسي المنشأ، يبدو في صورة أعراض نفسية وجسدية مختلفة، يؤثر في سلوك الشخص فيعوق توافقه النفسي، ويعوقه عن ممارسة حياته السوية في المجتمع الذي يعيش فيه. المرض النفسي أنواع ودرجات فقد يكون خفيفا يضفي بعض الغرابة على سلوك المريض، وقد يكون شديدا مما يدفع المريض الى الانتحار أحيانا. وتتباين أعراض الأمراض النفسية تباينا كبيرا، من المبالغة في الاناقة الى الانفصال عن الواقع والعيش في عالم الخيال".⁽¹⁾

فصل تقسيم الامراض النفسية

تنقسم الامراض النفسية الوظيفية التي ليس لها أسباب عضوية الى قسمين، أمراض عصاب وأمراض ذهان. ويطلق مصطلح العُصاب⁽²⁾ على الامراض النفسية الوظيفية⁽³⁾ والتي لها أعراض عصبية⁽⁴⁾ وتسبب اضطرابات في الشخصية والسلوك واضطرابات المزاج. ولم يعد مصطلح العُصاب مستعملا الا في المجالات النفسية والتحليل النفسي فقط للتمييز بين اضطرابات العُصابية وبين اضطرابات الذهانية. ومن امراض العصاب القلق، والمخاوف، والهستيريا، والوسواس التفكري والوسواس القهر للأفعال، والاكتئاب.

ويطلق مصطلح الذهان⁽⁵⁾ على الأمراض النفسية الوظيفية والتي تؤثر على القدرة العقلية، "ولكلمة الذهان معان عديدة، ولكنها تستخدم من قبل المتخصصين في الصحة النفسية لوصف بعض الأشخاص الذين لا يستطيعون التمييز بين الواقع والخيال".⁽⁶⁾ حيث يحدث تغير

1 الصحة النفسية والعلاج النفسي ص10

Psychoneurosis 2

3 أي ليس لها أسباب عضوية على للجهاز العصبي

4 أي تأثير على الجهاز العصبي

Psychosis 5

6 عالم الامراض النفسية والعقلية، الأسباب، الاعراض، العلاج الكتاب الاول الجزء الثاني ص421

في كُـلِّ من التفكير، والشعور، والإحساس بالذات والتفاعل مع الآخرين نتيجة تغير في معالجة عقله للمعلومات الوارد عليه من محيطه الخارجي أو الداخلي، فيصعب على المريض التفريق ما بين الواقع وما يدور في ذهنه من تخيلات وأفكار. فقد يسمع أصوات لا يسمُعُها غيره أو يرى أشياء لا يراها الآخرون، ومن هذه الامراض الهلوس، الانفصام، ثنائي القطب.

فصل دور الطبيب والمعالج النفسي

إن المؤهلين لعلاج للأمراض النفسية ينقسم الى صنفين، طبيب نفسي ومعالج نفسي. "ولم يزل ما هو طبي عضوي في مجال اختصاص الطبيب العصبي، وما هو سلوكي طبيعي أو شخصي مهمة عالم النفس".⁽¹⁾ فالطبيب النفسي⁽²⁾ تكوينه العلمي في الطب العام مختصا في علم النفس وعلاج الامراض النفسية فهو مؤهلا لتشخيص الاعراض الجسدية وعلاجها بوصف الادوية والعقاقير وإعطاء الوصفات العلاجية أو بالجراحة، وقد يتلقى تكويننا إضافيا في التحليل النفسي بحكم تخصصه في استخدام طرق العلاج النفسي. وأما المعالج النفسي⁽³⁾ فهو مختص في علم النفس الاكلينيكي لم يدرس الطب ولكن تكوينه في مجال العلوم الانسانية، ويتمثل دوره في تشخيص وعلاج الامراض النفسية والاضطرابات السلوكية. وفي بعض الحالات يعمل المختصون النفسيون مع الأطباء في دور متكامل لتقديم العلاج النفسي الى جانب العلاج الدوائي للأعراض الجسمية.

فصل أنواع العلاجات

ويتوقف علاج المرض النفسي على نوعه وحدته وأسبابه فمنها ما يكون بسيط وسهلا فلا يتعدى جلسات مع المعالج النفسي ومنها ما يستدعي تدخل الطبيب النفسي بالأدوية والعقاقير أو الجراحة. "فالعلاج النفسي بمعناه العام هو نوع من العلاج تستخدم فيه أية طريقة نفسية

1 دكمال دسوقي الطب العقلي والنفسى علم الامراض النفسية ص..

psychiatrist 2

psychotherapist 3

لعلاج مشكلات أو اضطرابات أو أمراض ذات صبغة انفعالية يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه، وفيه يقوم المعالج -وهو شخص مؤهل علميا وعمليا وفنيا- بالعمل على إزالة الاعراض المرضية الموجودة أو تعديلها أو تعطيل أثرها، مع مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة والتوافق مع بيئته واستغلال إمكانياته على خير وجه ومساعدته على تنمية شخصيته ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي، بحيث يصبح المريض أكثر نضجا وأكثر قدرة على التوافق النفسي في المستقبل.⁽¹⁾

"يطلق على العلاج بالأدوية والعقاقير في مجال الأمراض النفسية أحيانا اسم العلاج النفسي بالعقاقير ويطلق عليه أحيانا اسم العلاج الكيميائي. ولقد استمر استخدام العلاج بالصدمات الكهربائية وظل هو الشائع الى أن اكتشفت عدة عقاقير".⁽²⁾ وتنقسم الادوية الى عدة أصناف وهي المنبهات، المسكنات، المنومات، مضادات الاكتئاب، مضادات الإدمان، عقاقير الهلوسة، عقاقير الحقيقة والهدف من العلاج بالعقاقير ضبط الاعراض ثم القضاء على المرض بالتوازي مع العلاج النفسي. "ويلجأ الاخصائيون في بعض حالات الامراض النفسية المزمنة -وبعد فشل بقية أنواع ووسائل وطرق العلاج الأخرى- وكأخر محاولة الى الجراحة (جراحة المخ وهي جراحة عصبية متخصصة جدا) بقصد علاج الاضطرابات النفسية أو المرض العقلي بحيث يحصلون على أكبر قدر من التحسن وأقل قدر من التضحية".⁽³⁾

فصل الصحة النفسية

إن الصحة النفسية تظهر على الانسان السليم بحيث يتصف سلوكه بالمرونة التي تمكنه من التغيير والتعديل حسب متغيرات الحياة، كما يتصف بالقدرة على السيطرة وحسن إدارة مشاعره التي تمكنه من ضبط انفعالاته، وهذه الصحة تمكن الانسان من التكيف المستمر وتجعله قادرا على

1 د حامد الزهراني الصحة النفسية والعلاج النفسي ص186

2 د حامد الزهراني الصحة النفسية والعلاج النفسي ص350

3 د حامد الزهراني الصحة النفسية والعلاج النفسي ص363

معاملة الناس معاملة واقعية وهذا ما يساعده في اتخاذ الخيارات السليمة مما يشعره بالتوازن النفسي. "ويمكن تعريف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبية، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته)، ويشعر بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وامكانياته الى اقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عاديا، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام". (1) "فالصحة النفسية بتعبير آخر هي نوع من التوافق الكلي والتعامل بين الوظائف المختلفة، ويكون الشخص لديه القدرة على موجة الأزمات والضغوط والإحباط النفسية الطبيعية التي تواجهه مع إحساسه وشعوره الإيجابي بالسعادة والكفاية". (2)

1 للدكتور حامد الزهراني الصحة النفسية والعلاج النفسي ص10

2 د. القوصي عبد العزيز أسس الصحة النفسية ص4

حدود الطب النفسي الحديث في علاج النداعيات النفسية للأمراض الشيطانية

فصل قصور في مصادر المعرفة وانكارهم للغيب

المعرفة هي إدراك الشيء بإحدى الحواس، وهي بطبيعتها تقبل الصواب والخطأ، ولا تؤدي بالضرورة إلى العلم؛ لأن العلم هو إدراك الشيء على حقيقته. وما لا تدركه حواسنا لا يُعدّ معدومًا بالضرورة، كما أن جهلنا بشيء ما لا ينفي وجوده؛ بل إن ما نجعله أكثر مما نعلمه. ولو حصرنا مصادر المعرفة في الحواس وحدها، لوجب أولاً إثبات حقيقة هذه المعرفة في ذاتها، ثم إثبات أن إدراكنا لها تم على الوجه الصحيح، ثم التأكد من أن عقولنا قد استوعبتها كما هي، دون خلل في الفهم أو تصور خاطئ. غير أن الحواس بطبيعتها محدودة وقابلة للخطأ، ويمكن خداعها بسهولة. فنحن لا نُدرك أحجام الأشياء البعيدة على وجه الدقة، ونرى الأشياء المستقيمة منكسرة عند دخولها الماء، وقد تختلط علينا الأصوات، أو تلتبس اللغات، ولا نتفق دائماً في تفسيرنا لما نسمع أو نرى؛ فما يراه أحدنا جمالاً قد يراه غيره قبحاً، وما يظنه البعض مدحاً قد يُفهم عند آخرين على أنه ذم. لهذا، فإن الاقتصار على الحواس كمصدر وحيد للمعرفة يؤدي بنا إلى معرفة ظنية لا يمكن الجزم بها أو التسليم المطلق بنتائجها.

وعلى النقيض من ذلك، فإذا جاءنا خبرٌ صادقٌ في ذاته، وصادقٌ في ناقله، كانت المعرفة المستفادة منه يقيناً لا يحتمل الشك أو الريبة، قال تعالى: ﴿ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ* الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ﴾ [البقرة، 2 و3] فالؤمن يصدق بالغيب الذي لا تدركه حواسه لكن يثبتته الخبر الصادق من القرآن الكريم ومن السنة الصحيحة إيماناً جازماً بما جاء فيهما من أمور غيبية، قال تعالى: لرسوله ﷺ: ﴿قُلْ إِن ضَلَلْتُ فَإِنَّمَا أَضِلُّ عَلَىٰ نَفْسِي وَإِنِ اهْتَدَيْتُ فَبِمَا يُوحِي إِلَيَّ رَبِّي إِنَّهُ سَمِيعٌ قَرِيبٌ﴾ [سبأ، 50] فهذا نص صريح في أن هدى الرسول ﷺ إنما حصل بالوحي، فإعجابنا كيف يحصل الهدى لغيره

من الآراء والعقول المختلفة والأقوال المضطربة؟ ﴿لَكِنْ مَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِ وَمَنْ يُضِلِّ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُرْشِدًا﴾ [الكهف، 17]. (1)

إن الاقتصار في مصادر المعرفة على الحواس والعقل والتجربة الحسية والشعور والذوق، مع إغلاق باب المعارف الإلهية المحفوظة من التحريف، قد ترتب عليه إنكارٌ لكل ما لا يمكن إثباته بالوسائل التجريبية، ومن ذلك إنكار وجود عوالم أخرى تحيط بالإنسان وتتفاعل معه، كعالم الجن والملائكة. وبما أن هذه الكائنات لا تخضع للملاحظة أو القياس المباشر، فإن العلوم التجريبية الحديثة، وعلى رأسها علم النفس المعاصر، لا تُدرجها ضمن مسلماتها أو موضوعات بحثها. وبناءً على ذلك، فإن أي اضطرابات نفسية يكون منشؤها تفاعلاً مع تلك العوالم الغيبية ستؤول إلى أسباب أخرى، كالعوامل الاجتماعية أو العاطفية أو التربوية، مع تجاهل تام لاحتمالية وجود مؤثرات غير مادية. ونتيجة لهذا القصور المنهجي، فإن التشخيصات النفسية في هذه الحالات ستكون غير دقيقة، مما يؤدي إلى علاجات غير ناجعة، تُركز في الغالب على تسكين الأعراض بالأدوية النفسية، دون معالجة جذرية للسبب الحقيقي. وهذا النمط من العلاج قد يستمر إلى أجل غير مسمى، مسبباً آثاراً جانبية عديدة، ومكرّساً لحالة من الاعتماد المزمّن على الأدوية. وإذا لم تحقق الأدوية النتائج المرجوة، فغالباً ما يُعزى ذلك إلى ما يُسمى بـ "مقاومة الدواء" أو "الحالة النفسية المعقدة"، دون أي التفات إلى أسباب خارج الإطار التجريبي المحض. وهنا تظهر الفجوة الكبرى في فهم الإنسان وتشخيص حالاته، حين تُغلق أبواب المعارف الغيبية التي جاءت بها الشرائع الإلهية، والتي تمثل جزءاً لا يتجزأ من حقيقة الإنسان والوجود. يقول الدكتور حامد الزهراني في انكاره أن تكون الأمراض النفسية منشأها الأمراض الشيطانية: "إن نسبة كبيرة من المرضى النفسيين في مجتمعنا -للأسف الشديد- ما زالوا يعتقدون أن سبب مرضهم هو السحر والاعمال والجن، وما زالوا يذهبون إلى الدجلين الذين يوحون إلى هؤلاء السذج أن في دجلهم الشفاء من كل داء.

وهذا يزمن المرض النفسي الذي لا يعالج بالطريقة العلمية الصحيحة على يد المعالج النفسي في الوقت المناسب". (1)

فصل استثناء دور القلب في الامراض النفسية

إن القول بأن علم الطب العضوي في تطور وأن الاكتشافات الطبية مستمرة لفهم وظائفها، يدل على أن الإنسان لم يصل بعد إلى المعرفة التامة بجسده، رغم أنها قابل لمختلف الدراسة والتجربة والتحليل الطبية. فإذا كان هذا هو حال في معرفة الوظائف العضوية المحسوس فكيف يكون الحال في معرفة الوظائف العضوية النفسية. الطب النفسي الحديث يرى أن جميع الحالات النفسية من المشاعر والعواطف مصدرها العقل الذي هو وظيفة الدماغ والجهاز العصبي، ولا يرى للقلب أي دور حقيقي فيها ولا علاقة له بالوظائف النفسية. وقد أظهرت بعض الدراسات حول مرضى خضعوا لعمليات زراعة قلب، أن عدداً منهم قد طرأت عليه تغيرات في المشاعر والميول والاهتمامات، مما يفتح المجال للتساؤل عن الدور الحقيقي للقلب في حياة الإنسان العاطفية، ويشير إلى أن له وظيفة تتجاوز مجرد كونه مضخة دموية. ولا شك في أن للقلب دور أساسي في إصلاح النفوس والابدان، ولكن هذه حقيقة ايمانية لا يمكن أن يصل اليها الا من خلال الوحي الإلهي.

كما أن القلب، في الطب الحديث، لا يُعدّ مركزاً للعقل أو التفكير، إذ تُنسب هذه الوظيفة إلى الدماغ، يقول الدكتور كمال الدسوقي: العقل الذي هو وظيفة المخ والجهاز العصبي ليس شيئاً جسمياً بل هو النفس، فليس ثمة اذن مرض عقلي لا يصحبه اضطراب في الوظائف المعرفية في صورة أو أخرى. قد تكون الصورة اضطراب الادراك أو تشويش الفهم، وقد تكون تعطل مجرى التفكير أو تأخر الذكاء أو قصور الذاكرة أو نقص الدوافع أو فساد الحس... لكن الطبيب العقلي منذ القدم على وعي صحيح بأنه حتى لو كان سبب الاضطراب العقلي جسمياً في أصل نشأته أو من جهة نظره المهنية، فلا شك في وجد أعراض عقلية نفسية. ومن

ناحية أخرى، فإن اكتشاف حركة التحليل النفسي في نهاية القرن التاسع عشر للاشعور كمقابل للشعور، والعقل الباطن كتكملة للعقل الواعي، قد أَمَاط اللثام عن جوهر حياة الانسان العقلية. (1) فالعقل في الطب النفس الحديث هو وظيفة الدماغ ويجعلون العقل هي النفس، كإشارة الى عدم تجسيده، وقالوا إن العقل ينقسم الى عقل واعي وعقل باطن، فالعقل الواعي هو الذي يشعر به صاحبه من خلال تصرفاته الارادية، والعقل الباطن أو اللاوعي فهو العقل الذي لا يشعر به صاحبه ويمثل سببا خفيا لتصرفاته التي لا يسيطر عليها.

فصل الاقتصار على نماذج فكرية غربية لم تنشأ في ديار المسلمين

"إن علم النفس الذي يدرس في الجامعات العربية والإسلامية انما هو مستمد من الغرب، وهو يعتمد على وصفه للإنسان، وفي الحقائق التي يذكرها عنه على نتائج البحوث التي أجريت في الاغلب، في مجتمعات غربية غير إسلامية، لها تصورها الخاص عن الانسان، ولها فلسفتها الخاصة في الحياة ولها ثقافتها ومعاييرها وقيمها الخاصة بها". (2)

ان اختلاف الأهداف الإنسانية والغاية من وجود الانسان كان لها الأثر الأكبر في توجيه علم النفس، حيث تلعب الثقافة الفكرية دورا في توجيه الدراسات وتفسير الظواهر كما تلعب الثورات الثقافية والتوجه السياسي الى ترويج ودعم النظريات التي تخدمها فكل فيلسوف كان يروج الى فكر ومنهجية تتماشى مع عصره، ففرويد كان يعيش في مجتمع متدينا ينظر الى العلاقة الجنسية، خارج الإطار الزواج، عمل قبيح وأنها من أراذل الاعمال فجعل اهتمامه بدراسة الامراض النفسية ينصب على أن السبب الرئيس لهذه الامراض هو الكبت الجنسي. وأما الدراسات النفسية التي ظهر في ميدان الإدارة والقيادة جاءت تلبية للثورة الصناعية قصد دعم الربح لأصحاب رؤوس الأموال، فركزت الدراسات على القيادة لاستغلال اليد العاملة. "إن الاختلافات بين مدارس العلاج النفسي ترجع الى أن المرض النفسي ظاهرة معقدة متشابكة تتنوع أعراضها، وتنوعت المدارس

1 الطب العقلي والنفسي علم الامراض النفسية لكمال الدسوقي ص 17

2 د. محمد عثمان نجاتي. مدخل الى علم النفس الإسلامي ص 8

والنظريات حول تفسير هذه الظاهرة. وترجع هذه الاختلافات أيضا الى اختلاف وجهات نظر العلماء أصحاب هذه النظريات من حيث خلفياتهم وثقافتهم ودراساتهم وجنسياتهم ودياناتهم". (1)

فصل اقتصارهم على العلم التجريبي يفضي الى العلاج المادي

"وقد نص على ذلك أبقراط في بعض كتبه فذكر بعض علاج الصرع، وقال: هذا ينفع في الصرع الذي سببه: الاخلاط والمادة. وأما الصرع الذي يكون من الأرواح، فلا ينفع فيه هذا العلاج" (2) ويقول الدكتور كمال الدسوقي: "إن مما يملأ النفس بالأسى والحسرة، أنه ما كاد علم النفس في الغرب يستقر مع الطب فيما يعرف بالطب العقلي والعلاج النفسي اللذين لكل من الطبيب والنفساني فيهما دوره بتعاون وتفاؤل في خدمة الفرد، أدت سياسة الوفاق مع الشرق الى النكوص الى الاتجاه المادي في طب النفس -حتى لقد نشأ في روسيا وأمريكا علم صيدلة نفسية (3) كأنما أمراض العقل والنفس تعالج بالكيمائيات والمستحضرات الطبية. علاجاً لا مجرد تسكين أو تهدئة كما كان عليه الحال في الغرب" (4) ويقول الدكتور محمد عبد المتولي جمعة: "حيث إن محور الدراسة في هذا العلم يدور حول الانسان، فمن الخطأ المنهجي ان تقوم هذه الدراسة على فروض عقلية نظرية، أو تجارب معملية، كالأشأن في ميادين العلوم الطبيعية، بل يجب أن تقوم على منهج الوحي الإلهي المنزل من عند الله تبارك وتعالى لأنه المنهج الشامل المحيط بجميع قضايا النفس الإنسانية والعلاقات الاجتماعية. وهو سبحانه العليم بخلقه: ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [المالك:14]" (5)

1 د. حامد الزهراني الصحة النفسية والعلاج النفسي ص 204

2 الطب النبوي ص 51

3 psychopharmacology

4 د. كمال الدسوقي الطب العقلي والنفسي ص 5

5 د محمد عبد المتولي جمعة في كتاب مدخل الى علم النفس الإسلامي

الباب الثاني: منشأ الحالات النفسية وأهميتها وتأثيرها على السلوك والعناصر الأصلية في ظهورها

منشأ الحالات النفسية وأهميتها

فصل فطرية الحالات النفسية عند الانسان

إن الانسان كائن حي يتفاعل مع محيطه من خلال رغباته وإمكانياته ومن خلال مشاعره وعواطفه ومن خلال الضوابط والقوانين التي تحكم تصرفاته وخياراته. وتتولد عنده نتيجة تفاعله مع المحيط الذي يعيش فيه، حالة من الشعور الداخلي يطلق عليها بالحالة النفسية، فأول ما دخلت الروح جسد ادم عليه السلام ظهرت عليه حالات نفسية كالشعور بالإعجاب عندما رأى ثمر الجنة حتى أنه أراد قطفها قبل أن تبلغ الروح الى قدميه، أو كالشعور بالوحشة، حيث قال بعض المفسرون في قول الله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ [الأعراف:189] إن آدم أدخل الجنة لوحده فاستوحش، فخلق الله منه زوجة حواء، وأخذوا ذلك من معنى قوله تعالى " لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا " فقالوا: إن السكن لا يكون إلا بعد الوحشة. كما أن بعض الحالات النفسية ذكرت في القرآن دالة على وجودها في أصل خلقة الانسان دون استثناء، كقوله تعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا﴾ [المعارج: 19] والهلع: شدة الجزع مع شدة الحرص والضجر.

إذا فالحالة النفسية التي يشعر بها الانسان هي شيء فطري مودوع فيه منذ خلقه الله ولم يكتسبه ولكن يتعرف عليها ويكتشفها ويوظفها كلما زاد ادراكه لنفسه وفهمه للعالم المحيط به. وإن التقلبات النفسية أمر ضروري لبقاء الانسان، فهي تارة تدفعه لحماية نفسه من المخاطر التي تحيط به، فتدفعه لطلب مصلحة أو دفع مفسدة، وتارة تدفعه لبناء علاقات أو قطعها لتستمر الحياة البشرية، قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم:21] ومودة هي المحبة.

فصل ظهور حالات نفسية عند المخلوقات

الحيوانات لها حالات نفسية تظهر عليها وتأثر على تصرفاتها، فالحيوانات البرية تفر عند خوفها من السباع، قال تعالى: ﴿كَأَنَّهُمْ حُمُرٌ مُسْتَنْفِرَةٌ فَرَّتْ مِنْ قَسْوَرَةٍ﴾ [المدرثر: 50 و51] والكلب الذي يحرك ذيله يدل على فرحه بقاء صاحبه وإذا انتابته حالة من الخوف جعل ذيله بين رجله وكشر على انيابه. بل وحتى الحشرات لها حالات نفسية، فإن النملة خافت ان يحطمها سليمان عليه السلام وجنوده وهم لا يشعرون، قال تعالى عنها: ﴿حَتَّىٰ إِذَا أَتَوْا عَلَىٰ وَادِ النَّمْلِ قَالَتْ نَمْلَةٌ يَا أَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسَاكِنَكُمْ لَا يَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمَانُ وَجُنُودُهُ وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ﴾ [النمل: 18] وكذلك الجن لهم حالات نفسية كالخوف واليأس والغرور والكبر، قال تعالى: ﴿وَإِذْ زَيْنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَاهُمْ وَقَالَ لَا غَالِبَ لَكُمْ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌ لَّكُمْ فَلَمَّا تَرَأَتِ الْفِئْتَانِ نَكَصَ عَلَىٰ عَقْبَيْهِ وَقَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنْكُمْ إِنِّي أَرَىٰ مَا لَا تَرَوْنَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ وَاللَّهُ شَدِيدُ الْعِقَابِ﴾ [الأنفال: 48]، وقال تعالى: ﴿قَالَ مَا مَنَعَكَ أَلَّا تَسْجُدَ إِذْ أَمَرْتُكَ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِي مِن نَّارٍ وَخَلَقْتَهُ مِن طِينٍ﴾ [الأعراف: 12] وقال رسول الله ﷺ: "إن الشيطان قد يئس أن يعبد المصلون في جزيرة العرب، ولكن في التحريش بينهم".⁽¹⁾، فالخلاصة أن الحالات النفسية مرتبطة بالحياة وهي أمر فطري في المخلوقات حتى التي لا تعقل فلا تحتاج الى اكتساب أو تعلم.

فصل تعدد الحالات النفسية وتأثيرها على السلوك

تعدد الحالات النفسية لدى الإنسان بتعدد المواقف والظروف التي يمر بها في حياته، ولولا رحمة الله وعنايته في تقليب هذه الحالات، لفقد الإنسان القدرة على فهم الواقع والتعامل معه بالشكل المناسب في مختلف الأحوال والمتغيرات. فلو لم يكن لدى الإنسان شعور بالخوف، لما خشى على نفسه من الوقوع في المكاره، ولما تجنّب أسباب الهلاك، بل إن الحيوانات تكون حينها أفقه منه وأعقل، إذ إنها تهرب من الخطر إذا شعرت بالخوف، فتنقذ نفسها، قال تعالى: ﴿أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ ۗ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ ۗ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا﴾ [الفرقان: 44] "لأن

الأنعام يهديها راعيها فتتهدي وتعرف طريق هلاكها فتجتنبه" (1) وكذلك، لو كان الشعور بالحب ثابتا دون وجود لشعور البغض لأحب الانسان ما يضره ولم يفارقه، كحبه للداء والمرض وكحبه لعدوه، فيكون هذا سببا في هلاكه، ولذلك كانت هذه المشاعر الإنسانية المختلفة سبيلا الى للفهم السليم، ودافعا الى السلوك الرشيد، والتفاعل المتوازن مع الحياة.

فإذا كان الانسان ثابت الحالة النفسية غاب عنه أدراكه بما حوله فلم يعد له خيار، فإما أن يحب كل شيء أو يكره كل شيء وإما أن يحزنه على كل شيء أو لا يبالي بكل شيء وإما أن يرضى بكل شيء وإما أن يسخط على كل شيء وبذلك يخرج من التكليف والتخير الى الاجبار والانقياد. ولو كانت الحالة النفسية ثابتة لا تتغير لما أحس الانسان بالسعادة، فقد يعرف الشيء بضده، ولولا تقلب الليل والنهار لما عرفنا الفرق بين الظلمة والنور، ولولا التقلب بين الصحة والمرض لما عرف الانسان قيمة السعادة التي فيها الصحيح. ومن فضل الله على الانسان ان جعل الحالة النفسية تتغير وتختلف حسب ما تقتضيه الضرورة ليمتحنه فيها، قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾ [الضحى:7الى10]

أن تعدد الحالات النفسية وتقلبها عند الانسان دليل على الصحة النفسية وسببا لحسن الفهم والتواصل مع محيطه وهي من الدوافع الأساسية لسلوك الانسان وأن استقرارها وعدم تغيرها رغم تغير الاحداث أو سرعة تغيرها بما لا يناسب سرعة تغير الاحداث دليل على حالة من الاعتلال والمرض.

دور الروح في الحياة النفسية

فصل تعريف الروح

أن الانسان مخلوق مركب من مادتين، من روح وجسد، قال تعالى في خلق أول البشر آدم عليه السلام: ﴿إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ * فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ﴾ [البقرة:72] وكذلك ذريته من بعده فعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال : حدثنا رسول الله ﷺ وهو الصادق المصدوق : "إن أحدكم يجمع خلقه في بطن أمه أربعين يوما نطفة ، ثم يكون علقة مثل ذلك، ثم يكون مضغة مثل ذلك، ثم يرسل الله إليه الملك، فينفخ فيه الروح ويؤمر بأربع كلمات: بكتب رزقه وعمله وأجله وشقي أو سعيد" (1) والنفس والروح شيء واحد، فالنفس تسمى روحا قبل دخولها الجسد، والروح تسمى نفسا بعد دخولها الجسد. الروح تمنحه الحياة للجسد بعد دخولها فيه، وعند فراقها يحل بالجسد الموت والفناء فيقال : خرجت نفسه، بمعنى خرجت رُوحه، وعن البراء بن عازب رضي الله عنه قال : كنا في جنازة مع النبي ﷺ فقال : "إن العبد المؤمن إذا كان في إقبال من الآخرة وانقطاع من الدنيا ، نزلت إليه الملائكة ، كأن على وجوههم الشمس ، معهم كفن من أكفان الجنة ، وحنوط من حنوط الجنة ، فجلسوا منه مد البصر ، ثم يجيء ملك الموت حتى يجلس عند رأسه ، فيقول : يا أيتها النفس الطيبة ، اخرجي إلى مغفرة من الله ورضوان ، قال : فتخرج تسيل كما تسيل القطرة من في السقاء ، فيأخذها ، فإذا أخذها لم يدعها في يده طرفة عين ، حتى يأخذوها فيجعلوها في ذلك الكفن وذلك الحنوط ، ويخرج منها كأطيب نفحة مسك وجدت على وجه الأرض ، قال : فيصعدون بها ، فلا يمرون بها ، يعني على ملاء من الملائكة ، إلا قالوا : ما

هذه الروح الطيبة؟ فيقال: فلان بن فلان" (1) قال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله: "والنفس هي الروح المدبرة للجسم، مثل نفس الإنسان إذا كانت في جسمه". (2) قال الرازي في كلامه عن الروح: "إنه جسم مخالف بالماهية لهذا الجسم المحسوس، وهو جسم نوراني علوي خفيف حي متحرك، ينفذ في جوهر الأعضاء ويسري فيها سريان الماء في الورد، وسريان الدهن في الزيتون، والنار في الفحم، فما دامت هذه الأعضاء صالحة لقبول الآثار الفائضة عليها من هذا الجسم اللطيف، بقي ذلك الجسم اللطيف مشابكاً لهذه الأعضاء، وأفادتها هذه الآثار من الحس والحركة الإرادية". وعقب ابن قيم الجوزية على هذا الكلام بقوله: "وهذا القول هو الصواب في المسألة، وهو الذي لا يصح غيره، وكل الأقوال سواه باطلة، وعليه دل الكتاب والسنة وإجماع الصحابة وأدلة العقل والفطرة". (3)

وأما المخلوقات الأخرى فلم يذكر في الكتاب أو السنة ما يدل على أن لها أرواحاً، بل خص آدم وذريته بذكر هذا التفصيل الدقيق في خلقهم من مادتين، جسد من طين وروح، قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ [الاسراء: 85] فحقيقة الروح وأحوالها من الأمور التي استأثر الله بعلمها وبلغنا عنها من الكتاب والسنة من العلم إلا شيئاً قليلاً. وإنما خصّ الله تعالى ذكر خلق الإنسان دون غيره من المخلوقات، تكريماً له وبياناً لفضله عليه، إذ أفردته بنفخة الروح الإلهية، وميّزه بذكر تفاصيل دقيقة في خلقه، مما لم يُذكر في شأن سائر المخلوقات، إشارةً إلى عظيم منزلته بين الخلق، قال رسول الله ﷺ: "خُلِقَتِ الْمَلَائِكَةُ مِنْ نُورٍ، وَخُلِقَ الْجَانُّ مِنْ مَارِجٍ مِنْ نَارٍ، وَخُلِقَ آدَمُ مِنْ مِثْطَلٍ وَصِفَ لَكُمْ" (4). ولما ذكر الله معجزة عيسى عليه السلام في خلق الطير من طين لم يذكر أن عيسى عليه السلام نفخ فيه روحاً، قال الله

1 صحيح الجامع

2 مجموع الفتاوى 118/3

3 ابن القيم، كتاب الروح ص256

4 رواه مسلم

تعالى في كتابه العزيز: ﴿أَبَىٰ أَخْلُقَ لَكُمْ مِّنَ الطَّيْنِ كَهَيْئَةِ الطَّيْرِ فَأَنْفُخُ فِيهِ فَيَكُونُ طَيْرًا بِإِذْنِ اللَّهِ﴾ [آل عمران:49] وهذا قد يكون دليلا على عدم وجود الروح في الحيوانات.

كما أنه لم يرد دليل على قبض أرواح المخلوقات عند الموت، الا أرواح بنى آدم وذلك عن طريق ملك الموت، فقد يزيد هذا من التأكيد على أن الانسان هو الوحيد الذي يملك روحا، قال تعالى: ﴿قُلْ يَتَوَفَّاكُم مَّلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ﴾ [السجدة:11] وقال تعالى في قبض أرواح المشركين: ﴿وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الظَّالِمُونَ فِي غَمْرَاتِ الْمَوْتِ وَالْمَلَائِكَةُ بَاسِطُو أَيْدِيهِمْ أَخْرَجُوا أَنفُسَهُمْ ۗ الْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ بِمَا كُنتُمْ تَقُولُونَ عَلَى اللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ وَكُنتُمْ عَنْ آيَاتِهِ تَسْتَكْبِرُونَ﴾ [الانعام:93]. وأما البهائم والطيور والجنّ، فلم يرد فيها نص في الكتاب أو السنة الصحيحة على قبض أرواحهم مما يفيد انها مخلوقة من جسد وروح. وإنما ورد حديث لا يصح اسناده: "آجال البهائم كلها من القمل والبراغيث والجراد والخيل والبغال كلها والبقر وغير ذلك، آجالها في التسبيح، فإذا انقضى تسبيحها قبض الله أرواحها، وليس إلى ملك الموت من ذلك شيء".⁽¹⁾

وكلمة النفس في كتاب الله لها معاني متعددة فلا تدل دائما على معنى الروح، فتكون مثلا بمعنى الذات لأن نفس الشيء عينه، فتستعمل للتوكيد، يقال: جاءني فلان بنفسه، قال تعالى: ﴿وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ وَإِلَى اللَّهِ الْمَصِيرُ﴾ [آل عمران: 28] وقال تعالى: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي لَا أَمْلِكُ إِلَّا نَفْسِي وَأَخِي ۗ فَافْرُقْ بَيْنَنَا وَبَيْنَ الْقَوْمِ الْفَاسِقِينَ﴾ [المائدة:65]

1 أورده الألباني في "السلسلة الضعيفة"

فصل معارف النفس الفطرية

من اهم خاصيات النفس أنها ملهمة فطريا ببعض المعارف، قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا* فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ [الشمس:8] "فأفهمها من غير تعليم ما هو شرّ لتجنبه، وما هو خير لتأتيه." (1)، فإجماع الناس في مشارق الأرض ومغاربها على أن السرقة أو قتل النفس شرّ وأن إطعام المحتاج ومساعدة الضعيف هي من أعمال الخير، هذا دليل على وحدة المعارف الفطرية في النفوس، وأهم هذه المعارف توحيدها لربها سبحانه وتعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا بَلَىٰ ۗ شَهِدْنَا ۗ أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ﴾ [الأعراف:186] ولما كان توحيد الله من المعارف الفطرية المودعة في النفس البشرية، ونظراً لأن المولود لا يملك من المعرفة المكتسبة بعد، فإنه يُولد على دين الفطرة، التي جُبل عليها الناس جميعاً، قبل أن تؤثر فيه العوامل أخرى، قال رسول الله ﷺ: "كلُّ مولودٍ يولدُ على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه" (2) ولم يذكر النبي ﷺ من جملة الأديان التي تغير فطرة المولود الإسلام، لان الإسلام دين التوحيد ودين الفطرة، وقال تعالى: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۗ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾ [الروم:30]

ومن جملة المعارف الفطرية التي اهتمها النفس المعارف الضرورية، كالتمييز بين المتناقضات من الخير والشرّ والتفريق بين الشكر والكفر، قال تعالى: ﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا* إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا﴾ [الانسان:2و3] "إنا بينا له وعرفناه طريق الهدى والضلال والخير والشر؛ ليكون إما مؤمناً شاكراً، وإما كفوراً جاحداً" (3)

1 المختصر في تفسير

2 متفق عليه

3 التفسير الميسر

فصل صفات النفس

إن صفات النفس فطرية هي الصفات المشتركة بين جميع الناس، من آدم عليه السلام الى قيام الساعة، لتكون شاهدة على وحدانية الخالق سبحانه وتعالى وصدق نبوة محمد ﷺ في رسالته التي جاء بها. وتوصف النفس بما يطغى عليها من صفات التقوى أو الفجور، فصفة الفجور تدعو النفس الى عدم التزامها بحدود عقلية أو شرعية، وذلك لأن النفس أمانة بالسوء، قال تعالى في كتابه عن امرأة العزيز: ﴿وَمَا أُبْرِيءُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [يوسف:53] أَمَّا صِيغَةُ مَبَالِغَةٍ مِنْ أَمْرٍ: مَعْرِ بِالْبَشَرِ مُحَرَّضٌ عَلَيْهِ (1) أَي: كَثِيرَةٌ الْأَمْرُ لِصَاحِبِهَا بِالسُّوءِ، -أَي: الْفَاحِشَةُ، وَسَائِرُ الذُّنُوبِ، فَإِنَّهَا مَرْكَبُ الشَّيْطَانِ، وَمِنْهَا يَدْخُلُ عَلَى الْإِنْسَانِ (2) وَصِيغَةُ الْمَبَالِغَةِ فِي الْأَمْرِ دَلِيلٌ عَلَى تَكَرُّرِ الْفِعْلِ وَهَذَا فِي حَدِّ ذَاتِهِ دَاعِيَا إِلَى الْحَرَكَةِ وَالِاسْتَفْزَازِ وَعَدَمِ طَمَآنِينَةِ صَاحِبِهَا، فَهِيَ تَدْعُو صَاحِبَهَا لِتَحْقِيقِ مَطْلَبِهَا طَلْبًا لِلسَّعَادَةِ، وَلَكِنْ حِينَ تَدْرِكُ حَاجَتَهَا سَرَعْنَ مَا تَتَبَدَّدُ سَعَادَتُهَا وَتَظْهَرُ لَهَا فِي الْأَفْقِ سَعَادَةٌ أُخْرَى تَرِيدُ تَحْصِيلَهَا فَتَنْهَزُ صَاحِبَهَا لِتَحْصِيلِهَا. إِضَافَةٌ إِلَى أَنْ مَا تَدْعُو إِلَيْهِ لَا يَعِينُهَا عَلَى السَّكِينَةِ لِأَنَّهُ بَاطِلَةٌ، وَالبَاطِلُ لَا قَرَارَ لَهُ لِأَنَّهُ مَتَحَوَّلٌ إِلَى الزَّوَالِ.

ومن صفات النفس الهلع، قال تعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا﴾ [المعارج:19] والتعبير بقوله: خُلِقَ هَلُوعًا يشير إلى أن جنس الإنسان -إلا من عصم الله- مَفْطُورٌ وَمَطْبُوعٌ، عَلَى أَنَّهُ إِذَا أَصَابَهُ الشَّرُّ جَزَعٌ، وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ بَخْلٌ.. وَأَنْ هَاتَيْنِ الصِّفَتَيْنِ لَيْسَتَا مِنَ الصِّفَاتِ الَّتِي يَجِبُهَا اللَّهُ -تَبَارَكَ وَتَعَالَى- بِدَلِيلٍ أَنَّهُ -سَبْحَانَهُ- قَدْ اسْتَثْنَى الْمُصَلِّينَ وَغَيْرَهُمْ مِنَ التَّلْبَسِ بِهَاتَيْنِ الصِّفَتَيْنِ. (3) وَقَالَ ابْنُ كَيْسَانَ: خَلَقَ اللَّهُ الْإِنْسَانَ يَجِبُ مَا يَسْرُهُ وَيَرْضِيهِ، وَيَهْرَبُ مِمَّا يَكْرَهُهُ

1 معجم الوسيط

2 تفسير السعدي

3 تفسير الوسيط

ويسخطه، ثم تعبد الله بإنفاق ما يجب والصبر على ما يكره.⁽¹⁾ من صفات النفس العجلة فالنفس ليس بوسعها الصبر لأن خالية من العقل الذي يمنعها، قال الله سبحانه وتعالى: ﴿وَيَدْعُ الْإِنْسَانَ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا﴾ [الاسراء:11] ومن صفات النفس كره الانفاق والانتقاص مما تملكه مما زين لها، قال تعالى: ﴿قَلَّ لَوْ أَنْتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَائِنَ رَحْمَةِ رَبِّي إِذًا لَأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ الْإِنْفَاقِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ قَتُورًا﴾ [الاسراء:100]

وأما النفس التي رحمها الله من السوء فهي التي اتصفت بالتقوى، فهي النفس التي تزكت وتطهرت من صفة الفجور والتزمت فيما زين لها بالفطرة من الشهوات بحدود الله وضوابط الشرعية، قال تعالى: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ﴾ [النازعات:40] "وأما من خاف قيامه بين يدي ربه، وكف نفسه عن اتباع ما تهواه مما حرّمه الله، فإن الجنة هي مستقره الذي يأوي إليه."⁽²⁾ وصفة التقوى تحمل النفس الى الاستقرار والسكينة، لأن الحق ثابت فيثبت كل من التزم به، ويستحيل منع النفس من شهواتها الا بالعقل. فإذا رضيت النفس بحكم العقل الذي حكمها بشرع رها اطمئنت، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً﴾ [الفجر:27،28]

وقد تتصف النفس بكثرة اللوم، وهي الصفة الداعية الى الانتقال من حالة الى ما هو أفضل منها، فهي صفة محمودة في الأصل، لأنها لا تمكن لصاحبه من الاستقرار والثبوت على السوء بل تدعوه الى التغيير والتحسين المستمر لبلوغ أفضل الدرجات، قال تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة:2] قال الحسن: هي النفس المؤمنة، قال: إن المؤمن - والله - ما تراه إلا يلوم نفسه، ما أردت بكلامي؟ ما أردت بأكلتي؟ وإن الفاجر يمضي قدما لا يحاسب نفسه ولا يعاتبها.⁽³⁾

1 تفسير القرطبي

2 المختصر في التفسير

3 تفسير ابن كثير

فصل دوافع النفس

إنّ الدوافع التي تحرك سلوك الفرد وتوجّهه نحو تحقيق أهدافه تنقسم إلى نوعين: دوافع أصلية وأخرى ثانوية فأما الدوافع الأصلية فهي الدوافع الفطرية التي جُبلت النفس عليها، إذ تسعى من خلالها إلى تحقيق السعادة عند نيل ما زُيّن لها. ولذلك، تميل النفس بطبعها إلى كل ما تراه مصدرًا للذة والارتياح، فتندفع وراء الشهوات والمغريات التي تعرض أمامها، ظنًا منها أنّ في ذلك تمام

سعادتها، قوله تعالى: ﴿يُؤْنِسُ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ۗ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ﴾ [آل عمران: 14]

وأما دوافع النفس الثانوية أو المكتسبة فهي راجعة الى سببين، السبب الاول راجع الى تحصيل السعادة داخل الجسد التي تسكنه، حيث استوجب عليها دخولها الجسد ارتباط سعادتها بسعادة الجسد وراحته الداخلية. فبحثت على السعادة وتلذذت في الطعام والشراب والزواج والصحة ...، ما يثبت ابداع الخالق سبحانه الذي ألف بين عنصرين مختلفين في المادة متكاملين في الوظيفة. ولذلك تتفاعل النفس لتحقيق الدوافع الفطرية الجسدية التي تثير الإحساس بالألم عند عدم تلبيتها، فتتعاطف النفس مع تلك الدوافع الجسدية وتتضامن معها من خلال العواطف والمشاعر النفسية من الفرح والحزن والغضب وتدعو الجسد الى الراحة والكسل والبعد عن المشقة، حيث أنّ النفس تتألم بالألم الجسد.

وأما السبب الثاني في ظهور الدوافع الثانوية فهي راجعة الى وجود العقل الذي يكسب النفس الدوافع النفسية نتيجة تفاعلها مع محيطها الخارجي أي علاقتها مع المحيط البشري. فإنّ النفس مجبولة على استحسان والاستقباح الامور بغير استدلال عقلي، وهذا ما يعبر عنه بالهوى، قال تعالى: ﴿إِنَّ هِيَ إِلَّا أَسْمَاءٌ سَمَّيْتُمُوهَا أَنْتُمْ وَآبَاؤُكُمْ مِمَّا أَنْزَلَ اللَّهُ بِهَا مِنْ سُلْطَانٍ ۗ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَمَا تَهْوَى الْأَنْفُسُ ۗ وَلَقَدْ جَاءَهُمْ مِنَ رَبِّهِمْ الْهُدَىٰ﴾ [النجم: 23] وقال تعالى: ﴿أَفَمَنْ كَانَ عَلَىٰ بَيْنَةٍ مِّن رَّبِّهِ كَمَن زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ وَاتَّبَعُوا أَهْوَاءَهُمْ﴾ [محمد: 14] فالهوى هو كل ما تختاره النفس وتستحسنه أو تستقبحه دون اعتبار الأدلة العقلية، وهذا يشمل كل أمور

المعروضة عليها في الدنيا والدين، فإذا استحكمت في العقل أصبحت عقداً نفسية كالتطير والتشاؤم والسلوك المتكرر... (1)

فالعقل إما أن يساير النفس ويساهم في تثبيت صفات الفجور، فتكتسب النفس دوافع أخرى مثل الكبر والحسد والانتقام والغيرة والبخل والشح... أو أن العقل يخالف النفس، ويكون سبباً في تزكيتها وتكون دوافعها مضبوطة بما شرع الله، قال رسول الله ﷺ: **" لا حسد إلا على اثنتين رجل آتاه الله مالا فهو ينفق منه آناء الليل وآناء النهار ورجل آتاه الله القرآن فهو يقوم به آناء الليل وآناء النهار "** (2) وقال ﷺ: **" لا يؤمن أحدكم حتى يكون هواه تبعا لما جئت به "**. (3)

فصل قابلية النفس للتهديب

لقد ورد في الكتاب والسنة ذم صفات النفس، والدعوة إلى تطهيرها من أدران الشر، وتهديب طباعها، وتزكيتها، حتى تسمو بصاحبها إلى مراتب كمال الأخلاق وجمال السلوك، قال ﷺ: **" المجاهد من جاهد نفسه في طاعة الله "**. (4) ذلك أن النفس تتطلب المحاولة تلوى الأخرى لتغييرها ولتعويدها على الالتزام بتقوى الله، قال تعالى: **" وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ "** [الكهف: 28] ومجاهدة النفس تكون بعصيانها وإرغامه على المكروه التي تصلحها حتى يكون هوى النفس وسعادتها في اتباع شرع الله وما جاء في سنة نبيه. فالتزكية هي تغليب صفات التقوى المطلوبة على صفات الفجور المذمومة حتى تصل النفس درجة الرضاء بتك الصفات المطلوبة. وقد كان النبي ﷺ يتعوذ حين يفتتح الخطبة بقوله ﷺ: **" الْحَمْدُ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنُسْتَعِينُهُ، وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شَرِّهِ أَنْفُسِنَا، وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا "** (5) وكان ﷺ يدع:

1 وهذا أقرب للأمراض النفسية التي عالجها ابن سينا مثل حكاية الرجل الذي أصيب بوهم جعله يعتقد أنه بقرة

2 رواه الشيخان

3 رواه البيهقي وخلاصة حكمه انه صحيح

4 أخرجه أحمد

5 أخرجه أبو داود والنسائي وصححه الالباني

"اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيْرٌ مِنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا". (1) وقال ﷺ يحدّر أصحابه من صفات النفس ويقول: " شَرُّ مَا فِي الرَّجُلِ شَحُّ هَالِعٍ وَجُبْنُ خَالِعٍ" (2) وفي الدعوة للابتعاد عن صفة الشح، قال تعالى: ﴿ وَمَنْ يُوقِ شَحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [التغابن:16] ولقد جاء في الدعوة النفس على الابتلاء بالصبر، وذلك في قول الله تعالى: ﴿ وَلَنْبَلُوتَكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴾ [البقرة:156] و يقول ﷺ: "عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ". (3) فالنفس قابلة للتهديب والتركية نظرا لأنها لا تستطيع تلبية كل ما تريد لان سيطرتها على الجسد محدودة، قال تعالى: ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴾ [النازعات:40] فهذا دليل على إمكانية مخالفتها.

فصل اتصال النفس بالجسد

ينقسم اتصال النفس بالجسد الى نوعين: اتصال مادي واتصال فكري. أما الاتصال المادي فهو كما قال تعالى: ﴿ اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا ۖ فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الزمر:42] الله الذي يقبض الأرواح عند نهاية آجالها، ويقبض الأرواح التي لم تنقُض آجالها عند النوم، فيمسك التي حكم عليها بالموت، ويرسل التي لم يحكم عليها به إلى أمد محدد في علمه سبحانه، إن في ذلك القبض والإرسال والإيماءة والإحياء لدلائل لقوم يتفكرون على أن الذي يفعل ذلك قادر على بعث الناس بعد موتهم للحساب والجزاء. (4)

1 صحيح مسلم

2 صحيح أبي داود

3 صحيح مسلم

4 المختصر في التفسير

ويبدأ الاتصال المادي بالجسد كما جاء في حديث النبي ﷺ: " قَالَ: إِنَّ أَحَدَكُمْ يُجْمَعُ خَلْقُهُ فِي بَطْنِ أُمِّهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، ثُمَّ يَكُونُ عَلَقَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يَكُونُ مُضْغَةً مِثْلَ ذَلِكَ، ثُمَّ يَبْعَثُ اللَّهُ مَلَكًا فَيُؤَمِّرُ بِأَرْبَعِ كَلِمَاتٍ، وَيُقَالُ لَهُ: اكْتُبْ عَمَلَهُ، وَرِزْقَهُ، وَأَجَلَهُ، وَشَقِيَّيْ أَوْ سَعِيدَهُ، ثُمَّ يُنْفَخُ فِيهِ الرُّوحُ". (1)

وأما الاتصال الفكري مع الجسد فهو نتيجة تفاعل النفس مع المعلومات حول محيطها الداخلي والخارجي وتفاعلها معها من خلال دوافعها وتعاطفها، فقد ذكر إسماعيل السُّدِّيُّ من طريق أسباط قال: "لَمَّا نَفَخَ فِيهِ -يعني: في آدم- الروح، فدخل في رأسه؛ عطس، فقالت الملائكة: قل: الحمد لله. فقال: الحمد لله. فقال الله له: رحمك ربك. فلما دخل الروح في عينيه نظر إلى ثمار الجنة، فلَمَّا دخل في جوفه اشتهى الطعام، فوثب قبل أن تبلغ الروح رجله عجلان إلى ثمار الجنة، فذلك حين يقول: ﴿خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَجَلٍ﴾". (2) وهذا الاتصال الفكري يكون كما قال الله تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلْمُ مَا تُوسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ ۗ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾ [ق:12] يخبر تعالى عن قدرته على الإنسان بأنه خالقه، وعمله محيط بجميع أموره حتى إنه تعالى يعلم ما توسوس به نفوس بني آدم من الخير والشر. (3) فالوسوسة هي حديث نفس داخل الجسد يجده الانسان في صورة أفكار في ذهنه، وعن النبي ﷺ قال: " إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ تَجَاوَزَ لِأُمَّتِي عَمَّا حَدَّثَتْ بِهِ أَنْفُسَهَا، مَا لَمْ تَعْمَلْ، أَوْ تَكَلَّمْ بِهِ". (4) والمقصود من الحديث أن الانسان لا يؤخذ بما تحدثه به نفسه من شر ما لم يتكلم به أو يعمل به.

1 أخرجه البخاري ومسلم

2 أخرجه ابن جرير ٢٧١/١٦

3 تفسير ابن كثير

4 صحيح مسلم

فصل أنواع حديث النفس

وحديث النفس إمّا أن يكون أمرا بطلب فعل قد أحجم عليه صاحبه لقبحه في عقله ولكن النفس تصر عليه لأنها تجد فيه تحقيقا لسعادتها، قال تعالى: ﴿وَمَا أُبْرِيءُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [يوسف:53] فكلمة السوء تضيف معنى القبح والشرّ والفساد والنقص والعيب في الموصوف، أي أن النفس كثيرة الأمر لصاحبها بأفعال أو أقوال تسيء لصاحبها أو تسيء للآخرين.

وقد يكون حديث النفس بالتزين والتسهيل لدفع صاحبها لحاجتها، قال تعالى: ﴿وَجَاءُوا عَلَيَّ قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ ۚ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنفُسُكُمْ أَمْرًا ۚ فَصَبْرٌ جَمِيلٌ ۚ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَيَّ مَا تَصِفُونَ﴾ [يوسف:18] يقال سؤل له امرا: أغراه به، حبّبه إليه وسهّله له. وقال تعالى: ﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [المائدة:30] طوّعت له نفسه كذا أي رخصت له، سهّلت، زينتّه وشجّعتّه عليه.

وقد يكون حديث النفس لصاحبها لوما وتوبيخا لصاحبها، قال تعالى: ﴿وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيام:2] ولا يكون اللوم الا بعد قضاء الامر ولا يكون إلا قولاً، أي حديثنا من النفس بالعتاب. واللوم يكون على وقوع الفعل المتصف بالنقص والدونية بحيث يمكن نقده لوجود ما هو أفضل منه.

ومن أخطر حديث النفس تمني زوال النعمة على الغير، ولذلك تستعمل كلمة النفس للدلالة على الصابة بالحسد، فيقال رجل منفوس أي محسود، قال تعالى: ﴿وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُمْ مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنفُسِهِمْ مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ ۚ فَاعْتَفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [البقرة:109] يقول ابن القيم في تفسير سورة الفلق: فالحاسد عدو النعم، وهذا الشر هو من نفسه وطبعها. ليس هو شيئاً

اكتسبه من غيرها⁽¹⁾، بل هو من خبثها وشرها، بخلاف السحر فإنه إنما يكون باكتساب أمور أخرى، واستعانة بالأرواح الشيطانية.⁽²⁾

1 يقصد الحاق الضرر بالخسود استعان عليه بنفسه الخبيثة، بينما الساحر عليه ان يطلب الاستعانة بالشيطان

2 تفسير ابن القيم لسورة الفلق

دور الجسد في الحياة النفسية

فصل تعريف الجسد

تُطلق كلمة الجسد غالبًا على جسم الإنسان أو الكائن الحي، قال الله تعالى في وصفه للأنبياء عليه الصلاة والسلام: ﴿وَمَا جَعَلْنَاهُمْ جَسَدًا لَا يَأْكُلُونَ الطَّعَامَ وَمَا كَانُوا خَالِدِينَ﴾ [الأنبياء: 8] وقال رسول الله ﷺ: "مثل المؤمنين في توادهم، وتراحمهم، وتعاطفهم. مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى". (1)

وأصل مادة هذا الجسد الطين وهو خليط بين التراب والماء، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سَلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ﴾ [المؤمنون: 12] وقال قتادة: استل آدم من الطين. وهذا أظهر في المعنى، وأقرب إلى السياق، فإن آدم، عليه السلام، خلق من طين لازب وهو الصلصال من الحمأ المسنون، وذلك مخلوق من التراب، كما قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ إِذَا أَنْتُمْ بَشَرٌ تَنْتَشِرُونَ﴾ [الروم: 20] (2) فأول جسد خلق هذا جسد آدم عليه السلام ثم حواء التي خلقت من آدم ثم جعل الله منهما بقية البشر، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ [النساء: 1] ثم أصبح خلق الأجساد في بطون أمهاتهم من ماء التناسل بين الزوجين الذكر والانثى، قال تعالى: ﴿وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا﴾ [فاطر: 11] وقال تعالى: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا﴾ [النحل: 78]

1 رواه الشيخان

2 تفسير ابن كثير

فصل دوافع الجسد

إنّ الدافع الأساسي للجسد هو البقاء، ويتدرج تحت هذا الدافع عدد من الدوافع الفطرية المرتبطة بالحاجات الأساسية التي تضمن بقاء الجسد وسلامته. ويؤثر كل دافع في توجيه السلوك نحو إشباع الحاجة المرتبطة به؛ فكلما اشتدت الحاجة، زادت قوّة الدافع، وازداد تأثيره في السلوك. وهي دوافع نشترك فيها مع الحيوانات. ومن هذه الدوافع دافع الجوع، العطش، التنفس، النوم، الشهوة، والإخراج، ويزداد قوّة الدافع بقدر شدة النقص في الحاجة اليه، فمثلاً: إذا كان الجوع هو الدافع إلى تناول الطعام، فإن الشخص الذي لم يأكل منذ ساعات يكون دافعه أضعف من شخص آخر لم يأكل منذ أيام. فالدوافع الجسدية تُعدّ من ضروريات البقاء، لأنها تحافظ على حياة الفرد واستمراره، وتُثير هذه الدوافع الفطرية تعاطف النفس، لأن النفس تتألم من نقص سعادتها حين يعاني الجسد الذي تسكنه. فما يصيب الجسد من ألم أو حرمان، ينعكس مباشرة على النفس.

فصل المستقبلات الحسيّة

تُعدّ المستقبلات الحسيّة وسيلةً أساسية للإدراك الحسيّ، إذ تُمكن الإنسان من التعرف على محيطه. ومن دون هذه المستقبلات، يصعب على الإنسان الوصول إلى المعرفة، وذلك بحسب أهمية الحاسة التي فقدت، قال تعالى: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِّن بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: 78] ذكر تعالى منته على عباده في إخراجهم إياهم من بطون أمهاتهم لا يعلمون شيئاً، ثم بعد هذا يرزقهم تعالى السمع الذي به يدركون الأصوات، والأبصار اللاتي بها يحسون المرئيات، والأفئدة - وهي العقول - التي مركزها القلب على الصحيح، وقيل: (الدماغ) والعقل به يميز بين الأشياء ضارها ونافعها. وهذه القوى والحواس تحصل للإنسان على التدريج قليلاً قليلاً كلما كبر زيد في سمعه وبصره وعقله حتى يبلغ أشده. (1) يقول ابن تيمية: هذه الأعضاء الثلاثة هي أمهات ما ينال به العلم ويدرك. أعني العلم الذي يُميّز به البشر عن سائر الحيوانات دون ما يشاركها فيه من الشّم

1 تفسير ابن كثير

والذوق واللمس. وهنا يُدرك به ما يجب ويكره وما يميز به بين من يحسن إليه ومن يسيء إليه. (1) وقال تعالى: ﴿وَمَثَلُ الَّذِينَ كَفَرُوا كَمَثَلِ الَّذِي يَنْعِقُ بِمَا لَا يَسْمَعُ إِلَّا دُعَاءً وَنِدَاءً ۗ صُمُّ بُكُمْ عُمِّي فَهُمْ لَا يَعْقِلُونَ﴾ [البقرة: 171] وهذا يدل على أن دور العقل يقوم على الحواس المعرفية وهي السمع والبصر، فيتعطل عمل العقل بتعطل تلك الحواس، قال تعالى: ﴿إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ﴾ [الانفال: 22] والسمع الذي نفاه الله عنهم في الآية هو سمع المعنى المؤثر في القلب، فمن باب أولى إذا كانوا لا يسمعون ولا يبصرون مطلقا وفقدوا حاسة السمع والبصر بالكلية فكيف لهم أن يعقوا شيئا. إن نسبة كبيرة من المعلومات التي نجمعها من الكون الطبيعي الذي يعجّ بالطاقة يتم التقاطها بالعين والاذن، وهذا لا يعني أنّ حواس الشم والذوق واللمس أقل أهمية (ولكن) إنّ هذه الحواس تلتقط فقط نسبة صغيرة من الطاقة التي يمجج بها العالم الطبيعي. (2) تنقسم المعلومات الحسية المرتبطة بمحيط الإنسان إلى نوعين: النوع الأول هو المعلومات الحسية الخارجية، وتُستقبل عبر الحواس الخمس، السمع، البصر، الشم، الذوق، واللمس، وتُعرف بالحواس الظاهرة. أما النوع الثاني، فهو المعلومات الحسية الداخلية، والتي ندرك من خلالها ما يحدث داخل أجسامنا من تغيرات، مثل الجوع، الشبع، العطش، الارتواء، اللذة، الألم، الفرح، والحزن، وتُعرف هذه بالحواس الباطنة.

تتحول الإشارات التي تلتقطها الحواس الى إشارات كهربائية تنتقل، عبر شبكة من الموصلات العصبية الى الدماغ. فالدماغ فهو عبارة عن مجموعة كثيفة جدا من الخلايا العصبية المترابطة التي تعمل كل مجموعة على أداء وظيفة معينة، فمنها مجموعة تقوم بضبط عملية التنفس والبلع والهضم ونبضات القلب، ومنها ما تلعب دورا في التوافق الحركي الارادي واللا ارادي، ومنها ما تقوم بمعالجة المعلومات الحسية وارسال المعلومات الحركية ومجموعة أخرى تهتم بتخزين المعلومات. كل المعلومات التي تصلنا عبر المستقبلات الحسية ترسل الى منطقة الدماغ تسمى ثلاموس

1 الدراسات النفسية عند الامام لابن تيمية ص 80

2 اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي ص 54

(باستثناء حاسة الشَّم)، من هناك يتم توزيعها الى الجزء الخاص بها لمعالجتها (السمع البصر، التذوق، اللمس ...)، إذا من المفيد أن يذكر أن المعلومات التي تصلنا تذهب من المستقبل الحسي الخاص بها الى منطقة المعالجة الخاصة بها في الدماغ بغرض معالجتها. (1)

إنّ الدماغ هو الوسيط بين الحواس والعقل من جهة استقبال المعلومات الخارجية، والدماغ هو الوسيط أيضا الذي من خلاله يعبر العقل عن إرادته الحركية.

فصل الادراك الحسي المعرفي

يشير الإحساس الى استقبال طاقة المنبه من العالم الطبيعي، بينما يشير الادراك الى تفسير الاحساسات وفهمها، ويتم النشاطان معا، فلكي ندرك لا بد أن نحس. إن قدرتنا على إحراز اتصال مباشر مع العالم الخارجي هي من أعظم الخصائص المستقرة والثابتة لدى الانسان، وعند اضطرابها ربما تفتح أعيننا ولا نرى وربما ننصت ولا نسمع وربما نلمس ولا نحس، فالحواس تمدنا بالبيانات الخام عن العالم الذي نكوّن من خلاله أنواع التذكّر والاستنتاجات ونعرف مواضعنا ونكوّن الإحساس بهذه المواضع. (2)

لقد أشار الله سبحانه وتعالى إلى الإدراك الحسي المعرفي الذي يقتصر على السمع والبصر، الذي يستوجب سلامة المستقبلات الحسيّة، ومعالجة للإشارات الواردة في الدماغ، ثم دور العقل في الفهم والاستجابة لتلك المعلومات. فإذا كان البصر وسيلة لاكتشاف عالم الشهادة، بما فيه من مشاهد ومحسوسات تُدرك بالعين، فإن السمع يُعدّ نافذتنا إلى عالم الغيب، إذ من خلاله نسمع الوحي، ونتلقّى الأخبار التي لا تُدرك بالحواس الظاهرة، بل تحتاج إلى تصديق وفهم. وبينما تتعسر على الناظر نقل الصورة يسهل على السامع نقل المعلومة.

1 اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي ص 75

2 اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي ص 49

وتمرّ عملية الادراك الحسي البصري بعدّة مراحل، تبدأ بالنظر والرؤية ثم الابصار. "إن عملية الادراك لهذا المثير (البصري) تغيرت بناء على المعنى الذي نحمله سابقا، فأعيننا مثلا، تلتقط الصورة كما في الكاميرا، ولكن ما ندركه يتأثر بالمعلومات القبلية المخزنة لدينا".⁽¹⁾ فالنظر وهو توجيه العين إلى المشهد بقصد رؤية المعلومة وتلقي الإشارات من العين، قال تعالى: ﴿وَانظُرْ إِلَىٰ حِمَارِكَ وَلِنَجْعَلَكَ آيَةً لِّلنَّاسِ﴾ [البقرة: 259]، فالنظر لا تفضي بالضرورة الى الرؤية، قال تعالى: ﴿وَتَرَاهُمْ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ وَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ﴾ [الأعراف: 198] ثم بعد النظر تكون الرؤية وهي تشكل الصورة في الدماغ وتحليل أبعاده ومدلولاتها الظاهرة من متحرك وساكن وأبعادها وألوانها واحجامها، قال تعالى: ﴿وَيَطُوفُ عَلَيْهِمْ وِلْدَانٌ مُّخَلَّدُونَ إِذَا رَأَيْتَهُمْ حَسِبْتَهُمْ لُؤْلُؤًا مَّنشُورًا﴾ [الانسان: 19] فقد تكون الرؤية بخلاف الحقيقة ولذلك تسمى الاحلام في النوم بالرؤى. فإذا كان الرؤية مطابقة للحقيقة فقد بلغت الى مرحلة الادراك والبصر، قال تعالى: ﴿وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الْمُجْرِمُونَ نَاكِسُو رُءُوسِهِمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ رَبَّنَا أَبْصَرْنَا وَسَمِعْنَا فَارْجِعْنَا نَعْمَلْ صَالِحًا إِنَّا مُوقِنُونَ﴾ [السجدة: 12] فيوم القيامة عرفوا الحقيقة بأسماعهم وأعينهم، ولذلك يمكن أن يحصل النظر الى الله ولكن لا يحصل البصر، قال تعالى: ﴿لَّا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ ۗ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [الانعام: 104] لا تُدْرِكُهُ لِأَبْصَارٍ لِعَظَمَتِهِ، وَجَلَالِهِ وَكَمَالِهِ، -أي: لا تحيط به الأبصار، وإن كانت تراه، وتفرح بالنظر إلى وجهه الكريم، فنفي الإدراك لا ينفي الرؤية، بل يثبتها بالمفهوم. فإنه إذا نفى الإدراك، الذي هو أخص أوصاف الرؤية، دل على أن الرؤية ثابتة.⁽²⁾

وأما عملية الادراك الحسي السمعي، فتبدأ بتلقي الإشارات الصوتية الخارجية من الأذن، وتجميعها في الدماغ ليكون لها معنى ثم فهمها والاستجابة لها. فسلامة الأذن لاستقبال الإشارات الحسية أمر ضروري، قال تعالى: ﴿فَضْرَبْنَا عَلَىٰ آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا﴾ [الكهف: 11] فبعد

1 وولف، اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي ص75

2 تفسير السعدي

أن استقر هؤلاء الفتية في الكهف، ضرب الله على آذانهم حجاباً ثقيلاً مانعاً من السماع، فصاروا لا يسمعون شيئاً ينبههم للاستيقاظ، واستمروا في نومهم العميق سنوات، وقد ورد في نفس المعنى الذي يشير إلى دور الأذن في الاتصال الخارجي عند النوم قول النبي ﷺ في الرجل لا يستيقظ لصلاة الصبح حتى تطلع الشمس: **"ذَاكَ رَجُلٌ بَالَ الشَّيْطَانُ فِي أُذُنَيْهِ"**.⁽¹⁾ وأما الإدراك السمعي هو فهم الأصوات والاستجابة لها، ولذلك سُميت الطاعة سمعاً، على سبيل المجاورة، لأنّ السمع سبب للطاعة والإجابة، وقال تعالى: **﴿وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَاقَكُمْ وَرَفَعْنَا فَوْقَكُمُ الطُّورَ خُذُوا مَا آتَيْنَاكُمْ بِقُوَّةٍ وَاَسْمَعُوا﴾** [البقرة:93] ومعنى "اسمعوا" أطيعوا، وليس معناه الأمر بإدراك القول فقط، وإنما المراد اعملوا بما سمعتم والتزموه، ومنه قولهم: سمع الله لمن حمده، أي قبل وأجاب.⁽²⁾

فصل علاقة الادراك الحسي بالحالات النفسية

إن الحواس هي النوافذ التي تطلّ بها النفس على العالم من حولها؛ فلا يمكن للنفس أن تنظر إلا بعين تُبصر، ولا سمع إلا بأذن تسمع، ولا يمكنها أن تتفاعل مع المحيط بشكل سليم إلا مع وجود عقل يعي ويدرك ما تنقله الحواس من صور وأصوات ومؤثرات. فبسلامة هذه الوسائل، تكتمل للنفس معرفتها، ويتحقق لها التفاعل، يقول النبي ﷺ: **"إِنَّ اللَّهَ كَتَبَ عَلَى ابْنِ آدَمَ حَظَّهُ مِنَ الزُّنَا، أَدْرَكَ ذَلِكَ لَا مَحَالَةَ، فَرْنَا الْعَيْنَ النَّظْرُ، وَزْنَا اللِّسَانَ الْمَنْطِقُ، وَالنَّفْسُ تَمَنَّى وَتَشْتَهِي، وَالْفَرْجُ يُصَدِّقُ ذَلِكَ أَوْ يُكَذِّبُهُ"**⁽³⁾ يُظهر هذا الحديث أثر الإدراكين البصري والسمعي في توجيه النفس وسلوكها؛ فالعين تزني بالنظر، والأذن تزني بالسمع، وتقوم النفس بإدراك ما تحمله الصورة والصوت من معانٍ ترتبط بتحقيق شهوتها وسعادتها، فتتوق إلى تحقيق مطلبها منه وتشتهي

1 صحيح مسلم

2 تفسير الطبري

3 صحيح البخاري

وقوعه. فإذا استجاب العقل لمطلبها وقع الزنى الحقيقي بالفرج لهذا وتمت المعصية بالفعل الذي يستوجب الحدّ الشرعي.

فصل تعريف الجهاز العصبي

تحتاج دراسة الظواهر النفسية الى معرفة المزيد من الإمكانيات الفسيولوجية التي منحها الله سبحانه وتعالى الى الانسان، والتي تعد من الأسس الفسيولوجية الهامة في تفسير السلوك البشري. ولعل من أهم تلك الميكانزمات الفسيولوجية التي وهبها الله للإنسان ذلك الجهاز الذي يعد مسؤولاً عن استقبال تلك المنبهات أو المثيرات ويحولها إلى استجابات أو تصرفات، ألا وهو الجهاز العصبي. (1) ويتدخل الجهاز العصبي بطريقة مباشرة في تحديد خصائص وطبيعة شخصية الفرد. (2)

تلتقط حواسنا بشكل مستمر كمية كبيرة من الاشارات الحسيّة، وتنقل هذه الإشارات الحسية عبر شبكة اتصالات ليتم معالجتها ليكون لها معنى يستفاد منه. ويُعدّ الجهاز العصبي هو النظام الذي يتحكّم في شبكة الإدراك الحسي لدى الإنسان، غير أن قدرته على التقاط الإشارات الحسية تبقى محدودة بعدّة عوامل: أولها قدرة الحواس ذاتها على استقبال هذه الإشارات، وثانيها كفاءة شبكة الاتصالات العصبية وسرعة نقل الإشارات عبرها، وثالثها قدرة الدماغ على معالجة تلك الإشارات وتحليلها.

يتكوّن الجهاز العصبي من جزأين رئيسين: الجهاز العصبي المركزي، والجهاز العصبي الطرفي (أو الفرعي). ويضمّ الجهاز العصبي المركزي كلاً من الدماغ والنخاع الشوكي. ويحتوي الدماغ على مراكز متخصصة في استقبال الإشارات الحسيّة ومعالجتها، كما يُخزّن الخبرات السابقة، ويرسل الإشارات العصبية إلى العضلات لتنفيذ إرادة الإنسان عبر الجوارح. ومن وظائف الدماغ الأساسية إدراك الابعاد الزمنيّة التي تفيد في ترتيب المعلومات والتجارب المخزنة وتسمى الساعة البيولوجية،

1 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص104

2 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص366

قال تعالى: ﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ﴾ [آل عمران:190] أما النخاع الشوكي فهو حبل الاتصال بين الدماغ ومختلف أعضاء الجسم ويمر بين فقرات الظهر، وتفرع من هذا النخاع حبال شوكية تنقل الإشارات العصبية. ويعمل الجهاز العصبي داخل الجسم بنظامين، أولاً نظام العمل الارادي الذي يعمل في حالة الانتباه والادراك بعد عمليات ذهنية وعقلية لانتاج ردود أفعال إرادية، والثاني بنظام العمل لارادي أو ذاتي، الذي يعمل بشكل مستمر وتلقائي لتأمين التفاعل بين مختلف الأعضاء الداخلية للجسد لتنظيم عمل الأجهزة المختلفة كالجهاز الهضمي، والتنفسي، والدورة الدموية كما تهيأ الجسد الى ما يحتاجه من طاقة جسدية لمواجهة المخاطر والتهديدات بأقصى سرعة.

فصل علاقة الجهاز العصبي بالحالات النفسية

يقوم الجهاز العصبي الإرادي بمعالجة الإشارات الحسية والاستجابة لها على مستوى العقل والنفس، ضمن إطار الدوافع والنية، وتتطلب ردود الأفعال الإرادية زمناً معيناً للتنفيذ الحركي. في المقابل، يعمل الجهاز العصبي اللاإرادي بشكل مباشر، متأثراً بالحالة النفسية، فيهيئ الجسم تلقائياً للقيام بالنشاط البدني المطلوب. وينقسم الجهاز العصبي اللاارادي الى جهاز عصبي ودي (1) والذي يعمل على تنشيط وتحفيز أعضاء الاجهزة المختلفة، والى جهاز عصبي نظير الودي (2) الذي يعمل على تثبط والحد من نشاط الأعضاء وإعادة الجسم الى حالة الاسترخاء. "وهكذا نجد أن وظيفة الجهاز العصبي الذاتي هي القيام على أمن الجسم تلقائياً. فهو يسيطر على جميع أجهزة الجسم الحيوية اللاارادية مثل الجهاز الدوري والجهاز التنفسي والجهاز الهضمي والجهاز البولي

1 أو تعاطفي أو سمبثاتك

2 أو نظير التعاطفي أو براسمبثاتك

والجهاز التناسلي وجهاز الغدد والجلد. وهو يعمل وقت تعرض الجسم للخطر بما يشبه اعلان حالة الطوارئ وذلك بتجهيز طاقته ووضعها في أعلى درجة الاستعداد والأداء"⁽¹⁾. وعند تنشيط الجهاز العصبي الودي، يتوقف عمل الجهاز العصبي نظير الودي مؤقتًا، ويدخل الإنسان في حالة من التوتر الجسدي والنفسي. ويصاحب ذلك زيادة في معدل ضربات القلب وسرعة التنفس، وارتفاع في مستوى السكر في الدم، وتزايد التعرق، واحمرار الوجه، وارتفاع ضغط الدم. كما يشعر الشخص بالإجهاد الذهني والبدني حتى دون بذل مجهود فعلي. ونتيجة لذلك، يصبح الجسم غير قادر على الاسترخاء، وتتوقف الوظائف الحيوية التي تتطلب حالة من الهدوء، مثل النوم، والجماع، والهضم، وتقل الشهية للطعام. وتستمر هذه الحالة حتى تزول المحفزات ويبدأ الجهاز العصبي نظير الودي في استعادة السيطرة، مما يسمح للجسم بالعودة إلى حالته الطبيعية والاسترخاء.

فصل تعريف الجهاز الغدي

غدد الجسم عبارة عن أجهزة للاستجابة⁽²⁾، أما وظائفها الخاصة فهي إفراز محاليل كيميائية معينة. وتكمن الأهمية الرئيسية للغدد في الآثار التي تتركها إفرازاتها على معظم العمليات الحيوية التي تقوم بها أجهزة الجسم المختلفة. إفرازات الغدية على سبيل المثال مسؤولة الى حد كبير عن هضم الطعام وتنظيم حرارة الجسم، كما تشارك في عمليات أخرى مثل تنظيم ضربات القلب والدورة الدموية والإخراج والنشاط الجنسي ونمو الجسم عامة. هذا فضلا عن أن الغدد تترك آثارا كبيرة على التكيف الكلي للفرد وكذلك على أنماط سلوكية معينة.⁽³⁾

1 الصخة النفسية والعلاج النفسي ص 94

2 استجابة لتحفيزات الجهاز العصبي

3 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص 114

يتكوّن الجهاز الغُدّي من مجموعة من الغدد الصماء المنتشرة في أنحاء الجسم، وتُعدّ الغدة النخامية الغدة القائدة لهذا الجهاز، إذ تتحكم بإفرازات معظم الغدد الأخرى، ويؤثر نشاطها في نمو الجسم وتطوره. أما الغدة الدرقية، فتتولى تنظيم عمليات الأيض (1) داخل الجسم، مما يجعلها ضرورية للحفاظ على الطاقة والنشاط الحيوي. وتُعرف الغدة الجاركلوية، الواقعة فوق الكليتين، باسم "غدة الانفعالات"، حيث تفرز هرمونات التوتر مثل الكورتيزول والأدرينالين، المعروف بهرمون "الكّر أو الفرّ" (2) ويؤدي إفراز هذه الهرمونات أثناء الانفعالات الشديدة إلى زيادة سرعة دقات القلب، وتسارع التنفس، وتعطيل مؤقت للجهاز الهضمي، وذلك استعدادًا لمواجهة الخطر أو الهرب منه. ولا شك أن بقية الغدد الصماء تؤدي وظائف حيوية لا غنى عنها، وتسهم في تلبية احتياجات الجسم المختلفة.

وتعمل الغدد الصماء عن طريق افراز محاليل كيميائية في مجرى الدمّ أو في قنوات خاصة. أما الغدد التي تكون افرازاتها في قنوات خاصة بها كأفراز الدموع من العيون، وإما الافرازات التي يفرزها الجهاز الغدي في مجرى الدم تسمى هرمونات، وتأثر تلك الافرازات في وظائف الأعضاء المستقبلة للهرمونات، فمنها هرمونات مسوولة على هضم الطعام وتعديل السكر في الدم، ومنها هرمونات تأثر على نمو الجسم، ومنها ما تأثر على عمل القلب والدورة الدموية ومنها ما يؤثر على النشاط الجنسي وأخرى... والهرمونات هي مواد طبيعية يتم افرازها عن طريق هذه الغدد ولها علاقة مباشرة بالكثير من الوظائف الحيوية، كما انها تؤثر بطريقة مباشرة او غير مباشرة على الحالة النفسية. (3)

1 الهدم والبناء

Fight or Flight 2

3 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص54

فصل علاقة الجهاز الغدي بالحالات النفسية

إن نشاط الجهاز الغدي يعتبر من العوامل التي تؤثر في الشخصية تأثيراً ربما يكون أكثر وضوحاً من تأثير الجهاز العصبي، لدرجة أن "برمان" وأعوانه أطلقوا على الغدد الصماء اسم "غدد الشخصية أو غدد المصير" وهم يشيرون بذلك إلى أننا نرث جهازاً غدياً يطبع شخصياتنا ويوجهها إلى الخير أو الشر، إلى الصحة أو المرض. (1) ومن جهة أخرى فإن كثير من الظروف والمواقف التي يمر بها الفرد في حياته قد تكون لها فاعليتها على جهازه الغدي والذي يقوم في هذه الحالة بدور فعال في تهيئة الفرد فسيولوجياً لمواجهة تلك الظروف أو المواقف، ومن هنا جاءت أهمية ودور الجهاز الغدي في تفسير السلوك الإنساني. (2)

ويتحكم الجهاز العصبي اللاإرادي في عمل الجهاز الغدي، إذ تستجيب الغدد الصماء للإشارات العصبية التي تتلقاها من الجهاز العصبي الودي ونظيره نظير الودي. وتعدّ إفرازات الغدد الصماء بمثابة مرآة عاكسة للحالة النفسية؛ فالدموع التي تنهمر في حالات الحزن أو الألم هي ناتجة عن نشاط غدي، كما أن الارتباك، والتعرق، وتسارع التنفس، وخفقان القلب في حالات الخوف والانفعال، جميعها مظاهر تنتج عن استجابة الغدد الصماء لتلك الإشارات العصبية. لهذا السبب، تشكل الغدد الصماء محور اهتمام ودراسة لعلماء النفس، نظراً لدورها الحيوي في التعبير عن المشاعر والتفاعل مع الحالات النفسية المختلفة.

1 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص 366

2 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص 116

دور العقل في الحياة النفسية

فصل تعريف العقل

العقل هو الذي يميز الانسان عن الحيوان، قال تعالى: والعقل ميز الله به الانسان عن الحيوان فقال سبحانه: ﴿أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ ۚ إِنَّ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ ۗ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا﴾ [الفرقان:44] والعقل ليس عضوا ولكنه وظيفة لعضو في الجسد جدّ الباحثون والأطباء والفلاسفة في البحث عنه، فهو اللّغز المحيّر الذي بمعرفته تشخص علة الانسان ويسهل دوائه ويتحقق شفاؤه. والعقل لغة هو الحِجْر والنُّهى ضدُّ الحُمق، والجمع عُقول. وسُمِّي العقلُ عقلاً لأنه يَعْقِلُ صاحبه عن التَّورُّط في المهالك أي يَحْبِسُه، وقيل: العقلُ هو التمييز الذي به يتميز الإنسان من سائر الحيوان. يقول ابن الأنباري: رَجُلٌ عَاقِلٌ وَهُوَ الْجَامِعُ لِأَمْرِهِ وَرَأْيِهِ، مَاخُودٌ مِنْ عَقَلْتِ الْبَعِيرِ إِذْ جَمَعَتْ قَوَائِمَهُ، وَقِيلَ: الْعَاقِلُ الَّذِي يَحْبِسُ نَفْسَهُ وَيَرُدُّهَا عَنْ هَوَاهَا، أُخِذَ مِنْ قَوْلِهِمْ قَدْ اعْتَقَلَ لِسَانَهُ إِذَا حُبِسَ وَمُنِعَ الْكَلَامَ، وَالْمَعْقُولُ: مَا تَعَقَلَهُ بِقَلْبِكَ. (1) وقد يعرف العقل بما يقابل الغريزة التي لا اختيار لها. والعقل: ما يكون به التفكير والاستدلال وتركيب التصورات والتصديقات. والعقل: ما به يتميز الحسن من القبيح، والخير من الشر، والحق من الباطل. يقال: عَقَلَ الْوَلَدُ: أَدْرَكَ حَقَائِقَ الْأَشْيَاءِ. وَعَقَلَ الشَّابُّ: أَدْرَكَ وَمَيَّزَ. (2) ويعرف ابن الجوزي العاقل بسكوته وسكونه ومراقبته للعواقب، وليس العقل محسوسا، وإنما يدل عليه ظاهر قول العاقل وعمله. يقول: إِنَّمَا تَتَبَيَّنُ فَضِيلَةُ الشَّيْءِ فِي ثَمَرَتِهِ وَفَائِدَتِهِ، وَقَدْ عَرَفْتَ ثَمْرَةَ الْعَقْلِ وَفَائِدَتَهُ، فَإِنَّهُ هُوَ الَّذِي دَلَّ عَلَى الْإِلَهِ، وَأَمْرٌ بِطَاعَتِهِ وَامْتِثَالِ أَوَامِرِهِ. (3) ويقول ابن تيمية: "العقل: الغريزة (4) التي جعلها الله في العبد، التي ينال بها العلم والعمل.

1 لسان العرب

2 معجم المعاني الجامع

3 الدراسات النفسية عند ابن تيمية ص52

4 أي وجد بالفطرة في الانسان

ويقول ابن تيمية في الفتاوى: وقد يراد بالعقل نفس الغريزة التي في الانسان التي بها يعلم ويميز ويقصد المنافع دون المضار، كما قال أحمد ابن حنبل والحارث المحاسبي وغيرهما. (1) ومعنى أن العقل غريزة أي أن وجوده فطري في الانسان لا مكتسب، ولكنه قابل للتطوير والنمو إن وجد، يقول الحارث ابن أسد المحاسبي أن العقل غريزة جعلها الله في الممتحنين من عباده(2)، أقام به على البالغين للحلم الحجة. وأتاهم خاطبٌ من قِبَل عقولهم، ووعدٌ وتوعدٌ، وأمرٌ ونهىٌ وحضٌ وندبٌ. فهو غريزة لا يعرف إلا بفعله في القلب والجوارح. ولا يقدر أحد أن يصفه في نفسه ولا في غيره بغير أفعاله. وقال في موضع آخر: العقل هو نور في القلب، والبصر نور في العين، فالعقل غريزة يولد العبد بها ثم يزيد فيه معنى بعد معنى بالمعرفة بالأسباب الدالة على المعقول. (3) فالعقل وهبه الله للإنسان والجنّ كميّة لكي يتعلموا ويعملوا بما تعلموا، حيث أن العمل الصالح دليل على العقل السليم، يقول ابن تيمية أن العمل بالعلم هو الأغلب في مسمى العقل عند السلف: وأما العمل بالعلم، وهو جلب ما ينفع الانسان ودفع ما يضره بالنظر في العواقب، فهذا هو الأغلب على مسمى العقل في كلام السلف والأئمة، كالأثار المروية في فضائل العقلاء. (4)

أما في المصطلح الغربي، فإن العقل يأخذ معنى تجريديا (5)، فالكلمة اليونانية "لوغوس" (6) تحمل بين معانيها العلاقة الرياضية والدراسية، والكلمة "اللاتينية" (7) تعني التفكير والحساب،

1 الدراسات النفسية عند ابن تيمية ص 99

2 أي المكلفين بالشرائع

3 كتاب العقل وفهم القرآن ص 204 و 205

4 الدراسات النفسية عند ابن تيمية ص 100

5 أي لا يمثل الواقع، يقال جرده من مضمونه وحقيقته

Logos 6

Ratio 7

وكلمة "ريزن"⁽¹⁾ بالفرنسية تعني النسبة الرياضية بين عددين، وتعني ملكة التفكير. والفلاسفة المسلمون أمثال الفرائي والكندي وابن سينا وغيرهم الذين اقتبسوا الفلسفة اليونانية وأبسوها ثوبا إسلاميا أعطوا العقل مفهوما وجوديا⁽²⁾، فقد عدوه جوهرًا⁽³⁾ قائما بنفسه من حيث طبيعته وأصله، ولكنهم في الوقت نفسه يميزون- من حيث الوظيفة- بين العقل بالقوة والعقل بالفعل، فالأول يفيد الاستعداد الفطري لتحصيل المعرفة والثاني يفيد المعرفة المكتسبة.⁽⁴⁾ والمقصود أن لفظ "العقل" في الغرب لا يدل في المضمون في اللفظ العربي، فالعقل عندهم وهو التفكير والمنطق ورياضيات وغاب فيه معنى "المنع والحبس" الذي يتضمنه المعنى الأصلي في اللغة العربية. وعلى الجانب الآخر، فإن بعض العرب الذين اتبعوا منهج الفلاسفة وطريقة المتكلمين، نظروا إلى العقل من حيث وجوده على أنه "جوهر" لا "عرض"، تمامًا كما يميزون بين الخالق والمخلوق من حيث الوجود. وإذا كان العقل عند الفلاسفة يُعد جوهرًا، فإن ذلك يعني أن وجوده قائم بذاته، لا يحتاج إلى غيره. وهم يميزون بين العقل من حيث وظيفته، فالعقل "بالقوة"، وهو مجموع المسلمات والمعارف الضرورية أو البديهية، كالمعرفة بأن الجزء أصغر من الكل. وأما العقل "بالفعل"، وهو مجموع المعارف المكتسبة التي يحصل عليها الإنسان من خلال التعلم والتجربة.

فصل دوافع العقل

دافع العقل هو تحقيق المصلحة، إذ يستجيب العقل لما تطلبه الروح من سعيٍ إلى أسباب السعادة، ولما يحتاجه الجسد من وسائل البقاء، ومن هذا المنطلق يعمل العقل بدافع تحقيق المصلحة المتوازنة بين الروح والجسد. ومع تقدم الإنسان في السن يتطور العقل معرفيا وعمليا، ويبلغ بذلك مستوى من النضج الذي يؤهله للتكليف الشرعي، فيُصبح مسؤولاً عما يصدر عن صاحبه من أقوال

Raison 1

2 أي شيئا موجود

3 أصلا وليس عرضا بمعنى أنه فطري لم يكتسبه الانسان بفعله

4 الدراسات النفسية عند ابن تيمية ص19

وأفعال، قال رسول الله ﷺ: "رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ عَنِ الصَّغِيرِ حَتَّى يَبْلُغَ وَعَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ وَعَنِ الْمَصَابِ حَتَّى يُكْشَفَ عَنْهُ"⁽¹⁾ فرفع القلم هو رفع التكليف، فالعقل المكلف يشترط له ثلاثة شروط، أولاً تحقق النضج في الفكر والجسد، وذلك ببلوغ الانسان سنّ الاحتلام. كما يُشترط له وجود الروح في الجسد، إذ إن النائم تُقبض روحه مؤقتاً، فيتوقف التكليف خلال نومه. والشروط الثالث السلامة من علة في الجسد كالجنون الذي يصيب الدماغ والجهاز العصبي فتتعطل عملية الإدراك الضرورية لعمل العقل.

إنّ اختلاف المصلحة الدافعة للعقل من شخص لآخر، تبعاً لما يراه مصلحة، تجعل الانسان أمام خيارات عديدة مع عدم الجزم بتحقيق المصلحة التامة، فالإنسان بحاجة الى منهج سليم يتبعه ليهتدي الى تحقيق المصلحة التامة، قال تعالى: ﴿قَالَ اهْبِطْ مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۗ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ [طه:123]

ولذلك أرسل الله الرسل وأنزل معهم الكتب، قال تعالى: ﴿كَانَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِيِّينَ مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ وَأَنْزَلَ مَعَهُمُ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِيَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ فِي مَا اخْتَلَفُوا فِيهِ ۗ وَمَا اخْتَلَفَ فِيهِ إِلَّا الَّذِينَ أُوتُوهُ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَتْهُمُ الْبَيِّنَاتُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ ۗ فَهَدَى اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا لِمَا اخْتَلَفُوا فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِهِ ۗ وَاللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ [البقرة: 213]

ومن شروط المصلحة التامة النظر في العواقب، وإغفال العاقبة، وإهمال ما تؤول إليه الأمور، يُعدّ إهداراً لوظيفة العقل ومناقضةً لحقيقته، قال تعالى: ﴿وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾ [تبارك:10] فنفوا عن أنفسهم طرق الهدى، وهي السمع لما أنزل الله، وجاءت به الرسل، والعقل الذي ينفع صاحبه، ويوقفه على حقائق الأشياء، وإيثار الخير، والانجزار عن كل ما عاقبته ذميمة، فلا سمع لهم ولا عقل.⁽²⁾

1 أخرجه أبو داود، وأخرجه البخاري معلقاً بصيغة الجزم

2 تفسير السعدي

فكلما كانت المصلحة الدافعة للعقل حقيقية وتامة، تجلّت في الإنسان صفة العقل على وجه أكمل، وأثبت سلامة إدراكه وحُسن نظره، وكثير ما تكون المصلحة قاصرة بحيث تكون عاجلة ومحدودة، قال رسول الله ﷺ: **"الدُّنْيَا دَارٌ مَنْ لَا دَارَ لَهُ وَلَهَا يَجْمَعُ مَنْ لَا عَقْلَ لَهُ وَمَالٌ مَنْ لَا مَالَ لَهُ"** (1)

فصل علاقة العقل العضوية

ان الحالة النفسية عند الانسان هي خلاصة تفاعل بين الجسد والروح حول المعلومات الواردة من محيطه الداخلي والخارجي التي يتلقاها من الحواس. وإن من أهم المباحث في الأمراض النفسية هي البحث عن الالة العاقلة لكل ما يختلج في صدر الانسان، المسؤولة عن بناء معارفه والفهم، المسيطر على انفعالاته والمسؤولة عن ارادته وخياراته، الباعثة لسلوكياته والمسيرة لتصرفاته وردود أفعاله، ولا سبيل للإنسان لاكتشاف هذه الالة العاقلة بالنظر والتجربة الا من خلال الوحي الالهي والهدي النبوي. ولقد ارتبط أعمال العقل بالقلب في كتاب الله وسنة نبيه وقول الصحابة، فقد وردت في كتاب الله آيات عديدة منها كقوله تعالى: ﴿**أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا**﴾ [الحج:46] فالعقل في الانسان إذا ليس وظيفة الدماغ والجهاز العصبي بل هو وظيفة من وظائف القلب. وقال رسول الله ﷺ: "إني رأيتُ في المنام كأنَّ جبريلَ عند رأسي وميكائيلَ عند رجلي، يقول أحدهما لصاحبه: اضربْ له مثلاً، فقال: اسمعْ سمعتُ أذنك واعقل عقل قلبك" (2) كان ابن عباس رضي الله عنهما يسأل بما أدركت العلم؟ فيقول: «أدركت العلم بلسان سؤول وقلب عقول وبدن غير ملول» (3) فإن اكتساب العلوم لا يعتمد على قوة الأذهان بقدر ما يقوم على شغف القلب بطلب العلم؛ إذ يمنح هذا الشغف صاحبه مناعةً ضد الوسوس التي تعوق تثبيت المعلومات أثناء تلقيها وحفظها في الذاكرة بقوة. وهذا ما يُعرف بسوء

1 أخرجه أحمد

2 رواه الترمذي في السنن

3 لسان سؤول يسأل يبحث

التركيز الناتج عن تشتت القلب وعدم انشغاله بما تعمل عليه الحواس. فالقلبُ اللاهي لا يُحقق شروطَ الاستجابة للدعاء، التي من أهمها حضور القلب مع ما ينطق به اللسان. ويقول ابن تيمية رحمه الله: "فالعقل قائم بنفس الانسان التي تعقل، وأما من البدن فهو متعلق بقلبه، كما قال تعالى: ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا ۗ فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ [الحج:46] وتعلق العقل بالقلب لا يعني أنهما واحد، حيث إن العقل قوة الإدراك والفهم في القلب. ويقول أيضا: فإن العقل في القلب مثل البصر في العين يُراد به الإدراك تارة، ويراد به القوة التي جعلها الله في العين يحصل بها الإدراك. (1) ويقول ابن كثير في تفسير معنى "الأفئدة": وهي العقول التي مركزها القلب على الصحيح. (2)

فصل وظائف العقل

ترتبط الحالات النفسية ارتباطاً وثيقاً بعملية الفهم، التي تُمكن الإنسان من إدراك واقعه المحيط به. ويُعدّ الفهم من أبرز مهام العقل ووظائفه الأساسية، قال تعالى: ﴿أَفَتَطْمَعُونَ أَنْ يُؤْمِنُوا لَكُمْ وَقَدْ كَانَ فَرِيقٌ مِّنْهُمْ يَسْمَعُونَ كَلَامَ اللَّهِ ثُمَّ يُحَرِّفُونَهُ مِن بَعْدِ مَا عَقَلُوهُ وَهُمْ يَعْلَمُونَ﴾ [البقرة:75] وقد كان جماعة من علمائهم يسمعون كلام الله المنزل عليهم في التوراة؛ ثم يغيرون ألفاظها ومعانيها بعد فهمهم لها ومعرفتهم بها، وهم يعلمون عظم جرماتهم. (3) فبالعقل يُميّز الإنسان بين الأشياء المختلفة في نوعها وحجمها وطعمها، مستعيناً بحواسه وقدرته على إدراك حقيقة الأشياء، ولا سيما الصفات المتضادة كالنور والظلام، والحرارة والبرودة، والحلاوة والملوحة، مما يُمكنه

1 الدراسات النفسية عند ابن تيمية ص102

2 تفسير الآية 78 من سورة النحل

3 المختصر في التفسير

من التفرقة بين الحبيث والطيب، قال تعالى: ﴿وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا حَسَنًا ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ﴾ [النحل:67].

وبالعقل يتوصل الانسان الى الاستدلال والاستنتاج الذي يتوصل به الى قبول بالحقائق، قال تعالى: ﴿يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لِمَ تُحَاجُّونَ فِي إِبْرَاهِيمَ وَمَا أُنزِلَتِ التَّوْرَةُ وَالْإِنْجِيلُ إِلَّا مِنْ بَعْدِهِ ۗ أَفَلَا تَعْقِلُونَ﴾ [آل عمران:65] وهذه الآية نزلت بسبب دعوى كل فريق من اليهود والنصارى أن إبراهيم كان على دينه، فأكذبهم الله تعالى بأن اليهودية والنصرانية إنما كانتا من بعده. (1) قال " أفلا تعقلون " أي: فلو عقلتم ما تقولون لم تقولوا ذلك. (2)

وبالعقل يستفيد الانسان من تجارب الآخرين وذلك بربط الأسباب بالنتائج، قال تعالى: ﴿وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَهَوًى ۗ وَلِلْآخِرَةِ الْخَيْرُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ ۗ أَفَلَا تَعْقِلُونَ﴾ [الانعام:32] كما أن للعقل وظائف عملية سلوكية تنعكس على الجوارح، فيكفها عن المفسد، ويحركها نحو جلب المنافع. ولذلك، فإن العمل بما يفهمه الإنسان من العلم يُعدّ دليلاً على سلامة العقل، قال تعالى: ﴿أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ ۗ أَفَلَا تَعْقِلُونَ﴾ [البقرة:44] وذلك أن العقل يحث صاحبه أن يكون أول فاعل لما يأمر به، وأول تارك لما ينهى عنه، فمن أمر غيره بالخير ولم يفعله، أو نهاه عن الشر فلم يتركه، دل على عدم عقله وجهله. (3)

فصل تفاوت العقول حسب الجنس

والعقل يتفاوت بين الجنسين، ذلك أن قلب المرأة أقرب الى أن تستحکم عليه الوظائف الوجدانية فتستحکم في وظائفه العملية وتضعف فيه الوظائف العقلية، بينما تتسع في قلبه مساحة الوظائف العقل عند الرجل لضيق مساحة الوظائف الوجدانية، يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "يا

1 تفسير القرطبي

2 تفسير السعدي

3 تفسير السعدي

مَعَشَرَ النِّسَاءِ، تَصَدَّقْنَ وَأَكْثِرْنَ الاسْتِغْفَارَ، فَإِنِّي رَأَيْتُكُنَّ أَكْثَرَ أَهْلِ النَّارِ فَقَالَتْ امْرَأَةٌ مِنْهُنَّ جَزَلَةٌ: وَمَا لَنَا يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَكْثَرَ أَهْلِ النَّارِ؟ قَالَ: تُكْثِرْنَ اللَّعْنَ، وَتَكْفُرْنَ الْعَشِيرَ، وَمَا رَأَيْتُ مِنْ نَاقِصَاتِ عَقْلِ وَدِينٍ أَغْلَبَ لِدِي لُبِّ مَنْكُنَّ قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَمَا نُقْصَانُ الْعَقْلِ وَالِدِّينِ؟ قَالَ: أَمَّا نُقْصَانُ الْعَقْلِ: فَشَهَادَةُ امْرَأَتَيْنِ تَعْدِلُ شَهَادَةَ رَجُلٍ فَهَذَا نُقْصَانُ الْعَقْلِ، وَتَمَكُّتُ اللَّيَالِي مَا تُصَلِّي، وَتُفْطِرُ فِي رَمَضَانَ فَهَذَا نُقْصَانُ الدِّينِ" (1) ويصير الاشكل في فهم الحديث حين يكون العقل هو وظيفة الدماغ والجهاز العصبي، بينما حين ما يكون العقل هو وظيفة القلب فالحديث واضحة على أن الرجل لديه قوة في العقل أكثر المرأة، ولهذا السبب قد تظل المرأة في شهادتها بحكم العاطفة التي قد تحملها لصاحب الدين ولذلك وجب جبر نقصها بمرأة أخرى.

دور القلب في الحياة النفسية

فصل تعريف القلب

الْقَلْبُ والجمع: قُلُوبٌ. عَضُوٌّ عَضَلِيٌّ أَجوفٌ يَسْتَقْبِلُ الدَّمَ من الأوردة ويدفعه في الشرايين (1)، يقول بن منظور: الْقَلْبُ: تَحْوِيلُ الشَّيْءِ عن وجهه قَلْبَهُ يَقْلِبُهُ قَلْبًا، وَالْقَلْبُ أَيضًا: صَرَفُكَ إِنْسَانًا، تَقْلِبُهُ عن وَجْهِهِ الَّذِي يُرِيدُهُ. وَتَقَلَّبَ في الأُمُورِ وفي البلاد: تَصَرَّفَ فيها كيف شاءَ. وَالْقَلْبُ: الجُمَّارُ، وَقَلْبُ كُلِّ شَيْءٍ: لُبُّهُ، وَخَالِصُهُ، وَمَحْضُهُ؛ تقول: جئتُ بهذا الأمرِ قَلْبًا أَي مَحْضًا لا يَشُوبُهُ شَيْءٌ. وَالْقَلْبُ الفُؤَادُ، مُذَكَّرٌ، صَرَّحَ بذلك اللحياني، والجمع: أَقْلُبٌ وَقُلُوبٌ. قال الأزهري: ورأيت بعض العرب يُسَمِّي لحمَةَ الْقَلْبِ كُلَّهَا شَحْمَهَا وَحِجَابَهَا: قَلْبًا وَقُؤَادًا، قال: ولم أرهم يَفَرِّقُونَ بينهما. (2) وسمي القلب قلبا لِتَقَلُّبِهِ في الجسد أي المتصرف فيه. وقال ﷺ: "أَلَا وَإِنَّ فِي الجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ، صَلَحَ الجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ، فَسَدَ الجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ" (3) والقلوب: جمع قلب، وهو المضغة التي توجد بالجانب الأيسر من صدر الإنسان، ويستعمل في القوة العاقلة التي هي محل الفهم والعلم. (4) فلو لم يكن للقلب هذه المكانة، التي يتأثر على كل الجسد لما كان في القلب من أهمية في تركية النفوس واستقامة السلوك.

1 معجم المعاني الجامع

2 اختصار من معجم لسان العرب

3 أخرجه الشيخان

4 تفسير الوسيط

فصل الحكمة في استعمال لفظ القلب أو الفؤاد

والفؤاد من فَاد الحَبْزَة في المَلَّة يَفَادُهَا فَادًا: شواها. والفؤاد هو القلب لِتَفَوُّدِهِ وتوقُّدِهِ مُذْكَر لا غير؛ صرح بذلك اللحياني، يكون ذلك لنوع الإنسان وغيره من أنواع الحيوان الذي له قلب؛ والجمع أفئدةٌ والفؤادُ: القلب، وقيل: وَسَطُهُ، وقيل: الفؤادُ غِشَاءُ القلبِ، والقلب حَبْتَهُ وَسُوَيْدَاؤُهُ. (1) ومع أن الفؤاد هو القلب بمعنى واحد في اللغة، ولكن من خلال تتبع آيات القرآن الحكيم يتبين بعض المميزات بين استعمال لفظ القلب والفؤاد. فاستعمال لفظ الفؤاد ارتباط بالفهم والادراك والبناء المعرفي وكثيرا ما يرتبط الفؤاد بالسمع والبصر في نفس الآية من القرآن، قال تعالى: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ [الاسراء: 36] وقال تعالى: ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ [النحل: 78] أنه أخرجكم من بطون أمهاتكم وأنتم لا تعرفون شيئا، وركب فيكم بقدرته النافذة، وحكمته البالغة، «السمع» الذي تسمعون به، والبصر الذي بواسطته تبصرون، «والأفئدة» التي عن طريقها تعقلون وتفقهون. (2)

ولما كان دور الفؤاد مرتبط بالفهم ارتبط الفؤاد بالمعلومة السمعية والبصرية، قال تعالى: ﴿وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَىٰ فَارِغًا ۚ إِن كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلَا أَن رَّبَطْنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [القصص: 10] عن ابن عباس قال: فارغاً من كل شيء إلا من ذكر موسى (3) ففراغ الفؤاد قد يكون بسبب عدم الوصول الى الفهم، فأم موسى عليها السلام تعلم أن موسى سيعود إليها بوحى من الله سبحانه ولكن مجريات الاحداث لا تدل على ذلك، فلم تتوصل الى فهم كيف سيعود لها موسى ولذلك طلبت المعلومة والاستقصاء عن حاله من أخته وهذا اقرب في استعمال

1 لسان العرب باختصار

2 تفسير الوسيط

3 تفسير الطبري

لفظ الفؤاد، ذلك أن عمل الفؤاد في الفهم مرتبط بالمعلومة الحسية من السمع والبصر والله أعلم، قال تعالى: ﴿وَأَفْنَدْتُمْ هَوَاءً﴾ أي: وقلوبهم فارغة خالية عن الفهم، بحيث لا تعي شيئاً من شدة الفزع والدهشة. (1)

وإذا تعلق لفظ الفؤاد بالفهم فثباته يكون بتثبيت الحقائق ودحض الشبهات والشكوك، قال تعالى: ﴿وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْلَا نُزِّلَ عَلَيْهِ الْقُرْآنُ جُمْلَةً وَاحِدَةً كَذَلِكَ لِنُثَبِّتَ بِهِ فُؤَادَكَ وَرَتَّلْنَاهُ تَرْتِيلاً﴾ [الفرقان:36] أي: أنزلناه متفرقا ليقوى به قلبك فتعيه وتحفظه. (2) قال صاحب الكشاف: كذلك أنزلناه مفرقا، والحكمة فيه: أن نقوى بتفريقه فؤادك حتى تعيه وتحفظه. (3)

وأما استعمال لفظ القلب فهو أشمل وأوسع في الوظائف من لفظ الفؤاد، وذلك أن لفظ القلب يشمل على عدة وظائف ومنها التصديق، قال تعالى: ﴿لَوْلَا أَنْ رَبَّنَا عَلَّىٰ قَلْبَهَا لَتَكُونَنَّ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ [القصص:10] كما يشمل القلب على العقل الذي بأمره تأتمر الجوارح، قال تعالى: ﴿أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا﴾ [الحج:46] ويشمل كذلك على الفهم، قال تعالى: ﴿لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾ [الأعراف:179]

ولتعدد وظائف القلب بين الايمان والعمل، ربما كان استعمال الربط أقرب لمن يتصف بالحركة من مجرد التثبيت المعرفي، قال تعالى: ﴿إِذْ يُغَشِّيكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً مِّنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُمْ مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّيُطَهِّرَكُم بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُمْ رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَىٰ قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ﴾ [الانفال:11] وأصل الربط: الشدّ والتقوية للشيء. ومنه قولهم فلان رابط الجأش، أي: قوى القلب. (4)

1 تفسير الوسيط

2 تفسير البغوي

3 تفسير الوسيط

4 تفسير الوسيط للآية 10 من سورة القصص

فصل دوافع القلب

أما دوافع القلب فهي المحبة؛ فالعقل، وإن كان يسعى إلى تحقيق مصلحة الروح والجسد، إلا أن المحبة توجهه وتمنحه مراتب التفاضل بين المصالح، فتعينه وتحدد له الاختيار. ومن نال شرف الفوز بمحبة القلب، فقد حاز السيطرة الكاملة على الجسد كله؛ فإذا ما تمكنت النفس من الاستحواذ على محبة القلب، أصبحت لها اليد العليا، وكانت الأولوية للنفس في تلبية رغباتها ومطالبها فيتأثر الفهم بذلك ويضعف سلطان العقل. يقول ابن القيم في المحبة: "هي قوت القلوب وغذاء الأرواح وقرّة العيون، وهي الحياة التي من حرمها فهو من جملة الأموات، والنور الذي من فقده فهو في بحار الظلمات، والشفاء الذي من عدمه حلت بقلبه جميع الأسقام، واللذة التي من لم يظفر بها فعيشه كله هموم وآلام، وهي روح الإيمان والأعمال والمقامات والأحوال، التي متى خلت منها فهي كالجسد الذي لا روح فيه".⁽¹⁾

فصل وظائف القلب

للقلب وظائف نفسية متعددة، وتدرج تحت هذه الوظائف أعمال كثيرة، تتفاوت بها القلوب، وتفاوتها تتفاوت أجور أعمال الجوارح. ويمكن تصنيف هذه الوظائف إلى ثلاثة أقسام أساسية: الوظائف الوجدانية، والوظائف العقلية، والوظائف الفعلية. ولا شك أن بين هذه الوظائف تأثيراً متبادلاً وتفاعلاً مستمرًا. وقد استحسن هذا التقسيم لأن توجيه الجوارح لا يخضع دومًا لإملاءات العقل، بل قد يكون خاضعًا لحالة وجدانية تؤثر فيها النفس. فالقلب وعاءٌ للمشاعر والعواطف، سواء كانت صادرة عن العقل أو من النفس، فإذا استقرت فيه حالة نفسية معينة، تداعى لها الجسد كله بالانفعالات، قال تعالى: ﴿وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَبٌ إِلَيْكُمْ **الإِيمَانَ وَرَيْتَهُ فِي قُلُوبِكُمْ**﴾ [الحجرات:7] أي جعل الإسلام محبوباً في قلوبكم، وقال تعالى: ﴿وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ﴾ [النفال:63] التأليف هو الجمع أي جمع بين قلوبهم المتنازعة، قال

تعالى: ﴿وَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ﴾ [الزمر:45] وقال
 تعالى: ﴿وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ﴾ [الحشر:10] ، وقال
 تعالى: ﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ﴾ [الانفال:6] والوجل وهو الحب مع
 التعظيم. قال تعالى: ﴿وَيَذْهَبَ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ﴾ [التوبة:15] والغيط أصل الغضب ، وكثيرا ما
 يتلازمان لكن فرقان ما بينهما، أن الغيط لا يظهر على الجوارح، بخلاف الغضب فإنه يظهر
 في الجوارح مع فعل ما ولا بد.⁽¹⁾ وقال تعالى: ﴿سَأَلْتِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ﴾
 [الانفال:12]، قال تعالى: ﴿لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ ۗ وَاللَّهُ يُخَيِّبُ ۖ وَيُمِيتُ ۗ وَاللَّهُ بِمَا
 تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [آل عمران:156]

وأما الوظائف العقلية فهي تنقسم الى قسمين: أعمال فكرية وأخرى فعلية. أما الوظائف الفكرية
 وتتمثل فيما يتطلبه العقل من فهم وإدراك والحكم على الخبر بالتصديق، أو التكذيب، أو التردد
 (شك)، وأما فعل القلب فهو النية والقصد. فالإيمان مثلا هو التصديق بالقلب بما جاءت به
 الرسل عن الله تعالى مع الفهم والادراك لمضمون الرسالة، وهذا هو قول القلب، وأما عمل القلب
 فهو إخلاص القصد والنية لله سبحانه في أعمال الجوارح، وأما استكمال الإيمان فأن يجعل بمحبة
 الله ورسوله فوق كل محبوب. فما جاء في دور القلب في الوظائف الفكرية كقوله تعالى: ﴿أَفَلَمْ
 يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا ۗ فَإِنَّمَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ
 وَلَكِن تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ [الحج:46] وقال تعالى: ﴿وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ
 الْجِنِّ وَالْإِنسِ ۗ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾ [الأعراف:179] وقال تعالى: ﴿رَضُوا بِأَن يَكُونُوا
 مَعَ الْخَوَالِفِ وَطُبِعَ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَفْقَهُونَ﴾ [التوبة:87] وأما ما يفيد في دور القلب في
 الحكم على الخبر بالتصديق والتكذيب والشك، كقوله تعالى: ﴿أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْإِيمَانَ
 وَأَيَّدَهُم بِرُوحٍ مِّنْهُ﴾ [المجادلة:22] قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ لَا يَحْزَنْكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي
 الْكُفْرِ مِنَ الَّذِينَ قَالُوا آمَنَّا بِأَفْوَاهِهِمْ وَلَمْ تُؤْمِن قُلُوبُهُمْ﴾ [المائدة:41]. قال تعالى: ﴿إِلَهُكُمْ إِلَهٌ

وَاحِدٌ ۚ فَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُنْكَرَةٌ وَهُمْ مُسْتَكْبِرُونَ ﴿ [النحل:22] وقال تعالى:
﴿إِنَّمَا يَسْتَأْذِنُكَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِي رَبِّهِمْ يَتَرَدَّدُونَ﴾
[التوبة:45] .

وأما الوظائف الفعلية فما جاء في دور القلب في القصد والنوايا من أعمال الجوارح، فكقوله تعالى:
﴿وَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ فِيمَا أَخْطَأْتُمْ بِهِ وَلَكِنْ مَا تَعَمَّدَتْ قُلُوبُكُمْ ۚ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا﴾
[الأحزاب:5] وأما الكفر فنقيض الايمان وهو قول القلب بالتكذيب بما جاءت به الرسل وعمل
القلب إخلاص لغير الله، وأما النفاق فهو قول القلب بالشك بما جاءت به الرسل وعمل القلب
بالشرك بالله، قال تعالى: ﴿وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِي رَبِّهِمْ يَتَرَدَّدُونَ﴾ [التوبة:45].

فصل صفات القلب

القلب تلك المضغة من الجسد، له صفات عديدة، فلفظ القلب دليل على كثرة تقبله وهذه من
أبرز صفاته، قال تعالى: ﴿رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ
الزَّكَاةِ ۖ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ﴾ [النور:37] وعن أنس بن مالك رضي الله
عنه قال: كان النبي ﷺ يُكثِرُ أَنْ يَقُولَ: "يا مُقَلِّبِ الْقُلُوبِ، ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ" (1).

وتنقسم صفات القلب الى قسمين: صفات صحة وصيغات نقص. من صفات الصحة القلب
السليم، قال تعالى: ﴿إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾ [الشعراء:89] وصيغة الطهارة، قال تعالى:
﴿وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ۚ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ﴾
[الأحزاب:53] وصفة اللين والرحمة، قال تعالى: ﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مَّثَابِيحًا
تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ﴾ [الزمر:23]

وأما الصفات النقص كصفة الغلظة، قال تعالى: ﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًا
غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ﴾ [آل عمران:159] وصفة القسوة، قال تعالى: ﴿أَفَمَنْ
شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ ۗ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّن ذِكْرِ اللَّهِ ۗ أُولَٰئِكَ فِي

ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴿ [الزمر:22] ومنها صفة المرض، قال تعالى: ﴿ **فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا** ۖ وَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ ﴾ [البقرة:10] صفة الغلف وانعدام الفهم، ومنه قيل للقلب الذي لا يعي ولا يفهم، قلب أغلف، كأنه حجب عن الفهم بالغلاف، وكذلك الاكثة، قال تعالى: ﴿ **وَقَالُوا قُلُوبُنَا غُلْفٌ** ۚ بَلْ لَعَنَهُمُ اللَّهُ بِكُفْرِهِمْ فَقَلِيلًا مَّا يُؤْمِنُونَ ﴾ [البقرة:88] وقال تعالى: ﴿ **وَقَالُوا قُلُوبُنَا فِي أَكِنَّةٍ مِّمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ وَفِي آذَانِنَا وَقْرٌ وَمِنْ بَيْنِنَا وَبَيْنَكَ حِجَابٌ فَاَعْمَلْ إِنَّا عَامِلُونَ** ﴾ [فصلت:5] صفة الزيغ والانحراف، قال تعالى: ﴿ **رَبَّنَا لَا تُرْغِ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً ۗ إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ** ﴾ [آل عمران:8] صفة الغفلة والهوى، قال تعالى: ﴿ **وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا** ﴾ [الكهف:28] وقال تعالى: ﴿ **لَاهِيَةً قُلُوبُهُمْ** ۖ وَأَسْرُوا النَّجْوَى الَّذِينَ ظَلَمُوا ﴾ [الأنبياء:4] وقد يوصف القلب بالعمى، قال تعالى: ﴿ **فِيهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ** ﴾ [الحج:46] وقد يجعل على القلب طابع وخاتم علامة يعرف بها مداومته على الامر، قال تعالى: ﴿ **خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ** ۖ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ ۖ وَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴾ [البقرة:7]

فصل أمراض القلب وعلاجها

فمرض القلب كما قال بن تيمية رحمه الله: "هو نوع فساد يحصل له - أي للقلب - يفسد به تصوره وإرادته، فنصوره بالشبهات التي تعرض له حتى لا يرى الحق أو يراه على خلاف ما هو عليه، وإرادته بحيث يُبغض الحق النافع ويجب الباطل الضار..." [3] لهذا قال سبحانه: ﴿ **فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ** ﴾ [البقرة:10] يقول ابن القيم: إن مرض القلوب نوعان: مرض شبهة وشك، ومرض شهوة وغى. وكلاهما في القرآن، قال الله تعالى في مرض الشبهة: ﴿ **فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا** ﴾ [البقرة:10]، وقال تعالى: ﴿ **وَلَيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ وَالْكَافِرُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلًا** ﴾ [المدثر:31]، وقال تعالى في حق من دعي إلى تحكيم القرآن والسنة، فأبى وأعرض: ﴿ **أَفِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ أَمْ ارْتَابُوا أَمْ يَخَافُونَ أَنْ يَحِيفَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ** ﴾

وَرَسُولُهُ ۚ بَلْ أُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿50﴾ [النور: 50] فهذا مرض الشبهات والشكوك. وأما مرض الشهوات، فقال تعالى: ﴿يَا نِسَاءَ النَّبِيِّ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ ۚ إِنَّ اتَّقِيْتَنَّ فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيْطَمَعُ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَّعْرُوفًا﴾ [الأحزاب: 32] فهذا مرض شهوة الزنا والله أعلم. (1)

وأما طب القلوب، فمسلم الى الرّسل صلوات الله وسلامه عليهم، ولا سبيل الى حصوله الا من جهتهم وعلى أيديهم، فإن صلاح القلوب أن تكون عارفة برها وفاطرها، وبأسمائه وصفاته، وأفعاله وأحكامه، وأن تكون مؤثرة لمرضاته ومحابه، متجنبه لمناهيه ومساخطه. ولا صحة لها ولا حياة البتة الا بذلك، ولا سبيل الى تلقيه الا من جهة الرسل. وما يضمن -من حصول صحة القلب بدون اتباعهم- فغلط ممن يظن ذلك. وإنما ذلك: حياة نفسه البهيمية الشهوانية، وصحتها وقوتها. وحياة قلبه وصحته وقوته عن ذلك بمعزل. (2) يقول ابن القيم رحمه الله: في القلب شعث لا يلمّه إلا الاقبال على الله، وفيه وحشة لا يزيلها إلا الأنس بالله، وفيه حزن لا يذهب إلا السرور بمعرفته وصدق معاملته، وفيه قلق لا يسكنه إلا الاجتماع عليه والفرار اليه، وفيه نيران حسرات لا يطفئها إلا الرضا بأمره ونهيه وقضائه، ومعاينة الصبر على ذلك الى وقت لقائه، وفيه فاقة لا يسدها الا محبته والاناة اليه، ودوام ذكره، وصدق الإخلاص له ولو أعطي الدنيا وما فيها لم تسد تلك الفاقة أبدا. (3)

1 الطب النبوي ص 2

2 الطب النبوي ص 3

3 مدارج السالكين الجزء 3 ص 233

تأثير الحالات النفسية على السلوك

فصل تعريف الدوافع والبواعث

"يعتبر موضوع الدوافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة في علم النفس لأن دوافع السلوك بطبيعة الحال تُفسره. إن المعالج النفسي يريد أن يعرف الدوافع وراء المرض النفسي، ورجل القانون يود أن يضع يده على دوافع وراء السلوك الجانح، والمربي لا بد أن يضع دوافع وميول التلاميذ وحاجاتهم في حسابه، والقائد مطالب بأن يرعى الدوافع الاجتماعية للسلوك، والفرد ينبغي أن يفهم دوافع سلوكه السوي أو المنحرف".⁽¹⁾

"فالدوافع هي القوى المحركة التي تبعث النشاط في الكائن الحي وتبدئ السلوك وتوجهه نحو هدف أو أهداف معينة. والدوافع تؤدي وظائف ضرورية وهامة للكائن الحي، فهي التي تدفعه الى القيام بإشباع حاجاته الأساسية الضرورية لحياته وبقائه، كما تدفعه الى القيام بكثير من الأفعال الأخرى الهامة والمفيدة له في توافقه".⁽²⁾ "والدوافع هي العوامل المحركة للسلوك والمثيرة للنشاط العقلي والحركي بفضلها يمكن أن نفسر الاختلاف في نشاط الكائن الحي من وقت الى آخر، كما نفسر أوجه الخلاف بين مختلف الكائن بالسلوك المتباين في الموقف الواحد، وبفضلها أيضا نعرف لماذا يستمر الشخص ويثابر على نشاط معين فترات طويلة من الوقت".⁽³⁾

فالدوافع هي الأسباب الداخلي الذي تحرك الانسان للقيام بتصرف معين. ويتحرك الدافع عند الحاجة لاشباعه إما بشكل تلقائي وإما بمثيرات خارجية والتي تسمى البواعث. فالجوع دافع داخلي للبحث عن الطعام، والشهوة دافع للبحث عن الزواج، والخوف دافع للبحث عن الامن،

1 د. حامد الزهران من كتاب الصحة النفسية والعلاج النفسي ص 30

2 القران وعلم النفس ص 28

3 أسس علم النفس ص 404

والتعب دافع للبحث عن الراحة، والنعاس دافع للبحث عن النوم. وأما المثيرات الخارجية التي تحرك الدوافع كرهية الخطر الذي يمثل الباعث للخوف، ورؤية الطعم الشهويّ باعث للجوع، واطلاق النظر باعث للشهوة. فالدافع حالة داخلية، أما الباعث فهو حالة خارجية مادية كانت أو إجتماعية، يستجيب لها الدافع.(1)

هذا ويتحدث البعض عن موضوع الدوافع باسم الغرائز أو باسم الحاجات. ويعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية (الحشوية والحسية ..أ.خ) وإشباعها ضروري لحياة الفرد، والعوامل النفسية والاجتماعية مثل الحاجات النفسية الاجتماعية (الى الامن والاجتماع وتأکید الذات) وإشباعها ضروري لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.(2) وتؤدي الوظائف الفيسيولوجية وظيفية بيولوجية هامة للحيوان والانسان، فهي تقوم بتلبية حاجات البدن، وتسد كل ما يطرأ عليه من نقص عضوي أو كيميائي، وتقاوم كل ما يطرأ عليه من خلل أو اضطراب أو فقدان الاتزان.(3)

فصل الدوافع الفطرية

يصنف علماء النفس المحدثون الدوافع الى قسمين هما: أولاً، الدوافع الفيسيولوجية، وهي الدوافع الفطرية التي ترتبط بحاجات البدن الفيسيولوجية وما يحدث في أنسجة البدن من نقص أو اختلال الاتزان. وهي تقوم بتوجيه سلوك الفرد الى الأهداف التي تشبع حاجات بدنه الفيسيولوجية، أو تسد النقص الذي يطرأ على أنسجة البدن وتعيدها الى حالتها السابقة من الاتزان. (4) وأما الدوافع النفسية الفطرية فتعود الى دوافع النفس الفطرية المتعلقة بتحقيق السعادة

1 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص134

2 الصحة النفسية والعلاج النفسي ص 31

3 القران وعلم النفس ص29

4 القران وعلم النفس ص28

عند تحصيل كل ما زَيْن لها. ومن بدائع شريعة الإسلام أنها جاءت لتنظيم هذه الدوافع الفطرية النفسية والجسدية وتأطيرها، فكل ما كان فطريًا إلا وشرع له في الإسلام حكما ومنهجًا لتقويمه و ضبط حدوده بما يضمن للفرد الحياة النفسية المتوازنة في ذاته ومع غيره، وهذا دليل على أن من خلق هذا الانسان هو الذي جاء بشعائر الاسلام سبحانه وتعالى، قال تعالى: ﴿ **أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ** ﴾ [المالك:14] ويرى الطب الحديث أن الدوافع الفطرية هي الدوافع الجسدية فقط.

فصل الدوافع المكتسبة

فالدوافع الفطرية الموروثة هي الدوافع التي يولد الانسان مزودا بها، أما الدوافع المكتسبة فهي التي يتعلمها الانسان أثناء تفاعله مع المجتمع الذي يعيش فيه. (1) فالدوافع الثانوية أو المكتسبة هي التي تضبط سلوكنا الاجتماعي وهي مكتسبة أو متعلمة، وتأتي الدوافع الاجتماعية هنا على رأس القائمة مثل الحاجة الى الانتماء الى جماعة والحاجة الى المشاركة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والحاجة الى إثارة انتباه الاخرين والحاجة الى الامن والتقدير والميل الى السيطرة. (2) فالدوافع المكتسبة هي في الأصل دوافع نفسية وليست جسدية. فالدوافع النفسية المكتسبة وتسمى الدوافع الثانوية في علم النفس تكتسب نتيجة تفاعل الفرد مع المحيط الذي يعيش أثناء سعيه الى تلبية دوافعه الفطرية ومحاولته التكيف مع قوانين تلك البيئة، فتتأثر هذه الدوافع المكتسبة بالعادات والمعتقدات والأديان والأخلاق والآداب.

1 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص 137

2 الصحة النفسية والعلاج النفسي ص 31

فصل التفاوت في تأثير الدوافع

ودوافع الانسان ليست على نفس القوة في التأثير عليه، فالدافع الجسدية أقوى من الدوافع النفسية السلبية، قال تعالى: ﴿ **الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِّنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِّنْ خَوْفٍ** ﴾ [قريش:4] إن الابتلاء بالخوف أقل من الابتلاء بالجوع، فدافع الجوع يجعل الانسان يتغلب على دافع الخوف، والابتلاء في الأموال أقل من الابتلاء في الأنفس، والابتلاء في الثمرات من الذرية أشد من الابتلاء في النفس، قال تعالى: ﴿ **وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ** ﴾ [البقرة:155] وأما الدوافع النفسية الإيجابية فهي أقوى من الدوافع الجسدية، فدافع الحب أقوى من جميع الدوافع، قال تعالى: ﴿ **قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ** ﴾ [آل عمران:31] فإذا كان دافع الحب يستوجب اتباع الرسول في المكره والمنشط، فهذا يدل على أن جميع الدوافع الأخرى لا يمكنها ردّ هذا الدافع، وهذا دليل على قوة دافع الحب وغلبته على بقية الدوافع الأخرى الفطرية والمكتسبة.

فصل العواطف

تظهر النفس حالة من التعاطف مع الدوافع تعرف بالعواطف. فالعواطف حالة مزاجية لا تدفع الى سلوك أو أفعال بصفة مباشرة، بل هي نتائج تفاعل النفس مع الصراع القائم بين الدوافع والبيئة التي يعيش فيها. فالعواطف هي ردة فعل النفس اتجاه مطلبية الدوافع، فتارة تكون بتأكيدها بالغضب لها أو الحزن على فواته وعدم تحقيقها أو الخوف من عدم إدراكه.

"فالعاطفة صفة مزاجية، مكتسبة، وخاصة. فهي مزاجية لأنها تتكون عن طريق تنظيم الدوافع الفطرية الأولية حول موضوع معين، وهي مكتسبة لأنها تتكون نتيجة احتكاك وتفاعل الفرد مع البيئة التي يعيشها، وهي خاصة لأنها لا تتدخل في جميع أساليب النشاط الانفعالي بل في جزء منه، وهو ذلك الجزء الذي يتعلق بموضوع العاطفة".⁽¹⁾

فمثلا دافع الجوع يثير الانسان للبحث عن الطعام، فإذا منعته البيئة المحيطة من الطعام أصاب الانسان الغضب، وإذا عجز عن إدراكه أصابه الحزن، وإذا انقطع أمله من تحصيله أصابه اليأس. وعلى عكس ذلك، فإن الجائع إذا رأى الطعام طمع في تحصيله، وإذا أصاب منه فرح. فنلاحظ أن الغضب، والحزن، واليأس، والاستبشار، والفرح كانت حالات مزاجية نتيجة احتكاك الفرد مع البيئة المحيطة به، أثناء سعيه لتحقيق مطلب دوافعه.

فالعواطف تساهم في تحقيق الدوافع ولكن ليست هي الأساس الباعث الحقيقي لأصل السلوك والعمل، فالغضب قد يحمل الانسان الى تأكيد مطلب الدافع ولكنه لم يكن هو الأصل في سعيه، ولم يكن الباعث الحقيقي للعمل. ولما كان الغضب تعاطف النفس لتأكيد مطلبها في تحقيق مرضات الله كان تعاطفا مرغوبا فيه، فما كان النبي ﷺ يغضبُ لنفسه، وما كان ينتصرُ لها، بل كان غَضْبَهُ لله، وحينما تُتَهَكُّ حُرْمَاتُهُ. وأما الغضب على أمور الدنيوي فمنهي عنه لما فيه من مخاطر فقدان السيطرة على النفس وإلغاء العقل، فكثيرا ما يندم الانسان على تصرفاته التي تصدر عنه أثناء الغضب، ولقد جاء في كتاب الله وسنة نبيه ﷺ النهي عن هذا النوع من الغضب ومنها، أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ ﷺ: "أَوْصِنِي، قَالَ: لَا تَغْضَبُ. فَرَدَّدَ مِرَارًا، قَالَ: لَا تَغْضَبُ". (1) والمعنى النهي عن الغضب لأمر الدنيا.

فصل الانفعالات الجسدية النفسية

والجسد يتفاعل مع النفس وعواطفها وما يدور في صدر الانسان من مختلف الحالات النفسية بصورة تلقائية بالانفعال المناسب فتتغير حرارة الجسم وسرعة ضربات القلب ويتغير لون الجلد وسرعة التنفس و أما أعمال الجوارح فهي لا تتعدى أمر القلب وتنتظر حكمه. فالانفعال هو استجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على الادراك للموقف الخارجي أو الداخلي، وتشمل تغيرات وجدانية مركبة وتغيرات فيزيولوجية تشمل الأجهزة العضلية والدموية والغدية والحشوية. (2)

1 صحيح البخاري

2 سيكولوجيا الامراض النفسية الجسمية ص 61

فصل مركز الحالات النفسية

صدر الإنسان هو مركز تفاعل العناصر المتداخلة في حالاته النفسية؛ فهو موضع وسوسة النفس والشيطان، والصدر هو موضع القلب ومستقره. وبذلك فإن كل ما يدور داخل الإنسان من هواجس وأفكار ومشاعر وأحاسيس ونوايا وتصديق وتكذيب تجتمع في صدر الإنسان، قال تعالى: ﴿إِنَّ رَبَّكَ لَيَعْلَمُ مَا تُكِنُّ صُدُورُهُمْ وَمَا يُعْلِنُونَ﴾ [النمل:74]. فصدر الإنسان أشبه بقصرٍ ملكي، يتربّع فيه القلب على عرشه للفصل والقضاء. تُعرض عليه مطالب الدوافع بأنواعها، والوساوس بأصنافها، وتجتمع لديه المعلومات التي تنقلها الحواس من خارج المملكة، وترتفع الأصوات في حضرته، ويعلو ضجيجها بقدر قوة الدافع وأهمية مطلبه. وهناك، تترافع النفس وتدافع، وتُزَيِّن وتَسْوِل، وتتعاطف مع هذا الدافع أو ذاك، ولا يفتأ الشيطان يُوسوس، محرصاً النفس بما فيها من فجور، ساعياً لإفساد ميزان العقل في قلب الإنسان.

والفرق واضح بين ما يدور في النفس من حديث وخواطر، وما يستقرّ في القلب من وظائف وجدانية وعقلية وعملية، قال تعالى: ﴿لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفَوْهُ يُحَاسِبِكُمْ بِهِ اللَّهُ ۗ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [البقرة:284] "أن الله-تبارك وتعالى -يحاسب العباد على نياتهم وما تكسبه قلوبهم سواء أخفوه أم أظهروه. وقد بين المحققون من العلماء أن هذه المحاسبة إنما تكون على ما يعزم عليه الإنسان وينويه ويصر على فعله، سواء أنفذ ما اعتزم عليه أم حالت دونه حوائل خارجة عن إرادته: كمن عزم على السرقة واتخذ الوسائل لذلك ولكن لم يستطع التنفيذ لأسباب لم يتمكن معها من السرقة التي أصر عليها. أما الخواطر النفسية التي تجول في النفس، وتعرض للإنسان دون أن يعزم على تنفيذها، فإنها ليست موضع مؤاخذة، بل إن التغلب عليها، وكفها بعد مكافحتها يجعله أهلاً للثواب. ففي الصحيحين عن أبي هريرة قال: قال رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: قال الله-تبارك وتعالى :- إذا هم عبدي بسيئة فلا تكتبوها عليه فإن عملها فآكتبوها سيئة، وإذا هم بحسنة فلم يعملها فآكتبوها حسنة، فإن عملها فآكتبوها

عشرا. وروى الجماعة في كتبهم عن أبي هريرة قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم إن الله تجاوز لي عن أمتي ما وسوست به صدورها ما لم تعمل أو تتكلم. قال الفخر الرازي: الخواطر الحاصلة في القلب على قسمين: فمنها ما يوطن الإنسان نفسه عليه ويعزم على إدخاله في الوجود، ومنها ما لا يكون كذلك، بل تكون أمورا خاطرة بالبال مع أن الإنسان يكرها ولكنه لا يمكنه دفعها عن النفس. فالقسم الأول يكون مؤاخذا به⁽¹⁾، وقال تعالى: **﴿قُلْ إِنَّ الْأَمْرَ كُلَّهُ لِلَّهِ يُخْفُونَ فِي أَنْفُسِهِمْ مَا لَا يُبْدُونَ لَكَ يَقُولُونَ لَوْ كَانَ لَنَا مِنَ الْأَمْرِ شَيْءٌ مَّا قَتَلْنَا هَاهُنَا﴾** [آل عمران:154] " يخفون " يعني المنافقين " في أنفسهم ما لا يبشرون لك " ثم بين الأمر الذي يخفونه، فقال: " يقولون لو كان لنا من الأمر شيء " أي: لو كان لنا في هذه الواقعة رأي ومشورة " ما قتلنا هاهنا " وهذا إنكار منهم وتكذيب بقدر الله، وتسفيه منهم لرأي رسول الله صلى الله عليه وسلم، ورأي أصحابه، وتزكية منهم لأنفسهم⁽²⁾.
وأما القلوب فلا يوسوس بل تستقر فيه حقيق النية والقصد من العمل، قال تعالى: **﴿لَا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ وَلَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا كَسَبْتُمْ قُلُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ حَلِيمٌ﴾** [البقرة:225] وإنما المؤاخذة على ما قصده القلب⁽³⁾. أي عزمتم وقصدتم إلى اليمين وكسب القلب العقد والنية⁽⁴⁾. وقال تعالى: **﴿وَلْيَعْلَمَ الَّذِينَ نَافَقُوا وَقِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا قَاتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ ادْفَعُوا قَالُوا لَوْ نَعْلَمُ قِتَالًا لَاتَّبَعْنَاكُمْ هُمْ لِلْكَفْرِ بِوَمَنذِ أَقْرَبُ مِنْهُمْ لِلْإِيمَانِ يَقُولُونَ بِأَفْوَاهِهِمْ مَا لَيْسَ فِي قُلُوبِهِمْ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا يَكْتُمُونَ﴾** [آل عمران:167] وهذه خاصة المنافقين، يظهرون بكلامهم وفعالهم ما يبتنون ضده في قلوبهم وسرائرهم⁽⁵⁾. وقال

1 تفسير الوسيط

2 تفسير السعدي

3 تفسير السعدي

4 تفسير البغوي

5 تفسير السعدي

تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِمَنْ فِي أَيْدِيكُمْ مِنَ الْأَسْرَىٰ إِنَّ يَعْلَمَ اللَّهُ فِي قُلُوبِكُمْ خَيْرًا يُؤْتِكُمْ خَيْرًا مِّمَّا أُخِذَ مِنْكُمْ وَيَغْفِرَ لَكُمْ ۗ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾ [الانفال: 70] يعلم ما في قلوبكم من إيماننا وتصديقنا ، يخلف لكم خيرا مما أخذ منكم (1) وقال تعالى: ﴿ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا ﴾ [سورة النساء: 63] أي: من النفاق والقصد السيئ. (2)

فالصدر يحتوي خواطر النفس وما تكنه القلوب من أعمال، قال تعالى: ﴿ ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُم مِّن بَعْدِ الْغَمِّ أَمَنَةً نُّعَاسًا يَغْشَىٰ طَائِفَةً مِّنْكُمْ ۖ وَطَائِفَةٌ قَدْ أَهَمَّتْهُمْ أَنفُسُهُمْ يَظُنُّونَ بِاللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ ظَنَّ الْجَاهِلِيَّةِ ۖ يَقُولُونَ هَل لَّنَا مِنَ الْأَمْرِ مِن شَيْءٍ ۗ قُلْ إِنَّ الْأَمْرَ كُلَّهُ لِلَّهِ ۗ يُخْفُونَ فِي أَنفُسِهِم مَّا لَا يُبْدُونَ لَكَ ۖ يَقُولُونَ لَوْ كَان لَنَا مِنَ الْأَمْرِ شَيْءٌ مَّا قُتِلْنَا هَاهُنَا ۗ قُل لَّو كُنْتُمْ فِي بُيُوتِكُمْ لَبَرَزَ الَّذِينَ كُتِبَ عَلَيْهِمُ الْقَتْلُ إِلَىٰ مَضَاجِعِهِمْ ۗ وَلِيَبْتَلِيَ اللَّهُ مَا فِي صُدُورِكُمْ وَلِيُمَحَّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ ۗ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴾ [آل عمران: 154] وقوله تعالى: ﴿ الَّذِي يُوسِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴾ [الناس: 5] بالكلام الخفي الذي يصل مفهومه إلى القلب من غير سماع (3)

فصل تأثير الدوافع على القلب

إن الدوافع تتزاحم على قلب الانسان لتحريك الجوارح لتزويدها بمطالبها تحركت النفس بالدعم والتعاطف لتحصيل سعادتها، وكلما كان في القلب قوة، كان أقدر على كبح تلك الدوافع وتلجيمها، ولا يثقله تزاحمها عليه في اصدار ردود الأفعال السليمة والمتوازنة في الجوارح. فإذا سيطرت الدوافع الجسدية على القلب واستحكمت فيه ، أصيب القلب بمرض الشهوات وسيطرت شهواته على سلوكه وردود أفعاله وأصبح صاحبه أقرب الى البهائم الذين تحركهم دوافعهم الجسدية لقلة عقولهم، قال تعالى : ﴿ أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ ۗ إِنَّ هُمْ إِلَّا

1 تفسير ابن كثير

2 تفسير السعدي

3 تفسير البغوي

كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا ﴿44﴾ [الانعام:44] فالبهائم لا يمكنها كبح دافع الطعام اذا جاعت حتى تشبع، ولا يمكنها كبح دافع الشهوة في موسم التزاوج حتى تقضي وطرها. ولذلك شبه الكفار بالانعام لضعف قلوبهم عن رد تلك الدوافع وكبحها فكأنهم لا عقول لهم. وأما إذا سيطرت على القلب الدوافع النفسية، الفطرية والمكتسبة، أصيب القلب بمرض الشبهات وسيطر الهوى والظن على عقله.

فصل الصراع بين النفس والعقل

فالنفس تتعامل مع الجسد بميزان السعادة والشقاء، فما كان فيه سعادة للجسد وراحته فهي ترغب فيه العقل لتحصيله، وما كان فيه شقاء الجسد وعناؤه تسعى النفس لتغيير القلب منه وتزهده في طلبه، وشقاء الجسد بحرمانه من تلبية حاجاته ودوافعه. ولكن العقل يتعامل بميزان المصلحة والمفسدة، فما كان فيه مصلحة حرك لها الجسد لطلبها وما كان فيه مفسدة تجنبها. والعقل في حكم القلب وقبضته، فلا تتغلب النفس على العقل إلا بموافقة القلب، ولا يسقيها من ظمئها الا بمراده، ويرخي لها زمام جماحها بميزانه، وإذا كان ميزان النفس السعادة والشقاء فإن ميزان القلب الحب والكراهة.

فالقلب ملك الجسد المتصرف، يتصرف في الحواس فيوجهها لمعرفة محبوبه ويحرك الجوارح لتحصيله ويصرفها عن التطلع لما يكرهه ويغضه. فلا تنال النفس مرادها الا بموافقة القلب فإن أحب ما تطلبه وأراده، قبل مطلبها فأمر في تحقيق مبتغاها في الجوارح، وان كره مطلبها رده عليها، واسنفر الجسد وألزمه الصبر على عنادها، فالقلب عاقل لهذه النفس ولحاجاتها آخذ بزمامها متحكم في أهوائها، ولذلك كان صلاح العبد بصلاح قلبه أو فساده وهو مفتاح تركيتها.

الباب الثالث: طرق الشيطان في اثاره الحالات النفسية واستغلالها للتأثير على سلوك المصاب

تفاعل العوالم الأخرى مع الانسان وتأثيراتهم النفسية والسلوكية

فصل تعريف الملائكة

إن الملائكة خَلِقُ مِنْ خَلْقِ اللَّهِ تَعَالَى، خَلَقَهُمُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ مِنْ نُورٍ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " **خُلِقَتِ الْمَلَائِكَةُ مِنْ نُورٍ، وَخُلِقَ الْجَانُّ مِنْ مَارِجٍ مِنْ نَارٍ، وَخُلِقَ آدَمُ مِمَّا وُصِفَ لَكُمْ.**" (1) وهم عِبَادٌ مُكْرَمُونَ، لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ، قَالَ تَعَالَى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ﴾ [التحریم:6]، وهم خلق لهم أجنحة، قَالَ تَعَالَى: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ فَاطِرِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ جَاعِلِ الْمَلَائِكَةِ رُسُلًا أُولِي أَجْنِحَةٍ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبَاعَ ۚ يَزِيدُ فِي الْخَلْقِ مَا يَشَاءُ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيُّ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [فاطر:1] وهم مخلوقات لا يراه الانسان عادة ولكن قد تظهر بصورة البشر أحيانا كما ورد في سنة المصطفى وكما قال الله تعالى: ﴿وَلَوْ جَعَلْنَاهُ مَلَكًا جَعَلْنَاهُ رَجُلًا وَلَلَبَسْنَا عَلَيْهِم مَّا يَلْبَسُونَ﴾ [الانعام:9] ويتمتعون بقدرات خارقة ويختص بعضهم بمهام خاصة، فمنهم الموكل بحمل العرش ومنهم من وكل بنقل الوحي من الله تعالى إلى الأنبياء والرسل ومنهم من وكل بالجبال ومنهم من وكل بالسحاب ومنهم من وكل بالنفخ في الصور ومنهم من وكل بجهنم ولا يعلم عددهم إلا الله سبحانه.

فصل تفاعل الملائكة مع الانسان

إن العلاقة بين الملائكة والإنسان علاقة قديمة منذ خلق الله آدم عليه السلام واستمرت مع ذريته، فلا يخلق الله انسان الا ووكل به ملك وهو في بطن أمه، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه: أن رسول الله ﷺ قال: **وَكَلَّ اللَّهُ بِالرَّحِمِ مَلَكًا، فَيَقُولُ: أَيُّ رَبِّ نُطْفَةٍ، أَيُّ رَبِّ عَلَقَةٍ، أَيُّ رَبِّ**

مُضْعَةً، فَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ أَنْ يَقْضِيَ خَلْقَهَا، قَالَ: أَيُّ رَبِّ، أَذْكَرُ أَمْ أُنْثَى، أَشَقِيٌّ أَمْ سَعِيدٌ، فَمَا الرِّزْقُ، فَمَا الأَجَلُ، فَيُكْتَبُ كَذَلِكَ فِي بَطْنِ أُمِّهِ. (1)

ومن رعاية الله لعباده أن وكل بالإنسان ملائكة يحفظونه من بين يديه ومن خلفه ويكتبون أعماله، قال تعالى: ﴿لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ﴾ [الرعد: 11] قال ابن كثير: وفي الحديث الصحيح: "يتعاقبون فيكم ملائكة بالليل وملائكة بالنهار، ويجتمعون في صلاة الصبح وصلاة العصر، فيصعد الذين باتوا فيكم فيسألهم - سبحانه - وهو أعلم بهم: كيف تركتم عبادي؟ فيقولون: أتيناهم وهم يصلون، وتركناهم وهم يصلون". وفي الحديث الآخر: "إن معكم من لا يفارقكم إلا عند الخلاء وعند الجماع، فاستحيوهم وأكرموهم. أي: فاستحيوا منهم وأكرموهم بالتستر وغيره. وقال عكرمة عن ابن عباس: "يحفظونه من أمر الله، قال ملائكة يحفظونه من بين يديه ومن خلفه، فإذا جاء قدر الله خلوا عنه". وقال مجاهد: ما من عبد إلا له ملك موكل، يحفظه في نومه ويقظته من الجن والإنس والهوام، فما منها شيء يأتيه يريد به إلا قال الملك: وراءك إلا شيء يأذن الله فيه فيصيبه. (2) وقال تعالى: ﴿إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِّيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ﴾ [ق: 17] وقوله: عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ بيان ليقظة الملكين وحرصهما على تسجيل كل ما يصدر عن الإنسان. وقَعِيدٌ بمعنى المقاعد، أي الملازم للإنسان، كالجليس بمعنى المجالس. والمعنى: عن يمين الإنسان ملك ملازم له لكتابة الحسنات، وعن الشمال كذلك ملك آخر ملازم له لكتابة السيئات. (3)

وأما نوع علاقة الملائكة بالإنسان فمبنية على الايمان والكفر، فللملائكة دور في تثبيت المؤمنين في الحياة الدنيا، قال تعالى: ﴿إِذْ يُوحِي رَبُّكَ إِلَى الْمَلَائِكَةِ أَنِّي مَعَكُمْ فَثَبَّتُوا الَّذِينَ آمَنُوا سَأَلْتَنِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ فَأَضْرِبُوا فَوْقَ الأَعْنَاقِ وَاضْرِبُوا مِنْهُمْ كُلَّ بَنَانٍ﴾ [الانفال: 12]

1 رواه البخاري

2 تفسير ابن كثير

3 تفسير الوسيط

فالملائكة مصدر طمأنينة للمؤمنين، لا يُرجى منهم إلا الخير ويستبشرون بقدمهم، قال تعالى: ﴿إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُمْ بِالْفِ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُرْدِفِينَ﴾ ﴿وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ ۚ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ [الانفال: 9 و10] والملائكة هم مصدر إلهام المؤمن بالإيمان وأعمال البر والخير وطاعة الله تعالى، فقد قال رسول الله ﷺ: "إن للشيطان للمة بآدم، وللملك للمة، فأما لمة الشيطان فيإعاد بالشر وتكذيب بالحق، وأما لمة الملك فيإعاد بالخير وتصديق بالحق. فمن وجد ذلك فليعلم أنه من الله، فليحمد الله، ومن وجد الأخرى فليتعوذ من الشيطان. ثم قرأ: الشيطان يعدكم الفقر ويأمركم بالفحشاء والله يعدكم مغفرة منه وفضلاً الآية. (1) والملائكة تربطهم بالمؤمنين علاقة رحمة ومحبة، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُسَبِّحُونَ بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَيُؤْمِنُونَ بِهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَّحْمَةً وَعِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِينَ تَابُوا وَاتَّبَعُوا سَبِيلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ﴾ [غافر: 7] وقال رسول الله ﷺ: "إن الله إذا أحب عبداً دعا جبريلَ فقال: إني أحب فلاناً فأحبه، قال: فيحبه جبريل، ثم ينادي في السماء فيقول: إن الله يحب فلاناً فأحبه، فيحبه أهل السماء، قال ثم يوضع له القبول في الأرض، وإذا أبغض عبداً دعا جبريلَ فيقول: إني أبغض فلاناً فأبغضه، قال فيبغضه جبريل، ثم ينادي في أهل السماء إن الله يبغض فلاناً فأبغضوه، قال: فيبغضونه، ثم توضع له البغضاء في الأرض". (2) والمراد بأهل السماء الملائكة.

وللإنسان ملائكة لا يفارقونه، يكتبون أعماله كلها، ويعلمون ما في قلبه، ويطلعون على ما توسوس به نفسه، قال تعالى: ﴿إِذْ يَتَلَقَّى الْمُتَلَقِيَانِ عَنِ الْيَمِينِ وَعَنِ الشِّمَالِ قَعِيدٌ﴾ [ق: 17] عن يمين الإنسان ملك ملازم له لكتابة الحسنات، وعن الشمال كذلك ملك آخر ملازم له

1 أخرجه الترمذي

2 أخرجه الشيخان

لكتابة السيئات.(1) قال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله: **وَكَذَلِكَ قَوْلُهُ: ﴿وَنَعْلَمُ مَا تُوسَّوْسُ بِهِ نَفْسُهُ﴾ فَإِنَّهُ سُبْحَانَهُ يَعْلَمُ ذَلِكَ وَمَلَائِكَتُهُ يَعْلَمُونَ ذَلِكَ كَمَا ثَبَتَ فِي "الصَّحِيحَيْنِ" عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: "إِذَا هَمَّ الْعَبْدُ بِحَسَنَةٍ كُتِبَتْ لَهُ حَسَنَةٌ فَإِنْ عَمِلَهَا كُتِبَتْ لَهُ عَشْرُ حَسَنَاتٍ. وَإِذَا هَمَّ بِسَيِّئَةٍ لَمْ تُكْتَبْ عَلَيْهِ فَإِنْ عَمِلَهَا كُتِبَتْ عَلَيْهِ سَيِّئَةٌ وَاحِدَةٌ وَإِنْ تَرَكَهَا لِلَّهِ كُتِبَتْ حَسَنَةٌ".** فَاَلْمَلِكُ يَعْلَمُ مَا يَهُمُّ بِهِ الْعَبْدُ مِنْ حَسَنَةٍ وَسَيِّئَةٍ وَلَيْسَ ذَلِكَ مِنْ عِلْمِهِمْ بِالْغَيْبِ الَّذِي أُخْتِصَّ اللَّهُ بِهِ.(2)

وتختم حياة الانسان بانتزاع ملك الموت الروح من الجسد، قال تعالى: **﴿قُلْ يَتَوَفَّاكُم مَّلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ﴾** [السجدة:11] فأما المؤمن فتبشره الملائكة بالخير والجنة، قال تعالى: **﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ﴾** [فصلت:30] وأما الكافر فتخوفهم الملائكة وتعذبهم عند الموت، قال تعالى: **﴿وَلَوْ تَرَىٰ إِذْ يَتَوَفَّى الَّذِينَ كَفَرُوا الْمَلَائِكَةُ يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَذْبَارَهُمْ وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ﴾** [الأنفال:50]

فصل تعريف الجن والشياطين

إن الجنَّ خلقٌ من خلقِ الله تعالى، خلقهم الله عزَّ وجلَّ من نار، قال تعالى: **﴿وَخَلَقَ الْجَانَّ مِنْ مَّارِجٍ مِّنْ نَّارٍ﴾** [الرحمن:15] ولقد خلقوا قبل الانس، قال تعالى: **﴿وَالْجَانَّ خَلَقْنَاهُ مِنْ قَبْلُ مِنْ نَّارِ السَّمُومِ﴾** [الحجر:27] والجنَّ جمع جِنِّيٍّ، مؤنث جِنِّيَّةٍ، سُمُّوا بذلك لاستتارهم عن أعين النَّاسِ ويشتركون مع الانس في العقل والتكليف والاكل والشرب والتكاثر. وتنقسم الجن الى ثلاثة أصناف كما قال رسول الله ﷺ: **"الْجِنُّ ثَلَاثَةٌ أَصْنَافٍ: صِنْفٌ لَهُمْ أَجْنِحَةٌ يَطِيرُونَ فِي الْهَوَاءِ،**

¹ تفسير الوسيط

² مجموع الفتاوى ج5 ص507 و508

وَصِنْفٌ حَيَاتٌ وَكِلَابٌ، وَصِنْفٌ يَحْلُونَ وَيَطْعَنُونَ" (1) وهذا التقسيم يقتضي وجود اختلاف بينهم وفق معيار محدد، فصنف الجنح من الجن لا يمكن أن يكون من قسم الحيات والكلاب ولا من قسم الذين يقيمون ويرحلون. والشياطين هم الكفرة من الجن، قال تعالى: ﴿وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ﴾ [البقرة:102] وأما إبليس فهو إمام الشياطين وقائدهم، قال تعالى: ﴿وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ كَانَ مِنَ الْجِنِّ فَفَسَقَ عَنْ أَمْرِ رَبِّهِ﴾ [الكهف:50].

فصل تفاعل الجن والشياطين مع الانسان

أول العلاقة بين الجن والانس كانت بين إبليس لعنه الله وآدم عليه السلام، حيث أمر الله تعالى ابليس لسجود لآدم عليه السلام ولكنه امتنع كبرا وهذا أمر عظيم حيث كان الخطاب موجها من الله سبحانه الى ابليس ورغم ذلك استكبر عن طاعة الله فكان جزائه الطرد والابعاد من رحمة الله بعد أن كان من المقربين مع الملائكة، قال تعالى: ﴿قَالَ يَا إِبْلِيسُ مَا مَنَعَكَ أَنْ تَسْجُدَ لِمَا خَلَقْتُ بِإِيْدِيٍّ أَسْتَكْبَرْتَ أَمْ كُنْتَ مِنَ الْعَالِينَ﴾ [ص:75] وقال تعالى: ﴿قَالَ مَا مَنَعَكَ إِلَّا تَسْجُدَ إِذْ أَمَرْتُكَ﴾ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِي مِنْ نَّارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ﴾ [الأعراف:12]

فحسد ابليس آدم وتخذه عدوا له ولذريته لما أكرم الله به آدم عليه السلام، قال تعالى: ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ﴾ [فاطر:6]

وهذا هو الوعد الذي أخذه ابليس على نفسه الى يوم القيامة، قال الله تعالى في حوار ابليس الملعون: ﴿قَالَ رَبِّ فَأَنْظِرْنِي إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ﴾ قَالَ فَإِنَّكَ مِنَ الْمُنْظَرِينَ* إِلَى يَوْمِ الْوَقْتِ الْمَعْلُومِ* قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ [الحجر:36،37،38،39]

1 صححه ابن حبان، والألباني في صحيح الجامع

وانقسمت الجن في الأرض بين المؤمن والكافر المتبع لإبليس، قال تعالى ناقلا قول الجن: ﴿وَأَنَا مِّنَ الصَّاحِقُونَ وَمِنَّا دُونَ ذَلِكَ ۖ كُنَّا طَرَائِقَ قِدَدًا﴾ [الجن: 11] وقال تعالى عن ايمان بعضهم وكفر بعضهم: ﴿وَأَنَا مِّنَ الْمُسْلِمُونَ وَمِنَّا الْقَاسِطُونَ ۖ فَمَنْ أَسْلَمَ فَأُولَئِكَ تَحَرَّوْا رَشَدًا﴾ [الجن: 14] ولما أنزل آدم الى الأرض وانتشرت ذريته أصبحت العلاقة أكثر بين الجن والانس حيث أن الجن سكنوا الأرض قبل الانس.

فأما العلاقة بين الانس والجن بصفة عامة فتمثل في بعض مظاهرها على الاستعانة والعبادة، قال تعالى: ﴿وَيَوْمَ يَحْشُرُهُمْ جَمِيعًا يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ قَدِ اسْتَكْثَرْتُمْ مِّنَ الْإِنْسِ ۗ وَقَالَ أَوْلِيَاؤُهُمْ مِّنَ الْإِنْسِ رَبَّنَا اسْتَمْتَعَ بَعْضُنَا بِبَعْضٍ وَبَلَّغْنَا أَجَلَنَا الَّذِي أَجَلْتَ لَنَا ۗ قَالَ النَّارُ مَثْوَاكُمْ خَالِدِينَ فِيهَا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ ۗ إِنَّ رَبَّكَ حَكِيمٌ عَلِيمٌ﴾ [الانعام: 128] وقال تعالى: ﴿وَأَنَّهُ كَانَ رِجَالٌ مِّنَ الْإِنْسِ يَعُوذُونَ بِرِجَالٍ مِّنَ الْجِنِّ فَزَادُوهُمْ رَهَقًا﴾ [الجن: 6] وقال تعالى: ﴿قَالُوا سُبْحَانَكَ أَنْتَ وَلِيِّنَا مِّن دُونِهِمْ ۗ بَلْ كَانُوا يَعْبُدُونَ الْجِنَّ ۗ أَكْثَرُهُمْ بِهِمْ مُؤْمِنُونَ﴾ [سبأ: 41]

وأما العلاقة بين الإنس والشياطين، فهي قائمة على عداوة ظاهرة ودائمة إلى قيام الساعة؛ ذلك أن كبيرهم إبليس، صاحب الدعوة إلى العداة لآدم وذريته، قد أقسم أن يضلّ منهم من استطاع، ليثبت أن هذا المخلوق الجديد من طين ليس خيراً منه في طاعة الله، ولا أهلاً للتكريم الله له. ولهذا يعمل إبليس وجنوده من الشياطين جاهدين على أن يكون بنو آدم عصاة، كفّاراً، جاحدين لفضل الله وتكريمه عليهم، قال تعالى عن توعده إبليس لبني آدم: ﴿قَالَ أَرَأَيْتَكَ هَذَا الَّذِي كَرَّمْتَ عَلَيَّ لَئِنِ أَخَّرْتَنِي إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ لَأُحْتَنِكَنَّ ذُرِّيَّتَهُ إِلَّا قَلِيلًا﴾ [الاسراء: 62] وقال: ﴿قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لأَعُوْبَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ﴾ [ص: 82] وقال: ﴿ثُمَّ لَآتِيَنَّهُمْ مِّن بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ ۗ وَلَا تَجِدُ أَكْثَرَهُمْ شَاكِرِينَ﴾ [الأعراف: 17].

ولقد تجلت عداوة إبليس والشياطين في عدة أحاديث نبوية فمنها ما جاء في قول رسول الله ﷺ: " ما من بني آدم مولود إلا يمسه الشيطان حين يولد، فيستهل صارخاً من مسّ الشيطان،

غير مريم وابنها". (1) وقال ﷺ: " إِنَّ إبليسَ يَضَعُ عَرشَهُ عَلَى المَاءِ، ثُمَّ يَبْعَثُ سَرَايَاهُ، فَأَذْنَاهُمْ مِنْهُ مَنزِلَةٌ أَعْظَمُهُمْ فِتْنَةً، يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فيَقُولُ: فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، فيَقُولُ: مَا صَنَعْتَ شَيْئًا، قَالَ ثُمَّ يَجِيءُ أَحَدَهُمْ فيَقُولُ: مَا تَرَكْتُهُ حَتَّى فَرَقْتُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ امْرَأَتِهِ، قَالَ: فيُذْنِيهِ مِنْهُ وَيَقُولُ: نَعَمْ أَنْتَ " (2)

ولكل انسان قرينه من الشياطين، فعن عائشة أم المؤمنين: " أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَرَجَ مِنْ عِنْدِهَا لَيْلًا، قَالَتْ: فَعَرْتُ عَلَيْهِ، فَجَاءَ فَرَأَى مَا أَصْنَعُ، فَقَالَ: مَا لِكَ يَا عَائِشَةُ؟ أَغْرَتِ؟ فَقُلْتُ: وَمَا لِي لَا يَغَارُ مِثْلِي عَلَى مِثْلِكَ؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَقَدْ جَاءَكَ شَيْطَانُكَ؟ قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَوْ مَعِيَ شَيْطَانٌ؟ قَالَ: نَعَمْ. قُلْتُ: وَمَعَ كُلِّ إِنْسَانٍ؟ قَالَ: نَعَمْ، قُلْتُ: وَمَعَكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: نَعَمْ، وَلَكِنْ رَبِّي أَعَانَنِي عَلَيْهِ حَتَّى أَسْلَمَ". (3)

والشيطان يحرص أن يكون شريكا للإنسان في أكله وشربه ومسكنه وأمواله وحتى في ولده، قال تعالى: ﴿وَاسْتَفْزِرُ مَنِ اسْتَطَعْتَ مِنْهُمْ بِصَوْتِكَ وَأَجْلِبْ عَلَيْهِم بِخَيْلِكَ وَرَجِلِكَ وَشَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ وَعَدْهُمْ ۗ وَمَا يَعْهَدُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا﴾ [الاسراء:64] وقال ﷺ: " إِنَّ الشَّيْطَانَ يَحْضُرُ أَحَدَكُمْ عِنْدَ كُلِّ شَيْءٍ مِنْ شَأْنِهِ، حَتَّى يَحْضُرَهُ عِنْدَ طَعَامِهِ، فَإِذَا سَقَطَتْ مِنْ أَحَدِكُمُ اللَّقْمَةُ، فَلْيَمِطْ مَا كَانَ بَهَا مِنْ أَدَى، ثُمَّ لِيَأْكُلْهَا، وَلَا يَدْعُهَا لِلشَّيْطَانِ". (4)

إلا أن فئة من بني آدم قبلوا أن يكونوا أولياء للشيطان وأن يكونوا من حزبه، قال تعالى: ﴿وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ كَانَ مِنَ الْجِنِّ فَفَسَقَ عَنْ أَمْرِ رَبِّهِ ۗ فَفَتَنَّاكَ وَذُرِّيَّتَهُ أُولِيَاءَ مِنْ دُونِي وَهُمْ لَكُمْ عَدُوٌّ ۗ بئسَ لِلظَّالِمِينَ بَدَلًا﴾ [الكهف:50]، قال

1 صحيح البخاري

2 صحيح مسلم

3 صحيح مسلم

4 صحيح مسلم

تعالى عن دعوة إبراهيم عليه السلام لأبيه: ﴿يَا أَبَتِ لَا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيًّا﴾ * يَا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِّنَ الرَّحْمَنِ فَتَكُونَ لِلشَّيْطَانِ وَلِيًّا ﴿[مریم:45]

وقد اتخذت هذه العلاقة بين الإنس والشياطين صورًا شتى من التعاون، تمثلت في التسخير والتناصر على الباطل والكفر، والتعاون على الإثم والعدوان على بني آدم، ولا سيما إيذاء المؤمنين وإغوائهم بالباطل وصداهم عن سبيل الله، وقال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُورًا ۗ وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ مَا فَعَلُوهُ ۗ فَذَرْهُمْ وَمَا يَفْتَرُونَ﴾ [الانعام:112] وقال تعالى: ﴿وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَانَ ۗ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَىٰ الْمَلَائِكَةِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ ۗ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّىٰ يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ ۗ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ ۗ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ ۗ وَلَقَدْ عَلَّمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَقٍ ۗ وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنفُسَهُمْ ۗ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ﴾ [البقرة:102] وقال تعالى: ﴿وَإِذْ ذُكِّرَ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ﴾ ﴿[ص:41]

وأما من اتبع من بني آدم ما أنزل الله من الهدى، كان من الناجين من كيد الشيطان وشركه، إذ لا سلطان له عليه ولا نصير. غير أنه قد يُصيبه شيء من الأذى، ليجعله الله برحمته سببًا لتثبته على الطريق، ورفعًا لدرجته، ومحوًا لسيئاته، قال تعالى: ﴿إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ﴾ [الحجر:42] وقال تعالى: ﴿قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا ۗ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۗ فَأَمَّا يَا تَيْنُكُم مِّنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾ ﴿[طه:123]

فالمهتدون الى الصراط المستقيم تجدهم شاكرين الله على فضله وتكريمه غير جاحدين فضله عليهم، طالبين الهداية من الله ومستعيزين به من كيد الشيطان، ولقد تضمنت سورة الفاتحة كل هذه المعاني الجليلة فكانت أعظم سورة في القرآن تبدأ بالحمد والتمجيد ثم طلب الهداية من الله وحده والاستعاذة به من الضلالة فكانت أنفع رقية من كيد الشيطان، إذ قال النبي ﷺ لابي سعيد بن المعلّى رضي الله عنه: "لَأُعَلِّمَنَّكَ سُورَةً هِيَ أَعْظَمُ سُورَةٍ فِي الْقُرْآنِ؟ قَالَ: (الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ

العالمين) هي السَّبْعُ المَثَانِي، والقُرْآنُ العَظِيمُ الذي أُوتِيَتْهُ. " (1) وقال رسول الله ﷺ لأصحابه الذين اتخذوا من سورة الفاتح رقية: " وما يُدْرِيكَ أَنَّهُا رُقِيَةٌ؟ ثُمَّ قَالَ: قَدْ أَصَبْتُمْ، اقْسِمُوا، وَاضْرِبُوا لِي مَعَكُمْ سَهْمًا " (2).

1 صحيح البخاري

2 رواه البخاري

استراتيجية الشيطان في أحداث الاضطرابات النفسية عند المصاب

فصل استغلال طريقة التواصل

جعل الله تعالى للشيطان وسيلةً للتواصل مع بني آدم، ليلبغ دعوته ويستفترهم ويتقاطع معهم في الأفكار ويمنيهم يواعدهم؛ فكانت وسيلته الأساسية والعامّة هي الوسوسة وأما الإيحاء فهو وسيلته خاص مع أوليائه. قال تعالى: ﴿فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى﴾ [طه:120] وقال تعالى: ﴿فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوَآتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَن تَكُونَا مَلَكَتَيْنِ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ﴾ [الأعراف:20] فوسوسة الشيطان للإنسان هي حديثه بقول خفي يتكلم به الشيطان في صدر الانسان، تصل من خلاله الفكرة إلى ذهن الانسان فيدركها ويفهم معناها، وتؤثر هذه الأفكار في الإنسان نفسياً وسلوكياً، وتدفعه إلى التفاعل معها بما يوافقها أو يناقضها. وقد يدور في نفس الإنسان حوار داخلي مع تلك الوسوس، فيتبادل مع الشيطان الجدل بالأفكار، قال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُورًا ۗ وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ مَا فَعَلُوهُ ۗ فَذَرْهُمْ وَمَا يَفْتَرُونَ﴾ [الانعام:112] فلو لمن يكن هناك طريقة للتواصل الفكري لما تمكن الشيطان من نشر دعوته، وقد روي عن ابن عباس أنه قال: الشيطان جاثم على قلب ابن آدم؛ فإذا ذكر الله خنس وإذا غفل وسوس. وهكذا يستطيع الساحر أو الكاهن معرفة بعض الأمور التي يفكر فيها الانسان عن طريق تسخير الجن ليقوم بسؤله وهو لا يشعر بذلك، وبذلك استدلل النبي ﷺ على كذب ابن صياد اليهودي الذي ادعى النبوة، فقال رسول الله ﷺ: **إني قد خبأت لك خبيئةً وخبأً له "يَوْمَ تَأْتِي السَّمَاءُ بِدُخَانٍ مُّبِينٍ" قال ابن صياد: هو الدُّخ.** (1) وليس هذا من علم الغيب الذي استأثر به الله سبحانه وتعالى.

¹ صحيح أبي داود

ويصعب على الانسان أن يميز بين وسواس النفس ووسواس الشيطان، فقد جاء في صحيح البخاري أن صفة أم المؤمنين جاءت رسول الله ﷺ تزوره وهو مُعْتَكِفٌ في المسجد، في العَشْرِ الأَوَاخِرِ مِنْ رَمَضَانَ، ثُمَّ قَامَتْ تَنْقَلِبُ، فَقَامَ مَعَهَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ، حَتَّى إِذَا بَلَغَ قَرِيبًا مِنْ بَابِ الْمَسْجِدِ عِنْدَ بَابِ أُمِّ سَلَمَةَ زَوْجِ النَّبِيِّ ﷺ، مَرَّ بِهِمَا رَجُلَانِ مِنَ الْأَنْصَارِ، فَسَلَّمَا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، ثُمَّ نَفَذَا، فَقَالَ لهما رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: **"عَلَى رِسْلِكُمَا، قَالَا: سُبْحَانَ اللَّهِ يَا رَسُولَ اللَّهِ! وَكَبَّرَ عَلَيْهِمَا ذَلِكَ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: إِنَّ الشَّيْطَانَ يَبْلُغُ مِنَ الْإِنْسَانِ مَبْلَغَ الدَّمِ، وَإِنِّي خَشِيتُ أَنْ يَقْدِفَ فِي قُلُوبِكُمَا شَيْئًا"**. (1) ولخفاء وسوسة الشيطان يظنّ الانسان أنه يتحدث مع نفسه، فرما يحاول إقناعها بغير ما تذهب اليه من الأفكار ولكنه قد يعجز ويتعجب من إصرارها على الموضوع، ذلك أنه في الحقيقة يحدث شيطان الذي يجدد الدعوة مرارا وتكرارا. فالمصاب بالمس يلاحظ تغيرا من ناحية الكمية الكبيرة من الوسواس والمسترسلة، ويلاحظ تغيرا من ناحية المواضيع الوسواس الجديدة التي لم يعهدها من نفسه من قبل، فقد جاء رجلٌ إلى النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فقال: **"يا رسولَ اللهِ إِنَّ أَحَدَنَا يَجِدُ فِي نَفْسِهِ، يَعْرِضُ بِالشَّيْءِ، لِأَن يَكُونَ حَمْمَةً أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ، فَقَالَ: اللهُ أَكْبَرُ، اللهُ أَكْبَرُ، اللهُ أَكْبَرُ، الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي رَدَّ كَيْدَهُ إِلَى الْوَسْوَسَةِ"**. (2) ويتعرّض المصاب بالمس لتسلط الأفكار القهرية من الشيطان في موضوعات محدّدة والتي تكون إما مرتبطة بدعوته العامة إلى الكفر بالله والمعاصي والصدّ عن الايمان والطاعات، أو مرتبطة بدعوة خاصة متعلّقة بنوع الإصابة التي تسلط بها على المصاب أو مرتبطة بما يخدم بقاءه وسلامته داخل الجسد. ومن خلال هذا الوسواس يشغل الشيطان فكر المصاب، ويشتت تركيزه، ويضعف قدرته العقلية ويستنزف طاقاته الذهنية، فينعكس ذلك سلبيًا على تحصيله المعرفي والعملي؛ ومع مرور الوقت، ينعكس هذا الضغط النفسي على سلوك المصاب، فيقع في فخّ الإحباط وتحقير الذات.

1 صحيح البخاري

2 صحيح أبي داود

وقد يتم تواصل الشيطان مع الانسان بالإيحاء، والوحي: الإشارة والكتابة والرّسالة والإلهام والكلام الخفي وكل ما ألقته إلى غيرك. (1) إلا أن هذه الطريقة في التواصل خاصة بين شيطان الجن وشيطان الانس، قال تعالى: ﴿وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا لَمْ يُذْكَرِ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَإِنَّهُ لَفِسْقٌ وَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لِيُوحُونَ إِلَىٰ أَوْلِيَائِهِمْ لِيُجَادِلُوكُمْ وَإِنْ أَطَعْتُمُوهُمْ إِنَّكُمْ لَمُشْرِكُونَ﴾ [الانعام:121] وروي عن عبد الله بن الزبير أنه قيل له: إن المختار (2) يقول: يوحى إلي، فقال: صدق، إن الشياطين ليوحون إلى أوليائهم. (3) وقال تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَىٰ بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُورًا ۗ وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ مَا فَعَلُوهُ ۗ فَذَرْهُمْ وَمَا يَفْتَرُونَ﴾ [الانعام:112] قال قتادة ومجاهد والحسن: إن من الإنس شياطين كما أن من الجن شياطين، والشيطان: العاتي المتمرد من كل شيء. قالوا: إن الشيطان إذا أعياه المؤمن وعجز من إغوائه ذهب إلى متمرد من الإنس، وهو شيطان الإنس، فأغراه بالمؤمن ليفتنه. يدل عليه ما روي عن أبي ذر قال: قال لي رسول الله ﷺ: "هل تعوذت بالله من شياطين الجن والإنس"؟ فقلت: يا رسول الله وهل للإنس من شياطين؟ قال: "نعم، هم شر من شياطين الجن". (4)

فالإيحاء يتطلب انسجاما وقبول قلبي لما يلقيه شيطان الجن الى شيطان الانس بخلاف الوسوسة التي قد تكون مجرد دعوة.

1 لسان العرب

2 المختار بن أبي عبيد الثقفي، ادعى أنه يوحى إليه.

3 تفسير القرطبي

4 تفسير البغوي

فصل استهداف النفس

يدخل الشيطان إلى الإنسان من جهة النفس، إذ يدرك أن النفس بطبيعتها تميل إلى طلب السعادة، ويعلم من صفاتها ما يجعلها حليفاً مؤيداً لدعوته في الخروج على سلطان العقل. ومن خلال وسوسته المستمرة وحواراته الخفية مع المصاب، يراقب الشيطان ما تميل إليه النفس وما تضعف أمامه، فيتعرف على مواطن ضعفها وجوانب قصورها، ثم يستغل تلك الثغرات لتوجيه سلوك الإنسان والمصاب بصفة خاصة، يقول ابن القيم في كتابه إغاثة اللهفان: " إِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مِنْ ابْنِ آدَمَ مَجْرَى الدَّمِّ حَتَّى يَصَادِفَ نَفْسَهُ وَيَخَالِطُهُ"⁽¹⁾، ويسأله عما تحبه وتؤثره، فإذا عرفه استعان بها على العبد، ودخل عليه من هذا الباب، وكذلك علم اخوانه وأوليائه، من الانس إذا أرادوا أغراضهم الفاسدة من بعضهم بعضاً أن يدخلوا عليهم من الباب الذي يحبونه ويهوون، فإنه باب لا يخذل عن حاجته من دخل منه، ومن رام الدخول من غيره فالباب عليه مسدود، وهو عن طريق مقصده مسدود.⁽²⁾

فيحرض النفس من جهة شرورها، ويمنيها ويعدها بالسعادة من خلال تحقيق بعض الدوافع الجسدية أو النفسية، ويستغل في ذلك كل فرصة في توظيف البواعث الخارجية، فتتحرك النفس ويقوى تعاطفها لتلبية تلك الدوافع وكسر قيود العقل عنها، قال تعالى: ﴿فَوَسَّوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبْلَى﴾ [طه:120] ويعمل الشيطان على إخراج المصاب بالمس عن توازنه الطبيعي في تلبية حاجات دوافعه النفسية والجسدية، فيقوم إما بتعطيل تلك الدوافع بشكل كلي أو بشكل جزئي، ومن ذلك سحر تعطيل الزواج أو الدراسة. أو يقوم الشيطان بإثارة الدوافع بشكل مبالغ فيه، فيزيد من حساسيتها للبواعث الخارجية ويرتفع سقف إشباعها، من ذلك حالات الإصابة بسحر العطف أو سحر الفاحشة. وهذه التغيرات

1 والمقصود أن الشيطان يبتك بالنفس ويختبرها ليتعرف عليها

2 عالم الجن والشياطين ص78

النفسية الجديدة التي يشعر بها المصاب بالمس بعد حدوث الإصابة، تمثل أحد الاعراض التي تساعد على تشخيص نوع الإصابة.

فصل استهداف الجسد

الإيذاء البدني الذي يصيب المصاب بالمس يؤثر على حالته النفسية وأدائه الذهني والبدني وقيامه بأعمال اليومية ويؤثر على علاقاته مع الآخرين، فالإيذاء الجسدي يكون وسيلة ضغط وتعذيب للمصاب حتى تضعف إرادته ومقاومته للشيطان فيستسلم لمطالبه وينقاد الى أهدافه. فقد تظهر على المصاب أوجاع في كامل الجسم أو أمراض ليس لها أسباب عضوية، قال تعالى: ﴿وَأَذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ﴾ [ص:41] ولقد جاء في الخبر أن رسول الله ﷺ قال: "فناء أمتي بالطعن والطاعون، قالوا يا رسول الله هذا الطعن قد عرفناه فما الطاعون، قال وخز إخوانكم من الجن وفي كل شهادة".⁽¹⁾ وهذا يدل على إمكانية تأذي المصاب جسديا بفعل المس فتضعف قدراته البدنية وتثقل حركته ويتبدل نشاطه فينعكس سلبا على حالته النفسية، فالأوجاع المستمرة تضعف درجة احتمالته وصبره وتزيد توره فيكثر غضبه ويكثر خطؤه ويشتد ندمه. وعن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: "العين تُدخِلُ الرجلَ القبر، وتُدخِلُ الجمَلَ القِدر" ⁽²⁾ فإذا كانت العين يمكن أن تصيب الرجل فتقتله فهذا يدل على وجود سبب مادي جسدي للموت، إما من أمراض تؤدي الى الموت أو تعطل في أحد وظائف الجسد الأساسية للحياة مما تسبب موته. فمن أعراض العين كثرة الشكوى من بعض الأمراض والتي عجز الطب عن معرفة كنه ماهيتها والوصول الى علاجها، مثاله: إصابة العضو المحسود أو المعيون وتعطله، أو لحوق الضرر به عند القيام بالفعل وممارسته الذي حُسد عليه، أو أصابته العين، كرجل جميل الخطّ بارع في رسمه، حُسد وأصابته العين على جماله، فإنه حين يشرع في الخطّ سرعان ما تثقل يده، ويتألم بصورة عجيبة، لا يقدر على مقاومتها، فيتترك

1 صحيح الجامع

2 حسنه الألباني في صحيح الجامع

الخط، وربما تركه بالكلية، ونفر منه.⁽¹⁾ فإنّ أعراض العين في الغالب تكون كمرض من الامراض العضوية الا أنّها لا تستجيب الى علاج الأطباء.⁽²⁾

فصل استهداف الدوافع الجسدية

قد يتسلط الشيطان على المصاب بالمس بإثارة بعض دوافعه الجسدية أو تعطيلها. فيثير الشيطان تلك الدوافع التي لا يملك المصاب الوسيلة لتلبية احتياجاته منها، قصد تأجيج الصراع الداخلي ضدّ الثوابت الدينية والأخلاقية التي يعبر عنه بالدوافع النفسانية المكتسبة. فيعميق الإحساس بالحرمان والشعور بالقهر، وينتج عن هذا تصادم وصراع داخلي يؤدي الى حالات نفسية شديدة وانفعالات جسدية مبالغ فيها فتنعكس سلبا على مزاج الشخص وسلوكه والمعاملات البشرية. فيثير فيه الشهوة الطعام ليمنعه من الصيام أو يثير فيه دافع النوم والراحة ليمنعه من الانتباه أو يثير فيه دافع الشهوة ليدفعه الى الوقوع في المعاصي والفاحشة، قال تعالى: ﴿الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ [البقرة:268] قال تعالى: ﴿إِنَّمَا يَأْمُرُكُم بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ وَأَن تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة:169] وقال رسول الله ﷺ: " إِنَّ الرُّقَى وَالتَّمَائِمَ وَالتَّوَلَةَ شِرْكٌ".⁽³⁾ والتَّوَلَةُ؛ وهي نوعٌ من السِّحْرِ، وقيل: هي ما يُحِبُّ المرأةُ إلى زوجها، ومن أعراض هذا السحر الشغف والمحبة الزائدتين، والرغبة الشديدة في كثرة الجماع.⁽⁴⁾

ومن خلال إثارة دافع الراحة والنعاس، يشعر المريض بالتعب ورغبة شديدة الى النوم ويشعر بثقل في الاجفان يصعب مقاومته في أوقات يحتاج فيها الى الانتباه، وتظهر هذه الحالات عند اجتماع

1 كتاب الرقية الشرعية من الكتاب والسنة ص210

2 كتاب حقيقة الإصابة الروحية ص27

3 صحيح أبي داود

4 الصارم البتار في التصدي للسحرة الأشرار ص149

الناس أو في المدرسة أو في السيارة أو في العمل أو في خطبة الجمعة، يضعف انتباهه وتركيزه في تلك الفترة فيضعف فهمه واستفادته وادائه، وقد يسبب له إحراج ومشقة، فقد رُوِيَ أن النبي ﷺ في إحدى أسفاره وكل بلالا أن يوقظهم للصلاة. فرقد بلال ورددوا. حتى استيقظوا وقد طلعت عليهم الشمس قال ﷺ: " **إِنَّ الشَّيْطَانَ أَتَى بِلَالًا وَهُوَ قَائِمٌ يَصَلِّي فَأَضْجَعُهُ فَلَمْ يَزَلْ يَهْدُهُ كَمَا يَهْدُ الصَّبِيَّ حَتَّى نَامَ**". (1)

وقد يتسلط الشيطان على المصاب بتعطيل دوافعه الجسدية، كما هو الحال في سحر الربط حيث يعطل الشيطان دافع الشهوة عند الزوج أو الزوجة فلا يجد القدرة الجسدية لتلك العلاقة، قال تعالى: ﴿ **فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ** ﴾ [البقرة:169] وقد يمنع الشيطان المصاب من تلبية دوافعه الطبيعية للراحة والنوم، فيضعف بذلك قدراته الجسدية والذهنية. فيصيبه بالأرق، ويجرمه لذة النوم رغم كثرة محاولاته، أو يتسلط عليه من خلال الأحلام المزعجة والكوابيس التي تلاحقه في نومه، حتى لا يتمكن جسده من أخذ حاجته من الراحة التي تعينه على نشاطه اليومي. ومع مرور الوقت، ينعكس هذا الحرمان على جهازه العصبي والهضمي، ويؤثر في أدائه البدني، كما يترك أثرًا مباشرًا على نفسيته، فيضعف ثقته بنفسه ويهزّ تقديره لذاته.

فصل استهداف الدوافع النفسية

قد يتسلط الشيطان على المصاب بالمس بإثارة بعض دوافعه النفسية أو تعطيلها. ومن الدوافع النفسية تقدير الذات أو الانتماء أو الأمان أو التملك، فيعمل الشيطان في بعض أنواع السحر الى استهداف دوافع التملك الى استهداف الأموال والأولاد، كسحر تعطيل الرزق أو الدراسة أو سحر الارحام وإسقاط الأجنة. وقد يسعى في بعض أنواع السحر الى التفريق بين الاسرة وبين الأبناء وأبائهم بالتشتت والعقوق واثار العداوة والبغضاء بينهم، قال تعالى: ﴿ **قَالَ يَا بُنَيَّ لَا تَقْصُصْ رُؤْيَاكَ عَلَىٰ إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ** ﴾

1 أخرج مالك والبيهقي في دلائل النبوة

[يوسف:5] ومن الاسحار ما يتسلط ا فيه الشيطان على الأبناء لتعذيب الإباء، كسحر تعطيل الدراسة وسحر تعطيل الزواج، أو كسحر الربط حيث يعطل الشيطان دافع الشهوة النفسية فلا ترى النفس سعادتها في تلك العلاقة فلا يجد الزوج أو الزوجة الرغبة لها فيتعطل الانفعال الطبيعي الجسدي، وذلك من خلال ما يخيل إلى الرجل أو المرأة من سوء منظر الآخر، أو سوء خلق أو نحو ذلك من الأسباب المقتضية للبغض والفرقة.

ومن دوافع النفسية التي يستهدفها الشيطان دافع التملك رغم قوة هذا الدافع عند الانسان، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: **" لا تقوم الساعة حتى يحسِرَ الفُراتُ عن جَبَلٍ من ذهبٍ. يَقْتَلُ النَّاسُ عليه، فيقتلُ من كُلِّ مائةٍ تسعةً وتسعون، ويقولُ كُلُّ رَجُلٍ منهم: لَعَلِّي أكونُ أنا الذي أنجو."** (1) فالشيطان يسعى في بعض أنواع الإصابات بالمس إلى تعطيل تحصيل هذا الدافع كما هو الحال في سحر تعطيل الرزق، وذلك بإخماد تلك الدوافع الفطرية فيشعر المصاب بعدم رغبة في تحصيل الرزق والنفور من العمل، أو التخلص منه بإتلافه بيده أو بسبب ما يجده في نفسه من دعوة إلى الاسراف في الانفاق منه قصد اتلافه وتضييعه أو بإصابة الممتلكات بالتلف بسبب العين والحسد بأسباب خارجة عن ارادة المصاب.

ومن شرور النفس التي يحرص الشيطان على اثارها في المصاب هي دافع الحسد، قال تعالى: ﴿ **وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنفُسِهِمْ** ﴾ [البقرة:109] وفي رقية جبريل للنبي ﷺ: **" بسم الله أرقيك، من كل شيء يؤذيك، من شر كل نفس، أو عين حاسد، الله يشفيك"** يقول ابن القيم: ومعلوم أن عينه لا تؤثر بمجردا، إذا لو نظر إليه نظر لاه ساه عنه، كما ينظر إلى الأرض والجبل وغيره، لم يؤثر فيه شيئا، وإنما إذا نظر إليه نظر من قد تكيفت نفسه الحبثة وانسمت (2)، واحتدت فصارت نفسا غضبية خبيثة حاسدة أثرت بها تلك النظرة فأثرت في المحسود تأثيرا بحسب صفة ضعفه، وقوة نفس

1 رواه مسلم

2 أي أصبحت مسمومة

الحاسد. فرما أعطبه وأهلكه، بمنزلة من فوق (1) سهما نحو رجل عريان فأصاب منه مقتلا. وربما صرعه وأمراضه. والتجارب عند الخاصة والعامة بهذا أكثر من أن تذكر. (2)

فصل استهداف الانفعالات الجسدية النفسية

قلنا إن الانفعالات الجسدية النفسية هي استجابات جسدية للحالة النفسية، وإن تسلط الشيطان على المصاب من خلال استثارة انفعالاته الجسدية النفسية يهدف إلى إيهامه بحالات نفسية كاذبة، أو إلى تعميق الحالات النفسية البسيطة وتضخيمها. وقد يتعرض المصاب الى هذا النوع من الأذى في أوقات أو أماكن أو مع أشخاص محددة. فكثيراً ما يشعر المصاب بتغيّر مفاجئ في حالته النفسية دون مبررٍ عقلي واضح؛ فقد يتناهبه الغضب أو التوتر أو الخوف أو الحزن بلا سبب ظاهر. وقد تسبق تلك الانفعالات الجسدية وسوسة الشيطان بالموضوع الذي يتناسب مع الحالة التي يريد أن يدفع المصاب إليها. فقد يشعر المصاب في سحر التفريق بالغضب والتوتر عند دخوله إلى البيت، ولأن هذه المشاعر غير مبررة، فهي في الغالب ناتجة عن استثارة الانفعالات الجسدية التي تجعل المصاب أكثر استعداداً لحالة نفسية تُسهّم في تضخيم الخلافات، وتدفعه إلى سلوك يتسم بحدّة وعدوانية.

فاستثارة الانفعالات الجسدية النفسية لحالة التوتر، تجعل المصاب يشعر بضيق الصدر أو بضيق التنفس والاختناق أو الألم في الصدر كأن فوق صدره جبل يطبق عليه، ليتمكن الشيطان من منعه من بعض اختياراته ودفع الى التراجع عن قراراته محاولاً بذلك التأثير على سلوكه، قال الله تعالى على تأثير ضيق الصدر وانشراحه في سلوك الانسان وخياراته: ﴿فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ ۗ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ ۗ كَذَلِكَ

1 أي صوب

2 مصباح التفاسير القرآنية الجامع لتفسير ابن قيم الجوزية الكتاب أبو إبراهيم / عبد الرحمن القماش ج 4 ص 419

يَجْعَلُ اللَّهُ الرَّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ ﴿ [الانعام:125] فالانشراح الصدر يبعث الانسان على التقدم والمواصلة وضيق الصدر يصد الانسان عن الاستمرار ويدفعه الى التوقف والرجوع. فالشيطان يستثير في الجسد الانفعالات الموافقة للحالة النفسية التي يسعى لإيقاع المصاب فيها، فإذا صدق المصاب تلك التفاعلات الجسدية المصطنعة، تحوّلت الحالة النفسية الموهومة إلى حالة حقيقية، فيتفاعل معها الجسد مجدداً بما يعززها ويعمّق أثرها. كما يحاول الشيطان استغلال كل حالة نفسية سلبية يمرّ بها المصاب، فيضخّم انفعالاتها الجسدية الطبيعية ويزيد من حدّتها ليطيل أمدّها ويضعف أثرها. وأمّا إذا كذّب المصاب تلك الحالة الموهومة وأنكرها بقلبه، واعتصم بالله وتوكل عليه واستعان بما يثبته من الذكر والادعية والاستعاذة بالله، فإن تلك الحالة المكذوبة لا تلبث أن تنحسر، وسرعان ما يبطل كيد الشيطان ويتبدّد مكره، ومن ذلك ما رواه البخاري في صحيحه عن سليمان بن الرصد قال: **"كُنْتُ جَالِسًا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ وَرَجُلَانِ يَسْتَبَانِ، فَأَحَدُهُمَا أَحْمَرٌ وَجْهُهُ، وَانْتَفَخَتْ أُوْدَاجُهُ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: إِنِّي لِأَعْلَمُ كَلِمَةً لَوْ قَالَهَا ذَهَبَ عَنْهُ مَا يَجِدُ، لَوْ قَالَ: أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ، ذَهَبَ عَنْهُ مَا يَجِدُ"**. (1) فاحمرار الوجه وانتفاخ الاوداج هي انفعالات جسدية نفسية لحالة الغضب، فدل الحديث على ما يستعان به من الاستعاذة بالله من الشيطان للتخلص من تأثيراته الانفعالية.

فصل استهداف العلاقات الاجتماعية

يسعى الشيطان للتأثير على العلاقات الاجتماعية للمصاب بالمس وافشالها وخاصة العائلية واطباق حالة من العزلة والتفريق بينه وبين محيطه، قال تعالى: **﴿فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَرَوْجِهِ﴾** [البقرة:102] وقد يستعين على ذلك بشركائه من الجن والانس وذلك بافتعال المشاكل وتضخيمها، قال تعالى: **﴿وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا﴾** [الاسراء:53] فيشعر المصاب بأن

الآخرين يتسلطون عليه ويستضعفونه، أو الانتقاص منه ويؤذونه بالتعدي عليه أو توجيه النقد اللاذع إليه، أو تعمّد الإساءة له دون مبرر. ويستعين الشيطان لافتنال المشاكل للمصاب من خلال أعدائه وحساده وحتى بالفواسق من الحيوانات لإلحاق الضرر به، ففي سنن أبي داوود عن عبد الله بن عباس: **"جاءت فأرة، فأخذت تجرّ الفتيّلة، فجاءت بها فألقتهَا بين يدي رسولِ الله ﷺ على الخُمرة التي كان قاعدًا عليها، فأحرقَت منها مثلَ موضعِ درهم، فقال: إذا فتمت فاطفئوا سُرَجكم؛ فإنّ الشيطانَ يدُلُّ مثلَ هذهِ على هذا فتُحرقكم"**.⁽¹⁾ فيشعر المريض بسوء الحظ وكثرة المصائب التي تلاحقه في مختلف شؤون حياته، فتغدو علاقاته الاجتماعية مصدرا للمتاعب والقلق ولهذا نراه يميل إلى الابتعاد عن الناس ويفضّل العزلة. وحتى من يريد مساعدة المصاب قد يتأخر في تقديم المساعدة بسبب الشيطان، قال تعالى: **﴿وَقَالَ لِلَّذِي ظَنَّ أَنَّهُ نَاجٍ مِّنْهُمَا اذْكُرْنِي عِنْدَ رَبِّكَ فَأَنسَاهُ الشَّيْطَانُ ذِكْرَ رَبِّهِ فَلَبِثَ فِي السِّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ﴾** [يوسف:42] فيشعر المريض بتغير معاملة أقرب الناس له وبرودة تعاطفهم وقلة مبادرتهم في مساعدته وعدم تفهم ظروفه وحاجاته.

تلك الظروف التي تحيط بالمصاب تجعله يشعر بالإحباط واليأس فينطوي على نفسه ويفضل العزلة مع احساسه بالقهر، فالشيطان يتعرض له فيما كان يتميز به على أقرانه وحقق فيه رغبات حساده وشمت فيه أعدائه، وصدده عن التمتع بحياته وفرق بينه وبين أهله وأحبابه والزوجة وأولاده، وصعب عليه طلب العلم وعسر عليه جلب الأموال والارزاق وأحبط له كل المحاولات وحطم له كل الأمنيات وسود له مستقبل الحياة.

اسباب الاضطرابات النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني

فصل استنزاف الطاقة الذهنية

بشكل عام، فإن العجز الناتج عن الأمراض التي تصيب الجهاز العصبي والدماغ يؤدي إلى تداعيات نفسية نظرا لشعور المريض بعدم قدرته على أداء الأنشطة الذهنية البسيطة التي كان يمارسها سابقًا. كذلك فإن انخفاض الكفاءة الذهنية وضعف الذاكرة، الناتجين عن تسلط الشيطان على المصاب، يترتب عليهما آثار نفسية وسلوكية. فالشيطان يجتهد، من خلال الإكثار من الوسواس، في تشتيت تركيز المصاب ومنعه من تثبيت المعلومات وتخزينها بطريقة سليمة، أو إشغاله بمواضيع جانبية تُنسيه أمورًا أخرى أكثر أهمية، قال تعالى: ﴿وَإِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ ۗ وَإِمَّا يُنسِينِكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرِى مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ﴾ [الانعام: 68] وقال تعالى: ﴿قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنسَانِيهِ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ ۗ وَاتَّخَذَ سَبِيلَهُ فِي الْبَحْرِ عَجَبًا﴾ [الكهف: 63] وقد يشعل تفكير المصاب بالمهم لينسى الأهم، فقد يذكره ببعض ما نسيه ولكن ليشغله عن الأهم كعند الصلاة، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ الشَّيْطَانُ، وَلَهُ ضُرَاطٌ، حَتَّى لَا يَسْمَعَ التَّأذِينَ، فَإِذَا قَضَى النِّدَاءَ أَقْبَلَ، حَتَّى إِذَا ثُوبَ بِالصَّلَاةِ أَدْبَرَ، حَتَّى إِذَا قَضَى التَّثَوُّبَ أَقْبَلَ، حَتَّى يَخْطِرَ بَيْنَ الْمَرْءِ وَنَفْسِهِ، يَقُولُ: اذْكُرْ كَذَا، اذْكُرْ كَذَا، لِمَا لَمْ يَكُنْ يَذْكُرُ حَتَّى يَظَلَّ الرَّجُلُ لَا يَدْرِي كَمْ صَلَّى". (1)

إن من أعراض الإصابة بالمس صعوبة تذكر الأشياء البسيطة بصفة متكررة، وهذا يزيد من توتر المصاب عند التعامل مع الناس وقد تحصل منهم بعض ردود الأفعال التي تؤثر على علاقاته الشخصية، أو قد يصعب عليه تذكر بعض التفاصيل أو المواقف التي صدرت منه أو التي يحتاجها

في حياته اليومية، وبذلك يثقل الشيطان المصاب بالإجهاد الذهني فتهتز ثقته بنفسه وتضعف إرادته وعزمته للعمل والنشاط، قال تعالى في تأثير النسيان على عزيمة الانسان: ﴿وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِنْ قَبْلِ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا﴾ [طه:115]

فصل التسلط القهري

يتسلط الشيطان على المصاب بالمس بوسائل شتى، فيسعى للتأثير على قراراته وتوجيه سلوكه بمختلف الطرق والأساليب. وقد يدفعه إلى القيام بتصرفات قهرية من خلال كثرة الوسوسة، حتى يشعر المصاب كأن إرادته مسلوبة، فيُقدم على أفعال لا يملك من أمر نفسه فيها شيئاً، وكأنّ قوّة خفيّة تدفعه دفعاً نحوها دون اختياره، قال تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَا أَرْسَلْنَا الشَّيْطَانَ عَلَىٰ الْكُفْرِينَ تَوَزُّؤُهُمْ أَرْأَىٰ﴾ [مريم:83] وتَوَزُّؤُهُمْ تحركهم تحريكاً قويا. وتهزهم هذا شديداً، وتعرضهم على ارتكاب المعاصي والموبقات حتى يقعوا فيها. يقال: أز فلان الشيء يئزه ويؤزه. بكسر الهمزة وضمها أزا، إذا حركه بشدة، وأز فلان فلانا، إذا أغراه وهيجه وحثه على فعل شيء معين. (1)

ألا أن الشيطان سريعا ما ينقلب على المصاب، بعد اختياره لسلوكا معين، بالتأنيب الشديد الذي يسبب له التردد ويزعزع ثقته بنفسه في معاملاته المستقبلية، قال تعالى: ﴿كَمَثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلإِنْسَانِ اكْفُرْ فَلَمَّا كَفَرَ قَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنْكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ﴾ [الحشر:16] وقال تعالى: ﴿لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي ۗ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلإِنْسَانِ خَذُولًا﴾ [الفرقان:29] وكان الشيطان دائما وأبدا خذولا للإنسان. أي: صارفا إياه عن الحق، محرضا له على الباطل، فإذا ما احتاج الإنسان إليه خذله وتركه وفر عنه وهو يقول: إني بريء منك. يقال: خذل فلان فلانا، إذا ترك نصرته بعد أن وعده بها (2)، يقول ابن الجوزي: كم خطر

1 تفسير الوسيط

2 تفسير الوسيط

على قلب يهودي أو نصراني حب الإسلام، فلا يزال الشيطان يثبته، ويقول: لا تعجل وتمهل في النظر، فيسوفه حتى يموت على كفره. (1)

وبهذا التناقض الذي يمر به المصاب في معاملاته بين الاقدام تارة والادبار أخرى ثم الندم بعد كل قرار، يجعله شخصية مذبذبة في تفكيرها، قليلة الثقة بنفسها، مترددة في كثير من الأحيان، كثيرة الشكوك، بطيئة التفاعل، قليلة العمل، ولا يستطيع اختيار قراراته بثقة ومواجهة المتطلبات.

فصل افتعال الحالات النفسية

يعمل الشيطان على اثاره حالات نفسية مكذوبة أو مبالغ فيها من التوتر أو الغضب أو الخوف...، مما يساعده على إضعاف سيطرة المريض على مشاعره وردود افعاله فيسهل على الشيطان التحكم فيه وتوجيه سلوكه لتحقيق غايات ترتبط بنوع الإصابة. وقد يتعرض المصاب الى حالات نفسية شديدة في أوقات محددة من اليوم كأوقات شروق الشمس وغروبها وقد تصيبه حالات من الفزع في ساعات متأخرة من الليل، وقد ترتبط الحالات النفسية المفتعلة ببعض الأشخاص كالزوجة أو الأبناء أو الشريك في التجارة والاصدقاء، أو ببعض الأماكن كالبيت أو العمل أو السيارة أو المسجد. فحالة الخوف مثلا تدفع المصاب الى القلق والاضطراب في التفكير وهذا يجعله يشعر بالخطر وانعدام الأمان، فإذا كان وحده استوحش وبحث عن مؤنس وإذا كان في مكان تركه وخرج منه. وأما حالة الاكتئاب فقد تدفعه الى الانتحار.

قال تعالى: ﴿إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُوا إِن كُنتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ [آل عمران:175] والمعنى: أنه يقذف في قلوبكم الخوف من أوليائه، وهذا يدل على إمكانية الشيطان افتعال حالات نفسية مثل الخوف، كما قال تعالى: ﴿إِنَّمَا النَّجْوَى مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ [المجادلة:10] قال رسول الله ﷺ: "إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ"

فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ⁽¹⁾ وعن أبي ذر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: " **إِنْ** العين لتؤلع بالرجل بإذن الله، حتى يصعد حالقاً فيتردى منه".⁽²⁾ فإن العين تصيب الرجل، فتؤثر فيه، حتى إنه ليصعد مكاناً مرتفعاً، ثم يسقط من أعلاه من أثر العين وهذا قد يكون بسبب الضيق النفسي الذي يشعر به المصاب ما يدفعه الى الانتحار والله أعلم.

فصل العقد الشيطانية

العُقْدَةُ بالضم موضع العقد.⁽³⁾ والعَقْدُ: اتفاقٌ بين طرفين يلتزم بمقتضاه كلٌّ منهما تنفيذ ما اتفقا عليه، كعَقْدِ البَيْعِ والزَّوْاجِ.⁽⁴⁾ والعقد الشيطانية على جسد الانسان تلعب دورا تقييد نشاط العضو المعقود عليه، ولقد عبر موسى عليه السلام عن ثقل لسانه وتقييد حركته بالعقدة التي تحول بينه وبين افصاحه في الكلام، قال تعالى: ﴿وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّن لِّسَانِي﴾ [طه: 27] وكان في لسانه ثقل لا يكاد يفهم عنه الكلام، كما قال المفسرون.⁽⁵⁾

يختار الشيطان أماكن العقد في الجسد حسب وظيفة الأعضاء التي يريد تعطيل نشاطها وتقييد حركتها، ولهذا العقد تأثير مباشر على الحالة الجسدية والنفسية، يرافقها التعب البدني والثقل الحركي وحالات نفسية سلبية، فقد أخرج البخاري ومسلم في الصحيحين من حديث أبي هريرة رضي الله عنه، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: " **يَعْقِدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ يَضْرِبُ كُلَّ عُقْدَةٍ عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ ، فَارْقُدْ فَإِنْ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ ، انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنْ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنْ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ ، وَإِلَّا**

1 رواه أحمد في المسند وأبو داود وضعفه النووي والالباني وحسنه شعيب الأرنؤوط

2 وصححه الألباني في صحيح الجامع

3 معجم مختار الصحاح

4 معجم المعاني الجامع

5 تفسير السعدي

أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانَ ⁽¹⁾. فالهدف من عقد الشيطان تعطيل أعضاء الجسم بشكل كامل أو جزئي وتقييد حركتها ونشاطها، وتسبب تلك العقد آلام لا يمكن تحديد مصدرها ومكانها. وقد تكون العقد التي يعقدها الشيطان في جسد المصاب استجابة لطلب الساحر الذي يعقد عقدا في خيط ويتكلم فيها بكلام ثم ينفث عليها، قال تعالى: ﴿وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ﴾ [الفلق:4] ولذلك من أنفع علاجات السحر حل تلك العهود والعقود التي عقدت بين الشيطان والساحر، فإن كانت مكتوبة محيت وإن كانت معقودة في خيط حلت. وبحل العقد من جسم المصاب يتجدد له نشاطه في تلك الأعضاء ويصحبها راحة نفسية، فقد سحر النبي رجل من اليهود، فاشتكى لذلك أياما، فاتاه جبريل فقال: **"إِنَّ رَجُلًا مِنَ الْيَهُودِ سَحَرَكَ، عَقَدَ لَكَ عُقْدًا فِي بَطْنِكَ كَذَا. فَأَرْسَلَ رَسُولُ اللَّهِ فَاسْتَخْرَجُوهَا، فَجَاءَ بِهَا فَحَلَّهَا، فَقَامَ رَسُولُ اللَّهِ كَأَنَّمَا نَشِطٌ مِنْ عِقَالٍ"** ⁽²⁾.

فصل التسلط على الحواس

قد يؤثر الشيطان على المصادر الحسية للمصاب بالمس وجهازه العصبي، فيرى ما لا يراه غيره أو يسمع ما لا يسمعه غيره أو يجد رائحة لا يشمها غيره، فمن أدنى درجة التشويش كالوخز في العينين أو الطنين في الأذنين إلى المشاهد الخادعة والاصوات الواهمة، قال تعالى: ﴿فَلَمَّا أَلْقَوْا سَحَرُوا أَعْيُنَ النَّاسِ وَاسْتَرْهَبُوهُمْ وَجَاءُوا بِسِحْرٍ عَظِيمٍ﴾ [الأعراف:116] وقال تعالى: ﴿فَإِذَا جَبَّاهُمْ وَعَصِيهِمْ يُخَيِّلُ إِلَيْهِ مِنْ سِحْرِهِمْ أَنَّهُمْ تَسْعَى﴾ [طه:66] فيتخيل للمصاب بالمس أنواعا مختلفة من الخيالات فيظن أنها حقيقة، فيصدقها ويتفاعل معها ويتأثر بها. وهذا يؤثر على إدراك المصاب بالمس لما يدور حوله وفهمه الحقيقة وبالتالي على ردود أفعاله ومعاملاته الاجتماعية.

1 رواه البخاري ومسلم

2 أصله في صحيح النسائي

وهذا التسلط على الحواس يبدو واضحا في حالات الصرع إذ يتعطل توازن المصاب فيسقط أرضا ويفقد سيطرته على جسده لفترة زمنية، وتتعطل حواسه فيفقد المصروع قدرته على البصر أو الكلام أو السمع أو الإحساس بما يحيط به أو قد يفقد بعضها، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لَا يَقُومُونَ إِلَّا كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ﴾ [البقرة:275] لا يقومون من قبورهم يوم القيامة إلا كما يقوم المصروع حال صرعه وتخبط الشيطان له. (1) ولقد جاء في صحيح الجامع أن رسول الله ﷺ كان يستعيد بالله من أن يتخبطه الشيطان عند الموت، ويقول ابن تيمية في وصف حالات الصرع: من شاهدها أفادته علما ضروريا، بأن الناطق على لسان الانس، والمحرك لهذه الاجسام جنس آخر غير الانسان. (2)

فصل التوهّمات والخيالات

إذا وجد الشيطان في نفس المصاب قابلية نفسية أو عقديّة ولائقياده لهوى النفس وشروها وبسبب ما في قلبه من شبهات، قد ينجح في بعض أحيانا في أن يلبس على المصاب بعض الأوهام والخيالات وأحلام اليقظة تخالف الحقيقة في الغالب. يقول ابن تيمية رحمه الله عن بعض هذه الأمور التي يسمونها بالمكاشفات: "فإنه قد علم أن الكفار والمنافقين من المشركين وأهل الكتاب، لهم مكاشفات وتصرفات شيطانية، كالكهان والسحرة وعباد المشركين، وأهل الكتاب". (3) ويقول أيضا: "يوجد كثيرٌ من الكفار والفساق والجهال تطير بهم الجن في الهواء، وتمشي بهم على الماء، وتقطع بهم المسافة البعيدة في المدة القريبة". (4)

1 تفسير ابن كثير

2 عالم الجن والشياطين ص63

3 الفرقان بين أولياء الرحمن وأولياء الشيطان ص51

4 كتاب النبوات لابن تيمية ج2، ص996

فيغتر المصاب بما يزنه له الشيطان، فيظن أنه صاحب كرامات وقدرات خارقة وأن الله أودع فيه طاقة خفية وكشف له عن عالم الغيب يرى من خلاله ما لا يراه غيره. وقد يتهياً للمصاب أنه بهذا المس الشيطاني على مكسب عظيم بحلول سر الاكوان في جسده وأصبحت له طاقة كونية تحميه وتنفعه ويمكنه أن يتصرف فيها ويستعملها في الخير وينفع بها الناس، وتتحول العلاقة بين المصاب والشيطان الى علاقة تواصل وتعاون ومشاركة، كما قال تعالى: ﴿وَيَوْمَ يُحْشَرُهُمْ جَمِيعًا يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ قَدِ اسْتَكْثَرْتُمْ مِنَ الْإِنْسِ وَقَالَ أَوْلِيَاؤُهُمْ مِنَ الْإِنْسِ رَبَّنَا اسْتَمْتَعَ بَعْضُنَا بِبَعْضٍ وَبَلَغْنَا أَجَلَنَا الَّذِي أَجَلْت لَنَا قَالَ النَّارُ مَثْوَاكُمْ خَالِدِينَ فِيهَا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ إِنَّ رَبَّكَ حَكِيمٌ عَلِيمٌ﴾ [الانعام:128]

وقد يتوهم المصاب أنه يتعامل مع الملائكة لا مع الشياطين، وأنه يراهم ويكلمهم فيكون منساقاً لأوامرهم ونواهيهم وبذلك يقع في عبادتهم، قال تعالى: ﴿وَيَوْمَ يُحْشَرُهُمْ جَمِيعًا ثُمَّ يَقُولُ لِلْمَلَائِكَةِ أَهَؤُلَاءِ إِيَّاكُمْ كَانُوا يَعْبُدُونَ* قَالُوا سُبْحَانَكَ أَنْتَ وَلِيِّنَا مِنْ دُونِهِمْ بَلْ كَانُوا يَعْبُدُونَ الْجِنَّ أَكْثَرُهُمْ بِهِمْ مُؤْمِنُونَ﴾ [سبأ:40 و41] إنما كانوا يعبدون في الدنيا الجن أي الشياطين، وكان أكثر هؤلاء المشركين يؤمنون بعبادة الشياطين، ويطيعونهم فيما يأمرهم به، أو ينهونهم عنه. (1) وفي التفاسير: أن حيا يقال لهم بنو مليح من خزاعة كانوا يعبدون الجن، ويزعمون أن الجن تتراءى لهم، وأنهم ملائكة، وأنهم بنات الله ؛ وهو قوله: وجعلوا بينه وبين الجنة نسبا. (2) وتوصف هذه الحالة في الطب الحديث بالذهانيات، حيث يتوهم فيها المريض أموراً لا علاقة لها بالواقع الذي يعيش فيه.

1 تفسير الوسيط

2 تفسير القرطبي

فصل تأثير التغيرات النفسية والجسدية المفاجأة

يقول الدكتور عبد الرحمان عيسوي: أن العوامل المسؤولة عن حدوث المرض النفسي تختلف باختلاف الافراد من حيث كم ونوع المثير الازم لحدوث الانهيار. فالشخص المتزن يختلف ما يلزمه للاضطراب والمرض عن الشخص القلق، المهتز والمتوتر، والمستعد للإصابة بالمرض.⁽¹⁾ إن التغيّر المفاجئ الذي يطرأ على المصاب بعد تعرّضه للمس قد يكون في الغالب نتيجة لاستهداف الشيطان لدوافعه واستثارة انفعالاته، مما يُعمّق إحساسه بالحرمان ويزيد شعوره بالقهر. وينتج عن ذلك صراعٌ داخليٌّ وتصادمٌ نفسيٌّ يؤديان إلى حالاتٍ من الاضطراب الشديد والانفعالات الجسدية المبالغ فيها، فتنعكس سلبيًا على مزاجه وسلوكه العام.

كما أن خروج المصاب عن المألوف، والتغيّرات الطارئة على شخصيته وتقلب مزاجه، ومخالفته لما كان يُعرف عنه من أخلاقٍ ومعاملاتٍ ومشاعر تجاه الآخرين، كلّها مظاهر ناتجة عن استهداف الشيطان لعلاقاته الاجتماعية، مما يُعمّق في نفسه الإحساس بجفاء الأصدقاء والأقارب، ويزيد شعوره بنقص التعاطف العائلي والاجتماعي، حتى يخال له أنّ الجميع يكيدون له، فينطوي على نفسه ويختار العزلة والاستغناء عن الآخرين. كذلك، فإن استحواذ مشاعر اليأس والإحباط على المصاب، وسيطرة النظرة السوداوية للمستقبل عليه، تمنعه من التفكير في التغيير، وتجعله يُضخّم أخطائه وزلاته حتى يُثقل عليه استدراك ما فاتته، فيفقد الأمل في القادم ويستسلم لليأس.

فمن الاعراض المصاب بالمس، التغيّر المفاجئ في الحياة، والشكاية من الالام، لا سيّما التي لا علاج لها طبيًا، كالصداع، وآلام البطن، والقلون، وأسفل الظهر، وكثرة البكاء، والعزلة، والضيق، والهّم، والغمّ، والقلق، والارق، والكوابيس، ومن أبرز هذه الأعراض: التغير المفاجئ من قوة ونشاط الى ضعف وخمول شديد، في نجاح وتفوّق الى احباط وفشل من الاحسان الى الناس، الى الإساءة بالظن بهم، مع إغراق في الوسوسة والسرحان بالخيال البعيد والشك

1 كتاب أمراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الأطفال ص

المفرط بأقرب الناس وهذا كله من فعل الشيطان وأعوانه حتى يقدر على التفرد بالمسحور والسيطرة عليه، نسأل الله السلامة والعافية.(1)

ونظرًا لأن الإصابات الشيطانية غالبًا ما تصاحبها اضطرابات نفسية، فلا بد أن ينعكس ذلك على وظيفة الجهاز الهضمي. إذ تظهر أعراض كقلة الشهية واضطراب الإفرازات الهضمية، مما يؤدي إلى سوء الهضم ومشكلات في القولون، إضافةً إلى اضطراب حموضة المعدة والارتجاع وكثرة الغازات والإمساك. وتؤدي هذه العوامل إلى ضعف كفاءة الجهاز الهضمي في امتصاص العناصر الغذائية الضرورية للجسم، فتبدو على المصاب علامات الهزال والضعف الجسدي والاعياء والامراض المتكررة.

مقارنة الاضطرابات النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني والتوصيف الطبي

فصل تعريف الاعراض

أن الطب النفسي الحديث في تعامله مع المريض لا يميز بين المصاب بالمس الشيطاني وغيره، ولهذا فإن التوصيف الطبي للاضطرابات النفسية يشمل المصاب بالمس وغيره من المرضى. وتصنف الامراض في الطب النفسي حسب مجموعة اعراض، وتعتبر الاعراض علامة على الاضطرابات النفسية. فالأعراض النفسية هي حالات نفسية موجودة في جميع الناس الأصحاء، ولكن تختف عند المريض من ناحية الحدة لا من ناحية النوعية، فالأعراض المرضية هي خروج الحالة النفسية عن السيطرة من ناحية المدة زمنية والتكرار. فالقلق والخوف والاكتئاب أعراض نفسية طبيعية لها أسباب حقيقية عند الشخص السليم، ولكن تتحول الى أعراض مرضية عندما تتجاوز الحد في طول الوقت الزمني أو الحدود المعقول في الأسباب الداعية لها.

فصل الضغط النفسي

"يمكن تعريف الضغط النفسي بأنه حالة استثارة للعقل والجسم كاستجابة لمتطلبات تفرض على الافراد.⁽¹⁾ ويعرفه سلاي (1980) بأنه استجابة الجسم غير المحددة لأي متطلب تكيفي، سواء كان هذا المتطلب بسبب الفرح أو الألم، بينما يعرفه "سلاي ولازاروس" الضغط النفسي بأنه حالة من عدم قدرة الفرد على التكيف مع التهديد المدرك (الحقيقي أو التخيلي) للصحة النفسية والانفعالية والروحية والتي تنتج سلسلة من الاستجابات والتكيفات الفيسيولوجية⁽²⁾."⁽³⁾ "واعراض الضغط تتضمن الانعزال، والتجنب، والابتعاد

Schäfer 1996 P6 1

schafer 1996, seaward 2002 2

3 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص70

عن الأصدقاء والاسرة، وفقدان الشهية والطاقة، والتنفيس الانفعالي الحاد والعدواني، وظهور سلوكيات قهرية مثل الإدمان وتغيير عادات النوم، وتجاهل المسؤوليات، البكاء، والتهيج، وعدم المشاركة في النشاطات العائلية والاجتماعية".⁽¹⁾

الضغط النفسي هو حالة نفسية بسبب تلقي ازعاج أو لتهديدا ، فيستثير ذلك عقله وجسده معًا ولو كان بسيطًا كالضغوط اليومية، أو الأصوات المرتفعة، أو انعدام الرؤية، أو ارتفاع المنبهات الصوتية إلى غيرها من التهديدات التي تُحدث توترًا داخليًا.

ويُعَدّ التغيّر الذي يطرأ على الحالة النفسية والمزاجية للمصاب بعد الإصابة بالمس من أبرز مصادر الضغط النفسي، إذ يُضاف إلى ضغوط الحياة اليومية فيزيدها تعقيدًا. فاستهداف الشيطان للمدارك الحسيّة وتشويشها يُرهق الذهن ويزيد من الجهد العقلي المبذول في معالجة المعلومات، مما يؤدي إلى ضعف القدرة على الانتباه وصعوبات في التعلم وانخفاض مستوى الإنجاز.

كما أن ما يصاحب ذلك من أمراض وآلام جسدية وتقلباتٍ حرارية، يزيد من ثقل الحركة وصعوبة بذل الجهد البدني، فيعجز المصاب عن ممارسة نشاطه الطبيعي، ويضيق صدره ويقلّ صبره، فتصبح استجابته للضغوط اليومية العادية أكثر حِدّة. وقد يُهدّد الشيطان المصاب بحالات من الصرع أمام الناس أو بالمسّاس بمصدر رزقه ومعيشته، مما يُيقّيه في حالة مستمرة من التوتر والضغط النفسي. كما أن استهداف الشيطان في بعض الحالات للعلاقات الاجتماعية، وخاصة الأسرية منها، ومحاولته التفريق بين أفرادها وتمزيق أواصرها، يضاعف من معاناة المصاب النفسية، إذ يُفقد السكّن العاطفي والدعم النفسي الذي يأوي إليه في مواجهة صعوباته وتحدياته.

1 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص97

فصل القلق

"عرفت موسوعة التحليل النفسي القلق بأنه شعور بالخوف والحشية من المستقبل دون وجود مبرر لذلك، وهو خوف مزمن. فالخوف هنا مرادف للقلق، إلا أن الخوف استجابة لخطر محدد بينما القلق استجابة لخطر غير محدد. ويقتصر القلق على المخاوف العصابية طالما أن مصدر الخطر غير معروف للشخص العصابي. أما سبليرجر فيعرف القلق بأنه انفعال غير سار وشعور بعدم الراحة والاستقرار مع الإحساس بالتوتر والخوف اللا مبرر له، واستجابة مفرطة لمواقف لا تشكل خطراً يستجيب لها الفرد بطريقة مبالغ فيها". (1) "يعتبر القلق أكثر حالات العصاب شيوعاً في العصر الحالي. وهو حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد أو خطر فعلي أو رمزي، ويصاحبها خوف غامض، وأعراض نفسية جسمية". (2) "والقلق يكاد يكون مادة مشتركة في كافة أعراض العصاب⁽³⁾ تقريباً، إذ توجد علاقة بين الاستجابة العادية بالخوف وأي موقف خطر خارجي، كما يوجد رد فعل بالقلق لأي خطر داخلي أو نفسي". (4) فالقلق هو خوف ظني غير محدد المصدر يتعلق غالباً بالمستقبل، والانفعالات الجسدية الذي يثار في حالة القلق هي نفسها في حالة الخوف إلا أنها أقل حدة في حالة القلق. فأعراض الجسدية للقلق هو ذلك الإحساس الذي نشعر به قبل اجتياز اختبار أو التحدث أمام جمهور الناس، قال تعالى: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يُكَذِّبُونِ* وَيَضِيقُ صَدْرِي وَلَا يَنْطَلِقُ لِسَانِي فَأَرْسِلْ إِلَيَّ هَارُونَ﴾ [الشعراء:12 و13] أما الأعراض الجسدية للخوف فهو ذلك الإحساس الذي نشعر به عند التعرض إلى أي خطر حقيقي كهجوم من حيوان مفترس. "وتتمثل نوبة

1 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص37

2 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص387

3 العصاب هي امراض مرتبطة بالجهاز العصبي وليس لها سبب عضوي

4 الطب العقلي والنفسي علم الامراض النفسية ص263

القلق⁽¹⁾ في اضطرابات القلب، واضطرابات التنفس، والعرق، والفرع، والاختلاج⁽²⁾، والجوع الشديد، والاستيقاظ في حالة رعب، وكثرة افراز البول، والافرازات المنوية، واختلال الرؤية، والشعور العام بالتعب... فالأعراض الجسمية لعصاب القلق قد تشمل أيا من أجهزة الجسم أو كلها".⁽³⁾

وغالبًا ما يتعرض المصاب بالمس الى حالة من القلق يسَلطها عليه الشيطان، الذي يمثل له عقبة دائمة أمام تحقيق أهدافه ودوافعه، ويتوعده بالفشل في كل التحديّات، ويغرس في نفسه الإحباط في كل المحاولة، فيعيش المصاب وكأنه في حرب لا نهاية لها ومشاكل لا حل لها. فحالة القلق من الاعراض المشتركة بين للمصابين بالمس الشيطاني، وتأتي حالات القلق والاستجابة الجسدية للقلق بعد تواعد الشيطان المصاب بالفشل والاختفاق، فالشيطان يوسوس للمصاب لتشتية أفكاره قبل اتخاذ القرار، ويُشعره بالندم بعد اتخاذه، ويشعره بالعجز عن القيام بها، ويُضخّم له المسؤوليات والتكاليف، ويُكثر من عرض العوائق والصعوبات أمامه. وبهذا يُنهك تفكير المصاب في أتفه الأمور، فيصرف ذهنه تارة إلى تفاصيل الإنجاز وكيفياته، وتارة أخرى إلى العواقب والنتائج وإلى نظرة الناس إليه، فيغمره بالإحباط واليأس.

وقد يتعرض المصاب الى حالة القلق من خلال استثارت الانفعالات الجسدية فقط، دون أن يفكر في موضوع محدد وهذا كثير ما يجعل المصاب في حيرة من أمره، فقد يكون المصاب بين الناس يتبادل الحديث وفجأة تأتيه حالة من الاستجابة الجسدية للقلق، مثل تسارع ضربات قلب، وجفاف الحلق ويتسارع تنفسه، ويضيق صدره دون سبب. وقد تكون الانفعالات الجسدية للقلق عند المصاب ناتجة عن حالة الشيطان بالقلق لأمر غيبية لا يدركها المصاب، كتأثير رائحة البخور عليه، أو عند اشتغال فكر الحاسد بالمحسود فيزيد استقواء الشيطان على المصاب أو دخول

1 أي الانفعالات الجسدية

2 ارتعاش الاطراف

3 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص261

المصاب الى أماكن فيها شياطين كالأسواق، أو وجود أشخاص حول المصاب عندهم مس شيطاني فتفاعل الشياطين لهذه الأمور وغيرها والله أعلم. فقد "لوحظ أن استنشاق ثاني أكسيد الكربون يحدث قلقا وهلعا لدى الأشخاص ذوي القابلية (1) رغم ان الأسباب في ذلك غير معروفة حتى الان، الا أن ثاني أكسيد الكربون يزيد من نشاط خلايا الموضع الأزرق²". (3)

إن القلق يضعف الوظائف العقلية، ويؤثر على تقدير الشخص لذاته وثقته في امكانياته، كما يلعب القلق دورا كبيرا في تعطيل القدرات الجسدية للمصاب بالمس، فيكون وسيلة للشيطان لاستخدامها في تحقيق أهدافه كربط الزوج عن زوجته في حالة سحر الربط أو لتشتيت الجهود الذهني في حالة سحر تعطيل الدراسة وغيرها. "فلقد أفادت الدراسات أيضا أنه يوجد ارتباط موجب بين الدرجات العالية في التحصيل الدراسي والقلق المنخفض، كما يتصف الافراد ذوو القلق المرتفع بالميل الى العزلة والانطواء، بالمقارنة مع الافراد ذوي القلق المنخفض الذين يتميزون بالميل الى الاجتماع والاشترك في الأنشطة المختلفة". (4)

فصل الخوف المرضي أو الخوف

قال تعالى: ﴿وَأَلْقِ عَصَاكَ ۚ فَلَمَّا رآهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَانٌّ وَلَّى مُدْبِرًا وَلَمْ يُعَقِّبْ ۚ يَا مُوسَىٰ لَا تَخَفْ إِنِّي لَا يَخَافُ لَدَيَّ الْمُرْسَلُونَ﴾ [النمل:10] وقال تعالى: ﴿لَوْ أَطَّلَعْتَ عَلَيْهِمْ لَوَلَّيْتَ مِنْهُمْ فِرَارًا وَلَمُلَمِّتَ مِنْهُمْ رُعْبًا﴾ [الكهف:18] "فالخوف هو انفعال يتضمن حالة من حالات التوتر التي تدفع الشخص الخائف الى الهرب من الموقف الذي أدى الى استثارة خوفه حتى يزول التوتر. فالخوف يتضمن حالة من التوجس تدور حول خطر معين له وجود واقعي". (5)

1 لاضطرابات الملح أو الهستيريا بما في ذلك الصرع

2 Locus Cerules (موضع في الدماغ)

3 موسوعة الطب النفسي ص273

4 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص49

5 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص56

"فالخوف يفيد بيولوجيا في شحذ الانتباه لسرعة إدراك الخطر وتداركه. فيطلق الطاقة اللازمة لمجابهة الموقف واتخاذ الاحتياطات المتسمة بالحرص والحذر- مما يكسب الفرد شجاعة الاقدام، والبت في اتخاذ القرار، والقدرة على ضبط النفس".⁽¹⁾

"والجدير ذكره أنّ الفرق بين الخوف والخوف المرضي، هو فرق في درجة الخوف. الخوف المرضي يظهر على شكل خوف مبالغ فيه في مواقف كثيرة من أشياء لا تسبب الخوف لمعظم الافراد في مثل سن الفرد الخائف، أو يظهر خوفا مبالغا فيه من أشياء لا يخاف منها غيره. والمخاوف المرضية تكون عادة مرتبطة بمكان معين أو انسان أو أشياء وتستمر لعدة سنوات عند الشخص. أما المخاوف العادية فهي انفعالات تثيرها المواقف الخطرة أو المندرة بالخطر والتي يصعب على الفرد مواجهتها. فهي حالات يحسها الانسان في حياته العادية حين يخاف مما يخيف فعلا".⁽²⁾ كما تختلف المخاوف المرضية عن القلق بالرغم من أنها شكل من أشكال القلق العصابي. فالقلق خبرة انفعالية مؤلمة وغير محددة المصدر كما يصعب تجنبها، وعندما يحاول تجنبها فهو يزيح هذا القلق أو يسقطه على موضوع آخر خارجي".⁽³⁾

فالخوف أو الخوف المرضي فهو ناتج عن استجابة الجسم لحالة الخوف الحقيقي دون أن يكون هناك سببا مطلقا أو لسبب بسيط لا يتطلب كل تلك الاستثارة الجسدية. ولذلك يعبر عن الخوف بأنه إنذار خاطئ من الجهاز العصبي. وتنتاب المصاب بالمس الشيطاني حالات من الخوف المفاجئ بلا مقدمات ولا أسباب فتدخله في حالة ارتباك، والغاية منها هي هز معنويات المريض وتحطيم نفسيته. وقد تكون استثارة حالات الخوف مرتبطة بمخاوف الشيطان نفسه عند قيام المصاب ببعض الاعمال كالذكر وتلاوة القرآن والاستماع للرقية أو عند القيام بالحجامة، فيلبس الشيطان عليه حالة الخوف ليمنعه من عملها، أو قد يستعمل هذا الأسلوب ليؤثر على

1 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص 279

2 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص 58

3 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص 59

قراراته وتصرفاته حسب نوع الإصابة. وقد ترتبط هذه الحالة من الخوف بمكان أو زمان أو مواقف أو أشخاص، فتظهر أعراض الخوف في حالة المصاب بسحر تعطيل الدراسة عند دخول الامتحانات أو عند المصاب بسحر تعطيل الزواج عند الحديث عن موضوع الزواج.

"ويصاحب نوبات القلق هذه أعراض جسدية في النبض، ومعدل ضربات القلب، والالم حوله، وصعوبة التنفس، والاحساس بالاختناق، الغثيان، والعرق، وبرودة الأطراف، والحاجة الى التبول أو التبرز، ودوران الرأس، وغصة الحلق، واختلاجات الجسم، والضعف المفاجئ، والتجشؤ والصداع ...، وغيرها مما نعرف من آثار شدة الانفعال بالخوف أو الغضب". (1)

وإن استثارة الشيطان الانفعالات الجسدية لحالة الخوف مع تعليقها بمناسبات أو موضوع محدد طريقة يتعلم المصاب بالمس الخوف الحقيقي من بعض المواضيع والأشياء التي لم يكن يخافها من قبل، حيث أن "المخاوف حسب رأي المدرسة السلوكية تنشأ عن طريق التعلم. فالطفل يتعلم الخوف عن طريق الربط بين شعوره بالخوف الشديد في بعض المواقف وبعض الأشياء أو الحيوانات أو الموضوعات ثم ينسى كيف تم هذا الربط. فتعلم الطفل (ألبرت) للخوف حسب ما ذكره (واطسن) والذي لم يكن يخاف من الفئران البيضاء، علمه واطسن الخوف منها بأن قدم له فأراً أبيض وقرع من خلفه قضيبين من حديد فخاف الطفل من الصوت العالي الصادر عنهما. وتكرار العملية ربط الطفل بين الفأر الأبيض والصوت المزعج مما أدى الى تعلم الطفل الخوف من الفأر الأبيض وعمم هذا الخوف حتى أنه أصبح يخاف من كل الحيوانات ذات الفراء الأبيض". (2)

1 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص278

2 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص63

فصل الوسواس القهري

"أهم ما يميز هذا الاضطراب تكرار الوسواس أو الأفكار المزعجة المتسلطة على ذهن المريض، وتكون شديدة لدرجة تسبب له الازعاج والقلق، إما باستهلاك الوقت أو تتداخل مع نشاط الشخص المعتاد أو أدائه لوظيفة المهنية أو نشاطه الاجتماعية المعتادة أو علاقاته مع الآخرين، ولا يستطيع الشخص التخلص منها". (1) "وقد قسم العالم الألماني "أشتيكل" الوسواس القهرية الى ثلاثة أنواع: تسلط أفكار، وتسلط أفعال، وتسلط أفكار وأفعال". (2) "يعاني تسلط الأفكار والافعال الناس جميعا السوي منهم والمريض. ولكن التسلط لا يعتبر أمرا عاديا الا إذا لم يؤثر بدرجة كبيرة في كفاية أداء الوظائف العقلية للفرد: بمعنى ألا يكون لفترة طويلة، وأن يكون تأثيره في سلامة التفكير جزئيا، تأثير يقل أو يزول بعد فترة قصيرة أو طويلة من الزمن بتركيز الاهتمامات على أشياء أخرى. غير أن هناك وسواس مرضية تتحكم تماما في الوظائف الشعورية، وتراود المريض بصفة مستمرة، مجبرة إياه على التفكير والاعتقاد بطريقة معينة. فبغير هذا لا تحف وطأتها عليه أو الحاحها. وثمة أيضا أفعال قهرية متسلطة هي سلوك يرجع الى دوافع ونزوات تستحوذ على المرء فلا يستطيع مقاومتها". (3)

إن كثرة الوسواس من أبرز علامات الإصابة بالمس الشيطاني، قال تعالى: ﴿مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ﴾ [الناس:4] والوسواس الشيطاني في حالات الإصابة بالمس يشبه الوسواس القهري المرضي، ويتمثل في أفكار تعرض على المصاب بصفة مستمرة لا يستطيع المصاب التخلص منها. ويمكن تقسيم الوسواس الشيطاني الى قسمين: القسم الأول هو الوسواس الذي له موضوع محدد، وقسم ثاني وهو الوسواس بدون موضوع محدد.

1 موسوعة الطب النفسي ص282

2 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص 68 و69

3 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص292

فالنوع الأول من الوسواس الشيطاني فيه تركيز على مواضيع محددة مرتبطة بنوع الإصابة، ففي حالات سحر الفاحشة مثلا يركز الشيطان الوسواس على الاستثارة المواضيع الجنسية لاستدراج المصاب الى الوقوع في الفاحشة. أو قد يختار الشيطان مواضيع محدد يتأذى منها المصاب قصد تعذيبه بها، كالتشكيك في وجود الله سبحانه أو في العقيدة أو في العبادات. وأما القسم الثاني من الوسواس، فهو اشغال ذهن المصاب بصفة مسترسلة بتخيل مواقف محبطة لنفسية المصاب، فيستدرج الشيطان المصاب ليعيش أحداث في خياله وينسج الشيطان له فيها المواقف المحبطة والمسيئة لشخصه، كما يستكشف الشيطان بها جانبا من شخصية المصاب وقناعاته. وقد يتعرّض المصاب بالمس لحالات من التسلّط القهري في الأفعال، يُرغم فيها على الاستجابة لمطالب الشيطان، فيشعر كأنه مُدفع إلى بعض التصرفات دفعا قسريا ليتخلص من الضغط الداخلي الذي يعانيه، رغم اقتناعه بخطأ تلك الأفعال ومخالفتها لقناعاته. وقد يظهر ذلك في التلقظ بعبارات كالسب والشتيم، أو القيام بسلوكيات غريبة كإهمال أو إتلاف بعض الأشياء التي قد تكون محسودا عليها، أو التصرف بعنفٍ مفرط تجاه بعض الأشخاص الذين يسعى الشيطان إلى التفريق بينهم وبينه.

فصل الاكتئاب

"الاكتئاب هي حالة من الحزن الشديد والمستمر الناتجة عن ظروف محزنة وأليمة، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه".⁽¹⁾ "ويتعرض جميع الناس لفترات من الحزن الشديد من الحين لآخر، فهذا جزء من مسيرة الحياة، ولكن إذا لازم الفرد مشاعر اليأس والقنوط أياما أو أسابيع متوالية فقد يكون الفرد مصابا بالاكتئاب".⁽²⁾ "هناك مصطلحات أخرى للاكتئاب منها الاكتئاب العصبي وهو قليل الاستعمال ويستخدم هذا المصطلح لوصف

1 علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام ص393

2 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص51

شكل خفيف من الاكتئاب، يشهد خلاله الشخص أياما جيّدة وأخرى سيّئة، ويميل الشخص الى الشعور أكثر بالاكتئاب خلال المساء".⁽¹⁾

فالإكتئاب هو استجابة جسدية كاذبة أو مبالغ فيها لحالة من الحزن، لأن الحزن شعور عاطفي اتجاه كل مفقود له مكانة في النفس. يتفاعل الجسد مع هذه الحالة النفسية بالانفعالات الداخلية كضيق التنفس، وصعوبة في الهضم، وزيادة في معدل ضربات القلب انفعالات الخارجية كشحوب الوجه والبكاء، ولكن حدوث هذه الانفعالات الجسدية بصورة حادة مبالغ فيه بدون سبب أو لأسباب ضعيفة فذلك هو الاكتئاب. "وتتميز حالة الاكتئاب، بالحزن والتشاؤم وفقدان الاهتمام واللامبالاة والشعور بالفشل وقلة الرضا والرغبة في إيذاء الذات والتردد ونقص القدرة على البت في الأمور والشعور بالإرهاق وفقدان الشهية ومشاعر الذنب واحتقار الذات وبطء الاستجابة وعدم القدرة على بذل أي مجهود".⁽²⁾ "ولقد وجد أن الاكتئاب يكون مصحوبا بتغير في افراز الهرمونات ووظائف الغدد الصم في الجسم، وتغيرات الامعية الدموية الناجمة عن ضغط الدم المرتفع أو داء السكري أو ارتفاع مستوى الكولسترول التي قد تتلف مساحات صغيرة من نسيج الدماغ".⁽³⁾

وتفاوتت حدة حالات الاكتئاب عند المصاب بالمس في أوقات أكثر من غيرها، فتشتد في المساء، أي بعد صلاة العصر الى غروب الشمس، أو عند القيام من النوم. كما يمكن أن تشتد حدتها عند بعض المواقف كبعد الاستماع الى الرقية الشرعية أو القرآن الكريم، فيشعر فيها المصاب بحالة من الحزن الشديد مع رغبة في الصراخ والبكاء مرير الممزوج بالقهر.

إن المشاكل الصحية للمصاب بالمس الشيطاني والاعياء المستمر وقلة السند المعنوي من المحيطين به وقلة التعبير عن مشاغله وهمومه وعدم وجود من يفهمه ويقدر الصعوبات التي يمر بها، يولد

1 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص67

2 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص53

3 كتاب الامراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ص54

لديه الشعور بالوحدة وانخفاض في تقدير الذات والإحباط، فيبحث المريض عن العزلة وهذا يساهم في ظهور حالة الاكتئاب. وقد لا يعجز الشيطان في نبش ماضي المصاب ليبحث له عن أسباب تعينه على استثارة الشعور بالدونية والاحساس بالذنب لدفعه الى معاقبة النفس. "يميل المريض الى اعتبار نفسه عبئا على المجتمع وعلى أسرته، كما يكتر من التأمل في تفاهة الحياة، لذا كثيرا ما تنتابه أفكار انتحارية وقد يشرع في الانتحار".⁽¹⁾

فصل الاستجابات الهستيرية

"للهمستيريا في الطب العقلي معاني كثيرة، من بينها تلك الحالات من عدم الثبات الانفعالي التي تذهب وتجيء دون سبب ظاهر. كما في حالة ربة البيت التي لا تلبث وهي منهمة في أحد أعمال المنزل (ككنس أرض المطبخ مثلا) أن تنخرط فجأة في نوبة بكاء مر، وقد تصرخ بمرارة أيضا لبضع دقائق، ثم تلتقط مكنستها وتستأنف العمل. فإذا سألت لماذا صرخت أجابت بأنها لم تصرخ، وعجزت عن التذكر ما حدث بسبب التفكك في الشخصية".⁽²⁾

"فالهمستيريا اضطراب عصبي ليس من الضروري أن يتميز بالسلوك الهستيري الشائع كالصرخ أو البكاء أو الضحك، بل ميزته الرئيسية التفكك العقلي وتعدد الشخصيات".⁽³⁾

قد يتعرض المصاب بالمس الى حالات مشابهة لحالات الهستيريا بصفة متكررة فتظهر عليه ملامح تعدد الشخصيات، ولكن المصاب بالمس يستحضر تلك الحالة الهستيرية ولكنه لا يجد سببا لتفسيرها الا أنه يشعر أنه مدفوع إليها. وترتبط هذه الحالة في أوقات وأماكن أو مع أشخاص معينة، فبينما يكون واعيا، متوازنا، مسؤولا في تصرفاته تنقلب أحواله الى عاصفة من الانفعالات والتصرفات العنيفة وقد يتكلم بألفاظ غريبة، ويظهر المصاب بشخصية مخالفة لما يعرف عليه وهذا

1 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص173

2 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص235

3 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص235

يظهر خاصة في حالات السحر أكثر من غيرها. وقد تظهر أعراض الهستيريا عند المصاب بالمس عند سماعه للرقية فيتسلط الشيطان على المصاب بالصرع ويتكلم على لسانه أو يحمله على أفعال معينة كالتهاجم على المعالج. وإذا كان تشخيص الهستيريا يرجع الى تعدد الشخصيات المصاب، فإن الظاهر في بعض حالات الصرع التي يتكلم فيها الشيطان على لسان المصاب قد تؤدي الى تشخيص الحالة طبيا على أنها حالة من الهستيريا بناء على تعدد الشخصيات المتكلمة.

فصل الصرع

"ينقسم الصرع الى مجموعتين رئيسيتين: الصرع بالمعنى الكامل وهو المسمى بالصرع الحقيقي أو الأصلي والصرع العرضي نسبة الى الاعراض التي تدل عليه. الأول لا يعرف له سبب سيكولوجي موضعي أو عام، والثاني يمكن اثبات أساس عضوي فيه ويشمل حوالي 25% من المصابين بالصرع، والنوبة في هذا النوع من الصرع تحدث واحدة فقط من أعراض الصرع الرئيسية فهي عرض لصدمة خلل في المخ أو التورم أو السفلس أو التسمم... والاضطرابات النفسية أقل ظهورا مما هي في الصرع الأول".⁽¹⁾ وبناءً على هذا التعريف، فإن صرع المصاب بالمسّ الشيطاني يُعدّ من النوع الأول، وهو النوع الذي لا يُعرف له سبب عضوي، ولا يزال الطبّ النفسي الحديث عاجزًا عن تحديد أسبابه بدقة. وبخلاف الصرع من النوع الثاني الذي تكون له أسباب عضوية معروفة، لأن من أبرز ما يميّز الصرع من النوع الأول ظهور اضطرابات نفسية على المريض، وكذلك في حالة الصرع الشيطاني، فإن المصاب بالمسّ يتعرّض لأنواع مختلفة من الاضطرابات النفسية.

"فالصرع المرضي، هو اضطراب في الجهاز العصبي يتضح ويظهر في شكل نوبات تقع للمريض على فترات غير منتظمة، حيث يسقط المريض على الأرض مصحوبا بتقلصات عضلية وفاقدا وعيه مع وجود زبد (رغوة) على فمه".⁽²⁾ "والصورة الرئيسية الكبرى من

1 الطب العقلي والنفسي علم الامراض النفسية ص221

2 كتاب ونفس وما سواها ص219

الصرع، والتي تكتنف فقد الوعي والحركات العنيفة وغالبا ما يتبعها غيبوبة، تسمى الصرع الكبير".⁽¹⁾ "إن الصرع المرضي ناتجة عن تفريغ شحنة كهربائية في الدماغ يتعطل بسببها كل الجهاز العصبي فتتعطل وظائف الجسم، ومن أعراض الصرع المرضي (الكبير) أنه لا يحدث إنذارا، وينقسم الى ثلاثة أطوار: أولا الطور الموتر: يتيبس المريض فجأة حيث تدخل كل عضلات جسمه في حالة متواصلة من الانقباض. تكون الأطراف عادة مستقيمة والجسد أقرب للتمدد وتكون الرأس والعنق ممتدتين والعينين مفتوحتين. ويسقط المريض دون أية حركة من الجسم ينقذ بها نفسه، ويفقد الوعي عندما تبدأ حالة الانقباض العضلي المعمم هذه. ونظرا لاكتناف عضلات الحنجرة والتنفس، كثيرا ما يكون هناك صوت زفيري مرتفع، حيث يندفع الهواء بقوة خارج الصدر خلال الاحبال الصوتية محكمة الشد ولا يحدث تنفس أثناء هذا الطور من الانقباض المتوتر لكل العضلات ولذلك يحدث الزراق.⁽²⁾ المرحلة الثانية، الطور الرمعي: تحدث حركات عضلية قوية وعشوائية غير منتظمة، وتنقبض العضلات الناهضة⁽³⁾، وبصورة متزامنة مع العضلات المناهضة، تكتنف أي من عضلات الجسم جميعا. وهذه الحركات الاختلاجية ليست هادفة أو متناسقة أو متوقعة بأي حال. وقد يحدث عض اللسان والشفاه أثناء هذا الطور لأن بروز اللسان قد يحدث في لحظة غلق الفكين وغالبا ما يحدث سلس البول أو حتى البراز. وتحدث حركات التنفس بنفس الطريقة غير المنتظمة ويفقد التزامن في حركات المسلك الهوائي العلوي والحنجرة والحجاب الحاجز والعضلات الوربية ويكون التنفس مرتجا وغير فعال وصاخبا، ويستمر الزراق ولا تحدث حركات البلع المتناسقة ويتجمع العاب داخل الفم ويؤدي ذلك إضافة لعدم انتظام حركات التنفس الى رغاء الفم. المرحلة الثالثة، طور الغيبوبة: بعد أن تتوقف الحركات الاختلاجية

1 أساسيات طب الاعصاب ص 247

2 زرقة في الوجه لقلة الاكسجين

3 المعاكسة

يكون المريض في غيبوبة، يصر التنفس منتظماً ومتناسقاً ويعود المريض الى اللون الطبيعي طالما كان المسلك الهوائي نظيفاً، وتتعلق الفترة التي يبقى بها المريض في غيبوبة بمدة الطورين السابقين، الموتى والرمعي".⁽¹⁾

تختلف نوبة الصرع الشيطاني عن نوبة الصرع المرضي - المعروف بالصرع الكبير - من عدة جوانب. فالصرع المرضي يحدث بصورة مفاجئة لا يمكن التنبؤ بها، بينما يمكن توقع نوبة الصرع الشيطاني أو حتى استدعاؤها، وذلك من خلال أذية الشيطان بالرقية الشرعية، أو باستحضاره بالوسائل الشيطانية كما يفعل السحرة، أو في بعض طقوس الطرب الصوفي. وقد يحاول المصاب قبل بدء النوبة الهروب أو الجري، وربما يصرخ أو يسب أو يتقيأ أو يسعل بشدة، وأما إذا كان المصاب جالساً أو مضطجعاً، فيشعر عادةً بثقل شديد في الأطراف والنوم. ثم إذا سقط المصاب بالمس على الأرض فإنه - في الغالب - يتحكم في كيفية سقوطه. ويستمر الصراع بعد ذلك على السيطرة على الأطراف، فيلاحظ أن جسده يتحرك قليلاً في اتجاه القدمين، وتبدو أطرافه بالانتفاض وكأنها تحاول الفرار أو الابتعاد، فتظهر حركاتها غير منتظمة ومتخبطة دون التصلب والثبات الذي يميز المرحلة الأولى من الصرع المرضي.

كما يختلف الصرع الشيطاني عن الصرع المرضي في أغلب الحالات من حيث تفاعل المصاب واستجابته للمحيطين به، إذ يُلاحظ في الصرع الشيطاني أن المصاب قد يتجاوب مع من حوله بالكلام وإن كان غير مفهوم أو يُصدر أصواتاً مرتفعة غريبة على لسانه، وقد تكون بلغاتٍ أخرى أو تتماتٍ لا معنى لها، لكنها فيها نوعٍ من التفاعل فتزداد هذه المظاهر عادةً عند سماع القرآن الكريم أو أثناء الرقية الشرعية، حيث ترتفع حدة الصوت وتضطرب حركة الأطراف بشكل واضح. أما في الصرع المرضي، فلا يُبدي المريض أي تجاوب مع من حوله، إذ يكون الجهاز العصبي في حالة شلل مؤقت، ويظهر ذلك في عدم استجابة حدقة العين للضوء المسلط عليها. كما لا يتكلم

1 أساسيات طب الاعصاب ص249 مع اختصار قليل

المصاب في نوبة الصرع العضوي، بل يضغط على أسنانه بشدة، مما قد يؤدي إلى عضّ اللسان أو الشفتين، وغالبًا ما تُلاحظ رغوة تخرج من فمه أثناء النوبة.

كما يختلف الصرع العضوي عن الصرع الشيطاني من حيث الأعراض التي تظهر في نهاية النوبة. فالمصاب بالمرض يمكنه أن يفيق مباشرة بعد النوبة، وقد يشعر بتنميلٍ في مناطق مختلفة من جسده كالرأس، والكتفين، والظهر، والأطراف، أو بتنميلٍ عام يشمل كامل الجسد دون وجود سببٍ مرضي ظاهر. ولا يدخل في الغالب المصاب بالمرض في حالة سباتٍ عميقة أو فقدانٍ تام للاستجابة للمحيطين به بعد النوبة، ولا تظهر عليه أعراض شلل الجهاز الحركي التي تؤدي إلى ارتخاءٍ كاملٍ في العضلات وفقدان السيطرة على عمليتي التبول أو الإخراج، كما يحدث في حالات الصرع المرضي.

"فالصرع المرضي الذي فيه تخطيط الأطراف وفقدان الوعي يطلق عليه في الطب النفسي الصرع الأكبر. ففي الصرع الأكبر تبدأ النوبة بفقدان مؤقت للشعور ويقع المريض وهو يعاني أحيانًا إصابات جسمية خطيرة. وتظهر التشنجات التوتيرية في الحال. ومن مظاهرها صرخة مميزة ترجع لتقلص عضلات التنفس والحجاب الحاجز وفتحة المزمار. وفي الحال تنتشر التشنجات التوتيرية لكل الجهاز العضلي الإرادي: فالأطراف إما ممدودة أو مثبة في وضع ثابت، ويتوقف التنفس، ويصبح الوجه أزرق اللون. تنسحب العينان لأعلى وتوسع الحدقتان فلا تستجيبان للضوء. قد يعرض المريض لسانه أو شفثيه أو جانبي خديه من الداخل. تستمر التقلصات التوتيرية هذه من 25 إلى 30 ثانية ثم تتبعها. ولدى إتمام الطور التشنجي أو الارتجافي للنوبة يبدي المريض أعراض التغميم العميق للشعور من النوع الاغمائي أو الغيبوبي ويفشل في الاستجابة للنداءات أو مثيرات الألم. ويلاحظ أيضًا انعدام انعكاسات الحدقتين والقرنية. نغمة العضلات تنخفض. وليس من النادر أن يصحب النوبة التبول بل التبرز

اللاإراديان. وربما تنتقل هذه الحالة الاغمائية مباشرة الى نوم عميق يستمر لبعض ساعات".⁽¹⁾

وعن عطاء بن أبي رباح قال: قال لي ابن عباس: ألا أريك امرأة من أهل الجنة؟ قلت: بلى، قال: هذه المرأة السوداء، أتت النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قالت: " **إِنِّي أُصْرَعُ وَإِنِّي أَتَكشَّفُ، فَادْعُ اللهُ لِي، قَالَ: إِنَّ شَيْئًا صَبَرْتِ وَلَكَ الْجَنَّةُ، وَإِنْ شِئْتَ دَعَوْتُ اللهُ أَنْ يُعَافِيكَ قَالَتْ: أَصْبِرِي، قَالَتْ: فَإِنِّي أَتَكشَّفُ فَادْعُ اللهُ أَنْ لَا أَتَكشَّفَ فَدَعَا لَهَا**".⁽²⁾ وعند البزار من وجه آخر عن ابن عباس في نحو هذه القصة أنها قالت: " **إِنِّي أَخَافُ الْخَبِيثَ أَنْ يَجْرِدَنِي، فَدَعَا لَهَا فَكَانَتْ إِذَا خَشِيتُ أَنْ يَأْتِيَهَا تَأْتِي أَسْتَارَ الْكَعْبَةِ فَتَتَعَلَّقُ بِهَا**". فمن خلال هذه الرواية يمكننا أن نستنتج بعض الإشارات الدالة على نوع الاعراض التي تتاب المرأة عند نوبة الصرع، فأن المرأة لا تفقد القدرة على الحركة أثناء النوبة لأنها قادرة على التعلق بأستار الكعبة، كما أنها حين تتجاوز نوبة الصرع وتستفيق قادرة على أن تستوعب ما حولها وذلك بقولها أنها تتكشف وهذا يدل على أن جهازها العصبي لم يتوقف، ولذلك فإن إصابتها أقرب ما تكون الى المس الشيطاني. وأما من استبعد احتمال أن يكون نوع الصرع من المس الشيطاني متعلل بمخاطر اغواء الشيطان للمرأة في دينها، فقد زالت هذه المخاوف والتهديدات بضمنان الجنة لها وهذا دليل على أن الشيطان لن يضرها في دينها وكانت أذيته الجسدية سببا لدخولها الجنة ونجاتها من النار. وذكر ابن سعد وعبد الغني في " المبهمات " من طريق الزبير أن هذه المرأة هي ماشطة خديجة التي كانت تتعاهد النبي ﷺ بالزيارة، وقد يؤخذ من الطرق التي أوردتها أن الذي كان بأم زفر كان من صرع الجن لا من صرع الخلط³.⁽⁴⁾

1 الطب العقلي والتفسي علم الامراض النفسية ص 222

2 رواه مسلم

3 والخلط هو مفرد أخلاط وهي أربعة مواد يتكون منها الجسم حسب الطب اليوناني القديم، والمعنى أن الصرع لم يكن لأسباب مرضية

4 فتح الباري شرح صحيح البخاري لابن حجر العسقلاني

فصل اضطرابات النوم

"يعتبر النوم قيمة حيوية في حياة الانسان، لأنه يعتبر صمام الأمان للصحة الجسمية والصحة النفسية في آن واحد".⁽¹⁾ "واضطرابات النوم شائعة ضمن أعراض الامراض النفسية والجسمية، مثل الاكتئاب أو الامراض الجسدية المصحوبة بالآلام أو إحساس بعدم الراحة، أو بسبب تعاطي أدوية معينة، وإذا ارتبط اضطراب النوم بمرض نفسي آخر أو جسمي، فإنه يشخص كاضطراب نوم إذا كان عرضا بارزا".⁽²⁾ "وللنوم تأثير هام على الجهاز العصبي وعلى الجسم كله، إذ إن الحرمان من النوم لفترة طويلة يؤثر على الانتباه، فيقل الانتباه، ويؤدي الى أخطاء الادراك، وقد تحدث هلاوس أو توهان مؤقت، مع بطء في الحركة، ورعشة في اليدين وحساسية زائدة للألم، وتكاسل في عمل القلب والرئتين بسبب زيادة نشاط الجهاز الباراسمناوي⁽³⁾، ويقل ضغط الدم، ومعدل النبض، مع توسع في الاوعية الدموية الجلدية، كما يزداد نشاط الجهاز الهضمي، وترتخي العضلات تماما، ويقل معدل التمثيل الغذائي".⁽⁴⁾ يتعرض المصاب المس الى ثلاثة أنواع من اضطرابات النوم: اضطرابات الارق، اضطرابات كثرة النوم، واضطرابات الكوابيس الليلية والاحلام المزعجة. "فالأرق، وهو عدم القدرة في الحصول على النوم الكافي، يتجلى في صعوبة البدء في النوم، أو عدم الراحة في أثناء النوم، أو صعوبة الاستمرار فيه كما يمكن أن يكون بالاستيقاظ المبكر في الصباح".⁽⁵⁾ "ويتميز هذا الاضطراب بشكوى الشخص من صعوبة بدء النوم أو المحافظة عليه أو الشعور بعدم الراحة بعد النوم الذي يبدو كافيا في الكمية، ويحدث على الأقل ثلاثة مرات كل أسبوع لمدة شهر،

1 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص98

2 موسوعة الطب النفسي ص352

3 الجهاز العصبي الذي يحفز على الارتخاء

4 موسوعة الطب النفسي ص82

5 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص99

وتكفي شدته لينتج عنها شكوى من الاجهاد خلال اليوم".⁽¹⁾ إنّ المصاب بالمس الشيطاني أشد حاجة الى جرعة من النوم يشعر فيها بالراحة ويفرّ بها من هذا العالم المؤلم الى راحة الموت المؤقت، ينتظر سكون الليل ليأخذ قسط من الراحة بعد جهد النهار المتعب بطبيعته، ومع ما تسببه الإصابة بالمس من إعياء جسدي ومشاكل اجتماعية وتقلبات في المزاج تصبح الحاجة الى النوم أشدّ ضرورة. فيتدخل الشيطان ليمنعه من تلبية دافعه الفطرية وحاجته الى الراحة التي تجدد له نشاطه. فالأرق واحدة من أساليب الشيطان التي يعذب بها المصاب بالمس نفسيا وجسديا، وكلما مضى الساعات من الليل واقترب طلوع الفجر ازداد الضغط النفسي وتوتر المصاب على انقضاء فرصته الوحيدة للراحة، وأهمه التفكير في مواجهة مشاغل الحياة في النهار القادم، حتى إذا اقترب موعد صلاة الفجر جاءته ضالته التي كان ينشدها بعد ساعات طويلة، فيزيد المصاب اجهادا وتوترا في صعوبة الاختيار بين الاستجابة الى منادي، حي على الصلاة والصلاة خير من النوم، أو الاستجابة الى داعي الحاجة ودافع النوم. ومن آثار المترتبة على الأرق في الليل، كثرة النعاس والكسل بالنهار، وضعف القدرة على التركيز ومشاكل في الذاكرة، وضعف القدرة البدنية على العمل وقصور في أداء الجهاز المناعي وارتفاع الالتهابات.

"أما اضطرابات فرط النوم، فتتميز بزيادة النوم اثناء النهار أو نوبات من النوم بسبب نقص كمية النوم (في الليل)، وفي أحيان نادره يستغرق الانتقال من النوم الى اليقظة وقتا طويلا، ويتكرر ذلك كل يوم تقريبا ولمدة شهر على الأقل، او يحدث على شكل نوبات تبقى لفترات طويلة من الزمن، وتكفي شدته لحدوث خلل في وظيفة او إعاقة للأنشطة الاجتماعية المعتادة او العلاقات بالآخرين، وتتفاوت هذه الإعاقة حسب شدة الاضطراب".⁽²⁾ ويتعرض المصاب بالمس من ناحية أخرى الى حالات افراط في النوم دون ارادته، حيث يتعرض المصاب الى نعاس شديد لا يستطيع مقاومته، وتغمض عينيه دون ارادته مع شعور بتعب شديد في الجسم. وقد

1 موسوعة الطب النفسي ص362

2 موسوعة الطب النفسي ص362

يكون هذا النعاس في النهار بسبب قلة النوم وعدم حصول المصاب على ما يكفيه من الراحة من النوم في الليل، أو قد تحصل هذه النوبات من النعاس لاضعاف انتباه المريض في ظروف وأوقات خاصة، فقد تحصل للمصاب عند اجتماع الناس في المناسبات أو عند قراءة المريض القرآن والاذكار أو عند الاستماع للرقية أو عند الصلاة أو في خطبة الجمعة والاعياد أو في مقاعد الدراسة أو عند قيادته للسيارة، وكلما كان المصاب في وضعية جلوس أو استلقاء كان اسرع إستجابة لو كان قائما أو في حركة ومتنقلا. وأما النوع الثاني من الافراط في النوم فهو بإرادة المصاب ومسايرته لشيطانه، فالنفس تدعو الى الكسل والخلود الى الراحة، وبذلك ينسجم مع أهداف الشيطان ودعوته الى النوم لفترات طويلة، فلا يزيده بذلك إلا ثقلا في الجسم وكسلا يظهر من خلال الاهمال عامة وتضييع الصلاة وقلة الاهتمام بالأكل والشرب والمسؤوليات.

"أما اضطرابات الفزع الليلي، فيتميز هذا الاضطراب باستيقاظ الشخص المتكرر من النوم مع تذكر تفاصيل حلم مخيف، ويعيش الشخص هذه الاحلام أثناء النوم ويكون محتواها تهديدا لحياته أو لشعوره بالامن او احترامه لذاته، وتسبب خبرة معايشة الحلم ازعاجا شديدا للشخص، وهذا الحلم الذي يعتبر باعثا على القلق غالبا ما يتزايد مع وجود ضغوط نفسية".⁽¹⁾ ويروي الشيخ أبو بكر الجزائري قصة عايشها في أحد أفراد عائلته حيث كانت تأتيها اضطرابات النوم إثر اصابتها بالمس الشيطاني فيقول: "فكان يأتيها عند نومها في كل أسبوع مرتين أو ثلاثا أو أكثر فيخنقها فترفس المسكينة برجليها وتضطرب كالشاة المذبوحة ولا يتركها إلا بعد أن تصبح أشبه بميتة ونطق مرة على لسانها مصرحا بأنه يفعل بها هكذا لأنها أذته يوم كذا في مكان كذا... ومازال يأتيها ويعذبها عند النوم فقط حتى قتلها بعد نحو عشر سنوات من العذاب الذي لا يطاق".⁽²⁾ إن الفزع من النوم يُعدّ من أعراض الإصابة بالمسّ الشيطاني، وهو يظهر على نوعين:

1 موسوعة الطب النفسي ص362

2 عقيدة المؤمن ص221

النوع الأول: فزعٌ دون مشاهدٍ مصوّرة. ويشمل حالاتٍ مثل الجاثوم، حيث يشعر المصاب بشلٍ مؤقتٍ في الأطراف فلا يستطيع الحركة، ويحاول الاستغاثة بمن حوله فلا يقدر على الصراخ، ويظل يكرّر المحاولة حتى يخرج من تلك الحالة بعد جهدٍ ومشقّةٍ. كما قد يكون الفزع بسبب سماع صوتٍ مرتفعٍ مفاجئ عند النوم كدويّ الانفجارات، فيستيقظ المصاب مذعورًا. كما قد يكون الفزع بفقدان التوازن أثناء نومه وكأنّ رجله تنزلق أو أنه يسقط من السرير، فيحاول تدارك السقوط ليستيقظ على وهمٍ لا حقيقة له.

النوع الثاني: فزعٌ مصحوبٌ بمشاهدٍ وصورٍ مرعبةٍ أثناء النوم، تكون على هيئة أحلامٍ مزعجة تدور موضوعاتها حول إلحاق الأذى بالمصاب، كالقتل أو المطاردة من أشخاصٍ أو حيواناتٍ مفترسة، أو رؤية الحيات والعقارب، أو السقوط من أماكن مرتفعة. وقد تتخذ الأحلام طابع الإهانة والإذلال، حيث يُجبر المصاب في منامه على فعل ما يكره من السلوك أو المعاصي. ويؤدي هذا الأذى المتكرر إلى تولّد ردّة فعلٍ نفسية لدى المصاب، فيبدأ بمقاومة النوم رغم حاجته الماسّة إلى الراحة، خوفًا من تكرار تلك الأحلام المرعبة أو المهينة.

الباب الرابع: علاج الاضطرابات النفسية الشيطانية وتداعياتها على العلاقات الاجتماعية

مميزات العلاج النفسي الاسلامي

فصل العلاج النفسي

العلاج النفسي هو مجموعة الطرق التي يتوصل من خلالها المعالج إلى حلّ المشاكل النفسية التي يتعرض لها المصاب والوقاية منها، أو تخفيفها وتقليل آثارها عليه، وذلك من خلال استعراض الصعوبات النفسية التي يمر بها ومناقشتها من زاوية نظر المعالج، فيتعرّف المريض على أسباب مشاكله وتأثيرها على أفكاره ومشاعره وسلوكياته ومزاجه، وسبل التي يجب اتباعها في علاجها وتخفيف آثارها.

تعدد طرق العلاج النفسي التي تهدف إلى بناء الشخصية السوية للإنسان وتعديل سلوكياته، وتقوم كل طريقة على أساس فهمها للإنسان وبذلك يمكن تصنيف هذه الطرق إلى قسمين، قسم دنيوي وضعه البشر من خلال تجربته وخبرته وتأملاته وقسم ديني وضعه خالق البشر. ومن بين تلك الطرق الدنيوية العلاج النفسي التحليلي والعلاج النفسي السلوكي...، وأما العلاج الديني فهو ما يقوم على الرسائل السماوية، وكلما كانت تلك الرسالة صافية من التحريف البشري كانت أنفع وأنجع للعلاج النفسي.

فالمصاب بالمس الشيطان، لأي سبب من الأسباب المعروفة كالسحر والعين، يتعرض إلى صعوبات نفسية قد تصل بصاحبها إلى الانتحار للتخلص من الضيق الذي يشعر به، فبحسب نوع الإصابة الشيطانية يعمل الشيطان على إسقاط الدفاعات النفسية للمريض ليسيّط على توجهاته وخياراته، فيخرجه عن السلوك العادي والتفكير السليم ليؤثر على حياته العاطفية والاجتماعية ويعيق حياته اليومية. وكلما اجتهد المصاب في تزكية نفسه وتقويم سلوكه والتحكم في تصرفاته وانفعالاته كان أثر الإصابة الشيطانية وما تجره من اضطرابات نفسية عليه أخف.

إن الإشكاليات التي يطرحها الطب النفسي الحديث في تحقيق الاستقرار النفسي مقتصرة على الدوافع الفطرية الجسدية دون البحث عن الدوافع الروحية، ولقد أظهرت التجربة أن العلاج

النَّفسي الذي يفتقر الى الايمان لا يحقق تلك النتائج التي يحققها الايمان بالله. "لقد بذلت أخيرا جهود كثيرة في ميدان العلاج النَّفسي للأفراد الذين يعانون من اضطرابات الشخصية والامراض النَّفسية، وظهرت في هذا الميدان أساليب مختلفة للعلاج النَّفسي، غير أنها جميعا لم تحقق النجاح المرجو في القضاء على الامراض النَّفسية أو الوقاية منها. فقد بينت بعض الدراسات أن معدلات الشفاء بين المرضى النَّفسيين الذين يعالجون بطريقة التحليل النَّفسي تتراوح بين 60 و63٪، وهي معدلات غير مرضية إذا أخذنا في اعتبارنا أن معدلات المرضى النَّفسيين الذين يتخلصون من أعراضهم من غير أن يتلقوا أي علاج نفسي تتراوح بين 44 و66٪. أضف الى ذلك أن بعض المرضى كانت تسوء حالتهم بعد العلاج النَّفسي. وفي دراسة أخرى تبين أن المرضى النَّفسيين من المجموعة الضابطة التي لم يتلق أفرادها أي علاج نفسي قد أظهروا تحسنا مساويا للتحسن الذي أظهره المرضى الذين عولجوا نفسيا". (1)

"لقد ركزت النظريات النَّفسية في علم النَّفس الحديث في تحليلها للأمن النَّفسي على أنه يمكن تحقيقه عن طريق إشباع الغرائز الموجودة لدى الانسان، أو عن طريق الحيل الدفاعية ليتجنب مصادر الألم والقلق والخوف حتى توفر له نوعا من الامن النَّفسي المؤقت. ويلاحظ أن أسس الامن النَّفسي ومصادره ووسائله في هذه النظريات محدودة وضيقة وقاصرة، وحادة عن الحقيقة، وتركز على التحقيق الظاهري والمؤقت للأمن النَّفسي، ففي رأيهم متى حصل الانسان على الطعام والشراب والمال والملذات... يكون قد حصل على الامن النَّفسي". (2)

1 القرآن وعلم النفس ص 267

2 مجلة جامعة الامام العبد الخامس أثر القرآن الكريم في تحقيق الامن النفسي لدى المسلم ص 15

فصل نتائج العلاج النفسي الديني بصفة عامة

"إن الدين يوفر الأمن الذي قد لا يستطيع علم النفس أن يوفره. وعلى الرغم من هذا ففي طرق العلاج النفسي الديني نجد بعض مشايخها يؤمنون أن الدين عامل هام في إعادة الطمأنينة والسلام والأمن النفسي، فقد أكد كارل يونج أهمية الدين وضرورة إعادة غرس الإيمان والرجاء لدى المريض. وأكد ستيكيل أهمية تدعيم الذات الأخلاقية. والعلاج النفسي الديني أسلوب توجيه وارشاد وتربية وتعليم. ويقوم العلاج النفسي الديني على معرفة الفرد لنفسه ولدينه ولربه والقيم والمبادئ الروحية والأخلاقية".⁽¹⁾ "وقد بدأت كذلك تظهر حديثا اتجاهات بين بعض علماء النفس تنادي بأهمية الدين في علاج الامراض النفسية، وترى أن في الإيمان بالله قوة خارقة تمدّ الانسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة، وتجنبه القلق الذي يتعرض له كثيرا من الناس الذين يعيشون في هذا العصر الحديث الذي يسيطر عليه الاهتمام الكبير بالحياة المادية، ويسوده التنافس الشديد من أجل الكسب المادي، والذي يفتقر في الوقت نفسه الى الغذاء الروحي، مما سبب كثيرا من الضغط والتوتر لدى الانسان المعاصر، وجعله نهباً للقلق، وعرضة للإصابة بالأمراض النفسية. ومن بين من نادى بذلك من علماء المحدثين وليم جيمس² الفيلسوف وعالم النفس الأمريكي، فقد قال: إن أعظم علاج للقلق، ولا شك، هو الإيمان. وقال أيضا: الإيمان من القوى التي لا بد من توافرها لمعاونة المرء على العيش، وفقده نذير بالعجز عن معاناة الحياة".⁽³⁾ وأصبح الطواقم الصحي للعلاج النفسي في كثير من الدول الغربية تضم رجال دين يقدمون أشكالا من العلاج،

1 الصخة النفسية والعلاج النفسي ص358

william James 2

3 القران وعلم النفس ص268 269ص

بالإضافة للفريق الطبي المتخصصون في مجال العلاج النفسي كالأطباء النفسيون والاختصاصيون النفسيون والاختصاصي الاجتماعي والمرشدون.

إن العلاجات النفسية الدنيوية لا يمكن أن توفر وقاية من الامراض النفسية لأنها ليست متغلغلة في ثقافة الناس ولا تتحكم في أخلاقهم ومعاملاتهم بل هي مقصورة داخل العيادات الاستشفائية، بينما يوفر الدين جانب الحياة والمعاملات الإنسانية مما يجعله أنجح في الوقاية وأكثر أثرا على نتائج العلاج، يقول الدكتور بول أرنست أدولف الأستاذ المساعد في التشريح بجامعة سانت جونز: "إن كثيرا من المشتغلين بالعلاج النفسي قد ينجحون في تفصي أسباب الاضطراب النفسي الذي يسبب المرض، ولكنهم يخفقون في معالجة الاضطرابات، لأنهم لا يلجؤون في علاجها الى بث الايمان بالله في نفوس هؤلاء المرضى".⁽¹⁾ ويقول المحلل النفسي كارل يونج²: "استشارني في خلال الأعوام الثلاثون الماضية أناس من مختلف شعوب العالم المتحضر، وعالجت مئات كثيرة من المرضى، فلم أجد واحدا من مرضاي الذين كانوا في المنتصف الثاني من عمرهم - أي جاوزا سن الخامسة والثلاثين - من لم تكن مشكلته في أساسها: هي افتقاره الى وجهة نظر دينية في الحياة. وأستطيع أن أقول: إن كل واحد منهم قد وقع فريسة المرض، لأنه فقد ذلك الشيء الذي تمنحه الأديان القائمة في كل عصر لاتباعها، وإنه لم يتم شفاء أحد منهم حقيقة إلا بعد أن استعاد نظرتة الدينية في الحياة".⁽³⁾

"إن فقدان الايمان بالله يجعل الحياة خالية من المعاني السامية، والقيم الإنسانية النبيلة، ويفقد الانسان الشعور برسائلته الكبيرة في الحياة كخليفة الله في الأرض، فتضيع منه الرؤية الواضحة لأهدافه الكبرى في الحياة وهي عبادة الله تعالى، والتقرب إليه، ومجاهدة النفس في سبيل بلوغ الكمال الإنساني الذي تتحقق له به السعادة في الدنيا والآخرة. وقد شبه القرآن حالة

1 العلاج النفسي بالقرآن ص10

Garl G.Jung 2

3 العلاج النفسي بالقرآن ص11

الصراع والقلق والحيرة والضيق التي تصيب الانسان الذي يفقد ايمانه بالله بالحالة التي تشعر بها الانسان الذي يجر من السماء فتخطفه الطير أو تهوى به الريح في مكان سحيق، قال تعالى: ﴿حُنَفَاءَ لِلَّهِ غَيْرَ مُشْرِكِينَ بِهِ ۚ وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا حَرَّمَ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ فِي الرِّيحِ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ﴾ [الحج:31]". (1)

فصل مميزات العلاج النفسي الإسلامية

يقول ابن القيم: "إن طب النبي متيقن قطعي إلهي صادر عن الوحي، ومشكاة النبوة، وكمال العقل". ومعلوم أن هذا النوع من الطب العلاجي يرتبط أصلا بالروح التي هي من أبرز تجليات عالم الغيب، فالروح هبة من عند الله تعالى، وسر أودعه في خلقه، ولا يعلم جوهر هذه الروح ولا حقيقتها إلا الله جل جلاله، كما قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ ۗ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ [الاسراء:85]، لذلك كان التعامل معها ابتداء وانتهاء لا بد أن يستند الى مصدر خارج عن عالم المحسوسات يتصل اتصالا مباشرا بعالم الغيبات، فإنه لا سبيل الى معرفة طبيعة الروح وفهم أحوالها إلا بالوحي الإلهي، فهو الطريق الوحيد لمعرفة عالم الأرواح والتعامل معها. (2)

ما يمتاز به العلاج النفسي الإسلام عن غيره من الأديان يكمن في قوة الرسالة وشموليتها فهي الخاتم لكل الرسالات السماوية، قال تعالى: ﴿إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ ۗ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ ۗ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ [آل عمران:19] وهو الدين الذي أتم الله به النعمة على البشرية وارتضاه لهم، قال تعالى: ﴿الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا ۗ﴾ [المائدة:3]، ورسول الإسلام هو خاتم الرسل جاء مصدقا لما قبله من الرسل ولم يأتي بدين جديد،

1 القرآن وعلم النفس ص 277

2 الارشاد الروحي عند ابن القيم ص 32

قال تعالى : ﴿ قُلْ مَا كُنْتُ بِدَعَا مِّنَ الرُّسُلِ وَمَا أَدْرِي مَا يُفَعَلُ بِي وَلَا بِكُمْ ۖ إِنِ اتَّبَعِ إِلَّا مَا يُوحَىٰ إِلَيَّ وَمَا أَنَا إِلَّا نَذِيرٌ مُّبِينٌ ﴾ [لاحقاف:9] والقرآن هو رسالة الإسلام وهو الكتاب المهيم على كل الكتب السماوية، قال تعالى: ﴿ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ مُصَدِّقًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهِ مِنَ الْكِتَابِ وَمُهَيِّمًا عَلَيْهِ ۖ فَاحْكُم بَيْنَهُم بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ ۗ وَلَا تَتَّبِعْ أَهْوَاءَهُمْ عَمَّا جَاءَكَ مِنَ الْحَقِّ ۗ ﴾ [المائدة:48] رسالة الإسلام هي الرسالة التي حفظها الله تعالى من التحريف على خلاف بقية الكتب التي طالتها التحريفات والتغيرات البشرية، قال تعالى: ﴿ إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ ﴾ [الحجر:9] "إن الصحة النفسية من المنظور الإسلامي هي تفاعل متزن بين العوامل الاجتماعية والنفسية والتوجيهات الروحية التي تؤدي الى مزيد من القدرة الى الوصول للمعرفة والادراك الصحيح لما يجري للإنسان وما يجري حوله، كما تعطيه القدرة على تصحيح أخطائه سواء في المعلومات أو الأفعال التي تصدر عنه. كما تساعده على اتخاذ القرار السليم واستخدام هذه المعطيات في العمل والتصرف والتعبير عن الذات والاستجابة للآخرين". (1)

إن الإيمان بالله تعالى واتباع منهجه الذي رسمه للإنسان في القرآن الكريم وبينته السنة المطهرة، هو الطريق الوحيد الذي يؤدي الى تحقيق أمن الانسان وسعادته، وهو السبيل للتخلص من الهم والقلق، وإن فقدان الإيمان بالله وعدم اتباع منهجه في الحياة يؤدي الى الهم والقلق والشقاء، قال تعالى : ﴿ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴾ [طه:124] وقال تعالى: ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ [النحل:97] فالإسلام يتميز بالاهتمام بالجانب الروحي الذي يهتم بتلبية الدوافع النفسية لتلك الروح البشرية الى جانب اهتمامه بالدوافع الجسدية، وإن التوازن الذي يتحقق باتباع المنهج الرباني في تلبية حاجة الدوافع يفضي الى العلاج المتكامل والوقاية التامة من الامراض النفسية والجسدية.

فصل الآثار النفسية للعبادات في الإسلام

إن تقوية الجانب الروحي في الإسلام يكون بالايمان بالله وتوحيده في عبادته وتقواه، بفعل ما أمر به من سلوك وابتعادا عن غضبه بالرتكاب ما نهى عنه، ولقد يسر الإسلام للعبد طريق السيطرة على دوافعه من خلال الالتزام بالعبادات وتحفيزه على السيطرة على الانفعالات، وبذلك يستطيع الانسان أن يحقق التوازن بين الجانبين الروحي والبدني في شخصيته، مما يؤدي الى شعوره بالامن والطمأنينة، ويحقق له الصحة النفسية والسعادة في الدنيا والاخرة. والإسلام دين واقعي لا مثاليّة، فقد احتوى الإسلام على فهمه لطبيعة الإنسان الذي يعتره النقص والضعف، قال تعالى: ﴿يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ ۗ وَخَلَقَ الْإِنْسَانَ ضَعِيفًا﴾ [النساء:28] فاحتمال الوقوع في الخطء والنسيان ناتج عن ضعف الانسان ففتح له باب التوبة والمغفرة بعد الزلل، قال تعالى: ﴿فَمَنْ تَابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ وَأَصْلَحَ فَإِنَّ اللَّهَ يَتُوبُ عَلَيْهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [المائدة:39]، قال رسول الله ﷺ: "كلُّ ابنِ آدَمَ خَطَّاءٌ، وخَيْرُ الخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ".⁽¹⁾ فأزاح الإسلام تلك الضغوط النفسية التي تكبل المذنب وتجعله يشعر بالدونية وترغبه في التغيير والامتثال لتشريعيه، قال ﷺ: "إنك لن تدع شيئاً لله عز وجل إلا بدلك الله به ما هو خير لك منه".⁽²⁾

ولقد كان في شرائع الاسلام التعبدية التدريب المتكرر والمستمر الدوري العلاجي والوقائي لتقوية الجانب الروحي في الانسان، فالصيام يقوي قدرة العقل على تحمل الدوافع الجسدية من الجوع والشهوة ويزكي النفس بمنعها من الدوافع النفسية كالانتصار للذات، قال ﷺ: "قال الله: كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ لَهُ، إِلَّا الصِّيَامَ؛ فَإِنَّهُ لِي، وَأَنَا أَجْزِي بِهِ، وَالصِّيَامُ جُنَّةٌ، وَإِذَا كَانَ يَوْمُ صَوْمِ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثُ وَلَا يَصْحَبُ، فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ: إِنِّي أَمْرٌ صَائِمٌ. وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ، خُلُوفٌ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ الْمِسْكِ. لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ

1 أخرجه الترمذي وأحمد

2 رواه أحمد

يَفْرَحُهُمَا: إِذَا أَفْطَرَ فَرِحَ، وَإِذَا لَقِيَ رَبَّهُ فَرِحَ بِصَوْمِهِ."⁽¹⁾. والصلاة تنمي قدرة العقل على السيطرة على الدوافع الجسدية التي توقعه في المنكر والفحشاء، قال تعالى: ﴿ **أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ** ﴾ [العنكبوت:45] وإن الالتزام بمواعيد الصلاة تعين النفس على السيطرة على الدوافع النفسية التي تشغله في يومه، قال تعالى: ﴿ **إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا** ﴾ [النساء:103] وأما المجاهدة في دفع وسواس النفس والسيطان الذان يشغلان المصلي بمختلف دوافعه النفسية والجسدية فهي تكسب العقل القوة في السيطرة على دوافعه، قال تعالى: ﴿ **قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ** ﴾ [المؤمنون:1 و2]، والزكاة تنمي قدرة الانسان على التحكم في دوافع نفسية كثيرة وتقيه شرورها، قال تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾ [الحشر:9] "وهكذا فإن النظرة الإسلامية الشاملة الى الانسان تمتاز بالشمول فتجمع حاجات الجسم والعقل والنفس والقلب كوحدة متماسكة بقوة الإرادة والثقة بالنفس والاعتماد على الذكر والرجاء في رحمة الله عز وجل كل هذه المميزات أكد الباحثون في شؤون الطب فائدتها".⁽²⁾ "ويتميز الإسلام بعقيدته التي تهدي للتي هي أقوم في التنسيق بين ظاهر الانسان وباطنه، وبين مشاعره وسلوكه، وبين عقيدته وعمله، فإذا هي كلها مشدودة الى العروة الوثقى التي لا تنفصم، متطلعة الى أعلى وهي مستقرة على الأرض، وإذا العمل عبادة متى توجه الانسان به الى الله، ولو كان هذا العمل متاعا واستمتعا بالحياة".⁽³⁾ "يتبع الإسلام في تربيته للإنسان منهجا تربويا هادفا يحقق التوازن بين الجانبين الروحي والمادي في شخصية الانسان، بما يؤدي الى تكوين الشخصية السوية التي تتمتع بالصحة النفسية. ولما كان معظم الناس يميلون الى الانشغال بتحصيل السعادة العاجلة في هذه الحياة الدنيا،

1 صحيح البخاري

2 مجلة جامعة الشارقة للعلوم الشرعية والإنسانية المجلد 4، العدد 1 ص18

3 في ظلال القرآن المجلد الرابع ص2215

ويغفلون عن تحصيل السعادة الآجلة في الحياة الآخرة، كان الانسان في حاجة الى منهج تربوي خاص يتضمن أسلوبين من التربية: الأسلوب الأول هو تقوية الجانب الروحي في الانسان عم طريق الايمان بالله وتقواه، وأداء العبادات المختلفة. والأسلوب الثاني هو السيطرة على الجانب البدني في الانسان كما يتمثل ذلك في توجيهات الإسلام الخاصة بالسيطرة على الدوافع والانفعالات والتحكم في أهواء النفس".⁽¹⁾

1 المنهج الإسلامي في تحقيق الصحة النفسية ص42 دراسات دعوية عدد 28 رمضان 1435 د. محمد علي عمر رحمة

التأهيل النفسي لاستقبال الدواء الرباني

فصل القلب مفتاح تزكية النفس

إنّ الروح، تلك المخلوق السماوي، عندما سكنت الجسد الارضي، ذلك المخلوق الترابي، ارتبطت سعادتها العاجلة به، فلما فأخلدت إليه جعلت من تلبية الدوافع الجسد الطينية غايتها ونسيت طابعها السماوي حتى اندست في ذلك التراب وغابت فيه. فأصبح المخلوق السماوي الذي كان سببا في حياة ذلك المخلوق الأرضي، رهينا له أسيرا عنده مكبلا بدوافعه. ولما كانت القلوب مناط العقل ومفتاح عمل الجوارح، كان على النفس أن تستأذن منه في تحريك الجوارح لتحقيق سعادتها. وانقسمت القلوب الى نوعان، قلوب فيها عقل قوي عملت على تزكية النفس وتخليصها من ركام التراب التي اندست تحته ليعيدها الى طبيعتها وعلوها السماوي الاصيلي، قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا﴾ [الشمس:9] ومنها قلوب ضعيفة العقل سيطرت عليها النفس، فما زادت إلا انغماس في التراب حتى تخلت عن أصلها السماوي وأخلدها الى ذلك التراب، قال تعالى: ﴿وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾ [الشمس:10]

قد يطلق على القلب اسم النفس لأن القلب هو مفتاح السيطرة على النفس وعلاجها، ولقد جاء في السنة عن النعمان بن بشير قال: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: "أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ، صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ، فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ". (1) "يقول الجرجاني أن الطب الروحي هو العلم بكمالات القلوب وآفات وأمرضها وأدوائها وبكيفية حفظ صحتها واعتلالها الجسماني والروحي للقلوب ورد الامراض التي يمكن أن تصيب القلب". (2) فصلاح القلب هو السبيل لصلاح النفس والجسد. ولما كان للإنسان الا قلبا واحدا لم يعد للنفس سبيل الا الجوارح إلا بعد خضوعها لحكم القلب وإرادته في تحقيق مطلبها، قال

1 صحيح مسلم

2 التعريفات ص 140 طبعة دار الكتب العلمية

تعالى: ﴿ مَا جَعَلَ اللَّهُ لِرَجُلٍ مِّن قَلْبَيْنِ فِي جَوْفِهِ ۖ وَمَا جَعَلَ أَرْوَاجَكُمْ اللَّائِي تَظَاهِرُونَ مِنْهُنَّ أُمَّهَاتِكُمْ ۖ وَمَا جَعَلَ أَدْعِيَاءَكُمْ أَبْنَاءَكُمْ ۖ ذَلِكُمْ قَوْلُكُمْ بِأَفْوَاهِكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَقُولُ الْحَقَّ وَهُوَ يَهْدِي السَّبِيلَ ﴾ [الأحزاب:4]، قال ابن عباس : سببها أن بعض المنافقين قال : إن محمدا له قلبان ; لأنه ربما كان في شيء فنزع في غيره نزعة ثم عاد إلى شأنه الأول ; فقالوا ذلك عنه فأكذبهم الله عز وجل.(1) والشاهد من هذا القول أن الانسان لو كان له قلبين لما استطاع التحكم في نفسه وذلك لأن القلب منفذ لتحقيق مطالب النفس في الجوارح، فعلاج القلب من مرض أو ضعف ما دامت فيه حياة، هو المنفذ لعلاج النفس وكبح جماحها وعلاجها.

يقول ابن القيم: "وأما طب الابدان، فجاء من تكميل شريعته، ومقصودا لغيره، بحيث إنما يستعمل عند الحاجة اليه، فإذا قدر على الاستغناء عنه، كان صرف الهمم والقوى الى علاج القلوب والارواح، وحفظ صحتها، ودفع أسقامها، وحميتها مما يفسدها هو المقصود، بالمقصد الأول. وإصلاح البدن بدون اصلاح القلب لا ينفع، وفساد البدن مع اصلاح القلب مضرتة يسيرة جدا، وهي مضرة زائلة تعقبها المنفعة الدائمة التامة، وبالله التوفيق". (2)

والمقصود من كلامه رحمه الله أن أمراض الأبدان مأجورة عند الله، وأما أمراض القلوب والنفوس فإنها أولى بالعلاج لتأثيرها على الاعمال العبد والسلوك الذي عليها الجزاء والعقاب.

فصل أهمية تزكية النفس

ان تزكية النفس تساهم في تخليصها من المقاومة الذاتية للدواء وهذا أمر في غاية الاهمية، لأن الدواء المناسب يكون أقوى على الداء إذا انتفت الموانع التي تحول بينهما. والشيطان يتخذ من تلك الشرور والنقائص النفسية ساترا يقاوم بها قوة الدواء، وكلما تطهرت النفس وتزكت لم يجد الشيطان ما يستتر به من سيف الدواء واثخان الشفاء فيه. فالدواء يحتاج إلى قبول المحل له فإذا لم

1 تفسير القرطبي

2 ابن القيم كتاب الطب النبوي ص18

يكن هناك استعداد نفسي لقبول الدواء، سواء كان دواءً حسيماً أو روحياً، فإن تأثيره قد ينقص أو ينعلم بحسب استعداد النفس لذلك، يقول ابن القيم: "أن الأذكار والآيات والأدعية التي يستشفى بها ويرقى بها، هي في نفسها نافعة شافية، ولكن تستدعي قبول المحل، وقوة همة الفاعل وتأثيره، فمتى تخلف الشفاء كان لضعف تأثير الفاعل، أو لعدم قبول المنفعل أو لمانع قوي فيه يمنع أن ينجع فيه الدواء، كما يكون ذلك في الأدوية والأدواء الحسية، فإن عدم تأثيرها قد يكون لعدم قبول الطبيعة لذلك الدواء، وقد يكون لمانع قوي يمنع من اقتضائه أثره، فإن الطبيعة إذا أخذت الدواء بقبول تام كان انتفاع البدن به بحسب ذلك القبول، فكذلك القلب إذا أخذ الرقى والتعاويد بقبول تام، وكان للراقي نفس فعالة وهمة مؤثرة في إزالة الداء.(1) ويقول رحمه الله في موضع آخر: "كما أن شفاء القرآن لا يناسب إلا الأرواح الطيبة والقلوب الحية. فإعراض الناس عن طب النبوة: كإعراضهم عن الاستشفاء بالقرآن الذي هو: الشفاء النافع. وليس ذلك لقصور في الدواء، ولكن: لخبث الطبيعة، وفساد المحل، وعدم قبوله، والله الموفق".(2) وتعدّ هذه الفوائد الجليلة التي ذكرها ابن القيم دليلاً واضحاً على قوة الصلة بين اعتقاد المريض بنفع الدواء، وتأثير ذلك الدواء في الداء. وهو ما يؤكد الأطباء المعاصرون من خلال التجربة: "إن المستحضرات الصيدلانية لا يتحقق مفعولها أبداً لأسباب كيميائية فسيولوجية فحسب، وإنما أيضاً بسبب تأثير التوقع من جانب المريض. فالعديد من العقاقير الطبية ذات تأثير مختلف وقد دلت التجارب على البلاسيبو على إثبات ذلك في الكثير من الحالات. والبلاسيبو ليست إلا عقاقير زائفة أو شبيهة بالعقاقير، يعتقدها المريض عقاقير طبية ذات فاعلية".(3)

1 كتاب الداء والدواء ج1 ص9

2 ابن القيم كتاب الطب النبوي ص28

3 الباراسيكولوجي والطب ص30

فصل منهجية تزكية النفس

تزكية النفس تحتاج الى تقويم معرفي وعملي، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعد:11] ويهدف التقويم المعرفي الى تصحيح العقائد وتعزيز الأركان التي بني عليها الإسلام كتوحيد العبودية لله واستحضار معيته وحسن استقبال الاقدار بالصبر وحسن الظن بالله والتوكل عليه ورجائه في جلب الشفاء ودفع البلاء. فإحداث تغيرات في الشخصية أو تعديل في السلوك يحتاج الى اصلاح فكري يعدل الفهم لأن سلوك الانسان يتأثر تأثراً كبيراً بأفكاره. وأما التقويم العملي أو السلوكي فيتمثل في الاستجابة العملية بالجوارح لما يدعو اليه التقويم المعرفي من التزام بتقوى الله وعبادته. وهذا التكامل بين الجانبين المعرفي والسلوكي يقوى المصاب في مواجهة التحديات النفسية بطريقة ربانية، "فلا يكفي لشفاء المريض أن يعرف حقيقة مشكلاته، وأن تتغير أفكاره عنها، وأن تتغير نظرتة الى نفسه والى الحياة، بل إنه من الضروري أيضاً أن يمر المريض النفسي بخبرات جديدة في الحياة يطبق فيها أفكاره الجديدة"⁽¹⁾، قال رسول الله ﷺ: "إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَىٰ صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَىٰ قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ."⁽²⁾ يقول ابن القيم رحمه الله: "بل ههنا من الادوية التي تشفي من الامراض، ما لم يهتدي اليها عقول أكابر الأطباء، ولم تصل إليها علوم وتجارهم وأقيستهم: من الأدوية القلبية والروحانية، وقوة القلب، واعتماده على الله، والتوكل عليه، والالتجاء إليه، والانطراح والانكسار بين يديه، والتذلل له، والصدقة والدعاء، والتوبة والاستغفار، والإحسان الى الخالق، وإغاثة الملهوف، والتفريج عن المكروب. فإن هذه الادوية قد جربها الأمم على

1 د. محمد عثمان نجاتي، القرآن وعلم النفس ص284

2 رواه مسلم

اختلاف أديانه ومللها فوجدوا لها من الأثر في الشفاء ما لا يصل إليه علم أعلم الأطباء ولا تجربته ولا قياسه. (1)

فصل التقويم المعرفي لتحقيق الامن النفسي

إن تحقيق الامن النفسي هو أساس الصحة النفسية، وإن تعزيز الايمان في القلب من أهم الأسباب لتحقيق الامن والطمأنينة في النفس، فلا يتحقق الامن النفسي إلا من خلال الايمان بالله وحده، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَهُمْ لَا يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ [الانعام: 82] وإن فقدان الايمان بالله الذي هو أساس لبقية أركان الايمان يؤدي الى فقدان الامن والشعور بالهم والقلق والشقاء في الدنيا والاخرة، وان السكينة والامان هو ثمرة من ثمار الايمان وهو سبب لزيادة الايمان، قال تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ ۗ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾ [الفتح: 4] وأن الخوف هو ثمرة من ثمار الكفر، قال تعالى: ﴿سَنُلْقِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ بِمَا أَشْرَكُوا بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنَزَّلْ بِهِ سُلْطَانًا ۗ وَمَأْوَاهُمُ النَّارُ ۗ وَبِئْسَ مَثْوَى الظَّالِمِينَ﴾ [آل عمران: 151] وقال تعالى: ﴿وَضْرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ﴾ [النحل: 112]

والايمان بالله يقتضي الايمان برسله الذين أرسلهم وكتبه التي أنزلها، وهو المانع من الشقاء وضمنك المعيشة في الدنيا، قال تعالى: ﴿قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا ۖ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى ۗ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ [طه: 124] ثم إن الايمان بالقدر خيره وشره، هو المثبت للنفس عند البلاء والمحن والحافظ من شرور النفس عند الخير والتعم، قال تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ وَمَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ ۗ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ [التغابن: 11]

فصل التقويم المعرفي لتحقيق المعية الإلهية

إن الانسان كثيرا ما يشعر بالعجز الذي يقهره فيحتاج الى ركن منيع يلجأ اليه ويستغيث به، قال تعالى: ﴿وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبِهِ أَوْ قَاعِدًا﴾ [يونس:12] فالمؤمن بالله يشعر بتلك المعية الإلهية والقوة المطلقة التي تحميه، فهو كثير اللجوء اليها مصدق بوعده الله لعباده المتقين، قال تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۗ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [البقرة:186] فالإيمان بالله والاستجابة لأمره لها الأثر البالغ في تحقيق معية الله سبحانه، قال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُدْفِعُ عَنِ الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُورٍ﴾ [الحج:38] وقال تعالى: ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ۗ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ﴾ [يونس:63]

إن من ثمرات الايمان ولاية الله لعبده المؤمن، يحوطه بعنايته ورعايته، ويحفظه، ويثبتته عند الشدائد، وينصره، ويحميه، ويدافع عنه، فتتحقق للمؤمن بهذه المعية سكينه النفس والأمن والطمأنينة فلا يعرف خوفا أو حزنا، قال الله لموسى وهارون عليهما السلام لما أمرهما الله أن يذهبا الى دعوة فرعون فقالا: ﴿قَالَ رَبَّنَا إِنَّنَا نَخَافُ أَنْ يَفْرُطَ عَلَيْنَا أَوْ أَنْ يَطْغَى﴾ [طه:45] فقال الله سبحانه وتعالى: ﴿قَالَ لَا تَخَافَا ۖ إِنِّي مَعَكُمْ ۖ أَسْمَعُ وَأَرَى﴾ [طه:46]

إن تعزيز الثقة في معية الله تمد العبد بالقوة عند الضعف والامل عند الضيق ولو غابت الأسباب المادية، وأنبياء الله هم الاكمل ايمانا والأقرب لمعية الله، فلما رأى موسى عليه السلام فرعون وجنوده وضمن قومه أنهم مدركون لا محالة مذكرهم بمعية الله وحفظه، فقال لهم: ﴿قَالَ كَلَّا ۖ إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ﴾ [الشعراء:62] وقال محمد ﷺ لابي بكر الصديق عندما كان في الغار والمشركون أمامه: ﴿لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا﴾ [التوبة:40]. " إن المؤمن دائم التوجه الى الله تعالى في عبادته وفي كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته سبحانه وتعالى، ولذلك فهو يشعر أن الله تعالى معه دائما، وهو في عونته دائما، وأن شعور المؤمن بأن الله تعالى في عونته كفيل بأن يبث في نفسه الشعور بالأمن والطمأنينة".

فصل التقويم المعرفي لمعنى الصبر

يقول ابن القيم: "الصبر واجب بإجماع الأمة، وهو نصف الإيمان، فإن الإيمان نصفان: نصف صبر، ونصف شكر، فمن لزم الصبر لم يتسخط على القدر ولم يعترض عليه، وإن كان متأماً في نفسه". فالصبر قوة نفسية يستعين بها العبد على تقبل الصعوبات والتحديات والتجارب السيئة، وتزيد في قدرة الانسان على التعامل مع الضغوط بواقعية واستعداده للتغيير. ويقول ابن القيم: أكثر أسقام البدن والقلب، إنما تنشأ عن عدم الصبر، فما حفظت صحة القلوب والابدان والارواح بمثل الصبر، فهو الفاروق الأكبر، والترياق الأعظم.⁽¹⁾ ويظهر الصبر بعدم الجزع عند المصائب والتزام بما يدل عليه من قول وفعل ورضا بالقدر خيره وشره. والرضا بالقدر ليس استسلاماً والاستكانة، ولكن هو اعتقاد في كمال المدبر للأمر وحسن الظن بالله سبحانه. وإن من سبل تعزيز الصبر حسن التعزية على البلاء، بتذكير صاحبه على لأن استقرار الحال من المحال وأنه بعد العسر لا يكون الا يسرا، وأن عظم الجزاء مع عظم البلاء كما قال رسول الله ﷺ: "إِنَّ عِظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ، وَإِنَّ اللَّهَ - عَزَّ وَجَلَّ - إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ؛ فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَى، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ".⁽²⁾، وعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: "ما من مسلم يصيبه أذى إلا حات الله عنه خطاياها كما تحات ورق الشجر".⁽³⁾ وقد قال النبي ﷺ: "ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب، ولا هم ولا حزن، حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها".⁽⁴⁾

1 الطب النبوي ص251

2 صحيح الترمذي

3 صحيح البخاري

4 صحيح البخاري

فصل التقويم المعرفي لحقيقة العدو

إن الله سبحانه خالق الخلق وهو أعلم بخلقه وهو الطيف الخبير يقول: ﴿إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا﴾ [النساء:76] وقال تعالى واصفا عجز الشيطان أمام عباده: ﴿إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنْ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ﴾ [الحجر:42] وقال تعالى واصفا جنبه لما جد الأمر وجاء الحق: ﴿وَإِذْ زَيْنَ هُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَاهُمْ وَقَالَ لَا غَالِبَ لَكُمْ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌ لَكُمْ فَلَمَّا تَرَأَتِ الْفِتْنَانَ نَكَصَ عَلَى عَقْبَيْهِ وَقَالَ إِنِّي بَرِيءٌ مِّنْكُمْ إِنِّي أَرَىٰ مَا لَا تَرَوْنَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ وَاللَّهُ شَدِيدُ الْعِقَابِ﴾ [الأنفال:48]

فإذا تبينت حقيقة الشيطان على ما هي عليه، وجب ألا يكون له وزن في النفس، ولا نصيب للشيطان فيما ينزل الله سبحانه بالمصاب من أقدار وأضرار مادية وجسدية ونفسية، إلا أن الشيطان كان سببا من الأسباب. وليس كل ما يصيب المصاب من بلاء هو بسبب الشيطان، ولكن كل ما يصيبه لا يخرج على قدر الله وقضائه قطعا. وإن الشيطان ليستقوي على المصاب بتعظيمه له في نفسه بالقول أو الفعل، فعن رجل من أصحاب النبي ﷺ، أنه قال: "كنت رديفَ النبي ﷺ فعثرت دابةً، فقلت: تعس الشيطان، فقال: لا تقل تعس الشيطان؛ فإنك إذا قلت ذلك تعظم حتى يكون مثل البيت، ويقول: بقوتي، ولكن قل: بسم الله؛ فإنك إذا قلت ذلك، تصاغر حتى يكون مثل الذباب".⁽¹⁾ وإن ردّ الأمور إلى أقدار الله يُعين المصاب على التوجه إليه سبحانه بالدعاء لكشف الضر، فهو وحده القادر على دفعه، كما يُدّد عن النفس شبح هيمنة الشيطان على حياة المصاب، ويُسقط عنه الذريعة التي يتقوى بها عند وقوع المصائب، بل إن تجاهل دوره في حياة الإنسان سبب في ضعف الشيطان مادياً ونفسياً.

فصل التقويم العملي بتقوى الله

إن العمل الصالح الذي ينسجم مع البناء المعرفي يمنح النفس التوازن الداخلي، ويؤدي هذا السلوك الى تغيير في الحالة نفسية ذلك لتأثير اعمال الجوارح على القلوب، قال تعالى: ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾ [المطففين:14] فمن أهم العلاجات السلوكية لتزكية النفس هي تقوى الله سبحانه واتباع مرضاته، فتقوى الله جالبة للنفع دافعة للضرر، قال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا﴾ [الطلاق:2] وقال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا﴾ [الطلاق:4] وقال تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُعْظِمْ لَهُ أَجْرًا﴾ [الطلاق:5] ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الانسان في دوافعه وانفعالاته، وسيطرته على ميوله وأهوائه، فيقوم بإشباع دوافعه في الحدود التي يسمح بها الشرع فقط. ولا يتضمن مفهوم التقوى كبت الدوافع الفطرية، بل يتضمن فقط ضبطها والتحكم فيها واشباعها في حدود المسموح بها شرعا". (1) وقال تعالى: ﴿قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [البقرة:38] "وَأَلْمَقْصُودُ أَنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ جَعَلَ اتِّبَاعَ هِدَايَةِ وَعَهْدِهِ الَّذِي عَهْدَهُ إِلَى آدَمَ سَبَبًا وَمَقْتَضِيًا لِعَدَمِ الْخَوْفِ وَالْحُزْنِ وَالضَّلَالِ وَالشَّقَاءِ وَهَذَا الْجُزْءُ ثَابِتٌ بِثُبُوتِ الشَّرْطِ مُنْتَفِئًا بِانْتِفَائِهِ كَمَا تَقَدَّمَ بَيَانُهُ. وَنَفْيُ الْخَوْفِ وَالْحُزْنِ عَنْ مُتَّبِعِ الْهُدَى نَفْيُ الْجَمِيعِ أَنْوَاعِ الشَّرُورِ فَإِنَّ الْمَكْرُوهَ الَّذِي يَنْزِلُ بِالْعَبْدِ مَتَى عَلِمَ بِحُصُولِهِ فَهُوَ خَائِفٌ مِنْهُ إِنْ يَقَعُ بِهِ، وَإِذَا وَقَعَ بِهِ فَهُوَ حَزِينٌ عَلَى مَا أَصَابَهُ مِنْهُ. فَهُوَ دَائِمًا فِي خَوْفٍ وَحُزْنٍ، وَكُلُّ خَائِفٍ حَزِينٍ فَكُلُّ حَزِينٍ خَائِفٌ، وَكُلُّ مَنْ الْخَوْفُ وَالْحُزْنُ يَكُونُ عَلَى فِعْلِ الْمَحْبُوبِ وَحُصُولِ الْمَكْرُوهِ. فَالْأَقْسَامُ أَرْبَعَةٌ، خَوْفٌ مِنْ فَوْتِ الْمَحْبُوبِ وَحُصُولِ الْمَكْرُوهِ وَهَذَا جَمَاعُ الشَّرِّ كُلُّهُ فَنَفَى اللَّهُ سُبْحَانَهُ ذَلِكَ عَنْ مُتَّبِعِ هِدَايَةِ الَّذِي أَنْزَلَهُ عَلَى أَلْسِنَةِ رُسُلِهِ". (2)

1 د. محمد عثمان نجاتي، القرآن وعلم النفس ص282

2 ابن القيم، كتاب مفتاح دار السعادة، ج1 ص34

فصل التقويم العملي بالدعاء

إن الدعاء علاج سلوكي وطريقة آمنة للتنفيس عن النفس حاجتها ومطلبها، قال تعالى عن يعقوب عليه السلام لما اشتد كربه بفقدان يوسف عليه السلام: ﴿إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَخُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ [يوسف:86] فبالدعاء يستفرغ العبد انفعالاته المكبوتة ويشكو همومه وأحزانه وينفس عن القهر الذي يشعر به. ذلك لثقة الداعي بستر خبرها عن الناس واعتقادها في قدرة الله على مساعدتها. فلدعاء أثراً عظيماً في تخفيف الضغط على النفس وطمأنينة القلب وانسراح الصدر، فيحصل الداعي لذة القرب من الله ومناجاته والتعلق به.

ولا تقتصر الفوائد العلاجية للدعاء على التنفيس عن المكروب فحسب، بل تمتد لتشمل بثّ الأمل، واستشعار قرب الفرج، وتحقيق المطلوب. ومن ثمّ، فإن الدعاء يُعدُّ دافعاً إلى العمل النافع وباعثاً على السعي في الاسباب، قال رسول الله ﷺ: " إِنْ اللَّهُ حَيٌّ كَرِيمٌ يَسْتَحِي إِذَا رَفَعَ الرَّجُلُ إِلَيْهِ يَدَيْهِ أَنْ يَرُدَّهُمَا صَفْرًا خَائِبَتَيْنِ".⁽¹⁾ وقال رسول الله ﷺ: " ما من مُسْلِمٍ يَدْعُو بِدَعْوَةٍ لَيْسَ فِيهَا إِثْمٌ وَلَا قَطِيعَةٌ رَحِمَ إِلَّا أَعْطَاهُ اللَّهُ بِهَا إِحْدَى ثَلَاثٍ إِمَّا أَنْ تُعَجَّلَ لَهُ دَعْوَتُهُ فِي الدُّنْيَا وَإِمَّا أَنْ يَدَّخِرَهَا لَهُ فِي الآخِرَةِ وَإِمَّا أَنْ يُصَرَّفَ عَنْهُ مِنَ الشُّؤْمِ مِثْلَهَا قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِذَا نَكَّرْتُ، قَالَ: اللَّهُ أَكْثَرُ".⁽²⁾ والله سبحانه وتعالى يحبّ أن يدعو عباده، فالله تعالى يسمع الدعاء، ويجب النداء، ويغيث المستغيثين، قال تعالى: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾ [البقرة:186] وترك الدعاء مجلبة لغضب الله تعالى على العبد، قال تعالى: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾ [غافر:60] وإن من علامات قسوة القلب ترك الدعاء عند البلاء، قال تعالى: ﴿فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ

1 صحيح الترمذي

2 صحيح الأدب المفرد

هُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿ [الانعام:43] "قال شيخ الإسلام: الدعاء سبب يدفع البلاء، فإذا كان أقوى منه دفعه، وإذا كان سبب البلاء أقوى لم يدفعه لكن يخففه ويضعفه، ولهذا أمر عند الكسوف والآيات بالصلاة والدعاء والاستغفار والصدقة . يقول ابن القيم رحمه الله: والدعاء من أنفع الأدوية؛ وهو عدو البلاء يدافعه ويعالجه ويمنع نزوله ويرفعه، أو يخففه وهو سلاح المؤمن. إن الأمل في استجابة الله تعالى للدعاء يخفف من كرب المؤمن وهمه، ويمده بقوة تعينه على التحمل والصبر، وتبث فيه الشعور بالراحة النفسية.(1)

ومن آداب الدعاء رفعُ الأيدي، وحضور القلب، وافتتاح الدعاء بالحمد والثناء على الله سبحانه والصلاة على النبي ﷺ، والسؤال بالأسماء الله الحسنى وتقديم التوبة والاعتراف بالذنب، ثم الجزم في الدعاء واليقين بالإجابة والإلحاح وعدم الاستعجال.

فصل التقويم العملي بالصلاة

لما كانت الصلاة في الإسلام عماد الدين، ولا يقوم الدين إلا بها، كانت وسيلة أساسية لعلاج السلوكي، قال تعالى: **﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ﴾** [العنكبوت:45] إن الصلاة إذا أقامها العبد بحدودها وشروطها أثمرت في القلب تقوى الله، وتقوى الله تشمل الاستجابة للدوافع النفسية والجسدية بما يقتضيه شرعه وأمره، فيكتسب العبد بالصلاة قوة في القلب تمكنه من تزكية النفس والسيطرة على الدوافع التي يستعين بها الشيطان لإيقاع العبد في المعاصي والمحرمات.

والصلاة هي ملاذ الملهوف المضطرّ عند الشدائد، قال تعالى: **﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾** [البقرة:45]، وهي علاج عملي للاضطرابات النفسية وانفعالها الجسدية، وقال تعالى: **﴿وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ﴾** [الحجر:97 و98]

1 د. أحمد عثمان نجاتي كتاب الحديث النبوي وعلم النفس ص334

والمقصود بالصلاة التي تظهر ثمرتها العلاجية هي تلك التي يُؤدّيها العبد بقلب خاشع، وتتحقّق بها حقيقة التواصل بينه وبين ربّه، من استشعر المصلّي وقوفه بين يدي الله تعالى، واستحضاره لمعاني الكلمات التي يناجيه بها، ومقاصد الحركات التي يقوم بها، قال تعالى: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ* الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾ [المؤمنون: 1 و2] "إن هذا الانصراف التام عن مشكلات الحياة وهمومها، وعدم التفكير فيها أثناء الصلاة، ووقوفه أمام ربه في خشوع تام من شأنه أن يبعث في الانسان حالة من الاسترخاء التام وهدوء النفس، وراحة العقل. ولهذا الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسي التي تحدثها الصلاة أثرها العلاجي الهام في تخفيف حدة التوترات العصبية الناشئة عن ضغوط الحياة اليومية، وفي خفض القلق الذي يعاني منه بعض الناس".⁽¹⁾

ولتحصيل ثمرات الصلاة العلاجية وجب حسن الاستعداد لها لتوفير أفضل الظروف عند أدائها وذلك بتلبية الدوافع الجسدية التي يمكن إشباعها لكي لا تشغل القلب ويحصل المطلوب من الصلاة، فعن عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها قالت: "إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: لَا صَلَاةَ بِحَضْرَةِ الطَّعَامِ، وَلَا هُوَ يُدَافِعُهُ الْأَخْبَثَانِ".⁽²⁾ وكلما تحقق اجتماع القلب والجوارح في الصلاة واستحضار العبد الوقوف بين يدي الله سبحانه ومناجاته تحصل له الثمرة المرجمة من الصلاة كسلوك علاجي، قال رسول الله ﷺ: "إِنَّ الْعَبْدَ لِيُصَلِّيَ الصَّلَاةَ مَا يُكْتَبُ لَهُ مِنْهَا إِلَّا عَشْرُهَا، تُسَعُّهَا، ثَمْنُهَا، سُبْعُهَا، سُدْسُهَا، خَمْسُهَا، رُبْعُهَا، ثُلُثُهَا، نِصْفُهَا".⁽³⁾

1 د. محمد عثمان نجاتي القرآن وعلم النفس ص 285

2 صحيح مسلم

3 صححه الالباني

فصل التقويم العملي بالصيام

الصيام هو عبارة عن تدريب عملي لتزكية النفس وتقويم السلوك الاجتماعي للفرد، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة:183]، إنَّ الصيام هو امتناعٌ إراديٌّ عن إشباع بعض الدوافع الجسدية المباحة خلال فترة زمنية محدَّدة من اليوم، كالإمساك عن الطعام والشراب والشهوة. وهو كذلك إمساكٌ عن تلبية بعض الدوافع النفسية المباحة، كالانتصار للنفس وضبط الغضب، بما يُزكِّي الروح ويهدِّب السلوك. وقال رسول الله ﷺ: "الصِّيَامُ جُنَّةٌ، وَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمِ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثُ وَلَا يَصْحَبُ، فَإِنْ سَابَّهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ: إِنِّي امْرُؤٌ صَائِمٌ".⁽¹⁾ فإذا استطاع الصائم أن يمتنع عن المباح بإرادته، فإذا عرضت له معصية تستثير بعض تلك الدوافع، كان أقدر على ردها وكبح جماحها. وبهذا يكون الصيام جُنَّةً للمؤمن وحِصنَه الحِصين، يرفع به الصائم جدار مقاومته النفسية أمام دوافعه وشهوات النفس فيمنع الشيطان من استغلالها، فالصيام وسيلة وقائية تُهدِّب النفس، وتحفظ توازنها، وتصون صحة الجسم والعقل.

وإذا كان الامتناع عن الحرام واجباً في كل وقت، فإن الصيام يتميِّز بكونه امتناعاً عن المباح في وقت محدد، ولا تتحقَّق ثمرة الصيام الحقيقية ما لم يمتنع الصائم عن الحرام، إذ لا معنى لترك المباح مع الإقدام على المحظور، ولذلك قال ﷺ: "مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ".⁽²⁾

إن المداومة على هذا العلاج السلوكي من خلال صيام الفرائض والتطوع يساعد المصاب بالمس على ضبط دوافعه وانفعالاته والسيطرة عليها ويرفع من قدراته العقلية ويقوي إرادته وعزمته على ضبط سلوكه. فالصيام نموذج تربوي سلوكي يُدرِّب الصائم على الالتزام بإرادة العقل لفترة محددة فيما يُباح للنفس، ليكتسب العقل القوة اللازمة لمقاومة شهوات النفس وييسر سلطانه على

1 أخرجه البخاري

2 صحيح البخاري

الجوارح في توجيه سلوكها، وبذلك يكون الصيام وسيلة لتضييق مداخل الشيطان على الانسان، قال ﷺ: **" إِنَّ الشَّيْطَانَ يَجْرِي مِنْ ابْنِ آدَمَ مَجْرَى الدَّمِّ، فَضَيِّقُوا مَجَارِيهِ بِالْجُوعِ وَالصَّوْمِ "**.⁽¹⁾

فصل التقويم العملي بالصدقات

تلعب العلاقات الاجتماعية دورًا بالغ الأهمية في التوازن النفسي، فهي تشكل أساس التواصل والتفاعل مع الآخرين، ولكن الأشخاص الذين يعانون من الاضطرابات النفسية بسبب المس الشيطاني قد يواجهون بعض التحديات في إدارة علاقاتهم مع الآخرين. إن الانتقال من مرحلة الإصلاح النفسي الى العطاء النافع وإنشاء علاقات اجتماعية ناجحة من شأنها أن تعود على النفس بالنفع والتهديب لبعض دوافعها. فالعلاج السلوكي بالصدقات يعمل على تطهير النفس وتنقيتها من صفة البخل وتخلصها من داء الشح التي تعترتها بدافع التملك، كما يعمل على إنشاء علاقات اجتماعية متينة وناجعة، قال تعالى: ﴿ فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَأَسْمِعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا لِأَنْفُسِكُمْ ۚ وَمَنْ يُوقْ شِحْحَ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [التغابن:16] فالشح والبخل من أسباب القلق من المستقبل وعدم الامن في الحاضر والحسرة على الماضي، قال رسول الله ﷺ: **" إِيَّاكُمْ وَالشَّحَّ فَإِنَّهُ أَهْلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ أَمْرَهُمْ بِالْقَطِيعَةِ فَقَطَعُوا أَرْحَامَهُمْ وَأَمْرَهُمْ بِالْفَجْرِ فَفَجَّرُوا وَأَمْرَهُمْ بِالْبَخْلِ فَبَخَلُوا "**.⁽²⁾ فالشح سبب لتحريك دوافع نفسية أخرى وتدفع النفس الى الرذائل والمعاصي المهلكة، ويقول الدكتور أحمد عثمان نجاتي عن فوائد الزكاة على النفس: **"إنها تقوي في المسلم الشعور بالمشاركة الوجدانية مع الفقراء والمساكين، وتبث فيه الشعور بالمسؤولية نحوهم، وتدفعه الى العمل على اسعادهم والترفيه عنهم. انها تعلم المسلم حب الآخرين وتخلصه من الانانية وحب الذات والبخل والطمع"**.⁽³⁾

1 رواه الشيخان

2 أخرجه أبو داود وأحمد

3 كتاب القرآن وعلم النفس ص 295

صنع الصدقات متعددة ولا تقتصر على الجانب المادي فحسب، بل تشمل كل المعاملة الحسنة مع الغير، قال صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "تَبَسُّمُكَ فِي وَجْهِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ وَأَمْرُكَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهْيُكَ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ وَإِرْشَادُكَ الرَّجُلَ فِي أَرْضِ الضَّلَالِ لَكَ صَدَقَةٌ وَبَصْرُكَ لِلرَّجُلِ الرَّدِيءِ الْبَصْرَ لَكَ صَدَقَةٌ وَإِمَاتُكَ الْحَجَرَ وَالشَّوْكَ وَالْعِظْمَ عَنِ الطَّرِيقِ لَكَ صَدَقَةٌ وَإِفْرَاغُكَ مِنْ دَلُوكَ فِي دَلِوِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ". (1) ويقول ابن القيم رحمه الله: الْإِحْسَانُ إِلَى الْخَلْقِ وَنَفْعُهُمْ بِمَا يُمَكِّنُهُ مِنَ الْمَالِ وَالْجَاهِ وَالنَّفْعِ بِالْبَدَنِ وَأَنْوَاعِ الْإِحْسَانِ، فَإِنَّ الْكَرِيمَ الْمُحْسِنَ أَشْرَحَ النَّاسَ صَدْرًا، وَأَطْيَبَهُمْ نَفْسًا، وَأَنْعَمَهُمْ قَلْبًا، وَالْبَخِيلُ الَّذِي لَيْسَ فِيهِ إِحْسَانٌ أَضْيَقُ النَّاسِ صَدْرًا، وَأَنْكَدَهُمْ عَيْشًا، وَأَعْظَمَهُمْ هَمًّا وَعَمًّا. (2)

ومن أصعب الصدقات على النفس الاحسان لم أساء إليها، وهذا سلوك صعب وشاق على النفس ولا يستطيعه الا ذو حظ عظيم، قال تعالى: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت:34] فالشيطان يحاول جاهدا اشغال تفكير المصاب بالحاسد فيحرك في نفسه شرور الغيظ ودوافع الانتقام، فيتحرك بذلك فكر الحاسد في المحسود، فيزيد الشيطان قوة وتسلطا على المحسود. ولكن إذا اشتغل فكر المصاب بالإحسان الى من حسده دون خوف منه أو ضعف، ولكن توكلنا وتفويضنا لله واعتمادنا عليه في دفع ضره، خمدت نار الحاسد في قلبه وغفل عن المحسود وخاب سعي الشيطان في تأجيجها. يقول ابن القيم عند ذكر الأسباب التي يندفع بها شر الحاسد عن المحسود: "فراغ القلب من الاشتغال به والفكر فيه، وأن يقصد أن يمحوه من باله كلما خطر له، فلا يلتفت إليه ولا يخافه، ولا يملأ قلبه بالفكر فيه. وهذا من أنفع الأدوية، وأقوى الأسباب المعينة على اندفاع شره؛ فإن هذا بمنزلة من يطلبه عدوه ليمسكه ويؤذيه. فإذا لم يتعرض له، ولا تماسك

1 صحيح الترمذي

2 ابن القيم، كتاب زاد المعاد في هدي خير العباد، ج2، ص24

هو وإياه، بل انعزل عنه، لم يقدر عليه. فإذا تماسكا وتعلق كل منهما بصاحبه حصل الشرّ".⁽¹⁾

1 ابن القيم، كتاب بدائع الفوائد، ج2، ص240

الأبعاد النفسية للعلاج بالرقية الشرعية

فصل البشائر في فضل التداوي بكلام الله

يقول الامام الخطابي¹: "الرقية التي أمر بها رسول الله هو ما يكون بقوارع القرآن وبما فيه ذكر الله تعالى على لسان الابرار من الخلق الطاهرة النفوس وهو الطب الروحاني وعليه كان معظم الامر في الزمان المتقدم الصالح أهله، فلما عزّ وجود هذا الصنف من أبرار الخليقة مال الناس الى الطبّ الجسماني حيث لم يجدوا الطبّ الروحاني نجوعا في الاسقام لعدم المعاني التي كان يجمعها الرقاة المقدسة من البركات.⁽²⁾، ويقول ابن التين: "الرقى بالمعوذات وغيرها من أسماء الله هو الطب الروحاني إذا كان على لسان الابرار من الخلق حصل الشفاء بإذن الله تعالى، فلما عزّ هذا النوع فزع الناس الى الطب الجسماني".⁽³⁾ ولقد ذكر الله سبحانه أن في كلامه بركة وشفاء ورحمة، فقال تعالى: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾ [الاسراء:82] فما من مرض من أمراض القلوب والأبدان، إلا وفي القرآن سبيل الدلالة على دوائه وسببه، والحماية منه؛ لمن رزقه فهما في كتابه"⁽⁴⁾ يقول ابن القيم في تقرير الشفاء بالقرآن الكريم: "ومن المعلوم أن بعض الكلام له خواص ومنافع مجربة فما الظن بكلام رب العالمين الذي فضله على كل كلام كفضل الله على خلقه، الذي هو الشفاء التام والعصمة النافعة والنور الهادي والرحمة العامة الذي لو أنزل على جبل لتصدع من عظمتة وجلالته، قال تعالى: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ وَلَا يَزِيدُ

1 أبي سليمان الخطابي ولد 931م وتوفي 988م محدث وفقه من أشهر مؤلفاته "بيان الاعجاز في القرآن الكريم"

2 العيني كتاب عمدة القاري شرح صحيح البخاري ج26، ص265

3 ابن حجر كتاب فتح الباري ج10، ص196

4 زاد المعاد.(4/ 322)

الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿[الاسراء:82]﴾⁽¹⁾ يقول ابن القيم: "وليس لشفاء القلوب دواء قط أنفع من القرآن، فإنه شفاؤها التام الكامل الذي لا يغادر فيها سقما إلا أبرأه، ويحفظ عليها صحتها المطلقة، ويحميها الحمية التامة من كل مؤذ ومضر، ومع هذا فإعراض أكثر القلوب عنه، وعدم اعتقادها الجازم الذي لا ريب فيه أنه كذلك، وعدم استعماله والعدول عنه الى الادوية التي ركبها بنو جنسها حال بينها وبين الشفاء به".⁽²⁾

قال تعالى: ﴿كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ [ص:29] فكلام الله مبارك، والبركة لغة هي النماء والزيادة، وإن من ثمرات البركة كثرة الخير ودوام النفع، ويمكن تعريف البركة بحصول نفع كثير بجهد قليل وفي وقت قصير. "فالقرآن العظيم ينبوع كل خير، وأساس كل برّ، ومصدر كل علم، وأصل كل نعمة، أنار الله به للذين التزموه الطريق الذي يؤدي إلى تحقيق أمن الانسان وسعادته، والسبيل للتخلص من أسباب ومصادر فقدان الامن النفسي، والعلاج لكل أمراض النفس. ففيه التوجيه السديد لتربية النفس وصلاحها وسعادتها، فرباها على مصادر وأسباب أمنها وطمأنينتها وسكينتها وفوزها في الدنيا والاخرة، ووقاها وعالجها من أمراضها النفسية مثل الخوف والقلق والاضطراب.⁽³⁾

وإن أساسا العلاج النفسي يهدف الى تغيير الأفكار عن ذات، وعن الناس، والحياة، والمشكلات التي عجزوا عن مواجهتها. "وقد نجح القرآن نجاحا عظيما في التأثير في شخصيات الناس، وفي تغييرها تغييرا كبيرا كانت له نتائج بعيدة الأثر في وضع أسس جديدة لنظام حياة الانسان الشخصية، ولنظام العلاقات الإنسانية، سواء في داخل الاسرة أو في المجتمع بعامه.

1 الطب النبوي ص131

2 زاد المعاد في هدي خير العباد ، ج 4 ص 93

3 أثر القرآن الكريم في تحقيق الامن النفسي لدى المسلم ص3

وباختصار، نبح القرآن نجاحا لا نظير له بين جميع الدعوات الدينية في جميع عصور التاريخ في إحداث تغييرات عظيمة الأثر في شخصيات المسلمين، وفي المجتمع الإسلامي. (1)

فصل تأثير كلام الله ماديا والمعنويا

يقول الامام الخطابي: " في إعجاز القرآن وجه آخر ذهب عنه الناس فلا يكاد يعرفه إلا الشاذ من آحادهم، وذلك صنيعه بالقلوب، وتأثيره في النفوس، فإنك لا تسمع كلام غير القرآن منظوما ولا منثورا، إذا قرع السمع خلص له الى القلب، من اللذة والحلاوة في حال، ومن الروعة والمهابة في الأخرى، ما يخلص منه اليه، تستبشر به النفوس، وتنشرح له الصدور حتى إذا أخذت حظها منه عادت مرتاعة قد عراها الوجيب والقلق، وتغشاه الخوف والقلق، تقشعر منه الجلود، وتنزعج له القلوب، يحول بين النفس وبين مضمراؤها وعقائدها الراسخة فيها، فكم من عدو للرسول ﷺ من رجال العرب وفتاكها أقبلوا يريدون اغتياله وقتله فسمعوا آيات من القرآن، فلم يلبثوا حين وقعت في مسامعهم أن يتحولوا عن رأيهم الأول، وأن يركنوا الى مسالمته، ويدخلوا دينه، وصارت عداوتهم موالاة، وكفرهم إيمانا. (2)

ذكر الله سبحانه أثر القرآن على المؤمنين وما يتضمنه من تأثير على الابدان والقلوب التي تصلح بها النفوس، فقال تعالى: ﴿اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَابِي تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ۗ ذَٰلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَن يَشَاءُ ۗ وَمَن يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن هَادٍ﴾ [الزمر: 23] و من عظمة هذا الكلام كان إذا انزل على النبي ﷺ يجد كربا شديدا، فكان يتصبب عرقا في اليوم البارد من شدة وقع هذا الكلام عليه، فعن عائشة رضي الله عنها: " وَلَقَدْ رَأَيْتُهُ يَنْزِلُ عَلَيْهِ الْوَحْيُ فِي الْيَوْمِ الشَّدِيدِ الْبَرْدِ فَيَفْصِمُ عَنْهُ وَإِنَّ

1 القرآن وعلم النفس ص281

2 ثلاثة رسائل في اعجاز القرآن ص70

جَبِينَهُ لِيَتَفَصَّدَ عَرَقًا" (1)، حتى أن الابل لا تستطيع حمل النبي ﷺ عند نزول الوحي عليه وهذا دليل على ثقل هذا الكلام وعظمتها، فعن عائشة رضي الله عنها أنها قالت: **" إِنْ كَانَ لِيُوحَىٰ إِلَىٰ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ وَهُوَ عَلَىٰ رَاحِلَتِهِ فَتَضْرِبُ بِجِرَاحَهَا"** (2) وزاد البيهقي في " دلائل النبوة " قولها **" من ثقل ما يوحى إلى رسول الله. "**

ولقد كان للقرآن أثر بالغ في النفوس الناس بارهم وفاجرهم، ففعلن عمرو بن مرة قال: **قَالَ لِي النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: اقْرَأْ عَلَيَّ، قُلْتُ: أَقْرَأُ عَلَيْكَ وَعَلَيْكَ أَنْزَلَ؟ قَالَ: فَإِنِّي أَحَبُّ أَنْ أَسْمَعَهُ مِنْ غَيْرِي، فَقَرَأْتُ عَلَيْهِ سُورَةَ النَّسَاءِ، حَتَّى بَلَغْتُ: ﴿فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِنْ كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَىٰ هَؤُلَاءِ شَهِيدًا﴾ [النساء: 41]، قَالَ: أَمْسِكْ، فَإِذَا عَيْنَاهُ تَذَرَفَانِ"** (3). ولقد كانت آيات القرآن الأثر الواضح في نفوس المشركين، فعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: **أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَرَأَ سُورَةَ النَّجْمِ، فَسَجَدَ بِهَا فَمَا بَقِيَ أَحَدٌ مِنَ الْقَوْمِ إِلَّا سَجَدَ، فَأَخَذَ رَجُلٌ مِنَ الْقَوْمِ كَفًّا مِنْ حَصَى - أَوْ تُرَابٍ - فَرَفَعَهُ إِلَىٰ وَجْهِهِ، وَقَالَ: يَكْفِينِي هَذَا، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ: فَلَقَدْ رَأَيْتُهُ بَعْدُ قَتِيلٌ كَافِرًا** (4) وعن جبير بن مطعم رضي الله عنه، قال: **سَمِعْتُ النَّبِيَّ ﷺ، يَقْرَأُ فِي الْمَغْرِبِ بِالطُّورِ، فَلَمَّا بَلَغَ هَذِهِ الْآيَةَ: ﴿أَمْ خُلِقُوا مِنْ غَيْرِ شَيْءٍ أَمْ هُمْ الْخَالِقُونَ﴾ * أَمْ خَلَقُوا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بَلْ لَا يُوقِنُونَ * أَمْ عِنْدَهُمْ خَزَائِنُ رَبِّكَ أَمْ هُمْ الْمُسَيْطِرُونَ﴾ (5) كَادَ قَلْبِي أَنْ يَطِيرَ** (6). ولقد كان للقرآن الكريم أثر عظيم الشأن في نفوس العرب، فقد غير شخصياتهم تغييرا تاما، وغير أخلاقهم وسلوكهم وأسلوب حياتهم، وكون منهم أفرادا ذوي مبادئ ومثل وقيم إنسانية نبيلة، وكون منهم مجتمعا متحدا منظما متعاوننا، فاستطاعوا أن يهزموا الروم

1 رواه البخاري

2 رواه أحمد

3 صحيح البخاري

4 صحيح البخاري

5 الآية 35 الى من سورة 37 الطور

6 رواه البخاري

والفرس أكبر دولتين في العالم في ذلك الوقت، وانتشروا في معظم بلاد العالم، وقاموا بنشر دعوة الإسلام فيها. إن هذا التغيير العظيم الذي أحدثه القرآن في نفوس العرب وفي نفوس جميع المؤمنين به من مختلف شعوب العالم لم يعرف التاريخ نظيرا له بين جميع الدعوات العقائدية التي ظهرت عبر عصور التاريخ المختلفة. ولا شك أن في القرآن طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن في نفس الانسان. فهو يهز وجدانه، ويرهف أحاسيسه ومشاعره، ويصقل روحه، ويوقظ إدراكه وتفكيره، ويجلي بصيرته، فإذا بالإنسان بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح إنسانا جديدا، كأنه خلق خلقا جديدا.(1)

فصل نتائج بعض الدراسات علمية

اعتنى علماء المسلمين بتأثير القرآن الكريم في النفوس عند قراءته أو الاستماع إليه كأحد وجوه إعجازه وسموه بالإعجاز النفسي. ولقد أجريت دراسات لمعرفة كيف يحقق القرآن تأثيره في الشفاء الروح والجسد، ولقد استخدمت أجهزة الإلكترونية لمراقبة وقياس أي تغيرات جسدية عند عدد من المتطوعين الأصحاء في أثناء استماعهم لتلاوات قرآنية: "وأثبت التجارب وجود أثر مهدئ للقرآن الكريم في 95% من التجارب في شكل تغيرات فسيولوجية تدل على تخفيف درجة توتر الجهاز العصبي التلقائي، كما ظهرت نتائج إيجابية بنسبة 60% من التجارب القراءات القرآنية والتي تدل على أن الجهد الكهربائي للعضلات كان أكثر انخفاضا تأكيدا على أثر مهدئ للتوتر".(2) ولقد نشرت مجلة الجمعية الطبية الإسلامية في شمال أمريكا مقالا للدكتور أحمد القاضي، مدير الطب الإسلامي في بنما سيتي في ولاية فلوريدا حول نتائج تطبيق المعالجة بالقرآن الكريم على الحالات القلق، قال فيه: "وجدنا أن الإصغاء لآيات القرآن الكريم له علاقة مباشرة بتقليل التوتر والانفعالات النفسية، وكذلك له علاقة غير مباشرة -وربما مباشرة

1 القرآن وعلم النفس ص266

2 البنا، دور الأدعية والادكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني، المؤتمر السنوي السادس للجمعية المصرية للدراسات النفسية 1990م، ص57

أيضا- لتحفيز الجهاز المناعي للجسم الذي له دور فعال في عملية الشفاء. وهذا التأثير بسماع كلام الله المبارك وآياته يحصل حتى لأولئك المرضى الذين لا يفهمون شيئا من اللغة العربية، فضلا عن الذين يفهمونها ويعرفون شيئا من معاني القرآن، ولكن تأثيره يكون أكثر في الذين يدركون معاني القرآن".⁽¹⁾

فالحزن والخوف هي الحالات النفسية الرئيسية المسببة لمختلف الالام والامراض النفسية، فمن نعيم أهل الجنة أنهم لا يحزنون ولا يخافون فيها، قال تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [الاحقاف:13] فالحزن يسبب الاكتئاب، والخوف يسبب الهَم والقلق. والقلق والاكتئاب هي أبرز الاعراض النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني وعند عامة المصابين بالأمراض النفسية، يقول ابن القيم رحمه الله: "فالهَم والحزن لا ينفعان العبد البتة، بل مضرتهما أكثر من نفعهما، فإنهما يضعفان العزم، ويوهنان القلب، ويحولان بين العبد وبين الاجتهاد فيما ينفعه، ويقطعان عليه طريق السير، أو ينكسانه الى الوراء، أو يعوقانه أو يقفانه، أو يحجبانه عن العلم الذي كلما رآه، شمر إليه، وجدّ في سيره، فهما حمل ثقيل على ظهر السائر".⁽¹⁾

إن الشيطان يستثير الدوافع الفطرية، ويستغل تجارب المصاب السابقة، وصعوباته وازماته اليومية، خاصة إذا وجد في القلب غفلة وفي النفس شرورا استحكمت فيها ولم يحرص صاحبها على تزكيتها، فأسهل النفوس عند الشيطان النفس الامارة بالسوء، وأشدّها عليه النفس الزكية المطمئنة. الحالات النفسية عند المصاب إما التي تكون نتيجة لأحداث حقيقية في حياة المصاب، فيعمل الشيطان على تضخيم تأثيراتها ليزيد من تداعياتها النفسية وانفعالاتها الجسدية، فيتعرض المصاب الى حالات نفسية مبالغ فيها أكبر من الأسباب الحقيقية. وإما أن تكون حالات نفسية وهمية يستثير فيها الشيطان الانفعالات الجسدية دون سبب أو مبرر نفسي، وهو ما يمكن التعبير عنه بحالات نفسية وهمية شيطانية.

فصل علاج حالات الخوف عند المصاب بالمس الشيطاني

الانسان يتعلم الخوف من الأشياء ولم يخلق خائفا منها فهي من الدوافع النفسية المكتسبة، وهذه العملية التعليمية تكون عن طريق تقديم المعلومة، من خلال عرض صورة أو موضوع فكرة، مع استثارة انفعالات جسدية شديدة. فترتبط تلك المعلومة بحالة الانفعال الجسدي وتستقر في الذهن على أنها معلومة مخيفة أي على أنها تهديد. فالطفل الصغير يتعلم الخوف من الأشياء الخطيرة إذا اقترب منها عندما يحدث أهله صوتاً قوياً يثير جهازه العصبي، فيتعلم الخوف من تلك الأشياء.

وتتمثل أعراض انفعالات الجسدية للخوف بألم وضيق شديد في الصدر والقلب، وقد يشعر بالاختناق وصعوبة في التنفس وجفاف حلق، وتتسارع نبضات القلب وتغير في درجة حرارة الجسم ويشعر المصاب بالدوار وعدم الثبات، والارتجاف، واضطرابات في المعدة حتى يكاد يشعر بالجنون أو الموت. وتختلف درجة الانفعالات النفسية الجسدية لحالة الخوف من شخص الى آخر، كما تختلف في بداية الإصابة عنها بعد استعمال العلاج الشرعي، فتكون في البداية قوية الى درجة الهلع ثم تنخفض تدريجياً حتى تختفي، فعدم معرفة المصاب بالأسباب الحقيقية لمشكلته واستغلال الشيطان عنصر المفاجأة يلعب دوراً كبيراً في حدة الانفعالات الجسدية.

فإذا كان الشيطان قادراً على قذف الفكرة في قلب المصاب واستثارة جهازه العصبي لإحداث الانفعالات الجسدية لحالة الخوف، أو استثارة انفعالات الخوف عند دخوله الى بعض الأماكن أو عند رؤية بعض الأشخاص، فلا شك أن المصاب سيتعلم الخوف من تلك الأفكار وأو الأماكن أو الأشخاص. وسيكون سلوكه بناء على تلك الحالة النفسية تجنب الخوض في تلك المواضيع، أو الابتعاد عن تلك الأشخاص والفرار من تلك الأماكن التي يشعر فيه بعدم الأمان، قال تعالى عن موسى عليه السلام: ﴿فَفَرَرْتُ مِنْكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ فَوَهَبَ لِي رَبِّي حُكْمًا وَجَعَلَنِي مِنَ الْمُرْسَلِينَ﴾

[الشعراء:21] وبذلك تتحول الحالات الوهمية الشيطانية الى حالات نفسية حقيقية يشعر المصاب فيها بصد نفسي وسيحاول تجنبها حتى لا تثير عنده تلك الانفعالات الجسدية الشديدة. وحسب نوع الإصابة أو ما يخدم وجوده في الجسد يعمل الشيطان في توجيه سلوك المصاب، فمن أعراض سحر تعطيل الزواج خوف المصاب من الحديث عن الزواج ومن أعراض العين في التفوق

في الدراسة أو سحر تعطيل الدراسة الخوف الشديد من الذهاب الى المدرسة أو عند دخول الامتحانات، وقد ينتاب المصاب بالمس حالة من خوف الشديد عند الذهاب الى الرقية.

إن أول خطوة في العلاج هي تكذيب المصاب لحالته النفسية ونفي العلاقة بين الفكرة التي يوسوس له بها الشيطان وانفعالاته الجسدية، وبذلك لن تستقر الحالة النفسية الشيطانية لتكون حالة نفسية مرضية يتعامل معها الجسم بصفة آلية. فإذا استيقن الشيطان صدق عزيمة المصاب في عدم الاهتمام بهذه حيلة، ولى مدبراً عنها ولم يعقب، وإلا فإنه سيستغلها ما كان لها تأثير على المصاب.

إن المصاب بالمس في صراع مفتوح مع الشيطان، بين كر وفر، فإذا أقبل عليه بمكره فعلى المصاب أن يقابله بذكر الله والاستعاذة واعتصم به سبحانه، فإن الله تعالى يقول: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا لَقِيتُمْ فِئَةً فَاثْبُتُوا وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [الانفال:45] فبذكر الله وقراءة آيات السكينة، يطمئن القلب الذي سيعيد للجسد والنفس توازنهما. وإنّ مما يساعد المصاب على تجاوز حالة الخوف الموهوم، أن يتحلّى بالشجاعة ويُقدِّم على ما يريد الشيطان أن يُخيفه منه، ليثبت لنفسه سخافة تلك اللعبة. فالشجاعة من أكرم الخصال وأكمل الأخلاق التي يتصف بها المرء، ولقد كان في رسول الله ﷺ الاسوة الحسنة فعن أنس رضي الله عنه قال: "كان النبي ﷺ أحسن الناس، وأجود الناس، وأشجع الناس، ولقد فرغ أهل المدينة ذات ليلة، فانطلق الناس قبل الصوت، فاستقبلهم النبي ﷺ قد سبق الناس إلى الصوت". (1) يقول ابن القيم رحمه الله: "فإن الشجاع منشرح الصدر، واسع البطن، متسع القلب، والجبان أضيق الناس صدرًا، وأحصرهم قلبًا، لا فرحة له ولا سرور، ولا لذة له". (2)

1 رواه البخاري

2 ابن القيم، كتاب زاد المعاد في هدي خير العباد، ج2، ص25

فصل علاج حالات الحزن عند المصاب بالمس الشيطاني

إن الانسان إذا فاته تحقيق دافع من الدوافع تألمت النفس وتعاطفت لأجله حزنا، فحالة الحزن تنشأ بفوات مطلوب من الدوافع أو محبوبا من النفس. وقد يكون الحزن بفقدان شيء ماديا، كما قال تعالى لموسى عليه السلام: ﴿فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمَمِكَ كَيْ تَفَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ۗ﴾ [طه:40] أي حتى لا يصيبها الحزن يبعدك عنها. أو قد يكون الحزن نتيجة ضرر معنوي، كالتعرض للاستهزاء والسخرية أو الاضطهاد، أو الإحساس بالعجز وعدم القدرة على تحقيق المطلوب، كقوله تعالى: ﴿وَلَا تَحْزَنَ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُنْ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ﴾ [النمل:70]

ومن أعراض الانفعالات الجسدية النفسية للحزن انقباض وضيق الصدر، فقدان الشهية، ثقل الجسد وبطء في الحركة، الرغبة في البكاء، ومع تكرار حالة الحزن واستمرار أعراضها لفترات طويلة قد تؤدي الى حالة اكتئاب فتظهر عليه انخفاض في المعنويات واحتقار للذات وشعوره بالإحباط واليأس والتشاؤم وانعدام الامل في التحسن أو التغيير، وبرودة المشاعر اتجاه الآخرين، وحب العزلة، والاهمال وعدم الرغبة في الحياة، قال تعالى: ﴿لَا يَسَأُمُ الْإِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَسُوءُ قَنُوطًا﴾ [فصلت:9]

فإذا كان الشيطان قادرا على نبش الخبرات الماضية للمصاب وتذكيره بالسيئ منها ليحزنه بها ويحرق قلبه على فواتها، فإنه سيختار للمصاب من الخبرات أسوأها وأشدّها تأثيرا على نفسه وجسده، وتسلطه على الجهاز العصبي لإحداث الانفعالات الجسدية لحالة الحزن فإنه يعززها ويزيد من حدتها، حتى يسقط المصاب الى مرحلة جلد النفس والاسراف في لومها بما يعمق ويطيل حالة الاكتئاب العابرة فيصبح الاكتئاب حقيقي. وفي كثير من الأحيان، تكون حالات الاكتئاب الشيطاني بدون سبب وتقتصر على الانفعال الجسدي المرتبطة بأوقات محددة، كعند طلوع الشمس وغروبها، فيجد المصاب في نفسه رغبة شديدة في البكاء وتسيطر عليه حالة من الحزن الشديد بدون سبب.

ومن طرق علاج حالة الاكتئاب الشيطاني تقوى الله بتقديم أمره ونهي ومحبه، يقول ابن القيم رحمه الله: "قَالَ بَعْضُ الْعُلَمَاءِ: فَكَّرْتُ فِيمَا يَسْعَى فِيهِ الْعُقَلَاءُ، فَرَأَيْتُ سَعْيَهُمْ كُلَّهُمْ فِي مَطْلُوبِ

وَاحِدٍ وَإِنْ اِخْتَلَفَتْ طُرُقُهُمْ فِي تَحْصِيلِهِ، رَأَيْتَهُمْ جَمِيعُهُمْ إِنَّمَا يَسْعَوْنَ فِي دَفْعِ الْهَمِّ وَالْغَمِّ عَنْ نَفْسِهِمْ، فَهَذَا بِالْأَكْلِ وَالشُّرْبِ، وَهَذَا بِالتِّجَارَةِ وَالْكَسْبِ، وَهَذَا بِالنِّكَاحِ، وَهَذَا بِسَمَاعِ الْعِنَاءِ وَالْأَصْوَاتِ الْمُطْرِبَةِ، وَهَذَا بِاللَّهُوِ وَاللَّعِبِ. فَقُلْتُ: هَذَا الْمَطْلُوبُ مَطْلُوبُ الْعُقَلَاءِ، وَلَكِنَّ الطَّرِيقَ كُلَّهَا غَيْرُ مُوَصَّلَةٍ إِلَيْهِ، بَلْ لَعَلَّ أَكْثَرَهَا إِنَّمَا يُوَصِّلُ إِلَى ضِدِّهِ، وَلَمْ أَرَ فِي جَمِيعِ هَذِهِ الطَّرِيقِ طَرِيقًا مُوَصَّلَةً إِلَيْهِ إِلَّا الْإِقْبَالَ عَلَى اللَّهِ وَحْدَهُ، وَمُعَامَلَتَهُ وَحْدَهُ، وَإِثَارَ مَرْضَاتِهِ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ⁽¹⁾. ويقول رحمه الله: الغم والهم والحزن أمراض للقلب، وشفائها بأضدادها: من الفرح والسرور، فإن كان ذلك بحق اشتفى القلب وصح وبرئ من مرضه، وإن كان يبطل توارى ذلك واستتر، ولم يزل، وأعقب أمراضا هي أصعب وأخطر.⁽²⁾

ومن طرق علاج حالة الاكتئاب الشيطاني ذكر الله وخاصة التسبيح، والهرع الى الصلاة إذا كان وقت لا تحرم فيه صلاة، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ نَعَلْنَا أَنَّاكَ يَضِيقُ صَدْرَكَ بِمَا يَقُولُونَ* فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ﴾ [الحجر: 98 و99] ويكون العلاج أيضا، باستدراك الأخطاء الماضي من الذنوب بالتوبة والاستغفار والعمل الصالح من الذنوب التي بين العبد وربه: "لَلَّهِ أَشَدُّ فَرَحًا بِتَوْبَةِ عَبْدِهِ حِينَ يَتُوبُ إِلَيْهِ"⁽³⁾. وقال تعالى: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ۗ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ﴾ [هود: 114] وإن كانت الحقوق بين العبد والخلق، فيجب ردّ الحقوق لأصحابها واتقاء دعوة المظلوم، قال رسول الله: " اتَّقِ دَعْوَةَ الْمَظْلُومِ؛ فَإِنَّهُ لَيْسَ بَيْنَهَا وَبَيْنَ اللَّهِ حِجَابٌ "⁽⁴⁾

وأما استدراك الأخطاء الماضي في شيء من متاع الدنيا، فيكون بالتخلص من العجز لان الأرزاق المقدره مصيرها اليك بقضاء الله وقدره، ويكفي اتخاذ الأسباب المشروعة وإعادة المحاولة والاستفادة

1 ابن القيم كتاب الداء والدواء، ص 193

2 ابن القيم، كتاب إغاثة اللهفان في مصائد الشيطان، ج 1، ص 19

3 صحيح مسلم

4 صحيح الترمذي

من أخطاء الماضي، قال رسول الله ﷺ: "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ. اِخْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ" (1) وقال ﷺ: "إِنَّ رُوحَ الْقُدُسِ نَفَثَ فِي رُوعِي، أَنْ نَفْسًا لَنْ تَمُوتَ حَتَّى تَسْتَكْمَلَ أَجْلَهَا، وَتَسْتَوْعِبَ رِزْقَهَا، فَاتَّقُوا اللَّهَ، وَأَجْمَلُوا فِي الطَّلَبِ، وَلَا يَحْمِلَنَّ أَحَدُكُمْ اسْتِبْطَاءَ الرِّزْقِ أَنْ يَطْلُبَهُ بِمَعْصِيَةِ اللَّهِ، فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَا يُنَالُ مَا عِنْدَهُ إِلَّا بِطَاعَتِهِ". (2) وأما ما لا يمكن استدراكه من اقدار الله الكونية، كفقدان الاحباب وتقلب الأحوال المعيشية، فعلاجه التسليم والرضاء على قضاء الله والقدره لأن قضاء الله للمؤمن كله خير، وهي أقدار ماضية على العبد لا يمكن ردها، قال رسول الله ﷺ: "واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رُفِعَتِ الْأَقْلَامُ وَجَفَّتِ الصُّحُفُ". (3) "فالمؤمن بالقضاء والقدر، يحميه إيمانه من الإصابة بالأمراض النفسية الناتجة عن الحزن، فهو يوقن أن ما يصيب الانسان في هذه الحياة الدنيا انما هو امتحان واختبار له، فهو مطالب بالصبر والاحتساب والرضا وعدم التسخط عند المصائب، والشكر والثناء والالتزام بالطاعة عند النعماء، قال رسول الله ﷺ: "عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَصَابَتُهُ سَرَاءً شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ". (4) يقول عمر بن الخطاب رضي الله عنه: لا أبالي على أيها أصبح أو أمسى؛ على ما أحب، أو على ما أكره لأنني لا أجري أيهما خير لي". (5)

فهذه الخبرات الماضية المؤلمة التي يحاول الشيطان استغلالها، هي في الحقيقة دواءً وليست داءً، إذا تقبلها العبد بالرضا والصبر واحتساب الأجر عند الله، وقد يدرك العبد حكمتها في يوم ما. ولنا

1 صحيح مسلم

2 صحيح الجامع

3 صحيح الترمذي

4 صحيح مسلم

5 العقيدة الإسلامية وأسسها ص802

في ذلك عبر كثيرة في قصص الأنبياء والصالحين، قال الله تعالى: ﴿إِنَّهُ مَنْ يَتَّقِ وَيَصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [يوسف:90] يقول ابن القيم رحمه الله: "أن ابتلاء المؤمن كالدواء له، يستخرج منه الادواء التي لو بقيت فيه أهلكته أو نقصت ثوابه وأنزلت درجته، فيستخرج الابتلاء والامتحان منه تلك الادواء، ويستعد به لتمام الاجر وعلو المنزلة".⁽¹⁾ وإن التفكير في ابتلاء الأنبياء والصالحين وغيرهم من الناس تهون عليه مصابه.

اقتباسات من الهدى النبوي لعلاج الاضطرابات النفسية الشيطانية

فصل أهمية الطب النبوي في العلاج

لا شك أن من يتبع الهدى النبوي في حياته سيحظى بالخير كله نفسيا وجسديا، وذلك أن هديه خير صلى الله عليه وسلم وبتبعه تتحقق السعادة في الدنيا والآخرة. ولقد كان في اتباع سنته صلى الله عليه وسلم واستخراج الحكمة منها أمثل طريقة لعلاج الامراض القلبية وتعزيز الصحة النفسية وتخفيف الانفعالات الجسدية، فمن هديه صلى الله عليه وسلم إتباع الايسر وعدم التكلف، وهي عين الحكمة، قال تعالى: ﴿وَأَنْزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ ۚ وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا﴾ [النساء:113] ويعتبر الهدى النبوي النموذج العملي في علاج الامراض النفسية وتحقيق دوافع النفس من السعادة، حيث اشتملت سنته صلى الله عليه وسلم على الضوابط والآداب والقواعد العملية التي يجب اتباعها لتزكية النفس وشفاء القلوب من عللها، يقول ابن القيم رحمه الله: "وإذا كانت سعادة العبد في الدارين معلقة بهدي النبي صلى الله عليه وسلم، فيجب على كل من نصح نفسه، وأحب نجاحها وسعادتها، أن يعرف من هديه وسيرته وشأنه ما يخرج به عن الجاهلين به، ويدخل به في عداد أتباعه وشيعته وحزبه، والناس في هذا بين مستقلّ، ومستكثر، ومحروم، والفضل بيد الله يؤتيه من يشاء، والله ذو الفضل العظيم".⁽¹⁾ و يقول ابن القيم رحمه الله: "فأما طبّ القلوب، فمسلم الى الرسل صلوات الله وسلامهم عليهم، ولا سبيل الى حصوله إلا من جهتهم وعلى أيديهم، فإن صلاح القلوب: أن تكون عارفة بربها وفاطرها، وبأسمائه وصفاته، وأفعاله وأحكامه، وأن تكون مؤثرة لمرضاته ومحابه، متجنبة لمنهاهيه ومساخطه. ولا صحة لها ولا حياة البتة إلا

1 زاد المعاد في هدي خير العباد ص22

بذلك، ولا سبيل إلى تلقيه إلا من جهة الرسل. وما يظن، من حصول صحة القلب بدون اتباعهم، فغلط ممن يظن ذلك.(1)

فصل تعزيز التفاؤل

يقول الرسول الله ﷺ: "ما أنزل الله داءً إلا أنزل له شفاءً".(2) ويقول النبي ﷺ: "إن لكل داءٍ دواءً فإذا أصيب دواءُ الداءِ برأ بإذنِ الله".(3) يقول الامام ابن القيم الجوزية رحمه الله في أهمية انصراف همة المريض للعلاج: "وفي قوله ﷺ: "لكل داءٍ دواءٌ" تقوية لنفس المريض والطبيب، وحث على طلب ذلك الدواء والتفتيش عليه، فإن المريض إذا استشعرت نفسه أن لدائه دواء يزيله، تعلق قلبه بروح الرجاء، وبردت عنده حرارة اليأس، وانفتح له باب الرجاء، ومتى قويت نفسه، انبعثت حرارته الغريزية، وكان ذلك سببا لقوة الارواح الحيوانية والنفسانية والطبيعية، ومتى قويت هذه الأرواح، قويت القوى التي هي حاملة لها، فقهرت المرض ودفعته".(4) فالتفاؤل يعيد للنفس نشاطها الطبيعي الذي يدفعها الى تحصيل السعادة، فعندما تقوى نفس المريض تتحرك حرارته الحيويّة التي تقوم بتنشيط القوة الحيوانية، وهي القوة الفطرية الباعثة للدوافع الجسدية، والقوة النفسانية، وهي القوى العقلية المتحكمة في العواطف، والقوة الطبيعية، وهي القوة الجسدية الحركية.

وعن أبو سعيد الخدري أن رسول الله ﷺ قال: "إذا دخلتم على المريض فنقّسوا له في الأجل، فإن ذلك لا يردُّ شيئاً، وهو يطيبُ بنفسِ المريض".(5) يقول ابن القيم الجوزي معلقاً على هذا

1 الطب النبوي ص4

2 أخرج البخاري ومسلم

3 أخرجه مسلم

4 كتاب زاد المعاد ج4 ص17

5 ضعيف ابن ماجه

الحديث: "في هذا الحديث نوع شريف جدا من أشرف أنواع العلاج، وهو الارشاد الى ما يطيبُ نفس العليل من الكلام الذي تقوى به الطبيعة، وتنتعش به القوة". ويقول أيضا: "وتفريح نفس المريض، وتطبيب قلبه، وإدخال ما يسره عليه، له تأثير عجيب في شفاء علته وخفتها، فإن الأرواح والقوى تقوى بذلك، فتساعد الطبيعة على دفع المؤذي، وقد شاهد الناس كثيرا من المرضى تنتعش قواه بعبادة من يحبونه، ويعظمونه، ورؤيتهم لهم، ومكالمتهم إياهم".⁽¹⁾ ويقول الدكتور محمد البار وفقه الله في تعليقه على كلام الطبيب الرازي حين قال: "وينبغي للطبيب أن يوهم المريض الصحة، ويرجيه بها، لان مزاج الجسم تابع لأخلاق النفس"، قال: "وملاحظة الرازي للأطباء ملاحظة مهمة جدا، فإن العامل النفسي في مقاومة المرض عامل مهم جدا، وينبغي للطبيب أن يراعي هذه النقطة".⁽²⁾

فصل الرعاية التلطيفية

إنّ الرعاية التلطيفية منهجٌ متكاملٌ في التعامل مع المريض؛ فهي لا تقتصر على تقديم الدواء فحسب، بل تشمل أيضاً دعماً نفسياً. ومن مظاهر الرعاية التلطيفية في هدي المصطفى ﷺ السؤال عن حال المصاب والدعاء له وعبادته، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: "كان رسول الله يدخل علينا ولي أخٌ صغيرٌ يُكنى أبا عميرٍ، وكان له نُعْرٌ يلعبُ به، فمات فدخل النبي ﷺ ذات يومٍ، فرآه حزينا، فقال: ما شأنه؟ فقالوا مات نُعْرُهُ، فقال: يا أبا عميرٍ، ما فعل النُّعيرُ".⁽³⁾ وعن عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها: "أنَّ رسولَ الله ﷺ كان إذا أتى مريضاً

1 الطب النبوي ص 93

2 كتاب الرقية الشرعية من الكتاب والسنة ص 272 د. يوسف الجوراني

3 خرجه البخاري

-أَوْ أُتِيَ بِهِ- قَالَ: أَذْهَبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا. " (1)

فالرعاية التلطيفية تقوم على وصف الدواء المناسب وبثّ الأمل والتفاؤل، والدعاء للمريض بالشفاء، ومتابعة أحواله، وتخفيفه على استمرار في أخذ الدواء حتى يبلغ غاية العافية. وكذلك هو شأن المعالج بالرقية الشرعية، فالمعالج الحاذق هو الذي يراعي في برنامجه العلاجي نوع الإصابة وأسبابها، وحال المصاب، وقوته الجسدية والنفسية في مقاومة الداء، ومقدار صبره على البلاء، وقدرته على استعمال الدواء. فبيني خطته العلاجية على تلك المعطيات، ويتدرّج مع المصاب من الأسهل إلى الأصعب، كحال الطبيب الماهر الذي لا ينتقل إلى العلاج بالدواء إلا بعد تعدّر العلاج بالغذاء.

إن إعادة التوازن النفسي من أكبر التحديات التي يواجهها المصاب، ولذلك على المعالج بالرقية الشرعية أن يعطي إهتماما بالغة لاصلاح هذا الجانب النفسي من خلال التذكير بالنظرة الإسلامية للإنسان ودوره في الحياة، أو أن يضرب له الامثال في من كان أشد منه بلاء حتى يهون عليه بلائه ويقوي صبره، فقد كان خباب بن الأرت رضي الله عنه من أشدّ الصّحابة تعرّضا للعذاب في مكة فجاء النبي ﷺ فقال: "أَلَا تَسْتَنْصِرُ لَنَا أَلَا تَدْعُو لَنَا؟ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: قَدْ كَانَ مَنْ قَبْلَكُمْ، يُؤْخَذُ الرَّجُلُ فَيُحْفَرُ لَهُ فِي الْأَرْضِ، فَيُجْعَلُ فِيهَا، فَيُجَاءُ بِالْمِنْشَارِ فَيُوضَعُ عَلَى رَأْسِهِ فَيُجْعَلُ نِصْفَيْنِ، وَيُمَشَطُ بِأَمْشَاطِ الْحَدِيدِ، مَا دُونَ حِمِّهِ وَعَظْمِهِ، فَمَا يَصُدُّهُ ذَلِكَ عَنْ دِينِهِ، وَاللَّهِ لَيَتِمَّنَّ هَذَا الْأَمْرُ، حَتَّى يَسِيرَ الرَّكَّابُ مِنْ صَنْعَاءَ إِلَى حَضْرَمَوْتَ، لَا يَخَافُ إِلَّا اللَّهَ، وَالذِّئْبَ عَلَى غَنَمِهِ، وَلَكِنَّكُمْ تَسْتَعْجِلُونَ." (2)

1 صحيح البخاري

2 صحيح البخاري

إن المعالج بالرقية الشرعية الى جانب تقديمه للدواء، فهو يعمل على تخفيف التأثيرات النفسية والجسدية للإصابات الشيطانية، ويتفهم حاجات المصاب، ويظهر له التعاطف الذي يجبر خاطره ويهون عليه ما يجد من صعوبات. ويتابع أحوال المصاب بتحديد مواعيد دورية يتفرغ فيها للاستماع الى أحوال المصاب. وبذلك يشعر المصاب بالمساندة في طريق علاج، وأنه محاط بمن يقدم له الدعم والتشجيع للاستمرار، ما يدفعه الى التزام أكثر بالبرنامج العلاجي.

فصل علاج الوسواس الشيطاني

إن الوسواس هو شرارة الاضرابات النفسية، والوسواس الشيطاني هي وسيلة التواصل التي يستدرج بها الشيطان المصاب الى تبادل الحديث معه من حيث لا يشعر به، وله عدة أهداف نذكر منها: التعرف على شخصية المصاب من خلال المحاورات الجدلية لمعرفة ما يخفيه في نفسه من أفكار، أو لإشغال قلبه واستنزاف طاقته الذهنية، أو لتعذيبه بالأفكار المسيئة لذاته أو الى عقيدته المحبطة لشخصيته ونفسيته أو يستدرجه لسلوك معين. ومن خاصية هذا الوسواس الشيطاني أنه موضع تعجب واستغراب بالنسبة للنفوس الطيبة الزكية، والسيطرة على وسواس الشيطان أصعب من السيطرة على وسواس النفس، لأنه من جنس كلام من لا يقدر على اسكاته. ورغم محاولات المصاب للتخلص منها إلا أن العدو لا يمل من إعادة الكرة مرات عديدة ما لم يهزم في ذلك الموضوع تطرق اليه، مستغلا وجود الثغرات النفسية، وضعف السيطرة العقلية وكثرة المنافذ القلبية.

وكان من هدي النبي ﷺ في علاج الوسواس الشيطاني طرق متعددة، تُراعى فيها المسالك التي يسلكها الشيطان، فمنها ما يقتضي رفع مستوى الانتباه واستبعاد الشك والبناء على اليقين، ومنها ما يستدعي مجاهدة النفس وقطع الحوار الداخلي مع الشيطان، مع الالتجاء إلى الله تعالى والاستعاذة به لطرده وسوسته، ومنها ما يكون برفع معنويات المبتلى وتبشيره بثبوت عكس ما يوسوس به الشيطان.

فمن طرق الشيطان عند الشروع في بعض الاعمال تذكير المصاب ببعض الأمور الماضية، فيشغله عن العمل ويصرفه عن تحصيل ثمرته، لقول النبي ﷺ: " إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ الشَّيْطَانُ، وَهُوَ ضُرَاطٌ، حَتَّى لَا يَسْمَعَ التَّأْدِينَ، فَإِذَا قَضَى النِّدَاءَ أَقْبَلَ، حَتَّى إِذَا ثُوبَ بِالصَّلَاةِ أَدْبَرَ، حَتَّى

إِذَا قَضَى التَّوْبَةَ أَقْبَلَ، حَتَّى يَخْطُرَ بَيْنَ الْمَرْءِ وَنَفْسِهِ ، يَقُولُ : اذْكُرْ كَذَا، اذْكُرْ كَذَا، لِمَا لَمْ يَكُنْ يَذْكُرُ حَتَّى يَظَلَّ الرَّجُلُ لَا يَدْرِي كَمْ صَلَّى." (1) فاسترجاع الخبرات السابقة وتحديد الندم عليها أو إعادة صياغتها في ذهن المصاب واعطائه الفرصة لتغيير مجرى الاحداث في خياله، يجعله شاردا للذهن أسيرا لوسوسة الشيطان.

عن عثمان بن ابي العاص أنه أتى النبي ﷺ، فقال: "يا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ الشَّيْطَانَ قَدْ حَالَ بَيْنِي وَبَيْنَ صَلَاتِي وَقِرَاءَتِي؛ يَلْبِسُهَا عَلَيَّ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ذَاكَ شَيْطَانٌ يُقَالُ لَهُ: خَنْزَبٌ، فَإِذَا أَحْسَسْتَهُ فَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْهُ، وَاتَّقِ عَلَى يَسَارِكَ ثَلَاثًا. قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ، فَأَذْهَبَهُ اللَّهُ عَنِّي." (2) فالمصلي يدخل في الصلاة بهدف الخشوع، فيتسلط عليه الشيطان بالوساوس ليصرفه عن مراده؛ فلا يتدبر معاني الآيات التي يقرأها، ولا يدري كم صلى من ركعة. ولذلك كانت رفعة درجة الانتباه لتحسس وساوس الشيطان أساساً في إيقافه. فتحديد المصاب الأهداف من كل عمل يقوم به، يساعده على رفع درجة التحسس من وساوس الشيطان الذي يحاول أن يصدده عن أهدافه، فمن لم يحدد أهدافا من عمله كان أسهل في الاختراق الشيطان له بالوساوس.

ومن وساوس الشيطان المرتبط بالأعمال، التشكيك في صحتها ما يدفع المصاب الى تكرارها عدة مرات، فعن عبد الله بن عباس أن رسول الله ﷺ قال: "يَأْتِي أَحَدَكُمْ الشَّيْطَانُ فِي الصَّلَاةِ، فَيَنْفُخُ فِي مَقْعَدَتِهِ، فَيُخَيِّلُ إِلَيْهِ أَنَّهُ أَحَدَثَ، وَلَمْ يُحْدِثْ، فَإِذَا وَجَدَ ذَلِكَ فَلَا يَنْصَرِفُ حَتَّى يَسْمَعَ صَوْتًا أَوْ يَجِدَ رِيحًا." (3) فالشيطان قد يتلاعب بجواس المصاب لتشكيكه في صحة عمله، وقد يمتد هذا التلاعب بالحواس الى غيرها كالسمع والبصر والشم، ثم يتسلط عليه بالوساوس لتغليب الشك على اليقين. ولعلاج هذا النوع من الوسواس الذي يجر المصاب الى تكرار الاعمال والاقوال، هو

1 صحيح البخاري

2 صحيح مسلم

3 أصله في الصحيحين

الاعتماد على ادلة حسية أخرى لدفع الشك باليقين، فلا بد من وجود حواس أخرى تؤكد صدق المعلومة أو تنفيها، والاعتماد على اليقين الثابت وعدم اعتبار الشك دافعا للعمل.

يقول النبي ﷺ: " **إِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ لَكَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنْ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ.**" (1) إن الشيطان يستدرج المصاب الى الوسوسة بكلمة تفتح له باب الافتراض والتعقيب على الاقدار الماضية، وافترض احداث مختلفة عن الواقع واستدراك الماضي بخياله وبناء واقع افتراضي يحر بالمصاب الى غير ساحل، فتصطدم مشاعره مجددا بأحداث خيالية، نسجها بمساعدة الشيطان. وعلاج هذا النوع من الوسواس هو استحضار المصاب لحقيقة اللحظة التي يعيش فيها والتفاعل معها ومع محيطه بعيدا عن الافتراضات التي يقتنصها الشيطان في حال العزلة والانطواء. كما أن تذكر الماضي لا ينفع إلا للاعتبار والموعظة، ففضاء الله وقدره للمؤمن كله خير، لقول النبي ﷺ: " **عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَصَابَتَهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ.**" (2)

وأما الوسواس الذي يستهدف الإساءة الى شخص المصاب أو لعقيدته السليمة فهو نوعين، النوع الأول يكون باستدراج فكري، فعن النبي ﷺ: " **يَأْتِي الشَّيْطَانُ أَحَدَكُمْ فَيَقُولُ: مَنْ خَلَقَ كَذَا؟ مَنْ خَلَقَ كَذَا؟ حَتَّى يَقُولَ: مَنْ خَلَقَ رَبَّكَ؟ فَإِذَا بَلَغَهُ فَلَيْسَتْ عِندَ اللَّهِ وَلَيْنَتْهُ.**" (3) وفي هذا الحديث دليل على أن الشيطان يتبادل الحديث مع الانسان ويستدرجه في طرح الأسئلة التي تقود الى الشك والحيرة لا الى المصلحة واليقين، وكذلك قد يستدرجه في الأسئلة حتى يتهم المصاب نفسه بالنفاق والكفر.

1 أخرجه مسلم

2 صحيح مسلم

3 صحيح البخاري

وأما النوع الثاني الذي يتمثل في التهجم المباشر بالأفكار المسيئة للعقيدة، كالأفكار الكفرية التي فيها إساءة الى الله وكتبه ورسوله، فقد جاء في صحيح مسلم عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: "جاء ناسٌ من أصحابِ النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَسَأَلُوهُ: إِنَّا نَجِدُ فِي أَنْفُسِنَا مَا يَتَعَاظَمُ أَحَدُنَا أَنْ يَتَكَلَّمَ بِهِ، قَالَ: وَقَدْ وَجَدْتُمُوهُ؟ قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ: ذَاكَ صَرِيحُ الْإِيمَانِ." (1) فبعض الصحابة قد أخذ منهم الوسواس الشيطاني مبلغه حتى طلبوا له علاجاً، وذلك لتكرره وكرههم لتلك الأفكار التي ثقلت بها صدورهم وعجزوا عن دفعها وقد ضنوا أنها من حديث أنفسهم. ولكن موضوع الوسواس دل على صاحبه وقد اكتفى النبي ﷺ في هذا الحديث بتبشيرهم بأن هذا الوسواس دليل صريح على الايمان، بخلاف ما يحاول الشيطان أن يقنعهم به من الكفر والنفاق. فتعذيب الشيطان المصاب بمواضيع يكرهها دليل على صدقه في تلك المواضيع وإثبات لعكس ما يوسوس به الشيطان. واكتفى النبي ﷺ بتبشيرهم بثبوت قلوبهم على الخير والايمن على خلاف ما يروج له الشيطان، وأبدلهم بعد الهم وضغط الوسواس فرحاً وطمانينة، واسقطت هذه اللعبة من يد الشيطان.

فصل علاج الخوف والحزن

إذا ابتلي المسلم وضاق عليه الدنيا وانقطعت به الأسباب، فعليه أن يلجأ إلى ربه ومولاه؛ إذ لا يكشف الهم والغم إلا هو، والدعاء سبيلٌ عظيم لرفع البلاء وتفريج الشدائد، قال أنس بن مالك رضي الله عنه كُنْتُ أَسْمَعُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ كَثِيرًا مَا يَقُولُ: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الِهِمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ، وَضَلَعِ الدِّينِ، وَعَلَبَةِ الرَّجَالِ". (2) وعن أبي سعيد الخدري، قال رسول الله ﷺ: "أَلَا أَعْلَمُكُمْ كَلَامًا إِذَا قَلْتَهُ أَذْهَبَ اللَّهُ تَعَالَى هَمَّكَ وَقَضَى عَنكَ دَيْنَكَ؟ قُلْ إِذَا أَصْبَحْتَ وَإِذَا أَمْسَيْتَ؛ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الِهِمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ

1 صحيح مسلم

2 صحيح البخاري

والكسل، وأعوذُ بك من الجُبْنِ والبخلِ؛ وأعوذُ بك من غلبةِ الدِّينِ وقهرِ الرجالِ". (1) فالهَمُّ

سببه الخوف من المستقبل، والحزن سببه مكروه تحقق في الماضي، والانشغال بهما، يضيّعان على العبد خيراً كثيراً، ويصرفان قلبه ونفسه عن العمل الصالح والنافع. والهَم والحزن لها أسباب عديدة منها: العَجْزِ والكَسَلِ، والبُخْلِ والجُبْنِ، وضَلَعِ الدِّينِ، وغَلَبَةِ الرِّجَالِ. ويمكن تقسيمها إلى أسباب داخلية راجعة الى الإصلاح النفس والقلب وهي العَجْزِ والكَسَلِ، والبُخْلِ والجُبْنِ، وأسباب خارجية متعلقة بمعاملات والتفاعل الاجتماعي وهي ضَلَعِ الدِّينِ، وغَلَبَةِ الرِّجَالِ. فالأسباب الداخلية يمكن العمل عليها بتزكية النفس منها والأسباب الخارجية يمكن العمل عليها بالأخذ بالأسباب والتوكل على الله فيها.

العَجْزِ وهو عدم توفر القدرة، فالهَم يحدث لعدم القدرة على تحقيق المطلوب في المستقبل، والحزن يحدث لعدم توفر القدرة في الماضي على دفع المكروه أو تحقيق المرغوب. والكَسَلِ هو عدم وجود الرغبة في العمل مع القدرة عليه، فالهَم يحدث لعدم توفر الرغبة في اتخاذ الأسباب لتحقيق المطلوب، والحزن يحدث لعدم توفر الرغبة في التوقي من المكروه. يقول ابن القيم رحمه الله: "الكسالى أكثر الناس هما وغما وحزنا، ليس لهم فرح ولا سرور، بخلاف أرباب النشاط والجد في العمل، أي عمل كان، فإن كان النشاط في عمل همّ عالمون بحسن عواقبه وحلاوة غايته كان التذاذهم بحبه ونشاطهم فيه أقوى وبالله التوفيق". (2) والبُخْلِ هو منع ما يجب بذله، فالبخيل يصيب الهَم من تفكير في الانفاق وضياع ما جمعه في المستقبل، والحزن على ما أنفق في الماضي. والجُبْنِ هو عدم فعل ما ينبغي فعله خوفاً على نفسه، فالهَم حاصل للجبان باستمرار، والحزن ولا شك لضياع مصالحه بسبب جنبه وعدم مطالبته بحقه. قال النووي رحمه الله:

"وَأَمَّا اسْتِعَاذَتُهُ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ فَلَمَّا فِيهِمَا مِنَ التَّقْصِيرِ عَنِ أَدَاءِ الْوَاجِبَاتِ وَالْقِيَامِ بِحُقُوقِ اللهِ تَعَالَى وَإِزَالَةِ الْمُنْكَرِ وَالْإِعْلَاقِ عَلَى الْعُصَاةِ وَلِأَنَّهُ بِشَجَاعَةِ النَّفْسِ وَقُوَّتِهَا

1 صحيح الجامع الصغير

2 ابن القيم، كتاب روضة المحبين، ص 168

الْمُعْتَدِلَةَ تَتِمُّ الْعِبَادَاتُ وَيَقُومُ بِبَصْرِ الْمَظْلُومِ وَالْجِهَادِ وَبِالسَّلَامَةِ مِنَ الْبُحْلِ يَقُومُ بِحُقُوقِ الْمَالِ وَيَنْبَعِثُ لِلْإِنْفَاقِ وَالْجُودِ وَلِمَكَارِمِ الْأَخْلَاقِ وَيَمْتَنِعُ مِنَ الطَّمَعِ فِيمَا لَيْسَ لَهُ". (1)

ومن الأدعية الماثورة عن النبي ﷺ قوله: **"ما أصاب أحداً هم ولا حزن فقال: اللهم إني عبدك وابن عبدك، وابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماض في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك، أو علمته أحداً من خلقك، أو أنزلته في كتابك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهب همي، إلا أذهب الله همه وحزنه، وأبدله مكانه فرحاً، فقيل: يا رسول الله ألا نتعلمها؟ فقال: بلى، ينبغي لمن سمعها أن يتعلمها".** (2) يقول ابن القيم رحمه الله: " فقد دل هذا الحديث الصحيح منها أنه استوعب أقسام المكروه الواردة على القلب، فاهم يكون على مكروه يتوقع في المستقبل يهتم به القلب. والحزن على مكروه ماض من فوات محبوب أو حصول مكروه إذا تذكره أحدث له حزناً. والغم يكون على مكروه حاصل في الحال يوجب لصاحبه الغم. فهذه المكروهات هي من أعظم أمراض القلب وأدوائه وقد تنوع الناس في طرق أدويتها والخلص منها وتباينت طرقهم في ذلك تبايناً لا يحصيه إلا الله بل كل أحد يسعى في التخلص منها بما يظن أو يتوهم أنه يخلصه منها وأكثر الطرق والأدوية التي يستعملها الناس في الخلاص منها لا يزيدونها إلا شدة لمن يتداوى منها بالمعاصي على اختلافها من أكبر كبائرها إلى أصغرها، وكمن يتداوى منها باللهو واللعب والغناء وسماع الأصوات المطربة وغير ذلك. فأكثر سعي بني آدم أو كله إنما هو لدفع هذه الأمور والتخلص منها وكلهم قد أخطأ الطريق إلا من سعى في إزالتها بالدواء الذي وصفه الله لإزالتها، وهو دواء مركب من مجموع أمور متى نقص منها جزء نقص من الشفاء بقدره، وأعظم أجزاء هذا الدواء هو التوحيد والاستغفار قال تعالى: ﴿اعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ﴾ [محمد: 19] وفي

1 كتاب شرح النووي على مسلم، ج 17، ص 30

2 رواه أحمد، وصححه الألباني

الحديث : " فإن الشيطان يقول أهلك بني آدم بالذنوب وأهلكوني بالاستغفار وبلا إله إلا الله فلما رأيت ذلك بثت فيهم الأهواء فهم يذنبون ولا يتوبون لأنهم يحسبون أنهم يحسنون صنعا " ولذلك كان الدعاء المفرج للكرب محض التوحيد وهو: " لا إله إلا الله العَظِيمُ الحَلِيمُ، لا إله إلا الله رَبُّ العَرْشِ العَظِيمِ، لا إله إلا الله رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الأَرْضِ، وَرَبُّ العَرْشِ الكَرِيمِ". (1) وفي الترمذي وغيره عن النبي ﷺ: "دعوة أخي ذي النون ما دعاها مكروب إلا فرج الله كربه لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين." فالتوحيد يدخل العبد على الله، والاستغفار والتوبة يرفع المانع ويزيل الحجاب الذي يحجب القلب عن الوصول إليه. فإذا وصل القلب إليه زال عنه همه وغمه وحزنه، وإذا انقطع عنه حصرته الهموم والغموم والأحزان وأتته من كل طريق ودخلت عليه من كل باب فلذلك صدر هذا الدعاء المذهبُ لله والغم والحزن، بالاعتراف له بالعبودية حقا منه ومن آياته ثم أتبع ذلك باعترافه بأنه في قبضته وملكه وتحت تصرفه بكون ناصيته في يده يصرفه كيف يشاء كما يقاد من أمسك بناصيته شديد القوى". (2)

ومن طرق علاج هم الدنيا دفعه بالتفكير في هم الآخرة، قال رسول الله ﷺ: "مَنْ جَعَلَ الهمومَ همًا واحدًا، كفاه الله همَّ دُنْيَاهُ، وَمَنْ تَشَعَّبَتْ بِهِ الهمومُ فِي أَحْوَالِ الدُّنْيَا، لَمْ يُبَالِ اللهُ فِي أَيِّ أودِيَّتِهِ هَلَكَ" (3) وقال ﷺ: "مَنْ كَانَتْ الآخِرَةُ هَمَّهُ جَعَلَ اللهُ غِنَاهُ فِي قَلْبِهِ وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ، وَمَنْ كَانَتْ الدُّنْيَا هَمَّهُ جَعَلَ اللهُ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَفَرَّقَ عَلَيْهِ شَمْلَهُ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا مَا قُدِّرَ لَهُ". (4)

1 صحيح البخاري

2 ابن القيم ، كتاب شفاء العليل في مسائل القضاء والقدر والحكمة والتعليل، 247 ص

3 المستدرك على الصحيحين

4 صحيح الترمذي

ومن طرق علاج الهمّ كثرة الصلاة والسلام على رسول الله ﷺ، فقد جاء في حديث أبي بن كعب رضي الله عنه، قال: **قلتُ يا رسولَ الله! إني أَكثُرُ الصلاةَ عليك، فكم أجعلُ لك من صلاتي؟ فقال: ما شئتَ، قلتُ: الربعَ؟ قال: ما شئتَ، فإن زدتَ فهو خيرٌ لك، قلتُ: النصفَ؟ قال: ما شئتَ، فإن زدتَ فهو خيرٌ لك، قلتُ: فالثُلُثينَ؟ قال: ما شئتَ، فإن زدتَ فهو خيرٌ لك، قلتُ: أجعلُ لك صلاتي كلّها؟! قال: إذا تُكفَى همُّك، ويُكفَّرُ لك ذنبُك".**⁽¹⁾

إصلاح العلاقات الاجتماعي

فصل ضوابط المعاملات الناجحة

يمكن تقسيم الدين الى قسمين عبادات، تتعلّق بحُوق الله على العباد، ومعاملات، تتعلّق بحُقوق العباد. فمن أرد أن يكون علاقات ناجحة فعليه بتقويم معاملاته وفق مرجعية الوحي الذي جاء لهداية الناس للخير السبل، قال تعالى: ﴿أَوْ مَن كَانَ مَيِّتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَن مَّثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا ۚ كَذَلِكَ زِينٌ لِّلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [الانعام:122] وكانت رسل الله أفضل البشر سلوكا وأنجحهم معاملات مع مختل الناس، البار منهم والفاجر، فكان أفضل قدوة من آمن بمرجعية الوحي، قال تعالى: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾ [الأحزاب:21]

ولقد جاءت آيات كثيرة وأحاديث نبوية تضبط نجاح العلاقة مع مختل أنواع الناس، ومنها آيات جامعة كقوله تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ ۗ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾ [النحل:90] وقوله تعالى: ﴿وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ ۗ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا﴾ [الاسراء:53] وقوله تعالى: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۗ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت:34] وقوله تعالى: ﴿وَلَمَنِ انتَصَرَ بَعْدَ ظُلْمِهِ فَأُولَئِكَ مَا عَلَيْهِم مِّن سَبِيلٍ﴾ [الشورى:41]

ومن الأحاديث الوارد في هذا الباب، قول النبي ﷺ: "أَتَدْرُونَ مَا الْمُفْلِسُ؟ إِنَّ الْمُفْلِسَ مِنْ أُمَّتِي مَنْ يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِصَلَاةٍ وَصِيَامٍ، وَزَكَاةٍ، وَيَأْتِي وَقَدْ شَتَمَ هَذَا، وَقَذَفَ هَذَا، وَأَكَلَ مَالَ هَذَا،

وسفك دم هذا، وضرب هذا، فيُعطى هذا من حسناته، وهذا من حسناته، فإن فنيَتْ حسناته قبل أن يُقضى ما عليه، أخذ من خطاياهم، فطرحته عليه، ثم طرَح في النار". (1)

وقال رسول الله ﷺ: "المُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ، وَالْمُهَاجِرُ مَنْ هَجَرَ مَا نَهَى اللَّهُ عَنْهُ". (2) وقال ﷺ: "اتَّقِ اللَّهَ حَيْثُ مَا كُنْتَ، وَأَتَّبِعِ السَّبِيَّةَ الْحَسَنَةَ تَمَحُّهَا، وَخَالِقِ النَّاسَ بِخَلْقِ حَسَنِ". (3)

فصل إدارة الانفعالات

إن الحياة الاجتماعية وتفاعل الفرد المصاب بالمس الشيطاني مع محيطه جزء من حياته اليومية، وكثير ما يفضل المصاب العزلة والابتعاد عن الناس، وقد يجد لذلك عدة مبررات، وهذا ليس الحل الانسب لأنه مضطر الى مخالطة الناس والتفاعل معهم اجتماعيا وانسانيا.

إن الإصابة الشيطانية تضيف تحديات جديدة للمصاب في علاقاته الاجتماعية إضافة الى المشاكل الطبيعية التي تكون نتيجة لتعارض الأهداف والمصالح بين الناس. فالشيطان يستغل نقاط الضعف في شخصية المصابة كلما سنحت له الفرصة لقطع جسور التوصل بينه وبين محيطه، وقد يكون نوع الإصابة الشيطانية علاقة مباشرة باضطرابات التواصل الاجتماعية أكثر من غيرها، كاستهداف بعض أنواع السحر قطع العلاقات بين المرء وزوجه، وكثيرا ما يجد المصاب بالمس صعوبات أو فشل نسبي في صناعة علاقات اجتماعية سليمة وناجحة تحقق له الاستقرار النفسي الداخلي والتوازن السلوكي الخارجي، قال تعالى: ﴿وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا﴾ [الاسراء: 53]

1 صحيح مسلم

2 صحيح البخاري

3 صحيح الترمذي

إن المتقلبة المزاجية جزء من الأسلحة التي يستعملها الشيطان للتأثير على سلوك المصاب، ولذلك فإن إدارة الانفعالات هي أكبر التحديات عند المصاب بالمس الشيطاني لإنجاح علاقته الاجتماعية والإنسانية. فحسن إدارة الانفعالات هي الوسيلة التي تجعل المصاب يتعامل باحترام مع الآخرين ويفرض احترامهم له في نفس الوقت. إن قوة التحكم في الانفعالات تفوق القوة الجسدية، لقول النبي ﷺ: **"ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب"**.⁽¹⁾ فالذي يسيطر على انفعالاته يمكنه أن يتغلب على كل شخصية لا تحسن تلك المهارات، فقوة الشخصية تدور حول حسن إدارة الانفعالات والتحكم فيها.

فصل صياغة الشخصية المتوازنة

تقوم العلاقات الاجتماعية الناجحة على شخصية متوازنة قادرة على التفاعل الإيجابي مع الآخرين؛ فكلما كانت شخصية الفرد أكثر نضجًا ووعيًا بميزاتها ونقائصها، ازدادت قدرته على بناء علاقات مستقرة ومثمرة. وتمثل الشخصية الصورة التي يرسمها الإنسان من خلال معاملاته الاجتماعية، حيث تتجلى في طريقة تعبيره عن آرائه، وثقته في ردود أفعاله، وتأثير نظر الآخرين إليه، إضافة إلى نظره هو إلى ذاته. وتشكل الشخصية تحت تأثير أربعة عناصر أساسية: تقبل الذات، وتقدير الذات، والثقة بالذات، وتوكيدها. وتجدر الإشارة إلى أنّ مصطلح "الذات" في سياق التنمية البشرية يُستخدم للدلالة على النفس أو عين الشيء، لا على الروح.

إن بناء شخصية مرنة قادرة على تجاوز الصعوبات يستوجب أولاً إعادة ترميم الداخل، وذلك عبر تقبل الفرد لذاته كما هي، بكل ما فيها من مميزات وعيوب اكتسبها بحكم السنن الكونية؛ دون إعجابٍ باطل يقوده إلى الكبر، ولا احتقارٍ مفرط يفضي إلى المهانة. كما يحتاج الشخص إلى إعادة تقييم ما اكتسبه بجهد وعمله، لبناء ثقة صحية بنفسه بعيدة عن الغرور الذي قد يقوده إلى التهور. وفي مرحلة ثانية، يأتي دور صقل الواجهة السلوكية الخارجية، أي الطريقة التي يبني بها الفرد

1 رواه البخاري

علاقاته مع الآخرين، وذلك من خلال التعبير المتوازن عن الذات مع ضبط الانفعالات والسلوك، بما يضمن تفاعلاً صحيحاً بعيداً عن العدوانية أو السلبية.

فصل تقبل الذات

فتقبل الذات هو أحد المكونات الأساسية للشخصية، وتقبل الذات هو تقبل تقييم الناس حسب ميزانهم لما لم يكتسبه الشخص بعمله بل ورثه من الاقدار الكونية. والمطلوب في تقبل الذات، هو الإحساس الداخلي بالرضا بما قسم له من نقائص وعدم الاعجاب بما اكتسبه من مميزات. فكل شخص اكتسب أشياء ما لا خيار له فيه، كلون بشرته، وجنسه، وبلده الذي ولد فيها، وعائلته، وشكله، واعاقته...، التي قد يكون في بعضها عيوباً في نظر الناس، فيقابله الشخص بالرفض، ما يجعل الشخص يحاول سترها والتصنع لها بالقول أو الفعل ليخفيها. وقد يكون في بعض ما يكتسبه الشخص ميزات في نظر الناس، ما يجعل الشخص يحاول اظهارها ليكتسب بها مكانة عندهم. فتقبل الذات هي وسط بين الرفض للقدر الكونية الذي لم يكتسبه الشخص بعمله والاعجاب به.

إنّ الشخصية المتصالحة مع ذاتها، تكون أكثر قدرة على التفاعل الإيجابي؛ لأنها أقدر على فهم الآخرين، واحترام اختلافاتهم، والتعامل معهم بمرونة وسلاسة. لأن الاشتغال بصناعة صورة بديلة عن الحقيقة هي نوع من القيود النفسية التي يفرضها الإنسان على نفسه، تستنزف جزءاً كبيراً من طاقته في بناء علاقاته، ويؤدي هذا التكلّف إلى تعطيل سلاسة تواصله مع محيطه.

إن الشيطان قد يستغل بعض النقائص القدرية للمصاب فيسلط عليه أعوانه للتهجم والتهكم عليه، ولقد عايب فرعون موسى عليه السلام أمام قومه فقال: ﴿أَمْ أَنَا خَيْرٌ مِّنْ هَذَا الَّذِي هُوَ مَهِينٌ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ﴾ [الزخرف:52] لأنه ليس بفصيح اللسان، وهذا ليس من العيوب في شيء، إذا كان يبين ما في قلبه، ولو كان ثقيلاً عليه الكلام.⁽¹⁾ وكذلك ما عابه قوم نوح عليه

1 تفسير السعدي

السلام على الذين آمنوا: ﴿قَالُوا أَنْوْمُنْ لَكَ وَاتَّبَعَكَ الْأَرْذُلُونَ﴾ [الشعراء:111] فلا يوجد فيهم السادة والأشراف.⁽¹⁾ فهذه امثلة للتقييم البشري الذين يتخذون من الحالة القدرية موضوعاً للسخرية والاستهزاء، و وسيلة للتهمك على الصالحين من عباد الله وأنبياءه.

فصل تقدير الذات

يقصد به رأيك في ذاتك وشعورك بقيمتك دون الحاجة للنجاح في شيء أو الثناء من أحد، فالعمل من أجل ثناء الناس هو وجه من وجوه انخفاض تقدير الذات.⁽²⁾ يُعدّ تقدير الذات أحد أهم الركائز التي تؤثر على شخصية الإنسان، وهو عنصر يشير إلى تقييم الشخص لنفسه، وإحساسه بقيمتها، ومدى احترامه لذاته. وهذا التقدير يكون بتقييم ما اكتسبه بعمله وجهده من مهارات وخبرات وإنجازات، ما يجعله يعترف بأخطائه فيتوب منها، ونقائصه فيتداركها. وكلما كان تقدير الذات عاليًا ومتوازنًا، انعكس ذلك على ثقة الفرد بنفسه وقراراته، وعلى علاقاته وتفاعلاته مع الآخرين.

ويؤثر تقدير الذات بشكل مباشر على تموقع الشخص عند تفاعله مع الآخرين؛ فكلما كان تقديره لذاته منخفضًا، انخفضت معنوياته وشعر بأنه في مرتبة أدنى من الطرف المقابل، مما يجعله يدخل في علاقاته من موقع النقص والدونية. وينتج عن ذلك غالبًا صعوبة في المطالبة بالحقوق واستردادها، أو صعوبات في الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر بالقول أو بالفعل. كما أن انخفاض تقدير الذات يجعل الشخص لا يعترف بعيوبه وأخطائه، وقال رسول الله ﷺ: "كل بني آدم خطأ وخير الخطائين التوابون"⁽³⁾ وإنما العصمة للأنبياء وحدهم، فالاعتراف بالتقصير والخطأ سبب للتوبة والإصلاح وعدم الاعتراف بها يحمل صاحبه على المدارات وتصنع.

1 المختصر في التفسير

2 د. ياسر الخزيمي كتاب الشخصية القوية ص18

3 الترمذي وابن ماجه

وكلما ارتفعت قيمة الفرد في نظر نفسه، ازدادت قدرته على الحفاظ على حقوقه والمطالبة بها بثقة، واتسعت مساحة تأثيره في توجيه الأمر والنهي دون شعور بالخوف أو التردد. فإذا ارتفعت قيمة الذات وجد الشخص نفسه ندا لغيره من البشر، فينزلهم في تعامله معهم منزلة لا يحقر فيها نفسه ولا يعظمهم فيها، بل يحفظ لهم قيمتهم دون أن يذل فيها العزيز أو يعز فيها الذليل، فعن عائشة رضي الله عنها، قالت: " **أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ أَنْ نُنْزِلَ النَّاسَ مَنَازِلَهُمْ**". (1)

إن أبرز الأهداف التي يسعى الشيطان لتحقيقها، من خلال الاضطرابات النفسية والجسدية، هي اضعاف معنويات المصاب وتقديره لذاته واحتقاره لنفسه واتهامها بالكفر والنفاق. ولذلك فإنه من المهم إعادة الاعتبار للذات وتصحيح القيمة الذاتية للمصاب وإعطائها وزنها وقيمتها الحقيقية التي خصه الله بها من التكريم، فرغم كل الضعف والعجز الذي يشعر به بعد الإصابة بالمس الشيطاني، فإنه مكرم عند الله، قال تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا** ﴾ [الاسراء:70] قال الله تعالى عن اعتراف إبليس بتكريم آدم عليه السلام: ﴿ **قَالَ أَرَأَيْتَكَ هَذَا الَّذِي كَرَّمْتَ عَلَيَّ** ﴾ [الاسراء:62] وهذا التكريم هو لجنس بني آدم إلا من أبي أن يذل نفسه بأن يكون عبدا للشيطان في ما يأمر به من معصية الله، فالشرف أن يكون عبدا لله، قال تعالى: ﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَسْجُدُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُومُ وَالْجِبَالُ وَالشَّجَرُ وَالْدَّوَابُّ وَكَثِيرٌ مِّنَ النَّاسِ ۗ وَكَثِيرٌ حَقَّ عَلَيْهِ الْعَذَابُ ۗ وَمَنْ يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن مُّكْرِمٍ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ** ﴾ [الحج:18]

فصل الثقة بالذات

الثقة بالذات هي تقييم الشخص لإمكانياته المكتسبة على أنها كافية لتجاوز بعض التهديدات، وتعتمد الثقة على معرفة حقيقية للقدرات الشخصية وحدودها. الثقة شعور بالقدرة مع امتلاكها، لان امتلاك القدرة دون الشعور بها (احتقار)، كمن يمتلك العضلات ولا يؤمن بقوته. والشعور بالقدرة دون امتلاك حقيقي لها (اغترار). أما عدم القدرة وعدم الشعور بها فهو يدل على وعي الانسان بما يملك وما لا يملك.⁽¹⁾ ولا تعارض بين الثقة بالذات والتوكل على الله، فالثقة بالنفس تستلزم امتلاك الاسباب المادية اللازمة لتحقيق المطلوب مع شعوره الداخلي بقدرته على تحقيقها. والتوكل هو الاعتماد على الله في أن تكون هذه الأسباب كافية لتحقيق المطلوب، مع القبول بحكم الله وتفويض نفعها اليه، قال تعالى عن يعقوب عليه السلام: ﴿وَقَالَ يَا بَنِيَّ لَا تَدْخُلُوا مِن بَابٍ وَاحِدٍ وَاَدْخُلُوا مِن أَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ﴾ [يوسف:67] قال الحافظ ابن رجب رحمه الله: " هو صدق اعتماد القلب على الله عز وجل في استجلاب المصالح ودفع المضار من أمور الدنيا والآخرة، ولا يكون المؤمن متوكلا على الله حق توكله إلا بالثقة بالله، وحسن الظن به سبحانه، والتسليم لأمره".⁽²⁾

وغالبا ما يفقد المصاب ثقته بنفسه بسبب الإحباط الذي يقذفه الشيطان في قلبه، فقد يكون المصاب قادرا على تحقيق مطلبه ولكن الشيطان يخذه ويشطه ويخوفه حتى يفقده ثقته في امكانياته، فيشعر المصاب بالعجز مع القدرة، قال تعالى: ﴿لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا﴾ [الفرقان:29] وقد يستعمل الشيطان مع المصاب لعبة الغرور النفسي، فيشعر المصاب بالحماس للقيام بمهام دون أن يكون له القدرة الحقيقية على تحقيق

1 د.ياسر لزمي كتاب الشخصية القوية ص19

2 جامع العلوم والحكم

المطلوب، قال تعالى: ﴿وَإِذْ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَاهُمْ وَقَالَ لَّا غَالِبَ لَكُمْ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌ لَّكُمْ﴾ [الانفال: 48]

فصل توكيد الذات

توكيد الذات أو تحقيق الذات هو التعبير السلوكي على المشاعر النفسي بكل إرادة دون عدوانية. فكتمان ما في النفسي دائما وعدم التعبير عنها وتقديم مشاعر الناس دائما على مشاعرك تمثل سلبية تضر بصاحبها. وأما التعبير عن المشاعر النفسية دائما دون مراعاة شعور الآخرين تؤدي الى العدوانية. "فتوكيد الذات هو أن تفعل وتقول ما تريد، موازنا بين نفسك والآخرين، فتقديم الذات دوما نرجسية وأناوية، وتقديم الآخرين دوما ضعف وذلة، والتوسط بينهما توكيد الذات".⁽¹⁾

أن توكيد الذات هو أن يقول الشخص ويعبر عن شعوره فلا يكتمه في نفسه وهو سلوك مطلوب شرعا لما فيه من المصلحة في الدنيا والاخرة، فعن أنس بن مالك: "أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنِّي أَحِبُّ فَلَانًا فِي اللَّهِ، قَالَ: فَأَخْبَرْتَهُ؟ قَالَ: لَا، قَالَ: فَأَخْبِرْهُ".⁽²⁾ وقال رسول الله ﷺ: "مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيُغَيِّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِقَلْبِهِ، وَذَلِكَ أَضْعَفُ الْإِيمَانِ".⁽³⁾ فدفع المنكر وإنكاره هو من صميم توكيد الذات. فالشخصية التي لا تأكد ذاتها هي شخصية انهمازية سلبية ضعيفة لاحتفاظها بمشاعرها وعدم اظهارها وعجزها عن المطالبة بحقوقها، فهي تعطي ولا تأخذ ولا تأمر بمعروف ولا تنهى عن منكر.

¹ د. ياسر الحزيمي كتاب الشخصية القوية ص 64

² أخرجه أبو داود والنسائي

³ صحيح مسلم

إن التعبير على المشاعر الباطنة بالسلوك الظاهر دون ضوابط يحمل صاحبه الى العدوانية، بحيث لا يبالي بتعديه على غيره، ولا يرى في رد حق المظلوم واجبا. ذلك أن الشخصية العدوانية شخصية صدامية تبحث عن المشاكل، تطالب بحقها ولا يؤدي ما عليها، تأخذ ولا تعطي.

إن توكيد الذات يعطي الشخصية توازن وانسجاما مع نفسه ومع الآخرين فالحياة أخذ وعطاء فليس من الممكن ان يأخذ الشخص ولا يعطي أو يعطي ولا يأخذ. فتوكيد الذات لا يطالب الشخص بأن يكون عدوانيا ولكن يدعوه الى التعبير عن رأيه والمطالبة بحقه دون ظلم لغيره أو مذلة لنفسه. "فالأشخاص الذين يحققون ذواتهم أكثر تحرراً من القلق، والذنب، والمشاعر التي تدل على رفض أجزاء من الذات أو نقدها. ولهذا فهم ينامون جيدا، وشهيتهم للأكل جيدة، وأكثر قدرة على الاستمتاع بحياتهم الخاصة من غيرهم".⁽¹⁾ "فالافراد الذين ينجون في عملية تحقيق النفس (الذات) يميلون في الغالب للبساطة في السلوك، والبعد عن التصنع، أو المجاهدة في إثبات الذات بشكل سلمي، ومع ذلك، فإن عالمهم الفكري ووعيهم بالأمر المحيط يتجه للتركيب والتعقيد أي أن البساطتهم في السلوك الاجتماعي، لا يعني أنهم يعجزون عن معالجة الأمور الفكرية المعقدة والمجردات".⁽²⁾

يتربص الشيطان بالمصاب ليدفعه الى أقصى الحالتين تطرفا، فهم من جهة يدعوه الى السلبية فيزين له التصاغر على أنه احترام، وأن التذلل على أنه لطف، وأن قبول الإهانة تواضعا، فيتراكم بداخله الضغط ويشتد ألم الحسرة على ضياع حقوقه، ويؤذيه قهر الصمت الذي فرضه على نفسه. حتى إذا امتلأت نفسه غيظاً، انفجرت في غير موضعها، ثم يتبرأ الشيطان من فعله بعد أن أوقعه في هذا الاضطراب. فيقذفه الشيطان من أقصى السلبية إلى أقصى العدواني أو من أقصى العدواني الى أقصى السلبية وجلد النفس ومعاقتها.

1 أسس علم النفس ص393

2 أسس علم النفس ص394

الباب الخامس :

العلاجات الحسية لتقليل تداعيات الاضطرابات النفسية الشيطانية
على الصحة الجسدية

الفوائد النفسية

للعلاجات الحسية المساعدة للرقية الشرعية

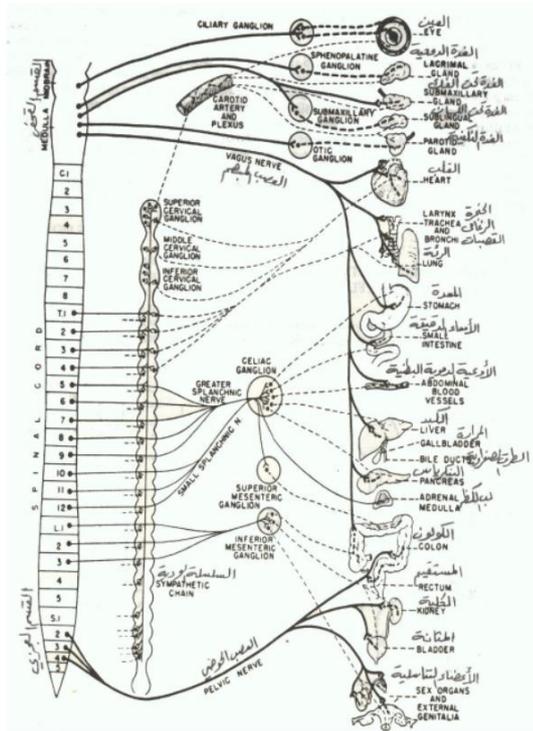
فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالحجامة

فالحِجَامَةُ هي طريقة علاجية قديمة في الطب ولقد زاد التأكيد على أهميتها النبي ﷺ ومن ذلك قوله: "إِنَّ أَفْضَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ، أَوْ هُوَ مِنْ أَمْثَلِ دَوَائِكُمْ" (1) ولقد زادتها السنة النبوية بيانا وتفصيلا لأمثل السبل التي ينتفع بها، ومن ذلك بالتنصيص على أفضل أيامها من الشهر، وأفضل أيامها في الأسبوع وأفضل أحوال المحتجم. وتساعد الحجامة على العلاج من الامراض والوقاية منها، ذلك أنها تنشط الدورة الدموية وتعالج الالتهابات وتحفز جهاز المناعة وتخلص الجسم من المواد السامة وتخفض ضغط الدورة الدموية، فيشعر المحتجم بالارتخاء في الحسم الذي يبعث في النفس السكينة.

يقول ابن القيم في علاج السحر بالحجامة: "الاستفراغ في المحل الذي يصل اليه أذى السحر، فإن للسحر تأثيرا في الطبيعة وهيجان أخلاطها وتشويش مزاجها، فإذا ظهر أثره في عضو وأمكن استفراغ المادة الرديئة من ذلك العضو نفع جدا". (2) فاستهداف اعلى الظهر وأسفله بعملية الحجامة في حالات المس الشيطاني يحفز إعادة التوازن للجهاز العصبي، فينخفض نشاط الجهاز السمبثاوي الذي كان متوترا ويتيح الفرصة لعمل الجهاز الباراسمبثاوي لتوفير الاسترخاء والطاقة للجسم.

1 صحيح مسلم

2 زاد المعاد في هدي خير العباد ج4 ص113



كل (٨) : مخطط للجملية العصبية الذاتية حيث يشير الخط الغامق والنخين إلى الجملية نظيرة الودية (١)

ومن فوائد الحجامة التأثير على الانفعالات الجسدية الناتجة عن تفاعل الجسم مع الحالات النفسية، يقول الدكتور محمد على البار في هذا المعنى: "ظهرت في الآونة الأخيرة أبحاث مفادها أن القمر عندما يكون بدرا يزيد التهيج العصبي والتوتر النفسي الى درجة بالغة، ومن ثم فإن قوة الجاذبية القمرية التي تسبب المد والجزر في البحر والمحيطات تسبب هذا المد أيضا في أجسامنا عندما يبلغ القمر أوج اكتماله، وهو ما عبر عنه القدماء بتهيج الاخلاط وتبيغ الدم، وكما يحدث المد في البحر عند اكتمال البدر يحدث هياج الدم وتبيعه في الجسم عند اكتمال القمر". (٢) فالحجامة تساعد على التخلص من الضغوط النفسية بطريقة آمنة وصحية، فمجرد استفراغ الدم من خلال عملية الحجامة في هذه الأيام القمرية يساهم في تعزيز الصحة

1 سيكولوجيا الامراض النفسية الجسمية ص 20

2 د. أحمد أبو النصر الحجامة النبوية معجزة طبية ص 27

النفسية بالتخلص من التهيج العصبي والتوتر النفسي. كما أن الحجامة تقلل الوسواس الذي يكون الشرارة الاولى لحالات الخوف والحزن.

"ولقد أثبتت الدراسات أن الحجامة ترفع نسبة هرمون السعادة السيروتونين داخل الدماغ، ما يخفف من الشعور بالضغط النفسي وتخفيف حدة مرض الاكتئاب وتحسين في النوم عند الأشخاص الذين يعانون من الأرق دون أسباب تذكر". (1) فالحجامة على الرأس تفيد في آلام الرأس وتنشط الخلايا الدماغية وتؤثر على تعديل الافرازات النخامية التي تؤثر بشكل مباشر على جميع الاعراض الجسدية النفسية. وأما الحجامة على الصدر فتتنشط القلب وتقويه وتسهل عملية التنفس فتتحسن بذلك الحالة المزاجية للمحتجم فيشعر بانسراح الصدر. كما تساعد الحجامة على فم المعدة في تعديل افرازاتها وتحسن عملية الهضم فيستفيد الجسم أكثر من امتصاص العناصر الغذائية من الطعام.

وللحجامة دورا كبيرا في تخفيف حالات التعب المزمن والام العضلات عند المصاب بالمس، حيث تلعب الحالة النفسية للمصاب بالمس دورا في ظهور تلك الاعراض "فقد ينشأ تقلص عضلات الهيكل التوتري المديد عن التوتر النفسي والاستياء والقلق". (2) وعضلات الهيكل التوتري المديد هي حالة تتميز ببطء ارتخاء العضلات بعد انقباضها، مما يؤدي إلى تيبس وتشنج في العضلات. وتتمركز نقاط الألم في عدة نقاط من الجسد ومنها نقاط في أعلى الظهر وأسفله وهي غالبا نقاط المستهدفة بالحجامة في حالات الإصابة بالمس. "وهناك تجارب أثبتت أن الحجامة ترفع نسبة هرمون تسكين الألم الطبيعي الإندورفين كما هي الحال عند استخدام المادة المصنعة في المستشفيات لتسكين الآلام الحادة في أي عضو من أعضاء الجسم، عن طريق التشريط عبر بوابات الألم على سطح الجلد". (3)،

1 مقال ل د.زهرة خليفة استشارية طب العائلة وممارس للحجامة العلاجية بعنوان الحجامة في ميزان العلم.. فوائد مذهلة ولكن جريدة الوطن لمملكة البحرين

2 سمير بقبون، كتاب الامراض العصبية ص81

3 مقال ل د.زهرة خليفة استشارية طب العائلة وممارس للحجامة العلاجية بعنوان الحجامة في ميزان العلم.. فوائد مذهلة ولكن جريدة الوطن لمملكة البحرين

فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالخل

إذا كان القلب بوابة علاج النفس فإن المعدة هي بوابة علاج تداعياتها الجسدية وذلك لوجود تواصل بين الجهاز الهضمي والجهاز العصبي المركزي. فمن خلال تجربة قام بها الباحثون على معدة أحد المرضى وجدوا أن: "عند غضب المريض كان يلاحظ احمرار وتورم وانتفاخ الاغشية المخاطية للمعدة مع زيادة في انقباضات عضلاتها وزيادة افراز حمض كلور الماء منها، أما في حالات الاكتئاب فقد شحبت أغشية المعدة وقلت حركتها وخف افرازها".⁽¹⁾ وبذلك يتبين أن عمل الجهاز الهضمي مرتبط ارتباط كبير بالحالة النفسية. ومن المهم أن نشير إلى أن الجهاز الهضمي يلعب دورا مهما في الصحة النفسية، وذلك أن الجهاز العصبي يعتمد على الجهاز الهضمي لتوفير التغذية والطاقة، في حين يعتمد الجهاز الهضمي على الجهاز العصبي في عمليات الهضم وامتصاص الغذاء والإخراج والتوازن البكتيري.

إن الاضطرابات النفسية تحدث انفعالات جسدية تؤثر على وظائف أجهزة الجسم، ومن أبرز هذه التداعيات النفسية اضطرابات الجهاز الهضمي، والتي من أعراضها الإمساك، أو الإسهال، أو انتفاخ البطن ومشاكل القولون أو القيء وفقدان الشهية للأكل، وهي من أعراض عامة للإصابة بالمس. وتتميز أعراض الإصابة بالعين بانقباض شديد في عضلة أعلى المعدة عندما تكون المعدة فارغة، الذي قد يكون نتيجة لزيادة كمية الإفرازات الحمضية بسبب الحالة النفسية للمصاب، وبذلك لا يجد المصاب الرغبة في الأكل ويشعر بأعراض القيء بصفة متكررة وخاصة في الصباح. وهذه أحد الأسباب التي تساهم في حالة الهزال التي تظهر على المصاب بالعين، وهذا ما يظهر من حديث النبي ﷺ مع أسماء بنت عميس: " ما لي أرى أجسام بني أخي ضارعةً تُصبيهمُ الحاجة؟ قالت: لا، ولكن العين تُسرِعُ إليهم".⁽²⁾ ومع مرور الوقت، قد تؤدي الإفرازات المفرطة

1 سيكولوجيا الامراض النفسية الجسمية ص 63

2 صحيح مسلم

إلى إضعاف حمض المعدة، مما يجعله غير كافياً لهضم الطعام بشكل سليم وهذا يسبب ارتجاع المريء.

كما يعد ارتجاع الأحماض من المعدة إلى المريء حالة صحية شائعة عند كثير من المصابين بالمس الشيطاني بصفة عامة، وهو تغير يحدث في العضلة التي تحكم في اغلاق فم المعدة دون قصور عضوي. لأن العضلة تعمل مثل صمام الذي يسمح للطعام بالدخول إلى المعدة ولا يسمح له بالخروج منها. ولكن قد تفقد العضلة في أعلى المعدة بعض قدرتها على احكام السيطرة على بوابة المعدة، بسبب نقص في الكمية حمض المعدة أو ضعف في قوة حموضته، مما يؤدي الى تسرب السوائل من المعدة الى المريء. وهذا الارتجاع يسبب احساس بالحرقه والالم في الصدر خ بعد تناول الطعام وخاصة عند الاستلقاء بعد الاكل. فيكون من أفضل علاج هذه الحالة بإضافة ما يقوي الحموضة لا تخفيضها، وبذلك يكون إضافة حمض مثل الخل مع الوجبة أفضل الحلول لمعالجة لنقص الحموضة، قال رسول الله ﷺ: " **نِعْمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ**".⁽¹⁾ والخلُّ هو: ما حَمَضُ مِنْ عَصِيرِ الْعِنَبِ وَغَيْرِهِ. والأدَمُ والإدَامُ هو كلُّ ما يُؤْتَدَمُ به وما يُسْتَمَرُّ ويُسْتَسَاعُ به الخبزُ، ولقد أثنى النبي ﷺ على الخل تناوله مع الخبز ومدخ بأنه من أفضل أنواع الإدام، وفي هذا حكمة مفيدة، إذ أن الخبز يمتص السوائل فبدخوله الى المعدة سيمتص عصارة المعدة فتتخفف درجة الحموضة داخل المعدة وتضعف كفاءة العصارة في قتل البكتيريا التي دخلت مع الطعام فيكون الخل أفضل مساعد لرفع الحموضة وتعزيز عملية الهضم إذا لم يوجد مانع صحي كالقرحة او الحساسية.

فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالسني مكي

إن الوسواس هي شرارة الاضطرابات النفسية وهو السلاح الفتاك في حالة المس الشيطاني، وإن من تداعيات الاضطرابات النفسية على الجهاز الهضمي تباطء حركة الأمعاء، فتتراكم مخلفات الطعام في الأمعاء الغليظة والتي تسمى القولون وبذلك تستمر عملية امتصاص الماء حتى تتصلب المخلفات فيصعب دفعها واخراجها خارج الجسم. وترتبط حالات الاصابة بالقولون العصبي

بالوسواس القهري بشكل خاص، فالوسواس هو السبب للاضطرابات النفسية التي تؤثر على وظيفة القولون، واضطرابات القولون تزيد من تأثير الوسواس. فالعلاج المناسب هو فك هذه الدائرة المرغة التي تربط بين السبب والنتائج، فمشاكل القولون قد تعالج بحل مشكل ترسب الطعام، ولقد جاء في الهدي النبوي من علاجات ما جاء عن أسماء بنت عميس، أن رسول الله ﷺ سألها: "بِمَ تَسْتَمَشِينَ؟ قَالَتْ بِالشُّبْرُمِ، قَالَ حَارٌّ جَارٌّ قَالَتْ ثُمَّ اسْتَمَشَيْتُ بِالسِّنَا، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: لَوْ أَنَّ شَيْئًا كَانَ فِيهِ شِفَاءٌ مِنَ الْمَوْتِ لَكَانَ فِي السِّنَا".⁽¹⁾ والسنا تكتب بالقصر أو الالف، نبت حجازي أفضله المكّي مأمون حار يابس في الدرجة الأولى يسهل الصفراء والسوداء ويقوي جرم القلب، وخاصيته النفع من الوسواس السوداوي.⁽²⁾ الوسواس السوداوي بمعنى السلبي المحبط والله اعلم.

و"لا شك أن السنا من أفضل المليينات إن لم يكن أفضلها على الاطلاق، ذلك لأن مفعوله لا يبدأ إلا في القولون حيث يتم تحلله بواسطة البكتريا القولونية، وعليه فإنه لا يؤثر على المعدة والأمعاء الدقيقة ولا يؤثر بالتالي على امتصاص الغذاء بعد فترة الاسهال كما تفعل بعض المسهلات التي يحدث بعد استعمالها خمول لحركة الأمعاء فيحدث الإمساك بعد الاسهال مما يضطر المرء الى معاودة استعمال المسهل والتعود عليه. يجب عدم استعمال السنا في حالة وجود سدد في الأمعاء وفي الالتهابات المرضية الحادة في الأمعاء وفي حالة التهاب الزائدة الدودية".⁽³⁾

1 رواه الترمذي وابن ماجه وأحمد

2 الآداب الشرعية والمنح المرعية ص411

3 موسوعة جابر للأعشاب 290 ص ج2

فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالعسل

تعتمد صحة الجهاز الهضمي ومناعة الجسم بشكل عام على التوازن بين البكتيريا النافعة والبكتيريا الضارة، وتوجد البكتيريا النافعة بنسبة كبيرة في الأمعاء الغليظة وبنسبة أقل في الأمعاء الدقيقة، وتساعد البكتيريا النافعة في هضم الطعام وفي تعزيز مناعة الجسم وتقليل الالتهابات من خلال محاربتها للبكتيريا الضارة كما تصنع البكتيريا في الأمعاء فيتامينات ضرورية لأداء الجهاز العصبي، "حيث تقوم البكتيريا الطبيعية الموجودة في الأمعاء بتصنيع كميات هامة من بعض الفيتامينات مثل فيتامين "ك" والنياسين "ب3"، والريبوفلافين "ب2"، وفيتامين "ب12"، وحمض الفوليك "ب9". (1) ونتيجة لبطء حركة الأمعاء بسبب الاضطرابات النفسية، يتراكم الطعام في الأمعاء الغليظة ما يمثل فرصة لتكاثر البكتيريا، التي تسبب غازات وانتفاخات في الأمعاء تضغط على أعصاب الجهاز الهضمي، وأهمها العصب الحائر المسؤول على استرخاء الجسم، الذي يؤثر على سرعة ضربات القلب وضغط الدم، ويجفز عملية الهضم وعمليات الإخراج.

ومما ورد في الهدي النبوي أن رجلا أتى النبي ﷺ فقال: "أخي يشتكي بطنه، فقال: اسقه عسلاً، ثم أتى الثانية، فقال: اسقه عسلاً، ثم أتاه الثالثة، فقال: اسقه عسلاً، ثم أتاه فقال: قد فعلت؟ فقال: صدق الله، وكذب بطن أخيك، اسقه عسلاً، فسقاه فبراً." (2) وهذا دليل على أن العسل فيه شفاء لآلام البطن إذا كان بالمقدار الكافي والمدة الزمنية المناسبة للعلاج، لأن العسل من أقوى المضادات الحيوية، حيث أظهرت الدراسة أنه يملك خصائص يستطيع من خلالها مقاومة الجراثيم والبكتيريا التي طورت قدراتها لمقاومة المضادات الحيوية الصناعية.

1 الغذاء والتغذية ص42

2 صحيح البخاري

فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالتلبينة

"اتفق الأطباء على أنه متى أمكن التداوي بالغذاء، لا يُعدل الى الدواء، ومتى أمكن بالبيسط، لا يعدل الى المركب. قالوا: وكل داء قُدر على دفعه بالأغذية والحمية، لم يحاول دفعه بالأدوية. قالوا: ولا ينبغي للطبيب أن يولع بسقى الادوية، فإن الدواء إذا لم يجد في البدن داء يحلله، أو وجد داء لا يوافق، أو وجد ما يوافق فزادت كميته عليه أو كيفيته، تشبث بالصحة وعبث بها". (1) ولقد جاء في هديه ﷺ التوجيه الى بعض الأطعمة التي تخفف الحزن، فعن عائشة، زوج النبي ﷺ أنها كانت إذا مات الميت من أهلها فاجتمع لذلك النساء، ثم تفرقن إلا أهلها وخاصتها أمرت ببرمة من تلبينة فطبخت، ثم صنع ثريد، فصبت التلبينة عليها، ثم قالت: كُلنَ منها، فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: **التَّلْبِينَةُ مُجَمَّةٌ لِفُؤَادِ الْمَرِيضِ، تُذْهِبُ بَعْضَ الْحُزْنِ.** (2) والتلبينة طعام يصنع من دقيق الشعير مع الماء أو اللبن ويكون قوامها إما على شكل حساء أو ثخينة، وسميت تلبينة لمشابقتها باللبن في اللون أبيض والرقّة. والمجمّة: الرّاحة، أي: أنها تريح قلب المريض وتذهب عنه الحزن. ويحتوي الشعير على الميلاتونين الطبيعي مما يعزز حالة الاسترخاء في الجسم ويساهم في تعزيز النوم المريح، وفي هذا دليل على أن الحالة النفسية يمكن تخفيفها بتعديل الانفعالات الجسدية من خلال الأطعمة أو الادوية من ناحية، وبالقوة العقلية المعتمدة على القلب بالسليم لقضاء الله من ناحية أخرى.

1 ابن القيم من كتاب الطب النبوي ص 6

2 صحيح مسلم

الاستشفاء بالأعشاب والفيتامينات لتقليل الانفعالات الجسدية النفسية

فصل أهمية التغذية

لا يمكن ضمان الصحة النفسية والبدنية مع وجود سوء التغذية، لأن الصحة الجسدية جزء لا يتجزأ من الصحة النفسية، والحالة الجسدية الناتجة عن سوء التغذية تؤثر على قابلية الشخص للاضطرابات النفسية واستقرارها. إن الانفعالات الجسدية النفسية هي تغيرات فسيولوجية غير ارادية تحدث في الجسم بسبب تفاعله مع الحالات النفسية المختلفة. وقد تكون الانفعالات ظاهرة، كتغير ملامح الوجه ولون البشرة أو الضحك أو البكاء، وقد تكون التغيرات داخلية. وهذه الانفعالات تتطلب طاقة، ويوفر النظام الغذائي المتوازن كل ما يحتاجه الجسم من فيتامينات ومعادن ضرورية للمحافظة على نشاط الجسم وتوفير الطاقة الازم لكل تفاعلاته النفسية، وترتفع حاجة الجسم للعناصر الغذائية نتيجة لزيادة في استهلاكها، ويلعب الغذاء الصحي الدور الأساسي في تقليل وطأت الانفعالات وتخفيفها واستعدادات التوازن النفسي والجسدي.

لا شك أن الاستعانة بالله والتوكل عليه واتخاذ الأسباب الشرعية من الرقية الشرعية بالكتاب والسنة النبوية هي الدواء الحقيقي لعلاج الاضطرابات النفسية الشيطانية، هي البركة التي تنزل في طعامه وشرابه، فتجعل القليل كثير وتجعل الفائدة مستمرة وتجعل المضرة منقطعة، الا أن الجسد يحتاج الى العناصر الغذائية الازمة لتعويض الحسائر المترتبة على الانفعالات الجسدية النفسية وهذا من قدر الله سبحانه ومن سننه في دفع العلة، ويجب أن لا تكون الصحة الجسدية فرصة يستغلها الشيطان لتثيت بعض الحالات النفسية التي يريد ان يلبسها على المصاب.

وقد يكون نقص العناصر الغذائية أصلها ضعف في امتصاص العناصر الغذائية نتيجة اضطرابات في الجهاز الهضمي، الذي يكون بدوره ضحية للاضطرابات النفسية، فيعجز الجسم عن امتصاص العناصر الغذائية الضرورية رغم توفرها في النظام الغذائي. "تتأثر القناة الهضمية المعوية تأثيراً

شديدا ومباشرا بالانفعالات، وقد أثبتت البحوث الفسيولوجية ان جهاز الهضم لا يقوم بأداء عمله او يؤديه بشكل ناقص في اثناء الانفعالات الشديدة. فالعصارة الهضمية يقل افرازها او يقف، كما تتعطل العمليات اللازمة للهضم في اثناء الانفعالات. وقد وجد ان الكثير من الامراض المعدية والمعوية تكون نفسية المنشأ - أي ناشئة عن حياة انفعالية مضطربة، مثل أمراض القرحة المعدية، والتهاب القولون". (1)

"إن زيادة افراز الهرمونات الكظرية تعد المسؤول الأول عن أغلب الاعراض المصاحبة للتوتر. وهو السبب كذلك في أن التوتر يمكن أن يؤدي الى حدوث نقص المواد الغذائية. إن زيادة انتاج الادرينالين تجعل الجسم يزيد من معدل تمثيله الغذائي للدهون والنشويات والبروتين من أجل انتاج طاقة بسرعة لكي يستخدمها الجسم. إن هذه الاستجابة تحفز الجسم على اخراج الاحماض الامينية، والبوتاسيوم والفوسفور ويستنفذ الماغنسيوم المخزن في انسجة العضلات، ويقوم بتخزين نسبة أقل من الكالسيوم. ولا يمتص الجسم المواد الغذائية المهضومة بشكل جيد عندما يكون تحت الضغوط، ويصبح الجسم في وقت ما مفتقدا لكثيرا من المواد الغذائية وغير قادر على تعويضها بشكل كاف". (2) "واتضح بدون أي شك أن الضغوط الذهنية والبدنية تستنفذ مخزون الجسم من الفيتامينات والمعادن بشكل أسرع من الظروف العادية، وهو ما يستلزم تناول كميات أكبر من الفيتامينات والمعادن". (3)

أن عدم حصول الجسم على كفايته من العناصر الغذائية الضرورية لإعادة توازنه بعد انتهاء الحالة النفسية، يساهم في تثبيت الحالة النفسية ويعيق الخروج منها وبالتالي تستمر الحالة النفسية لفترات أطول، فالذي يشتهي من ارتفاع ضغط الدم يكون أكثر استعدادا للغضب من غيره، وسيستغرق هدوئه أكثر وقت وجهدا أكبر من غيره.

1 الامراض النفسية والمشاكل السلوكية عند الأطفال ص105

2 موسوعة جابر للأعشاب ج3 ص190

3 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص100

إن الادوية الطبية النفسية تستهدف تغيير الانفعالات الجسدية لتحسين الحالة النفسية، ولكن إذا تعذر وجود الأسباب المرضية فتوفير ما يحتاجه الجسم من عناصر غذائية يكون سبباً قوياً في استعادة الجسم توازنه بصفة طبيعية وفي أقرب الآجال دون التعرض الى مضاعفات الأدوية، فالعقل السليم يحتاج الى جسم سليم. يقول الدكتور عبد الباسط سيد: "وتعتبر المكملات الغذائية مجرد جزء من خطة صحية متكاملة يجب عليك اتباعها لتحقيق أفضل النتائج، فالإضافة لتناول المكملات الغذائية يجب عليك اتباع نظام غذائي صحي وتناول أطعمة صحية ومفيدة وممارسة قدر مناسب من التمارين الرياضية، والابتعاد عن الأشياء الضارة بالصحة مثل التدخين والكحوليات والعقاقير الخاطئة وتنظيم ساعات النوم والبعد عن الضغوط والتوتر بقدر الإمكان".⁽¹⁾

فصل أهم العناصر الغذائية للصحة النفسية

فيتامين "د"، له تأثير على الاتزان البيولوجي والاتزان النفسي والسلوكي. ⁽²⁾ يمكن للجسم تصنيع ما يحتاجه من فيتامين "د" عند التعرض لأشعة الشمس لمدة 10 دقائق يوميا، وأغنى المصادر الغذائية بفيتامين "د" هي زيوت كبد الحوت، والاسماك البحرية الغنية بالزيوت مثل التونة والرنجة والبكلاه وسمك أبو سيف، كما أن البن ومنتجات الالبان من أهم المصادر الغنية بفيتامين د. ⁽³⁾

1 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص126

2 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص49

3 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص51

–فيتامينات المجموعة "ب" بمختلف أنواعها، اتضح وجود ارتباط بين فيتامين ب وعلاج العديد من أنواع الضغوط النفسية والعصبية.(1) وحيث ينصح الكثير من الأطباء باستخدام فيتامين "ب3" في علاج بعض الامراض العقلية مثل القلق والعصبية وتشويش الدهن والاكتئاب، بل وحتى الفصام. (2) ويعتبر فيتامين "ب6" ضروري لإنتاج مادة السيروتونين الهامة لنقل الإشارات العصبية، كما أنه ضروري لمختلف الناقلات العصبية في المخ، وفي حالة نقص هذه المواد الناقلة يتعرض الفرد لأعراض الاكتئاب وضعف الوظائف العقلية. (3) كما يدخل فيتامين "ب12" في إنتاج مادة الميلين، وهي المادة الدهنية التي تكون موجودة في الغلاف المحيط بالأعصاب، ولذا ففي حالة حدوث نقص مؤثر في فيتامين "ب12" في الجسم يمكن حدوث خلل في الوظائف العصبية، فهو ضروري للوقاية من سلسلة من الأعراض العصبية متفاوتة الشدة، وتشمل هذه الاعراض: التشويش الذهني، الهذيان، عدم التركيز، انحراف المزاج.(4)

ويتوفر فيتامين "ب" بأنواعه بكثرة في الحبوب مثل القمح والأرز والشوفان، كما يوجد في الخضروات الورقية الداكنة الاخضرار، وفي الفاصوليا، وفي المكسرات، وفي اللحوم والدواجن والسّمك والبيض والكبد.(5) كما تلعب الاملاح المعدنية مثل البوتاسيوم والصوديوم والكالسيوم دورا حيويا في توصيل وارسال التدفعات العصبية في الالياف العصبية ولكن يكون النقص غالبا في العناصر التي تساهم في الاسترخاء، فلكي تعمل العضلات بشكل طبيعي وبكفاءة لا بد أن يكون هناك توازن بين العناصر المعدنية مثل الكالسيوم الذي يحفز

1 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص62

2 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص71

3 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص73

4 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص77

5 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص62

انقباض العضلات وعناصر أخرى مثل الصوديوم، البوتاسيوم، والمغنيزيوم التي تساعد على ارتخاء العضلات. (1)

– ملح المغنسيوم أو المغنيزيوم، ضروري لكل التفاعلات المصاحبة لانطلاق الطاقة ولكل التفاعلات المتعلقة بالاستقلاب الغذائي للكربوهيدرات، والدهون، البروتين والحموض النووية. والمغنيزيوم مكون طبيعي أيضا للعظام، وهو ضروري للنقل العصبي وكذلك لانقباض العضلات، حيث يعمل على ترخية العضلات (المقابلة للعضلة المقبوض) بعكس ما يفعله الكالسيوم. يوجد المغنيزيوم بوفرة في الأغذية النباتية، ومن مصادره الجيدة البذور، والمكسرات، والبقوليات، والحبوب الكاملة، والخضروات الداكنة الخضرة لأنه مكون أساسي في مادة الكلوروفيل. (2)

– ملح البوتاسيوم، يقوم البوتاسيوم داخل الخلايا بدور عامل مساعد في العديد من التفاعلات الحيوية، خاصة المتعلقة بانطلاق الطاقة، وتصنيع البروتين والجليكوجين. كما يلعب البوتاسيوم دورا في انتقال التدفعات العصبية وتحرير الانسولين في البنكرياس. ويعمل البوتاسيوم مع المغنيزيوم على ترخية العضلات. من المصادر الجيدة للبوتاسيوم الفواكه، وبشكل خاص الموز وعصير البرتقال، والخضروات مثل السبانخ وعش الغراب والبروكلي والطماطم والخس، بالإضافة الى وجوده في اللحوم واللبن. (3) والخضروات فقيرة بالصوديوم وغنية بالبوتاسيوم وأكثر ما تحتويه من عنصر البوتاسيوم هو الكراث (البراصيا) إذ يصل محتواه منه الى 300ملغ ثم الجزر والسبانخ. (4)

1 الغذاء والتغذية كتاب الطب الجامعي ص61

2 الغذاء والتغذية كتاب الطب الجامعي ص64

3 الغذاء والتغذية كتاب الطب الجامعي ص66

4 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص33

- ملح اليود، ويعتبر اليود دور مكون رئيسي لهرمونات الغدة الدرقية، يجلو الفكر ويبعث على الراحة ويكافح التوتر العصبي والارق. ومصادر اليود بصفة عامة الأغذية البحرية كما يوجد في الملح البحري. (1)

فصل غثيان الصباح وفقدان الشهية

توجد عوامل كثيرة تؤدي الى ضعف الشهية، ومن أهم هذه العوامل العامل النفسي، حيث إن القلق والتوتر والحزن تفقد الانسان قابليته للأكل. (2) وقد يحتاج المصاب بالمس الى بعض الأعشاب التي تساعد على تحطى هذه الانفعالات الجسدية بصورة آمنة من خلال بعض الوصفات البسيطة والآمنة من الأعشاب ومنها:

-الزنجبيل، لقد اكتشف الباحثون البريطانيون أن الزنجبيل قد حقق نجاحا لا يقل عما حققته العقاقير وبدون المعاناة من آثارها الجانبية، في تخفيف الشعور بالغثيان والقيء. (3)

-الحبة السوداء، تستخدم الحبة السوداء في صناعة الوصفة الخاصة بفتح الشهية. (4)
-البابونج، يستخدم البابونج كعلاج للجهاز الهضمي وهو مضاد للغثيان والقيء وعسر الهضم وفقدان الشهية، كما أنه مضاد للتشنج، ويستعمل البابونج على هيئة مغلي وذلك بأخذ ملعقة كبيرة من الأزهار الجافة وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي ويترك مغلي مدة 5 دقائق، ثم يشرب دون تحليته مرة بعد الفطور وأخرى عند النوم. (5)

1 الاستشفاء بالفيتامينات والمعادن ص38

2 موسوعة جابر لطب الأعشاب ص572

3 موسوعة جابر لطب الأعشاب ص534

4 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج2ص149

5 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج1ص68

-الخل، يستعمل خل العنب أو خل التفاح، وذلك بإضافته الى السلطة، وتضاف ملعقة صغيرة من الخل الى ملء كوب ماء موجود على مائدة الطعام ويشرب على فترات خلال وجبة الغذاء حيث يساعد على فتح الشهية وعلى بلع الطعام. (1)

-اليانسون، تحتوي ثمار اليانسون على زيوت طيارة تساعد على عملية الهضم، والطريقة أن يؤخذ ملء ملعقة من ثمار اليانسون وتوضع في كوب ثم يملأ بالماء المغلي. ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب مرة بعد الفطور وأخرى بعد العشاء وهذه الوصفة جيدة لفتح الشهية. (2)

فصل الإمساك والغازات

تبدأ خطوات علاج الإمساك بتنظيم أوقات الطعام وتحسين نوعيته وتنسيق تركيبته بحيث يسهل هضمه، كما تلعب الإفرازات الهضمية دورا هاما في عملية الهضم والوقاية من البكتيريا فهي الجدار الوقائي الاولي والاساسي للجهاز الهضمي، فالإفرازات المناسبة هي التي تسمح بهضم الطعام وتحسين حركة الأمعاء. ومن المهم لتحسين عملية الهضم، تناول الأطعمة الغنية بالألياف من الفواكه والخضار والتزود بما يكفي من الماء والابتعاد عن الأطعمة ثقيلة الهضم مثل الدقيق الأبيض ومنتجات الالبان، كما تساعد الحركات الرياضية لعضلة البطن حركة الأمعاء. ويمكن الاستعانة ببعض الأعشاب التي تساعد على معالجة الإمساك ومنها:

1 موسوعة جابر لطب الأعشاب ص572

2 موسوعة جابر لطب الأعشاب ص573

-الشمر، البسباس او حبة الحلاوة: يوصف للضعف، الروماتيزم، الشقيقة، الدوار، السعال، الربو، السعال الديكي، القيء العصبي، آلام المعدة، الهضم البطيء، التشنجات المعدية، انتفاخ البطن، عسر الحيض وآلامه. (1)

-التين المجفف **Dry Fig**، يؤخذ ما بين حبتين الى 4 حبات من التين المجفف، وتوضع في ربع كوب من الماء البارد في المساء، وفي صباح اليوم التالي تؤكل الثمار، ويشرب ماؤها على الريق قبل تناول وجبة الفطور. (2) كما يمكن تناول التين مع زيت الزيتون على الريق لمشاكل الإمساك.

-بذور الكتان **Linseeds**، يؤخذ مقدار ملعقة كبيرة من مسحوق بذور الكتان وتمزج مع نصف كوب ماء دافئ ثم يشرب المزيج دفعة واحدة. (3) وأرى أن الأفضل عدم طحن البذور لتتكون تلك المادة اللزجة عند تفاعلها مع الماء، وهي عبارة عن ألياف لا تذوب في الماء وهي مفيدة لمعالجة الإمساك ويمكن أن تكون بذور الشية وحب الرشاد بديلا لها.

فصل الاعياء والاجهاد المستمر

الإعياء والإرهاق والاجهاد والتعب وقد يعبر عنها أيضا بضعف الاعصاب، وهي اوجاع جسدية ليس لها سبب عضوي ويميل الشخص الى الكسل والخمول وعدم الرغبة في بذل أي مجهود بدني أو ذهني وتعتبره حالة من الفتور والاهمال. إن اتباع نظام غذائي يقلل من الالتهابات ويكافح أكسدة الخلايا ويوفر الطاقة اللازمة للعضلات أمر ضروري لمعالجة الاعياء. فالأطعمة التي تحتوي على الدقيق الابيض والسكريات المصنعة والزيوت المهدرجة والمواد الحافظة تزيد من الالتهابات وأكسدة الخلايا في الجسم. كما أن التركيز على تناول الأطعمة الغنية بالمغنيسيوم

1 معجم النباتات الطبية ص245

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج2 ص65

3 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج2 ص66

وفيتامين ب بأنواعه ومضادات الالتهابات والاكسدة من المصادر الطبيعية له أهمية كبيرة في دفع هذه الانفعالات الجسدية للإعياء الشيطاني. فعرض المصابين بمتلازمة الإعياء استفادوا من تناول مكملات عنصر المغنسيوم، وهو معدن يدخل في عملية إنتاج خلايا الطاقة، فقد توصلت إحدى الدراسات إلى أن المصابين بالإعياء المزمن كانت مستويات المغنسيوم بدماهم أقل من المستوى الطبيعي. كما يساعد فيتامين "ب" المركب أيضا في دعم الغدة الكظرية، التي ترتبط من بين أعضاء الجسم الرئيسية بالضغط التي يتعرض لها الإنسان كما يساعد فيتامين ب المركب أيضا الجهاز العصبي المركزي حتى يستطيع مجرات الضغط بصفة عامة، ونحن نفقد قدرا كبيرا من فيتامينات "ب" عندما نتعرض للضغط، لذا فإننا نحتاج لتعويض هذه العناصر الغذائية التي تدخل كذلك في عملية إنتاج الطاقة وهو ما يجعلها ضرورية للمصابين بالإعياء المزمن. كذلك من المفيد في علاج الإعياء المزمن ما يسمى بالعناصر الغذائية المضادة للأكسدة والتي تشمل على فيتامين "ج"، وفيتامين "هـ" والبيتا كاروتين، ومعدن السيلينيوم. (1)

وتظهر هذه الحالة من التعب والوصب في الإصابة بالمس بشكل عام وفي الإصابة بالعين بشك خاص، ويمكن الاستفادة من الحجامه في وسط الظهر وبين الكتفين وعلى الأطراف العلوية والسفلية لتخفيف هذه الاعراض. ويمكن الاستفادة من بعض الأعشاب والحبوب التي تمتاز بخصائصها المضادة للالتهابات والغنية بمضادات الأكسدة، مثل شاي المورينغا أو شاي الماتشا. ومن الحبوب المفيدة يمكن تحضير خليط يتكوّن من ملعقة صغيرة من بذور الشيا، وملعقة صغيرة من بذور الكتان، وملعقة صغيرة من الحبة السوداء. تُوضع هذه المكونات معًا في كأس، ويُضاف إليها الماء، ثم تُترك لمدة عشر دقائق قبل الاستهلاك، وذلك مرتين يوميًا. كما يمكن الاستفادة من جملة أخرى من الأعشاب المذكورة في كتب الطبّ والتي من بينها:

-البابونج: يقول ابن البيطار في جامعه: البابونج ينفع من الاعياء أكثر من كل دواء، ويسكن الوجع ويرخي في الأعضاء المتمددة وينفع من الصدء البارد (بدون حمى والله اعلم). (1) أما داود الانطاكي في التذكرة فيقول: لا شيء مثله في تفتيح السدد وإزالة الصدء، يذهب الاعياء والتعب وينفع من وجع الظهر وعرق النسا والمفاصل والنقرس. (2) لقد ثبت علميا تأثير البابونج على الالتهابات حيث تستعمل أزهار البابونج كشاي يؤخذ ملء ملعقة وتوضع على ملء كوب ماء مغلي وتترك مدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمقدار كوب في الصباح وآخر في المساء. فهو يزيل الالتهابات والمغص ومطهر للجهاز الهضمي والتنفسي وفتح للشهية ومنشط للدورة الدموية (3) وهو مطمئ، طارد للريح، خافض للحرارة، مسكن للألام. (4)

-الاقحوان **Chrysanthemum cinerariaefolium** : نبات عشبي يصل ارتفاعه الى حوالي متر ونصف المتر وهو يشبه الى حد ما نبات البابونج ولكنه يختلف عنه في المحتويات الكيميائية وكذلك التأثير. وقد اثبتت عدة تجارب سريرية يابانية وصينية أن أقحوان الحدائق فعال جدا في ضغط الدم وتفرج الاعراض المرافقة مثل الصدء والدوار والارق. (5) -اكليل الجبل أو حصا البان حيث يؤخذ منه ملء ملعقة شاي من مسحوق نبات حصا البان ويضاف لها الماء المغلي حتى يمتلى الكوب ثم يقلب جيدا ويشرب منه فنجان بعد الفطور مباشرة واخر عند النوم. (6)

1 موسوعة جابر للأعشاب باختصار ج2ص 49

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية باختصار ج2ص 50

3 موسوعة جابر للأعشاب ج2ص 50

4 معجم النباتات الطبية ص60

5 موسوعة جابر للأعشاب ص65

6 موسوعة جابر للأعشاب ص 49 ج2

-زهرة الالام الحمراء **Passiflora incarnata** : زهرة الالام الحمراء هي نبات عريشي يشبه العنب يصل ارتفاعه الى 9 أمتار له أوراق ثلاثية الفصوص وأزهار جميلة مزخرفة. ويستعمل جميع أجزاء النبتة الا الجذور. يستعمل النبات كمهدئ ويحلب النوم وهي جيدة للتوتر والاجهاد والارق وهي تقلل من فرط الاجهاد العصبي. كما تستخدم لحلات معينة من الربو وارتفاع ضغط الدم. وأهم تأثيراتها تخفيف الانفعالات والاضطرابات. وتؤخذ على هيئة مغلي، حيث يؤخذ مؤخذ ملء ملعقة متوسطة وتوضع في كوب ويضاف لها الماء المغلي ثم تترك مدة 5 دقائق وتصفى وتشرب مرة واحدة في الصباح وأخرى عند النوم. (1)

-المشمش هذه الفاكهة مغذية، مشهية، قابضة ومرطبة، ويتميز المشمش بكونه ثمرة الاعصاب لأنه يقويها ولهذا يوصف لذوي الاعمال الذهنية. كما يوصف للوهن الجسمي، الاجهاد الذهني، فقر الدم، توتر الاعصاب، الارق، مثير للشهية. (2)

فصل التوتر

التوتر هي حالة نفسية نتيجة لسبب حقيقي يجعل الانسان تحت ضغط معين ومن ذلك مشاغل الحياة، الضجيج، مشاكل اجتماعية، جهد بدني مضني، القاء كلمة أمام الجمهور، الدخول للامتحانات ومن أبرز أعراضه ضيق الصدر وصعوبات في التعبير باللسان. ويتعامل جسم معها باعتبارها تهديدات، فيرتفع هرمون الكورتيزول في الجسم الذي يعرف أيضا بهرمون الاجهاد، ويمكن الاستفادة من الحجامة على الاخدعين وأعلى الاظهر وأسفله، للتخفيف من التوتر كما أن إشغال القلب بذكر الله وتلاوة القرآن يشرح الصدر وينزل السكينة أمر في غاية الأهمية واليسر لتحقيق الاسترخاء، ومن الوسائل الوقاية من التوتر الاعتكاف في المساجد وانتظر الصلاة بعد الصلاة. كما يمكن أيضا الاستفادة من خصائص بعض الأعشاب في تخفيض افراز هرمون

1 موسوعة جابر للأعشاب ص70

2 معجم النباتات الطبية ص394

الكورتيزول المسؤول عن أعراض التوتر وتعزز مستويات السيروتونين، وهي مادة كيميائية تفرز من الدماغ تعمل على تهدئة الأعصاب والتقليل من التوتر، ومنها:

-البابونج، تطحن الازهار الجافة ويستعمل مسحوقها. زيت النبات مفيد للمعدة ويعمل على طرد الغازات من الجهاز الهضمي، كما أن شرابه مهدئ للأعصاب ومنبه ومزيل للمغص. (1)

-الحزامي ضيقة الأوراق (*Lavandula angustifolia*) ،

-الشاي الاخضر

-إكليل الجبل *Rosemary*، ويسمى أيضا حصا البان وهو عشب معروف، وقد استخدم منذ القدم لتحسين الذاكرة وتقويتها. تؤخذ ملء ملعقة أكل وتضاف الى نصف لتر

ماء ويغلي مدة دقيقة واحدة ويشرب منه فنجانان في النهار وواحد فقط عند النوم. (2)

-الجنكة *Ginkgo biloba*، وهي من النباتات المشهورة في تحسين الدورة الدموية.

وتستعمل الجنكة في مرض التوتر حيث تساعد على كفاية المخ السليمة والدورة الدموية. (3)

-الناردين المخزني *Valeriana officinalis*، ويستعمل الناردين المخزني ضد القلق

والارق والانفعالات والكآبة ويؤخذ ملء ملعقة شاي من مسحوق الجذور وتوضع في كوب ثم

يصب عليه الماء المغلي ويترك مدة 5 دقائق ثم يلقى ويشرب بين الوجبتين. (4)

-حشيشة القلب *Hypericum Perforatum* ويعرف بعدة أسماء مثل شجرة

القديسين والهيوفاريقون، وهو نبات شجري معمر له أزهار كثة صفراء اللون، الجزء المستخدم

من النبات الأطراف المزهرة. يستخدم النبات كمضاد للاكتئاب ومضاد للتشنج وينبه تدفق

الصفراء ومفرج للالم، كما يعمل كمضاد للفيروسات وطريقة الاستعمال أن تؤخذ ملء ملعقة

1 النباتات الطبية والسامة في الوطن العربي ص79

2 موسوعة جابر للأعشاب ص392

3 موسوعة جابر للأعشاب ص191

4 موسوعة جابر للأعشاب ص225

كبيرة من أزهار النبات وتوضع في كوب ثم يصب عليها ماء مغلي وتترك مدة ما بين 5 و 10 دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل كوب الى كوبين في اليوم، كوب في الصباح الباكر والآخر بعد وجبة الغداء مباشرة. (1)

فصل القلق

القلق هو حالة ناتجة عن خوف ظني غير حقيقي لأمر متعلق بالمستقبل كانتظار نتيجة الامتحانات، ومن سبل دفعه الايمان بالقدر خيره وشره التفويض لحكم الله والاطمئنان لقضائه فقضائه كله خير وحكمه كله عدل، والتوكل عليه مع الاجتهاد في الأخذ بالأسباب المتاحة، والمحافظة على الصلاة في المسجد وصلة الارحام واغاثة الملهوف وهذه من أسباب دفع مواقع السوء فهي الأمور التي قوت بها خديجة رضي الله عنها النبي ﷺ في أول البعثة فقال ﷺ: " **قَدْ خَشِيتُ عَلَى نَفْسِي، فَقَالَتْ لَهُ: كَلَّا، أَبْشِرْ، فَوَاللَّهِ لَا يُخْزِيكَ اللَّهُ أَبَدًا؛ إِنَّكَ لَتَصِلُ الرَّحِمَ، وَتَصْدُقُ الْحَدِيثَ، وَتَحْمِلُ الْكَلَّ، وَتَقْرِي الضَّيْفَ، وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الْحَقِّ**". (2)

يقوم فيتامين ب المركب بالمحافظة على الجهاز العصبي وعمله بصورة طبيعية، كما يساعد على تقليل القلق ومهدئ للأعصاب. يؤخذ حسب إرشادات الطبيب. كما يعد فيتامين ج ضروريا لعمل الغدة الكظرية، وكذلك تحسين كيمياء المخ، وله أثر مهدئ قوي ويقلل القلق، حيوي للتعامل مع الضغوط، يؤخذ حسب إرشادات الطبيب. (3) كما يمكن أيضا الاستفادة من خصائص بعض الأعشاب ومنها:

1 موسوعة جابر للأعشاب ص226

2 رواه البخاري

3 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج2 ص322

-البابونج، يلعب البابونج دورا في التخفيف من نوبات الهلع والارتخاء، وكذلك الناردين المخزني معروف على مستوى العالم بقدرته على جلب الاسترخاء والنوم. (1)

-ورق الغار: قد يساعد ورق الغار على تحسين التواصل بين الخلايا والنواقل العصبية في مختلف أنحاء الجسم وستعمل كشاي.

فصل الاكتئاب

الاكتئاب هي حالة شديدة من الحزن وتعكس بانفعالات جسدية مؤلمة، وتشتد حالات الاكتئاب عند المصاب بالمس في فترات من اليوم والليل وأغلبها قبل طلوع الشمس وقبل غروبها، وهي أوقات فاضلة في حياة المسلم بحيث يهرع فيها المسلم الى ذكر الله وتسبيحه فيبدل الله وحشته أنس به سبحانه، ومن طرق إضعاف الاكتئاب الشيطاني الصيام وفرحة المفطر بعد الصوم تذهب شبح الحزن الاكتئاب. كما أن تدبر القرآن والنظر في آيات الله الكونية وتفكر في حكمة مخلوقاته وشرعه والخشوع في الصلاة يزيد من مستوى هرمونات السعادة. وإن الصدقات والعمل الخيري والإحسان الى الناس والعفو عند المقدرة والانتصار مما يدخل البهجة على قلوب الناس ينعكس على صاحبه باستثارة مراكز السرور في الدماغ لإفراز هرمونات السعادة. إن اضطرابات في كيمياء الدماغ تحدث أثناء الاكتئاب لأن خلايا الدماغ متصلة مع بعضها، فتطلق مواد كيميائية تسمى المرسلات العصبية ويرى بعض الخبراء أن مرسلات عصبية معينة تعاني من قصور في نشاطها أثناء الاكتئاب، وتصبح مفرطة النشاط أثناء نوبات المس. (2)

كما إن علاج مشاكل الجهاز الهضمي يساعد بدرجة كبيرة في تخفيف الاكتئاب لان الأمعاء هي أكبر منتج لأحد هرمونات السعادة وهو السيروتونين وذلك من خلال عمل البكتيريا المفيد داخل الأمعاء. فالعمل على تعزيز البكتيريا النافعة وتوفير المناخ الملائم لتقوم بمعملها من أهم الأسباب

1 موسوعة جابر للأعشاب الطبية باختصار ج2 ص321

2 موسوعة جابر للأعشاب ج2 او 3 ص39

التي تعزز الصحة النفسية. بالإضافة إلى الفوائد البدنية لممارسة التمارين الرياضية، فالتمارين الرياضية تزيد من معدل الإندورفين (الذي يساعد على تخفيف الآلام) والسيروتونين (الذي يساعد على الاسترخاء والنوم) والدوبامين (الذي يساعد على الذاكرة والتركيز والاحساس بالمتعة) وهي هرمونات ضرورية لحالات النفسية الإيجابية التي تدفع كابوس الاكتئاب والتوتر والقلق وتزيد الاستعداد النفسي الإيجابي.

إن تناول القدر الصحي من فيتامين ب المركب أمر مهم لأي شخص يرغب في محاصرة شعوره بالاكتئاب وتحجيمه، وبرغم أن مجموعة فيتامين ب المركب تلعب على ما يبدو دورا في حمايتك عاطفيا وبدنيا فإن هناك بعض الافراد من عائلة فيتامين ب تبدو لهم قدرات أقوى من غيرهم في علاج الاكتئاب. فمن اعراض نقص الثيامين "ب1" الشعور بالخوف، والقلق، والتخبط والتغيرات المزاجية وهو من علامات الاكتئاب. وهناك فيتامين ب آخر ارتبط بالاكتئاب الا وهو الفولات "ب9" (النوع الطبيعي من حمض الفوليك). (1)

تعمل أدوية مضادات الاكتئاب على رفع مستوى هرمون السيروتين، الذي يحتاج الجسم في انتاجه الى توفر عناصر غذائية منها فيتامين "د" والتربتوفان و فيتامين "ب6" و أحماض "أوميغا 3" الدهنية. فالتعرض لأشعة الشمس يوميا او تناول الأطعمة الغنية بفيتامين د كالأسمك الدهنية أو تناول زيت كبد الحوت والبيض التي تحتوي أيضا على دهون "أوميغا3"، وتزويد الجسم بما يحتاجه من التربتوفان الموجد بشكل طبيعي في البروتينات الحيوانية والنباتية، أمر ضروري لتلبية احتياجات الجسم لتصنيع هرمون السيروتونين وعدم استقرار الانفعالات الجسدية لحالات الاكتئاب الشيطاني. كما يمكن أيضا الاستفادة من خصائص بعض الأعشاب ومنها:

–النعناع **Mentha peperita**: نبات معمر ذو رائحة عطرية ساقه مربعة. يصل ارتفاعه الى 60سم الجزء المستخدم من النبات الأوراق التي تحتوي على زيت طيار يضم المنثول والمنثون، كما يحتوي على فلافونيات (ليوتبولين، منتوسيد). يستعمل كطارد للارياح

ويفرج تشنجات العضلات ويزيد التعرق، ينبه ادرار الصفراء ومطهر. بينت الأبحاث أن الزيت الطيار مضاد قوي للجراثيم ومضاد للفطريات. يستخدم لعلاج حالات الاكتئاب.(1)

–عشبة القديس يوحنا **Hypericum perforatum** نبتة سانت جون، وتعرف أيضاً بنبتة القديس يوحنا، أو نبتة العرن المثقوب، وهي نبتة عشبية تحتوي على العديد من المواد الكيميائية التي تساعد في تنظيم عمل الدماغ، وتعديل المزاج بشكل رئيسي. وتعرف هذه العشبة بالهيوفاريقون وكذلك بحشيشة القلب، وهي نبات عشبي يصل ارتفاعه الى 80سم، تحمل أزهارا صفراء في قمم الاغصان. الجزء المستخدم من النبات الاغصان المزهرة، التي تحتوي على زيت طيار (كاروفيلين) وهيبيريسين وشبه الهيبيريسين وكذلك فلافونيات. يستخدم النبات على نطاق واسع كمضاد للاكتئاب ومضاد للتشنج، وبينه تدفق الصفراء، وقابض ويفرج الألم ومضاد للفيروسات، ويعد من افضل العقاقير العشبية للاكتئاب. (2)

–الترنجان أو حبق الترنجاني **Melissan officinalis**: وهونبات معمر يصل ارتفاعه الى متر ونصف المتر يحمل أزهار صغيرة. وهو من مجموعة الريحان والنعناع والزعرتر والمرمية. الجزء المستخدم منه جميع الأجزاء الهوائية التي تحتوي على زيت طيار. كتب جون إيفلين أن الترنجان علاج للدماغ، يقوي الذاكرة ويطرد الاكتئاب. يستخدم الترنجان كمضاد للتشنج ومضاد للفيروسات وطارد للديدان ومقوي للأعصاب، يستخدم كمرخ للأعصاب والاكتئاب والهيوجية ويخفف من الشعور بالعصبية والذعر. يؤخذ ملء ملعقة من المسحوق وتوضع على ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة 10 دقائق، ثم تصفى وتشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم. (3)

1 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج3ص44

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج3ص41

3 موسوعة جابر للأعشاب ج3ص43

-الكرفس **Apium graveolens**، يؤكل للانقباض النفسي والضعف العصبي والجنسي. (1)

فصل آلام الرأس

الصداع أكثر المشاكل الصحية انتشارا في حالات المس بصفة عامة وتختلف حدة الصداع بشكل متفاوت، والحجامة من أنجع العلاجات وأسرعها فاعلية، وأما من الأعشاب الطبية فنذكر:

-أوراق الغار **Laurus Nobilis**: لها تأثير مميز ضد الشقيقة. (2)

-الزنجبيل **Ginger**، الناس في آسيا عادة ما يستعملون الزنجبيل الطازج أو الجاف لمنع الصداع أو الصداع النصفي. و يقال أن استعمال الكركم بجرعات صغيرة مع الزنجبيل يفيد كثيرا في علاج الشقيقة(3)

-الزعتر **Thyme**: إن شرب مستحضر مكون من ملء ملعقة شاي من مسحوق الزعتر على ملء كوب ماء سبق غليه مرة او مرتين في اليوم يساعد على إيقاف توتر العضلات في الرقبة والكتفين ومؤخرة الرأس التي يسببها الصداع التوتري. (4)

-عسل النحل النقي يأخذ ملعقة كبيرة عند ظهور اعراض الشقيقة، فهو علاج مناسب لجميع أنواع الصداع بما فيها الشقيقة. (5)

1 النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي ص 243

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج1ص480

3 موسوعة جابر للأعشاب الطبية باختصار ج1 ص483

4 موسوعة جابر للأعشاب الطبية باختصار ج1 ص485

5 موسوعة جابر للأعشاب الطبية باختصار ج1 ص485

فصل الذاكرة

وللنسيان دور كبير في انخفاض العزيمة وقوة الارادة، قال تعالى: ﴿وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِن قَبْلُ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْمًا﴾ [طه:115] كما يمكن أيضا الاستفادة من خصائص بعض الأعشاب ومنها:

—حسا البان أو اكليل الجبل **Rosemarinus officinalis**: وهو نبات عشبي معمر عطري يعرف علميا باسم يحتوي نبات حسا البان على مواد مضادة للأكسدة. فقد وجد أن المواد المضادة للأكسدة موجودة في نبات حسا البان مثل حمض الروزمانيك كما يحتوي حسا البان على ستة من المركبات الأخرى التي ثبت أنها تمنع تكسر أو تحطم المادة الكيميائية الدماغية التي تسبب تكسرها إحداث مرض الزهايمر⁽¹⁾

—جوزة البرازيل **Bertholletia excelsa**: وهي ثمار شجرة، وتحتوي على مركب يعرف باسم ليسثين وتعد جوزة هذا النبات أكبر مصدر لهذا المركب، حيث تحتوي على 10% منه، كما تحتوي على مركب الكولين، وهذان المركبان لهما أهميتهما في تقوية مركب الاسيتالين الدماغى الذي تمنعه من التحطم أو التكسر، وقد حاول الباحث اطعام مرضى الزهايمر الأغذية المحتوية على المركبين السابقين، فوجدوا تأثيرا جيدا على هذا المرض وتحسنا ملموسا في الذاكرة،⁽²⁾

—المشمش **Apricot**، هذه الفاكهة مغذية، مشهية، قابضة ومرطبة، ويمتاز المشمش بكونه ثمرة الأعصاب لأنه يقويها ولهذا يوصف لذوي الأعمال الذهنية.⁽³⁾ ويستعمل المشمش المجفف لنفس الغرض.

1 موسوعة جابر للأعشاب باختصار ص645

2 موسوعة جابر للأعشاب ص646

3 معجم النباتات الطبية ص394

فصل الارق

يجب الإشارة الى أن علاج اضطرابات النوم تكون بحسن الاستعداد والاختد الأسباب التي تساعد على تخفيض النشاط البدني والذهني ومن ذلك اجتناب تناول المنبهات من القهوة والشاي قبل النوم، اتباع الهدى النبوي في إطفاء السراج والاضواء وهذا يساهم في افراز هرمون الميلاتونين الذي يزداد إفرازه في الظلام، والاستعداد بالوضوء وقراءة آية الكرسي وخواتيم البقرة والتعويدات التي وردت في هدي النبي ﷺ وقراءة الآيات السكينة، وإذا كان المصاب يشتكي من حالات الفزع والاحلام المرعبة فيستعين بالآيات التي تتحدث عن موضوع الاحلام وينفث بها في كفيه ويمسح بها جسده قبل النوم. كما أنه من المهم تعزيز العناصر الغذائية اللازمة لإفراز هرمون الميلاتونين في الجسم، ولتعزيز عملية إنتاج هورمون الميلاتونين الذي يلعب دورا أساسيا في عملية النوم يحتاج الجسم الى العناصر غذائية وأهم تريبتوفان وهو من البروتينات المتوفرة في لحوم الدواجن والاسماك الدهنية والبيض والحليب والمكسرات، كما أن ممارسة التمارين الرياضية تساعد على تنظيم إفراز هذا الهرمون الذي يساعد على النوم والاسترخاء. كما يمكن أيضا الاستفادة من خصائص بعض الأعشاب ومنها:

-القرنفل **Syzygium aromaticum**، هاضم، طارد الرياح، مضاد التخدير، مسكن ومطهر. (1) والقرنفل مسكن للآلام مهدئ للأعصاب ويساعد على النوم لاحتوائه على التريبتوفان الذي يحفز السيروتونين لزيادة مستوى الميلاتونين، كما يفيد في التركيز وتحسين الذاكرة. وطريقة استعماله أربعة او خمسة عيدان من القرنفل تضاف الى كوب ماء ثم تغلي على النار مع المحافظة على تغطية الوعاء حتى لا تضيع الزيوت الطيارة وتترك حتى تبرد وتستعمل قبل النوم.

-الينسون **Pimpinella Anisum** ، ويستعمل الينسون لعلاج الارق. (2)

1 معجم النباتات الطبية ص 321

2 النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي ص 287

-الনারدين **Valerian officinalis**: حشيشة الهر، ويعرف بالনারدين المخزني، وهو عشب معمر منتصب يصل ارتفاعه الى حوالي متر ونصف له أوراق ريشية مقسمة وأزهار قرنفلية اللون. الأجزاء المستعملة من نبات الناردین الجذور. وقد أكدت الأبحاث الواسعة الانتشار في ألمانيا وسويسرا أن الناردین يحث على النوم ويحسن نوعيته ويخفض ضغط الدم. والناردین المعروف بالعشبة الشافية في القرون الوسطى كانت تنسب اليه مزايا في شفاء الصرع، ويخفض الناردین فرط النشاط العقلي والاثار العصبية. ولذا فهو يهدئ العقل ويفرج كثيرا من أعراض القلق بما في ذلك الرعاش والهلع والخفقان والتعرق، وهو علاج مفيد جدا للأرق سواء أكان سببه القلق أم فرط الاثارية. يؤخذ جذر الناردین على هيئة مغلي بمعدل ملعقة صغيرة الى ملعقتين من المسحوق على ملء كوب من الماء المغلي ويترك مدة 15 دقيقة، ثم يصفى ويشرب بمعدل مرة إلى مرتين، وآخر جرعة عند الخلود الى النوم. (1)

-الترنجان **Melissa officinalis** : ويعرف أيضا باسم مليسا وكذلك الحبق الترنجاني وهو نبات عشبي معمر يصل ارتفاعه الى حوالي متر ونصف المتر. أوقه مسننة ذات عروق عميقة وأزهاره صغيرة، بيضاء اللون. الجزء المستعمل من النبات جميع أجزائه. والترنجان يرفع المعنويات ويريح القلب ومازالت هذه العشبة الغنية بعطرها تقدر على نطاق واسع خصائصها المهدئة. لقد بينت الأبحاث الألمانية أن الزيت الطيار يهدئ الجهاز العصبي المركزي ويعد مضادا قويا للتشنج. كما وجد أن الترنجان تكبت عمل الغدة الدرقية. والترنجان يستعمل لرفع المعنويات ويستعمل مضادا للاكتئاب المعتدل والهوجية وهو يخفف الشعور بالعصبية والذعر. وغالبا ما يهدئ سرعة القلب، حيث يعد علاجا قيما للخفقان ذي المنشأ العصبي. يؤخذ ملء ملعقتين من الترنجان ويضاف الى ملء كوب ماء مغلي ويترك لينقع مدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب عند اللجوء الى النوم. (2)

1 موسوعة جابر للأعشاب ج1 ص75

2 موسوعة جابر للأعشاب ص76

-الخزامى أو الضرم أو الفكس **Lavandula officinalis**: ويعرف بالخزامى المخزنية، وهو نبات عشبي معمر يصل ارتفاعه الى حوالي متر. له أوراق متطاولة خشنة الملمس وأزهار سنبلية بنفسجية اللون جميلة المنظر ولها رائحة عطرية جذابة. كما أنها تستخدم على نطاق واسع كطاردة للآرياح وتفرج تشنج العضلات ومضاد للاكتئاب ومطهر ومضادة للجراثيم وتنبه تدفق الدم. لقد اقرت الهيئة المسؤولة عن الدواء المعروفة بلجنة الخبراء الخزامى لعلاج الارق وفي المستشفيات البريطانية يستخدمون زيت الخزامى لعلاج الارق. (1)

-النعناع البري **Nepeta catatria** ويعرف هذا النبات باسم حشيشة الهر وقطرم الهر. النبات عشب معمر عطري يصل ارتفاعه الى حوالي متر له أوراق قلبية الشكل بلون أخضر الى رمادي وأزهار بيضاء منقطة بألوان أرجوانية جميلة. يستخدم النعناع البري على نطاق واسع منذ الأزمنة القديمة فقد كتب كيوغ في كتاب الأعشاب الطبية الإيرلندية أن هذه العشبة تحث على التبول وتفتح انسدادات الرئتين كما تجلب النوم. والجرعة من هذا النبات كمهدئ ملعقة أكل على ملء كوب ماء مغلي ويترك مدة 10 دقائق لينقع ثم يشرب قبل اللجوء الى النوم مباشرة. (2)

-البصل يوفر جملة من المعادن والفيتامينات ومن أهمها الفوسفور، فالفسفور في البصل يعين المفكرين وأصحاب الاعمال الذهنية على العمل فيحتملونه دون مشقة وارهاق. على المصابين بالأرق أن يأكلوا البصل مساء فيراود النعاس أجفانهم ويهنؤون بالنوم السعيد. (3)

1 موسوعة جابر للأعشاب ص77

2 موسوعة جابر للأعشاب ص79

3 معجم النباتات الطبية ص66

فصل الصرع

الصرع في المنظور الفيزيولوجي أي الجسدي، هو اضطراب في الجهاز العصبي وهو واحد من مجموعة اعتلالات في أداء الدماغ تتميز بصدمات مفاجئة ومتواترة.⁽¹⁾ وهذا قد يشمل أصحاب الصرع من النوع الشيطاني، وقد أكدت التجربة مزايا بعض الأعشاب في التخفيف من حالات الصرع الشيطاني وذلك أن الحالة الجسدية قد تلعب دورا مهما في تسلط الشيطان ومن ذلك حالات الغضب الشديد أو الخوف الشديد، فالنساء أكثر عرضة من الرجال لحالات الصرع وهذا قد يؤكد أن البنية الجسدية لها علاقة بالصرع. ومن الأعشاب التي تساعد المصاب في حالات الصرع عموم أعشاب التي توصف لتقوية الجهاز العصبي وتهدئته ومنها:

—أزهار البرتقال **Orange Flowers**، تستعمل أزهار البرتقال لعلاج الصرع، وذلك بأخذ ازهار البرتقال الطازجة ثم تقطيرها واستخدامها. حيث يؤخذ ملء ملعقة كبيرة ثلاث مرات في اليوم، وهو يؤثر كثيرا في الأشياء الحسية تأثيرا بالغا وكذلك يضاد التشنج، ويدخل عطر البرتقال في المستحضرات الصيدلانية المستخدمة في أمراض الجهاز العصبي.⁽²⁾ والازهار المستعمل لتقطير ماء الزهر هي شجرة النارج أو الأرنج وليست أزهار أشجار البرتقال المثمرة، واقترح أخذ مقدار كأس شاي من ماء الزهر على الريق وقبل النوم فهذا قد يفيد في آلام القلب وانقباض اعلى المعدة الناتجة عن المس الشيطاني.

—القرنفل **Syzygium aromaticum**، مسامير القرنفل، تؤخذ نصف ملعقة صغيرة من مسحوق القرنفل وتمزج بقليل من السكر، ثم تسف وذلك مرة واحدة في اليوم حيث يعد علاجا ضد نوبات الصرع.⁽³⁾

1 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج 1 ص 497

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج 1 ص 497

3 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج 1 ص 499

-السذاب **Ruta**، يستخدم السذاب على نطاق واسع في علاج نوبات الصرع فهو ذو رائحة عطرية قوية، حيث يؤخذ طازجا وهو على أية حال معمر ودائم الخضرة ويمكن استعماله في أي وقت من السنة، حيث يؤخذ ماؤه كسعوط حيث ينقي الدماغ ويذهب الصداع، وعصارة السذاب مضادة للصرع وبالأخص عند الأطفال. (1) وقد يقصد بقوله "يؤخذ ماؤه" إما تقطير عشبة السذاب وهو الأظهر وقد يقصد منقوع العشبة بوضع العشبة في ماء ساخن. كما يجدر الإشارة أن السذاب يزيد من سيولة الدم وأن له نسبة من السمية.

-البصل **Onion**، يوصف عادة كمقو للجهاز الهضمي ومطهر للأمعاء لما فيها من مضادات حيوية، كما يهدئ الجهاز العصبي ويفيد في حالات نشح الشرايين، ويستعمل مريض الصرع البصل بمعدل بصلتين متوسطة يوميا مرة في الصباح وأخرى في المساء. (2)

-زيت البندق **Nux Pontia** ، يستخدم زيت البندق بمعدل ملء ملعقة صغيرة مع الإفطار وأخرى مع العشاء. (3) يعد البندق أغنى الثمار الزيتية (50% من وزنه زيتا)، وافرة في الكاروتين وفيتامين "ب1"، "ب2"، حامض بانتوثنيك وقليل من فيتامين "ث"، مواد دهنية وآزوتية، حديد وكلس. (4) وحمض البانتوثنيك هو فيتامين "ب5" وهو يستخدم في الطب الطبيعي كبديل للكورتيزون.

1 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج1 ص498

2 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج1 ص498

3 موسوعة جابر للأعشاب الطبية ج1 ص498

4 معجم النباتات الطبية ص80

الخاتمة

لا شك أن الأمراض والاضطرابات النفسية أمر واقع لا يمكن إنكاره، وتتنوع أسبابها بين ما هو نفسي أو عضوي ومنها ما يُعزى إلى الإصابات الشيطانية التي يمكن الاستدلال عليها من خلال الواقع الذي يعيشه المصابة بالمس، وهي أمور لا ينكرها إلا جاهل بها وأعرض عن خوض التجربة، وليست كل الحقائق يمكن أن تخضع بالضرورة للتجربة العلمية الحديثة. وإنه من المهم جدًا للمعالج بالرقية الشرعية أن يكون مطلعًا على علم النفس، ليدرك أن الأعراض النفسية وحدها لا تُعد دليلًا كافيًا على الإصابة بالمسّ الشيطاني، كما أن نوبات الصرع أثناء الرقية ليست الدليل الوحيد على الإصابات الشيطانية، إذ إن كثيرًا من المصابين بالمسّ لا تظهر عليهم هذه النوبات. وإن التحقق من الإصابة بالمسّ الشيطانية يستند بشكل مجمل على تجميع الأدلة وتحليل أسباب التغيرات النفسية والسلوكية الطارئة على المصاب، ومدى ارتباطها بأحوال الشياطين. كما يعتمد التشخيص على معرفة نوع المشاكل والصعوبات التي يواجهها المصاب، ومطابقتها مع حالته العمرية والاجتماعية والصحية، والنظر في التغيرات النفسية والسلوكية للمريض في المراحل السابقة للرقية وأثناء القيام بها وما بعدها.

ورغم أن علم النفس الحديث يُعد من العلوم التجريبية التي تقوم في جوهرها على إنكار الظواهر الغيبية، إلا أن الدول المتقدمة علميًا وتكنولوجياً ترى أنه علم محدود فأنشأت علم ما وراء النفس، الذي لا تحده العلوم التجريبية تحت ما يسمى علم الباراسايكولوجيا. وجعلت من الكهانة والسحر قوى خارقة، ولا تتردد في اللجوء اليهم لمحاولة التنبؤ بالأحداث المستقبلية لاستشعار المخاطر المحتملة، وتستعملهم للتأثير على سلوك الأعداء وتستعملها في عمليات الاستجواب والتعذيب بهدف انتزاع المعلومات دون أن تترك أدلة جسدية تدينها. ويبقى السؤال مطروحًا: إلى متى سنظل نتبع هذا العالم المادي الذي كلّمنا دخلوا جحر ضب دخلنا ورائهم ونحن نعلم أنهم لا يهتدون.

فهرس الكتاب

2	مقدمة الكتاب
5	الباب الأول: علم النفس والطب النفسي
6	علم النفس
6	فصل تعريف
7	فصل أهم المرحلة التاريخية
7	فصل أهدافه ومجالاته
9	الطب النفسي
9	فصل التعريف
10	فصل المرض النفسي
12	فصل تقسيم الامراض النفسية
13	فصل دور الطبيب والمعالج النفسي
13	فصل أنواع العلاجات
14	فصل الصحة النفسية
16	حدود الطب النفسي الحديث في علاج التدايعات النفسية للأمراض الشيطانية
16	فصل قصور في مصادر المعرف وانكارهم للغيب
18	فصل استثناء دور القلب في الامراض النفسية
19	فصل الاقتصار على نماذج فكرية غربية لم تنشأ في ديار المسلمين
20	فصل اقتصارهم على العلم التجريبي يفضي الى العلاج المادي
21	الباب الثاني: منشأ الحالات النفسية وأهميتها وتأثيرها على السلوك والعناصر الأصلية في ظهورها
22	منشأ الحالات النفسية وأهميتها

- 22 فصل فطرية الحالات النفسية عند الانسان
- 22 فصل ظهور حالات نفسية عند المخلوقات
- 23 فصل تعدد الحالات النفسية وتأثيرها على السلوك
- 25 دور الروح في الحياة النفسية**
- 25 فصل تعريف الروح
- 28 فصل معارف النفس الفطرية
- 29 فصل صفات النفس
- 31 فصل دوافع النفس
- 32 فصل قابلية النفس للتهديب
- 33 فصل اتصال النفس بالجسد
- 35 فصل أنواع حديث النفس
- 37 دور الجسد في الحياة النفسية**
- 37 فصل تعريف الجسد
- 38 فصل دوافع الجسد
- 38 فصل المستقبلات الحسية
- 40 فصل الادراك الحسي المعرفي
- 42 فصل علاقة الادراك الحسي بالحالات النفسية
- 43 فصل تعريف الجهاز العصبي
- 44 فصل علاقة الجهاز العصبي بالحالات النفسية
- 45 فصل تعريف الجهاز الغدي
- 47 فصل علاقة الجهاز الغدي بالحالات النفسية
- 48 دور العقل في الحياة النفسية**
- 48 فصل تعريف العقل

- 50 فصل دوافع العقل
- 52 فصل علاقة العقل العضوية
- 53 فصل وظائف العقل
- 54 فصل تفاوت العقول حسب الجنس
- 56 **دور القلب في الحياة النفسية**
- 56 فصل تعريف القلب
- 57 فصل الحكمة في استعمال لفظ القلب أو الفؤاد
- 59 فصل وظائف القلب
- 61 فصل صفات القلب
- 62 فصل أمراض القلب وعلاجها
- 64 **تأثير الحالات النفسية على السلوك**
- 64 فصل تعريف الدوافع والبواعث
- 65 فصل الدوافع الفطرية
- 66 فصل الدوافع المكتسبة
- 67 فصل التفاوت في تأثير الدوافع
- 67 فصل العواطف
- 68 فصل الانفعالات الجسدية النفسية
- 69 فصل مركز الحالات النفسية
- 71 فصل تأثير الدوافع على القلب
- 72 فصل الصراع بين النفس والعقل
- 73 **الباب الثالث: طرق الشيطان في اثارته الحالات النفسية للتأثير على سلوك المصاب**
- 74 **تفاعل العوالم الأخرى مع الانسان وتأثيراتهم النفسية والسلوكية**
- 74 فصل تعريف الملائكة

- 74 فصل تفاعل الملائكة مع الانسان
- 77 فصل تعريف الجن والشياطين
- 78 فصل تفاعل الجن والشياطين مع الانسان
- 83** **استراتيجية الشيطان في إحداث الاضطرابات النفسية عند المصاب**
- 83 فصل استغلال طريقة التواصل
- 86 فصل استهداف النفس
- 87 فصل استهداف الجسد
- 88 فصل استهداف الدوافع الجسدية
- 89 فصل استهداف الدوافع النفسية
- 91 فصل استهداف الانفعالات الجسدية النفسية
- 92 فصل استهداف العلاقات الاجتماعية
- 94** **اسباب الاضطرابات النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني**
- 94 فصل استنزاف الطاقة الذهنية
- 95 فصل التسلط القهري
- 96 فصل افتعال الحالات النفسية
- 97 فصل العقد الشيطانية
- 98 فصل التسلط على الحواس
- 99 فصل التوهّمات والخيالات
- 101 فصل تأثير التغيرات النفسية والجسدية المفاجأة
- 103** **مقارنة الاضطرابات النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني والتوصيف الطبي**
- 103 فصل تعريف الاعراض
- 103 فصل الضغط النفسي
- 105 فصل القلق

107	فصل الخوف المرضي أو الخوف
110	فصل الوسواس القهري
111	فصل الاكتئاب
113	فصل الاستجابات المستيرية
114	فصل الصرع
119	فصل اضطرابات النوم
123	الباب الرابع: علاج الاضطرابات النفسية الشيطانية وتداعياتها على العلاقات الاجتماعية.
124	مميزات العلاج النفسي الاسلامي
124	فصل العلاج النفسي
126	فصل نتائج العلاج النفسي الديني بصفة عامة
128	فصل مميزات العلاج النفسي الإسلامية
130	فصل الآثار النفسية للعبادات في الاسلام
133	التأهيل النفسي لاستقبال الدواء الرباني
133	فصل القلب مفتاح تزكية النفس
134	فصل أهمية تزكية النفس
136	فصل منهجية تزكية النفس
137	فصل التقويم المعرفي لتحقيق الامن النفسي
138	فصل التقويم المعرفي لتحقيق المعية الالهية
139	فصل التقويم المعرفي لمعنى الصبر
140	فصل التقويم المعرفي لحقيقة العدو
142	فصل التقويم العملي بالدعاء
143	فصل التقويم العملي بالصلاة
145	فصل التقويم العملي بالصيام

- 146 فصل التقويم العملي بالصدقات
- 149**..... الأبعاد النفسية للعلاج بالرقية الشرعية
- 149 فصل البشائر في فضل التداوي بكلام الله
- 151 فصل تأثير كلام الله ماديا والمعنويا
- 153 فصل نتائج بعض الدراسات علمية
- 155**..... علاج أصل الاضطرابات النفسية عند المصاب بالمس الشيطاني
- 155 فصل أصل الألم النفسي
- 157 فصل علاج حالات الخوف عند المصاب بالمس الشيطاني
- 159 فصل علاج حالات الحزن عند المصاب بالمس الشيطاني
- 163**..... اقتباسات من المهدي النبوي لعلاج الاضطرابات النفسية الشيطانية
- 163 فصل أهمية الطب النبوي في العلاج
- 164 فصل تعزيز التفاؤل
- 165 فصل الرعاية التلطيفية
- 167 فصل علاج الوسواس الشيطاني
- 170 فصل علاج الخوف والحزن
- 175**..... إصلاح العلاقات الاجتماعي
- 175 فصل ضوابط المعاملات الناجحة
- 176 فصل إدارة الانفعالات
- 177 فصل صياغة الشخصية المتوازنة
- 178 فصل تقبل الذات
- 179 فصل تقدير الذات
- 181 فصل الثقة بالذات
- 182 فصل توكيد الذات

185	الباب الخامس: العلاجات الحسية لتقليل الاضطرابات النفسية الشيطانية على الصحة الجسدية.....
186	الفوائد النفسية للعلاجات الحسية المساعدة للرقية الشرعية.....
186	فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالحجامة.....
189	فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالخل.....
190	فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالسني مكّي.....
192	فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالعسل.....
193	فصل تخفيف الانفعالات الجسدية النفسية بالتلبينة.....
194	الاستشفاء بالأعشاب والفيتامينات لتقليل الانفعالات الجسدية النفسية.....
194	فصل أهمية التغذية.....
196	فصل أهم العناصر الغذائية للصحة النفسية.....
199	فصل غثيان الصباح وفقدان الشهية.....
200	فصل الإمساك والغازات.....
201	فصل الاعياء والاجهاد المستمر.....
204	فصل التوتر.....
206	فصل القلق.....
207	فصل الاكتئاب.....
210	فصل آلام الرأس.....
211	فصل الذاكرة.....
212	فصل الارق.....
215	فصل الصرع.....
217	الخاتمة.....
218	فهرس الكتاب.....