القرآن الكريم والعلاج النفسي

(Alquran Alkarim) And psychotherapy

أ.د سعيد سالم فاندي
أستاذ دكتور – كلية الشريعة – جامعة الزاوية

الملخص

إن القرآن الكريم لا ينظر إلى الحالات النفسية على أنها أثر المخزونات العقد والنقائص، بل نظرته منبثقة من الفطرة التي قد تعلق بها تأثيرات الشهوات والأهواء، يعمل الممتثل لهدي القرآن على التخلص منها، والالتزام بالفضائل المتشاوقة مع تلك الفطرة، ويضبط القرآن الغرائز المصادمة للفطرة ويذهبها بالإيمان والصبر، والصدق.

وأسلوب القرآن في المعالجة النفسية يقوم على أن الأصل في تصرفات الإنسان الوعي والشعور اليقظ، وليس اللاوعي واللاشعور، قال تعالى: ﴿ بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ ﴿وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ ﴾ (القيامة 14-15)، ويتحمل الإنسان الواعي مسؤوليته عن جميع ما يصدر عنه من خواطر وأقوال تعبر عن مقاصده وأفكاره، وأعماله يسهم في حياته السلوكية، والمتتبع للآيات القرآنية الكثيرة المتعلقة بالنفس وأحوالها يجسد أنها تدعو إلى التبصر والاحتكام إلى الاعتدال، والتوازن، والتوافق مما يجعلها مجالا واسعاً للعلاج النفسي الذي لا ينفي جهود علماء النفس الجادة، القائمة على منهج علمي، بل يساندها، ويساعد على استثمارها في منهج منضبط بمفاهيم القرآن ومقاصده.

Abstract

The Holy Quran does not view psychological states as the result of stored complexes and shortcomings. Rather, its view stems from the all-knowing human nature, which may be affected by the influences of desires and whims. The person who adheres to the guidance of the Quran works to rid himself of these

influences and adheres to the virtues that are in harmony with that nature. The Quran controls the instincts that conflict with human nature and eliminates them through faith, patience, and truthfulness.

The Quran's approach to psychological treatment is based on the premise that the basis of human behavior is awareness and vigilant consciousness, not subconsciousness and unconsciousness. God Almighty says: ﴿ أَلْقَى بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ (القيامة: 14-15) ﴿ وَلَو مَعَاذِيرَهُ A conscious person bears responsibility for all of his thoughts and words, which express his intentions and ideas. His actions contribute to his behavioral life. A reader of the many Quranic verses related to the soul and its conditions will discover that they call for insight and adherence to moderation, balance, and harmony.

This makes it a broad field for psychotherapy, which does not negate the serious efforts of psychologists, based on a scientific approach, but rather supports them and helps invest them in an approach disciplined by the concepts and objectives of the Qur'an.

توطئة

إن الإنسان محور الخطاب القرآني والنفس هي المركز، وقد اعتنى القرآن بتوصيفها، والتعريف بطبيعتها، وتفاعلاتها في إشارات يفهم منها كل مخاطب ما يقدر على فهمه باختلاف الزمان والمكان، مع تأصيل مفهوم للنفس يفارق ما فسره الفلاسفة الأقدمون، والنفسانيون المحدثون في دقة وإحكام يظهر فيه علم الله المطلع على النفس وسرائرها مصداقا لقوله تعالى: ﴿ أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ (الملك: 14) وقد ورد ذكر النفس في القرآن أربعة عشر وثلاثمائة موضع منه (الفورتية، 2001، ص5)

وقد دعا القرآن إلى التأمل في أحوال النفس وأسرارها، وقدم لها ما يشبع حاجتها إلى الهداية والتسديد، وتفعيل ما فيها من دوافع الخير، وحجزها عن نوازع الشر، قال تعالى: ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ (الذاريات: 21)، وقال تعالى: مظهراً قدرته في خلق النفس، وما فيها من استعدادات فطرية، ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ (الشمس: 7-8) وأمر النفس بقيم إيمانية وإدراكية تحصنها من الاضطرابات التي قد تنتابها، قبل وقوعها.

الإشكالية

إن القرآن الكريم كتاب هداية يتوجه إلى الإنسان بمفاهيم وتعاليم دينية والنفس الإنسانية تخضع لما يخضع له الجسم من البحث بأسلوب علمي، ويبدو لغير المتأمل في سعة المقاصد القرآنية أنها ليست من اهتمامات القرآن، ولكن إعجاز القرآن يتسع لتوصيف أحوال النفس ومعالجة أدوائها.

وانبثقت من هذه الإشكالية الأسئلة الآتية:

التساؤلات:

-ما طبيعة النفس ومهماتها في القرآن الكريم؟

- ما الفرق بين طبيعة النفس وتفاعلاتها في القرآن والنظريات النفسية الحديثة؟

-كيف عالج القرآن بعض المشكلات النفسية؟

- هل احتوى القرآن على إشارات علمية تدل على إعجاز نفسي؟

هذه الأسئلة أحاول الإجابة عنها في هذه الورقة البحثية، التي أعرضها في مبحثين اثنين: أولهما في النفس بين المنظور القرآني والتصور الغربي وأخرهما في القرآن والمعالجة النفسية.

المبحث الأول

النفس بين المنظور القرآني، والتصور الغربي

أولاً: النفس في المنظور القرآني:

هناك من يطابق بين معنى النفس، ومعنى الروح، ويحاول فهم النفس وما يصدر عنها من منظور روحي خالص، متغافلا عن الوظائف الجسدية ذات العلاقة بالنفس، ولكن القرآن يتحدث عن الروح في مقام غير ما يتحدث به عن النفس اتساقا مع اختلاف التسمية تنزها عن الترادف الذي لا يليق بأسلوب القرآن، فلو كانت بمعنى واحد لأكتفي بلفظ الروح أو لفظ النفس، وقد فرق بينها، فيلزم أن يكون لكليهما معنى ينتقل عن الآخر ، فعن الروح قال تعالى: ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾ (الإسراء: 85)، فهو يعظم من مفهوم الروح بإسناده إليه، وحين تحدث عن النفس لم يأت بذلك التقييد بأنها من أمره الكون التأمل في تجليات النفس قد يفسر بعض أحوالها، ويكشف عن شيء من خصائصها، بينما الروح تبقى جوهر الإنسان المكنون، والنفس أثر من آثار الروح والجسد ما دام الإنسان حياً، ويختفي ذلك الأثر بعد الموت وتبقى الروح، لتعود إلى الجسد المعاد خلقه عند النشور ؛ لذلك الروح في علم الأرواح"، ولا نقول: "النفس في عالم الأنفس"، ويقول ابن العربي " وقد قام الدليل على ان الجسد يفنى والروح تبقى والباقي اشرف من الفاني" (ابن العربي ، 1990، 176) ولكن هناك بعض التأملات الفكرية تجعل العلاقة المترادف بين النفس والروح؛ لتأثرها بالفلسفة اليونانية، كما في قول مسكوية ت 421هـ : وإن النفس جوهر غير جسماني، وليست عرضا، وأنها غير قابلة للفساد...ولا سبيل إلى فنائه وعدمه، فإن الجوهر لا يفنى من حيث هو جوهر ولا تبطل ذاته (مسكويه، ط ثانية، د.ت 175)

وممن سوى بين النفس والروح في الدلالة الراغب الأصبهاني الذي قال: النفس : الروح في قوله تعالى: ﴿أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ﴾ (الانعام (93))، وقوله تعالى: ﴿وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ غَفُورٌ حَلِيمٌ﴾ (البقرة 235).

والقلب والفؤاد متقاربان مع النفس في الأثر، ولكنهما يختلفان عنها في أصل التكوين، فالقلب مركز الوجدان المرتبط بعملية التعقل، والفؤاد وصف للقلب في مسألة تحمل مسؤولية الهداية والغلالة، قال تعالى: ﴿ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ﴾ (ق: 37) ، قال تعالى: ﴿ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ (الإسراء: 36)

ولم يعرف لنا القرآن النفس تعريفاً علمياً، يظهر أصل كينونتها، بل اقتصر على بيان وظائفها وأثرها السلوكي الصادر عنها في مختلف أحوالها: سوية وشاذة، صاعدة وهابطة خيرة وشريرة، مقبلة ومعرضة، مؤمنة وكافرة (قطب (1973م ،5).

والنفس في المنظور القرآني غير مجزأه إلى أجزاء متصارعة، كما في منظور علماء النفس المحدثين، بل يصورها القرآن قوة داخلية في الإنسان موحدة وليست مخزونات للعقد، وليست محكا للنقائض: "بل نظرته شاملة تبعاً لعمومه في جميع وجوه التربية والتشريع، وهو يقرن الخير بالشر، والوعد بالوعيد، والطيب بالخبيث والثواب بالعقاب، وهكذا في تقابل يوازن بين ما يلزم اكتسابه، وما يتحتم اجتنابه ويقرر أن للإنسان غرائز وعواطف تتضمن الثنائية التي تقابل بين المرغوب فيه والمرغوب عنه (فاندي، 2012م، 274) ، ويقول محمد قطب: "وكل النظم التي لا تؤمن بوحدة النفس البشرية، وامتزاج عنصريها الكبيرين المادي والروحي، تنحرف انحرافات خطيرة، تؤدي إلى إحدى نتيجتين إما كبت الجسد، وإما كبت الروح" (قطب، 1972م (62)) ، والقرآن الكريم عندما يتحدث عن النفس، يصرح بلفظها وليس بجزء منها، ولا يقيدها إلا بالصفات التي تكون بأثر منها مثل: النفس الأمارة بالسوء والنفس اللوامة، أو النفس المطمئنة، فهو لا يجزئها، بل يذكر لفظها مفرداً أو جمعها مسنداً إلى ضمير الإنسان أو مجرداً عنه، ولكن مادة النفس الدلالية ظاهرة دون غموض، وجاءت تقسيماتها على وفق وظائفها.

فالنفس الأمارة بالسوء : وهي ممارسة النفس للإغواء استجابة للشهوة والرغبة فيما فيه فساد وضلال، قال تعالى حكاية عما قالته امرأة العزيز: ﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴾ (يوسف: 53).

النفس اللوامة: هي النفس التي تلوم صاحبها على الخير والشر، وتندم على ما فات، (عز الدين إسماعيل، 42) أي النفس التائبة العازمة على ترك ما ارتكبته من المعاصي، قال تعالى مقسما بها، إظهاراً لأهميتها في استقامة الإنسان:﴿ لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴾ (القيامة: 1-2).

النفس المطمئنة: "صاحبها المؤمن من اطمأنت نفسه إلى ما وعد الله (عز الدين اسماعيل (43)) فهي آمنة لا تخاف ولا تحزن، وقد وصفها تعالى بالراضية المرضية، فقال تعالى: ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً﴾ (الفجر ، 27،28).

فالنفس الأمارة بالسوء تمثل النفس الشهوانية، واللوامة تمثل الثانية، والمطمئنة هي النفس الأمنة، ويدعو القرآن الكريم إلى أن يتجنب المؤمن الصراع النفسي والوقوع في تناقضات المشاعر باتباع أسلوب الاعتدال بين الرغبات والمحذورات فقال تعالى: ﴿ وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴾ (القصص: 77) فقد رسمت هذه الآية حد الاعتدال للنفس الإنسانية.

والقرآن يرفض التأصيل الشديد للنفس البشرية خلافاً لما يراه بعض علماء النفس الذين غلبت عليهم روح التشاؤم، فالنفس الإنسانية خيرة بطبيعتها، وإن كانت تحيط بها عوامل الشر، وقد عبر القرآن عن ذلك الأصل الخير في النفس بالفطرة ﴿فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا﴾ (الروم: 30)، وإن بيان الهدى وحب الشهوات المجال الضعيف في النفس الإنسانية، فقد غرس الله في الأنفس منذ أن كانت ذرات، وأخذ العهد منها، إقراراً الله بالوحدانية والاستجابة له، فقال تعالى: ﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ

ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ ﴾ (الأعراف: 172)، فالطبيعة الأولى للإنسان تتحرك في مجال الإيمان والطاعة؛ لأنها خلقت مهيأة لذلك إلا أن تتحرف النفس الأمارة بالسوء عن مسارها الفطري، فكما أن الإحساس بالجمال أمر فطري في طبيعة النفس البشرية، فالإحساس بالحاجة إلى الإيمان من الفطرة.

وبمثل ذلك بعد القرآن الضوابط (الموانع): "قوة فطرية تولد مع الإنسان كامنة في كيانه، ولكنها لا تظهر في مبدأ الأمر كما تظهر الدوافع، ثم انها في حاجة إلى مساعدة خارجية؛ ليتم لها النماء والنضج، وإلا بقيت ضامرة لا تؤدي وظيفتها كاملة في حياة الإنسان" (قطب، 173)، يمكن القول بأن الضوابط ما تفعله الأفئدة والعقول من نشاطات مضادة للدوافع الضارة التي لخصها القرآن في قوله تعالى: ﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ﴾ (آل عمران: 14)

بينما يسمي فرويد الحد من الغريزة الجنسية شذوذاً، وكأن الحرية الجنسية هي الحل، فيكون المنع بالإشباع من الممنوع، فيقول فرويد:" إن التنامي نوع من أنواع الشذوذ، تصرف فيه الطاقة الشهوية الصادرة من منابع جنسية في مجالات أخرى غير المجال الجنسي" (قطب 1972م، 200).

ومما يقارب مقالته السابقة في سيطرة الغرائز المنحدرة من الغريزة الجنسية على تلك الموانع قوله: "إن الأخلاق تتسم بطابع القسوة حتى في درجتها العادية" (قطب، 1972م،174)، وهو يرى أن الطاقة الجنسية محور الطاقة الحيوية.

والقرآن يؤكد أن الفطرة البشرية هي الحاملة لضوابط المنع، والفطرة تلك هي: "قبضة الطين ونفخة الروح العلوية في ذلك الطين، وامتزاجها به وتوحدها فيه والإسلام هو النظام الذي يربط بين كل ألوان النشاط البشري ويوحد بينها في الاتجاه، يربط بين

الروح والجسد، ويوحد بينها في كل ما يصدر عنها من مشاعر، وأفكار، واعمال" (قطب، 1972م، 64).

ثانيا: النفس في التصور الغربي

لا يزال الباحثون النفسيون يدرسون النفس في صورة جزئية من جهة أعراضها المرضية مهتمين بالعقد والمناشط الغريزية الشاذة لأناس تشخص حالاتهم وهم فيما وراء الوعي، وذلك منذ أن بدأت بحوث التحليل النفسي على يد سيمجموند فرويد، ت 1939م بافتراض سيطرة الغريزية الجنسية التي تمثل الحياة، وعقدة الخوف من الموت المقابلة لها مثل التقابل بين الحب والكره، وهذا التقابل متداخل في صراع يسكن اللاشعور ويقتبس فرويد أفكاره المجسدة للجنس والموت من تيارات سائدة في القرن التاسع عشر هي الإيحاء بالتنويم المغناطيسي، ورمزية الأحلام، وعلم الجنس. الأساطير ومبحث الجنس، وعلم النفس اللاشعور، ومذهب الإرادية البيولوجية: "إن فرضية وجود عمليات عقلية لا شعورية، وقبول نظرية المقاومة والكبت، وتقدير أهمية النشاط الجنسي، وعقدة أديب تشكل بمجموعها المادة الأساسية لموضوع التحليل النفسي" (هر سيفال بيلي، 1999م 72).

إن فكرة اللاشعور منطلقة من ظاهرة التنفيس السائدة في مشاعر الإنسان منذ القدم، ومع كونها جزءاً من المجال النفسي فإنها لا يمكن أن تكون هي الطاقة المهيمنة على النفس وتفاعلاتها، وإن هذا الانحصار للنشاط النفسي في اللاشعور يقلل من أهمية التحليل النفسي عند فرويد الذي أصبح اليوم يفقد أهميته، وقد حدث تصدع في هذا البناء الفرويدي على يد من كان يناصره مثل كارل غوستاف يونغ ت 1961م الذي انفصل عن فرويد بسبب خلاف مذهبي، فقد انتقد تركيز فرويد على أهمية النوازع الجنسية، كمنظم للسلوك الإنساني... يقرر يونبج وجود نوعين من اللاشعور اللاشعور الفردي المحتوى على تجارب الفرد نفسه، واللاشعور الجمعي، أو المعرفي المحتوى على الذكريات، المتكدسة للأجيال السابقة" (هر سيفال بيلي 1999م، 72).

بل إن ريك فروم ت 1980م، يقول عن فرويد "إن الصبي الذي كان يريد أن يصبح وزيراً، أصبح ذلك الذي يطمع أن يكون مثل موسى بتقديم معرفة جديدة للجنس البشري" (هرسيفال بيلي 1999م 129).

وكان الفرد ادلرد 1937م، يرفض الكبت والنشاط الجنسي الطفولي عند فرويد بل اللاشعور نفسه تاركاً شيئاً قليلاً لنظرية التحليل النفسي (هرسيفال بيلي، 1999م، 122).

وكانت عناية فرويد ومن تبعه منصبة على العقل الباطن، ولم يقدروا قدراً للدين ولا للأخلاق ولا للتقاليد، ولا تأثير المجتمع الخارجي على النفس، كما أغفلوا الضوابط المانعة من الانفلات أن تكون صادرة عن القيم العليا، بل نظروا إليها على أنها وسائط قهرية، انطلاقاً من قاعدة الحمأة الجنسية الطاغية على اللاشعور، مع أن تلميذه أدلر خالفه من أن الدافع الرئيسي ليس الجنس بل هو دافع شعور المرء بالتفوق على الجماعة، ورأه يونج تلميذه الآخر بأنه الشعور بالنقص، ومحاولة التعويض، وهما مع استاذهما فرويد يتعلق نظرهم بجزء محدود من النفس البشرية التي هي عالم مليء بالأسرار فيه من الإلهامات والإحساسات والرغبات ما يفوق العمليات البيولوجية الجسمية، قال تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴾ (الشمس: 7-8)

فكما قدر تعالى العناصر المؤثرة في الكون المنظور أقسم بهذه النفس التي هي عالم مستور في الجسد البشري، الذي يريد أن يظهره علماء النفس الغربيون على سطح اللاشعور في صورة عقد مكبوتة، وغرائز منفلتة.

وهناك من علماء النفس من توسعت نظرته إلى مفهوم الناس وتأثيراتها لجمعه بين علم وظائف الأعضاء وعلم النفس والفلسفة مثل وليم جيمس : 1910م، الذي لم يرفض أثر الدين في النفس البشرية، فله كتاب إرادة الإيمان كتبه عام 1893م وله كتاب "أنواع من التجربة الدينية" كتب عام 1902م، غير أنه انصرف في المرحلة اللاحقة من

حياته إلى الفلسفة، واشتهر بمذهب البراجماتزم أو المذهب العملي، "يتجه جيمس في أفكاره دائماً إلى الأشياء، وإذا كان قد بدأ بعلم النفس، فإنه لم يتجه في كتبه كميتافيزيقي يجب أن يطلق نفسه في البحث عن أمور سماوية روحية غامضة ولكن كواقعي ينظر إلى الفكر كمرأة ضرورية للحقيقة الخارجية" (ول ديورانت، 1982م،617).

وهو على الرغم من نقده لفكرة الوحدة الكونية، فإنه "يرى الإصرار على الإيمان بالله والتشبث به يعتبر خير دليل على قيمة هذا الإيمان"، وبعد تأمله في المذاهب الدينية المختلفة فإن جيمس "اقتنع أخيراً في حقيقة عالم روحاني آخر" (ول ديورانت، 1982م،621).

ومن إضافات جون ديوي ت 1952م، تعديلاته على الغرائز بالتهذيب "لقد تم تعديل غرائز كالغريزة الجنسية، وغريزة حب الخصام، والسيطرة عليها عن طريق التدريب والتمرين والتعليم، ومن هنا يتضح لنا أنه من الممكن تعديل الغرائز الأخرى كغريزة حب الامتلاك، والسيادة عن طريق التأثير الاجتماعي والتعليم"، ول ديورانت 1982م، (629) ، فعلى أسلوبه في تفعيل التطور يرى أن النفس وما فيها من غرائز وكوامن تخضع لتطور البيئة الاجتماعية الخارجية وليست كائناً كامنا في اللاوعي ومن نظراته في النفس: "الإنسان السيئ مهما كان طيباً وخيراً في الماضي هو الإنسان الذي بدأ في الانحطاط والفساد، وقل نمو فضله، والإنسان الفاضل أو الطيب مهما كانت أخلاقه ضعيفة من قبل يتجه في طريقه لتحسين نفسه" ا(ول ديورانت، 1982م، 629)، فهدف الحياة عنده عملية مستمرة نحو الكمال والنضوج والتصفية، ومن الذين حادوا عن شعارات مدرسة التحليل النفسي ومراسمها ابراهام ماسلو الذي أدرك إمكان توظيف الطبيعة الإنسانية في تهذيب النفس وتخليصها من وطأة الغرائز المؤذية فهو القائل "يتمتع الإنسان بطبيعة أسمى مما احتوته غرائزه" (كولن ولسن، 1994م،15).

ويمكن الإشارة إلى المفارقات بين التوصيف القرآني للنفس، والتشخيصي النفسي الحديث أن القرآن ينظر إلى النفس نظرة كلية من الوجهتين الروحية والمادية، يجمع في تصوير النفس كل قواها مما يدخل في الشعور والوعي وما وراء الوعي، ويربط بين النفس والقيم، ولا يقصرها على العقل الباطن وينظر فرويد ومن تبعه إلى النفس على أنها أطراف صراع بين الأنا ege، والأنا الأعلى Sureregeوالهو Id ، ويرى أن الهو القائمة على الغريزة بأنها هي القوة الفطرية، في حين يقرر القرآن أن الفطرة خيرة، وأضافها إلى ذاته (فطرة الله).

بينما يربط القرآن بين النفس والقيم في التهذيب، يربط النفسانيون الغربيون بينها وبين الغرائز المكبوتة فيعالجونها من خلال عن ذلك الكبت، بينما تقوم المعالجة القرآنية على الترويض لها، وتعديل حركتها الإرادية على وفق القيم الإيمانية والفضائل الخلقية، وللقرآن الكريم مفاهيم نفسية وسلوكية خاصة به، تملك الديمومة الخالدة مثل: النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة، والنفس المطمئنة الراضية المرضية، والفؤاد والقلب، كما يعبر عن الانفعالات من الحزن والبث والشهوات والأهواء وغيرها من المفاهيم التي تشكل معجماً خاصاً، حاول المتصوفة توظيفه على وفق منهجهم الذوقي، وهو بحاجة إلى توظيف علمي يلزم أن يمارسه المتخصصون في علم النفس من المسلمين.

وقد كانت تنظيرات العلماء المسلمين الأقدمين في النفس خاضعة للفلسفة اليونانية لاسيما الأرسطية، ولم يجعلوا القرآن مرجعية لهم، فمسكويه اعتمد نظرية أرسطو في كون الفضيلة بين رذيلتين، ولم ينتقد نظراته في النفس إلا بقوله: "لم ينص في هذا الموضع على العبادة التي يجب أن نلتزمها لخالقنا -عز وجل-" (مكسويه، د.ت 115) ، وغلبت كل نظرات الغزالي ت 505هـ في النفس المسحة الصوفية الممزوجة بالإرشادات التربوية، ولم تكن بحثاً في حقيقة النفس ووظائفها .

المبحث الثاني

القرآن والمعالجة النفسية

إن الأزمات التي يتعرض لها الإنسان، وتسبب له الاضطرابات النفسية ناجمة من أسئلة وجودية تراوده طول حياته، يفتش عن أجوبة عنها من مثل: لماذا جئت إلى هذا الوجود؟ وما هو دوري؟ وكيف سيكون مصيري ؟ (الشريف، 1993م،62)

لقد كفل القرآن بالإجابة عن هذه الأسئلة ذات الأثر في الصحة النفسية للفرد الذي يعاني من خيبة أمل وفشل ذريع، إن لم يتلق تلك الإجابات، ويتقبلها مقتنعاً بهاء مخرجا لنفسه من ظلمات الشك، فبين القرآن في أكثر من موضع إن الإنسان خلق، ليصل مهمة التكليف مطيعاً الله في تنفيذه أوامره واجتناب نواهيه بقوة الاعتبار لا بضرورة الإجبار، وقد عبر القرآن الكريم عن هذه المهمة بوصف الإنسان أنه خليفة الله فقال تعالى: ﴿ وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ﴾ (البقرة: 130)، وقال تعالى: ﴿ وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ وَكَانَ عَرْشُهُ عَلَى الْمَاءِ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَلَئِنْ قُلْتَ إِنَّكُمْ مَبْعُوثُونَ مِنْ بَعْدِ الْمَوْتِ لَيَقُولَنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنْ هَذَا إِلَّا سِحْرٌ مُبِينٌ﴾ (هود: 7)، وقال تعالى: ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ﴾ (الملك: 12) وقال تعالى: ﴿إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾ (الإنسان: 12) وللإجابة عن السؤال الثاني المتعلق بالمهمة المتعلقة بالمهمة الأساسية للإنسان في الحياة، يقول تعالى في كون الحياة مجال للسعي والطاعة: ﴿يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ﴾ (الانشقاق: 6) ويقول تعالى في بيان أن الإنسان ملزم باتباع الاستقامة بالإيمان والطاعة ﴿وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ (الأنعام : 153)، وقال تعالى: ﴿ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾ (الذاريات: 156)، ويقول في الإجابة عن السؤال الثالث المتعلق بالمصير الإنساني المتوجه إلى الجزاء بالثواب،

يقول تعالى: ﴿فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ﴾ (الزلزلة 7-8)، ويقول تعالى: ﴿فَأَمَّا مَنْ طَغَى وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى﴾ (النازعات 37-38-39-40-41) إن القرآن الكريم يشحن النفس بالقيم التي توفر لها الوقاية، وتقوى فيها المناعة ضد الاضطرابات التي تنجم عن الرذائل والانحرافات، خلافا لما يقوم به المحللون النفسيون من الاشتغال على العقد والغرائز، وترك تلك الغرائز المرذولة تعبر عن نفسها، فالتعبير وحده لا يشفي النفس من أدواتها فأسلوب القرآن في معالجة الاضطرابات النفسية، والانحرافات السلوكية، يقوم على طرد النوازع المؤذية بالدعوة إلى الفضائل البديلة التي تحل محل ما في النفس من مرذولات النوازع.

يربي القرآن اتباعه على منع تحول الشعور الغريزي إلى عقدة مكبوتة بل يحوله إلى مظهر سلوكي مهذب، فغريزة حب الخصام تتحول إلى تضحية وفداء وغريزة الخوف من المجهول، والقلق على المستقبل، تتحول إلى ارتقاب الثواب على الصبر، والأمل في حياة طيبة في الآخرة، قال تعالى: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ (النحل: 97)، وإذا لم يتحصن المؤمن من الإصابة ببعض العقد المكبوتة، والأثر الضار بالغرائز الثائرة في النفس، فإنه يوجهه إلى طور المعالجة القرآنية لها، ولا يدعوه إلى ما يسمى في الصحة النفسية الحيل الدفاعية الكاذبة كالتبرير أو الهروبية كالنكوص، والاستبدالية الشاذة كالتقمص، بل يقدم له ما يناقض تلك الحيل الدفاعية من مثل الوضوح والشفافية، بدلا من النكوص والصبر على البلاء بدلاً من الفزع والشعور بالطمأنينة عن المستقبل المصيري بدلاً من الكآبة، وهكذا في جميع الاضطرابات، وجماع علاجها يتمثل في تحفيز الإدراك للمشكلة النفسية، ثم تفعيل الإيمان في علاجها، وهذا المعنى بشقيه الإدراكي والإيماني أقر بفعاليته المؤثرة، قال يونج: "إن التركيز يمكن أن يشفي أقوى مما يشفي نظريات فرويد وأدلر، وإن الإيمان يمكن أن يكون علاجاً أكثر فاعلية من العقاقير وقال علم النفس مور::"إن

علة النفس في الحياة المعاصرة تكمن في الفجوة بين الدين والسلوكية" (الموصلي،2001، 16) ويمكن عرض نماذج من المعالجات القرآنية لبعض الاضطرابات النفسية، فيما يلي:

1 -الفلق ومضاعفاته

هناك مشكلات نفسية قد تتحول إلى أمراض مزمنة، إن لم تعالج علاجاً شافياً، وهي مجموعة من الانحرافات التي لا تنجم عن علة عضوية، بل هي اضطرابات وظيفية ومزاجية في الشخصية، وترجع إلى الخبرات المؤلمة أو الصدمات الانفعالية، أو اضطرابات في علاقات الفرد مع الوسط الاجتماعي (ياسين، (209)، ومن أكثر تلك الاضطرابات انتشاراً وأثراً، القلق الذي يبدأ بسيطا ثم يستفحل حتى يدخل في دائرة الكأبة.

ويعرف القلق في علم النفس بأنه: "خبرة عنيفة من الخوف والتوجس يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله، ولا يمت بصلة إلى موقف تهديد خارجي واقعي" العيسوي، 1993، (148)، فهو خوف داخلي أشد خطراً على النفس من الخوف الخارجي الذي هو عارض، والقلق متأصل في الشعور ترتفع درجته شيئاً فشيئاً، وهو ينشأ من توقع الألم، ويتطور إلى عصاب، ويعرفه عالم النفس جوزيف ولبي بأنه: "النموذج المميز العصوية الفرد في استجاباته الصادرة عن الحملة العصبية العائشة ردا على منبه مؤذ" (الحجاز، 1999م،(27).

والقلق عندما يصبح عصابياً يكون مصحوباً بأعراض جسمية مثل برودة الأطراف، وتصبب العرق، وسرعة ضربات القلب، واضطرابات معدية واضطراب في النوم مع الصداع، وفقدان الشهية، ثم اضطرابات نفسية تصل إلى درجة الكأبة، (ياسين،1986، 218).

ولم يذكر القرآن مصطلح القلق بلفظه، ولم يذكر مشتقاته، ولكنه ذكر الخوف الذي هو مصدره الأول، وذكر درجاته من الجزع، والفزع، والبلع، والرعب، والذهول وقد ربط القرآن بين الخوف والحزن، لكون الخوف مصدر القلق، والحزن مصدر الاكتئاب ونفي عن المؤمن الأثر المدمر للخوف والحزن في مصيره الأخرى. وحياته النفسية فوصف

المؤمنين بأنهم ﴿لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (يونس :62) في آيات كثيرة منها الآية 38 من سورة البقرة، والآية 170 من سورة آل عمران، والآية 13 من سورة الأحقاف، وجعل التحلي بقيمة الصبر علاجا للخوف والحزن، فقال تعالى: ﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة: 155)

ولا شفاء من مضاعفات الخوف والقلق من هلع وجزع وحزن، إلا بالوصفة الروحية القرآنية، قال تعالى في علاج الهلع والجزع والبخل الذي هو سبب الخوف على المستقبل قال تعالى : ﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا إِلَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَعْلُومٌ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ﴾(المعارج،19، 20،21،22،23،24،25،26،27) فالمؤمنون معافون من مرض الهلع، وما ينجم عنه ومن الخوف والقلق، وذلك إذا تمسكوا بالتواصل مع الله بالإيمان، والصلاة والصدقة، والعفة المدلول عليها بقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ﴾ (المؤمنون: 5) والمحافظون على العهد، والحافظون للأمانة والقائمون بالشهادة، كل ذلك جاء في سياق واحد من الآية [19] إلى الآية [34] من سورة المعارج.

فاتصاف المسلم في سلوكه بتلك المعتقدات والعبادات والفضائل، يملأ كل فراغ في نفسه كان محاصراً من الخوف والقلق، والحرص، والأمراض النفسية الأخرى المتولدة من القلق والخوف و الشعور بالحرمان.

2-الشعور بالحرمان

إن الحرمان يعبر عنه في الامراض النفسية بالجوع الوجداني، فالمصاب بهذا المرض يبقى دائما جوعان عاطفياً ، وقد يجعله جوعه عدوانياً وانانياً، ويحول بينه وبين ان يتفهم ظروف الناس ومحدودية ما يمكن ان يعطوه(الحفني، 1،1992/487).

"ويوصف اكلينيكيا بأنه منسي ومعزول عاطفياً، ويستمر معه الاكتئاب الى الشيخوخة" (الحفني، 1992م، 1233/3).

ويعالج القرآن مشكلة العرسان وتوعيها العاطفي والمادي، ومن صفاته السلوكية في ذلك إلزام الأمن يرد الجميل الراب والإنسان الله، قال تعالي : ﴿وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا﴾ (الاسراء 23-24).

وأشار القرآن إلى الإشباع العاطفي دفعاً للمحرمات بين الزوجين، قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (الروم :21)

ووصف المؤمنين في علاقاتهم بأنهم يتودد بعضهم إلى بعض إلى درجة الظهور في صورة التذلل : ﴿أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكَافِرِينَ ﴾ (المائدة : 154) ووصفهم بقوله: ﴿رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾ (الفتح : 29)، وحذر القرآن المؤمنين من تلبس نفوسهم بالحرمان المادة فيما بينهم، فيصف الكافرين المنافقين في سلوكهم بقوله: ﴿رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ﴾ ﴿وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ﴾ (الماعون: 6)، وحث المؤمنين على الاتفاق زكاة وتطوعاً من أجل محق أثر الحرمان المادي في مجتمعهم، ويكون ذلك الاتفاق منضبطاً بما لا يؤدي المعطى له، فقال تعالى: ﴿الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةُ حَبَّةٍ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾ (البقرة 261).

فإذا عاش المؤمن في مجتمع بطله علي جناح الرحمة تنشر فيه الجواد المودة ويسود فيه كرم العطاء، يستطيع أن يذهب من نفسه أثر الحرمان التي قد يكون عالقاً به منذ طفولته، لذلك فقد أمر الله رسوله -صلى الله عليه وسلم- والمؤمنين أن يتلطفوا باليتيم التي حرم من والديه أو من أحداهما ﴿فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ﴾ (الضحى: 19)، وقال تعالى

في حفظ مال اليتيم : ﴿وَآتُوا الْيَتَامَى أَمْوَالَهُمْ وَلَا تَتَبَدَّلُوا الْخَبِيثَ بِالطَّيِّبِ وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَهُمْ إِلَى أَمْوَالِكُمْ إِنَّهُ كَانَ حُوبًا كَبِيرًا﴾ (النساء: 2) فاليتيم لاسيما الذي فقد أمه معرض للإصابة بناء الحرمان أكثر من غيره فإن الطفل التي يدوم انفصاله من الأم لأكثر من ثلاثة أشهر من الصعب علاجه من آثار الحرمان العاطفي الذي عاناه حتى بعد عودة أمة (الحفني، 1992م 1233/2)

3- الوسواس

إن مساورة القلق للإنسان كثيراً ما يؤدي إلى الوسواس التي هو استحواذ خاطر أو فكرة على النفس تتكرر بصورة نمطية، لا تتغير ولا تتمثل، فإذا تضاعفت ولم يستطع الإنسان أن يتخلص منها، تحولت إلى ما يعرف بالوسواس القهري، أو السلوك الاستحواذي، "ويقسم بعضهم السلوك الوسواسي أو الاستحواذي إلى قسمين: شكوك استحواذيه، وأفكار استحواذية" (الحفني، 1992م 2/1424) والأفكار الاستحواذية كثيراً ما تكون من تخيلات نجمت عن أنشطة محظورة، تظل تلاحق الموسوس وتحاصره، وتصرفه عن عمله، وعندما يتضاعف أثر الوسواس ويصبح مفعلاً من الداخل بشكوك مستفيضة حول الفكرة أو الخاطرة فيتحول إلى وسواس قهري يسبب له معاناة مستمرة، والوسواس القهري" أحد أنواع القلق النفسي، إذ أن القلق هو محور الاضطراب، فالأفعال والأفكار، هي التي تزيد أو تخفف من درجة القلق" (سرحان، 2008م 11) .

فمعالجة القرآن للقلق هو وقاية من الاصابة بالوسواس القهري، وقد حوت بعض الآيات بما يحفز إرادة المؤمن في التحصن بالله من الوسوسة التي كثيراً ما يمارسها الشيطان ضد ابن أدم منذ أن أكل أبو البشر من الشجرة المحذورة كان إبليس غوى آدم بالوسوسة: ﴿فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَا يَبْلَى﴾ (طه: 120)، وفي سورة الناس دعوة إلى التحصن من وسواس الشيطان ﴿مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴾(الناس، 4-5-6).

وإن مقاومة الشكوك والأفكار المتسلطة بأفكار أيمانية من وسائل القران في معالجة هذا العرض، فلا يبقى الذنب مسيطراً على من يعالج أثره بالتوبة النصوح، قال تعالى في وصف المؤمنين الذين يتخلصون من أثر ذنوبهم ﴿وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ﴾ (ال عمران: 135) وإذا كان الوسواس مطية الياس، فإن القرآن ينفي سيطرة اليأس على قلب المؤمن، قال تعالى: ﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾ (الزمر: 53).

فالمداومة على الذكر، والتوبة من الذنب علاج شاف للوسواس بسيطاً كان أو قهرياً قال تعالى في أثر الذكر: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ﴾ (الأعراف: 200)، وقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا﴾ (الأحزاب، 41-42)

4- الاكتئاب

أن تردد الوسواس في النفس إذا تتضاعف يؤدي إلى بلوغ المريض درجة الاكتئاب مع حالة الوسواس القهري، فيكون في ذروة المعاناة "ومن الشائع انه مع طول فترة الوسواس القهري بتطور لدى المريض اكتئاب نفسي مصاحب للوسواس القهري" (سرحان،2008م،64)

والاكتئاب أنواع يبدأ من الاكتتاب البسيط من أمثلة الحزن الشديد على عزيز قد مات وقد يتطور إلى الاكتئاب العيادي (الكلينيكي) تصحبه أعراض جسدية مثل فقدان الشهية، واضطراب النوم، وهناك اكتئاب وحيد، وهو غير مصحوب بهوس ويقابله الاكتئاب الطيفي (الثنائي) الذي قد يتضمن أعراض الاكتئاب والهوس معاً، وهو كثيراً ملا يصيب الشخصية الدورية التي تعتريها حالات من الانبساط والاضطراب، ومن أغرب

أنواع الاكتئاب ما يسمى المقنع masred، حيث يداري فيه المريض ما به من مشاعر الكآبة"خلف مظهر مشرق، ووجه مبتسم، يخدع به الناس عن حقيقة ما به، وهذا النوع من المرض قد يفاجئ الناس بالانتحار" (الحفني 1992م، 1/216)، وهناك الاكتئاب التفاعلي حيث يطبع صاحبه الحزن الشديد، ويستحيل إلى شخصية سوداوية ، مسرفة في التشاؤم، ومن هذا النوع التفاعلي" نمط خاص يشاهد في الأطفال، ويطلق عليه اسم اكتئاب الانفصال". (الحفني، 1992م،814/1)

إن المنهج القرآني يدعم إرادة المسلم بالقوة الإيمانية والصبر الدؤوب، وبذلك يستطيع الإنسان أن يتغلب على قلقه وحزنه، وما يتولد عنهما من مضاعفات شعورية غير سوية، ويستطيع أن يتخلص الإنسان من خواطره وأفكاره السوداوية، ويقلع عن الممارسات التي تسبب له الندم الشديد، ويفتح القرآن أبواب الأمل للمسلم في أن يخرج من كآبته التي قد تعتريه بإرادة التغيير الإيجابي دفعاً لذلك التغيير السلبي، حيث يدعوه إلى التحلي بالإيجابي في مقاومة السلبي، قال تعالى: ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ﴾ (الرعد :11)، كما يفعل القرآن الإدراكات العقلية في تعديل السلوك، وتهذيب الأفكار وتنظيم الغرائز، بما يضمن التوازن بين المشاعر داخل النفس، والتوافق بين الإنسان، ومحيطه الاجتماعي.

ويمنحه القوة الإيمانية التي تجعله بواجه الفواجع والتهديدات المفاجئة وآثارها في النفس، قال تعالى في توصيف المؤمنين السابقين مع أنبيائهم في حالة الابتلاء: ﴿ لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ وَمَا كَانَ قَوْلَهُمْ إِلَّا أَنْ قَالُوا رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾ (آل عمران: 146،147)، وقال في الصحابة خلف النبي -صلى الله عليه وسلم- ﴿الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾ (ال عمران 173)، وقال تعالى في حث المؤمنين على الصبر في مواجهة ما يقع عليهم من ضر، فقال تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ

اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴾ (البقرة: 153)، ولدفع الكآبة والقلق وإضفاء الطمانينة في النفس دل الله المؤمنين على الذكر، فقال سبحانه: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ (الرعد: 28)، ويقدم لنا القرآن نموذج دفع كتابة الشعور بالذنب يتمثل في ثلاثة من الصحابة تخلفوا عن الخروج مع الرسول صلى الله عليه وسلم إلى تبوك، وتم عزلهم عن المسلمين بعد اعترافهم بالتكاسل عن الخروج معه، فأصابتهم كآبة، فوصف القرآن حالتهم ومالهم بعد تويتهم ليكونوا قدوة لغيرهم، فقال تعالى: ﴿وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خُلِّفُوا حَتَّى إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ﴾ (التوبة: 118-119)، فالصدق في التوبة معادل نفسي، يذهب تلك الكآبة وذلك القلق، كما أن التعلق بالله ورسوله يصفي النفس من آلامها وأحزانها، قال تعالى:﴿وَمَن يَتَوَلَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا فَإِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الغَالِبُونَ﴾ (المائدة 56)، وجعل حب الله ورسوله بديلاً عما يصيب النفس من قلق وحزن، فقال في وصف المؤمنين النموذج: ﴿فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ﴾ (المائدة: 54)، ويطمئن الله المؤمنين بأنه سيذهب عنهم الحزن في الآخرة، فيكون ذلك دافعاً لهم في نبذ الكآبة في الدنيا ﴿وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزَنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ الَّذِي أَحَلَّنَا دَارَ الْمُقَامَةِ مِنْ فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا نَصَبٌ وَلَا يَمَسُّنَا فِيهَا لُغُوبٌ ﴾ (فاطر:34،35)

5- حب الذات

إن بعض الناس ينكفئون على أنفسهم عندما يفقدون التوازن النفسي والتوافق الاجتماعي، فتبرز عقدة عشق الذات لتسيطر على سلوكهم مع الآخرين بشكل غير مقبول فيما يعرف في المعجم النفسي بالنرجسية Nereissism، حيث تركز الشعور حول الذات" وتمظهر السلوك على وفق ذلك التمركز، وهي تقارب مدلول الأنانية egotism، ولكن تخالفه في القصد "حيث الأنانية تتوجه إلى تقدير الأشياء بحسب قيمتها للأناني، أو ما

يفيده منها، بينما النرجسية هي حب الذات، وقد يقال إنها تعشق الذات" (الحفني، 1992م، 1296/2)، وهي كذلك خلاف العجب egaisim "حيث العجب نوع من التقدير المبالغ فيه للذات والإعجاب بها، وما يصدر عنها إلى حد الصلف والإدعاء" (الحفني، 1992م، 1296/2).

وقد شخص القرآن هذه النماذج المتداخلة في دائرة تضخم الأنا، فقال تعالى في وصف إعجاب إبليس بنفسه، متفاخراً على آدم ﴿قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِنْهُ خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ﴾ (ص: 76)، وقال تعالى في وصف أنانية صاحب الجنة: ﴿فَقَالَ لِصَاحِبِهِ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَنَا أَكْثَرُ مِنْكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا ﴾ (الكهف: 34)، وقال واصفا نرجسية النمرود: ﴿أَنَا أُحْيِي وَأُمِيتُ﴾ (البقرة: 258) ومن أجل أن يتوقى المسلم من الوقوع في هوة حب الذات وما شاكلها، نهى عن التمظهر بالزهو والغرور، فقال تعالى على لسان لقمان الحكيم، وهو يعظ أبنه: ﴿ وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾ (لقمان: 18)، ونهى الله كل مؤمن عن ذلك فقال سبحانه: ﴿وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا﴾ (الإسراء: 37)، وقال في وصف المؤمنين الذين وطنوا أنفسهم على التواضع، ونبذ حب الذات: ﴿ وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ (الفرقان:63)، وأوعد قارون ومن مثله من الأنانيين فقال تعالى: ﴿قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَى عِلْمٍ عِنْدِي أَوَلَمْ يَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ قَدْ أَهْلَكَ مِنْ قَبْلِهِ مِنَ الْقُرُونِ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ قُوَّةً وَأَكْثَرُ جَمْعًا وَلَا يُسْأَلُ عَنْ ذُنُوبِهِمُ الْمُجْرِمُونَ ﴾ (القصص: 78)، وقال في ابن أبي سلول رأس النفاق العربي ركب هواه وطعن في أم المؤمنين عائشة ﴿وَالَّذِي تَوَلَّى كِبْرَهُ مِنْهُمْ لَهُ عَذَابٌ عَظِيمٌ﴾ (النور : 11) فالقرآن يحذر من هذه السلوكيات الصادرة عن حب الذات، ويأمر الناس بالتقوى في سياق الشعور بالمساواة والتعاون ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾ (الحجرات: 13).

6-الفصام البسيط

إن الفصام في عمومه هو انفصال الإنسان عن واقعه، وقد يصعد إلى درجة ازدواج الشخصية تكون إحداهما تمثل ما في نفسه من شعور متعرف وتمثل الأخرى واقعه التي يرفضه وهذا النوع يصعب علاجه وربما يتعثر، ولكن القسام البسيط يمكن علاجه، ومنع أن يتطور إلى فصام أشد، "ويظهر القصام البسيط بشكل شريعي، يبدأ بعدم الاهتمام واللامبالاة في كل شيء، ثم فقدان الإرادة والطموح، والدافع" (لياسين، 1986م، 306) وهذا المريض قد يعتنق أفكاراً سياسية أو دينية متطرفة، أو يتطرق إلى أسنة فلسفية ولكنه فيما يقول أو يفعل تنقصه الإرادة والمثابرة والحماس" (الحفني، 1992م، 112/2)؛ لذلك فإن آيات قرآنية كثيرة تحث على تقوية إرادة المؤمن، وبحدة شعوره، فهو يرفض ازدواج الشعور والتمظهر الكاذب ويدعو إلى الصدق والوضوح، وجعل الكذب من خصائص الكافر، والصدق من خصائص المؤمن، فقال تعالى: ﴿إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْكَاذِبُونَ﴾ (النحل :105) وقال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ﴾ (التوبة: 119).

فالمصاب بالفصام يكذب على نفسه حيث يتوهم من نفسه شخصية لا وجود لها، كما يكذب على غيره حيث تظهر ذاته بصورتين مختلفتين، كان يتوهم أنه فاضل وهو متلبس برديلة، قال تعالى: ﴿ قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا ﴾ (الكهف، 103-104)

فالصدق والوضوح أكبر وسيلة خلقية علاجية، قال تعالى: (يا أيها الذين آمَنُوا اتَّقُوا اللهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ) [التوبة (119)، ودعا القرآن إلى توصيف النفس على الالتزام بذكر الله وطاعته، حتى لا يقع في مجاوزة الذات لمقدارها، فأمر المؤمنين والمؤمنات أن يتحلو بصفات من شأنها أن تحافظ على توازن الشعور في الشخصية التي تلتزم بها، فقال تعالى: ﴿ إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ

وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ﴾ (الأحزاب: 135)، وفرق القرآن بين المؤمن ذي الشخصية الصادقة الواضحة، والكافر الذي خدعته الأهواء فقال تعالى: ﴿أَفَمَنْ كَانَ عَلَى بَيِّنَةٍ مِنْ رَبِّهِ كَمَنْ زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ وَاتَّبَعُوا أَهْوَاءَهُمْ﴾ (محمد:14)، وقال تعالى: ﴿أَفَمَنْ زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا فَإِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسَرَاتٍ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ (قاطر :12)

الخاتمة

من خلال النظر في توصيف القرآن الكريم وعلاجه لما يصيب النفس الإنسانية من آفات نفسية وسلوكية توصلت إلى النتائج الأتية:

1- هناك فرق مفهومي النفس والروح، حيث النفس قوة تستجمع المشاعر الانسانية، وينظر إليها القرآن من جهة وظائفها وأثرها السلوكي وتحفيز ما فيها من كوامن الخير، ودراء أثار العقد الكامنة، أما الروح فإنها كائن أعم وأقوى وأبقى لا يعلم حقيقتها إلا الله تعالى.
2- يوجه القرآن الكريم الإنسان إلى أن يصارع شهواته ورغباته المضللة بالتدريج حيث تنتقل نفسه من مرحلة الأمر بالسوء إلى الندم والتوبة، ثم إلى الطمأنينة بالإيمان.
3- ينصح القرآن الكريم الذين يعانون من القلق ومضاعفاته بالتزام الفضائل الراجعة إلى الصبر والايمان والصلاة والصدقة والعفة.
4- يعالج القرآن الكريم الشعور بالحرمان بأن يعي المؤمن في مجتمع تنتشر فيه الرحمة والمودة ويسود فيه الوفاء والعطاء.
5- يعالج الوسواس الاستغفار والمداومة على الذكر وأن يغمر النفس شعور بالرضى.

6- يفعل الادراكات العقلية في تعديل السلوك، وتهذيب الأفكار، وتنظيم الغرائز ومن وسلته في ذلك الذكر، والصبر، والرضى، وهذا من شأنه أن يعالج حب الذات، والفصام البسيط وغير ذلك من الامراض النفسية.

مصادر البحث

1. ابن العربي، 1990، قانون التأويل، دار الغرب الإسلامي، بيروت.
2. إسماعيل، عز الدين د.ت نصوص قرآنية، دار النهضة، بيروت.
3. الحجار، محمد، 1999م، الوجيز في فن ممارسة العلاج النفسي السلوكي دار النفائس، بيروت.
4. الحفني، عبد المنعم، 1992م، موسوعة الطب النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة.
5. دسوقي كمال، د.ت علم الأمراض النفسية، دار النهضة العربية، بيروت.
6. سرحان وليد 2008م، الوسواس القهري، دار مجدلاوي، الأردن
7. فاندى، سعيد سالم 2012م، دراسات في الإعجاز القرآني، منشورات جامعة الجبل الغربي.
8. الشربيني، لطفي 2009م، الإشارات النفسية في القرآن الكريم، دار النهضة العربية، بيروت.
9. الشريف، عدنان، 1993م، علم النفس القرآني، دار العلم للملايين، بيروت.
10. الشناوي، محمد محروشي 2003م، بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب، القاهرة.
11. العيسوي، عبد الفتاح محمد 1993م، تاريخ الطب النفسي عند العلماء المسلمين، دار النهضة العربية، بيروت.
12. الفورتيه، احمد جهان 2001م، القرآن أصل التربية وعلم النفس، دار الملتقى، بيروت وقبرص.
13. قطب، محمد 1972م، دراسات في النفس الإنسانية، القاهرة.

14. كولسن، ولسن، 1994م، الإنسان وقواه الخطية، ترجمة سامي خشبة
15. دار الآداب، بيروت.
16. مسكويه، أبو علي الرازي د.ت، تهذيب الأخلاق، مكتبة الحياة.
17. المرشدي، عماد حسين 2016م، علم النفس الإسلامي، عمان الاردن.
18. الموصلي، سامي أحمد 2001م، العلاج الإيماني في الطب النفسي دار النفائس بيروت.
19. الأردن هر سيقال بيلي، 1999م، نقد نظرية التحليل النفسي، دار المناهج
20. ول ديورانت، 1982م، قصة الفلسفة، ترجمة فتح الله المشعشع، مكتبة المعارف، بيروت.
21. ياسين عطوف محمود 1986م، علم النفس العيادي، دار العلم للملايين، بيروت