



**التدبُّين وأثره في العلاج النفسي في
ضوء القرآن الكريم**

Piety and its Impact in Psychological Treatment in
Light of the Holy Quran

إعداد

م.د. أحمد إبراهيم عواد الشوكة

Dr. Ahmed Ibrahim Awad

علاج ، نفس ، إيمان ، طمأنينة، قلق.

الملخص

تضمن البحث الحديث عن دور الالتزام بالتعاليم الدينية في الوصول الى الراحة والطمأنينة والتخلص من الأمراض النفسية التي تبذل الدول الأموال الطائلة لعلاجها من دون جدوى، وكان الحديث عن جانبين أساسيين هما الاعتقادي والعملي، ونعني بالاعتقاد: الإيمان بالله رباً وخالقاً ومدبراً ورازقاً وحافظاً، وبالغيبات التي أخبر الخالق - سبحانه - عنها عن طريق الكتاب المنزل وأحاديث نبيه المرسل، ونعني بالممارسات العملية، تلك الأوامر: كالصلاة والصيام والحج وغيرها، والنواهي التي نهى الله عباده من اقترافها. فمن استسلم لربه اهتدى وانشرح صدره وصلح باله .

Abstract:

The research highlights the role of commitment by religious instructions in achieving tranquility and stability, and getting rid of psychological diseases on which countries spend huge amounts of money to address - in vain .

The research tackles the studied issue from two main aspects: belief and practice. By belief I mean belief in Allah (God) as the Lord, Creator, Planner, Sustainer, Keeper; and belief in the unseen, i.e., the unknown things and events that Allah Almighty has revealed in the Holy Quran and Prophet Muhammad's sayings .

By practical acts I mean ordinances such as prayer, fasting, pilgrimage, etc., and avoiding the interdictions that Allah has prohibited .

He who submits to the Will of Allah achieves guidance, tranquility and assuredness.

المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين وعلى آله وأصحابه وأتباعه إلى يوم الدين، وبعد...

فما لا شك فيه أن الإسلام هو دين الله الذي ارتضاه لعباده المسلمين، وقد أودع الله فيه ما يصلح النفس الإنسانية التي هي -أيضاً- من بديع صنع الله تعالى، وهو أعلم بما يصلحها، وقد أشار القرآن الكريم بما يسبق الدراسات الحديثة، إلى أن المتبعد عن التدئين بدين الإسلام يعيش في قلق دائم وضيق للصدر، وقد أرشد الله عز وجل إلى سبيل الحياة الطيبة والراحة النفسية، كما ذكر أسباب الشفاء والهداية والطمأنينة في كتابه، وبين العلاج، لما يصيب الإنسان من خوف واضطراب وقلق، وبين الأسباب التي تؤدي إلى مرض النفوس وضيقها، كما وضع العلاج المناسب وأسباب الوقاية منها.

الهدف من هذا البحث: هو التعرف على أهمية التدئين لعلاج الأمراض النفسية عن طريق القرآن الكريم، وبيان السبل في كيفية التخلص منها.

إشكالية البحث: تظهر في كثرة الأمراض النفسية بشكل واسع، وقد تنوعت الحلول التي يقدمها المتخصصون في الدراسات النفسية والإنسانية وغيرها، ولعلها لم تكن بالمستوى المطلوب، ويمكن صياغة فرضية البحث وفق السؤالين الآتيين:

- ما هي الوسائل والمعالجات في القرآن الكريم للأمراض النفسية؟ وكيف يمكن استخدامها؟

وللإجابة على ذلك؛ اقتضت خطة البحث أن

تتكون من مقدمة ومبحثين وخاتمة.

فالمقدمة ذكرت فيها أهمية الموضوع والعمل فيه.

وفي المبحث الأول، ذكرت المعالجات الاعتقادية.

وفي المبحث الثاني، ذكرت المعالجات العملية.

ثم الخاتمة، وفيها أهم النتائج والتوصيات.



التمهيد

قبل الشروع في البحث ينبغي توضيح بعض المصطلحات.

العلاج في اللغة: المراس والدفاع، وعالج الشيء مُعالجةً وعِلاجاً: زاوله. وعالج المريض مُعالجةً علاجاً: عاناه. وعالجه فعَلَّجه عَلاجاً: غلبه. وعالج عنه: دافع^(١)، والمعالج: المداوي سَوَاءً عَالَجٌ جَرِيحاً أَوْ عَلِيلاً أَوْ دَابَّةً^(٢).

العلاج في الاصطلاح: لا يبتعد عن معناها اللغوي، فهي بمعنى إحداث الفعل بالجوارح والمداوة. ثانياً: النفس لغة.

• النفس بمعنى الروح، يقال: خرجت نفس فلان، أي: روحه^(٣)، ومنه قولهم: فاضت

(١) المحكم والمحيط الأعظم، أبو الحسن علي بن إسماعيل بن سيده المرسي، ٣٢٦/١، مادة: (ع ل ج)، والمخصص، أبو الحسن علي بن إسماعيل بن سيده المرسي، ٤٨٣/١.
(٢) لسان العرب، ابن منظور، ١٤١٤هـ، ٣٢٧/٢، مادة: (ع ل ج).

(٣) المصدر نفسه، ٢٣٣/٦، مادة: (ن ف س).

وقد وردت للنفس معان عدة في القرآن الكريم،

• نفسه؛ أي: خرجت روحه^(١).

• النفس بمعنى: حقيقة الشيء وجملته، يقال:

أولاً: بمعنى الإنسان؛ أي: الشخصية البشرية

قتل فلان نفسه؛ أي: ذاته وجملته، وأهلك نفسه؛

بكامل هيئتها، وهي الإنسان بكامل دمه ولحمه

أي: أوقع الإهلاك بذاته كلها^(٢)، ومنه قول المناوي

وشخصيته، وهذا كثير وغالب في القرآن، فمن ذلك

(والتكبر: هو أن يرى المرء نفسه أكبر من غيره)؛ أي:

قوله تعالى: ﴿وَاتَّقُوا يَوْمًا لَا تَجْزِي نَفْسٌ عَنْ نَفْسٍ

ذاته^(٣).

شَيْئًا وَلَا يُقْبَلُ مِنْهَا شَفَعَةٌ وَلَا يُؤْخَذُ مِنْهَا عَدْلٌ

وللنفس معان أخرى لا تهمنا في هذا البحث .

وَلَا هُمْ يُنصَرُونَ ﴿٤٨﴾^(٦).

النفس في الاصطلاح:

ثانياً: بمعنى الروح، ومنه قوله تعالى: ﴿اتَّامُرُونَ

قال صاحب كتاب التعريفات: النفس: قد يراد به

النَّاسَ بِاللَّيْلِ وَتَنسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَتْلُونَ

الروح فيؤنث، وقد يراد به الشخص فيذكر والنفس

الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ﴿٤٤﴾^(٧)، أي: تتركون،

هي الجوهر البخاري اللطيف الحامل لقوة الحياة

ويقال: خرجت نفسه، خرجت روحه، وبدلالة قوله

والحس والحركة الإرادية^(٤).

تعالى: ﴿اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا

ويرى المعاصرون: أن النفس هي جوهر الإنسان،

وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي

ومحرك أوجه نشاطه المختلفة؛ إدراكية، أو حركية، أو

قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأَخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ

فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ سواء أكان ذلك على

مُسَمًّى إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم، والنفس هي

﴿٤٢﴾^(٨)، يريد الأرواح^(٩)، ومنه قوله تعالى: ﴿أَخْرِجُوا

الجزء المقابل للبدن في تفاعلها وتبادلها التأثير المستمر

أَنْفُسَكُمْ﴾، وذلك أن الكافر إذا احتضر بشرته الملائكة

والتأثر، مكونين معاً وحدة متميزة نطلق عليها لفظ

بالعذاب والنكال، والأغلال والسلاسل، والجحيم

(شخصية) تميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به

والحميم، وغضب الله تعالى، فتتفرق روحه في جسده،

إلى توافقه الخاص في حياته^(٥).

وتعصى وتأبى الخروج، فتضربهم الملائكة حتى تخرج

(١) الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية، الجوهري،

أرواحهم من أجسادهم، قائلين لهم: ﴿وَلَوْ تَرَىٰ

٣٤٢/١

إِذِ الظَّالِمُونَ فِي غَمْرَاتِ الْمَوْتِ وَالْمَلَائِكَةُ

(٢) لسان العرب، لابن منظور، ٢٣٣/٦ .

﴿٤٤﴾

(٣) التوقيف على مهمات التعاريف، المناوي، (ص: ١٠٧) .

(٦) سورة آل عمران، من الآية: ١٤٥ .

(٤) التعريفات الفقهية، البركتي، ٢٣٠ .

(٧) سورة البقرة، من الآية: ٤٤ .

(٥) ينظر: حقيقة النفس في القرآن الكريم ومعانيها، الشيخ

(٨) سورة الزمر، الآية: ٤٢ .

صلاح بن سمير محمد مفتاح، شبكة الألوكة:

(٩) جامع البيان، الطبري، ٢١/٢٩٨ .

<https://www.alukah.net/sharia/0/120342/>

الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٨٥﴾^(٥)، وأن النفس جهازٌ خفيٌّ عامل في الإنسان، فهي الإنسان المعنوي، ولهذا كانت موضع الخطاب من الله تعالى، كما أنها كانت موضع الحساب والثواب والعقاب^(٦)، والله أعلم.

وقد بين القرآن الكريم إمكانية تربية وتزكية النفس بقوله تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا ﴿١٠﴾﴾^(٧)، قال القرطبي (رحمه الله): (أي من زكى الله نفسه بالطاعة. ﴿وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾ أي خسرت نفس دسها الله عز وجل بالمعصية. وقال ابن عباس: خابت نفس أضلها وأغواها. وقيل: أفلح من زكى نفسه بطاعة الله وصالح الأعمال، وخاب من دس نفسه في المعاصي)^(٨).

ماهية العلاج النفسي.

العلاج النفسي له أنواع متعددة منها:

١. الطب النفسي: وهو من تخصصات الطب ولا بد للطبيب النفسي أن يتخرج من كلية الطب وأن يدرس الطب العام كأى طبيب ثم بعد ذلك يتخصص في الطب النفسي، فتطبيقات الطب النفسي تُبنى على افتراض أن الاضطرابات النفسية لها أساس بيولوجي أكثر من أي سبب آخر ولا ينفي الطب

بأسطوا أيديهم أخرجوا أنفسهم اليوم تجزؤن عذاب الهون بما كنتم تقولون على الله غير الحق وكنتم عن آياته تستكبرون ﴿١﴾؛ أي: اليوم تُهانون غاية الإهانة، كما كنتم تكذبون على الله، وتستكبرون عن اتباع آياته، والانقياد لرسوله^(٩).

ثالثاً: بمعنى (العقل): ومنه قوله تعالى: ﴿سُبْحَانَكَ مَا يَكُونُ لِي أَنْ أَقُولَ مَا لَيْسَ لِي بِحَقِّ إِنْ كُنْتُ قُلْتُهُ فَقَدْ عَلِمْتَهُ تَعَلَّمَ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ﴾^(١٠)، قال الطاهر بن عاشور في تفسيره: (النفس تُطلق على العقل وعلى ما به الإنسان إنسان، وهي الروح الإنساني، وتطلق على الذات، والمعنى هنا: تعلم ما أعتقده، أي: تعلم ما أعلمه؛ لأن النفس مقر العلوم في المتعارف)^(١١)، ورجَّح الدكتور عبدالكريم الخطيب: أن النفس شيء غير الروح، وغير العقل، وأنها هي الذات الإنسانية أو الإنسان المعنوي، وأنها تتخلق من التقاء الروح بالجسد، فهي - كما يقول الخطيب - التركيبية التي تتخلق في الإنسان ذاتية يعرف بها أنه ذلك الإنسان بأحاسيسه ووجدانه ومدركاته، فالنفس هي ذات الإنسان، أو هي مشخصات الإنسان التي تنبئ عن ذاته، وحسبنا أن نؤمن بأن الروح من أمر الله، فلا سبيل إلى الكشف عنها كما يقول سبحانه ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ

(٥) سورة الإسراء الآية: ٨٥ .

(٦) التفسير القرآني للقرآن، عبد الكريم يونس الخطيب ١١٦٧/١٢ .

(٧) سورة الشمس، الآيات ٧-١٠ .

(٨) تفسير القرطبي، ٧٧/٢٠ .

(١) سورة الأنعام، من الآية: ٩٣ .

(٢) تفسير القرآن العظيم، ابن كثير، ٣/٣٠٢ .

(٣) سورة المائدة، من الآية: ١١٦ .

(٤) التحرير والتنوير، ابن عاشور، ٧/١١٥ .

نفسه يتعامل مع هذه النظريات كشيء قابل للتعديل دائماً. لكن بلا شك أن علم النفس قدم الكثير من الأمور النافعة والعملية .

ويكون العلاج النفسي في الغالب عن طريق الحوار مع الشخص الذي يعاني من أمراض عقلية أو اضطرابات نفسية أو صعوبات عاطفية أو أفكار مشوشة، سعياً لتخليص الأشخاص من الأفكار والسلوكيات المضطربة التي تؤثر على أدائهم في شتى مجالات الحياة وعلى تكيفهم مع محيطهم الاجتماعي وذواتهم، بتطبيق إجراءات معتمدة علمياً لمساعدة الناس على تطوير عادات أكثر صحة وفعالية^(٢).

والمراد من العلاج النفسي أن يصل الفرد من خلاله إلى سكون النفس وراحتها واطمئنانها، ويتأتى ذلك من ممارسات إيجابية فعلية وقولية، ومنها سائر أعمال الخير، واجتناب كل ما يضر النفس ومن حولها ، ويعبر عنها براحة الضمير وانسراح الصدر والرضا عن النفس، وغيرها من المصطلحات، ويجدها المسلم في كل عمل أو أمر في القرآن الكريم أو في أحاديث النبي -صلى الله عليه وسلم- مختوم بجائزة أو عاقبة خير كالفوز والفلاح وغير ذلك.

النفسي مدى أهمية العوامل النفسية لكن التركيز يكون أكثر على الجسم، و لهذا فإن أغلب الأطباء النفسيين يكون تعاملهم مع أناس سبب اضطرابهم يبدو بيولوجيا أكثر من كونه نفسيا، ومثاله: مرضى الوسواس القهري.

٢. التحليل النفسي: وهذا النوع بُني على مدرسة (سيغموند فرويد) وهذه المدرسة تغيرت كثيراً عن تلك التي تبناها فرويد حتى أصبحت نظرياته الأولى لا تزن الكثير في الميزان العلمي وطراً التغيير والتعديل على معظم أطروحاته وأطروحات تلاميذه. وينفي الكثير من التحليليين كون هذا الأسلوب من أنواع العلاج، بل يزعمون أن الكثير من الناس بحاجة إلى تحليل نفسي^(١).

٣. العلاج المعرفي السلوكي: وهو علاج يفترض أن بعض الاضطرابات النفسية سببها طريقة التفكير بشكل عام وهو علاج نافع أيضاً مع بعض مرضى الوسواس القهري والاكتئاب.

٤. العلاجات النفسية الإرشادية: وتندرج تحته أنواع كثيرة جداً وهي للحالات الأقل صعوبة و خطراً.

وبالنسبة لعلم النفس بشكل عام هو كباقي العلوم الاجتماعية (اقتصاداً علوم سياسية علم اجتماع) أ يعتمد على الكثير من النظريات والتي تكون في أغلب الحالات نظريات غير مبنية على حقائق ولهذا فالغرب

(٢) مقال: عيد محمد - query_builde تاريخ النشر: ١٨-٠٧-٢٠٢٠، آخر تحديث: ٢٥-٠٧-٢٠٢٠، وينظر: دراسة «فهم العلاج النفسي وكيفية عمله» منشور في apa.org ، تمت مراجعته في ١٧/٦/٢٠٢٠.

<https://www.hellooha.com/articles/2687>

(١) ينظر: موسوعة الرد على المذاهب الفكرية المعاصرة ، علي بن نايف الشحود، ١٠/٥٢ .

المبحث الأول: العلاج الاعتقادي

المطلب الأول: العلاج بالإيمان بالله:

إن الإيمان بالله تعالى له الأثر الكبير والواضح في وقاية وعلاج النفس الإنسانية، كيف لا وبه تُزال جبال الهموم وتستقر وتطمئن النفوس وتصفو القلوب من اضطرابها، وقد بينت بعض الدراسات أن المرضى النفسيين الذين يعالجون بطريقة التحليل النفسي تتراوح بين ٤٤-٦٦٪^(١)، وهذا علاج غير نافع في عصر التقدم والحضارة كما اثبتت الدراسات أن من هؤلاء الذين عولجوا قد ازدادت حالتهم سوءاً^(٢).

وأشار كثير من علماء النفس -حتى الملحدون منهم- إلى أن أزمة الإنسان المعاصر ترجع أساساً إلى افتقار الإنسان إلى الدين والقيم الروحية، وأن العلاج الوحيد لهذا التمزق هو الرجوع إلى الدين^(٣)، وذكر العالم الفرنسي (هنري لينك)^(٤) في كتابه (العودة

إلى الإيمان) أنه وجد نتيجة خبرته الطويلة في تطبيق الاختبارات النفسية على العمال في عملية الاختبار والتوجيه المهني أن الأشخاص الذين يترددون إلى دور العبادة يتمتعون بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين لهم ولا يقومون بأية عبادة^(٥)، فالابتعاد عن الإيمان هو أساس الأمراض النفسية، وتتفق جميع المدارس للعلاج النفسي على أن القلق هو السبب الرئيس في نشوء أعراض الأمراض النفسية، ولكنها تختلف في تحديد العوامل التي تسبب القلق، ولذلك يصعب عليهم العلاج^(٦).

فأهل الإيمان بالله تعالى يعرفون العلاج ويصفونه لغيرهم، لوجوده في كتاب الله وسنة نبيه ﷺ. ومن ذلك قوله تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُّهْتَدُونَ﴾^(٧)، ويقول العالم الأمريكي وليم جيمس^(٨): (إن أعظم علاج للقلق والشك هو الإيمان، وهو القوة التي لا بد من توفرها لمعاونة المرء على العيش، وفقدتها نذير بالعجز على معاناة الحياة، وإن بيننا وبين الله رابطة لا تنفصم، والرجل المتدين حقاً عصي على القلق، محتفظ باتزانه مستعد دائماً لمواجهة ما عسى أن يأتي به الإيمان

(١) القرآن وعلم النفس، محمد عثمان نجاتي، ٢٤٦.

(٢) ينظر: علم الأمراض النفسية والعقلية، شوين ريتشارد، (ص: ٨٦٤).

(٣) مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس والأخلاق في ضوء الإسلام، أنور الجندي، (ص: ١٩٥). والعلاج النفسي للاضطرابات النفسية من منظور إسلامي - الاكتتاب نموذجاً-، أسماء بوعود، (ص: ٢).

(٤) طبيب نفسي أمريكي، كان ملحداً فآمن، جمع بين العلم والعمل الميداني العلاجي، رئيس دائرة الخدمة السيكولوجية في مدينة نيويورك. ينظر: مجلة الرسالة، أصدرها: أحمد حسن الزيات باشا (المتوفى: ١٣٨٨هـ)، عدد الأعداد: ١٠٢٥ عدداً (على مدار ٢١ عاماً) ٣٢/٢٣٩. والإسلام والطاقات المعطلة، محمد الغزالي

السقا، (ص: ١٤٥).

(٥) الإيمان والحياة، يوسف القرضاوي، (ص: ٣٤٢).

(٦) ينظر: القرآن وعلم النفس، نجاتي، ٢٨٦.

(٧) سورة الأنعام، الآية: ٨٢.

(٨) هو فيلسوف أمريكي توفي سنة ١٩١٠م، أستاذ جامعة هارفارد، صاحب كتاب إرادة الاعتقاد، بنظر: مجلة الرسالة، أصدرها: أحمد حسن الزيات باشا (٣/٦٠٢).

من أمور^(١).

يقول سبحانه ﴿وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَءَامَنُوا بِمَا نُزِّلَ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَهُوَ الْحَقُّ مِنْ رَبِّهِمْ كَفَرَ
عَنَّهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَأَصْلَحَ بَالَهُمْ ﴿٢﴾^(٦)، وصلاح
البال غاية كل إنسان، ومن معاني البال: الشأن والحال
والنية والأمر والنية^(٧).

المطلب الثاني: العلاج بالإيمان بالقدر:

فالإيمان بالقدر له عدة منافع، منها:

يعين على تحمل صعوبات الحياة الكثيرة: فيساعد في
حصول الطمأنينة النفسية والسكون الروحي والرضا
بما كتبه الله تعالى عليه، فالمؤمن يعلم أن ما أصابه هو
من الله تعالى ابتلاءً وتمحيصاً، فلا ينفذ مع المصيبة
جزع ولا سخط، فليس له إلا الصبر، وهو مأجور
عليه، ومن الآيات التي تدعو إلى الإيمان بالقدر، قوله
تعالى: ﴿كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبَلُوكُمُ
بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴿٣٥﴾^(٨)،
فعلى المسلم أن يتوكل على الله ويفوض إليه أمره^(٩)،
وقوله تعالى ﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ
وَلَا فِي نَفْسٍ كُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ
تَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿١٠﴾^(١٠)، فما يجري
في الأرض من قحط وكوارث فهو مقدر ومكتوب في

فهذه بعض شهادات الغربيين في أثر التدن في
صفاء الروح وطمأنينة النفس الإنسانية .

يقول الشيخ القرضاوي^(٢): (إذا كانت السعادة
شجرة منبتها النفس البشرية والقلب الإنساني فإن
الإيمان بالله تعالى هو ماؤها وغذاؤها، ولقد فجر
الإيمان في قلب الإنسان ينابيع السعادة ولا يمكن أن
تتعلق بغيرها، وأهم ينابيعها السكينة والأمن والرضا
والحب^(٣))، وهذا أمر طبيعي، كيف لا، وإن الإنسان
مجبول على اللجوء للقوي، ويحتاج للعظيم وغافر
الخطأ، ومحل هذه الصفات تكمن بالله العزيز القهار،
وفي شأن الأثر النفسي المترتب على الإيمان بوحدانية
الله تعالى يمكن القول: إذا استطاع الإنسان أن يحقق
هذا المستوى الاجرائي من الإيمان- وهو قادر على
ذلك دون أي شك، فإنه سيجني ثماره ، ويشعر
بالأثر النفسي الطيب حيث يصبح الإنسان في حياته
هدى وغاية ورسالة، فلا يضعف اتجاه مؤثرات الحياة
ومساراتها المتعارضة التي تحول دون تحقيق ما يطمح
إليه^(٤)، فالإيمان كفيل بإزالة أمراض العصر، وأصعبها
القلق والخوف^(٥).

(١) ينظر: دع القلق وابدأ بالحياة، ديل كارينجي، ترجمة عبد
المنعم الزيايدي، ط: ٥، القاهرة، ٢٨٦.

(٢) عالم مصري معاصر .

(٣) الإيمان والحياة، يوسف القرضاوي، (ص: ٩٢).

(٤) بحث، الدكتور محمد بن سعد الشويعر، مجلة البحوث
الإسلامية، الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية
والإفتاء والدعوة والإرشاد، (١٧/١٨٩).

(٥) ينظر: الأخلاق والسير في مداواة النفوس، علي بن أحمد

بن سعيد بن حزم، (ص: ١٥-١٦)، وخصائص النفس
البشرية في القرآن الكريم، محمد عبد الرحيم (ص: ٧١).

(٦) سورة محمد، الآية: ٢ .

(٧) تفسير القرطبي (١٦/٢٢٤).

(٨) سورة الأنبياء، الآية: ٣٥ .

(٩) ينظر: تفسير الوجيز، للواحدي ١/٤٦٧ .

(١٠) سورة الحديد، الآية: ٢٢ .

يَهْ بِعَضِّكُمْ عَلَى بَعْضِ لِرِّجَالِ نَصِيبٌ
 مِّمَّا أَكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا أَكْتَسَبْنَ
 وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ
 بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ﴿٣٢﴾^(٦)، وقوله تعالى:
 ﴿اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ وَفَرِحُوا
 بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَعٌ
 ﴿٣٦﴾^(٧)، وقوله تعالى: ﴿أَهْمُ يَقْسِمُونَ رَحْمَتَ
 رَبِّكَ لَنْ نَحْنُ قَسَمًا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ
 الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ
 بَعْضُهُمْ بَعْضًا سَحَرِيًّا وَرَحِمْتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِّمَّا
 يَجْمَعُونَ ﴿٨﴾^(٨)، وأما من ناحية التفكير بمستقبل
 الذرية الذي يقلق الكثير من الناس، فقد عالج القرآن
 الكريم هذا الخوف بقوله تعالى: ﴿وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ
 تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ
 فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾^(٩)،
 أي أن بتقواه الله يحفظ له ذريته، وهذا أحد معاني هذه
 الآية الكريمة^(١٠)، فلا يستعمل الإنسان الموقن الطرق
 الملتوية والحيل والتزوير والرشوة للحصول على
 الكسب الحرام، وقد بين الله سبحانه وتعالى أن تقواه
 سبب لرزق الله تعالى بقوله: ﴿... وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ
 يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا
 يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ

اللوح المحفوظ من قبل أن يبرأ الإنسان حتى لا يحزن
 الإنسان على ما فاته ولا يفرح بما آتاه^(١).
 يعالج الخوف من الفقر: فإذا أيقن المسلم أن رزقه
 مقدّر وأنه لا يسلبه أحد شيئاً من رزقه، وأنه لا يمكن
 له أن يأخذ رزق غيره؛ اطمأن وعمل بما يجب عليه
 دون خوف أو اعتداء، فلا يعتدي على أحد ولا يسرق
 ولا يغمط حق غيره، لأنه يعلم أن ما أصابه لم يكن
 ليخطئه وما أخطأه لم يكن ليصيبه^(٢)، فيقنع بالقليل
 ويشكر ويؤدي حق الكثير، ومما يطمئن من الآيات
 على الرزق، قوله تعالى: ﴿وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا
 تُوعَدُونَ ﴿٢٢﴾^(٣)، ومن معاني ذلك، أن أسباب الرزق
 في السماء من مطر وسحاب لأنه سبب الأقوات، أو
 لأن رزقه مقدر^(٤)، وفي قوله تعالى: ﴿إِنَّمَا تَعْبُدُونَ
 مِنْ دُونِ اللَّهِ أَوْثَانًا وَتَخْلُقُونَ إِفْكًا إِنَّ الَّذِينَ تَعْبُدُونَ
 مِنْ دُونِ اللَّهِ لَا يَمْلِكُونَ لَكُمْ رِزْقًا فَابْتَغُوا عِنْدَ اللَّهِ
 الرِّزْقَ وَاعْبُدُوهُ وَأَشْكُرُوا لَهُ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴿٥٧﴾^(٥)،
 يطمئن النفوس ويمنعها من الذل والخضوع لعباد
 الله، فالرزق بيد الله فقط .

يعالج آفة الحسد: فيتحقق الاستقرار النفسي،
 كقوله تعالى: ﴿وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ

- (١) ينظر: زاد المسير، لابن الجوزي ١/٤٦٧، والطبيعة
 البشرية في القرآن الكريم، أحمد بركات، (ص: ٤٤)،
 ونحو طب نفسي إسلامي، أبو هندي ٢٤ .
 (٢) ينظر: مسند الإمام أحمد، (٣٥/٤٦٥) .
 (٣) سورة الذاريات، الآية: ٢٢ .
 (٤) ينظر: إرشاد العقل السليم، أبو السعود، (٨/١٣٩) .
 (٥) سورة العنكبوت، من الآية: ١٧ .

(٦) سورة النساء، الآية: ٣٢ .

(٧) سورة الرعد، الآية: ٢٦ .

(٨) سورة الزخرف، من الآية: ٣٢ .

(٩) سورة النساء، الآية: ٩ .

(١٠) النكت والعيون، الماوردي، (١/٤٥٧) .

بشر الله تعالى المؤمنين بالاطمئنان في حياتهم إذا اتقوا، قال تعالى: ﴿بَلَىٰ إِنْ تَصَبَرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُم مِّن فَوْرِهِمْ هَذَا يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُمْ بِخَمْسَةِ آلَافٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ ﴿١٣٥﴾ وَمَا جَعَلَ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ ۗ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ ﴿١٣٦﴾﴾، وبشر الله المتقين بمعيته، بقوله تعالى ﴿الشَّهْرُ الْحَرَامُ بِالشَّهْرِ الْحَرَامِ وَالْحُرُمَتُ قِصَاصٌ فَمَن أَعْتَدَىٰ عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا أَعْتَدَىٰ عَلَيْكُمْ وَأَتَّقُوا اللَّهَ وَاعْمَلُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ ﴿١٩٤﴾﴾^(٨)، فتحقق التقوى يحقق الصحة النفسية ويقوم السلوك البشري، ويصل بالإنسان إلى الهدوء والاستقرار؛ من خلال أمرين:

الأول: الامتثال لأوامر الله تعالى.

الثاني: الابتعاد عما نهى الله عنه^(٩).

وكلا الأمرين يحقق الأمان والراحة للفرد وبيئته، من خلال شعوره بإبراء ذمته مما كُلف به احتساباً لمرضاة الله تعالى، بل يتلذذ بتكليف الله تعالى له^(١٠).

وهناك أمور تعلق باليقين بالله تعالى، بأن المقدور يقع وما لم يقدر لا يقع، فمن أيقن بذلك أورث الله

اللَّهُ بَلِّغْ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾^(١)، فالمؤمن بالله تعالى يطمئن حين يتلو هذه الآيات ويثق بربه ويتوكل عليه، فكل أمر المؤمن له به خير، إن شراً يصبر ويحتسب ويؤجر، وإن خيراً يحمد ويشكر ويؤدي حق النعم^(٢).

يعالج الخوف من الأجل: فمن أهم الأمور الحتمية التي تقلق النفس هو التفكير بالموت، وهو حق، فالمؤمن بهذه القضية الغيبية يعلم أن أجله مقدر ومحدد ولا يتقدم ولا يتأخر، قال تعالى: ﴿قُلْ لَا أَمْلِكُ لِنَفْسِي ضَرًّا وَلَا نَفْعًا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ لِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ إِذَا جَاءَ أَجَلُهُمْ فَلَا يَسْتَجِزُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ ﴿٤٩﴾﴾^(٣)، ويعلم أن الحياة الباقية والأمنة هي في الجنة، وأن هذه الحياة هي دار عمل وتزود، فلا تستحق هذه الحياة الفانية كل هذا القلق والتنافس والعداوة على متاعها، فتحقق التقوى التي أمر الله بها بقوله: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُمْ مُسْلِمُونَ ﴿١٠٢﴾﴾^(٤)، فأمر الله تعالى بتقواه في كل ما يأتي العبد ويذر^(٥)، فإذا آمن العبد بهذه القضية؛ عالج عدة مصادر من مصادر القلق، كالجبن، والخوف من الموت وغير ذلك^(٦) وقد

(٥٧)، ومنهج التربية الإسلامية، محمد سيد قطب،

(ص: ١٥٨)، والإيمان والحياة للقرضاوي (ص: ١٦٠-١٦١).

(٧) سورة آل عمران، الآيتان: ١٢٥-١٢٦.

(٨) سورة البقرة، من الآية: ١٩٤.

(٩) ينظر: خصائص النفس البشرية في القرآن الكريم، عدس

(ص: ٤٧).

(١٠) تفسير الشعراوي - الخواطر، (١٣/٧٧٩٠).

(١) سورة الطلاق، من الآيتين: ٢-٣.

(٢) ينظر: المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، أبو العباس أحمد بن عمر القرطبي، (٦/٦٣٠).

(٣) سورة يونس، الآية: ٤٩.

(٤) سورة آل عمران، الآية: ١٠٢.

(٥) ينظر: إرشاد العقل السليم، أبو السعود (١٢/٣).

(٦) ينظر: النفس البشرية في القرآن الكريم، عدس (ص:

جَلَّ وَعَزَّ قلبه خصلتين:

إحدهما: أن يوقن قلبه أن ما قدر له لن يفوته .
والثانية: أن ييأس من أن ينال ما لم يقدر له^(١).

المطلب الثالث: التوكل والخوف والرجاء:

فحين يجد الإنسان من يعتمد عليه من الناس، يرشده ويهديه ويطمئنه؛ يعيش مرتاح النفس والبال، بعيداً عن القلق والاضطراب النفسي، فكيف لو كان المعتمد هو الله سبحانه وتعالى؟ فالمؤمن يأخذ بالأسباب ويتوكل على الله سبحانه، ويرضى بما قسم له ربه ويثق به ويحسن الظن به^(٢)، والوائق بالله تعالى صرح شامخ لا تهزه عواصف المصائب والمحن، بل تزيده رسوخاً، ولا يهدمه إلا سوء الظن بالله، والشك في حصول فرجه، وكثرة التعلق بالمخلوقين، وتناسي الخالق جل وعلا^(٣) والثقة بالله تعالى اطمئنان قلبي لا يخالطه ريب، وتسليم مطلق لمن يصرف أمور خلقه وحده فالوائق بالله يعتقد أن ما شاء الله كان وما لم يشأ لم يكن، فمن قسم الله له بنصيب من الرزق أو الطاعة أو الحال أو العلم أو غيره، فلا بد من حصوله له ومن لم يقسم له ذلك: فلا سبيل له إليه، فبهذا القدر يقعد عن منازعة الأقسام فما كان له منها فسوف يأتيه على

ضعفه، وما لم يكن له منها فلن يناله بقوته^(٤)، فالوائق بالله لا يتوكل على غيره فهو حسبه سبحانه والقادر على كل شيء، قال عز وجل: ﴿... وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾^(٥)، وقال سبحانه: ﴿وَلَنْ سَأَلْتَهُمْ مَنْ خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ قُلْ أَفَرَأَيْتُمْ مَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ إِنْ أَرَادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كَاشِفَاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرَادَنِي بِرَحْمَةٍ هَلْ هُنَّ مُمْسِكَتُ رَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ﴾^(٦)، فينبغي التفريق بين التوكل والتوكل، حتى لا يعزف الناس عن الأخذ بالأسباب والطرق الصحيحة، بسبب الفهم الخاطيء للتوكل^(٧) ولا يعني التوكل التخلي عن الأسباب، قال سبحانه: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذُلُولًا فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ﴾^(٨)، وقال عز وجل: ﴿فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾^(٩).

ومن المعالجات الشعورية: الرجاء، وهو أن ترجو

(٤) ينظر: مقال: الثقة بالله تعالى، عبدالله بن عبده نعمان العواضي، رابط الموضوع:

<https://www.alukah.net/sharia/0/77070/#ixzz5f-W253ml1>

(٥) سورة الطلاق، من الآية: ٣ .

(٦) سورة الزمر، من الآية: ٣٨ .

(٧) ينظر: اتقاء الحرام والشبهات في طلب الرزق، أحمد الطويل، (ص: ٢٥).

(٨) سورة الملك، الآية: ١٥ .

(٩) سورة الجمعة، الآية: ١٠ .

(١) ينظر: المكاسب والورع والشبهة وبيان مباحها ومحظورها واختلاف الناس في طلبها والرد على الغالطين فيه، المحاسبي، (ص: ٥٤-٥٥) .

(٢) التوكل على الله، ابن أبي الدنيا، (ص: ٦٣) .

(٣) ينظر: التوكل: ابن الفراء، (ص: ٣٨) .

النفس، بالرجاء والثقة واليقين، وزاهداً عن الدنيا والملذات والمعاصي بالخوف من الجليل، فهو على خير.

قبول الاعمال وجزيل الثواب عليها، وتخاف مع ذلك أن يُرد عليك عملك، أو يكون قد دخلته آفة أفسدته عليك^(١).



المبحث الثاني المعالجات العملية للأمراض النفسية:

فمن المعلوم أن الإنسان لا يستغني فطرياً عن أمور يفعلها تعبر عن علاقته وولائه لقوى عظيمة متحكمة به، فتجد المنحرفين عقائدياً يؤدون طقوساً رسمها لهم الشيطان - عليه لعنة الله - لصفهم عن عبادة الله تعالى، فأخذوا يعبدون ما خلق الله وما تصنع أيديهم، ويملؤون فراغ حياتهم بهذه الطقوس، وهدى الله سبحانه المسلمين لفرائض يفعلونها، لهم فيها منافع كثيرة، وسد حاجة النفس البشرية، بما هو صحيح ومفيد في الدنيا والآخرة، ولها الأثر الواضح في تهذيب وتطهير النفس، ووقايتها من ضيق الصدر والإحساس بالفراغ والملل، اللذان يصلان بمن فقد هذه العبادات إلى الانتحار للتخلص منها^(٧)، وقد دعا الله سبحانه عباده وهو أعلم بما ينفعهم إلى الحياة الطيبة الآمنة المستقرة، بقوله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ

والشعور بالخوف، ويكون على قدر الذنوب فلو كان الرجاء يستقيم بلا عمل، لكان المحسن والمسيء في الرجاء سواء، وقد قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾^(٢١٨)، وقال تعالى: ﴿وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ﴾^(٥٦)، والمؤمن يرجو ويخاف، فإذا أحسن رجاء، وإذا أساء خاف، مع التوبة والندم والإقلاع، ومن عرف نفسه بكثرة الاساءة فينبغي أن يكون خوفه على قدر ذلك، ورجاؤه على قدر ما يعرف من نفسه من الإحسان، لأن الرجاء على قدر الطلب والخوف على قدر الهرب^(٤)، وعن الحسن (رحمه الله) قال: (الرجاء والخوف مطيبتا المؤمن)^(٥)، ومن حمل نفسه على الرجاء تعطل، ومن حملها على الخوف قنط، ولكن من هذه مرة، ومن هذه مرة^(٦)، فمتعلق القلب بربه الرحيم، يعيش في كنف من لا يجيب رجاءه به، فيكون مستريح

(١) ينظر: آداب النفوس، المحاسبي (ص: ٦٧- ٦٨).

(٢) سورة البقرة، الآية: ٢١٨.

(٣) سورة الأعراف، من الآية: ٥٦.

(٤) ينظر: آداب النفوس، المحاسبي (ص: ٦٩)، ورياض الصالحين، النووي، (ص: ١٦٧- ١٦٨).

(٥) ينظر: الزهد، أحمد بن حنبل (ص: ٤٥٢).

(٦) ينظر: الرسالة القشيرية، القشير، (١/ ٢٦١).

أن الصلاة تحدث نشاطاً روحياً معيناً يمكن أن يؤدي إلى الشفاء السريع لبعض المرضى في أماكن الحج والعبادات^(٨).

وقد اتبع القرآن الكريم في منهجه وتربيته لنفوس الناس وفي تغير سلوكهم أسلوب الممارسة الفعلية للأفكار والعادات السلوكية الجديدة التي يريد غرسها في نفوسهم، ولذلك فرض الله تعالى العبادات المختلفة، الصلاة والصيام والزكاة والحج...^(٩)، ومن أعظم الآيات الصريحة على أن علاج حالات الهلع^(١٠)

نال الدكتوراه ودرجة أخرى في العلوم سافر إلى الولايات المتحدة عام ١٩٥٥ حيث اشترك في معهد روكفلر للأبحاث الطبية بنيويورك، عاد إلى فرنسا مرة أخرى في عام ١٩٣٩، واشترك بعد هذا في أعمال حربية حتى عام ١٩٤٤، مات تاركا تراثاً علمياً رائعاً ومغنياً بعض الكتب من غير إتمام. مجلة الرسالة، أحمد حسن الزيات (٢٣/٨٦٨).

(٨) ينظر: الإنسان ذلك المجهول، الكسيس كارل، ترجمة شفيق أسعد فريد، (ص: ١٧٠).

(٩) ينظر: الإيوان والصحة النفسية، مرسي (ص: ٢٠٠).

(١٠) ظهر مصطلح اضطراب الهلع disorder Panic، ونوبات الهلع Attacks Panic في مراجع الطب النفسي الحديث مؤخراً لوصف حالة مرضية غامضة تصيب نسبة كبيرة من الناس من مختلف الأعمار، وبالعودة إلى وصف هذه الحالة في الماضي فإنها تشبه حالة مرضية وصفها الطبيب (داكوا ستا Costa DA) حيث كانت تصيب الجنود أثناء الحرب الأهلية الأمريكية، وكذلك وصفها (سيجموند فرويد، ١٨٥٦ - ١٩٣٦) وهي حالة تتميز بتفاعل القلق والخوف مع سرعة ضربات القلب وسرعة التنفس وضيق الصدر وتكون مصحوبة بحالة أخرى يطلق عليها: فوبيا الأماكن العامة Agoraphobia، وهي حالة نفسية تصيب السيدات غالباً عند التواجد خارج المنازل في الأسواق أو الأماكن العامة. ينظر:

وَقَلْبِهِ وَأَنَّهُ إِلَىٰ إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ ﴿١١﴾ .

المطلب الأول: العلاج بالصلاة:

فالمحافظ على صلاته، يحافظ على بقية سلوكياته في معيشته^(١٢)، فهي من صفات المؤمنين، قال سبحانه: ﴿قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴿٢﴾... إلى قوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴿٣﴾﴾، ويكون بعيداً عن الفحشاء والمنكر، قال سبحانه: ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ﴿٤﴾﴾، وفي الصلاة التي هي صلة بين العبد وربّه، وهو يقف بين يدي الله يناجيه، وينسى همّ الدنيا، ويفرغ همومه وشكواه بسجدة على الأرض أقرب ما يكون من ربه فيها، إنها الصلاة التي كانت ملاذ رسول الله ﷺ إذا حزبه أمر، كان يقول: ((يا بلال، أقم الصلاة، أرحنأ بها))^(٥)، كما أن الخشوع في الصلاة كفيلاً بعلاج المرضى النفسيين وبث الطمأنينة في النفوس والهدوء في الأعصاب^(٦).

وقد لاحظ الطبيب الفرنسي (الكسيس كاريل)^(٧)

(١) سورة الأنفال، الآية: ٢٤ .

(٢) ينظر: الإيوان والصحة النفسية، د. سعيد عبد المجيد مرسي (ص: ٢٠٠).

(٣) سورة المؤمنون، الآيات: ١-٩ .

(٤) سورة العنكبوت، من الآية: ٤٥ .

(٥) سنن أبي داود، ٢٠٠٩ م، ٣٣٨/٧، برقم (٤٩٨٥) .

(٦) ينظر: دع القلق وابدأ الحياة، ديل كارينجي، ترجمة عبد المنعم الزيات، مكتبة الخانجي (ص: ٣٥٩-٣٦٠).

(٧) الكسيس كاريل: مؤلف كتاب الإنسان ذلك المجهول ولد في فرنسا بالقرب من ليون في سنة ١٨٧٣. وبعد أن

والخوف هو المداومة والحفاظ على الصلاة والصدقة، قوله تعالى: ﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۖ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۖ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۗ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ۗ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ۗ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ۗ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ۗ﴾^(١)، وقد أرشد الله سبحانه بالاستعانة بالصلاة والصبر فقال: ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾^(٢).

المطلب الثاني: العلاج بالدعاء، والذكر:

أولاً: العلاج بالدعاء: فقد رغب الشرع الحنيف بالدعاء، وفيه من الأثر النفسي الكبير، حيث يبرأ به العبد من حوله وقوته، ويلجأ إلى ربه القوي العزيز، وهو يحقق أمر الله تعالى بقوله: تعالى ﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾^(٣).

وحيث يطمئن الإنسان أن الله تعالى يجيبه في حالة اضطراره، قال تعالى: ﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَّعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ﴾^(٤)، ومن أعظم ما يجد العبد من راحة نفسية حين يسجد خاشعاً مستسلاً متقرباً للقوي العزيز، قال تعالى: ﴿كَلَّا

لَا تَطْعُهُ وَأَسْجَدَ وَأَقْتَرَبَ﴾^(٥)، وقال رسول الله ﷺ: ((أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ فَأَكْثَرُوا الدُّعَاءَ))^(٦)، فإذا كان المريض يشكي ألمه للطبيب ويطمئنه، فما بالك برب العزة، فالراحة التي يجدها العبد عندما يشكو لربه أفضل بكثير مما يجده حين يشكو لطبيب أو صديق^(٧).

ثانياً: العلاج بالذكر وقراءة القرآن: فقد صور القرآن الكريم حال من يعيش عن ذكر الله وقراءة كتابه بقوله سبحانه: ﴿وَمَنْ يَعِشْ عَنِ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِيضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ وَقِيرٌ﴾^(٨)، أي يعرض متعامياً متغافلاً عن ذكر الرحمن الذي هو القرآن متجاهلاً له، نجعل له شيطاناً يلزمه لإضلاله وإغوائه، فهو قرين للشيطان^(٩)، وكذلك الإعراض عن القرآن الكريم والعمل بمنهجه، قال عز وجل: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَمَةِ أَعْمَى﴾^(١٠)

المطلب الثالث: العلاج بالصوم:

فالصوم لغة هو الإمساك والركون إلى مكان، ومن ذلك وصام الفرس، أي: موقفه^(١١)، والصيام يساعد

(٥) سورة العلق، الآية: ١٩ .

(٦) أخرجه الإمام مسلم، كتاب الصلاة، باب ما يقال في الركوع والسجود، (٤٩/٢)، برقم (١١١١) .

(٧) ينظر: الإيمان والصحة النفسية، مرسي (ص: ٢٠٢) .

(٨) سورة الزخرف، الآية: ٣٦ .

(٩) أيسر التفاسير لكلام العلي الكبير، أبو بكر الجزائري، (٤/٦٤٠) .

(١٠) سورة طه، الآية: ١٢٤ .

(١١) مقاييس اللغة، ابن فارس، (ص: ٥٨٢) .

الإشارات النفسية في القرآن الكريم، د. لطف الشربيني، (ص: ٣) .

(١) سورة المعارج، الآيات: ١٩-٢٥ .

(٢) سورة البقرة، من الآية: ٤٥ .

(٣) سورة غافر، من الآية: ٦٠ .

(٤) سورة النمل، من الآية: ٦٢ .

والقريب^(٦) تتحقق الصلة والمحبة والأمان، وتقل حظوظ الشيطان من العبد، ويرجو العبد بصومه تحقق وعد الله له بفرحتين، إحداهما في الدنيا بفطره، والثانية يوم يلقي ربه فيوفيه أجره الذي ادّخره له عنده سبحانه وتعالى يوم القيامة، كما في قوله ﷺ: ((لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ يَفْرَحُهُمَا إِذَا أَفْطَرَ فَرِحَ ، وَإِذَا لَقِيَ رَبَّهُ فَرِحَ بِصَوْمِهِ))^(٧).

المطلب الثالث: العلاج بالصدقة:

فليس المعني هو علاج المرض الجسدي فحسب، كما ورد في الأثر^(٨)، بل المعني هو العلاج النفسي، يقول الله سبحانه وتعالى ﷻ: ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾^(٩)، فهي طهارة وتزكية، وهي علاج للنفس من الخوف والبخل وأن العطاء مصدر للسعادة أكثر من الأخذ، وأن من يبخل إنما يغلق منافذ الخير والاطمئنان على نفسه، ونجد ذلك جلياً في قوله تعالى ﷻ: ﴿ هَآأَنْتُمْ هَآؤَآءِ تُدْعَوْنَ لِتُنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِمَّنْ مَن يَبْخُلُ

على الاستقرار النفسي وصيانة المسلم وشعوره بألم الفقير والجائع؛ حين يحرم نفسه لذة الأكل والشرب مدة الصيام، فيحمله على مد يد العون للمحتاجين ويتحقق التكافل الأمن المجتمعي^(١٠)، والصائم قد جاهد نفسه في الله سبحانه، فيتحقق له وعد الله تعالى بالهداية، وذلك بقوله عز وجل: ﴿ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴾^(١١)، وبالصوم تتحقق التقوى المرجوة، والتي هي أساس الأمان والاطمئنان والرزق، قال سبحانه: ﴿ يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كِتَابَ عَلَيْهِمْ أَصِيَامٌ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾^(١٢).

والصوم وقاية^(١٣)، وعلاج، كما ورد عن النبي ﷺ^(١٤)، وفي إعطاء زكاة الفطر للمسكين والفقير

(١) ينظر: القرآن وعلم النفس، نجاتي(ص: ٢٧٣) (٢) موسوعة الاعجاز الطبي في القرآن والسنة، الاعجاز الطبي والدوائي، مقال أثر القرآن في الأمن النفسي، الأستاذة ناهد عبد العال الخراشي، ١٧١، والإيمان والصحة النفسية، مرسى، (ص: ٢٠٥).

(٢) سورة العنكبوت، الآية: ٦٩ .

(٣) سورة البقرة، الآية: ١٨٣ .

(٤) روى الإمام أحمد بسند صحيح عن أبي هريرة أن النبي ﷺ قال: ((الصوم جنة)) المسند، (١٣/٤٢٢)، برقم (٨٠٥٨) .

(٥) في حديث ضعيف، ولكن يؤخذ به في فضائل الأعمال، والله أعلم، وهو قوله ﷺ، (صوموا تصحوا) أخرجه الطبراني في الأوسط (٢/ ٢٢٥ / ١ / ٨٤٧٧) وأبو نعيم في الطب (ق ٢٤ / ١ و٢) أنظر (الضعيفة): ٢٥٣ . ينظر: الجامع الصحيح للسنن والمسند، صهيب عبد الجبار، ٢٠١٤م، ١٢/١٤١ .

(٦) ينظر: إتخاف ذوي المروة والإنافة بما جاء في الصدقة والضيافة، ابن حجر الهيتمي (ص: ١٦٢) .

(٧) أخرجه الإمام البخاري (٣/٣٤)، برقم (١٩٠٤) .

(٨) روى البيهقي في سننه الكبرى عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه، قال: قال رسول الله ﷺ ((دأؤوا مرصاًكم بالصدقة...))، قال المحقق: هذا المتن عن الحسن البصري عن النبي ﷺ مرسلًا. السنن الكبرى، البيهقي، (٣/٥٣٦)، برقم (٦٥٩٣). وقال الهيتمي: رواه الطبراني في الأوسط والكبير وفيه موسى بن عمير الكوفي وهو متروك، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، الهيتمي (٣/٢٠٠) .

(٩) سورة التوبة، الآية: ١٠٣ .

بالمال^(٥)، وإذا أنفق على محتاج، سيأمن شر حسده^(٦)، وقد يجد دعاءً مقبولاً عند الله، في زيادة خيره وبركته، وسيعزز التواصل والتآلف بين المجتمع ويتحقق التكامل والاستقرار النفسي والأمن المجتمعي للمعطي والآخذ^(٧)، وحبذا لو كانت الصدقة سراً، فهي أظهر للقلب وأدعى للقبول، مستشعراً بها مراقبة الله لا مراقبة الناس، وأحفظ لكرامة الفقير من التشهير والتنقيص^(٨)، والصدقة على ذي الرحم لها أجران، وتطفئ الكثير مما يحصل من العداوات والتحاسد والتنافر بين ذوي الرحم^(٩).

المطلب الرابع: العلاج بالحج والعمرة:

يعد الحج من أفضل العبادات التي تريح النفس، ورغم وجود التعب الجسدي، فهو يدرّب على تحمل المشاق، وعلى تهذيب النفوس، من خلال منع الجدل والفسوق، وتحريم بعض الحلال في زمانٍ ومكانٍ محددين، وارتداء الثياب الموحدة المظهر، بما يتساوى فيه الغني والفقير، وبما يعلن الخضوع لله تعالى وترك التكبر، وبما فيه من إعطاء الهدى والكفارات على

وَمَنْ يَبْخَلْ فَإِنَّمَا يَبْخَلْ عَن نَفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَأَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ وَإِن تَتَوَلَّوْا يَسْتَبَدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَلَكُمْ ﴿٣٨﴾^(١) فإذا اطمأن العبد بأن الصدقة يتضاعف أجرها، لقوله تعالى: ﴿يَمَحِقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُرِي الصَّدَقَاتِ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ﴾^(٢)، وأن ما ينفقه مخلوف^(٣)، فسيعالج خوف الفقر في قلبه لقوله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَءَاتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾^(٤)، وقد ثبت في الدراسات أن معظم حالات القلق ترجع إلى حب النفس للمال، وتفيد الإحصاءات أن حوادث الانتحار وغيرها من الانحرافات، كالسرقة والقتل يرجع أغلبها إلى سيطرة حب المال على النفس، وهو أخطر ما يصيب الإنسان من أمراض، فتراه يمارس كل الطرق حلالاً كانت أم حراماً، في سبيل الحصول على المال، والصدقة علاج لها المرض، فهي تكسر حدة الشغف

(٥) ينظر: الإسلام تربية بالأكمل ونحو سلوك أفضل، عبد الرزاق نوفل (ص: ٦٤-٦٥).

(٦) ينظر: أثر القرآن في الأمن النفسي، الخراشي، (ص: ١٤٧-١٧٥).

(٧) أضواء على التربية الإسلامية، علي القاضي (ص: ١٧٣).

(٨) ينظر: إحياء علوم الدين، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي (١/٢٢٧).

(٩) ينظر: البر والصلة لابن الجوزي (ص: ١٧٠)، والترغيب والترهيب من الحديث الشريف، عبد العظيم المنذري (٣/٢٣١).

(١) سورة محمد، الآية: ٣٨.

(٢) سورة البقرة، الآية: ٢٧٦.

(٣) لقوله ﷺ ((ما من يوم يصبح العباد فيه إلا ملكان يقول أحدهما اللهم أعط منفقاً خلفاً ويقول الآخر اللهم أعط ممسكاً تلفاً)) متفق عليه، الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم، محمد بن فتوح الحميدي (٣/٧٨).

(٤) سورة البقرة، الآيتان: ٢٦٧-٢٦٨.

- سبيل التطوع أو الوجوب، فيثري روابط الأخوة والأمن بمختلف أشكاله، -منه الغذائي- بين فئات المجتمع، وما يشعر به العبد من غفران للذنوب وقرب من الخالق الكريم، وما فيه من راحة للنفس وأمن^(١)، يقول سبحانه وتعالى: ﴿الْحُجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحُجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوفَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحُجِّ وَمَا تَفَعَّلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ وَاتَّقُونِ يَا أُولِيَ الْأَلْبَابِ﴾^(٢)، ويكون المسلم آمناً، والأمن هو أهم ما ينشده العبد، فبمجرد دخوله لبيت الله الحرام يشعر بالأمن والطمأنينة والراحة، قال تعالى: ﴿فِيهِ ءَايَاتٌ بَيِّنَاتٌ مِّمَّا كَانَتْ عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ ءَامِنًا وَلِلَّهِ عَلَىٰ النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ﴾^(٣).
- إن الأزمة النفسية للإنسان في هذا العصر هي الأكثر شيوعاً وأشد خطورة، رغم التطور في جميع المجالات.
- لم يغفل القرآن الكريم الحلول لكل أزمة، ومنها النفسية، على الصعيد الاعتقادي والعملي، وما من داء إلا وله دواء، علمه من علمه وجهله من جهله، كما أشار إلى ذلك النبي ﷺ وفي القرآن الشفاء والحل.
- أغلب أسباب الخوف هو الخوف من المجهول، فالغيب لا يعلمه إلا الله تعالى، وقد أطلع الله أنبياءه على بعض الغيب، وهذه من أهم احتياجات الناس للأنبياء والرسول (عليهم الصلاة والسلام) ودعوتهم.
- يعد الحرص على المال من أهم أسباب القلق، وقد عاجلها القرآن الكريم من خلال الصدقة.
- من دواعي الفطرة حاجة الإنسان إلى معبود، فمن هداه الله نال شرف الدنيا والاخرة، ومن ضل فتراه يعبد أشياء وإن كانت لا تستحق الاحترام.
- من هداية الله للمؤمنين تيسير أمورهم وقضاء حوائجهم، مع راحة البال، بخلاف غيرهم ممن يتخبطون في ضيق الدنيا وعسرة التفكير الذي يقودهم إلى الانتحار.
- للإيمان بالله، والامتنال لأوامره وقاية للنفس من الأمراض، وتهذيب للسلوك.
- إمكانية النفس للتغيير، وأسباب التغيير واضحة، ونتائجها معلنة، فما على العبد إلا طاعة أوامر خالقه، لينعم بالراحة والأمان.



الخاتمة

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وآله وصحبه ومن والاه، وبعد...

فبعد انتهاء البحث نشير إلى أهم ما تم التوصل إليه في نقاط أهمها:

(١) ينظر: الإيمان والصحة النفسية، مرسى (ص: ٢٠٩)، والاسلام، سعيد حوى (ص: ١٩٣).

(٢) سورة البقرة، الآية: ١٩٧.

(٣) سورة آل عمران، الآية: ٩٧.

التوصيات:

- ١- نشر أهم آثار العبادات، وما توصل إليه العلماء من أسرار مادية ومعنوية وطبية ونفسية، في جميع وسائل الدعوة والإرشاد، وتعزيزها في نفوس الناس، ليتمسكوا بتعاليم هذا الدين .
- ٢- مشاركة المختصين من النفسيين وغيرهم في بيان العلاج القرآني وغرسه في النفوس، علاجاً ودعوةً إلى دين الله تعالى، وعدم ترك الساحة للمشعوذين والمرتزة باسم الدين .
- وختاماً أسأل الله التوفيق والقبول.



المصادر

وهي: بعد القرآن الكريم :

- ١- إتحاف ذوي المروة والإنافة بما جاء في الصدقة والضيافة، شهاب الدين أحمد بن محمد، ابن حجر الهيثمي (ت: ٩٧٤هـ) تحقيق وتعليق: مجدي السيد إبراهيم، مكتبة القرآن للطبع والنشر والتوزيع (بلا تاريخ).
- ٢- اتقاء الحرام والشبهات في طلب الرزق، أحمد بن أحمد محمد عبد الله الطويل، دار كنوز إشبيليا للنشر والتوزيع، الرياض - المملكة العربية السعودية، ط: ١، ١٤٣٠هـ - ٢٠٠٩م .
- ٣- إحياء علوم الدين، أبو حامد محمد بن محمد

- الغزالي الطوسي (ت: ٥٠٥هـ)، دار المعرفة - بيروت (بلا تاريخ) .
- ٤- الأخلاق والسير في مداواة النفوس، علي بن أحمد بن سعيد بن حزم، دار الأخلاق الجديدة، بيروت - لبنان، ١٩٨٧م .
- ٥- آداب النفوس، الحارث بن أسد المحاسبي، أبو عبد الله (ت: ٢٤٣هـ)، تحقيق: عبد القادر أحمد عطا، دار الجليل - بيروت - لبنان (بلا تاريخ) .
- ٦- الإسلام تربية بالأكمل ونحو سلوك أفضل، عبد الرزاق نوفل، ط: ١، ١٩٨٣م .
- ٧- الاسلام، سعيد حوى، مكتبة وهبة، القاهرة، ١٩٧٧م .
- ٨- الإسلام والطاقت المعطلة، محمد الغزالي السقا (المتوفى: ١٤١٦هـ)، دار نهضة مصر، ط: ١ .
- ٩- الإشارات النفسية في القرآن الكريم، د. لطفي الشربيني، منشأة المعارف، الإسكندرية - مصر، ٢٠٠٨م .
- ١٠- أضواء على التربية الإسلامية، علي القاضي، دار الأنصار، ط: ١، ١٩٧٩م .
- ١١- البر والصلة لابن الجوزي، جمال الدين أبو الفرج عبد الرحمن بن علي بن محمد الجوزي (ت: ٥٩٧هـ)، تحقيق وتعليق وتقديم: عادل عبد الموجود، علي معوض، مؤسسة الكتب الثقافية، بيروت - لبنان، ط: ١، ١٤١٣هـ - ١٩٩٣م .
- ١٢- أيسر التفاسير لكلام العلي الكبير: جابر بن موسى بن عبد القادر بن جابر أبو بكر الجزائري،

- مكتبة العلوم والحكم، المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية، الطبعة: الخامسة، ١٤٢٤هـ/ ٢٠٠٣م.
- ١٣- التربية الوقائية في الإسلام ومدى استفادة المدرسة الثانوية منها، خليل بن عبدالله بن عبدالرحمن الحدري، رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية، مكة المكرمة، ١٤١٨هـ.
- ١٤- الترغيب والترهيب من الحديث الشريف، عبد العظيم بن عبد القوي بن عبد الله، أبو محمد، زكي الدين المنذري (ت: ٦٥٦هـ) تحقيق: إبراهيم شمس الدين، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤١٧هـ.
- ٥١- التعريفات الفقهية، محمد عميم الإحسان المجددي البركتي، دار الكتب العلمية (إعادة صف للطبعة القديمة في باكستان ١٤٠٧هـ - ١٩٨٦م)، ط: ١، ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣م.
- ١٦- تفسير الشعراوي - الخواطر، محمد متولي الشعراوي (ت: ١٤١٨هـ)، مطابع أخبار اليوم، ١٩٩٧م.
- ١٧- تفسير القرآن العظيم، أبو الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير القرشي البصري ثم الدمشقي (ت: ٧٧٤هـ)، تحقيق: سامي بن محمد سلامة، دار طيبة للنشر والتوزيع، ط: ٢، ١٤٢٠هـ - ١٩٩٩م.
- ١٨- التفسير القرآني للقرآن، عبد الكريم يونس الخطيب (ت: بعد ١٣٩٠هـ)، دار الفكر العربي - القاهرة (بلا تاريخ) .
- ١٩- تفسير الماوردي (النكت والعيون)، أبو الحسن علي بن محمد بن محمد بن محمد بن حبيب البصري البغدادي، الشهير بالماوردي (ت: ٤٥٠هـ)، تحقيق: السيد ابن عبد المقصود بن عبد الرحيم، دار الكتب العلمية - بيروت / لبنان (بلا تاريخ) .
- ٢٠- التوقيف على مهمات التعاريف، زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين بن علي بن زين العابدين الحدادي ثم المناوي القاهري (ت: ١٠٣١هـ)، عالم الكتب ٣٨ عبد الخالق ثروت- القاهرة، ط: ١، ١٤١٠هـ - ١٩٩٠م.
- ٢١- التوكل: القاضي أبو يعلى، محمد بن الحسين بن محمد بن خلف المعروف بـ ابن الفراء (ت: ٤٥٨هـ) حققه وعلق عليه: د. يوسف بن علي الطريف، دار الميكان للنشر والتوزيع، الرياض - المملكة العربية السعودية، ط: ١، ١٤٣٥هـ - ٢٠١٤م.
- ٢٢- التوكل على الله، أبو بكر عبد الله بن محمد بن عبيد بن سفيان بن قيس البغدادي الأموي القرشي المعروف بابن أبي الدنيا (ت: ٢٨١هـ)، دراسة وتحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، مؤسسة الكتب الثقافية، بيروت - لبنان، ط: ١، ١٤١٣هـ - ١٩٩٣م .
- ٢٣- جامع البيان في تأويل القرآن، محمد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الآملي، أبو جعفر الطبري (ت: ٣١٠هـ)، تحقيق: أحمد محمد شاكر، مؤسسة الرسالة، ط: ١، ١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠م.
- ٢٤- الجامع الصحيح المسمى صحيح مسلم، أبو الحسين مسلم بن الحجاج بن مسلم القشيري

- النيسابوري، دار الجيل بيروت + دار الأفاق الجديدة - بيروت (بلا تاريخ).
- ٢٥- الجامع الصحيح للسنن والمسانيد، صهيب عبد الجبار، المكتبة الشاملة، غير مطبوع، ٢٠١٤ م.
- ٢٦- الجامع الصحيح،: محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري، أبو عبد الله (ت: ٢٥٦هـ)، دار الشعب - القاهرة، ط: ١، ١٤٠٧هـ - ١٩٨٧ م.
- ٢٧- الجامع لأحكام القرآن، أبو عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر بن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين القرطبي (ت: ٦٧١ هـ)، تحقيق: هشام سمير البخاري، دار عالم الكتب، الرياض، المملكة العربية السعودية، ١٤٢٣ هـ - ٢٠٠٣ م.
- ٨٢- الجمع بين الصحيحين البخاري ومسلم، محمد بن فتوح الحميدي، تحقيق: د. علي حسين البواب، دار ابن حزم - لبنان/ بيروت ط: ٢، ١٤٢٣هـ - ٢٠٠٢ م.
- ٢٩- دستور العلماء، جامع العلوم في اصطلاحات الفنون، القاضي عبد النبي بن عبد الرسول الأحمد نكري (ت: ق ١٢هـ)، عرب عباراته الفارسية: حسن هاني فحص، دار الكتب العلمية - لبنان / بيروت، ط: ١، ١٤٢١هـ - ٢٠٠٠ م.
- ٣٠- الرسالة القشيرية، عبد الكريم بن هوازن بن عبد الملك القشيري (ت: ٤٦٥هـ) تحقيق: الإمام الدكتور عبد الحلیم محمود، الدكتور محمود بن الشريف، دار المعارف، القاهرة (بلا تاريخ).
- ٣١- رياض الصالحين، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف النووي (ت: ٦٧٦هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، ط: ٣، ١٤١٩هـ - ١٩٩٨ م.
- ٣٢- الزهد، أحمد بن حنبل رحمه الله، (ت: ٢٤١هـ)، تحقيق: يحيى بن محمد سوس، دار ابن رجب، ط: ٢، ٢٠٠٣ م.
- ٣٣- سنن أبي داود، أبو داود سليمان بن الأشعث بن إسحاق بن بشير بن شداد بن عمرو الأزدي السجستاني (ت: ٢٧٥هـ) تحقيق: شعيب الأرنؤوط - محمد كامل قره بللي، دار الرسالة العالمية، الطبعة: الأولى، ١٤٣٠هـ - ٢٠٠٩ م.
- ٣٤- السنن الكبرى، أحمد بن الحسين بن علي بن موسى الخسروجردي الخراساني، أبو بكر البيهقي (ت: ٤٥٨هـ)، تحقيق: محمد عبد القادر عطا، دار الكتب العلمية، بيروت - لبنان، ط: ٣، ١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣ م.
- ٣٥- شبكة الألوكة.
- ٣٦- الصحاح تاج اللغة وصحاح العربية، أبو نصر إسماعيل بن حماد الجوهري الفارابي (ت: ٣٩٣هـ) تحقيق: أحمد عبد الغفور عطار، دار العلم للملايين - بيروت، ط: ٤، ١٤٠٧هـ - ١٩٨٧ م.
- ٣٧- العلاج النفسي للاضطرابات النفسية من منظور إسلامي - الاكتئاب نموذجاً -، أسماء بوعود، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد ٢٠٠، ١٩ ديسنبر.
- ٣٨- لسان العرب، محمد بن مكرم بن علي، أبو الفضل، جمال الدين ابن منظور الأنصاري الرويفعي

- الإفريقي (ت: ٧١١هـ)، دار صادر- بيروت، ط: ٣، ١٤١٤هـ.
- ٣٩- مجلة البحوث الإسلامية، الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد، العدد ١٧ .
- ٤٠- مجلة الرسالة، أصدرها: أحمد حسن الزيات باشا (المتوفى: ١٣٨٨هـ)، عدد الأعداد: ١٠٢٥ .
- ٤١- مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، نور الدين علي بن أبي بكر الهيثمي، دار الفكر، بيروت - ١٤١٢هـ .
- ٤٢- المحكم والمحيط الأعظم، أبو الحسن علي بن إسماعيل بن سيده المرسي (ت: ٤٥٨هـ) تحقيق: عبد الحميد هنداوي، دار الكتب العلمية - بيروت، ط: ١، ١٤٢١هـ - ٢٠٠٠م .
- ٤٣- المخصص، أبو الحسن علي بن إسماعيل بن سيده المرسي (ت: ٤٥٨هـ) تحقيق: خليل إبراهيم جفال، دار إحياء التراث العربي - بيروت، ط: ١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م .
- ٤٤- مسند الإمام أحمد بن حنبل، أبو عبد الله أحمد بن محمد بن حنبل بن هلال بن أسد الشيباني (ت: ٢٤١هـ)، تحقيق: شعيب الأرنؤوط - عادل مرشد، وآخرون، إشراف: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، مؤسسة الرسالة، ط: ١، ١٤٢١هـ - ٢٠٠١م .
- ٤٥- المطلع على أبواب المقنع، محمد بن أبي الفتح بن أبي الفضل البعلي، أبو عبد الله، شمس الدين (ت: ٧٠٩هـ)، تحقيق: محمد بشير الأدلبي، المكتب الإسلامي - بيروت، ١٤٠١ - ١٩٨١ .
- ٤٦- المفردات في غريب القرآن، أبو القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهاني (ت: ٥٠٢هـ)، تحقيق: صفوان عدنان الداودي، دار القلم، الدار الشامية - دمشق بيروت، ط: ١، ١٤١٢هـ .
- ٤٧- المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، أبو العباس أحمد بن عمر بن إبراهيم القرطبي (٥٧٨ - ٦٥٦هـ)، حققه وعلق عليه وقدم له: محيي الدين ديب مستو - أحمد محمد السيد - يوسف علي بديوي - محمود إبراهيم بزال، (دار ابن كثير، دمشق - بيروت)، (دار الكلم الطيب، دمشق - بيروت)، ط: ١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م .
- ٤٨- مقال: عيد محمد - query_builde
- تاريخ النشر: ١٨-٠٧-٢٠٢٠، آخر تحديث: ٢٥-٠٧-٢٠٢٠،
https://www.hellooha.com/articles٢٦٨٧/
- ٤٩- مقاييس اللغة، أحمد بن فارس بن زكرياء القزويني الرازي، أبو الحسين (ت: ٣٩٥هـ)، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، دار الفكر، ١٣٩٩هـ - ١٩٧٩م .
- ٥٠- المكاسب والورع والشبهة وبيان مباحها ومحظورها واختلاف الناس في طلبها والرد على الغالطين فيه، الحارث بن أسد المحاسبي، أبو عبد الله (ت: ٢٤٣هـ)، تحقيق: نور سعيد، دار الفكر اللبناني - بيروت، ط: ١، ١٩٩٢م .
- ٥١- الموسوعة الإسلامية العامة، إشراف محمود

حمدي قزوق، القاهرة- ٢٠٠٣م.

٥٢- موسوعة الإعجاز الطبي في القرآن والسنة،

الإعجاز الطبي والدوائي، القرآن وعلم النفس .

٥٣- موسوعة الرد على المذاهب الفكرية المعاصرة ١

- ٢٩، جمع وإعداد: علي بن نايف الشحود، الشاملة

الذهبية.