القرآن وعلاج الإضطرابات النفسية

بقلم الدكتورزيد غزّاوي

مقدمة:

الاضطرابات النفسية و تدهور الصحة النفسية يحدث مع كل الناس بدرجات متفاوتة و هذا الأمر ليس مقتصرا على فئة عمريه معينة و لكن يحدث مع كل الفئات العمريه من الصغير إلى الكبير. هذه الاضطرابات النفسية تدفع الإنسان إلى الكآبة ،الاستفزاز، القلق، الألم النفسي، وانخفاض الإنتاجية في جميع أعمال الفرد.

من رحمة الله عز و جل بالناس أنه انزل القرآن الكريم الذي يحتوي على أفضل علم و منهاج في تدريس الصحة النفسية و أسباب الاضطرابات النفسية و يحتوي أيضا على العلاج الشافي الكامل لها لقوله سبحانه و تعالى في القرآن الكريم في سورة الإسراء آيه (٨٢) ((وننزل من القرآن ما هو شفاء و رحمة للمؤمنين و لا يزيد الظالمين إلا خسارا)) صدق الله العظيم. هذا البحث يستعرض أعراض الاضطرابات النفسية، أسبابها، و علاجها من القرآن الكريم و السنة النبوية الشريفة.

معرفة مصدر الأمراض النفسية من القرآن الكريم و السنة لنبوية الشريفة:

النظرة المعاصرة للأمراض النفسية هي أن الإنسان يسمع أصوات في نفسه و أفكار تتضمنها هذه الأصوات تبعث له على القلق، الاستفزاز، و الاضطراب و يُعتقد أن سبب هذه الأصوات هو خلل مفاجئ يحدث في الدماغ مما يؤدي إلى أن الدوائر العصبية في الدماغ تُسمع الإنسان هذه الأصوات.

هذا التشخيص خاطئ لأكثر من سبب منها انه يناقض رحمة الله عز و جل في تصميم جسم الإنسان على الرحمة فلا يُعقل إن يقوم الدماغ بصورة مفاجئة بإصدار أصوات تبعث على القلق و الاستفزاز للإنسان. و أيضا العجز عن التوصل لعلاج لهذه الأصوات باستخدام هذا التشخيص دليل آخر على عدم صحة هذا التحليل.

الله عز و جل أعطى في القرآن الكريم التشخيص الصحيح حيث أنه سبحانه و تعالى وصف تأثير الشيطان على الإنسان في سورة الإسراء آية (٦٤) ((واستفزز من استطعت منهم بصوتك)) صدق الله العظيم. المعنى الأول لكلمة (استفزز) هو الخداع و الثاني هو

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الاستفزاز الجسدي. فالشيطان يقوم بخداع و استفزاز الإنسان بصوته.

ولكن السؤال الآن ما هو صوت الشيطان؟

الجواب مستوحى من القرآن الكريم و السنة النبوية. المثال التالي يوضح ما هو صوت الشيطان أن شاء الله: عندما يفكر الإنسان بأمر معين فأنة يسمع في عقلة صوت مطابق للصوت الذي يتكلم به و هذا طبيعي و هو صوت نفس الإنسان. و من المعروف في الشريعة الإسلامية أن لكل إنسان قرين شيطان يوسوس له. ولكن كيف يوسوس هذا القرين للإنسان؟ يقوم هذا الشيطان بمطابقة صوته مع صوت نفس الإنسان من حيث السرعة، النبرة، و حتى اللغات التي يعرفها الإنسان و يتكلم بها هذا القرين و يوسوس للإنسان بها. فيسمع الإنسان صوت في عقلة مطابق لصوت نفسه و يعتقد الإنسان أن نفسه تحدثه بهذه الأمور والأفكار.

و لكن الأفكار التي يحتويها هذا الصوت هي أفكار سوء (أن يؤذي الإنسان نفسه أو غيره)، فحشاء (أفكار الزنا و ما شابه)، و القول على الله بما لا يعلم الإنسان. ويخدع الشيطان الإنسان بجعله يعتقد أن هذه الأفكار هي من نفس الإنسان و أنها حقيقة.

فتأثير الشيطان على الإنسان هو سبب ما يعتقد الناس بأنه مرض نفسي. و نلتمس صدق الله عز و جل في القرآن الكريم بوصفه أن الشيطان يخدع و يستفّز الإنسان بصوته. والأفكار التي يوسوس بها الشيطان للإنسان مذكورة في القرآن الكريم في سورة البقرة آية (١٦٩) ((إنما يأمركم بالسوء و الفحشاء و أن تقولوا على الله مالا تعلمون)) صدق الله العظيم.

الإثبات العلمي لتأثير الشيطان على الإنسان يمكن رؤيته إذا ما قارنا نتائج دراسة علمية حول الأفكار التي يسمعها المرضى النفسيّن التي قام بها أحد أشهر الأطباء النفسيّن في بريطانيا

(Dr. Andrew Lewis)و كانت الأفكار التي يسمعها المرضى النفسيّن هي

١. Harm(السوء)

٢. Lust(الفحشاء)

٣. Blasphemy(القول على الله بما لا يليق لجلاله)

ونتائج هذه الدراسة مطابقة تماما للأفكار التي يوسوس فيها الشيطان للإنسان كما وردت في القرآن الكريم من سوء، فحشاء، و القول على الله بما لا يعلم الإنسان.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

فالقاعدة هي أنه إذا جاءت فكره أو صوت يقول للإنسان وساوس ضد هدى الله عز و جل و بالأفكار التي ذُكرت مسبقا يكون مصدر الوساوس هو الشيطان و ليس الإنسان. أما إذا جاءت للإنسان أفكار مع هدى الله عز و جل مثل مساعدة الغير تكون رحمه من الله عز و جل لهذا الإنسان.

استجابة الناس لوساوس و أفكار الشيطان:

الله عز و جل لن يحاسب الإنسان على الأفكار التي تحتويها وساوس الشيطان و لكن الله سبحانه و تعالى يحاسب الناس على كيفية تعاملهم و استجابتهم لها. الناس حسب تعاملهم و استجابتهم لوساوس وأفكار الشيطان يمكن أن يقسّموا إلى قسمين:

القسم الأول:الناس الذين يعتقدون أن هذه الأفكار هي من أنفسهم و أنهم أذكياء جدا و أن عندهم القدرة على تحليل الأمور بطرق ضد هدى الله عز وجل لا يستطيع غيرهم أن يتوصلوا إليها. فهذه المجموعة من الناس يتفقوا مع أفكار ووساوس الشيطان و ينفذوها.

القسم الثانيمن الناس يعرفون أن هذه الأفكار و الوساوس خاطئة و لا ينفذوها ولكن لأن هؤلاء الناس لا يعرفون مصدر هذه الوساوس والأفكار فأنها تسبب لهم الاستفزاز والضيق والهم و تجعل قدرتهم على الإنتاج قليلة جدا. هؤلاء الناس يقال لهم أن عندهم مرض نفسي.

يذكر الحق سبحانه و تعالى القسمين أو الفريقين من الناس الذي سبق ذكرهم في القرآن الكريم في سورة الأعراف آية (٣٠) :((فَرِيقًا هَدَى وَفَرِيقًا حَقَّ عَلَيْهِمُ الضَّلاَلَةُ إِنَّهُمُ اتَّخَذُوا الشَّيَاطِينَ

أَوْلِيَاء مِن دُونِ اللّهِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُم مُّهْتَدُونَ)) صدق الله العظيم.

مراحل تأثير الشيطان على الإنسان من الصغر إلى الكبر:

المرحلة العُمرية من عمر ٧ إلى ١٢ سنة:

يبدأ تأثير الشيطان على الإنسان بصورة واضحة في سن السابعة. في هذا العمر يصبح عند الطفل فهم و إدراك جزئي و يحاول التفكير و تحليل الأمور و هنا يأتي الشيطان بنفس الآلية التي ذكرناها من صوت مطابق لصوت نفس الطفل ويوسوس له بأمور سيلي ذكرها و تحليلها إن شاء الله تعالى.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

يوسوس الشيطان للطفل في هذه الفئة العُمرية بالأفكار التي ذكرها الله عز و جل في كتابة العزيز وهي:

السوء:حيث يسمع الطفل في عقله أفكار وصوت يقول له أن يؤذي الأطفال الآخرين و أن يؤذي نفسه.

الفحشاء: أفكار الفحشاء التي يوسوس بها الشيطان للطفل في هذا العمر هي كلمات بذيئة يسمعها الطفل في عقلة و يأمر الشيطان الطفل أن يقولها لأصدقائه و لعائلته.

القول على الله بما لا يعلم الإنسان:في هذا القبيل يوسوس الشيطان للطفل بأسئلة محرم على الإنسان أن يخوض فيها ويحاول أن يجعله يستهزأ بأمور دينية لا علم له فيها.

الأطفال حسب استجابتهم لهذه الوساوس ينقسموا إلى قسمين:

القسم الأول: أطفال ينفذون أفكار الشيطان من إيذاء أصدقائه و الكلام البذيء و غيرها.

القسم الثاني: أطفال لا ينفذون أفكار الشيطان و يعرفون أنها خطأ و **لكنهم** لا يعرفون مصدر هذه الأفكار و الوساوس مما يسبب لهم القلق، الاضطراب، و الاستفزاز.

يقوم الشيطان مع القسم الثاني من الأطفال الذين لا ينفذوا وساوسه و أفكاره بوسوسة أمور وأفكار إضافية مثل أفكار ذهنية عن كون هذا الطفل وسخ و أقل من الأطفال الآخرين و تخويفه من أمور كثيرة. وهنالك فكرة يوسوس فيها الشيطان للأطفال الذين لا ينفذون وساوسه و هي أن يقول الشيطان لهذا الطفل أنه إذا لمست هذا القلم، أو الضوء، أو أي شيء مادي فانك سوف تحصل على درجة كاملة في الامتحان أو ستكون سعيد في يومك. هذه الفكرة من لمس الأشياء المادية و أنها سوف تجلب للطفل السعادة هي نفس طريقة الخداع التي يستعملها الشيطان مع الناس في عبادة الأصنام من حيث أنه يوسوس للإنسان أن هذا الشيء المادي سوف يجلب لك السعادة و ليس الله عز و جل. فيحاول الشيطان أن يغرس في هذا الطفل و يربي فيه أكبر الكبائر عند الله عز و جل و هي الشرك بالله.

ومن الممكن أن يتساءل الإنسان لماذا يوسوس الشيطان للطفل بهذه الوساوس و في هذا العمر المبكر؟ الجواب موجود في القرآن الكريم حيث يصف الله سبحانه و تعالى علاقة الشيطان بالإنسان بأن الشيطان عدو مضل مبين للإنسان. إذا تدبرنا قول الله عز و جل نجد أن الشيطان يوسوس للإنسان بهذه الوساوس ليؤذيه و يسبب له القلق و الاضطراب وهذا عمل عدو و ليس صديق. وأيضا يريد أن يضل الإنسان عن سبيل الله عز و جل بوسوسة أمور كلها ضد هدى الله عز و جل.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

مراحل تأثير الشيطان على الإنسان من الصغر إلى الكبر: المرحلة العمرية من عمر ١٢ إلى ١٨سنة

في المرحلة العمرية من ١٢ إلى ١٨ سنة يوسوس الشيطان للإنسان بالأفكار التالية:

السوء: أفكار مثل الفئة العمرية السابقة من إيذاء الآخرين و إيذاء النفس. ولكن في هذه الفئة العمرية هناك زيادة في القوة الجسدية فيستغل الشيطان ذلك بوسوسة طرق جديدة لاستخدام هذه القوة لإيذاء الآخرين.

الفحشاء: في الفئة العمرية السابقة تحدثنا أن أفكار الفحشاء التي يوسوس بها الشيطان للإنسان تكون عبارة عن كلمات بذيئة. هذه الوساوس تستمر في هذه الفئة العمرية ولكن مع أفكار فحشاء إضافية. حيث أن في هذه الفئة العمرية يكون البلوغ الجنسي فيقوم الشيطان باستغلال هذا الأمر ووسوسة أفكار الزنا مع وضع تخيلات ذهنية عن القيام بهذا الفعل.

القول على الله بما لا يعلم الإنسان: في هذه الفئة العمرية يكون هناك المزيد من النضوج العقلي و قدرة أكبر على التدبر و تحليل الأمور فيقوم الشيطان بوسوسة أفكار عن الله عز و جل و عن رسوله ووسوسة تحليل لهذه الأفكار يسمعه الإنسان في عقلة بصوت مطابق لصوت النفس بحيث تكون هذه الأفكار و تحليلها ضد هدى الله عز و جل و يحاول الشيطان أن يقنع الإنسان بصحتها.

مراحل تأثير الشيطان على الإنسان من الصغر إلى الكبر: المرحلة العمرية من عمر ١٨ فما فوق

في المرحلة العمرية من ١٨ سنة فما فوق يقوم الشيطان بالوسوسة للإنسان بالأفكار التالية:

السوء: تستمر في هذه الفئة العمرية وسوسة الشيطان بأفكار السوء من إيذاء النفس و إيذاء الآخرين. وإذا تزوج الإنسان و انجب أطفال فان الشيطان يقوم بالوسوسة للأب و للأم بأفكار عن إيذاء أطفالهم و إعطائهم طرق لفعل ذلك.

الفحشاء: تستمر أيضا أفكار الفحشاء و الزنا وإذا تزوج الإنسان فان الشيطان يوسوس له بأفكار حول قيام الزوج أو الزوجة بالخيانة و إعطائهم حجج كاذبة تبرر لهم القيام بذلك.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

القول على الله عز و جل بما لا يعلم الإنسان: في هذه الفئة العمرية يصبح عند الإنسان قدرة كبيرة على تحليل الأمور فيأتي الشيطان للإنسان بوساوس هدفها تشويه العقيدة الإسلامية و طهارة الرسالة. وفي هذا الإطار يوسوس الشيطان للإنسان بأفكار مثل أن هذا الإنسان يجب أن يكون له رأي مستقل في المسائل الدينية و يعطي الشيطان الإنسان هذه الآراء المستقلة عن الله عز و جل و رسوله و كل هذه الآراء التي يوسوس بها الشيطان هي ضد هدى الله سبحانه و تعالى ويحاول الشيطان أن يوهم الإنسان بصدقها عن طريق إعادتها مرارا و تكرارا بصوت مطابق لصوت نفس الإنسان يسمعه الإنسان في عقلة.

ويحاول الشيطان أيضا في كل الفئات العمرية أن يربي الحسد، عدم الثقة بالنفس، عدم شكر الله عز و جل على نعمه عن طريق نفس الآلية الصوت المطابق لصوت النفس الذي يسمعه الإنسان في عقلة و يقول له هذا الصوت على سبيل المثال أنظر إلى جارك عنده كل شيء و أنت لاشيء فيربي الحسد و عدم شكر الله عز و جل على نعمه بهذه الوساوس.

خطوات العلاج من الاضطرابات النفسية لجميع الفئات العمرية مأخوذة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة:

يمكن تلخيص خطوات العلاج من الاضطرابات النفسية في ثلاث خطوات رئيسية وهي:

الخطوة الأولى:

إيمان كامل بالله سبحانه و تعالى و التقرّب لله عز و جل عن طريق الواجبات و النوافل من صلاه، صوم، قراءة القرآن الكريم، و غيرها. الطلب من الله سبحانه و تعالى المساعدة للتغلب على هذا الأمر لأن الإنسان بطاقته و نفسه لا يستطيع أن يواجه هذا الأمر و لكن بمساعدة الله عز و جل يستطيع أن شاء تعالى.

الخطوة الثانية:

معرفة أن مصدر هذه الوساوس و الأفكار و الصور الذهنية هو ليس نفس الإنسان و لكن الشيطان الرجيم و أن الله عز و جل لن يحاسب الإنسان على هذه الوساوس و لكن سوف يُحاسب الإنسان على كيفية التصرف بها (رفضها أو العمل بها). يجب عدم تنفيذ وساوس الشيطان كما يعظنا الله سبحانه و تعالى في سورة البقرة آية (١٦٨) ((ولا تتبعوا خطوات الشيطان)) صدق الله العظيم. نلاحظ جمال و دقة التعبير في القرآن الكريم عن وساوس الشيطان أنها مثل طريق يمشي فيه الشيطان و هذا الطريق ملئ بالشهوات الخاطئة، الكذب،

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الحسد، أكل الربى، الخداع، و غيرها من الأمور التي هي بعكس هدى الله عز و جل تماما. فالله عز و جل يعظ الناس بأن لا يتبعوا خطوات الشيطان في هذا الطريق ولا يسيروا معه لانه في هذا الطريق هناك غضب الله عز وجل، الحسرة، الألم، الندم، و الهلاك.

فعندما يأتي الإنسان وسواس من الشيطان عليه أن يستعيذ بالله العظيم من الشيطان الرجيم و لا ينفذ الأفكار التي تتضمنها هذه الوساوس و يستمر في حياته بما يرضي الله سبحانه و تعالى و لا يتبع خطوات الشيطان. ويجب عليه أن يفصل صوت نفسه عن صوت وساوس الشيطان بمعرفة أنه إذا جاءت للإنسان فكرة فيها سوء أو فحشاء أو القول على الله عز و جل بما لا يعلم الإنسان فإنها من الشيطان أما إذا جاءت فكرة عن التقرب لله عز وجل و فعل الخير فإنها رحمة من الله عز و جل لهذا الإنسان.

الخطوة الثالثة:

عدم اليأس عند مواجهة وساوس الشيطان وخاصة عندما يكرر الشيطان هذه الوساوس كصوت يسمعه الإنسان في عقلة مرارا و تكرارا. وأن يستمر الإنسان في حياته و أن يكون بنّاء و يعمل الأعمال التي تقربه إلى الله عز و جل.لأنه عندما ينعزل الإنسان ولا يعمل فان وساوس الشيطان تزداد علية مما يجعله خاملا حيرانا.

يجب على كل المسلمين أن ينشروا كلام الله عز و جل وان يشرحوا لأصدقائهم و عائلتهم هذا العلم من القرآن الكريم. يجب على الآباء و الأمهات أن يعلّموا أطفالهم ويشرحوا لهم هذا العلم لقوله تعالى في سورة الزّمر آيه (٩) ((قل هل يستوي الذين يعلمون و الذين لا يعلمون إنما يتذكر أولوا الألباب)) صدق الله العظيم. فعلم الإنسان بوساوس و خداع الشيطان يجعله أقوى على مجابهة هذا الأمر و في حالة نفسية ممتازة و قرب إلى الله عز وجل أن شاء تعالى.

آثار رحمة الله سبحانه و تعالى:

يقول الله عز و جل في القرآن الكريم في سورة الإسراء آيه (٨٢) ((وننزل من القرآن ما هو شفاء و رحمة للمؤمنين و لا يزيد الظالمين إلا خسارا)) صدق الله العظيم. نلتمس من هذه الدراسة اثر من رحمة الله عز و جل و هو تنزيل القرآن الكريم الذي يحتوي على الشفاء التام من الاضطرابات النفسية و علم تام و كامل في الطب النفسي من عند الخالق سبحانه و تعالى.

بقلم الدكتورزيد غزّاوي

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

المؤهل العلميدكتوراه في الهندسة الطبية جامعة سيل ــ بريطانيا

ت: ٥٨١٢٩١٧عمان zaidg@hotmail.com

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com