Available at:
https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/tasfiyah
http://dx.doi.org/10.21111/tasfiyah.v3i2.3501

ISSN 2549-6905
TASFIYAH
Jurnal Pemikiran Islam

معنى العلاج النفسي وأساليبه في التراث الإسلامي

Muhammad Faqih Nidzom*
Universitas Darussalam (UNIDA) Gontor Ponorogo
Email: faqihnidzom08@gmail.com

Abstract

Soul therapy is one of the important issues in Islam. It has been greatly drawing the intention of majority Muslim scholars until now. By referring to their valuable works, this article tries to describe and analyze the concept of soul therapy in Islam. Ontologically, Muslim scholars believe that the soul, as one of the Almighty's creations, should be always maintained, purified and heald when something goes wrong. Epistemologically, they explore the concepts and methods of this therapy from the singns given by the Qur'an and the explanation of the Prophetic traditions, which are all based on the Aqeeda Islamiyah, starting with the reconstruction of the concept and the worldview of oneself especially regarding the reality of himself. This brief study requires further research from the various brilliant works of the Muslim scholars as well as to elaborate comprehensively the concept of the soul and it's therapy.

Keywords: *Soul, Soul Therapy, Method of Soul Therapy, Turats Islamiy.*

Abstrak

Terapi jiwa merupakan sesuatu yang penting dalam Islam. Tema ini menjadi perhatian besar mayoritas ulama, dari dulu hingga kini. Dengan merujuk diantara karya mereka yang muktabar, penulis berusaha menguraikan konsep terapi jiwa dalam Islam dengan metode deskriptif-analitis. Secara ontologis, para ulama melihat hakikat jiwa sebagai entitas ciptaan Allah SWT. yang harus dijaga, dibersihkan dan diterapi tatkala sakit. Secara epistemologis, para ulama menggali konsep dan metode terapi jiwa dari isyarat yang diberikan al-Qur'an dan penjelasan sunnah Nabi SAW., dimana kesemuanya berdasarkan pada bangunan aqidah Islamiyah, karena dimulai dengan membenahi konsep dan pandangan dunia seorang dengan benar, terutama menganai hakikat dirinya. Tela'ah

* Kampus Pusat UNIDA, Jl. Raya Siman Km. 06, Siman, Ponorogo, Jawa Timur, Telp: +62352 483762 Fax: +62352 488182.

singkat ini memerlukan penelitian lebih lanjut dari berbagai khazanah intelektual ulama tentang jiwa, dalam rangka mengembangkan konsep jiwa dan metode terapinya dengan lebih komprehensif.

Kata Kunci: *Jiwa, Terapi Jiwa, Metode Terapi Jiwa, Turats Islamiy.*

مقدمة

من المعلوم أنّ الإنسان ذو طبيعة مزدوجة، فهو كيان مادي على شكل الجسم وقوة معنوية وهي الروح والنفس.[١] وهما يشكلان ذاتية الإنسان وشخصيته، فلا يجوز الاهتمام بأحدهما وترك الآخر.[٢] فعلى كلّ واحد من الناس أن يهتمّ بصحّة النفس كما أنّه يحفظ جسمه من أي مرض. فإنّ مداواة الجسم أسهل من مداواة النفس لأنّ النفس ليست جسما محسوسا بل إنّما جوهر لايدرك كنهها وماهيتها.[٣]

وفي العصر الحاضر، ظهرت أمراض نفسية تصيب البشر عمومًا، كما ظهرت في الماضي، باختلاف الأسباب وأنواعها. من تلك الأمراض النفسية أي العصابية كما سماها النفسانيّون في علم النفس الحديث[٤] هي العجب، الرياء، الكبر، الحسد، الحقد، الغرة،[٥] القلق، البخل، الغضب، وغيرها.[٦] تلك الأمراض

---

[١] واستدل محمد نقيب العطاس هذه القضية بالآيتين من القرآن الكريم، وهما سورة الحجر، الآية ٢٩ وسورة المؤمنون الآية ١٤-١٢.

See: Syed Muhammad Naquib al-Attas, *Islam dan Sekularisme*, Terj. Khalif Muammar, (Bandung: Pimpin, 2010), Cet. II, 172.

[٢] معروف زريق، **علم النفس الإسلامي**، (دمشق: دار المعرفة، ١٩٨٩)، ١٨.

[٣] ابن مسكويه، **تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق**، تحقيق ابن الخطيب، (القاهرة: المطبعة المصرية، ١٣٩٨هـ)، ١٥١.

[٤] المراد بالعصاب هو اضطراب وظيفي في الشخصية بين العادي والذهان وهو حالة مرضية تجعل الشخص العادي أقل سعادة ويعتبره البعض صورة منخفضة من الذهان. انظر في محمدحسن غانم، **تمهيد لعلم النفس**، (القاهرة: جامعة حلوان، ٢٠٠٤)، ٢٤٥.

[٥] هذه الأمراض أو الآفات النفسية الخمس يفصلها المحاسبي. انظر في المحاسبي، **الرعاية لحقوق الله**، تحقيق عبد القادر أحمد عطا، (بيروت: دار الكتب العلمية، دون سنة)، ١٥٣، ٣٤٦، ٣٧١، ٣٧٨.

[6] Abdul Khaliq al-Syabrawi, *The Degrees of Self*, Terj. Mohammad Rois, (Jakarta:

النفسية باطنة خفية غير ظاهرة. كما كان ابن مسكويه، قد نبه ابن عطاء الله السكندري أيضا أنّ مداواة ما يخفى صعب علاجه.[٧] قال ابن قيم أنّ من أنواع المرض لا يتألّم به صاحبه في الحال.[٨] باختلاف علم النفس الحديث، فيعد تلك الأمراض النفسية في الإسلام أمراض قلبية حيث ينبثق منها سلوك الإنسان. فيكون علاج النفس أو تزكيتها أمرا ضروريا. وسيقوم الباحث هنا بتحليل معنى العلاج النفسي وهدفه في التراث الإسلامي، مع عرض بعض ضوابطها وأساليبها.

معنى العلاج النفسي وهدفه

من الضروري أن يحدد هنا أولا بأن الكلام عن النفس أحيانا يعني الكلام عن القلب وأحيانا لا يعني ذلك. وهذا كما نقله سعيد حوى عن الغزالي إذ يذكر أنّ النفس والقلب والعقل تأتي أحيانا بمعنى واحد، وأحيانا يكون لكلّ مدلوله.[٩] قال سعيد حوى:

«إذا أدركنا هذه القضية عرفنا لم يفرق بعضهم بين النفس والقلب. فهؤلاء يريدون بالنفس هنا طلبات الجسد وحاجاته ورغباته التي يميلها على القلب، فالقلب ههنا شيئ والنفس شيئ آخر، ولكن بعضهم يعبر عن القلب بالنفس من باب أن القلب هو ذات الإنسان ونفس الإنسان هي ذاته. فهؤلاء لا

Zaman, 2012), 15-30. Lihat juga Fuad Nashari, *Agenda Psikologi Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), 4.

[٧] النص الكامل لهذه الحكمة العطائية: «حظ النفس في المعصية ظاهر جلي، وحظها في الطاعة باطن خفي. ومداواة ما يخفى صعب علاجه.» وفي كتاب آخر يقال: «... ومعالجة ما خفي صعب علاجه». انظر في محمد حياة السندي المدني، **شرح الحكم العطائية**، تحقيق: نزار حمادي، (بيروت: دار مكتبة المعارف، ٢٠١٠)، ٨١.

[٨] ابن قيم الجوزية، **الطب النبوي**، تحقيق: عبد الغني عبد الخالق، (بيروت: دار الفكر، ١٩٥٨)، ٢.

[٩] سعيد حوى، **تربيتنا الروحية: دراسات منهجية هادفة في البناء**، (القاهرة: مكتبة وهبة، ٢٠٠٥)، ١٢٤.

يفرقون في هذا المقام بين نفس وقلب.»[١٠]

وفي هذا المقام يمكننا القول: إن المراد بالقلب هو النفس ويكون المراد بمرض القلب ومرض النفس واحدا، ويكون المراد بتزكية القلب وتزكية النفس واحدا، كما كان في العلاج النفسي. فالقلب هو عين النفس، والنفس ههنا عين القلب. وعلى مثل هذا المقام تحمل مثل ما نصه القرآن سورة البقرة ١٥١ وسورة الشمس الآية ١٠-٩.

قسم فمعظم الصوفية النفس إلى نوعين. الأول، النفس التي لا بد إصلاحها، كمثل النفس اللوامة، النفس الملهمة، والنفس الأمارة بالسوء والنفس التي قصدها الإمام الغزالي، النفس المذمومة. ومثل الحكيم شيطان الإنس في القرآن الكريم إلى النفس الأمارة.[١١] والنوع الثاني، النفس التي هي فطرة الإنسان، التي بها أطاع الإنسان كل أوامر الله.[١٢] فالكلام في علاج النفس هنا يقصد به علاج النفس التي في النوع الأول.

وأصلا، كلمة العلاج قد استعمله وذكره الإمام الغزالي في عدة أمكنة. على سبيل المثال، ذكر هذا الكلمة في باب آفات الغضب والحقد والحسد. ولحل تلك الآفات، وضع مبحثا بموضوع بيان علاج الغضب،[١٣] وذكر في موضع آخر بيان علاج البخل،[١٤] بيان علاج حب الجاه،[١٥] بيان العلاج في الخلاص من حب المدح وكراهية الذم،[١٦] وغير ذلك. فهنا يتبين أنّ كلمة العلاج تستعمل لحل الأمراض النفسية.

---

[١٠] **المرجع السابق...**، ١٢٥.

[١١] الحكيم الترمذي، **بيان الفرق بين الصدر والقلب واللب والفؤاد**، تحقيق أحمد عبد الرحيم السايح، (القاهرة: مركز الكتب للنثر، دون سنة)، ٦٥-٦٥.

[١٢] **المرجع السابق...**، ٢٣

[١٣] أبو حامد الغزالي، **مختصر إحياء علوم الدين المسمى المرشد الأمين**، (جاكرتا: دار الكتب الإسلامية، ٢٠٠٤)، ١٤٧.

[١٤] **المرجع السابق...**، ١٥٧

[١٥] **المرجع السابق...**، ١٦٣

[١٦] **المرجع السابق...**، ١٦٤

والعلاج النفسي في الإسلام ينبثق جذره من القرآن والسنة. ولقد نزل القرآن الكريم لتغيير أفكار الناس واتجاهاتهم وسلوكهم، ولهدايتهم وتغيير ما هم فيه من ضلالة وجهل، وتوجيههم إلى ما فيه صلاحهم وخيرهم ومدهم بأفكار جديدة عن طبيعة الإنسان ورسالته في الحياة وبقيم وأخلاق جديدة ومثل عليا للحياة. وقد نجح القرآن الكريم بذلك في تكوين شخصية الإنسانية المتكاملة المتزنة الآمنة المطمئنة التي استطاعت بطاقتها التي تولدت عن هذا التغيير الذي حدث فيها، أن تهز العالم وتغير مجرى التاريخ.[١٧]

والتراث الإسلامي الذي أساسه القرآن الكريم له دور كبير في هذا المجال. وذلك لأنّه حافل بكلّ ما يحفظ على الناس استقامتة النفس واستقرارها وسعادتها وسكينتها واطمئنانها. ولقد سبق أنّ حافظ الإسلام على صحة المؤمن البدنية والعقلية والنفسية والقلبية ووقايتها من الإصابة بالأمراض وعلاجها إذا أصيبت، لأنها من فطرة الإنسان.[١٨]

من هذا ، يتخلص هدف العلاج إلى إعادة الصحة النفسية والسلامة القلبية وإتاحة المجال الذي يستطيع فيه المريض أن يتعلم بعض أنماط السلوك أو الاستجابات التي تجعله أقدر من ذوي قبل على أن يعيش في راحة مع نفسه وفي سعادة مع الآخرين.[١٩]

يقول ابن قيم الجوزية في معنى القلب السليم أو الصحة النفسية كما قلنا إنّه الذي قد سلم من كل شهوة تخالف أمر الله ونهيه ومن كل شبهة تعارض خبره فسلم من عبودية ما سواه وسلم من تحكيم غير رسوله فسلم في محبة الله مع تحكيمه لرسوله في خوفه، ورجائه، والتوكل عليه، والإنابة إليه، والذل له، وإيثار

---

[١٧] محمد عثمان نجاتى، **القرآن وعلم النفس**، (القاهرة: دار الشروق، ٢٠١٤)، ٢٤٣.

[١٨] عبد الرحمن العيسوي، **الإسلام والعلاج...**، ٥. انظر أيضا في عبد العزيز الأحمد، **الطريق إلى الصحة النفسية**، (الرياض: دار الفضيلة، ١٩٩٩)، ١١.

[١٩] عطية محمود هنا وآخرون، **الشخصية والصحة النفسية**، (القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، ١٩٦٠)، ١٨١.

مرضاته في كل حال والتباعد من سخطه بكل طريق وهذا هو حقيقة العبودية التي لا تصلح إلّا لله وحده.[٢٠] فأكدّ الترمذي بقوله أنّ القلب السليم هو القلب الذي سلم من أن يكون لغير الله فيه شرك بوجه ما بل قد خلصت عبوديته لله تعالى إرادة، ومحبة، وتوكلا، وإنابة، وإخباتا، وخشية، ورجاء، وخلص عمله لله. فإنّ أحب أحب في الله وإن أبغض أبغض في الله وإن أعطى أعطى لله وإن منع منع لله. كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من أعطى لله ومنع لله وأحب لله وأبغض لله وأنكح لله فقد استكمل إيمانه.[٢١]

ويقول أحمد محمد كنعان إنّ من علامة صحة النفس في الإسلام أنّه لا يزال يضرب على صاحبه حتى ينيب إلى الله، ويخبت إليه ويتعلق به تعلق المحب المضطر إلى محبوبه فيستغني بحبه عن حب ما سواه، وبذكره عن ذكرها ما سواه وبخدمته عن خدمة ما سواه. ومن علامة صحة القلب أنّه إذا فاته ورده أو طاعة من الطاعات وجد لذلك ألما أعظم من تألم الحريص بفوات مال وفقده.[٢٢]

رأى الباحث، صحّ عاطف الزين عندما قال إنّ العلاج النفسي يجعل قلب المؤمن ممتلئا بحب الله تعالى وحب رسوله الكريم، ويدفعه إلى عبادة ربه والاسدامة على ذكره وخشيته والالتجاء إليه في السراء والضراء، والتوكل عليه في كل أمر وشأن بعد إعداد العدة وتهنئة الأسباب اللازمة.[٢٣] وقال الإمام الغزالي: «فإن آداب الظواهر عنوان آداب البواطن وحركات الجوارح ثمرات الخواطر والأعمال نتيجة الأخلاق والآداب رشح المعارف وسرائر القلوب هي مغارس

---

[٢٠] ابن قيم الجوزية، **إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان**، (مصر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى الباني الحلبي وأولاده، ١٩٦١ م)، المجلد الأول، ٤١.

[٢١] **محمد** بن عيسى أبو عيسى الترمذي السلمي، **الجامع الصحيح سنن الترمذي**، (بيروت: دار إحياء التراث العربي)، ٦٧٠.

[٢٢] أحمد محمد كنعان، **تزكية النفوس وتربيتها كما يقرره علماء السلف**، (بيروت: دار القلم، دون سنة)، ٣١-٣٠.

[٢٣] سميح عاطف الزين، **علم النفس: معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة**، (بيروت: دار الكتاب اللبناني، ١٩٩١)، المجلد: ٢، ٢٦٣.

الأفعال ومنابعها وأنوار السرائر هي التي تشرق على الظواهر فتزينها وتجليها وتبدل بالمحاسن مكارهها ومساويها ومن لم يخشع قلبه لم تخشع جوارحه ومن لم يكن صدره مشكاة الأنوار الإلهية لم يفض على ظاهره جمال الآداب النبوية.[٢٤]

وهذا يختلف تماما عما يقرره علم النفس الحديث. والعلاج النفسي عند النفسانيين الغربيين هو علاج اضطرابات شخصية باستخدام والوسائل السيكولوجية أو علاج سوء التكيف أو الأمراض العقلية. ومن التعريف الآخر بأنّه النشاط المخطط الذي يقوم به السيكولوجي هادفا منه إلى تحقيق تغيرات في الفرد تجعل حياته أسعد وأكثر بنائية أو كليهما معا. ومنهم من عرفه بأنه شكل من أشكال العلاج لمشكلات ذات صبغة انفعالية، حيث يحاول الشخص المعالج ومن خلال الخبرة والمران والتدريب أن يقيم علاقة مهنية مع الطرف الآخر المريض بهدف إزالة أو تعديل أو إبعاد وتأجيل أنماط منحرفة وغير سوية من السلوك هادفا إلى النمو الإيجابي للمريض.[٢٥]

يتين من تلك التعاريف، أنّ تركيز علم النفس الحديث يميل إلى البيئة التي تكون الشخصية لا إلى النفس الإنسانية. فاهتمامه مجرد النظر إلى الظواهر الشخصية فكأنّ الإنسان ليس ذا طبيعة مزدوجة، مع أنّه ذو كيان مادي على شكل الجسم وقوة معنوية وهي الروح والنفس والقلب. وهما يشكلان ذاتية الإنسان وشخصيته، فلا يجوز الاهتمام بأحدهما وترك الآخر. فهما يكون اهتمام العلماء المسلمين في العلاج النفسي شاملا يحتوي على عنصرين أساسيين في الإنسان، ويشمل الجوانب الظاهرة والجوانب الخفية، مع العلم بأنّ مرض النفس هو مرض القلب نفس الوقت. ويتضح ذلك من خلال تقديمهم لتعاريف العلاج النفسي وهدفه كما سبق.

---

[٢٤] أبو حامد أبو حامد الغزالي، **إحياء علوم الدين**، الجزء الثالث، ٣٥١.

[٢٥] **محمد حسن غانم، اتجاهات حديثة في العلاج النفسي**، (تحميل www.kotobarabia.com، دون سنة)، ٢١.

أنواع الأمراض النفسية

في العصر الحاضر ظهرت أمراض نفسية تصيب البشر عموما، كما ظهرت في الماضي، باختلاف الأسباب وأنواعها. وهذه الأمراض النفسية باطنة خفية غير ظاهرة. كما كان ابن مسكويه، قد نبه ابن عطاء الله السكندري أيضا أن مداوة ما يخفى صعب علاجه.[٢٦] فيكون العلاج النفسي أو تزكية النفس أمرا ضروريا.

لذا يختلف مريض الجسم عن مريض النفس اختلافا بينا، ذلك لأن مريض الجسم إذا تراكمت عليه العلل والأوجاع انتهى بها المرض أخيرا إلى الموت. أما مريض النفس فإنه إن لم تصلح حاله فإنه لا يتخلص من آفاته وأمراضه بالموت، إذ أن هذا المرض يدوم في الدنيا والآخرة.[٢٧] من تلك الأمراض النفسية –أي العصابية كما سماها النفسانيون في علم النفس الحديث[٢٨] هي العجب، الرياء، الكبر، الحسد، الحقد، الغرة،[٢٩] القلق *(Anxiety)*، البخل *(Stringiness)*، الغضب *(Anger)*، وغيرها.

وفي الأمراض النفسية، قد قسم ابن قيم الجوزية إلى نوعين. أولا، مرض لا يتألم به صاحبه في الحال. وهو كمرض الجهل ومرض الشبهات والشكوك ومرض الشهوات. وهذا النوع هو أعظم النوعين ألما ولكن لفساد القلب لا يحس بالألم ولأن سكرة الجهل والهوى تحول بينه وبين إدراك الألم وإلا فألمه حاضر فيه حاصل له وهو متوار عنه باشتغاله بضده وهذا أخطر المرضين وأصعبهما علاجا.

---

[٢٦] النص الكامل في هذه الحكمة العطائية: «حظ النفس في المعصية ظاهر جلي، وحظها في الطاعة باطن خفي. ومداوة ما يخفى صعب علاجه.» انظر في محمد حياة السندي المدني، **شرح الحكم العطائية**، تحقيق نزار حمادي، (بيروت: دار مكتبة المعارف، ١٤٣١ ه)، ٨١.

[٢٧] حسن محمد الشرقاوي، **نحو علم نفس إسلامي**، (الإسكندرية: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٢٦)، ١٢٨-١٢٧.

[٢٨] المراد من العصاب هو اضطراب وظيفي في الشخصية بين العادي والذهان وهو حالة مرضية تجعل الشخص العادي أقل سعادة ويعتبره البعض صورة منخفضة من الذهان. انظر في محمدحسن غانم، **تمهيد لعلم النفس**، (القاهرة: جامعة حلوان، ٢٠٠٤)، ٢٤٥.

[٢٩] المحاسبي، **الرعاية لحقوق الله**، تحقيق عبد القادر أحمد عطا، (بيروت: دار الكتب العلمية، دون سنة)، ١٥٣، ٣٤٦، ٣٧١، ٣٧٨.

ثانيا، مرض مؤلم له في الحال. وذلك كالهم والغم والغيظ وهذا المرض قد يزول بأدوية طبيعية كإزالة أسبابه أو بالمداواة بما يضاد تلك الأسباب وما يدفع موجبها مع قيامها وهذا كما أن النفس قد يتألم بما يتألم به البدن ويشقى بما يشقى به البدن فكذلك البدن يتألم كثيرا بما يتألم به االنفس ويشقيه ما يشقيه.[٣٠] وأعظم هذه الأمراض هو الرياء والكبر كما قال ابن قيم: «ثم إن القلب يعرض له مرضان عظيمان، إن لم يدركهما العبد ترامیا به إلى التلف ولا بد. وهما الرياء والكبر.[٣١]

مرض القلب، الذي هو مرض النفس، هو أن يعتذر عليه ما خلق له من معرفة الله ومحبته والشوق إلى لقائه، والإنابة إليه وإيثار ذلك على كل شهوة. والمقصود أنّ من علامات أمراض القلوب عدولها عن الأغذية النافعة الموافقة لها إلى الأغذية الضارة وعدولها عن دوائها النافع إلى دائها الضار. وله من العلامات وهي كما يلي:[٣٢]

١. آثر عليه شيء من المحبوبات غير الله

فلو عرف العبد كل شيء ولم يعرف ربه فكأنّه لم يعرف شيئا ولو نال كل حظّ من حظوظ الدنيا ولذاتها وشهواتها ولم يظفر بمحبة الله والشوق إليه والأنس به فكأنّه لم يظفر بلذة ولا نعيم ولا قرة عين بل إذا كان القلب خاليا عن ذلك عادت تلك الحظوظ واللذات عذابا له ولا بد فيصير معذبا بنفس ما كان منعما به من جهتين: من جهة حسرة فوته وأنه حيل بينه وبينه مع شدة تعلق روحه به ومن جهة فوت ما هو خير له وأنفع وأدوم حيث لم يحصل له فالمحبوب الحاصل فات والمحبوب الأعظم لم يظفر به وكل من عرف الله أحبه وأخلص العبادة له ولا بد ولم يؤثر عليه شيئا من المحبوبات فمن آثر عليه شيئا من

[٣٠] ابن قيم الجوزية، **إغاثة اللهفان في...**، ٥٩.
[٣١] ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين...**، ٦٢.
[٣٢] **المرجع السابق...**، ١٤٠- ١٣٩.

المحبوبات فقلبه مريض كما أن المعدة إذا اعتادت أكل الخبيث وآثرته على الطيب سقطت عنها شهوة الطيب وتعوضت بمحبة غيره.

٢. عدم معرفة صاحب هذا القلب بجرحات القبائح ولا يوجعه جهله بالحق

وقد يمرض القلب ويشتد مرضه ولا يعرف به صاحبه لاشتغاله وانصرافه عن معرفة صحته وأسبابها بل قد يموت وصاحبه لا يشعر بموته وعلامة ذلك أنه لا تؤلمه جراحات القبائح ولا يوجعه جهله بالحق وعقائده الباطلة فإن القلب إذا كان فيه حياة تألم بورود القبيح عليه وتألم بجهله بالحق بحسب حياته.

٣. عدم الالتزام بالجماعة

المراد به لزوم الحق واتباعه وإن كان الممتسك به قليلا والمخالف له كثيرا لأن الحق هو الذي كانت عليه الجماعة الأولى من عهد النبي صلى الله عليه وسلم وأصحابه ولا نظر إلى كثرة أهل البدع بعدهم.

انطلاقا من البيان السابق رأى الباحث أنّ مرض القلب نوعان وهما: المرض الطبيعية والمرض الشرعية. والمرض الشرعية أشد ضررا من المرض الطبيعية لأنها تسبب إلى فساد العقل والنفس والجوارح. ولهذ المرض أسباب كثيرة وجب على كل واحد من المؤمن معرفتها معرفة حقيقية، واجتنابها، والبعد عنها للحصول على اطمئنان القلب وصحة النفس.

أساليب العلاج النفسي

وللوصول إلى الصحة النفسية التي هي فطرة الإنسان، حل القرآن الكريم ومنح لنا هدى وشفاء. لاحظ سميح عاطف الزين في كتابه معرفة النفس

الإنسانية في الكتاب والسنة، أنّ العلاج النفسي يجب أن يبنى على أساس من القرآن والسنة ويقوم على البناء العقائدي. وذلك لأنّ العقيدة الإسلامية قوامها ألوهية الله تعالى المطلقة وربوبيته المطلقة، وعن هذا الأساس تنبثق سائر البناءات الأخرى.[٣٣] ثم شرح عاطف الزين أن أول ما يتوجب على الإنسان أن يربط وجوده ومصيره كله بالله تعالى، وأن يجعل الصلة قائمة ومتجددة فيما بينه وبين خلقه وبين خالقه، دون واسطة من أحد، لأنّ صلاح النفوس وطهارة القلوب وصفاء العقول كلها متوقفة على معرفة حقيقة وجود الله تعالى والإيمان المطلق بألوهية الله وربوبيته والعمل إخلاص ونية صادقة في سبيل الله ومرضاته.[٣٤]

ووافق هذا رأي محمد عثمان نجاتى، إذ قال لكي تستطيع أن تحدث تعديلا أو تغييرا في شخصية إنسان ما في سلوكه، فمن الضروري أن تقوم بتعديل وتغيير أفكاره واتجاهاته وتصوره *worldview*، إذ إن سلوك الإنسان يتأثر تأثيرا كبيرا بهما. ولذلك، فإنّ العلاج النفسي يهدف أساسا إلى تغيير أفكار المرضى النفسيين عن أنفسهم، وعن الناس والحياة والمشكلات التي عجزوا عن مواجهتها من قبل وكانت سببا في قلقهم *(Anxiety)*. تتغير أفكار المريض النفسي نتيجة للعلاج، فإنّه يصبح أقدر على مواجهة مشكلاته وأقدر على حلها، بل إنّه غالبا ما يرى أن مشكلاته التي كانت تقلقه في الماضي والتي أدت إى مرضه لم تكن في الحقيقة بالضخامة التي كان يتوهمها، ولم يكن هناك في الحقيقة مسوغ يدعو إلى قلقه الشديد بسببها.[٣٥]

ولقد فصل ابن قيم الجوزية أساليب علاج النفس والقلب من أمراضها الشرعية الإيمانية في معظم مؤلفاته. ويمكن تقسيم تلك الأساليب إلى ما يأتي: **أولا**، القرآن الكريم. حيث استدل ابن قيم بقول الله عز وجل سورة يونس الآية

[٣٣] سميح عاطف الزين، **علم النفس: معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة**، ٦٢٣.
[٣٤] **المرجع السابق...**، ٢٦٤.
[٣٥] محمد عثمان نجاتى، **القرآن وعلم النفس**، (القاهرة: دار الشروق، ٢٠١٤)، ٢٤٢.

٧٥ وقوله تعالى سورة الإسراء الآية ٧٥. إنّ جُمَّاع أمراض القلب هي أمراض الشبهات والشهوات والقرآن شفاء للنوعين. ففيه من البينات والبراهين القطعية ما يبين الحق من الباطل فتزول أمراض الشبه المفسدة للعلم والتصور والإدراك بحيث يرى الأشياء على ما هي عليه وليس تحت أديم السماء كتاب متضمن للبراهين والآيات على المطالب العالية: من التوحيد وإثبات الصفات وإثبات المعاد والنبوات ورد النحل الباطلة والآراء الفاسدة مثل القرآن فإنه كفيل بذلك كله متضمن له على أتم الوجوه وأحسنها وأقربها إلى العقول وأفصحها بيانا فهو الشفاء على الحقيقة من أدواء الشبه والشكوك ولكن ذلك موقوف على فهمه ومعرفة المراد منه.[٣٦]

وأمّا شفاؤه لمرض الشهوات رأى ابن قيم ذلك بما في القرآن من الحكمة والموعظة الحسنة بالترغيب والترهيب والتزهيد في الدنيا والترغيب في الآخرة والأمثال والقصص التي فيها أنواع العبر والاستبصار فيرغب القلب السليم إذا أبصر ذلك فيما ينفعه في معاشه ومعاده ويرغب عما يضره فيصير القلب محبا للرشد مبغضا للغي فالقرآن مزيل للإمراض الموجهة للإرادات الفاسدة فيصلح القلب فتصلح إرادته ويعود إلى فطرته التي فطر عليها فتصلح أفعاله الاختيارية الكسبية كما يعود البدن بصحته وصلاحه إلى الحال الطبيعي فيصير بحيث لا يقبل إلا الحق.[٣٧] فالقرآن كله شفاء فهو شفاء للقلوب من داء الجهل والشك والريب، كما الله تعالى في سورة فصلت الآية ٤٤.

ثانيا، الزكاة. والمقصود هنا زكاة القلب موقوفة على طهارته كما أنّ زكاة البدن موقوفة على استفراغه من أخلاطه الرديئة الفاسدة. **ثالثا**: الطهارة من النجاسة. الزكاة لا تحصل إلا بالطهارة وكل إنسان في شدة الحاجة إليها، ودل القرآن عليها قال الله تعالى: سورة المدثر الآية ٤-١. وجمهور المفسرين من السلف ومن بعدهم

[٣٦] ابن قيم الجوزية، **إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان**، ص. ٩٩.
[٣٧] **نفس المرجع**، ص. ١٠١.

على أنّ المراد بالثياب ههنا القلب والمراد بالطهارة إصلاح الأعمال والأخلاق. والمقصود أنّ طهارة الثوب وكونه من مكسب طيب هو من تمام طهارة القلب وكمالها فإن كان المأمور به ذلك فهو وسيلة مقصودة لغيرها فالمقصود لنفسه أولى أن يكون مأمورا به وإن كان المأمور به طهارة القلب وتزكية النفس فلا يتم إلا بذلك فتبين دلالة القرآن على هذا وهذا.[٣٨]

فالقلب الطاهر لكمال حياته ونوره وتخلصه من الأدران والخبائث لا يشبع من القرآن ولا يتغذى إلا بحقائقه ولا يتداوى إلا بأدويته بخلاف القلب الذي لم يطهره الله تعالى فإنّه يتغذى من الأغذية التي تناسبه بحسب ما فيه من النجاسة فإنّ القلب النجس كالبدن العليل المريض لا تلائمه الأغذية التي تلائم الصحيح.[٣٩]

فمن تطهر في الدنيا ولقي الله طاهرا من نجاساته دخلها بغير معوق ومن لم يتطهر في الدنيا فإن كانت نجاسته عينية كالكافر لم يدخلها بحال وإن كانت نجاسته كسبية عارضة دخلها بعدما يتطهر في النار من تلك النجاسة ثمّ لا يخرج منها حتى إنّ أهل الإيمان إذا جازوا الصراط حبسوا على قنطرة بين الجنة والنار فيهذبون وينقون من بقايا بقيت عليهم قصرت بهم عن الجنة ولم توجب لهم دخول النار حتى إذا هذبوا ونقوا أذن لهم في دخول الجنة.والله سبحانه بحكمته جعل الدخول إلى جنته موقوفا على الطيب والطهارة فلا يدخلها إلا طيب طاهر. وهما طهارتان طهارة البدن وطهارة القلب.

رابعا: محاسبة النفس. فإن سائر أمراض القلب إنما تنشأ من جانب النفس فالمواد الفاسدة كلها إليها تنصب ثم تنبعث منها إلى الأعضاء وأول ما تنال القلب. وقد استعاذ النبي صلى الله عليه وسلم من شرها عموما ومن شر

---

[٣٨] ابن قيم الجوزية، **إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان**، (مصر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى الباني الحلبي وأولاده، ١٩٦١ م)، المجلد الأول، ١١٣.

[٣٩] **المرجع السابق...**، ١١٨.

ما يتولد منها من الأعمال ومن شر ما يترتب على ذلك من المكاره والعقوبات. المحاسبة هي من باب علاج القلوب من استيلاء النفس عليها. وهي أمر مشروع في الإسلام كما قال الله تعالى في القرآن الكريم في سورة الحشر الآية ٨١. فالمحاسبة هي طريق السالكين إلى رب الناس، وزاد المؤمنين في آخرتهم، ورأس مال الفائزين في دنياهم ومعادهم.[٤٠]

خامسا: دوام ذكر الله**.** كما أنّ الله سبحانه جعل حياة البدن بالطعام والشراب فحياة القلب بدوام الذكر والإنابة إلى الله وترك الذنوب والغفلة الجاثمة على القلب والتعلق بالرذائل والشهوات المنقطعة عن قريب يضعف هذه الحياة ولا يزال الضعف يتوالى عليه حتى يموت وعلامة موته أنّه لا يعرف معروفا ولا ينكر منكرا.[٤١]

هذه هي أدوية أمراض القلوب عند ابن قيم الجوزية الذي بحثه الباحث في بحثه. رأى الباحث أنّ المنهج الذي سلكه في كشف علاج أمراض القلوب على اتجاه السلف بالمنهج القرآني النبوي. وذلك في جعل القرآن، والزكاة، والطهارة والذكر أدوية لأمراض القلب.[٤٢]

وزاد حسن محمد الشرقاوي في هذا المجال بقوله إن مفتاح الصحة النفسية في الإسلام هو الوسط العدل، والوسط العدل عملية تخلية وتحلية، تخلية عن الأوصاف المذمومة وتحلية بالأوصاف المحمودة. فهو بهذا المعنى استقامة وإقامة للحق والصدق وهو موازنة واعتدال. وقد وردت الآيات الكريمة التي تحث الإنسان على اتباع طريق الله، وهو لا شك أيضا الطريق الموصل إلى الصحة

[٤٠] ابن أبي الدنيا، **محاسبة النفس**، (القاهرة: مكتبة القرآن للطباعة والنشر والتوزيع)، ٦.

[٤١] ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، (القاهرة: مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، ١٤٢٢ ه-٢٠٠١ م)، الجزء الثاني، ٢٦٤.

[٤٢] انظر أيضا بيان أساليب العلاج النفس على هذا المنهج تفصيليا في: محمد مخلص حنفي وغيره، **الأخلاق والروحانية في الإسلام**، ٦٤-٤٦. محمد عز الدين توفيق، **دليل الأنفس بين القرآن الكريم والعلم الحديث**، (القاهرة: دار السلام، ٢٠٠٤)، ٤٣٤-٤٢٩. محمد عثمان نجاتى، **الحديث وعلم النفس**، الطبعة السادسة، (القاهرة: دار الشروق، ٢٠١٤)، ٢٨٧-٢٦٥.

النفسية. فليس الوسط العدل كلاما عن عيوب الناس حتى نجعل من الحديث عن هذه العيوب غاية ومقصدا، وإنما هو تربية وأخلاق وآداب، تبدأ من النفس وتنتهي إليها، قاصدة الوصول إلى الكمالات الأخلاقية علما وعملا، ظاهرا وباطنا، وسيلة وغاية.[٤٣]

هكذا، فالمعلوم إنّه من الضروري لمريض الجسم معافاة مرارة الدواء وتحمل الجراح والصبر على المشتهيات لتستقيم حال بدنه ويشفي من عاله، فكذلك الحال بالنسبة لمريض النفس. فإنّ عليه مغالبة النّفس ومنازعة الشّيطان، وذلك بكثرة الرياضات والصبر على الأذى والاعتداء، ثمّ عليه المعاناة والمكابدة للتخلص من الآفات والأمراض النفسية حتى يصلح حاله ويشفى من أسقامه فتكون نفسه صحيحة زكية، كما يشير إليه القرآن الكريم.

خاتمة

العلاج النفسي في الإسلام بأساليبه القيمة المذكورة، تظهر النفس في صورتين، نفس أمارة ونفس مطمئة. وتتميز طبيعة النفس الأمارة بالتغير والتقلب والميل إلى الحظوظ والركون إلى الأهواء. أمّا النفس المطمئة فتمتاز بالسكينة والرضا والتوكل والإيثار والصبر على الابتلاء وإسقاط التدبير مع الله، فستصل أعلى الدرجات في الكمالات الأخلاقية فلا خوف ولا قلق ولا ضياع ولا ضجر، إنما كان في الله ولله وبالله وعلى الله ومن الله وإلى الله. هذا ما يسميه الصوفية المعرفة بالله أو الوصول إليه.

ولذا مما لا بد أن يعني به المسلمون إن الدين الإسلامي وبخاصة من خلال القرآن الكريم وسنة رسوله، قد أفاض ببيان العلاجات للنفس الإنسانية كما سبق أنّ ذكره الباحث. والعلاج النفسي في الإسلام يملي على الإنسان أن يعيش

[٤٣] حسن محمد الشرقاوي، **نحو علم نفس إسلامي**...، ١٢٦-١٢٥.

في مناخات وأجواء دينية صحيحة. ويطلب من الإنسان المسلم أن يضع نفسه دائما في مناخاته وأجواءه الإسلامية إن أراد صون نفسه وحفظ مجتمعه وانفتاحه على مختلف القيم الإنسانية. وأخير يرى الباحث بأنّه من الضروري أن يقوم الباحثون القادمون بالاستفادة من تراث العلماء الكبار في هذا المجال، حتى يرسموا منها ضوابط وملامح العلاج النفسي على وجه أدق، مبنيا على التصور الإسلامي السليم.[]

مصادر البحث

اللغة العربية

ابن أبي الدنيا. دون سنة. **محاسبة النفس**. القاهرة: مكتبة القرآن للطباعة والنشر والتوزيع.

ابن مسكويه. ١٣٩٨. **تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق**. تحقيق ابن الخطيب. القاهرة: المطبعة المصرية.

الأحمد، عبد العزيز. ١٩٩٩. **الطريق إلى الصحة النفسية**. الرياض: دار الفضيلة.

الترمذي، الحكيم. دون سنة. **بيان الفرق بين الصدر والقلب واللب والفؤاد**. تحقيق أحمد عبد الرحيم السايح. القاهرة: مركز الكتب للنشر.

_____. دون سنة. **الجامع الصحيح سنن الترمذي**. بيروت: دار إحياء التراث العربي.

توفيق، محمد عز الدين. ٢٠٠٤. **دليل الأنفس بين القرآن الكريم والعلم الحديث**. القاهرة: دار السلام.

الجوزية، ابن قيم. ١٩٥٨. **الطب النبوي**. تحقيق: عبد الغني عبد الخالق. بيروت: دار الفكر.

_____. ١٩٦١. **إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان**. المجلد الأول. مصر: شركة مكتبة ومطبعة مصطفى الباني الحلبي وأولاده.

_____. ٢٠٠١. **مدارج السالكين**. الجزء الثاني. القاهرة: مؤسسة المختار للنشر والتوزيع.

حوى، سعيد. ٢٠٠٥. **تربيتنا الروحية: دراسات منهجية هادفة في البناء**. القاهرة: مكتبة وهبة.

زريق، معروف. ١٩٨٩. **علم النفس الإسلامي**. دمشق: دار المعرفة.

الزين، سميح عاطف. ١٩٩١. **علم النفس: معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة**. المجلد: ٢. بيروت: دار الكتاب اللبناني.

الشرقاوي، حسن محمد. ١٩٢٦. **نحو علم نفس إسلامي**. الإسكندرية: الهيئة المصرية العامة للكتاب.

غانم، محمد حسن. دون سنة. **اتجاهات حديثة في العلاج النفسي**. تحميل ..www.kotobarabia.com

غانم، محمدحسن. ٢٠٠٤. **تمهيد لعلم النفس**. القاهرة: جامعة حلوان.

الغزالي، أبو حامد. ٢٠٠٤. **مختصر إحياء علوم الدين المسمى المرشد الأمين**. (جاكرتا: دار الكتب الإسلامية.

كنعان، أحمد محمد. دون سنة. **تزكية النفوس وتربيتها كما يقرره علماء السلف**. بيروت: دار القلم

المحاسبي، أبو الحارث. دون سنة. **الرعاية لحقوق الله**. تحقيق عبد القادر أحمد عطا. بيروت: دار الكتب العلمية.

محمود هنا، عطية وآخرون. ١٩٦٠. **الشخصية والصحة النفسية**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

المدني، محمد حياة السندي. ٢٠١٠. **شرح الحكم العطائية**. تحقيق: نزار حمادي. بيروت: دار مكتبة المعارف.

نجاتى، محمد عثمان. ٢٠١٤. **القرآن وعلم النفس**. القاهرة: دار الشروق.

_____. **الحديث وعلم النفس**. الطبعة السادسة. القاهرة: دار الشروق. ٢٠١٤

اللغة الإندونيسية

Al-Attas, Syed Muhammad Naquib. 2010. *Islam dan Sekularisme*. Terjemahan oleh Khalif Muammar. Cetakan II. Bandung: Pimpin.

Nashari, Fuad. 2002. *Agenda Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Al-Syabrawi, Abdul Khaliq. 2012. *The Degrees of Self*. Terjemahan oleh Mohammad Rois. Jakarta: Zaman.