إعجاز العلاج النفسي في القرآن الكريم

مسجد صالح بن لاحج- دبي- 18/4/2014

د. محمد فرشوخ

أولاً- لا بد من الاعتراف

- يجمع علماء النفس في العالم: أن الناس بلا استثناء يعانون نفسياً
- لكن بدرجات متفاوتة.
- هذا من طبع البشر.
- يقول الله تعالى عنا بني البشر:
- {وخلق الإنسان ضعيفا}. (سورة النساء).
- {إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا {19} إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا {20}. (سورة المعارج).

أشهر العقد والأمراض النفسية عند عامة الناس

- الخوف من الظلمة
- الخوف من الوحدة ومن الوحشة
- الخوف من الجوع ومن المرض ومن الفقر
- الخوف من الحر أو البرد أو المطر أو من الماء أو السباحة
- الخوف من الأماكن العالية أو من الأماكن الضيقة أو من المصاعد أو الأنفاق

- الخوف من اليتم
- الخوف من المواجهة ومنه الجبن
- الخوف من الدم ومن الإصابة بجروح
- الخوف من الموت ومن القبر
- وصولاً إلى تفاقم الخوف لدرجة الخوف من المجهول الآتي حتى من قبل أن يأتي.

ثاني الأمراض النفسية عند عامة الناس

- الحزن الذي يسببه الاضطهاد: مثل الشعور بالدونية والعزلة، كالبعد عن الأصحاب أو حتى الأقارب
- الحزن الذي تسببه العقد الاجتماعية والطبقية
- الحزن بسبب العقد الخَلْقية في النطق أو التعبير وفي الحركات اللاإرادية
- الحزن الذي يسببه الاستهزاء، والإيمان بنظرية التعرض للمؤامرة أي عدم الثقة بالناس
- الحزن الذي يسببه عدم الثقة بالنفس، أو بالشكل الخارجي، كالنقص في الجمال، أو قصر القامة أو الصوت الرفيع أو العريض
- الحزن الناتج عن تدني مستوى الفهم والذكاء أو الذاكرة

- الحزن الناجم عن الضعف ، ومنه التعرض للاعتداء أو التحرش أو الممارسة، عليه أو منه أو على أحد أقربائه، أو من أحدهم أو حتى على شخص غريب
- الحزن الناتج عن الظلم، منه أو عليه او على أحد احبابه، كالتعرض للضرب المبرح، أو الهجر أو الطلاق، أو الطرد من المنزل أو الطرد من العمل، والتعرض للسرقة أو الابتزاز، والشعور بالقهر أو الضعف أو العجز...
- الحزن الناجم عن المرض أو عن وفاة شخص عزيز.
- عقد متعاظمة سببها استفحال العقد البسيطة التي لم تعالج فتكوّن أمراضاً أصعب ومنها عقدة السيطرة والتملك والتعاظم والتظاهر والادعاء.

الإعجاز الأول

- تتمحور الأمراض أو العقد النفسية الغالبة على أكثر الناس حول عقدتين أساسيتين وهما الخوف والحزن

صدق الله العظيم

تكرر ذكر الخوف والحزن مجتمعيْن في ست عشرة آية

{أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [يونس: 62]

- {قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [البقرة: 38]
- {بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (112) } [البقرة: 112]
- {الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يُتْبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَنًّا وَلَا أَذًى لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [البقرة: 262]
- {وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنْذِرِينَ فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [الأنعام: 48]
- {يَا بَنِي آدَمَ إِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ رُسُلٌ مِنْكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ آيَاتِي فَمَنِ اتَّقَى وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [الأعراف: 35].
- {إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ} [الأحقاف: 13]
- {يَا عِبَادِ لَا خَوْفٌ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ وَلَا أَنْتُمْ تَحْزَنُونَ} [الزخرف: 68]
- {فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا } [مريم: 24].

ثانياً- يحتاج المريض نفسياً إلى ركيزتين

علم واسع ودقيق

- ما قيمة علوم أهل الأرض أمام علوم السماء
- القرآن الكريم
- {قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِكَلِمَاتِ رَبِّي لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنْفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي
- وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا}
- [الكهف: 109]

جهة قوية متمكنة تشرف على العلاج

- أي حكيم يجدي بوجود الحكيم العليم الله جلّ وعلا
- {قَالَ لَوْ أَنَّ لِي بِكُمْ قُوَّةً أَوْ آوِي إِلَى رُكْنٍ شَدِيدٍ}
- [هود: 80]

إله واحد وكتاب واحد وملايين المرضى

بعض الناس يؤخذ بالترغيب	وآخرون لا يجدي معهم إلا الترهيب
• إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ {45} ادْخُلُوهَا بِسَلَامٍ آمِنِينَ {46}.(سورة الحجر).	• {خُذُوهُ فَغُلُّوهُ (30) ثُمَّ الْجَحِيمَ صَلُّوهُ (31) ثُمَّ فِي سِلْسِلَةٍ ذَرْعُهَا سَبْعُونَ ذِرَاعًا فَاسْلُكُوهُ (32)} [الحاقة].

ومنهم من يؤخذ بالعاطفة لرقة أحاسيسه ورهافة مشاعره فيصغي بتأثر أو تتفجر الرحمة من قلبه

- {فَأَجَاءَهَا الْمَخَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَا لَيْتَنِي مِتُّ قَبْلَ هَذَا وَكُنْتُ نَسْيًا مَنْسِيًّا (23) فَنَادَاهَا مِنْ تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا (24)} [مريم: 23، 24].
- وقول إبراهيم لأبيه: {إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ لِمَ تَعْبُدُ مَا لَا يَسْمَعُ وَلَا يُبْصِرُ وَلَا يُغْنِي عَنْكَ شَيْئًا (42) يَا أَبَتِ إِنِّي قَدْ جَاءَنِي مِنَ الْعِلْمِ مَا لَمْ يَأْتِكَ فَاتَّبِعْنِي أَهْدِكَ صِرَاطًا سَوِيًّا (43) يَا أَبَتِ لَا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيًّا (44) يَا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِنَ الرَّحْمَنِ فَتَكُونَ لِلشَّيْطَانِ وَلِيًّا (45) } [مريم: 41 - 46].
- رَّبَّنَا إِنِّي أَسْكَنتُ مِن ذُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِندَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُواْ الصَّلاَةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِّنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ وَارْزُقْهُم مِّنَ الثَّمَرَاتِ لَعَلَّهُمْ يَشْكُرُونَ {37}

وبعض آخر عرف الطريق إلى الله فخاطبه الله وآنسه وثبته

- أَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاء اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُوْلُوا الْأَلْبَابِ {9}.
- (سورة الزمر).

جذب الأسماع والعقول والقلوب قبل المعالجة

- أخرج البخاري من حديث جبير بن مطعِم أنه قال « سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقرأ في المغرب بالطور، فلما بلغ هذه الآية : أَمْ خُلِقُوا مِنْ غَيْرِ شَيْءٍ أَمْ هُمُ الْخَالِقُونَ {35} أَمْ خَلَقُوا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بَل لَّا يُوقِنُونَ {36} أَمْ عِندَهُمْ خَزَائِنُ رَبِّكَ أَمْ هُمُ الْمُصَيْطِرُونَ {37}. (قال جبير): كاد قلبي أن يطير » .
- ومن تحريك القرآن للفطرة في الإنسان: أن أعرابياً سلم عليه في الحرم وأخذ بيده وقال: اتل علي كلام الرحمن، قال الأصمعي: وأجلسني من وراء المقام فقرأت "والذاريات" حتى وصلت إلى قوله تعالى: "وفي السماء رزقكم وما توعدون" فقال الأعرابي: لقد وجدنا ما وعدنا الرحمن حقا، وقال: وهل غير هذا؟ قلت: نعم؛ يقول الله تبارك وتعالى: "فورب السماء والأرض إنه لحق مثل ما أنكم تنطقون" قال فصاح الأعرابي وقال: يا سبحان الله! من الذي أغضب الجليل حتى حلف! ألم يصدقوه في قوله حتى ألجأوه إلى اليمين؟.
  - في تفسير الجامع لأحكام القرآن للإمام القرطبي رواه الأصمعي

شرط المعالجة
2- الثقة بالدواء: بالقرآن الكريم

- {وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ} [الأعراف: 204]
- وهل يتردد في اتخاذ القرار المصيري بتغيير نمط الحياة وهدف الحياة، إذا سمع خطاب الله تعالى لعباده في سورة الحديد:
- أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ ...
- فقد كانت هذه الكلمات سبباً في توبة عدد من اولياء الله منهم مالك بن دينار وعبد الله بن المبارك والفضيل بن عياض، وكثير من المشاهير الذين حفلت بهم كتب التاريخ. وعن نافعٍ أن ابن عمر كان إذا قرأ هذه الآية بكى حتى يغلبه البكاء.

ضرورة إحترام الطبيب واستعمال الدواء

- {وَقَالُوا اتَّخَذَ الرَّحْمَنُ وَلَدًا (88) لَقَدْ جِئْتُمْ شَيْئًا إِدًّا (89) تَكَادُ السَّمَاوَاتُ يَتَفَطَّرْنَ مِنْهُ وَتَنْشَقُّ الْأَرْضُ وَتَخِرُّ الْجِبَالُ هَدًّا (90) أَنْ دَعَوْا لِلرَّحْمَنِ وَلَدًا (91) وَمَا يَنْبَغِي لِلرَّحْمَنِ أَنْ يَتَّخِذَ وَلَدًا (92) إِنْ كُلُّ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِلَّا آتِي الرَّحْمَنِ عَبْدًا (93) لَقَدْ أَحْصَاهُمْ وَعَدَّهُمْ عَدًّا (94) وَكُلُّهُمْ آتِيهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَرْدًا (95) } [مريم: 88 - 95]

- عدم الاعتراف به يضر بالمريض أشد الضرر:

- {وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ} [الحج: 31]

- لا فائدة من المعالجة إذا لم يستعمل الدواء:

- {وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا } {82}. (الإسراء:82).

الإعجاز الثاني- بناء الثقة

- إن الذي يخاطب هو الذي خلق والذي خلق سبحانه، يعلم كيف يؤثر بمن خلق، هي آيات تلفت نظر القاريء وسمع السامع ، تخاطب المجتهد واللاهي، والغافل والصاحي، والمطيع والعاصي وكل يفهم بطريقته الخاصة مع أن الكلام واحد.
- هذا هو سر الإعجاز النفسي لدى سماع آي القرآن أو قراءتها؟
- لكن ما هي الغاية من كسب الثقة؟
- هنا تأتي المعالجة

ثالثاً- المعالجة: شرح القرآن عدداً من حالات القلق والاكتئاب وأسبابها

- {أَشِحَّةً عَلَيْكُمْ فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشَى عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَإِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَقُوكُمْ بِأَلْسِنَةٍ حِدَادٍ أَشِحَّةً عَلَى الْخَيْرِ أُولَئِكَ لَمْ يُؤْمِنُوا فَأَحْبَطَ اللَّهُ أَعْمَالَهُمْ وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا } [الأحزاب: 19]
- {وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ } [الزخرف: 36]
- {إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ} [آل عمران: 175]
- {وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى} [طه: 124]

يعالج القرآن العقد النفسية البسيطة والمتوسطة والخطيرة شروط بناء نفسية الانسان السويّ وشخصيته

- عالج القرآن الكريم العقد البسيطة في بضع آيات من سورة واحدة (لقمان):
- وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ {13}. ثم بضرورة بر الوالدين لتحقيق الاستقرار العائلي والمحيط الأسري: وَوَصَّيْنَا الْإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ {14} ثم في توضيح تفاصيل العقيدة وترسيخها: يَا بُنَيَّ إِنَّهَا إِن تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَكُن فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَاوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ {16}. ثم بتحسين العلاقة مع الخالق والمعاملات مع الخلق، والثقة بالنفس: يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ {17}. ثم بالظهور في المجتمع باعتدال وواقعية: وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ {18} وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِن صَوْتِكَ إِنَّ أَنكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ {19}.

حذّر المستهزئين وأخذ بيد المستضعفين

- يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَومٌ مِّن قَوْمٍ عَسَى أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاء مِّن نِّسَاء عَسَى أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُوْلَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ {11}. (سورة الحجرات)

عالج عقدة البخل والشح في آيات كثيرة وبالتدرج

- بدءاً من دفع الزكاة فرضاً وشرطاً للانتماء إلى الإسلام، تماماً كما يعالج المدمنين على الخمر:
  - يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ أَنفِقُواْ مِمَّا رَزَقْنَاكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ يَوْمٌ لاَّ بَيْعٌ فِيهِ وَلاَ خُلَّةٌ وَلاَ شَفَاعَةٌ وَالْكَافِرُونَ هُمُ الظَّالِمُونَ {254}.
  - حتى يصل بهم إلى الحض على الإنفاق مقروناً بالأدب في الإنفاق فيقول:
  - مَّثَلُ الَّذِينَ يُنفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنبُلَةٍ مِّئَةُ حَبَّةٍ وَاللّهُ يُضَاعِفُ لِمَن يَشَاء وَاللّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ {261} الَّذِينَ يُنفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللّهِ ثُمَّ لاَ يُتْبِعُونَ مَا أَنفَقُواْ مَنًّا وَلاَ أَذًى لَّهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلاَ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ {262}.
  - (سورة البقرة)

وللخائفين من استبطاء الرزق أو انقطاعه

- : يقول الله تعالى في سورة الذاريات مطمئناً: وَفِي السَّمَاء رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ {22} فَوَرَبِّ السَّمَاء وَالْأَرْضِ إِنَّهُ لَحَقٌّ مِّثْلَ مَا أَنَّكُمْ تَنطِقُونَ {23}. ويقول لهم أيضاً في سورة العنكبوت: وَكَأَيِّن مِن دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ {60}.
- وللقلقين من الزواج خشية الإنجاب وخوفاً من المسؤولية، يطمئنهم الله عز وجل في سورة الإسراء فيقول: {وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْئًا كَبِيرًا (31) } [الإسراء].
- بل ويشترط عليهم ألا يستبدلوا الزواج بالزنا وهو الكفيل لهم، برزقهم ورزق عيالهم إذا تحصنوا، فيتابع قائلاً: وَلاَ تَقْرَبُواْ الزِّنَى إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاء سَبِيلاً {32}.

وللذين يعانون من القلق

- يشترط عليهم القرآن أن يكونوا من أهل الإيمان والعمل الصالح حتى تفلح معالجتهم فيقول في سورة محمد صلى الله عليه وسلم: بسم الله الرحمن الرحيم:
- الَّذِينَ كَفَرُوا وَصَدُّوا عَن سَبِيلِ اللَّهِ أَضَلَّ أَعْمَالَهُمْ {1} وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَآمَنُوا بِمَا نُزِّلَ عَلَى مُحَمَّدٍ وَهُوَ الْحَقُّ مِن رَّبِّهِمْ كَفَّرَ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَأَصْلَحَ بَالَهُمْ {2}.

وللذين قد يبلغ بهم القلق حد الذعر إذا لم يعالج

- يقول الله تعالى لهم في سورة إبراهيم:
- " يُثَبِّتُ اللّهُ الَّذِينَ آمَنُواْ بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ "{27}".
- ويقول أيضًا في سورة البقرة:
- "فَمَن تَبِعَ هُدَايَ فَلاَ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ" {38}.
- ويعدهم الله بالعون فيقول عز وجل في سورة الفتح:
- "هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ ولله جنودُ السماواتِ و الأرضِ و كانَ الله عليمًا حكيمًا" {4}".

حتى أن القرآن الكريم يعالج مسألة الخوف من المواجهة بين طرفين

- فيوعز لمن استدعي إلى مقابلة أن يعتصم بالله وأن يتحلى بالصدق والاستقامة فيقول في سورة الإسراء :
- وَقُل رَّبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاجْعَل لِّي مِن لَّدُنكَ سُلْطَانًا نَّصِيرًا {80} وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا {81}.
- مما يمنح المؤمن ثقة بالله تزيده ثقة بنفسه وتعزز شخصيته.

وللمصابين بالأمراض الخطيرة أو الجروح البليغة

- : يقول الله تعالى في سورة يوسف:
- وَلاَ تَيْأَسُواْ مِن رَّوْحِ اللّهِ إِنَّهُ لاَ يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللّهِ إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُون" "{87}".
- ويقول في سورة الأنبياء:
- وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ {83} فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِن ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَى لِلْعَابِدِينَ {84}.
- ويؤمل الذي أقفلت في وجهه كل السبل ويزيده فيعده بالصلاح والإصلاح
- {أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ (62)} [النمل: 62]

وللعاصين الذين تراكمت عليهم المصائب والويلات

- ولم يعد بمقدور أحد ان يكشفها إلا الله، يعلمنا القرآن دعاء سيدنا يونس من بطن الحوت وهو في الظلمات والحر الشديد:
- فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَن لَّا إِلَهَ إِلَّا أَنتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ {87} فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنجِي الْمُؤْمِنِينَ {88}.
- (سورة الأنبياء).

حتى الذين بلغوا حد اليأس فتح لهم باب الأمل

- " قل يا عِبادِيَ الذينَ أسْرَفوا على أنفسِهِمْ لا تَقنَطُوا منْ رَحْمَةِ الله إنَّ اللهَ يغْفِرُ الذنوبَ جميعًا إنَّهُ هوَ الغفورُ الرحيم" {53}". (سورة الزمر).
- ويبشرهم ويؤملهم، مهما تكن حالتهم بائسة، فيقول :
- "وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُواْ لِي وَلْيُؤْمِنُواْ بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ"، {186}". (سورة البقرة).

للذين يخافون من الموت، يعالجهم القرآن بمواجهة الحقيقة

وهو أسلوب معروف لدى الأطباء النفسانيين، فيقول :

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِلَيْنَا تُرْجَعُونَ {57}. (العنكبوت).

أَيْنَمَا تَكُونُواْ يُدْرِككُّمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشَيَّدَةٍ ... ، (النساء).

قُلْ فَادْرَؤُوا عَنْ أَنفُسِكُمُ الْمَوْتَ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ {168}. (آل عمران).

{قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ (8) } [الجمعة: 8]

ثم يطيّب خاطر المؤمنين، فيقول في سورة النحل: الَّذِينَ تَتَوَفَّاهُمُ الْمَلآئِكَةُ طَيِّبِينَ يَقُولُونَ سَلامٌ عَلَيْكُمُ ادْخُلُواْ الْجَنَّةَ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ {32}.

القرآن الكريم يدرب المؤمن

على مواجهة الواقع

- {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (156) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (157)}
- [البقرة]

على استقرار حالته النفسية

- {الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}
- [الرعد: 28]
- {وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ (34) الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ عَلَى مَا أَصَابَهُمْ وَالْمُقِيمِي الصَّلَاةِ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ (35)} [الحج].

إذا لم تعالج تكمن الأمراض النفسية وتتراكم

- ثم تطفوا على شكل قلق أو حزن أو انفجار مفاجيء تحدثه صدمة إضافية أو أزمة طارئة. ومن المعروف أن تراكم التوترات النفسية يودي بالإنسان إلى إصابته بالانهيار العصبي المعروف بعبارة depression .
- لذلك يدعونا القرآن الكريم إلى معالجة الأزمة مباشرة أو تخطيها عبر تقبل ما حصل والرضى بما قُسِم، وفي ذلك يقول الله تعالى في سورة البقرة: "وَعَسَى أَن تَكْرَهُواْ شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَى أَن تُحِبُّواْ شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لاَ تَعْلَمُونَ" {216}.
- فمن المهم أن يتجاوز المرء آثار الأزمة الحالية قبل أن تتراكم فوقها آثار الأزمات اللاحقة وفي ذلك يقول الله تعالى: إن مع العسر يسرا إن مع العسر يسرا.

الخلاصة

- **أكثر من إعجاز في أساليب المعالجة:**
  - بالتكرار لترسيخ الفكرة: المواظبة على قراءة القرآن ثم ختمه من جديد.
  - باللجوء إلى القوي القادر على الإنقاذ : القوة الخارقة المعلومة في وجه الأوهام الخارقة المجهولة
  - بفتح باب الأمل والتوبة الدائمين
  - بمواجهة الحقائق: خدمة المرضى والعجائز، عيادة المرضى، حضور الجنازات ، شهود الدفن.
  - المعالجة بالتطمين وليس بالمسكنات. التطمين بذكر اسم الله وبترداد لا إله إلا الله. حضور مجالس العلم وصلاة الجماعة : أهمية الأوراد والباقيات الصالحات.

الخاتمة
عالج القرآن كثيرا من العقد والأمراض ما علمنا منها وما لم نعلم

- {إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ (30) نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ (31) نُزُلًا مِنْ غَفُورٍ رَحِيمٍ (32)} [فصلت: 30 - 32]
- هنيئاً لمن كان القرآن جليسه وذكر الله أنيسه.
- وهنيئاً لمن جعل القرآن يسمع في بيته ويحفظ في صدور أبنائه وبناته:
- {يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ} (يونس: 57).