

THE ISLAMIC SHARIA APPROACH IN THE PREVENTION OF CONTEMPORARY MENTAL ILLNESS: AN ANALYTICAL STUDY

منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسية المعاصرة: دراسة تحليلية

Muneer Ali Abdul Rab ⁱ, Mahmoud Mohamed Ali Mahmoud Edris ⁱⁱ,
Baidar Mohammed Mohammed Hasan ⁱⁱⁱ, Setiyawan Gunardi ^{iv},
Lutfi Muhammad Zain ^v & Mesbahul Hoque ^{vi}

ⁱ (*Corresponding author*). Associate Professor, Faculty of Syariah and Law, Universiti Sains Islam Malaysia.
muneerali@usim.edu.my

ⁱⁱ Senior Lecturer, Faculty of Syariah and Law, Universiti Sains Islam Malaysia.
mahmoud.mohamed@usim.edu.my

ⁱⁱⁱ Senior Lecturer, Faculty of Syariah and Law, Universiti Sains Islam Malaysia.
baidar1984@usim.edu.my

^{iv} Associate Professor, Faculty of Syariah and Law, Universiti Sains Islam Malaysia.
setiyawan@usim.edu.my

^v Lecturer, Faculty of Syariah and Law, Universiti Sains Islam Malaysia.
lutfi@usim.edu.my

^{vi} Senior Lecturer, Faculty of Quran and Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia.
mesbahul@usim.edu.my

Abstract

Many mental illnesses have spread in the Islamic and Arab world, and the most prevalent of these diseases are depression, anxiety, autism, Alzheimer's, schizophrenia, and others. These diseases have a severe impact on human life, and a large percentage of the patients who suffer from them do not get treatment for them, as the people of sorcery have appeared in Muslim countries, who falsely claim to treat them, and falsely extort people's money. This research aims to describe contemporary psychiatric diseases, and the disclosure of the Islamic law approach to prevent them, based on the inductive and descriptive analytical methods. The research concluded that among the most important legal measures that protect a person from mental illness are the following: belief in Allah; seeking help and trust in Him; remembrances and aphoristic supplications; reciting the Qur'an and legal ruqyah; performing acts of obedience and displaying good morals; accompanying and sitting with the righteous; and taking medication. There are recent foreign scientific studies, which have confirmed a number of these legal means and measures that protect people from mental illnesses. It is not permissible to treat these mental illnesses with forbidden things, just as it is forbidden to take medication from sorcerers and priests (divineers); because it entails a great promise and help in disobedience to Almighty Allah.

Keywords: Prevention, Mental, Illness, Islamic, Law.

<p>انتشرت العديد من الأمراض النفسية في العالم الإسلامي والعربي، ومن أكثر هذه الأمراض انتشاراً: الاكتئاب والقلق والتوحد والزهايمر والفصام، وغيرها. وهذه الأمراض لها تأثير خطير على حياة الإنسان، ونسبة كبيرة من المرضى الذين يعانون منها لا يحصلون على علاج لها، كما ظهر أهل الشعوذة في بلاد المسلمين، الذين يدعون معالجتها كذباً، ويأكلون أموال الناس بالباطل. يهدف هذا البحث إلى وصف الأمراض النفسية المعاصرة، والكشف عن منهج الشريعة الإسلامية للوقاية منها، معتمداً على المنهج الاستقرائي والمنهج الوصفي التحليلي. وخلص البحث إلى أنّ من أهم التدابير الشرعية التي تحمي الإنسان من الأمراض النفسية الحاضرة ما يأتي: الإيمان بالله والاستعانة به والتوكل عليه، والأذكار والأدعية الماثورة، وتلاوة القرآن والترقي الشرعية، وفعل الطاعات والتحلّي بالأخلاق الحميدة، ومصاحبة الصالحين ومجالستهم، والتداوي. وهناك دراسات علمية أجنبية حديثة، أكدت عددًا من هذه الوسائل والتدابير الشرعية التي تحمي الإنسان من الأمراض النفسية. لا يجوز علاج هذه الأمراض النفسية بالحرام، كما لا يجوز التداوي عند السحرة والكهنة (العرافين)؛ لما يترتب عليه من وعد عظيم، والإعانة على معصية الله -تعالى.</p> <p>الكلمات المفتاحية: الوقاية، الأمراض، النفسية، الشريعة، الإسلامية.</p>	<p>ملخص البحث</p>
--	--------------------------

مقدمة

إنّ المتأمل إلى واقعنا الحاضر، يرى كثيراً من الأمراض المنتشرة في العالم الإسلامي والعربي، ومن أكثر هذه الأمراض انتشاراً: الأمراض النفسية؛ كالاكتئاب والقلق والتوحد والزهايمر والفصام، وغيرها. ومن مظاهر هذه الأمراض: القلق والخوف والوسوس والأوهام والشعور بالنقص وفقدان الثقة بالذات، وغيرها، وينجم عنها الأمراض البدنية، مثل ألم الرأس (الصداع) وخفقان القلب والشلل وألم المعدة (القرحة)، وغيرها. ولهذه الأمراض أسباب مختلفة، فقد تكون ناجمة عن حوادث ووقائع مؤلمة، أو عن مشاكل أسرية، أو نتيجة ظلم واضطهاد، أو ألمٍ لم به بفراق شخص عزيز وحبیب، ولعلّ غياب الوازع الديني وضعف التربية الدينية هما أهم أسباب تفشي هذه الأمراض والاضطرابات، فلم تنتشر في مجتمعاتنا إلا عندما أهمل الدين وتركت القيم والأخلاق، وسيطرت عليها الماديات والشهوات، ولعلنا نعتبر بالأهم الغربية التي تعدّ من أكثر المجتمعات ثراء، لكنّها من أكثر المجتمعات أمراضاً، ونسبة الانتحار فيها بلغ الذروة، بسبب الكفر والإلحاد.

تكمن مشكلة الدراسة في أنّ هذه الأمراض لها تأثير بالغ على حياة الإنسان، وأنّ إحدى الدراسات الطبية توصلت إلى أنّ نسبة كبيرة من المرضى الذين يعانون من أمراض نفسية حادة لا يحصلون على علاج

على الإطلاق (الجزيرة، ٢٠٠٤)، وإن حصل بعضهم عليه، فهو مستورد من دول الغرب الفاقدة للعقيدة والإيمان، ومن المعلوم أنّ فاقد الشيء لا يعطيه، كما ظهر في مقابل هؤلاء أهل الشّعوزة في بلاد المسلمين، الذين يأكلون أموال الناس بالباطل، ويخدعون الناس بقراءاتهم الكاذبة وبالتمائم (الحزرات) والتعاويذ الباطلة! فهل تدابير الوقاية من هذه الأمراض تتوفّر عند هؤلاء المنكوسين، والمرتكسين على رؤوسهم في الضلالة والجهالة؟! يهدف هذا البحث إلى وصف الأمراض النفسانية المعاصرة، والكشف عن منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية منها، مستمداً من نبعها الصّافي؛ من نصوص القرآن والسنة، ومن أقوال علماء سلف هذه الأمة، فتراثنا الإسلامي فيه كنوز نادرة لمن بحث عنها، حيث يحتوي على ثروة علمية هائلة في كثير من المجالات؛ بما فيها علم النفس، فحتاج إلى من ينقب عنها من علمائنا المسلمين؛ لإبرازها والاستفادة منها. وسيكون المنهج المتبع في هذه الدراسة لتحقيق هدفها: المنهج الاستقرائي؛ لاستقراء كتب التراث وغيرها بغية تحديد تدابير شرعية تكون وقاية من هذه الأمراض النفسانية المعاصرة، والمنهج الوصفي التحليلي؛ لوصف الأمراض النفسانية المعاصرة، ثمّ الكشف عن منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية منها، ودراستها وتحليلها.

إنّ دراسة هذا الموضوع من الأهمية بمكان، وهو بحاجة إلى دراسة متخصصة ومتعمّقة؛ لا سيما وأنّه لا توجد دراسات سابقة محكمة تناولته من هذه الزاوية، والدراسات التي تناولت بعض جوانبه في أسطر معدودة، مجرد مقالات غير محكمة. ومن علمائنا السابقين من أشار في مؤلفاته إلى بعض هذه التدابير؛ على سبيل المثال: ابن حزم (ت ٤٥٦هـ) في كتابه (الأخلاق والسير في مداواة النفوس)، وابن الجوزي (ت ٥٩٧هـ) في كتابيه (صيد الخاطر، وذمّ الهوى)، وابن تيمية (ت ٧٢٨هـ) في (مجموع فتاواه)، وفي (أمراض القلوب)، وغيرهما، وابن القيم (ت ٧٥١هـ) في كتبه (الداء والدواء، والروح، وزاد المعاد، وطريق المهجرتين وباب السعادتين، ومفتاح دار السعادة، وروضة المحبّين ونزهة المشتاقين)، وغيرها، ومن العلماء المعاصرين الذين كتبوا في ذلك: عبدالرحمن ابن ناصر السعدي (ت ١٣٧٦هـ)، وذلك في جزء يسير سمّاه (الوسائل المفيدة للحياة السعيدة). وهناك بحوث معاصرة ذات صلة بموضوع الدراسة، لكنّها لم تتناوله من كلّ الجوانب، كما هو واضح من عناوينها، على سبيل المثال: الذّكر والدعاء والعلاج بالرّقى من الكتاب والسنة، للشيخ سعيد بن وهف القحطاني (ت ١٤٤٠هـ)، وله مؤلّف آخر عنوانه: العلاج بالرّقى من الكتاب والسنة. وكذلك العلاج والرّقى بما صحّ عن المصطفى، للباحث د. خالد بن عبد الرحمن الجريسي. وسوف يستفيد الباحث من بعض هذه الكتب والبحوث، في الكشف عن بعض هذه التدابير الشرعية المناسبة لهذه الأمراض. وسيكون بحث الموضوع في مبحثين اثنين: الأوّل: في وصف أشهر الأمراض النفسانية في واقعنا الحاضر، والثاني: في الكشف عن منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسانية.

المبحث الأول: وصف الأمراض النفسية المعاصرة

المطلب الأول: تعريف المرض النفسي وأنواعه

أولاً: تعريف المرض النفسي

يتركب مصطلح (المرض النفسي) من لفظين اثنين (المرض) وهو الموصوف، و(النفسي) وهو الصفة، وسوف نعرف كل لفظ أو مفردة على حدة، ثم نعرفهما كمصطلح مركب، وذلك كما يلي:

المرض لغة: (مرض): الميم والراء والضاد أصل صحيح، ويراد به: السقم، أي ما يخرج به الإنسان عن حد الصحة (ابن فارس، ١٩٧٩). ومرضى: جمع مريض، وأمراضه: أعلاه، ومرضه: أحسن القيام عليه (ابن منظور، ١٤١٤هـ). والمرض اصطلاحاً: عُرف المرض بتعاريف عديدة، منها ما يلي:

١. أنه إحساس بالمنافي، وقيل: هو فساد يعرض للبدن فيخرجه عن الاعتدال والصحة (ابن الجوزي، ١٩٨٤).

٢. أنه حالة ضارة بالفعل، خارجة عن الطبع، والآلام والأورام أعراض عنه (السفاري، ١٩٩٣).

٣. هو ما يعرض للبدن فيخرجه عن الاعتدال الخاص به، ويوجب الخلل في أفعاله (البيضاوي، ١٤١٨هـ).

٤. أنه ضعف في القوى يترتب عليه خلل في الأفعال (التجيب، ١٩٩٧). مما سبق نخلص إلى أن المرض عبارة عن حالة تعرض للبدن، فتضر به، وتخرجه عن حالته الطبيعية، وهي الصحة والاعتدال.

ثانياً: تعريف المرض النفسي كمصطلح مركب

يُعرف المرض النفسي بأنه اضطراب نفسي، له تأثير على شعور الشخص وسلوكه وتفكيره، ويصنف بأنه مزمن أو مؤقت، وهو في مستويات متفاوتة في الشدة، ومن أمثلة الأمراض النفسية: اضطراب القلق، والاكتئاب، والفصام، وغيرها، ويصاحبها اضطرابات نفسية وسلوكية متعددة، تؤثر على حياة المصابين بها (الصحة النفسية، ٢٠٢٢)، كما عُرف بأنه مجموعة من الأعراض التي تصحبها سلوكيات غريبة وشاذة ناشئة عن عوامل نفسية (أحمد مختار، ٢٠٠٨). فالمرض النفسي هو المرض الذي له تأثير على الصحة النفسية للإنسان، وهو متفاوت في الشدة حسب طبيعة المرض، ويعدّ خطراً جسيماً في التصرف والسلوك السلبي والضارّ حال استمراره لمدة طويلة، ومن أمثلته الأكثر شيوعاً: التوحد، والفصام، والقلق، وغيرها. وسيأتي ذكرها في المطلب التالي.

المطلب الثاني: أنواع المرض النفسي

هناك أنواع كثيرة من الأمراض النفسية التي تصيب الإنسان، وتؤثر على قدراته وتصرفاته وسلوكياته ومشاعره، وسوف نبين في هذا المطلب أهم هذه الأمراض الحاضرة المنتشرة، سواء أكانت نفسية محضة أم عقلية ناتجة عن أعراض نفسية، أو لها تأثير على الصحة النفسية للمصاب بها، وفيما يلي بعض هذه الأمراض:

الأول: اضطراب القلق: وهو الإفراط في القلق، وتكرره دون سبب حقيقي، مما يؤثر على قدرة المصاب الجسمية، ويصاحبه ما يأتي: اضطراب القلق العام، الذي يسببه قلق مفرط تجاه بعض الأمور، كالأعمال، والمواقف الاجتماعية، ومن أعراضه: الشعور بالضيق، والإرهاق والتعب بسرعة، والانفعال وصعوبة التركيز، واضطرابات النوم. واضطراب الهلع: وتعرف بنوبات الخوف والهلع الشديدة والمتكررة، التي تحدث بشكل مفاجئ، نتيجة التعرض لموقف معين، أو لسبب غير واضح في بعض الحالات، ويفقد المصاب بها إرادته، ويصاحبه الارتعاش والتعرق، وسرعة نبضات القلب، والشعور بفقدان السيطرة، والاختناق أو ضيق التنفس، وكذلك الإسهال وآلام في البطن. وذكر بعض الباحثين المتخصصين في علم النفس أن لهذا المرض مجموعة متنوعة من الأمراض: كالسكري وأمراض القلب، والسرطان، وغيرها. وكذلك الاضطرابات المتعلقة بالزهاب (الفوبيا): وهي الخوف الشديد من موقف أو شيء محدد، فيفقد الشخص قدرته في التعامل معه. ومن أعراضه: القلق المفرط، والخوف الشديد. ويعتبر الزهاب اضطراباً نفسياً، عندما يسبب الخوف والقلق تشويشاً كبيراً في سير الحياة اليومية. وتصنف الاضطرابات الزهابية إلى ثلاثة أنواع: الخوف من الأماكن المفتوحة وهو الخوف الشائع والأكثر خطورة، والزهاب الاجتماعي، والزهاب البسيط (ويب طب، ٢٠٢٠). فالقلق: من المشاعر النفسية المضطربة، التي تنتج عنها آثار خطيرة كالتوتر والخوف والانفعال، وآثار مرضية عضوية كأمراض القلب وغيرها، وتلازم الشخص في معظم تصرفاته.

الثاني: الوسواس القهري (الاضطراب الوسواسي): هو أحد الاضطرابات النفسية التي تحدث نتيجة التخيلات والسلوك القهري اللذين يؤثران على حياة المصاب وقدرته الجسمية، التي تحول بينه وبين تمكنه من إنجاز أعماله. ومن هذه التخيلات: الخوف المفرط أو المبالغ به الذي يؤدي إلى أذية النفس والآخرين. ومن السلوك القهري الذي قد يمارسه المصاب، كمحاولة للتخلص من الهواجس والتخيلات التي تتناهبه: المبالغة في التحقق من بعض الأمور، والقيام بأفعال لا معنى لها، كتنظيم الأشياء وترتيبها بدون أي دافع لذلك. وليس لهذا المرض مسبب واضح، لكن يحتمل أن تكون العوامل البيولوجية، والبيئية من مسبباته (ويب طب، ٢٠٢٠). فهذا المرض النفسي نوع من الاضطرابات المرتبطة بالقلق، المؤدية إلى تصرفات قهرية غير اختيارية؛ كالإفراط في التحقق من بعض الأمور، والقيام بأفعال لا جدوى منها.

الثالث: مرض التوحد: وهو اضطراب عصبي نمائي، يظهر في الأطفال في سن الرضاعة، والأطفال المصابون به يعانون من صعوبات في العلاقات الاجتماعية المتبادلة، واللغة، والسلوك، ورجح بعض أهل

الاختصاص وجود عوامل عديدة لهذا المرض، منها: الاعتلالات الوراثية، وعوامل بيئية، وعوامل أخرى تخضع للبحث والدراسة تشمل: مشاكل أثناء مخاض الولادة، ودور الجهاز المناعي في كل ما يخص بالتوحد (ويب طب، ٢٠٢١). هذا المرض يعتبر من أكثر الأمراض النفسية المنتشرة في زمننا الحاضر، التي تصيب الأطفال في مرحلة مبكرة من الطفولة، وهو مرض نفسي وعضوي في الوقت ذاته، حيث تنتج عنه أعراض عضوية ونفسية، كضعف في التفاعل الاجتماعي ومهارات الاتصال (الانعزال الاجتماعي)، وعدم الاهتمام بالأشخاص أو أقرانهم أو إظهار قلة الاهتمام بهم، والتردد والتراجع في الكلام، والتوتر، وغير ذلك. والتوحد له درجات متفاوتة، منها الشديدة، ومنها الخفيفة. ولم يكتشف له علاج شافٍ حتى الآن، كما أن الأسباب الحقيقية للإصابة بالتوحد غير معروفة.

الرابع: الفصام أو "الشيزوفرنيا": وهو مرض نفسي خطير، يجعل المريض يعيش في أوهام، مما يؤثر في أفكاره، وسلوكه، وتصوّراته، وتعامله، وقد يفرضي به إلى الانتحار في حالة نوباته الحادة. ومن الأوهام التي يؤمن بها المصاب به: اعتقاده بأنه شخص مشهور، ذو مكانة رفيعة في مجتمعه. وهناك أعراض سلبية تصاحب المصاب؛ كانهدام المشاعر عنده، وانعدام الاهتمام وروح المبادرة، وفرط اللامبالاة بالأمر. ليس لهذا المرض أسباب حقيقية واضحة، وإن كان معظم الخبراء يرجحون أن سبب هذه الحالة هو مزيج من العوامل الوراثية والبيئية (وزارة الصحة، ٢٠٢١). نخلص مما سبق أن مرض الفصام من الأمراض النفسية التي تصيب عددًا من وظائف العقل؛ كالإدراك والتفكير، ويؤثر على مشاعر المصاب وسلوكه وإرادته، وتصدر منه سلوكيات غريبة، كالمختل عقليًا، وتنجم عنه أوهام وخيالات وظنون باطلة لا حقيقة لها، ويميل المصاب به للعزلة والانطواء، وسببه الدقيق غير معروف.

الخامس: الاكتئاب: وهو مرض نفسي، يصاحبه شعور مستمر بالحزن، مما يؤثر في تفكير المصاب وتصرفه. وله أعراض عدّة؛ كالقلق والانفعال، والتعب واليأس، والبكاء واضطراب النوم، والشعور بالصداع والآلام، والعزلة الاجتماعية، والتفكير بالموت ومحاولة الانتحار، وغيرها. وأسباب هذا المرض غير معروفة حتى الآن، لكنّ العوامل الوراثية والبيئية يمكن أن تكون مسببة له، كغيرها من الأمراض (وزارة الصحة، ٢٠٢٠). فالإكتئاب كسابقه من الأمراض الخطيرة التي تصيب النفس والجسم، وتؤثر على التفكير والسلوك، والمصاب به لا يستطيع ممارسة حياته اليومية كالمعتاد؛ إذ إنّ الإكتئاب والحزن والقلق والعزلة الاجتماعية وغيرها من الأعراض السابقة الذكر تسبب له شعورًا بانعدام أية رغبة في الحياة، وهو مرض منتشر وشائع في عالمنا الحاضر، وأسبابه وعوامله لم تعرف بدقة حتى الآن.

السادس: مرض الزهايمر: هو مرض دماغي متطور، يسبب ضمورًا في خلايا المخ، وقد يدمرها، ويؤدي إلى مشكلات في ذاكرة المصاب وتفكيره وسلوكه، مما يؤثر على حياة الشخص المصاب مع مرور الزمن، وغالبًا ما يفرضي به إلى مفارقة الحياة. ويمرّ المصاب به بخمس مراحل، وهي: المرحلة المبكرة الأولى، التي لا يشعر فيها الشخص بإصابته به؛ لعدم ظهور الأعراض عليه. ثمّ يعاني بعدئذ بتغيرات خفيفة في ذاكرته

وقدرته على التفكير، لكن لا يكون لها تأثير على حياته وعلاقاته مع الآخرين، وهذه هي المرحلة الثانية. ثم تأتي المرحلة الثالثة، وهي مرحلة الخرف البسيط، التي يجد فيها المصاب صعوبة كبيرة في الذاكرة والتفكير، مع تغيرات في شخصيته. وتليها مرحلة الخرف المعتدل أو المتوسط، التي تتضمن وجود اضطرابات أكثر في ذاكرة المصاب وإدراكه، فيعجز عن القيام بواجباته اليومية وأموره الأساسية، فيحتاج إلى مساعدة للقيام بها. ثم تنتهي المراحل الخمس بمرحلة الخرف الشديد، التي يفقد فيها المصاب القدرة على التحكم في حركته، وتواصله وتحديثه مع المجتمع، والعناية الشخصية بنفسه (وزارة الصحة، ٢٠٢٠).

نستنتج مما تقدم أن الزهايمر مرض دماغي خطير؛ حيث يسبب ضمورًا في خلايا المخ، ويؤثر في الذاكرة والقدرات الذهنية، وتظهر لدى مرضى الزهايمر تغيرات في الشخصية، كالانطواء الاجتماعي، وانعدام الثقة بالآخرين، والاكتئاب، والخوف. وهذا المرض ليس نتيجة عامل واحد، بل أكد مختصون (ويب طب، ٢٠٢١). أنه ناتج عن مزيج من العوامل الوراثية والعوامل الأخرى المتعلقة بنمط الحياة والبيئة المحيطة، كسابقه من الأمراض. كما أظهرت إحدى الدراسات (الجزيرة، ٢٠١٢) أن ٧٣٪ من المرضى بهذا المرض، كانوا قد تعرضوا لأعباء نفسية كبيرة، تولدت في الغالب عن فقدان شخص عزيز عليهم، أو معاشتهم لأحداث مرعبة، كالتعرض لهجوم عنيف أو لحادث سير جسيم، تسبب في حدوث عواقب نفسية خطيرة لديهم، ولأجل ذلك تم إدراج هذا المرض ضمن الأمراض النفسية.

السابع: اضطراب ثنائي القطب: وهو مرض نفسي يسبب تغيرات شديدة في مزاج الشخص المصاب، ويصاحبه نوبات الاكتئاب، التي يظهر بسببها الشعور بالحزن، وسرعة الانفعال، وفقدان الأمل، وعدم الثقة بالنفس، وضعف الذاكرة، واضطراب النوم، وغيرها. وقد تصاحبه نوبات الهوس -حالة من الانفعال-، التي من أعراضها: فقدان شهية الطعام، وعدم الرغبة بالنوم، والشعور الغامر بالسعادة أو بالغضب، والضحك بدون سبب، والقيام ببعض الأفعال التي ينجم عنها عواقب وخيمة، وأخذ بعض القرارات المؤذية والمحفوفة بالمخاطر. ولم يعرف السبب الدقيق في ذلك، ولكن يُرجح أن يكون هناك مزيج من العوامل الاجتماعية والبيئية والمادية، التي تؤدي إلى حدوث هذا الاضطراب (وزارة الصحة، ٢٠٢١). فهذا المرض النفسي يتميز بنوعين من النوبات، وهما: الاكتئابية، والهوسية، منها الخفيفة ومنها الشديدة، وينتج عنهما العديد من الأعراض المختلفة، سواء أكانت نفسية أم جسدية.

الثامن: الصرع: وهو خلل في نقل الإشارات الكهربائية في داخل الدماغ، ويظهر بصور مختلفة ومتنوعة، ويسبب دائمًا نوبة من الحركة اللاإرادية وفقدان الوعي، ويصاحبه نوبات صرعية غريبة، وتصرفات شاذة؛ وتشنجات حادة. وهذا المرض قد يكون مرضًا نفسيًا تصاحبه عادة أمراض نفسية مزمنة كالقصور، والاكتئاب المستمر، والقلق المتزايد، وقد يكون صرعًا من النفوس الخبيثة من الجن والشياطين. وذكر بعض أهل الاختصاص أن الخلل المصاحب للجينات في الدماغ، والعامل البيئي، قد يكونان من مسببات هذا المرض (ويب طب، ٢٠٢١؛ الإسلام سؤال وجواب، ٢٠٠٢). فالصرع مرض خطير، قديم وحديث، شغل

المرضى والأطباء على مدى العصور، وعرفه الأطباء العرب ووصفوا أعراضه، بسبب نوبات مختلفة؛ منها الحادة، ومنها الخفيفة. وهناك العديد من الاضطرابات النفسانية الأخرى ذات الأعراض المختلفة، التي تتسم -غالبًا- بوجود مزيج من التصورات والعواطف والأفكار والسلوكيات الشاذة والعلاقات غير الطبيعية مع الآخرين، اقتصرنا على أهمها في هذا المبحث.

المبحث الثاني: منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسية

عند البحث عن هذه الأمراض النفسية في المصادر والمواقع الطبية المعتمدة، ألفينا أن الأطباء المعاصرين يصفون هذه الأمراض على ظاهرها، ويذكرون الأعراض والعلامات المصاحبة لها، وبعض الآثار الناجمة عنها، والكثير منهم صرح بأن أسباب هذه الأمراض غير معروفة حتى الآن، وبعضهم احتمل أن تكون العوامل البيولوجية أو البيئية أو الاعتلالات الوراثية من مسبباتها. لذا تمثل عجز الأطباء من جانبين: الأول: في الكشف عن أسبابها الحقيقية، والثاني: في إيجاد علاج ناجع لها. وبناء على ذلك، جاءت هذه الدراسة للكشف عن منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسية. فلا غنى لنا عن الاستهداء بالشريعة الإسلامية في كل شؤون حياتنا، لا سيما في الظروف العصيبة، التي تنتشر فيها الأمراض والأوبئة، مستحضرين منهجها في الوقاية منها، فقد أرشدت إلى منهج التعامل مع الأوبئة والأمراض، وحثت على الوقاية والحماية منها قبل حلولها.

كما لا يخفى ما للأطباء والعلماء المسلمين من مساهمات جادة في مجال الطب النفسي الوقائي والعلاجي، لكن لم يصل إلينا إلا القليل من مؤلفاتهم، فممن كتب في ذلك: أحمد ابن سهل البلخي (ت ٣٢٢هـ)، في كتابه "مصالح الأبدان والأنفس" (ابن النديم، ١٩٩٧)، وابن حزم (ت ٤٥٦هـ) في كتابه "الأخلاق والسير في مداواة النفوس"، وابن جميع الإسرائيلي (ت ٥٩٤)، في مصنفه "الإرشاد لمصالح الأنفس والأجساد" (حجّي خليفة، ١٩٤١)، وابن الجوزي (ت ٥٩٧هـ) في كتابه "صيد الخاطر، وذم الهوى" (الذهبي، ٢٠٠٦)، وشيخ الأطباء عبدالوهاب بن أحمد بن سحنون التنوخي (ت ٦٩٤هـ)، في مؤلفه "مفرح النفس"، وابن تيمية (ت ٧٢٨هـ) في كتابه "أمراض القلوب" وغيره، وابن القيم (ت ٧٥١هـ) في كتبه "الداء والدواء، والزوح، وزاد المعاد، وطريق المهجرتين وباب السعادتين، ومفتاح دار السعادة، وروضة المحبين ونزهة المشتاقين" (حجّي خليفة، ١٩٤١)، وغيرها، وعبدالرحمن السعدي (ت ١٣٧٦هـ)، في جزء يسير سماه (الوسائل المفيدة للحياة السعيدة). تحدّث هؤلاء العلماء في مصنفاتهم عن أمراض النفوس، وبعضهم ذكر أسبابها وعلاجها وطرق الوقاية منها، لكنّها مبثوثة في ثنايا كتبهم، تحتاج إلى بحث، وتقصي، وتتبع مواضعها. وكثير من الأمراض النفسية المعاصرة، لها آثار مشابهة للأمراض النفسية التي ذكرها علماءنا الأجلاء، وهي داخلة ضمن أمراض القلوب، على سبيل المثال: الشعور بالخوف والقلق والضيق والاكتئاب والحزن والانفعال والتعب والهواجس والوساوس والأوهام والصرع وقلة النوم وفقدان الشهية وغيرها من الاضطرابات النفسية

والسلوكية. لذا سوف نكشف في هذا المبحث عن منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسية؛ إذ حثت على بذل سبل الوقاية منها قبل وقوعها، وبيّنت منهج التعامل معها بعد وقوعها، مستأنسين في ذلك بما ذكره علماؤنا، وقد تجلّى هذا المنهج في السبل الوقائية التالية:

أولاً: الإيمان بالله والاستعانة به والتوكل عليه: وذلك بأن يعتقد المسلم اعتقاداً جازماً بوجوده جلّ وعلا، وأنه لا معبود بحق إلا الله، فلا أحد يستحقّ العبادة سواه، لا شريك له في ذاته وصفاته وأفعاله، منفرد بالخلق والملك والتدبير، مع الإيمان بأسمائه الحسنى وصفاته العلا الواردة في نصوص القرآن والسنة، إيمان من غير تحريف ولا تكيف ولا تعطيل، فله سبحانه وتعالى الأسماء الحسنى وجميع صفات الكمال، ليس كمثله شيء وهو السميع البصير. والإيمان بالله يقتضي الإيمان بالملائكة، وذلك بالاعتقاد الجازم بأن الله -تعالى- خلقهم من نور، وأنهم غلاظ شداد، طائعون لله منقادون، يفعلون ما يؤمرون، ملازمون لأعمالهم التي أمروا بها.

وكذلك الإيمان بالكتب السماوية المنزلة على الأنبياء والرسل، والمذكورة في القرآن: التوراة والإنجيل والزبور وصحف إبراهيم وموسى. والإيمان بالأنبياء والرسل الذين ذكرهم القرآن وبرسالتهم ونبوّتهم، والتصديق بأن الله -تعالى- أرسل سواهم، كما ذكر القرآن، هو بهم عليم. والإيمان والاعتقاد بما أخبر الله ورسوله من أمور الغيب؛ كعذاب القبر ونعيمه، والبعث والحشر، والصّحف والحساب، والميزان والحوض، والصراط والشفاة، والجنة والنار. والإيمان بأنّ الخير والشّر بيد الله -تعالى-، وأنّ أعمال العباد (من خير وشّر) بمشيئة الله وقدرته، فالخير لعباده المتّقين بمحبّته ورضاه، والشّر لعباده العصاة لا بأمره ولا بمحبّته ولا برضائه تعالى. وشرط الإيمان بالله: دوام الاستعانة به، وهي التوكل عليه سبحانه وتعالى، والتعرّض لأسباب مرضاته، والإقبال عليه، وتفويض الأمور إليه، والاعتصام به، وإظهار الافتقار إليه، والحاجة إلى معونته وحفظه، والاعتقاد بأنّه هو مدبّر الأمور وحده، وقاضي الحاجات، قال تعالى: ﴿وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (القرآن. المائدة: ٢٣). وحقيقة التوكل: توحيد القلب؛ ولا يكون العبد متوكلاً على الله حقّ توكله، حتّى يصحّ توحيد، فإذا علقت به شوائب الشّرك، لا يستقيم توكله، بل يظلّ معلولاً حتّى يتطهّر من أدرانته، فإنّ العبد متى انصرف إلى غير الله، أخذ ذلك الانصراف شعبة من شعب قلبه، فينقص من توكله قدر ذهاب تلك الشعبة (ابن القيم، ٢٠١٩).

فالمريض النفسي إذا آمن بالله -جلّ وعلا- وآمن بملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر والقدر خيره وشره، فإنّ هذا الإيمان كفيل لإزالة أمراض النفوس، وهو أعظم وسيلة لتحقيق الوقاية من الأمراض النفسية؛ لأنّه يعيش حياة رغدة، وعيشة راضية، مطمئن القلب، منشرح النفس، فلا يتكدّر عيشه، ولا يتحسّر إذا ما أصابه مكروه، ولا يجزن إذا ما فاته أمر يحبه؛ لأنّه إذا علم أنّ هذا الابتلاء من خالقه تعالى، رضي واطمأنّ، واحتسب الأجر والثواب، وعلم أنّ ما أصابه لم يكن ليخطئه، وأنّ ما أخطأه لم يكن ليصيبه، فتنتفي بذلك الأمراض النفسية، والأزمات الروحية التي تثور في ضعاف الإيمان، أو عديميه.

ثانيًا: الأذكار والأدعية الماثورة: فالأذكار والأدعية الماثورة حرز للمؤمن من الشرور الظاهرة والباطنة، والمجتمعة والمنفردة؛ لاشتمالها على توحيد الله والاعتصام به، وتفويض الأمر إليه، ومن هذه الأذكار والأدعية الثابتة عن النبي -صلى الله عليه وسلم- ما يأتي: { مَنْ قَالَ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، ... وَكَانَتْ لَهُ حِزْرًا مِنَ الشَّيْطَانِ يَوْمَهُ ذَلِكَ حَتَّى يُمْسِيَ، الحديث { (الحديث. البخاري. باب صفة إبليس وجنوده. رقم ٣٢٩٣)، وفي رواية: { ... وَكَانَ يَوْمَهُ ذَلِكَ فِي حِزْرِ مِنْ كُلِّ مَكْرُوهِ { (النسائي، ٢٠٠١)، وثبت عنه عليه الصلاة والسلام أنه قال: { مَا مِنْ عَبْدٍ يَقُولُ فِي صَبَاحِ كُلِّ يَوْمٍ وَمَسَاءٍ كُلِّ لَيْلَةٍ: بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، فَيَضُرُّهُ شَيْءٌ } (الحديث. الترمذي. باب ما جاء في الدعاء إذا أصبح وإذا أمسى. رقم ٣٣٨٨)، وقال عليه الصلاة والسلام: { مَنْ قَالَ، يَغْنِي، إِذَا خَرَجَ مِنْ بَيْتِهِ: بِسْمِ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، يُقَالُ لَهُ: كُفَيْتَ، وَوُقِيَتْ، وَتَنَحَّى عَنْهُ الشَّيْطَانُ } (الحديث. الترمذي. باب ما يقول إذا خرج من بيته. رقم ٣٤٢٦).

كما أن كثرة الصلاة على رسول الله -صلى الله عليه وسلم- تذهب الهم والغم والكرب؛ ففي الحديث، { قَالَ أَبِي: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنِّي أَكْثَرُ الصَّلَاةِ عَلَيْكَ فَكَمْ أَجْعَلُ لَكَ مِنْ صَلَاتِي؟ فَقَالَ: مَا شِئْتَ، قَالَ: قُلْتُ: الرُّبْعَ، قَالَ: مَا شِئْتَ، فَإِنْ زِدْتَ فَهُوَ خَيْرٌ لَكَ، قُلْتُ: التَّصَفَّ، قَالَ: مَا شِئْتَ، فَإِنْ زِدْتَ فَهُوَ خَيْرٌ لَكَ، قَالَ: قُلْتُ: فَالْثُلُثَيْنِ، قَالَ: مَا شِئْتَ، فَإِنْ زِدْتَ فَهُوَ خَيْرٌ لَكَ، قُلْتُ: أَجْعَلُ لَكَ صَلَاتِي كُلَّهَا قَالَ: إِذَا تُكْفَى هَمَّكَ، وَيُعْفَرُ لَكَ ذَنْبُكَ } (الحديث. الترمذي. باب (٨٨). رقم ٢٤٥٧). وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: { كَانَ النَّبِيُّ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- يَدْعُو عِنْدَ الْكَرْبِ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ } (الحديث. البخاري. باب الدعاء عند الكرب. رقم ٥٩٨٦).

ومن الأدعية أيضًا: ما رواه الترمذي عن سعدٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ-: { دَعْوَةُ ذِي النُّونِ إِذْ دَعَا وَهُوَ فِي بَطْنِ الْحُوتِ: لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ، فَإِنَّهُ لَمْ يَدْعُ بِهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا اسْتَجَابَ اللَّهُ لَهُ } (الحديث. الترمذي. باب (٨٥). رقم ٣٥٠٥)، و{اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، ... الحديث { (الحديث. أبو داود. باب ما يقول إذا أصبح. رقم ٥٠٧٤)، وغيرها من الأدعية الكثيرة، التي لا تسع المقالة لذكرها. فالأدعية والأذكار درع المؤمن الذي يحصنه من الأمراض والشرور، وحرز له من كل سوء ومكروه، وحفظ له من الضرر والأذى بجميع أنواعه بإذن الله -تعالى-، وسبب من أسباب الوقاية من الأمراض النفسانية، إذا قالها بلسان صادق، وقلب موقن؛ موقنًا من قرارة وجدانه بأن النفع والضرر والعتاء والسلب كلها أمور

بيد الله - سبحانه وتعالى-، كما أنّها بمنزلة الغذاء الرّوحي لاطمئنان القلوب، قال تعالى: ﴿الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (القرآن. الرّعد: ٢٨).

ثالثاً: تلاوة القرآن والرّقى الشرعيّة: إنّ أعظم دواء جعله الله - سبحانه وتعالى- شفاء ووقاية من الأمراض النفسيّة، هو قراءة القرآن وتلاوته، ويكون التداوي به بقراءته بتدبّر وخشوع، فمن فعل ذلك، واستمرّ عليه، جعل الله له من كلّ همّ فرجاً، ومن كلّ ضيق مخرجاً، ومن كلّ مرض عافية وشفاء، قال تعالى: ﴿وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (القرآن. الإسراء: ٨٢). وقد جاء عن المتقدّمين في أبواب الاحتراقات من المخاوف والاستشفاء من الأمراض بآيات القرآن ما قد عرف وأثبت في الكتب، وجرب فنجح، واختبر فنفّع (الجرجانيّ، ١٩٧٩). قال الرّازي: "والمعنى ونزل من هذا الجنس الذي هو قرآن، ما هو شفاء، فجميع القرآن شفاء للمؤمنين، واعلم أنّ القرآن شفاء من الأمراض الرّوحيّة، وشفاء أيضاً من الأمراض الجسمانيّة" ... (الرّازي، ١٤٢٠هـ). وقال السّعديّ: فالشفاء الذي تضمّنه القرآن عامّ لشفاء القلوب، من الشّبه، والجهالة، والآراء الفاسدة، والانحراف السيّئ، والقصود السيّئة؛ فإنّه مشتمل على العلم اليقينيّ، الذي تزول به كلّ شبهة وجهالة، والوعظ والتذكير، الذي يزول به كلّ شهوة تخالف أمر الله، وشفاء الأبدان من آلامها وأسقامها، وأمّا الرّحمة، فإنّ ما فيه من الأسباب والوسائل التي يحثّ عليها، متى فعلها العبد فاز بالرّحمة والسّعادة الأبديّة، والثّواب العاجل والآجل" (السّعديّ، ٢٠٠٠).

وقال ابن تيميّة: والقرآن شفاء للصدور، مزيل لأمراض الشّبهة والشّهوة المفسدة للعلم والإدراك والتّصوّر، مغذّي للقلب ومزكّيه؛ بما فيه من بينات، وما يحتويه من مواعظ وحكم وقصص (ابن تيميّة، ١٩٩٥)، وقال ابن القيم: ولم ينزل الله - تعالى- شفاء قطّ أعّم ولا أنجع ولا أنفع ولا أعظم في إزالة الداء من القرآن؛ فهو كلّ شفاء لأمراض القلوب، ولداء الشكّ والجهل والرّيب (ابن القيم، ٢٠١٩). فالقرآن كلّ هداية ورحمة، وشفاء وعلاج للمسلم ظاهراً وباطناً، فليكثر المريض النفسيّ من قراءته وتلاوته وتدبّره، وقد وردت نصوص عن نبينا المصطفى - صلى الله عليه وسلّم- في بيان فضله، وفضل بعض سوره فيما يتعلّق بهذا الجانب؛ فعلى سبيل المثال، قوله: { ... اقرءوا سورة البقرة، فإن أخذها بركة، وتركها حسرة، ولا تستطيعها البطلة - أي السّحرة- } (الحديث. مسلم. باب فضل قراءة القرآن وسورة البقرة. رقم ٨٠٤)، وقوله عليه الصّلاة والسلام: { الأيتان من آخر سورة البقرة، من قرأهما في ليلة كفتاه } (الحديث. البخاريّ. باب شهود الملائكة بدراً. رقم ٣٧٨٦)، قال النووي: قيل معناه: كفتاه من قيام الليل، وقيل: كفتاه من الشيطان، وقيل: كفتاه من الآفات، ويحتمل كفتاه من الجميع (النوّي، ١٣٩٢هـ)، وفي حديث قصّة أبي هريرة مع الشيطان بلفظ: { ... قال لي إذا أويت إلى فراشك فاقرا آية الكرسي من أولها حتى تحتم } { الله لا إله إلا هو الحي القيوم }، وقال لي: لن يزال عليك من الله حافظ، ولا يقربك شيطان حتى تصبح، ... فقال النبيّ - صلى الله عليه وسلّم-: أما إنّهُ قد صدّقك وهو كذوب } (الحديث. البخاريّ. باب إذا وكل رجلاً فترك الوكيل

شيئاً فأجازه الموكل فهو جائز. رقم ٢١٨٧). فعلاج الهموم والغموم والكروب والأحزان والضيق والاكنتاب في كتاب الله -تعالى-، لمن أقبل عليه بلسانه وقلبه. وقد توصلت دراسات علمية أجنبية حديثة (حسونة، ٢٠٢٣) إلى الأثر الفعال لتلاوة القرآن وقراءته على الأمراض النفسية؛ حيث إنها تحد من الشعور بالتوتر، وضيق النفس، والقلق، والزهايمر، وغيرها من الأمراض، وتساعد على الاستقرار النفسي، مع الحفاظ على ذاكرة حادة حتى سن الشيخوخة. منها دراسة أجريت في جامعة سالفورد البريطانية، على ثلاثين طالباً مسلماً، ملازمين لقراءة القرآن الكريم وتلاوته، أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير إيجابي فعال في الحفاظ على انتظام مستويات التوتر، وضغط الدم. وفي بعض المستشفيات الإيطالية، عندما عرضت تلاوة القرآن الكريم على مجموعة من المرضى، وجدوا أن نسبة الشفاء وصل إلى ٩٥٪، خلافاً للمرضى الذين عرض عليهم سماع الموسيقى؛ حيث إنهم لم يجدوا أي أثر عليهم.

كما أن الرقي الشرعية عظيمة القدر، جليلة النفع، يُستشفى بها من كافة الأمراض؛ الحسية منها والمعنوية. وقد تضافرت الأدلة الشرعية على مشروعية الاستشفاء بالقرآن، وبالأدعية والتعوذات النبوية؛ فقال تعالى: ﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً﴾ (القرآن. فصلت: ٤٤). وعن عائشة -رضي الله عنها- أن النبي -صلى الله عليه وسلم- كان إذا اشتكى، رقه جبريل -عليه السلام-، وقال: {بِاسْمِ اللَّهِ يُبْرِكُ، وَمِنْ كُلِّ دَاءٍ يَشْفِيكَ، وَمَنْ شَرَّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ، وَشَرَّ كَلِّ ذِي عَيْنٍ} (الحديث. مسلم. باب الطب والمرض والرقي. رقم ٢١٨٥)، وعن عوف بن مالك -رضي الله عنه-، قال: كُنَّا نَرْقِي فِي الْجَاهِلِيَّةِ فَقُلْنَا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، كَيْفَ تَرَى فِي ذَلِكَ؟ فَقَالَ: {اعْرِضُوا عَلَيَّ رُقَاكُمْ، لَا بَأْسَ بِالرُّقِيِّ مَا لَمْ يَكُنْ فِيهِ شَرُّكَ} (الحديث. مسلم. باب لا بأس بالرقي ما لم يكن فيه شرك. رقم ٢٢٠٠)، وبدل الحديث على أن في الرقي سعة، ما لم يكن فيها شرك؛ فيمكن رقية المريض النفسي بسورة الفاتحة، أو بسورة البقرة، أو بسورة الفاتحة والمعوذتين، أو بآية الكرسي، أو بكل ما تقدم، أو بجمع من السور الأخرى، أو بجمع من الآيات، أو بجمع من السور والآيات، ولا حرج أن تكون الرقية على ماء طهور، يوضع منه على موضع المرض، ويشرب ما تبقى منه، أو يغتسل به، أو على زيت يدهن به على البدن، أو على عسل يؤكل منه. والأولى أن يجمع بين القرآن والأدعية والتعوذات النبوية؛ فعن عائشة -رضي الله عنها- قالت: {كَانَ النَّبِيُّ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- يُعَوِّذُ بَعْضَهُمْ بِمَسْحِهِ بِيَمِينِهِ: أَذْهَبِ الْبَأْسَ رَبِّ النَّاسِ، وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءٌ لَا يُعَادِرُ سَقَمًا} (الحديث. البخاري. باب مسح الرقي الوجع بيده اليمنى. رقم ٥٧٥٠)، وفي رواية: {أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- كَانَ يَرْقِي بِهَذِهِ الرُّقِيَّةِ: أَذْهَبِ الْبَأْسَ، رَبِّ النَّاسِ، بِيَدِكَ الشِّفَاءُ، لَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا أَنْتَ} (الحديث. مسلم. باب استحباب رقية المريض. رقم ٢١٩١)، وقال عليه الصلاة والسلام: {إِذَا نَزَلَ أَحَدُكُمْ مَنْزِلًا، فَلْيَقُلْ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، فَإِنَّهُ لَا يَضُرُّهُ شَيْءٌ حَتَّى يَرْجُلَ مِنْهُ} (الحديث. مسلم. باب في التعوذ من سوء القضاء ودرك الشقاء وغيره. رقم ٢٧٠٨)، وكان صلى الله عليه وسلم يُعَوِّذُ

الحَسَنَ وَالْحُسَيْنَ، وَيَقُولُ: { إِنَّ أَبَاكُمْ كَانَ يُعَوِّذُ بِهَا إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامِئَةٍ } (الحديث. البخاري. باب يزفون. رقم ٣١٩١).

وشكا عثمان بن أبي العاص إلى رسول الله -صلى الله عليه وسلم- وجعاً يجده في جسده منذ أسلم، فقال له: { ضَعَّ يَدَكَ عَلَى الَّذِي تَأَلَّمَ مِنْ جَسَدِكَ، وَقُلْ: بِاسْمِ اللَّهِ ثَلَاثًا، وَقُلْ سَبْعَ مَرَّاتٍ أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ } (الحديث. مسلم. باب استحباب وضع يده على موضع الألم، مع الدعاء. رقم ٢٢٠٣)، وكان عليه الصلاة والسلام يقول للمريض: { بِاسْمِ اللَّهِ تُرْبَةُ أَرْضِنَا، بَرِيْقَةٌ بَعْضِنَا، يُشْفَى سَقِيمُنَا، بِإِذْنِ رَبِّنَا } (الحديث. البخاري. باب رقية النبي -صلى الله عليه وسلم-. رقم ٥٤١٣)، وقال صلى الله عليه وسلم في حديث آخر: { مَنْ عَادَ مَرِيضًا، لَمْ يَخْضُرْ أَجَلُهُ، فَقَالَ عِنْدَهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ: أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيكَ، إِلَّا عَافَاهُ اللَّهُ مِنْ ذَلِكَ الْمَرَضِ } (الحديث. أبو داود. باب الدعاء للمريض عند العيادة. رقم ٣١٠٦)، وغيرها. واشترط بعض أهل العلم شروطاً للرقية؛ منها: أن تكون خالية من الشرك كما تقدم في الحديث، وأن تكون بكلام الله أو بأسماء الله وصفاته، وبلسان عربي أو بما يعرف معناه من غيره من الألسن، مع الاعتقاد الجازم بأن الشافي هو الله -سبحانه وتعالى- وحده، وأن هذه الرقية ما هي إلا سبب من الأسباب المشروعة، وأن لا يكون الرّاقى ساحراً أو كاهناً أو مشعوذاً، أو متّهماً بهذه الأوصاف، قال ابن حجر: "وقد أجمع العلماء على جواز الرّقى عند اجتماع ثلاثة شروط: أن يكون بكلام الله -تعالى- أو بأسمائه وصفاته، وباللسان العربي أو بما يعرف معناه من غيره، وأن يعتقد أنّ الرّقية لا تؤثر بذاتها، بل بذات الله -تعالى-" (ابن حجر، ١٣٧٩هـ). وينبغي على الرّاقى أن يتدبّر معناها؛ كي تؤتي منفعتها في معالجة الأمراض.

رابعاً: فعل الطّاعات والتّحلي بالأخلاق الحميدة: إنّ فعل الطّاعات والقربات، والتّحلي بالأخلاق الحميدة، من أنجع الأدوية لمرضى النفوس، فهي كالأبدان؛ فكما أنّها تحتاج إلى الأطعمة والأدوية الحسيّة، فكذلك القلوب تفتقر إلى الأغذية والأدوية الرّوحية، وهي فعل كلّ ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأفعال الظّاهرة والباطنة، منها: فعل الطّاعات، كالطّهارة، وأداء الصّلوات في أوقاتها، والتّقرّب إلى الله بالتّوافل، والصّيام، والحجّ، وأداء الرّكاة، وبرّ الوالدين، والجهاد في سبيل الله، والحبّ في الله والبغض في الله، وإطعام الطّعام، وإفشاء السلام، وغيرها، فهي غذاؤها وقوّتها وصلاحتها وقوامها، وحاجة القلوب إلى ذلك، أعظم من حاجة الأبدان إلى الطّعام والشّراب. قال ابن القيم: "فالقلب محتاج إلى ما يحفظ عليه قوّته، وهو الإيمان وأوراد الطّاعات، وإلى حميّة عن المؤذي الصّار، وذلك باجتناب الآثام والمعاصي، وأنواع المخالفات، وإلى استفرغه من كلّ مادّة فاسدة تعرض له، وذلك بالتّوبة النصّوح، واستغفار غافر الخطيئات"، وقال ابن تيميّة: "فصحة القلب بالإيمان تحفظ بالمثل، وهو ما يورث القلب إيماناً من العلم النّافع والعمل الصّالح، فتلك أغذية له"، وقال في موضع آخر: تحتاج أمراض القلب إلى حفظ الصّحة ابتداءً، وإلى إعادتها دواماً، وتحفظ الصّحة بالمثل، ويزول المرض بالصدّد؛ فتحفظ صّحة القلب بما يقوّي العلم والإيمان، من التّفكّر في الكون والمخلوقات،

وبذكره تعالى كثيراً، وبالعبادات المشروعة (ابن تيمية، ١٩٩٥). فبفعل الطاعات تزكو القلوب، وتطمئن النفوس؛ ففي القلب فاقة وحاجة لا يسدها شيء، سوى معرفة الله وطاعته، وفي القلب شعث وشتت لا يلمه شيء، سوى العبودية لله والانقياد له.

واكتشفت دراسة جديدة في كاليفورنيا بأن الصيام له تأثير إيجابي على مرض الزهايمر، حيث يقلل من أعراض المرض، وهو مفتاح هزيمته. وقد طبقت هذه الدراسة على فئران مصابة بهذا المرض، فكانت نتائجها إيجابية. كما أكتشف أن الصيام يقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب، والأوعية الدموية، وبعض الاضطرابات النفسية، وأعراض مرضى السكري، الذي يضاعف خطر الإصابة بالزهايمر (الجزيرة، ٢٠٢٢)، كما أن التحلي بالأخلاق الحسنة؛ كالصبر والأمانة والصدق والوفاء والمحبة والإحسان والعدل والتعاون والتسامح، وغيرها من الأخلاق الفاضلة، من تدابير الوقاية من الأمراض النفسية؛ ذلك أن الحياة الأخلاقية هي الحياة الخيرة النائية عن الشرور بجميع صورها وأنواعها، فكلما انتشرت هذه الحياة انتشر الخير واستشرى الأمن والأمان، وكلما غابت هذه الحياة انتشرت الشرور وازدادت العداوة والبغضاء والأمراض النفسية، كما أنّها زينة الإنسان وحليته الجميلة، بما تسعد القلوب، وبفقدتها تنعس النفوس. فالإكتئاب والقلق والانفعال والتوتر والضيق والحزن، إنّما هي بسبب غياب هذه الأخلاق، التي توهن القلب وتضعفه! وتوصل باحثون في جامعة هارفارد إلى أنّ الأشخاص المتحلّين بالأخلاق الحميدة، كانوا أقلّ عرضة للإصابة بالإكتئاب والقلق؛ فعندما أجروا دراسة في عام ٢٠١٩، وجدوا أنّ الأشخاص الذين أجروا اختبارات عالية في البوصلة الأخلاقية، كانوا أقلّ عرضة للإصابة بالإكتئاب بنسبة تصل إلى ٥٠٪، كما وجدوا -بناء على المعايير الأخلاقية للشخص-، تغييرات كبيرة في القلب؛ حيث تقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب. وأكدت ذلك الدكتورة دوروتا ويزياك بيالولسكا، عالمة الأبحاث في جامعة هارفارد، في بيان لها؛ حيث قالت: إنّ النتائج أثبتت أنّ الأشخاص الذين يعيشون حياتهم وفقاً لمعايير أخلاقية عالية، لديهم احتمالات أقلّ للإصابة بالإكتئاب (صحيفة الغد، ٢٠٢٢).

خامساً: مصاحبة الصالحين ومجالستهم: إنّ الإنسان اجتماعي بطبعه، فيه غريزة حبّ مخالطة أبناء جنسه في جميع شؤون حياته وحاجاته؛ في البيت، وفي المدرسة، وفي الجامعة، وفي السوق، وفي العمل، وغير ذلك، ولهذا الاجتماع مصلحة عظيمة؛ حيث إنّ يحقق الألفة والمحبة والبركة والقوة والعزة، ويحفز على الابتعاد عن العزلة المدمومة، التي قد تسبب بعض الأمراض النفسية المتقدمة -كالوسواس، والإكتئاب، والزهايمر، والقلق، واضطراب ثنائي القطب، وغيرها من الاضطرابات النفسية والسلوكية، من خلال مساعدة الشخص على ممارسة المهارات الاجتماعية، فوجود الإنسان مع أبناء جنسه تنشط روح المنافسة، وتبعث في الأفراد روح التميّز والتفوق، والرغبة في إبراز ما لديهم من مهارات وقدرات، ممّا يساعد على الشعور بالراحة والطمأنينة والثقة في المواقف الاجتماعية. وينبغي أن يكون هذا الاجتماع مع رفقة صالحة؛ لأنّ الإنسان بطبيعته يتأثر بأخلاق وعادات وسلوك البيئة التي يعيش فيها، فالاجتماع مع الصالحين يجعل المرء يشعر بأخلاق الجماعة،

ويتحرى تقليدها واكتسابها، كما أنّ في مجالستهم حماية من المعاصي والآثام، ووقاية من الأمراض النفسية؛ لأنّ مجالسهم تخلو من الذنوب، وتتنزل عليها السكينة والرحمة، وتحقق الملائكة؛ فعن أبي هريرة، عن النبي - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: { ... } وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللهِ، يَتْلُونَ كِتَابَ اللهِ، وَيَتَذَكَّرُونََهُ بَيْنَهُمْ، إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ، وَعَشِيَتْهُمْ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ، وَذَكَرَهُمُ اللهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ، الحديث { (الحديث. مسلم. باب فضل الاجتماع على تلاوة القرآن وعلى الذكر. رقم ٢٦٩٩). قال الأمير الصنعائي: "ويلحق بالمسجد في تحصيل هذه الفضيلة، الاجتماع في بيت أو رباط ونحوهما" (الأمير الصنعائي، ٢٠١٢). كما شبه النبي - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - المجلس الصالح بالمسك، وجليس السوء بالكبير، وهي منفحة الحدادين، فقال: { مَثَلُ جَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَمَثَلِ الْمِسْكِ وَنَافِخِ الْكَبِيرِ، فَحَامِلُ الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُخْدِيكَ، وَإِمَّا أَنْ تُبْتَاعَ مِنْهُ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً، وَنَافِخُ الْكَبِيرِ إِمَّا أَنْ يَجْرِقَ ثِيَابَكَ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ رِيحًا خَبِيثَةً } (الحديث. البخاري. باب المسك. رقم ٥٥٣٤)، فحامل المسك؛ إمّا أن يجود على جلسه من مسكه أو يشتره منه أو يجد منه ريحًا طيبة، ونافخ الكير؛ إمّا أن يحرق ثياب جلسه بنفخه، أو يؤذيه برائحته الكريهة. قال النووي: "وفيه فضيلة مجالسة الصالحين وأهل الخير والمروءة ومكارم الأخلاق والورع والعلم والأدب، والنهي عن مجالسة أهل الشرّ وأهل البدع ومن يفتاب الناس أو يكثر فجره وبطالته، ونحو ذلك من الأنواع المذمومة" (النووي، ١٣٩٢هـ).

إنّ ملازمة الصالحين ومجالستهم تهدي إلى الخير، وترشد إلى المحامد والفضائل، ويرجع إليهم إذا اشتدت الأمور، واستحكمت الأزمات؛ لأنهم علموا بأنّ المشي في حاجة المسلمين، وتقديم النفع لهم، وقضاء حوائجهم، أعظم أجرًا للإنسان، كما تنبعث بمجالستهم روائح الإيمان، وترسل للقلب آثار الطاعة والإحسان، فتطمئنّ النفوس، وذلك هو الفوز العظيم في الدارين، قال جلّ وعلا: ﴿الْأَخْلَاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ، يُعْبَادُ لَا حَوْفٌ عَلَيْكُمْ أَلْيَوْمَ وَلَا أَنْتُمْ تَحْزَنُونَ﴾ (القرآن. الزخرف: ٦٧-٦٨)، بينما مجالسة الأشرار تهدي إلى الشرّ، وباعثة للفساد والفتن، ومنها توقد نار العداوة والخصام، ولا يركن إليهم وقت الشدائد؛ فلا هم لهم إلا في تحقيق مآربهم وأهوائهم، ونيل شهواتهم ورجباتهم، لا يقيمون للدين وزنًا، ولا للمرء اعتبارًا، فتكون مجالستهم سبيلًا للشقاء وظلمة للقلوب، وكثرة للهموم، وذلك هو الخسران المبين، قال تعالى في مثل هؤلاء: ﴿وَيَوْمَ يَعِضُ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَلَيِّنِي أَنْتُمْ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا، يُؤْيَلِي لِي لَيْتَنِي لَمْ أَخَذْ فُلَانًا خَلِيلًا، لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَدُولًا﴾ (القرآن. الفرقان: ٢٧-٢٩).

سادسًا: التداوي: أباح الشرع الحنيف التداوي، وقد حثنا عليه في جملة من التصوص، منها: عن أبي هريرة - رضي الله عنه -، عن النبي - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: { مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً } (الحديث. البخاري. باب ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء. رقم ٥٣٥٤)، وَقَالَ النَّبِيُّ - صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ -

: {تَدَاوُوا فَإِنَّ اللَّهَ -عَزَّ وَجَلَّ- لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ دَوَاءً، غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ الْهَرْمُ} (الحديث. أبو داود. باب في الرجل يتداوى. رقم ٣٨٥٥)، وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: {الشِّفَاءُ فِي ثَلَاثَةٍ: شَرِبَةً عَسَلًا، وَشَرْطَةَ مَجْجَمٍ، وَكَيْتَةَ نَارٍ، وَأَنْهَى أُمَّتِي عَنِ الْكَيْتِ} (الحديث. البخاري. باب الشفاء في ثلاث. رقم ٥٣٥٦)، وَعَنْ أَبِي سَعِيدٍ {أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ-، فَقَالَ: أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ، فَقَالَ: اسْقِهِ عَسَلًا، ثُمَّ أَتَى الثَّانِيَةَ فَقَالَ: اسْقِهِ عَسَلًا، ثُمَّ أَتَاهُ، فَقَالَ: فَعَلْتُ، فَقَالَ: صَدَقَ اللَّهُ، وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ، اسْقِهِ عَسَلًا، فَسَقَاهُ فَبُرًّا} (الحديث. البخاري. باب الدواء بالعسل. رقم ٥٣٦٠)، وغيرها من الأحاديث. كما أنّ في التداوي جلب مصالح السلامة، ودرء مفسدات الأَسْقَامِ عن النفوس، وحفظ النفس أحد المقاصد الكليّة من التشريع، قال عزّ الدّين ابن عبد السلام: "الطّب كالتشريع؛ وضع لجلب مصالح السلامة والعافية، ولدرء مفسدات المعاطب والأَسْقَامِ" (عزّ الدّين بن عبد السلام، ١٩٩١). وبناء على ذلك؛ يباح للمريض النفسي أن يتعالج بالأدوية التي تجلب له الشفاء بمشيئة الله وقدرته، كتناول التمر، والعسل، والحبة السوداء، وفعل الحجامة، واستشارة الأطباء النفسانيين الثقات الأخيار من أهل الدّين؛ لأنّ لديهم من الوسائل والتشخيص ووصف العلاج ما يخفف هذه الأمراض أو يقضي عليها. وهذه كلّها أسباب؛ لأنّ الشافي هو الله -تعالى- وحده، فالتوفيق والشفاء بيد الله -جلّ وعلا-، ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (القرآن. الشعراء: ٨٠). وتناول الدواء لا ينافي التوكّل على الله -تعالى-؛ لأنّ تناوله يحصل به ما ينفع العبد، ويدفع ما يضرّه في دينه ودينه، بل لا تتمّ حقيقة التوحيد إلّا بالأخذ بالأسباب التي جعلها الله -تعالى- مقتضيات لمسبباتها شرعاً وقدرًا (ابن القيم، ٢٠١٩).

ولا يجوز معالجة هذه الأمراض النفسية بالحرام؛ لقول ابن مسعود في السكر: {إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَجْعَلْ شِفَاءَكُمْ فِي مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ} (الحديث. البخاري. باب شراب الحلوى والعسل. رقم: تابع ل ٥٢٩٠)، كما لا يجوز التداوي عند السحرة والكهنة (العزّافين)؛ لقوله صلّى الله عليه وسلّم: {مَنْ أَتَى عَرَافًا فَسَأَلَهُ عَنْ شَيْءٍ، لَمْ تُقْبَلْ لَهُ صَلَاةٌ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً} (الحديث. مسلم. باب تحريم الكهانة وإتيان الكهان. رقم ٢٢٣٠)، وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ-: {مَنْ أَتَى حَائِضًا، أَوْ امْرَأَةً فِي دُبُرِهَا، أَوْ كَاهِنًا، فَصَدَّقَهُ بِمَا يَقُولُ، فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أَنْزَلَ عَلَى مُحَمَّدٍ} (الحديث. ابن ماجه. باب النهي عن إتيان الحائض. رقم ٦٣٩)، وَعَنْ هُبَيْرَةَ بِنِ يَرِيمَ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّهُ قَالَ: {مَنْ أَتَى عَرَافًا أَوْ سَاحِرًا أَوْ كَاهِنًا فَسَأَلَهُ فَصَدَّقَهُ بِمَا يَقُولُ، فَقَدْ كَفَرَ بِمَا أَنْزَلَ عَلَى مُحَمَّدٍ -صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ-} (الحديث. أبو يعلى. باب: مسند عبد الله ابن مسعود. رقم ٥٤٠٨). فيحرم إتيان هؤلاء، وسؤالهم عن حال المريض، أو تصديقهم فيما يزعمون؛ لما يترتب عليه من وعد عظيم؛ فتارة جاء الوعيد بعدم قبول الصلاة، وتارة بالتكفير! كما يترتب على ذلك الإعانة على معصية الله -تعالى-، ودفع الأموال إليهم، تعاون على الإثم والعدوان.

خاتمة

بيّنت هذه الدراسة منهج الشريعة الإسلامية في الوقاية من الأمراض النفسية المعاصرة، ووصفت هذه الأمراض بالاعتماد على المراجع الطبيّة والمواقع الإلكترونيّة المعتمدة، وخلصت الدراسة إلى العديد من النتائج، أهمّها ما يلي:

١. المرض النفسيّ هو مرض له تأثير على الصّحة النفسيّة للشخص، يتفاوت في الشدّة حسب طبيعة المرض، فيعدّ خطرًا جسيمًا في التصرف والسلوك السّلي والضمّار حال استمراره لمُدّة طويلة.
٢. هناك أنواع كثيرة من الأمراض النفسيّة التي تصيب الإنسان، وتؤثّر على قدراته وتصرفاته وسلوكياته ومشاعره، من أهمّها: اضطراب القلق، والوسواس القهريّ (الاضطراب الوسواسيّ)، ومرض التّوحد، والفصام أو "الشيزوفرنيا"، والاكتئاب، والزهايمر، واضطراب ثنائي القطب، والصّرع، وغيرها.
٣. حثّت الشريعة الإسلاميّة على سبل وتدابير للوقاية من الأمراض النفسيّة، من أبرزها:
 - أ. الإيمان بالله والاستعانة به والتوكّل عليه.
 - ب. الأذكار والأدعية المأثورة.
 - ج. تلاوة القرآن والرقى الشرعية.
 - د. فعل الطّاعات والتحلّي بالأخلاق الحميدة.
 - هـ. مصاحبة الصّالحين ومجالستهم.
 - و. التداوي.
٤. هناك دراسات علميّة أجنبيّة حديثة، أكّدت عددًا من هذه الوسائل والتدابير التي تحمي الإنسان من الأمراض النفسيّة.
٥. لا يجوز علاج هذه الأمراض النفسيّة بالوسائل المحرّمة، كما لا يجوز التداويّ عند السّحرة والكهنة (العزّافين)؛ لما يترتّب عليه من وعد عظيم، والإعانة على معصية الله -تعالى-.

المراجع

- ابن الجوزي، جمال الدّين أبو الفرج عبدالرحمن بن علي. (١٩٨٤). نزهة الأعين النواظر في علم الوجوه والنظائر. بيروت، لبنان: مؤسّسة الرّسالة.
- ابن القيم، أبو عبد الله محمد بن أبي بكر. (٢٠١٩). الداء والدّواء. الرّياض: دار عطاءات العلم.
- ابن القيم، أبو عبد الله محمد بن أبي بكر. (٢٠١٩). مدارج السّالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين. الرّياض: دار عطاءات العلم.
- ابن النّديم، أبو الفرج محمد بن إسحاق. (١٩٩٧). الفهرست. بيروت: دار المعرفة.

ابن تيمية، أبو العباس أحمد بن عبد الحلیم. (١٩٩٥). مجموع الفتاوى. المدينة النبوية: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.

ابن حجر، أبو الفضل أحمد بن علي. (١٣٧٩هـ). فتح الباري شرح صحيح البخاري. بيروت: دار المعرفة.
 ابن فارس، أبو الحسين أحمد بن زكريا. (١٩٧٩). معجم مقاييس اللغة. بيروت: دار الفكر.
 ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن يزيد. (د.ت). سنن ابن ماجه. دار إحياء الكتب العربية.
 ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم المصري. (١٤١٤هـ). لسان العرب. بيروت: دار صادر.
 أبو داود، سليمان بن الأشعث. (د.ت). سنن أبي داود. بيروت: المكتبة العصرية.
 أبو يعلى، أحمد بن علي بن المثنى. (١٤٠٤هـ). مسند أبي يعلى. دمشق: دار المأمون.
 أحمد مختار عبد الحميد. (٢٠٠٨). معجم اللغات العربية المعاصرة. عالم الكتب.
 الأمير الصنعائي، محمد بن إسماعيل. (٢٠١٢). التحرير لإيضاح معاني التيسير. الرياض: مكتبة الرشد.
 البخاري، أبو عبد الله محمد بن إسماعيل. (١٣١١هـ). صحيح البخاري. مصر: المطبعة الكبرى الأميرية.
 البيضاوي، ناصر الدين عبد الله بن عمر. (١٤١٨هـ). أنوار التنزيل وأسرار التأويل. بيروت: دار إحياء التراث العربي.

التجيبى، أبو الحسن علي بن أحمد. (١٩٩٧). تراث أبي الحسن الحرالي المركشي. الرباط: منشورات المركز الجامعي للبحث العلمي.

الترمذي، محمد بن عيسى. (١٩٩٥). سنن الترمذي. مصر: مكتبة مصطفى البابي الحلبي.
 الجرجاني، الحسين بن الحسن بن محمد. (١٩٧٩). المنهاج في شعب الإيمان. دار الفكر.
 حاجي خليفة، مصطفى بن عبد الله. (١٩٩٧). كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون. بغداد: مكتبة المثنى.

الذهبي، شمس الدين محمد بن أحمد. (٢٠٠٦). سير أعلام النبلاء. القاهرة: دار الحديث.
 الرازي، أبو عبد الله محمد بن عمر. (١٤٢٠هـ). مفاتيح الغيب. بيروت: دار إحياء التراث العربي.
 السعدي، عبد الرحمن بن ناصر بن عبد الله. (٢٠٠٠). تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان. مؤسسة الرسالة.

السفاري، شمس الدين بن أحمد. (١٩٩٣). غذاء الألباب في شرح منظومة الآداب. مصر: مؤسسة قرطبة.
 عز الدين بن عبدالسلام أبو محمد. (١٩٩١). قواعد الأحكام في مصالح الأنام. بيروت: دار الكتب العلمية.
 مسلم، أبو الحسن مسلم بن الحجاج. (١٣٧٤هـ). صحيح مسلم. القاهرة: مطبعة عيسى البابي الحلبي وشركاؤه.
 النسائي، أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب. (٢٠٠١). السنن الكبرى. بيروت: مؤسسة الرسالة.
 النووي، أبو زكريا محيي الدين يحيى بن شرف. (١٣٩٢هـ). المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج. بيروت: دار إحياء التراث العربي.

REFERENCES

- Abu Dawud, Sulayman Bin al-Ash'ath. (n.d). *Sunan Abi Dawud*. Bayrut: al-Maktabah al-'Asriyyah.
- Abu Ya'la, Ahmad Bin 'Ali Bin al-Muthanna. (1404H). *Musnad Abi Ya'la*. Dimashq: Dar al-Ma'mun Li al-Turath.
- Ahmad Mukhtar, Ahmad Mukhtar Abdul Hamid. (2008). *Mu'jam Al-Lughah Al-'Arabiyah Al-Mu'asirah*. 'Alam Al-Kutub.
- al-Amir al-San'aniyy, Muhammad Bin Isma'il. (2012). *Al-Tahbir Li 'Idah Ma'ani al-Taysir*. Riyad: Maktabah al-Rushd.
- al-Baidawiyy, Nasiruddin 'Abdullah Bin Omar. (1418H). *Anwa'r Al-Tanzil wa Asrar al-Tawil*. Bayrut: Dar Ihya Al-Turath Al-'Arabiyy.
- al-Bukhariyy, Abu 'Abdillah Muhammad Bin Isma'il. (1311H). *Sahih Al Bukhari*. Misr: Al-Matba'ah Al-Kubra Al-Amiriyah.
- al-Ghad. (2022). The effect of "good morals" on health. <https://alghad.com/Section-182/%D8%AD%D9%8A%D8%A7%D8%AA%D9%86%D8%A7/%D9%85%D8%A7-%D8%AA%D8%A3%D8%AB%D9%8A%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%AE%D9%84%D8%A7%D9%82-%D8%A7%D9%84%D8%AD%D9%85%D9%8A%D8%AF%D8%A9-%D8%B9%D9%84%D9%89-%D8%A7%D9%84%D8%B5%D8%AD%D8%A9-1219950> (accessed on 14th October 2022)
- al-Jazeera. (2004). Scientists worried about the spread of mental illnesses. <https://www.aljazeera.net/health/2004/6/2/%D8%B9%D9%84%D9%85%D8%A7%D8%A1-%D9%82%D9%84%D9%82%D9%88%D9%86-%D9%85%D9%86-%D8%A7%D9%86%D8%AA%D8%B4%D8%A7%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%A3%D9%85%D8%B1%D8%A7%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%D8%A9.2004/6/2> (accessed on 25th October 2022)
- al-Jazeera. (2012). Nervous pressure and sadness may cause Alzheimer's. <https://www.aljazeera.net/health/2012/6/21/%D8%A7%D9%84%D8%B6%D8%BA%D8%B7-%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%B5%D8%A8%D9%8A-%D9%88%D8%A7%D9%84%D8%AD%D8%B2%D9%86-%D9%82%D8%AF-%D9%8A%D8%B3%D8%A8%D8%A8%D8%A7%D9%86> (accessed on 16th October 2022)
- al-Jazeera. (2022). Fasting is the key to defeat Alzheimer's. <https://www.aljazeera.net/health/2022/10/14/%D8%B5%D9%88%D9%85-%D8%A3%D9%84%D8%B2%D9%87%D8%A7%D9%8A%D9%85%D8%B1> (accessed on 15th October 2022)
- al-Jurjaniyy, al-Husayn Bin Al-Hasan Bin Muhammad. (1979). *Al-Minhaj fi Shu'ab Al-Iman*. Dar al-Fikr.
- al-Nasa'iyy, Abu 'Abd al-Rahman Ahmad Bin Shu'aib. (2001). *Al-Sunan Al-Kubra*. Bayrut: Muassasah Al-Risalah.
- al-Nawawiyy, Abu Zakariya Muhyiddin Yahya Bin Sharaf. (1392H). *Al-Minhaj Sharh Sahih Muslim bin al-Hajjaj*. Bayrut: Dar Ihya Al-Turath Al-'Arabiyy.
- al-Raziyy, Abu 'Abdillah Muhammad Bin Omar. (1420H). *Mafatih Al-Ghayb*. Bayrut: Dar Ihya Al-Turath Al-'Arabiyy.
- al-Sa'diyy, 'Abd al-rahman Bin Nasir Bin Abdillah. (2000). *Taysir Al-Karim Al-Rahman fi Tafsir Kalam Al-Mannan*. Muassasat Al-Risalah.
- al-Safariniyy, Shamsuddin Muhammed Bin Ahmad. (1993). *Ghidha Al-Albab fi Sharh Mandhumat Al-'Adab*. Misr: Muassasat Qurtubah.
- al-Dhahabiyy, Shamsuddin Muhammad Bin Ahmad. (2006). *Siyar A'lam Al-Nubala'*. Al-Qahirah: Darul Hadith.
- al-Tirmidhiyy, Muhammad Bin 'Isa. (1975). *Sunan Al-Tirmidhiyy*. Misr: Matba'at Mustafa Al-Babiyy Al-Halabiyy.
- al-Tujibiyy, Abu Al-Hasan Ali Bin Ahmad. (1997). *Turath Abi Al-Hasan Al-Haralli Al- Marakishi*. Al-Ribat: Manshurat Al-Markaz Al-Jami'i Li al-bahth Al-'Ilmi.
- Haji Khalifah, Mustafa Bin Abdillah. (1997). *Kashf Al-Dhunun 'an Asami Al-Kutub wa Al-Funun*. Baghdad: Maktabat Al-Muthanna.

- Ibn al-Jawziyy, Jamaluddin Abu Al-Faraj Abd al-Rahman Bin 'Ali. (1984). *Nuzhat al-A'un Al-Nawadhir fi 'Ilm Al-Wujuh wa al-Nadha'ir*. Bayrut, Lebanon: Muassasat al-Risalah.
- Ibn al-Nadim, Abu al-Faraj Muhammad Bin Ishaq. (1997). *al-Fihrasat*. Bayrut: Darul Ma'rifah.
- Ibn al-Qayyim, Abu 'Abdillah Muhammad Bin Abi Bakr. (2019). *Adda wa Addawa*. al-Riyad: Dar Ata'at al-'Ilm.
- Ibn al-Qayyim, Abu 'Abdillah Muhammad Bin Abi Bakr. (2019). *Madarij Assalikin fi Manazil Assa'irin*. al-Riyad: Dar Ata'at al-'Ilm.
- Ibn Faris, Abu al-Husain Ahmad Bin Zakariya. (1979). *Mu'jam Maqayis al- Lughah*. Bayrut: Dar al-Fikir.
- Ibn Hajar, Abu al-Fadhl Ahmad Bin Ali. (1379H). *Fath al-Bariyy Sharh Sahih al-Bukhariyy*. Bayrut: Dar al-Ma'rifah.
- Ibn Majah, Abu Abdillah Muhammad Bin Yazid. (n.d). *Sunan Ibn Majah*. Dar Ihya al-Kutub al-'Arabiyah.
- Ibn Manzur, Jamaluddin Muhammad Bin Mukrim al-Misri. (1414H). *Lisan al- 'Arab*. Bayrut: Dar Sadir.
- Ibn Taymiyyah, Abu al-'Abbas Ahmad Bin 'Abd al-Halim. (1995). *Majmu' al-Fatawa*. al-Madinah al-Nabawiyah: Majma' al-Malik Fahd Li Tiba'ah al-Mushaf al-Sharif.
- Islamqa. (2011). Epilepsy. <https://islamqa.info/ar/answers/173064> (accessed on 10th October 2022)
- 'Izzuddin Bin 'Abdissalam, Abu Muhammad 'Izzuddin 'Abd al-aziz. (1991). *Qawa'id Al-Ahkam fi Masalih Al-Anam*. Bayrut: Daru Al-Kutub Al-'Ilmiyah
- Mental_Health. (2021). Mental illness. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/mental-illness/diagnosis-treatment/drc-20374974> 06/09/2022 (accessed on 6th September 2022)
- Ministry of Health. (2020). Mental and mental illnesses. <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/Diseases/Mental/Pages/008.aspx> (accessed on 23th October 2022)
- Ministry of Health. (2020). Mental and mental illnesses. <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/Diseases/Mental/Pages/005.aspx> (accessed on 22th October 2022)
- Ministry of Health. (2021). Mental and mental illnesses. <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/Diseases/Mental/Pages/007.aspx> (accessed on 19th October 2022)
- Muslim, Abu Al-Hasan Muslim Bin Al-Hajjaj. (1374H). *Sahih Muslim*. Al-Qahirah: Matba'at 'Isa Al-Babiyy Al-Halabiyy wa Shurakahu.
- Webteb. (2020). Social phobia: your comprehensive guide. https://www.webteb.com/articles/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%88-%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%87%D8%A7%D8%A8-%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%A_23560 (accessed on 21th October 2022)
- Webteb. (2021). Amrad al-Sihhah al-Nafsiyyah. <https://www.webteb.com/mental-health/diseases> (accessed on 19th October 2022)
- Webteb. (2021). Neurology. <https://www.webteb.com/neurology> (accessed on 20th October 2022).

إنكار

الآراء الواردة في هذه المقالة هي آراء المؤلف. القناطر: مجلة الدراسات الإسلامية العالمية لن تكون مسؤولة عن أي خسارة أو ضرر أو مسؤولية أخرى بسبب استخدام مضمون هذه المقالة.