46 بعض أشكال عصاب الوسواس القهري وعلاقتها ببعض المعطيات الدينية

محمد عودة محمد

- ندوة علم النفس، القاهرة، 1989م
- أبحاث ندوة علم النفس، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1413هـ/ 1993، ص 349–374 [26 صفحة من القطع المتوسط].
- لغة البحث (الكتاب): اللغة العربية.
- مجال البحث (الكتاب): الصحة النفسية، من خلال علاقتها بالدين.

❑ ❑ ❑

تهدف الدراسة – كما يحددها الباحث – إلى دراسة المفاهيم والشعائر الدينية التي يمكن أن تتسرب منها (وسوسة) لتتطور لاحقاً إلى شكل من أشكال عصاب الوسواس القهري Compulsive obsessive neurosis منها: الشيطان ووظائفه، الطهارة، النية في الصلاة والصلاة نفسها.

كما عرضت الدراسة خمسة (ذكرت لاحقاً ستة) من أشكال وسواسية وجدت في القرن الرابع عشر الميلادي (عند ابن قيم الجوزية) وخمسة أخرى معاصرة، ليدخل بعدها في التراث الإسلامي وحلولها العلاجية المقترحة من ابن القيم والغزالي أولاً، وعلم النفس السلوكي المعاصر ثانياً. ليخرج ببرنامج علاجي ديني طبقّه الباحث على خمس حالات وسواسية وأثبتت فاعليته دون أية مساعدة طبية.

* ثم يستعرض الباحث أهمية دراسته ويذكر أن عصاب الوسواس القهري من أقل الأمراض النفسية شيوعاً. إلا أن من بين هذه الحالات تكثر الأشكال التي لها علاقة بالمفاهيم والشعائر الدينية (يتكلم الباحث عن مجتمع الكويت). ولعدم فاعلية البرامج العلاجية النفسية المعروفة لعلاج هذه الحالات توجه اهتمام الباحث لدراسة الأصول الدينية لهذه الوساوس التي أدت فيما بعد إلى بناء برنامجه الديني العلاجي.

ثم صاغ الباحث أهداف دراسته على شكل تساؤلات عن ماهية المفاهيم والشعائر الدينية التي يمكن أن تنتج أشكال عصاب الوسواس القهري، وكيف عولجت في التراث الإسلامي ومدى صلاحية معالجتهم للوقت الحاضر.

* ثم يعرض الباحث مصطلح «الوسوسة» لغوياً ثم نفسياً كتسلط محتوى ذهني معين أو أفعال تأخذ طابع الطقوس الحركية المستمرة لا يقوى المريض على التخلص منها لتؤدي به إلى أعراض القلق والإكتئاب.

ثم يدخل الباحث في أدبيات هذا المصطلح ويستعرض نتائج دراسات أجنبية وعربية في هذا المجال.

* ثم يستعرض بعدها حالات وسواسية من القرن الرابع عشر الميلادي أوردها ابن قيم الجوزية في كتابه «إغاثة اللهفان» من خلال حالات خمس:

1. من يغسل عضوه غسلاً يشاهده ببصره، ويقرأ بلسانه بحيث تسمعه أذناه ويعلمه قلبه ثم يشك هل فعل ذلك أم لا.
2. من يتطهر من الجنابة بالغوص في الماء البارد ويكثر من استعماله وإطالة العرك ويكشف عن عورته للناس حتى يسخر منه الصبيان.
3. من يتلجلج لسانه عند تأدية الصلاة ببعض الكلمات أو الحروف فتتقطع أو تتكرر.
4. من يكثر من وسائل الطهارة بعد التبول (ويعددها ابن القيم بعشر وسائل).
5. من يريد دخول الصلاة ثم يعيد الكلام والنية ويكررها.
6. من يشك في طهارة ثوبه فيبدله مرة أخرى، أو يشك في طهارة الإناء أو الآنية فأراق ماءها جميعاً ثم تيمم، وإن اشتبهت عليه القبلة صلاها بأربعة اتجاهات مختلفة... إلخ.

* وبعدها يستعرض الباحث حالات وسواسية تعامل معها -أي الباحث- بنفسه، خلاصتها - أي هذه الحالات -:

1. سيدة (34 سنة) يشغلها التفكير في الخالق والشك في وجوده، وإنتقاض الوضوء أثناء الصلاة وقبله وتكرار الوضوء وإستغراقها في الصلاة الواحدة عدة ساعات... إلخ.
2. رجل (48 سنة) متزوج له بنت واحدة أنجبها بعد طول انتظار قرأ - أثناء

تأدية العمرة – الآيات القرآنية الخاصة بذبح سيدنا اسماعيل عليه السلام فسيطرت عليه فكرة ذبح ابنته وهو مرعوب من نفسه خشية تنفيذ فكرته.

3. فتاة (22 سنة) يشغلها جداً إحساسها أن قذفاً خارجياً يحدث لها مما يستوجب معه الطهارة من الجنابة، وكلما اغتسلت أحست بنفس الشيء فتغتسل ثانية وهكذاً.

4. سيدة أخرى (33 سنة) مشغولة دائماً بالتفكير في الموت ويوم القيامة وتكره المتحدثين بالإسلام وتظن بنفسها جنية كافرة، تخاف الصلاة خشية الخطأ، وأفكارها مبلبلة بشأن الله والخلق والشيطان ولا تحب الله وتسبه أحياناً والعياذ بالله.

5. شاب أعزب (24 سنة) مهندس تسيطر عليه أفكار جنسية غريبة وشاذة يعتقد بأنها حدثت معه حقيقة: مثل الإعتداء عليه جنسياً، أو اعتدائه جنسياً على أخواته وأمه، يلاحقه طنين فظيع في أذنه ويعاني من الإكتئاب الدائم.

❑ ❑ ❑

* أراد الباحث من هذا الإستعراض للحالات القديمة منها والحديثة للوسواس القهري لتحديد المحاور التي يدور حولها هذا النوع من العصاب وهي: «الشيطان، الطهارة والنجاسة، والصلاة والنية فيها».

ويحاول الباحث الدخول في تفصيل هذه المحاور علّه يستطيع تحديد أدوارها في خلق هذا النوع من الوساوس، نلخصه شديداً بما يأتي:

1 ـ مفهوم الشيطان

أعطى القرآن الكريم صورة مرعبة للشيطان وعلى أنه مصدر كل الشرور، وأن وظيفة من وظائفه الوسوسة بذاتها (فوسوس إليه الشيطان، من شر الوسواس الخناس، الذي يوسوس في صدور الناس. . . . إلخ).

ويقتبس الباحث طويلاً من كتابات سيد قطب في هذا الباب خلاصتها أن النفس حين تعرف أن الوسواس الخناس يوسوس في صدور الناس خفية وسراً

وأنه هو الجنّة الخافية، تتأهب للدفاع بالإيمان والذكر والإستعاذة. وفي حالة الغفلة عن هذه المعطيات الثلاثة تتعرض النفس لوسوسة الشيطان.

ومن وظائف الشيطان كذلك (المَسْ) (إن الذين اتقوا إذا مسّهم طائف من الشيطان تذكروا) الذي يأخذ أشكالاً متعددة منها:

الإستحواذ، فالقلب الذي نسي ذكر الله يفسد ويتمحص للشر

الإيحاء، فالإنسان ضعيف عرضة للتلوث إلا أن يدركه الله بفضله ورحمته فينجو من نهج الشيطان.

2 ـ مفهوم الطهارة

يحدد الباحث الطهارة في المواقف التي يجب أن يتطهر منها الإنسان: المحيض (للنساء)، الجنابة، الثياب النجسة، الرجس، قضاء الحاجة. أما وسيلة الطهارة فهي الماء واجراءاتها بالوضوء أو يغتسل من الجنابة. ثم يذكر الباحث سنن المصطفى ﷺ وأهله وأصحابه والتابعين في قلة ولعهم بالماء للطهارة بغية عدم الإسراف فيه، فإسباغ الوضوء للإنقاء.

ويقيم الباحث حجته في هذا الإستطراد على المتحوطين والمستظهرين الذين لم يتبعوا سنن المصطفى ولا هدي القرآن مما أظهر أشكال الوساوس التي تحدثت بعض الحالات التي ساقها الباحث عنها.

3 ـ الصلاة

وهنا يستعرض الباحث ركنية الصلاة في الإسلام وأهميتها وضرورة التسنن بالنبي ﷺ في الصلاة (صلّوا كما رأيتموني أصلي)، ولكنه يذكر كيف أن صلاة المسلم تكون لنشاطه فإذا فتر فليقعد، وأن علينا ما نطيق من الأعمال وإننا مأمورون بالقيام والنوم... وأن التفكير في الصلاة أمر لا يمكن الإحتراز منه لأنه يرده – أي الباحث – إلى وسوسة الشيطان، ومن هنا وجبت سجدتا السهو لمن التهى في صلاته ولم يعلم كم ركعة صلى.

ويفسّر الباحث السهو في الصلاة بأنه الغفلة وذهاب القلب عنها إلى غيرها، وهو غير النسيان.

ثم ينتهي الباحث إلى أن الشيطان يبقى مصدراً للوسوسة في الصلاة وتظل أبواب التشدد في العبادة والسهو نوافذ يتسرب منها الوسواس.

4 ـ مفهوم النية في الصلاة

النية هي القصد والعزم على فعل الشيء ومحلها القلب ولم ينقل عن النبي ﷺ ولا عن أصحابه نية اللفظ بحال كما يذكر ذلك ابن قيم الجوزية، وعند الغزالي (والنقول للباحث) حضور الشيء في النفس وإن لم يكن مفصّلاً في العقل.

ثم يتحدث الباحث عن المتشددين بالنية في الصلاة وإصرارهم على استحضار تفاصيل لا لزوم لها في عقولهم حيث يمكن أن يؤدي ذلك إلى الوسواس.

ثم يستطرد الباحث في علاجات مثل هذا النوع من الوساوس كما يذكرها ابن قيم الجوزية في كتابه (إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان):

- فقد يستحق التعزير البليغ ليزجره عن التشريع في الدين بما لم يأذن به الله ويعبد الله بالبدع لا بالإتباع.
- ليستشعر (المصاب) بأن الحق في اتباع المصطفى ﷺ يكون في قوله وفعله، وليعزم على سلوك طريقته وعلى أن مخالفته من تسويل إبليس ووسوسته.
- العلم بالشرع وذلك بسؤال أهل الذكر أو القراءة والإطلاع.
- الإعتقاد في أن الوسوسة مرض سببه قبول الإنسان لوسواس الشيطان وأنه لا عذر لأحد في قبولها.
- يستحب للإنسان أن ينضح فرجه وسراويله بالماء إذا بال ليدفع عن نفسه الوسوسة، فمتى وجد بللاً قال هذا من الماء الذي نضحته.

* وبعد مقترحات علاج الوسوسة عند ابن القيم ينتقل الباحث ليستعرض علاج الوسوسة (عصاب الوسواس القهري) عند الإمام الغزالي الذي يعتبرها خبل في العقل أي فساد فيه، وأن على المعالج أن يعيد لهذا العقل صوابه من خلال:

- تزويده بموقف الشرع مما هو فيه.
- تعليمه قواعد المنطق الوارد بعضها في كتابه (القسطاس المستقيم).
- حثه على سلوك ما كان يسلكه الرسول ﷺ وصحابته والإبتعاد عن المغالين.

ثم يعرض الباحث علاجات أخرى للغزالي في كتابه (أحياء علوم الدين) ومقترحات ستة له في هذا المجال.

* ثم ينتقل الباحث إلى العلاج النفسي الحديث ليستعرض تقنيات العلاج السلوكي لعصاب الوسواس القهري (مرتكزاً إلى المدرسة السلوكية من مدارس علم النفس) حيث يذكر منها أربع تقنيات (طبقّها الباحث بنفسه وأعطت نتائج جيدة):

- العلاج العقلاني الإنفعالي Rational emotive therapy: القائم على تحليل الأفكار غير المنطقية في عقل المريض ومحاولة تبديلها أو تعديلها بأفكار أخرى بأمل خلق وجدان جديد لديه.
- العلاج بالتحكم الذاتي Self control القائم على تقوية إرادة المريض لإيقاف السلوك الناتج عن أشكال الوساوس لديه.
- العلاج متعدد السبل Multimethodal therapy المستمد من نظرية التعلم الشرطي والقائم على مبدأ إطفاء الإستجابات السلوكية الوسواسية.
- العلاج بالإراحة من التنفير Aversion relief therapy المستمد من نظرية التعلم الإجرائي والقائم على التعزيز السلبي للسلوك الوسواسي.

* ثم يتطرق الباحث بعد ذلك إلى نتائج دراسات حديثة على صعيد العلاج الطبي لعصاب الوسواس القهري وذكر بعض العلاجات العقاقيرية له.

* وأخيراً يقدم الباحث برنامجه للعلاج الديني لبعض أشكال عصاب الوسواس القهري التي تعبّر عنها بعض الطقوس والمعتقدات المرتبطة ببعض الشعائر الدينية، حيث يرى الباحث:

- أن الخطوة الأولى في العلاج تزويد المريض برأي الشرع فيما يمارسه من سلوك وسواسي.

- أما الخطوة الثانية فهي تحليل الأفكار غير المنطقية وتعليم المريض منهج التفكير العلمي الموضوعي.
- ولأن الوسواس ناتج عن ضعف الإرادة فلا بد من العمل على تقوية الإرادة بإيجاد وجهات الضبط الخارجية منها والداخلية (بعدة جلسات لتقوية الأنا بجرعات قيمية إسلامية).
- لا بد من تخصيص جانب من العلاج لاستثارة عواطف المريض الدينية خاصة منها العواطف الكارهة والرافضة لإطاعة الشيطان.
- ولأن الوسواس يرتبط ببعض المثيرات التي تستحضره فينصح المريض بالإبتعاد عن التعرض لها (من هذه المثيرات: التبول وقوفاً، زيادة مرات الوضوء عن ثلاثة... إلخ).
- وبسبب احتمالية تلازم عصب الوسواس القهري بأعراض الإكتئاب الناجم عن الخوف الشديد من الله، فإن مثل هذا الخوف يلعب دوراً تعزيزياً للسلوك الوسواسي، وهنا يكون المريض بحاجة ماسة للإطلاع على الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة التي تخفف عبء الآثام التي يهيأ له (أي المريض) أنه يحملها.
- تدريب المريض على التخلص من التوتر (الذي يعبر عنه ضيق الخلق، الصداع، تزايد ضربات القلب، اضطراب النفس والجهاز الهضمي، الآم العضلات... إلخ)، ويعطي الباحث ثمانية مقترحات دينية لإزالة هذا التوتر.
- زحزحة المريض عن التركيز الذهني الكبير على محتوى وسواسه، ويقترح لذلك تعليمه فن إدارة الوقت.
- إذا استمر المريض على وسواسه بدعوى الإحتياط والإستظهار ينصح بمراجعة من بيده حق التعزير البليغ كنوع من العقوبة على أفعاله علّه يكف عنها.
- وقد ينتج عن الوسواس اكتئاب حاد أو مخاوف مرضية وهنا يقترح الباحث بمراجعة المريض لطبيب نفسي لمعالجته من الإكتئاب.

* ويذكر الباحث أنه طبق هذا البرنامج على خمس حالات وسواسية بمكتب الإستشارات النفسية بدولة الكويت (منها ثلاث حالات تحت إشرافه) حيث لاحظ وزميله الآخر النتائج الإيجابية الفورية بعد أربع أو خمس جلسات خاصة وعلى وفق الخطوات التي ذكرت في برنامجه الديني أعلاه.

وبعدها يأمل الباحث أن يوضع برنامجه موضع التطبيق في أكثر من مكان للتأكد من فاعلية هذا البرنامج وتنقيحه.

❑ ❑ ❑

عناوين رئيسة:

الصحة النفسية، عصاب الوسواس القهري، العلاج النفسي الديني، علاج الوسوسة في التراث الإسلامي.

❑ ❑ ❑

ملاحظات:

- لقد ركز الباحث على علاج الوسواس الديني (إذا صحت التسمية) عند ابن القيم والغزالي دون غيرهم، ومن حقه ذلك إلا أنه ربما كان من الأفضل ذكر غيرهم أو المرور عليهم باختصار وخاصة كتابة ابن سينا في هذا المجال.
- كما ركزّ الباحث بل اقتصر علاجه النفسي المعاصر لعصاب الوسواس القهري على المدرسة السلوكية حسب، وهي مدرسة من أكثر من ست مدارس نفسية أخرى، ولم يتطرق لا من بعيد ولا من قريب لأي منها ولو بخلاصة سريعة عن مقترحاتها في هذا الباب.
- والمدرسة السلوكية بعيدة جداً عن الجانب الديني، والأقرب له هي المدرسة الإنسانية، وربما كان استعراضها (برأيي) أقرب من استعراض العلاج السلوكي إلا إذا كان الباحث مؤمناً بالمنهج أو المنظور السلوكي دون غيره.

- ربما كانت الحالات المذكورة قليلة (خمس فقط) للخروج بنتائج عن فاعلية البرنامج المقترح من قبل الباحث، إلا أن الباحث وبموضوعية يقدر عليها أشار إلى ضرورة تطبيقه أكثر وأكثر من قبل المختصين الآخرين وتقديم مقترحات لتعديله.
- أما مسألة التعزير والعقاب المشدد فنحن أمام حالة مرضية (يعترف بها الباحث بأنها مرضية)، والمرض ابتلاء من الله سبحانه ورفع عن المريض الحرج بنص القرآن الكريم. ولا أرى رابطاً بين العلاج والتعزير، فنحن أمام مرض الوسواس القهري لا في حالة إخراج الجن من عقل أو جسد الإنسان كما يفعل الآخرون من خارج ميدان علم النفس.
- فالرفق واللين أساس تعاملنا مع السليم إسلامياً، فكيف نتعامل مع المريض بالتعزير والعقاب!!!

❑ ❑ ❑