



مقدمة

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونستهديه، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا، من يهده الله فهو المهتد، ومن يضلل فلا هادي، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمدا عبده ورسوله، صلى الله عليه وعلى آله وصحبه أجمعين، والتابعين لهم بإحسان إلى يوم الدين.

أما بعد،

فإن القرآن الكريم نزل أساسا لهداية البشر أجمعين إلى سواء الصراط، وتذكيرهم وإرشادهم إلى ما يصلح أمور دينهم ودنياهم، قال تعالى: ﴿وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَىٰ لِلْمُسْلِمِينَ﴾ (٨٩) النحل، وقال أيضا: ﴿كَتَبْنَا أَنزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِّيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبَابِ﴾ (٩١) ص، ومع هذا كله فلم يخل من أغراض أخرى يمكن استنباطها من قوله تعالى: ﴿تَبْيِينًا لِّكُلِّ شَيْءٍ﴾، فقد احتوى القرآن الكريم على علاج وشفاء للأمراض النفسية بما فيها اليأس والإحباط، والقلق والاضطراب، وغير ذلك من الأدواء الفتاكة، التي تضر النفس الإنسانية وتوغلها في هاوية الشقاء والهلاك الدائم وبئس المصير. ويمكن استنباط واستخلاص العلاج الناجع للمرض النفسي من القرآن الكريم في آيات أخرى، كما في قوله تعالى: ﴿يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (٥٧) [يونس]، وليس معنى ذلك أنه يوجد في القرآن ما يدل على أن المادة الكيميائية الفلانية هي دواء للداء النفسي الفلاني، وإنما القرآن الكريم نزل بتوجيهات إلهية، وإرشادات ربانية، وإن طبقها الفرد والمجتمع والأمة جميعا، سوف يشفقون من كل مرض نفسي، وإن أعيا الأطباء الكشف عن علاجه.

إن طلب الشفاء من المشكلات النفسية، والأمراض القلبية، أمرٌ دعت إليه الفطرة البشرية، واهتدت إليه العقول السليمة، كما كان طلب الدواء من الأمراض البدنية أمرا

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

متعارفا عليه جلياً. وقد حكى القرآن الكريم من ذلك موقف أبناء يعقوب - عليهم السلام - قوله تعالى: ﴿ فَلَمَّا أَسْتَيْسُوا مِنْهُ حَكَصُوا نَجِيًّا ﴾ [يوسف: ٨٠]، فهم - عليهم السلام - لما تحقق في نفوسهم اليأس من إجابة يوسف - عليه السلام - ما سألوه، ومن أن يُردّ عليهم أخوهم، اعتزلوا وامتازوا عن الخلق متناجين^(١) طلباً للمخرج، وبحثاً عن الحلول المناسبة لما حلّ بهم.

إن الدراسات النفسية المعاصرة أسفرت عن أنّ التوجيهات القرآنية التي نزلت منذ أكثر من أربعة عشر قرناً - لترويح القلوب، وإزالة المشكلات عنها - هي عين ما ينادي إليه علماء النفس الداعون إلى تطبيق علم النفس الديني في هذا العصر الراهن، فهم وإن تباينت أساليبهم، واختلفت وجهات نظرهم، إلا أن جوهر ما يدعون إليه، هو التمسك بتعاليم القرآن الكريم وإرشاداته وإن لم يشعروا بذلك، وهذا - بدوره - يدل دلالة واضحة على معجزة القرآن الخالدة، ليزداد الذين آمنوا إيماناً، ويدخل غير المؤمنين في دين الله أفواجا، لترتاح نفوسهم، وتطمئن قلوبهم، ويحصل لهم الشفاء التام.

وعليه فإن هذه الدراسة ستحاول - قدر الإمكان - كشف وإيضاح مجمل هذه التوجيهات والإرشادات القرآنية التي يأمل الباحث أن تكون دواء ناجعاً، وعلاجاً شافياً، لأولئك المرضى الذين أصبحوا فريسة لمشكلاتي اليأس والإحباط، أو كادوا أن يصبحوا، والله الموفق وهو المستعان وعليه التكلان.

وجرياً على النظام الأكاديمي المتعارف عليه في كتابة البحوث العلمية، ينبغي - قبل الدخول في فصول البحث - الاستهلال والافتتاح بأساسياته وذكر عناصر خطته، كي يجد القارئ تصوّراً عاماً لما يرمي إليه البحث من مقاصد وأغراض، وتشتمل هذه الأساسيات على ما يلي:

١. مشكلة البحث

٢. أهداف البحث.

(١) عبد الله بن فودي، ضياء التأويل في معاني التنزيل، القاهرة، مكتبة الاستقامة، ١٣٨٠هـ/ ١٩٦١م، ج ٢، ص: ١٧٦.

٣. حدود البحث.

٤. منهج البحث.

٥. هيكل البحث.

٦. الدراسات السابقة.

مشكلة البحث وأسباب اختياره:

إن ما يصيب الكثير من أبناء الأمة الإسلامية من اليأس، وما يصيب الكثير منهم من الإحباطات النفسية حول غاياتهم، وما يصيب الكثير من غير المسلمين وضعاف الإيمان من حالات الإحباط، وكون ذلك مما يؤدي إلى الانتحار والهلاك، كل ذلك مما يثير الحيرة والتساؤل هل هناك دواء ناجع يعالج هذه المشكلات؟ وهل هناك مخرج من ذلك الضيق؟ وهذه التساؤلات هي التي يحاول الباحث إلقاء بعض الأضواء عليها من خلال التوجيهات الربانية الواردة في القرآن الكريم، ويرجو من خلالها أن تفيد الجميع لعلاج هذه المشكلة.

ومن أسباب اختيار موضوع البحث ما يلي:

١. كونه يعالج مرضاً خطيراً تعاني منه الأمة الإسلامية في عالمنا المعاصر، فقد بلغ اليأس في نفوس أبناء المسلمين مبلغاً صعباً، حتى يكاد بعضهم يطمئن بأن لا يعود للإسلام مجده وعزته، لما يرى من كثرة العدد والعدد للكفار، وسيطرتهم على الاقتصاد العالمي، ونفوذهم السياسي، وغير ذلك.

٢. الحياة الاجتماعية في البلدان الإسلامية بحاجة ماسة إلى تقديم حلول لبعض المشكلات التي تعانيها بسبب اليأس في ظل العولمة وصراع الحضارات.

٣. تعطيل كثير من المواهب الإلهية، وقتل كثير من القدرات، ووأد جم غير من الإمكانيات التي لو استغلها الفرد المسلم لأضاف إلى الحياة جديداً، وقدم للبشرية خدمة جليلة، ولكن الكثيرين أصيبوا بالإحباط، فرضوا بالدون، وركنوا إلى الدعة، واستسلموا لتوافه الأمور، وأهدروا الطاقات لأجل هيمنة اليأس على نفوسهم.

٤. أن اليأس خلق ذميم لا يتخلق به إلا الضعفاء، أما المسلم فهو قوي في إيمانه، قوي في سلوكه، متمسك بدينه، مؤمن بربه، يعمل لآخرته، ولا ينسى نصيبه من

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

الدنيا، لذا لا ينبغي أن يجد اليأس إلى نفسه سبيلا، أو يكون له عقبةً تجاه تحقيق أهدافه.

٥. على الرغم من ذلك كله لم أجد بحثا جامعا مانعا يعالجه من جميع نواحيه، إلا ما كان مبعثرا في كتب التفسير والحديث، وكتب علم النفس، وبعض كتب الأخلاق، فأردت جمع هذه المعلومات وتوثيقها توثيقا علميا مع تطبيقها على واقعنا المعاصر، وإبراز أهمية الموضوع وشدة احتياج الأمة إليه.

أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق أمور أهمها ما يلي:

١. تقديم حلول هذه المشكلة من خلال الآيات القرآنية، لأن القرآن شفاء لكل داء، والمؤمن يتلقى ما جاء من عند الله بكل طمأنينة، ويؤمن به حق الإيمان، ويعلم علم اليقين أن صلاح أمور دينه ودنياه كامن فيه.

٢. بيان أن القرآن الكريم كتاب هدى وشفاء للبشر أجمعين، المسلمين وغيرهم، وأن تعاليمه ومحتوياته صالحة لكل زمان ومكان، وكل من استمسك به فقد استمسك بالعروة الوثقى.

٣. ربط القارئ بكتاب ربه، وذلك لأن كل ما يتوصل إليه الباحثون - في التربية وعلم النفس وغيرهما من العلوم العصرية - موجود في القرآن الكريم، وما في القرآن أفضل وأولى مما وصل إليه أولئك؛ لأنهم بشر يصيبون ويخطئون، أما ما ورد في القرآن فكله حق وصواب.

حدود البحث:

يهدف هذا البحث إلى معالجة اليأس والإحباط على ضوء القرآن الكريم، ولذا فهذه الدراسة موضوعية بحتة للآيات القرآنية، ولا يعني ذلك أن الباحث ستتنصب اهتماماته فقط على الآيات القرآنية وتفسيرها وتحليلها، فقد يضطر الباحث أثناء الشرح والتحليل إلى الاستدلال بالأحاديث النبوية وأقوال أهل العلم والكتاب، وذكر الأحداث التاريخية، وإيراد الأبيات الشعرية، والاستفادة من تجارب الآخرين، مما يقوّي وجهة نظره، ويزيد البحث سعة ورونقا وجمالا.

منهج البحث:

سيتبع الباحث في إعداد هذه الدراسة - إن شاء الله - المنهج الاستقرائي والاستقصائي؛ وذلك باستقراء واستقصاء جميع الآيات القرآنية التي تتعلق بهذا الموضوع إما بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وكذلك المنهج التحليلي الوصفي، وذلك عند عرض الأدلة والحجج التي تقوّي ما ذهب إليه، ويكون ذلك كما يأتي:

١. سيعتمد الباحث في إعداد هذا البحث على كتب التفسير والحديث، وكتب الأخلاق، وكتب علم النفس المعتمدة.

٢. ثم يقوم في تناوله لجزئيات موضوع البحث بإيراد الآيات المتعلقة به، فيفسرها تفسيراً تحليلياً، مستعينا بأقوال المفسرين المتقدمين منهم والمتأخرين، ثم يذكر مواضع العبر منها ومجالات تطبيقها على الفرد والمجتمع لمعالجة مشكلتي اليأس والإحباط.

٣. الآيات الواردة في الرسالة يكون توثيقها بذكر اسم السورة ورقم الآية.

٤. والأحاديث الواردة فيها يكون تخريجها بذكر اسم الراوي، واسم المصدر، والكتاب والباب، ثم رقم الحديث، ثم الجزء والصفحة.

٥. يهتم الباحث بشرح المفردات والكلمات الغريبة الواردة في الرسالة.

٦. ويهتم بترجمة الأعلام والبلدان والأماكن - إن وردت - ترجمة مختصرة.

٧. ويعزو الأبيات الشعرية الواردة في البحث إلى قائلها.

٨. ويُعدُّ فهارس فنية في آخر الرسالة.

هيكل البحث:

يتكون البحث من تمهيد وأربعة فصول وعدة مباحث على النحو التالي:

التمهيد: وفيه عرض موجز عن علاج القرآن الكريم لأمراض القلوب.

الفصل الأول

مفهوم اليأس والإحباط

وفيه أربعة مباحث:

المبحث الأول: تعريف اليأس والإحباط لغة واصطلاحاً.

المبحث الثاني: أقسام اليأس والإحباط.

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

المبحث الثالث: أسباب اليأس والإحباط ودوافعهما.

المبحث الرابع: تصور عام لظواهر اليأس والإحباط لدى المسلمين اليوم وآثارهما السيئة.

الفصل الثاني:

الوقاية من اليأس والإحباط على ضوء القرآن الكريم

وفيه تمهيد وأربعة مباحث:

التمهيد: في منهج القرآن الكريم في الطب النفسي.

المبحث الأول: الوقاية بالإيمان والعمل الصالح.

المبحث الثاني: الوقاية بالاستقامة والثبات.

المبحث الثالث: مدح التآني وذم الاستعجال في الأمور.

المبحث الرابع: التنظيم والتخطيط، وتحديد الأهداف.

الفصل الثالث

علاج اليأس والإحباط على ضوء القرآن الكريم

وفيه ستة مباحث:

المبحث الأول: الإيمان والاستقامة والثبات علاجٌ أيضاً لمشكلتي اليأس والإحباط.

المبحث الثاني: ذم اليأس والحث على الرجاء والأمل.

المبحث الثالث: الأمر بالصبر والتقوى والحث على التوكل.

المبحث الرابع: علو الهمة والدعوة إلى التعاون.

المبحث الخامس: الثقة في نصر الله وأن سنته في الكون الابتلاء أولاً ثم النصر

آخر.

المبحث السادس: دوام العبادة والذكر ولزوم التوبة والدعاء.

الفصل الرابع

نماذج لأشخاص طبّقوا ما ورد في القرآن الكريم ولم ييأسوا ففازوا بمآربهم

وفيه تمهيد وثلاثة مباحث:

التمهيد: في الاقتداء بذوي المواقف الناجحة.

المبحث الأول: وقفات مع قصص الأنبياء والمرسلين.
 المبحث الثاني: وقفات مع قصص أتباع الرسل والصالحين.
 المبحث الثالث: وقفات مع قصص أخرى.
 الخاتمة

وفيهما ما يلي:

- أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة.
- التوصيات والمقترحات.
- الفهارس:
- فهرس الآيات القرآنية.
- فهرس الأحاديث النبوية.
- فهرس الأبيات الشعرية.
- فهرس الأعلام.
- فهرس الأماكن والبلدان.
- فهرس المصادر والمراجع.
- فهرس الموضوعات.
- الدراسات السابقة:

لم يقف الباحث فيما اطلع عليه من الرسائل العلمية على دراسة خاصة لهذا الموضوع تبرز جميع الجوانب المتعلقة به، إلا أنه اطلع على ما يتعلق ببعض أجزائه في مؤلفات مطبوعة والتي ربما عالجته ضمن موضوعات كثيرة مرتبطة به من قريب أو من بعيد. ومن أهم هذه الدراسات ما يأتي:

١/ دراسة الدكتور محمد عثمان نجاتي:

"القرآن وعلم النفس" طبعة دار الشروق بالقاهرة.

هدفت الدراسة إلى إبراز ما تضمنه القرآن الكريم من الآيات التي تعرضت لطبيعة تكوين الإنسان، ووصفت أحوال النفس المختلفة، وبينت أسباب انحرافها ومرضها، وطرق تهذيبها وتربيتها وعلاجها. كما بينت أخطاء علماء النفس المحدثين

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

الذين حصروا أنفسهم في دراسة الظواهر النفسية التي يمكن فقط ملاحظتها ودراستها دراسة موضوعية، وتجنبوا البحث في كثير من الظواهر النفسية الهامة التي يصعب إخضاعها للملاحظة أو البحث التجريبي.

وتمخضت دراسته عن نتائج أهمها:

١. أن القرآن الكريم – بأساليبه – نجح في علاج نواحي الضعف في أفراد المسلمين، وفي غرس الخصال الحميدة في نفوسهم، مما ساعد على تكوينهم تكويناً متزنًا متكاملًا.

٢. كان للقرآن أكبر الأثر في إحداث تغييرات بالغة الأهمية في جميع نواحي الحياة في المجتمع العربي في شبه الجزيرة العربية، وفي المجتمع الإسلامي في العالم بأسره.

وقد استفاد الباحث الحالي من هذه الدراسة بأساليب العلاج النفسي في القرآن، حيث ذكر كيفية معالجة الأمراض النفسية على ضوء الآيات القرآنية، وبين هذه الدراسة ودراسة الباحث عموم وخصوص، إذ أن تلك الدراسة تحاول تقديم العلاج القرآني للأمراض والمشاكل النفسية بصفة عامة، بينما هذه الدراسة تقدم علاجاً لمشكلتي اليأس والإحباط على وجه الخصوص.

٢/ دراسة الدكتور عدنان الشريف:

"من علم النفس القرآني" طبعة دار العلم للملايين، بيروت – لبنان.

الهدف الأساسي من هذه الدراسة جمع ما أمكن من المعجزات والحقائق العلمية التي ذكرها القرآن الكريم منذ خمسة عشر قرناً، ولم يكتشفها العلم إلا منذ بضعة قرون أو بضع سنين فقط، لتكون هذه الإعجازات العلمية القرآنية المجهولة التي كشف العلم حقائقها مساعدة للمؤمنين من القراء وغيرهم على الانتقال من إيمان الفطرة بالله إلى الإيمان العلمي به.

من ضمن ما توصلت إليه من النتائج أن الشفاء من القلق والخوف والإحباط النفسي وبقية الأمراض العصابية والاضطرابات السلوكية بصورة جذرية أن يلتزم كل مريض بشيئين:

١. وصفة طبية دنيوية موقوتة المفعول من أهل الاختصاص في الأمراض النفسية.

٢. ووصفة روحية إيمانية هي الالتزام بتعاليم المولى، وهي وصفة جذرية الشفاء من قوله تعالى: ﴿فَمَنْ يَبْعَ هَذَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [البقرة]. استفاد الباحث من تلك الدراسة في الجانب النظري منها، وبعض الجوانب التطبيقية لليأس والإحباط سيما وقد خصص فصلا بعنوان: الإحباط النفسي في المنظار العلمي والمفهوم القرآني، فذكر فيه أعراضه وتقسيماته، كما ذكر بعض تجاربه بصفته طبيباً نفسياً في علاجه، وتختلف دراسة الباحث الحالي عن تلك الدراسة في الموضوع، إذ أن اهتمامات الباحث الحالي منصبة على علاج مشكلتي اليأس والإحباط، بينما ذلك الباحث يهتم بعلاج جوانب كثيرة من الأمراض النفسية.

٣/ دراسة الدكتور حسن الشرقاوي:

"في الطب النفسي النبوي" طبعة دار المطبوعات الجديدة، بالإسكندرية. هدفت الدراسة إلى بيان أن في الهدي النبوي البلسم الشافي للقلوب الظائمة إلى الحق، والنفوس الطالبة لليقين، والعقول الرشيدة التي تتوخى الصدق والإخلاص في العلم والعمل.

وقد خلصت الدراسة إلى نتائج منها:

١. أن ضعف الإيمان هو من الأسباب الواضحة والأساسية لتفاقم المرض.
٢. أن الإيمان بالله يساعد على طرد الوسوس الشيطانية.
٣. أن الطب النبوي ركّز على ناحيتين هما: الروح والمادة، إلا أن أمر النفس أهم؛ لأنه بصلاحتها يصلح الجسم.
٤. أن الالتزام بالهدي النبوي ضروري في الطب النفسي، وإلا أفسدت الأمراض النفسية حياة الإنسان تماماً، وعرضته لليأس والقنوط.

استفاد الباحث من تلك الدراسة في العلاج النفسي بالهدي النبوي، وتختلف دراسته عنها في أنها تقدم العلاج والدواء بالقرآن الكريم، أما تلك فتعالج المرض بالحديث النبوي الشريف، وإن كان الاختلاف ليس جذرياً؛ لأن القرآن والحديث هما مصدرا

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

التشريع الإسلامي.

٤/ دراسة الدكتور رشاد علي عبد العزيز موسى.

"أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية" طبعة مؤسسة المختار، بالقاهرة.

هدفت الدراسة إلى ما يلي:

١. بيان بعض الأساليب النفسية العلاجية المستمدة من القرآن العظيم والسنة المحمدية.

٢. أن منهج العلاج النفسي الديني أفضل من جميع المناهج العلاجية الأخرى، وأنه يعتمد كلياً على الدين، لأنه الطريق إلى العقل والقلب وإلى بقاء دوام القيم الإنسانية التي تعد إطاراً مرجعياً لسلوك الفرد وتصرفاته.

٣. أن العلاج النفسي الديني يساعد الإنسان على التغلب على التوترات والصراعات التي يتعرض لها، كما يعتمد على التوجيه والاستبصار، وعلى معرفة الفرد لنفسه ولربه ولدينه، وللقيم والمبادئ الروحية والخلقية.

استفاد الباحث من هذه الدراسة في العلاجات القرآنية للأمراض النفسية، وتختلف دراسته عن هذه في كون دراسته خاصة لمشكلتي اليأس والإحباط، أما هذه فتعالج الأمراض النفسية ككل.

٥/ دراسة ديل كارنيجي:

"دع القلق وابدأ الحياة" تعريب: عبد المنعم محمد الزيايدي، طبعة مكتبة الخانجي، بالقاهرة.

الدراسة أساساً ترجمة لكتاب: (How to stop worrying and start living)

لمؤلفه: ديل كارنيجي، وهدفت الدراسة إلى الآتي:

١. تقديم علاج ناجح لكثير من رجال الأعمال فيما يواجهونه من مشكلات القلق.

٢. تزويد المكتبات بكتاب يهتم بالجانب التطبيقي؛ ذلك لأن معظم كتب علم النفس

المؤلفة في علاج القلق تهتم بالجانب النظري فقط.

٣. توجيه القارئ كي يستفيد من تجارب الآخرين، وحثه على القيام بتنفيذ ما

تعلمه، بحيث لا يكتفي بمجرد القراءة النظرية دون التطبيق العملي.

وقد استفاد الباحث من صاحب كتاب "دع القلق" في بعض تجاربه الموثقة في كتابه. وقد اتفقت الدراستان في كونهما علاجا للمشكلات النفسية، واختلفتا في كون الدراسة الحالية تعالج مشكلة اليأس والإحباط، وتعتمد على القرآن الكريم أساساً في تقديم العلاج، ثم ما تيسر الحصول عليه من التجارب، بينما تلك تعالج القلق، وتعتمد على التجارب الحياتية، وأنها بعيدة عن ربط تلك التجارب بالمبادئ، وقريبة من تجميل المظهر وإغفال المخبر.

٦/ دراسة الشيخ عبد الرحمن بن ناصر السعدي.

"الوسائل المفيدة للحياة السعيدة" طبعة مؤسسة صوت القدس الإسلامية، بالقصيم. هدفت الدراسة إلى تقديم الأسباب التي تجلب للقلب راحته وسروره، وزوال همومه وغمومه، وبيان أن هذه الأسباب منها دينية، وطبيعية، وعملية. وخلصت الدراسة إلى أن الحياة الطيبة لا يمكن اجتماع أسبابها كلها إلا للمؤمنين، وأما من سواهم فإن حصلت لهم من وجه فقد فاتهم معظمها من وجوه. وعلى الرغم من صغر حجم الكتاب، فقد استفاد الباحث منه، وخاصة فيما قدمه من حلول للمشكلات التي يعاني منها كثير من الناس في هذه الحياة، وكانت الحلول التي قدمها كلها منبثقة من تعاليم القرآن الكريم، وتختلف الدراسة الحالية عن هذه في كونها متخصصة في علاج مشكلة بعينها، وهي مشكلة اليأس والإحباط، أما تلك فهي توجيهات إسلامية عامة للحياة السعيدة.

٧/ دراسة الدكتور مقداد يالجن

"طريق السعادة"، طبعة دار الصحوة بالقاهرة.

هدفت الدراسة إلى: البحث عن ماهية السعادة وحقيقتها، وما يمكن أن تتحقق في هذه الحياة الدنيا، ثم العوامل التي تحققها، والعناصر الأساسية التي لا بد من توافرها، كما بحثت الدراسة عن حقيقة السعادة عند علماء فنون مختلفة، وبيان السعداء الحقيقيين؟

وتوصلت الدراسة إلى أهم النتائج وهي: أن السعادة الحقيقية تكمن في تطبيق

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

الإسلام من حيث كونه نظاماً للحياة الإنسانية في جميع النواحي، لأن الاتجاه الإسلامي ونظرته نحو السعادة يجمع بين ثلاثة أنواع من الحياة، وهي: الحياة الروحية والمادية والعقلية، إذا تمت في ضوء العقيدة والقيم الإسلامية. فكل من سار في حياته في الطريق الذي رسمه الإسلام لا يضل في هذه الحياة ولا يشقى.

استفاد الباحث من هذه الدراسة في شروط تحقيق السعادة، والمعالم العامة على طريقها، واتفقت الدراسات في المقصد والمرمى إذ أن كل من تحققت له السعادة في حياته، فقد برئ من اليأس والإحباط، ولكن دراسة الباحث تختلف عن هذه في الموضوع وطريقة طرح الأفكار، فهناك اختلاف واضح بينهما.

٨/ دراسة الدكتور عائض القرني:

"لا تحزن" طبعة مكتبة العبيكان، بالرياض.

هدفت الدراسة إلى ما يلي:

١. جلب السعادة والهدوء والسكينة وانسراح الصدر، وفتح باب الأمل والتفاؤل والفرج والمستقبل الزاهر، وهو تذكير برحمة الله وغفرانه، والتوكل عليه، وحسن الظن به، والإيمان بالقضاء والقدر، والعيش في حدود اليوم، وترك القلق على المستقبل، وتذكر نعم الله.

٢. محاولة طرد الهم والغم والحزن والأسى والقلق والاضطراب، وضيق الصدر والانهايار واليأس، والقنوط والإحباط.

٣. حلّ لمشكلات العصر على نور من الوحي، وهدى من الرسالة، وموافقة مع الفطرة السوية، والتجارب الراشدة، والأمثال الحية، والقصاص الجذاب، والأدب الخلاب.

استفاد الباحث من هذه الدراسة في كثير مما قدّمه الكاتب من العلاجات القرآنية للمشكلات النفسية كالقلق والحزن واليأس والإحباط، وتختلف الدراسات في الصياغة والترتيب، فدراسة الباحث أكاديمية لذا صيغت على التنظيم المتعارف عليه في الرسائل العلمية، من عزو الآيات، وتخريج الأحاديث، وتوثيق النصوص، والتبويب، وغير ذلك. أما تلك الدراسة فلم تصنع على شيء من ذلك، إذ أنها ليست دراسة

٩/ دراسة الدكتور يوسف القرضاوي:

"الإيمان والحياة" طبعة دار الذخائر الدمام، ومؤسسة الرسالة بيروت.

هدفت الدراسة إلى:

١. إلقاء بعض الضوء على الآثار المباركة للدين في حياة الإنسان، وذلك باعتباره إيماناً بالله وبرسالته، وبالدار الآخرة وما فيها من حساب وجزاء وثواب وعقاب.

٢. دحض الفرية الظالمة التي زعمت أن الدين مخدر للشعوب، أو معوق للحياة.

٣. بيان أن المجتمع بغير دين ولا إيمان، مجتمع غابة، وأن العلم المادي وإن امتدّ رواقه، واتسعت ميادينه لا يحقق السعادة والطمأنينة للناس، إنما يحققهما الإيمان. وأسفرت الدراسة عن نتائج أهمها ما يلي:

١. أن الإيمان الحقيقي هو الطريق الفذ لتحقيق كل ما نريد من أهداف، إن كنا نريد الآخرة، فطريقها هو الإيمان، وإن كنا نريد الدنيا، فطريقها هو الإيمان، وإن كنا نريدهما معاً، فطريقهما هو الإيمان.

٢. لا بد من الإيمان للإصلاح الجذري لحياتنا، فلا إصلاح إلا بتغيير نفسي، ولا تغيير إلا بتصميم، ولا تصميم إلا بالإيمان.

٣. الإيمان ضرورة للحياة الإنسانية: ضرورة للفرد ليطمئن ويسعد ويرقى، وضرورة للمجتمع ليستقر ويتماسك ويبقى.

وقد استفاد الباحث من هذه الدراسة في العلاج النفسي، ذلك أن الإيمان هو أفضل وسيلة وأعظمها للطب النفسي بنوعيه الوقائي والعلاجي، وقد تضمن الكتاب كثيراً من الطرق العلاجية للأمراض النفسية، وتختلف دراسة الباحث عن هذه في كونها علاجاً لداء نفسي وهو اليأس والإحباط، بينما هذه الدراسة خصيصة للإيمان ومجالات تطبيقه للفرد والمجتمع لإصلاح الأوضاع والأحوال.

١٠/ دراسة الشيخ محمد عبد الله الخطيب:

"والله ليؤمن الله هذا الأمر" طبعة دار الدعوة – الإسكندرية.

هدفت الدراسة إلى ما يلي:

١. تبيان ما التبس على البعض من مفاهيم النصر، وبيان حقيقته وأسبابه.
 ٢. معرفة معوقات النصر وأسباب تأخره.
 ٣. ذكر أوصاف الذين يجري المولى النصر على أيديهم وكيف؟ لتطمئن القلوب وتهلأ النفوس لنصر الله، وتثق في تأييده للمؤمنين، وتزداد إيماناً بأن وعد الله حق، لتسير جميعاً في الطريق الذي حدده المولى لأوليائه وأصفيائه وجنده، لنفوز بالنصر في الدنيا، وننال منازل الشهداء في الآخرة.
- وتمخضت الدراسة عن نتائج أهمها:

١. أن الإيمان بأن المستقبل لهذا الدين يمنحنا الأمل الذي يدفعنا إلى العمل الجاد للوصول إلى النصر الأكيد.
 ٢. إذا كان المسلمون جادين في العمل فعليهم أن ينتظروا الفرج القريب، ولا يجوز لهم أن ييأسوا من رحمة الله، أو يحيط بهم الإحباط: لأنه شعور يقتل الهمم.
 ٣. هناك حروب قائمة لتئيس المسلمين من الأمل في غد أفضل، فعليهم مقاومة هذه الحملات المعادية بنشر الأمل بانتصار الإسلام، وإحياء الرجاء في مستقبله، وعليهم أن يكونوا على يقين بأن المستقبل لهذا الدين.
- استفاد الباحث من هذه الدراسة في أهم ما ترمي إليه وهو شحن النفوس بالشعاع الذي يبدد ظلمات اليأس وغيوم الإحباط، فقد خصص الباحث – في الفصل الثالث أي قسم العلاج – مبحثاً مستقلاً بعنوان: الثقة في نصر الله وأن سنته في الكون الابتلاء أولاً ثم النصر آخراً. وتختلف الدراسة الحالية عن هذه في كونها تفيد المسلم وغيره للقضاء على اليأس والإحباط، بينما هذه الدراسة متخصصة في علاج اليأس والقنوط لدى المسلمين ليقنوا بالنصر الموعود لهم من خالقهم.

١١/ دراسة الدكتور عوض بن محمد القرني:

"حتى لا تكون كلا" طبعة دار الأندلس الخضراء بجدة.

هدفت الدراسة إلى الآتي:

١. عرض بعض الأفكار رجاء أن تُسهم في حل مشكلة أو إزالة عقبة أو زيادة

فاعلية أو تحريك راكد وإيقاظ راقد.

٢. هذه الأفكار يمكن أن يستفيد منها كل الناس باختلاف طبقاتهم، كالموظفين، وأفراد الأسرة، ورجال الأعمال، ومن يخشى الإحباط واليأس.

وقد استفاد الباحث من أفكار مؤلف هذا الكتاب، وخاصة في الفصول الأولى منه حيث أشاد بقيمة الحياة في أهدافها، وأفاد بأن التخطيط والتنظيم شرط لنجاح الحياة، وأرشد إلى الاستغلال الأمثل للزمن. فكل هذه الأفكار أفاد منها الباحث الحالي في الوقاية من اليأس والإحباط، وتختلف الدراسات في أن تلك إرشادات وتوجيهات يُنتفع بها في جوانب عديدة منها الأمراض النفسية، ومنها غير ذلك، أما الدراسة الحالية فمحاولة لعلاج اليأس والإحباط على ضوء القرآن الكريم.

١٢ / دراسة نزار محمد عثمان عبد الله:

"النجاح مبادئ وخصال، قراءة في كتاب الخصال السبعة للأشخاص الأكثر تأثيراً" طبعة إدارة التخطيط والبحوث والمعلومات، وزارة الإرشاد والأوقاف، جمهورية السودان.

هدفت الدراسة إلى:

١. ترجمة كتاب The seven Habits of Highly Effective people لمؤلفه: Stephen R. Covey، لما فيه من دراسة عميقة لخصال النجاح، واستقصاء لأفكار قل أن يحويها كتاب واحد.

٢. ربط الكتاب بين الأخلاق والإيمان بالله واليوم الآخر؛ لأن المؤلف اكتفى بربط النجاح بالمبادئ التي بدأت أرضية رغم ختمه لكتابه بإقراره بالإيمان بالله.

٣. تأصيل لأفكار الكتاب من منطلق إسلامي، وتوسيع البحث، ومحاولة الخروج إلى رحاب أكثر سعة من ترجمة ما كتبه الدكتور كوفي.

وخلصت الدراسة إلى نتائج أهمها: أنه لا يمكن أن يكون هناك نجاح حقيقي دون ارتباط وثيق بالله تعالى، واتباع صادق لما جاء به الرسول ﷺ.

استفاد الباحث من هذه الدراسة أيضاً في الخصال التي قدمها المؤلف، فجميعها أو أغلبها إما وقاية من يأس وإحباط أو علاج لهما، وتختلف الدراسات في كون دراسة

دراسة تحليلية نقدية لأهم مصادر البحث

الباحث الحالي ينصب اهتمامها في علاج الأمراض النفسية، وبالتحديد مشكلة اليأس والإحباط، أما تلك فتوجيهات عامة يمكن الاستفادة منها في العلاج النفسي وفي غير ذلك.

التمهيد

وفيه عرض موجز عن علاج القرآن الكريم لأمراض القلوب

ورد في الحديث الشريف قوله عليه الصلاة والسلام: "إِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ"^(١). إشارة إلى أن صلاح حركات العبد بجوارحه، واجتنابه للمحرمات، واتقائه للشبهات بحسب صلاح حركة قلبه^(٢).

وإن من صلاح القلب سلامته من الأمراض والآفات والأسقام، فالنفس في إصابتها بالأعراض المرضية كالبدن، ويتم علاجها بالتربية والتهذيب، ومحو العلل، فكما أن البدن لا يخلق كاملاً، وإنما يكمل ويقوى بالنشوء والتربية بالغذاء، فكذلك النفس تخلق ناقصة قابلة للكمال، وإنما تكمل بالتربية وتهذيب الأخلاق، والتغذية بالعلم، وكما أن البدن يصاب بالعلل والآفات، ويتم علاجه بمحو تلك العلل عنه، وكسب الصحة له وجلبها إليه، فكذلك النفس، يتم علاجها بمحو الرذائل والأخلاق الرديئة عنها، وجلب الفضائل والأخلاق الجميلة إليها^(٣).

"ومرض القلوب نوعان: مرض شبهة وشك، ومرض شهوة وغي، وكلاهما في القرآن، قال تعالى: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا» [البقرة: ١٠] وقال أيضاً: «وَلَيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ وَالْكَافِرُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلًا» [المدثر: ٣١] ... فهذا مرض الشبهات والشكوك.

(١) - متفق عليه، أخرجه البخاري عن النعمان بن بشير، انظر: صحيح البخاري، تحقيق، مصطفى ديب البغا، بيروت، دار ابن كثير - اليمامة، ط٣، ١٤٠٧هـ، ١٩٨٧م، كتاب الإيمان، باب فضل من استبشراً لدينه، الحديث: ٥٢، ج ١، ص: ٢٨، ومسلم عنه أيضاً، انظر: صحيح مسلم، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، بيروت، دار إحياء التراث العربي، بدون توط، كتاب المساقاة، باب أخذ الحلال وترك الشبهات، الحديث: ١٥٩٩، ج ٣، ص: ١٢١٩.

(٢) ابن رجب عبد الرحمن بن شهاب الدين، جامع العلوم والحكم في شرح خمسين حديثاً من جوامع الكلم، تحقيق: شعيب الأرنؤوط وإبراهيم باجس، بيروت، مؤسسة الرسالة، ط٧، ١٤١٧هـ/ ١٩٩٧م، ج ١، ص: ٢١٠.

(٣) أبو حامد الغزالي، إحياء علوم الدين، بيروت، دار الفكر، ط٢، ١٤٠٠هـ/ ١٩٨٠م، ج ٨، ص: ١٤٥٣، بتصرف.

وأما مرض الشهوات، فقد قال تعالى: «يَنْسَاءَ الَّتِي لَسْتُ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ إِنِ اتَّقَيْتُ فَلَا فَرْقَ بَيْنَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ» [الأحزاب: ٣٢] فهذا مرض شهوة الزنا^(١).

ومن الأمراض القلبية أيضا ما يصيب القلب فيضعفه ويرهقه، وقد يؤدي به المرض أحيانا إلى التلف والهلاك، من ذلك الهم والغم والحزن، وكذلك الخوف والذعر والقلق، واليأس والقنوط والإحباط، فهذه الأمراض إن استفحل داؤها، وسرى في القلب ضررها، ألقت صاحبها إلى بحار الشكوك والشبهات القاذحة في الإيمان. من أجل ذلك كله اهتم القرآن الكريم بالقلب وصحته، وأولى الضمير كل ما يستحق من العناية، وذلك لخطورته، فإن صلاحه صلاح الجسم كلياً، وفساده فساد الجسد نهائياً، كما مرّ في الحديث، وللقرآن الكريم أساليب كثيرة في علاج القلب من أهمها ما يأتي:

١/ حفظ الصحة أو جلبها: فالنفس كالبدن، إذا كان صحيحاً فشأن الطبيب تمهيد القانون الحافظ للصحة، وإن كان مريضاً فشأنه جلب الصحة إليه، فكذلك النفس إن كانت زكية طاهرة مهذبة، فينبغي أن يسعى الإنسان لحفظها، وجلب مزيد قوة إليها، واكتساب زيادة صفائها، قال تعالى: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ تَجَرُّفٍ تُصِغِرُ مِّنْ عَذَابِ أَلِيمٍ ﴿١٠﴾ تَوَّعَّنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنفُسِكُمْ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١١﴾» [الصف] فالْمُؤْمِنُونَ المُنَادُونَ فِي الْآيَتَيْنِ لَا شَكَّ فِي طَهَارَةِ قُلُوبِهِمْ وَصَفَائِهَا، لَكِنْ يَزِيدُ صَفَاؤُهَا وَتَزَكِّيَّتُهَا بِحِفْظِهَا وَجَلْبِ مَا يَزِيدُ قُوَّتَهَا، مِنْ ذَلِكَ الثَّبَاتِ عَلَى الْإِيمَانِ، وَالْجِهَادِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ. وَإِنْ كَانَتْ النَفْسُ عَدِيمَةً الْكَمَالِ وَالصَّفَاءِ، فَيَنْبَغِي أَنْ يَسْعَى الْإِنْسَانُ لَجَلْبِ ذَلِكَ إِلَيْهَا، كَمَا قَالَ تَعَالَى: «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿١﴾» [الشمس].

٢/ الوسطية والاعتدال: فكما أن العلة المغيرة لا اعتدال البدن، الموجبة للمرض، لا تعالج إلا بضدها، فإن كانت من حرارة فبالبرودة، وإن كانت من برودة فبالحرارة،

(١) ابن قيم الجوزية، الطب النبوي، بيروت، دار الفكر، بدون طوت، ص: ١ - ٢.

فكذلك الرذيلة التي هي مرض القلب علاجها بضدها، ومرض البخل بالتسخي^(١)، فالسقاء وسطية بين الإسراف والتقتير، وهو ممدوح في القرآن الكريم كما في قوله تعالى: «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا» [الإسراء: ٢٩]، والرجاء أيضاً وسطية بين اليأس وطول الأمل، وهكذا.

٣/ الاحتمال لمرارة الدواء: غالباً ما تكون الأدوية التي تداوى بها الأبدان مريرة، فعلى المريض عندئذ أن يتحمل مرارتها، ويشتد صبره عن المشتبهات للحصول على العلاج، وشأن البدن في ذلك شأن القلب لا بد من احتمال مرارة المجاهدة والصبر لمداواة مرضه، فإن مرض البدن يخلص منه الموت، ومرض القلب – والعياذ بالله – يدوم أبد الآباد^(٢)، قال تعالى في الإرشاد إلى الكف عن المشتبهات لصحة القلب: «وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَىٰ النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴿٤١﴾» النازعات.

والجدير بالذكر هنا أن طب الأمراض القلبية مُسَلَّم إلى الرسل صلوات الله وسلامه عليهم، ولا سبيل إلى حصول علاجها إلا من جهتهم وعلى أيديهم، فكل من ظن أن تحصل له صحة القلب بدون اتباعهم، فقد غلط^(٣).

ومعلوم أن الرسل عليهم الصلاة والسلام إنما يعالجون مرضى القلوب بما جاء به الوحي من عند الله تعالى، وأفضل الرسل على الإطلاق محمد رسول الله ﷺ، وخير الكتب المنزلة قاطبة القرآن الكريم، وعليه فإن أصحاب القلوب المريضة لا سبيل لهم إلى الدواء الشافي إلا إذا تم علاجهم بالقرآن الكريم، وهدية القويم، ولا تنفع أدويته – نفعا تاما – إلا المؤمنين به، أما الكفار المصابون، فلا يمكن علاجهم من تلك الأمراض، ولا اقتلاع مشكلاتهم من جذورها؛ لأنهم وإن طبقوا تعاليم القرآن، والحال أنهم غير مؤمنين به، وحصل لهم شفاء من ناحية، فقد فاتتهم ثمراته المرجوة،

(١) أبو حامد الغزالي، مصدر سابق، ص: ١٤٥٤.

(٢) المصدر نفسه، والصفحة نفسها.

(٣) ابن قيم الجوزية، مرجع سابق، ص: ٣ – ٤.

وخبراته الكثيرة من نواحٍ أخرى هي خير وأفضل. قال تعالى: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا ثَرَّ الصُّدُورُ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ» ﴿٥٧﴾ يونس.

وقد تضمن القرآن الكريم أهم التوجيهات والإرشادات التي هي بمثابة أدوية ناجعة، وإن طبقها الشخص المصاب بالأدواء القلبية التي تدمر القلب وتهلك البدن، فإنه يرجى له الصحة والشفاء.

وهذه الأدوية منها ما هو قلبي، كالإيمان الحقيقي بالله تبارك وتعالى وبما جاء من عنده، فينزه العبد ربه عن أن يظلمه أو يأخذه بلا سبب منه يوجب ذلك، ويعترف بأنه هو الظالم، ويتوسل إلى الرب بأحب الأشياء إليه، وهو أسمائه وصفاته، ومن أجمعها لمعاني الأسماء والصفات: الحي القيوم، وعلى العبد دائماً أن يستعين بالله وحده، ويقر له بالرجاء، ويحقق التوكل عليه، ويفوض إليه أمره، ويعترف له بأن ناصيته في يده يصرفه كيف يشاء، وأنه ماض فيه حكمه، عدل فيه قضاؤه، ويبرأ من حوله وقوته، ويفوضهما إلى من هما بيده.

ومنها ما هو قولي: كالذكر وتلاوة القرآن، والتوبة والاستغفار، فعلى العبد أن يرتع قلبه في رياض القرآن، ويجعله لقلبه كالربيع للحيوان، وأن يستضيء به في ظلمات الشبهات والشهوات، وأن يتسلى به عن كل فائت، ويتعزى به عن كل مصيبة، ويستشفى به من أدواء صدره، فيكون جلاء حزنه، وشفاء همه وغمه، وعلى العبد أن يكثر الاستغفار والتوبة.

ومنها ما هو عملي: كالجهاد في سبيل الله، والصلاة^(١) ففي الجهاد في سبيل الله صفاء القلوب، وانسراح الصدور، كما أن الصلاة لها دور كبير في تحقيق الصحة النفسية، فكل من يفرع إلى الصلاة وخاصة في الملمات والشدائد، لا شك يبرأ من كل مرض قلبي دهمه وأهمه. فباتباع هذه التوجيهات والإرشادات القرآنية وأشباهاها، تحصل القلوب على شفاء تام لجميع الأمراض والأسقام.

(١) المصدر السابق، ص: ١٥٥ - ١٥٦، بتصرف.