الفَصْلُ الرّابعُ

العلاج النفساني عند فلاسفة العرب

(١) علاج الأَمراض الجسمية والعقلية

بينما كان الظلام والجهل يعمان ربوع أُوربة في تلك العصور المظلمة، عصور الظلم والاضطهاد والتعذيب والوحشية، كان النور والعرفان يشرقان في الشرق، وينتشران بين الأُمم الإِسلامية، حيث كانت الحضارة العربية قد بلغت أَوج عظمتها، ووصلت إِلى ما لم تصل إِليه حضارة من قبلها، وظهر بين العرب في العصر الذهبي الإِسلامي عدد كبير من مهرة الأَطباء، الذين ورثوا طب (بقراط وجالينوس) وغيرهما من أَطباء اليونان، بل زادوا على ذلك التراث، وأَتوا في علم الطب ومُزاولة مهنته بالعجب العجاب، ونبغوا في الأَمرين معًا نبوغًا فائقًا، حتى بهروا أَطباء أُوربا في القرون الوُسطى، وكانوا أَساتذة لهم في الدراسة الطبية وغيرها إِبان النهضة الأُوربية الأُولى.

وتدل أَوثق المصادر التاريخية على أَن بعض أَطباء العرب قد حذقوا العلاج النفساني، وتولوا مُعالجة مرضى العقول بِطُرق علمية لا تقل في أَهميتها عن الطُرق المتبعة الآن، وقد كان نصيبهم في ذلك النجاح والتوفيق إِلى أَبعد حد مُمكن.

وكان أَمهر هؤلاء، وأَبعدهم صيتًا، وأَقواهم نفوذًا، ذلكم النطاسي الماهر، والباحث القدير، والفيلسوف البارع، واللغوي المحقق، والمؤلف

الموفق، الشاعر الثائر، الشيخ الرئيس، حجة الحق، أَبو علي الحسين بن علي بن سينا.

برع هذا الرجل العالمي الفذ في مهنة الطب، وهو لا يزال حدثًا لم يتجاوز الثامنة عشرة من عمره. وقد أَجمع الرواة على أَنه نجح نجاحًا باهرًا في مُعالجة كثير من المرضى الذين عجز الأَطباء في عصره عن مُعالجتهم، ولم يكن يُعالج مرضى الأَجسام فحسب، ولكنه أَفلح أَيضًا في مُعالجة مرضى العقول بِطُرق عقلية.

وكانت له دراية تامة بمرض العشق وطُرق علاجه، يدل على ذلك ما ذكره في كتاب القانون[1] في فصل العشق، حيث قال:

«العشق مرض وسواسي شبيه بالماليخوليا يكون الإِنسان قد جلبه إِلى نفسه بتسليط فكرته على استحسان بعض الصور والشمائل، ثم أَعانته على ذلك شهوته. وعلامته غور العين ويبسها، وعدم الدمع إِلا عند البكاء، وحركة مُتصلة للجفن ضحاكة، كأَنه ينظر إِلى شيء لذيذ، أَو يسمع خبرًا سارًا، أَو أَنه يمزح. ويكون نفَسهُ كثير الانقطاع والاسترداد، فيكون كثير الصعداء، ويتغيرُّ حاله إِلى فرح وضحك، أَو إِلى غم وبكاء عند سماع الغزل، ولا سيما عند ذكر الهجر والنوى، وتكون جميع أَعضائه ذابلة خلا العين، فإِنها تكون – مع غور مقلتها – كبيرة الجفن سميته؛ لسهره وتزفره المنجر إِلى رأَسه. ولا يكون لشمائله نظام، ويكون نبضه نبضًا مُختلفًا بلا نظالم أَلبتة، كنبض أَصحاب الهموم. ويتغيَّر نبضه وحاله عند

---

٤٢) راجع جـ ٢ ص ٧١، ٧٢ من كتاب القانون.

ذكر المعشوق خاصة، وعند لقائه بغتة، ويُمكن من ذلك أَن يستدل على ا لمعشوق مَن هو إذا لم يعترف العاشق به؛ فإن معرفة معشوقه إحدى سُبل علاجه. والحيلة في ذلك أَن يذكر أَسماء كثيرة تُعاد مرارًا، وتكون اليد على نبض المريض، فإذا اختلف بذلك اختلافًا عظيمًا، وصار شبه المنقطع، ثم عاودتَ وجربت ذلك مرارًا علمت أَنه اسم المعشوق. ثم يذكر كذلك السكك والمساكن، والحرف والصناعات، والنسب والبلدان وتضيف منها إلى اسم المعشوق، ويحفظ النبض، حتى إذا كان يتغيَّر عند ذكر شيء مرارًا جمعت من ذلك خواص معشوقه من الاسم والحلة والحرفة، وعرفته. فإنا قد جرَّبنا ذلك، واستخرجنا ما كان في الوقوف عليه منفعة. ثم إن لم تجد علاجًا إلا تدبير الجمع بينهما على وجه يُحله الدين والشريعة فعلت. وقد رأَينا من عاودته السلامة والقوة وعاد إلى صحته، وكان قد بلغ الذبول، وجاوزه، وقاسى الأَمراض العصبية المزمنة، والحميات الطويلة؛ بسبب ضعف القوى لشدة العشق – لما أَحسّ بوصل من معشوقه بعد مطل – مُعاودة في أَقصر مُدة قضينا به العجب، واستدللنا على طاعة الطبيعة للأَوهام النفسانية».

هذه عبارة جامعة تشرح لنا بشيء من التفصيل طريقة من طُرق علاج العشق دونها كل طريقة من الطُرق المتبعة الآن. وهل وصل الطب الحديث إلى أَكثر مما وصل إلينا ابن سين حين قال: «استدللنا على طاعة الطبيعة للأَوهام النفسانية؟».

على أَن ابن سينا لم يقل هذا القول جزافًا، ولم يدعه يسبح في عالم النظريات، ولكنه طبقه تطبيقًا عمليًا في مُعالجة بعض المرضى مُعالجة

ناجحة، وإليك حادثة تثبت ذلك:

روى النظامي العروضي السمرقندي في كتابه «جهار مقاله»[1] أَنه عرض على ابن سينا ابن أُخت شمس المعالي قابوس بن وشمكير أَمير جورجان، وقد أَعيا الأَطباء أَمره، فلما رآه وخاطبه في شأن مرضه تبيَّن له أَن مرضه هو الحب. ولم يشأ المريض أَن يبوح باسم محبوبته. ولما علم ابن سينا أَن شفاء المريض مُتوقف على معرفة محبوبته، وإزالة ما عنده من وجدانات وعواطف كامنة مُرتبطة بها، أَخذ على نفسه أَن يعرف اسمها بأية وسيلة، فأمر بإحضار أَكبر سُكان المدينة سنًّا، فلما حضر قال له: «أَتعرف شوارع هذه المدينة وسُكانها؟» قال: «نعم». فأمره أَن يذكر أَسماء الشوارع شارعًا شارعًا، وهو قابض على يد المريض؛ ليتحقق من مقدار سرعة نبضه. فلما ذكر اسم أَحد الشوارع أَسرع نبض المريض، فأمر الرجل أَن يذكر أَسماء الشوارع المتفرعة من هذا الشارع، فلما أَتى إلى اسم أَحدها ازدادت سرعة النبض ثانية. فأَمر رجلًا آخر أَن يقص عليه أَسماء البيوت الواقعة في هذا الشارع الصغير، فلاحظ ابن سينا زيادة نبض المريض عند ذكر أَحد البيوت. فطلب من رجل ثالث أَن يخبره بِأَسماء سُكان هذا البيت من الفتيات، فلما أَتى اسم المحبوبة أَسرع النبض، فالتفت ابن سينا إِلى المريض، وقال له: أَليست هذه محبوبتك؟

وبالبحث عُلِمَ أَنها هي محبوبته، وأَنها ابنة خالته، وأَن الشاب كان يحبها حُبًّا جمًا، ولم يجرؤ أَن يذيع سره خوفًا من أَهله، ولكنهم لما علموا أَن

---

٤٣) جهار مقاله ص ٧٨ – طبعة ليدن سنة ١٩٠٩.

شفاءه في التزوج بها زفوها إليه؛ فبرئ من مرضه وعاد إلى حالته الطبيعية.

وقد ذكر ابن سينا في القانون بيانًا تفصيليًا لعلاج مرضى العشق، نقتطف منه ما يأتي:

قال الشيخ الرئيس مما يبرئ المرضى بالعشق: «إيقاعهم في خصومات وأَشغال ومنازعات، وبالجملة أُمورٍ شاغلة، فإن ذلك ربما أَنساهم ما أدنفهم. أَو يحتال في تعشيقهم غير المعشوق ممن تحله الشريعة، ثم ينقطع فكرهم عن الثاني قبل أَن يستحكم، وبعد أَن يتناسوا الأَول. وإن كان العاشق من العُقلاء فإن النصيحة والعظة له، والاستهزاء به وتعنيفه، والتصوير لديه أَن ما به إنما هو وسوسة وضرب من الجنون مما لا ينفع نفعًا، فإن العلاج ناجح في مثل هذا الباب. وأَيضًا تسليط العجائز عليه ليبغضن المعشوق إليه، ويذكرن منه أَحوالًا قذرة، ويحكين له عنه أُمورًا مُنفرًا منها، ويحكين له منه الجفاء الكثير؛ فإن هذا مما يسكِّن كثيرًا وإن كان قد يغري آخرين. ومما ينفع في ذلك أَن تُحاكي هؤلاء العجائز صورة المعشوق بتشبيهات قبيحة، ويُمثلن أَعضاء وجهه بمحاكيات مُبغضة، ويدمن ذلك ويسهبن فيه، فإن هذا عملهن وهن أَحذق فيه من الرجال.. وكذلك يُمكنهن أَن يجتهدن في أَن ينقلن هوى العاشق إلى غير المعشوق بتدريج، ثم قطعن صنعتهن قبل تمكن الهوى الثاني».

«ومن الناس من يُسلِّيه إما الطرب والسماع، ومنهم مَن يزيد ذلك في غرامه. ويُمكن أَن يتعرف ذلك؛ وإما الصيد وأَنواع اللعب والكرامات

المتجددة من السلاطين، وكذلك تنوّع الغموم العظيمة، وكلها مُسلٍ»[1].

وقد نبغ ابن سينا أَيضًا في مُعالجة مرض المالنخوليا الذي قال عنه: «إنه يُعرف بتغيُّر الظنون والفكر عن المجرى الطبيعي إلى النساء، وإلى الخوف والزداءة. فمن أَعراضه الظاهرة: ظن رديء، وخوف بلا سبب، وسُرعة غضب، وحُب التخلي، واختلاج ودوّار ودَوِيٌّ؛ فإذا استحكم فالتفزع، وسوء الظن، والغم، والوحشة، والكرب، وهذيان كلام، وتكون هذه الأَوصاف غير محدودة، وبعضهم يخاف سقوط السماء عليه، وبعضهم يخاف ابتلاع الأَرض إياه، وبعضهم يخاف الجن، وبعضهم يخاف الشيطان، وبعضهم يخاف اللصوص، وبعضهم يتقي أَلا يدخل عليه سبع. وقد يكون للأُمور الماضية في ذلك تأثير، ومع ذلك فقد يتخيَّلون أُمورًا بين أَعينهم ليست. وربما تخيَّلوا أَنفسهم أَنهم صاروا مُلوكًا أَو سباعًا أَو شياطين، أَو طيورًا أَو آلات صناعية. ثم منهم من يضحك، ومن يبكي، ومنهم من يحب الموت، ومن يبغضه»[2].

ومما ذكره في علاج هذا المرض: «أَن يُشغل صاحبه بشيء كيف كان، وأَن يحضره من يحتشمه ومن يستطيبه، ويُشغل أَيضًا بالسماع والمطربات، ولا أَضر له من الفراغ والخلوة».

«وكثيرًا ما يغتم بعوارض تقع له، أَو يخاف أَمرًا فيُشغل به عن الفكرة ويُعاق عنه، فإِن نفس إِعراضهم عن الفكرة علاج لهم أَصيل».

---

٤٤) القانون جـ ٢ ص ٧١، ٧٢.

٤٥) راجع القانون جـ ٢ ص ٦٥ وما بعدها تجد هُناك بحثًا مُستفيضًا مُمتعًا لمرض الملانخوليا.

هذا ما قاله ابن سينا عن الماليخوليا من حيث أَعراضها ومُعالجتها بِطُرق نفسية. وهو لا يقل كثيرًا عمَّا يقوله المحدثون في الموضوع نفسه.

وهاك حادثة تُبيِّن مهارة ابن سينا في مُعالجة هذا المرض بالذات: حكى النِّظامي العروضي السمرقندي في كتابه الآنف الذكر: «أَن فتى من بني بويه أُصيب بالماليخوليا، واشتدت به العلة حتى اعتقد أَنه قد صار بقرة، وكان يُردد الصياح طول النهار ويقول: «اذبحوني؛ فإِن طعامًا شهيًّا يُمكن أَن يُتخذ من لحمي». وقد امتنع عن الطعام والشراب، فساءت حاله، وخارت قواه، ونحل جسمه، وعجز الأَطباء عن مُعالجته».

«وكان الشيخ الرئيس ابن سينا عالي الشأَن، رفيع المنزلة، يتولّى الوزارة لعلاء الدولة البويهي، ويقضي كثيرًا من وقته في التدريس والتصنيف. وقد انتشر في الآفاق ذكره، وعلم الخاص والعام بمهارته في التطبيب وعلاج مرضى العقول. فهرع أَهل المريض إِلى علاء الدولة، وتوسلوا به لدى ابن سينا، وعرض الأَمير الحالة على الشيخ، فقبل أَن يتولّى العلاج، ثم قال: «بشروا الفتى أَن القصاب آتٍ ليذبحه». وعلم المريض بذلك فسر أَيما سرور».

«ثم إِن ابن سينا دخل دار المريض ومعه رجلان وفي يده سكين، وقال: «أَروني أَين هذه البقرة كي أَذبحها» فخار الفتى خوار البقر، كأَنما يريد أَن يقول: «هأَنذا». فقال ابن سينا: «أَخرجوه إِلى فناء الدار، وشدوا وثاقه، ثم اطرحوه أَرضًا». وسمع المريض ذلك فأسرع إِلى فناء الدار، واضطجع على جانبه الأيمن. ولما شدوا وثاقه أَقبل ابن سينا عليه، وفي

يديه سكينان يسنّ أَحدهما على الآخر، ثم أَهوى على المريض وأَمسك بجنبه، كما هي عادة القصابين، ثم قال: «عجبًا! إن هذه البقرة لهزيلة لا تصلح للذبح، قدموا لها العلف، وأَطعموها حتى تسمن». ثم نهض وخرج، وقال للقوم: «فكوا وثاقه، وضعوا أَمامه ما أَصفه من طعام، وقولوا له كُلْ حتى تسمن بسرعة». ففعلوا وكان المريض يأكل كل ما يُقدم له من طعام، على أَمل أَن يسمن ويصلح للذبح، وقد أَشرف الأَطباء على علاجه طبقًا لإِرشاد الشيخ، وفي شهر واحد صلحت حاله وبرئ من مرضه»[1].

ونقل النظامي الآنف الذكر عن ابن سينا أَنه قال في كتاب المبدأ والمعاد: «سمعت أَن طبيبًا بلغ لدى ملوك السامانيين منزلة رفيعة بحيث كان يُسمح له بدخول حرم القصر الملكي، واختبار بعض النساء. ففي ذات يوم كان ذلك الطبيب جالسًا في الحرم مع أَحد هؤلاء الملوك في مكان لا يسمح لأحد من الرجال أَن يدخله، فطلب الملك الطعام، فحضرت الجواري، ولكن واحدة منهن – وكانت الطباخة – ما كادت ترفع المائدة من فوق رأسها حتى انحنى ظهرها وتقوس، فاضطرت إِلى إلقاء المائدة على الأَرض، وأَرادت النهوض فلم تستطع، فبقيت كما هي لا تبدي حراكًا؛ لأَن ريحًا غليظًا (روماتزم) حل بمفاصلها. فالتفت الملك إِلى الطبيب، وأَشار إِليه بِأَن يُعالجها في الحال بأي طريقة مُمكنة. ولما لم يكن هُناك أَمل في المعالجة الطبيعية المادية؛ لِبُعد الأَدوية، وعدم إِمكان الحصول عليها بسرعة، لم يكن بُد من أَن يُفكر الطبيب في العلاج النفساني، فأَمر بِأَن يسقطوا الخمار عن رأسها، وبعروا رأسها ووجهها. وإِنما أَمر بذلك لكي تستنكر

---

٤٦) جهار مقاله ص ٨٢، ٨٣.

هذا الاعتداء، فتخجل، وتتحرك حرارتها، فتبرأ من علتها. ولكن على الرغم من ذلك لم تتغير حالتها، ففكر الطبيب في عمل ما هو أَشنع مما تقدم، فأمر أَن يسقطوا سروالها، ففعلوا، فاعتراها الخجل، وتجددت حرارة في بطنها حلَّلت ذلك الريح الغليظ؛ فبرئت من إِصابتها في الحال، ووقفت مُعتدلة، وعادت إِليها صحتها»[1].

وذكر كل من القفطي في كتاب «إِخبار العُلماء بِأَخبار الحُكماء» وابن أَبي أُصيبعة في كتاب «عيون الأَنباء في طبقات الأَطباء» حادثة تشبه الحادثة السابقة، إِذ قالا: «في بعض الأَيام تمطت حظية للرشيد، ورفعت يدها، فبقيت مُنبسطة لا يُمكنها ردَّها، والأَطباء يُعالجونها بالتمريخ والأَدهان، فلا ينفع ذلك شيئًا. فقال الرشيد لجعفر بن يحيى البرمكي: «قد بقيت هذه الصبية بعلتها». فقال له جعفر: «لي طبيب ماهر هو جبرائيل بن بختيشوع، تدعوه وتُخاطبه في معنى هذا المرض، فلعل عنده حيلة في علاجه». فأمر بإِحضاره، ولما حضر قال له الرشيد: «ما اسمك؟» قال: «جبرائيل». قال: «أَي شيء تعرف من الطب؟». قال: «أُربد الحار، وأُسخن البارد، وأُرطب اليابس، وأُجفف الرطب الخارج عن الطبع». فضحك الرشيد، وقال: «هذا غاية ما يحتاج إِليه في صناعة الطب». ثم شرح له حالة الصبية فقال له جبرائيل: «إِن لم يسخط عليّ أَمير المؤمنين فلها عندي حيلة». قال له الرشيد: «ما هي؟» قال: «تخرج الجارية إِلى هُنا بحضرة الجميع حتى أَعمال ما أُريده وتمهّلْ عليّ، ولا تعجل بالسخط». فأمر الرشيد بإِحضار الجارية، وحين رآها جبرائيل أسرع إِليها ونكس رأسه،

---

٤٧) جهار مقاله ص ٧٣.

وأمسك ذيلها، كأنه يريد أن يكشفها، فانزعجت الجارية، ومن شدة الحياء والانزعاج استرسلت أَعضاؤها، وبسطت يدها إِلى أَسفل، وأَمسكت ذيلها. فقال جبرائيل: «قد برئت يا أَمير المؤمنين». فقال الرشيد للجارية: «ابسطي يدك يُمنة ويُسرة». ففعلت، فعجب الرشيد وكل من كان حاضرًا، وأَمر لجبرائيل في الوقت بخمسمائة درهم، وأحبه، وجعله رئيسًا على جميع الأَطباء»[1].

وإِليك حادثة من نوع آخر تدل على مهارة مُحَمَّد بن زكريا الرازي الطبيب (المتوفى حوالي سنة ٣٦٤ هـ)[2] في العلاج النفساني.

ذكر النظامي أَيضًا: «أَن الأَمير منصور بن نوح بن نصر الساماني أُصيب بمرض شديد تمكّن من نفسه، وطال عليه الأَمد، فصار مُزمنًا، وعجز الأَطباء عن علاجه. فأرسل الأَمير في طلب مُحَمَّد بن زكريا الرازي الطبيب المشهور ليُعالجه، فحضر الرازي إِلى بخاري، عاصمة الدولة السامانية، وقابل الأَمير، وشرع في علاجه، ولكنه لم يفلح بعد أَن جرَّب معه عِدة أَدوية مادية. فجاء يومًا إِلى الأَمير، وقال: «أَيها الأَمير سأُحاول غدًا علاجك بطريقة أُخرى، ولكن هذا يستدعي أَن تُضحي بالحصان الفلاني من خيلك، وبالبغل الفلاني من بغالك، وكان الحصان والبغل معروفين بشدة السرعة في العدو». ولما كان الغد أَخذ الرازي الأَمير،

---

٤٨) إِخبار العُلماء ص ٩٤، وعيون الأَنباء جـ١ ص ١٢٧، وقد ذكرت هذه الحادثة برواية أُخرى في كتاب ثمرات الأَوراق لابن حجة الحموي جـ ١ ص ١٥٢ – ١٥٣ على هامش المتطرف من كل فن مستظرف للأبشيهي.

٤٩) أي قبل مولد ابن سينا بتسع سنوات أو عشر.

وذهب معه إلى حمام خارج القصر، وأَعد الحصان والبغل للركوب إعدادًا تامًا، وتركهما في حراسة خادمه عند باب الحمام، وأَمر أَلَّا يدخل الحمام أَحد من خدم الأَمير أَو حشمه أَو غيرهم، ثم أَخذ الأَمير وأَجلسه في فناء الحمام المتوسط، وأَعطاه جُرعة من شراب أَعده، وصب عليه ماء فاترًا، وتركه حتى تتحرك الأَخلاط التي بمفاصله، ثم خرج ولبس ملابسه كاملة وأَتى إلى الأَمير وفي يده سكين، ووقف أَمامه، وأَخذ يسبه ويلعنه، ويكيل له السباب والشتائم كيلًا. ثم قال له: «لقد أَرسلت إليّ خدمك وحشمك لإرغامي على الحضور لمعالجتك، فشدوا وثاقي، وهددوني بالقتل إن لم أَحضر معهم، لست ابن زكريا إن لم أُعاقبك على هذه الأَعمال». عند ذلك ثار الأَمير ثورة عنيفة، وبدت آثار الغضب عليه، ونهض من مكانه، وجلس على ركبتيه، فسحب الرجل سكينه، واقترب من الأَمير، وزاد في تهديده ووعيده. فاشتد غضب الأَمير، وأَخذ منه كل مأخذ، فنهض ووقف على قدميه. وما حرَّكه بعد عجزه التام عن الحركة إلا غضبه من الرازي، وخوفه على حياته هو. فما كان من الرازي – حين رأى الأَمير وقد نهض على قدميه – إلا أَن ولَّى هاربًا، وانطلق يجري نحو باب الحمام، فخرج وركب الحصان، وأَمر خادمه أَن يركب البغل، وانطلقا مُسرعين جادَّيْن في السير، لا يلويان على شيء، حتى وصلا مَرْو، ومن هُناك أَرسل الرازي إلى الأَمير خطابًا يقول فيه: «أَطال الله بقاء الأَمير، وأَدامه مُعافي البدن، نافذ الأَمر! إن خادمكم المخلص قد شرع في علاجكم، وبذل في سبيل ذلك قصارى جهده، فرأى أَن العلاج الطبيعي (أَي بالأدوية والعقاقير) يطول أَمده؛ لقلة الحرارة الغريزية، وضعف الجسم ضعفًا تامًا، فعدلت عن ذلك

ولجأت إلى العلاج النفساني، فحملتك إلى الحمام، وأَعطيتك الجرعة، وتركتك حتى تنضج الأَخلاط في المفاصل، ثم أَغضبتك بما فعلت؛ كي أُمِدّ الحرارة الغريزية بمدد جديد تقوى معه على تحليل الأَخلاط. وليس من الحكمة – بعد أَن حصل ما حصل – أَن يكون بيني وبين الملك أَي صلة». كتب الرازي هذا الخطاب وأَرسله مع خادمه، ولم يدر أَن الملك قد برئ من مرضه، وأَن شفاءه كان سببًا في سريان مُوجة من الغبطة والسرور بين سكان بخاري. وقد سأل الأَمير عمَّا حدث من الرازي، فأَخبروه بذلك، فأمر أَن يبحثوا عنه ففعلوا، ولكنهم لم يجدوه، ولم يشعروا في الوم السابع من تلك الحادثة إلا وقد حضر خادم الرازي راكبًا البغل، ساحبًا الحصان. ولما مَثَل بين يدي الأَمير قدم إليه الخطاب فقرأه وفهم الأَمر، فعذر الرازي، وأَمر أَن تُهدى إليه هدية سنية»[1].

هذه الأَمثلة تُبيّن للقارئ الكريم مهارة العرب في العلاج النفساني؛ أَي العلاج بِطُرق أَو وسائل نفسانية، دون الالتجاء إلى الأَدوية أَو العقاقير الطبية، سواء أَكان المرض المعالج نفسانيًا، كما في مرض العشق والمالنخوليا، أَم كان جُثمانيًا، كما في وجع المفاصل أَو تورمها المعروف (بالروماتزم)، وهو الذي يُسميه المرحوم الشيخ حمزة فتح الله بالرَّثية.

ويُؤخذ مما هو مُدون بِكُتب الطب التي أَلَّفها ابن سينا وغيره من أَطباء العرب والمسلمين، أَن هؤلاء نجحوا في مُعالجة بعض الأَمراض العقلية بِأَدوية مادية، وبذلك يكونون قد نبغوا في أَنواع العلاج الأَربعة؛ أَي علاج

---

٥٠) جهار مقاله ٧٤ – ٧٦.

الأَمراض الجثمانية علاجًا ماديًا جثمانيًا أَو علاجًا نفسانيًا، وعلاج الأَمراض العقلية علاجًا نفسانيًا أَو علاجًا ماديًا جُثمانيًا. ويكونون قد تولوا علاج الأَمراض العقلية بِشتَّى الطُرق والوسائل العلمية، قبل أَن تتولى علاجها أُوربة بهذه الطُرق بما يزيد على سبعمائة سنة.

ولم يكن العلاج النفساني معروفًا في الشرق لدى العرب وحدهم؛ فإِن التاريخ يقص علينا أَن اليابانيين عرفوا في القرن السادس الميلادي كيف يُعالجون الأَمراض بوسائل نفسية. ومن المرجح أَن الهنود كانوا على شيء من العلم بتأثير العوامل النفسية في نشأة الأَمراض ومُعالجتها. وليس ببعيد أَن يكون هؤلاء وهؤلاء أَخذوا هذه الصناعة من العرب؛ فهم أَسبق إِلى توليها، إِذ كانوا يُباشرونها بنجاح في القرون الميلادية العاشر والحادي عشر والثاني عشر. وكان اليابانيون والهنود مُتصلين بالعرب في العصور الإِسلامية الزاهرة، وليس هُنا موضع تفصيل لهذه الحقيقة التاريخية.

ولم تكن مُمارسة الطب النفساني على أَيدي أَطباء العرب قائمة على أَساس من التجربة فحسب، ولكنها قامت على أَساس نظري فلسفي؛ فقد أَدركوا ما بين الجسم والعقل من علاقة وثيقة، وعلموا أَن التأثير في العقل بالوهم أَو الإِيحاء الذاتي يُؤثر في الجسم بالمرض أَو الشفاء.

وإِليك ما قاله ابن سينا في هذا الصدد[1]:

«تأمَّل حال المريض الذي توهَّم أَنه قد صح، والصحيح الذي توهَّم أَنه مرض، فإِن كثيرًا ما يعرض من ذلك أَن يكون إِذا تأكدَت الصورة في

---

٥١) كتاب الشفاء جـ ١ ص ٣٤٤ – ٣٤٥.

نفسه وفي وهمه، انفعل منه عنصره (جسمه) فكان الصحة أَو المرض. ويكون ذلك أَبلغ مما يفعله الطبيب بآلات ووسائط، ولهذا السبب يُمكن الإِنسان مثلًا أَن يعدو على جذع تبقى مطروحة في القارعة من الطريق، وإِن كانت موضوعة كالجسر وتحتها هاوية، لم يجسر أَن يمشي عليها دبيبها إِلا بالهوينا؛ لأَنه يتخيل في نفسه صورة السقوط تخيلًا قويًا، فيجيب إِلى ذلك طبيعته وقوة أَعضائه، ولا يجيب ضده من الثبات والاستقرار؛ فالصور إِذا استحكم وجودها في النفس، واعتقاد أَنها يجب أَن توجد، فقد يعرض كثيرًا أَن تنفعل عنها المادة التي من شأنها أَن تنفعل عنها».

هذا نص قليل المبنى على كثير المعنى، كلما قرأته استخرجت منه حقائق علمية، لا تقل كثيرًا عمَّا يقوله المحدثون من عُلماء العلاج النفساني عن تأثير العقل في الجسم، أَو عن تأثير الهم أَو الإِيحاء الذاتي في الصحة والمرض.

وقد تعجب إِذا علمت أَن مثال المشي على الجذع الذي ذكره ابن سينا هو المثال نفسه الذي يضربه المسيو كوى **Coué** الطبيب النفساني المعاصر لبيان تأثير الوهم في قوة الإِرادة. وهاك نصًا آخر من كلام ابن مسكويه[1]:

«إِن حذاق الأَطباء لا يقدمون على علاج مرض جسماني إِلا بعد أَن يعرفوه، ويعرفوا السبب والعلة فيه، ثم يرومون مُقابلته بِأَضداده من

---

٥٢) كتاب تهذيب الأَخلاق وتطهير الأَعراق ص ١٤٥. راجع أَيضًا ما نقلناه عن ابن سينا في ص ٢٧ – ٢٨ من هذا الكتاب.

العلاجات، ويبتدئون من الحمية والأَدوية اللطيفة، إلى أَن ينتهوا في بعضها إلى استعمال الأَغذية الكريهة، والأَدوية البشعة، وفي بعضها القطع بالحديد، والكي بالنار. ولما كان النفس قوة إلهية غير جسمانية، وكانت مع ذلك مُستعملة لمزاج خاص، ومربوطة رباطًا طبيعيًا إلهيًا، لا يُفارق أَحدهما صاحبه إلا بمشيئة الله عز وجل، وجب أَن نعلم أَن أَحدهما مُتعلق بصاحبه مُتغيَّر بتغيره، فيصح بصحته، ويمرض بمرضه. وذلك أَنَّا كما نرى المريض من جهة بدنه – لا سيما إن كان سبب مرضه أَحد الجزأين الشريفين؛ أَعني الدماغ والقلب – يتغيَّر عقله ويمرض حتى ينكر ذهنه، وفكره، وتخيّله، وسائر قوى نفسه الشريفة، ويحس هو من نفسه بذلك، كذلك أَيضًا نجد المريض من جهة نفسه – إما بالغضب، وإما بالحزن، وإما بالعشق، وإما بالشهوات الهائجة – تتغيَّر صورة بدنه حتى يضطرب ويرتعد، ويصفر ويحمر، ويسمن ويلحقه ضروب من التغيرُّ المشاهدة بالحس».

وهذا كلام صريح واضح يُبيّن لنا أَجلى بيان ما بين الجسم والعقل من علاقة ثابتة، تظهر في تأثر كل منهما بالآخر في حالتي الصحة والمرض.

وهذا نص ثالث من كلام حجة الإسلام الغزالي:

قال رحمه الله[1]:

«الخاصة الأُولى (من خواص المعجزات والكرامات) في قوة النفس في جوهرها بحيث يُؤثر في هيولي العالم بإزالة صورة وإيجاد صورة، بأَن يُؤثر

---

٥٣) مقاصد الفلاسفة ص ٣١٤.

في استحالة غيرها[1] ويُؤثر في استحالة الهواء فيها، ويحدث مطرًا كالطوفان... أَو ما يجري مجرى ذلك، وهو مُمكن، فقد ثبت في الإلهيات أَن الهيولي مطيعة للنفوس، ومُتأثرة بها، وأَن هذه الصور تتعاقب عليها من آثار النفوس الفلكية، وهذه النفس الإنسانية من جوهر تلك النفوس وشديدة الشبه بها، فكذلك نفس الإنسان تُؤثر في هيولي العالم، ولكن الغالب عليها أَن يقتصر تأثيرها على عالمها الخاص، وذلك بدنها. وكذلك إذا حصلت في النفس صورة مكروهة استحال مزاج البدن، وحدثت رطوبة العرق، وإذا حدثت في النفس صورة الغلبة حمى مزاج البدن واحمر الوجه، وهذه الحرارة والبرودة والرطوبة واليبوسة التي تحدث في البدن من هذه التصورات ليست عن حرارة وبرودة ورطوبة ويبوسة أُخرى، بل عن مُجرد التصور».

(٢) علاج الأَمراض الخلقية عند العرب

لم يقف الأَمر بفلاسفة العرب وعلمائهم عند هذا الحد، بل إنهم كما بحثوا في أَسباب أَمراض الجسم والعقل، وأَلموا بوسائل علاجها نظريًا وعمليًا، كذلك نراهم قد أَفاضوا وأَجادوا في دراسة أَسباب الأمراض الخلقية، وأَلموا بوسائل علاجها نظريًا وعمليًا، إلمامًا لا يكاد يوجد له نظير.

وفي الحق إنهم سباقون في هذا الميدان، فإننا لا نعرف فيما نعرف أَن أُمة من الأُمم عنيت بالأَخلاق والتربية الخلقية عناية الأُمة العربية بها، فقد وضعوا فيها المختصرات والمطولات، من الرسائل الموجزة، والكُتب الضخمة.

---

٥٤) هكذا في الأَصل، وهل الصواب: في استحالتها إلى غيرها.

وكان في مُقدمة السباقين في هذا الميدان ابن سينا، وابن مسكويه، والراغب الأَصفهاني، والإمام الغزالي، ومحيي الدين بن عربي.

فلابن سينا رسالة قيمة في علم الأَخلاق، ولابن مسكويه كتابه المعروف «بتهذيب الأَخلاق وتطهير الأَعراق»، وللراغب الأَصفهاني كتاب «الذريعة إلى مكارم الشريعة»، وللإمام الغزالي كتابه الجامع «إحياء علوم الدين»، ولمحيي الدين بن عربي كتاب يُنسب إليه يُسمى «تهذيب الأَخلاق».

وليس من المعقول أَن آتي في هذا المؤلف بمبادئ العرب في الأَخلاق، وآرائهم في التربية الخلقية، ولا أَن أَحصي الأَمراض الخلقية التي عرضوا لبحثها من جميع نواحيها، فهذه موضوعات تستوعب مُجلدًا ضخمًا على الأَقل. فيكفي أَن أَقول: إن من الأَمراض الخلقية التي أَتوا في بحثها بالعجب العجاب: الغضب، والحقد، والحسد، والبخل، والشره، والرياء، والكبر، والخوف، والعجب، والغرور، والجبن.

ويكاد يكون كل ما ذكروه في علاج أَمراض النفس طريقًا ظريفًا، كافيًا شافيًا لعلة الباحث، مُشبعًا لرغبة المحقق المدقق.

وإنك لتجد فيما كتب ابن مسكويه، والغزالي، وابن عربي في هذا الموضوع مباحث قيمة يُخيل لمن يقرؤها أَنه يقرأ بحوثًا طريقة، كُتِبَتْ بِأُسلوب عصري علمي دقيق، وعبارات مُنقاة مُصفاة.

وللاستدلال على ما أَقول أَضع بن يدي القارئ نماذج مما كتب بعض هؤلاء العُلماء الأَعلام في مرض الغضب، الذي أَكثر المحدثون فيه المقال،

وبينوا أَنه في مُقدمة الانفعالات المضرة بالجسم والعقل، المبعدة للسلوك عن جادة:

يقول العلامة ابن مسكويه في بيان تأثير الغضب في الجسم والعقل:

«الغضب في الحقيقة هو حركة للنفس يُحدث لها غليان دم القلب شهوة للانتقام، فإذا كانت هذه الحركة عنيفة أججت نار الغضب وأَضرمتها؛ فاحتدّ غليان دم القلب، وامتلأت الشرايين والدماغ دخانًا مُظلمًا مُضطربًا يسوء منه حال العقل، ويضعف فعله، ويصير مَثَلُ الإنسان عند ذلك – على ما حكته الحكماء – مَثَلَ كهف مليء حريقًا، وأُضْرِمَ نارًا، فاختنق فيه اللهب والدخان، وعلا التأجج والصوت المسمى وَحْي النار، فيصعب علاجه، ويتعذر إطفاؤه، ويصير كل ما يدنيه للإطفاء سببًا لزيادته، ومادة لقوته؛ فلذلك يَعْمَى الإنسان عن الرشد، ويَصَم عن الموعظة، بل تصير المواعظ في تلك الحال سببًا للزيادة في الغضب، ومادة اللهب والتأجج، وليس له في تلك الحال حيلة، وإنما يتفاوت الناس في ذلك حسب المزاج»[1].

ويقول في بيان تأثير الغضب في السلوك:

«فإن صاحب هذا الخُلق الذي ذممناه تصدر عنه أَفعال رديئة كثيرة يجور فيها على نفسه، ثم على إخوانه، ثم على الأَقرب فالأَقرب من مُعامليه، حتى ينتهي إلى بديه وإلى حرمه، فيكون عليهم سوط عذاب، ولا يقيلهم عثرة، ولا يرحم لهم عبرة – وإن كانوا بُرآء من الذنوب، غير مُجترمين

---

٥٥) تهذيب الأَخلاق ص ١٦١، ١٦٢.

ولا مُكتسبين سوءًا – بل يجرم عليهم، ويهيج من أَدنى سبب يجد به طريقًا إليهم، حتى يبسط لسانه ويده، وهم لا يمتنعون منه، ولا يتجاسرون على رده عن أَنفسهم، بل يذعنون له، ويقرون بذنوب لم يقترفوها؛ استكفافًا لشره، وتسكينًا لغضبه، وهو مع ذلك مُستمر على طريقته، لا يكف يدًا ولا لسانًا. وربما تجاوز في هذه المعاملة الناس إلى البهائم التي لا تعقل، وإلى الأَواني التي لا تحس، فإن صاحب هذا الخلق الرديء ربما قام إلى الحمار والبرذون، أَو إلى الحمار[1] والعصفور، فيتناولها بالضرر والمكروه، وربما عض القفل إذا تعسر عليه، وكسر الآنية التي لا يجد فيها طاعة لأمره، هذا النوع من رداءة الخلق مشهور في كثير من الجهال، يستعملونه في الثوب، والزجاج، والحديد، وسائر الآلات. أَما الملوك من هذه الطائفة فيغضبون على الهواء إذا هب مُخالفًا لهواهم، وعلى القلم إذا لم يجر على رضاهم، فيسبون ذاك، ويكسرون هذا. وكان بعض من تقدم عهده من الملوك يغضب على البحر إذا تأخرت سفينة فيه، لاضطرابه وحركة الأَمواج حتى يُهدده بطرح الجبال فيه وطمّه بها. وكان بعض السفهاء في عصرنا يغضب على القمر، ويسبه، ويهجره بشعر له مشهور، وذلك أَنه كان يتأذى به إذا نام فيه. وهذه الأَفعال كلها قبيحة، وبعضها مع قبحه مُضحك، يُهزأ بصاحبه، فكيف يمدح بالرجولية والشدّة وشرف النفس وعزتها، وهي بالمذمة والفضيحة أَولى منها بالمديح؟ وأَي حظ لها في العزة والشدة؟ ونحن نجدها في النساء أَكثر منها في الرجال، وفى المرضى أَقوى منها في الأَصحاء، ونجد الصبيان أَسرع غضبًا وضجرًا من الرجال، والشيوخ أَكثر

---

٥٦) هكذا في الأَصل، ولعل الصواب «الحمام».

من الشبان. ونجد رذيلة مع رذيلة الشره؛ فإن الشره إذا تعذر عليه ما يشتهيه غضب، وضجر على من يُهيئ له طعامه وشرابه، من نسائه، وأَولاده وخدمه، وسائر من يُلابس أَمره. والبخيل إذا فقد شيئًا من ماله تسرع بالغضب على أَصدقائه ومُخالطيه، وتوجهت تهمته إلى أَهل الثقة من خدمه ومواليه. وهؤلاء الطبقة لا يحصلون من أَخلاقهم إلا على فقد الصديق، وعدم النصيح، وعلى الذم السريع، واللوم الوجيع. وهذه حال لا يتم معها غبطة ولا سرور، وصاحبها أَبدًا محزون كئيب، مُنغص بعيشه، مُتبرم بِأُموره، وهي حال الشقي المحروم[1]. أَما أَسبابه المولدة له (أَي للغضب) فهي العجب، والافتخار، والمراء واللجاج، والمزاح، والتيه، والاستهزاء، والغدر، والضيم، وطلب الأُمور التي فيها لذة، ويتنافس فيها الناس، ويتحاسدون عليها، وشقوة الانتقام غاية لجميعها؛ لأَنها بِأَجمعها تنتهي إِليه. ومن لواحقه الندامة، وتوقع المجازاة بالعقاب عاجلًا وآجلًا، وتغير المزاج (أَي أَحوال الجسم) وتعجل الألم؛ وذلك أَن الغضب جنون ساعة، وربما أَدى إِلى التلف باختناق حرارة القلب فيه، وربما كان سببًا لأَمراض صعبة، مُؤدية إِلى التلف. ثم من لواحقه مقت الأَصدقاء، وشماتة الأَعداء، واستهزاء الحساد الأَرذال من الناس. ولكل واحد من هذه الأَسباب علاج يبدأ به حتى يقلع من أَصله. فإِذا تقدمنا لحسم هذه الأَسباب وإِماطتها فقد أَوهنا قوة الغضب وقطعنا مادتها، وأَمنَّا

---

٥٧) تهذيب الأَخلاق ص ١٦٨ وما بعدها.

غائلتها[1]».

فهل بعد هذا لقائل مقال، أَو لصائل مجال؟

وقد أَسهب الإمام الغزالي في بيان أَسباب الغضب ونتائجه، وطرائق علاجه، مُستدلًا على ما يقول بالقرآن الكريم، والحديث الشريف، وأَقوال الصحابة والصالحين وأَعمالهم. أَما ما ذكر عن أَسباب الغضب ونتائجه فيكاد يتفق مع ما ذكره ابن مسكويه فيها، ولا يمتاز عنه إلا بمزيد التفصيل، وكثرة الاستشهاد.

ويعجبني قوله في مقدمة البحث:

«أَما بعد: فإن الغضب شعلة نار، اقتُبِسَتْ من نار الله الموقدة، التي تطلع على الأَفئدة. وإنها لمستكنة في طي الفؤاد، استكنان الحجر تحت الرماد، ويستخرجها الكبير الدفين، في قلب كل جبار عنيد، كاستخراج النار من الحديد... ومن نتائج الغضب والحقد والحسد، وربما هلك من هلك، وفسد من فسد»[2].

وقوله في أَثناء التحدث عن آثار الغضب:

«ومهما اشتدت نار الغضب، وقوى اضطرامها أَعمت صاحبها، وأَصمته عن كل موعظة، فإذا وُعِظَ لم يسمع، بل زاده ذلك غضبًا، وإذا

---

٥٨) الكتاب نفسه، ص ١٦٢. وفيما يلي هذه الصفحة من الصفحات يُبين ابن مسكويه علاج كل سبب من أَسباب الغضب التي ذكرها، وقد آثرت تركها اكتفاء بما أنقله عن الغزالي في الموضوع نفسه؛ لأَنه أَكمل وأَوضح، ومُتفق إلى حد كبير مع آراء ابن مسكويه.

٥٩) الإحياء جـ ٣ ص ١١٣.

استضاء بنور عقله، وراجع نفسه لم يقدر؛ إذ ينطفئ نور العقل، وينمحي في الحال بدخان الغضب؛ فإن معدن الفكر الدماغ. ويتصاعد عند شدة الغضب من غليان دم القلب دخان مُظلم في الدماغ، يستولي على معادن الفكر، وربما يتعدى إلى معادن الحس، فتظلم عينه حتى لا يرى بعينه، وتسود عليه الدنيا بأسرها. ويكون دماغه على مثال كهف اضطرمت فيه نار فاسود جوه، وحمى مستقره، وامتلأ بالدخان جوانبه، وكانفيه سراج ضعيف فانمْحى، أَو انطفأ نوره، فلا تثبت فيه قدم، ولا يُسمع فيه كلام، ولا ترى فيه صورة، ولا يقدر على إطفائه لا من داخل ولا من خارج، بل ينبغي أَن يصير إلى أَن يحترق جميع ما يقبل الاحتراق. فكذلك يفصل الغضب بالقلب والدماغ. وربما تقوى نار الغضب، فتَفْنَى الرطوبة التي بها حياة القلب فيموت صاحبه غيظًا، كما تقوى النار في الكهف فينشق، وتنهدّ أَعاليه على أَسفله. ومن آثار هذا الغضب في الظاهر تغير اللون، وشدة الرعدة في الأَطراف، وخروج الأَفعال عن التريث والنظام، واضطراب الحركة والكلام، حتى يظهر الزبد على الأَشداق، وتحمر الأَحداق، وتنقلب المناخر، وتستحيل الخلقة. ولو رأى الغضبان في حالة غضبه قبح صورته، لسَكَّن غضبه؛ حياء من قبح صورته، واستحالة خلقته. وقبح باطنه أَعظم من قبح ظاهره؛ فإن الظاهر عنوان الباطن، وإنما قبح صورة الباطن أَولًا، ثم انتشر قبحها إلى الظاهر ثانيًا، فتغير الظاهر ثمرة تغيّر الباطن، فهذا أَثره في الجسد»[1].

وبهذا الأُسلوب الطلي، يمضي الإمام؛ فيُبين أَثر الغضب في اللسان

---

٦٠) الكتاب نفسه جـ ٣ ص ١١٦.

والأَعضاء والأَطراف والقلب.

وأَما ما ذكره في وسائل علاج الغضب، فليس له فيه نظير؛ لذا أَرى من المفيد أَن أَذكرها هُنا مُوجزة مُلخصة:

يرى رحمه الله أَن علاج الغضب يكون قبل وقوعه بمُعالجة أَسبابه، وبعد وقوعه بتهدئة النفس بالفكر والعمل.

أَما أَسبابه[1] المهيجة له فيرى أَنها الزهو، والعجب، والمزاح، والهزل، والهزء، والتعيير، والمهارة، والمضادة، والغدر، وشدة الحرص على فضول المال والجاه.

وللتخلص من الغضب يجب إِزالة هذه الأَسباب بِأَضدادها: «فينبغي أَن تميت الزهو بالتواضع، وتميت العجب بمعرفتك بنفسك.. وتزيل الفخر بِأَنك من جنس غيرك؛ إِذ الناس يجمعهم في الانتساب أَب واحد.. وإِنما الفخر بالفضائل، وأَما المزاح فتزيله بالتشاغل بالمهمات الدينية التي تستوعب العمر وتفضل عنه، وأَما الهزل فتزيله بالجد في طلب الفضائل والأَخلاق الحسنة، والعلوم الدينية. وأَما الهزء فتزيله بالتكرم عن إِيذاء الناس، وصيانة النفس عن أَن يُستهزأ بك. وأَما التعيير فبالحذر عن القول القبيح، وصيانة النفس عن مر الجواب. وأَما شدة الحرص على مزايا العيش فتُزال بالقناعة بقدر الضرورة طلبًا لعز الاستغناء، وترفعًا عن ذل الحاجة. وكل خُلق من هذه الأَخلاق يفتقر في علاجه إِلى رياضة وتحمل مشقة، وحاصل رياضتها يرجع إِلى معرفة غوائلها؛ لترغب النفس عنها، وتنفر عن

---

٦١) راجع الإِحياء جـ ٣ ص ١١٩ وما بعدها.

قبحها، ثم المواظبة على مُباشرة أَضدادها مُدة طويلة؛ حتى تصير بالعادة مألوفة هينة على النفس، فإذا انمحت عن النفس فقد زكت وتطهرت عن هذه الرذائل، وتخلصت أَيضًا من الغضب الذي يتولد منها».

ويقول رحمه الله في مُعالجة الغضب بعد وقوعه:

«إنما يُعالج الغضب عند هيجانه بمعجون العلم والعمل». ويريد بالعلم التفكير في الغضب وآثاره، ويذكر له ست صور تتلخص فيما يأتي:

(١) أَن يتفكر في الأَخبار الواردة في فضل كظم الغيظ، والعفو، والحلم، والاحتمال، فيرغب في ثوابه، وينطفئ غيظه.

(٢) أَن يخوف نفسه بعقاب الله، وهو أَن يقول: قدرة الله على أَعظم من قدرتي على هذا الإِنسان؛ فلو أَمضيت غضبي عليه، لم آمن أَن يمضي الله غضبه عليّ يوم القيامة، حين أَصير أَحوج ما أَكون إِلى العفو؛ فقد قال تعالى في بعض الكُتب القديمة: «يا ابن آدم اذكرني حين تغضب أَذكرك حين أَغضب فلا أَمحقك فيمن أَمحق».

(٣) أَن يُحذر نفسه عاقبة العداوة والانتقام، وتشمّر العدو لمقابلته، والسعي في هدم أَغراضه، والشماتة بمصائبه، وهو لا يخلو من المصائب، فيخوف نفسه بعواقب الغضب في الدنيا إِن كان لا يخاف من الآخرة.

(٤) أَن يتفكر في قبح صورته عند الغضب، وفي مُشابهة صاحبه للكلب الضاري، والسبع العادي، ومُشابهة الحليم الهادي للأَنبياء والأَولياء والعُلماء والحُكماء. ويُخير نفسه بين أَن يتشبه بالكلاب والسباع

وأَراذل الناس، وبين أَن يتشبه بالأَنبياء والعُلماء في عادتهم؛ لتميل نفسه إِلى حُب الاقتداء بهؤلاء إِن كان بقى معه مسكة من عقل.

(٥) أَن يتفكر في السبب الذي يدعوه إِلى الانتقام؛ فيُحقر من شأنه؛ فإِذا قال له الشيطان إِن سكوتك يحمل منك على العجز، وصغر النفس، والذل والمهانة، فيقول لنفسه: «ما أَعجبك! أَتأَنفين من الاحتمال الآن، ولا تأنفين من خزي يوم القيامة؟ وتحذرين من أَن تصغري في أَعين الناس، ولا تحذرين من أَن تصغري عند الله والملائكة والنبيين؟»، فمهما كظم الغيظ فيجب أَن يكظمه لله، وذلك يعظمه عند الله، فما له وللناس.

(٦) أَن يعلم أَن غضبه من تعجبه من جريان الشيء على وفق مراد الله لا على وفق مراده، فكيف يقول مرادي أَولى من مراد الله، ويوشك أَن يكون غضب الله عليه أَعظم من غضبه؟

هذا هو العامل التفكيري (أَو الإِدراكي كما يقول المحدثون من عُلماء النفس) من عاملي تسكين الغضب، أَما العامل الثاني فهو العملي (أَو النزوعي كما يُقال الآن)، وهذا يتضمن القول والفعل.

أَما القول فأَن تقول بلسانك: «أَعوذ بالله من الشيطان الرجيم». أَو تقول: «اللهم رب النبي مُحَمَّد اغفر لي ذنبي، وأَذهب غيظ قلبي، وأَجرني من مضلات الفتن». هكذا أَمر الرسول ﷺ عائشة أَن تقول عند الغضب.

والغرض من هذا وما يشبهه أَن تنصرف النفس عند الغضب، ويتغير مجرى تيار الفكر.

فإن لم يتحقق ذلك فاجلس إن كنت قائمًا، واضطجع إن كنت جالسًا، واقرب من الأَرض التي منها خُلِقَتْ، لتعرف بذلك ذل نفسك، واطلب بالجلوس والاضطجاع السكون، فإن سبب الغضب الحرارة، وسبب الحرارة الحركة، فقد قال رسول الله ﷺ: «إِنَّ الْغَضَبَ جَمْرَةٌ تُوقَدُ فِي القَلْبِ، أَلَمْ تَرَوْا إِلَى انْتِفَاخِ أَوْدَاجِهِ، وحُمْرَةِ عَيْنَيْهِ، فَإِذَا وَجَدَ أَحَدُكُمْ مِنْ ذَلِكَ شَيْئًا فَإِنْ كَانَ قَائِمًا فَلْيَجْلِس، وَإِنْ كَانَ جَالِسًا فَلْيَنَمْ».

هذا ابن الصحراء وربيب السماء يتكلم كأنما يتكلم بلسان العلم الحديث – أَستغفر الله – لقد قلبت الوضع، فإنما العلم الحديث هو الذي يُترجم عن تلك الحكمة المحمدية، المنبعثة عن موهبة ربانية من لدن حكيم عليم.

إن هذا الذي أَرشد إليه الرسول مُنذ نحو أَربعة عشر قرنًا هو ما يُسميه المحدثون[1] (تغيير الحالة الجسمية الظاهرية)، وحجتهم في ذلك أَن كل انفعال تصحبه حالات جسمانية ظاهرية وباطنية تُلائمه، وأَن تغيير هذه الحالات قد يُؤدي إلى ضعف الانفال وإخماد ثورته.

أَما تغيير الحالة الظاهرية فيدعو إليه الحديث الشريف دعوة صريحة كما ترى.

وأَما تغيير الحالة الباطنية فالغرض منه «تهدئة أَجهزة الجسم الباطنية التي تكون في حالة ثورة واضطراب عند الغضب»، وفي ذلك يقول الإمام

---

٦٢) راجع موضوع ضبط الانفعالات بقلم المؤلف في كتاب «في علم النفس» جـ ٣ ص ٣٠٥ وما بعدها.

مُستدلًا بكلام الرسول: [1]

«فإن لم يزل ذلك فليتوضأ بالماء البارد أَو يغتسل، فإن النار لا يطفئها إلا الماء»، فقد قال ﷺ: «إذا غضب أَحدكم فليتوضأ بالماء، فإنما الغضب من النار».

إن هذا لكلام منطقي جميل، صادر عن نفس نبوية ظاهرة، أَدبها ربها فأحسن تأديبها، وأنطقها بالحق والحقيقة التي لم يتنبه لها العلم الأُوروبي الحديث إلا مُنذ نصف قرن من الزمان.

وقد تنبه هذا المؤلف الملهم إلى أَن للغضب كغيره من الانفعالات اتجاهين: اتجاه نحو الشر، وذلك حيث يضر ولا ينفع، واتجاه نحو الخير حيث يرمي إلى الدفاع عن النفس والذود عن المرض؛ فحقر من شأن الغضب إذا اتجه اتجاهًا مُضرًا، وحمل عليه تلك الحملة الشعواء التي قصصنا عليك قصتها، وحض على تشجيعه وإجابة داعيه إذا اتجه نحو الخير.

يقول رحمه الله في هذا الموضوع[2]:

«ثم إن الناس في هذه القوة على ثلاث درجات في أَول الفطرة: من التفريط والإفراط والاعتدال؛ فأما التفريط فبفقد هذه القوة أَو ضعفها وذلك مذموم، وهو الذي يُقال فيه إنه لا حمية له، ولذلك قال الشافعي رحمه الله: «من استغضب ولم يغضب فهو حمار». فمن فقد قوة الغضب

---

٦٣) الإحياء جـ ٣ ص ١١٥.

٦٤) الإحياء جـ ٣ ص ١١٥.

والحمية أَصلًا فهو ناقص جدًا، وقد وصف الله سبحانه أَصحاب النبي ﷺ بالشدة والحمية فقال: «أَشداء على الكفار رحماء بينهم». وقال لنبيه الكريم: «جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ». وإنما الغلظة والشدة من آثار قوة الحمية وهو الغضب. وأَما الإفراط فهو أَن تغلب هذه الصفة حتى تخرج عن سياسة العقل والدين وطاعته، ولا يبقى للمرء معها بصيرة ونظر وفكرة ولا اختيار، بل يصير في صورة المضطر». وهذا هو المرض النفساني الذي يجب أَن يُقضى عليه، فكلا الطرفين مذمم، والواجب اتباع جانب الاعتدال والتوسط.

ثم إنه يتحدث عن ثمرة الحمية الضعيفة فيقول[1]:

«وأَما ثمرة الحمية الضعيفة فقلة الأَنفة مما يؤنف منه: من التعرض للحرم والزوجة والأُمة، واحتمال الذل من الأَخسّاء، وصغر النفس، والقماءة، وهو أَيضًا مذموم؛ إذ من ثمراته عدم الغيرة على الحرم، وهو خنوثة. قال ﷺ: «إن سَعْدًا لغيور، وأنا أغير من سعد، وإن الله أَغير مني». وإنما خُلِقَتْ الغيرة لحفظ الأَنساب، ولو تسامح الناس بذلك لاختلطت الأَنساب؛ ولذلك قيل: «كل أمة وضعت الغيرة في رجالها وضعت الصيانة في نسائها». ومن ضعف الغضب الخور والسكوت عند مُشاهدة المنكرات، وقد قال ﷺ: «خير أُمتي أَحِدَّاؤها». وقال تعالى: «ولا تأخذكم بهما رأفة في دين الله». بل من فقد الغضب عجز عن رياضة نفسه؛ إذ لا تتم الرياضة إلا بتسليط الغضب على الشهوة، حتى يغضب

---

٦٥) ص ١١٦ من الكتاب نفسه.

على نفسه عند الميل إلى الشهوات الخسيسة».

أَيها القارئ ناشدتك الله والعلم والحق أَن تقرأ كل ما كتبه حجة الإِسلام الغزالي عن الغضب، وكظم الغيظ، والحلم (في الجزء الثالث[1] من كتابه الجامع «إِحياء علوم الدين»)؛ فإِنك واجد فيه ما يهديك إِلى تهدئة غضبك، ولين قلبك إِن لم يكن من جماد.

وإِني لواثق من أَن قراءتك لهذه الفصول ستحملك على قراءة فصول أُخرى في علاج أَمراض النفس، دبجها يُراع ذلك المؤلف البارع الذي بارك الله في عمره، فأخرج للعالك كنوز الإِسلام، وأَباح لهم ذخائره، وأَبان لهم عن مآثره، وكشف عن مزايا فضائله، حتى قال أَحد الأُوربيين: «لو كان الإِسلام كما وصف الغزالي لكنت أَول المسلمين».

ونختتم هذا الفصل بإِيراد بعض نصوص من رسالة[2] ابن عربي الممتعة عن مرض الغضب أَيضًا:

يقول رحمه الله في بيان آثار الغضب[3]:

«فأَما النفس الغضبية فيشترك فيها أَيضًا الإِنسان وسائر الحيوان، وهي التي يكون بها الغضب والجراءة ومحبة الغلبة. وهذه النفس أَقوى من النفس الشهوانية، وأَضر لصاحبها إِذا ملكته وانقاد لها؛ فإِن الإِنسان إِذا انقاد للنفس الغضبية كثر غضبه، وظهر خرقه، واشتد حقده، وعدم حلمه

---

٦٦) ص ١١٣ وما بعدها.

٦٧) طُبِعَتْ هذه الرسالة ضمن مجموعة الرسائل الكبرى من ص ١٢٦ إلى ص ١٨٩.

٦٨) مجموعة الرسائل ص ١٣٥ وما بعدها.

ووقاره، وقويت جراءته، وأَسرع عند الغضب إِلى الانتقام والإِيقاع بمغضبه، والوثوب على خصومه، فأسرف في العقوبة، وزاد في التشفي؛ فأكثر السب وأَفحش فيه. فإِذا استمرت هذه العادات بالإِنسان، كان بالسباع أَشبه منه بالناس، وربما حمل قومًا على حمل السلاح، وربما أَقدموا على القتل والجراح، وربما وثبوا بالسلاح على إِخوانهم وأَوليائهم وعبيدهم وخدمهم عند الغضب من اليسير من الأُمور. وربما غضب مَن هذه حاله ولم يقدر على الانتقام من خصمه فيعود بالضرب والألم على نفسه: فمنهم من يلطم وجهه، وينتف لحيته، ويعض يده ويسب نفسه، ويذكر عرضه. وأَيضًا فإِن مَن تملكه النفس الغضبية يكون مُحبًا للغلبة، متوبثًا على من آذاه، مُقدمًا على كل من ناوأه، طالبًا للترؤس من غير وجهه، فإِذا لم يتمكن من الرياسة من وجهها توصل إِليها بالحيل الخبيثة، فاستعمل كل ما يُمكنه من الشر، وهذه الأَفعال تُورط صاحبها، وتُقعه في المهاوي والمهالك؛ فإِن من وثب على الناس وثبوا عليه، ومن خاصمهم خاصموه، ومن أَقدم عليهم أَقدموا عليه، ومن تشَّرر لهم قصدوه بالشر. وربما تسفه الإِنسان على خصمه وكان أَسفه منه، فإِن ناله بسوء قابله بأكثر منه. وقد يغلب على من هذه حالة الحسد والحقد والقحة واللجاج والجور. وقد تحمل هؤلاء محبةُ الغلبة وطلبُ الرياسة على اكتساب الأَموال من غير وجهها وأَخذِها بالغصب والغلبة والظُلم، وربما قتلوا على محبة الغلبة من يقاومهم، وربما فعلوا ذلك من غير روية، فيؤول الأَمر بهم إِلى البوار والاستئصال».

ويمضي في بيان مراتب النفس الغضبية فيقول[1]:

«فأما من ساس نفسه الغضبية وأَدبها وقمعها كان[2] رجلًا حليمًا وقورًا عادلًا محمود الطريقة؛ فالعلة الموجبة لاختلاف عادات الناس في غيظهم وسفاهة بعض هو اختلاف أَحوال النفس الغضبية؛ إذا كانت مُذللة مقهورة كان صاحبها حليمًا وقورًا، وإذا كانت مهملة مستولية على صاحبها كان صاحبها غضوبًا سفيهًا، ظلومًا غشومًا. وإذا كانت مُتوسطة كان صاحبها متوسط الحال، رتبته في الحلم كرتبة النفس الغضبية، حتى تنقاد له، فيملكها ويستعملها في المواضع التي يجب استعمالها فيها. فإن لهذه النفس فضائل محمودة؛ وذلك لأَن الأَنفة من الأُمور الدنية، ومحبة الرياسة الحقيقية، وطلب المراتب العالية من الأَخلاق المحمودة، وهي من أَفعال النفس الغضبية، فإذا ملك هذه النفس بالتهذيب والتأديب، واستعملها في الأُمور الجميلة، وكفَّها عن الأَفعال المكروهة كان حسن الحال محمود الطريقة».

ويقول رحمه الله في علاج النفس الغضبية[3]:

«فأَما النفس الغضبية فإن الطريق في قمعها وتذليلها هو أَن يصرف الإنسان همه إلى أَن يتفقد السفهاء الذين يسرع إليهم الغضب في أَوقات طيشهم وحدتهم وتسفههم على خصومهم، وعقوبتهم لخدمهم وعبيدهم، فإنه يُشاهد منهم منظرًا شنيعًا، يأنف منه الخاص والعام. فإنْ تذكر ما

---

٦٩) المجموعة ص ١٣٦ – ١٣٧.

٧٠) هكذا في الأصل ولعل الصواب (فيكون).

٧١) المجموعة ص ١٦٥.

شاهد في أَوقات غضبه، وعند جنايات خدمه وعبيده، وعند ذنوب إخوانه وأَودّائه، وفي جميع مُحاوراته ومعاملاته[1] –ما كان استقبحه من السفهاء – انكسرت بذلك سورة غضبه، وأَحجم عمَّا يهم بالإِقدام[2] عليه من السب والوثوب، فإِن لم يكف بالكلية أَقصر، ولم ينته[3] إلى غاية الفحش».

ويقول في موضع آخر[4]:

«وينبغي لمحب الكمال أَن يشعر نفسه أَن الغضبان بمنزلة البهائم، يفعل ما يفعله من غير علم ولا روية، فإِذا جرى بينه وبين غيره مُحاورة أَدت إلى أَن يَغضب خصمُه ويسفه عليه، اعتقد فيه أَنه في تلك الحالة بمنزلة البهائم والسباع، فيمسك عن مُقابلته، ويحجم عن الاقتصاص منه. أَلا يعلم أَن الكلب لو نبح عليه لم يكن يستحسن مُقاتلته[5] على نبحه؟ وكذلك البهيمة لو رمحته لم يستحسن عقوبتها؛ لأَنها غير عالمة بما تصنعه؟ إِلَّا أَن يكون جاهلًا سفيهًا؛ فإِن من السفهاء من يغضب على البهيمة إِذا رمحته، ويوجعها ضربًا إِذا آذته. وربما عثر السفيه فشتم موضع عثرته، ورفصه برجله. فأَما الحكيم الوقور فلا يستحسن شيئًا من ذلك. وإِذا استشعر من خصمه أَنه بمنزلة البهائم صار هذا الاستشعار منه طريقًا إِلى ضبط النفس الغضبية وذمها. وإِن آذاه مُؤذٍ سفه فيُؤدي ذلك الأَذى إِلى

---

٧٢) هنا في الأصل زيادة «فإِنه إِذا تذكر ما كان استقبحه من السفهاء»، وهي زيادة لا داعي لها كما هو ظاهر.

٧٣) في الأَصل (من الإِقدام).

٧٤) في الأَصل «ولو تنبه» ولا معنى له.

٧٥) المجموعة ص ١٨٠.

٧٦) في الأَصل مقابلته.

حال تغضبه أَنف أَيضًا من الغضب، مع استشعاره أَن الغضبان والبهيمة سواء، فيعدل حينئذ إِلى مُقابله مُؤذيه بما يقتضيه الرأي من حيث لا يظهر فيه غضب ولا سفه».

وبهذا الأُسلوب الظريف الممتع يذكر ابن عربي في عِدة مواضع من رسالته وسائل أُخرى لعلاج الغضب وحده، ولعلاجه مع غيره من الرذائل ضمنًا.

فمن أَراد لذلك مزيد بيان فعليه أَن يقرأ هذه الرسالة القيمة من أَولها إِلى آخرها؛ فهي – وإِن كانت صغيرة الحجم – كبيرة القيمة عظيمة النفع.

ومن هذا البيان يظهر لك أَن الطريقة التي يتبعها ابن عربي في علاج الأَمراض الخلقية هي الطريقة المسماة: «تجديد التربية Re Education» التي سنتحدث عنها فيما يأتي.