الصحة النفسيَّة وأهمية تحقيقها من خلال السُّنة النبوية

Mental health and the importance of achieving it through the Sunnah of the Prophet

إعداد

د/ عبدالله عبدالرحمن عبدالعزيز الشبل

أستاذ مساعد في قسم فقه السُّنة في كلية الحديث الشريف

بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة-

المملكة العربية السعودية

الصحة النفسية وأهمية تحقيقها من خلال السُّنة النبوية

عبدالله عبدالرحمن عبدالعزيز الشبل
قسم فقه السُّنة في كلية الحديث الشريف بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة– المملكة العربية السعودية
البريد الإلكتروني: Aalshibl@iu.edu.sa

الملخص:

إن من صور كمال الشريعة؛ عنايتها واهتمامها بكل ما يحقق الغاية من خلق الإنسان وهي عبادة الله ﷻ، فجاءت بالأحكام والتكليفات، وشَرعتْ العقوبات والتعزيرات؛ لحماية (الدِّين، والبدن، والعقل، والعِرض، والمال)، وهو ما بات يُعرف عند أئمة الإسلام بالضروريات الخمس، أو الكليات الخمس التي تكفلت الشريعة الإسلامية بحمايتها وصيانتها.

وقد أولت الشريعة صحة الأبدان وسلامتها فائق العناية والاهتمام، إذ الجسد أحد مناطات التكاليف الشرعية مع العقل، فجرَّمت كل فعل أو قول يؤثر فيه، سواء صدر ذلك التأثير من صاحبه أو من غيره، ومن جملة عناية الشريعة بالجسد في إطار العناية المعنوية؛ عنايتها بالصحةُ النَفْسيَّة للإنسان.

الكلمات المفتاحية: السنة النبوية، الصحة النفسية، أهمية، تحقيق الصحة النفسية، الحديث النبوي، النفسية، علم النفس.

Mental health and the importance of achieving it through the Sunnah of the Prophet

Abdullah Abdulrahman Abdulaziz Al-Shibl
Department of Sunnah Jurisprudence, College of Hadith, Islamic University of Madinah, Kingdom of Saudi Arabia
Email: Aalshibl@iu.edu.sa

Abstract :

One of the Images of Kamal al -Sharia; Its care and interest in everything that achieves the purpose of the human creation, which is the worship of God u, so It came with rulings and assignments, and the penalties and condolences were pushed; To protect (religion, body, mind, offer, and money), which is what is known to the imams of Islam as the five necessities, or the five colleges that sponsor Islamic law by protecting and maintaining it. The Sharia has given the validity of the bodies and its safety, the most careful and attention, as the body is one of the legal costs with the mind, so it cried every act or saying that affects it, whether that effect is issued by its owner or from others, and from the entire care of the law in the body within the framework of moral care; Its care for the psychological health of man.

Keywords: Sunnah, Mental Health, Importance, Achieving Mental Health, Prophetic Hadith, Psychology, Psychology.

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة:

الحمد لله الواحد المنان، رب السماوات والأرض وما بينهما الكريم الرحمان، والصلاة والسلام على سيد ولد عدنان، نبينا محمد وعلى آله وصحبه والتابعين لهم بإحسان إلى يوم الدين أما بعد.

أكرم الله ﷻ أمة نبيه محمد ﷺ بشريعة كاملة مُبيَّنة ومُفَصَّلة لما يحتاج إليه العباد، لتحقيق الغرض الأعظم من خَلْقِهم؛ وهو عبادة الله ﷻ، والقيام بحقوقه قال تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ الذاريات: (٥٦). وتحقيق الاستخلاف النافع على هذه الأرض، وذلك بإعمارها، والسَّعي في مصالح العباد بما يعود على ذلك المكلف بخيري الدنيا والآخرة، ولايمكن تحقيق ذلك إلا باستقرار عقلي وجسدي ونفسيٍّ متزن.

ومن صور كمال الشريعة؛ عنايتها واهتمامها بكل ما يحقق هذا الغرض الأعظم، فجاءت بالأحكام والتكليفات، وشَرعتْ العقوبات والتعزيرات؛ لحماية (الدِّين، والبدن، والعقل، والعِرض، والمال)، وهو ما بات يُعرف عند أئمة الإسلام بالضروريات الخمس، أو الكليات الخمس التي تكفلت الشريعة الإسلامية بحمايتها وصيانتها. إذ أنَّ الإخلال بواحد من هذه الأمور، سيؤدي بلا ريب إلى الإخلال بالغاية العظمى من وجود الإنسان وهي عبادة الله ﷻ والقيام بحقوقه، وحقوق خلقه.

ومن جملة عناية الشريعة بالجسد في إطار العناية المعنوية؛ عنايتها بالصحةُ النَفْسيَّة، إذ إصابة المكلف بأحد الآفات النفسيَّة؛ سبب رئيس لتعطل كثير من العبادات الواجبة أو المستحبة، أو التثاقل في أدائها، أو تحميل النفس مالا تحتمله من التكاليف، ولربما خفيَ على من بُليَ بشيء من ذلك كثير من النُّصوص التي علَّقت هذه التكاليف بالقدرة عليها جسديًّا ونفسيًّا كقوله ﷺ في

الحديث الصحيح: «**ما نهيتكم عنه فاجتنبوه، وما أمرتكم به؛ فافعلوا منه ما استطعتم...**»[١]. وليس من فقه الحديث حصرُ الاستطاعة هنا بالاستطاعة الجسدية فحسب؛ بل الاستطاعة النَّفسيّة داخلة في هذا الباب لما تأمل مقاصد الشريعة وغاياتها، بل ربما تكون هي الأولى.

أهمية الموضوع:

تبرز أهمية هذا الموضوع من خلال النقاط التالية:

١- بيان شمولية الشريعة الإسلامية وعنايتها بكافة الجوانب الإنسانية.

٢- إبراز عناية السُّنة النبوية بالصحة النفسية في ببيان كيفية التعامل مع الآفات النفسيَّة، وطرق الوقاية منها، وعلاجها.

٣- بيان مدى الارتباط الوثيق بين استقرار الصحة النفسيَّة للمكلف، وبين الطمأنينة في أداء الطاعات والقُربات.

سبب اختيار الموضوع:

لقد اجتمع لي منها داعيان: سؤال بلسان الحال، وسؤال بلسان المقال:

فأما السؤال بلسان الحال: فقد رأيتُ كثيرًا ممن ابتلي بشيء من الآفات النفسيَّة؛ كالوسواس أو الشك يجدون الضيق والحرج في دفع هذه الأوبئة النفسية، فرأيتُ جمع النصوص الواردة في ذلك.

وأما السؤال بلسان المقال: فلقد طلب مني من أحسن الظن بجمع مادة هذا الباب من خلال السُّنة النبوية، وما هي العوارض النفسيَّة التي جاءت في السُّنة، وما طرق الوقاية منها.

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الاعتصام بالكتاب والسنة، باب الاقتداء بسنن رسول الله ﷺ، ٩/ ٩٤، رقم: ٧٢٨٨)، ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحج، باب فرض الحج مرة فِي العمر، ٤/ ١٠٢، رقم: ١٣٣٧) واللفظ له.

حدود البحث:

موضوع هذا البحث؛ بيان عناية السُّنة النبوية بالصحة النفسيَّة، وذلك من خلال ذكر بعض الأعراض النفسيّة الواردة في السُّنة النبوية، وذكر ماورد من طرق الوقاية والعلاج منها وفق تقسيم علمي لمباحث هذا البحث.

خطة البحث:

ولقد تم تقسيم هذا البحث إلى مقدمة وثلاثة عشر مبحثًا وخاتمة ورسمها كالتالي:

أولا: المقدمة وتشتمل على مايلي:

- تعريف الصحة النفسيَّة لغة واصطلاحًا.
- أهمية الاستقرار النفسي في صلاح وسلامة الفرد والمجتمع.

ثانيًا: المؤثرات على الصحة النفسيَّة وموقف السُّنة النبوية منها وفيه اثنا عشر مبحثًا:

- **المبحث الأول: الغضب**
- **المبحث الثاني: الوسوسة**
- **المبحث الثالث: الخوف والقلق**
- **المبحث الرابع: القهر والشعور بالظلم**
- **المبحث الخامس: التشاؤم**
- **المبحث السادس: التَّكبر والعُجْبُ بالنفس**
- **المبحث السابع: غلبة الحزن والاكتئاب**
- **المبحث الثامن: احتقار النفس والشعور بالصَّغَّار والذُّل**
- **المبحث التاسع: الجزع والتسخّط**
- **المبحث العاشر: الانطواء والعزلة**
- **المبحث الحادي عشر: التَّعلق والعشق**

- **المبحث الثاني عشر: الشذوذ الجنسي**

تعريف الصحة النفسيَّة لغة واصطلاحًا

تعريف الصحة لغة واصطلاحًا:

الصِّحة في اللغة: قال ابن فارس الصاد والحاء؛ أصلٌ يدلُ على البراءة من المرض والعيب... ومن ذلك الصِّحة؛ وهي ذهاب السُّقم، والبراءة من كل عيْب[١]. ومادة هذه الكلمة تدور على معنى السلامة في كل شيء.

وأما تعريف الصحة في البدن: فهي حالة طبيعية، تجري أفعاله معها على المجرى الطبيعي[٢].

وجاء في دستور منظمة الصحة العالمية تعريف الصحة بأنها: حالة من اكتمال السلامة بدنيًا وعقليًا واجتماعيًا، لا مجرد انعدام المرض أو العجز[٣].

تعريف النَّفس لغة واصطلاحًا:

أما "النفس" عند أرباب اللغة واللسان؛ فتطلق على معنيين: أحدهما: الرُّوح. ومن ذلك قولهم: خرجت نفسُهُ أي: روحه. والمعنى الآخر: جملة الشيء وحقيقته. تقول: قتل فلانٌ نفسَه، وأهلك نفسَه أي: أوقع الإهلاك بذاته كلها[٤].

---

(١) مقاييس اللغة لابن فارس: (٣/٢٨١).

(٢) انظر: المصباح المنير: (١/ ٣٣٣). مادة: صحح.

(٣) انظر: الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية: https://www. who. int/ar/about/accountability/governance/constitution وقد صدر هذا التعريف عن المنظمة عام (١٩٤٨)، ولم يخلو هذا التعريف من الانتقادات بسبب الطبيعة المثالية التي يتضمنها.

(٤) انظر: لسان العرب: (٦/٢٣٣).

ومن خلال ماتقدم؛ يمكن تعريف الصحة النفسيَّة باعتبارها لقبًا وفنًّا بأنها:

القدرة على التوافق التام بين الوظائف النفسيَّة المختلفة، والتكيّف مع مشكلات الحياة الطارئة، والسَّعي لمعالجتها بالوسائل المشروعة المختلفة(١).

أهمية الاستقرار النَّفسي في صلاح الفرد وسلامة المجتمع

من تأمل نصوص السُّنة النبوية في باب الصَّحة النفسيَّة؛ وجدها مصدرًا أصيلاً من مصادر المعرفة النفسيَّة، وأنَّ نصوصها في هذا الباب لا تخرج في جملتها عن أربعة مناهج رئيسية وهي على النحو التالي:

أولاً: أحاديث وردتْ في الحثِّ على القُربات، والاتصال الدائم بربِّ السماوات، والمواظبة على الطاعات، ولهذا المنهج الأثر الأعظم للوصول للطمأنينة النفسيَّة، والسكينة الروحيَّة. والنُّصوص في هذا الباب كثيرة ومتوافرة سيأتي بعضها في المبحث التالي إن شاء الله.

ثانيًا: أحاديث وردتْ في الحثِّ على تعاطي وسائل السعادة النفسيَّة وأسبابها، وِفْقَ الأمور المباحة والمشروعة.

ثالثًا: أحاديث وردت في بيان طرق الحماية والوقاية من المكدرات النفسيَّة، ومنع السُّبل الموصلة إليها.

رابعًا: أحاديث أرشدتْ إلى وسائل العلاج من الأوبئة النفسيَّة بعد وقوعها والإصابة بشيء منها.

وبذلك تكون السُّنة النبوية سابقة للعلم الحديث في رسم مناهج الصحة النفسيَّة المتفق عليها عند علماء هذا الفن، إذ يقرر علماء النفس أنَّ للصحة

(١) انظر: الصحة النفسية لجمال أبو دلو: (٣٤)، ودليل تعليمات المقياس العربي للصحة النفسية لأحمد عبد الخالق: (٨). ولم تخل بعض تعريفات الصحة النفسية من مثالية زائفة، لاوجود لحقيقتها إلا بين دفات الكتب الطبية والنفسية، وليس لها وجود حقيقي في الواقع؛ إذ يشترط البعض لوصف الشخص بأنه يملك صحة نفسية جيدة؛ أن يظل بكامل حيويته ونشاطه، وألا يظل عاجزًا ولو لحظات أمام صعوبات الحياة وأكدارها، ولاشك بأنَّ هذا مخالف لسنة الله في خلقة وخليقته. فقد جُبِلَت الدنيا على كدر.

النفسيَّة ثلاثة مناهج رئيسية وهي:

- **المنهج الإنشائي:** ويقصد به؛ ما يسعى إليه الفرد لزيادة سعادته النفسيَّة من إشباع رغباته المشروعة، والشعور بالرضا عن نفسه وعن الآخرين، والوصول بنفسه إلى أعلى مراحل السكينة والطمأنينة.
- **والمنهج الوقائي:** ويقصد به؛ ما يتبعه الفرد لحماية نفسه من الاضطرابات والمكدرات النفسيَّة قبل وقوعها.
- **والمنهج العلاجي:** ويقصد به؛ الوسائل التي يتبعها الفرد للعلاج من الأوبئة النفسيَّة بعد الإصابة بها، لمحاولة الرجوع إلى حالة من الاتزان الطبيعي التي افتقدها(١).

ولأنَّ أغلب الدراسات الغربية قد قامتْ على اعتبار الوسائل المادية أساسًا في الاستقرار النفسيّ؛ فقد أغفلت بعض تلك الدراسات الجانب الأهم في الوصول للاستقرار النَّفسي، وهو اتصال العبد بخالقه، والتزامه بفطرته التي خُلق عليها، وتهذيب نفسه بالطاعات، والبعد عن المحرمات، وجعلتْ الأسباب الحسيَّة والمادية كالحرمان، والفقر، والكبْت، والشعور بالنقص أو العجز؛ هي الأسباب الرئيسيَّة في الاضطرابات النفسيَّة. ولاريب بأنَّ هذا قصور في التَّشخيص سينتج عنه قصور في العلاج بلا ريب.

وممَّا يدلُّ على أهمية الاستقرار النَّفسي في صلاح الفرد والمجتمع ما يلي:

-ما تقدمت الإشارة إليه من جريان قلم التَّكليف على المكلَّف؛ إذ أنَّ استقرار صحة الإنسان النفسيَّة معتبرة في التكاليف الشرعية، وهذا يدل على سَعَة الشريعة ورحمتها بالمكلفين، حيث رُفع الحرج والتأثيم عن المكْره، سواء كان الإكراه من ذات الإنسان، أو بأمر خارج عنه، ونصوص الشريعة لا تفرِّق بين المتماثلات(٢).

---

(١) انظر: التكيّف والصحة النفسية: (٢٤).

(٢) انظر: الإحكام للآمدي: (١/١٥٠)، ومجموع الفتاوى: (٢١/ ٦٣٤).

-أنَّ في الاستقرار النَّفسي للفرد الأثر الإيجابي المتعدي للمجتمع في صلاح الحُكْم، وإمضاء العقود، والأقضية، والولاية، والنكاح، والحضانة ونحوها. إذ أنَّ من شروط نفاذ هذه الأحكام العقل وحسن الإدراك.

-أنَّ الاستقرار النفسي من أعظم وسائل دفع اليأس والقنوط، سواء في علاقة الإنسان بربه، أو بنفسه، أو بغيره من الناس، فالاستقرار النفسي من أعظم ركائز الاتزان العقلي والروحي.

-تعزيز الثقة بالنَّفس، وبث روح الأمل والفأل، وهذه مقصد مهم من مقاصد الشريعة الإسلامية.

-تهيئة بيئة صالحة ملائمة للعيش الكريم، بما يحقق مقاصد الشريعة وغاياتها؛ إذ إهمال تحقيق الاستقرار النفسي في مجتمعٍ من المجتمعات؛ تعطيل لنفعه، وأذانٌ بخرابه وفساده.

المطلب الأول: تعريف الغضب لغة واصطلاحًا

الغَضَب لغة: بالتحريك ضدُّ الرضا. قال ابن فارس: الغين والضاد والباء؛ أصلٌ صحيح يدل على القوة والشدة؛ ومنه الغضْبَة: الصخرة الصَّلبة. ومنه اشتق الغضَب؛ لأنه شدة السُّخط(١).

وأما الغَضَبُ اصطلاحًا: فقد اختلفوا في حدِّه على معانٍ متقاربة ترجع في جملة معانيها إلى أنَّه: ثوران دم القلب لقصد الانتقام(٢).

وأما تعريف الغضب في علم النفس فهو: انفعال انساني سلبي، يكون استجابة لمثير، أو لامتناع الوصول إلى غاية لوجود مانع(٣).

وكل هذه المعاني للغضب تشير إلى أنَّ الغضب طارئ على

(١) انظر: مقاييس اللغة: (٤٢٨/٤)، ولسان العرب: (٦٤٨/١). مادة: غضب.
(٢) انظر: مشارق الأنوار: (١٣٧/٢)، ولسان العرب: (٦٤٨/١)، وتاج العروس: (٤٨٥/٣) مادة: غضب.
(٣) انظر: معجم مصطلحات الطب النفسي: (١٠)، والقرآن وعلم النفس: (٧٢).

الإنسان، باعثه سبب خارجي، وليس صفة ذاتية للمخلوق ملازمة له من خلقته، فلم يولد الإنسان غضوبًا، وإنما تختلف الطبائع البشرية في سرعة الاستجابة لهذه الصفة تبعًا لعوامل عدة.

وقد رُوِيَ في الخبر أنَّ الغضب جمرةٌ تُوقد في قلب العبد؛ فعن أبي سعيد الخدري ﷺ قال: سمعتُ النبي ﷺ يقول: «**وَإِنَّ الْغَضَبَ جَمْرَةٌ فِي قَلْبِ ابْنِ آدَمَ تَتَوَقَّدُ، أَلَمْ تَرَوْا إِلَى حُمْرَةِ عَيْنَيْهِ، وَانْتِفَاخِ أَوْدَاجِهِ، فَإِذَا وَجَدَ أَحَدُكُمْ ذَلِكَ، فَلْيَجْلِسْ**... الحديث»(١).

المطلب الثاني:

توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع حالة الغضب الطارئة على الإنسان

تعدُّ صفة الغضب من الصفات الإنسانية التي أولتها الشريعة الإسلامية بالغ الاهتمام، فقد أشارت نصوص الوحيين في آيات وأحاديث إلى هذه الصفة، وأحوال الناس المتصفين بها، وبيَّنت أحكام تصرفات الغضبان كما هو معلوم في مظانه من كتب الفقه والأحكام.

ومن تأمل نصوص الوحيين حول هذه الصفة؛ علم بأنَّ صفة الغضب ليست صفة ذمٍّ وقدح على إطلاق؛ فقد وصف الله ذاته العلية –التي ليس كمثلها شيء– بالغضب فقال سبحانه: ﴿إِنَّ ٱلَّذِينَ ٱتَّخَذُوا۟ ٱلْعِجْلَ سَيَنَالُهُمْ غَضَبٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَذِلَّةٌ فِى ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۚ وَكَذَٰلِكَ نَجْزِى ٱلْمُفْتَرِينَ﴾ [الأعراف: ١٥٢]، وقال سبحانه ﴿وَلَٰكِن

(١) أخرجه الترمذي في جامعه (أبواب الفتن، باب ما جاء ما أخبر النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه بما هو كائن إلى يوم القيامة، ٤/ ٥٨، رقم: ٢٣٦٧)، وأحمد في مسنده (١٨/ ١٣١، رقم: ١١٥٨٧)، من طريق علي بن زيد بن جدعان القرشي، عن أبي نضرة، عن أبي سعيد الخدري. **وفي إسناده ضعف**؛ لتفرُّد علي بن زيد بن جُدْعان؛ فهو ضعيف "التقريب": (٤٧٦٨). وأبو نضرة: هو المنذر بن مالك بن قُطَعة العبدي ثقة "التقريب: (٦٩٣٨).

مَّن شَرَحَ بِٱلۡكُفۡرِ صَدۡرٗا فَعَلَيۡهِمۡ غَضَبٞ مِّنَ ٱللَّهِ وَلَهُمۡ عَذَابٌ عَظِيمٞ﴾ [النحل: ١٠٦] وحكى الله ﷻ عن أنبيائه –عليهم السلام– أنهم يغضبون، فقال ﷻ ﴿فَرَجَعَ مُوسَىٰٓ إِلَىٰ قَوۡمِهِۦ غَضۡبَٰنَ أَسِفٗا﴾ [طه: ٨٦] والآيات في هذا المعنى كثيرة متوافرة.

وقد غضب النبي ﷺ –وهو ذو الخلق العظيم– في بعض المواطن والمواقف فمن ذلك؛ ما روته عائشة رضي الله عنها عن حال النبي ﷺ أنها قالت: "ما ضربَ رسول الله ﷺ شيئًا قطُّ بيده، ولا امرأةً ولا خادمًا، إلا أن يجاهد في سبيل الله، وما نيلَ منه شيءٌ قطُّ فينتقم من صاحبه إلا أنْ ينتهك شيءٌ من محارم الله؛ فينتقم لله ﷻ" (١) عن أبي مسعود رضي الله عنه قال: أتى رجلٌ النبي ﷺ فقال: إني لأتأخر عن صلاة الغَداة من أجل فلان؛ مما يطيل بنا فيها، قال: فما رأيتُ النبي ﷺ قطُّ أشدَّ غضبًا في موعظة منه يومئذ! ثم قال: "يا أيها الناس، إنَّ منكم مُنَفِّرين، فأيكم ما صلى بالناس فليوجز؛ فإنَّ فيهم الكبير والضعيف وذا الحاجة"(٢) وغيرها من الأخبار عنه ﷺ.

ومن خلال السرد لما تقدَّم يتبين أنَّ للغضب وصفان: وصفُ مدح ووصف ذم؛ فحيث وُجد الداعي الشرعي أو العُرفي للغضب فإنه يكون غضبًا ممدوحًا، وإذا كان الداعي من الغضب الهوى والانتصار للنَّفس فإنه يكون مذمومًا؛ "لأنه يُخرج العقل والدِّين من سياستهما، فلا يبقى للإنسان مع ذلك نظر ولا فكر ولا اختيار"(٣).

والناس في الغضب على أربعة أحوال:

١/ سريع الغضب سريع الفيء.

---

(١) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الفضائل، باب مباعدته ﷺ للآثام، ٧/ ٨٠، رقم: ٢٣٢٨).

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الصلاة، باب أمر الأئمة بتخفيف الصلاة، ٢/ ٤٢، رقم: ٤٦٦).

(٣) مختصر منهج القاصدين لابن قدامه: (٢٣٢).

٢/ بطيء الغضب بطيء الفيء.

٣/ بطيء الغضب سريع الفيء، وهذا خير المراتب كلها؛ لأنه يدل على سلامة الصدر، وكمال العقل، وجميل الحِلْم، وهذه الحال ممدوحة بشرط ألا تفضي بصاحبها إلى زوال هيبته، وفقدان غيرته.

٤/ سريع الغضب بطيء الفيء، وهذا شرُّ الأقسام؛ كلها لأنه يدل على دناءة الرأي، وسوء الطويَّة(١).

ومن تأمل نصوص السُّنة النبوية الواردة في الغضب؛ ليجد أنَّ تلك النصوص قد اعتنت بحالة الغضب الطارئة على المكلف بدءًا من مرحلة المثير لحالة الغضب، وحتى مرحلة الاستغراق الكامل فيها، وأرشدتْ لتعاليم قولية وفعلية لإخماد تلك الحالة الطارئة، وإعادة الاتزان النفسي لذلك المكلف.

ويمكن تقسيم الأحاديث الواردة في هذا الباب إلى أقسام:

أولاً: الأحاديث الواردة في التحذير من مسببات الغضب ومثيراته، ومن تلك المسببات: المِراء، والكذب، والسِّبَاب، وكثرة المزاح، وخوض الإنسان فيما لايعنيه ونحو ذلك من الأسباب التي تؤول في الغالب إلى الغضب والمشاحنة، وممَّا ورد في السُّنة من ذلك:

- ما رواه أبو أمامة الباهلي ﷺ قال: قال: قال رسول الله ﷺ: «**أنا زعيمُ ببيت في ربَض الجنة لمن ترك المراءَ وإن كان مُحِقًا، وببيت في وسط الجنة لمن ترك الكذب وإن كان مازحًا، وببيت في أعلى الجنة لمن حَسُنَ خُلُقه**»(٢).

---

(١) انظر: الذريعة إلى مكارم الشريعة للراغب الأصفهاني: (٢٤٣).

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" (٤/ ٤٠٠، رقم: ٤٨٠٠) وغيره من طريق أبي كعب أيوب بن محمد السعدي، حدثني سليمان بن حبيب المحاربي، عن أبي أمامة ﷺ. وأيوب بن محمد =

- وما رواه أبو هريرة ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**من حُسن إسلام المرء؛ تركه ما لا يعنيه**»[1].

- ومنها ما رواه وائل بن حجر ﷺ قال: «**إني لقاعدٌ مع النبي ﷺ إذ جاء رجلٌ يقود آخر بنِسْعَة[2]، فقال: يا رسول الله، هذا قتل أخي، فقال رسول الله ﷺ: أقتلته؟ فقال: إنه لو لم يعترف أقمتُ عليه البيّنة. قال: نعم قتلته، قال: كيف قتلته؟ قال: كنتُ أنا وهو نخْتَبِط[3] من شجرة، فسبَني فأغضبني، فضربتُه بالفأس على قرنه[4] فقتلته**... الحديث»[5]. إلى غير ذلك من الأحاديث التي تحثُّ الإنسان على مجانبة مواطن الغضب والمشاحنة،

=

السعدي: صدوق "التقريب" (٦٣١)، **والحديث حسن**. وقد صححه النووي في "رياض الصالحين" (ص٢٠٦) وابن الملقن في "حدائق الأولياء" (١/ ٥٧٣)، وحسنه ابن مفلح في "الفروع" (٥/ ٥٢١). وله شواهد منها: حديث ابن عمر ﷺ، صححه ابن القيم (مدارج السالكين (٢/ ٢٩٣).

(١) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب الزهد عن رسول الله ﷺ، باب، ٤/ ١٤٨، رقم: ٢٣١٧) وابن ماجه في "سننه" (أبواب الفتن، باب كف اللسان في الفتنة، ٥/ ١١٨، رقم: ٣٩٧٦) وغيرهم من طريق الزهري، عن أبي سلمة، **عن أبي هريرة** ﷺ. ووقع فيه اختلاف عن الزهري، **والصواب أنه مرسل**، كما قال غير واحد من النقاد، منهم: ابن معين والإمام أحمد والبخاري والترمذي والدارقطني في "العلل" (١٤٨/١٣).

(٢) بكسر النون، سير مضفور يُجعل زمامًا للبعير وغيره. انظر: النهاية لابن الأثير: (٤٨/٥)، ولسان العرب: (٣٥٢/٨). مادة: نسع.

(٣) الخبْط بسكون الباء: ضرب الشجر بالعصا ليتناثر ورقها، واسم الورق الساقط: الخبَط بفتح الموحدة التحتية. انظر: النهاية لابن الأثير: (٢/ ٧)، ولسان العرب: (٧/ (٢٨١). مادة: خبط.

(٤) أي: جانب رأسه. (شرح النووي على مسلم١١/ ١٧٢).

(٥) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب القسامة، باب صحة الإقرار بالقتل، ٥/ ١٠٩، رقم: ١٦٨٠).

فالوسائل لها أحكام المقاصد، فكل قولٍ أو فعل يؤول بصاحبه إلى الدخول في دائرة الغضب فإنه منهي عنه.

قال الخطابي مُعلقًا على قول النبي ﷺ في الحديث الآتي: «لا تغضب» قال: "معنى قوله ﷺ: "لا تغضب": هو أن يحذر أسباب الغضب، وألا يتعرض للأمور التي تجلب عليه الضَّجر فتغضبه"(١). ولاريب أن اعتزال المرء لمواطن ضجره، وأماكن إهانته من كمال عقله ومروءته.

ثانيًا: أحاديث أرشدت إلى عدم الاسترسال خلف شهوة الغضب، والثناء على من كبحَ جماح نفسه فمن ذلك:

- ما رواه أبو هريرة ﷺ قال: «**جاء رجل إلى النبي ﷺ فقال: أوصني. قال ﷺ: لا تغضب. فردد مرارًا: قال: لا تغضب**»(٢). وجاء في بعض طرق الخبر أنَّ الرجل قال: ففكرتُ حين قال رسول ﷺ ما قال، فإذا الغضبُ يجمع الشَّر كلَّه(٣). قال الخطابي: "وقد يكون معنى قوله ﷺ: لا تغضب، أي: لا تفعل ما يأمرك به الغضب، ويحملك عليه من القول والفعل"(٤).
- ومنها ما رواه أبو هريرة ﷺ أيضًا أنَّ رسول الله ﷺ قال: «**ليس الشديد بالصُّرَعَة؛ إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب**»(٥).

---

(١) أعلام الحديث: (٢١٩٧/٣).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، ٨/ ٢٨، رقم: ٦١١٦).

(٣) أخرجه أحمد في "مسنده" (٣٨/ ٢٣٦، رقم: ٢٣١٧١) وغيره من طريق الزهري، عن حميد بن عبد الرحمن، عن رجل من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم. **وإسناده صحيح.**

(٤) أعلام الحديث للخطابي: (٣/ ٢١٩٧).

(٥) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب الحذر من الغضب، ٨/ ٢٨، رقم: ٦١١٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة، باب فضل من يملك نفسه، ٨/ ٣٠، رقم: ٢٦٠٩).

- ومنها ما رواه ابن عمر ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**ما تَجَرَّع عبدٌ جرعةً أفضل عند الله من جرعة غيظ، يكظمها ابتغاء وجه الله تعالى**»(١).
- وعن أبي الدرداء ﷺ قال: قلتُ: يا رسول الله دُلني على عمل يدخلني الجنة، قال: «**لا تغضب، ولك الجنة**»(٢).

ثالثًا: أحاديث أرشدت إلى معالجة الغضب وتهدئته بعد وقوعه فمن ذلك:

- **التعوّذ بالله من الشيطان الرجيم:** فعن سليمان بن صرد ﷺ(٣) قال: كنتُ جالسًا مع النبي ﷺ ورجلان يستبَّان، فأحدهما احْمر وجهه، وانتفخت أوداجُه، فقال النبي ﷺ: "إني لأعلم كلمةً لو قالها ذهبُ عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان ذهب عنه ما يجد"، فقالوا له: إنَّ النبي ﷺ قال: تعوَّذ بالله من الشيطان، فقال: وهل بي جنون؟ (٤). قال الحافظ: "وأخلْق بهذا المأمور أن يكون كافرًا أو منافقًا، أو كان غلَب عليه الغضب حتى

---

(١) أخرجه ابن ماجه في "سننه" (أبواب الزهد، باب الحلم، ٥/ ٢٨٢، رقم: ٤١٨٩) وأحمد في "مسنده" (١٠/ ٢٧٠، رقم: ٦١١٤)، من طرق عن يونس بن عبيد، أخبرنا الحسن عن ابن عمر ﷺ، **والحديث صحيح**.

(٢) أخرجه الطبراني في "المعجم الأوسط" (٣/ ٢٥، رقم: ٢٣٥٣) عن إبراهيم بن محمد بن عِرق الحمصي، حدثنا محمد بن حفص قال: حدثنا محمد بن حمير، عن إبراهيم بن أبي عبلة، قال: سمعت أم الدرداء، تحدث عن أبي الدرداء ﷺ. وهذا **الإسناد ضعيف**؛ فيه: محمد بن حفص الوُصَابي، وهو ضعيف. ينظر: "لسان الميزان" (٧/ ١٠١)، و"مجمع الزوائد" (٥/ ١٧١).

(٣) ابن الجون ابن أبي الجون، أبو المطرِّف الخزاعي، قيل: كان اسمه يسار فغيَّره النبي ﷺ شهد صفين مع علي بن أبي طالب ﷺ، قتل سنة: (٦٥هـ) وله من العمر: (٧٣سنة). انظر: الإصابة: (١/٧٦٤).

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، ٤/ ١٢٤، رقم: ٣٢٨٢)، ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة، باب فضل من يملك نفسه عند الغضب وبأي شيء يذهب الغضب، ٨/ ٣٠، رقم: ٢٦١٠).

أخرجه عن الاعتدال، بحيث زَجَرَ النَّاصحَ الذي دلَّه على ما يُزيل عنه ما كان به من وَهَج الغضب بهذا الجواب السيئ. وقيل: إنه كان من جُفَاة الأعراب، وظنَّ أنه لا يستعيذ من الشيطان إلا من به جنون... " [١].

- **السُّكوت:** فعن ابن عباس ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**إذا غضب أحدكم فليسْكت**» قالها ثلاثًا[٢].

قال ابن رجب: "وهذا أيضاً دواء عظيم للغضب؛ لأنَّ الغضبان يصدر منه في حال غضبه من القول ما يندم عليه في حال زوال غضبه كثيراً من السِّباب وغيره مما يعظم ضَرَرُهُ، فإذا سكَت زال هذا الشرّ كله عنه"[٣].

- **تغيير الحال التي عليها الغضبان:** فعن أبي ذر ﷺ قال: إنَّ رسول الله ﷺ قال لنا: «**إذا غضِبَ أحدُكُم وهو قائم فليجلس، فإنْ ذَهَبَ عنه الغضبُ وإلا فليضطجع**»[٤].

---

(١) فتح الباري: (١٠/ ٤٦٧).

(٢) أخرجه أحمد في "مسنده" (٤/ ٣٩، رقم: ٢١٣٦) من طريق شعبة، قال: سمعت ليثًا قال: سمعت طاووسا يحدث عن ابن عباس ﷺ، وفيه: ليث بن أبي سليم، وهو: صدوق اختلط جِدًّا فتُرك. "التقريب" (٥٧٢١). وله شاهد من حديث أبي هريرة أخرجه ابن شاهين في "فوائده" (ص٧٣، رقم: ١) من طريق إسماعيل بن حفص الأَبْلِّي، حدثنا أبو بكر بن عياش، عن أبي حصين، عن أبي صالح، عن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ: «إذا غضبت فاسكت». وإسناده حسن؛ لأن إسماعيل الأَبْلِّي: صدوق. "التقريب" (٤٣٨)؛ فالحديث حسن لغيره، والله تعالى أعلم.

(٣) جامع العلوم والحكم: (٣٤٨).

(٤) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الأدب، باب ما يقال عند الغضب، ٤/ ٣٩٥، رقم: ٤٧٨٢)، وأحمد في "مسنده" (٣٥/ ٢٧٨، رقم: ٢١٣٤٨) من طريق أبي معاوية عن داود بن أبي هند، عن أبي حرب بن أبي الأسود، عن أبي الأسود، عن أبي ذر ﷺ **مرفوعًا**. وهذا إسنادٌ رجاله ثقات، ولكن **اختُلف فيه** عن داود بن أبي هند؛ **والصواب عنه المرسل**؛ كما جزم بذلك أبو داود، والدارقطني في العلل: (٦/٢٧٧) وغيرهما.

قال الخطابي: "القائم متهيئ للحركة والبطش، والقاعد دونه في هذا المعنى، والمضطجع ممنوع منهما، فيشبه أن يكون النبي ﷺ إنما أمره بالقعود والاضطجاع؛ لئَلا تبدر منه في حال قيامه وقعوده بادرة يندم عليها فيما بعد والله أعلم"(١).

- **الوضوء:** فعن عطية بن عروة السَّعدي ﷺ(٢)، قال: قال رسول الله ﷺ: **«إنَّ الغضب من الشيطان، وإنَّ الشيطان خُلِقَ من النار، وإنما يطفأ النار بالماء، فإذا غضب أحدكم فليتوضأ»**(٣).

وقد أثبت الطِبُّ الحديث تأثير الوضوء على الغضبان قال الدكتور: محمد عثمان نجاتي(٤): "يشيرُ هذا الحديث إلى حقيقة طبيَّة معروفة؛ فالماء البارد يهدئ من فورة الدم الناشئة عن الانفعال، كما يساعد على تخفيف

(١) معالم السنن: (١٠٨/٤).

(٢) قيل: هو من بنى سعد بن بكر، وقيل: من بني جُشَم بن سعد. صحابي معروف نزل الشام. انظر: أُسد الغابة: (٢/ ٢٥٤)، والإصابة: (١٢٦٥/٢)

(٣) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الأدب، باب ما يقال عند الغضب، ٤/ ٣٩٦، رقم: ٤٧٨٤) وأحمد في "مسنده" (٢٩/ ٥٠٥، رقم: ١٧٩٨٥) وغيرهما من طريق إبراهيم بن خالد، حدثنا أبو وائل القاص قال: دخلنا على عروة بن محمد بن السعدي، فكلمه رجل فأغضبه فقام فتوضأ، ثم رجع وقد توضأ، فقال: حدثني أبي، عن جدي عطية. وفيه: عروة بن محمد السعدي: مقبول. "التقريب" (٤٥٩٩)، وقد انفرد بهذا الحديث؛ **فالإسناد لين.**

(٤) هو الدكتور محمد عثمان نجاتي المصري، عمل أستاذًا بكلية الآداب بجامعة القاهرة، وكان أول أستاذ متخصص في قسمه، وتدرج في مناصبه حتى أصبح وكيلًا للكلية، أُعير لجامعة الكويت، وتولى عمادة كلية الآداب بها كأول عميد لها، كما أُعير لجامعة الإمام محمد آل سعود الإسلامية بالرياض، وعمل أستاذًا متفرغًا لتأصيل العلوم الإسلامية، توفي رحمه الله عام: (٢٠٠٠) م. انظر: ترجمة الدكتور في موقع مركز تفسير للدراسات القرآنية: https://tafsir.net/author/1222/mhmd-athman-njaty

حالة التوتر العضلي والعَصبي، ولذلك كان الاستحمام يستخدم في الماضي في العلاج النفسي"اهـ[١].

المطلب الأول: تعريف الوسوسة لغة واصطلاحًا

لغة: قال ابن فارس: (الواو والسين) كلمة تدل على صوت غير رفيع. اهـ

والوَسْوَسة والوَسْواس (بفتح الواو): الصوت الخفيّ من الرِّيح التي تهزُّ القَصَب، وعلى صوت الحُلي، وهمسْ الصائد.

والوِسواس (بالكسر) على حديث النَّفْس. يقال: وسْوستْ إليه نفسُه وِسْوسة ووِسْوَاسًا.

قال في المصباح: "يقال لما يخطُر بالقلب من شرٍّ ولما لا خير فيه: وَسْوَاسٌ".

والمراد بالوسوسة في هذ البحث: ما يلقيه الشيطان في قلب العبد من المزاعم والأباطيل[٢].

الوسوسة عند علماء الشريعة[٣]:

لم يتفق علماء الشريعة –في شتى فنونهم– على تفسيرٍ جامعٍ مانعٍ لمعنى "الوسواس"، ولعل ذلك عائد لأمور منها:

١– دقَّة معنى الوسوسة وخفاء معناها.

٢– اختلاف معناه في اللغة بحسب السياق والمعنى الذي قيلت فيه.

٣– اعتمادُ بعض العلماء تفسيرَ الوسوسة على ماورد في آيات التنزيل فقط، وإغفال المعاني الأُخرى للوسوسة الواردة في السُّنة وعلم اللغة والبيان.

---

(١) الحديث النبوي وعلم النفس: (١٢٢).

(٢) انظر: مقاييس اللغة: (٦/ ٧٦)، ولسان العرب: (٢٥٤/٦)، والمصباح المنير: (٦٥٨/٢). مادة: وسوس.

(٣) مما يجدر التنبيه عليه أن تفسيرات علماء الشريعة لمعنى الوسوسة؛ لا يقصد بها نفس المعاني عند الأطباء كما سيأتي.

وممَّا جاء من معاني الوسوسة عند العلماء[١]:

ما جاء عند الغزالي رَحِمَهُ ٱللَّهُ أنَّ الوَسواس هو: الخاطر المذموم. اهـ فقَصَرَ معنى الوسوسة على الخاطر المذموم الناشئ عن الشيطان. فقال: "فسبب الخاطر الداعي إلى الخير يسمى مَلَكاً، وسبب الخاطر الداعي إلى الشَّر يسمى شيطانًا"[٢].

وقيل الوسوسة: هي الكلام الخفي الذي يصل مفهومه إلى القلب من غير سماع[٣].وقيل: هو القول الخفي لقصد الإضلال[٤]. وقيل: الوسوسة: هي انشغالٌ بفكرة تسيطر على العقل، فتحرضه على أعمال خرقاء، أو خارجة عن المألوف[٥]. إلى غير ذلك من التعريفات المتقاربة في معناها في الجملة.

وبالنَّظر فيما ورد من نصوص الوحيين وكلام الفقهاء في معنى الوسوسة؛ نجد أنَّ هذه اللفظة تختلف معناها بحسب السِّياق الذي قيلت فيه وسببه، فليست كل الوَسَاوِس منشؤها من الشيطان وتحثُّ على الشَّر، وليست كل الوساوس تعدُّ مرضًا ونقصًا كما سيأتي بيان ذلك في المبحث التالي إن شاء الله.

ولعل التعريف المختار لمعنى الوسوسة بالمعنى العام أنها: الخواطر الشيطانية التي ترد على قلب الإنسان، ممَّا فيه ضرر عليه في أمر الدين أو الدنيا. ويختلف الناس في الاستجابة لهذه الخواطر؛ فمنهم من يعينه الله على دفعها وعدم الاستسلام لها، ومنهم من يُبتلى بالوقف عندها، والعجز عن دفعها إلا بأسباب خارجية كالأدوية ونحوها. ولا يلزم من تعاطي الأسباب حصول

(١) سأسرد تعريفات بعض العلماء لمعنى الوسواس دون الخوض في مناقشة هذه التعريفات بُعدًا عن الإطالة؛ إذ لكل تعريف وجه محتمل وذلك بالنظر إلى السياق الذي قيل فيه.

(٢) إحياء علوم الدين: (٢٧/٣).

(٣) "انظر: لباب التأويل في معنى التنزيل: (٢٣٠/٦).

(٤) الكليات لأبي البقاء: (٩٤١).

(٥) معجم لغة الفقهاء: (٥٠٣).

المسببات.

الوسواس عند الأطباء:

وأما تعريف الوسوسة عند الأطباء فهي: جملةٌ من الاختلالات العصبية الشديدة، التي تسْلب الإنسان توازنه النفسي والسلوكي، وتعرضه إلى مشاكل جمِّة تَحوْل دون انسجام ذلك المصاب مع محيطه.

ويعرفها بعض الأطباء بأنَّها: إلحاحاتٌ (ذهنيّة أو عمليّة) متكررة تغلب الشخص على نفسه فترة من الزمن قبل أن يتَمكن من التَّغلب عليها.

وقيل هي: أفكار مداومة ومستمرة، تقتحم عقل الفرد بشكل ملحٍّ وعنيد، بحيث لا يمكنه دفعها ولا السيطرة عليها، ولا استبعادها من حيّز الشعور لديه[١]. والتعريفات متقاربة في معناها في الجملة.

المطلب الثاني: أحوال الوسوسة الطارئة على الإنسان وحكم كل حال

من المتقرر عند أهل الاختصاص –من العلماء والأطباء– أنَّ الوساوس والخواطر الواردة على النفس البشرية يُنظر إليها باعتبارين:

– أولاً: باعتبار قوة ذلك الوسواس أو الخاطر، ومدى شدَّته، وقوة تأثيره في نفس المكلَّف، وهو بهذا الاعتبار على أنواع ودرجات مختلفة معلومة عند أهل الاختصاص، فأدنى تلك المراتب: "حديث النَّفس"، وأشدُها "الوسواس القهري".

– ثانيًا: باعتبار النَّفس البشرية؛ فمن النفوس ما تقوى على دفع تلك الوساوس ومجاوزتها، فتكون عندها من قبيل حديث النَّفس، ومن النُّفوس ما تضعُفُ عند تلك الوساوس، وتكون عاجزة مقهورة عن دفعها.

والمقصود من هذا المبحث هو الاعتبار الأول، وهو ثلاثة أحوال في الجملة:

– ماكان من قبيل حديث النَّفس، وما يتردد في نفس الإنسان من الخواطر؛

(١) انظر: الطبَّ النفسي المعاصرة: (١٦٥).

كحديث النَّفس عن المأكل والمشرب الملبس ونحو ذلك ممَّا هو مرادٌ للإنسان في معاشِه أو معاده، فهذا من السجيَّة والطبيعة البشرية، ومن ذلك قوله تعالى: ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِۦ نَفْسُهُۥ ۖ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ ٱلْوَرِيدِ﴾ (ق: ١٦) قال بعض أهل التأويل: هو ما يخطرُ ببال الإنسان، وما يخْتَلَجُ في نفسه من حديث النَّفْس[1]. ولا يلزم من تلك الخواطر أن تكون في الخير ولا في الشَّر، بل معنى الآية أعمُّ من ذلك.

- خواطر شيطانية تهجمُ على النَّفس من غير إرادة ولا اختيار، فتثقل كاهله، وتقلق سكون الإيمان في قلبه، كالخواطر المتعلقة بالله ﷻ، أو بالغيبيات؛ من الحشر والبعث المعاد والجنَّة والنار ونحو ذلك، فالواجب على من بُلِيَ بشيءٍ من ذلك أن يستعيذ بالله من الشيطان، ولا يسترسلَ خلف تلك الخواطر فإنها من مكائد الشيطان قال تعالى: ﴿إِنَّمَا ٱلنَّجْوَىٰ مِنَ ٱلشَّيْطَٰنِ لِيَحْزُنَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَلَيْسَ بِضَآرِّهِمْ شَيْـًٔا إِلَّا بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۚ وَعَلَى ٱللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ ٱلْمُؤْمِنُونَ﴾المجادلة: (١٠) وسيأتي في المبحث الثالث توجيه السُّنة النبوية في ذلك.
- وساوس مرضيَّة؛ تبدأ بأفكار وتصورات ذهنية أو عمليَّة، لا تلبث هذه الأفكار أن تتطور شيئًا فشيئًا حتى تكون ملحةٌ وقاهرة لاختيار الإنسان وهي على قسمين:

أ/ وساوس في ذات الشخص: كوساوس الطهارة والصلاة ونحوها ممَّا كثُر البلاء به وسيأتي حكمه وتوجيهه في المبحث الثالث.

ب/ وساوس في أمر خارج عن الإنسان؛ كوسوسة الشك في العلاقات، وبيئات العمل، فينظر لغيره نظر الريبَة والشَّك، فيحملُ إحسان غيره له على أنه مكيدة به، وضرر عليه، ولهذا النوع أبعاده الخطيرة على ذات الفرد والمجتمع. وهو في الغالب لا ينفكُّ عن القسم الذي قبله.

(١) انظر: تفسير النسفي: (٣/ ٣٦٤)، والجامع لأحكام القرآن: (٨/ ١٧).

المطلب الثالث: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع الوسواس وطرق دفعه

لقد كان للسُّنة النبوية قصَبَ السَّبق في بيان الوسوسة وأحوالها ووسائل دفعها ومعالجتها، متقدمة بذلك على كثير من الدراسات والنظريات الطبيَّة المعاصرة، بل إنَّ كثيرًا من أنواع العلاج السلوكي والمعرفي[١] للوسواس يقوم على نصوص التشريع الإسلامي الواردة في الكتاب والسُّنة، ويمكن الجزم: بأنَّ أهمَّ مصدر من مصادر الطبِّ النفسي الإسلامي هما الكتاب والسُّنة، لما لهذين المصدرين من بالغ التأثير والأثر على النَّفس المؤمنة.

لقد شملت توجيهات السُّنة النبوية جميع مراحل الوسوسة؛ بدءًا من الأسباب المؤدية إليها، مرورًا بطرق العلاج والمدافعة، وعدم الاسترسال خلف تلك الوسواس فمن ذلك:

أولاً: البُعد عن الأسباب المؤدية إلى الوسوسة: فإنَّ من مقاصد الشرعية الإسلامية: تحقيق المصالح ودرء المفاسد، فكل طريق يؤدي إلى ما يصلحُ الإنسان في أمر دينه أو دنياه؛ فإنه طريق مشروع ممدوح، وكل طريق يؤدي إلى ما يضُرُّ الإنسان في أمر دينه أو دنياه؛ فإنه محروم أو مكروه. وهذا الأصل منضبط غاية الانضباط في جميع أحكام الشريعة من العبادات والمعاملات وغيرها. وممَّا جاء في السُّنة النبوية من هذا التوجيه؛ النهي عن بول الإنسان في مستحمِّه، لحديث عبد الله بن مغفل ﷺ مرفوعًا: «**لا يبولنَّ أحدكم في مستحمِّه ثم يتوضأ فيه؛ فإنَّ عامة الوسواس منه**»[٢].

---

(١) العلاج السلوكي: أحد طرق العلاج النفسي الذي يخضع فيه المريض لعدد محدود من الجلسات النفسيَّة مع المتخصصين، والتي تقوم على العلاج بالمحادثة. وتعدُّ هي المرحلة العلاجية الأولية قبل العلاج الدوائي عادة. انظر: موسوعة الطب النفسي: (٤١٨)

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الطهارة، باب في البول في المستحم، ١/ ١١، رقم:٢٧) والترمذي في "جامعه" (أبواب الطهارة، باب ما جاء في كراهية البول في المغتسل، ١/ ٧٢، =

وهذا النَّهي خاص بما إذا كان الماء يستقر في المكان، فأما إذا كان الماء يسيلُ وينصرف فإنه لا يكره عند الجمهور، وهذا مذهب عطاء وابن المبارك وغيرهم من السَّلف(١). قال الخطابي: "وإنما نُهِيَ عن ذلك؛ إذا لم يكن المكان جَدَدًا صلبًا(٢) أو مُبلطًا، أو لم يكن له مسلك ينفذ فيه البول، ويسيلُ فيه الماء فيوهم المغتَسِل أنه أصابه شيءٌ من قطْره ورشاشه فيورثه الوسواس"(٣).

ثانيًا: الاستعاذة بالله من الشيطان وقطع تلك الخواطر وعدم الاسترسال معها: فإنَّ للشيطان مداخل على الإنسان من حيث لا يدري؛ فإنْ عجز عن إخواء الإنسان بالمعاصي؛ دخل عليه من باب الطاعة،

=

رقم:٢١) والنسائي في "المجتبى" (كتاب الطهارة، باب كراهية البول في المستحم، ١/ ٣٣، رقم:٣٦/ ١) وغيرهم من طرق عن معمر، عن أشعث، عن الحسن، عن عبد الله بن مغفل مرفوعًا. وهذا إسناد **رجاله ثقات** إلا أن **الحسن البصري لم يصرح بسماعه** من ابن المغفل. وقال الترمذي: حديث غريب، لا نعرفه مرفوعا إلا من حديث الأشعث بن عبد الله. وأصله ثابت في "صحيح البخاري من طريق عقبة بن صهبان قال: سمعت عبد الله بن المغفل المزني: **في البول في المغتسل. فالحديث صحيح لغيره دون قوله: "فإن عامة إلى الوسواس منه"، والصواب أنه موقوف من قول ابن المغفل**، وأخرجه البخاري في "التاريخ الكبير" (١/ ٤٢٩)، والترمذي، والنسائي، من طرق عن عبد الله ابن المبارك، بهذا الإسناد **موقوفًا**. وأخرجه البيهقي في "الكبير" (١/ ٩٨) أيضًا من طريق يزيد بن إبراهيم، عن قتادة، عن سعيد، عن الحسن، عن عبد الله بن مغفل: أنه كان يكره البول في المغتسل، وقال: إن منه الوسواس **موقوفًا قولَه**.

(١) انظر: جامع الترمذي، (أبواب الطهارة، باب ما جاء في النهي عن البول في المغتسل، ١/ ٣٣، رقم: ٢١)، والمصنف لعبد الرزاق: (٥٠٨/١)، وتهذيب السنن لابن القيم: (٦٩/١).

(٢) الجدَد: الأرض الصَّلبة. وقيل: الأرض الغليظة، وقيل: الأرض المستوية. انظر: اللسان: (١٠٩/٣). مادة: جدد.

(٣) معالم السنن: (٢٢/١).

ولهذا صور، منها:

– **قذف الشَّك في قلب العبد:** فيقذف الشَّك ويثير التساؤلات الغيْبية المتعلقة بالإيمان والغيب مثلاً، مما لا طاقة لعقل العبد بمعرفته واستيعابه، فعن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «**يأتي الشيطانُ أحدَكم فيقول: من خلق كذا؟ من خلق كذا؟ حتى يقول: من خلق ربك؟ فإذا بلَغَهُ؛ فليستعذ بالله وَلْيَنْتَه**». وهذا لفظ البخاري، وفي رواية لمسلمٍ: «**فليقل آمنتُ بالله**»(١). وقد أثبت الطبُّ النفسي الحديث؛ أنَّ أعظم علاج للوسواس هو الالتهاء عنه، وعدم الاسترسال معه.

وعن ابن عباس ﷺ قال: «جاء رجلٌ إلى النبي ﷺ فقال: يا رسول الله، إني أُحَدِّثُ نفسي بالشيء، لأَنْ أَخِرَّ من السَّماء أحبُ إليَّ من أنْ أتكلم به. قال: فقال النبي ﷺ: «**الله أكبر، الله أكبر، الله أكبر، الحمد لله الذي رد كيْدَهُ إلى الوَسْوَسة**»(٢). قال الشوكاني: والأحاديث في وسوسة الشيطان لابن آدم بالغة حدَّ التواتر(٣).

– **التَّشويش عليه في عبادته:** فعن أبي هريرة ﷺ أنَّ رسول الله ﷺ قال: «**إذا نُودي للصلاة، أَدْبَر الشَّيطانُ وله ضراطٌ، حتى لا يسمع التَّأذين، فإذا قضى النِّداء أقبل، حتى إذا ثُوِّبَ بالصلاة أدْبَر، حتى إذا قضَى التَّثويب أقبل، حتى يخْطُرَ بين المرء ونفسه، يقول: اذكر كذا، اذكر كذا، لما لم يكن يذكر، حتى**

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، ٤/ ١٢٣، رقم: ٣٢٧٦)، ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب بيان الوسوسة وما يقوله من وجدها، ١/ ٨٣، رقم: ١٣٤).

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الأدب، باب في رد الوسوسة، ٤ / ٤٩٠، رقم: ٥١١٢) وأحمد في "مسنده" (٤ / ١٠، رقم: ٢٠٩٧) وغيرهما من طريق منصور، عن ذر، عن عبد الله بن شداد، عن ابن عباس ﷺ، والحديث صحيح، صححه ابن حبان والضياء.

(٣) انظر: رفع البأس عن حديث النفس والهمِّ والوسواس: (٤١).

يظَلَّ الرجلُ لا يدري كم صلَّى»[1]. وممَّا يجلي للمكلّف حرص الشريعة وحزمها على قطع تلك الوساوس ما رواه عبد الله بن زيد ﷺ أنه شَكَا إلى رسول الله ﷺ الرجلُ الذي يُخَيَّلُ إليه أنه يجدُ الشَّيءَ في الصلاة، فقال: «**لا ينْفَتِلَ – أو: لا ينصرف – حتى يسمَعَ صوتاً أو يجد ريًحا**»[2]. فأحاله النبيُّ ﷺ للحِسّ، ولم يعتبر مجرد الوَهم أو الشَّك مسَوغًا لقطع الصلاة والانصراف منها، ولو تمسَّك الإنسان باليقين في أعماله وطاعته؛ لم تصمد أمامه حيل الشيطان ومكره بحول الله ومشيئته، إذ أنَّ من أعظم ما يحقق الانتصار على عدو النَّفس معرفة حيله ومكره، قال ابن المبارك: إذا شكَّ في الحدث فإنه لا يجب عليه الوضوء حتى يستيقن استيقانًا يقدر أن يحلف عليه[3].

ثالثًا: النَّفث عن اليسار: فمن الأمور التطبيقية والعمليَّة التي أرشدت لها السُّنة النبوية؛ النَّفث أو النَّفل عن جهة اليسار، دلالة على كراهية تلك الوسوسة، وإذلالاً للشيطان، وتحقيرًا لعمله بالوسوسة[4]. وقد ورد النَّص بذلك كما في حديث عثمان بن أبي العاص ﷺ، أنه أتى النبي ﷺ فقال: يا رسول الله، إنَّ الشيطان قد حال بيني وبين صلاتي وقراءتي يُلَبِسُهَا عليَّ. فقال رسول الله ﷺ: ذاك شيطان يقال له خِنْزَب، فإذا أحسَسْتُهُ فتَعوّذ بالله منه، وانْفِل على يسارك ثلاثًا. قال: ففعلت ذلك فأذهبه الله عني[5].

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأذان، باب فضل التأذين، ١/ ١٢٥، رقم: ٦٠٨) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الصلاة، باب فضل الْأذان وهرب الشيطان عند سماعه، ٢/ ٥، رقم: ٣٨٩).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الوضوء، لا يتوضأ من الشك حتى يستيقن، ١/ ٣٩، رقم: ١٣٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحيض، باب الدليل على أن من تيقن الطهارة ثُمَّ شك فِي الحدث، ١/ ١٨٩، رقم: ٣٦١).

(٣) انظر: جامع الترمذي: (١/١١٧).

(٤) انظر: المفاتيح شرح المصابيح: (١/١٦٨).

(٥) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب التعوذ من شيطان الوسوسة فِي الصلاة، ٧ / ٢٠، رقم: ٢٢٠٣).

رابعًا: السُّجود للسهو في الصلاة: فقد تضافرت نصوص السُّنة على مشروعية سجود السَّهو في صلاة الفريضة والنافلة، وذلك حين يعرض الشيطانُ للمُصَلِّي بشيء من وسواسه، وجاءت العلة من ذلك كما في حديث أبي سعيد الخدري ﷺ، أنَّ النبي ﷺ قال: «**إذا شَكَّ أحدُكم في صلاته فلم يدرِ كم صلَّى ثلاثًا أم أربعًا، فلْيَطرح الشَّك وليْبنِ على ما استيقن، ثم يسْجُدُ سجدتين قبل أن يُسلم، فإن كان صلَّى خمسًا شفَعْنَ له صلاتَه، وإن كان صلَّى إتمامًا لأربعٍ كانتَا ترغيمًا للشيطان**»[(١)]. أي: كانتا سجدتي السَّهو إذلالًا للشيطان، وجبرًا لما أوقع الشيطان في الصلاة من النقصان، وذلك معاملة له بنقيض قصده ومراده، وهذا أصل عظيم لدفع الوساوس، وقمع هواجس الشيطان في سائر الطاعات[(٢)].

خامسًا: ملازمة أذكار الصباح والمساء: فقد صحَّت عن النبي ﷺ أحاديث مأثورة في أذكار الصباح والمساء ممَّا هو مبسوط في مواضعه من كتب السُّنة الصحيحة، وهي كالحصن المانع الحصين لمن قالها بحضور قلبٍ ويقين، ومن تلك الأذكار؛ وما أخرجه الشيخان عن أبي هريرة ﷺ أنه قال: قال رسول الله ﷺ: «**من قال لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد، وهو على كل شيء قدير في يوم مائة مرة؛ كانت له عَدْلَ عشرِ رقاب، وكُتبت له مائة حسنة، ومُحيت عنه مائة سيئة، وكانت له حرزًا من الشَّيطان يومه ذلك حتى يُمْسي، ولم يأتِ أحدٌ بأفضلَ مما جاء به إلا رجلٌ عَمِلَ أكثر منه**»[(٣)]. قال القرطبي: "يعني: أنَّ الله تعالى يحفظُه من الشيطان في ذلك اليوم، فلا يقدر منه على زَلّة ولا وَسوسة ببركة تلك الكلمات"[(٤)].اهـ

---

(١) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب المساجد، باب السهو فِي الصلاة، ٢ / ٨٤، رقم: ٥٧١).

(٢) انظر: شرح المشكاة للطيبي: (٥٢٩/٢).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الدعوات، باب فضل التهليل، ٨ / ٨٥، رقم: ٦٤٠٣).

(٤) المفهم: (٢٠/٧).

المطلب الأول: تعريف الخوف والقلق لغة واصطلاحًا

الخوف لغة:

قال ابن فارس: الخاء والواو والفاء؛ أصلٌ واحد يدل على الذُّعر والفَزع. يقال: خفتُ الشيء خوفًا وخيفةً. والخوف ضد الأمن[1]، ومنه قوله تعالى: ﴿ٱلَّذِىٓ أَطۡعَمَهُم مِّن جُوعٖ وَءَامَنَهُم مِّنۡ خَوۡفِۭ﴾(قريش: ٤)

الخوف في كلام العلماء:

جاء تعريف الخوف عند العلماء على أوجه متقاربة تبعًا لتنوعِّ فنُونهم، واختلاف السياق الذي وردت فيه فمن ذلك:

– ما عرَّفه ابن القيم بأنَّ الخوف: اضطرابُ القلب، وحركتُه من تذكر المخـوْف...، وقيـل: الخـوف: هـربُ القلـب مـن حلـول المكـروه عنـد استشعاره[2].

وعرَّفه ابن قدامة بأنه: عبارةٌ عن تـألّم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في الاستقبال[3].

والخوف عند الأطباء:

غريزة طبيعية فُطِرْت عليها نفوس البشر والحيوانات على السَّواء، وهو انفعال مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمحافظة على البقاء.

وقيل: هو انفعال قوي، يتّسِمُ بالقلق وعدم الارتياح، ناشئٌ عن خطر يهدد سلامة المرء أو مصالحه[4].

وبالنظر في تعريفات الأطباء لمعنى الخوف فهي تدور على أمرين: الأول: أنه غريزة طبيعية، والثاني: أنه ناشئٌ عن خوف مكروه في المستقبل. وهو على درجات متفاوتة؛ فيبدأ بالخوف الطبيعي، وينتهي بالخوف

(١) مقاييس اللغة : (٢/ ٢٣٠)، مادة: خوف.
(٢) مدارج السالكين: (١٨٠/٢).
(٣) انظر: كتاب الخوف لابن قدامة: (٥).
(٤) انظر: معجم المصطلحات الطبية: (٩٠)، والطب النفسي المعاصر: (١٥٧).

المرضي العام، أو الخوف الخاص من بعض الأشياء.

وأما القلق لغة:

قال ابن فارس: القاف واللام والقاف كلمة تدل على الإنزعاج.اهـ يقال: امرأة مقلاق الوِشَاح: أيّ: لا يثبت على خصرها. وأقلَق الشيء من مكانه وقَلَقَه: إذا حَرَّكَهُ(١).

القلق عند العلماء:

بالنظر في استعمال علماء الشريعة لمعنى القلق؛ فقد جاء استعمال "القلق" عندهم على معنيين:

الأول: المعنى العام: فكل ما حرَّك الاستقرار النفسي فهو من باب القلق عندهم، فيدخل فيه قلق الخوف، وقلق الهم، وقلق الحُزن، وقلق الضَّجر، وقلق الغضب ونحوها من عوارض الاستقرار النفسي. وسياق كلامهم هو المرجع في تعيين المراد(٢).

الثاني: المعنى الخاص: وهو المعنى اللغوي الذي يدل على محض الانزعاج من الشيء، فإن كان القلق على أمر مضَى فأثره الحُزن، وإن كان لأمر يُستقبل فأثره الهمُّ. وهذا المعنى كثير في كلامهم.

وقد جاء التعبير عن القلق في السُّنة بألفاظ تحسن الإشارة إليها فمن ذلك:

– (أهمه الأمر) فقد روى أبو هريرة ﷺ عن النبي ﷺ أنه كان إذا أَهَمَّهُ الأمرُ، رفع رأسه إلى السماء، فقال: "سبحان الله العظيم"، وإذا اجتهد في الدعاء، قال: "يا حي يا قيوم"(٣). قال الحافظ في الفتح: يقال: أهمه الأمر أي: أقلقه. قال في المُغْرب: "يقال: أهمَّه الأمرُ إذا أقلقه وأحزنه"(٤).

– (أخذني ما قرُبَ وما بعُدَ) وذلك فيما رواه عبد الله بن مسعود ﷺ

(١) انظر: معجم مقاييس اللغة: (٢٣/٥)، ولسان العرب: (٣٢٣/١٠). مادة: قلق.
(٢) انظر: عمدة الحفاظ في تفسير أشرف الألفاظ: (٥٤٠/١)
(٣) مقاييس اللغة: (٢٣٠/٢)، ولسان العرب: (٩٩/٩)، مادة خوف.
(٤) المغرب في ترتيب المعرب لأبي الفتح المطرزي: (٣٨٩/٢).

قال: كنا نُسَلِّم على النبي ﷺ إذْ كنا بمكة قبل أن نأتي أرض الحبشة، فلما قدمنا من أرض الحبشة، أتيناه فسلمنا عليه، فلم يرد، فأخذني ما قرب وما بعد، حتى قضوا الصلاة، فسألته، فقال: «**إن الله يُحْدِثُ في أمره ما يشاء، وإنه قد أَحْدَثَ من أمره أن لا نتكلم في الصلاة**»[1]. قال ابن الأثير: يقال للرجل إذا أقلقه الشيء وأزعجه: أخذه ما قَرُبَ وما بعُدَ، وما قَدُمَ وما حَدُثَ، كأنه يفكر ويهتم في بعيد أموره وقريبها[2].

– (الشَّأز) وذلك فيما رواه الترمذي في جامعه، أنَّ معاوية بن أبي سفيان ﷺ جاء إلى أبي هاشم بن عتبة وهو مريض يعُودُه، فقال: يا خال ما يبكيك؟ أوجع يَشْئَزُكَ، أو حرص على الدنيا؟ قال: كلٌّ لا، ولكن رسول الله ﷺ عهد إلي عهدًا لم آخذ به، قال: "إنما يكفيك من جمع المال خادم ومركب في سبيل الله"، وأجدني اليوم قد جمعت. قال ابن الأثير: يشئزك: أي يقلقك[3].

– (الرَّعج): كما في حديث الإفك: "قارتعج العَسْكر". قال ابن الأثير: يقال رَعَجَهُ الأمر وأَرْعَجَهُ: أي أقلقه[4].

القلق عند الأطباء:

يعرف بعض الأطباء القلق على أنه: شعور صعب وغامض، نتيجة

(١) أخرجه النسائي في "المجتبى" (١/ ٢٦١، رقم: ١٢٢٠) وأحمد في مسنده" (٦/ ٤٦، رقم: ٣٥٧٥)، من طريق سفيان بن عيينة، عن عاصم بن أبي النجود، عن أبي وائل شقيق بن سلمة الأسدي، عن ابن مسعود ﷺ، وإسناده حسن؛ عاصم بن أبي النجود: صدوق "التقريب" (٣٠٧١) وأصله ثابت في الصحيح من طريق علقمة، عن عبد الله ﷺ قال: كنا نسلم على النبي ﷺ وهو في الصلاة... الحديث أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب العمل في الصلاة، باب ما ينهى عنه من الكلام في الصلاة، ٢ / ٦٢، رقم: ١١٩٩) ومسلم في "صحيحه" (كتاب المساجد، باب تحريم الكلام فِي الصلاة، ٢ / ٧١، رقم: ٥٣٨).

(٢) النهاية في غريب الحديث: (٣٣/٤).

(٣) النهاية في غريب الحديث: (٤٣٦/٢).

(٤) النهاية في غريب الحديث: (٢٤٣/٢).

حدوث شرٍّ متوقع مع العجز عن دفعه أو مواجهته.

وتنقسم مدارس الطبِّ النفسي في علاقة الخوف بالقلق إلى أقسام؛ فمنهم من يرى أنَّ القلق والخوف شيءٌ واحد. في حين يرى البعض أنَّ القلق هو الحالة النفسية التي يمر بها الشخص وهو في حال العجز عن دفع ما يخاف منه. وأنَّ الخوف يكون استجابة لسلوك الدفاع أو الهروب والفرار من ذلك المخوف. ويرى بعضهم أنَّ القلق ماله تعلق بالمخاوف المستقبليَّة، وأنَّ الخوف متعلق باللحظة الحاضرة أو الماضية. ويرى البعض أنَّ الخوف ما عرُف مصدر الخوف، وأنَّ القلق ما جُهل مصدر الخوف[١].

المطلب الثاني: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع الخوف والقلق

يعدُّ الخوف أحد أهم الانفعالات الإنسانية تأثيراً على حياة الإنسان ومسيرته في هذه الحياة، وقد أرشد القرآن العظيم في مواطن منه إلى أنَّ انعدام الأمن وسيطرة الخوف من أشدِّ ما يُعطِّلُ تحقيق المصالح الدينية والدنيوية، كما جاء ذلك مؤكدًا بمعاني الخوف ودرجاته في القرآن كالتعبير عنه بالفزع تارة، والرُّعب، والرَّوع، وغيرها من معاني ذلك الشعور.

ومن المعلوم أنَّ الخوف غريزة طبيعية أودعها الله في عباده كرادعٍ لهم عن مواطن الخطر والهلاك، وسببًا لسلامة نفوسهم من الإهلاك، وحين يتعدى الخوف حدوده الطبيعية؛ فإنه يعد أحد الاضطرابات النفسية التي تمنع صاحبها من تحقيق الغاية التي وجد من أجلها في تحقيق عبادة الله، والسعي على مصالحه ومصالح الخلق.

(١) انظر: موسوعة الطب النفسي: (٢٨٨)، والطب النفسي المعاصر: (١٣٤)، ونحو علم نفس إسلامي للشرقاوي: (٢٢٩)، وعلاقة القلق النفسي بالانبساط والانطواء، أطروحة ماجستير للباحث: سعد عويض العتيبي.

وممَّا جاء في السُّنة النبوية في كيفية التعامل مع الخوف ومعانيه ما يلي:

أولاً: معرفة الله ﷻ بأسمائه وصفاته فإنه أعظم ما يحقق الأمن والطمأنينة في النوازل والأزمات، فاستحضار معاني أسماء الله ﷻ؛ كالعزيز والقوي والمتين والجبار وغيرها ممَّا يعين المؤمن على السكون في حال الخوف، والطمأنينة في حال الذُعر، فكلما عظمة معرفة العبد بربه؛ قلَّ خوفه وزاد أمنُه.

ثانياً: ما تقدمت الإشارة إليه من المواظبة على أذكار الصباح والمساء، وأذكار الأحوال؛ كالنوم والخروج، والنزول ونحوها؛ وممَّا جاء في ذلك ما رواه الوليد بن الوليد ﷺ[1] قال: يا رسول الله، إني أجد وحشة في منامي فقال ﷺ: «**إذا أخذت مضجعك، فقل: أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وعقابه وشرِّ عباده، ومن همزات الشياطين وأن يحضرون، فإنه لا يَضُرك، وبالحَريّ أن لا يقربك**»[2].

ثالثًا: الأدعية الخاصة في مواطن الخوف؛ فمن ذلك ما رواه أبو موسى الأشعري ﷺ قال: أنَّ النبي ﷺ كان إذا خاف من رجل، أو من قوم، قال: «**اللهم إني أجعلك في نحورهم، وأعوذ بك من شرورهم**»[3].

رابعًا: النهي عن مسببات الرَّوع والخوف؛ فقد ثبت النهي عن ترويع

---

(١) الوليد بن الوليد بن المغيرة المخزومي القرشي، أخو خالد بن الوليد –رضي الله عنهما– شهد بدرًا مشركًا وأُسر، فافتداه أخواه هشام وخالد، ثم أسلم فأسره أخواله، وكان النبي ﷺ يدعو له من جملة المستضعفين من المؤمنين، ثم أفلت من الأسر ولحق بالنبي ﷺ توفي بعد عمرة القضية، وكان قد شهدها مع النبي ﷺانظر: أسد الغابة: (٥/٤٥٤)، والإصابة: (٦/٤٨٤).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الوضوء، باب فضل من بات على الوضوء، ١ / ٥٨، رقم: ٢٤٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الذكر والدعاء، باب ما يقول عند النوم وأخذ المضجع، ٨ / ٧٧، رقم: ٢٧١٠).

(٣) أخرجه أبو داود في "سننه" (١ / ٥٦٤، رقم: ١٥٣٧) وأحمد في "مسنده" (٣٢/ ٤٩٣، رقم: ١٩٧١٩، و١٩٧٢٠) غيرهما من طرق عن قتادة ، عن أبي بردة ، عن أبي موسى ﷺ.

المسلم وإخافته، لما في ذلك من بالغ الأثر على صحة الإنسان الجسمية والنفسيَّة والعقلية والعصبية[١]؛

فعن عبد الرحمن بن أبي ليلى، قال: حدثنا أصحاب رسول الله ﷺ: أنهم كانوا يسيرون مع رسول الله ﷺ في مسير، فنام رجل منهم، فانطلق بعضهم إلى نبل معه فأخذها، فلما استيقظ الرجل، فزع، فضحك القوم، فقال ﷺ: «**ما يضحككم؟**» فقالوا: لا، إلا أنا أخذنا نبل هذا، ففزع. فقال رسول الله ﷺ: «**لا يحلُ لمسلم أن يُرَوِّعَ مسلمًا**»[٢].

وعن أبي هريرة ﷺ قال: قال أبو القاسم ﷺ: «**مَن أشار إلى أخيه**

(١) وقد أثبت الطبُّ الحديث خطورة الترويع والتخويف وأثره على حياة الشخص، إذ قد يصل في بعض حالاته إلى الوفاة وتوقف القلب، وتقلص الأوعية الدموية، ودخول الشخص في مراحل الاكتئاب أو الرَّهاب والقلق المزمن، إلى غير ذلك من مساوئ هذا العمل الشنيع الذي أصبح مع الأسف ظاهرة في مواقع التواصل لإشباع هوس المتابعات والمشاهدات. وقد اتفقت المذاهب الفقهية الأربعة وغيرها على تضمين من أتلف نفس إنسان أو عضو منه بسبب الترويع؛ جاء في الشرح الكبير عند المالكية: (٢٤٤/٤) "وإن ورمى عليه حيَّة –وهي حيَّة–، ومن شأنها أن تقتل فمات –وإن لم تلدغه– فالقصاص، ولا يقبل منه أنه قصد اللعب". اهـ وقال في المغني: (١٠٠/١٢) "ولو شهر سيفاً في وجه إنسان، أو دلاَّهُ من شاهق فمات من روعته، أو ذهب عقله؛ فعليه ديته، وإن صاح بصبي أو مجنون صيحة شديدةً فَخَرَّ من سطح أو نحوه فمات، أو ذهب عقله، وتَغَفَّلَ عاقلاً فصاح به فأصابه ذلك فعليه ديته" اهـ.

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" (٤/ ٤٥٨، رقم: ٥٠٠٤) وأحمد في "مسنده" (٣٨ / ١٦٣، رقم: ٢٣٠٦٤) من طريق عبد الله بن نمير، حدثنا الأعمش، عن عبد الله بن يسار الجهني، عن عبد الرحمن بن أبي ليلى، وإسناده صحيح، صححه ابن مفلح في الآداب الشرعية (٤٠٤/٣).

بحديدة فإنَّ الملائكة تلْعنُه حتى يدعه، وإن كان أخاه لأبيه وأمه»[1].

المطلب الأول: تعريف الظلم والقهر لغة واصطلاًحا

تعريف الظلم لغة:

قال ابن فارس: الظاء واللام والميم؛ أصلان صحيحان يدل أحدهما على خلاف الضياء، ويدل الآخر على وضع الشيء في غير موضعه تعديًّا[2].

ويطلق الظلم في اللغة أيضًا على: الجور ومجاوزة الحدِّ والميل عن القصد، يقال: ظَلَمَهُ يظْلِمُه ظَلْمًا وظُلْمًا، ومظْلَمَةً، فالظلم مصدر حقيقي[3].

وأما الظلم في الاصطلاح:

فلا يكاد يختلف عن معناه اللغوي، في أنه وضع الشيء في غير موضعه؛ إما بزيادة أو نقصان، وإما بعدولٍ عن وقته أو مكانه[4].

تعريف القهر لغة:

قال ابن فارس: القاف والهاء والراء كلمة صحيحة تدل على غلبة وعلو. يقال: قهَرَهُ يقْهَرُه قهرًا. والقاهر: الغالب. وأُقْهِرَ الرجل، إذا صُيّر في حال يُذل فيها. والقهر من أعظم آثار الظلم وأسبابه.

وأما القهر اصطلاًحا:

فلا يخرج عن معناه اللغوي، ويمكن تعريفه بأنه: إجبار الغير على فعل ما يكره، أو ترك ما يحب بغير حق.

تعريف القهر عند الأطباء:

شعور عجز وضعف يسيطر على الإنسان وهو في لحظة ذل وانكسار

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الفتن، باب من حمل علينا السلاح فليس منا، ٩ / ٤٩، رقم: ٧٠٧٢) ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر، باب النهي عن الإشارة بالسلاح إلى مسلم، ٨ / ٣٣، رقم: ٢٦١٦) -واللفظ له-.

(٢) مقاييس اللغة: (٤٦٨/٣) مادة: ظلم

(٣) انظر: تهذيب اللغة للأزهري: (٢٧٦/١٤)، وتاج العروس: (٣٣/ ٣٢). مادة: ظلم.

(٤) انظر: التعريفات للجرجاني: (١٨٦)، ومعجم مقاليد العلوم: (٢٠٧).

بسبب سلب ما يحب، أو فرض ما يكره[١]. ولذلك عُرف عند الأطباء داء "الوسواس القهري" الذي سبق الحديث عنه، إذ أنَّ من أماراته سيطرة أفكار ومعتقدات على الإنسان، تفرض عليه القيام بالأعمال قهرًا من غير اختيار.

ويعرف البعض القهر النفسي بأنه: مجموعة من الأفعال والأقوال والإيحاءات، التي تنطوي على تقييد حركة الفرد، والحطِّ من شأنه، وإهانته، أو السخرية منه، أو التهديد، أو التخويف، أو الوعيد الذي يقوم به الغالب، ويؤدي إلى اضطراب معرفي أو سلوكي أو انفعالي في المغلوب[٢].

المطلب الثاني: أثر الظلم والقهر على استقرار الصحة النفسيَّة

يعدُّ الظلم والقهر من أعظم أسباب هلاك الأمم، وشتات شملها، وتفرُّق المجتمعات، وتسلّط العدوان عليها، وانتشار الفوضى، وحلول الخوف والرعب مكان الأمن والاستقرار.

قال ابن الجوزي: "وإنما ينشأ الظُّلم من ظلمة القلب، ولو استنار بنور الهدى لنظر في العواقب"[٣] اهـ.

لذا؛ جاءت الشريعة المحمدية في نصوص الكتب والسُّنة بالتحذير من الظلم والبغي في آيات وأحاديث بلغت في جملتها حدَّ التواتر المقطوع به.

قال الله ﷻ: ﴿وَلَقَدْ أَهْلَكْنَا ٱلْقُرُونَ مِن قَبْلِكُمْ لَمَّا ظَلَمُوا۟ وَجَآءَتْهُمْ رُسُلُهُم بِٱلْبَيِّنَٰتِ وَمَا كَانُوا۟ لِيُؤْمِنُوا۟ ۚ كَذَٰلِكَ نَجْزِى ٱلْقَوْمَ ٱلْمُجْرِمِينَ﴾ يونس: (١٣)

وقال سبحانه عن حال فرعون ظلمه: ﴿وَٱسْتَكْبَرَ هُوَ وَجُنُودُهُۥ فِى ٱلْأَرْضِ بِغَيْرِ ٱلْحَقِّ وَظَنُّوٓا۟ أَنَّهُمْ إِلَيْنَا لَا يُرْجَعُونَ﴾ القصص: (٣٩)

وقال سبحانه: ﴿وَكَذَٰلِكَ أَخْذُ رَبِّكَ إِذَآ أَخَذَ ٱلْقُرَىٰ وَهِىَ ظَالِمَةٌ ۚ إِنَّ أَخْذَهُۥٓ أَلِيمٌ شَدِيدٌ﴾ هود: (١٠٢). والآيات في هذا الباب متوافرة.

---

(١) "انظر": معجم مصطلحات الطب النفسي: (١٢٥).

(٢) انظر: مجلة الإرشاد النفسي، ص: (٣٠٦)، العدد ٦٢، ج: ١، أبريل ٢٠٢٠.

(٣) كشف المشكل من حديث الصحيحين: (٥٦٠/٢).

وممَّا جاء في صحيح السُّنة في التحذير من والظلم والبغي:

- وصية النبي ﷺ لمعاذ بن جبل حين بعثه إلى اليمن مُعلمًا ومرشدًا: **«واتقِ دعوة المظلوم فإنه ليس بينها وبين الله حجاب»**(١).
- وعن جابر بن عبد الله رضي الله عنه أنَّ رسول الله ﷺ قال: **«اتقوا الظلم فإنَّ الظلم ظلماتٌ يوم القيامة، واتقوا الشُّحَّ فإنَّ الشُّحّ أهلك من كان قبلكم، حَمَلَهُم على أن سفَكُوا دماءهم، واستَحَلُّوا محارمهم»**(٢). والأحاديث في هذا الباب متوافرة متواترة.

والظلم الوارد في نصوص الوحيين ينقسم في الجملة إلى ثلاثة أقسام:

١- ظلم الإنسان لربَّه وخالقه؛ وذلك يكون بالكفر أو الإشراك به ﷻ، ودليل هذا النوع من الظلم قوله تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَٰنُ لِٱبْنِهِۦ وَهُوَ يَعِظُهُۥ يَٰبُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِٱللَّهِۖ إِنَّ ٱلشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾ ١٣. وقد جاء التفسير النبوي لمعنى هذه الآية؛ وذلك فيما رواه عبد الله بن مسعود رضي الله عنه أنه قال: لما نزلت ﴿إِنَّ ٱلشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾ قلنا: يا رسول الله أينا لا يظلم نفسه؟ قال: «ليس كما تقولون: ﴿وَلَمْ يَلْبِسُوٓاْ إِيمَٰنَهُم بِظُلْمٍ﴾ بشرك، أو لم تسمعوا إلى قول لقمان لابنه: ﴿إِنَّ ٱلشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾(٣).

٢- ظلم الإنسان نفسه؛ وذلك بحرمانها من لذة الطاعات، وإغراقها في وحْل المعاصي والمنكرات، حتى تأنس الفجور وتستوحش الطاعة، وقد دلَّ

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المظالم، باب الاتقاء والحذر من دعوة المظلوم، ٣ / ١٢٩، رقم: ٢٤٤٨) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب الأمر بالإيمان بالله ورسوله، ١ / ٣٧، رقم: ١٩).

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة والآداب، باب تحريم الظلم، ٨ / ١٨، رقم: ٢٥٧٨).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب أحاديث الأنبياء، باب قول الله تعالى واتخذ الله إبراهيم خليلاً، ٤ / ١٤١، رقم: ٣٣٦٠) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب صدق الإيمان وإخلاصه، ١ / ٨٠، رقم: ١٢٤).

الكتاب العزيز على هذا المعنى فمن ذلك قوله تعالى ﴿وَدَخَلَ جَنَّتَهُۥ وَهُوَ ظَالِمٞ لِّنَفۡسِهِۦ قَالَ مَآ أَظُنُّ أَن تَبِيدَ هَٰذِهِۦٓ أَبَدٗا﴾ الكهف: ٣٥

٣- ظلم الإنسان غيره، وذلك يكون بقهره وأكل حقّه، أو إهانته وكسر كرامته وقد تقدم شيء من أدلته فيما مضى.

ولما كان تحقيق الصحة النفسيّة مطلبًا ومقصدًا ضروريًا من مقاصد الشرعية الإسلامية؛ فقد جاء التحريم والوعيد على كل عمل يؤدي إلى الإخلال أو التقصير في تحقيق ذلك، ومن أعظمها ظلم الناس وقهرهم، إذ أنَّ لهذ الجرم بالغ الأثر عليهم فمن ذلك:

١/ أن الظلم من أعظم أسباب انتشار الفوضى والخراب، التي ينتج عنها انتشار الخوف والرعب في البلاد، وغياب الأمن والاستقرار، ممَّا يعطّل مصالح الفرد والمجتمع على حدٍّ سواء. فهو كما قال ابن خلدون "مؤْذنٌ بخراب العمران... (وقال): واعلم أنّ هذه هي الحكمة المقصودة للشّارع في تحريم الظّلم، وهو ما ينشأ عنه من فساد العمران وخرابه، وذلك مؤذن بانقطاع النّوع البشريّ، وهي الحكمة العامّة المراعية للشّرع في جميع مقاصده الضّروريّة الخمسة من حفظ الدّين والنّفس والعقل والنّسل والمال".[(١)]اهـ

٢/ أنَّ معظم الأمراض النفسية تأثيرًا ناشئة عن القهر والظلم، وحرمان الحقوق، والتّعدي على النفس أو العِرْض؛ كالاكتئاب بأنواعه، والهلع والخوف، والقلق والشكّ ونحوها من الأمراض النفسيّة المؤذنة بتعطيل المصالح الخاصة والعامة.

٣/ أنَّ من أعظم ما يحقق السلامة النفسية؛ هو القيام لله ﷻ بدوام الطاعة، وأداء الحقوق لعباده، ولاريب بأنَّ الظلم بأنواعه من أعظم أسباب

(١) تاريخ ابن خلدون: (١/٣٥٣-٣٥٦).

حرمان تلك السكينة والسلامة النفسية، التي هي في أساسها مقصودة للشارع في تحقيقها.

المطلب الثالث: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع الظلم والقهر

أما ما يتعلق بتوجيهات السنة النبوية في التعامل مع الظلم، فبالنظر في النصوص الواردة في ذلك يمكن تقسيمها إلى أمور:

أولاً: نصوص تحذِّر الظالم من عاقبة الظلم، وأنَّ عقوبة الظلم من العقوبات المعجَّلة في الدنيا قبل الآخرة فمن ذلك:

- عن أبي موسى الأشعري ﷺ أنه قال: قال رسول الله ﷺ: «**إنَّ الله لَيُمْلِي للظالم، فإذا أخذه لم يفلته**»، ثم قرأ: ﴿وَكَذَٰلِكَ أَخْذُ رَبِّكَ إِذَآ أَخَذَ ٱلْقُرَىٰ وَهِىَ ظَالِمَةٌ ۚ إِنَّ أَخْذَهُۥٓ أَلِيمٌ شَدِيدٌ﴾ هُودٍ: ١٠٢[1].
- عن أبي بكرة، قال: قال رسول الله ﷺ: «**ما من ذنب أَجْدرُ أن يعجِّل الله تعالى لصاحبه العقوبة في الدنيا، مع ما يَدَّخِرُ له في الآخرة، مثل البغي، وقطيعة الرحم**»[2].
- ما تقدم من حديث وصية النبي ﷺ لمعاذ بن جبل حين بعثه إلى اليمن مُعلمًا ومرشدًا: «**واتقِ دعوة المظلوم فإنه ليس بينها وبين الله**

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب تفسير القرآن، باب قوله وكذلك أخذ ربك إذا أخذ القرى وهي ظالمة، ٦ / ٧٤، رقم: ٤٦٨٦) ومسلم في "صحيحه" (٨ / ١٩، رقم: ٢٥٨٣)

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" ((كتاب الأدب، باب في النهي عن البغي، ٤ / ٤٢٧، رقم: ٤٩٠٢) والترمذي في "جامعه" (أبواب صفة القيامة، باب، ٤ / ٢٨١، رقم: ٢٥١١) وابن ماجه في "سننه" (أبواب الزهد، باب البغي، ٥ / ٢٩٦، رقم: ٤٢١١) من طريق عيينة بن عبد الرحمن، عن أبيه ، عن أبي بكرة. **وإسناده صحيح**، صححه الترمذي وابن حبان والحاكم.

حجاب»[١].

- وعن جابر بن عبد الله ﷺ أنَّ رسول الله ﷺ قال: «**اتقوا الظلم فإنَّ الظلم ظلماتٌ يوم القيامة...**»[٢] وغيرها من الأدلة الدالة على تحريم هذا الجرم، الذي عدَّه جمع من العلماء أنه من كبائر الذنوب، وكلما كان وقعُ الظُّلم على ذوي الرَّحم الأقرب كانت عاقبته أعظم[٣].

ثانيًا: اللجوء إلى الله تعالى بالأدعية العامة للحفظ، والخاصة في الاستعاذة من الظلم والقهر فمن ذلك:

- ما رواه أنس بن مالك ﷺ أنه كان يسمع النبي ﷺ يكثر من قوله: «**اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، والعجز والكسل، والبخل والجبن، وضلع الدَّين، وغلبة الرجال**»[٤].

قال في عون المعبود: وغلبة الرجال أيّ: قهرُهم وشدَّة تسَلّطهم عليه. والمراد بالرجال الظَّلَمة، أو الدائنون، واستعاذ ﷺ من أن يغلبه الرجال؛ لما في ذلك من الوهن في النفس"اهـ[٥].

- ما رواه أبو سعيد الخدري ﷺ أنَّ النبي ﷺ أوصى أبا أُمامة الأنصاري ﷺ حين

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المظالم، باب الاتقاء والحذر من دعوة المظلوم، ٣ / ١٢٩، رقم: ٢٤٤٨) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب الأمر بالإيمان بالله ورسوله، ١ / ٣٧، رقم: ١٩).

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة، باب تحريم الظلم، ٨ / ١٨، رقم: ٢٥٧٨).

(٣) انظر: الكبائر للذهبي: (١٠٤)، والزواجر عن اقتراف الكبائر لابن حجر الهيتمي: (٢٦٠/١).

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجهاد والسير، باب من غزا بصبي للخدمة، ٤ / ٣٦، رقم: ٢٨٩٣) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحج، باب فضل المدينة ودعاء النبي ﷺ فيها بالبركة، ٤ / ١١٤، رقم: ١٣٦٥).

(٥) "عون المعبود شرح سنن أبي داود: (٢٨١/٤).

رأه مهمومًا أن يقول حين يُصبح ويمسي: «**اللهم إني أعوذ بك من الهَمِّ والحزن، وأعوذ بك من العجز والكسل، وأعوذ بك من الجُبن والبخل، وأعوذ بك من غلبة الدَّين وقهر الرجال**»(١). وقهر الرجال أي: غلبتهم(٢).

ثالثًا: النصوص الواردة في الأخذ على يد الظالمين، وعدم معاونتهم على ظلمهم فمن ذلك:

- ما رواه أنس بن مالك ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: «**انصر أخاك ظالما أو مظلومًا**»، فقال رجل: يا رسول الله، أنصُرُه إذا كان مظلومًا، أفرأيت إذا كان ظالمًا كيف أنصُرُه؟! قال: «**تحْجِزُه أو تمنعه من الظلم، فإنَّ ذلك نصْرُهُ**»(٣).
- وعن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، أنَّ رسول الله ﷺ قال: «**المسلم أخو المسلم لا يظْلِمُه ولا يُسْلِمُه، ومن كان في حاجة أخيه كان الله في حاجته**»(٤).

وفي هذا الحديث دلالة على وجوب نصرة المظلومين من وجهين: أحدهما:

---

(١) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الصلاة، باب في الاستعاذة، ١/ ٥٦٩، رقم: ١٥٥٥) من طريق غسان بن عوف، أنا الجريري، عن أبي نضرة، عن أبي سعيد الخدري ﷺ، **وإسناده ضعيف**؛ لضعف غسان بن عوف المازني "التقريب" (٥٣٩٣). **وله شاهد صحيح** من حديث أنس بن مالك ﷺ مرفوعًا، دون ذكر وصيته لأبي أمامة، أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجهاد والسير، باب من غزا بصبي للخدمة، ٤ / ٣٦، رقم: ٢٨٩٣) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحج، باب فضل المدينة ودعاء النبي ﷺ فيها بالبركة، ٤ / ١١٤، رقم: ١٣٦٥).

(٢) عون المعبود: (٤/ ٢٨٩).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الإكراه، باب يمين الرجل لصاحبه إنه أخوه، ٩ / ٢٢، رقم: ٦٩٥٢).

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المظالم، باب لا يظلم المسلمُ المسلمَ ولا يسلمه، ٣ / ١٢٨، رقم: ٢٤٤٢) ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة، باب تحريم الظلم، ٨ / ١٨، رقم: ٢٥٨٠).

قوله: "لا يُسْلِمه": يقال: أسلم فلانٌ فلانًا إذا ألقاه إلى الهلكة، ولم يحمه من العدو[١]. والثاني: قوله: "ومن كان في حاجة أخيه.." هذا تأكيد على وجوب النُّصرة لمن ظُلِم؛ إذ أنَّ أعظم قضاء الحوائج هو ما كان في رفع الظلم والبغي عن الناس.

رابعًا: التحذير والوعيد من مسالك الظلم وأسبابه؛ وأهمها التفريق والتمييز بين المسلمين[٢] فمن ذلك:

- مارواه المعرو[٣]، قال: رأيتُ على أبي ذرٍ بُردًا، وعلى غلامه بُرْدًا، فقلت: لو أخذت هذا فلبستَه كانت حلة، وأعطيته ثوبًا آخر، فقال: كان بيني وبين رجل كلام، وكانت أمه أعجمية، فنِلْتُ منها، فذكرني إلى النبي ﷺ، فقال لي: «**أسابيْتَ فلانًا**». قلتُ: نعم، قال: «**أفنِلْتَ من أُمِّه**». قلت: نعم، قال: «**إنك امرؤ فيك جاهلية**»[٤].
- عن أبي نضرة[٥]، قال: حدثني من سمع خطبة رسول الله ﷺ في وسط أيام

(١) انظر: النهاية في غريب الحديث: (٢/٣٩٤)، ولسان العرب: (١٢/٢٩٤).

(٢) بل وصل الحال بسبب داء العنصرية العضال إلى استباحة الدماء والأعراض وانتهاكها على أساس عرقي فقط. انظر: الإسلام والعنصرية: (١١٧)، ومقال: (كيف تؤثر العنصرية بشكل وخيم على صحتنا النفسية والجسدية؟) ضمن مجلة نون بوست الإلكترونية.

(٣) هو المعرور بن سويد أبو أمية الأسدي، حدَّث عن ابن مسعود وأبي ذر وجماعة من الصحابة رضي الله عنهم، تابعي ثقة، وقد عُمّر فجاوز المائة، وتوفي سنة بضعٍ وثمانين. انظر: السير: (٤/١٧٤)، وتهذيب التهذيب: (٤/١١٨).

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب المعاصي من أمر الجاهلية ولا يكفر صاحبها، ١ / ١٥، رقم:٣٠) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الْأيمان، باب إطعام المملوك مما يأكل، ٥ / ٩٢، رقم:١٦٦١).

(٥) هو المنذر بن مالك بن قَطَعة أبو نضرة البصري، تابعي أدرك جمعًا من الصحابة؛ كعلي بن أبي طالب، وأبي موسى الأشعري، أبو هريرة y غيرهم. قال ابن سعد: كان ثقة كثير الحديث، وليس كل أحد يحتج به، قيل: مات قبل الحسن. انظر: الطبقات الكبرى: (٧/١٠٨)، وتهذيب التهذيب: (٤/ ١٥٤).

التشريق فقال: «**يا أيها الناس، ألا إنَّ ربكم واحد، وإنَّ أباكم واحد، ألا لا فضل لعربي على عجمي ولا لعجمي على عربي، ولا أحمر على أسود، ولا أسود على أحمر إلا بالتقوى، أبلغتُ؟ " قالوا: بلَّغ رسول الله ﷺ...**»[(١)]. وغيرها من الأحاديث التي بلغت في جملتها حد التواتر.

المطلب الأول: تعريف التشاؤم لغة واصطلاحًا

تعريف التشاؤم لغة:

الشؤم لغة ضد اليُمْن، قال ابن فارس: الشَّأم؛ الشين والهمزة والميم أصلٌ واحد يدل على الجانب اليسار. من ذلك المشْأَمة، وهي خلاف الميمَنة. والشأم: أرض عن مشْأَمة القبلة... ورجل مشْؤوم من الشؤم[(٢)]. وهو مرادف للنَّكد في بعض استعمالاته؛ قال الليث: النَّكد: الشؤم واللؤم، وكل شيء جرَّ على صاحبه شرًّا فهو نَكَد.

ومرادفٌ للطِيَرة عند بعضهم، قالوا: الشؤم هو الشَّر، وتشاءم أيَّ: تطيَّر... والمتشائم هو: المتطيّر[(٣)]. اهـ وسيأتي معنى الطيرة. قال ابن عبدالبر: والشؤم في كلام العرب النَّحس، وكذلك قال أهلُ العلم بتأويلِ القرآنِ في قولِ الله ﷻ: ﴿فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي أَيَّامٍ نَحِسَاتٍ لِنُذِيقَهُمْ عَذَابَ الْخِزْيِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَخْزَىٰ وَهُمْ لَا يُنْصَرُونَ﴾ (فصلت: ١٦) قالوا: مَشائِيمُ[(٤)].

---

(١) أخرجه أحمد في "مسنده" (٣٨/ ٤٧٤، رقم: ٢٣٤٨٩) عن إسماعيل ابن علية، حدثنا سعيد بن إياس الجريري، عن أبي نضرة المنذر بن مالك، الحديث **وإسناده صحيح**.

(٢) مقاييس اللغة: (٣/ ٢٣٩).

(٣) انظر: تهذيب اللغة: (٢٩٩/١١)، ولسان العرب: (٣١٤/١٢)، وتاج العروس: (٤٤٥/٣٢). مادة: شأم.

(٤) التمهيد: (٤٢٣/٦).

الشؤم اصطلاحًا:

وأما تعريف الشؤم عند علماء الشريعة فقد جاء على معانٍ متقاربة منها:

- أنَّ الشؤم: اعتقاد وصول المكروه إليك بسبب يتصل بك من ملك أو خلطة وتتشاءم بها[١].
- وقيل معناه: عدُّ الشيء مشؤومًا، أي: يكون وجودُه سببًا في وجود ما يُحْزن ويَضُر[٢].

ويستعملُ كثر من علماء الشريعة واللغة -كما تقدم- الطِيَرة على معنى التشاؤم وهذا كثيرٌ في كلامهم، قال النووي: والتَّطير: التشاؤم، وأصلُهُ الشيءُ المكروه من قول، أو فعل، أو مرئي[٣]. اهـ وقال الحافظ ابن حجر: والطيرة والشؤم بمعنى واحد[٤].

والطيرة: مصدر طائر، وأصله عند العرب الحظُّ والبَخْت. وهو التشاؤم، وقيل للشؤم طائرٌ وطَيْرٌ وطِيَرة؛ لأنَّ العرب كان من شأنها عيافة الطير وزجرها، والتَّطير ببارحها ونعيق غرابها وأخذها ذات اليسار إذا أثاروها، فسَمَّوا الشؤم طيرًا وطائرًا وطِيَرة؛ لتشاؤمهم بها[٥].

وهذا كله من حيث أصل الوضع اللغوي، وإلا فلا أعلم خلافًا بين العلماء أنَّ التشاؤم والتَّطير لا يقتصر على زجر الطير، أو توهم الشّر بجهة الشمال مثلاً، بل يشمل ذلك توهم حصول الشَّر بالمرئي أو المسموع

---

(١) انظر: المسالك في شرح موطأ الإمام مالك: (٥٤٣/٧)، وعارضة الأحوذي: (١٠/ ٢٦٤).

(٢) انظر: التحرير والتنوير لابن عاشور: (٦٦/٩).

(٣) شرح النووي على مسلم: (٢١٨/١٤).

(٤) فتح الباري: (٦١/٦).

(٥) انظر: لسان العرب: (٥١٢/٤).

أو القول أو الفعل[1].

التشاؤم عند الأطباء:

وأما التشاؤم والشؤم فله ارتباط وثيق بالحالة النفسية للإنسان، لذا لم تخلُ كتب الطبّ النفسي الحديث من دراسة هذه الحالة؛ لارتباطها بالأعراض الجانبية لكثير من الأمراض النفسية؛ كالاكتئاب، والقلق، وغلبة الحزن والهمّ، وفرط الشَّك وغيرها.

وتُعرف حالة الشؤم عند بعض الأطباء بـ" التحيّز النفسي". ويمكن تعريف الشؤم بأنه: ميل الفرد إلى توقع الأسوأ في المواقف الحياتية المختلفة، أو التركيز على الجوانب السلبية بشكل مفرط[2].

المطلب الثاني: توجيهات السُّنة النبوية في علاج التشاؤم

حرص الإسلام على تجفيف منابع الجاهلية، وَوَأْدِ عادتها وتقاليدها المؤثرة على صحة اعتقادها، لذا فقد تضافرت نصوص الكتاب والسُّنة على إبطال ما كانت العرب متمسكة به في جاهليتها من الطيرة والتشاؤم بالأشهر، والسَّوانح والبوارح[3]، وجعل هذه الأمور حكمًا للعزم أو الترك من أفعالها، واستعاض عنها بالفأل الحسن، والاستخارة، وحسن الاستشارة، مقرون ذلك كله بصدق التوكل على الله ﷻ وحسن الظَّن به.

---

(١) انظر: شرح النووي على مسلم: (٢١٨/١٤)، مجموع الفتاوى لابن تيمية: (٢٣/٤١).

(٢) انظر: التفاؤل والتشاؤم للدكتور: بدر الأنصاري (١١) وما بعدها. والصلابة النفسية وعلاقتها بالتفاؤل للدكتور: خالد الطيار (٢٦).

(٣) السوانح والبوارح: جمع سانح وهو ما يأتي من جهة اليمين، والبارح ماجاء من جهة اليسار من طير أو حيوان أو نحوه. وكانت العرب تتشائم بالسوانح، وتتفاءل بالبوارح. وقيل: العكس. انظر: العين: (١٤٥/٣)، التقفية في اللغة للبندنيجي: (٢٨٨) والمخصص: (١٩/٤، والمحكم: (٢٠١/٣).

قال الله تعالى حكاية عن قوم نبي الله صالح عليه السلام: ﴿قَالُوا اطَّيَّرْنَا بِكَ وَبِمَن مَّعَكَ ۚ قَالَ طَائِرُكُمْ عِندَ اللَّهِ ۖ بَلْ أَنتُمْ قَوْمٌ تُفْتَنُونَ﴾ قال ابن كثير: " أيّ خيرًا وذلك أنهم – لشقائهم – كان لا يصيبُ أحدًا منهم سوءٌ إلا قال: هذا من قِبَل صالح وأصحابه"اهـ(١).

وقال تعالى عن أهل القرية التي بعث فيهم الرسل: ﴿قَالُوا إِنَّا تَطَيَّرْنَا بِكُمْ ۖ لَئِن لَّمْ تَنتَهُوا لَنَرْجُمَنَّكُمْ وَلَيَمَسَّنَّكُم مِّنَّا عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾ قال الزمخشري: "أي: ونفرتْ منه نفوسهم، وعادة الجُهَّال؛ أن يتيَمّنوا بكل شيء مالوا إليه واشتهوه، وآثرُوه وقبلَتهُ طباعِهُمُ، ويتشاءموا بما نفروا عنه وكرهوه، فإن أصابهم نعمةٌ أو بلاء قالوا ببركة هذا وبشؤم هذا، كما حكى الله عن القبط: ﴿وَإِن تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَطَّيَّرُوا بِمُوسَىٰ وَمَن مَّعَهُ﴾وعن مشركي مكة: ﴿وَإِن تُصِبْهُمْ حَسَنَةٌ يَقُولُوا هَٰذِهِ مِنْ عِندِ اللَّهِ ۖ وَإِن تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَقُولُوا هَٰذِهِ مِنْ عِندِكَ﴾اهـ(٢). ونحوها من الآيات.

وأما توجيهات السُّنة النبوية في علاج التشاؤم والشؤم فمن خلال ما يلي:

– **أولاً:** تقرير حقيقة عدم النفع والضرر لما كانت العرب تتعلق به من الأشهر أو الطير أو الحيوان، وأنه لا عدوى(٣) ولا هامة(٤) ولا نفع ولا

(١) تفسير ابن كثير: (١٩٨/٦).

(٢) الكشاف: (٩/٤).

(٣) العدوى: اسم من الإعداء، وهو أن يصيبَهُ مثلُ ما بصاحب الداء. وقد أبطل الإسلام ذلك ونفاه؛ لأنهم كانوا يظنون أن المرض يُعدي بنفسه، ويؤثر على الصحيح بنفسه، فأعلمهم النبي ﷺ أنَّ ذلك بتقدير الله. ولهذا قال في بعض الأحاديث: «فمن أعدى البعير الأول؟ » أي من أين صار فيه الجرب؟. انظر: النهاية في غريب الحديث: (١٩٢/٣).

(٤) الهامة: الرأس، واسم طائر. وهو المراد في الحديث. وذلك أنهم كانوا يتشاءمون بها. وهي من طير الليل. "انظر" غريب الحديث لابن الجوزي: (٥٠١/٢)، والنهاية لابن الأثير: (٢٨٣/٥)

ضرر حقيقي فيها، وربط النفع والضرر بمقدر الأقدار ﷻ وهذا له شائبة خطرة في الاعتقاد حين يعتقد المرء أنه لهذه الأشياء تأثير بنفسها.

فعن أبي هريرة ﷺ أنَّ رسول الله ﷺ قال: «**لا عدوى ولا هامة ولا نوْء**[1] **ولا صَفَر**[2]»[3].

وعن جابر ﷺ يرفعه: «**لا عدوى ولا طيرة ولا غُوْل**[4]»[5].

- **ثانيًا:** قطع أسباب الشؤم والتشاؤم، وذلك بتغيير ما تنفر منه النفوس من مسميات الأشخاص والأشياء، إذ أقرَّ الشارع بتأثير تلك المسميات على بعض النفوس، فاستحسن جميل الأسماء، ونفَّر عن قبيحها، فعن أبي هريرة ﷺ قال: قال النبي ﷺ: "لا طِيَرة وخيرها الفأل"، قال: وما الفأل يا رسول الله؟ قال: "الكلمة الصالحة يسمعها أحدكم". وفي لفظ: «**وأحبُّ الفأل الصالح**». بل كان

(١) النوء: قال أبو عبيد في غريبه: (٣٢١/١) "وأما الأنواء فإنها ثمانية وعشرون نجمًا، معروفة المطالع في أزمنة السَّنة كلها. . . فكانت العرب في الجاهلية إذا سقط منها نجم وطلع آخر قالوا: لا بد أن يكون عند ذلك مطر ورياح، فينسبون كل غيث يكون عند ذلك إلى ذلك النجم الذي يسقط حينئذ فيقولون: مطرنا بنوء الثريا. . . "اهـ

(٢) صفر: قيل هي حية يقال لها الصَّفر، تصيب الإنسان إذا جاع وتؤذيه، وأنها تُعدي، فأبطل الإسلام ذلك. وقيل: هو تأخير المحرم إلى صفر، وكانوا في الجاهلية يفعلونه، فأبطله الإسلام، وقيل: هو الشهر نفسه حيث يتشائم به بعض العرب. انظر: غريب الحديث لابن الجوزي: (٥٩٢/١)، والنهاية لابن الأثير: (٥٣/٣).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الطب – باب لا هامة، ٧ / ١٣٥، رقم: ٥٧٥٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب لا عدوى، ٧ / ٣٠، رقم: ٢٢٢٠).

(٤) قال ابن الأثير: الغول: أحد الغيلان، وهي جنس من الجن والشياطين، كانت العرب تزعم أنَّ الغول في الفلاة تتراءى للناس فتتغول تغولا: أي تتلون تلونًا في صور شتى، وتضلهم عن الطريق،. النهاية في غريب الحديث: (٣٩٦/٣).

(٥) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب لا عدوى، ٧ / ٣٢، رقم: ٢٢٢٢).

ﷺ يتحرَّى حسن الأسماء على الأشخاص والبقاع، فعن عائشة رضي الله عنها قالت: «**كان النبي ﷺ يغيّر الاسم القبيح**»(١). كما: «**غَيَّرَ اسْمَ عَاصِيَةَ وَقَالَ: أَنْتِ جَمِيلَةُ**»(٢)، وحزن إلى سهل. ولكنه أبى عليه حزن وقال: ما أنا بمُغيرٍ اسماً سمانيه أبي، قال: فقال حفيده ابنُ المُسَيَّب: فما زالت فينا الحُزُوْنَةُ بعدُ(٣). قال أبو داود: "وغيّر النبي ﷺ اسم العاص، وعزيز، وعتلة، وشيطان، والحكم، وغراب، وحباب، وشهاب، فسماه هشامًا، وسمى حربًا سِلْمًا، وسمى المضطجع المنْبَعَث، وأرضًا تسمى عفْرة سمَّاها خضرة، وشعب الضَّلالة، سماه شعب الهدى، وبنو الزِّنْيَة، سماهم بني الرِّشْدَة، وسمى بني مُغْوِية، بني رِشْدَة»(٤).

- **ثالثًا:** العزم على المضي وعدم الركون لأسباب الشؤم، وهذا فيه بيان حزم الشارع في النهي عن تعاطي هذه الأمور والركون إليها فمن ذلك؛ ماورواه ابن مسعود رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «**الطِيَرة شرك، الطِيَرة**

(١) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب الأدب، باب ما جاء في تغيير الأسماء، ٤/ ٥٢٣٤، رقم: ٢٨٣٩) وأبو يعلى في "مسنده" (٨ / ٤٢، رقم: ٤٥٥٦) من طريق هشام بن عروة ، عن أبيه ، عن عائشة رضي الله عنها، رجاله ثقات، ولكنه مرسل، كما جزم بذلك الدارقطني وغيره. "العلل" (١٤ / ١٩٣).

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الآداب، باب استحباب تغيير الاسم القبيح إلى حسن، ٦ / ١٧٢، رقم: ٢١٣٩).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب اسم الحزن، ٨ / ٤٣، رقم: ٦١٩٠، و٦١٩٣).

(٤) السنن: (١١٤/٥). قال ابن القيم: "وهذا باب عجيبٌ من أبواب الدِّين، وهو العدول عن الاسم الذي تستقبحه العقول، وتنفر منه النفوس، إلى الاسم الذي هو أحسن منه، والنفوس إليه أمْيَل، وكان النبي ﷺ شديد الاعتناء بذلك". تحفة المولود: (٥٢).

شرك، ولكن الله يذهبه بالتَّوكل»[1]. وعن عروة بن عامر القرشي، قال: ذُكرت الطيرة عند النبي ﷺ، فقال: «**أحسَنُها الفأل، ولا ترد مسلمًا، فإذا رأى أحدكم من ذلك ما يكره، فليقل: اللهم لا يأتي بالحسنات إلا أنت، ولا يدفع السيئات إلا أنت، ولا حول ولا قوة إلا بك**»[2]. وعن حارثة بن النعمان قال: قال رسول الله ﷺ: «**ثلاث لازماتٌ أُمتي: الطِّيَرَةُ، وَالْحَسَدُ، وَسُوءُ الظَّنِّ**»، قال الرجل: يا رسول الله، فما يذهبهنَّ عمن هنَّ فيه؟ قال: «**إذا ظننتَ فلا تُحقّق، وإذا حسَدْت فاستغفر، وإذا تطيّرت فامْضِ**»[3]. وفيه رواية: «**وإذا حسَدت فلا تبغِ**»[4].

---

(١) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الكهانة والتطير، باب في الطيرة، ٤ / ٢٤، رقم: ٣٩١٠) والترمذي في "جامعه" (أبواب السير، باب ما جاء في الطيرة، ٣ / ٢٥٨، رقم: ١٦١٤) وابن ماجه في "سننه" (أبواب الطب، باب من كان يعجبه الفأل ويكره الطيرة، ٤ / ٥٦٠، رقم: ٣٥٣٨) وأحمد في "مسنده" (٧ / ٢٥٠، رقم: ٤١٩٤) – **واللفظ له**–، من طريق سلمة بن كهيل، عن عيسى بن عاصم، عن زر بن حبيش، عن عبد الله، **وإسناده صحيح**.

(٢) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الكهانة والتطير، باب في الطيرة، ٤ / ٢٧، رقم: ٣٩١٩) وابن أبي شيبة في "مصنفه" (١٣ / ٤٤٧، رقم: ٢٦٩٢٠) والبيهقي في "سننه الكبير" (٨ / ١٣٩، رقم: ١٦٦١٧) من طريقين عن حبيب بن أبي ثابت وهو: كثير التدليس والإرسال. "التقريب" (١٠٩٢) و"تعريف أهل التقديس" (١ / ١٣٢)، وقد عنعن، **ورواية عروة بن عامر** القرشي عن النبي ﷺ في الطيرة **مرسلةٌ** كما نص عليه المِزي في "تهذيب الكمال" (٢٠ / ٢٦).

(٣) أخرجه ابن أبي عاصم في "الآحاد والمثاني" (٤/ ١٧، رقم: ١٩٦٢) والطبراني في "المعجم الكبير" (٣/ ٢٢٨، رقم: ٣٢٢٧) وغيرهما من طريق إسماعيل بن قيس الأنصاري، حدثني عبد الرحمن بن محمد بن أبي الرجال، عن أبيه، عن جده حارثة بن النعمان ﷺ، **وإسناده ضعيف**؛ لأن إسماعيل بن قيس الأنصاري: منكر الحديث. "لسان الميزان" (٢ / ١٦٠).

(٤) التمهيد لابن عبد البر: (١١٣/٤).

وعن عبد الله بن عمرو بن العاص، عن رسول الله ﷺ قال: «**من رجعَتْهُ الطيرة من حاجة فقد أشرك**» قال: وما كفارة ذلك يا نبي الله؟ قال: «**أنْ يقول أحدهم: اللهم لا طيْر إلا طيرك، ولا خير إلا خيرك، ولا إله غيرك، ثم يمضي لحاجته**»[(١)]. وإن كان بعض أسانيد هذه الأخبار لاتخلو من مقال، إلا أنها بمجموعها تدل على كراهة الركون للتَّطير.

– **رابعًا:** لم يكتفِ الشارع الحكيم بسَدِّ أبواب التَّطير بالأدلة النقلية، بل عَضَدَ ذلك بالأدلة العقلية حتى يُتَمَّ الحجة ويقطع المحجَّة، فعن أبي هريرة ﷺ قال: إنَّ رسول الله ﷺ قال: «**لا عدوى ولا صفر ولا هامة**» فقال أعرابي: يا رسول الله، فما بال إبلي تكون في الرَّمل كأنها الظِّبَاء، فيأتي البعير الأجرب فيدخل بينها فيجربها؟ فقال: «**فمن أعدى الأول؟**»[(٢)]. إشارة منه ﷺ أنَّ مقدر الأمر الأول هو الله ﷻ، وليس العدوى بذاتها. قال ابن حجر: "وهو جواب في غاية البلاغة والرشاقة. وحاصله: من أين الجربُ للذي أعدى بزعمهم؟ فإن أجيب من بعير آخر؛ لزم التسلسل أو سبب آخر فليفصح به. فإن أُجيب: بأنَّ الذي فعله في الأول هو الذي فعله في الثاني ثبت المدعى، وهو أنَّ الذي فعل بالجميع ذلك هو الخالق القادر على كل شيء وهو الله ﷻ"[(٣)].

---

(١) أخرجه أحمد في "مسنده" (١١/ ٦٢٣، رقم: ٧٠٤٥) والطبراني في "الكبير" (١٤ / ٣٥، رقم: ١٤٦٢٢) من طريق ابن لهيعة، أخبرنا ابن هبيرة، عن أبي عبد الرحمن الحبلي، عن عبد الله بن عمرو ﷺ، **وإسناده لين**، قال الهيثمي: "فيه ابن لهيعة وحديثه حسن وفيه ضعف وبقية رجاله ثقات". "مجمع الزوائد" (٥ / ١٠٥).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الطب – باب لا هامة، ٧ / ١٣٥، رقم: ٥٧٥٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب لا عدوى، ٧ / ٣٠، رقم: ٢٢٢٠).

(٣) فتح الباري: (١٠/٢٤٢).

المطلب الأول: تعريف الحزن والكآبة لغة واصطلاحًا

تعريف الحزن لغة واصطلاحًا:

للعرب في الحُزن لغتان؛ الفتح والضم: فإذا فتَحوا ثقّلوا، وإذا ضَمُّوا خفّفوا؛ يقال: أصابه حَزَنٌ شديدٌ، وحُزْنٌ شديد.

ويطلق الحُزْن (بالضم) في لسان العرب على معانٍ متقاربة، لاتخلو من الاشتراك في بعض مدلولاتها: فقيل: الحُزن خلاف السُّرور، وحَزِنَ الرَّجلُ بالكسر فهو حَزِنٌ وحزين. وقيل: الحُزن هو الهمُّ. وقال ابن فارس: "الحاء والزاء والنون أصلٌ واحد، وهو خشونة الشيء وشدَّةٌ فيه فمن ذلك الحَزْن؛ وهو ما غلظ من الأرض. والحُزْن معروف"(١).

وأما الحزن في الاصطلاح:

فقيل: هو ألم القلب على فراق المحبوب. وقيل: هو عبارة عمّا يحصل في القلب من ألم لوقوع مكروه، أو فوات محبوب في الماضي. (٢) ويقيده أهل اللغة بالحزن على ما مضى؛ احترازًا من الهمَّ فإنه ألم القلب وانشغاله على ما يستقبل من الأمور كما تقدم.

وأما الحزن عند الأطباء:

فهو انفعالٌ نفسي طبيعي قصير الأمد، ناتج عن فقدان شيء مرغوب، يشعر معه الحزين بالألم والأسى. وفي حال استمراره فإنه يخرج من دائرة الانفعال الطبيعي إلى الانفعال المرضي وهو الاكتئاب، (٣) وقد يصاحب تلك المرحلة بعض التصرفات المؤذية للمريض كشق الجيب، ولطم الخد، أو أذية الجسد بالآلات الحادة وهو مايُعرف بالجزع.

---

(١) انظر: مقاييس اللغة: (٥٤/٢)، وتهذيب اللغة: (٢١١/٤)، ولسان العرب: (١١٢/١٣).

(٢) انظر: التعريفات: (٨٦)، والتوقيف على مهمات التعاريف: (١٣٩).

(٣) انظر: معجم المصطلحات الطب النفسي: (١٦٢)، والطب النفسي والقرآن: (٩١).

تعريف الكآبة لغة واصطلاحًا:

الكآبة لغة: من كَئِبَ كَأْبَةً وكَآبَةً، فهو كَئِيْبٌ ومُكْتَئِبٌ. وأكْأَبَ الرَّجُلُ: صارَ إلى الكَآبَةِ والحُزْنِ. وهو سوء الهيئة والانكسار من الحزن خاصة.

فالكآبة عند أهل اللسان هي: شدَّة الحزن ومآله. وهنا تعبير لطيف في قولهم: "سوء الهيئة" وهذا حق ومشاهد، فللكآبة تأثير على هيئة الإنسان، وعلى حالته الجسدية والنفسية والمزاجية بشكل ظاهر، ولايظهر ذلك في مراحل الحُزن الأولى غالبًا(١).

الكآبة في الاصطلاح:

يتفق علماء الشريعة مع أهل اللغة في تعريف الكآبة؛ فيرون أنَّ الكآبة هي أثر الحزن البادي على الوجه، ومن ثمَّ يقال: عليه كآبة، ولايقال: عليه حزن(٢).

الكآبة عند أهل الطب:

وكذا يوافق تعريف "الاكتئاب" عند أهل الطبّ؛ حيث يجعلون الكآبة من أشدِّ مراحل الحُزن وأعلى مراتبه؛ فقد جاء في الموقع الرسمي لوزارة الصحة في المملكة العربية السعودية –سدَّد الله جهودهم– ما نصه: "الاكتئاب: هو اضطراب المزاج الذي يسبب شعورًا متواصلًا بالحزن، وفقدان المتعة والاهتمام بالأمور المعتادة ونقص التركيز، وقد يكون مصحوبًا بالشعور بالذنب وعدم الأهمية ونقص تقدير الذات.... وقد يسبب الشعورَ باليأس من الحياة، والتفكيرَ في الانتحار وربما الإقدام عليه في الحالات المتقدمة"(٣).

---

(١) انظر: العين: (٤١٨/٥)، والمحيط في اللغة: (٣٤٤/٦).

(٢) انظر: معالم السنن للخطابي: (٢٥٨/٢)، وغريب الحديث لابن الجوزي: (٢٧٧/٢)، والنهاية في غريب الحديث لابن الأثير: (١٣٧/٤)، ومطالع الأنوار: (٣٢٥/٣).

(٣) الموقع الرسمي لوزارة الصحة السعودية: https://n9. cl/b6p7c، وانظر: كتاب "الاكتئاب اضطراب العصر الحديث" للدكتور: عبدالستار إبراهيم: (١٧).

المطلب الثاني: الفرق بين الحزن والاكتئاب

من خلال ماتقدّم من التعريفات لمعنى الحزن والكآبة؛ تبين أنَّ علماء الشريعة واللغة والطبَّ قد فرَّقوا بين الحزن والاكتئاب وذلك كما يلي:

عند أهل الشريعة واللغة:

أنَّ الكآبة أثرُ الحزن، وأحد مراحله المتأخرة التي تبدو دلالاته على الوجه، إذ الحزن لايرى، ولكن دلالته على الوجه، وتلك الدَّلالات تسمى كآبة، ولا تظهر دلالات الحزن على الوجه إلا إذا اشتدَّ الألم(١).

وأما عند أهل الطبّ: فينظرون إلى الكآبة على أنها حالة مرضية تختلف اختلافًا كبيرًا عن حالة الحزن الطبيعية، إذ لحالة الاكتئاب أنواعه وأعراضه التي تختلف عن الحزن، ومن أبرز الفروق بين الحزن والاكتئاب مايلي(٢):

الحزن	الاكتئاب
ردة فعل طبيعية لفوات المطلوب	حالة مرضية
الشعور بالحزن يكون مؤقتًا، ويستطيع الشخص الاستمتاع بالأمور والتطلع للمستقبل	يستمر الشعور بالحزن، ولا يستطيع الشخص الاستمتاع ولا التفكير في المستقبل بإيجابية
لا يزال الشخص محتفظًا بثقته بنفسه	الشعور بالدونية أمر شائع في هذه المرحلة
الحزن عبارة مشاعر وجدانية	الاكتئاب مرض عقلي

(١) انظر: الفروق في اللغة: (٢٦٧)، والمجموع المغيث في غريبي القرآن والحديث، لأبي موسى المديني: (٣/٣).

(٢) انظر: الموقع الرسمي لوزارة الصحة السعودية: https://n9. cl/b6p7c، والاكتئاب أسبابه وعلاجه في القديم والحديث، للدكتور: عبدالباسط السيد: (٧٣).

ومن خلال ما تقدَّم يمكن ملاحظة أنَّ الحزن حالة طبيعية للإنسان، لابد وأنَّ تمر عليه بسبب مكدرات الحياة ومنغصاتها، وهذه سنة الله ﷻ في جميع خلقه، وأنَّ الحزن إذا أخذ بالاستمرار وأصبح مؤثرًا على صحة الشخص الجسدية والعقلية والعاطفية؛ فإنه يأخذ منحى الحزن المرضي وهو الاكتئاب.

المطلب الثالث: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع الاكتئاب والحزن

لما كان الحزن والاكتئاب من سمات النفس البشرية الظاهرة والعامة، فقد جاء الشرح المطهّر بأسباب ووسائل الحماية والعلاج من هذا الداء فمن ذلك:

١/ الاستعاذة بالله ﷻ من داء الحزن، والمواظبة على الأذكار العامة التي تشتمل على الاعتصام بالله ﷻ من ذلك.

- فعن أنس ﷺ قال: كنتُ أسمع النبي ﷺ يُكثر أن يقول: «**اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، والعجز والكسل، والبخل والجُبْن، وضلع الدَّين وغلبة الرجال**»(١).
- وعن ابن مسعود ﷺ قال: قال ﷺ: «**ما قال عبدٌ قطُّ، إذا أصابه هم أو حزن: اللهم إني عبدك ابن عبدك ابن أمتك، ناصيتي بيدك، ماضٍ فيَّ حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك، سميْت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحدًا من خلقك، أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور بصري، وجلاء حزني، وذهاب همي،**

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجهاد والسير، باب من غزا بصبي للخدمة، ٤ / ٣٦، رقم: ٢٨٩٣) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحج، باب فضل المدينة ودعاء النبي ﷺ فيها بالبركة، ٤ / ١١٤، رقم: ١٣٦٥).

إلا أذهب الله همَّه وأبدله مكان حزنِه فرحًا»[1]. قال ابن القيم: "و النبيّ ﷺ جعل الحزن مما يستعاذ منه؛ وذلك لأنَّ الحزن يُضعِف القلب، ويُوهِن العزم، ويغيّر الإرادة؛ ولا شيء أحبُّ إلى الشيطان من حزن المؤمن"[2].

٢/ استحضار حقيقة الإيمان بالقضاء والقدر؛ وتدبر النصوص الواردة في ذلك، إذ أنَّ أغلب حالات الحزن والاكتئاب ناشئة عن فوات مطلوب، أو حصول مكروه. قال تعالى: ﴿مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذۡنِ ٱللَّهِۗ وَمَن يُؤۡمِنۢ بِٱللَّهِ يَهۡدِ قَلۡبَهُۥۚ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَيۡءٍ عَلِيمٞ﴾ التغابن: (١١). وفي الحديث: **«وأعلم أنَّ ما أخطأك لم يكن ليصيبك، وما أصابك لم يكن ليخطئك»**، وقال ﷺ: **«... وأعلم أنَّ الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء، لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصُّحف»**[3]. وقال ﷺ: **«وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أنّي فعلت كان كذا وكذا، ولكن قُل: قدر الله وما شاء فعل فإنَّ لو تفتح عمل الشيطان»**[4][5].

٣/ استحضار ما أعدَّ الله للصابرين على ما يصيبهم من حزن أو همٍّ؛ فعن

---

(١) أخرجه أحمد في "مسنده" (٧ / ٣٤١، رقم: ٤٣١٨) وابن أبي شيبة في "مصنفه" (١٥ / ١٦٠، رقم: ٢٩٩٣٠) وغيرهما من طريقين عن القاسم بن عبد الرحمن، عن أبيه، عن عبد الله، وإسناده صحيح، وقد صححه ابن حبان والحاكم والهيثمي في "مجمع الزوائد" (١٠ / ١٨٦).

(٢) طريق الهجرتين: (٦٠٧/٢).

(٣) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب صفة القيامة، باب، ٤ / ٢٨٤، رقم: ٢٥١٦) وأحمد في "مسنده" (٢ / ٦٤٨، رقم: ٢٧١٣) وغيرهما من طرق عن قيس بن الحجاج، عن حنش الصنعاني، عن ابن عباس. **وإسناده حسن**؛ قيس بن الحجاج الكلاعي: صدوق. "التقريب" (٥٦٠٣)، وقال الترمذي: حسن صحيح.

(٤) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب القدر، باب فِي الْأمر بالقوة وترك العجز، ٨ / ٥٦، رقم: ٢٦٦٤).

(٥) طريق الهجرتين: (٦٠٧/٢).

أبي سعيد الخدري وعن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ قال: «**ما يصيبُ المسلم من نَصَبٍ ولا وَصَبٍ ولا هَمٍ ولا حَزَن ولا أذى ولا غمٍّ، حتى الشّوكة يُشَاكُها، إلا كفَّرَ الله بها من خطاياه**»(١).

٤/ التَّخلص من مسببات الحزن، وسدَّ مداخله على الإنسان بحسب الجهد والاستطاعة؛ ومن مسبباته: البعد والغفلة عن الله ﷻ، وهو من أعظم أسبابه. والعجز عن وفاء الخلق حقوقهم المادية أو المعنوية، وقد استعاذ النبي ﷺ من الدِّين؛ فهو همٌّ في الليل وذلٌ في النهار، ومن أسبابه: التَّعرض لأذية الناس له، وجرأتهم عليه، واستنقاصهم من قدره لعموم قوله ﷺ: «**لا ينبغي للمؤمن أن يُذل نفسه**»(٢).

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المرضى، باب ما جاء في كفارة المرض، ٧ / ١١٤، رقم: ٥٦٤١) ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة، باب ثواب المؤمن فيما يصيبه من مرض أو حزن، ٨ / ١٦، رقم: ٢٥٧٣).

(٢) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب الفتن، باب، ٤ / ١٠٥، رقم: ٢٢٥٤) وابن ماجه في "سننه" (أبواب الفتن، باب قوله تعالى: يا أيها الذين آمنوا عليكم أنفسكم، ٥ / ١٤٨، رقم: ٤٠١٦) من طريق عمرو بن عاصم عن حماد بن سلمة، عن علي بن زيد، عن الحسن البصري، عن جندب، عن حذيفة، وإسناده ضعيف؛ قال أبو حاتم: "قد زاد عمرو بن عاصم في الإسناد جندب، وليس بمحفوظ" وقال: "هذا حديث منكر". "العلل" (٥ / ١٨٧)، وقال ابن عدي: "هذا الحديث يعرف بعمرو بن عاصم، عن حماد بن سلمة سرقه منه عمر بن موسى أبي الكديمي". "الكامل" (٦ / ١٠٩). وعلي بن زيد بن جدعان: ضعيف. "التقريب" (٤٧٦٨). والحسن البصري مدلس وقد عنعن. قال المباركفوري: "في سنده علي بن زيد وهو ضعيف وإنما حسن حديثه الترمذي لأنه صدوق عنده". "تحفة الأحوذي" (٣ / ٢٤٣). ولعل الترمذي حسّنه لشواهده، ومنها: حديث ابن عمر ﷺ، أخرجه الطبراني في "الكبير" (١٢ / ٤٠٨، رقم: ١٣٥٠٧) وفي "الأوسط" (٥ / ٢٩٤، رقم: ٥٣٥٧) من طريق شبابة بن سوار، حدثنا ورقاء بن عمر، عن ابن أبي نجيح ، عن مجاهد ، عن ابن عمر ، قال : قال رسول الله ﷺ: «لا ينبغي لمؤمن أن يذل نفسه»، قيل : يا رسول الله ، وكيف يذل نفسه ؟ قال : =

٥/ تناول بعض الأطعمة التي أوصى بها النبي ﷺ ممَّا لها تأثير على زوال الحزن أو التخفيف منه كالتَّلبينة[١]؛ فعن عائشة رضي الله عنها قالت: سمعتُ رسول الله ﷺ يقول: «**التَّلبينة مَجمَّة لفؤاد المريض، تَذهبُ ببعض الحزن**»[٢]. ومَجمَّة: يروى بوجهين؛ بفتح الميم والجيم، وبضم الميم، وكسر الجيم، والأول أشهر[٣]. قال القرطبي: "ومعناه أنَّها تقوِّيه وتُنشطه، وذلك أنها غذاء فيه لطافةٌ سهل التناول على المريض، فإذا استعمله المريض اندفع عنه الحرارة الجوعيَّة، وحصلت له القوة الغذائية من غير مشقَّة تلحقه فيسرى عنه بعض ما كان فيه، ونشط، وذهب عنه الضيق والحزن الذي كان يجده... "[٤].

المطلب الأول: مفهوم احتقار الذات

ويُعرف احتقار الذات بأنه:

شعور ضعف وعجز ينتاب الإنسان، يُشْعره بأنه عديم القيمة في نفسه مقارنة بغيره، يحمله هذا الشعور على العزلة وكره الذات وتكرار لومها، أو إلحاق الضرر الجسدي بإرادة كاملة، كنوعٍ من العقاب للنفس. ويسميه بعض الأطباء: بالنقد

=

«أن يتعرض من البلاء لما لا يطيق». قال ابن حجر: "رواته موثقون إلا عبد الكريم وهو أبو أمية بن أبي المخارق فإنه ضعيف وله شاهد". "الأمالي المطلقة" (١٦٨).

(١) قال الأصمعي: حساء يعمل من دقيق أو من نخالة، ويجعل فيها عسل؛ سميت تلبينة تشبيها لها باللبن، لبياضها ورقتها. انظر: تهذيب اللغة: (٢٦٢/١٥)، والنهاية في غريب الحديث: (٢٢٩/٤).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأطعمة، باب التلبينة، ٧ / ٧٥، رقم: ٥٤١٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب التلبينة مجمة لفؤاد المريض، ٧ / ٢٦، رقم: ٢٢١٦).

(٣) انظر: الطب النبوي لابن القيم: (٩٠).

(٤) المفهم: (٦٠٧/٥).

المرضي، أو جلد الذات وغيرها من التسميات التي تعارف عليها أهل الاختصاص[١]. ويشتد الأمر خطورة حين يستمتع المريض بهذا الحال، ويصبح من الأمور الاعتيادية لديه.

أسبابه:

ويرجع هذا النوع من الأمراض النفسيَّة إلى عدة أسباب منها:

١/ عدم إدراك الإنسان لسنن الله الكونية في قضائه وقدره؛ فيجعل ذلك الإنسان سعادته وراحته منوطة بتحقيق رغباته وأمنياته في الوقت الذي يرغب به، وإذا ماتأخرت هذه الأمنيات لحكمة إلهية؛ فإنَّه يوجه اتهامه للنفس بالفشل والقصور، وندب الحظ وفقدان الأمل. ولاشك أنَّ هذه هو المدخل الأعظم للشيطان ليصل بابن آدم إلى عتبات اليأس والقنوط من رحمة الله وفضله.

٢/ إقناع الإنسان نفسه بالمثالية الزائفة التي لاحقيقة لها في الواقع؛ حيث يقنع الإنسان نفسه بأنه لابد أن يكون النجاح والتوفيق مصاحبًا له في كل قراراته الحياتية، وأنه إذا قُدّر عليه الفشل في أمره من أموره؛ فإنه يدل على عجزه وأمارة على حظّه العاثر.

٣/ الغفلة عن حقيقة معاني أسماء الله الحسنى؛ كالحكيم والخبير واللطيف والعليم وغيرها من جليل الأسماء التي تحمل فائق معاني الرحمة والسكينة والطمأنينة لمن تدبر معانيها.

٤/ تعرض الإنسان لبعض الأمراض النفسية؛ كالاكتئاب والحزن وفقدان الأمل بالحياة، مما يجعل النفس هشّة أمام عقبات الحياة وأكدارها.

---

(١) انظر: تعزيز الذات، لرانجيت سينج: (٢٠٣)، بحث الدكتورة: جيهان أحمد حمزة، (الشفقة بالذات كمتغير معدل للعالقة بين النقد الذاتي والخوف من الشفقة والمعالم الاكتئابية) ضمن المجلة المصرية للطب النفسي، العدد: ١١٦، المجلد: ٣٢، ٢٠٢٢.

٥/ القصور والإخلال بأركان التربية الإسلامية في مرحلة الطفولة والصِّبى، وهي مرحلة جوهرية في غرس القيم والمهارات الإسلامية النبيلة؛ كالتوكل على الله، والتفاؤل، والاعتماد على النفس، واختيار الصحبة الصالحة، وتعزيز الثقة في النفس وغيرها، فدور الأسرة ومحاضن التعليم له تأثير لايمكن إغفاله أو إنكاره(١). إلى غير ذلك من أسباب هذا الداء.

الفرق بين احتقار الذات ومحاسبة النفس؟

تعدُّ محاسبة النفس على زلاتها وهفواتها من تمام الديانة وكمال العقل، وصلاح القلب، وحسن المراقبة لله ﷻ، قال تعالى: ﴿قَدۡ أَفۡلَحَ مَن زَكَّىٰهَا﴾ الشمس: (٩) فالمحاسبة للنفس تكون بلومها على ما اقترفت من الذنوب والمعاصي، أو بتفريطها في الطاعات، مع العزم على صدق التوبة، والإنابة لله ﷻ، واستحضار شروط التوبة النصوح، وأخذ الحظّ الوافر من نصوص الرحمة والعفو التي تفضل الله بها على هذه الأمة. قال بعض السلف: إنَّ المرء لحقيقٌ أن يكون له مجالس يخلو فيها فيذكرُ فيها ذنوبه فيستغفر منها(٢). وأما احتقار الذات فهو التركيز على جانب التقصير، وظلم النفس بأنها لم

(١) يحمل حرص بعض المربين في تحذير الناشئة من مزالق الشيطان ومراتع الهوى، وهذا بلا شك أنه من تمام الراعية والمسؤولية، ولكن ممّا يغفله البعض منهم؛ هو المبالغة في بيان الأثر الذي تتركه المعصية على النفس إلى حد تضييق رحمة الله على ذلك العاصي، زاعمين أنهم بذلك يقوّمون الجيل، متناسين حقيقة النفس البشرية التي جُبلت على الضعف أحيانًا بوقوعها بشيء من المعاصي والذنوب، فتمام التربية يكون ببيان طريق العودة إلى الله بالتوبة والاستغفار، والتوازن في الطرح الدعوي بين الخوف والرجاء، ليسدوا بذلك مداخل الشيطان عليهم باليأس والقنوط واحتقار الذات وفقدان الثقة في نفوسهم.

(٢) انظر: الجامع لعلوم الإمام أحمد: (١٩٩/٢٠)، والفتوه لأبي عبد الرحمن السلمي: (٢٣)، والزهد الكبير للبيهقي: (٣١٤).

تعمل خيرًا قط، وإقناعها بأنها لم تقع في ذلك الذنب إلا لظلالها وبعدها عن ربها، وبغض الله لها، وإغفال نصوص الوعد، والوقوف عند نصوص الوعيد، والعبرة مراقبة سلوك النفس لا تعذيبها وظلمها.

المطلب الثاني: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع شعور النقص والذُّل

اشتملت السُّنة النبوية على توجيهات وإرشادات في التعامل مع شعور النقص والعجز الذي ينتاب الإنسان، وتنوّعت تلك التوجيهات في التحذير من ذلك ويمكن تقسيم تلك النصوص إلى أنواع:

أولاً: النصوص الواردة في التحذير من إيذاء النفس والوعيد على ذلك؛:

– ما رواه أبو هريرة ﷺ يرفعه: «**مَن تردَّى من جبلٍ، فقتَل نفسه، فهو في نار جهنم يتردَّى فيه خالدًا مخلدًا فيها أبدًا، ومَن تحسَّى سُمًّا، فقتَل نفسه، فسُمُّه في يده يتحسَّاه في نار جهنم خالدًا مخلدًا فيها أبدًا، ومَن قتَل نفسه بحديدة، فحديدتُه في يده يَجَأُ بها في بطنه في نار جهنم خالدًا مخلدًا فيها أبدًا**»(١).

– وعن ثابت بن الضَّحاك ﷺ أن رسول الله ﷺ قال: «**مَن قتل نفسه بشيء في الدنيا عُذِّبَ به يوم القيامة**»(٢). وثبت عنه ﷺ أنه ترك الصلاة على من قتل نفسه(٣).

ثانيًا: النصوص الواردة في النهي عن تحقير الذات أو نعتها ببعض

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الطب، باب شرب السم والدواء به وبما يخاف منه والخبيث، ٧ / ١٣٩، رقم: ٥٧٧٨) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه، ١ / ٧٢، رقم: ١٠٩).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب ما ينهى من السباب واللعن ، ٨ / ١٥، رقم: ٦٠٤٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه ، ١ / ٧٣، رقم: ١١٠).

(٣) كما في صحيح مسلم عن جابر بن سمرة ﷺ قال: «أُتي النبي ﷺ برجل قتل نفسه بمَشاقص فلم يُصلِ عليه» والمشاقص: السهام العراض.

الأوصاف:

– فعن عائشة ﵂ قالت: قال: رسول الله ﷺ: «**لا يقولنَّ أحدكم: خَبِثَت نفسي، ولكن ليقل: لَقِسَت نفسي**»(١). ومعنى: لقست: أي ضاقت. قال الخطابي: "لقست وخبثت واحدٌ في المعنى تقول: لقست نفسي ومقست وتبثرت، بمعني خبثت، وإنما كره من ذلك اسم الخبث، فاختار اللفظة البريئة من البشاعة السليمة منها، وكان من سنته تبديل الاسم القبيح بالحسن"(٢).

– وعن حذيفة ﵁، قال: قال رسول الله ﷺ: «**لا ينبغي للمؤمن أن يُذل نفسه**» قالوا: وكيف يذل نفسه؟ قال: «**يتعَرّض من البلاء لما لا يُطيق**»(٣). وقوله ﷺ: «**لا ينبغي للمؤمن أن يُذل نفسه**» عام في كل عمل أو قول يعرّض المؤمن للمذلة أو الإهانة فيُنهى عنه.

– عن ابن عباس ﵄ قال: قال ﷺ: «**ليس لنا مثل السوء**»(٤). وهذا الحديث وإن كان سياقه في ذمِّ العائد في هبته، فإنه عام في كل مواطن السوء فالواجب تنزيه النفس عنها، صيانة لها من مقيت العمل. قال الطيبي: "أي لا ينبغي لنا – يريد به نفسه والمؤمنين – أن نتصف بصفة ذميمة يساهمنا فيها أخس الحيوانات في أخس أحوالها"(٥). اهـ.

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب لا يقل خبثت نفسي ، ٨ / ٤١، رقم: ٦١٧٩) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الْألفاظ من الْأدب وغيرها، باب كراهة قول الإنسان خبثت نفسي ، ٧ / ٤٧، رقم: ٢٢٥٠).

(٢) أعلام الحديث: (٢٢٠٩/٣).

(٣) أخرجه الترمذي في "جامعه" برقم: (٢٢٥٤) وغيره، وإسناده ضعيف، وله شواهد كما سبق.

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الهبة وفضلها، باب لا يحل لأحد أن يرجع في هبته وصدقته، ٣ / ١٦٤، رقم: ٢٦٢٢) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الهبات، باب تحريم الرجوع فِي الصدقة والهبة، ٥ / ٦٤، رقم: ١٦٢٢).

(٥) شرح المشكاة: (٢٢٢٧/٧).

ثالثًا: ما ورد عنه ﷺ من الأدعية في التَّعوذ بالله ﷻ من الذُّلة فممّا جاء عنه في ذلك:

– ماراواه أبو هريرة ﷺ، قال: قال رسول الله ﷺ: «**تعوَّذوا بالله من الفقر والقِلَّة والذِّلَّة، وأن تَظلِم أو تُظلَم**»(١).

رابعًا: ومن توجيهات السُّنة النبوية في دفع شعور النقص؛ الثناء على المحسن بما فيه، ومدحه وإطراءه، ولهذا بالغ الأثر على تعزيز الثقة بالنفس، ورفع شأنها وممَّا جاء في السُّنة من ذلك؛ ما جاء عن حذيفة ﷺ قال: جاء أهل نجران إلى رسول الله ﷺ فقالوا: يا رسول الله، ابعث إلينا رجلًا أمينًا، فقال: «**لأبعثنَّ إليكم رجلًا أمينًا حقَّ أمينٍ، حق أمينٍ**» قال: فاستشرف لها الناس، قال: فبعث أبا عبيدة بن الجراح. وفي رواية. فأخذ بيد أبي عبيدة فقال: «**هذا أمين هذه الأمة**»(٢).

– وعن أنس ﷺ: أنَّ رجلاً من أهل البادية كان اسمه زاهرًا، وكان يهدي إلى رسول الله ﷺ الهدية من البادية... وكان النبي ﷺ يحبه، وكان رجلاً دميمًا... وجعل النبي ﷺ يقول: «**من يشتري العبد؟**» فقال: يا رسول الله، إذًا والله تجدني كاسدًا. فقال النبي ﷺ: «**لكن عند الله لست بكاسد**» أو قال: «**لكن عند الله أنت غالٍ**»(٣). وغير ذلك من النصوص.

---

(١) أخرجه وأبو داود في "سننه" (١ / ٥٦٦، رقم: ١٥٤٤) والنسائي في "المجتبى" (١ / ١٠٤٧، رقم: ٥٤٧٥)، وغيرهم من طريق حماد بن سلمة، أنا إسحاق بن عبد الله ، عن سعيد بن يسار، عن أبي هريرة ﷺ، **وإسناده صحيح**، رجاله ثقات.

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المغازي، باب قصة أهل نجران ، ٥ / ١٧١، رقم: ٤٣٨٠) ومسلم في "صحيحه" (كتاب فضائل الصحابة، باب فضائل أبي عبيدة، ٧ / ١٢٩، رقم: ٢٤٢٠).

(٣) أخرجه عبد الرزاق في "مصنفه" (١٠ / ٤٥٤، رقم: ١٩٦٨٨) وعنه أحمد في "مسنده" (٢٠ / ٩٠، رقم: ١٢٦٤٨) والترمذي في "الشمائل" (١ / ١٤١، رقم: ٢٣٩) وغيرهم من طريق معمر، عن ثابت البناني، عن أنس ﷺ، وإسناده صحيح، صححه ابن حبان والضياء.

المطلب الأول: تعريف الجزع لغة واصطلاحًا

تعريف الجزع لغة:

الجيم والزاي والعين أصل صحيح يدل على الانقطاع. يقال: جزعْتُ الشيء إذا قطعته. والجزع بالفتح نقيض الصبر[١].

وأما الجزع اصطلاحًا:

تنوّعت عبارة العلماء في بيان معنى الجزع على معانٍ متقاربة في الجملة، فممَّا قيل في بيان معناه أنه:

- إظهارُ ما يلحَقُ المُصابَ مِن المَضَضِ والغَمِّ[٢].
- وقيل: حُزنٌ يصرِفُ الإنسانَ عَمَّا هو بصَدَدِه، ويقطَعُه عنه[٣].
- وقيل: عدم احتمال الشَّدة، وهو نقيض الصبر[٤].

وعند التأمل في هذه التعريفات؛ يتبين أنَّ الجزع نوع من أنواع الحزن، بل هو أبلغ منه[٥].

فإن قيل: فما الفرق بين الجزع والهلع، إذ هما لفظان واردان في قوله تعالى: ﴿إِنَّ ٱلْإِنسَٰنَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝١٩ إِذَا مَسَّهُ ٱلشَّرُّ جَزُوعًا ۝٢٠ وَإِذَا مَسَّهُ ٱلْخَيْرُ مَنُوعًا﴾؟ المعارج: (٢١)

فالجواب: أنَّ الهلع أبلغ من الجزع وأشدُّ منه، فالهلع ماجمع صاحبُه وصفين: قلَّة الصبر، شدة الحرص؛ فإذا مسّه الشَّر والابتلاء من ربه جزع، وإذا مسَّه الخير والفضل منه ﷻ؛ بخل به، واستأثر به لنفسه، ومنعه عن مستحقيه

(١) انظر: مقاييس اللغة: (٤٥٣/١)، ولسان العرب: (٤٧/٨). مادة: جزع.
(٢) انظر: الفروق لأبي هلال العسكري: (٢٥٥).
(٣) انظر: المفردات في غريب القرآن للراغب: (١٩٥).
(٤) انظر: البحر المحيط في التفسير لأبي حيان: (٤٢١/٦).
(٥) انظر: المفردات في غريب القرآن للراغب: (١٩٤).

من أهل الزكاة والصدقات[١]. قال ابن القيم: "والفرق بين رقّة القلب والجزع: أنَّ الجزع ضعْفٌ في النفس وخوف في القلب، يمدّه شدّة الطمع والحرص، ويتولَّد من ضعف الإيمان بالقدر؛ وإلا فمتى علم أن المقدر كائن ولابد؛ كان الجزع عناءً محضًا ومصيبةً ثانية... فمتى آمن العبد بالقدر، وعلم أنَّ المصيبة مقدرة في الحاصل والغائب؛ لم يجزع، ولم يفرح"[٢]. اهـ

الجزع عند أهل الطّب:

غلب عند الأطباء استعمال مصطلح "الهلع" على "الجزع"، ولعل ذلك يعود إلى أنَّ الهلع يعدُّ أشهر اضطرابات القلق المرضي العامة، وأما الجزع فهو داخل ضمن اضطراب الحزن وأشد مراحله، واشتراكه مع بعض الأمراض النفسية الأخرى كالاكتئاب والحزن.

ويعرِّف الأطباء "الهلع" بأنه: نوبات متكررة وغير متوقعة من الخوف الحاد التي تضل لفترة محددة، أو طويلة في بعض حالاته، ولايكون مرتبطًا بسبب عضوي غالبًا.

وأما "الجزع": فهو الحالة العاطفية التي تنتاب الشخص بسبب فوات مطلوب أو حصول مكروه، وقد تتحول هذه الحالة العاطفية إلى بعض التصرفات المؤذية للمريض[٣]، كلطم الخدّ، وشقِّ الجيب، وتمني الموت وقد تقدمت الإشارة إلى ذلك في فصل الحزن والكآبة.

---

(١) انظر: الهداية إلى بلوغ النهاية للمكي: (٧٧١٢/١٢)، والتفسير البسيط للواحدي: (٢٢٤/٢٢)، والتحرير والتنوير لابن عاشور: (١٦٧/٢٩).

(٢) الروح: (٦٩٨/٢).

(٣) انظر: موسوعة الطب النفسي للحجاوي: (٢٧٠)، والطب النفسي المعاصر: (١٥٢)، ومعجم الطب النفسي: (٣٠٢).

المطلب الثاني: توجيهات السنة النبوية في التعامل مع الجزع

قال ابن حزم رَحِمَهُ اللَّهُ: "إظهار الجزع عند حلول المصائب مذمومٌ؛ لأنه عجَزَ مُظْهِرُه عن مُلْكِ نفسه، فأظهَر أمراً لا فائدة فيه، بل هو مذموم في الشريعة، وقاطعٌ عما يلزم من الأعمال وعن التأهب لما يتوقع حلولُه مما لعله أشنع من الأمر الواقع الذي عنه حدث الجزع، فلما كان إظهار الجزع مذموماً كان ضده محمودًا وهو إظهار الصبر؛ لأنه مَلَك النفس، واطراحٌ لما لا فائدة فيه، وإقبالٌ على ما يعود وينتفع به في الحال وفي المستأنف"(١).

وقد جاءت نصوص السُّنة النبوية في هذا الباب على وجهين:

أولاً: الأحاديث الواردة في الوعيد على أهل السُّخط والجزع، والتحذير من الأعمال المنافية للصبر حال نزول المصاب فمن ذلك:

- ماروا جندب البجلي رضي الله عنه قال: قال ﷺ: **«كان فيمن كان قبلكم رجلٌ به جرْح، فجَزَع، فأخذ سكينًا فَحَزَّ بها يدَهُ، فما رقأَ الدم حتى مات، قال الله تعالى: بادرني عبدي بنفسه، حرمت عليه الجنة»**(٢)(٣).

---

(١) رسائل ابن حزم: (١/٤٠٦).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب أحاديث الأنبياء، باب ما ذكر عن بني إسرائيل، ٢ / ٩٦، رقم: ١٣٦٣) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه، ١ / ٧٤، رقم: ١١٣).

(٣) قال ابن بطال: "أجمع الفقهاء وأهل السُّنَّة أن من قتل نفسه أنه لا يخرج بذلك عن الإسلام، وأنه يصلى عليه، وإثمه عليه كما قال مالك، ويدفن في مقابر المسلمين، ولم يكره الصلاة عليه إلا عمر بن عبد العزيز، والأوزاعي في خاصة أنفسهما، والصواب قول الجماعة، لأنَّ الرسول ﷺ سَنَّ الصلاة على المسلمين، ولم يستثن منهم أحدًا، فيصلى على جميعهم الأخيار والأشرار إلا الشهداء الذين أكرمهم الله بالشهادة". شرح صحيح البخاري: (٣/٣٩٤). قلت: ويسنُّ للإمام ترك الصلاة على من قتل نفسه، لحديث عن جابر بن سمرة قال: «أُتِي النبي ﷺ برجل قتل نفسه بمشاقص فلم يُصل عليه» أخرجه مسلم. . . والمِشقص: سهم عريض له طرف حاد. قال شيخ الإسلام: "ينبغي لأهل العلم والدين أن يتركوا الصلاة على هذا ونحوه، وإن كان يصلي عليه عموم =

- وعن ثابت بن الضحاك ﷺ، عن النبي ﷺ قال: «**مَن حَلَفَ بملة غير الإسلام كاذبًا متعمدًا فهو كما قال، ومن قتل نفسَه بحديدة عُذِّبَ به في نار جهنم**»(١).
- وعن أبي هريرة ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**الذي يَخْنِقُ نفسه يخنقُها في النار، والذي يطعَنُهَا يطعَنُهَا في النار**»(٢). ونحوها من الأحاديث في هذا الباب.
- وعن عبد الله ابن مسعود ﷺ قال: قال النبي ﷺ: «**ليس منا من لَطَمَ الخدود، وشقَّ الجيوب، ودعا بدعوى الجاهلية**»(٣).

ثانيًا: الأحاديث المتقدمة في فضيلة الإيمان بالقضاء والقدر، والصبر على المصائب والنوازل، والتي ورد بعضها في هذا البحث. فنصوص الشريعة تتكامل بالترغيب والترهيب.

ثالثًا: ترويض النفس على الصبر، وكفّاها على الجزع، وإظهار

=

الناس، كما امتنع النبي ﷺ من الصلاة على قاتل نفسه وعلى الغال من الغنيمة وقال: "صلوا على صاحبكم". الفتاوى الكبرى: (٢٠/٣). وشرح مسلم للنووي: (٤٧/٧).

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجنائز، باب ما جاء في قاتل النفس، ٢ / ٩٦، رقم: ١٣٦٣) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه، ١ / ٧٣، رقم: ١١٠).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجنائز، باب ما جاء في قاتل النفس، ٢ / ٩٦، رقم: ١٣٦٥) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب غلظ تحريم قتل الإنسان نفسه، ١ / ٧٢، رقم: ١٠٩).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجنائز، باب ليس منا من شق الجيوب، ٢ / ٨١، رقم: ١٢٩٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب تحريم ضرب الخدود، ١ / ٦٩، رقم: ١٠٣) قال الحافظ: "والأولى عند كثير من السَّلف إطلاق لفظ الخبر من غير تعرض لتأويله؛ ليكون أبلغ في الزجر، وكان سفيان بن عيينة ينكر على من يصرفه عن ظاهره فيقول: معناه ليس على طريقتنا، ويرى أنَّ الإمساك عن تأويله أولى". اهـ فتح الباري: (٢٤/١٣).

التَّسخط في القول أو الفعل، وأنَّ تحقيق ذلك ممكن لما استعان بالله وصدق، فالصبر من الصفات والخلال المكتسبة التي يمكن للإنسان تعويد النفس عليها، بخلاف من زعم أنَّ الصبر صفة جبليَّة لا يمكن اكتسابها أو تعويد النفس عليها. وممَّا يدل على ذلك:

- ما رواه أنس بن مالك ﷺ قال: مرَّ النبي ﷺ بامرأة تبكي عند قبر، فقال: «**اتقي الله واصبري**» قالت: إليك عني، فإنك لم تُصَب بمصيبتي، ولم تعرفه، فقيل لها: إنه النبي ﷺ فأتت باب النبي ﷺ فلم تجد عنده بوابين، فقالت: لم أعرفك، فقال: «**إنما الصبر عند الصَّدمة الأولى**»(١).
- وعن أبي سعيد ﷺ أنَّ ناسًا من الأنصار سألوا رسول الله ﷺ فأعطاهم، ثم سألوه فأعطاهم حتى نَفَدَ ما عنده؛ فقال: «**ما يكون عندي من خير فلن أدَّخِرَهُ عنكم، ومن يستعفف يُعِفُّهُ الله، ومن يَستغنِ يغنه الله، ومن يَتَصَبّر يُصَبِّرهُ الله، وما أُعطي أحدٌ عطاءً خيرا وأوسع من الصبر**»(٢). فهذه الأخبار الصحيحة تدل على أنَّ الصبر من الصفات التي يمكن اكتسابها لمن استعان بالله وصدق.

رابعًا: ما ورد في النهي عن الاسترسال في الندم على ما فات، فإنَّ ذلك من أعظم مسببات الجزع والتَّسخط، وحظُّ العاقل من الماضي ما يستعينُ به على حاضره ومستقبله. فعن عن أبي هريرة قال: قال رسول الله ﷺ: «**المؤمن القوي خيرٌ وأحبُّ إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كلٍّ خير. احرص على ما ينفعك، واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء فلا تقل: لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله**

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الجنائز، باب زيارة القبور، ٢ / ٧٣، رقم: ١٢٥٢) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الجنائز، باب فِي الصبر على المصيبة عند أول الصدمة، ٣ / ٤٠، رقم: ٩٢٦).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الزكاة، باب الاستعفاف عن المسألة، ٢ / ١٢٢، رقم: ١٤٦٩) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الزكاة، باب فضل التعفف والصبر، ٣ / ١٠٢، رقم: ١٠٥٣).

وما شاء فعل فإنَّ لو تفتح عمل الشيطان»[١].

قال ابن القيم رَحِمَهُ اللَّهُ: والعبدُ إذا فاته المقدور له حالتان: حالةُ عجز؛ وهي عمل الشيطان، فيلقيه العجز إلى (لو) ولا فائدة فيها، بل هي مفتاح اللوم والعجز، والسُّخط والأسف والحزن، وهذا كله من عمل الشيطان، فنهاه عن افتتاح عمله بهذا الافتتاح، وأمرَهُ بالحالة الثانية وهي: النَّظر إلى القدر وملاحظته، وأنه لو قُدر لم يفته ولم يغلبه عليه أحد... فلهذا كان هذا الحديث مما لا يستغني عنه العبد أبدًا، بل هو أشد شيء إليه ضرورةً"[٢].

المطلب الأول: تعريف العُزلة لغةً واصطلاحًا

العزلة لغة:

من عزَل الشيء يعزلهُ؛ إذا نحَّاهُ جانبًا فتنَحَّى، وهو اسم من الاعتزال. واعتزلتُ القومَ إذا فارقتُهم وتنحّيتُ عنهم [٣].

وأما العزلة عند العلماء: فلا تخرج عن معناها اللغوي فقيل:

- هي الانفراد والانقباض عن الناس[٤].
- وقيل هي: الخروج عن مخاطبة الخلْق بالانزواء والانقطاع[٥]. وقيل غير ذلك من التعريفات المتقاربة في معناها.

العزلة أو الاعتزال عند الأطباء:

تعدُ العزلة أو الوحدة من أمراض اضطرابات الشخصية عند الأطباء،

---

(١) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب القدر، باب فِي الْأمر بالقوة وترك العجز، ٨ / ٥٦، رقم: ٢٦٦٤).

(٢) شفاء العليل: (٦٢/١).

(٣) انظر: الصحاح للجوهري: (١٧٦٣/٥)، ولسان العرب: (٤٤٠/١١). مادة: عزل.

(٤) مشارق الأنوار: (٨٠/٢).

(٥) انظر: التعريفات للجرجاني: (١٥٠).

والتي تندرج ضمن أعراض اضطراب الشخصية شبه الانفصامية[1]، حيث يميلُ هؤلاء المصابون إلى الوحدة والعزلة الاجتماعية، مع البرود الوجداني، يصاحبُ ذلك عدم القدرة على إظهار العداوة والغموض، وصعوبة في التكيّف مع محيطهم ومجتمعهم، ورفضًا للعلاقات الاجتماعية.

المطلب الثاني: هل العُزلة مذمومة على إطلاق؟

الناظر والمتأمل في نصوص الكتاب والسُّنة، وعمل سلف الأمة من الصحابة والتابعين ﷺ، ليجد في تلك النصوص مايحثُّ على الاعتزال، والبعد عن مخالطة الناس، ونصوص أُخرى تحثُّ على مخالطة الناس، والصبر على مايأتي منهم من الأذى.

فممَّا جاء من النصوص في الاعتزال والإقلال من المخالطة:

- ما ذكره الله في كتابه على لسان نبيه إبراهيم عليه السلام: ﴿وَأَعْتَزِلُكُمْ وَمَا تَدْعُونَ مِن دُونِ ٱللَّهِ وَأَدْعُواْ رَبِّى عَسَىٰٓ أَلَّآ أَكُونَ بِدُعَآءِ رَبِّى شَقِيًّا﴾ مريم: (٤٨).
- وقال تعالى عن فتية الكهف: ﴿وَإِذِ ٱعْتَزَلْتُمُوهُمْ وَمَا يَعْبُدُونَ إِلَّا ٱللَّهَ فَأْوُۥٓاْ إِلَى ٱلْكَهْفِ يَنشُرْ لَكُمْ رَبُّكُم مِّن رَّحْمَتِهِۦ وَيُهَيِّئْ لَكُم مِّنْ أَمْرِكُم مِّرْفَقًا﴾ الكهف: (١٦).

وفي حديث أبي سعيد الخدري يرفعه: «**يوشك أن يكون خير مال المسلم غنمٌ يتبع بها شفف الجبال ومواقع القطر يفرُّ بدينه من الفتن**»[2].

- وفي حديث أبي سعيد أيضاً، أنَّ رجلاً قال: يا رسول الله أيُّ الناس أفضل؟ قال: «**مؤمنٌ مجاهد بنفسه وماله في سبيل الله**». قال: ثم مَن؟ قال: «**رجلٌ معتزلٌ في شِعْبٍ من الشِّعاب يعبدُ ربه، ويدعُ الناس من**

(١) هو اضطراب في الشخصية يتميز صاحبه بالانعزال عن المجالات التي تتطلب تواصلاً عاطفيًا أو اجتماعيًا. انظر: الطب النفسي المعاصر: (٦٧٦)، وموسوعة الطب النفسي للحجاوي: (٣٩٢).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب من الدين الفرار من الفتن، ١ / ١٣، رقم: ١٩).

شرّه»[١].

- وعن عقبة بن عامر ﷺ قال: يا رسول الله ما النجاةُ؟ فقال: «**امْلِكْ عَلَيْكَ لِسَانَكَ، وَلْيَسَعْكَ بَيْتُكَ، وابكِ على خطيئتك**»[٢].
- وفي حديث عبد الله بن عمرو بن العاص ﷺ، قال: قال رسول الله ﷺ: «**إذا رأيت الناس مرجتْ عهودهم، وخفَّت أماناتُهم، وكانوا هكذا**» وشبّك بين أصابعه. قال عبد الله: فقمتُ إليه، فقلتُ: كيف أفعل عند ذاك جعلني الله فداك؟ فقالﷺ: «**الزم بيتك، وأَمْلِك عليك لسانك، وخذ ما تعرف، ودعْ ما تُنكر، وعليك بأمر خاصة نفسك، ودع عنك أمر العامة**»[٣].
- وفي حديث سعد بن أبي وقاص ﷺ يرفعه: «**إنَّ الله يحبُّ العبد التقي الغني الخفي**»[٤]. قال النووي: "وفي هذا الحديث حجة لمن يقول الاعتزال أفضل من الاختلاط... "اهـ[٥].

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الرقاق، باب العزلة راحة من خلاط السوء ، ٨ / ١٠٣، رقم: ٦٤٩٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإمارة، باب فضل الجهاد والرباط ، ٦ / ٣٩، رقم: ١٨٨٨).

(٢) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب الزهد، باب ما جاء في حفظ اللسان، ٤ / ٢٠٨، رقم: ٢٤٠٦) وأحمد في "مسنده" (٢٨/ ٥٦٩، رقم: ١٧٣٣٤، و٣٦/ ٥٧٠، رقم: ٢٢٢٣٥) من طريقين، عن علي بن يزيد، عن القاسم، عن أبي أمامة، عن عقبة بن عامر ﷺ، وإسناده ضعيف؛ لضعف علي بن يزيد بن أبي زياد الألهاني. "التقريب" (٤٨٥١).

(٣) أخرجه أبو داود (كتاب الملاحم، باب الأمر والنهي، ٤/ ٢١٦، رقم: ٤٣٤٣)، وابن ماجه (أبواب الفتن، باب ما يكون من الفتن، ٥/ ١٠٤، رقم: ٣٩٥٧)، من طريق هلال بن خباب أبي العلاء قال : حدثني عكرمة ، قال حدثني عبد الله بن عمرو، وإسناده حسن؛ هلال بن خباب أبو العلاء البصري: صدوق. "التقريب" (٧٣٨٤).

(٤) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الزهد والرقائق، باب، ٨ / ٢١٤، رقم: ٢٩٦٥).

(٥) شرح النووي على مسلم: (١٨/١٠٠).

إلى غير ذلك من الأحاديث الدالة على أفضلية الاعتزال على المخالطة، وممّن ذهب هذا المذهب من السَّلف: سفيان الثوري، والفضيل بن عياض، وإبراهيم بن أدهم، وابن سيرين وغيرهم(١).

وقد استدل من قال بتفضيل المخالطة على الاعتزال بالنصوص العامة الواردة في اجتماع الكلمة والنهي عن الفرقة، وكذا النصوص الخاصة في ذلك فمن ذلك:

- قوله ﷻ ﴿وَٱعْتَصِمُواْ بِحَبْلِ ٱللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُواْ﴾ آل عمران: (١٠٣).
- وقوله ﷻ: ﴿وَلَا تَكُونُواْ كَٱلَّذِينَ تَفَرَّقُواْ وَٱخْتَلَفُواْ مِنۢ بَعْدِ مَا جَآءَهُمُ ٱلْبَيِّنَٰتُ ۚ وَأُوْلَٰٓئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ﴾ آل عمران: (١٠٥).
- وفي حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال ﷺ: «**مَنْ خَرَجَ مِنَ الطَّاعَةِ وَفَارَقَ الْجَمَاعَةَ فَمَاتَ، مَاتَ مِيتَةً جَاهِلِيَّةً...**»(٢).
- وقوله ﷺ في حديث ابن عمر ﷺ يرفعه: «**المؤمن الذي يخالطُ الناس، ويصبرُ على أذاهم أعظم أجرًا من الذي لا يخالطهم، ولا يصبر على أذاهم**»(٣).

---

(١) انظر: العزلة للخطابي: (٧٩) ومابعدها، وإحياء علوم الدين للغزالي: (٢٢٢/٢)

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الإمارة، باب وجوب ملازمة جماعة المسلمين، ٦ / ٢٠، رقم: ١٨٤٨).

(٣) أخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب صفة القيامة والرقائق، باب، ٤ / ٢٧٨، رقم: ٢٥٠٧) وابن ماجه في "سننه" (أبواب الفتن، باب الصبر على البلاء، ٥ / ١٦٠، رقم: ٤٠٣٢) وأحمد في "مسنده" (٩ / ٦٤، رقم: ٥٠٢٢) من طريق الأعمش، عن يحيى بن وثاب، عن ابن عمر ﷺ، وأخرجه الترمذي في "جامعه" (أبواب صفة القيامة والرقائق، باب، ٤ / ٢٧٨، رقم: ٢٥٠٧) وأحمد في "مسنده" (٣٨ / ١٨٧، رقم: ٢٣٠٩٨) سفيان بن سعيد، عن الأعمش، عن يحيى بن وثاب، عن رجل من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم قال: أظنه ابن عمر ﷺ، وإسناده صحيح، وحسنه ابن حجر في "بلوغ المرام" (٤٥١)، وصححه السيوطي في "الجامع الصغير" (٩١٣٥).

وغيرها من الأخبار في هذا الباب. وممَّن ذهب هذا المذهب من السَّلف: سعيد بن المسيب، والشعبي، وعبد الله ابن المبارك، وابن عيينة وغيرهم(١).

قال الخطابي حكاية عن أصحاب هذا المذهب: "قد نطقتْ هذه الأخبار بأنَّ المعتزل عن الناس، المنفرد عنهم مفارق للجماعة، شاذٌ عن الجملة، شاقٌ لعصا الأمة، خالعٌ للربقة، مخالفٌ للسُّنة... وقالوا: وأقلُّ ما في العزلة أنها إذا امتدت واستمرت بصاحبها صارت هِجرة، وقد نهى رسول الله ﷺ عن الهجرة أكثر من ثلاث..."اهـ(٢).

التحقيق في حكم الاعتزال:

قبل بيان القول الراجح في هذه المسألة؛ أودُّ الإشارةُ والتأكيد على سمة من سمات أدلة الشريعة وهي: أنه لاتعارض حقيقي بين أدلة الكتاب والسُّنة، وأنَّ مايظهر للنَّاظر من تعارض –في الظاهر– بين تلك النصوص، إنما يعود لأمور خارجة عن ذلك النَّص؛ كاختلاف ذلك نظر المجتهد، أو عدم تكافؤ تلك الأدلة في القوة ونحو ذلك من الأسباب المبسوطة في مظآنها. قال الشاطبي: على الناظر في الشريعة اعتبار أمرين: أحدهما: أن ينظر إليها بعين الكمال لا بعين النقصان، ويعتبرها اعتبارا كليًا في العبادات والعادات... والثاني: أنْ يوقن أنه لا تضاد بين آيات القرآن، ولا بين الأخبار النبوية، ولا بين أحدهما مع الآخر، بل الجميع جار على مهيعٍ واحد ومنتظم إلى معنى واحد(٣).

والتحقيق في أصل المسألة؛ أنَّ العزلة تجري عليها الأحكام التكليفية

(١) انظر: أحياء علوم الدين للغزالي: (٢/٢٢٢).
(٢) العزلة: (٥٦).
(٣) الاعتصام: (٢/٨٢٢).

الخمسة؛ فتارة تكون واجبة، وتارة محرمة، وتارة مكروهة، وتارة مستحبة، وتارة مباحة وهي الأصل.

فتكون العُزلة واجبة أو مستحبة: حين تكون الخُلطة مدعاة للمعصية والفجور، وعدم جدوى المناصحة والنهي عن المنكر، ويخشى على نفسه من التأثر بهذا السَّواد، وكذا العزلة زمن الفتنة. وعلى ذلك تحمل الأدلة الواردة بالحث على العزلة.

وتكون العُزلة محرمة أو مكروهة: حين يكون في اعتزاله فوات لمصلحة نفسه من العلم الواجب، أو تفويت لحاجة الأمة إليه ونحو ذلك من المواطن التي تكون المخالطة راجحة على اعتزاله. وعلى هذا تحمل النصوص الواردة في النهي عن العزلة. فحكم العزلة يختلف باختلاف الأحوال والأشخاص والأوقات. قال الغزالي رَحِمَهُ اللَّهُ: "وإياك أن تحكم مطلقًا على العُزلة أو الخُلطة بأنَّ إحداهما أولى، إذ كل مُفصّلٍ فإطلاق القول فيه بلا أو نعم خَلْفٌ[1] من القول محضٌّ. ولا حق في المفَصّل إلا التفصيل"[2].

ويقول شيخ الإسلام ابن تيمية رَحِمَهُ اللَّهُ: " الخلطة تارة تكون واجبة أو مستحبة، والشخص الواحد قد يكون مأمورًا بالمخالطة تارة، وبالانفراد تارة. وجماع ذلك: أنَّ "المخالطة" إن كان فيها تعاون على البر والتقوى؛ فهي مأمور بها، وإن كان فيها تعاون على الإثم والعدوان فهي منهي عنها... وكذلك الاجتماع الذي يزداد العبد به إيمانًا: إما لانتفاعه به، وإما لنفعه له ونحو ذلك. ولا بد للعبد من أوقات ينفرد بها بنفسه في دعائه، وذكره وصلاته، وتفكره ومحاسبة نفسه وإصلاح قلبه، وما يختص به من الأمور التي لا يشركه فيها غيره فهذه يحتاج فيها إلى انفراده

(١) خَلْفٌ أي: رديء.
(٢) إحياء علوم الدين: (٢/٢٣٢).

بنفسه... فاختيار المخالطة مطلقًا خطأ، واختيار الانفراد مطلقا خطأ. وأما مقدار ما يحتاج إليه كل إنسان من هذا وهذا، وما هو الأصلح له في كل حال، فهذا يحتاج إلى نظر خاص"[١].

المطلب الثالث: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع العزلة المذمومة[٢]

من خلال ماتقدم من النصوص الواردة في الحثِّ على العزلة، والنصوص الواردة في الحثِّ على مخالطة الناس، وماجاء عن أهل العلم في التفصيل في هذه المسألة؛ وهي أنَّه لا أفضلية على أحدها أفضلية مطلقة، بل ذلك يدور على المصلحة.

لابد من استحضار أصل من أصول هذا الأمر؛ وهو أنَّ العزلة ليست مقصودة لذاتها في الشريعة الإسلامية، بل الشريعة وأحكامها تُرشد إلى اجتماع الكلمة، والتنفير من الفرقة والاختلاف، فأرشدتْ إلى الاجتماع في الصلوات المفروضة، والجُمَع والأعياد ممَّا يُعرف عند أهل العلم بالشرائع الظاهرة، وكذا الاجتماع على السُّلطان وتوحيد الكلمة والبيعة. قال الخطابي: "ولسنا نريد –رحمك الله– بهذه العزلة التي نختارُها مفارقة الناس في الجَمَاعات والجُمُعَات، وترك حقوقهم في العبادات وإفشاء السلام ورد

(١) مجموع الفتاوى: (٤٢٦/١٠).

(٢) المقصود بها: العزلة المفضية إلى تعطيل المصالح الخاصة والعامة، بحجج واهية ناشئة عن العجز ومجرد التَّوهم، والهرب من مواجهة أكدار الحياة ومنغصاتها، وكذا العُزلة التي تكون غالبة على حياة الشخص، إذ أنها سبب لبعض الأمراض النفسية كالاكتئاب والضيق والحزن الدائم. وليس المقصود من ذلك العزلة زمن الفتن وسوء حال الأمة فهذا مأمور به، أو ماكان بسبب مرض وراثي فهذا لاحيلة للإنسان بدفعه إلا بحول الله وقوته. وعليها تحمل الأحاديث المتقدمة في الحث على العُزلة والله أعلم.

التحيات، وما جرى مجراها من وظائف الحقوق الواجبة لهم، ووضائع السنن والعادات المستحسنة فيما بينهم، فإنها مستثناةٌ بشرائطها، جارية على سُبلها ما لم يحل دونها حائل شُغْل، ولا يمنع عنها مانع عُذْر" اهـ(١).

وممَّا جاء في السُّنة النبوية في علاج العزلة مايلي:

أولاً: الإرشاد إلى الصُّحبة الصالحة؛ لما كان سبب العُزلة الرئيس هو العلاقات بين الناس(٢)

اهتم الشارع بالصُّحبة والمخالطة؛ لما لها من بالغ الأثر على الضروريات الخمس للفرد: (الدِّين، والنفس، والعقل، والعِرض، والمال) فتواترت الأحاديث في اختيار الصُّحبة، وهذا من الأمور الوقائية التي نبه لها الشارع لسلامة الفرد من العزلة المذمومة وممَّا جاء في ذلك:

-حديث أبي موسى الأشعريﷺ في الصحيحين مرفوعًا: «**مثل الجليس الصالح والجليس السوء كحامل المسك و نافخ الكير، فحاملُ المسك إما أن يُحْذِيَك، وإما أن تبتاع منه، وإما تجد منه ريحا طيبة، ونافخ الكيْر إما أن يحرق ثيابك أو تجد منه ريحًا خبيثة**»(٣).

-وفي حديث أبي هريرة ﷺ يرفعه: «**الرجل على دين خليله؛ فلينظر أحدكم من يُخَالل**»(٤). ونحوها من الأحاديث الواردة في هذا الباب.

---

(١) العزلة: (٥٨).

(٢) لأنَّ هناك أسبابًا للعزلة ليس لها ارتباط وثيق بالناس؛ كالعزلة امرضٍ أو عجز مثلاً ونحو ذلك.

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب البيوع، باب في العطار وبيع المسك، ٣ / ٦٣، رقم: ٢١٠١) ومسلم في "صحيحه" (كتاب البر والصلة والآداب، باب استحباب مجالسة الصالحين، ٣ / ٩٠، رقم: ١٠٢٣).

(٤) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الأدب، باب من يؤمر أن يجالس، ٤ / ٤٠٧، رقم: ٤٨٣٣) والترمذي في "جامعه" (أبواب الزهد، باب، ٤ / ١٨٧، رقم: ٢٣٧٨) وغيرهما من =

ثانيًا: صيانة النفس وصونها وحمايتها بالطرق المشروعة؛ فمن أسباب العُزلة؛ الضعف النفسي والعجز، وقد جاءت السُّنة بمشروعية الدفاع عن النفس، وعدم الركون والاستسلام لأهل الفساد، فتظافرت الأدلة بذلك فممَّا جاء منها:

-ما رواه أبو هريرةﷺ قال: «**جاء رجلٌ إلى رسول الله ﷺ فقال: يا رسول الله، أرأيت إن جاء رجل يريد أخذ مالي؟ قال: فلا تعطه مالك، قال: أرأيت إن قاتلني؟ قال: قاتله، قال: أرأيت إن قتلني؟ قال: فأنت شهيد، قال: أرأيت إن قتلته؟ قال: هو في النار**»(١).

-ما رواه عبد الله بن عمرو ﷺ يرفعه: «**مَن قُتل دون ماله فهو شهيد**»(٢).

-ما رواه سعيد بن زيد ﷺ يرفعه: «**مَن قُتل دون ماله فهو شهيد، ومن قُتل دون أهله أو دون دمه، أو دون دينه فهو شهيد**»(٣). ونحوها من أدلة دفع الصائل وحماية النفس مما هو مبسوطٌ في مظآنه.

ثالثًا: ترويضُ النَّفس وتعويدها على التَّغافل، وهذا باب عظيم في الحلم ومدارة الناس، وممَّا جاء في ذلك: ماروته عائشة ﷺ قالت: دخل رهطٌ من اليهود على رسول

=

طرق عن زهير بن محمد، حدثني موسى بن وردان، عن أبي هريرة ﷺ. وإسناده حسن؛ موسى بن وردان: صدوق ربما أخطأ. "التقريب" (٧٠٧٢) وحسنه الترمذي، وصححه الحاكم.

(١) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب الدليل على أن من قصد أخذ مال غيره بغير حق، ١ / ٨٧، رقم: ١٤٠).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (٣ / ١٣٦، رقم: ٢٤٨٠) ومسلم في "صحيحه" (١ / ٨٧، رقم: ١٤١).

(٣) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب السنة، باب في قتال اللصوص، ٤ / ٣٩١، رقم: ٤٧٧٢) والترمذي في "جامعه" (أبواب الديات، باب ما جاء فيمن قتل دون ماله فهو شهيد، ٣ / ٨٥، رقم: ١٤١٨) من طريق إبراهيم بن سعد، عن أبيه، عن أبي عبيدة بن محمد بن عمار بن ياسر، عن طلحة بن عبد الله بن عوف، عن سعيد بن زيد، وإسناده صحيح. وقال الترمذي: حسن صحيح.

الله ﷺ فقالوا: السَّام عليكم، قالت عائشة: ففهمتها فقلت: وعليكم السام واللعنة، قالت: فقال رسول الله ﷺ: «**مهلاً يا عائشة، إنَّ الله يحبُ الرِّفقَ في الأمر كله**» فقلت: يا رسول الله، أولم تسمع ما قالوا؟ قال رسول الله ﷺ: قد قلتُ: «**وعليكم**»(١). قال النووي: "وفي هذا الحديث استحباب تغافل أهل الفضْل عن سَفَه المبطلين إذا لم تترتب عليه مفسدة.

رابعًا: استحضار الفضْل الوارد في الصبر على مايصدرُ من الناس من أذى، وممَّا جاء في ذلك ماتقدم من الأدلة التي تمسَّك بها من فضَّل المخالطة على العُزلة ومنها حديث ابن عمر ﷺ يرفعه: «**المؤمن الذي يخالطُ الناس، ويصبرُ على أذاهم أعظم أجرًا من الذي لا يخالطهم، ولا يصبر على أذاهم**»(٢).

خامسًا: درء أسباب العُزلة بمكارم الأخلاق ومحاسنها، فنهتْ السُّنة عل كل قول أو فعل يكون سببًا في حزْن الفرد أو عُزلته، حيث نهتْ عن تناجي الاثنين عن الثالث، والكذب، والغدر، والخيانة، والشماتة، والهجْر به ونحوها من مساوئ الأخلاق(٣) ممَّا لها تأثير على عزلة الفرد.

فعن عبد الله ابن مسعود ﷺ قال النبي ﷺ: «**إذا كنتم ثلاثةً فلا يتناجى اثنان دون صاحبهما؛ فإنَّ ذلك يُحزنه**»(٤). قال ابن القيم: "وقد ذكر النبي ﷺ علل الأحكام والأوصاف المؤثِّرة فيها، ليدل على ارتباطها بها، وتعدِّيها بتعدِّي أوصافها

---

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الأدب، باب الرفق في الأمر كله، ٨ / ١٢، رقم: ٦٠٢٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب النهي عَنْ ابتداء أهل الكتاب بالسلام، ٧ / ٤، رقم: ٢١٦٥).

(٢) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب البيوع، باب فضل إنظار المعسر، ٥ / ٣٢، رقم: ١٥٦٠).

(٣) وقد ثبت في كل هذه الخصال وغيرها ما دلَّ النص على تحريمه والتحذير منه. وقد تركت إيراد تلك النصوص للعلم بها، وبعدًا عن الإطالة.

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الاستئذان، باب لا يتناجى اثنان دون الثالث، ٨ / ٦٤، رقم: ٦٢٨٨) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام – باب تحريم مناجاة الاثنين دون الثالث بغير رضاه، ٧ / ١٢، رقم: ٢١٨٣).

وعللها... كقوله: «**لا يتناجى اثنان دون الثالث، فإنَّ ذلك يُحزنه**»[١].

المطلب الأول: تعريف التَّعلق والعشق لغة واصطلاحًا

التَّعلق لغة:

قال ابن فارس: العين واللام والقاف؛ أصل كبير صحيح يرجع لمعنًى واحد وهو: أن يناط الشيء بالشيء العالي... تقول: علقتُ الشيء أعْلُقه تعليقًا. وقد عَلَق به، إذا لزمه.. والعَلَقُ: الهوَى. وفي المثل: "نظرةٌ من ذي عَلَق"، أيّ: ذي هوى قد علَّق قلَبه بمن يهواه. اهـ والعلاقة: الهوى والحبُّ اللازم للقلب[٢].

العشق لغة:

قال ابن فارس: العين والشين والقاف أصلٌ صحيح يدل على تجاوز حد المحبة. اهـ وقيل: الحبُّ أحمدُ من العشق؛ لأنَّ العشق فرط الحبّ[٣].

وأما التَّعلق والعشق عند العلماء:

فقيل العشق هو: شدة الحبِّ مع الشَّهوة لنيل المراد من المعشوق. ووصفه ابن تيمية رَحِمَهُ ٱللَّهُ بأنه مرض نفساني. وصدق رَحِمَهُ ٱللَّهُ فقال: والعشقُ مرض نفساني، وإذا قوي أثَّر في البدن، فصار مرضًا في الجسم: إما من أمراض الدِّماغ، ولهذا قيل فيه هو مرض وسواسي، وإما من أمراض البدن؛ كالضَّعف والنُّحول ونحو ذلك. اهـ

وقد قسم ابن القيم رَحِمَهُ ٱللَّهُ الحبَّ إلى عشر مراتب، وجعل العشق في المرتبة السابعة منها، وقال: والعشق هو الحبُّ المفرط الذي يُخافُ على صاحبه منه[٤]. وعدَّ في كتابه روضة المحبين أسماء المحبة ومرادفات الحُب، وأوصلها إلى خمسين اسمًا، فلما بلغ اسم العشق قال: وأما العشقُ فهو أميرُ هذه الأسماء وأخبثها، وقلما ولعت به العرب، وكأنهم ستروا اسمه

---

(١) إعلام الموقعين: (٣٩٢/١).
(٢) انظر: مقاييس اللغة: (١٢٥/٤)، ولسان العرب: (٢٦٢/١٠).
(٣) انظر: مقاييس اللغة: (٣٢١/٤)، ولسان العرب: (٢٥٢/١٠).
(٤) روضة المحبين: (٤٣).

وكنَّوا عنه بهذه الأسماء...ولاتكاد تجده في شعرهم القديم، وإنما أُولعَ به المتأخرون، ولم يقع هذا اللفظ –يعني: العشق– في القرآن ولا في السُّنة إلا في حديث سويد بن سعيد"اهـ[1].

قال الجاحظ: "وأنا واصفٌ لك حدَّ العشق لتعرف حدَّه: هو داءٌ يصيب الرُّوح ويشتمل على الجسم بالمجاورة، كما ينال الروح الضَّعف في البطش والوهن في المرء ينهكه. وداءُ العِشْق وعمومه في جميع البدن بحسب منزلة القلب من أعضاء الجسم... [2]".

العشق عند الأطباء:

اتفق الأطباء في القديم والحديث على أنَّ العشق ماهو إلا داء ومرض، له أسبابه المرضية المختلفة؛ العصبية والنفسيّة.

ولعل أول من تكلّم فيه من الأطباء القدامى: أبقراط[3] حيث وصف العشق

(١) أخرجه الخطيب في "تاريخ بغداد" (١٣/ ١٨٣) من طريق محمد بن زكريا المروزي، قال: حدثنا سويد بن سعيد، قال: أخبرنا علي بن مسهر، عن أبي يحيى القتات، عن مجاهد، عن ابن عباس، قال: قال رسول الله ﷺ: «من عشق فكتم وعف فمات فهو شهيد». وهو منكر. استنكره ابن حبان في "المجروحين"(١/ ٤٤٧)، وقال: "سويد بن سعيد الحدثاني، يأتي عن الثقات بالمعضلات، ومن روى مثل هذا يجب مجانبة رواياته". وأبو يحيى القتات اسمه زاذان: لين الحديث. "التقريب" (٨٥١٢). قال ابن القيم عن هذا الحديث: وهذا حديثٌ باطلٌ على رسول الله ﷺ قطعًا، لا يُشْبِهُ كلامه، وقد صحَّ عنه: أنَّه عَدَّ الشهداء ستة، فلم يذكر فيهم قتيل العِشْق، ولا يُمكن أن يكون كلُّ قتيل بالعشق شهيدًا، فإنَّه قد يعشق عشقًا يستحقُّ عليه العقوبة. وقد أنكر حُفَّاظ الإسلام هذا الحديث على سُوَيد، وقد تكلَّم الناسُ فيه. . . ". روضة المحبين: (٢٢٦).

(٢) رسائل الجاحظ: (١٦٦/٢).

(٣) أبقراط: طبيب يوناني، وأحد الأطباء السبعة المشهورين في التاريخ اليوناني، ولقب بـ" أبو الطبِّ"، وقد أسس أول مدرسة طبية علمية عُرفت لاحقًا باسم: "مدرسة أبقراط =

بأنه: طمعٌ يتولّد في القلب، وتجتمع فيه مواد من الحسّ. فكلما قوي ازداد صاحبه في الاهتياج واللّجاج، وشدة القلق وكثرة السَّهر. وعند ذلك يكون احتراق الدم واستحالته إلى السوداء، ومن طغيان السوداء وفساد الفكر يكون الفدامة[١] ونقصان العقل، ورجاء ما لم يكن، وتمني ما لم يتم، حتى يؤدي ذلك إلى الجنون. فحينئذ ربما قتل العاشق نفسه، وربما مات غمًا. وربما وصل إلى معشوقه فيموت فرحًا أو أسفًا"اهـ. [٢]

وقال ابن سيناء: والعشق مرضٌ وسواسي شبيه بالمالينخوليا[٣]...[٤]. ثم أفاض بذكر أعراض ذلك الداء.

المطلب الثاني: توجيهات السُّنة النبوية في التعامل مع التَّعلق والعشق

اعتنت السُّنة النبوية بكل ما يصلح قلوب العباد ويقربها إلى مولاها، وجعلت الشريعة الإسلامية أعمال القلوب من أعظم القربات والطاعات، وأرشدت في مواطن كثيرة إلى أنه لاينبغي أن تُشْغل تلك المضغة إلا بما يقرِّبها من خالقها ومولاها.

وممّا يعلمه ذووا البصائر والألباب؛ أنه لا وصلٌ باقٍ في هذه الدنيا ولا ودٌّ. ومن أراد التَّعلق بحبال الوصل والسعادة والأُنس؛ فليتعلق بحبل الله المتين، فلا يخيبُ من تعلَّق بحبله، وتمسّك بوصله.

=

الطبيّة"، حيث أحدثت هذه المدرسة ثورة في الطبّ اليوناني القديم. مات أبقراط سنة: (٣٧٠ قبل الميلاد). انظر: عيون الأنباء في طبقات الأطباء: (٤٣).

(١) الفدامة: قلة الفهم وعيُّ الفكر.

(٢)انظر: عيون الأنباء في طبقات الأطباء: (٥١).

(٣) المنخوليا أو المالنخوليا: مرض نفسي مؤقت يؤدي بصاحبه إلى الحزن والكآبة والمزاج السوداوي، يصاحبه خوف مما لايُخاف منه عادة، وعزلة واضطراب في النوم. انظر: الحاوي في الطب: (٦٢/١)، والموجز في الطب لابن النفيس: (١٣٩).

(٤) القانون في الطب: (٧١/٢).

ومما يلي بعض توجيهات السُّنة النبوية في ذلك:

١-الأحاديث الواردة في الحثّ على تزكية القلوب، وصرف همّة هذا القلب إلى محبة الله ورسوله ﷺ. فمن ذلك: ماروه أنس بن مالك ﷺ قال: قال رسول الله «**ثلاثٌ من كُن فيه وجد بهنَّ حلاوة الإيمان: أن يكون الله ورسوله أحبَّ إليه ممَّا سواهما**... الحديث"[١]. وعن أنس ﷺ يرفعه: «**لا يؤمن أحدكم حتى أكون أحبَّ إليه من ولده ووالده والناس أجمعين**»[٢]. ونحوها من الأحاديث المرشدة إلى هذه الغاية العظمى. وإذا استقرت هذه الغاية في قلب العبد، فلن يجد الشيطان مرتعًا في ذلك القلب لإغوائه أو إضلاله.

٢- غضُّ البصر؛ فمبدأ التَّعلق والعشق نظرة، والأخبار في هذا الباب متواترة فمن ذلك ما رواه أبو سعيد الخدري... قال: قال ﷺ: «**إياكم والجلوس في الطرقات**»، قالوا يارسول الله: ما لنا بد، إنما هي مجالسنا نتحدث فيها، قال: «**فإذا أبيتم إلا المجالس؛ فأعطوا الطريق حقَّه، قالوا وما حقُ الطريق: قال: غضُّ البصر، وكفُ الأذى، وردُّ السلام، وأمر بالمعروف ونهيٌ عن المنكر**»[٣]. وعن أبي هريرة ﷺ قال: قال ﷺ: «**إنَّ الله كتب على ابن آدم**

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الإيمان – باب حلاوة الإيمان، ١ / ١٢، رقم:١٦) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان، باب بيان خصال من اتصف بهن وجد حلاوة الإيمان، ١ / ٤٨، رقم:٤٣).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الإيمان – باب حب الرسول ﷺ من الإيمان، ١ / ١٢، رقم:١٥) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الإيمان – باب وجوب محبة رسول الله ﷺ، ١ / ٤٩، رقم:٤٤).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب المظالم، باب الجلوس على الصعدات، ٣ / ١٣٢، رقم:٢٤٦٥) ، (٨ / ٥١، رقم:٦٢٢٩) ومسلم في "صحيحه" (كتاب اللباس، باب الجلوس فِي الطرقات، ٦ / ١٦٥، رقم:٢١٢١).

حظَّه من الزنا، أدركَ لامحالة، فزنا العينين النَّظر ... الحديث[١]. قال ابن القيم في فوائد غضِّ البصر: أنه يمنع من وصول أثر السَّهم المسموم الذي لعل فيه هلاكه إلى قلبه.

٣-المبادرة إلى النكاح، وهو ترياق داء التَّعلق والعشق؛ لما في النكاح وقضاء الوطر من سكون النفس واتزانها وطمأنينتها، فلا يزال العاشق مسلوب السكينة والطمأنينة في أحواله كلها حتى يقضي وطره من معشوقه ولا سبيل مباح إلى ذلك إلا بالزواج. إذ به تضعُف الحرارة الغريزيَّة التي تنشرُ العشق وتثيره. ومن أدلة السُّنة في هذا الباب؛ وصية النبي ﷺ لشباب أمته: " يامعشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج". وعن ابن عباس... يرفعه: «**لم يُرَ للمتحابين مثل النكاح**»[٢].

٤- الحوار والإقناع؛ وهو أحد وسائل الدعوة النبوية، التي جاءت عن النبي... في مواطن مختلفة، ومما يدل على ذلك في هذا الباب: حديث أبي أمامة ﷺ أنَّ فتى من قريش جاء إلى النبي ﷺ، فقال: ائذن لي بالزنا، فأقبل عليه القوم فزجروه، فقال ﷺ: ادْنُهْ، فدنا منه فقال عليه السلام:

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب القدر، باب وحرام على قرية أهلكناها أنهم لا يرجعون، ٨ / ١٢٥، رقم:٦٦١٢) ومسلم في "صحيحه" (كتاب القدر، باب قدر على ابن آدم حظه من الزنا وغيره، ٨ / ٥٢، رقم:٢٦٥٧).

(٢) أخرجه ابن ماجه في "سننه" (أبواب النكاح، باب ما جاء فِي فضل النكاح، ٣ / ٥٤، رقم:١٨٤٧)، والحاكم في "مستدركه" (٢ / ١٦٠) والضياء المقدسي في "الأحاديث المختارة" (١١ / ٥٢، رقم:٤٣) من طريق إبراهيم بن ميسرة، عن طاوس، عن ابن عباس، وإسناده صحيح، صحَّحه: الحاكم، والضياء، والبوصيري. ينظر: "حاشية السندي على بن ماجه": (١ / ٥٦٧).

«**أتحبه لأمك؟**... الحديث[1].

وهذا ممَّا ينبغي للناصح والمربي حين يستنصحه من بُلِيَ بالعشق، فلا ينبغي له الزجر به والتهكم، بل عليه معرفة حال ذلك المبتلي، والتَّفرُّس في دوافع عشقه؛ فإن كانت دوافع عشقه قلّة مبالاته بأوامر الله ونواهيه؛ فليغلِّب جانب الترهيب. وإن كانت دوافع عشقه ضعف إيمانه مع ظهور الندم والحسرة عليه؛ فليغلِّب جانب الترغيب.

المطلب الأول: تعريف الشذوذ الجنسي اصطلاحًا

تمهيد:

أولت الشريعة الإسلامية الأعراض بالغ الاهتمام والعناية، بل وكانت حماية الأعراض أحد الضروريات الخمس التي جاءت الشريعة الإسلامية بحمايتها وصيانتها.

وأرشدت الشريعة إلى أنَّ إعمار الأرض والاستخلاف الرباني عليها لايتأتَّى إلا بذرية طيبة تقوم لله ﷻ بأمره وتقف عند نهيه. ولايمكن لهذا الاستخلاف أن يحقق مقاصده بانتشار الفواحش، واختلاط الأنساب، والسعي وراء إشباع النزوات بطريقة بهيمية لا تمتُّ للشريعة الإسلامية بصلة ولا مذهب، بل انتشار ذلك أمارة على زوال الأمم وهلك الحرث والنَّسل قال تعالى مبينًا هلاك قوم لوط بسبب شناعة فعلهم: ﴿فَلَمَّا جَآءَ أَمۡرُنَا جَعَلۡنَا عَٰلِيَهَا سَافِلَهَا وَأَمۡطَرۡنَا عَلَيۡهَا حِجَارَةٗ مِّن سِجِّيلٖ مَّنضُودٖ﴾ هود: (٨٢).

تعريف الشذوذ الجنسي عند العلماء:

لم أقف على تعريف جامع لأئمة الفقه الإسلامي لمعنى الشذوذ الجنسي؛ وإنما جاءت تعريفاتهم مبسوطة لآحاد الشذوذ المخالف للفطرة السليمة؛ كالزنا، واللواط، وإتيان المرأة المرأة، وإتيان البهيمة ونحو ذلك.

---

(١) أخرجه أحمد في "مسنده" (٣٦/ ٥٤٥، رقم: ٢٢٢١١) من طريق سليم بن عامر، عن أبي أمامة ﷺ، وإسناده صحيح، صحَّحه الهيثمي في "مجمع الزوائد" (١/ ١٢٩).

وجاءت تلك التعريفات عندهم جامعة مانعة؛ لتَرتّب الحدود الشريعة عليها من الجلد والرجم ونحو ذلك ممَّا هو مبسوط في مظآن كتب الفقه.

ويمكن تعريف الشذوذ الجنسي بأنه: كل فعل جنسي شاذ وغير مألوف عقلاً وفطرةً، ولايتفق مع ما خلق الله من أجله الغزيرة الجنسية وهو النَّسل [١].

وأما تعريف الشذوذ الجنسي عند الأطباء فهو:

اضطراب جنسي يتم فيه إشباع الغزيرة الجنسية من خلال ممارسات غير مألوفة، خارجة عن الطبيعة والعُرف الاجتماعي والديني، وانحراف بين الإنسان وبين مايقابله من ذات الجنس، أو بين أفراد لا ينبغي لهم القيام بتلك الممارسات المحارم والبهائم[٢].

المطلب الثاني: أثر الشذوذ الجنسي في هدم المجتمعات

لم تكن الاضطرابات الجنسية في أساسها وليدة هذا العصر، بل هي قديمة بقدم الأمم السالفة الغابرة، وقد بيَّن القرآن العظيم بجلاء تام مابُليت به بعض أقوام الأنبياء من شناعة هذا العمل؛ كقوم نبي الله لوط عليه السلام، فقد كانت فاحشة اللواط شائعة بينهم، ولم يُسبقوا إلى شناعة هذا العمل، قال تعالى على لسان نبيه لوط عليه السلام: ﴿وَلُوطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِۦٓ إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ ٱلْفَٰحِشَةَ مَا سَبَقَكُم بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِّنَ ٱلْعَٰلَمِينَ﴾ العنكبوت: (٢٨). قال ابن كثير:"لم يسبقهم بها أحد من بني آدم ولا غيرهم، وهو إتيان الذكور، وهذا شيء لم يكن بنو آدم تعهده ولا تألفه، ولا يخطر ببالهم، حتى صنع ذلك أهل "سدوم" عليهم لعائن الله. قال عمرو بن دينار: قوله: ﴿مَا سَبَقَكُم بِهَا

(١)الشذوذ الجنسي لأحمد المروتي: (١٩).

"(٢)انظر": موسوعة الطب النفسي: (٣٣٠)، والطب النفسي المعاصر: (٦٣٠)، مقال المثلية الجنسية للدكتور: صلاح الدين فوزي العدد (٨٦) ديسمبر. من مجلة البحوث القانونية والاقتصادية، ص: (٥).

مِنۡ أَحَدٖ مِّنَ ٱلۡعَٰلَمِينَ ﴾ قال: ما نزا ذكر على ذكر حتى كان قوم لوط[1].

ومع الانفتاح الإعلامي والمعرفي الهائل في هذا العصر، وسيطرة الوسائل الإعلامية بأنواعها على كثير من المجتمعات الإسلامية، أصبحت الطامة الكبرى ليست بانتشار هذه الفواحش فحسب؛ بل محاولة تقنين الفواحش، وتبرير اللواط والسِّحاق بحجة كفالة الحريات الشخصية، وبثِّ هذه الفواحش في برامج الناشئة والمجمعات التعلمية الغربية، في السعي الحثيث لتمييع الفطرة الربانية في تجريم هذا العمل الشنيع ولا حول ولا قوة إلا بالله.

ومن الآثار والويلات التي يجرها هذا العمل على المجتمعات مايلي:

- استحقاق غضب الله وسخطه وعذابه؛ وقد قصَّ الله في كتابه ماحلَّ بقوم لوط من عذاب أليم بسبب فعلهم ممَّا تقدمت الإشارة إليه. قال ابن القيم: "ولم يبتلي الله ﷻ بهذه الكبيرة قبل قوم لوط أحدًا من العالمين، وعاقبهم عقوبة لم يعاقب بها أُمَّةٌ غيرهم وجمع عليهم أنواعًا من العقوبات من الإهلاك، وقلب ديارهم عليهم، والخسف بهم... فنكّل بهم نكالاً لم ينَكِّلْهُ بأُمةٍ سواهم"[2].
- حلول الأمراض والأوبئة التي لم تعرف فيمن سلف؛ مصدقًا لقوله ﷺ: «**لم تظهر الفاحشة في قوم قط حتى يُعلنوا بها، إلا فشا فيهم الطاعون والأوجاع التي لم تكن مضت في أسلافهم الذين مضوا...**»[3]. وقد أثبت الطبّ الحديث انتشار أمراض سببها الرئيس الشذوذ ومخالفة الفطرة، وقف

(١) تفسير ابن كثير: (٣/٤٤٥). وللاستزادة انظر: ذمّ اللواط لأبي بكر الأجري، وذمّ اللواط لأبي محمد الدُّوري.

(٢) الجواب الكافي: (٣٩٦).

(٣) أخرجه ابن ماجه في "سننه" (أبواب الفتن، باب العقوبات، ٥ / ١٤٩، رقم: ٤٠١٩) والبزار في "مسنده" (١٢ / ٣١٥، رقم: ٦١٧٥) وغيرهما من طرق عن عطاء بن أبي رباح، عن عبد الله بن عمر ﷺ. وإسناده حسن بمجموع طرقه. قال الحاكم: "هذا صحيح على شرط مسلم". وقال البوصيري: "هذا حديث صالح للعمل به". "مصباح الزجاجة" (٤/ ١٨٦).

الطبُّ الحديث عاجزًا عن إيجاد علاج نافعًا للتشافي النهائي منها، ومن هذه الأمراض: الإيدز والسيلان وغيرها[١].

- التفكك الأسري، والتَّشتت الاجتماعي؛ وهذا أحد الأثار الحتمية لهذا العمل الشنيع، فهو يورث الخلل في القيم، وفساد الفكر، وزوال الحكمة، فتتحول تلك الكيانات الانسانية إلى كومة بهيمية لاتعرف معروفًا ولاتنكر منكرًا، ويثبت الواقع المشاهد انغماس تلك المجتمعات الإباحية الشاذ في وحل الإدمان والتعاطي.
- هلاك الحرث والنَّسل؛ فانتشار الشذوذ الجنسي يعطّل مقصد الشريعة في حفظ النَّسل، وبناء المجتمعات الإنسانية. قال ابن القيم: "ولما كان الزنا من أمهات الجرائم وكبائر المعاصي لما فيه من اختلاط الأنساب الذي يبطُل معه التعارفُ والتناصرُ على إحياء الدين، وفي هذا إهلاكُ الحرث والنسل، فشاكَلَ في معانيه أو في أكثرها القتلَ الذي فيه هلاك ذلك، فزُجِر عنه بالقصاص ليرتدع عن مثل فعله مَن يُهمُّ به، فيعود ذلك بعمارة الدنيا، وصلاح العالم المُوصِل إلى إقامة العبادات المُوصِلة إلى نعيم الآخرة". اهـ[٢] **إلى غير ذلك من الآثار السلبية في هذا العمل الشنيع.**

المطلب الثالث: توجيهات السُّنة النبوية في درء أسباب الشذوذ الجنسي

تقدم في مواطن من هذا البحث بيان سمو هذه الشريعة وكمال أحكامها، وصلاحها لكل زمان ومكان، وتقدمت الإشارة إلى أنَّ ممَّا ساعد

(١) انظر: كتاب الأمراض الجنسية أسبابها وعلاجها، للدكتور: محمد علي البار، ص: (٢٥)، (٩٣)، (١٣١)، (٢٢٥). وهو كتاب قيّم في سرد التاريخ المرضي للشذوذ بداياته وآثاره، وكتاب: الأمراض الجنسية عقوبة إلهية للدكتور: عبدالحميد القضاة، ص: (١٢٠).

(٢) إعلام الموقعين: (٤٢٧/٢).

على اضطراد أحكام الشريعة على اختلاف الأحوال، وتباعد الأزمان، وكثرة نوازل القضايا والأحكام؛ هو تفطّنُ الشارع إلى دروب المهالك، وسُبل البلايا الموصلة -يقينًا أو ظنًّا غالبًا- إلى المحرمات؛ فحرَّم على المكلَّف تلك الدروب والمسالك، وجعل حكمها حكم ذلك الفعل المنهي عنه.

فالشريعة لا تنتظر وقوع الممنوع ثم تحرّمه؛ بل تحرّم كل سبيل إليه قبل وقوعه، قَلَّة هذه السُّبل أو كثرت، وفي ذلك حماية للمكلّف وصيانة له من المهالك، وهو مابات يُعرف عند علماء الإسلام بسدِّ الذرائع. قال القرافي رَحِمَهُ اللَّهُ: "أعلم أنَّ الذريعة كما يجب سدُّها يجب فتحها، وتكره وتندب وتباح، فإنَّ الذريعة هي الوسيلة، فكما أنَّ وسيلة المحرم محرمة؛ فوسيلة الواجب واجبة، كالسعي للجمعة والحج". اهـ [1]

وبالنَّظر في نصوص السُّنة النبوية الواردة في هذا الباب؛ نجد أنَّها على مسلكين في الجملة:

الأول: مسلك سدِّ الذرائع؛ القائم على منع مما لابأس به في ذاته؛ خشية الوقوع مما به بأس، وهذا حقيقة سدّ الذرائع الذي تضافرت نصوص الأحكام الشرعية في إثباته وتقريره[2].

الثاني: مسلك الزجر والتأديب القائم على الحدود والتعزيرات.

ومن توجيهات السُّنة في المسلك الأول مايلي:

١- الحث على التَّفريق في المضاجع بين الأبناء، وهذا مقصد عظيم من مقاصد الشريعة في هذا الباب؛ حيث أمر بالتفريق بين المضاجع عند بلوغ العاشرة وهو، مظنة التمييز والإدرك، فعن عمرو بن شُعيب، عن

(١) الفروق: (٣٣/٢).

(٢) للاستزادة في معرفة الأحكام الشرعية التي اشتملت على هذا الأصل العظيم ينظر كتاب: سد الذرائع في الشريعة الإسلامية للبرهاني وهو كتاب جامع في هذا الباب. قال ابن رشد رحمه الله: إنَّ أبواب الذرائع في الكتاب والسُّنة يطول ذكرها ولايمكن حصرها. المقدمات والممهدات: (٤١/٢).

أبيه عن جدِّه، قال: قال رسولُ الله ﷺ: «**مُرُوا أولاكمِ بالصلاةِ وهم أبناءُ سبعِ سِنينَ، واضرِبوهم عليها وهم أبناءُ عَشرٍ، وفرِّقوا بينهم في المَضاجِعِ**»(١).

قال المناوي: أي فرّقوا بين أولادكم في مضاجعهم التي ينامون فيها إذا بلغوا عشرا حذرًا من غوائل الشهوة وإن كن أخوات"(٢).

٢- التحذير من الحمو، والاختلاط بهم؛ فعن عقبة بن عامر، أنَّ رسول ﷺ قال: "إياكم والدخول على النساء". فقال رجل من الأنصار: يا رسول الله، أفرأيت الحمُو؟ قال: "الحمو الموت". قال النووي: "فمعناه أنَّ الخوف منه أكثر من غيره، والشَّر يتوقع منه، والفتنة أكثر لتمكّنه من

---

(١) أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب الصلاة، باب متى يؤمر الغلام بالصلاة، ١ / ١٨٥، رقم: ٤٩٥) (٤ / ١٠٩، رقم: ٤١١٣) ، (٤ / ١٠٩، رقم: ٤١١٤) وأحمد في "مسنده" (١١/ ٢٨٤، رقم: ٦٦٨٩) ، (١١ / ٣٦٩، رقم: ٦٧٥٦) وغيرهم من طريق سوار بن داود أبي حمزة الصيرفي البصري، عن عمرو بن شعيب ، عن أبيه ، عن جده. **وهذا إسنادٌ حسن**؛ سوار بن داود الصيرفي: صدوق له أوهام. "التقريب" (٢٦٩٧). **وله شاهد من حديث سبرة بن معبد** الجهني ﷺ، قال: قال النبي ﷺ: «**مُرُوا الصَّبِيَّ بِالصَّلَاةِ إِذَا بَلَغَ سَبْعَ سِنِينَ ، وَإِذَا بَلَغَ عَشْرَ سِنِينَ فَاضْرِبُوهُ عَلَيْهَا**». أخرجه أبو داود وغيره في "سننه" (كتاب الصلاة، باب متى يؤمر الغلام بالصلاة، ١ / ١٨٥، رقم: ٤٩٤) من طرق عن عبد الملك بن الربيع بن سبرة ، عن أبيه ، عن جده، **وإسناده حسن**؛ عبد الملك بن الربيع بن سبرة: وثقه العجلي، وابن خلفون، والذهبي، وروى له مسلم متابعةً. ينظر: "إكمال تهذيب الكمال" (٨/ ٣٠٩)، و"تهذيب التهذيب" (٢/ ١٦٢)، و"الكاشف" (١/ ٦٦٤).

(٢) عون المعبود شرح سنن أبي داود: (١١٥/٢). وفي دراسة ميدانية أجراها الباحث الأمريكي ألفريد كنسي بعنوان: (السلوك الجنسي لدى الأمريكيين) والتي شملت اثني عشر ألف مواطن أمريكي من مختلف شرائح المجتمع، خلصت إلى أن ٢٢ % ممن سألهم عن أول تجربة لممارسة الجنس قالوا: إن أول تجربة جنسية لهم كانت في سن العاشرة، وأنها كانت في فراش النوم، وأنها كانت مع الأخ أو الأخت أو الأم. وانتهت الدراسة التي أجريت في مطلع الأربعينيات إلى القول بأن الإرهاصات الجنسية تبدأ عند الولد والبنت في سن العاشر.

الوصول إلى المرأة والخلوة من غير أن يُنْكَر عليه بخلاف الأجنبي. والمراد بالحمو هنا: أقارب الزوج غير آبائه وأبنائه، فأما الآباء والأبناء فمحارم لزوجته تجوز لهم الخلوة بها، ولايوصفون بالموت...وعادة الناس المساهلة فيه، ويخلو بامرأة أخيه فهذا هو الموت وهو أولى بالمنع من الأجنبي لما ذكرناه"(١).

٣- النهي عن تشبه الرجال بالنساء، والنساء بالرجال، وقد جاء الوعيد الشديد على ذلك، واعتباره من كبائر الذنوب، فنهى الشارع تشبّه أحد الجنسين بالآخر في كل ماهو من خصائص الآخر كاللباس والحركات وممَّا ورد في ذلك:

- عن ابن عباس ﷺ، قال: رسول الله ﷺ «**لعن الله المتشبهين من الرجال بالنساء، والمتشبهات من النساء بالرجال**»(٢).
- وعنه ﷺ قال: «**لعن النبي ﷺ المخنثين من الرجال، والمترجلات من النساء، وقال: «أخرجوهم من بيوتكم**». قال: فأخرج النبي ﷺ فلانًا، وأخرج عمر فلانًا"(٣).

-وعن أبي هريرة: «**لَعَنَ رَسُولُ اللهِ ﷺ الرَّجُلَ يَلْبَسُ لِبْسَةَ الْمَرْأَةِ، وَالْمَرْأَةَ تَلْبَسُ لِبْسَةَ الرَّجُلِ**»(٤)اهـ قال المناوي: "فيه حرمة تشبه الرجال بالنساء

---

(١) شرح النووي على مسلم: (١٤/١٥٤).

(٢)أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب اللباس، باب المتشبهون بالنساء والمتشبهات بالرجال، ٧ / ١٥٩، رقم: ٥٨٨٥).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب اللباس، باب إخراج المتشبهين بالنساء من البيوت، ٧ / ١٥٩، رقم: ٥٨٨٦).

(٤)أخرجه أبو داود في "سننه" (كتاب اللباس، باب في لباس النساء، ٤ / ١٠٤، رقم: ٤٠٩٨) وأحمد في "مسنده" (١٤ / ٦١، رقم: ٨٣٠٩) والنسائي في "الكبرى" (٨ / ٢٩٧، رقم: ٩٢٠٩) وابن حبان في "صحيحه" (١٣ / ٦٢، رقم: ٥٧٥١) ، (١٣ / ٦٣، رقم: ٥٧٥٢) والحاكم في "مستدركه" (٤ / ١٩٤) من طريقين عن سهيل بن أبي صالح ، عن أبيه ، عن أبي هريرة، وإسناده صحيح.

وعكسه؛ لأنه إذا حَرُمَ في اللباس ففي الحركات والسَّكنات والتَّصنع بالأعضاء والأصوات أولى بالذَّم والقبح، فيحرُم على الرجال التشبه بالنساء، وعكسه في لباس اختص به المشَّبَه، بل يفْسُق فاعله للوعيد عليه باللعن". [(١)]اهـ

٤- النّهي عن الدخول على النساء، ومبيت الرجل عند امرأة أجنبية؛ فعن جابر ﷺ يرفعه: «**لاتَلِجُوا على المغيّبات**[(٢)]؛ **فإنَّ الشيطان يجري من أحدكم مجرى الدم**[(٣)]»[(٤)]. وعنه ﷺ يرفعه: «**لا يبيتنَّ أحدٌ عند امرأة ثيّب، إلا أن يكون ناكحًا أو ذا مَحرم**»[(٥)].

وأما المسلك الثاني التي جاءت به السُّنة النبوية في درء الشذوذ: هو إقامة الحدود والتعزيرات، وباب التعزير من مقاصد الشريعة العظيمة لحفظ الضروريات الخمس التي سبقت الإشارة إليها ومن ذلك:

- إقامة حدّ الزنا على من ثبت عليه ذلك؛ والنصوص في هذا الباب متواترة فمن ذلك؛ أمر النبي ﷺ برجم امرأة صاحب العسيف، حيث قال: «**وَاغْدُ**

---

(١)فيض القدير: (٥/٢٦٩).

(٢) والمغيبات: جمع مغيبة، وهي التي غاب عنها زوجها. الفائق في غريب الحديث: (١٠٧/٣)

(٣)قال في القرطبي: "وإنَّما خصَّ المبيت عند الثيب بالنهي؛ لأنَّ الخلوة بالثيب بالليل هي التي تمكن غالبًا، فإنَّ الأبكار يتعذر الوصول إليهن غالبًا للمبالغة في التحرز بهن، ولنفرتهن عن الرجال، ولأنَّ الخلوة بالنهار تندر، فخرج النهي على المتيسَّر غالبًا". المفهم: (٥/٥٠٠).

(٤) أخرجه الترمذي في "جامعه" (٢ / ٤٦٢، رقم: ١١٧٢) وأحمد في "مسنده" (٢٢ / ٢٢٦، رقم: ١٤٣٢٤) وغيرهم من طريق مجالد، عن الشعبي، عن جابر. **وإسناده ضعيف**؛ قال الترمذي: "هذا حديث غريب من هذا الوجه، وقد تكلم بعضهم في مجالد بن سعيد من قبل حفظه".

(٥) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب تحريم الخلوة بالأجنبية والدخول عليها، ٧ / ٧، رقم: ٢١٧١).

يَا أُنَيْسُ إِلَى امْرَأَةِ هَذَا، فَإِنِ اعْتَرَفَتْ فَارْجُمْهَا»[1].

ورجم ماعز ﷺ عن ابن عباس ﷺ قال: **لَمَّا أَتَى مَاعِزُ بْنُ مَالِكٍ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ لَهُ: لَعَلَّكَ قَبَّلْتَ ... قَالَ: لَا يَا رَسُولَ اللهِ، قَالَ: فَعِنْدَ ذَلِكَ أَمَرَ بِرَجْمِهِ**[2].

ورجم اليهوديين عن ابن عمر ﷺ قال: **أُتِيَ رَسُولُ اللهِ ﷺ بِيَهُودِيٍّ وَيَهُودِيَّةٍ قَدْ أَحْدَثَا جَمِيعًا ... فَأَمَرَ بِهِمَا رَسُولُ اللهِ ﷺ فَرُجِمَا**[3].

ورجم الغامدية عن بريدة قال: «**جَاءَتِ الْغَامِدِيَّةُ فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللهِ، إِنِّي قَدْ زَنَيْتُ فَطَهِّرْنِي، وفيه: ثُمَّ أَمَرَ بِهَا فَحُفِرَ لَهَا إِلَى صَدْرِهَا ، وَأَمَرَ النَّاسَ فَرَجَمُوهَا**[4].

- تعزير اللوطي ومن أتى بهيمة؛ وتعزيره يكون بالقتل؛ لاتفاق الصحابة ﷺ على قتل اللوطي، وإنما وقع اختلافهم في طريقة قتله. وكذا تعزير من أتى بهيمة بما يراه ولي الأمر رادعًا لفعله بما هو مبسوط في مظانه من كتب الفقه. قال شيخ الإسلام: "أمَّا صحْبة المرْدان على وجه الاختِصاص بأحدِهم مع ما ينضمُّ إلى ذلك من الخلوة بالأمرد الحسَن، ومبيته مع الرجُل، ونحو ذلِك فهذا من أفْحَش المنكَرات عند المسلمين

(١) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الوكالة، باب الوكالة في الحدود، ٣ / ١٠٢، رقم: ٢٣١٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب من اعترف على نفسه بالزنى، ٥ / ١٢١، رقم: ١٦٩٨).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب هل يقول الإمام للمقر لعلك لمست أو غمزت، ٨ / ١٦٧، رقم: ٦٨٢٤) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب من اعترف على نفسه بالزنى، ٥ / ١١٧، رقم: ١٦٩٣).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب الرجم في البلاط، ٨ / ١٦٥، رقم: ٦٨١٩) ومسلم في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب رجم اليهود أهل الذمة فِي الزنى، ٥ / ١٢١، رقم: ١٦٩٩).

(٤) أخرجه مسلم في "صحيحه" (كتاب الحدود، باب من اعترف على نفسه بالزنى، ٥ / ١١٨، رقم: ١٦٩٥).

وعند اليهود والنَّصارى وغيرهم؛ فإنَّه قد عُلِم بالاضطِرار من دين الإسلام، ودين سائر الأُمَم بعد قوم لوط – تَحريمُ الفاحشة اللوطيَّة... ولهذا؛ اتَّفق الصَّحابة على قتلِهما جميعًا، لكن اختلفوا في صفة القتْل؛ فبعضُهم قال: يُرجم، وبعضُهم قال: يرمى من أعْلى جدار في القرْية ويتبع بالحجارة، وبعضهم قال: يُحْرق بالنَّار؛ ولهذا كان مذهب جمهور السَّلف والفُقهاء: أنَهما يُرجمان، بكْرَين كانا أو ثيِّبَين، حرَّين كانا أو مملوكَين..."[١].

– الأمر بالتغريب والإخراج من البلد؛ وهذا تقَطَّنٌ من الشارع الحكيم لضرر هؤلاء، وعظيم فسادهم على الناس وقد تقدم في حديث ابن عباس ﷺ: قال: **لعن النبي ﷺ المخنثين من الرجال، والمترجلات من النساء**، وقال: «**أخرجوهم من بيوتكم**». قال: فأخرج النبي ﷺ فلانًا، وأخرج عمر فلانًا"[٢]. قال شيخ الإسلام: "وقد ذكر الشافعي وأحمد أنَّ التغريب جاء في السُّنة في موضعين: أحدهما: أنَّ النبي ﷺ قال في الزاني إذا لم يحصن: «**جلد مائة وتغريب عام**»[٣]. والثاني: نفي المخنثين"[٤]. اهـ وللعلماء بسط في كيفية النفي[٥]، والراجح أنَّ ذلك يعود لاجتهاد الإمام، مع اعتبار الأصلح للمنفي والله أعلم.

---

(١) مجموع الفتاوى: (٥٤٢/١١).

(٢) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب اللباس، باب إخراج المتشبهين بالنساء من البيوت، ٧ / ١٥٩، رقم: ٥٨٨٦).

(٣) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب الشهادات، باب شهادة القاذف والسارق والزاني، ٣ / ١٧١، رقم: ٢٦٤٩).

(٤) أخرجه البخاري في "صحيحه" (كتاب اللباس، باب إخراج المتشبهين بالنساء من البيوت، ٧ / ١٥٩، رقم: ٥٨٨٧) ومسلم في "صحيحه" (كتاب السلام، باب منع المخنث من الدخول على النساء الأجانب، ٧ / ١٠، رقم: ٢١٨٠).

(٥) مجموع الفتاوى: (٥٤٢/١١).

الخاتمة

وفيها: أهم نتائج البحث وأبرز التوصيات

وأما أهم نتائج البحث:

– بيان كمال الشريعة الإسلامية في نصوصها وأحكامها وحِكَمِها ومقاصدها، وأنها جاءت لصالح البشر بما يحقق لهم الاستقرار والسلامة والطمأنينة في حياتهم ومعادهم.

– عناية السُّنة النبوية بالجانب النفسي للإنسان، فقد اشتملت على عظيم التوجيهات والوصايا التي تضمن تحقيق السلامة النفسيّة بإذن الله.

– أنَّ الجانب النفسي جزء لايمكن فصله عن الجانب الديني؛ فالجانب الديني لايمكن تحقيقه ولا اعتباره إلا بجانب نفسي مستقر ومتزن، وأنَّ القصور في الجانب النفسي مؤثر لا محالة بالجانب الديني، بل والاجتماعي والإنساني من باب أولى.

– أنَّ السُّنة النبوية لها فضل السَّبق في اكتشاف مايعتري النفس البشرية من القصور النفسي، متقدمة بذلك على الدراسات الشرقية والغربية في تصنيف الأمراض النفسية أو اكتشافها، وخاصة المشتهرة منها كالوسواس والغضب ونحوها، بل وجاءت السُّنة ببيان الإرشاد العلاجي لتحقيق التوازن النفسي في ذلك.

– ومع كون السُّنة محققة قصب السَّبق في اكتشاف بعض مايعتري الإنسان من القصور النفسي؛ فقد أرشدت السُّنة لضرورة التداوي والعلاج، وطرق أسبابه عند أهل الاختصاص، وأنَّ ذلك من تمام التوكل على الله ﷻ.

وأما أهم التوصيات:

– العناية بقراءة السنة النبوية قراءة شاملة ضمن الدراسات البينيّة العلمية بين علماء الشريعة وعلماء الطب النفسي، وإن كان الساحة في الطبِّ النفسي لاتخلو – والله الحمد– من المهتمين بنصوص الشريعة عمومًا، ونصوص السُّنة خصوصًا إلا أنَّ إثراء المكتبات الإسلامية بدراسات موسعة لهو من الضرورة بمكان، خاصة في فترة كثرت الاضطرابات النفسية، وتعددت أسبابها.

- أنَّ من القصور الذي يقع فيه بعض الدعاة؛ حصرُ مسببات الأمراض النفسية في عن الله ﷻ وشرعه، ولا شك بأنَّ هذا الكلام على إطلاقه فيه نظر، بل ومصادم لنصوص الكتاب والسُّنة، التي بينت إصابة الأنبياء والصالحين ببعض الأعراض النفسيّة كالحزن والاكتئاب والوسوسة والقلق ونحوها. وقد تسبّب انتشار هذه المقالة بوقوع شبهة عند بعض الناس؛ كيف نجد أنَّ مَن ظاهره الصلاح مصاب ببعض الأمراض النفسية، والله يقول: ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا﴾ فالحق ما قاله الله في كتابه فأساس الأمراض النفسية هو البعد عن الله وعن شرعه، ولكنَّ هذا لايعني حصر أسبابه في ذلك لما تقدم.
- تقرير مادة "الصحة النفسيّة في ضوء السنة النبوية" ضمن المقررات الدراسية في المرحلة الثانوية والجامعية للبنين والبنات على حدٍّ سواء، إذ هي مرحل حرجة للإصابة ببعض الأمراض النفسية الشائعة في تلك المرحلة؛ كالتَّعلق، والوسواس، والاكتئاب، والحزن والغضب المرضي وغيرها.

هذا والله أعلم وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

من أهم المصادر والمراجع

١. **الإحكام في أصول الأحكام**، لسيف الدين علي بن محمد الآمدي علّق عليه: عبد الرزاق عفيفي [ت ١٤١٥ هـ]، قام بتصحيحه: عبد الله بن عبد الرحمن بن غديان [ت ١٤٣١ هـ]- علي الحمد الصالحي [ت ١٤١٥ هـ] الناشر: مؤسسة النور بالرياض، سنة ١٣٨٧ هـ

٢. **إحياء علوم الدين**، أبو حامد محمد بن محمد الغزالي الطوسي (ت ٥٠٥هـ)، الناشر: دار المعرفة – بيروت.

٣. **اختلاف الأئمة العلماء**، يحيى بن (هُبَيْرَة بن) محمد بن هبيرة الذهلي الشيبانيّ، أبو المظفر، عون الدين (ت ٥٦٠ هـ)، المحقق: السيد يوسف أحمد الناشر: دار الكتب العلمية – لبنان / بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٢٣ هـ - ٢٠٠٢ م

٤. **الأرق أسبابه وعلاجه** للدكتور: لعبد الباسط السيد، الطبعة الأولى، الناشر: مكتبة ألفا.

٥. الأرق للدكتور: أحمد الأهواني، الطبعة الأولى، دار المعارف المصرية، ١٩٥٥.

٦. **أزمة علماء النفس المسلمين**، د. مالك بدري، من اصدارات شبكة العلوم النفسية الإنسانية، العدد: ١٧، ٢٠٠٩-٢٠١٠م.

٧. **الاستقامة**، المؤلف: أبو العباس، تقي الدين، أحمد بن عبد الحليم ابن تيمية [ت ٧٢٨ هـ]، المحقق: د. محمد رشاد سالم، الناشر: جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الطبعة: الأولى، (١٤٠٣ هـ = ١٩٨٣ م)، عدد الأجزاء: ٢

٨. **أسد الغابة في معرفة الصحابة**، لأبي الحسن عزّ الدين محمد بن عبد الكريم ابن الأثير الجزري (ت: ٦٣٠)، تحقيق: علي محمد معوض، وعادل عبد الموجود، دار الكتب العلمية، بيروت، ط:١، ١٤١٥هـ، ١٩٩٤ م.

٩. **الإصابة في تمييز الصحابة**، لأبي الفضل أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، تحقيق: مركز هجر للبحوث، دار هجر. عدد المجلدات ١٤.

١٠. **الاعتصام**، لإبراهيم بن موسى بن محمد اللخمي الغرناطي الشهير بالشاطبي (ت ٧٩٠هـ) تحقيق: محمد بن عبد الرحمن الشقير، وغيره، الناشر: دار ابن الجوزي للنشر والتوزيع، الطبعة: الأولى، ١٤٢٩ هـ - ٢٠٠٨ م، عدد الأجزاء: ٣.

١١. **أعلام الحديث** (شرح صحيح البخاري)، المؤلف: أبو سليمان حمد بن محمد الخطابي (ت ٣٨٨ هـ)، المحقق: د. محمد بن سعد بن عبد الرحمن آل سعود، الناشر: جامعة أم القرى، الطبعة: الأولى، ١٤٠٩ هـ - ١٩٨٨ م، عدد الأجزاء: ٤

١٢. **أعلام الموقعين** عن رب العالمين، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب

ابن قيم الجوزية (٦٩١ – ٧٥١)، الناشر: دار عطاءات العلم (الرياض)، الطبعة: الثانية، ١٤٤٠ هـ – ٢٠١٩ م، عدد الأجزاء: ٦.

١٣. **إغاثة اللهفان** في حكم طلاق الغضبان، لأبي عبد الله محمد بن أبي بكر ابن قيم الجوزية (٦٥٩ – ٧٥١)، دار عطاءات العلم الرياض، الطبعة: ٥، ١٤٤٠ هـ – ٢٠١٩ م.

١٤. **الاكتئاب أسبابه وعلاجه** في القديم والحديث، للدكتور: عبدالباسط السيد، الناشر: مكتبة ألفا، الطبعة الأولى، ٢٠٠٧– ١٤٢٨هـ.

١٥. **الاكتئاب اضطراب العصر الحديث** للدكتور: عبدالستار إبراهيم، مجلة عالم المعرفة، ١٩٨٩م.

١٦. **الأمراض الجنسية أسبابها وعلاجها**، للدكتور: محمد علي البار، دار المنار، الطبعة الثانية، ١٤٠٦هـ

١٧. **الأمراض الجنسية عقوبة إلهية** للدكتور: عبدالحميد القضاة، الطبعة الأولى، ١٤٠٥م

١٨. **الإنصاف** في معرفة الراجح من الخلاف، المؤلف: علاء الدين أبو الحسن علي بن سليمان بن أحمد المَرْداوي (ت ٨٨٥ هـ)، تحقيق: د عبد الله بن عبد المحسن التركي، الناشر: هجر للطباعة والنشر والتوزيع والإعلان، القاهرة، الطبعة: الأولى، ١٤١٥ هـ – ١٩٩٥ م، عدد الأجزاء: ٣٠

١٩. **البحر المحيط** في التفسير، المؤلف: محمد بن يوسف، الشهير بأبي حيان الأندلسي (ت ٧٤٥ هـ) الناشر: دار الفكر – بيروت، عام النشر: ١٤٢٠ هـ – ٢٠٠٠ م، عدد الأجزاء: ١١.

٢٠. **بدائع الصنائع** في ترتيب الشرائع، المؤلف: علاء الدين، أبو بكر بن مسعود الكاساني الحنفي (ت ٥٨٧ هـ)، الطبعة: الأولى ١٣٢٧ – ١٣٢٨ هـ، دار الكتب العلمية، بيروت، عدد الأجزاء: ٧

٢١. **تاج العروس من جواهر القاموس**، لمحمّد مرتضى الحسيني الزَّبيدي، تحقيق: جماعة من المختصين، من إصدارات: وزارة الإرشاد والأنباء في الكويت، عدد الأجزاء: ٤٠.

٢٢. **تاريخ ابن خلدون**، المؤلف: عبد الرحمن بن بن خلدون (٧٣٢ – ٨٠٨ هـ)، ت: د. سهيل زكار، الناشر: دار الفكر، بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤٠١ هـ – ١٩٨١ م، عدد الأجزاء: ٨.

٢٣. **التاريخ الكبير**، لأبي عبد الله محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاريّ، طبع تحت مراقبة: محمد عبد المعيد خان، دائرة المعارف العثمانية، حيدر آباد – الدكن.

٢٤. **التحرير والتنوير**، المؤلف: محمد الطاهر ابن عاشور، الناشر: الدار التونسية للنشر – تونس، سنة النشر: ١٩٨٤ هـ، عدد الأجزاء: ٣٠.
٢٥. **تحفة المودود بأحكام المولود**، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب ابن قيم الجوزية (٦٩١ – ٧٥١)، المحقق: عثمان بن جمعة ضميرية، الناشر: دار عطاءات العلم (الرياض)، الطبعة: الرابعة، ١٤٤٠ هـ – ٢٠١٩ م.
٢٦. **التعريفات**، المؤلف: علي بن محمد بن علي الزين الشريف الجرجاني (ت ٨١٦هـ)، الناشر: دار الكتب العلمية بيروت، الطبعة: الأولى ١٤٠٣هـ –١٩٨٣م.
٢٧. **التفاؤل والتشاؤم** للدكتور: بدر الأنصاري، مطبوعات جامعة الكويت، الطبعة الأولى ١٩٩٨م.
٢٨. **التفسير البسيط**، المؤلف: أبو الحسن علي بن أحمد بن محمد الواحدي (ت ٤٦٨ هـ)، أصل تحقيقه: (١٥) رسالة دكتوراة بجامعة الإمام محمد بن سعود، الناشر: عمادة البحث العلمي – جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الطبعة: الأولى، ١٤٣٠ هـ، عدد الأجزاء: ٢٥.
٢٩. **تفسير القرآن العظيم**، لأبي الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير الدمشقي (ت: ٧٧٤)، تحقيق: تحقيق: سامي بن محمد سلامة، دار طيبة، ط:٢، ١٤٢٠هـ، ١٩٩٩ م.
٣٠. **تفسير النسفي** (مدارك التنزيل وحقائق التأويل)، المؤلف: أبو البركات عبد الله بن أحمد بن محمود حافظ الدين النسفي (ت ٧١٠ هـ)، الناشر: دار الكلم الطيب، بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١٩ هـ – ١٩٩٨ م، عدد الأجزاء: ٣.
٣١. **تقريب التهذيب**، لأبي الفضل أحمد بن علي بن محمد بن أحمد بن حجر العسقلاني (ت: ٨٥٢هـ)، المحقق: محمد عوامة، دار الرشيد، سوريا، ط:١، ١٤٠٦، ١٩٨٦، الأجزاء: ١.
٣٢. **التقفية في اللغة**، المؤلف: أبو بشر، اليمان بن أبي اليمان البَندنيجي، (ت ٢٨٤ هـ)، الناشر: الجمهورية العراقية – وزارة الأوقاف – إحياء التراث الإسلامي (١٤) – مطبعة العاني – بغداد، عام النشر: ١٩٧٦ م.
٣٣. **التكيّف والصحة النفسية** لمحمد الهابط، المكتب الجامعي لحديث، الطبعة الثانية، ١٩٨٥م.
٣٤. **تلبيس إبليس**، المؤلف: أبو الفرج عبد الرحمن بن الجوزي (ت ٥٩٧ هـ)، تحقيق: قسم التحقيق والبحث العلمي بدار المنهاج، القاهرة – مصر، الطبعة: الثانية، ١٤٣٦ هـ – ٢٠١٥ م.

٣٥. **التمهيد لما في الموطأ من المعاني والأسانيد**، لأبي عمر يوسف بن عبد الله بن محمّد بن عبد البر النمريّ الأندلسيّ، تحقيق: مصطفى بن أحمد العلويّ، ومحمّد عبد الكبير البكريّ، ١٣٨٧هـ- ١٩٦٧م.
٣٦. **تهذيب التهذيب**، لأبي الفضل أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، تحقيق: إبراهيم الزيبق وعادل مرشد، مؤسسة الرسالة- بيروت، ط:١، ١٤٢١ هـ- ٢٠٠١م.
٣٧. **شرح صحيح البخاري** لابن بطال، المؤلف: ابن بطال أبو الحسن علي بن خلف بن عبد الملك (ت ٤٤٩ هـ)، تحقيق: أبو تميم ياسر بن إبراهيم، دار النشر: مكتبة الرشد – السعودية، الرياض، الطبعة: الثانية، ١٤٢٣ هـ - ٢٠٠٣ م، عدد الأجزاء: ١٠.
٣٨.
٣٩. **تهذيب اللغة**، المؤلف: محمد بن أحمد بن الأزهري الهروي، أبو منصور (ت ٣٧٠هـ)، المحقق: محمد عوض مرعب، الناشر: دار إحياء التراث العربي – بيروت، الطبعة: الأولى، ٢٠٠١م، الأجزاء: ٨.
٤٠. **تهذيب سنن أبي داود** وإيضاح علله ومشكلاته، المؤلف: أبو عبد الله محمد بن أبي بكر بن أيوب ابن قيم الجوزية (٦٥٩ - ٧٥١)، الناشر: دار عطاءات العلم (الرياض)، عدد الأجزاء: ٣.
٤١. **التوقيف على مهمات التعاريف**، المؤلف: زين الدين محمد المدعو بعبد الرؤوف بن تاج العارفين المناوي القاهري (ت ١٠٣١هـ)، الناشر: عالم الكتب ٣٨ عبد الخالق ثروت–القاهرة، الطبعة: الأولى، ١٤١٠هـ-١٩٩٠م.
٤٢. **جامع العلوم والحكم**، لأبي الفرج عبد الرحمن بن أحمد بن رجب الحنبلي، دار المعرفة، بيروت، الطبعة الأولى، ١٤٠٨هـ.
٤٣. **الجامع لأحكام القرآن = تفسير القرطبي**، لأبي عبد الله محمد بن أحمد بن أبي بكر شمس الدين القرطبي (ت: ٦٧١هـ)، تحقيق: أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية – القاهرة، الطبعة: الثانية، ١٣٨٤هـ، ١٩٦٤ م، ٢٠ جزءا.
٤٤. **الجامع لعلوم الإمام أحمد**، الإمام: أبو عبد الله أحمد بن حنبل، المؤلف: مجموعة من الباحثين، الناشر: دار الفلاح للبحث العلمي وتحقيق التراث، الفيوم – مصر، الطبعة: الأولى، ١٤٣٠ هـ - ٢٠٠٩ م، عدد الأجزاء: ٢٢.
٤٥. **الحاوي في الطب**، المؤلف: أبو بكر، محمد بن زكريا الرازي (ت ٣١٣هـ)، اعتنى به: هيثم خليفة، الناشر: دار احياء التراث العربي – لبنان/ بيروت، ط: ١، ١٤٢٢هـ - ٢٠٠٢م، عدد الأجزاء: ٧.

٤٦. **الحديث النبوي وعلم النفس**، دار الشروق، الطبعة الأولى، ١٤٠٩هـ، ١٩٨٩م
٤٧. **المُغْرِب في ترتيب المعرِب**، المؤلف: أبو الفتح ناصر الدين المطرزي (٦١٠)، حققه: محمود فاخوري، الناشر: مكتبة أسامة بن زيد، حلب – سوريا، الطبعة: الأولى، ١٣٩٩ هـ – ١٩٧٩ م.
٤٨. **المغني**، لابن قدامه موفق الدين عبد الله بن أحمد المقدسي الدمشقي الحنبلي (ت: ٦٢٠ هـ)، تحقيق: الدكتور عبد اللَّه بن عبد المحسن التركي، الناشر: دار عالم الكتب، الرياض، الطبعة: الثالثة، ١٤١٧ هـ –١٩٩٧ م.
٤٩. **المفاتيح شرح المصابيح**، المؤلف: الحسين بن محمود الشِّيرازيُّ الحَنَفيُّ المشهورُ بالمُظْهِري (ت ٧٢٧ هـ)، الناشر: دار النوادر/ وزارة الأوقاف الكويتية، الطبعة: الأولى، ١٤٣٣ هـ – ٢٠١٢ م.
٥٠. **المفردات في غريب القرآن**، ، لأبي القاسم الحسين بن محمد المعروف بالراغب الأصفهانى (ت ٥٠٢هـ)، المحقق: صفوان عدنان الداودي، الناشر: دار القلم – دمشق بيروت، ط: ١ – ١٤١٢ هـ.
٥١. **المفهم** لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، المؤلف: أبو العباس أحمد بن عمر القرطبي (٥٧٨ – ٦٥٦ هـ)، الناشر: دار ابن كثير، دمشق – بيروت، الطبعة: الأولى، ١٤١٧ هـ – ١٩٩٦ م.
٥٢. **مقاييس اللغة**، لأحمد ابن فارس بن زكرياء القزويني الرازي (ت ٣٩٥هـ)، تحقيق: عبد السلام محمد هارون، الناشر: دار الفكر، ١٣٩٩هـ – ١٩٧٩م.
٥٣. **المقدمات والممهدات**، لأبي الوليد محمد بن أحمد بن رشد القرطبي (ت ٥٢٠هـ)، تحقيق: الدكتور محمد حجي الناشر: دار الغرب الإسلامي، بيروت – لبنان، الطبعة: الأولى، ١٤٠٨ هـ – ١٩٨٨ م.
٥٤. **المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج**، لأبي زكريا محيي الدين النووي (المتوفى: ٦٧٦هـ)، دار إحياء التراث العربي، بيروت، ط:٢، ١٣٩٢، الأجزاء: ١٨.
٥٥. **الموجز في الطب لابن النفيس**، طبعة وزارة الأوقاف المصرية، ١٤٠٦هـ.
٥٦. **موسوعة الطب النفسي**، د. عبدالكريم الحجاوي، درا أسامة للنشر، عمان– الأردن، الطبعة الأولى، ٢٠٠٤م.
٥٧. المؤلف: محمود بن عمر بن أحمد الزمخشري [ت ٥٣٨ هـ]، الناشر: دار الريان للتراث بالقاهرة، الطبعة: الثالثة ١٤٠٧ هـ – ١٩٨٧ م.

٥٨. **ميزان الاعتدال في نقد الرجال**، لأبي عبد الله محمد بن أحمد الذهبي، تحقيق: محمد رضوان عرقوسي، وغيره، دار الرسالة العالمية، سوريا، ط١، ١٤٣٠-٢٠٠٩.
٥٩. نحو علم نفس إسلامي، د. حسن الشرقاوي، الهيئة المصرية الامة للكتاب، الطبعة الأولى، ١٩٧٩م.
٦٠. **النهاية في غريب الحديث والأثر**، لمجد الدين أبي السعادات المبارك بن محمد ابن الأثير الجزري (ت: ٦٠٦)، تحقيق: طاهر أحمد الزاوي، ومحمود محمد الطناحي، المكتبة العلمية، بيروت، ١٣٩٩هـ، ١٩٧٩م.
٦١. **الهداية إلى بلوغ النهاية** في علم معاني القرآن وتفسيره، لأبي محمد مكي بن أبي طالب القيسي القيرواني ثم الأندلسي القرطبي المالكي (ت ٤٣٧هـ)، مجموعة رسائل جامعية- جامعة الشارقة، كلية الشريعة - جامعة الشارقة، الطبعة: الأولى، ١٤٢٩ هـ - ٢٠٠٨ م.
٦٢. **الوسواس والهواجس النفسية**، د. علي القائمي، دار النبلاء، الطبعة الأولى ١٤١٦هـ-١٩٩٦م. . وغيرها من المصادر

المواقع الإلكترونية:

- موقع وزارة الصحة السعودية
- مجلة نون بوست الإلكترونية
- الموقع الرسمي لجامعة عين شمس
- موقع تفسير للدراسات القرآنية
- الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية