

بسم الله الرحمن الرحيم

الصحة في علم النفس الإسلامي
رسالة من الأجداد الى الاحفاد
الزبير بشير طه (يوليو 2024)

الزبير بشير طه، كلية نيتة، الخرطوم، السودان
Email: elzubairbashir@hotmail.com

الوعي الإنساني هو الوعاء الحامل لمعارف الفرد وذاكرته واعتقاداته وقيمه وهو بذلك مناط التكليف والمسئولية ليكون الانسان متحملا شرعا وأخلاقيا تبعات خياراته الذاتية مفوضا بالأصالة عن نفسه وافعاله واقواله وافكاره ومشاعره تكليفا كاملا. ومن هذا التكليف تكون البدايات لعمليات الرعاية للصحة النفسية وحمائتها من الاضطراب وهي العمليات التي يساهم في القيام بها المشتغلون بالصحة النفسية.

ان اول ما يتوجب الاهتمام به اسلاميا لتعزيز أو لإعادة التوازن العقلي والنفسي هو استحضار الصورة الكلية للكون والحياة والانسان التي تكون في المتوسط ثقافة المسلم وأساس هذه الثقافة شهادة الا إله الله وهي خير ما قاله رسول الله والنبيون من قبله - ففي مرتكز عقيدة المسلم التوحيد و افراد الله بالربوبية.

يرى الفاروقي ان جوهر التدين للفرد هو الإقرار بالله ربا وان هذا الإقرار يملأ على الانسان وعيه القرآني، وان الله هو الحق وان أي شيء مخلوق خلق لغاية علمها الانسان او جدها.

وان الله كرم بني ادم وفضلهم على كثير ممن خلق تفضيلا. وان هذا التفضيل هو مناط التكليف الذي اختص الله به بني ادم وهذا التكليف يستتبع المساءلة؛ وان حياة الانسان وما يتناوبها وكل ما في الكون قدرها الله لغاية؛ وان الدار الاخرة هي الحياة؛ اما الحياة الدنيا ان هي الا اختبار والاختبار يقتضي المسؤولية.

ومع هذا التكليف الذي أوضحه الفاروقي تظل الرعاية الإلهية تظل الانسان وترعاه وفق توكيد دائم التكرار في مصادر التكوين الثقافي للمسلمين، من مظاهر هذا الرعاية للإنسان ان الله خلقه في أحسن تقويم. قال ابن العربي (ليس لله تعالى خلق أحسن من الانسان فان الله خلقه عالما قادرا قديرا متكلم سميعا بصيرا مدبرا حكيما وهذه صفات الرب سبحانه؛ ووقع البيان بقوله ان الله خلق ادم على صورته يعني على صفاته؛ ومن اين تكون للرحمن صورة متشخصة - فلم يبق الا ان تكون معان*).

* وغني عن القول أننا اهلنا عمدا الجدليات بين علماء الاحياء الجزيئية حول نظرية اوبارين-هالدين عن بداية تخلق الخلية الحية فيما سمي الحساء البدائي عبر تحولات من البوليمرات البسيطة الى المعقدة الى جزيئات ال دي ان أي القادرة على التكرار الذاتي فهي جدليات تدور خارج أغرض هذا البحث.

اذن أحسن تقويم تعني في كل شيء عالما بعقله متكلمًا بلسانه ويمشي مستقيماً سوياً على صراط مستقيم. المسلم يؤمن بوجود مكونات ثلاثة للإنسان: وهي الجسم وهي واردة في القرآن

(تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ) (المنافقون 4)، (وَمَا جَعَلْنَاهُمْ جَسَدًا لَا يَأْكُلُونَ الطَّعَامَ) (الأنبياء 8) والعقل والقلوب (لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ) (الحج 46).

والروح (قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي) (الاسراء 85)، الجسم محسوس ملموس والنفس محسوسة غير ملموسة لأنها هي الوعي أو أنها تشكله

والروح من امر ربي (وَمَا أَوْتِيْتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا) (الاسراء 85)، ومن هذا القليل عن الروح ربما انها كيان نشبهه بالطاقة التي تربط كيان النفس والجسد ومستقلة عنهما. كيف؟ ربما بدأت الصورة تتكشف على مدار الساعة في الاكتشافات المثيرة التي تجري الان في علوم فيزياء الكم. ماذا تقول فيزياء الكم؟

حتى هذا الجسم المادي انما هو كميينة او مجمع من الكموم اي جزيئات الذرة (كواركات وفوتونات وغيرها من الجسيمات دون الذرة) وما هذه الجزيئات؟ انما هي في النهاية الكترونات وبروتونات اي مجالات طاقة والطاقة عند فيزياء الكموم هي معادلات رياضية أي انها فكر مجرد وعلم الله واسع (لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ) (الأنعام 103).

وكمسلمين فإننا نؤمن ان الله خلق هذا الكون بثوابت كونية قابلة للاكتشاف ولا بد لكشفها من اثر في تجذير الايمان بعلم الله المطلق فهو العليم الحكيم الخالق البارئ المصور البديع والمبدئ والمعيد. فطرنا من لا شيء واليه المعاد. فالجسم محسوس ولكنه في الاساس مجالات طاقة يمسكها ما يسميه الفزيائيون الكموميون الطاقة السوداء

BLACK MATTER تخترق جميع الاجسام مهما كانت صلبة وتشكل ثلاثة ارباع الاجسام في الطبيعة. فالجسم هو نفسه ليس ماديا صلبا كما يتراءى لنا وانما يمكن وصفه بانه نفس بلغت حدا من الكثافة أصبح يتراءى كأنه صلب والروح عند ابن سينا هي جسم بلغ حدا من اللطافة (اي خاصية غير صلبة) فأصبحت غير ملموسة. (أنظر أيضا طه 1996). ويمكن مقارنة هذا المفهوم السينيوي باخر نظرية عن الوعي يدافع عنها حاليا الفيزيائي الكومومي سير بنروز الحائز على جائزة نوبل.

ومن مظاهر الرعاية الالهية ان سخر الله للإنسان ما في البر والبحر.

(فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ (24) أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا (25) ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا (26) فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا (27) وَعِنَبًا وَقَضْبًا (28) وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا (29) وَحَدَائِقَ غَلْبًا (30) وَفَاكِهَةً وَأَبًّا (31) مَتَاعًا لَكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ (32)) (عبس، 24-32)

سخر كل ما في البر والبحر للإنسان كما لم يسخر لاحد اخر من خلقه وفي كل حين يتكشف الناس عظم هذا التسخير ونوعيته فالله سخر الجبال والبحار والانهار والأرض بساطا وما في باطنها.

وتُقدّر الأبحاث العلمية الحالية أن عدد الأنواع الحية على الأرض يتراوح بين 8.7 مليون و9 مليون. ويقدر عدد البكتيريا في جسم الإنسان بحوالي 10^{14} بكتيريا (100 تريليون)، مما يعني أن البكتيريا تفوق عدد خلايا الإنسان بنسبة 1-1.3. وأن المياه العذبة والمياه المالحة تحتوي على كميات هائلة من البكتيريا والفيروسات والطحالب الدقيقة. وفي المياه المالحة، يمكن أن يصل عدد الفيروسات إلى 10^7 فيروس في كل مليلتر.

ولا يفتأ القرآن يعمق في عقيدة المسلمين أن الله خلق أبو البشرية ادم عليه السلام من تراب وأسكنه وزوجه الجنة يأكل منها رغدا حيث يشاء تم أهبطه الى الارض فتكاثر بنوه فيها. وفي عقيدة المسلم فانه أيا كان سعيه في هذه الأرض فان مسعاه متجه في الاخر الى العودة الى الله – ان الى ربك الرجعى -العودة الى تلك الجنة التي أخرج منها لأنها النعيم المقيم وعالم الخلود الذي اليه أصلا ننتمي. وأقصر طريق لذلك هو الصراط المستقيم. وهي الآية التي اول ما يحفظه الطفل في كنف والديه ويحفظ انها الآية الأكثر تكرارا في صلاته - ولما كانت السبل عديدة فان على المؤمن ان يختار الصراط المستقيم لأنه الأقرب والأمثل في رحلة قد تطول والمسافة فيها هي الزمن وهو العمر؛ والا يفني عمره باتباع السبل فتفرغ به عن صراط الله المستقيم. ويقرا المسلم يا أيها الانسان إنك كادح الى ربك كدحا – يا أيها الانسان - جنس الانسان – وعن ابن عباس رضي الله عنهما كادح أي راجع الى ربك رجوعا – وفي قول كادح أي جاهد نفسك بمشقة- وفي منطق المسلم يجب الا يضع ذلك الجهد كله سدى. انه لا يجب ان يتبع سرايا بقية يحسبه ماء – (حَتَّى إِذَا جَاءَهُ لَمْ يَجِدْهُ شَيْئًا وَوَجَدَ اللَّهَ عِنْدَهُ فَوَفَّاهُ حِسَابَهُ وَاللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ (39)) (النور).

والمسلم يعلم انه ان ضل الطريق - وقد يضل - فان الله قد هداه ويهديه اليه بما انزل من الكتاب والحكمة وان الله أفرح بتوبة عبده من احدكم يجد ضالته بالفلاة وانه افرح بتوبة عبده من عبده بتوبته؛ وانه تعالى أرأف بالإنسان من الام على رضيعها؛ وان الانسان لو جاء الى ربه بقراب الأرض خطايا لا يشرك به لقيه بقرابها مغفرة ولو بلغت ذنوبه عنان السماء ولو كانت مثل زبد البحر. وفي حديث مسلم – لو لم تذنبوا لذهب الله بكم ولجاء بقوم يذنبون فيستغفرون الله فيغفر لهم.

مفهوم رعاية الله عباده يتكرس بأكثر من طريق واحد – وحتى وقد كتب الله على بني ادم ان اسكنهم الأرض عقابا فقد بارك فيها وقدر فيها أقواتها سواء للسائلين. وعن ابن مسعود سواء للسائلين أي على قدر مسالة كل

سائل منهم. وحرّم الله الظلم على نفسه وجعله حراما وقال لا تظالموا فلا يجوز في شرع الله أن يحرم انسان من حظه المقسوم له.

ومن مظاهر الرعاية بالإنسان ان هداه الى الصراط المستقيم فان اتبعه عاد مرة أخرى الى ذلك النعيم المقيم فان ضل الطريق هداه اليه بالتوبة.

الحياة هبة من الله لكل الأحياء، وهي أعلى واثمن هبة من واهب لموهوب ولتجلية هذا المعنى يكفي فقط ان نتوقف وتحاول ان نتمعن ولو للحظة أنك اصلا لست من بين الكائنات، وان الكائنات والمخلوقات كلها غير موجودة وان الامر كله حالة من اللا شيء والصمت المطبق والسكون المطلق. هذا شعور بالعدمية لا يطاق. والمحافظة على هذه الحياة الوهبية يكون بالايمان بالواهب المنعم المتفضل الذي منحها للواحد منا دون ان يطلبها؛ لان الواحد منا في رحم الغيب أعجز من ان يطلب او يعرف شيئا يطلبه.

في التكوين الثقافي للمسلم يتعزز مفهوم الربوبية بصورة متكررة تجذر مفهوم الرعاية والعناية الالهية لخلقه بما يستوجب الشكر له بالإقرار بالقلب والعبادة بالجنان واللسان والجوارح، لا إله الا هو ولا ملجأ الا اليه ولا معبود بحق الا هو؛ فتنشأ بذلك وتتعزيز عقيدة التوحيد فان اصاب المسلم مصيبة يتبادر الى ذهنه لا حول ولا قوة الا بالله؛ فان غولب قال حسبنا الله ونعم الوكيل؛ فان وتر أحد من أهله كان عزاؤه انا الى الله وانا اليه راجعون. هذه لغة القرآن الذي يتلى على المسلم ويسمعه تكرارا وان لم يجلس مستمعا اليه.

ففي اعتقاد المسلم أن الله أشهد خلقه على ألوهيته وربوبيته من ألسنت بربكم؛ قبل ان يتخلق نطفة أمشاجا. ثم وقد يسر الله للإنسان ان يجمع في رحم امه خلقا من بعد خلق في ظلمات ثلاث حملته امه وهنا على وهن؛ فلما جاءها المخاض انطلقت الاندورفينات والانكفاليينات من غددها الصماء تسكن اوجاعها واوجاع جنينها المولود الجديد فاقد الحيلة؛ فلما تنفس لأول مرة من الهواء الطلق برئتيه فصرخ من الالم فاستبشر الجميع؛ اما الوليد فما لبث ان بادر للثدي بالغريزة دون سابق علم وتجربة فالتقمه عامين؛ فأتم الرضاعة والرعاية في كنف اسرة الله امرها ان تحسن اليه وفطرها على حمايته ورعايته؛ فلما استوى على ساقيه وبلغ رشده وجد ان الله قد بعث رسلا يهدونه السبيلا اما شاكرا لهذه النعم او جاحدا كفورا.

ومن رحمة الله بالإنسان والرعاية له أن هداه للعقيدة السليمة فأرسل لذلك الرسل يعلمون الكتاب والحكمة ويعلمونهم ما لم يكونوا يعلمون.

ومن صميم عقيدة المسلم أن الله قد بعث محمدا رسولا (ﷺ) حريص عليهم بالمؤمنين رءوف رحيم؛ وأنزل عليه القرآن تبيانا لكل شيء. أختص الله نبيه محمدا بالشفاعة ولكن لم يجعله وسيطا بينه وبين عباده؛ فالله ليس بينه وبين عباده وسيطا؛ العلاقة بين الله وعبادة ذاتية ومباشرة وشخصية (**الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ** ٧٨) **وَالَّذِي هُوَ**

يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ﴿٧٩﴾ وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِرَ لِي لَيْلٌ أُصَلِّي فِيهَا وَإِنِّي لَأُبْدِي الرَّجُلَ الْمُؤْمِنَ إِذَا سَلََّ وَنُفْسِي إِذَا دَمَعَتْ ﴿٨٠﴾ وَالَّذِي يُبَيِّنُ لِي لَيْلًا أَنِ اعْبُدُونِي سُبْحَانَ الَّذِي أَسْأَلُكُمْ فِيهِ الْإِيمَانَ تَتَّخِبُونَ ﴿٨١﴾ وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنِ يَعْبُرَ لِي بِأَجْفَانِهِ الْعُرْسُ وَيَجْعَلِ لِي جَسَدًا كَمَا جَعَلَ لَكُمُ الْجَسَدَ فَأَتَىكُمُ الْبَشَرُ نَفْسًا ذَكُوْرًا ﴿٨٢﴾ (الشعراء ٧-٨٢)

وأول ما يدرسه المسلم في طفولته بعد الشهادة الأركان؛ وهي العبادات الصلاة والزكاة والصوم والحج وأهمها الصلاة لأن الصلاة صلة هي بين العبد وربه؛ وجعل الدعاء مخ العبادة لأنه حتى في صلاة الجماعة يكون الدعاء في السجود حيث اقرب ما يكون العبد الى ربه؛ جعل الله الدعاء مناجاة سرية يهمسها المصلي همسا لا يسمعه أحد سواهما؛ فيقول الساجد سبحان ربي الأعلى؛ وحتى وان اضمرها في قلبه دون ان يحرك لسانه فان الله سميع عليم فانه يعلم السر وأخفى؛ ان الدعاء هو مناجاة خالصة بين العبد وربه انها لحظة تطهير وتداوي حر يقف فيها الانسان امام ربه وهو يعلم ان الله لا تخفى عليه خافية؛ فالدعاء اذن في عقيدة المسلم لحظة صدق صاف وصريح ومليء بالصفاء وفيه شفاء، وفي الدعاء يقر العبد بذنبه فيتطهر ويبدي حاجته الى ربه دون وجل ولا تردد ويلج على ربه الحاحا؛ ويقول اللهم أجب دعائي ولا تخيب رجائي.

وفي عقيدة المسلم أن خلق الناس في أحسن تقويم وفطرهم على الإقرار بالعبودية والالوهية؛ واخذ من بني ادم من ظهورهم ذريتهم وأشهدهم على أنفسهم الست بربكم قالوا بلى.

وقد تأسست مصادر المعرفة في أصول الدين الإسلامي متوجهة بمقاصد الشريعة وهي نفي الضرر ورفع وقطعه عن الكليات الشرعية والتي من اوكدها الدين والحياة والعقل والنسل والمال وذلك ليطيب الانسان مأكله ومشربه ومسكنه وملبسه وعرضه. فلا يأكل الا ما ينفعه ولا يشرب ما يخامر عقله ويتحرى الحلال في كسبه فلا يراي؛ وغيرها من توخي المنافع المشروعة وتجنب المضار.

ثم شرع الله الشرائع تعلي للام شأنها وبالوالدين احسانا وامرهم بتقوى الارحام من بعد تقوي الله وجعل بين الزوجين مودة ورحمة فذلك ادعي أن تنشأ ذريتهم في كنف معافي. وحرصت الشرائع على حماية هذه الاسرة بقدر من التفصيل قل ان جاد او وجود القانون الوضعي بشييه لها. فالأسرة هي ركيزة الأمان النفسي الأولى؛ وقد سلف في علم الله ان العلاقة الزوجية قد تضعف او حتى لا تدوم؛ فأوحى الله ان ينهض المجتمع كله حكما من أهله وحكما من أهلها ان يريدوا اصلاحا يوفق الله بينهما؛ فان ارادا فصلا عن تراض منهما وتشاور فلا جناح عليهما؛ فانزل الله صورة الطلاق (يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ) (الآية من 1 الى 9) فحذر المؤمنين من الظلم تحذيرا شديدا (وَكَأَيِّن مِّن قَرْيَةٍ مِّن قَرْيَةٍ عَتَتْ عَن أَمْرِ رَبِّهَا وَرُسُلِهِ فَحَاسَبْنَاَهَا حِسَابًا شَدِيدًا وَعَدَّوْنَاَهَا عَذَابًا نُكْرًا) (الطلاق , 8).

ومضت الشرائع الإسلامية تحيط بنيات المجتمع الاوسع بأحكام وآداب بديعة... اقرأوا سورة الحجرات؛ ثم لم يغفل شرائع واحكام للأمم وهي تتصلح او تتخاصم مبينا قواعد الحرب والاقنتال فأسس لقوانين العلاقات الدولية باسرها بما لم تزد عليه معارفنا في القانون الدولي شيئا يذكر. اول ما يلفت نظرنا نحن الدارسين في العلوم

الاجتماعية أن هذا الدين متين في بنائه وأنه لم يدع شيئاً مما يمكن أن يسعد الانسان ويبعد عنه الاكتئاب وفقدان الامل.

وعلى امتداد فترة تكويننا الأكاديمي طالعنا بشغف نظريات عصر التنوير من القرن الرابع عشر والسابع عشر وعصر النهضة من السابع عشر حتى التاسع عشر والتي ربما تركت اثارها على النظم السياسية والاقتصادية والقانونية والكنسية على الاقل في أوروبا والغرب مثل اسهامات

إيراسموس (1469-1536/1466) توماس مور (1478-1535) جان بودن (1530-1596) رينيه ديكارت (1650-1596) جون لوك (1632-1704) مونتسكيو (1689-1755) ديفيد هيوم (1711-1776) جان جاك روسو (1712-1778) آدم سميث (1723-1790) هيجل (1770-1831) آرثر شوبنهاور (1788-1860) نيتشه (1844-1900).

وقد تم فيهما فصل الدين عن الدولة وتشكلت فيهما الثقافة الغربية الليبرالية ولكنها لم تلبث أن أصبحت اسما على غير مسمى حيث أصبحت أقل تسامحا من الاوتوقراطية ولم تسلم من شرور نفسها وسيئات أعمالها. ثم برز علم النفس الحديث التجريبي يحدوه فندت وفير وفخر وهلمهولتز ثم علم النفس المعاصر من وليم جيمس حتى يوم الله هذا ولكنها حصيلة من الأفكار لم تكن لها محصلات على الصحة النفسية أفضل مما عندنا مما يمكن ان نهدي بها الانسان على مستوي الفرد او الجماعة ونحميه من التعاسة والامراض والادمان والانتحار والجريمة والعدوان والحروب والجور والطغيان

ومع ذلك ينبغي الاعتراف -من المنظور الإسلامي- ببعض المفاهيم الجديدة.

لمؤسسي علم النفس الإيجابي في العقدين الاولين من الالفية الثالثة *مارتن سيليقمان 2002-2011 والامريكي المجري زقزنت ميهالي ولم تخرج افكارهما عن تعاليم الصحة النفسية في منهج حياة المسلم الملتزم كما وردت في الاصول.

وفي حقيقة الامر فان ابحاثهما صدرت عن سبقهم من مؤسسي علم النفس الروحي والإنساني من أمثال فكتور فرانكل وابراهيم ماسلو وهما متأثرين بتعاليم الكتب السماوية التي اثرت على تكوينهم الثقافي حيث شكلت نظرياتهم بديلا مقبولا عن نظريات فرويد الوثنية.

ويمكن النظر الى هذه التطورات الإيجابية في علم النفس الغربي على انها نقلت محور الاهتمام من الانشغال العلمي بنظريات وطرق علاج الحالات المرضية الى بناء نماذج حياتية متكاملة لرعاية الصحة النفسية.

*Seligman introduced the PERMA model to explain well-being, which stands for: Positive Emotion (P), Engagement (E), Relationships (R), Meaning (M), Accomplishment (A).

فهذا بالنسبة لهم أجزى وأجدى. وهو فعلا كذلك. اذ ان نماذجهم لا تخرج عن المداومة على استحضار مقاصد الحياة الكلية والحرص على تحمل تبعات الحياة حين تقسو وذلك بالمصابرة والصبر والاستعانة بشبكات الاسناد الاجتماعي واساسها الاسرة والارحام والأصدقاء وان يعيش الانسان مع الاخرين بالإيثار والمساعدة في اعمال البر والصدقة يزكي بها كسبه مهما قل ويتبع الحسنة السيئة تمحها ويخالق الناس بخلق حسن. وليس هذا ما قالوه بالنص، ولكن عنوه تماما مما قالوا.

ولم يكن علماء النفس المحدثين في الديار الإسلامية غافلين عن التطورات لهذه الثروة من المعارف عن مقومات الصحة النفسية في تعاليم دينهم الإسلامي، بل جهروا بذلك في مراكز البحث النفسي العالمية والإقليمية وممن تجدر الإشارة إليهم في هذا الصدد بروفسر مالك بدري فقد حاور مؤسسي المدارس السلوكية والمعرفية والإنسانية ومنهم وولبي 1915-1997 وايزنك 1916-1997 ومايار 1920-2012 وميلر 1920-2012.

وكانت لمدخلاته معهم من منظور ثقافته الإسلامية تأثير في فترة كانت تلك النظريات نفسها تتبلور لتوها. ثم نذر بروفسر بدري بعدها حياته العلمية كلها لتصويراته عن اسلمة ثم عن روحنة علم النفس كان أبرزها كتاباته عن التفكير. والذي ترجم الى العديد من اللغات.

أحدثت مؤلفات بدري تأثيرا على الدراسات والبحوث النفسية في بعض الدول العربية والغربية والاسيوية. وقد أثمرت تلك الأفكار عن تطوير نماذج لبروتوكولات علاجية اثرت وأغنت ممارسات العلاج النفسي ومن بينها نموذج البلخي والذي اشترك في بلورته مع بروفسر مصطفى عشوي. لقد رحل الأستاذ بدري تاركا مهمة التوسع في الدراسات التحليلية للقيم القرآنية وتصنيفها في ثيمات بين يدي تطبيقاتها الاكلينيكية وناصحا بتبادل نتائج تلك التجارب الاكلينيكية في المجتمعات الإسلامية وغيرها واجراء حوارات مع مدارس علم النفس الروحي والإيجابي النظرية في المنابر البحثية العالمية.

كثير من الشباب العاملين في مجالات الدراسات والخدمات النفسية يسألون كيف نصمم بروتوكولات إسلامية للعلاج النفسي.

ويمكن القول انه قد باتت تتضح على الأفق متوازيات لصيقة بين التصورات الإسلامي للصحة والتطبيب النفسي وبين اخر التطورات التي تتسبب افق التصورات الغربية لسيكولوجيا الصحة والعلاج النفسيين من حيث الشكل الإيجابي والروحي وبالتأكيد فكل ثقافة ستملاً هذا الشكل بتفاصيلها الثقافية السائدة من حيث تصوراتها للكون والحياة والانسان .

وتجدر الإشارة هنا الى أن التصورات أيا كانت فهي تشكل محض محتوى وصفي لمجموعة من القيم؛ يحتاج المختصون الى إعادة صياغتها لتكون قيما توجيهية ارشادية. ولقد بدا يتضح بشكل متزايد ان أفضل بروتوكولات للعلاج النفسي في العالم هي الإسلامية نفسها فهي في جوهرها روحية وإيجابية، فما هي العناصر الخاصة بالثقافة الإسلامية مما يمكن المعالج والباحث النفسي من استخدامها مع معاوديه الطالبين للخدمة النفسية؟ وهذا مجال مفتوح للعلماء الشباب ويمكنهم ان يكونوا هم جزءا من انتاج المعارف المقصودة والمهارات المطلوبة لتقديم نماذج ناجعة في الخدمة النفسية.

ان مجهودات الأساتذة الذين سبقوهم في هذا المجال يمكن ان تتلخص بصور متعددة ويمكن القول ان أهمها ربما يتركز في الاتي:

أولاً:

يبدأ المعالج النفسي مع المريض أيا كانت شكاته باستحضار وعيه لتصوراته الشخصية للكون والحياة والانسان؛ وانه كانسان وان كان يشكو من المرض فهو على اية حال جزء من كل من حيث الزمان والمكان. وكيف يمكن ان يوضع نفسه هو في هذا المشهد البارونامي العريض؛ وذلك بغرض اخراج المريض من حيز المرض الضيق الذي وجد نفسه محشورا فيه ضيقا حرجا كأنما يصعد في السماء الى أفق يتنفس فيه الصعداء.

ثانياً:

ان يعيد المعالج النفسي وعي مرضاه في ديار الإسلام الى مشهد بارونومي اخر عن تصوراته ومسئوليته كمسلم إزاء نفسه والعناية بالحياة التي وهبها الله إياه؛ وما يترتب عليه كمسلم حسبما يرى هو كمريض إزاء نعمة الحياة هذه التي وهبها له الله وما تفاصيل مسؤولياته إزاء الخالق واهب هذه النعمة وإزاء والديه وراحامه ومجتمعة القريب والبعيد ومسئوليته إزاء نفسه وبدنه وجناته ووجدانه وعمله وكسبه وماله وصلواته وزكاته واطابة مأكله ومشربه وملبسه وغيرها. مستهدفا بذلك ان ترفع وعي المريض بمسئوليته عن نفسه التي بين جنبيه يحميها من المهلكات وترفع وعيه بمعنى الحياة وهبتها وجمالها ومصدرها ومالاته فيها بعد الموت.

ثالثاً:

انه فرد في جماعة من الوالدين والارحام والمجتمع وسائر الأمم يعينها وتعينه

رابعاً:

انه في محيط بيئي من النباتات والحيوانات والجمادات مسخرة له فيجب ان يعتني بهذا المحيط البيئي. ان رفع الوعي هذا ضروري لإعادة التوازن النفسي والعقلي للإنسان فيكون اكثر مقاومة للعصف المتتالي القهري أحيانا من خيبات الحياة وقسوة الظروف والتي تتشكل أحيانا في أعراض اجترارية؛ والتي وجدنا ان

أفضل علاج لها وبلسمها الشافي هو التفكير الذي نبه اليه استاذنا بروفسر بدري وهو عملية منهجية تعيد وعي الانسان الى بديهيات غابت عن الوعي حتى يصبح استعراضها من جديد تمرينا ذهنيا يستغرق الانسان استغراقا يطرد الاجترارات السلبية لأسباب التوتر؛ فيعيد بذلك للإنسان توازنه في حياته.

في الممارسات الاكلينيكية في الغرب مفاهيم موازية لنولين هوكسيما – Nolen Hoeksema - ساهمت فيها ببحوث استقصائية عن ظاهرة الاجترار الوسواسية اواخر القرن الماضي ومطلع القرن الحادي والعشرين؛ مبينة انه عرض مدمر ومقعد (2003).

ولقد احدثت دراساتنا اثرا ملموسا في الدراسات والممارسات الاكلينيكية . وتجدر الإشارة الى ان اوضح الاستدراكات على مساهماتها كان متعلقا بضرورة الاخذ في الاعتبار تأثير المحيط الثقافي للمريض واعتقاداته.

خامسا:

وذلك كله قبل ان يخاطب بصورة مباشرة الاعراض التي تخلق العميل طالب الخدمة او تخيفه او تتسبب عليه بالوسواس غير المنقطع او تحبسه في حالة من الشعور بالغضب او الخزي او القلق او حالة دائمة من الحزن القاتل او الياس والقنوط والعجز والكسل والقهر.

وتجدر هنا الإشارة الى مساهمات كثيرة من علماء النفس الإسلاميين خاصة من الذين تتلمذوا على بروفسر بدري وتجمعهم الجمعية النفسية لعلماء النفس المسلمين ومراكزها في إندونيسيا وباكستان وجمعية علم النفس الإسلامي ومراكزها بين إسطنبول وانجلترا والولايات المتحدة.

سادسا:

استخدام أصناف من مدلولات ومغزى القيم القرآنية في الصبر والتوكل والتوبة والاستغفار والرضا بالقدر؛ مما ابرزته الدراسات التراثية الإسلامية التحليلية من اسهامات الرازي في الطب الروحاني والبلخي في مصالح النفس والابدان والغزالي في الاحياء والمنقذ وابن مسكويه في تهذيب الاخلاق وابن سينا في القانون وابن طفيل في حي ابن يقطان وابن قيم الجوزية في المدارج وابن عطاء الله في الحكم وغيرهم.

سابعا:

استخدمت الدراسات الأكثر حداثة في منهج تحليل القيم القرآنية وتصنيفها قي ثيمات واستخدامها في بروتوكولات اكلينيكية ورصد نتائجها ونشرها خاصة في الجامعات الاسيوية - ماليزية والأندونيسية وباكستان.

ثامنا:

الشباب يمكنهم الاستمرار في نشر ومقاربة ومقارنه نتائج ابحاثهم في هذا المجال وعبر مؤتمراتهم والمساهمة مع شيوخهم في تطوير النموذج الإسلامي المتبلور في العلاج النفسي.

المصادر

- محمد بن جرير الطبري (توفي 923) جامع البيان عن تأويل أي القرآن
 فخر الدين الرازي (توفي 925م) الطب الروحاني
 ابوزيد البلخي (توفي 934م) مصالحي الابدان والأنفس
 ابن سينا أبو علي (ت 1037م) القانون في الطب
 ابن مسكويه ياقوت الحموي مسكويه (ت 1030) تهذيب الاخلاق
 أبو حامد الغزالي (ت 1111م) احياء علوم الدين/ المنقذ من الضلال
 ابن طفيل القيسي الاندلسي (ت 1185) حي بن يقظان
 ابن عطاء الله السكندري (ت 1309) الحكم العطائية
 ابن قيم الجوزية (ت 1350) مدارج السالكين
 إسماعيل ابن عمر ابن كثير (ت 1373) تفسير القرآن العظيم

المراجع العربية:

- 1- بعض مؤلفات بروفيسر مالك بدري
- 2- التفكير من المشاهدة إلى الشهود، دار الوفاء للطباعة والنشر السلسلة: أبحاث علمية (3)، 1992
- 3- أزمة علماء النفس المسلمين، مركز دبيونو لتعليم التفكير، 2010
- 4- التأمل: دراسة روحية إسلامية
- 5- أبو زيد البلخي رزق الروح: العلاج السلوكي المعرفي لطبيب القرن التاسع
- 6- التكيف الثقافي وأسلمة علم النفس: كتاب من الأوراق المجمعة
- 7- الاستشارات الإلكترونية للعملاء المسلمين
- 8- الإسلام ومرض الإيدز: بين الازدراء والشفقة والعدالة
- 9- أسلمة علم النفس وتوطيده
- 10- أزمة الإيدز: منتج طبيعي للثورة الجنسية للحدثة
- 11- أزمة الإيدز: منظور اجتماعي ثقافي إسلامي

- 12 معضلة الإيدز: ذرية من الحداثة
- 13 حكمة الإسلام في تحريم الخمر، المعهد العالمي للفكر الإسلامي السلسلة: إسلامية المعرفة،
2014
- 14 استخدام وإساءة استخدام العلوم الإنسانية في الدول الإسلامية
17. ابن طفيل، أبوبكر محمد القيسي الاندلسي. حي بن يقظان. دار الافاق الجديدة. تحقيق فاروق سعيد
1980(ط.3)
- 18- الزبير بشير طه (1995). علم النفس في التراث العربي الإسلامي دار النشر جامعة الخرطوم ط1.

English references

- 1- Malik Badri (2017) Cultural Adaptation and Islamization of Psychology 2017: A book of collected papers, Published by Human Behaviour Academy, Manchester, England. And sold online in Goodread since 2016.
- 2- Farugi (1992) al Tauhid: its implications for thought and life. IIIT, Hendon. Virginia, USA.
- 3- Malik Badri (2004) Abu Zayd Al-Balkhi: Sustenance of bodies and souls. A book in Arabic, on the matchless contributions of an ancient Muslim scholar, Abu Zayd Albalkhi, It was published in Arabic by King Faisal Research Institute for Islamic Studies, Riyadh, Saudi Arabia. It was co-authored with Professor Mustapha Achoi.
- 4- Malik Badri (2009) “The Islamization of Psychology: Its “Why”, its “What”, its “how” and its “Who”, in Psychology from an Islamic Perspective, Edited by Noraini Mohd Noor, IIUM Press , 2009, pp.13-41,”.
- 5- Malik Badri (2015) An interview with Professor Malik Badri about his contributions to the Islamization of Psychology, 2015 conducted by Professor

- Rahmatullah Khan, Published in Intellectual Discourse Journal, Vol.23, 1, pp.159-172.
- 6- Malik Badri (2018) Contemplation. IIIT Hendon VA 20172, USA.
 - 7- Carrie York Al-Karam (Ed) (2018) With Layla Asamarai, Sayyed Mohsen Fatemi, Afshana Haque, Paul M. Kaplick, Hooman Keshavarzi, Fahad Khan, Farah Lodi, Rabia Malik, Abdallah Rothman, Ibrahim Rüschoff, and Fyeqa Sheikh. Islamically Integrated Psychotherapy: Uniting Faith and Professional Practice (Volume 3) (Spirituality and Mental Health) Hardcover – July.
 - 8- Abdallah Rothman (2022). Developing a Model of Islamic Psychology and Psychotherapy (Routledge).
 - 9- E B Taha (2023). Clinical Psychology: The Khartoum School Napata Scientific Journal April 2023, Volume 2(1) pp72-104 103.
 - 10- Malik Badri (1991). Tafakkur from perception to insight, Khartoum University Press and International Institute of Islamic Thought, Khartoum and Aman, (1991). (In Arabic; translated to English, Bahasa Indonesian and Turkish).
 - 11- Malik Badri (1976). Islam and Alcoholism, 1976. American Trust Publications, Washington.
 - 12- Malik Badri (2000) The AIDS Crisis: A Natural product of Modernity's sexual Revolution were published by the Islamic Medical Association of South Africa that conferred upon it the award of the best contribution to Islamic Medicine for the year 2000.
 - 13- Malik Badri (1998). The AIDS Dilemma: 1998. A Progeny of Modernity, Published by The Islamic Medical Association of South Africa on the occasion of its 18th Annual Convention, Quilbert.
 - 14- Martin Seligman. Authentic Happiness" (2002), "Flourish" (2011).

- 15- Mihaly Csikszentmihalyi. "Flow: The Psychology of Optimal Experience" (1990), "Finding Flow" (1997).
- 16- Nolen -hoeksema (2011-2013) Rumination as a mechanism linking stressful life events to symptoms of depression and anxiety- Journal of abnormal Psycholog.
- 17- Christopher Peterson. "Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification" (2004, co-authored with Seligman).
- 18- Barbara Fredrickson. "Positivity" (2009), "Love 2.0" (2013).
- 19- Sonja Lyubomirsky. "The How of Happiness" (2008), "The Myths of Happiness" (2013).
- 20- Carl Jung. "Modern Man in Search of a Soul" (1933), "The Archetypes and the Collective Unconscious" (1959).
- 21- Abraham Maslow. "Toward a Psychology of Being" (1962), "Religions, Values, and Peak Experiences" (1964).
- 22- Ken Wilber. Theory of Everything" (2000), "Integral Spirituality" (2006).
- 23- James Hillman-"Visioning Psychology" (1975), "The Soul's Code: In Search of Character and Calling" (1996).
- 24- Viktor Frankl. Man's Search for Meaning" (1946).
- 25- Taha, E B (2023). clinical Psychology, the Khartoum school, Napata Scientific Journal, V1, 2.
- 26- Alexander Oparin (1924) and G B S Haldane (1929) Oparin – Haldane Hypothesis. Heterotrophic hypothesi.
- 27- "Abu Zayd Al-Balkhi's Sustenance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of A Ninth Century Physican"2018، المعهد العالمي للفكر الإسلامي،
- 28- "Contemplation : An Islamic Psychospiritual Study"
المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 2018