

الدراسات القرآنية في العلاج النفسي: دراسة استعراضية منهجية

نور فرحانة محمد زاینول^١، ندوة داود^٢

^{١،٢} قسم اللغة العربية وآدابها، كلية معارف الوحي والعلوم الإنسانية
الجامعة الإسلامية العالمية ماليزيا

ملخص: خلفية: العلاج النفسي في الإسلام غير الذي سار عليه الغرب حيث تكون أولى وسيلة للعلاج النفسي في الإسلام هو القرآن الكريم، وهو بشأنه هداية للبشر قدم لنا حلا لمواجهة مأساة الحياة وأزمته التي قد تسبب أمراض نفسية. وبناء على ذلك، صارت للموضوع أهمية بالغة وخاصة للمسلمين، والبحث في المجال له قيمة علمية ومفيدة من أجل تطوير جوانب البحث فيه مستقبلا. لقد كُتبت دراسات قرآنية تناولت موضوع دور القرآن في جوانب معينة من العلاج النفسي، وانطلاقا من هذا المبدأ يهدف هذا البحث إلى المحاولة على الاستكشاف عن الجوانب التي تناولتها هذه الدراسات والموضوعات التي تمّ تناولها لدى الباحثين السابقين. وتشكل هذه الدراسة استعراضا منهجيا للدراسات السابقة في الموضوع.

الكلمات المفتاحية: العلاج النفسي، الدراسات القرآنية، العلاج النفسي القرآني، منهجية الدراسات القرآنية.

Abstract: Background: Psychotherapy in Islam is not what being used by the West, since the main method of psychotherapy in Islam is by using the Noble Qurān. As Qurān is a guidance for human being hence it provides us with a solution to face the crisis of life that may cause mental illnesses. Based on this matter, this subject has become very important especially for Muslims, and research in this field has a scientific and useful value in terms of developing the aspects of research in the future. There are some previous Quranic studies that dealt with the topic of the role of Qurān in certain aspects of psychotherapy, and based on this matter, this research aims to explore the aspects addressed by these studies and the topics that were addressed by previous researchers. This study constitutes a systematic review of previous studies on this subject.

Keywords: Psychotherapy in Islam, Quranic studies, Quranic Psychotherapy, Systematic Quranic study's methodology.

المقدمة وخلفية الدراسة

الإنسان طبيعته الضعف والنقصان كما قال تعالى ﴿وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا﴾^١، ولا إنس واحد يقدر على العيش بنفسه ووحده، وهو كائن اجتماعي خلق بحاجة دائما إلى غيره من المخلوقات. فكان الابن بحاجة إلى رعاية الوالدين لتربيته، وطالب العلم بحاجة إلى المعلم من أجل التعليم والتأديب، وصاحب تجارة بحاجة إلى من يساعده فيها، وهلم جرا، فالإنسان بحاجة إلى غيره لتلبية حاجاته بسبب هذا الضعف. والإنسان بهذا الضعف قد يلبي حاجات غيره بما لديه من قدرة وقوة محدودة، وهذا ليس من المحال لأن الضعف ليس العامل المانع ولا الجازم من ذلك، بل الإنسان بقدرته المحدودة جعله الله سببا وعاملا لكي يعايش حياته كما قال تعالى ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ﴾^٢. وهذا الأمر دستور عالمي لا ينطبق فقط على مجموعة معينة من الناس، بل يشمل جنس البشر كله مؤمنا كان أم غير مؤمن. وبهذه الطبيعة التي فطر الله الإنسان عليها، والتي لا تقتصر على الجانب المادي فحسب وإنما يشمل الجانب الروحي والنفسي، يفتقر الإنسان أو البشر افتقارا شديدا إلى ربه مصدرا للسكينة والأمن له، والعودة إلى الله رب العالمين بداية خطوات علاج الأمراض النفسية^٣.

تنشأ الأمراض النفسية بسبب نزعات الجوارح المتولدة بعد نشأة الحياة أي حينما تلتقي الروح مع المادة، فالعين تنزع لأنها ترى، واللسان ينزع لأنه يتكلم، وهكذا تتجه كل جارحة من الجوارح لمطلوبها من الحركات، والإنسان في سبيل إشباع مطلوبات الجوارح المتنوعة وإشباعها، قد يوقع نفسه في المصائب والابتلاءات^٤ من الأزمات والضغوط النفسية من الحزن والاكتئاب والوجع والقلق والتوتر والخوف، ولا يجد منسكا للهروب فصارت تلك الأزمات النفسية جزءا من حياته. ولكن الله برحمته جعل لهذه الأمراض النفسية شفاء وليس على البشر إلا الإيمان به ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾^٥ لكي يتداوى به ﴿وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ﴾^٦، مهما أشار ابن القيم الجوزية إلى عدم تشريط الشفاء بالقرآن بالإيمان به – أي أن النفوس المتأثرة بالقرآن مؤمنة كانت أم منكورة، عالمة كانت بمحتوى القرآن أم جاهلة عنه، مستوعبة

١ النساء: 28

٢ الروم: 54

٣ الشعروى، متولى، النفس في القرآن، مصر: دار الفيصل للتأليف والترجمة والنشر، 1996، ص: 8.

٤ الشعراوى، متولى، النفس في القرآن، مصر: دار الفيصل للتأليف والترجمة والنشر، 1996، ص: 7.

٥ الشعراء: 80

٦ الإسراء: 82

كانت أم غير مستوعبة بما قرأه من القرآن^٧ - أنه جدير بالذكر بأن هذا الشفاء يؤثر على المؤمن تأثيراً أكثر من غيره حيث قال تعالى ﴿وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ﴾^٨.

لقد أجريت أبحاث كثيرة في القرآن في جوانب مختلفة، وبحث أيضاً في هذا الموضوع - إلى حد ما - من أجل إبراز دور القرآن في العلاج النفسي للبشر مؤمناً كان أم غير مؤمن، وقدمت لنا نتائج علمية تضيف للمجال معرفة وبيانات مفيدة إلا أن هذه الجهود أو ونتائج هذه الدراسات العلمية لم تضافر حتى تفيد الباحثين المستقبليين في المجال. وتضافر المعلومات لهذه نتائج الدراسات سوف يقدم تصوراً واضحاً للإطار العملي في الدراسات المستقبلية، فيستطيع الباحثون في هذا المجال على القيام بتوليف هذه نتائج الدراسات ثم وضع خط واضح للإطار النظري وإبراز الفجوات العلمية في بناء مشكلة البحث وعرضها من أجل إفادة للبحوث والدراسات مستقبلاً. تنطلق الباحثتان من هذا المنطلق أي رغم أن كثرت الدراسات في دور القرآن في العلاج النفسي إلا أن هذه الدراسات التي كانت بلغات مختلفة لم يتم العثور على نتائجها بشكل منظم. لذا، ألجأتهم القضية إلى مراجعة منهجية لدور القرآن في العلاج النفسي.

هدف البحث

يتمحور هذا البحث في نطاق التعرف على نوع التأثير الذي أفاده القرآن الكريم في العلاج النفسي، لذا، يهدف هذا البحث إلى تلخيص ما توصلت إليه الدراسات السابقة في نوع التأثير الذي أفاده القرآن الكريم في العلاج النفسي.

منهجية البحث

يسير هذا البحث على المراجعة المنهجية للدراسات السابقة، وهي تلخيص للأبحاث أو الدراسات السابقة للإجابة عن سؤال محدد، فيوفر ملخصاً كاملاً لسؤال البحث الحالي^٩، ومن ثمّ، تلقي الباحثتان نظرة بتحديد الأبحاث التي تناولت هذا السؤال من أجل تقديم ملخص متوازن وغير متحيز للدراسات السابقة^{١٠} بقدر الإمكان. وتتكون منهجية البحث من العناصر الآتية:

١. معايير التضمين:

كانت الدراسات المختارة من منشورات سنة 2008-2020م، نشرت في المجلات العلمية، أو قدّمت في مؤتمرات. ومن الأمور التي يجب الحرص عليه الباحث هو استبعاد الدراسة بسبب لغة الدراسة

^٧ الجوزية، ابن القيم، الفوائد المشوق إلى علوم القرآن وعلم البيان، لبنان: دار الكتب العلمية، د.ت، ص.7.

^٨ التوبة: 14

^٩ Jahan N, Naveed S, Zeshan M, et al, "How to Conduct a Systematic Review: A Narrative Literature Review", **Cureus**, Vol 8, No 11, 2016, p1-8.

^{١٠} Nightingale, Alison, "A guide to systematic literature reviews", **Surgery (oxford)**, Vol 27, No 9, 2009, p381-384.

للتقليل من التحيز¹¹. لذلك، لقد قامت الباحثتان بتضمين دراستين باللغة الملايوية، وست دراسات أخرى بالعربية.

٢. المحور:

دور القرآن في العلاج النفسي، أي أن من نتائج الدراسة يجب أن يحوي التأثير الذي تركه القرآن الكريم في نفوس المستمعين إليه.

٣. الباحث والبحث:

عدم مشاركة باحث في أكثر من دراسة واحدة للتجنب من تكرار فكرة الباحث في الدراسات حيث قد يثير الأمر نوعاً من التحيز. والدراسات السابقة التي يتناولها هذا البحث قد تم إدراج نصها الكامل، فكانت منهجيتها البحثية وطرق إجراءاتها واضحة، وتم توثيق بياناتها.

تلخيص الدراسات

تم تحديد ٨ دراسات سابقة تمحورت نتائج بحثها في دور القرآن في العلاج النفسي، ويسرد الجدول التالي (رقم ١) تلخيصاً عاماً للمقالات أو الدراسات المختارة كما يلي:

¹¹ Antman EM, Lau J, Kupelnick B, Mosteller F, Chalmers TC. A comparison of results of meta-analyses of randomized control trials and recommendations of clinical experts. Treatments for myocardial infarction, *JAMA*, 1992;268 (2): 240–8.

الجدول (١): تلخيص الدراسات السابقة

الرقم	الباحث وسنة النشر	موضوع البحث	خلفية البحث	هدف البحث	منهج البحث	نتيجة البحث
١	محمد سميح الخالدي، ٢٠٠٨	تأثير القرآن الكريم في نفوس سامعيه	ذكر الباحث بأن القرآن حينما أنزل على الرسول ﷺ، هناك فريقان من الناس ؛ فريق سمع القرآن ولكن ولم يؤمن به، وفريق سمع القرآن ثم تصدق به وآمن. للقرآن إذن قوة معينة من التأثير على كل من الفريقين.	حاول الباحث إبراز قوة تأثير القرآن على الفريقين وفقاً لما حدث في أيام الرسول ﷺ، تثبيتاً لإعجاز القرآن النفسي والروحي.	دراسة مكتبية استقرائية	توصلت الدراسة إلى أن للقرآن تأثير على نفوس المؤمنين والكافرين، إلا أن هناك حواجز تحجز الكفار عن الإيمان به، وتابع لذلك، استخلص الباحث بأن للقرآن دور في معالجة الأمراض النفسية كالقلق والتوتر، وأنواع أخرى من الأسقام.
2	سعيد بن فالح المغامسي، ٢٠٠٨	أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم	ذكر الباحث بعض أسباب فقدان الأمن النفسي ومنها كثرة الأزمات والفتن، واتباع الهوى، والاستبعاد من المنهج الإسلامي، فأدى ذلك إلى التسابق للبحث عن سبل	حاول الباحث تسليط الضوء على الموضوع بأهداف منها التعرف على أثر هدي القرآن في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم باعتباره معجزة يكمن فيها الإعجاز النفسي.	دراسة مكتبية استقرائية	استنتج الباحث بأن القرآن بما فيه من توجيهات سديدة يقوم بتربية النفس الإنسانية وصلاحيها، ومن ثمّ يكون من مصادر أمنها وأسباب طمأنيتها وسكينتها، وعلاجها من الأمراض النفسية كالتوتر والقلق والصراع النفسي والخوف. ويؤثر

			تحقيق الأمن النفسي بين الناس.			القرآن في نفس الإنسان مسلمة كانت أم كافرة عند سماعه وتلاوته.
3	رمضان الصيفي، ٢٠١٦	إعجاز القرآن الكريم في العلاج النفسي: قصة مريم أنموذجا	تمت تساؤلات الدراسة في حالة نفسية لمريم القانوت (رضي الله عنها) الكئيبة الحزينة بسبب حملها نبي الله عيسى عليه السلام، ولكنها عادت إلى حالتها النفسية المؤمنة المتينة، وتجاوزت أزمته النفسية في النهاية.	حاول الباحث الكشف عن دور القرآن في علاج الأحوال النفسية وأهمية الإعجاز القرآني في العلاج النفسي للعديد من النزاعات النفسية	دراسة مكتبية استقرائية	استخلص الباحث بأن الآيات القرآنية في سورة مريم تتضمن الكثير من أساليب العلاج النفسي، واعتقد بأن اعتماد مريم عليها السلام على هذه الأساليب مما أثار على عودة نفسها إلى الفطرة.
٤	Azura, et.al, 2017	Uslub Targhib (Motivasi) dalam Muamalah Hasanah: Analisis Surah Ad-Dhuha daripada Perspektif Psikologi dan Retorik (ترجمة العنوان: أسلوب الترغيب	ركز الباحثون على الجانب البلاغي في سورة الضحى وذلك لأنهم أكدوا على أن البلاغة في هذه السورة ليست من أجل جمال الأسلوب فحسب، بل لما لها من تأثير في سيكولوجية النفس أي في تربية النفس البشرية	حاول الباحثون تحليل سورة الضحى من جانبي السيكلوجي والبلاغي	تحليل المحتوى للنص	أشارت الدراسة إلى أن الآيات القرآنية في سورة الضحى تتميز بالمحسنات اللفظية من علم البديع التي أثارت أسلوب الترغيب في التعامل مع الأفراد والمجتمع والبيئة المحيطة بأحسن طريقة، فجعلت القلوب تشكر الخالق

				في حسن التعامل: دراسة في سورة الضحى من منظور نفسي وبلاغيّ)		
دلت نتائج الدراسة على أن هناك سياقات قرآنية لها دلالات الضغوط والأزمة النفسية أمثالها: "كف"، و"حزن"، و"ضعف"، و"خوف"، و"اضطرب". ومن خلال الآيات القرآنية التي تم التركيز عليها من قبل الباحثة استخلصت بأن بعض الأسباب التي أدّت إلى الضغوط النفسية هي ثورة الحياة الدنيوية والبحث عن المناصب والعلم وأمر الدنيوية التي تؤدي إلى المتعة في الحياة .	دراسة مكتبية استقرائية	حاولت الباحثة تسليط الضوء على قضية الضغوط النفسية من وجهة نظر القرآن الكريم	أكدت الباحثة على أن الضغوط النفسية أمر لا مفر منه، فيواجه كل إنسان سواء كان طفلاً أو شاباً أو مسناً يواجهون ضغوطا نفسية في حياتهم	Kompensasi Beban dalam Perspektif Psikologi Islam (ترجمة العنوان: تعويض تحمل العبء من منظور علم النفس الإسلامي)	Nurlaila, 2017	٥
أشارت الدراسة إلى أن هناك طرق لتحقيق الأمن النفسي لكونه معجزة باقية إلى يوم القيامة.	دراسة مكتبية استقرائية	الوقوف على وجوه إعجاز القرآن المتعلقة بالأمن النفسية،	كان يعتقد الباحث بأن القرآن بما فيه من الإعجاز لا بد له من تأثير في تحقيق	إعجاز القرآن وآثاره في تحقيق الأمن النفسي	الجهي، ٢٠١٨	٦

			الأمن النفسي، وهو أمر ملح للنظر لأن الحياة التي تقرب أمر الساعة مليئة بالعناصر المضغطة نفسيا. فلا بد من الحاجة إلى العودة إلى القرآن بكل ما فيه من الطرق.			
٧	العازمي، ٢٠٢٠	آية الشفاء في القرآن الكريم: دراسة تفسيرية موضوعية	ذكر الباحث بأن للقرآن أثر على الإنسان بجميع الجوانب فهو شفاء لأمراض القلوب أو الأبدان، وبناء على ذلك.	بيان حقيقة الاستشفاء بالقرآن وأثاره كما حاول استخلاص الفوائد البلاغية واللغوية وغيرها من آيات الشفاء.	دراسة مكتبية استقرائية	استخلص الباحث بأن صياغة القرآن للفظ "الشفاء" مقرونة بالدلالة التي تثبت أنها مختصة بشفاء الصدور والقلوب في معظم المواضع، وأما شفاء الأبدان فورد فقط في موضعين من القرآن (أي في الآية ٦٩ من سورة النحل والآية ٨٠ من سورة الشعراء)
٨	أحمد، ٢٠٢٠	فاعلية تدريس وحدة مقترحة في ضوء الإعجاز النفسي للقرآن الكريم لتدريس علم النفس في تنمية التفكير	ذكر الباحث أن هذا الإنسان الذي يعيش في هذه الأيام المتأخرة يواجه العديد من النزاعات والمشكلات النفسية بسبب الصعوبات والتوترات. فهناك من تمكّن	إبراز فعالية استخدام الإعجاز النفسي في القرآن كوسيلة لتقوية العوامل الداخلية من أجل تحمل الضغوطات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.	منهج شبه تجريبي	استخلص الباحث بأن في القرآن شفاء في اتجاهين، الشعور ثم التفكير. ويشمل الاتجاهان كل معاني الآمال وعدم اليأس والتفاؤل، هذه المعاني تؤدي إلى التفكير الإيجابي، ومن ثم تؤدي إلى تنمية النفسية لدى الفرد والمجتمع. وقد أشارت الدراسة أيضا إلى أن الاستفادة

من الإعجاز النفسي في القرآن يؤثر تأثيرا كبيرا على تحسين الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.			من مواجهتها، وهناك من لم يتمكن على ذلك.	الإيجابي والصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية		
--	--	--	---	---	--	--

النتائج ومناقشتها

إنه الجدير بالذكر أن الدراسات المختارة سابقاً لها علاقة بشكل مباشر أو غير مباشر بموضوع دور القرآن الكريم في العلاج النفسي، واستنتجت دراسة^{١٢} بأن للقرآن الكريم تأثير على النفس البشرية مؤمنة كانت أم غير مؤمنة، فذكرت فريقين من الناس يتأثران بالقرآن، وهما: الذي سمع القرآن فحس بهيبته لكنه لم يؤمن به، والذي سمع القرآن ثم تصدق به وآمن. ويدل هذا الأمر على أن الكافر أيضاً قد يتأثر بالقرآن عند سماعه لتلاوة القرآن. ركز الباحث في بداية الدراسة على الفرق بين الإعجاز الروحي والإعجاز النفسي، فأكد على أن الإعجاز الروحي تأثيره يكون على الجانب الروحي لدى البشر. بينما الإعجاز النفسي فيكون تأثيره على الجانب الجسدي. والتأثير على الجانبين قد يحدث لدى المؤمن والكافر. وبالنسبة إلى إعجاز الروحي، ذكر الباحث بأنه يخص السامع الذي يفهم اللغة العربية حينما يحس بحلاوة القرآن وروعته. أما الإعجاز النفسي فيتعلق بالتغير الفيسيولوجي الإيجابي كذهاب الخوف والتوتر يحدث عند السامع الذي يفهم اللغة العربية فحسب.

والقرآن حقيقة شفاء للأمراض النفسية والجسدية^{١٣} وكان لفظ "الشفاء" في القرآن يأتي لثلاث معانٍ متقاربة، وهي الفرح والعافية والبيان. لقد ورد لفظ "الشفاء" في معظم المواضع في القرآن الكريم يحمل دلالة للأمراض النفسية. وأما بالنسبة للأمراض الجسدية، فورد اللفظ بهذه الدلالة في قوله تعالى ﴿ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بَطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾^{١٤}، وقوله تعالى ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾^{١٥}.

وحينما نتحدث عن تأثير القرآن على النفوس غير المؤمنة، أشار باحث نعيم أسعد^{١٦} إلى دراسة تجريبية لباحث مسلم ومعه آخرون غير مؤمنين حيث استكشفوا نجيب الرفاعي مع بعض الأمريكيين غير المسلمين، وذلك لاستكشاف أثر القرآن على نفوسهم، وقد أشارت نتيجة التجربة إلى أن القرآن يقدم لهم راحة نفسية كبيرة، بل وفرحة لم يستطيعوا وصفها. وهذه النتيجة تتساوى إلى حد ما مع نتيجة التجربة التي قدمها باحث آخر^{١٧} في دراسة له حيث تمت التجربة في فلوريدا بأمريكا. دلت النتيجة على أن القرآن يؤثر بشكل إيجابي على تهدئة التوتر، ولهذا أكد الباحث بأن القرآن له تأثير على نفوس المؤمنين والكافرين، إلا أن هناك حجاب يحجز الكفار عن الإيمان به، ومع ذلك فإن القرآن يحفظ الناس من القلق والتوتر. وفي

^{١٢} الخالدي، محسن سميع، "تأثير القرآن الكريم في نفوس سامعيه"، مجلة الإسلام في آسيا، المجلد 5، العدد 1، 2008، ص 91-118.

^{١٣} العازمي، سلطان عبد الله مطلق، "آيات الشفاء في القرآن الكريم دراسة تفسيرية موضوعية"، مجلة كلية دارالعلوم، العدد 129، 2020، ص 395-440.

^{١٤} النحل: ٦٩

^{١٥} الشعراء: ٨٠

^{١٦} الصفدي، نعيم أسعد، الأحاديث الواردة في تأثير المشركين بالقرآن (دراسة تحليلية)، بحث مقدم إلى مؤتمر العلمي الدولي الأول القرآن الكريم ودوره في معالجة قضايا الأمة، الجامعة الإسلامية غزة، 2008، ص 365-399.

^{١٧} الخالدي، محسن سميع، "تأثير القرآن الكريم في نفوس سامعيه"، مجلة الإسلام في آسيا، المجلد 5، العدد 1، 2008، ص 91-118.

حين آخر، ذكر باحث آخر^{١٨} أثر الإعجاز القرآني في تحقيق الأمن النفسي لدى غير المسلم في العصر الحديث، فنقل عن الدكتور جرينيه - وهو عالم فرنسي أسلم بعد أن وجد راحة وسكينة في نفسه نتيجة للإعجاز العلمي في القرآن - الذي رأى الارتباط بين الآيات القرآنية والعلوم الصحية والطبيعية والطبية.

ومن بعض بعض الأسباب المؤدية إلى فقدان الأمن النفسي ومنها كثرة الأزمات والفتن، واتباع الهوى، والبعد عن المنهج الإسلامي. ومن ثمّ، صار الناس يتسابقون للبحث عن سبل تحقيق الأمن النفسي، فاتجهت دراسة^{١٩} إلى إبراز دور القرآن وما له من التأثير في تحقيق الأمن النفسي باعتباره علاجاً لكل أمراض نفسية. فكان المؤمن لا يقلق ولا يخاف من الأمور التي تقلق الآخرين من غير المؤمنين كأمر الرزق والحظ في الحياة، وذلك لما لديه من القرآن يعود إليه في حالة الضغط، فيقود إلى الشعور بالأمن في النفس وراحة البال^{٢٠}، كما قال عز وجل ﴿إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾^{٢١}، وكما أن هناك آيات قرآنية كثيرة أنزلت على الأنبياء تخفيفاً لهم عند الشدائد والابتلاءات، منها ما أنزل على سيدنا إبراهيم عليه السلام عندما جاءه الأمر بذبح ابنه إسماعيل عليه السلام، محمد ﷺ حينما كان في الغار مع صاحبه أبي بكر (ض)، فهذه الآيات القرآنية تخفف اضطراباتهم وخوفهم وأحزانهم، ولهذا استخلص الباحث إلى أن القرآن يؤثر على النفس الإنسانية عند سماعه وتلاوته، فهو إذن صالح لعلاج الأمراض النفسية من التوتر والقلق والصراع النفسي والخوف وما شابه ذلك.

وفي الحديث عن قضية الأمراض النفسية بالذات، تطرقت دراسة^{٢٢} إلى الموضوع بالتركيز على قصة مريم عليها السلام، حيث أبرزت تساؤلاً في تناول مريم عليها السلام الرطب وهي في حالة نفسية صعبة وكانت تتمنى الموت. المعروف أن البشر في هذه الحالة لم يكن يشته طعاماً ولا شراباً. لقد أثار هذا الأمر إلى البحث والاستكشاف عن دور القرآن الكريم بما فيه من الإعجاز في العلاج النفسي للعديد من الضغوط النفسية. لقد رأى الباحث بأن هناك عوامل مساهمة كانت تنمو في نفس مريم عليها السلام قبل رسالة جبريل عليه السلام إليها، وهذه العوامل هي التي جهزت مريم عليها السلام وأعدتها لتحمل نحو الضغوط النفسية بسبب الحمل. وكانت هذه العوامل هي الإيمان بالله، وعبادته دون غيره. وبعد رسالة جبريل عليه السلام أصيبت بضغوط ونزاع نفسية، وهذا من المتوقع لأنها كانت حافظة على فرجها وكانت تتلذذ بالخلوة برّبها

^{١٨} الجهي، ربيع يوسف شحاته، "إعجاز القرآن وأثره في تحقيق الأمن النفسي"، مجلة كلية الدراسات الإسلامية، العدد 35، 2018، ص3382-3450.

^{١٩} المغامسي، سعيد فالح، "أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 5، 2008، ص58-14.

^{٢٠} المغامسي، سعيد فالح، "أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 5، 2008، ص58-14.

^{٢١} الذاريات: ٥٨

^{٢٢} الصيفي، رمضان، إعجاز القرآن الكريم في العلاج النفسي "قصة مريم (أم نوح)"، بحث مقدم إلى مؤتمر الإعجاز العلمي في القرآن الكريم والسنة النبوية الثاني، الجامعة الإسلامية غزة، 2016، ص38-1.

في المحراب، ومن غير الطبيعي ألا تُصاب بالقلق والتوتر والخوف. وعلى الرغم من تلك الأزمات والشدائد إلا أنه لم يخطر في بالها الانتحار مع أنها كانت تتمنى لنفسها الموت. إن الالتزام بالعبادات والخلوة في المحراب من العوامل التي جعلت نفس مريم عليها السلام قوية وصلبة، وبناءً على تسلسل الأحداث لقصة مريم عليها السلام، فهناك خطوات للعلاج النفسي. إن مريم عليها السلام حينما أتاها جبريل عليه السلام لإخبارها عن حملها، تعوّذت بالله ﴿قَالَتْ إِنِّي أَعُوذُ بِالرَّحْمَنِ مِنْكَ إِنْ كُنْتَ تَقِيًّا﴾^{٢٣}. ثم أهدأها جبريل عليه السلام، وقال (تعالى) ﴿قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ وَلْنَجْعَلَهُ آيَةً لِلنَّاسِ وَرَحْمَةً مِنَّا وَكَانَ أَمْرًا مَقْضِيًّا﴾^{٢٤} عن طريق التذكير بأعمال الله وقدرته وإرادته امتحاناً لإيمانها بربها، وجاء بلفظ (رب) تخفيفاً لها من أثر الصدمة، والله بقدرته يجعل المنحة لمن يشاء من عباده ولكنه تعالى لم يظلم عباده المخلصين، فالمحنة عليهم حقيقة منحة لهم، والعبد المتقي يراقبه الله. ثم بعد ذلك، رجاء لمرضاة الله قامت مريم عليها السلام بالعزلة حيث اعتزلت المجتمع حولها بعد معرفتها بالحمل، ولهذه المرحلة أثر في تهدئة النفس لأن البشر وطبيعته البشرية قد تثير الأزمة النفسية أشد تفاقمًا وخطورة، والخلوة تهيب النفس لتكون منتبهة إلى لب الأمر وحل المشاكل. ثم بعد ذلك، قال تعالى ﴿وَهَٰذَا إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رُطْبًا غَنِيًّا ۖ فَكُلِي وَاشْرَبِي وَقَرِّي عَيْنًا ۚ فَإِمَّا تَرَيَنَّ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا﴾^{٢٥}، حيث أشار إلى التغذية الغذائية من الأكل والشراب أي الرطب وماء النهر وكلاهما يحتوي على معادن صحية طبيعية. فالعلاج للأزمة العقلية أو الأمراض النفسية يكون أيضاً من خلال الطعام والشراب الصحيين، وهذا أمر معقول جداً لأن التفكير البشري يصدر من عضو من أعضاء جسده، فلا بد من التوازن بين الصحة الجسدية والعقلية.

وبما أن ضغوط الحياة أمر لا مفر منه في مراحل الحياة كلها لأسباب كالثروة في الحياة الدنيوية، والمناصب والعلم وأمتعة الحياة، والجهل بالدين والغرق في الحياة المادية، والتقليد الأعمى لعادات الغرب - وازدادت الأمراض النفسية في هذا العصر الحديث^{٢٦}، فهناك ألفاظ في القرآن الكريم دلت على الضغوط والأزمة النفسية كـ "كلف"، و"حزن"، و"ضعف"، و"خوف"، و"اضطرب"^{٢٧}، وهذه الألفاظ تؤكد على قضية الأزمة النفسية تواجه الإنسان. وأما بالنسبة للعلاج النفسي، فهناك دلالات متعلقة بها في القرآن الكريم، كالصبر كما قال تعالى ﴿مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ ۚ وَلَنَجْزِيَنَ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾^{٢٨} حيث وعد الله بالأجر عقب الصبر، فالجزاء وعد من الله، وعلى المؤمن الإيمان بالله. وذكر تعالى أيضاً

^{٢٣} مريم: ١٨

^{٢٤} مريم: ٢١

^{٢٥} مريم: ٢٥-٢٦

^{٢٦} الجهي، ربيع يوسف شحاته، "إعجاز القرآن وأثره في تحقيق الأمن النفسي"، مجلة كلية الدراسات الإسلامية، العدد 35، 2018، ص 3382-

3450.

²⁷ Nurlaila, N, Kompensasi Beban dalam Perspektif Psikologi Islam, **Tadrib**, Vol 2, No 1, 2017, p96-122.

^{٢٨} النحل: ٩٦

﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ﴾^{٢٩} إشارة إلى الشكر وسيلة من وسائل أو خطوة من خطوات تخفيف الضغط النفسي، والشكر يتعلق بالنعم، وهو تذكير بالنعم، فالمؤمن حينما يطمع في شيء يجعل نفسه في نوع من الضغط، ولكن بعدما تذكّر النعم التي مُنحت له، تراجع من الطمع فيتخفف النزاع النفسي لديه. والقرآن بإعجازه مصدر الطمأنينة والأمن النفسي، ولا يختص بزمان معين بل يبقى إلى يوم القيامة. ومن صور الأمن النفسي نتيجة إعجاز القرآن في قلوب المؤمنين هو زيادة الإيمان، وراحة القلب وطمئنانه، والعبادة لله وحده، وذكره، وتحميده، والإنفاق في سبيله^{٣٠}.

وسلوك آخر ذكره الله تعالى علاجاً نفسياً هو التفاؤل كما كان في قوله تعالى ﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾^{٣١}. فالتفاؤل يثير نوعاً من الأمل في النفس، والأمل أمر إيجابي، وتملاً للضغوط النفسية نفس الإنسان سلبياً كما تهيئها أزمة نفسية أخطر. إن المؤمن الحقيقي لا بد من الإكثار من الدعاء إلى الله وذكره، والدعاء يزيد تعلقاً واعتماداً بالله، ويجعله يعي بأن مصير الأمور كلها هو الله وقال تعالى ﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾^{٣٢}

وكذلك أيضاً أن أسلوب الترغيب في المواصلة والحديث قد يثير سيكولوجية النفس إيجاباً، وخاصة في تربية النفس البشرية^{٣٣}، فجمال لغة القرآن بما فيه من ألوان البديع يبيّء النفوس البشرية على خير المعاملة مع الأفراد والمجتمع والبيئة المحيطة وحسنها. ومن ذلك قوله تعالى ﴿وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَى﴾ فآماً اليتيم فلا تقهر^{٣٤} حيث تلين القلوب بهذا الأسلوب اللين المرن، وتُعدّها هذه الألوان البديعية لحسن المعاملة مع الآخرين كما تغرس فيها الرغبة في المعاملة الطيبة. وكان لعناصر الترغيب في الآيتين تأثير نفسي إيجابي في ذات البشر للتغلب على النفسانية السلبية عن طريق الاختلاق بالإجابية.

تم إثبات التأثير الإيجابي لإعجاز القرآن على النفس البشرية في تنمية التفكير الإيجابي، والصلابة النفسية لديهم في التعلم خاصة. يجوز إدراج موضوعات متعلقة بإعجاز القرآن في وحدات دراسية عن طريق استنتاج الأدلة النقلية التي تبرز اهتمام القرآن بالصحة النفسية لدى الإنسان، والتي تدعو إلى إيجابية السلوك، وتصاحب هذه الموضوعات أنشطة تثير الترغيب في التفكير الإيجابي وتنمية الدوافع لدى

^{٢٩} لقمان: ١٤

^{٣٠} الجهي، ربيع يوسف شحاته، "إعجاز القرآن وأثره في تحقيق الأمن النفسي"، مجلة كلية الدراسات الإسلامية، العدد 35، 2018، ص 3382-

3450.

^{٣١} آل عمران: ١٣٩

^{٣٢} البقرة: ٢٨٦

^{٣٣} Azura, W., Fazullah, A., Samah, R., Ahmad, H., Mohamed, Y., & Ibrahim, M., "Uslub Targhib (Motivasi) dalam Muamalah Hasanah: Analisis Surah Ad-Dhuha daripada Perspektif Psikologi dan Retorik", **Journal of Nusantara Studies (JONUS)**, Vol 2, No 2, 2017, p198-213.

^{٣٤} الضحى: ٩-٨

المتعلمين. فصار القرآن شفاء للشعور والتفكير لما فيه من دلالات إيجابية ومعاني تتضمن الآمال والتفاؤل والبعد عن اليأس والقنوط^{٣٥}.

الفجوة العلمية من الدراسات القرآنية في موضوع العلاج النفسي

بناءً على ما سبق من الدراسات القرآنية، لاحظت الباحثتان بأن المجال يفتقر المجال إلى دراسات تجريبية تسير على منهج تجريبي دقيق لكي تكون نتائجها موثوقة بها، حيث يبدو أن نتائج الدراسات الاستقرائية تكاد تتكرر لا تجدي شيئاً جديداً. وأما بالنسبة للدراسات القرآنية التي تمت دراستها لدى الباحثين بتحليل مركز ومفصل في هذه المقالة، فهي فقط سورتا مريم^{٣٦} والضحى^{٣٧}. ولكن الاختلاف بين الدراستين، أن الأولى تمّ التركيز فيها على قصة مريم التي استغرقت حقيقة في سور غيرها كسور آل عمران والتحريم والمائدة والقصص والأنبياء، وكانت الدراسة تقدم مريم عليها السلام نموذجاً في العلاج النفسي. وأما الثانية فكانت تشير إلى إفادة أسلوب الترغيب على وجدانية الإنسان، فاتخذت سورة الضحى تأكيداً لهذه القضية، ومن ثمّ تثبيتها وترسيخها لإعجاز القرآن. ولعل الإشارة البسيطة من إحدى الدراسات التي نهت إلى تأثير القرآن على مستمعه مؤمناً كان أم كافراً^{٣٨}، تُثمر فكرة للدراسات التجريبية التي تشمل نواح بشرية أخرى لكي تفضي شيئاً جديداً ومتطوراً ومساهماً للدراسات المستقبلية في المجال.

إن الجانب التطبيقي من الدراسة في هذا المجال هو المفتاح للفجوة العلمية في مجال العلاج النفسي وإعجاز القرآن. وأما بالنسبة للجانب الاستقرائي لدراسة المجال، فيبدو أن الأنبياء عليهم السلام أيضاً لهم قضايا نفسية تجدر دراستها ولعل هناك نقاط خاصة لكل منهم تجدر الإشارة إليها ومن ثمّ تسهم في تشكيل الإطار النظري في بناء الإطار التطبيقي أي في دراسة مدى تأثير الإعجاز القرآني على العلاج النفسي.

الخلاصة

إن القرآن لكونه إعجازاً ومعجزاً، أثار دراسات في تأثير القرآن الكريم على العلاج النفسي. اتضح من الدراسات السابقة أن للقرآن تأثير إيجابي على نفوس مستمعيه مؤمنين كانوا أم غير مؤمنين، بكل جوانبه لغة كانت أم أسلوباً، مضمونها كانت أم صور بلاغية. فهناك قصة مريم تمثل تأثير القرآن في تخفيف الضغوط النفسية في نفس البشر، وهناك خطوات للعلاج النفسي، وهناك سلوك معين إن اختلق به

^{٣٥} أحمد، شعبان عبد العزيز، "فاعلية تدريس وحدة مقترحة في ضوء الإعجاز النفسي للقرآن الكريم لتدريس علم النفس في تنمية التفكير الإيجابي والصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية"، المجلة العلمية، المجلد 36، العدد 2، 2020، ص 104-54.

^{٣٦} الصيفي، رمضان، "إعجاز القرآن الكريم في العلاج النفسي" قصة مريم (أمّ نموذج)، بحث مقدم إلى مؤتمر الإعجاز العلمي في القرآن الكريم والسنة النبوية الثاني، الجامعة الإسلامية غزة، 2016، ص 38-1.

³⁷ Azura, W., Fazullah, A., Samah, R., Ahmad, H., Mohamed, Y., & Ibrahim, M., "Uslub Targhib (Motivasi) dalam Muamalah Hasanah: Analisis Surah Ad-Dhuha daripada Perspektif Psikologi dan Retorik", *Journal of Nusantara Studies (JONUS)*, Vol 2, No 2 (2017), p198-213.

^{٣٨} الخالدي، محسن سميع، "تأثير القرآن الكريم في نفوس سامعيه"، مجلة الإسلام في آسيا، المجلد 5، العدد 1، 2008، ص 91-118.

المؤمن خاصة فتكون له راحة البال وطمأنة القلب. مهما يبدو أن تلك الدراسات قد اشتملت موضوعات شتى في العلاج النفسي، فالمجال ما زال مفتقراً إلى دراسات علمية في الجانب التطبيقي خاصة، وعدة موضوعات في الجانب النظري بصورة أكثر مفصلة ومركزة كالتركيز على خصائص نفسية عالجه القرآن للأنبياء.

قائمة المصادر والمراجع

المراجع العربية

القرآن الكريم.

أحمد، شعبان عبد العزيز، "فاعلية تدريس وحدة مقترحة في ضوء الإعجاز النفسي للقرآن الكريم لتدريس علم النفس في تنمية التفكير الإيجابي والصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية"، *المجلة العلمية*، المجلد ٣٦، العدد ٢، ٢٠٢٠، ص ٥٤-١٠٤.

الجهمي، ربيع يوسف شحاته، "إعجاز القرآن وأثره في تحقيق الأمن النفسي"، *مجلة كلية الدراسات الإسلامية*، العدد ٣٥، ٢٠١٨، ص ٣٣٨٢-٣٤٥٠.

الجوزية، ابن القيم، *الفوائد المشوق إلى علوم القرآن وعلم البيان*، لبنان: دار الكتب العلمية، د.ت. الخالدي، محسن سميع، "تأثير القرآن الكريم في نفوس سامعيه"، *مجلة الإسلام في آسيا*، المجلد ٥، العدد ١، ٢٠٠٨، ص ٩١-١١٨.

الشعراوي، متولى، *النفس في القرآن*، مصر: دار الفیصل للتأليف والترجمة والنشر، ١٩٩٦.

الصفدي، نعيم أسعد، *الأحاديث الواردة في تأثير المشركين بالقرآن (دراسة تحليلية)*، بحث مقدم إلى مؤتمر العلمي الدولي الأول القرآن الكريم ودوره في معالجة قضايا الأمة، الجامعة الإسلامية غزة، ٢٠٠٨، ص ٣٦٥-٣٩٩.

الصيفي، رمضان، *إعجاز القرآن الكريم في العلاج النفسي "قصة مريم (أمنودج)"*، بحث مقدم إلى مؤتمر الإعجاز العلمي في القرآن الكريم والسنة النبوية الثاني، الجامعة الإسلامية غزة، ٢٠١٦، ص ٣٨-١.

العاظمي، سلطان عبد الله مطلق، "آيات الشفاء في القرآن الكريم دراسة تفسيرية موضوعية"، *مجلة كلية دارالعلوم*، العدد ١٢٩، ٢٠٢٠، ص ٣٩٥-٤٤٠.

المغامسي، سعيد فالح، "أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد ٥، ٢٠٠٨، ص ١٤-٥٨.

المراجع الأجنبية

- Azura, W., Fazullah, A., Samah, R., Ahmad, H., Mohamed, Y., & Ibrahim, M, "Uslub Targhib (Motivasi) dalam Muamalah Hasanah: Analisis Surah Ad-Dhuha daripada Perspektif Psikologi dan Retorik, **Journal of Nusantara Studies (JONUS)**, Vol 2, No 2, 2017, p198-213. <https://doi.org/10.24200/jonus.vol2iss2pp198-213>
- Jahan N, Naveed S, Zeshan M, et al, "How to Conduct a Systematic Review: A Narrative Literature Review", **Cureus**, Vol 8, No 11, 2016, p1-8.
- Nightingale, Alison, "A guide to systematic literature reviews", **Surgery (oxford)**, Vol 27, No 9, 2009, p381-384.
- Nurlaila, N, Kompensasi Beban dalam Perspektif Psikologi Islam, **Tadrib**, Vol 2, No 1, 2017, p96-122.