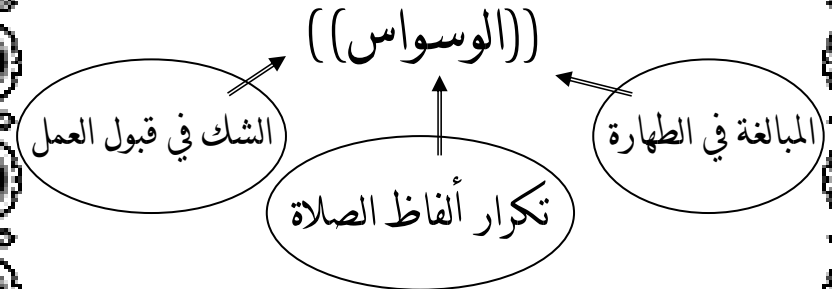


جميع الحقوق غير محفوظة  
صورها وأعطها لغيرك

أطلب بقية القبسات: 9459772

## الاضطرابات النفسية والعقلية



إعداد

عبد النبي عبد المجيد النشابه

مع تحيات

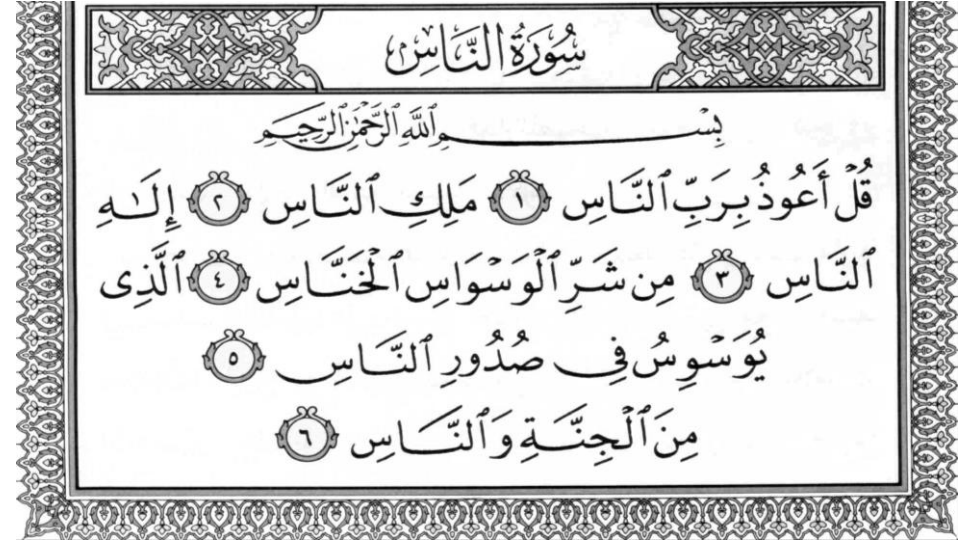
قبسات من هنا وهناك

رقم (45)

معناها	الكلمة
اعتصم واستجير	أعوذ
خالقهم ومربيهم	رب الناس
مالكهم وسيدهم	ملك الناس
معبودهم	إله الناس
الكلام الخفي الذي يصل مفهومه إلى قلوبهم	الوسواس
المتواري المخفي عن ذكر الله	الخناس
بيان للشيطان الموسوس أنه جنيا أو انسيا	ومن الجنة والناس

(إن الشيطان لكم عدو فاتخذوه عدوا إنما يدعو حزبه ليكونوا من أصحاب السعير)

سورة : الآية:



معاني الكلمات:

بِسْمِ تَعَالَى

المقدمة

لقد عودتُ قارئِي الكَرِيم على الاختصار الشديد في قبساتي السابقة كذلك هنا عندما أريد أن أتكلّم عن (الوسواس)، فسوف أتكلّم باختصار دون أن أعرف الاضطرابات النفسية بصفة عامة إنها تنقسم إلى أقسام مثلاً منها العصبيات مثل الغلق والاكئاب وغيره، لا لست في هذا الصدد، بل أريد أن أتحدّث عن الوسواس فقط لقربه من اختصاصي الديني في بعض الجهات، ولسنا بحاجة إلا تعريف الوسواس، كما يعرفونه علماء الطب؛ لكي يسهل إلى القارئ الاستفادة وما يقولون: (إن تعرف البديهيّات هي أصعب المشكلات. فلذی سوف نلقي الضوء هنا على بعض الشيء من الناحية الدينية تاركين الناحية الأخرى لأهل الاختصاص)

و... من وراء القصد

عبد النبي الشاب

1999م

من العلاجات

العلاج الديني:

يقول الدكتور على القائمي (1): (يمكن معالجة كثير من الوسواس عن طريق الدين، وهناك أساليب وجوانب مختلفة يتاح الانطلاق منها لهذا الغرض).  
ونستطيع أن نقسم هذا الأمر إلى ثلاثة أقسام وهي:

1. القرآن الكريم
2. السنة المطهرة
3. العقل والسيره الاجتماعية

القرآن الكريم:

ولأهمية الموضوع طرح في دستور المسلمين ألا وهو القرآن لقول الله تعالى في سورة الناس كما مر عليكم في بداية الكتيب، ومن أراد التفصيل فليراجع ما قبل المقدمة.

(1) كتاب الوسواس والهواجس النفسية ص 119

طرفه

## إمام الجماعة مع المصلين

كان هناك إمام جماعة يشك في صحة مخارج الحروف كثيراً (وسواسي) ...  
دخل معه رجل عجوز في الصلاة وكان الإمام يقرأ سورة إذا جاء ويكررها إذا  
جاء مراراً وتكراراً حتى تعب العجوز من الوقوف فقال أثناء الصلاة (وإذا لم تأتي  
تتعطل أحنه) .

## السنة المطهرة:

ورد عن أهل بيت العصمة (عليهم السلام) لكثير السهو قال الصادق (عليه السلام): (إذا كثرت عليك السهو فأمض في صلاتك) (1)

## العقل والسيرة الاجتماعية:

من الطبيعي جداً إن من يكرر تغسيل يده بشكل غير طبيعي أو يكرر الأذكار بنية  
عدم صحة النطق لهو شيء متعب ومنفر؟

---

(1) كتاب الوسائل

## هل تعلم

إن الوسواس الخناس هو اسم عفريت من الجن .

روي الشيخ الصدوق (قدس سره) في كتابه (أمالي الصدوق) بإسناده إلى الصادق (عليه السلام) قال: لما نزلت هذه الآية (والذين إذا فعلوا فاحشة أو ظلموا أنفسهم ذكروا الله فاستغفروا لذنوبهم) صعد إبليس جبلاً بمكة يقال له ثوير فصرخ بأعلى صوته بعفاريته فاجتمعوا إليه فقالوا: يا سيدنا لم دعوتنا؟ فقال: نزلت هذه الآية فمن لها؟ فقال عفريت من الشياطين، فقال: أنا لها بكذا وكذا، قال: لست لها فقام آخر فقال مثل ذلك فقال لست لها .

فقال الوسواس الخناس: أنا لها قال بماذا؟ قال: أعدهم وأمنهم حتى يواقعوا الخطيئة فإذا واقعوا الخطيئة أنسيهم الاستغفار فقال: أنت لها فوكله بها إلى يوم القيامة .

## مبادئ الوقاية من الوسواس

دائماً نسمع أن الوقاية خير من العلاج، فلذا نقول أن أسلوب الوقاية أنفع وأجدي من أسلوب العلاج في جميع الأحوال، فهنا نشير إلى بعض الأمور التي تمنع الوصول إلى الوسواس، فلماذا لا نجربها؟

1. التمسك بالتعاليم الإسلامية .
2. اعمل مثلما يفعل مقلدك في الأحكام الشرعية .
3. اقرأ فتاوى من تقلد في الوسواس .
4. أبعد نفسك عن التخيلات الوهمية والأوهام الفارغة .
5. المشاركة في الحياة الاجتماعية المترنة والسعي نحو تطابق الأفكار مع الحياة الاجتماعية .
6. الامتناع ذاتياً
7. ابعد عن شيء يسمى تجربة فاشلة أو كلمة (لا يمكن) .

## أقوال بعض الفقهاء في الوسواس

جاء في كتاب أجوبة الاستفتاءات ص 93 س 322: ( منذ عدة سنوات وأنا مبتلي ببلية الوسواس، وهذا الموضوع يعذبني جداً، ويوماً بعد يوم تشد حالة الوسواس هذه، حتى إنني أشك في كل شيء، وحياتي قائمة كلها على الشك، وأكثر شكّي حول الطعام والأشياء الرطبة، ولهذا لا أستطيع التصرف كباقي الناس الاعتياديين، وعندما أدخل إلى مكان أخلع جواربي مباشرة لأنني أتصور أن جواربي عرقت، وسوف تنجس على أثر ملامسة النجس، حتى إنني لا أستطيع الجلوس على السجادة، وإذا ما جلست فسأقوم على تحريك نفسي دوماً لكي لا تلتصق شعيرات السجادة بملابسي فأكون مضطراً إلى تطهيرها بالماء، وفي السابق لم أكن هكذا، ولكني الآن أخجل من أعمالي هذه ولكني الآن أخجل من أعمالي هذه ودائماً أحب أن أرى أحداً في عالم الرؤيا وأطرح عليه أسئلتى أو أن تقع معجزة تغير حياتي وأرجع إلى حياتي السابقة، ولهذا أرجو منكم إرشادي.

8. إيجاد التغييرات في نمط الحياة من خلال تغيير الأوضاع والظروف في مراحل مختلفة وأدوار متفاوتة.
9. عود نفسك على أصول الحياة وفروعها بحيث تتكون لديك المعلومات الكافية في هذا الصدد.
10. حاول ألا تستكف في تحصيل المعلومات اللازمة لمعرفةك عن نفسك خصوصاً في حالة الشك والتردد في حياتك الشخصية.
11. أعلم أن جسدي أمانة فيجب المحافظة عليه، ومن الجسد (النفس).
12. تنمية الإرادة وتربيتها وتقوية معنوياتك بشكل تدريجي وعدم الاستعجال على النتيجة.
13. تجنب الظنون والتطورات الاعتباطية وكبح الرغبات وتهذيبها.
14. كن متفائلاً بالخير دائماً.

ج : أحكام الطهارة والنجاسة هي نفسها التي فصلت في الرسائل العملية ،  
وشرعاً فإن كل الأشياء محكومة بالطهارة ، إلا التي حكم الشارع بنجاستها ،  
وحصل للإنسان يقين بها . والتخلص من الوسواس في هذه الحالة لا يحتاج إلى  
الأحلام أو وقوع معجزة ، بل يجب على المكلف أن يضع ذوقه الشخصي جانباً  
ويكون متعبداً بتعليمات الشرع المقدس ويؤمن بها ، ولا يعتبر الشيء الذي لا يقين  
بنجاسته نجساً ، أنت من أين لك يقين بأن الباب ، والجدار ، والسجادة ،  
وسائر الأشياء التي تستخدمها نجسة ، وكيف تيقنت بأن شعيرات السجادة  
التي تمشي ، أو تجلس عليها نجسة ، وأن نجاستها صوف تسري إلى جواربك ،  
ولباسك ، وبدنك ؟! وعلى كل حال لا يجوز لك في حالتك هذه الإعتناء  
بالوسواس ، فمقدار من عدم الإعتناء بوسواس النجاسة والتمرن على عدم  
الإعتناء سوف يساعدك (إن شاء الله وتوفيق من الله تعالى ) على إتقاد  
نفسك من قبضة الوسواس .

وجاء في كتاب كلمة التقوى ج1 ص 119-120

س384 : إذا خطر الرياء في قلبه حين العمل، ولكنه قصد القربة المستقلة ولم  
يقصد معها الرياء حتى تبعاً كان العمل صحيحاً ولم يضره مجرد خطور الرياء في  
قلبه وإن فرح برؤية الناس له، وكذلك السمعة .

س385: إذا أتم الإنسان عمله متقرباً به إلى الله تعالى ثم قصد الرياء أو السمعة  
بعد العمل لم يبطل على الظاهر . وكذلك العجب المتأخر عن العمل .  
وإذا حصل له العجب بعمله وهو في أثناء العمل أو مقارناً لنيته فالظاهر انه  
لا يبطل العمل بذلك وإن كان موجباً لحبط الثواب .

س387: يجب التنبيه لما ذكر وغيره والحذر منها جهد المستطاع فإنها من مداخل  
الشیطان الغرور الموجبة لسقوط المرء في الهاوية وجره إلى التهلكة (إن الشيطان  
لكم عدو فاتخذوه عدواً إنما يدعو حزبه ليكونوا من أصحاب السعير) .

## الفهرس

رقم الصفحة	عنوان الصفحة
2	المقدمة
3	سورة الناس
4	أقوال بعض الفقهاء في الوسواس
7	طرفه
8	مبادئ الوقاية من الوسواس
10	هل تعلم
11	من العلاجات

## مراجع الكتاب

1. القرآن الكريم
2. تفسير الميزان السيد محمد الطباطبائي
3. آمالي الصدوق الشيخ الصدوق
4. الوسواس والهواجس النفسية د.علي القائمى
5. مبادئ الصحة النفسية د.محمد خالد الطحان
6. كلمة التقوى الشيخ محمد أمين زين الدين
7. أجوبة الاستفتاءات السيد الخامني



قال الرسول الأعظم صلى الله عليه وآله  
"ما تصدق الناس بصدقة مثل علم ينشر"  
بحار الأنوار / كتاب العلم / حديث 8 مجلد 87

---

ساهموا معنا في نشر هذه القبسة

---

<http://www.alnashaba.net>

Email: qabasat@hotmail.com