



إسهام العلماء المسلمين في تدير الصحة النفسية:

أبوزيد البلخي (ت 322هـ) أنموذجا

الدكتور سعيد الشوية¹.

saidchaouia1978sss@gmail.com

الملخص.

كانت للحضارة الإسلامية حضور وازن في الساحة العلمية منذ بزوغ فجر الإسلام، وكانت لها إسهامات علمية غنية ومتنوعة، شملت مختلف الفنون والمعارف، ومنها العلوم النفسية. فقد ساهم العلماء المسلمون في إنشاء وتطوير هذه العلوم التي تهتم بالنفس الإنسانية وإنتاج المعارف المتعلقة بها، وكل ذلك في صلة وتفاعل مع أصولهم الدينية، التي جاءت لتحقيق مصالح الإنسان في العاجل والآجل معا. ويعتبر أبو زيد البلخي من فرسان هذا المجال، مجال تدير الصحة النفسية، ورائدا من رواد الطب النفسي أو مصالح الأنفس كما يسميه رحمة الله عليه، وقد كان مبدعا في هذا المجال؛ إذ جاء بما لم يسبق إليه كما نص على ذلك في مقدمة مقاله "تدير مصالح الأنفس".

الكلمات المفتاحية: تدير الصحة النفسية، والطب النفسي، وأبو زيد البلخي، ومصالح الأنفس.

¹ أستاذ بالمدرسة العليا للأساتذة بمرتيل، التابعة لجامعة عبد الملك السعدي بتطوان.

Contribution des érudits musulmans à la gestion de la santé mentale:

Abu Zaid al-Balkhi comme modèle.

Dr. Chaouia said²

saidchaouia1978sss@gmail.com

Abstract.

The Islamic civilization had a significant presence in the scientific arena since the dawn of Islam, and it had rich and diverse scientific contributions, including various arts and knowledge, including psychological sciences. Muslim scholars contributed to the establishment and development of these sciences that are concerned with the human soul and the production of knowledge related to it, all in connection and interaction with their religious origins, which came to achieve the interests of man in both the immediate and the long term. Abu Zaid al-Balkhi is considered one of the knights of mental health management, and a pioneer of psychiatry or the interests of the souls as he called it, may God have mercy on him, and he was creative in this field; as he came up with what had not been done before, as he stated in the introduction to his article "Managing the Interests of the Souls".

Keywords: Mental health management, psychiatry, Abu Zaid al-Balkhi, and the interests of the souls.

² Professeur à l'Ecole Normale Supérieure de Professeurs de Martil, affiliée à l'Université Abdelmalek Essaadi de Tétouan.

المقدمة.

كانت للحضارة الإسلامية حضور وازن في الساحة العلمية منذ بزوغ فجر الإسلام، وإسهامها العلمي واضح على امتداد العصور المتعاقبة، وقد تميزت هذه الحضارة بتنوع تراثها العلمي وغناها؛ فشمل إنتاجها العلمي مختلف الفنون والمعارف، ومنها العلوم الإنسانية، وأخص بالذكر العلوم النفسية. فقد ساهم العلماء المسلمون في إنشاء وتطوير هذه العلوم التي تهتم بالنفس الإنسانية وإنتاج المعارف المتعلقة بها، وكل ذلك في صلة وتفاعل مع أصولهم الدينية، التي جاءت لتحقيق مصالح الإنسان في العاجل والآجل معا.

ولا يخفى على المهتمين بالعلوم الإنسانية عموماً والنفسية على وجه الخصوص، ما أسهم به علماء الإسلام في مجال العلوم النفسية، وتراثهم النفسي خير شاهد على ذلك. ومن هؤلاء الأعلام أبو زيد البلخي، الذي يعتبر فارساً من فرسان الطب النفسي، وعارفاً بالطب البدني وملماً بمباحث علمية أخرى من مختلف الفنون.

وكنت قد تعرفت على البلخي وإبداعاته النفسية منذ سنين، وأشرت إلى بعضها في كتابي "إسهام علم النفس في خدمة مقاصد الشريعة الإسلامية"، وكنت أترقب الفرصة لتجلية الإسهام التاريخي للبلخي في مجال الطب عموماً، والطب النفسي على وجه الخصوص، وقد يسر الله تعالى بميلاد هذه المجلة "مجلة بادر" المناسبة للحديث عن بعض إبداعات المسلمين في مجال الصحة النفسية من خلال أبي زيد البلخي وإنتاجاته في هذا المجال.

وخليق بنا في مثل هذه المناسبة الحديث عن إسهامات مثل هؤلاء الأعلام المسلمين في مجال علم النفس، الذي أضحي في زماننا ينسب إلى الغربيين، إلى درجة غابت أو غيبت معها إسهامات الحضارة الإسلامية وأعلامها في هذا المجال، حتى صار من باحثينا عامة ومن أهل التخصص خاصة يعتقد أن علم النفس إنتاج خالص للحضارة الغربية.

وهذه الورقة العلمية تروم الإسهام من جهتها في تجاوز هذا الأمر وإظهار إبداعات المسلمين في مجال العلوم النفسية، ونشرها بين صفوف الطلبة وعامة الناس، وذلك من خلال الإجابة عن إشكال يتمثل في جملة من الأسئلة، منها: ما مكانة تكامل العلوم في الحضارة الإسلامية؟ وما منزلة العلوم النفسية في إطار هذا التكامل على مستوى التحصيل والإنتاج؟ وما إبداعات أبي زيد البلخي في مجال الصحة النفسية؟ وأين تتجلى عبقريته في آليات العلاج النفسي؟

وقصد تناول هذا الإشكال، اقتضت مني الضوابط المنهجية إعمال جملة من المناهج، على رأسها المنهج الوصفي والتحليلي باعتبارهما منهجين رئيسيين، بالإضافة إلى مناهج أخرى مكملية وثنائية، وذلك من خلال خطة جاءت في مقدمة وثلاثة مطالب وستة فروع وخاتمة.

المطلب الأول: تكامل العلوم في الحضارة الإسلامية واهتمامها بالعلوم النفسية.

الفرع الأول: دعوة الإسلام إلى تكامل العلوم، ومكانته عند المسلمين.

شاءت حكمة الله تعالى أن خلق الخلق لعبادته وخلافته وعمارة أرضه، وتدبير شؤونها، وتحقيق مصالحه عليها، ولم يخلقه عبثاً يأكل ويشرب كما تأكل الأنعام، وكرمه بالفطرة والعقل، وأرشده إلى أعماله بدعوته إلى التفكير في كتابه والتأمل في مخلوقاته، أي: النظر إلى الكون وما فيه، وإلى النفس الإنسانية وما هي، ومم تكونت؟ لأن استخدام العقل هو الطريق الأساس إلى العلم بالآيات والسنن الكونية التي أودعها الخالق في نفس مخلوقه وفيما يحيط به، وبه يدرك الإنسان حقائق الأشياء، ودلالاتها على عظمة الله وقدرته، وبه يعرف خالقه حق المعرفة، ويفرق بين الصالح والباطل، وبين الحق والباطل. وهذه الدعوة إلى التفكير وإعمال العقل هي دعوة إلى التعرف على علوم الوحي وفهمها، وكذا التعرف على علوم الكون ودراستها، أي دراسة الظواهر الإنسانية والاجتماعية والطبيعية... واكتشاف سننها وتحصيلها؛ قصد استثمارها وتوظيفها في ما يعود على الإنسان بالخير، وذلك بجلب المنافع له ودرء المفاسد عنه.

قال عز وجل: ﴿...﴾

﴿...﴾

﴿...﴾³، وقال سبحانه: ﴿...﴾

﴿...﴾⁴، وقال كذلك: ﴿...﴾

﴿...﴾⁵، وقال تعالى: ﴿...﴾

﴿...﴾

﴿...﴾

³ سورة ص، الآية: 28.

⁴ سورة الذاريات، الآية: 21.

⁵ سورة الروم، الآية: 7.

فالمطلع على سير هؤلاء العلماء وغيرهم ممن سار على نهجهم يجد أن شخصيتهم العلمية تشكل مثالا يحتذى به في التكامل المعرفي، لقد كانوا حقا علماء موسوعيين، شأنهم في ذلك شأن كثير من علماء عصرهم والعصور السابقة لهم أو اللاحقة بهم، وكيف لا يكونون كذلك وقد كان التكامل المعرفي ثقافة سائدة ومنتشرة وأمرا مسلما به في زمانهم.

فهؤلاء العلماء ومن سار على نهجهم يجسدون التكامل المعرفي الذي كان سائدا في العصور الأولى، عصور نشأة العلوم الإسلامية وبداية عصر التدوين، التي كان فيها العالم موسوعيا مطلقا على معارف متعددة وفي مجالات مختلفة من علوم الوحي وعلوم الكون. وكان هذا التكامل منصوبا عليه في مناهجهم التعليمية، وهذا ما يستشف من كلام محمد بن سحنون (ت 256هـ) في كتابه "آداب المعلمين"، حين أشار إلى جملة من المعارف والعلوم التي ينبغي للمعلم أن يعلمها متعلميه، كإعراب القرآن والحساب والشعر والغريب والعربية والخط والنحو⁸... وقد نص على هذا التكامل المعرفي على مستوى التحصيل العلمي أبو حامد الغزالي صراحة حين ذكره وظائف المتعلم، حيث قال: «الوظيفة الخامسة أن لا يدع طالب العلم فناً من العلوم المحمودة ولا نوعاً من أنواعه إلا وينظر فيه نظراً يطلع به على مقصده وغاياته، ثم إن ساعده العمر طلب التبحر فيه، وإلا اشتغل بالأهم منه واستوفاه وتطرف من البقية فإن العلوم متعاونة وبعضها مرتبط ببعض»⁹.

الفرع الثاني: مكانة الدراسات النفسية في إطار التكامل المعرفي عند المسلمين تحصيلًا وإنتاجًا.

أكد أن التكامل المعرفي في التحصيل العلمي عند علماء المسلمين المتقدمين شمل حتى العلوم التي تهتم بدراسة نفسية الإنسان وسلوكه الداخلي، إذ هناك أمارات تدل على اطلاعهم على كتابات فلاسفة اليونان ودراساتهم حول النفس الإنسانية، والناظر في تعريف النفس عند ابن سينا وأرسطوطاليس (ت 322 ق. م) سيتضح له على أن ابن سينا اطلع على كتابات أرسطوطاليس حول النفس الإنسانية، حيث نجده - ابن سينا - يعرف النفس بقوله: «النفس التي نحن في تحديدها - وهي أرضية - كمال لنوع من الأجسام الطبيعية، فتعين على ما يصدر عنه من الفعل الذي صدره عنه بالآلات فيه، فتكون النفس كمالاً أولاً لجسم طبيعي آلي، أو لجسم ذي حياة بالقوة، أي: من شأنه أن يحيا بالنشوء ويبقى بالغذاء؛ وإنما يحيا

⁸ آداب المعلمين لمحمد بن سحنون، ص: 102 - 103.

⁹ - إحياء علوم الدين للغزالي: 51/1.

بإحساس وتحريك هما في قوته»¹⁰. ويعرفها أرسطو بأنها: «كمال أول لجسم طبيعي آلي ذي حياة بالقوة»¹¹.
وجزاء من هذا التعريف، أي "كمال أول لجسم طبيعي آلي" وارد في تعريف ابن سينا.

وقد كان من نتائج هذا التحصيل العلمي الموسوعي التكاملي عند المتقدمين أن جعل منهم شخصيات عبقرية متميزة بموسوعيتها المتعددة المعارف والعلوم، استطاعت تحقيق التكامل المعرفي على مستوى الإنتاج العلمي؛ فألّفوا في علوم شتى ومعارف متعددة، منها ما يتعلق بالدراسات النفسية، فنجد منهم من أفرد مؤلفات خاصة بدراسة النفس الإنسانية وأحوالها، ككتاب الطب الروحاني لأبي بكر الرازي¹² وهو كتاب في طب النفوس، وكتاب أحوال النفس لابن سينا، بالإضافة إلى ثلاث رسائل في النفس له، الرسالة الأولى في القوى النفسانية، والرسالة الثانية في معرفة النفس الناطقة وأحوالها، والرسالة الثالثة في الكلام على النفس الناطقة¹³، وكتاب الأخلاق والسير في مداواة النفوس لابن حزم الظاهري الأندلسي¹⁴، وكتاب معارج القدس في مدارج معرفة النفس للإمام الغزالي¹⁵، وشرح ابن رشد الكبير لكتاب النفس لأرسطو. ومنهم من خصص جزءاً من كتاب للحديث عن النفس ودراسة أحوالها، ككتاب ثمرة الحكمة لابن الهيثم، الذي استله بالحديث عن قوى النفسانية الثلاثة التي يعتبر البدن آلة لها، وهي: القوة الشهوانية، والقوة الغضبية، والقوة الناطقة¹⁶. وقد سار ابن الهيثم في تقسيم القوى النفسانية على منهج أفلاطون (ت 347 ق. م)، الذي قسمها إلى القوة الشهوانية وفضيلتها العفة، والقوة الغضبية وفضيلتها الشجاعة، والقوة العاقلة وفضيلتها الحكمة¹⁷. وهذا يؤكد ما أشرت إليه سلفاً من اطلاع علماء المسلمين على التراث العلمي النفسي لفلاسفة اليونان، ويؤكد كذلك على اطلاعهم على الدراسات النفسية في إطار التكامل المعرفي على مستوى التحصيل والإنتاج العلمي.

المطلب الثاني: التعريف بأبي زيد وبمشرّعه العلمي في مجال الطب عموماً.

¹⁰ أحوال النفس لابن سينا، ص: 56.

¹¹ النفس لأرسطو طاليس، ترجمة أحمد فؤاد الأهواني، ص: 42 – 43.

¹² كتاب الطب الروحاني، كتاب مطبوع ومحقق، حققه عبد اللطيف العبد.

¹³ ينظر هذه الرسالة الثالثة في آخر كتاب أحوال النفس لابن سينا، حيث ذيل بها المحقق هذا الكتاب، ص: 145 – 179 – 193.

¹⁴ كتاب مطبوع ومحقق أكثر من تحقيق، طبعته دار ابن حزم وكذا دار ابن الجوزي.

¹⁵ كتاب مطبوع ضمن منشورات دار الأفاق الجديدة ببيروت.

¹⁶ ثمرة الحكمة لابن الهيثم، ص: 282.

¹⁷ جمهورية أفلاطون، ص: 35.

الفرع الأول: التعريف بأبي زيد البلخي.

أبو زيد أحمد بن سهل البلخي، ولد بنواحي مدينة بلخ بقرية تدعى شامستيان من رستاق نهر غرينكي¹⁸ سنة 236هـ، وتوفي سنة 322هـ، وكان من كبار علماء عصره، ألف ما يقارب ستين كتاباً¹⁹، لم يصلنا منها إلا القليل، ووصفه ابن النديم (ت 438 هـ) بقوله: «وكان فاضلاً في سائر العلوم القديمة والحديثة تلا في تصنيفاته وتأليفاته طريقة الفلاسفة إلا أنه بأهل الأدب أشبه وإليه أقرب»²⁰. وهو الوصف نفسه الذي وصفه به ياقوت الحموي (ت 626 هـ) حين قال: «كان فاضلاً قائماً بجميع العلوم القديمة والحديثة، يسلك في مصنفاته طريقة الفلاسفة، إلا أنه بأهل الأدب أشبه، وكان معلماً للصبيان ثم رفعه العلم إلى مرتبة عليّة»²¹.

وقد كان أبو زيد البلخي موسوعياً، وتراثه العلمي خير شاهد على ذلك، فقد ألف في علوم وفنون شتى، والناظر في عناوين مؤلفاته يقف على هذه الحقيقة، فقد ألف رحمة الله عليه في أصول الدين (كتاب عصمة الأنبياء عليهم السلام، وأسماء الله عز وجل وصفاته)، وفي الفقه (كتاب المختصر في الفقه)، وفي علوم القرآن والتفسير (كتاب نظم القرآن، وكتاب ما غاب من غريب القرآن، وكتاب تفسير الفاتحة والحروف المقطعة في أوائل السور)، وفي الطب وعلم النفس (كتاب مصالح الأبدان والأنفس)، وألف في علم الجغرافيا (كتاب صور الأقاليم)، وهو «أول مؤلف إسلامي في الجغرافية الإقليمية التي قسمت العالم الإسلامي إلى عشرين

¹⁸ معجم الأدباء لياقوت الحموي: 275/1.

¹⁹ من كتب أبي زيد البلخي: (1) كتاب شرائع الأديان، (2) كتاب أقسام المعلوم، (3) كتاب اختيارات السير، (4) كتاب كمال الدين، (5) كتاب السياسة الكبير، (6) كتاب السياسة الصغير، (7) كتاب فضل صناعة الكتابة، (9) كتاب مصالح الأبدان والأنفس، (10) كتاب أسماء الله عز وجل وصفاته، (11) كتاب صناعة الشعر، (12) كتاب فضيلة علم الأخبار، (13) كتاب الأسماء والكنى والألقاب، (14) كتاب أسامي الأشياء، (15) كتاب النحو والتصريف، (16) كتاب الصورة والمصور، (17) كتاب رسالته في حدود الفلسفة، (18) كتاب ما يصح من أحكام النجوم، (19) كتاب الرد على عبدة الأصنام، (20) كتاب فضيلة علوم الرياضيات، (21) كتاب في إنشاء علوم الفلسفة، (22) كتاب القرابين والذبايح، (23) كتاب عصم الأنبياء عليهم السلام، (24) كتاب نظم القرآن، (25) كتاب قوارخ القرآن، (26) كتاب العتاك والنسك، (27) كتاب جمع فيه ما غاب عنه من غريب القرآن، (28) كتاب في أن سورة الحمد تنوب عن جميع القرآن، (29) كتاب أجوبة أبي القاسم الكنعي الكعبي، (30) كتاب النوار في فنون شتى، (31) كتاب أجوبة أهل فارس، (32) كتاب تفسير صور، (33) كتاب السماء والعالم لأبي جعفر الخازن، (34) كتاب أجوبة أبي علي بن أبي بكر بن المظفر المعروف بن محتاج، (35) كتاب أجوبة أبي القاسم المؤدب، (36) كتاب المصادر، (37) كتاب أجوبة مسائل أبي الفضل السكري، (38) كتاب الشطرنج، (39) كتاب فضائل مكة على سائر البقاع، (40) كتاب جواب رسالة أبي علي بن المنير الزيادي، (41) كتاب منية الكتاب، (42) كتاب البحث عن التأويلات، (43) كتاب الرسالة السالفة إلى العاتب عليه، (44) كتاب رسالته في مدح الوراقة، (45) كتاب وصية... الفهرست لابن النديم، ص: 170 – 171.

²⁰ الفهرست لابن النديم، ص: 170.

²¹ معجم الأدباء لياقوت الحموي: 274/1.

إقليمياً»²²، وألف في الفلسفة (كتاب رسالة في حدود الفلسفة)، وفي الرياضيات (كتاب فضيلة علوم الرياضيات)، وفي التاريخ (كتاب أخبار النبيين)، وفي الأخلاق (كتاب الأخلاق، وكتاب أخلاق الأمم)، وألف في النحو (كتاب النحو والصرف)، وفي الشعر (كتاب صناعة الشعر)، وفي علم التنجيم (كتاب ما يصح من أحكام النجوم)، وألف في السياسة الشرعية (كتاب أدب السلطان والرعية)... ولعل موسوعيته هذه كانت سببا في إبداعاته في مجالات شتى، منها مجال تديبر الصحة النفسية وغيرها، حتى قال بعض أهل الأدب: «اتفق أهل صناعة الكلام أن متكلمي العالم ثلاثة الجاحظ وعلي بن عبيدة اللطفي وأبو زيد البلخي، فمنهم من يزيد لفظه على معناه وهو الجاحظ، ومنهم من يزيد معناه على لفظه وهو علي بن عبيدة، ومنهم من توافق لفظه ومعناه وهو أبو زيد»²³. وقال أبو حيان: «أبو زيد البلخي يقال له بالعراق: جاحظ خراسان»²⁴.

الفرع الثاني: التعريف بمشروع أبي زيد البلخي العلمي في مجال الطب عموما والطب النفسي خصوصا.

يعتبر أبو زيد البلخي رائدا من رواد الطب النفسي أو مصالح الأنفس كما يسميه رحمة الله عليه، وقد كان مبدعا في هذا المجال وجاء بما لم يسبق إليه كما نص على ذلك في مقدمة مقالة تديبر مصالح الأنفس بقوله: «على أن الكلام في هذا الباب أمر لم تجر عادة الأطباء بذكره وإيقاعه في الكتب التي كانوا يؤلفونها في الطب ومصالح الأبدان ومعالجات العلل العارضة لها»²⁵؛ ويرجع رحمة الله عليه سبب ذلك إلى كون تديبر مصالح الأنفس ليس من جنس صناعتهم، ومعالجات الأمراض النفسانية ليست من جنس ما يتعاطونه من العلاجات كالفصد وسقي الأدوية وما أشبهها من وجوه المعالجات²⁶. وقد أكد رحمة الله عليه سبقه في هذا المجال في مناسبة أخرى بقوله: «فأما هذا النوع الذي هو تديبر مصالح الأنفس، فلا نعلم أحدا قال فيه قولا مشروحا وافيا بقدر الحاجة، فنحن نتكلم فيه بما تبلغه المعرفة، وبالله التوفيق»²⁷.

²² مخطوط صور الأقاليم لأبي زيد البلخي: دراسة في المحتوى والمنهج للدكتور محمد حسن سهيل الدليبي، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، العدد 48، الخاص بالمؤتمر العلمي الدولي الافتراضي الأول، أيلول 2020م، ص: 148.

²³ معجم الأدياء لياقوت الحموي: 279/1.

²⁴ معجم الأدياء لياقوت الحموي: 279/1.

²⁵ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 508.

²⁶ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 508.

²⁷ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 509.

ومشروع أبي زيد البلخي في مجال الطب النفسي أو تدبير مصالحي الأنفس مضمن في كتبه، والتي وصلنا منها في هذا المجال هو كتاب "مصالحي الأبدان والأنفس"، وهو عبارة عن كتاب قسمه رحمة الله عليه إلى مقالتين كما نص على ذلك في مقدمته: إحداهما في تدبير مصالحي الأبدان، والأخرى في تدبير مصالحي الأنفس²⁸. ويبلغ عدد صفحات المقالة الأولى 173 صفحة، بينما يبلغ عدد الثانية 56 صفحة حسب تحقيق الدكتور محمود مصري، والملاحظ أن مقالة تدبير مصالحي الأبدان أوسع بكثير من المقالة الأخرى. وهذا الكتاب يعرف كذلك بالمقالتين كما صرح بذلك صلاح الدين خليل الصفي (ت 764هـ)²⁹. وقد حقق الدكتور مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي المقالة الثانية فقط، والمتعلقة بتدبير مصالحي الأنفس، وطبعت سنة (1424هـ)، وكانت حجة اقتصارهما على تحقيق هذه المقالة فقط، كون المقالة الأولى طويلة وما جاء فيها قد تجاوز بعضها الزمن، وقد أقرأ باستعراض أهم الأفكار الواردة فيها، ووعدا بدراستها دراسة مستفيضة في وقت لاحق وإخراجها للناس³⁰. وقد مر على هذا الكلام أزيد من عشرين سنة ولا أدري هل حققت أم لا؟ وإن كان بحثي في هذه المسألة لم يرجع بأي نتيجة. وقد حقق الدكتور محمود مصري الكتاب كاملا بمقالتيه، وطبعت طبعته الأولى سنة 2005م. وأرى أن عزل إحدى المقالتين عن الأخرى خروج عن مراد المؤلف؛ لأنه يرى أن الصحة الجسمية والنفسية تتكاملان وتشابكان على وفق تشابك البدن بالأنفس.

والناظر في المقالتين يجد أن ضمهما في كتاب واحد من مقاصد المؤلف، ورسالة منه إلينا ينهنا من خلالها إلى أن صحة الإنسان تتحقق بحصول الصحة البدنية والنفسية معا، وأي خلل في إحداهما يؤثر سلبا في الأخرى؛ نظرا لتشابكهما وتداخلهما، وهذا سيتضح أكثر في المطلب الثالث في سياق الحديث عن إبداعات البلخي رحمة الله عليه في مجال تدبير مصالحي الأنفس. وعلى هذا الأساس لم أقتصر الحديث في هذا الفرع على مقالة تدبير مصالحي الأنفس فقط، بل قصدت التعريف بالمقالة الأولى كذلك؛ لأن المؤلف في أثناء حديثه في المقالة الثانية كثيرا ما يشير إلى ما ورد في المقالة الأولى، وقد بيني كلامه على ما فيها من معارف حول تدبير مصالحي الأبدان؛ ولهذا من أراد التعرف على إنجازات البلخي في مجال تدبير مصالحي الأنفس يستحب له البدء بقراءة مقالة تدبير مصالحي الأبدان للترابط والتكامل بينهما. وهذا الربط بين ما هو جسدي ونفسي حاضر بقوة في المقالة الثانية وإن كانت خاصة بتدبير مصالحي الأنفس، ومن ذلك قوله في ما يجب على المريض: «الواجب عليه أن يوقن بأن الله تبارك وتعالى جعل لكل داء يعرض للأبدان والأنفس دواء، ولكل

²⁸ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 330.

²⁹ الوافي بالوفيات للصفدي: 252/6.

³⁰ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 7 - 8.

ألم يحدث فيهما شفاء، فإذا قوبل الداء بدوائه، لم يخل ذلك من أحد أمرين؛ إما أن يزيله بتمامه جسمانياً كان أو نفسانياً حتى يتخلص منه الإنسان، وإما أن يقلل من مكروهه وغائلته، فيكون ذلك التقليل إزالة لبعضه»³¹، وكذا قوله رحمة الله عليه: «قد قلنا فيما تقدم: إنه كما أن من حكم الأدوية الجسمانية أن تعالج بالأدوية الجسمانية، كذلك من حكم الأدوية النفسانية أن تتداوى بالأشفية النفسانية»³².

وقبل ذلك نص في مقدمة الكتاب - بعدما ذكر ما خص الله تعالى به الإنسان من قدرة التمييز بين النافع والضار - نص على أن «آلته في اجتلاب المنافع واجتناب المضار نفسه وبدنه، فبصلاحهما يتيها له بلوغ الواجب من ذلك عليه، إذ ليس للإنسان سواهما. وهما قسما كونه، وسببا وجوده في هذا العالم. فلذلك يحق على كل عاقل أن يعمل جده واجتهاده فيما يستديم به سلامتهما وصحتهما ويدفع عنهما عوارض الأذى والآفات، وحوادث العلل والأسقام»³³. وفي مقدمة مقالة تدير مصالحي الأنفس يؤكد هذا الترابط في حديثه عن النفس والبدن بقوله: «إن الإنسان لما كان مركبا من بدن ونفس، صار يوجد له من قبل كل منهما صلاح وفساد، وصحة ومرض وسقم، وأعراض تعرض له في صحتهما، فتفسدها عليه»³⁴. وكل ما سبق يؤكد الترابط بين المقالتين من جهة، ويبرر الحاجة إلى التعريف بهما معا في هذا الفرع من جهة أخرى.

وتتكون المقالة الأولى المتعلقة بتدبير مصالحي الأبدان من أربعة عشر بابا: الباب الأول في الإخبار عن مبلغ الحاجة إلى تعهد الأبدان ومنفعة ذلك، والباب الثاني في وصف أوائل الأشياء وبدء طبيعة الإنسان وخلقته، وسائر الأبواب إلا الأخير خصصها للحديث على عناصر حفظ الصحة، والمتمثلة في تدبير المساكن والمياه والأهوية، وتدبير ما يقي الحر والبرد والأكنان والملابس، وتدبير المطاعم، وتدبير المشارب، وتدبير المشمومات، وتدبير النوم، وتدبير الباه، أي النكاح، وتدبير الاستحمام، وتدبير الحركات الرياضية التي يحتاج إلى استعمالها في حفظ الصحة، وتدبير ما يتبع الحركات الرياضية من غمز البدن ودلكه، وتدبير السماع، وختم هذه المقالة بالباب الرابع عشر في تدبير إعادة الصحة³⁵.

³¹ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 549 – 550.

³² مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 550.

³³ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 329.

³⁴ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 507.

³⁵ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 330 – 331.

أما المقالة الثانية، فقد استهلها أبو زيد البلخي بالبواب الأول في الإخبار عن مبلغ الحاجة إلى تدبير مصالح الأنفس³⁶، وقد خصص جزءاً من هذه المقالة لبيان كيفية وقاية الصحة النفسية من الاضطرابات، وخاصة "الباب الثاني: في تدبير حفظ صحة الأنفس عليها"³⁷، وخصص كذلك الجزء الأكبر من هذه المقالة لبيان كيفية إعادة الصحة بعد فقدانها، أي: علاجها، فأفرد الباب الثالث للحديث عن تدبير إعادة صحة النفس إذا فقدت عليها³⁸، وبعد أن ذكر في الباب الرابع أصناف الأعراض النفسانية التي تصيب الإنسان³⁹، أردف ذلك بأربعة أبواب خصص كل باب لكيفية علاج كل اضطراب من أصناف الاضطرابات الأربعة السالفة الذكر؛ فجعل "الباب الخامس: في تدبير صرف الغضب وقمعه"⁴⁰، و"الباب السادس: في تدبير تسكين الخوف والفرع"⁴¹، و"الباب السابع: في تدبير دفع الحزن والجزع"⁴²، و"الباب الثامن: في الاحتيال لدفع وسواس الصدر وأحاديث النفس"⁴³.

المطلب الثالث: عبقرية أبي زيد البلخي في المجال الطب النفسي.

الفرع الأول: شهادة الخبراء وأهل الاختصاص على إبداع وعبقرية أبي زيد البلخي في الطب النفسي، وبعض مجالات تفرده في ذلك.

سعى أستاذ علم النفس السوداني ومؤسس علم النفس الإسلامي الحديث الدكتور مالك بدري (ت 2021م)⁴⁴ أبا زيد البلخي بالنفساني الذي سبق عصره بأكثر من عشرة قرون، نظراً لريادته في موضوع تدبير مصالح الأنفس بكتابه "مصالح الأبدان والأنفس": لأن المتخصص في الطب النفسي وعلم النفس السريري الحديثين - كما يقول الدكتور بدري - لا يكاد يصدق عينيه، وهي تنتقل بين صفحات هذا الكتاب المدهش،

³⁶ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 114.

³⁷ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 118.

³⁸ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 122.

³⁹ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 125.

⁴⁰ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 129.

⁴¹ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 135.

⁴² مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 141.

⁴³ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 146.

⁴⁴ الدكتور مالك بدري: مؤسس الجمعية النفسية السودانية، ورئيس الأول للرابطة العالمية لعلماء النفس المسلمين سنة 1997م، مؤسس الرابطة الدولية لعلم النفس الإسلامي سنة 2017م. وله عدة مؤلفات في علم النفس، منها: أزمة علماء النفس المسلمين، وحكمة الإسلام في تحريم الخمر: دراسة نفسية اجتماعية، والجوانب العاطفية في حياة الأنبياء: كشف وتأملات نفسية، والتفكير من المشاهدة إلى الشهود دراسة نفسية، وسيكولوجية رسوم الأطفال: اختبارات رسم الإنسان وتطبيقاتها على أطفال البلاد العربية.

الذي يضم بين دفتيه أحدث ما توصل إليه علم النفس العلاجي المعاصر. ويضيف الدكتور بدري أنه لن يشك قارئ لفهرست هذا الكتاب على أنه لكتاب حديث في الصحة النفسية والعلاج النفسي، كما يؤكد على أن النفسانيين المسلمين لو قرأوا كتاب البلخي هذا بتدبر لكانوا هم الرواد للعلاج النفسي وللثورة المعرفية الحديثة في ميدان العلاج النفسي⁴⁵.

ويذكر الدكتور مالك بدري على أن أول ما يدهش القارئ لهذا الكتاب قدرة صاحبه على التفريق بين المرض النفسي أو العصاب والمرض العقلي، ثم تركيزه الشديد على دور العوامل النفسية في الصحة والمرض النفسي والجسمي، وكأنه من متخصصي الطب السيكوسوماتي⁴⁶. كما قد يعجب المتخصص الحديث أكثر عندما يجد البلخي في "الباب الرابع: في ذكر الأعراض النفسانية وتعدادها" يصنف أهم الأمراض النفسية تصنيفاً دقيقاً تحت أربعة أنواع: الغضب، ثم الخوف والفرع، ثم الحزن والجزع، ثم الوسواس، وهي الأصناف نفسها تقريباً التي يدرسها طلبة علم النفس المرضي وعلم نفس الشواذ في الجامعات المعاصرة، تحت مسمى الاضطرابات العصبية المعروفة باضطراب القلق والعصاب الوسواسي القهري والاكتئاب⁴⁷.

وقد لاحظ الدكتور مالك بدري في خصوص الوسائل العلاجية للاضطرابات النفسية عند البلخي أن الطرق التي استخدمها واقترحها لتعديل سلوك المصابين بالاضطرابات النفسية تتشابه بشكل واضح مع أحدث الوسائل المعرفية التي توصل إليها علم النفس العلاجي المعاصر، والمسعى بالعلاج السلوكي - المعرفي⁴⁸، والقائم على مساعدة المريض في استخدام قدراته الطبيعية في حل مشكلاته، وذلك بالتعرف على كيفية تصحيح فكره وتغييره والتخلص من سيطرة الأفكار السلبية واستبدالها بأفكار عقلانية ومشاعر إيجابية متسقة مع الواقع المعاش، فهو علاج قائم أساساً على التفكير والإدراك. وقد لاحظ البلخي أن التفكير الخاطئ وما يتبعه من تصورات منحرفة هو المسؤول الأول عن إصابة الناس بالاضطرابات النفسية، وأن تغيير هذا الفكر هو سبيل علاجهم وتخليصهم من هذه الاضطرابات⁴⁹.

⁴⁵ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 26.

⁴⁶ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 27.

⁴⁷ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 29 – 30 – 125.

⁴⁸ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 32.

⁴⁹ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور مالك بدري، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 34 – 35 – 124.

واعتبر الدكتور فيصل بن عبد السلام الحفيان⁵⁰ كتاب "مصالح الأبدان والأنفس" واحداً من أهم منجزات الحضارة العربية الإسلامية في مجال الطب عامة، ومجال حفظ الصحة البدنية والنفسية خاصة، وأرجع ذلك إلى جملة أمور، منها: أولاً: بكورته الزمنية: إذ يعد مؤلفه من رجال القرن الثالث الهجري، ومن ثَمَّ، فالكتاب من المصنفات الأولى في بابهِ، وإن كانت أفكاره قد تجاوزت عصرها بعدة قرون. ثانياً: التخصص العلمي: إذ يعد الكتاب أول كتاب متخصص، يفرد موضوعات حفظ الصحة ويخرجها من عباءة علم الطب بمعناه العام. ثالثاً: أولوية الربط بين صحة البدن والنفس: إذ يعد أول كتاب يربط بين الصحة البدنية والنفسية على أساس تشابك النفس بالبدن. رابعاً: إخراج بحث الصحة النفسية من عباءة الدراسات الاجتماعية والفلسفية من جهة، وإدخالها في دائرة علم الطب من جهة أخرى⁵¹.

وقد أكد الدكتور محمود مصري⁵² على أن أبا زيد البلخي يعد بحق أول من نظر إلى البدن والنفس على أنهما وحدة متكاملة، وينبغي النظر إليها في حفظ الصحة على أنهما شيء واحد. كما يؤكد كذلك على أنه أول من تكلم على الأعراض العضوية نفسية المنشأ. وذكر الدكتور على أن البلخي كشف عن كثير من مفردات علم الصحة التي لا تزال صالحة للتعامل معها في زماننا⁵³.

الفرع الثاني: نماذج من إبداعات وعبقورية أبي زيد البلخي في تدبير الصحة النفسية.

أولاً: الترابط الوثيق بين الصحة الجسمية والصحة النفسية.

تفطن أبو زيد البلخي في وقت مبكر إلى الترابط الوثيق بين ما هو جسدي ونفسي، وقد تمت الإشارة فيما سبق إلى هذا الترابط، وهذا واضح كذلك من خلال عنوان كتابه "مصالح الأبدان والأنفس"، الذي قصد فيه الربط بين البدن والنفس؛ لارتباط صحة كل منهما بالآخر. وهذا التشابك يتأكد بقوله رحمة الله عليه لما ذكر أن أطباء زمانه لم تجر عاداتهم بالقيام بالعلاجات النفسية، قال: «غير أنهم وإن لم يفعلوا ذلك، ولم تجر العادة به منهم، فإن إضافة تدبير مصالح الأنفس إلى مصالح الأبدان أمر صواب، بل هو مما تمس

⁵⁰ الدكتور فيصل الحفيان: مدير معهد البحوث والدراسات العربية بالقاهرة، وخبير بمجمع اللغة العربية بالقاهرة كذلك، ورئيس تحرير مجلة معهد المخطوطات العربية، ورئيس تحرير دورية أخبار التراث العربي...

⁵¹ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 15 - 16.

⁵² الدكتور محمود مصري: طبيب أطفال في مستشفى الأطفال بحلب سابقاً، من مؤلفاته في مجال الطب وعلم النفس: إسهامات الأطباء العرب والمسلمين في حفظ الصحة، والتراث الطبي النبوي، وحفظ صحة الطفل في التراث الطبي الإسلامي، وحفظ الصحة للطبيري: تحقيق ودراسة...

⁵³ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 17 - 18.

الحاجة إليه، ويعظم الانتفاع؛ لاشتباك أسباب الأبدان بأسباب الأنفس، فإن الإنسان إنما قوامه بنفسه وبدنه، وليس يتوهم له بقاء إلا باجتماعهما»⁵⁴. ثم مثل لتأثير البدن في النفس والعكس، بما إذا سقم البدن وألم وعرضت له الأعراض المؤذية، فإن ذلك يمنع قوى النفس من أن تفعل أفعالها على وجهها، ويتفرغ معها الإنسان للقيام بما يقلقها ويؤذيها، ويشغله ذلك عن الاستمتاع باللذات البدنية؛ فيكدر ذلك عيشه وينغص عليه حياته، وأكثر من ذلك – كما قال رحمة الله عليه -: «بل ربما أداه تحامل الآلام النفسانية عليه إلى الأمراض البدنية»⁵⁵. نلاحظ كيف أنه رحمة الله عليه انطلق من تأثير الأسقام البدنية في الصحة النفسية بفقدانها القدرة على المعرفة والإدراك والتمتع باللذات البدنية، وختم بتأثير الأمراض النفسية في الصحة البدنية بفقدانها متعة العيش ولذة الحياة، وربما تطور هذا المرض النفسي فأدى إلى أمراض بدنية، وفي هذا إشارة في غاية الأهمية إلى الأمراض النفسجسمية، أي الأمراض السيكوسوماتية.

ثانياً: الحيل النفسية التي يمكن للإنسان أن يستعين بها للحفاظ على استوائه النفسي من الوسواس وأحاديث النفس ومخاوفها.

وصف أبو زيد البلخي بعض الحيل التي بها تندفع المخاوف وأحاديث النفس ووساوسها، وقسم هذه الحيل إلى حيل من خارج النفس، وأخرى من داخله، ثم قسم الحيل التي من داخل النفس إلى حيل معدة لوقت الصحة، وحيل أخرى معدة لوقت المرض، ثم ذكر جملة من الفروع لهذه الأقسام. فالحيل التي يستعان بها من خارج النفس لدفع المخاوف وأحاديث النفس والوسواس تتمثل:

أولاً: في تجنب الوحدة والانفراد؛ لأن من شأن الوحدة أن تهيج على الإنسان الفكر وأحاديث النفس وشرورها؛ لأن قوى نفس الإنسان لا بد أن تعمل عملها إما من خارج، وذلك بقاء الناس ومخاطبتهم ومفاوضتهم وغير ذلك، وإما من داخل، وذلك بالتفكير في الأمور التي تخطر بباله، وتهجس على ضميره، ولا سيما إذا كانت النفس ذكية رقيقة الطبع، فصاحب هذه الأعراض من مخاوف وأحاديث نفس متى ما رجع إلى ذكرها ذهبت به إلى وساوسه التي تغلب عليه، وصرفها إليها؛ فتضاعف عليه التأذي بها في حال الوحدة

⁵⁴ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 508.

⁵⁵ مصالحي الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 509.

والانفراد؛ لأن النفس في هذه الحالة إن لم تشغلها من الخارج بمعاشرة الناس ومخالطتهم والاجتماع بهم شغلتك من الداخل⁵⁶.

ثانياً: تجنب الفراغ؛ لأنه مثله مثل الوحدة في مضاعفته على صاحب الوسواس التأذي بالتفكير في الأشياء التي تخطر بنفسه وتهيج أحاديث نفسه وشروها؛ ولهذا لا بد للإنسان من أمر يشتغل به، ويقطع أيامه به؛ لأنه إن لم يكن له شغل من خارج، مالت به نفسه إلى الاشتغال بشيء من داخل وهو التفكير، الذي يرجع بصاحبه إلى الخواطر التي يتأذى بها⁵⁷.

ثالثاً: أن يعد لنفسه من خاصته من يثق بهم لمودتهم له وشفقتهم عليه، فيطلعهم على ما يجده في نفسه؛ ليعرفوه بنصائحهم وتوجيهاتهم وإرشاداتهم بطلان ما تحدثه به نفسه وتخيله إليه من الأفكار الرديئة، فيتمكن بذلك قمع تلك الخواطر التي تخطر بباله⁵⁸.

وأما الحيل التي يستعان بها صاحب الوسواس من داخل النفس، فهي أن يعد فِكْرًا يقابل بها تلك الخواطر ويحاجج بها تلك الوسواس، ويبطلها في حالة ما إذا عرضت له. وهذه الفِكْرُ على نوعين: إحداهما فِكْرٌ يُعدها ليذكر نفسه بها وقت صحته وسلامته من العلل والأمراض في جسمه، كأن يفكر في أن كل ما يخطر ببال الإنسان مما يروعه ويخيفه، ويسيء ظنه بنفسه، ولا يعرف له أسبابا توجبه، كالأمراض الصعبة والأوباء والحروب... هو من الوسواس الباطلة بشهادة الناس، ولا يجب لأحد أن يركن إليها، ويمكنها من ضميره، فتنغص عليه حياته وتشغله عما يلزمه التفكير فيه. والأخرى، فِكْرٌ يُعدها ليعرضها على نفسه وقت اندفاعه إلى نوع من العلل والأوجاع تعرض له في بدنه، كأن يفكر في أمر الطبيعة وقوتها، وأن الله تعالى لما شاءت حكمته بقاء كل شخص على هذه الأرض المدة المقدره له، ركب الأنفس في الأبدان بإحكام، وشبك بينهما، فنفس كل حي تألف البدن الذي تحله؛ ولهذا وإن تعرض البدن للكوارث فإنه يبقى متعايشا معها بسبب قوة ألفة الروح للبدن. وأن يفكر بأن الله تعالى لما أراد عمارة الدنيا مدة معينة، جعل أسباب السلامة أغلب من أسباب الهلاك، وكذا حكم من يسلم من المرض بالنسبة لمن يهلك، وهذا مشاهد في أحوال الناس.

⁵⁶ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 153 – 154.

⁵⁷ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 154 – 155.

⁵⁸ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 155 – 156.

وأن يفكر بأن من سنة الله تعالى أنه لا يسلم إنسان من مرض يعرض له في بدنه ونفسه، وأن من سنته أن لكل داء دواء يكون عنده الشفاء عادة⁵⁹.

ثالثاً: أساليب علاج الحزن وحيل دفعه.

قبل الحديث عن أسلوب البلخي في علاج الحزن، لا بد من الإشارة إلى إبداعه وبراعته في التفريق بين الحزن والجزع والخوف، فعرف الجزع بأنه فرط الحزن وشدته، وشبهه بالنار الملتهبة، في حين شبه الحزن بالجمر الباقي بعد سكون اللهب. ثم بين الفرق بين الحزن والخوف، حيث اعتبر الأول إنما يعرض لفوت محبوب، والثاني إنما يعرض من توقع مكروه، بمعنى أن الحزن متولد من مكروه ماضٍ، بينما الخوف متولد من مكروه مستقبل. وقسم الحزن إلى نوعين: الأول: حزن معروف السبب، كالذي يعرض للإنسان بسبب فقد محبوب من أهل أو مال. والثاني: حزن مجهول السبب، وهو غمة يجدها الإنسان على قلبه تمنعه من النشاط وإظهار السرور⁶⁰.

وقد وصف البلخي حيلة لدفع الحزن المجهول السبب، وذلك إما عن طريق العلاج الجسماني بتصفية الدم وتسخينه وترقيقه باعتماد الأغذية والأدوية. وإما من طريق العلاج النفساني، وذلك بالتلطف لاجتلاب السرور إلى النفس بالمحادثة والمؤانسة، والاستمتاع بما تطيب النفس به، وبما يحرك قوة السرور فيها من السماع الطيب، وأشباه ذلك من المعاني التي تفرح الإنسان وتزيل الغمة عن نفسه. وأما الحزن المعروف السبب، فقد وصف البلخي للاحتيال لصرفه حيلتين: الأولى من الخارج، وتمثل في وعظ الواعظين، وتذكير المذكورين. والثانية من الداخل، وتمثل في أبواب من الفكر يروض بها الإنسان نفسه، ويجعلها سلاحاً وعدة لصراف الحزن عن نفسه إذا اعتراه شيء منه⁶¹.

وأسلوب العلاج النفساني الذي اقترحه البلخي للاحتيال لدفع الحزن المجهول السبب، والمتمثل في التلطف لاجتلاب السرور وغيرها من أساليب العلاج المشابهة، يستشف منه وكأن البلخي ينصحنا بتكوين صيدلية نفسية بداخلنا على غرار الصيدلية المنزلية، فإذا كان كل واحد منا له صيدلية منزلية تتضمن بعض الأدوية لتسكين الآلام والأوجاع وتضميد الجروح وسائر الإسعافات الأولية، فإنه من اللازم أن يكون

⁵⁹ مصالِح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، ص: 282 – 283، ومصالِح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدرى والدكتور مصطفى عشوي، ص: 156 من إلى 165.

⁶⁰ مصالِح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدرى والدكتور مصطفى عشوي، ص: 141 – 142.

⁶¹ مصالِح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدرى والدكتور مصطفى عشوي، ص: 142 – 143.

كل واحد منا صيدلية نفسية بمخيلته وبذاكرته، يرتب فيها ذكرياته السعيدة ومشاعره الطيبة وأيامه الفاضلة ومنجزاته الجميلة، وإذا ما اعتراه شيء من الحزن والهم والغم بدأ بتذكر تلك الذكريات الجميلة والأيام واللحظات السعيدة وعرضها على نفسه واحدة تلو الأخرى؛ وهذا مما يستعان به للتخفيف من هذه الأحزان ودفعها. ولعل مثل مضمون هذا الكلام سمعته سنة 2018م من الدكتور مالك بدري في إحدى محاضراته عن أبي زيد البلخي.

رابعاً: التأسيس المبكر للعلاج السلوكي المعرفي.

واضح مما سبق كيف أن البلخي بين كيفية الاحتيال لدفع المخاوف وأحاديث النفس ووساوسها بالاعتماد على سلوك المريض وتفكيره، أي إدراكه، بمعنى أنه وصف حيلة علاجية تقوم على أساس التفكير والإدراك، وهو ما يسمى في الطب النفسي الحديث بالعلاج المعرفي السلوكي، وهو علاج - كما قال آرون بيك - يتألف: «بمعناه الواسع من كل المقاربات التي من شأنها أن تخفف الكرب النفسي، عن طريق تصحيح المفاهيم الذهنية الخاطئة والإشارات الذاتية المغلوطة»⁶². وفي هذا السياق يقول بول دبويس: «إذا شئنا أن نغير العواطف؛ فمن الضروري قبل كل شيء أن نغير الفكرة التي أنتجتها، وأن نتبين أنها إما فكرة غير صحيحة في ذاتها أو أنها لا تمس شؤوننا ومصالحنا»⁶³.

فهذا الكلام الذي ورد عن المعاصرين حول العلاج المعرفي السلوكي أو الإدراكي، الذي ظهر في ستينيات القرن الماضي، وعرف انتشاراً واسعاً في السنوات الأخيرة، حيث أصبح النموذج السائد للعلاج النفسي في المملكة المتحدة والولايات المتحدة الأمريكية⁶⁴ وغيرها من الدول، هذا الكلام أشار إلى مضمونه أبا زيد البلخي في القرن الثالث هجري في مناسبات عدة، منها ما سبق ذكره في مناسبة وصفه للحيل التي يستعان بها من خارج النفس لدفع المخاوف وأحاديث النفس والوسواس، كقوله: «أن يعد لنفسه من خاصته بمن يثق لمودتهم له وشفقتهم عليه، فيجاريهم ما يجده في نفسه؛ ليعرفوه بطلان ما تحدثه به نفسه وتخيله إليه من الأفكار الرديئة»⁶⁵. وهذا من صميم العلاج السلوكي المعرفي، أي العلاج بكلام الغير، حيث يعتمد على تغيير الأفكار والمعتقدات وبيان خطئها وبطلانها. كما يعتمد كثيراً الكلام الذاتي، أي أن يكلم الإنسان نفسه

⁶² العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية لآرون بيك، ص: 171.

⁶³ العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية لآرون بيك، ص: 171.

⁶⁴ العلاج السلوكي المعرفي لفريدا مكمانوس، ص: 11 - 16.

⁶⁵ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 155.

بنفسه، ويحاول أن يقنعها بتغيير الأفكار السلبية وتصحيحها والتخلص من سيطرة الأفكار السلبية والخواطر الرديئة واستعاضتها بأفكار إيجابية ومشاعر جميلة، وهذا قد اعتمده كثيرا البلخي، وخاصة في مناسبة وصفه للحيل الداخلية التي يستعين بها الشخص لدفع الوسواس والمخاوف والأحزان والهموم، وهو أسلوب علاجي معرفي داخلي يحاول من خلاله الشخص ترويض نفسه بجملة من الأفكار؛ قصد دفع الحزن والغم والفرح عنه إذا ما اعتراه شيء منها. وكثيرا ما جمع البلخي بين الأسلوبين معا، ويمكن التمثيل لذلك بما وصف للاحتيال لصرف الحزن المعروف السبب بقوله: «إنما يحتال لصرفه بحيلتين: إحداها من خارج والأخرى من داخل. أما التي من خارج؛ فوعظ الواعظين، وتذكير المذكرين (...) وأما التي من داخل فأبواب من الفكر يروض بها الإنسان نفسه، ويجعلها سلاحا، وعدة لصرف الغم والحزن عن نفسه إذا اعتراه شيء منها لفقد محبوب أو تعزز مطلوب»⁶⁶. فهنا اعتمد البلخي العلاج بالكلام الخارجي عن طريق الواعظين والمذكرين، والعلاج بالكلام الداخلي عن طريق الفكر وتوليد أفكار إيجابية داخلية تذهب عنه ما يعانيه من حزن وغم.

الخاتمة.

إن أبا زيد البلخي نموذج من النماذج المشرقة التي أنتجتها الحضارة الإسلامية، وقدمته للإنسانية بإبداعاته وعبقريته التي أسهم هذا البحث في الإشارة إليها وإثارتها؛ لعل الباحثين يتلقونها بهمة عالية للاستمرار في دراستها وبيان سبق المسلمين في مجال علم النفس، وإسهامهم العلمي في بناء الحضارة الإنسانية، وإنشاء العلوم الإنسانية والاجتماعية وجملة المعارف في صلة بأصولهم الدينية.

وقد خلصت في نهاية هذا البحث إلى جملة من النتائج، منها:

- أن التكامل المعرفي بين العلوم مبدأ أصيل عند المسلمين، كان من نتائج امتثاله على مستوى التحصيل العلمي القدرة على الإبداع والموسوعية على مستوى الإنتاج العلمي.
- أن أبا زيد البلخي من النماذج المشرقة التي أنتجتها لنا الحضارة الإسلامية في القرون الأولى.
- أن موسوعية البلخي وسعة اطلاعه العلمي كان من بين أسباب إبداعه في مجال علم النفس.

⁶⁶ مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، ص: 143.

- أن الناظر في كتاب "مصالح الأبدان والأنفس" وفي علم النفس الحديث، يقر بأن أفكار الكتاب سبقت عصرها.

- أن أبا زيد البلخي كان سابقا لإقرار العديد من القواعد والنظريات في مجال تدبير مصالح الأنفس، منها: ترابط الصحة النفسية بالصحة الجسمية على أساس ترابط البدن بالنفس، والعلاج السلوكي النفسي.

فهرس المصادر والمراجع.

- (1) القرآن الكريم برواية ورش عن نافع.
- (2) أحوال النفس لابن سينا، تحقيق الدكتور أحمد فؤاد الأهواني، دار بيبليون، باريس، د. ط، 2007م.
- (3) إحياء علوم الدين لأبي حامد الغزالي، دار المعرفة، بيروت.
- (4) الأخلاق والسير في مداواة النفوس لابن حزم الظاهري الأندلسي، قرأه وضبط نصه وخرج أحاديثه وعلق عليه طارب بن عبد الواحد بن علي، دار ابن حزم، بيروت، الطبعة الثانية، 1438هـ.
- (5) آداب المعلمين لمحمد بن سحنون، تحقيق حسن حسني عبد الوهاب، دار الكتب الشرقية، تونس، د. ط، 1972م.
- (6) ثمرة الحكمة لابن الهيثم، تحقيق عمار جمعي الطالبي، مجلة مجمع اللغة العربية بدمشق، المجلد: 73، الجزء: 2، د. ت.
- (7) جمهورية أفلاطون، أميرة حلمي مطر، الهيئة المصرية العامة للكتاب،
- (8) شرح ابن رشد الكبير لكتاب النفس، نقله من اللاتينية إلى العربية إبراهيم الغربي، بيت الحكمة، قرطاج، د. ط، د. ت.
- (9) الطب الروحاني لأبي بكر الرازي، تحقيق عبد اللطيف العبد، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، د. ط، 1978م.
- (10) العلاج السلوكي المعرفي لفريدا مكمانوس، ترجمة سارة طه علام، مؤسسة هنداوي، د. ط، 2023م.
- (11) العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية لأرون بيك، ترجمة عادل مصطفى، د. ط، 2024م.
- (12) الفهرست لابن النديم، تحقيق إبراهيم رمضان، دار المعرفة بيروت، لبنان، الطبعة الثانية، 1417هـ/1997م.

- 13) مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، العدد 48، الخاص بالمؤتمر العلمي الدولي الافتراضي الأول، أيلول 2020م.
- 14) مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق الدكتور محمود مصري، منظمة الصحة العالمية: المكتب الإقليمي لشرق المتوسط، والمنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم: معهد المخطوطات العربية، الطبعة الأولى، 1426هـ/2005م.
- 15) مصالح الأبدان والأنفس لأبي زيد البلخي، تحقيق مالك بدري والدكتور مصطفى عشوي، مركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية، د. ط، 1424هـ.
- 16) معارج القدس في مدارج معرفة النفس للإمام الغزالي، دار الآفاق الجديدة، بيروت، الطبعة الثانية، 1975م.
- 17) معجم الأدباء لياقوت الحموي، تحقيق إحسان عباس، دار الغرب الإسلامي، بيروت، الطبعة الأولى، 1414هـ/1993م.
- 18) النفس لأرسطو طاليس، ترجمة أحمد فؤاد الأهواني، المركز القومي للترجمة، الطبعة الثانية، 2015م.
- 19) الوافي بالوفيات للصفدي، تحقيق أحمد الأرنؤوط وتركي مصطفى، دار إحياء التراث، بيروت، د. ط، 1420هـ/2000م.