131496 ـ علاج الوسوسة في الطهارة

السؤال

أنا فتاة أعاني من كثرة الوسوسة في الوضوء فعندما أبدأ بالوضوء أي حركة أحسها خارجة من الدبر أعيد الوضوء لاعتقادي بأنه ريح فأعيد وضوئي من 3-6 مرات أي كلما أحسست بشيء أعيد الوضوء وأحيانا كثيرة لا أكمله أبدا إلى أن أصل إلى المرفقين أحس بشيء أعيده فورا وهكذا. وإذا انتهيت من الوضوء جاءتني هذه الوسوسة في الصلاة أي حركة أحسها خارجة من الدبر أعيد صلاتي ووضوئي أحيانا أصلي الفرض 2-3 مرات وإذا عزمت على عدم الالتفات إليه يأتيني من باب آخر وهو أني أحس بأنه خرج مني قطرات بول وأحيانا أحس ببلل ولا أدري هل هو بول أم لا فأعيد صلاتي، علما بأني لم أعاني من هذه الأشياء مسبقا. وأحيانا أسمع صوتا خرج من الدبر حتى لو كان هذا الصوت بسيط أعيد الوضوء والصلاة فلقد أتعبتني هذه الوسوسة كثيرا لدرجة أني بدأت أحمل هم الصلاة وأصبح لا أفرق بين اليقين والشك، فالوسوسة توهمني بأن هذه الوساوس يقين، وهذه الوسوسة لا تأتيني إلا في الصلاة فقط، فماذا أفعل؟

ملخص الإجابة

ـ علاج الوسوسة في أمرين يسيرين هما:

الاعتصام بذكر الله تعالى
عدم الالتفات إلى الوسوسة حتى لو فرض انتقالها إلى صورة أخرى أو شكل آخر.

ـ معنى عدم الالتفات أن تتوضئي مرة واحدة، وتشرعي في صلاتك، ولا تبالي بما تشعرين به من خروج الريح أو البول أو الصوت الخفي، فمهما شعرت بشيء من ذلك فأرجعيه إلى الوسوسة، وهي شك ووهم لا حقيقة له ولا يقين.

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

ما هي الوسوسة في الطهارة؟

ما ذكرت من الشك في خروج الريح أو البول، وسوسة ظاهرة، وهي من عمل الشيطان، يؤذي بها المؤمن، حتى يصل إلى ما وصلت إليه، وهو أن يحمل هم الصلاة، فتصير الصلاة عنده همّا وكربا ومعاناة، بدل أن تكون مبعث سعادة واطمئنان وراحة قلب.

كيف أرشد النبي ﷺ إلى علاج الوسوسة؟

وعلاج الوسوسة في أمرين يسيرين، هما: الاعتصام بذكر الله تعالى، وعدم الالتفات إلى الوسوسة، حتى لو فرض انتقالها إلى صورة أخرى، أو شكل آخر، فالعلاج أيضا هو عدم الالتفات إليها.

ومعنى عدم الالتفات: أن تتوضئي مرة واحدة، وتشرعي في صلاتك، ولا تبالي بما تشعرين به من خروج الريح أو البول أو الصوت الخفي، فمهما شعرت بشيء من ذلك فأرجعيه إلى الوسوسة، وهي شك ووهم لا حقيقة له ولا يقين.

وقد أرشد النبي صلى الله عليه وسلم إلى هذا العلاج بقوله في شأن من تأتيه الوسوسة: فَلْيَسْتَعِذْ بِاللَّهِ وَلْيَنْتَهِ رواه البخاري (3276) ومسلم (134).

أما الاسترسال مع الوسوسة، واتباع ما توحي به، فهذا يوقع الإنسان في الحرج والمشقة والهم والكرب، وقد يؤدي به إلى الجنون، ويخرجه عن حد العقلاء.

كلام العلماء في الوسوسة وخطورتها

سئل ابن حجر الهيتمي رحمه الله عن داء الوسوسة هل له دواء؟

فأجاب: "له دواء نافع وهو الإعراض عنها جملة كافية، وإن كان في النفس من التردد ما كان، فإنه متى لم يلتفت لذلك لم يثبت، بل يذهب بعد زمن قليل كما جرب ذلك الموفقون، وأما من أصغى إليها وعمل بقضيتها فإنها لا تزال تزداد به حتى تُخرجه إلى حيز المجانين بل وأقبح منهم، كما شاهدناه في كثيرين ممن ابتلوا بها وأصغوا إليها وإلى شيطانها... وجاء في الصحيحين ما يؤيد ما ذكرته وهو أن من ابتلي بالوسوسة: (فليستعذ بالله ولينته. فتأمل هذا الدواء النافع الذي علّمه من لا ينطق عن الهوى لأمته، واعلم أن من حُرمه فقد حُرم الخير كله؛ لأن الوسوسة من الشيطان اتفاقا؛ واللعين لا غاية لمراده إلا إيقاع المؤمن في وهدة الضلال والحيرة ونكد العيش وظلمة النفس وضجرها إلى أن يُخرجه من الإسلام، وهو لا يشعر إن الشيطان لكم عدو فاتخذوه عدوا فاطر/ 6.

وجاء في طريق آخر فيمن ابتلي بالوسوسة فليقل: آمنت بالله وبرسله. ولا شك أن من استحضر طرائق رسل الله سيما نبينا صلى الله عليه وسلم وجد طريقته وشريعته سهلة واضحة بيضاء بينة سهلة لا حرج فيها وما جعل عليكم في الدين من حرج الحج/ 78، ومن تأمل ذلك وآمن به حق إيمانه ذهب عنه داء الوسوسة والإصغاء إلى شيطانها. وفي كتاب ابن السني من طريق عائشة رضي الله عنها: (من بلي بهذا الوسواس فليقل: آمنا بالله وبرسله ثلاثا، فإن ذلك يذهبه عنه).

... وفي مسلم من طريق عثمان بن أبي العاص أنه قال: إن الشيطان حال بيني وبين صلاتي وقراءتي، فقال صلى الله عليه وسلم: ذلك شيطان يقال له خنزب، فتعوذ بالله منه واتفل عن يسارك ثلاثا ففعلت فأذهبه الله عني.

وبه تعلم صحة ما قدمته أن الوسوسة لا تُسلط إلا على من استحكم عليه الجهل والخبل وصار لا تمييز له، وأما من كان على حقيقة العلم والعقل فإنه لا يخرج عن الاتباع ولا يميل إلى الابتداع. وأقبح المبتدعين الموسوسون، ومن ثم قال مالك رحمه الله عن شيخه ربيعة ـ إمام أهل زمنه ـ: كان ربيعة أسرع الناس في أمرين في الاستبراء والوضوء، حتى لو كان غيره، قلت: ما فعل.

وكان ابن هرمز بطيء الاستبراء والوضوء، ويقول: مبتلى لا تقتدوا بي.

ونقل النووي رحمه الله عن بعض العلماء أنه يستحب لمن بلي بالوسوسة في الوضوء، أو الصلاة أن يقول: لا إله إلا الله، فإن الشيطان إذا سمع الذكر خنس، أي: تأخر وبعد، ولا إله إلا الله ـ رأس الذكر.

وأنفع علاج في دفع الوسوسة: الإقبال على ذكر الله تعالى والإكثار منه..." انتهى كلام ابن حجر الهيتمي رحمه الله من "الفتاوى الفقهية الكبرى" (1/149).

وجاء في "فتاوى اللجنة الدائمة" (5/226):

"علاج الوسوسة بكثرة ذكر الله جل وعلا وسؤاله العافية من ذلك، وعدم الاستسلام للوسوسة، فيجب عليه رفضها، فإذا تطهر طهارة صغرى أو كبرى وحصلت عنده وسوسة في أنه لم يغسل رأسه مثلا فلا يلتفت إلى ذلك بل يبني على أنه غسله وهكذا في سائر أعماله يرفض الاستجابة للوسوسة؛ لأنها من الشيطان، ويكثر من الاستعاذة بالله من الشيطان؛ لأنه الوسواس الخناس" انتهى.

أدعية وأذكار فعالة لعلاج الوسوسة

وجاء فيها أيضا (5/224):

"... واستعيني بالله واطلبي منه أن يعافيك من مرضك، واقرئي آية الكرسي عندما ترقدين في فراشك للنوم، وقولي: باسم الله

الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم ثلاث مرات صباحاً وثلاث مرات مساءاً، وارقي نفسك بقراءة سورة الإخلاص والمعوذتين ثلاث مرات، تنفثين في يديك عقب كل مرة وتمسحين بهما ما استطعت من بدنك عند النوم؛ لما روى البخاري في صحيحه وأهل السنن عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم: (كان إذا أوى إلى فراشه كل ليلة جمع كفيه ثم نفث فيهما وقرأ فيهما قل هو الله أحد و قل أعوذ برب الفلق و قل أعوذ برب الناس ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده، يفعل ذلك ثلاث مرات)، وادعي الله أن يذهب ما بك من بأس فقولي: أذْهبِ البأس رب الناس، واشف أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاء لا يغادر سقماً وكرري ذلك ثلاثاً، وادعي أيضاً بدعاء الكرب فقولي: لا إله إلا الله العظيم الحليم لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش الكريم، وإذا فرغت من الوضوء أو الغسل من حيض أو جنابة فاعتمدي أنك قد طهرت ودعي عنك الوسواس وطول المكث في الحمام فإنه من الشيطان، وبذلك ينقطع عنك بإذن الله." انتهى.

نسأل الله أن يشفيك ويعافيك.

ستجد في هذه الأجوبة توضيحًا إضافيًا: (1174، 243836، 100268، 41027، 10160، 283410، 223396، 170478، 94020).

والله أعلم.