Converted by Tiff Combine - (no stamps are applied by registered version)

كما قال موسى لربه بعد قتل المصرى خطأ:

﴿ رب إنى ظلمت نفسى فاغفر لى فغفر له﴾

(١٦ ـ القصص)

وكما نادى يونس فى الظلمات:

﴿ لا إله إلا أنت سبحانك إنى كنت من الظالمين﴾

(٨٧ ـ الأنبياء)

والمرحلة الثانية: هى التوبة وقطع الصلة بالماضى والندم على مافات ومراقبة النفس فيما يستجد من أمور ومحاسبتها على الفعل والخاطر.

والمرحلة الثالثة: هى مجاهدة الميول النفسية المريضة بأضدادها. وذلك برياضة النفس الشحيحة على الإنفاق وإكراه النفس الشهوانية على التعفف ، ودفع النفسّ الأنانية إلى البذل والتضحية وحث النفس المختالة المزهوة على التواضع والانكسار واستنهاض النفس الكسولة إلي العمل.. وبمعالجة الضد بالضد تصل النفس إلى الوسط العدل.. وهو صراط الحكمة.. وهو حظ الكاملين من البشر.

ولا تنجح تلك الرياضة دون طلب المدد والعون من الله ودون الصلاة والخشوع والخضوع والفناء في محبة الله ركوعا وسجودا فى توحيد كامل (وتوحيد الله لا يكون إلا بطاعته الكاملة والاسترسال معه.. لا تريد لنفسك إلا ما يريد لك ربك.. ولا تطلب لنفسك إلا ما يطلبه هو لك) وهنا تحدث المعجزة.. فيتبدل القلق سكينة والفزع طمأنينة والخسة الشهوانية عفة وطهارة.. والنواقص النفسية كمالات .

وذروة العلاج النفسى فى الإسلام هى «الذكر» ذكر الله بالقلب