

آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي



حسني زكية

رقم التسجيل: ٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

قسم علوم القرآن والتفسير

كلية أصول الدين

جامعة دارالسلام كونتور

٢٠٢٤/١٤٤٦

UNIDA
GONTOR
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي

بحث علمي

مقدم لاستيفاء بعض الشروط إتمام الدراسة
للحصول على درجة الليسانس في قسم علوم القرآن و التفسير

إعداد لطالبة

حسني زكية

رقم التسجيل: ٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

إشراف:

رزقي قولاً ميسورا، M.Pd

قسم علوم القرآن والتفسير

كلية أصول الدين

جامعة دار السلام كونتور

٢٠٢٤/١٤٤٦



UNIDA
GONTOR
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

Abstrak

Pengaruh Dzikir Terhadap Kesehatan Mental Menurut Fakhruddin Ar-Razi

Husni Zakiyah

402019233088

Kesehatan mental adalah salah satu aspek penting dalam hidup manusia, ketika kesehatan mental seseorang terganggu maka manusia akan kesulitan untuk melakukan aktifitas dengan optimal dan bahkan dapat mengakibatkan seseorang melakukan sesuatu diluar batas kewajaran yang melenceng dari fitrahnya. Dewasa ini, telah ditemukan beberapa upaya penanganan terhadap gangguan kesehatan mental baik dari sisi psikologis maupun spiritual. Sebagaimana telah ditemukan beberapa macam terapi pengobatan kesehatan mental dengan berbagai metode, salah satunya dengan terapi dzikir. Terapi dzikir memberikan pengaruh yang baik terhadap otak dan hati manusia, dalam penelitian K.Lee dan Brenda Wilmith beliau mengungkapkan bahwa dzikir dapat mengaktifkan jaringan khusus dalam otak yang disebut *Wernick* dimana jaringan ini dapat menstimulasi persepsi dan pola perilaku manusia. Pada pembahasan ini, penulis tertarik untuk membahas tentang hal tersebut dengan merujuk kepada salah satu tokoh tafsir yang juga berpengaruh dalam bidang psikologi, beliau adalah Fakhruddin Ar-Razi yang masyhur dengan karya-karyanya berkenaan dengan jiwa dan mental manusia dan menjadi rujukan banyak pakar psikologi modern.

Dengan demikian, penulis bertujuan untuk membahas tentang “Pengaruh Dzikir Terhadap Kesehatan Mental Menurut Pandangan Fakhruddin Ar-Razi”.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif analisis yaitu mengkaji ayat-ayat Al-Qur’an dari segala segi dan maknanya, kemudian mengambil kesimpulan dan kandungan dari ayat tersebut. Adapun dengan metode tersebut penulis mendeskripsikan hal-hal terkait kesehatan mental dan cara penanganannya dengan dzikir, yang didapat dari mengkaji ayat-ayat al-Qur’an yang berkenaan dengan masalah tersebut Kemudian penulis menganalisa hal tersebut dengan sudut pandang Fakhruddin Ar-Razi, dalam karya-karyanya yang berkenaan dengan mental dan jiwa manusia.

Dari penelitian ini penulis menemukan bahwa dzikir dapat berpengaruh dalam menjaga kestabilan mental manusia. Ar-Razi mengemukakan bahwa dzikir dibagi menjadi tiga macam, yaitu dzikir dengan lisan, dzikir dengan hati, dan dzikir dengan amal atau perbuatan. Ar-Razi juga menjabarkan bahwa kesehatan mental terbagi menjadi 7, yaitu rasa takut, sedih, berkeluh kesah, cinta dunia, dengki, sombong, dan bermegah-megahan. Adapun untuk mengatasi gangguan mental yang berkenaan dengan perasaan atau emosi yang termasuk didalamnya rasa takut, sedih, dan keluh kesah, dapat diatasi dengan dzikir lisan dan dzikir hati. Sementara untuk penyakit cinta dunia, dengki, sombong, dan bermegah-megahan, termasuk penyakit yang berkaitan dengan perilaku manusia dimana gangguan ini tidak cukup diatasi dengan dzikir lisan dan hati saja, namun perlu diatasi dengan terapi dzikir dengan amal atau perbuatan seperti melakukan amal shalih dan ketaatan pada Allah.

Penulis mengakui bahwa ia belum mencapai tujuan penelitian yang sempurna dan tingkat ilmu yang setara pandangan para ilmuwan, tetapi masih banyak kekurangan dan kesalahan yang ada di dalamnya dan semoga Allah SWT. menetapkan bagi kita kesuksesan, dan menjadikannya sebagai sarana untuk mendapatkan ridha dan rahmat Allah ta’ala. Semoga Allah mengajarkan kepada kita apa yang bermanfaat dan menjadikan bermanfaat apa yang telah diajarkannya.

Keywords : *Dzikir, Kesehatan Mental, Fakhruddin Ar-Razi*

فكرة تجريدية

أثار الذكر في الصحة النفسية عند فخرالدين الرازي

حسني زكية

٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

الصحة النفسية هي إحدى الجوانب المهمة في حياة الإنسان، إذا حدث الاضطراب في نفس شخص سيواجه الصعوبة في أداء الأنشطة بشكل تام، وقد يؤدي ذلك إلى قيام الشخص بشيء ما يتجاوز الحدود المعقولة وينحرف عن طبيعته الانسانية. واليوم، تم العثور على عدة الجهود لمعالجة قضايا الصحة النفسية روحاً أو جسداً كان. فقد اكتشفت من هذه الجهود عدة الطرق لعلاج الأمراض النفسية، فأحدى منها طريقة العلاج بالذكر. والذكر له تأثير إيجابي على دماغ القلب البشري. كما قال *Brenda Wilmoth* و *K.Lee* أن الذكر يمكن أن ينشط شبكة خاصة في الدماغ تُسمى *wernick* حيث يمكن لهذه الشبكة أن تحفز الإدراك البشري وأنماط السلوك، اللذان يكونان عنصرتين مهمتين للصحة النفسية. وأما في هذا البحث، تهتم الباحثة بمعالجة هذا الأمر بالإشارة إلى أحد علماء البارزة في علم التفسير الذي له دور مهم في مجال علم النفس، وهو فخر الدين الرازي، المشهور بأراءه حول النفس والروح البشري، حتى أصبحت آراءه مرجعاً للعديد من خبراء علم النفس الحديث.

فلهذا أرادت الباحثة الاهتمام بمناقشة "تأثير الذكر على الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي".

في هذا البحث، تستخدم الباحثة منهجاً وصفيًا تحليليًا، يتضمن فحص آيات القرآن الكريم من جميع الجوانب والمعاني، ثم استخلاص الاستنتاجات واستخراج محتوى تلك الآيات. بهذه الطريقة، تصف الباحثة الأمور المتعلقة بالصحة النفسية وكيفية التعامل معها من خلال الذكر، مستندًا إلى دراسة الآيات القرآنية المتعلقة بالموضوع. ثم تحلل الباحثة هذا من منظور الفخر الرازي، في أعماله المتعلقة بالعقل والنفس البشرية.

ومن خلال هذا البحث، وجدت الباحثة أن الذكر يمكن أن يؤثر على الحفاظ على الاستقرار النفسية للإنسان. قال الرازي إن الذكر ينقسم إلى ثلاثة أنواع هي الذكر باللسان، والذكر بالقلب، والذكر بالأفعال أو الأعمال. وأوضح الرازي أن الصحة النفسية تنقسم إلى سبع فئات هي الخوف، والحزن، والهلع، وحب الدنيا، والحسد، والتفاجر، والتكاثر. وأما بالنسبة للتغلب على الاضطرابات النفسية المتعلقة بالمشاعر أو العواطف مثل الخوف والحزن والهلع، فيمكن معالجتها بالذكر اللفظي أي اللساني والذكر بالقلب. في غصون ذلك، بالنسبة لأمراض حب الدنيا، والحسد، والتكاثر، والتفاخر، التي تتعلق بالسلوك البشري، فلا تكفي معالجة هذه الاضطرابات بطريقة الذكر اللساني والقلب فحسب، بل إنما تحتاج إلى العلاج من خلال الذكر بالأفعال أو الأعمال مثل القيام بالأعمال الصالحة وطاعة الله تعالى.

واعترفت الباحثة بأنها لم تصل إلى غاية كمال البحث ومستوى العلم والنظر عند العلماء، لكن إنما تقع فيه كثير من النقائص والأخطاء. وتتمني كتب الله لنا دوام النجاح والامتياز وجعله وصيلة لنيل رضى الله تعالى ورحمته، ونسأل الله سبحانه أن يعلمنا ما ينفعنا وأن ينفعنا ما عملنا حسبي الله نعم الوكيل نعم المولى ونعم النصير.

الكلمات الرئيسية: الذكر، الصحة النفسية، فخر الدين الرازي

UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

إلى حضرة عميد كلية أصول الدين
بجامعة دار السلام كونتور فونوروكو

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بعد التحيّة والاحترام نقدم إليكم هذا البحث الذي كتبه الطالبة :

الاسم : حسني زكية

رقم التسجيل : ٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

العنوان : آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي

لقد طالعنا هذا البحث وفتشناه وأدخلنا فيه من التعديلات والإصلاحات ما يجعله وافيا لشروط الامتحان للحصول على درجة الليسانس (S1) في كلية أصول الدين قسم علوم القرآن والتفسير، ونرجو التكرم من فضيلتكم بإجراء المناقشة في وقت قريب. هذا وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتحيات وجزيل الشكر.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

فونوروكو، ٦ ربيع الثاني ١٤٤٦ هـ

١٠ أكتوبر ٢٠٢٤ م

المشرفة،



(رزقي قولا ميسورا، M.Pd.)

بسم الله الرحمن الرحيم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تسلمت كلية أصول الدين بجامعة دار السلام كونتور فونوروكو إندونيسيا،
الرسالة التي كتبها الطالبة:

الاسم : حسني زكية

رقم دفتر القيد : ٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

الكلية : أصول الدين

القسم : علوم القرآن والتفسير

العنوان : آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي

قدّمت الطالبة هذه الرسالة استيفاء للحصول على درجة الليسانس في كلية

أصول الدين قسم علوم القرآن والتفسير في العام الدراسي ١٤٤٦ هـ / ٢٠٢٤ م.

فونوروكو، ١١ ربيع الثاني ١٤٤٦ هـ

١٥ أكتوبر ٢٠٢٤ م

عميد كلية أصول الدين

(شمس الماهي أنتوني، M.A., M.L.S.)

تقرير لجنة مناقشة الرسالة

أجرت لجنة مناقشة الرسالة للحصول على درجة الليسانس في كلية أصول الدين قسم علوم القرآن والتفسير بجامعة دار السلام المناقشة في:

اليوم/ التاريخ : الجمعة ١٨ أكتوبر ٢٠٢٤

المكان : جامعة دار السلام فونوركو

قررت أن الطالبة

الاسم : حسني زكية

الكلية : أصول الدين

القسم : علوم القرآن والتفسير

رقم التسجيل : ٤٠٢٠١٩٢٣٣٠٨٨

العنوان : آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي

نُجحت في مناقشة رسالتها واستحقت درجة الليسانس (S1) في كلية

أصول الدين قسم علوم القرآن والتفسير في جامعة دار السلام كوتونجور.

فونوركو، ١٤ ربيع الثاني ١٤٤٦ هـ

١٨ أكتوبر ٢٠٢٤ م

سكرتير المناقشة

رئيسة مجلس المناقشة

(S.Ud, M.Ag, محمود رفان الدين)

(M.Pd, رزقي قولاً ميسورا)

()

المتحن الأول: ديكسي رضا أدي أنغرا، S.Ud.M.Ag

()

المتحن الثاني: محمود رفان الدين S.Ud, M.Ag

إقرار

أنا الموقعة أدناها،

الاسم : حسني زكية

رقم دفتر القيد : ٤٠٤٠١٩٤٣٣٠٨٨

الكلية : أصول الدين

المسم : علوم القرآن والتفسير

موضوع الرسالة : آثار الذكر في الصحة النفسية عند فخر الدين الرازي

أقر بأنني قد أعددت هذا البحث بمقتضى آمالة ولم يسبق نشره أو كتابته للحصول على أية درجة علمية في أية جامعة إلا في بعض الأجزاء التي تم اصطلاح مصابرها الأصلية. وإذا ثبت يوماً ما أن هذا البحث منتحل من عمل الغير، أنا مستعدة لقبول أية عقوبات أكاديمية حسب ما تنصه لوائح الجامعة.

فونوروكون، ١٤ ربيع الثاني ١٤٤٦ هـ

١٨ أكتوبر ٢٠٢٤ م



UNDA
GONTOR
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

إهداء

أهدي هذا البحث البسيط بخلوص البال شكرا عظيما

إلى

والدي المحبوبين الذان لهما حق احترامي بعد حق الله تمام، سببا وجودي في هذه الدنيا، من الذان ربياني بكل رحمتها وشفقتها وحنانها وصبرها وجهدهما الخالصة القيمة وهذباني أحسن تهذيب وخلص الدعاء إلى أن أتم دراستي بحسن الخاتمة السيد شفرالدين والسيدة الفاضلة فاطمة، عسى الله أن يحفظهما ويثبتهما في أحسن المثبوت وبياركهما ويغفر الله ذنوبهما يوافقهما في أعمالهما وبيارك عمرهما في الدنيا والآخرة وحقق لهما الآمال.

UNIDA
GONTOR
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR

كلمة شكر وتقدير

تبارك الله تعالى. الحمد لله باري النسم وخالق اللوح والقلم، أحمدته تعالى، علم الإنسان ما لم يعلم، وأشكره على ما أسدى وأنعم. أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمد عبده ورسوله، الهادي إلى سبيل الأقوم، صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلّم. هو الذي قد أرشدنا بمشيئة الله من الجهل إلى الذكاء، والضلل إلى الصراط المستقيم ومن ظلم الكفر إلى نور الإسلام.

فبعون الله تعالى رحمته وهدايته وتوفيقه تمّت كتابة هذا بحث العلم. وتمكّن في قلب الباحثة والرجاء أن تكون ذات القطعة من علوم الله تعالى وأن تكون نافعة لنفسها ولغيرها. ولا تصل هذه الغاية الصالحة إلا بدوام الدعاء من والدي المحبوبان و بمعاونة أساتذتي وأخواتي الكرام الذين بذلوا جهدهم وأحسن في التربية والرعاية الحنيفة، فبهذا الواقع تودّ الباحثة أن تقدم كلمة الشكر إلى:

1. فضيلة رؤساء معهد دار السلام كونتور للتربية الإسلامية الحديثة كياهي الحاج حسن عبد الله سهل، وكياهي الحاج الأستاذ الدكتور أمل فتح الله زركشي، M.A، وكياهي الحاج الدكتور أكرم مريات، الذين قاموا بتربية دينية وخلقية ونفسية وقد زوّده بخير الزاد الحياة المقبلة.

٢. فضيلة رؤساء جامعة دار السلام كونتور الدكتور حامد فهمي

زرکشي، M.A., M.Phil، والدكتور عبد الحافظ زيد، M.A، والدكتور ستیوان

لاهوری، M.A، والدكتور خير الأمم، M.Ec، والدكتور ریان رمضانی

جایسمان، Ph.D الذين قاموا بتزويد خير الزاد.

٣. فضيلة نائب وكيل جامعة دار السلام كونتور للشعون الأكاديمية الدكتور نور

هادي إحسان، MIRKH، و فضيلة نائب وكيل جامعة دار السلام كونتور

للشعون المعهدية الدكتور فیروز سباکر أحمد، M.A، فضيلة نائب وكيل

جامعة دار السلام كونتور للشعون المالية الدكتور آسف تریسنانی، Lc.M.A،

فضيلة نائب وكيل جامعة دار السلام كونتور للشعون العلاقة الدولية

والبحت الدكتور تشیتشیف صبار رحمت، M.Pd.I الذي قاموا بالتشجيع

والدعاء دائما.

٤. فضيلة الحاج شمس الهادي أنتونج، M.A., M.LS، كعميد كلية أصول الدين

بجامعة دار السلام كونتور.

٥. فضيلة رئيس قسم علوم القرآن والتفسير أحمد فضل الرحمن أكبر، M.U.S،

الذي بذل جهده مع أفاضل المحاضرين في ترقية نوعية هذا القسم ويدبرني

وأخواتي في مسيرة دراستي في الجامعة.

٦. فضيلة المشرفة رزقي قولاً ميسوراً، M.Pd. الذي قد أخلصت نفسها بقيام

الإشراف التام والمراجعة الدقيقة على هذا البحث.

٧. سادات جميع المحاضرين في هذه الجامعة الذين قاموا وبذلوا جهودهم لإدارتهم

بالتربية والتعليم الباحثة.

٨. حضرة والدي المحبوبين الكريمين السيد شفرالدين أرشاد والسيدة فاطمة

روحيتي الذان ربياني صغيراً وأدباني وهذباني وأرشداني إلى أقوم السبيل، إلى

أن أكون ما كنت عليه الآن. وعسى الله أن يوافقهما في أعمالهما ويبلغهما

إلى جنة النعيم.

٩. وأخواتي من مرحلة (Guardian Generation) خاصة في قسم علوم القرآن

والتفسير في السنة ٢٠١٩، عسى أن يعطي الله لمن خير الجزاء والسعادة في

الدنيا والآخرة.

١٠. أخواتي في مركز توجيه والإرشاد ٢٠٢٤ وجميع الأخوات الاستاذات في حرم

البنات الأول التي سجعني في هذه السنة المميزة.

ويسأل الله عز وجل أن يضاعف الجزاء لهم أضعافاً كثيرة والسعادة

في الدنيا والآخرة ويهديهم بالهداية، ويجعل عملهم خالصاً لوجهه الكريم

وبسبح الناس أجمعين. ووصل الله على خير خلقه محمد وعلى آله وصحبه

وسلمه آمين.

غونوروكو، ربيع الثاني ١٤١٦ هـ.

١٠ أكتوبر ٢٠١٤ م

الباحث،



(حسني ركيه)

UNIDA
GONTOR
UNIVERSITAS DARUSSALAM GONTOR