

4سلسلة معرفة النفس

الإسلام والصحة النفسية

الطبعة الثانية  
منقحة ومزودة

أحمد القباني

اسم الكتاب: ...الإسلام والصحة النفسية  
المؤلف: ...احمد القبانجي  
تاريخ النشر: ...1381 هـ. ش - 1422 هـ. ق  
الطبعة: ...الثانية  
القطع وعدد صفحات: ...وزيرى - 320  
صف واخراج: ...المؤسسة الاسلامية للترجمة  
والتأليف





## مقدمة:

نحمد الله ونشكره على نعمائه السابغة وآلائه الجمّة  
ونصلي ونسلم على رسوله الامين وسيد المرسلين وعلى  
آله الطاهرين المعصومين.

لمّا كانت الصحة النفسية بمثابة البنية التحتية  
لتكامل شخصية الإنسان ومحوراً لكافة نشاطاته الايجابية  
وسلوكياته المحمودة...

ولمّا كان شرط القبول الالهي في الآخرة هو سلامة  
الإنسان من كل مرض قلبي (إلا من أتى الله بقلب سليم..).  
ولمّا كانت السعادة الفردية والاجتماعية التي هي  
الهدف الأسمى والغاية القصوى للحياة لا تتحقق إلا  
بمراعاة الفرد مبادئ الصحة النفسية، ومن دونها  
يغرق في دوامة القلق والكآبة والألم، فلا يجد للحياة  
ولا للايمان طعماً، وقد يخسر بذلك الدنيا والآخرة  
معاً... رأينا أن نكتب عمّا تيسر لنا في هذا الموضوع  
هادفين بذلك تبين غوامض الامراض القلبية والنفسية،  
وتوضيح الفرق بينهما وأسبابها وعوارضها وعلاجاتها  
وفق منظار الشريعة المقدسة وآراء علماء النفس  
والاخلاق والتربية.

وتلاحظ في هذا الكتاب محاولة جادة لسد الثغرات  
الموجودة في كتب ودراسات علماء الاخلاق الاسلاميين في  
اقتصارهم على الامراض الاخلاقية في الإنسان وعدم تطرقهم  
لامراض النفسية التي أسفرت وتبرجت بشكل مثير في  
المجتمعات المدنية.

وكذلك تكميل ابحاث علماء النفس الباليين والتوغل  
إلى جذور الامراض النفسية والبحث في اشكاليات البعد

الميتافيزيقي للإنسان الذي يتجاهله علماء النفس على الدوام ويحاولون تهميشه واختزال الحياة البشرية في إطار هذه الحياة الدنيا، فكانت أبحاثهم وعلاجاتهم ناقصة ومبتورة ولعلها مضرّة في بعض الأحيان.

المهم أنّ هذا الكتاب يعبر عن حاجة ماسة لدى الفرد المسلم لبناء شخصيته الفردية والاجتماعية على أساس من الثقافة الإسلامية والقرآنية في خضم الثقافات المستوردة والكم الهائل من الدوافع والرغبات والميول الذاتية.

هذا وقد وعدنا في الحلقة السابقة أن يكون لنا لقاء مع القاريء الكريم في هذه الحلقة لدراسة أنماط الشخصية ومتعلقاتها. إلا أن كثرة المشاغل وانصراف الكاتب نحو دراسات عقائدية وكلامية وتفسيرية تفتقر إليها المكتبة الإسلامية وتسدّ فراغاً مهماً في ثقافة مجتمعنا الإسلامي دعاني إلى تقديم هذا الكتاب بعد إضافات كثيرة وتهذيب أدبي بعنوان الحلقة الرابعة من هذه السلسلة في بحوث علم النفس على أن تأخذ دراستنا لموضوع «الشخصية» مكانها اللائق في أحد أجزاء تفسيرنا الموضوعي الكبير المسمى بـ «أحسن التفاسير لأحسن الحديث»...

وختاماً أتقدم بالشكر الوافر لصديق العمر الشيخ هاشم الصالحي على عنايته بتصحيح وتنقيح هذا الكتاب وأسأل الله له منتهى الموفقية وسلامة النفس والقلب...

\* \* \*

احمد القبانجي

طهران - محرم الحرام - 1422

## الفصل الأول

### مبادئ الصحة النفسية

- معيار الصحة النفسية
- النفس الواقعية والوهمية
- الدين التقليدي والوجداني
- بين الازمة النفسية والمرض النفسي
- العوامل المساعدة على الاصابة بالمرض
- مبادئ الصحة النفسية



## ما المقصود بالصحة النفسية؟

هناك تشابه كبير بين الصحة النفسية والصحة الجسدية من جهة، وتباين كبير بينهما من جهة أخرى، فأما وجه التشابه فهو أنّ كلاً منهما يعني وجود حالة من التوازن والتعادل بين القوى تقضي أن يمارس الفرد نشاطاته الفردية والاجتماعية بشكل طبيعي بعيداً عن الألم الجسدي أو التوتر النفسي.

أما وجه الاختلاف والتباين فهو أنّ المعيار للصحة البدنية معروف للجميع ولا يكاد يختلف فيه إثنان، فبعد ظهور أعراض المرض من الحمى واصفرار الوجه وتسارع ضربان القلب وما شاكل ذلك يدرك الفرد أنّه مصاب بمرض معيّن، فيراجع الطبيب لذلك، إلا أنّ الأمر يختلف في المرض النفسي، فلحدّ الآن لا يوجد معيار وشاخص للصحة والمرض النفسيين لدى علماء النفس، وكذلك على صعيد العرف الاجتماعي وما يحمله من ثقافات وقيم أخلاقية ودينية، فقد يعتبر البخل مرضاً في ثقافة معينة ولا يعتبر كذلك في ثقافة أخرى، وقد يكون الحسد أمراً طبيعياً عند بعض الناس وليس كذلك عند البعض الآخر، بل قد تعتبر بعض الحالات النفسية علامة على الصحة النفسية عند بعض المجتمعات كحبّ الدنيا لدى المجتمعات المادية، لكنّها بنفسها تعتبر حالة مرضية في المجتمعات المتدينة، وبالخصوص في أوساط المتصوفة والعرفاء.

لذا، فنحن أمام موضوع شائك ليس من اليسير سبر أغواره والخروج بنتائج مقبولة وقطعية ما لم نقم في الوهلة الأولى بعملية فرز المفردات المتشابكة في هذا

الموضوع، وتحديد المفهوم والمقصود من كل واحدة من مفرداته، وتحديد المراد من الصحة النفسية وكذلك المرض النفسي، ثم بيان المعيار لكل منهما، والفرق بين المرض النفسي والأزمة النفسية، وبين المرض النفسي والمرض الأخلاقي.

### المعيار لدى علماء النفس:

بما أنّ هذا الموضوع هو من أعقد المواضيع في دراسات علماء النفس المحدثين، فإننا لا نجد رأي مشترك بين المدارس النفسية الحديثة في بيان معنى الصحة والمرض النفسيين، وليس هناك صورة واضحة المعالم لبيان أسباب المرض النفسي وحدوده وكيفية معالجته، يقول الدكتور العراقي علي كمال في كتابه «**النفس إنفعالاتها وأمراضها**»:

«مع أنّ الأمراض النفسية هي أكثر الأمراض التي يعانيتها الإنسان انتشاراً، وربما أقدمها في تاريخ الصحة والمرض، إلاّ أنه لا يوجد حتى الآن تعريف واضح لها متفق عليه بين الأطباء، خلافاً لما هو عليه الحال في الأمراض الجسمية والجراحية... إنّ مصدر الصعوبة في تعريف الأمراض النفسية لا يعود إلى مجرد الافتقار إلى بيان أسبابها بالطرق العلمية، أو إلى الاختلاف القائم بين الأخصائيين عن ماهية هذه الأسباب، ولكنه يرد أيضاً إلى عدم اتفاق الباحثين في أي الحالات المرضية تشملها هذه التسمية، وبسبب عجزهم عن وضع الحدود الفاصلة بين هذه الأمراض وبين الحالات النفسية والانفعالات الطبيعية من جهة، وبين هذه الأمراض والانفعالات والحالات العقلية من جهة أخرى...»<sup>(1)</sup>

والسبب في ذلك واضح من خلال اختلاف الموازين وتباين الاتجاه بين المدرسة الإسلامية التي تؤمن

بالبعد الروحي والغيبى في حياة الإنسان، وبين من لا يرى من الإنسان سوى بعده الحيواني، ولذا اقتصر علماء النفس في دراساتهم على أمراض نفسية معدودة مثل الكآبة والهستيريا والقلق وأمثال ذلك، بينما نجد الأمراض الموضوعة على طاولة البحث في المدرسة الإسلامية تتسم بالشمول والإحاطة بكل ما يعتبر خللاً وعدم إتزان في البعد النفسي والأخلاقي والاجتماعي وحتى البعد الغيبى، وهو علاقة الإنسان مع خالقه، فمثلاً النفاق والحسد والجبن والأنانية والطمع في الثراء الفاحش والرغبة في العدوان تعتبر أمراضاً نفسية وأخلاقية في المفهوم الإسلامي للشخصية، بينما لا تعتبر كذلك في المفهوم الأرضي والفكر البشري.

هذا والسائد في الأوساط العلمية الحديثة هو كون التوافق مع المحيط الاجتماعي من العلائم المهمة للصحة النفسية، بل يمكن اعتباره معياراً للصحة النفسية؛ وفي ذلك يقول الدكتور المصري «عزت راجح» في كتابه «اصول علم النفس»:

«التوافق حالة من التوائم والانسجام بين الفرد وبيئته تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجياته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية.

ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعاً نفسياً، تغييراً يناسب هذه الظروف الجديدة، فان عجز الفرد عن اقامة هذا التوائم والانسجام بينه وبين بيئته قيل انه «سيء التوافق» أو «معتل الصحة النفسية...»<sup>(2)</sup>.

ولكن رغم أن هذا المعيار للصحة النفسية يصدق على اكثرية الموارد إلا أنه لا يقوم على اساس معقول

ومنطقي من حيث إمكانية أن يكون عدم التوافق يعود إلى انحراف المجتمع لا الفرد، وبهذا يمكن تفسير عدم توافق الانبياء والمصلحين مع أقوامهم ومجتمعاتهم، فليس كل مورد لعدم التوافق يكون الفرد هو الملموم والمريض. وأحياناً يكون المجتمع هو السبب والعلّة لانحراف الفرد ومرضه مثل أن تكون للمجتمع حكومة ديكتاتورية ظالمة تدفع الفرد إلى الجنوح والعدوان أو الإصابة بعقدة الحقارة والكآبة وضعف الشخصية والنفاق وأمثال ذلك، أو أن تكون الثقافة واساليب التربية في ذلك المجتمع بالية وخرافية. فكيف يطلب من الفرد التوافق مع مثل هذا المحيط الزائف وتحقيق الانسجام مع هذه الأجواء والظروف الخاطئة؟.

ثم إن التوافق مع المحيط قد يكون له معطيات سلبية على المستوى النفسي للفرد، وذلك فيما لو كان الفرد يتحرك في سلوكه مع الآخرين من موقع الرياء والنفاق، فليس كل سلوك يقصد فيه الفرد التوافق مع الآخرين من موقع الرياء والنفاق، فليس كل سلوك يقصد فيه الفرد التوافق مع الآخرين يحكي عن سلامة نفسية. وبعبارة أخرى: إن التوافق يمكن أن يكون على نحوين: 1 - أن ينطلق الفرد في تعامله مع الآخرين من موقع الضعف في الشخصية والحاجة إلى الحب والاحترام أو لمجرد كسب رضا الآخرين وعطفهم. ومعلوم أن مثل هذا السلوك لا يحكي عن سلامة في المحتوى الداخلي للإنسان أو عن دوافع خيرة ورؤية واقعية في سلوك الفرد، أي لا يكون صادراً من «الأنا الاجتماعية» بل من «الأنا الفردية» لكسب بعض العناوين أو للتخلص من التضاد وأشكال الصراع في النفس الفردية.

2 - أن يكون سلوك الفرد في تفاعله الاجتماعي قائماً على احترامه للقيم الاخلاقية والمثل الانسانية التي تربط أفراد النوع فيما بينهم، فيتحرك الفرد في

الوسط الاجتماعي من موقع احترامه لنفسه وشخصيته واعتقاده بالقيم الاجتماعية لا من موقع عقدة وحاجة كامنة في اللاشعور. ومثل هذا السلوك في عملية التوافق الاجتماعي هو المطلوب، وهو الذي يعتبر علامة على الصحة النفسية لا ما رأينا في النحو الاول.

### المعيار لدى الفلاسفة وعلماء الاخلاق:

وعلى أي حال، فالصحة النفسية في التفكير الإسلامي وعلى رأي الفلاسفة وعلماء الأخلاق المسلمين هي وجود حالة من التعادل بين سائر القوى والدوافع الجسدية والنفسية والروحية، وهو ما يعبر عنه الحدّ الوسط بين الإفراط والتفريط في أبعاد الإنسان المختلفة، والمرض النفسي بعكس ذلك، أي عدم وجود التعادل والتوازن بين متطلبات القوى الشهوية والغضبية والعقلية، وفي ذلك يقول «مسكويه»:

«ثم ليعلم أنّا بحسب هذا البيان نجعل أجناس الشر رذائل ثمانى لأنّها ضعف الفضائل الأربع التي تقدّم شرحها وهي هذه: التهور والجبن طرفان للوسط الذي هو الشجاعة، والشره والخمود طرفان للوسط الذي هو العفة، والسفه والبله طرفان للوسط الذي هو الحكمة، والجور والمهانة أعني الظلم والانظام طرفان للوسط الذي هو العدالة، فهذه أجناس الأمراض التي تقابل الفضائل التي هي صحّة النفس»<sup>(3)</sup>.

وأنت خبير بنقاط الضعف في هذا التقسيم العقلي المستورد من فلاسفة اليونان، وعدم مواكبته مع ابعاد النفس البشرية المختلفة، أما المنحى القرآني فانه يستوعب هذا التقسيم العقلي ويقرّه، إلاّ أنه لا يقتصر عليه، بل يأخذ بنظر الاعتبار كافة أبعاد الإنسان الأخلاقية والروحية مع الاشتراك في محورية التوازن والاعتدال، أي أنّ إيجاد التوازن شرط أساسي للصحة

النفسية، إلا أنّ التقسيم الرباعي المذكور ليس هو الطريق الوحيد لا غير.

ثمّ إنّ التقسيم المذكور يأخذ بنظر الاعتبار الأمراض الأخلاقية فحسب، وبعضها لا يعدّ مرضاً نفسياً كالجهل مثلاً، ولذلك فهو قاصر في احتواء الازمات النفسية التي تعصف بالإنسان المعاصر، ولا يعتمد على الادوات الموضوعية لتشخيص الخلل النفسي على أرض الواقع.

مضافاً إلى أن الحدّ الوسط الذي اعتبر معياراً للصحة النفسية مفهوم ضبابي غير واضح المعالم، فمن الذي يعيّن الحدّ الوسط، هل هو الفرد، أم المجتمع، أم الدين، أم العقل...؟ وأين الحدّ الوسط بين الصدق والكذب، الأمانة والخيانة، الطاعة والمعصية، العشق لله وللفضيلة وللإنسانية وعدمه..؟

هذا والكثير من المصابين بالأمراض النفسية يجدون حاجة نفسية شديدة لسلوك معين وكأنه مفروض عليهم من الخارج، فالمصاب بالكآبة المزمنة والذي يجد راحته في العزلة والنسيان والشروود لا معنى لأن يقال له: عليك بالحدّ الوسط بين الافراط والتفريط في كل اشكال السلوك، لأنّ حاجاته النفسية تختلف عن الإنسان السوي. ومثل هذه الحاجات قد فرضت عليه من الخارج غالباً كأن تمتد في جذورها إلى التربية الخاطئة، أو إلى الظروف الاجتماعية القاسية، من قبيل ما أفرزته الحرب الدامية والطويلة الأمد بين العراق وايران من اصابات نفسية لدى أفراد الشعبين يكاد يخطئها الحصر، وبأشكال مختلفة ومتنوعة، فالشخص المصاب يجد نفسه مجبراً على سلوك معين تجاه الآخرين لا اختيار له في ذلك، بينما يفترض في المعيار المذكور أن يكون الشخص في سلامة من عقله وأعصابه ويتحرك في سلوكياته بكامل الحرية والاختيار من دون ضغط الدوافع النفسية

والظروف الاجتماعية القاهرة والعوامل المكبوتة في  
اللاشعور وأمثال ذلك.

واخيراً فان معيار الحد الوسط يتناسى البعد الالهي  
في النفس الانسانية، ولذا يقيم العقل المصلحي بدل  
الدين في تعيين اهداف السلوك واشكال النشاط البشري  
في حركة الحياة، فلا نجد للحياة الاخرى ورضا الله تعالى  
مورداً في دائرة هذا المعيار الاخلاقي، ومعلوم أن  
معيار رضا الله قد يتقاطع في موارد كثيرة مع الحد  
الوسط كما في الايثار والتضحية بالنفس في سبيل  
المبدأ والتصدي للظلم والظالمين وامثال ذلك مما هو  
مشهود في سيرة الانبياء والاولياء، ولهذا السبب لا نجد  
في القرآن الكريم والاحاديث الشريفة كثير اعتبار  
وقيمة لهذا المعيار الاخلاقي في مقابل المعيار  
الديني، ألا وهو رضا الله تعالى.

### المعيار لدى العرفاء:

أمّا على صعيد المتصوفة والعرفاء فالصحة والمرض  
يأخذان طابعاً آخر غير ما ذكر، حيث إنّ علّة الأمراض  
النفسية تكمن في وجود النفس الأمارّة وسيطرتها على  
فكر الإنسان وقلبه، بل إنّ الأنا هي المرض بعينه، وهي  
المصداق الحقيقي للنفس الأمارّة، والطريق إلى الصحة  
النفسية ينحصر في التخلّص منها تماماً، أو عدم  
اتباعها وإطاعتها على الأقل، حينئذ تكون وظيفة العقل  
إيجاد المسير المناسب للروح، والمقبول لدى النفس  
الحقيقية بعيداً عن رغبات وميول النفس الأمارّة، بينما  
كانت وظيفة العقل في نظرية علماء الأخلاق هي العثور  
على الحدّ الوسط واتباعه.

وقد تقول أنّ النتيجة واحدة، لأنّ النفس الحقيقية  
أيضاً تطالب العقل بالاعتدال واتباع الحدّ الوسط على  
نظرية العرفاء.

ولكن مع ملاحظة حقيقة الروح في الإنسان وعشقها للكمال المطلق والتي تمثل القطب الموجب في الإنسان في مقابل النفس الامارة فلذلك لا نجزم باتباعها الحد الوسط دائماً، فقد تطالب الفرد بالتهور في سبيل العشق، أو بالإفراط في ترك الدنيا كما صنع المسيح (عليه السلام)، بل ترك ما سوى الله قاطبة.

فليس كل افراط في سبيل الهدف يدخل في دائرة الرفض، ثم إنّ العواطف الإنسانية تجد لها مكاناً رحباً في مقولة العرفاء، بينما لا نجد لها محلاً من الإعراب على ضوء النظرية الأولى، ولذا نرى الجمود العاطفي يلف نظريات الفلاسفة وآراءهم، بينما يفور العشق وتجيّش العواطف في أشعار العرفاء ومقولاتهم، ومعلوم أنّ جمود العاطفة يعتبر مرضاً نفسياً قاسياً، حيث يعبر عنه القرآن الكريم بقساوة القلب:

**(ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدَّ**

**قَسْوَةً) (4).**

إلا أنّ الإنصاف أنّ معيار العرفاء للصحة والمرض النفسيين لا يخلو من تأمل، لأنّه على هذا الأساس يكون الكافر الذي سلّم زمام أموره وفكره بيد النفس الأمارة مريضاً نفسياً، ولا نجد في القرآن الكريم أنّ الكفار جميعاً في قلوبهم مرض كما هو شأن المنافقين، ونحن نجد في الواقع الخارجي كثيراً من الكفار أو عبدة الأوثان والبقر لا يشكون من أي مرض نفسي.

مضافاً إلى أنّ هذا المعيار مطاطي، فلا يخلو فرد منّا إلا ونفسه الأمارة مسيطرة على مساحات شاسعة من تفكيره وميوله وعواطفه، إلا أن يقال: إنّ الإفراط في اتباع النفس الأمارة هو منشأ الأمراض النفسية لا ما إذا كان بصورة معتدلة.

## المعيار الأوفق شرعاً وعقلاً:

والأقرب إلى العقل والشرع هو أن نقول بأنّ الصحة النفسية تعني وجود التوازن والإعتدال بين ثلاثة أركان مهمّة في الإنسان وهي: النفس والمجتمع والله تعالى، فإذا استطاع الفرد من الإرضاء النسبي لكل من هذه الثلاثة فهو إنسان طبيعي وسالم، وإلاً فلا.

قد تقول: إنّ إرضاء هذه الثلاثة غير ممكن دائماً، فقد يتحقق التضاد والتباين بين المجتمع والنفس، كما في مختلف أشكال القيود الأخلاقية والقوانين الاجتماعية، وقد يقع التضاد بين المجتمع إذا كان كافراً أو منحرفاً وبين رضا الله تعالى، فكيف السبيل إلى إيجاد التعادل المطلوب؟

الجواب: إنّ المسار التكاملي للإنسان يمرّ من خلال محطة الأنا الفردية، ثم الأنا الاجتماعية، ثم الأنا الربانية، أي أنها مترتبة طويلاً في المسيرة التكاملية للإنسان، وأدناها «الأنا» الفردية. ثم «الأنا» الاجتماعية التي تمثل مرتبة أعلى وأسمى من الأولى في سلّم التكامل الانساني. والمرتبة الاخيرة هي «الأنا» الربانية، ففيما لو حصل التعارض بين النفس والمجتمع لزم على الفرد اختيار رغبة المجتمع ورضاه لا على اساس أن المجتمع هو شيء آخر خارج إطار الذات الانسانية والنفس البشرية. بل هو ركن من أركان النفس البشرية وداخل في تركيبها السيكولوجي. وهكذا الكلام في البعد الالهي من أبعاد النفس البشرية، فهو يمثل ركناً ثالثاً من أركان هذه النفس، وعلى الإنسان التحرك في سبيل تقويته وارضاء الدوافع المعنوية والميول الخيرة في أعماق وجدانه وروحه ليحقق لشخصيته التعادل النفسي المطلوب. وفيما لو حصل تعارض بين إرادة المجتمع وإرادة الله تعالى رجّح الثانية على الأولى كما هو المشاهد في سيرة الانبياء والاولياء.

ولكن هذا المعنى يحتاج إلى توضيح وبسط ولا يفى الكلام المذكور على اجماله بالمقصود حيث نواجه عدة علامات استفهام في البين: فهل أن الدين يتكفل سلامة الإنسان من الناحية النفسية من جميع الجهات؟ وما هي أدواته في تعديل السلوك الشاذ والمَرَضِي لدى الافراد؟ ثم كيف يمكن تطبيق هذا المعيار في حياة الافراد على مستوى السلوك والممارسة بعد فرض صحته على مستوى النظرية؟ وأساساً كيف يتسنى للدين حلّ التناقض والتصارع في المحتوى الداخلي للفرد وهو بنفسه يمثل أحد عناصر الصراع النفسي في الإنسان، بل قد يكون هو السبب في اصابة الفرد بالمرض النفسي في حال موافقته للتعاليم الدينية أو مخالفته لها؟..

### تصوير المشكلة:

لو نظرنا إلى سلوك الإنسان بدقة وقارنناه بسلوك الحيوان لرأينا امتيازاً هاماً للإنسان على الحيوان بإمكانه أن يلعب دوراً أساسياً في حدوث الصراع في النفس الإنسانية، الذي يمكن أن يتطور فيما بعد ليكون علّة الاصابة بالمرض النفسي، وهذا الامتياز يكمن في قدرة الإنسان للانفصال عن نفسه وذاته والنظر إلى نفسه من خلال نافذة الوعي والشعور، والحال أن الحيوان لا يتمتع بهذه القدرة وبالتالي، فهو يعيش الزمن الحال دائماً، فلا يفكر بالماضي أو المستقبل. وهذا من شأنه أن يكبل النفس الحيوانية في حوائجها الآنية والفعلية، بخلاف الإنسان الذي يعي الماضي والمستقبل كما يعي الحاضر، ولذا فهو يشرف على سيرورة حركته التكاملية بدءاً بمراحل الطفولة وتداعيات الحياه الماضية وإلى آخر مراحل العمر في المستقبل الغامض مروراً بالمرحلة الفعلية.

وبذلك يتسنى له مشاهدة المتغيرات الكثيرة التي طرأت أو تطرأ على النفس صعوداً وهبوطاً في سلم الكمال

الفردى والاجتماعى؁ والعمدة فى تحقق هذا الامتياز هو وعى الإنسان لذاته والنظر إليها بما هى موضوع للمعرفة تارة. وبما هى أداة للمعرفة تارة أخرى. فاذا نظر إليها بما هى موضوع للمعرفة تحقق عنصر الانفصال عن الذات وأضحى الإنسان يلعب دور الناظر والمنظور فى آن واحد؁ ويترتب على ذلك أنه يرى فى نفسه من النقائص ما لا يرغب أن تكون فيه؁ ويطمع فى كمالات يجد فى نفسه القابلية على نيلها واستيعابها وهو بحاجة إليها فعلاً أو فيما بعد لتعينه فى التغلب على ما يواجهه من مشاكل وصعاب فى حركة الواقع الاجتماعى. - هذا من جهة..

ومن جهة أخرى وبسبب هذا الامتياز الخاص بالإنسان؁ فان ماهيته مشككة كما فى اصطلاح الفلاسفة؁ أى أن إنسانية الإنسان تتعرض للزيادة والنقصان؁ وقد تنعدم تماماً فى بعض الافراد ويقال إنه عديم الإنسانية؁ بخلاف الحيوان الذى له ماهية متواطئة منذ ولادته وحتى وفاته؁ فحمارية الحمار واحدة فى جميع مراحل حياته ولا تتعرض للزيادة والنقصان؁ وكما تقول الفلسفة الوجودية: إن لكل موجود ماهية إلا الإنسان فإنه يولد بدون ماهية؁ وهو الذى يصوغ ماهيته بنفسه تدريجياً. وإذا اتضح ذلك عرفنا السرّ فى انحصار الصراع النفسى فى الإنسان دون غيره. فليس سبب الصراع وجود القوى والغرائز المتنوعة فى الإنسان؁ لأنها موجودة كذلك فى الحيوان وينسب متفاوتة. بل هو ما ذكرنا من قدرة الإنسان على النظر إلى نفسه بحيث يكون ناظراً ومنظوراً فى آن واحد؁ وحينئذ يرى الماضى والمستقبل لذاته كما يراها فى الحال الحاضر؁ ومن خلال استشراف المستقبل أو مقارنة نفسه بنفوس الآخرين يدرك ما فيها من النواقص ويتحرك نحو اصلاح الخلل والنقص بدافع الالم الناشئ من الاحساس بالنقص والرغبة فى الكمال؁ ولكن

هذه الحركة نحو الكمال واصلاح النقص تعترضها جملة من القوى المخالفة بدنية أو نفسية، فردية أو اجتماعية، فيجد الإنسان نفسه في بركان من الدوافع المتضاربة والنوازع المتضادة كل يجر النار إلى قرصه ويطلب من الفرد الاستجابة لمطالبه والعمل على ارضائه. ومن أجل تيسير فهم هذه الدوافع وتحديد وجهتها وماهيتها قلنا أنها تنقسم إلى ثلاثة أقسام: فردية واجتماعية وإلهية، وعليه تكون أركان النفس الانسانية ثلاثة: «الأنا الفردية» و«الأنا الاجتماعية» و«الأنا الإلهية».

وقد رأينا أن الحالة الاجتماعية في كل فرد قد تكون انعكاساً لنا الفردية بأن يتحرك الفرد في سلوكه الاجتماعي وتفاعله مع الآخرين من منطلق الأنانية وحبّ الذات. وقد تكون أحياناً أخرى انعكاساً للنفس الحقيقية في الفرد حيث يسلك الفرد مع الآخرين سلوكاً هادفاً ومنطقياً، وعليه فالنا الاجتماعية لا تمثل ركناً مستقلاً إلى جانب النفس الفردية والإلهية، وعليه يتمحض الصراع النفسي بين قطبين في النفس: النفس الفردية والنفس الإلهية، أو قطب الشر والخير، أو كما يقول العرفاء والمتصوفة: النفس المجازية والحقيقية، ويظهر هذا الصراع النفسي في الميدان الاجتماعي للفرد، أي أن السلوك الاجتماعي للإنسان هو الميدان لظهور وبروز الصراع النفسي بين هذين القطبين المتصارعين، وكل منهما يسعى في تسخير إرادة الفرد وافعاله وسلوكياته لصالحه وازاحة الآخر والقضاء عليه تماماً والتفرد بشخصية الإنسان ووجوده.

ونجد في كتابات الفلاسفة وعلماء الاخلاق الاسلاميين تقسيماً آخر لأركان النفس البشرية، وهو التقسيم الثلاثي المعروف في الفلسفة الاغريقية وأن النفس البشرية تحوي في ذاتها على أركان ثلاثة أو نفوس ثلاثة: النفس النباتية، والحيوانية، والناطقة، على

أساس من الترتب الطولي في مراحل نمو وتكامل النفس البشرية.

هذا والنصوص الدينية تؤيد وجهة نظر العرفاء من خلال ما نراه من وجود نحوين من النصوص في دائرة تقييم النفس الانسانية: «أحدها» يذم النفس ويعتبرها نفساً شريرة وأمانة بالسوء ومسؤولة وأنها أعدى عدو للإنسان.<sup>(5)</sup> و«الآخر» يمجد بالنفس ويعتبرها من روح الله تعالى وعلى الإنسان اكرامها والعناية بها ومن سماتها أنها لؤامة ومطمئنة وامثال ذلك<sup>(6)</sup>.

### «النفس الواقعية»

ولكن ما لا نجده في كلمات العرفاء أو الفلاسفة هو الحديث عن «النفس الواقعية»، فما تقدم من تقسيم العرفاء الثنائي للنفس، أو تقسيم الفلاسفة الثلاثي لا يعدو عن كونه تقسيماً للدوافع النفسية التي تمثل جذور الصراع النفسي في الفرد. بينما نقصد بالنفس الواقعية ثمرة هذا الصراع بين القطبين أو الاقطاب الثلاثة للنفس.

فالإنسان إذا أصغى لنفسه الفردية «الأنا» وتحرك من موقع ارضائها واشباع حاجاتها ورغباتها فسيواجه دوافع الخير وقوى النفس الحقيقية فيه من العقل والوجدان والدين وحب الكمال الواقعي والعبادة وامثال ذلك، ويجد في نفسه صراعاً بين دوافع الأنا الفردية الأنانية وبين دوافع النفس الحقيقية. والنفس الواقعية هي محصلة هذا الصراع. فاذا استجاب للاولى

---

5 - منها قوله تعالى: (وما أبرئ نفسي إنَّ النفس لأمانة بالسوء) وقوله تعالى: (وسؤلت له نفسه قتل أخيه فقتله) وفي الحديث الشريف: «أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك».

6 - منها قوله تعالى: (ونفخت فيه من روحي)

وقوله تعالى: (ولا أقسم بالنفس اللوامة)

وفي الحديث الشريف: (لا ينبغي لمؤمن أن يذل نفسه).

وترك الثانية واستمر به الحال على هذا المنوال مدة مديدة، فستكون حصيلة هذا السلوك الأناني نفس واقعية شوهاء مريضة، وأما لو استجاب لآخرى فستكون الثمرة نفس واقعية سليمة. أما كيفية الاستجابة فترتبط بشكل الدوافع أو الميول الغريزية في الإنسان. ومعلوم أن الدوافع في الإنسان على نحوين:

1 - دوافع بدنية، والغاية منها البقاء وادامة الحياة للفرد كالغذاء والجنس والنوم.

2 - دوافع نفسية، والغاية منها طلب الكمال الانساني للفرد كطلب العلم والعبادة.

وعلى هذا الاساس يقع الصراع بين الأنا المجازية والحقيقية في دائرة هذه الدوافع البدنية والنفسية، وكل منهما تريد تسخير هذه الدوافع لصالحها، فالأنا الفردية تسعى للاستيلاء على الدوافع البدنية لتحصيل اللذة البدنية فقط لما يصاحب اشباع هذه الدوافع من لذات بدنية هي في الواقع عبارة عن رفع الألم الناشئ من حاجة الغريزة للإرضاء. فليست اللذة سوى وسيلة لحث الفرد على التوجه والتحرك في سبيل اشباع الغريزة لضمان بقاءه كما في غريزة الأكل والشرب، أو بقاء نوعه كما في غريزة الجنس. ولكن الأنا الفردية (أو الامارة حسب المصطلح القرآني) تدفع الفرد باتجاه اشباع هذه الغرائز لمجرد الحصول على اللذة من ذلك، حتى لو كان هذا الاشباع بطرق غير مشروعة، أو كان مضرًا بالفرد في دائرة كمالاته المعنوية أو صحته البدنية والنفسية.

وكذلك تريد الاستيلاء على الدوافع النفسية لا لطلب الكمال الحقيقي منها، بل لتحقيق التفوق على الآخرين، حيث ترى أن معيار الكمال للإنسان يتحقق في تفوقه على الآخرين بأي نحو من انحاء التفوق من قبيل الرئاسة، الثروة، الجمال، القوة البدنية وأمثال ذلك.

أما النفس الحقيقية فلا تهدف من الاستيلاء على الدوافع البدنية والنفسية وتسخيرها سوى تحقيق الهدف والغاية منها، وهي البقاء واستدامة الحياة للفرد بالنسبة للدوافع البدنية، ونيل الكمال الواقعي بالنسبة للدوافع النفسية.

### مهمة الدين:

أما مهمة الدين في هذا البين فهي إرشاد الإنسان إلى الطريق القويم في مجال الاستفادة من طاقاته وملكاته والارضاء السليم لدوافعه البدنية والنفسية بما يحقق له سعادة الدنيا والآخرة. والمحور والاساس في انجاز هذه المهمة وتحقيقها على مستوى الممارسة والعمل هو أن الدين يأخذ البعد الغيبي والامتداد الالهي في النفس الانسانية بنظر الاعتبار، ولا يعمل على تهميش هذا الجانب وإقصائه وإهماله كما تصنع المدارس الارضية في دائرة تحليلها للنفس البشرية.

ومن خلال ما تقدم من الرؤية القرآنية لتشكيلة النفس البشرية من قطبين: سالب وموجب، أو نفس أمارة ونفس لوامة، تنقسم الشخصية على مستوى الواقع الخارجي إلى: مؤمنة ومشركة ومنافقة. كما نراه بوضوح في التقسيم القرآني لأنماط وطرز الشخصية في الآيات الاولى من سورة البقرة، وجاء هذا التقسيم بشكل مختصر في سورة الفاتحة في قوله تعالى:

**(صراط الذين أنعمت عليهم غير المغضوب عليهم ولا**

**الضالين)**<sup>(7)</sup> والحصر في التقسيم المذكور من الحصر العقلي وعلى اساس ما تقدم من محورية الأنا الفردية للسلوك، ويمكن صياغة هذا التقسيم العقلي للاصناف المذكورة بهذا الشكل:

إن الإنسان إما أن يتحرك في سلوكه الفردي والاجتماعي من محورية الأنا الفردية، أو لا.. وعلى الثاني - وهو الخارج عن اطار الأنا الفردية - إما أن يكون الله هو المحور لسلوكه أو غير الله. فهذه أقسام ثلاثة، والاول منها هو المنافق. والثاني المؤمن، والثالث المشرك.

وببيان أوضح: إن الإنسان في سلوكه على ثلاثة أشكال:

- 1 - أن تكون «الأنا» ومصالحها الفردية ومنافعها الأنانية الضيقة هي المحور، فهو المنافق.
- 2 - أن يكون الله هو الهدف النهائي والمحور لجميع فعالياته وسلوكياته، فهو المؤمن.
- 3 - ان لا تكون الأنا هي المحور، ولكن في نفس الوقت لا يكون الله هو الغاية القصوى للإنسان في افكاره وسلوكياته بل شيء آخر من قبيل الاصنام الحجرية والبشرية والمذاهب المخترعة والعناوين الاعتبارية كالوطنية والنازية والماركسية والقومية وأمثال ذلك. فمثل هذا الإنسان قد خرج من اطار ذاته الفردية ولكنه توهم الكمال في شيء آخر غير الله تعالى. فهو المشرك.

وعلى اساس هذا التصوير القرآني لانماط الشخصية يكون الاول منها أي المنافق. هو المريض نفسياً، والثاني سليم النفس. والثالث يكون معرضاً للاصابة بالمرض النفسي، والسبب في ذلك أن الأخير يتحرك دائماً على مستوى ارضاء دوافعه البدنية والنفسية على السواء، إلا أنه مخطيء في اصابة الهدف وتشخيص الكمال الحقيقي من الوهمي. فعندما يعبد الوثن يرضي بذلك غريزة العبادة، إلا أنه سوف لا يبقى على هذا المنوال، وسوف ينكشف له يوما من الايام بطلان عمله وأن ما كان

يتوهمه من الحق والكمال في الوثن أو العقيدة الباطلة ما هو إلا سراب بقيعة يحسبه الضمآن ماء: (وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَعْمَالُهُمْ كَسَرَابٍ بِقِيَعَةٍ يَحْسَبُهُ الضَّمَانُ مَاءً حَتَّى إِذَا جَاءَهُ لَمْ يَجِدْهُ شَيْئاً وَوَجَدَ اللَّهُ عِنْدَهُ فَوَافاً حِسَابَهُ) (8).

أما الأول - وهو المنافق - فإنه قد جعل من ذاته الفردية معياراً للحق وغاية قصوى لجميع سلوكياته وأفكاره، وبذلك يعمل على الغاء نفسه الحقيقية وعدم الاستجابة لدوافعه المعنوية وحاجاته الروحية كالحاجة إلى العبادة والايثار والمواساة والتحلي بالاخلاق الكريمة والمثل الانسانية النبيلة. وطبيعي أن يورثه هذا السلوك الزائف امراضاً نفسية وقلبية مختلفة. فتحصل من هذا الاستعراض للخطوط العريضة لنظرية الإسلام في دائرة الصحة والمرض النفسيين أن الإسلام يأخذ بنظر الاعتبار جميع حاجات النفس الانسانية ويدعو الفرد إلى ارضائها بالشكل المطلوب وبما يحقق له غاياتها الواقعية، سواء في دائرة الدوافع البدنية أو النفسية، الفردية أو الاجتماعية، الدنيوية أو الاخروية، المادية أو المعنوية، بخلاف المدارس الارضية والمذاهب البشرية حيث تدعو الفرد إلى ارضاء بعض الدوافع على حساب اهمال البعض الآخر وخاصة في دائرة الدوافع المعنوية والحاجة إلى الارتباط بالمبدأ. وقد تبين كذلك أن محور الصراع النفسي يدور بين الأنا الفردية والإلهية، أو النفس المجازية والحقيقية، وليس على اساس ما ذكره الحكماء من تصارع القوة الشهوية والغضبية والعقلية فيما بينها، ولا على اساس الرغبات المكبوتة في اللاشعور أو بين الهو والأنا الأعلى كما تصوره فرويد. هذا من جهة النظرية..

ولكن الإسلام لم يكتف بالنظرية في مجال السلامة النفسية للإنسان، بل رسم له نماذج حيّة بشرية كمثال أعلى للسلامة النفسية وهم الانبياء والاولياء، ودعا إلى الاقتداء بهم والاستئنان بسنتهم لتحقيق السلامة النفسية المطلوبة، وهذا المطلوب أيضاً من امتيازات المدرسة الإسلامية على غيرها من المدارس الارضية. فعلى العموم نجد أن المذاهب الارضية تفتقد إلى المعيار العملي للصحة النفسية، وتكتفي بذكر نماذج للمرضى النفسانيين من قبيل المصابين بالقلق والكآبة والهستيريا، وأمثال ذلك. ومعلوم أن رسم القدوة العملية للإنسان في مجال الصحة النفسية وما يلعبه الايمان بهذه القدوة وحالة القداسة التي يضيفها الدين لهذه القدوة في نظر الافراد يكون له اكبر الاثر في حركة الفرد نحو التشبه بها والعمل على الاقتداء بها في مقام العمل والسلوك مما يضمن إلى حد كبير المحافظة على السلامة النفسية وعدم الاصابة بالمرض.

### تحليل فرويد لماهية الصراع النفسي والدين

يتفق علماء النفس في كون الصراع النفسي هو الاساس والعلّة للاصابة بالأمراض النفسية، والاختلاف هو في تصوير المنشأ لهذا الصراع والاقطاب المتصارعة في المحتوى الداخلي للفرد.

«فرويد» يرى أن المنشأ للصراع النفسي هو الدوافع الجنسية المكبوتة في اللاشعور حيث تتحين الفرصة المناسبة للظهور على مسرح الاحداث ولكن بقناع جميل خوفاً من «الأنا الأعلى» الجالس بالمرصاد للطلبات الممنوعة في العرف والتقاليد الاجتماعية. فالصراع النفسي في الاساس يعود إلى كبت هذه الرغبات ومنعها من الظهور والاشباع. والمرض النفسي ينشأ من عجز «الأنا» في التوفيق بين مطالب «الهو» من جهة (والذي

يمثل الشهوات والغرائز» وبين أوامر «الأنا الأعلى» الذي يمثل الاعراف والتقاليد الاجتماعية والاخلاق والدين، من جهة اخرى، وبهذا يكون الدين أحد العوامل المسببة للمرض النفسي من خلال موقفه السلبي من ارضاء الشهوات.

ويرى «فرويد» في الاصل والمنشأ للدين في المجتمعات البشرية أن الدين يحكي عن عجز الإنسان مقابل قوى الطبيعة المخيفة والقاهرة، فالدين في المراحل الاولية من حياة البشر - أي في العصر الذي لم يكن الإنسان بقادر على الاستفادة السليمة من قوى الطبيعة. وكانت الطبيعة قاسية جداً مع الإنسان بحوادثها المدمرة كالزلازل والاعاصير والبراكين والأوبئة وظواهرها المخيفة كالرعد والبرق والخسوف والكسوف وأمثالها - يمثل استجابة لا شعورية لحالة العجز والاستعطاف في الإنسان حيث رأى أن يستخدم عواطفه في استرضاء قوى الطبيعة بدل العقل. وبالتالي التغلب عليها وكبح جماحها.

وفي هذا المجال عمل الإنسان على تقوية وترشيد عقيدة خرافية تتضمن التوسل بقوة عليا تستطيع الدفاع عنه ولا أقل من تهدئة قلقه وخوفه من هذه القوى الغامضة في الطبيعة، وقد اكتسب الفكرة من مرحلة الطفولة حيث كان يلتصق بامه أو يحتمي بأبيه في ساعة الخوف والخطر. فالدين هو تكرار لتجربة الطفولة هذه، فكما أن الطفل يدرك أنه باعتماده على ابيه وخوفه منه وتمجيده والثناء عليه يستطيع أن يحقق لنفسه الأمن من الاخطار، فكذلك الإنسان يسلك هذا السلوك في درء خطر الطبيعة، ويفترض أن الاب الذي كان يبتسم له وهو في مهده يبتسم له الآن من أعالي السماء ويعده بحمايته والدفاع عنه فيما لو سعى في عبادته وتقديسه.

وعلى هذا الاساس يرى فرويد أن الدين يمثل مرضاً نفسياً بشكل جمعي، فليس الدين مجرد وهم فارغ، بل هو شيء خطر على سلامة الإنسان النفسية والعقلية من حيث كون الاعتقاد بالدين يشكل مانعاً اساسياً امام حركة الفكر والنقد لمظاهر التخلف الفكري والثقافي في المجتمع، والشواهد التاريخية في موقف رجال الدين من العلم والعلماء في العصور الوسطى تؤيد هذا المعنى. مضافاً إلى أن الاخلاق المبتنية على اساس الدين تقوم على اسس مهزوزة، وهذا من شأنه ايجاد ارباك وتزلزل في القيم الاخلاقية والسلوك الاخلاقي بين افراد المجتمع، لأن السلوك الاخلاقي إذا كان وليد الاوامر الإلهية وكانت القيم الاخلاقية بمثابة احكام وتعليمات الإلهية فان مستقبل الاخلاق سوف يرتبط بمستقبل الاعتقاد بالله وتزول بزواله، والحال أن الإنسان يجب أن يتحرر على مستوى الفكر والسلوك الاخلاقي من أية سلطة تخيفه وتحميه في آن واحد.

### المناقشة:

لا نجد كثير فائدة في التعرض للقسم الاول من كلام فرويد في المنشأ للصراع النفسي وعناصره في النفس البشرية، من حيث وضوح الخلل فيه ووجود ردود كثيرة من الطرفين في نقضه أو تعديله. وقد اتضح آنفاً أن مقومات الصراع تتمثل في إصرار الأنا الفردية من جهة لتسخير الدوافع والغرائز لصالحها وللمحافظة على حياتها. وإصرار الأنا الحقيقية على جرّ الإنسان إلى حيث الكمال الواقعي واخراجه من دائرة انانيته الضيقة. ولكن الكلام في القسم الثاني وهو رؤيته السلبية للدين. فالدين ليس لا يخدم الصحة النفسية فحسب. بل هو أحد العوامل المهمة للاصابة بالمرض النفسي أو هو المرض بعينه.. فنرى لزوم التوقف عند

هذا الكلام ومناقشته مناقشة علمية من خلال الشواهد والتجارب المتوفرة على أرض الواقع الاجتماعي ومعطيات الدين على المستوى النفسي.

هذا والكثير من الكتاب الاسلاميين ينحون في ردّهم على فرويد في موقفه من الدين منحى كلامياً أو فلسفياً كما هو شأنهم مع ماركس ومقولته في الدين. والحال أن فرويد يختلف عن ماركس في كون الاول عالم تجريبي والثاني فيلسوف مادي، ولكل منهما منهجه الخاص في البحث والتحقيق ولا ينبغي الخلط بينهما، ولذا لا نجد كثير فائدة في القاء اللائمة على الديانة المسيحية فقط وأن كلام فرويد - كما هو الحال في كلام ماركس - يأخذ بنظر الاعتبار موقف الدين المسيحي وأرباب الكنيسة من العلم والعلماء، وأن الإسلام في سلامة من هذه الطعون والثغرات، ولكننا لو سلطنا المنهج التجريبي في مناقشتنا مع فرويد لما وسعنا التشبث بالنظريات وتمجيد الدين على حساب اهمال الواقع المتخلف للمسلمين، فالمشاهدات المتوفرة على أرض الواقع تؤيد نظرة فرويد السلبية نحو الدين بلا شك، وهذا هو المنطلق للعالم والباحث الطبيعي في دراسة موضوع البحث. فلا شأن لفرويد في أن الله موجود واقعاً أو لا.. وهل أن الدين المسيحي أو الاسلامي هو الحق وأنه دين سماوي أو لا..؟

فكل هذه الامور من ابحاث الفلسفة وعلم الكلام كما هو واضح. ولذا قلنا أننا في مناقشتنا للرؤية المذكورة عن الدين نسلك فيها المسلك التجريبي المقرر في أبحاث علم النفس، ولا نتكلم عما هو الواقع والحق في دائرة الابحاث الدينية.

وعلى هذا الاساس وعندما ننزل إلى أرض الواقع المعاش لا نجد كثير فرق بين الإسلام والمسيحية وسائر الاديان الاخرى على مستوى المصاديق والافراد الملتزمين

بالدين. فالاصابة بالأمراض النفسية لدى المسلمين ليست بأقل من الاصابة لدى اتباع الديانات الاخرى إن لم تكن الاكثر. وعندما نشاهد كثرة المستشفيات النفسية في بلاد الغرب وارتفاع نسبة الاصابة بالامراض النفسية والعقلية وحوادث الطلاق والجريمة والانتحار وأمثالها هناك، فهذا لا يعني أننا في سلامة من ذلك كله، أو أن الاصابة بمثل هذه الامراض والحوادث في بلداننا أقل بكثير كما يدأب الكتاب الاسلاميون والمبلغون الدينيون على استجلاء نقاط الضعف في الحضارة الغربية فقط وتهويلها والتغافل عن مثلها في مجتمعاتنا الإسلامية. بل لأجل انعدام وسائل الإحصاء وأدوات البحث العلمي على المستوى النفسي والاجتماعي في البلدان الإسلامية وتوفرها في بلاد الغرب.

ومع ذلك فهذا لا يعني أن السبب الكامن وراء مثل هذه الاصابات والحوادث السلبية هو الدين. والبحث العلمي النزية يجب أن يتركز حول اكتشاف العلة الحقيقية للاصابة بالمرض، ومعلوم أن البلدان الإسلامية بما فيها من تخلف ثقافي واقتصادي وبسبب الانظمة المستبدة والحكومات الجائرة المسلطة على الشعوب الإسلامية، وما تعانيه من أزمات وحروب وتفرقة، كل ذلك يجعل أفراد هذه الشعوب أقرب إلى الاصابة بالمرض النفسي من غيرهم، ومن الواضح أن كل ذلك لا يرتبط بالدين، بل سنرى أن الدين بالرغم من هذه الظروف الصعبة التي تمّ تحميلها على الشعوب الإسلامية له الأثر الحاسم في الوقاية من الامراض النفسية أو الحدّ من استفحالها وتفاقم الاصابة بها.

نعم. هناك بعض الموارد التي يكون الدين عاملاً من العوامل المساعدة للاصابة بالمرض النفسي، فنحن لا ننكر أن بعض المتدينين مصابون بأمراض نفسية وفكرية تمدّ جذورها إلى نفس العقيدة والصورة التي رسموها في

أذهانهم عن الدين، كما في مرض «الدوغماتية» – الجزمية – الذي يدفع بالفرد المتدين إلى أن ينظر إلى جميع افراد البشر الذين يخالفونه بالفكر والعقيدة من موقع الاتهام والتكفير ويتعامل مع الآخرين بلغة «أنا الحق». ويصطلح المفكر الفرنسي «ريمون رويّة» على هذه الحالة بـ «فيروس العقيدة» ويشبها بالفيروسات المولّدة للسرطان في التوالد الذاتي لفكرة حتى في الوسط المعادي لها حيث تستخدم «الفكرة – الفيروس» العداوة والاتهام برهاناً على صحتها فتنتع كل شخص غير مؤمن بها بالرجعية والنفاق والارتداد والانحراف والعقد النفسية وامثال ذلك مما نراه في سلوكيات الايديولوجيين من شتى المذاهب المختلفة<sup>(9)</sup>، بل يتعدى الاتهام والتسقيط والعداء إلى استخدام القوة وارتكاب جريمة قتل المخالفين في العقيدة كما كان يحدث في العصور الوسطى للمخالفين لأفكار الكنيسة ورجال الدين ويحدث اليوم في أوساط المسلمين أيضاً كما نسمع عن حوادث قتل الشيعة في الباكستان على يد «جيش الصحابة» وهم فرقة متطرفة من الوهابية تجيز قتل اتباع المذاهب الاخرى بحجة الشرك والارتداد.

هذا ولكن مرض الجزمية أو «الدوغماتية» لا ينحصر في اتباع الاديان السماوية. بل يطال اتباع جميع المذاهب والعقائد الارضية أو السماوية. وهذا يعني وجود أرضية في نفس صاحب المعتقد والدين. وهي عبارة عن ضيق الافق والأنانية وحب الذات وضعف السلوك العقلاني لدى الفرد وامثال ذلك. هذا أولاً:

## الدين التقليدي والوجداني

9 – ريمون رويّة – الممارسة الايديولوجية – ص 130 – ترجمة د. عادل العوّا – سلسلة زدني علما.

**وثانياً:** لابد من التمييز بين نوعين من الدين:

الدين التقليدي، والوجداني.  
فالاول - وهو السائد في اتباع كل دين ومذهب - عبارة عن تقاليد وافكار موروثه من الآباء والاجداد والمحيط الاجتماعي وقد كسبها مرور الزمن طابع القداسة بحيث جعلها تتعالى عن النقد والتمحيص. ومثل هذا الدين هو الذي يحدد عقل الإنسان ويورثه مرض الجزمية والعداء للفكر المخالف.

وإذا لم يصب الفرد بمثل هذه الامراض الفكرية والنفسية من جراء التزامه الديني هذا، فلا أقل من أن مثل هذا الدين لا يحفظه من الاصابة بالمرض النفسي، ولا يساعده في موارد العلاج والشفاء من المرض. ولهذا السبب نجد كثرة المصابين بالامراض النفسية في اتباع الأديان، أي بسبب التزامهم بقشور الدين على أساس أنها هي الدين، فالوسواسي الذي يصرف ساعة أو ساعتين للوضوء أو الغسل، أو من يعادي الآخرين لمجرد الاختلاف في العقيدة والفكر، أو من ينظر إلى نفسه أنه من أهل النجاة يوم القيامة دون سائر افراد البشر لمجرد اعتقاده بعقيدة معينة.. هم من هذا القبيل.

أما الثاني، وهو «الدين الوجداني» الذي هو عبارة عن التجربة القلبية للفرد المؤمن في عملية اتصاله بالمبدأ وصورته مورداً للخطاب الالهي مباشرة والارتباط مع الله برابطة العشق والحب والاعتماد والتوكل والخروج عن اطار الأنا والذوبان في الحقيقة الخيبية المطلقة، فليس كذلك اطلاقاً. بل يمكن القول أن الدين بهذا التعريف، أي بما هو تجربة قلبية وعاطفة تمتد إلى وجدان الفرد فتثير فيه مشاعر الخير والصلاح، هو الطريق الوحيد للسلامة النفسية. فالإيمان بهذا المعنى يحقق للإنسان ارضاء عواطفه الإنسانية ونوازعه النفسية وحلّ العقد المستعصية في محتواه الداخلي من موقع

الوضوح في الرؤية والوعي التام بسلوكه الفردي والاجتماعي. أي إنه يختار سلوكه وتكون تصرفاته عن وعي وغاية، بخلاف النحو الاول الذي تكون فيه العقيدة مفروضة على الفرد من الخارج.

أما التجارب والشواهد المؤيدة لكون الدين العامل الاساس في حفظ السلامة النفسية فكثيرة ومتنوعة:

1 - منها ما أورده «كارل يونغ» - زميل فرويد في مدرسة التحليل النفسي والذي انشق عليه لاحقاً - من أن اكثر المراجعين له ممن تجاوز مرحلة الكهولة يشكون اضطرابات نفسية عميقة ناشئة من تفكيرهم بالموت واحساسهم بالعبثية وفقدانهم الأمل في حياة نشيطة ومفعمة بالحب والاحترام والقيمة في نظر الآخرين. والدين هو الحل الوحيد لمثل هذه الاصابات، حيث لا يوجد لدى علماء النفس حل واضح ومنطقي لهذه المشكلة سوى بعض التوصيات بتناسي المشكلة والتغافل عن الواقع من خلال الهرب نحو الطبيعة والانشغال بالهوايات المسلية وجلسات الاصدقاء وأمثال ذلك. ومعلوم أن مثل هذه التوصيات لا تمثل علاجاً لحالة الكآبة والاضطراب النفسي الذي يعاني منه الفرد وهو على اعتاب الشيخوخة والموت. ولذا يلوذ اكثر المسنين بالدين والايمان بالله والحياة الاخرى لتهدئه ما يعانونه من القلق والاضطراب ويشعرون بدفء الايمان ورحمة الله تعالى وأنهم سينتقلون بالموت إلى عالم أفضل من هذا العالم... وكل هذه المفاهيم الدينية لها معطيات ايجابية جداً على مستوى الصحة النفسية.

وقلنا أننا لا نبحث هذا الموضوع من زاويته الفلسفية والكلامية وانه هل هو حق وواقع أم لا، بل من حيث معطياته الايجابية في حركة الحياة الفردية والاجتماعية، ومن خلال الشواهد المتوفرة على أرض الواقع النفسي لافراد.

2 - هناك اصابات مرضية كثيرة اجتماعية المنشأ، أي أن المجتمع والقانون والحكومة الجائرة والتربية القاسية هي التي تقف وراء الكثير من اشكال المرض النفسي لدى الافراد. ومن شأنها أن تثير حفيظة الفرد وتجعله يتحرك في سلوكه الاجتماعي من موقع العداء للمجتمع والقانون والقيم الاخلاقية، وبالتالي لا يجد شيئاً يمنعه من ارتكاب الجريمة سوى الدين والايمان بالله واليوم الآخر، بل انه يشعر مع هذا الايمان القلبي بعزاء وسلوى لتعويض ما يواجهه من ظلم وإجحاف وجفاء من البيئة الاجتماعية، ومن شأن هذا الايمان أنه يغسل الانعكاسات السلبية لهذه الظلمات من روح الفرد ونفسه، ويعمل على ترميم عواطفه الجريحة واحساساته البائسة..

3 - وأيضاً وجود بعض السلوكيات السلبية في حياة الفرد تتضمن مفهوم الاثم والمعصية، ويشعر الإنسان معها بالذنب. وهذا الشعور لا ينبع من العقيدة ومن ايمان الشخص بالقضايا الدينية، بل هو صوت الضمير الاخلاقي في باطن الإنسان، وعليه فهو احساس مستقل عن المصدر الديني للإنسان، وهذا الاحساس بالاثم يتطلب من الفرد سلوكاً خاصاً، وفي الحالات العادية وبغض النظر عن الاعتقاد الديني فان مثل هذا الاحساس يورث الخوف والاضطراب في ذات الإنسان، وجميع الاديان السماوية تتعرض لهذه الحالة النفسية بالحلّ، وتعين الإنسان في التغلب عليها بالتوبة ومفهوم العفو والمغفرة والكفارة وامثال ذلك، وبهذا تعيد الأمل لهذا المذنب بحياة جديدة خالية من هذا الشعور المؤلم. ولا نجد في غير الاديان دواءً شافياً لهذه الحالة سوى النسيان أو التناسي ولكن فيما لو كان الشعور بالاثم قوياً وشديد الوطأة على صاحبه فلا ينفع معه سوى الحل الديني، وهو التوبة والتكفير...

4 - ثم إن الدين يكفل للفرد اشباع جميع رغباته وغرائزه ومنها غريزة العبادة والتقديس والمشاهدات الكثيرة لواقع الافراد المتدينين وغير المتدينين تحكي عن قلّة الاصابة بالامراض النفسية في صفوف المتدينين بالنسبة إلى غير المتدينين. وعندما نقول المتدينين لا نقصد بذلك المنتسبين لدين معين بل من يعيش التجربة الدينية في جميع سلوكياته وعواطفه وافكاره. وطبيعي أن من يرى المشكلات والازمات من بعدها الايجابي وأن الله يريد له الخير في ما وقع وسيقع له من مصائب وبلاء سيكون أقدر على التحمل والمثابرة من الشخص الذي يتعامل مع المشكلة من موقع التشاؤم واليأس ولا يرى فيها سوى الجانب المظلم والمؤلم..

5 - والأهم من كل ذلك أن الدين يكفل للإنسان سلوك طريق الحياة من موقع الوضوح في الرؤية، ويعطيه فهماً معقولاً لكافة مناحي الحياة البشرية، من المبدأ والمعاد، والهدف الاقصى من الحياة، وتبيين اسرار القيم الاخلاقية والمثل الانسانية. وبدون ذلك سوف يجد الإنسان نفسه وحيداً غريباً في عالم الوجود، بل يرى الحياة كلها عبث في عبث، وحال المؤمن وغير المؤمن في حركة الحياة كحال شخصين يسيران في صحراء أو غابة: أحدهما يرى أنه يسير إلى هدف معين وأن هذا الطريق سيوصله في النهاية إلى بلدة جميلة وله فيها قصر وثروة وأهل وعشيرة، وهو في سيره هذا محاط بعناية غيبية، وأن جميع ما يلاقيه من صعاب ومشاكل ليس سوى امتحان واختبار. أما الآخر فليس له مثل هذه الرؤية، بل يرى أن هذا الطريق لا ينتهي إلى شيء وأن كل ما يواجهه من مصائب في هذا الطريق لا يعني سوى الألم والشر، والاول هو المؤمن الذي يسير في حركة الحياة بوضوح في الرؤية الكونية من المبدأ والمعاد. والآخر هو الملحد الذي لا يعتقد بشي غيبي في هذه

الحياة وكل شيء في الحياة لا يعدو سوى هذه الطبيعة وحوادثها العمياء. فحتى لو قلنا بأن المعتقدات الدينية لا تحكي عن واقع خارجي وليست سوى أوهام مترسبة في أذهان المؤمنين بايحاء الاسرة والمجتمع والعرف، إلا أن حياة الشخص المؤمن وحالته النفسية في مساره المذكور أفضل بكثير من حالة رفيقه الملحد.

## ماهية الدين الوجداني

هذا كله بالنسبة إلى رؤية مدرسة التحليل النفسي للدين، وماهية الصراع النفسي. أما على المختار من حقيقة الصراع بين الأنا الفردية والإلهية، فالدين الصحيح هو الذي يعين الإنسان في التخلص من الأنا الفردية، وذلك لما تقدم في الحلقة الثانية من هذه السلسلة للدراسات النفسانية من أن «الأنا» هي الاصل والعلة للاصابة بالامراض النفسية، وهي عبارة أخرى عن النفس الامارة أو الشيطان كما يؤكد على ذلك العرفاء والمتصوفة. ومهمة الدين الالهي هي اخراج الإنسان من دائرة ذاته وانانيته. فلو رأينا مظاهر المحبة والعشق والانسانية على سلوك الفرد، فهذا يعني أن دينه سليم والهي وحق. وإلا فلا. أي أننا يمكننا الاستدلال على حقانية الدين من فاعليته وتأثيره الايجابي على سلوك الافراد. وهذا هو ما نقصد بالدين الوجداني، وحينئذ تتساوى الاديان المختلفة على المستوى المعرفي والعقائدي. لاننا بعد أن اعتبرنا الدين هو التجربة القلبية للارتباط بالمطلق. فحتى لو كان أحد الاديان كالاسلام أقوى واكمل على مستوى الاستدلال والفكر، إلا أن ذلك لا ينفع صاحبه فيما لو لم يتحرك في سلوكه العملي من موقع الالتزام بتعاليم هذا الدين.

وبعبارة أخرى: إن البحث في الأديان تارة يقع في الدائرة الكلامية، وأخرى في الدائرة النفسية، ولا كلام لنا في الدين المبحوث عنه في دائرة علم الكلام. بل الدين بما يخلق من حب وعشق لله وللإنسانية، وبما يثير في نفس صاحبه من عناصر الخير ويعينه على التخلص من قوى الشر والانحراف في نفسه، فإذا عمل الدين على إضعاف قدرات الإنسان الفكرية والأخلاقية وأورثه الاضطراب والحزن واليأس والعداء للآخرين، فهو دين متحجر وقشري وغير إنساني وإن كان هذا الدين أو المذهب أقوى من سائر الأديان والمذاهب في دائرة المنظومة الفكرية والاستدلال العقلي.

وعلى هذا الأساس تتعدد الأديان بعدد أفراد البشر، ولا يكون المعيار في حقانيتها وهيئتها سوى ما يترجمه الإنسان على أرض الواقع العملي من سلوكيات وعواطف وتفاعل اجتماعي، لأن هذه السلوكيات هي المعبرة عن درجة ارتباط الإنسان بالله وقوة التجربة الدينية في قلبه. فالإنسان لا بعقله وفكره، بل بعواطفه وميوله وسلوكياته: **(ليس للإنسان إلا ما سعى)** (10).

وقد يتوهم أن بعض الكفار والملحدين يتمتعون بروح إنسانية نبيلة وسلوكيات محمودة في مساعدة الفقراء والمساكين والدفاع عن حقوق المظلومين والسعي الدؤوب لرفع حرمان المحرومين وأمثال ذلك رغم أنهم لا يعتقدون بأي من الأديان السماوية. وهذا التوهم ناشئ من الخلط بين الدين التقليدي والوجداني أو الفصل بين الله والإنسان، وهذا هو الذي أوقع فرويد وماركس وجان بول سارتر وأمثالهم من الفلاسفة والعلماء في ورطة المعاداة للدين، فمرادهم من الدين هو العقيدة وما يؤمن به الإنسان من أفكار وعقائد موروثية، ولكن

إذا قلنا أن الدين في حقيقته عبارة عن التجربة القلبية في الارتباط بالله تعالى. وقلنا أيضاً أن الله غير منفصل عن ذات الإنسان ووجدانه، بل هو الوجدان الاخلاقي في الفرد وانسانيته وروحه الحقيقية. فحينئذ ندرك جيداً أن مثل هؤلاء الكفار يتحركون في سلوكياتهم من موقع الايمان بالله وإن انكروه بأذهانهم. أي أنهم مؤمنون واقعاً من حيث ايمانهم بالانسانية ومواقفهم الخيرة تجاه الآخرين، بعكس من يؤمن بالله بعقله وفكره ولكنه يسلك في ممارساته مسلك الشر والأنانية والعدوان، فهو كافر في حقيقته وقلبه وإن آمن بفكره وعقله، والمعيار الاصل في الايمان وعدمه هو القلب والعواطف والسلوك فحسب. وكما ورد في الحديث الشريف: «وهل الدين إلا الحب»<sup>(11)</sup>.

### بين الأزمة النفسية والمرض النفسي

الحياة مليئة بالصعوبات والعقبات المادية والمعنوية، وعلى الإنسان أن يجد طريقه بين هذا الزخم من المشاكل بحيث يخرج منتصراً عليها، فلو واجهته عقبة ولم يجد لها حلاً مرضياً لنفسه ولا لمجتمعه، وصادف أن يكون طريق الإنسحاب والتراجع موصداً، فحينئذ يشعر بالأزمة النفسية، أي أن الأزمة النفسية عبارة عن: **«إنفعال شديد متواصل لا يجد الفرد مخرجاً للتخلص منه»**.

وهذا لا يعني بالضرورة المرض النفسي، فكل واحد منا يمرّ حتماً بأزمة أو أزمت نفسيّة حادة خلال تفاعله الاجتماعي طيلة حياته، إلا أنه يظل مثابراً ومتماسكاً في كيانه وشخصيته، ولكن إذا حدث أن انهار تحت ضغط الأزمة، واختل توازنه النفسي والعقلي، واستمر هذا الاختلال مدة طويلة، فحينئذ يقال أنه مريض نفسي، وليس

كل مرض نفسي وليد أزمة نفسية، إلا أن الأزمة تعتبر أحد أسباب المرض النفسي، وهناك أسباب أخرى أيضاً كلها تعود إلى اشتداد الصراع تارة بين النفس الأمانة والمطمئنة، وأخرى بين الأنا الفردية والأنا الاجتماعية، أو عدم قدرة الفرد على إرضاء دوافعه النفسية وغرائزه وعواطفه بالشكل المطلوب، أو إلى وجود العقد النفسية منذ الطفولة وغير ذلك.

### بين المرض النفسي والأخلاقي والعقلي

لا نجد في أمراض النفس التي يذكرها علماء الأخلاق المسلمون عيناً ولا أثراً في كتابات علماء النفس أمثال الحسد والجبن والبخل والطمع وما شاكل ذلك من الرذائل الأخلاقية، وكذلك لا نجد ثمّة كلام في كتب علمائنا عن أمراض العصر الحديث مثل القلق والهستيريا والكآبة المزمنة وما شاكل ذلك، إلا أن الطائفتين تشتركان في أن جميعها من أمراض النفس.

القرآن الكريم يطلق على الأمراض من النوع الأول **«أمراض القلب»** بينما يسميها علماء الأخلاق بالرذائل الأخلاقية، ولكي لا تختلط علينا الأسماء والمسميات نطلق على الأمراض الأخلاقية تبعاً للقرآن الكريم اسم **«الأمراض القلبية»** في مقابل **«الأمراض النفسية»** أو **«العصاب»** من القسم الثاني.

أمّا ما الفرق بينهما؟ ولماذا هذا البون الشاسع في مفردات المرض النفسي لكل من المدرسة الإسلامية والمدرسة الأرسية؟

أحد الفروق ما نلاحظه في سياق الآيات الكريمة التي تتحدث عن مرضى القلوب بلهجة موبّخة وعنيفة:

(فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ...) (12).

في حين أنّ المريض النفسي يعامل بالرفق ويتمنى له الشفاء، وما ذلك إلا لأنّ مريض القلب هو المسؤول عن توريث نفسه في هذا المرض بكامل حريته واختياره، ولذا يترتب على ذلك الذم والعقاب، بخلاف المريض النفسي الذي يكون مرضه عارضاً ووافداً عليه من مشاكل البيئة وظروف التربية القاسية أو الظروف الاقتصادية المتدنية، فيصاب بالعقد النفسية أو عصاب القلق والإضطراب وما شاكل ذلك، وهذا لا يعني رفع التقصير تماماً عن مرضى القسم الثاني، إلا أنه على العموم يكون ضحية الظروف القاسية.

الفرق الآخر: أنّ الأمراض القلبية غالباً ما تكون سبباً وعلّة للأمراض النفسية، فمثلاً عامل الحدة وفقدان السيطرة على الجوارح حال الغضب إذا أصبح ملكة ملازمة وتحول إلى مرض قلبي بإمكانه الإخلال بالعلاقات الاجتماعية وإحداث الشروخ في إطار الأسرة الواحدة والفشل على الصعيد الاجتماعي والإقتصادي، وقد يكون سبباً لمضاعفات نفسية من قبيل الكآبة والإضطراب أو الهستيريا وأمثال ذلك.

وبذلك يتضح الجواب عن السؤال الثاني وأنّ علماء الأخلاق انّما اهتموا بالدرجة الأولى بذكر الأمراض القلبية وعلاجها كيما تكون خطوة تمهيدية لعلاج سائر الأمراض النفسية، بعكس علماء النفس الذين اهتموا بعلاج القسم الثاني من الأمراض، لأنّهم أساساً لم يؤمنوا بضرورة الأخلاق، بل حاربوها بشدة مع محاربتهم للدين معتبرين الأخلاق جزءاً لا يتجزأ من تراث المسيحية والاعتقاد بالغيب، وعندما تمّ لهم القضاء على الدين والأخلاق، أو تحجيمهما في الكنيسة ودور العبادة تراءى لهم بعد فترة ضباب الأمراض النفسية كالسحاب المركوم، وبدت لهم سؤاتهم فطفقوا يخصفون عليها من أوراق أفكارهم وتحليلاتهم النفسية ولات حين مناص.

ولو أنهم أخذوا من المسيحية أخلاقها على الأقل لما وصل بهم الأمر إلى هذا الحال، لأنها أخلاق عقلية ذات جذور يونانية، ولا ربط لها بأعمال أرباب الكنيسة وظلمهم وتحجرهم. ولذا نجد الأمراض النفسية في زيادة مطردة في المجتمعات الغربية، وهي في أمريكا أضعاف ما عليه في أوروبا، فالإحصائيات تشير إلى وجود 10 - 11% من مجموع المرضى في أوروبا بشكل عام يعانون من أمراض نفسية، بينما يرتفع الرقم إلى 30% في أمريكا. وبعبارة أخرى: فإن علماء النفس باطراحهم الدين والأخلاق أهملوا بعدين من أبعاد النفس الإنسانية، وهما بعدها الاجتماعي وبعدها الروحي - (أي ما يرتبط بغريزة العبادة والاتصال بالغيب)، وركّزوا أبحاثهم على جانب واحد من الجوانب الثلاثة وهو النفس الفردية، في حين أنّ هذه النفس لا تمثل إلاّ بُعداً واحداً من أبعاد النفس الإنسانية وتعتبر قشرة للنفس الحقيقية.

أما **الأمراض العقلية**: «بسيكوزا» فتنقسم بدورها إلى قسمين:

أحدهما: الأمراض العقلية العضوية، وهي الناتجة من عوامل جسمية وخلل في الألياف الدماغية أو شبكة الأعصاب أو اضطراب في افرازات الغدد من الهرمونات، وتسمى بالجنون العضوي مثل جنون المخدرات وجنون الشيخوخة والجنون الحاصل من تلف الأنسجة الدماغية. والقسم الآخر يعود إلى عدم تحمل المصاب لضغوط المحيط الشديدة وعدم نجاحه في توفيق نفسه مع البيئة وهو الجنون العصابي، أو «الذهان» ويظهر بصورة اختلال شديد في القوى العقلية والإدراكية وإضطراب بارز في التفاعل مع الآخرين تجعل المريض عاجزاً عن تدبير شؤونه لوحده وفقدانه للقدرة على التمييز بين مشاعره وأحاسيسه تجاه الأفراد والأشياء الخارجية، فيرى

المحيط بغير ما يراه الناس، ويتكلم مع أشخاص وهميين وكأنه يراهم ويلمسهم، ولهذا السبب يصعب على الآخرين وحتى الأطباء تفهم دوافع الشخص الذهاني ورغباته لجهلهم التام بالمحيط الذي يعيش فيه.

وتختلف هذه الأمراض الذهانية باختلاف درجتها وأسبابها، فمنها **ذهان الفصام، والذهان الدوري،** وأدنى درجة منه هو **الحمق والسفه.**

والفرق بين **«الذهان»** و**«العصاب»** مع أنّ كليهما له أسباب نفسية - أنّ العصاب أو المرض النفسي يشكو الفرد معه من اضطراب في السلوك مع الحفاظ على قواه العقلية سالمة، والذهان هو حدوث إرتباك في الجهاز العقلي للمصاب.

وبما أنّ المرضى الذهانيين بحاجة إلى رعاية خاصة من قبل أطباء متخصصين، لذا لا نتعرض في دراستنا هذه إلاّ للأمراض القلبية والنفسية فحسب.

\* \* \*

### العوامل المساعدة على الإصابة بالأمراض النفسية:

بما أنّ جوانب النفس الإنسانية متشعبة وذات مراتب وأبعاد متكثرة، وكل إنسان له ظروفه وبيئته وثقافته الخاصة، لذا من العسير حصر أسباب المرض بعدد معين، بل قد تجتمع لتكوين المرض النفسي عدّة أسباب متظافرة، إلاّ أنّنا نشير بشكل إجمالي إلى مجموعة من الأطر تتضمّن بعض العوامل المساعدة للإصابة بالمرض النفسي:

#### 1. عوامل اجتماعية:

وتشمل مختلف المثبطات لشخصية الإنسان في تفاعله السلبي مع الآخرين منذ عهد الطفولة من التربية القاسية والاحتقار والطرده والحرمان، إلى مرحلة

المراهقة والرشد التي تتمثل في ضغوط اجتماعية غير طبيعية كالحكومة الجائرة التي تعاقب الأفراد ظلماً وجوراً، أو ثقافة المجتمع الطبقية والعنصرية حيث يقع أفراد الطبقة الدنيا ضحية عقدة الحقارة وشهوة الإنتقام، وتصاب الطبقة المستعلية بالعجب والتكبر والغرور، أو يتعرض الفرد لفضيحة اجتماعية تجعله منطوياً على نفسه ومنجحراً في بيته لا يحب الأضواء ولا الإختلاط مع الناس، أو يجرد من عنوان كان يتقن به في معاشرته، كأن يكون وزيراً أو رئيساً لشركة أو بطلاً رياضياً فيقوم المجتمع بسلب هذا العنوان منه بتهمة الإرتشاء، أو يبرز من هو أقدر منه وينتزع منه ذلك العنوان، كل هذه وأمثالها بإمكانها إيجاد صدمة نفسية قاسية للفرد يصاب على أثرها بالعصاب.

## 2 . عوامل ذاتية:

وهي أشد تأثيراً من سائر العوامل الأخرى وخاصة في الأمراض القلبية، والعوامل الذاتية عبارة عن جهل الفرد لمطالب نفسه الأمانة والحقيقية، فيرخي العنان للنفس الأمانة ويظلّ يدور حول محور الأنا الفردية والأهواء، ويتغافل عن حاجات الروح والنفس الحقيقية ورغبتها في الإتصال بعالم الغيب والتحلي بفضائل الأخلاق ومكارم الصفات الإنسانية، فيغلب عليه حبّ الدنيا والذات والأنانية الضيقة التي تكون منشأ للكثير من الأمراض الأخرى، ولذلك يعدّ العرفاء هذا العامل وهو تسليط النفس الأمانة ونشر سيطرتها على شخصية الإنسان أصل الأمراض النفسية والأخلاق الرذيلة.

## 3 . عوامل جسدية:

فالمصاب بعاهة جسدية يكون أقرب الناس للمرض النفسي، وخاصة في المجتمعات التي تحكمها القيم

الظاهرية والمادية، ونفس هذه العاهة تكون سبباً لشعوره بالحقارة، وقد تتحول إلى حالة عدوانية فيما إذا لاحظ التفاعل السلبي من قبل الآخرين تجاهه، المرأة التي لا تنجب قد تصاب بالعصاب تحت ضغط غريزة الأمومة، بل قد تصاب بالذهان أيضاً، فتتصور لعب الأطفال أطفالاً حقيقيين لها وتمارس معها دور الأم الحنون، وكذلك المرأة العازبة إذا مرّت عليها أعوام ولم تحظ بزواج مناسب، فتواجه ضغوطاً من جميع الجهات قد يؤدي بها إلى العصاب أو الذهان، حيث تشترك الحاجة إلى الجنس وغريزة الأمومة والحاجة إلى الاستقلال عن الوالدين والتخلص من سيطرة وحماية الأسرة ونظرات الرثاء والترحم من قبل قريباتها وزميلاتها المتزوجات وغيرها في توجيه الضغوط النفسية الشديدة عليها تكفي لإحداث الاضطراب النفسي المستمر وبالتالي العصاب.

#### 4 . عوامل وراثية:

العامل الوراثي قد لا يعتبر سبباً تاماً للمرض النفسي، إلا أنه لا شك في أنه من العوامل المساعدة جداً لتقبّل المرض، فقد لوحظ أنّ أكثر المبتلين بالوسواس لهم جذور وراثية بشكل أو بآخر، والكثير من الصفات الأخلاقية بما في ذلك السلبية منها تنتقل بطريق الوراثة، فالحدة في المزاج مثلاً كثيراً ما تكون موروثية، وكذلك الطمع والبخل وغيرها من الخلال السلبية، كما يحدثنا الإمام الصادق (عليه السلام) عن هذا العامل بقوله - مشيراً إلى بعض الأقوام: **«لا تزوجوا إليهم، فإنّ لهم عرقاً يدعو إلى عدم الوفاء»** (13).

## 5 . عوامل وهمية:

وهذه العوامل على ارتباط وثيق بالعوامل الذاتية والاجتماعية وكيفية تصورات الفرد عن نفسه وعن الآخرين، وغالباً ما تكون من إichاءات النفس الأمارة، فمثلاً يرى بعد الشقة بين شخصيته الفعلية وبين ما يطمح أن يكون، أي شخصيته المثالية، كأن يطمح أن يكون زعيماً يتحدث به التاريخ، أو نجماً سينمائياً يتهافت العشاق على نيل إمضائه، أو عالماً عبقرياً يقلب النظريات العلمية رأساً على عقب وهكذا، ثم يرى حاله الفعلي وإذا هو أدنى من الحد الأدنى، فيصاب بالإحباط والخيبة واليأس المرير والانطوائية وعدم التفاعل الإيجابي مع قدراته وقابلياته الموجودة، ولا يستغل الفرص المتاحة له للنهوض وإكمال المسار.

## دور التطور المادي والحضاري:

وقد يذكر عامل آخر من العوامل المساعدة والموجدة للعصاب، وهو الرقي الثقافي والتطور المادي في المجتمعات، فقد أورد الأخصائيون في تحليلاتهم هذا العامل لما أفرزت مشاهداتهم ودراساتهم للمجتمعات البدائية والقروية أنها أقل إصابة وتعرضاً للأمراض النفسية، بينما تزداد النسبة كلما توجه المجتمع نحو التمدن والحضارة، وهذه الملاحظة ملموسة ومشاهدة لكل من تأمل في حياة القرويين وحياة أهل المدن وخاصة الكبيرة منها.

إلا أن الحقيقة أن عامل التطور التقني وتوسع ثقافة الفرد يمكن جعله عاملاً لمرض النفسي بالعرض لا بالذات، أي أن الحياة الريفية حياة مشتركة واجتماعية أكثر من المدن لحاجة بعضهم إلى البعض الآخر حاجة ماسة، فلذا نجد عدة أسر تعيش في دار واحدة كبيرة ويأكلون على مائدة واحدة مما يقوي فيهم

الروح الاجتماعية ويتم إشباع البعد الاجتماعي في الفرد بما له من آثار إيجابية على حسن الأخلاق وتعميق الروابط الأسرية.

ولكن لانجد هذا المعنى في سگان المدن وخاصة في المجتمعات الغربية، فكلّ يذهب لحال سبيله ومنشغل بما يعنيه شخصياً، وحتى أنّه لا يجد ضرورة إلى البيت، فالرجل لا يجد ضرورة لتمسّكه بزوجته لعدم الحاجة إليها في المأكل والممارسة الجنسية لتوفر البدائل في المدينة كالمطاعم الكثيرة والنساء كذلك، والمرأة بدورها لها عمل ووظيفة تدرّ عليها راتباً شهرياً، فلا تجد حياتها متعلقة بزوجها كما هو الحال في الأرياف.

ثمّ إنّ ظاهرة العمل الدؤوب في الأرياف نساءً ورجالاً وصبياناً تخفف كثيراً من الضغط النفسي، ومن المعلوم أنّ العمل المستمر من شأنه تصريف الطاقة الزائدة، ومنعها من التراكم، فيعود الرجل إلى البيت متعباً جسدياً، إلّا أنه منبسط روحياً، وليس كذلك الحياة في المدن، مضافاً إلى أنّ الثقافة الغربية القائمة على أساس الفردية وإنكار الروابط والقيم الأخلاقية قد وجدت طريقها إلى مجتمعاتنا من خلال التقدم المادي والتطور العلمي، وإلّا فنفس التقدم والتطور لا شأن له بالأمراض النفسية من قريب أو بعيد إلّا بالعناوين الثانوية وبالعرض كما ذكرنا.

\*

\*

\*

### مبادئ الصحة النفسية:

في عملية تحقيق شامل للمتون الإسلامية وغربلة فاحصة لكتابات علماء الأخلاق والحكماء المسلمين في ما يرتبط بمبادئ الصحة النفسية بشكل عام نلاحظ المبادئ التالية:

## المبدأ الأول: الوقاية من المرض

المبدأ الصحي المعروف «الوقاية خير من العلاج» يتحقق أيضاً في موارد الأمراض النفسية، إذ أنّ الشريعة المقدسة اهتمت بالدرجة الأولى في مكافحة الأمراض النفسية بإزالة موضوعها، وتثبيت أسس ومقومات الصحة النفسية والمواظبة على عدم إبتلاء الأفراد بالأمراض النفسية والقلبية، ومن ذلك يقول أستاذ علماء الأخلاق «مسكويه» - (ت 421 هـ) : - :

«لما كان طب الأبدان ينقسم بالقسمة الأولى إلى قسمين: أحدهما حفظ صحتها إذا كانت حاضرة، والآخر ردّها إليه إذا كانت غائبة، وجب أن نقسم طبّ النفوس هذه القسمة بعينها، فنردّها إذا كانت غائبة، ونتقدم في حفظ صحتها إذا كانت حاضرة ..»<sup>(14)</sup>.

ثم يستعرض «مسكويه» بعض المبادئ لحفظ الصحة النفسية قبل الإصابة بالمرض والإلتزام النظري والعملية بهذه المبادئ:

«وينبغي لحافظ الصحة على نفسه أن لا يحرك قوته الشهوانية وقوته الغضبية بتذكّر ما أصاب منهما فوجد لذته، بل يتركهما حتى يتحركا بأنفسهما .. وذلك أنّ خالقنا عزّوجلّ رتب لنا هذه القوى بتدبيره وتقديره، وكل من خالفه وعدل عنه فهو أعظم جائر على ذاته وأكبر ظالم لنفسه .. فمن عرض له مثل هذا فيجب أن يضع لنفسه عقوبات يقابل بها أمثال هذه الذنوب .. ويجب على حافظ الصحة على نفسه أن يتشبه بالملوك الموصوفين بالحزم، فانهم يستعدون للأعداء بالعدة والعتاد والتحصن قبل هجوم العدو... ويطلب عيوب نفسه باستقصاء شديد ..»<sup>(15)</sup>.

14 - تهذيب الأخلاق، مسكويه، ص 152.

15 - نفس المصدر، ص 157 - 160.

وخلاصة ما ذكر في كتابه القيم من مبادئ الوقاية النفسية من المرض التي يجب على الفرد مراعاتها:

- 1 - استخدام القوى البدنية والنفسية في ما خلقت له فحسب، ويتجنب إثارتها.
- 2 - وضع العقوبات التأديبية على المخالفة.
- 3 - الاستعداد للعدو المتمثل بالشره والغضب وسائر ما يزيل الإنسان عن إطار الفضيلة.
- 4 - محاسبة النفس وطلب عيوبها لإصلاحها قبل استفحالها.

ثم إن ما ورد في الشريعة من الواجبات والمحرمات والإرشادات الأخلاقية كلّها تصبّ في هذا المجال. هذا، وقد تبين من مدلول الصحة النفسية أنّها تعني التعادل بين أركان النفس الإنسانية الثلاثة، وهي أنا الفردي والاجتماعي والإلهي، أي تحكيم الروابط بين الأبعاد الثلاثة، البعد الشخصي والاجتماعي والغيبى، فالشريعة المقدسة باهتمامها بهذه الأبعاد الثلاثة أجمع أوصدت الطريق أمام كل مرض وانحراف فيما لو راعى الفرد هذه الأبعاد الثلاثة بدقّة، ولم تصل النوبة إلى أن تجوع غريزة على حساب غريزة أخرى، ثم تتفاقم الأمور إلى أن تصل إلى مرحلة الأزمة النفسية والعصاب.

## الثاني: تصحيح المفاهيم والافكار

إنّ من الفروق المهمة بين الأمراض النفسية والجسمية، أنّ النفسية منها لا تحدث في الغالب إلا من خلال أسلوب تفكير الإنسان ودرجة وعيه بالمشكلة، أي أنّها تمرّ عبر قناة التصوير الثقافي للفرد عن المشكل، مثلاً: العامل الاقتصادي كالفقر لا يتحول إلى أزمة نفسية إلا بعد تصور الفرد بأنّ ما عنده ليس شيئاً مقابل الأثرياء، فلو كان الناس جميعاً فقراء، أو قنع الفرد بما لديه انحلت المشكلة، وليس كذلك الأمراض

الجسمية، فأنها غير نابعة لتصور الإنسان وطريقة تفكيره، لأنّ المكروب إذا تمكّن في البدن خلف آثاره السلبية عليه سواء علم بذلك الإنسان أو لم يعلم. ومن ذلك نجد أنّ الشريعة المقدسة اهتمت أيضاً بتصحيح فكر الإنسان وأسلوب تفاعله مع المجتمع وتقويم المفاهيم التي يحملها عن الحياة، فالفقر لا يعني النقص، بل هو شعار الصالحين، والثراء غالباً ما يكون بلاءً أو ابتلاءً من الله للإنسان، وكذلك الصحة والجمال والمنزلة الاجتماعية وما شاكل ذلك، والرضا بما قسم الله تعالى لعباده درجة الأولياء ومن علامات الإيمان، وبذلك توصل الباب الثاني لورود الأمراض النفسية.

وبتفصيل أكثر، إنّ الشريعة المقدسة لم تعتبر جميع الدوافع والرغبات في الإنسان دوافع ورغبات مشروعة ولا بدّ من إشباعها، بل أوضحت لنا بأنّ من الدوافع ما يكون مشروعاً ومباحاً وعلى الفرد أن يسعى لإرضاء مثل هذه الدوافع كالحاجات البدنية (الحاجة إلى الغذاء والهواء والنوم والجنس واللعب...) والحاجات المعنوية (كالحاجة إلى العبادة وطلب العلم وخدمة المحتاجين و...).

وهناك من الدوافع ما يكون من تسويات النفس الأمارّة، وهي الدوافع الوهمية كحبّ الدنيا والأنانية، وتوكيد الذات، والتغلّب على الأقران، والتفوق الظاهري في المجالات الاجتماعية وغير ذلك مما يعتبر من الحاجات الحقيقية في نظر علماء النفس، ومعلوم أنّ السير وراء سراب هذه الدوافع لإرضائها يؤدي حتماً إلى المواجهة مع الآخرين من جهة، ومن جهة أخرى يستحيل إرضاؤها تماماً، لأنها نسبية، فكل ثري يوجد من هو أثرى منه، وكل قوي هناك من هو أقوى منه، وهكذا يظل الإنسان في دوامة الصراع مع المحيط، وهو في الحقيقة إنّما يصارع مع نفسه، أي أنّ الصراع يكون في أعماق

نفسه وتصوراته وطموحاته الوهمية، وهذا أحد الأسباب المهمة، بل هو السبب الأقوى في حدوث الأمراض النفسية والعقلية.

بينما إذا أصلح الإنسان تصوراته، وميَّز الدافع الحقيقي من الوهمي، أمكنه تجنُّب الكثير من ألوان الصراعات النفسية والاهتمام بالحقيقي منها وإرضائه دون الوهمي، والقرآن الكريم يحدثنا كثيراً عن هذه الدوافع الوهمية، ويشير بأنَّ الشيطان أو النفس الأمارة زينَّت للإنسان بعض الأمور بحيث ظنَّ أنَّها من الدوافع الحقيقية، فيقول مثلاً:

(زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبَّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالبَنِينَ) (16).

وكذلك قوله تعالى:

(إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَإِنْ تَوَمَّنُوا وَتَتَّقُوا يُؤْتِكُمْ أُجُورَكُمْ وَلَا يَسْأَلُكُمْ أَمْوَالَكُمْ). (17)

فهو من ناحية يعترف بهذه الحاجات النفسية، إلا أنه يرشد الإنسان إلى أنَّها مؤقتة ولا ينبغي له طلبها وإرضاءها، لأنَّها سراب وهم، وعليه الإهتمام بالدوافع والحاجات الروحية الباقية، أي الحاجات الأخروية، أو ما يكون طريقاً للحاجات الروحية، كالغرائز البدنية المشروعة، أما ما عدا ذلك فهو وهم وإتلاف للطاقات والعمر ومنشأ النزاعات والصراعات.

### الثالث: المجتمع الصالح والحكومة العادلة

إنَّ بعض الأمراض النفسية توجد على الرغم من إرادة الفرد، بأن تكون تربوية المنشأ، أو معلولة للظروف الاجتماعية القاسية، كالظلم الذي يحيق بالفرد سواءً من عهد الطفولة، أي من الأبوين، أو من المجتمع سيما إذا كانت تحكمه حكومة جائرة، كالذي نشاهده في شعوب

---

16 – سورة آل عمران: الآية 14.

17 – سورة محمد (صلى الله عليه وآله وسلم): الآية 36.

العالم الثالث من سيطرة ثلّة ظالمة على مقدرات الأمة، وتلاعبها بمصير الشعب، فالغالب على أفراد هذه الشعوب هو إصابتهم بأمراض نفسية مختلفة من الشعور بالذلة والمهانة، وعدم الإعتماد على النفس والكآبة المزمّنة، والقلق من المستقبل المجهول، والحدّة في المزاج وامثال ذلك.

ومن أجل ذلك اهتم الإسلام إهتماماً بالغاً بأمرين: التربية الصالحة والحكومة الإسلامية، ولعلّ إهتمامه بتشديد الحكومة الإسلامية العادلة أكثر من إهتمامه بتربية الطفل بكثير، وذلك من خلال الآيات الشريفة الداعية إلى ضرورة تشكيل الحكومة العادلة والإهتمام بإنشاء المجتمع القائم على القسط والعدل، بل إنّ القرآن الكريم يصرّح أنّ ذلك هو الهدف من بعث الأنبياء والرسول (عليهم السلام):

**(لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ) (18).**

فمن الصعوبة بمراتب تهذيب الإنسان نفسه وتربية أطفاله تربية صالحة وسليمة في بيئة منحرفة ومجتمع قائم على الظلم والجور حتى وإن كان في بلد مسلم.

### **الرابع: القدوة الصالحة**

تقدم أن من امتيازات الإسلام على غيره من المذاهب الارضية والاديان السماوية هو أنه يرسم للناس القدوة الصالحة في دائرة الصحة النفسية ويقول للإنسان: إذا أردت أن تتمتع بصحة نفسية فعليك أن تسعى لتكون مثل هؤلاء، أي الانبياء والاولياء. ولا يكتفي في مقام التربية الراشدة بالتنظير واعطاء الاطروحات واصدار التعليمات من دون أن يشفعه بمصداق جلي للشخصية الكاملة والسليمة.

أما الأديان والمذاهب الأخرى فتفتقد إلى هذا المعيار العملي المهم في مجال السلامة النفسية، فالمذاهب الغربية ومدارس علم النفس بالاضافة إلى افتقادها المعيار المتجسد للسلامة النفسية على أرض الواقع الخارجي، فهي متضاربة فيما بينها في تحديد المعيار النظري أيضاً، فلا تكاد تجد مدرستين من هذه المدارس تتفق على الأصول والمبادئ الأساسية للشخصية السليمة.

الدين المسيحي بدوره يفتقد القدوة البشرية الصالحة بعد أن رفع أرباب الكنيسة مقام عيسى من مقامه البشري إلى مقام الألوهية. وبعكس هذا التصعيد لمقام النبي نجد اليهودية أنزلت مقام الأنبياء إلى أسفل درجة في سلم الأخلاق الانسانية، وتحدثت التوراة عن الأنبياء بلغة الادانة والاثام بارتكاب الفحشاء والمنكر كما في اثم داود وسليمان..

وعلى أية حال فوجود القدوة البشرية والمعيار المتجسد للسلامة النفسية لا يعتبر أحد مبادئ السلامة النفسية إلى جانب المبادئ الثلاثة المتقدمة. بل يمكن أن يكون ميزاناً تجريبياً لتشخيص دور هذه المبادئ على مستوى التطبيق والممارسة، فنتعرف على سلامة نفوسنا وصحة سلوكياتنا في حركة الواقع الاجتماعي من خلال تطبيق هذه السلوكيات على سيرة الأنبياء والأولياء الذين جعلهم القرآن الكريم قدوة واسوة للبشرية على اختلاف أفراد البشر في المقام والثروة والعرق والجنس..

وعلى سبيل المثال استعرض القرآن سيرة ملك من الملوك وهو ذو القرنين، واعتبر سيرته قدوة لسائر الملوك والحكام في طريقة الحكم وتحقيق العدالة ونصرة المستضعفين وعدم التكبر والغرور وما إلى ذلك من الأعمال والسلوكيات، التي تحكي عن سلامة النفس في

هذا الملك، وكذلك جعل القرآن للنساء اسوة بمريم بنت عمران وآسياه زوجة فرعون. والاسوة الجامعة لجميع المراتب والانماط البشرية هو النبي الاكرم (صلى الله عليه وآله وسلم) في دائرة الاخلاق، والحكومة، والاسرة، وقيادة الجيش، والتعامل مع الاعداء، والعبادة، وتهذيب النفس وامثال ذلك.

ومع مراعاة هذه المبادي الاربعة الإسلامية لوقاية الفرد من الأزمات النفسية ينذر حدوث المرض النفسي، وإذا ما حدث على سبيل الفرض فإنّ الشرع المقدس له طريقه الخاصة بالعلاج النفسي كما سوف يأتي.

ولا يخفى أنّ هذه المبادي الأربعة للصحة النفسية إنّما تكون مؤثرة في منع حدوث المرض إذا كانت مجتمعة ومتكاتفه، فلو فرضنا عدم توفر واحد منها، لكان الفرد في معرض الإصابة بالمرض، بل من البعيد أن يبقى محافظاً على صحته النفسية مدة طويلة.

فمثلاً في صورة عدم توفر المبدأ الأول، وهو إقامة التعادل والتوازن بين الأبعاد الثلاثة في الإنسان، كأن ترك الفرد الاهتمام بالجانب الغيبي والبعد الإلهي فيه، وأكبّ على توثيق الرابطة بين البعد الفردي والاجتماعي فقط، فماذا يصنع مع عطش غريزة العبادة، وحب الخلود، والاتكال على القوة الغيبية لجبران ضعفه الذاتي وإنقاذه من ورطات الحياة؟

واقعية الموت وأنّ الإنسان سوف يستحيل بعد كل هذا التعب والعناء إلى تراب ويكون نسياً منسياً يثير في الإنسان الرعب والوحشة والقلق وخاصة على أعتاب الشيخوخة، فما الذي يغرس في قلبه السكينة غير الإيمان بالآخرة والحياة الباقية؟

ثم مع غياب هذا البعد عن مسرح الحياة الشخصية لا يبقى معنىً للالتزام الأخلاقي والمحافظة على الثوابت الإنسانية والوجدانية في عملية تفاعل الفرد مع

الآخرين، فيكون ذلك سبباً لهدم البعد الثاني في النفس وهو البعد الاجتماعي، فيبقى الفرد بعدها يعيش ببعد واحد وهو البعد الفردي منه، أي يدور حول محور الأنانية والفرديّة البغيضة.

ولو افترضنا غياب المبدأ الثاني من المبادي المذكورة، وهو سلامة المفاهيم والتصورات الذهنية في الفرد عن نفسه ومجتمعه، بأن اختلط عليه الأمر، فتصور ما ليس بغاية غاية وما ليس بحاجة حاجة، أي أنه اشتغل بإرضاء حاجات وهمية بدل الحقيقية وهو يتصور أنها حاجات ضرورية وواقعية، فحاله حال من يشرب ماء البحر ليروي عطشه فلا يزداد بذلك إلا ظمأً، وكالمعتاد على المخدرات لا يزداد بمرور الأيام إلا هزالاً ونحافة، فكذلك شأن من يعدو خلف سراب العناوين البراقة أمثال طلب الرياسة والفخر والثراء الفاحش وسائر تسويلات النفس الأمارّة، فكيف نطمأن إلى سلامة إنسان ترك حاجاته الحقيقية وتلهى بإرضاء حاجاته الوهمية التي لا تزداد بسقيها إلا عطشاً؟ ويشبه العرفاء حال هذه النفس مع حاجاتها الوهمية بحال جهنم: **(يَوْمَ نَقُولُ لِجَهَنَّمَ هَلِ امْتَلَأْتِ فَتَقُولُ هَلْ مِنْ مَزِيدٍ)** <sup>(19)</sup> بل قيل إنها هي جهنم بعينها.

ويضرب «مسكويه» مثلاً لذلك بالملك الظاهري حيث إن أكثر الناس يعدّونه كمالاً واقعياً للإنسان، فيقول: «ولعلّ من يرى ظاهر الملوك من الأسرة والفرش والزينة والأثاث، ويشاهدهم في مواكبهم محفوفين محشودين، بين أيديهم الجنائب والمراكب والخدم والحجاب والحشم، يروعه ذلك، فيظنّ أنهم مسرورون بما يراه لهم! لا والذي خلقهم وكفانا شغلهم إنهم لفي هذه الأحوال ذاهلون عما يراه العبيد لهم، مشغولون بالأفكار التي تعتورهم وتعتريهم في ما حكيناها من

ضروراتهم، وقد جربنا ذلك في اليسير مما ملكناه، فدلنا على الكثير مما وصفناه، ولعلّ بعض من يصل إلى الملك أو السلطان فالتدّ في مبدأ أمره مدّة يسيرة جداً، بمقدار ما يتمكن منه وتفتح عينه فيه، ولكنه بعد ذلك يصير جميع ما ملكه كالشيء الطبيعي له، لا يلتدّ به ولا يفكر فيه ويمدّ عينه إلى ما لا يملكه ..» (20).

أمّا مع غياب المبدأ الثالث وتوفر المبدئين السابقين، يعني أن يكون الفرد مؤمناً أولاً، ومتفهماً لدوافعه الحقيقية والوهمية منها، إلّا أنه يعيش في مجتمع منحرف و ظالم، فذلك لا يؤمن معه بقاؤه سالمًا على المدى الطويل، وخاصة إذا أدخل السجن بدون ذنب لسنوات عديدة، وذاق ويلات التعذيب الجسدي والنفسي على أيدي جلّاديه كما هو السائد في البلدان الإسلامية ذات الحكومة الجائرة والمستبدة.

وحتى لو أمن على نفسه من السجن المقيت، فكيف يأمن على نفسه من الانجراف وراء الشهوات، وكل ما في المجتمع يدعوه للمنكر والإثم من الخمر والفجور والمناظر الخليعة حيث الشهوات رخيصة والفضائل غالية؟ ففي هذه الحالة أيضاً يكون الفرد على أعتاب التورط بالآثام والقبائح مما يثير حفيظة وجدانه وروحه المؤمنة، فينشب الصراع النفسي المتواصل ويكون مقدمة لحدوث الأزمة.

ولعلّ ما يجمع هذه المبادي الثلاثة في القرآن الكريم هي سورة العصر، فإنّها تؤكد على أنّ الإنسان سوف يكون خاسراً ما لم يأخذ بالمبادي الثلاثة وهي قوله تعالى:

(إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ، إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ) (21).

فالإيمان بالله تعالى والآخرة هو إشارة إلى ضرورة الاهتمام بالجانب الغيبي والبعد الديني لإقامة التعادل بين متطلبات الجسد والروح، والعمل الصالح لا شك يقوم على أساس ارضاء الدوافع الحقيقية في الفرد، و لا يشمل الدوافع الوهمية وأعمال النفس الأمارة، والتواصي بالحق والصبر هو أن يكون الإنسان في جماعة مؤمنة يتفاعل معها بالحق والصبر، وما خلا هذه الثلاثة فالإنسان يتعرض للخسران حتماً، وأول ما يخسر من الأمور هو نفسه (إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسَرُوا أَنْفُسَهُمْ وَأَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ) (22) وبداية خسران النفس هو المرض النفسي والقلبي.

ومع ذلك فالشريعة المقدسة وضعت في نظر الاعتبار حدوث مثل هذه الموانع والعوائق، فلذا اهتمت أيضاً بوضع العلاجات للأمراض النفسية والقلبية بعد تورط الفرد في شباكها، كما سيأتي في فصل علاج الأمراض النفسية.

### أنواع الأمراض النفسية والقلبية

فيما يلي نستعرض أهم الأمراض النفسية التي ذكرها علماء النفس وحاولوا معالجتها وهي: القلق، والكآبة، والتسلط القهري «الوسواس»، والهستيريا، والشعور بالحقارة، والسايكوباتية وموقف المدرسة الإسلامية منها.

وكذلك نستعرض جملة من الأمراض القلبية التي ذكرها علماء الأخلاق ووسائل علاجها وموقف الشريعة المقدسة

---

21 – سورة العصر: الآية 2 و 3.

22 – سورة الشورى: الآية 45.

بالنسبة لكل واحد منها، وأهمها: النفاق، الحسد، حبّ  
الدنيا، العجب، التكبر.

\*

\*

\*

## الفصل الثاني

### الأمراض النفسية

■ 1 . القلق والاضطراب

■ 2 . الكآبة

■ 3 . الوسواس «التسلط القهري»

■ 4 . الهستيريا.

■ 5 . عقد الحقارة

■ 6 . السايكوباثية



## 1 - القلق والاضطراب

«الخوف» «القلق» «الاضطراب» ثلاث مفردات متماثلة في المعنى ومرتبة طويلاً من حيث الاحساس النفسي، فالخوف هو أحد الانفعالات المهمة والايجابية في حياة الفرد ويلعب دوراً اساسياً في عملية انذار الفرد بالخطر كما هو الحال في الخوف الناشيء من رؤية سبع أو سيارة مسرعة، وكذلك الخوف من الفقر والمرض والعقوبة الدنيوية والاخروية وامثال، ذلك فالخوف في كل هذه الامور يلعب دوراً هاماً في حماية الفرد من الابتلاء بهذه البلايا والاطار ووقايته منها..

ولكن هذا الانفعال الطبيعي قد يتحول إلى عقبة امام الإنسان فيما لو زاد عن حدّه وطغى على سلوك الفرد ليسطر على سائر الدوافع والغرائز البدنية والنفسية، وحينئذ يصاب الإنسان بمرض «القلق». فالمشكلة لا تتمثل في الخوف نفسه وعلى الإنسان أن لا يخاف، بل في سيطرة هذا الخوف على عقل الإنسان ومشاعره وسلوكياته. ولذلك قسّم علماء الاخلاق الخوف إلى: محمود ومذموم، فالخوف المحمود ما كان خوفاً من خطر حقيقي موجهها إلى حياة الإنسان المادية والمعنوية بأن يسلب الإنسان انسانيته كالخوف من المعصية وارتكاب القبائح كما في قوله تعالى:

(قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ ..) (23).

والخوف المذموم ما يحدث للإنسان بمثيرات وهمية ودنيوية بحيث يصدّه عن سلوك طريق الكمال المادي

والمعنوي، وبالتالي يحجزه عن تحصيل النفع له وللآخرين، وفي ذلك يقول تعالى:

**(انما ذلكم الشيطان يخوف أولياءه فلا تخافوهم وخافون إن كنتم مؤمنين) (24).**

أما «القلق» فهو حالة من الإنفعال المؤلم مع توقع الخطر من أمر غامض، ويشبه حالة الخوف، إلا أنه خوف متواصل فإذا كان إنفعالاً مؤقتاً وقابلاً للتحمل سمّي خوفاً.

وكما أنّ الخوف لدى علماء الاخلاق ينقسم إلى إيجابي وسلبي، أو محمود ومذموم، فكذلك القلق، فمنه ما هو إيجابي، ويوجد في جميع الأفراد بمقادير وكيفيات متفاوتة، ويميزه عن القلق السلبي أن له مردودات إيجابية من الحذر وبثّ الهمة وتحريك وسائل التصدي والردع لأي خطر يهدّد الشخصية، وعلاوة على ذلك يكفل تطوير الشخصية، ويزيد من قابلية الفرد على تحمل المسؤولية.

وكنموذج على القلق الإيجابي ما يحدث في نفوس الكاملين من الناس وهم الأنبياء والمرسلين(عليهم السلام) على مصير الأمة من بعدهم، أو مصير دعوتهم عند تكاتف قوى الشر على طمسها وإخمادها، فهو من القلق المفيد والضروري في حياة الإنسان، وآية ذلك أنه لم يحبط همّهم أو يعرقل مساعيهم في أداء وظيفتهم،..

وبشكل عام تتسم الشخصية القلقة - أعم من القلق الإيجابي والسلبي - بالحذر الشديد والدقة في العمل وتحاشي الأخطاء والهفوات، والإهتمام البالغ حتى في صغائر الأمور وذلك خوفاً من أن يحدث ما يعرقل أهدافه ويسبب له الفشل والمرض، ولذا فهو حريص على علاقاته الاجتماعية من أن يطرأ عليها الخلل أو يظهر لهم غير المتوقع منه، مخلصاً في عمله، أميناً في علاقاته، يحذر

كل ما من شأنه الخروج عن المقررات الاجتماعية والقيم السائدة .

أما «الاضطراب» فيختص بحالة القلق السلبي، وقد يبلغ القلق الحد الأعلى من الحالة النفسية فيسمى حينئذ بالاضطراب، ولكن السائد في أبحاث علماء النفس هو البحث عن كلا الحالتين في دائرة «القلق العصابي» وقد يفصل للاضطراب بحث مستقل باسم «الفرع» أو «الفوبيا».

وبما أنّ البحث ينصب على القلق العصابي، وهو السلبي الذي له آثار نفسية مخربة، فلذا نعطف الحديث إلى هذا اللون من القلق العصابي وبحث اعراضه وأسبابه وطرق علاجه .

\* \* \*

## أعراض المرض:

لعصاب القلق أعراض مختلفة باختلاف الأشخاص والأسباب وقدرة تحمل الفرد، فمنهم من تظهر عليه أعراض هذا المرض على شكل توتر وضيق في الصدر وصداع مضافاً إلى العصبية والحدة في المزاج، وآخرون يشكون من الاحتصار وسرعة الغضب والتعب والنسيان والأرق والخوف من أخطار وهمية وأمثال ذلك، وفي بعض الحالات تتفاقم الأزمة في نوبات القلق الحادة، فيظهر القلق باديأً على ملامح الوجه وحركات البدن، فلا يستقر له قرار، ولا يلزم حالة واحدة من الجلوس أو القيام أو الاستلقاء، ويبدو الإرتباك في كلامه والرعشة في أنامله ويلزمه صعوبة في التنفس وجفاف الحلق وتصبّب العرق.

وما يشترك فيه معظم المصابين بالقلق هو النظرة التشاؤمية للمستقبل، فإذا مرض توقع زيادة مرضه أو حدوث شلل في الأعضاء أو الموت، وإذا تزوج خاف من الفشل وظنّ الطلاق على الأبواب، والأم المصابة بهذا

المرض لا تكاد عينها تفارق أولادها وكأنها هي الحافظة لهم، وتكفي أول صرخة للطفل، أو ضياعه في الشارع لدقائق حتى تنتابها نوبة هستيرية.

أمّا في الأطفال فقد يشكون من عصاب القلق أكثر من الكبار وخاصة في الأسر المهلهلة والمتأزمة، ففيها أكثر من مصدر لإيجاد القلق في نفس الطفل من الحرمان من الحبّ والرضا والتقدير، أو إثارة الغيرة في نفسه من أخوته وأخواته، أو التهديد المستمر واستعمال الشدة على كل كبيرة وصغيرة، أو إثارة الخوف في نفسه من الحشرات والظلام والطبيب والحقن وما شاكل ذلك حيث تظهر أعراضه على شكل تلعثم في الكلام وإدراج إرادي وحركات غير مسؤولة وإضطراب في السلوك، إلا أنّ القلق في الطفولة سرعان ما يزول بنمو الطفل وبلوغه، وورود ميول ودوافع جديدة باستمرار مضافاً إلى سرعة الرشد العقلي وزيادة التجارب والإدراكات.

\* \* \*

## أهم النظريات في تصوير منشأ الاضطراب:

هناك عدّة نظريات في منشأ الاضطراب وأسبابه والعوامل المساعدة لإيجاده وتقويته، إلا أنّها ما زالت في حدود التخمين والحدس، لأنّ المفروض في هذا العصاب أن تكون أسبابه الواقعية مجهولة لصاحبه إلا ما ظهر منها، وبطبيعة الحال تختلف أساليب العلاج باختلاف الأسباب، ونحن نورد أهم ما ذكر في المنشأ لهذا العصاب:

### 1. نظرية مدرسة التحليل النفسي:

حيث تسند القلق إلى الكبت في سنوات الطفولة للربغبات الجنسية غالباً، وبما أنّ هذه الدوافع تبقى بعد عملية الكبت في عالم اللاشعور تتحين الفرصة

للظهور المجدّد، فالقلق يعني الخوف المستمر من ظهور هذه الدوافع المكبوتة إلى حيّز الوعي لتهيئة الفرد لاتخاذ ما يلزم لمقاومة الحالة الطارئة.

ومن الجدير بالذكر أن لفرويد تحليلين متباينين عن مصدر القلق في الشخص العصابي: أحدهما وهو المذكور آنفاً وقد تقدم به فرويد في عام (1905) وفيه يكون القلق نتيجة للكبت ومعلولاً له، ولكنه في عام (1925) قام بتعديل هذه النظرية واستنتج من خلال شواهد عديدة أن الاضطراب هو العلة للكبت، فالإنسان يقوم بكبت دوافعه الجنسية ليقضي على الاضطراب الحاصل في الأنا نتيجة ضغط الغريزة والحاحها على الفرد بالارضاء الغير المشروع. بينما كان الاضطراب في النظرية السابقة معلولاً لكبت الدوافع الغريزية وميل هذه الدوافع المكبوتة للظهور على مسرح الحياة مما يثير القلق في نفس الفرد.

وقد كان فرويد قد أجرى مشاهدات وتجارب على حالة طفل صغير باسم «هانس» وخلصها: «إن هانس وعمره (5) سنوات كان يخاف من الخيل إلى حدّ الذعر والهرب. وإذا سئل عن السبب أجاب بأنه يخاف أن تعضّه، وقد تبين بنتيجة التحليل النفسي الذي أجراه فرويد على الطفل أن هانس كان يكره والده كرهاً شديداً، وأنه كثيراً ما عبث بفكره التعدي على والده، غير أنه أدرك خطر هذه الرغبة لا من الناحية المعنوية، بل من الناحية المادية الجسمية. فقد كان هانس يشعر بأن قيامه بالتعدي على والده سيعود عليه بأذى أعظم بالنظر للفارق العظيم في قويتهما، ومن هذا الموقف تولّد صراع مؤلم مخيف في ذهن هانس، وكان من الطبيعي أن يحاول هانس الخلاص من فكرة التعدي على والده ليأمن من خوف أعظم، ومثل هذا الخلاص لا يأتي الا عن طريق الكبت. ولكي يكون من الممكن الابقاء على هذا الخوف

مكبوتاً فلا بد من ربط الشعور الناجم عن خوفه من والده (وهذا الشعور تجربة داخلية) بموضوع (خارجي) هو الحصان، وبهذا أصبح الحصان «رمزاً وبديلاً خارجياً» تتعلق به بعض مشاعر القلق والتي كان يثيرها والده بالذات في نفسه. ورأى فرويد في تبرير عملية الاستبدال هذه - أي بتحويل مصدر الخوف من موضوع «داخلي» هو الخوف من الأب إلى شيء «خارجي» هو الخوف من الحصان - أن الخوف من المصدر الجديد أقل ايلاماً وإزعاجاً للطفل، ذلك لأن خوف الطفل من والده حالة ملازمة للطفل ولا سبيل للهرب منها، أما الخوف من البديل - وهو الحصان - فبالامكان تجنبه بالهرب منه وهذا ما يحدث بالفعل في مرض الفوبيا - أي الفزع أو الاضطراب الشديد - «(25).

ويرى فرويد أن القلق على نوعين: قلق موضوعي، وقلق عصابي. والاول هو الخوف الناشئ من مصدر خارجي معروف للشخص، كالخوف من السقوط من المرتفع، أو السيارة المسرعة، أو الحية والعقرب وأمثال ذلك، أما القلق العصابي فمصدره غريزي، وينشأ من الصراع الداخلي بين قوة الغرائز (الهو) وقوة (الأنا الأعلى) الذي يمثل الدين والقيم الاخلاقية في المجتمع، وفي هذه الحالة يشتد الضغط على الأنا التي تسعى إلى التوافق بين تينك القوتين المتخاصمين، فتحسّ بالعجز والضعف وعدم قدرتها على ايجاد الوفاق المذكور فينتج من ذلك حالة القلق.

هذا ولكن مفهوم القلق عند العالم النفسي «كارل يونغ» - وهو من اقطاب مدرسة التحليل النفسي - أنه عبارة عن ردّ فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي. فالقلق

برأي يونغ إذن هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لا زالت باقية فيه من حياة الإنسان البدائية. وذلك لأن الإنسان يهتم عادة بتنظيم حياته على اسس معقولة منظمة، وظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي يعدّ تهديداً لوجوده، وتؤدي بالتالي إلى استثارة مشاعر القلق والخوف من ذاته، ولكن كيف تغزو الفرد هذه القوى من اللاشعور الجمعي؟

والاجابة على ذلك أن شعور الفرد في موقف مهدد لكيانه قد يجعله ينسى كل خبراته الحضارية وحصيلته الثقافية، ويرتد إلى بعض التصرفات اللامعقولة، فالانسان في حياته العادية المنظمة - مثلاً - لا يشعر بتأثير الاشباح. ولكنه إذا مرّ بجوار القبور في الليل فانه تنتابه مشاعر الخوف والقلق، لأنه قد حدث نوع من الغزو من محتويات اللاشعور الجمعي<sup>(26)</sup>.

أما «كارن هورناي» - وهي أيضاً من رموز مدرسة التحليل النفسي - فترى في القلق استجابة انفعالية لخطر يكون موجّهاً إلى المكونات الاساسية للشخصية والتي تمثل قيمة حيوية لديهم، فبالرغم من وجود قيم عامة يشترك فيها الافراد جميعاً كالحرية وحبّ الحياة وانجاب الاطفال وغيرها. إلا أن نظرة الشخص إلى ماله قيمة حيوية تختلف باختلاف ثقافات الافراد وبيئاتهم ومراحل نموهم، كما تختلف بين الذكور والاناث. ومن هذه القيم السمعة، والممتلكات، والمركز الاجتماعي والعلمي، والعلاقات العاطفية وغيرها.

ويصاحب القلق غالباً بعض التغييرات الفسيولوجية، وقد تعرّضت هورناي لهذه التغييرات في كتابها «طرائق جديدة في التحليل النفسي» بقولها: إن القلق مشكلة

معقدة بسبب صلتها الشديدة بالعمليات الفسيولوجية وغالباً مت تصحبه أعراض جسمية كخفقان القلب. وتصبب العرق، والاسهال وعسر الهضم.. وغيرها.

ولكن هورناي تختلف مع فرويد في المنشأ للقلق وتصوير كيفية الصراع النفسي المورث للقلق، حيث أن فرويد يرى أن الصراع هو نتيجة لضغط الحاجات الغريزية أمام المحرّمات الاجتماعية. بينما ترى هورناي أنه لو أخذنا بهذا الرأي يكون الفرد قد ولد مزوّداً بمجموعة من النزعات الغريزية تفرض عليه أن يعيش باستمرار في صراع دائم وتؤكد ذلك بقولها: إن الإنسان قد ولد وهناك تجانس بين عناصر نفسه بحيث يصبح قادراً على أن ينمي قدراته نمواً طبيعياً في علاقات موفقة سعيدة مع ما يحيط به، اما في حالة تعرض الفرد إلى ما يهدد شعوره بالأمن فانه يقوم في نفسه صراع، وتضطرب مكونات نفسه نتيجة لوجود مخاوف تسير في اتجاه معارض للاتجاه السوي، فتفسير هورناي للصراع لا يقتصر على الناحية الغريزية، بل يرتبط الصراع في نظرها بالحاجة للامان، وهي تنظر للشخصية الانسانية كوحدة متكاملة تعيش في عالم عدواني. كما أنها ترى أن هذا الصراع بين الدوافع الاولية وبين النواحي الاجتماعية صراع ثانوي بصراع اساسي، وهو ينشأ أثناء نمو العصاب وتكونه وينبع من حاجات عصابية لدى الفرد.

وتضيف هورناي أنه لتسهم الاتجاهات المتعارضة التي تتكون لدى الفرد نحو الآخرين لابد من الرجوع إلى مصادر القلق، إذ أن هناك علاقة وثيقة متبادلة بين القلق الاساسي وبين الصراع الاساسي.. فحين يتولد القلق الاساسي في نفس الطفل نتيجة لانعدام الدفء العاطفي في الاسرة، وأنواع التربية الخاطئة والتنافس والتعقيد الموجود بين البيئة والثقافة، كل هذا يؤدي

إلى شعوره بأنه كائن ضعيف تجاه الأشخاص الذين يحيطون به، ومن أجل ذلك يتلمس طرائق مختلفة للاستمرار في نموه وتطوره ويحاول أن يجد طرائق مقبولة للتعامل مع هذا العالم العنيف.

وبذلك تنمو لديه اتجاهات معينة تصبح جزءاً من شخصيته، وقد اطلقت هورناي على هذه الاتجاهات اسم «الاتجاهات العصابية» وتتمثل في ثلاث خطوط رئيسية يمكنه التحرك وفقها: فقد يتحرك نحو الناس (جلب المحبة)، أو ضدهم (التسلط). أو بعيداً عنهم (العزلة)، وفي كل هذه الاتجاهات هناك نوع من الشعور بالقلق العصابي. فحين يتحرك نحو الناس فإنه يتقبل عجزه ويحاول أن يكسب حبهم وأن يعتمد عليهم. وبهذه الطريقة فقط يمكنه أن يشعر بالأمن، فإذا كانت هنالك حفلة في الاسرة مثلاً حاول التقرب إلى الشخص القوي المرموق في الحفل، وعن طريق تقربه هذا واذعانه يحصل على الشعور بالتبعية والانتماء والمعونة مما يقابل شعوره بالضعف والعزلة والوحشة.

وحين يتحرك ضد الناس فإنه يسعى ليكون الاقوى فيهم بحيث يتغلب على الجميع لكي يحمي نفسه من جهة، وينتقم لها من جهة أخرى.

وعندما يتحرك بعيداً عن الناس فإنه لا يريد أن ينتسب للآخرين ولا أن يحاربهم ويعاديهم، بل يهّمه أن يكون بعيداً عنهم لأنهم لا يفهمونه. ويبني لنفسه عالماً خاصاً به عن طريق احلام اليقظة أو الانهماك في القراءة أو الاستماع إلى الموسيقى أو الشغف بالطبيعة ليحقق لنفسه الامن من المحيط الاجتماعي ويرتاح من القلق<sup>(27)</sup>.

## 2 . نظرية المدرسة السلوكية:

وتعتمد في الأصل على تجارب العالم الروسي «بافلوف» في الاستجابة الشرطية، وفحوى النظرية السلوكية أن مصدر القلق هو الخوف الغريزي للطفل من الاصوات العالية، أو خوف من السقوط من شاهق وغير ذلك. ثم إن المصدر الحقيقي للخوف يلفّه رداء النسيان ويبقى الشعور بالخوف من مصدر مجهول، وهذا هو الشعور بالقلق، ويمكن القول: إن الخوف الغريزي في الطفل من فقدان الحب أو الرعاية يتطور بمرور الزمن ويشد بتنوع مصادره وأشكاله حتى يستحيل إلى مرض القلق.

«وطسون» صاحب المدرسة السلوكية أول من حاول تفسير مرض القلق والاضطراب على هذا الأساس الشرطي وبشكل تجريبي وعلمي، وقد طبّق تجربته على طفل يتيم صغير في الشهر الحادي عشر من عمره يعرف باسم «البرت الصغير». فقد كان هذا الطفل يحب الجرازين البيضاء ويطلق اللعب معها إلى أن جاء وطسون بتجربته التطبّعية على هذا الطفل بالشكل التالي: كان وطسون يقف وراء الطفل وفي يديه قضيب من الحديد ومطرقة. فاذا قدمت الجرازين البيضاء إلى البرت، وعندما يهّم بمدّ يده لتناولها يطرق وطسون قضيب الحديد محدثاً صوتاً عالياً مفاجئاً، وبعد تكرار هذه العملية عدة مرات في مناسبات لاحقة لاحظ وطسون أن تقديم الجرازين إلى الطفل وبدون طرق الحديد كان يكفي لزحف الطفل بعيداً عن الجرازين بحالة من الرعب والفرع، كما لاحظ وطسون أن سلوك الطفل لم يستمر فترة قصيرة من الزمن وإنما أصبح مظهراً سلوكياً ثابتاً للطفل لمدة طويلة، كما لاحظ أن ابتعاد الطفل ورعبه لم يقتصر على الجرازين البيضاء، وإنما شمل أيضاً جميع الحيوانات ذات الجلد الفروي وجميع الفراء وحتى القطن وما شابهه من الموارد (28).

وفي سلسلة من التجارب المهمة حول حالة الخوف والقلق قام بها «اوهمن» ومساعدوه بالنسبة إلى مجموعتين، قام التجريب على زرع الخوف الشرطي في أفرادهما، وذلك بأن أقدم المحققون على توجيهه وخزة كهربائية متزامنة مع اظهار صور لحيات وعناكب إلى أفراد الفئة الاولى. في حين أن الوخزة الكهربائية الموجهة إلى أفراد الفئة الثانية كانت تتزامن مع اظهار صور لدور واشخاص، ومن خلال دراسة ردّ الفعل لتلك الضربات على الجلد أمكن معرفة الميزان الدقيق لدرجة الخوف لدى الاشخاص موضع التجربة، وتوصل المحققون إلى أن الخوف الشرطي يحصل لدى كلا الفريقين من جراء رؤية التصاوير، مضافاً إلى ذلك فقد توصل هؤلاء المحققون بعد فترة قصيرة من قطع الوخزات الكهربائية إلى أن حدة ردود الفعل على الجلد قد انخفضت لدى أفراد المجموعة الاولى. في حين أن آثار الخوف على الجلد استمرت على شدتها لدى أفراد المجموعة الثانية، وهم الذين شاهدوا صور الحيات والعناكب متقارنة مع الوخز الكهربائي. وهذا يدل على أن الصور لها قابليات متفاوتة في الايحاء والانعكاس الشرطي وأن صور الحيوانات والحشرات لها القدرة على إثارة انفعال الخوف اكثر من صور الاشخاص والبيوت.

### 3 . نظرية صراع الدوافع:

وتخلص هذه النظرية إلى أن منشأ القلق هو وجود دوافع متصارعة في النفس يكون القلق نتيجة طبيعية لهذا الصراع، وتختلف الدوافع المتصارعة باختلاف النظريات، فمثلاً ما أورده «مننجر» إلى أنّ الإنسان يولد مزوداً بقوتين هما: قوّة الحب، وقوة العدوان، وهاتان القوتان في صراع مستمر أحدهما تريد البناء

والأخرى تريد الهدم، والقلق هو خوف الفرد من غلبة قوة العدوان وعجزه عن كبح جماحها. وهذه الرؤية تتناغم مع ما أورده فرويد في السنوات الأخيرة من حياته من وجود غريزتي الموت والحياة في كل إنسان، وغريزة الموت هي العدوان، وغريزة الحياة هي الجنس، وكلاهما في صراع على التحكم بمصير الفرد.

#### 4. نظرية العرفاء والمتصوفة:

وهي ما يتفق والتصور الإسلامي عن تركيبه النفس، من قطب ايجابي متمثل في الروح المقدسة التي نفحها الله تعالى في الإنسان، وقطب سلبي وهو النفس الإمارة أو الذات الفردية (الأنا). وأنّ العناوين الوهمية التي تتشكل منها الأنا مثل: أنا العالم، أو القوي، أو المدير، أو الرئيس، أو.. إنّما هي بناء على الرمل، فالخطر يهدّد وجود الأنا باستمرار، ومصدر هذا الخطر هو الواقع الذي لا بدّ أن ينكشف في يوم من الأيام، وإذا بالعناوين البراقة تتلاشى في نهار الواقع، وتنكشف الحقيقة للإنسان على خلاف رغبات الأنا وميولها، ولذا كلّما كثرت العناوين واشتدت الصفات الظاهرية للأنا، إزداد احتمال زوالها وإنكشاف الحقيقة، فيزداد القلق بذلك طردياً، فالملك أو الرئيس أكثر الناس قلقاً من زوال عنوانه، والذي يدأب على جمع الثروة يكون في قلق مستمر من زوالها في يوم من الأيام، وهكذا كل من سعى لتوكيد نفسه الظاهرية وتزيينها بالعناوين الوهمية، وبذلك يكون جميع الناس – سوى المؤمنين – عرضة لهذا المرض باختلاف درجاتهم ومستوى طموحهم.

فالقلق العصابي في هذه الحالة يتمثل في خوف الأنا المبطن من زوال سراب الوهم في أحد الأيام، سراب قوّة الشباب عند حلول الشيخوخة، سراب الصحة عند المرض،

سراب الثروة عند النكسة المالية، سراب القدرة والملك عند تغيّر الزمان وخذلان الأخوان و... .

## 5. نظرية علماء الأخلاق المسلمين:

وتتلخص في عدم حصر مصدر القلق في أمر معين، بل يختلف باختلاف الموارد، فالخوف من الموت بإمكانه أن يتحول إلى قلق مزمن، والخوف من عواقب الذنوب، أو ما يسمى بعقدة الذنب بإمكانه أن يتحول إلى قلق وإضطراب في نفس المذنب خاصة إذا كانت ذنوبه من النوع الإجرامي كالقتل والسطو والإغتصاب والتي يعاقب عليها المجتمع بصرامة، أو يكون بتراكم الخوف من الطفولة حتى يمسي قلقاً نفسياً مجهول المصدر في مرحلة الكبر. ولا يخفى أنّ هذه النظرية – أي تعدّد المصادر للقلق – تلقي رواجاً في الأوساط العلمية مع إضافة أنّ كل فرد له قدرة معينة على تحمّل الضغط النفسي الناشي من الخوف أو القلق المتعارف، فإذا زاد عن الحدّ المتعارف، وألّفى أرضاً قابلة للإصابة بالمرض، كأن تكون قدرة الفرد على تحمّل الشدائد والتعب والإرهاق محدودة، أُصيب الفرد بالقلق العصابي، فسبب القلق يكون ذا وجهين:

فمن جهة وجود المصادر المتعددة للقلق سواءً في الطفولة من التربية الناشزة والتهديد المستمر والحرمان من الحبّ والرضا، أو في مرحلة الرشد من تحمل الفرد لمسؤوليات لا يتحملها عادة، أو الحالات التي تهدد سلامة الفرد ومن يتصل به من أسرته وذويه، أو إحساسه بالنقص وعدم الإعتماد على نفسه وقدراته. ومن جهة أخرى عدم قدرة الفرد على تحمّل الضغط والإرهاق النفسي المتولد من المصادر المذكورة.

الإحساس بالقلق حاله حال الأمراض الجسمية في أنه نعمة على الإنسان وأسلوب دفاعي لتحسيس الفرد بضرورة

تلاقي النقص والحذر من الخطر المحتمل والدقة في  
المعاشرة والعمل والتحدّث للتقليل من الأخطاء، إلاّ أنّه  
لما كان مصحوباً بعدم الإرتياح والوسوسة من المستقبل  
والإحجام عن كلّ عمل اجتماعي أو تحمّل لمسؤولية  
إنسانية، كان على الفرد أن يسعى لمعالجته وردّه إلى  
الحدود المتعارفة والاقتصار على الإيجابي منه.

\* \* \*

## علاج القلق

من الطبيعي أن تذهب كل نظرية من النظريات  
السابقة إلى طريقة خاصة لعلاج هذا المرض تبعاً  
لتصوراتها عن مصادر القلق والعوامل المساعدة على  
شدته وإثارته، ولكن بصورة عامة يعتمد أسلوب العلاج  
على تفهم أسباب القلق من خلال أعراضه وبيانات المريض  
ومستواه الثقافي، وما يتوقعه في المستقبل، وليس من  
اليسير إفهام المريض بأنك غارق في الأوهام، لأنّ ذلك  
يضعف ثقته بالطبيب، ولا من المستحسن التأكيد على  
وجود مرض حقيقي قد يزيد من تصور المريض بالقلق.

إنّ الصعوبة في العلاج تكمن في إفهام المريض بأنه  
مريض، وعليه السعي لتحسين حالته النفسية، لأنّ الكثير  
من المصابين بهذا المرض لا يعون أنّهم مرضى، وإنّما  
يشكون من التبرم وعدم الإرتياح وعدم الشعور  
بالطمأنينة من مسارهم المعيشي ونشاطهم الاجتماعي.

**العلاج النفسي:** لهذا المرض يتقوم في تثقيف المريض  
وتبديل وجهة نظره عن الحياة ومشاكلها وتقوية جانب  
الصمود والتحمل فيه، أمّا أهم الوسائل العلاجية فهي:

**1 - استخدام العقاقير:** الطبية المتوفرة بكثرة  
أمثال: الفاليوم، والليبريوم، وترانكسين، ودالمين،  
واتفان، وأمثالها التي تشترك في الغالب بأنها  
مهدئات للإضطراب والقلق، ولا بدّ أن يكون ذلك باستشارة

من الطبيب المختص، وهي نافعة، بل ضرورية في علاج نوبات القلق الحادة والأرق المتواصل وحالات من هذا القبيل، أمّا في علاج القلق بشكل عام فلا ينبغي الاعتماد فقط على الأدوية والعقاقير الطبية، لأنها لا تخلو من أضرار جانبية، وخاصة في صورة الإكثار منها.

**2 - العلاج التأملي:** وهي الطريقة الشرقية في إعادة الهدوء والسكينة إلى المريض من خلال التمدد والاسترخاء، ثم التأمل الذاتي لمدة ساعة أو ساعتين في اليوم بعيداً عن ضوضاء المدنية ومشاكل الحياة، كما في رياضة «اليوغا»، وقد أثبتت هذه الطريقة نجاحها في علاج حالات القلق غير الحادة، أمّا في الحالات الحادة منه فمن البعيد أن يتمكن المريض من مواصلة هذه الطريقة والسيطرة على فكره وعواطفه بعيداً عن مصادر القلق، وبالتالي يعسر عليه تثبيت نفسه في حالة إسترخاء واقعي مفيد.

**3 - العلاج السلوكي للقلق:** ويهدف إلى تعويد الشخص على تحمّل المسؤوليات ومواجهة الحياة والتورط في مواقف مقلقة حتى ترتفع عنده القابلية على التحمّل والسيطرة على المشاعر الباطنية، وهذا هو الوارد في الروايات الشريفة:

«إذا خفت من أمر فقع فيه»<sup>(29)</sup> أو قوله (عليه السلام):

«إذا لم تكن حليماً فتحلم»<sup>(30)</sup>.

وهذه الطريقة مفيدة تربوياً لرفع مستوى المناعة لدى الفرد وقابليته على تحمّل الشدائد، أي أنها ذات أثر وقائي لا علاجي، وتكون نافعة فيما لو مورست في مرحلة الطفولة والمراهقة.

---

29 - نهج البلاغه، قصار الحكم، ص 175، عنه بحار الانوار: ج 71، ص 362، ح 6.

30 - بحار الانوار: ج 71، ص 404، ح 16.

#### 4 - العلاج القرآني لهذا المرض: فإن القرآن الكريم

يؤكد على حقيقة مسلمة، وهي قوله تعالى:

(أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) (31).

والقلق ضد الطمأنينة، فالنفوس القلقة بحاجة ماسة إلى الاطمئنان، وبما أنّ مصدر جميع الاضطرابات من النفس الأمّارة والشيطان لقوله تعالى:

(الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ) (32).

فما على الإنسان إلا أن يذكر الله تعالى باستمرار لرفع هذه الحالة، أي بإزالة السبب، لأنّ الشيطان لا يطيق سماع ذكر الله ويترك الإنسان فوراً:

(الَّذِينَ إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم

مُبْصِرُونَ) (33).

ثم إنّ ذكر الله واللجوء إليه يقوّي النفس الإنسانية ويعينها على تحمّل المشاكل ويثير في أعماقها الأمل بالمستقبل والتوكل على القدرة الغيبية التي لا تريد بالعبد إلاّ الخير، فإذا علم الإنسان بذلك، وأيقن هذا المعنى بقلبه وعواطفه، هانت عليه المصائب، وعلم أنّ كلّ ما كان ويكون إنّما هو في علم الله وتحت إشرافه وتدبيره ورحمته الواسعة.

وهذه الطريقة وإن كانت حتمية النتائج، إلاّ أنّها بحاجة إلى مجاهدة النفس والإكثار من الصلاة والدعاء وقراءة القرآن، فقد يستغرق هذا العلاج مدّة للحصول على نتائج مرضية وشفاء كامل.

### حقيقة العلاج القرآني:

ومن الضروري تفصيل الكلام حول العلاج القرآني الذي ذكر في الآية الشريفة بصورة قانون نفسي وجملة

---

31 - سورة الرعد: الآية 28.

32 - سورة آل عمران: الآية 175.

33 - سورة الأعراف: الآية 201.

مختصرة، ولكنها تحوي مفاهيم عميقة و مداليل متنوعة حول هذا الموضوع.

في البدء لابد من توضيح المراد من ذكر الله وأنه لا يقتصر على الذكر باللسان، بل يشمل باطلاقه جميع أنواع الذكر وخاصة القلبي منه أي التوجه القلبي المداوم بشكل يستوعب وجود الإنسان في مراحل الأخريرة، أما في بداياته فالمفروض بالإنسان تعميق شعوره بالمبدأ واتصاله بخالقه عن طريق الممارسة للذكر الشفاهي والمواظبة على الصلاة، وتذكر الله تعالى حين الاقدام على الإثم والمعصية، فكل هذه الموارد تصب في دائرة الذكر، كما ورد في الرواية الشريفة عن أمير المؤمنين (عليه السلام) أنه قال:

**«الذكر ذكران، ذكر الله عزوجل عند المصيبة، وأفضل منه ذكر الله عند ما حرّم الله عليك فيكون حاجزاً»**<sup>(34)</sup>

وفي رواية أخرى نلحظ التصريح بأنه ليس المقصود من الذكر ما يقتصر على اللسان. فقد ورد من وصايا الرسول الأكرم (صلى الله عليه وآله وسلم) للإمام علي (عليه السلام):

**«يا علي ثلاث لا تطيقها هذه الأمة: المواساة للاح في ماله، وانصاف الناس من نفسه، وذكر الله على كل حال، وليس هو سبحانه الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر. ولكن إذا ورد على ما يحرم عليه خاف الله عزوجلّ عنده وتركه»**<sup>(35)</sup>

وكما قلنا أن الذكر اللساني قد يكون مقدمة للحصول على هذه المرتبة العالية من الذكر القلبي والعملية.

والأمر الآخر هو أن الآية الشريفة تحصر حصول الإطمئنان القلبي الذي هو ضد القلق والإضطراب بذكر الله

34 - سفينة البحار، ج1، ص 484.

35 - نفس المصدر.

بكلمة «ألا» وتقديم الجار والمجرور «بذكر الله» على الفعل «تطمئن». وهذا ممّا يدعو للعجب والتأمل في هذا القانون القرآني، لأن الكثير من علماء النفس وخاصة من أتباع مدرسة التحليل النفسي يؤكدون أن سبب القلق هو الكبت وكذلك السلوكيات السلبية من الوالدين تجاه الطفل في السنوات الأولى من الطفولة. ويؤكدون على علاج هذا المرض بمعرفة الجذور النفسية في الطفولة وإزالة أسباب التوتر والقلق من الجذور.

إلا أن المفهوم القرآني لا ينكر أن القلق قد يكون له أسباب ممتدة من زمن الطفولة، ولا شك ولا نقاش في أن التربية الخاطئة تورث في الطفل الكثير من الانحرافات والأمراض النفسية بما فيها القلق النفسي، ولكن تأكيد الآية الشريفة على ما ذكر في العلاج القرآني له دلالة عميقة المغزي، وهي أن الروح الإنسانية المتعطشة للمبدأ تهدف في جميع شؤونها الإتصال بالمطلق ومبدأ الخير، فلاهم العطشان ما هو سبب العطش، بل كيفية الحصول على الماء، أي أن الماء يرفع عطشه مهما كان سببه، وقد يبدو هذا المعنى بصورته الكلية غامضاً، فلا بد من التطرق إلى ذكر موارد القلق أولاً، ثم تطبيق هذا القانون العلاجي عليها:

**الأول:** تارة يكون القلق من احداث سالفة ووقائع سابقة، كأن يقلقه مسيرته الخاطئة وذنوبه الكثيرة لما يعلم من آثارها الوضعية في الحياة الدنيا وفي الآخرة ولا سيما إذا ادّت هذه الذنوب إلى بروز سلبيات على المستوى النفسي والجسدي والاجتماعي. فهنا لاحلّ للمشكلة سوى بالتوجه إلى الله تعالى وارضاء الروح والوجدان المضطرب بعد أن يعلم بأن الله تعالى غفار الذنوب ويحب التوابين.

**الثاني:** قد يكون مصدر القلق هو الموت وما يكون عليه حاله حينه وبعده، ويتركز هذا اللون من القلق في أيام الشيخوخة، ولكن مع ذلك يصيب الكثير من الشباب والفتيات وخاصة في المجتمعات التي تكثر فيها الجرائم والاعتداء على النساء، وكذلك يسود هذا القلق اثناء الحروب والأوبئة. ونجد أن المذاهب الأرضية تقف عاجزة عن معالجة هذا اللون من القلق ولا تهتم سوى باشغال الفرد بأمور ثانوية كاللغو واللعب والغرق في الماديات والتفكير الدنيوي للتغطية على مصدر القلق. ومن المعلوم أن هذه الاساليب ليست سوى مسكنات ومهدئات لا أكثر، ولا تعتبر حلاً واقعياً وجذرياً.

وهنا يأتي دور ذكر الله واللجوء إليه والإيمان باليوم الآخر ليضرب عصفورين بحجر واحد، فهو من جهة يمنعه عن الكثير من الآثام والعدوان والظلم، لأنه يعلم أنها سوف تلاحقه في ذلك العالم، ومن جهة أخرى سوف يطمئن بعد إيمانه بالحياة الأخرى بأنه سيبقى حياً ولا يفنى ولا ينتهي أمره إلى العدم واللاشيء. فالموت بمثابة قنطرة وجسر، أو كما يخلع الإنسان لباسه ليلبس ثوباً جديداً. فالموت من جهه لا يعني الفناء، بل البقاء في عالم آخر، فيرتفع أكثر همّه وقلقه، لأن العدم أمر مخيف واقعاً حيث تزول معه كل آمال الإنسان وطموحاته وكيانه ووجوده.

ويبقى الخوف من آلام الموت ومن عاقبته بعد الموت، ويتوقف ازالته أيضاً على ذكر الله تعالى، فعندما يعتقد بأن الله رحيم بعباده فسوف يثير هذا الاعتقاد في نفسه الطمأنينة كذلك، وحتى مع تعسر الإحتضار فالمؤمن يعلم أن ذلك من رحمة الله به وليطهره ويزكيه ويمنع عنه بذلك صعوبات وشدائد أكبر كما ورد في المتون المقدسه، فلا معنى للقلق حينئذ، أمّا العاقبة بعد الموت فمن الواضح أن دوام الذكر والصلاة والإنفاق وأمثالها التي

تدخل جميعاً في دائرة ذكر الله هي الحل الوحيد لما يعانيه الفرد من قلق وخوف من ذلك العالم.

**الثالث:** قد يكون الإنسان مصاباً بضعف الشخصية، أو الوسواس في علاقته مع الآخرين، هل يوفق في صداقته أو شغله الجديد، أو زواجه و أمثال ذلك؟ وبعبارة أخرى، أنه يخاف من كل تغيير يطرأ على حياته، وهذا اللون من القلق على ثلاثة انحاء: فإمّا أن يكون قبل التغيير، أو بعده، أو مقارناً له:

فإن كان القلق قبل التغيير ويشكل القسم الاعظم من أشكال القلق والاضطراب في الفرد، كالقلق الناشئ من إقدامه على الإمتحانات النهائية، أو من الزواج أو خوف الزوجة من الطلاق وما يستتبعه من سلبيات، أو تخاف أن يتزوج زوجها بامرأة أخرى. أو تخاف من العقم أو من الإنجاب وأمثال ذلك، فإن كان قلقاً مؤقتاً كالذي يصيب الفرد قبل الإمتحانات أو القاء محاضرة أمام حشد من الشخصيات والوجهاء، فهو قلق طبيعي قد ينشأ من الحياء أو خوف الفشل، ولكن مع ذلك فالمؤمن المتصل بالله تعالى يهون عليه هذه الأمور، وكلما زاد ايمانه قلّ اضطرابه حتى يبلغ مرحلة **«لاخوف عليهم ولا هم يحزنون»**.

وإن كان مستديماً كالقلق من المستقبل المجهول أو الخوف من الإعدام لاسيما في أعوان الظالمين، أو الخوف من الفشل في الحياة الزوجية، أو الفشل في الحياة الاجتماعية، فيمكن أن يستمر لعدة أعوام مما يزيد في علة المريض وينهك قواه ويضعف قدراته الحيوية ويؤدي به إلى سوء الظن بكل شيء وإلى التشاؤم في الحياة، فإذا رأى حلماً نافعا فسره بتشائمه أسوء تفسير وظل يتوقع تحققه بوجل. وتدرجياً يتبدل سلوكه إلى توتر دائم وحدة في المزاج وخاصة مع الأهل والاولاد والاصدقاء، وتقرّيع الآخرين واتهامهم بصورة عشوائية،

ويعلو صوته بسرعة بأدنى مناقشة، وتظهر عليه علائم التخريب العاطفي والتعتيم الذهني حتى لا يفهم ماذا يعمل وكيف يسلك في حياته المستقبلية والآنية.

فمثل هذا القلق علاجه الوحيد الرجوع إلى الله تعالى والإستمداد منه، لأنّ قواه الذاتية لم تعد تتحمل الضغط الناشي من القلق، وبحاجة إلى استمداد من قوى ايجابية أخرى بإمكانها تهدئة الأمور وأعادة المياه إلى مجاريها، فإن كان القلق من المستقبل المجهول ففي كل مرة يشعر بهذا القلق يقفز إلى ذهنه أن المستقبل بيد الله تعالى، وهو أرحم عليه من والدته فليتوكل عليه فقط، ومن يتوكل على الله فهو حسبه، وإن كان الخوف من الإعدام فإن كان مؤمناً وعلى الحق فلا خوف من الإعدام. أي الخوف السلبي المؤدي إلى مرض القلق، وإن كان مساره باطلاً فليحاول تغييره بأية صورة، وهنا لا بدّ له من الإلتجاء إلى الله ليعينه ويهديه أفضل السبل، وإلّا فسوف لا تنفع أية محاولة إزالة هذا اللون من الخوف والقلق، وهكذا من المسائل المستعصية الأخرى، كخوف الطلاق بالنسبة إلى المرأة بأن كان زوجها دائم التهديد لها بالطلاق. وهنا ذكر الله هو العلاج الناجح والدواء الشافي لهذا الخوف، بأن تعلم هذه المرأة بأنها إذا كانت مقصرة، فذكر الله يعني أن تسعى لإصلاح أمرها و أخلاقها مع زوجها، وإن كانت مظلومة - كما تدّعي جميع النسوة ذلك - فلتعلم أن الله يرهاها ويعينها بعد الطلاق، ولعل الطلاق يكون منشأ للخير والبركة، لأن الله تعالى يقول:

«وإن يَتَفَرَّقَا يُغْنِ اللَّهُ كِلَا مِّن سِعْتِهِ»<sup>(36)</sup>.

كما في زينب زوجة الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) الذي تزوجها (صلى الله عليه وآله وسلم) بعد طلاقها من

زيد، وعلى كل حال، فالله عزوجل هو الذي تكفل برعاية عباده و رزقهم طيلة حياتهم.

أمّا القلق بعد التغيير. كأن يخاف الشخص من عدم قدرته على أداء المسؤولية الملقاة على عاتقه. أو من نتيجة سلوكه مع أبيه أو رفيقه يوم أمس وأمثال ذلك، فإذا كان سلوكه وعمله الصادر منه إثمًا وعدواناً، فالحل أن يستغفر الله تعالى ويعتذر من الطرف المقابل وينهي المسألة سريعاً ولا يدعها تتراكم وتتجذر، وإن أبت نفسه ولم تطاوعه في ذلك فليتمسك بالإستغفار والإعتذار إلى الله تعالى والتصميم على عدم تكراره، فهذا من شأنه تخفيف حدة القلق كثيراً حتى تتلاشى في عالم النسيان، وقد تقدم مثل هذه الحالات آنفاً، ولكنها في المبتلى بضعف الشخصية تكون على شكل اضطراب من أتفه الأمور لعدم قدرة الفرد على ضبط احساساته تجاه الآخرين، فبعد كل ملاقة مع الآخرين يفكر في ما قاله فلعله أخطأ في كلامه، ولعله زاد من ترحيبه أو أساء الادب معه، ولعل الطرف الآخر انزعج من كلامه، أم أن هديته التي اهداها إليه لم تكن لائقة، أو أن يستحق الشكر أكثر ممّا اظهر له. وهكذا.. أي أنه يقضي جلّ أوقاته في التفكير عن تصور الآخرين عنه وعن سلوكه وأقواله تجاههم ممّا يورث له القلق المزمن.

وعلاج هذه الحالة يكمن فقط في رفع السبب. وهو ضعف شخصيته من جهة، وتصوّره استغلال الآخرين له في النفع والضرر من جهة أخرى، والحقيقة أن هذين الأمرين متلازمان ووجهان لعملة واحدة وعلاجهما يكمن أيضاً في التوجه إلى الله تعالى واستمداد القدرة منه، لأن ضعف الشخصية ينشأ عادة من الشعور بالدونية والحقارة، ولو التفت هذا الفرد إلى أن الله تعالى خلقه لغاية سامية وأكرمه وفضله على كثير من مخلوقاته، وأنه

دائم النظر إليه ورعايته لشعر بالقوة والعزة والكرامة تسري في أوصاله، وتدرجياً يؤدي هذا الشعور النفسي إلى جبران الشعور بالنقص والحقارة، ويرى نفسه محل اعزاز واکرام من قبل خالق الكائنات وربّ المخلوقات، فماذا يهم بعد ذلك تحقيق الآخرين له؟ وعندما يتعمق فيه الاتصال بالقادر المطلق يتضاءل في نفسه الخوف من الآخرين ومن نظرتهم السلبية نحوه، لأنه سوف يدرك ضعفهم، بل إنهم لا شيء مقابل من يتولى أمره ويرعاه، فلا قدرة لهم على ضره أو نفعه بدون إذن ومشيئة الله تعالى.

وأما القلق المقارن للتغيير فكثيراً ما يحدث في الاسفار الخطيرة، أو عند ركوب الطائرة، أو مشاهدة فيلم سينمائي مخيف، أو في جبهات القتال ذلك، ولا يختلف عن قسميه كثيراً، وقد لا يشكل مرضاً نفسياً، فمن الطبيعي أن يخاف الإنسان لدى كل تغيير مهم، بل إن كل تغيير لابد وان يكون مصحوباً بدرجة من الخوف ولكن غير محسوس لأنه ممّا اعتاد عليه الإنسان، لأن الإنسان يرغب دائماً في الاستقرار، ولذا سمّيت السكنينة بهذا الاسم لأنها مأخوذة من السكون، والسكون يقابل الحركة والتغيير. إلا أنه كما قلنا أن الإنسان اعتاد على التغيير الخفيف والمتواصل، فلهذا لا يشعر بشي من الخوف من هذه الجهة.

**الرابع:** الخوف من المرض والحوادث والإخطار المحتملة من عدو أو حادث سيارة أو مرض مزمن و أمثال ذلك، وتشترك هذه الأمور في ضعف الإنسان و عدم قدرته على مواجهة الشدائد والمصائب، فلو علم الإنسان أن ضعفه الذاتي منجبر بالقدرة الإلهية اللامحدودة، وإنه إذا أتصل بالله تعالى وذكره، فإن الله بدوره سوف يذكره بالحماية و دفع الشر عنه كما قال:

«فاذكروني أذكركم»<sup>(37)</sup>.

فحينئذ يطمئن الإنسان إلى مستقبله، وحتى لو أصابه شي من هذه المحذورات فإنه يعلم إنما هي بعين الله ورحمته، وإن الله تعالى يريد له الخير من ذلك. فلا معنى للقلق والاضطراب، المهم أن أكثر ما يؤلم من القلق هو نفس الخوف من وقوع المحذور، لا نفس وقوعه، وذكر الله تعالى والتوكل عليه يحلّ هذه المشكلة فعلاً حتى لو وقع المحذور، ومع وقوعه تهون الحالة حينئذ بما ذكرنا آنفاً، وهو أنها بعين الله وأن الله يريد أن يزيد أجره وثوابه في الآخرة بصبره وتحمله، أو يكفر عنه خطاياها وذنوبه.

**الخامس:** قد يكون الطمع بالماديات وزخارف الدنيا سبباً للاضطراب فيما لو سعى للحصول عليها ونيلها ولكنه اخفق في ذلك، أو لم يحقق كل مراده كما هو الغالب، أي أن القلق ينشأ حينئذ من الاحباط في مسعاه الدنيوي.

والمؤمن يكون بعيداً عن مثل هذا الاضطراب المادي، فإنه قانع بما قسم الله له، بل إنه أساساً لا يرى في هذه الأمور كملاً ليسعى إلى تحقيقه ونيله. ومن غلب عليه مثل هذا القلق عليه أن يذكر أن الله تعالى قد خلق هذه الحياة الدنيا كمر وسوق ومتجر للآخرة، فكل خسارة مادية لا تعادل شيئاً بالقياس إلى أدنى خسارة أخروية، فلا بد أن يحول همته ويكسر جهوده لطلب الكمالات المعنوية والمنازل الاخروية، ومعه سوف تهدأ نفسه وتخف حسرته ويزول طمعه في زخارف الدنيا، وإلا فإن إيمانه ضعيف وعليه أن يعمق الشعور الأخرى فيه بالطرق المذكورة في كتب الأخلاق. لأنه تقدم أن ذكر الله تعالى لا يقتصر على الذكر اللساني.

وإن كان قلقه وطمعه في الأمور الأخروية، ويشعر بالخوف من قلّة معنوياته وكمالاته الانسانية، فهو خوف ممدوح وإيجابي، لأنه سيدفعه باتجاه كسب الخير

والمعنويات فهو كالعطش الذي يدفع الإنسان إلى البحث عن الماء.

**السادس:** كثيراً ما يكون منشأ الخوف والقلق أمراً وهمياً كالاعتقاد بالحظ والنصيب والتشاؤم من أمور لا علاقة لها بالخوف بتاتاً كصوت الغراب والبوم والعدد (13) وغير ذلك، ففي جميع المجتمعات البشرية توجد مثل هذه الأوهام والخرافات، وهي لا تختلف بشي عن الخوف من الأصنام والأوثان. ومن المعلوم أن هذه العقائد الوهمية لا أساس لها من الصحة. ولكن قد تكون متجذرة في الإنسان بحيث لا يستطيع ردها، وهنا يأتي دور الذكر والتوجه إلى الله والإعتقاد بأنه لا نافع ولا ضار إلا بأذنه ومشيئته، وبتعميق هذا الشعور في روحه و فكره يزول عنه هذا الوهم بالتدريج.

\*

\*

\*

## 2 - الكآبة

### تعريفها وعلائمتها:

من الطبيعي أن يشعر الإنسان بالحزن في فترات مختلفة من حياته، إمّا لفقد عزيز، أو عدم التوفيق في مهمة، أو لتقصيره في أداء بعض الواجبات الدينية والأخلاقية، فالحزن حاله حال جملة من الإنفعالات الملازمة لطبيعة البشر بحيث يعتبر الإنسان ناقصاً مع عدم الحزن، فاغلب الإنفعالات تجتمع في محورين هما: إنفعال الفرح وإنفعال الحزن، فكل ما يضي على الإنسان لذّة مادية أو معنوية يدخل في إطار الفرح، وما كان مؤلماً يدخل في إطار الحزن. أما «الكآبة» فهي الحزن المستديم الذي يملك على الإنسان مشاعره وأفكاره ويسلبه القابلية على الحياة الطبيعية في تفاعله مع الآخرين وفي طريقة تفكير وسلوكه.

«الكآبة» تنعكس على سلوك الفرد على مستوى تقليل الفعاليات الفردية والاجتماعية، فلا يجد الشخص الكئيب دافعاً للعمل والتحرك، بل يفضل أن يجلس وقتاً طويلاً بدون فعالية وحتى لا يجد في ذهنه فكرة خاصة تستحق العناية، أنه لا يجد في الأشياء المحيطة به شيئاً يستحق الاهتمام، ولا يتجاوب مع المؤثرات الاجتماعية وقد تمر الحوادث من أمامه وفكره منصرف عنها ولا يدرك مجريات الحدث إلا بعد فترة من الزمان، وفي الحقيقة انه يفضل العزلة عن الناس والصمت وعدم المشاركة في أي مشروع مفيد وتظهر عليه سيماء اللا ابالية واللا هدفية في الحياة، فاذا كان رجلاً تراه غير أنيق في ملبسه ولا يعتني بنظافة شعره وقصّ اظافره، وان كان

امرأة غلب عليها اهمال نفسها وعدم الاعتناء بجمال وجهها وتمشيط شعرها وترتيب بيتها.

ويكاد التوقف عن المشاركة في أي نشاط ايجابي يستولي على شخصية الكئيب بحيث لا يلفت نظره أي شيء، ولا يلتذ بأي شيء، فالمناظر الطبيعية تفقد سحرها وجمالها، والموسيقى تفقد روحها وأنغامها، والصدقات تتحول إلى علاقات سطحية باردة. وهكذا يغلق الشخص المصاب ابواب الحياة في وجهه ولا يبقى منها سوى التشاؤم والسلبيات والغم المتواصل واللاهدفية وفقدان الأمل بالمستقبل، وتدرجياً تتسرب إلى نفسه فكرة الانتحار، إلا أن الغالب أن مثل هذه الفكرة لا تجد منفذاً إلى الواقع الخارجي وعلى مستوى الممارسة، فتبقى شبحاً يترأى لهذا الإنسان من بعيد وكأنه هو النهاية المتوقعة لمثل هذه الروحية المنهارة واليأس من المستقبل.

هذه الحالة النفسية تعبر عن خواء روحي يشعر به المصاب في اعماق وجوده، وفي الحقيقة إنه يشعر بفقدان أعز شيء لديه فالحسارة في «الكآبة» تتعلق بالمحتوى الداخلي للإنسان، بخلاف فقدان عزيز أو منصب أو ثروة وأمثال ذلك، ومن الطبيعي أن يشعر الإنسان بالحزن تجاه مواجهته لمثل هذه الحالات والمؤثرات، ولكن مثل هذا الحزن لا يدوم طويلاً من جهة، ولا يكون من الشدة بحيث يدفع الشخص إلى الانتحار من جهة أخرى، ولذلك يكون حالة طبيعية للإنسان، ولا يخلو إنسان من الشعور بالحزن بين الحين والآخر، بل إن الحزن في بعض موارده علامة على كمال الإنسان وعواطفه الانسانية ومشاعره النبيلة، كما في الحزن على فقد الاعزاء، أو على التقصير في الواجبات وأمثال ذلك، ولذلك لو استمر مثل هذا الحزن طويلاً وصاحب الإنسان إلى آخر العمر لما عدّ من مصاديق «الكآبة»، لأنه من الحزن

الايجابي الذي لا يعيق الفرد عن القيام بشاطاته ومسؤولياته، كما يحدثنا القرآن عن حزن «يعقوب» على يوسف، أو ما ورد من حزن آدم وبكائه على خطيئه. ومن ذلك ما ورد في النبوي الشريف:

«ما عبد الله عزّ وجل على مثل طول الحزن»<sup>(38)</sup>.

وقول أمير المؤمنين (عليه السلام):

«من طال حزنه على نفسه في الدنيا أقرّ الله عينه يوم القيامة وأحلّه دار المقامة»<sup>(39)</sup>.

والفرق بين الكآبة والحزن واضح رغم أن الحزن الطويل يمثل مرتبة من مراتب الكآبة أو مقدمة لها، إلا أنه - كما تقدم - يعبر عن حالة صحية على مستوى الحالات الانفعالية للشخص، ويحكي عن وجود عواطف إنسانية في المحزون، ويخلو من الآثار المخربة للكآبة من اليأس والتشاؤم واللا هدفية في الحياة والتفكير في الانتحار وما شاكل ذلك.

وبالامكان ادراج علائم وعوارض مرض «الكآبة» بما يلي:

## 1. الاخلاق الكئيبة: فالشخص المصاب بمرض الكآبة يشعر

بالحزن الشديد من دون أن يعلم له سبباً حقيقياً، وأحياناً يتملكه ميل إلى البكاء فيسمح لدموعه بالانهمار، وقد يبكي بصوت عال لمدة نصف ساعة أو اكثر من غير سبب واضح ليشعر بالراحة بعدها. وهذه الحالة من شأنها أن تنعكس على علاقته مع الآخرين بشكل برود في السلام والتحية، وعدم الرغبة في الحديث، وعدم الضحك للنكتة مما يورث الملل في نفس الجليس والصديق.

38 - بحار الانوار - ج 77 - ص 79.

39 - بحار الانوار - ج 97 - ص 305 - ح 37.

## 2. الحدة وسرعة الانفعال: بما أن مثل هذا الشخص غير قادر

على تحمل المشاكل أو الصبر على الضوضاء وغير الملائمات، فإنه سرعان ما يمتلكه الانفعال لأدنى سبب، فلا يستطيع تطبيع روابطه مع الآخرين لهذا السبب. وهذا من شأنه أن يزيد في رغبته في الابتعاد عن الناس وترجيح العزلة.

## 3. انعدام الميل نحو التمتع والالتذاذ: فالشخص المصاب بالكآبة

غير قادر على تحصيل اللذة والتمتع بالنشاطات المفرحة التي كان يتمتع بها في السابق من قبيل: الذهاب إلى دور السينما، أو ممارسة الهوايات المفرحة، أو الخروج إلى أحضان الطبيعة وحتى المعاشرة مع الاصدقاء والاخوان. بل لو جاءه من يخبره بأنه حصل على جائزة ثمينة أو مبلغ طائل من أوراق اليانصيب، فإنه لا يجد في نفسه تجاوباً مع هذا الخبر، ولا يكثر له لأن طاقاته الروحية وقواه النفسية قد ضعفت فيه بشدة وتكلفت فيه عناصر الفرح والأمل بالمستقبل.

## 4. فقدان الشهية والنحول: المريض بالكآبة يفقد الشهية

إلى الاطعمة مهما كانت لذيذة. ويترتب على ذلك نحول البدن ونقص الوزن، ولكن هذه الحالة لا تعم جميع الأفراد المصابين بالكآبة. فقد نرى حصول العكس لدى بعض الأفراد وإن كانوا قلّة، حيث تسيطر عليهم رغبة في الانهماك في الاكل والشرب للتعويض عن الوحشة والاحساس بالوحدة، فيشعرون بالراحة والسكينة مع كل وجبة غذاء، ولذا قد نجد من هؤلاء من يشكو الزيادة في الوزن والبدانة.

## 5 . الأرق: إن من العلام المميّزة لمرض الكآبة

«الأرق»، فقد يستغرق الشخص المصاب بالكآبة عدة ساعات ينقلب على فراشه دون أن يأتيه النوم، وقد يستمر معه الأرق إلى الصباح، وقد يبتلي بالكابوس اثناء النوم . وحتى لو استطاع النوم في البداية من دون مشكلة فإنه يستيقظ في منتصف الليل ولا يجد نفسه قادراً على العودة إلى الفراش والنوم من جديد، وعلى أية حال فمثل هذا الشخص لا يجد طعاماً للنوم . وبما أن النوم حالة ضرورية لترميم القوى البدنية والروحية واستراحة الذهن والاعصاب، فهذا الشخص يستمر فيه الشعور بالتعب والارهاق حتى بعد استيقاظه من النوم .

## 6 . وهن القوى الذهنية: المصاب بالكآبة غير قادر على

تجميع قواه الذهنية كالسابق، ولا يجد في نفسه القدرة على الاجابة السريعة في مواجهة المشكل بسبب تشتت ذهنه وتناثر أفكاره وسرعة نسيانه، فلا يستطيع التركيز على موضوع واحد. ولو قرأ كتاباً أو شاهد فيلماً أو اشترك في محاورة فإنه ينسى كل شيء بعد لحظات. فمثل هذا الشخص يصاب بالنسيان لماضيه أيضاً، فلا يعد يتذكر الحوادث والوقائع التي واجهته في الحياة، ولا المعلومات والمعارف التي حصل عليها في دراسته، وبالتالي تنعكس هذه الحالة على درجة الامتحانات، وقد يجد نفسه مضطراً إلى ترك الدراسة لهذا السبب.

## 7 . ضعف الميل الجنسي: كما أن الضعف والوهن يمتد ليطال

كثيراً من القوى البدنية والنفسية، فالغريزة الجنسية بدورها غير مصونة عن التأثير السلبي بهذا المرض،

وهذا العامل يفضي بدوره إلى برود في العلاقات الزوجية وتعميق الاختلافات وزيادة المشاكل العائلية.

## 8 . الشعور بالاثم وخواء الشخصية: بما أن ذهن المصاب

بالكآبة يتفاعل سلبياً مع الواقع الذاتي والخارجي، فلا يرى المصاب لنفسه قيمة واعتباراً في معيار الشخصية، لأنه لا يرى في نفسه شيئاً يستحق التقدير والاعتبار مثلما كان حاله في السابق، ولذلك فهو لا يتذكر سوى أخطائه واشتباهااته، وحتى السلوك الصحيح في السابق يراه من منظور سلبي، فيركّز على النقاط المظلمة منه ويظل يتجرع اللوم والتوبيخ من قبل وجدانه وعقله مما يزيد من شعوره بالإثم والتفاهة، بل قد يلقي بأخطاء الآخرين من الوالدين والزوجة والاطفال على نفسه ويعتبر نفسه المسؤول الأول والآخر عن هذه الأخطاء وأنه لم يكن ابناً صالحاً لوالديه ولا زوجاً لائقاً لزوجته.

## 9 . اليأس والتفكير بالانتحار: يعيش المصاب بالكآبة في حالة

اليأس وعدم الأمل في حياة كريمة وحلوة. أي أنه يعيش اليأس من عودة شخصيته المحطمة وعزة نفسه المفقودة، ولهذا فهو يغلق أبواب الحلّ على نفسه ليعيش في وحدة قاتلة. ومن الطبيعي لمثل هذا الشخص أن يفكر بالانتحار، وقد ثبت أن أكثر موارد الانتحار – إن لم يكن جميعها – معلولة لمرض الكآبة، ويلعب الدين والشرع دوراً كبيراً في الحدّ من وقوع هذه الظاهرة المؤلمة في صفوف عامة الناس وخاصة المتديّنين منهم، إلا أن هذا لا يعني أن هؤلاء يفضّلون الحياة على الممات أو أن عدم الانتحار سيقوي فيهم الأمل بالحياة، وعلى أفضل الاحوال سوف يتساوى الموت والحياة لدى هذا الإنسان، وقد يكون مشتاقاً للموت أكثر من الحياة وهو

يظن أن هذا الميل السلبي إنما هو من الدين وشدة  
الايمان بالله والآخرة .

## 10 . الأعراض البدنية: وتظهر علائم هذا المرض في المصاب

على شكل أوجاع مختلفة من قبيل وجع الرأس والمفاصل  
وفقرات الظهر، اليبوسة، الارتعاش، اصفرار الوجه، عدم  
الاستقرار، الشعور بالتعب و.. الخ. هذا على مستوى  
الكبار ..

أمّا في الصغار فيصعب إدراك الحالة المرضية من  
الأعراض المذكورة لعجزهم عن الإفصاح عما يدور في  
خلدهم والإفصاح عن مشاعرهم الخفية، والطريق إلى ذلك  
هو ملاحظة سلوكهم المضطرب الذي يكون على شكل إنطواء  
وقلة الشهية للطعام والشراب وعدم التفاعل مع الأطفال  
في اللعب وإضطراب النوم وإيذاء الآخرين والعناد  
الغير موجّه وما شاكل ذلك.

وتختلف ظهور أعراض المرض باختلاف الأفراد، فقد  
يكون الضجر هو الغالب على بقية الأعراض، وقد يكون  
الإضطراب وعدم الاستقرار هو السمة البارزة، أو النحول  
وفقدان الشهية للطعام، لذا تصنف الكآبة حسب الأعراض  
الغالبة على المريض، فهناك:

«الكآبة القلقة» نسبة إلى طغيان الشعور بالضجر  
وعدم الاستقرار والإحساس بالقلق،

«الكآبة الانفعالية» فيما لو كان الإنفعال وسرعة  
التأثر والحدة هي السمة البارزة،

«الكآبة النحولية» فيما لو كان النحول وفقدان  
الشهية من العوارض الظاهرة .. وهكذا.

وهناك تصنيف أهم يدخل في إطار ما ذكرنا من غلبة  
الأعراض، وهو «الكآبة النفسية» و«الكآبة العقلية»،  
فأكثر الأعراض المذكورة تدخل في صنف «الكآبة  
النفسية»، أمّا «الكآبة العقلية» فتتميز بورود

الأوهام والخيالات في تصورات المريض عن الحياة، ويشتركان في حالة الحزن والغم والسأم من الحياة والميل إلى الانتحار، وكذلك الشعور بالذنب، إلا أنه في الكآبة العقلية أكثر ابتعاداً عن الواقع، وقد يشتركان في الأسباب والعوامل المساعدة، إلا أنّ ما يميزهما أيضاً أنّ الأرق في الكآبة النفسية يكون في أول النوم، وفي الكآبة العقلية يكون بعد الاستيقاظ منه حيث يبقى مدة ساعة أو ساعتين في وجوم وشروود ذهن مصحوباً بالشعور بالانقباض ولوم النفس والشعور بالإثم، أمّا في الكآبة النفسية فيلقي باللوم على الآخرين ولا يصاحبها شعور بالذنب إلا قليلاً.

وأخيراً هناك ما يدعى بـ «الكآبة المقنعة» التي لا تظهر أعراضها المرضية للشخص المصاب أو الطبيب المعالج، وأكثر ما تكون عند المراهقين في حالات الكآبة البسيطة، حيث تضيع معالمها في زحمة الفعاليات والأنشطة السلبية من إتلاف الوقت والتدخين أو تعاطي المخدرات واستخدام العنف، وقد يجهد الشاب نفسه في زحمة العمل لاختفاء الشعور بالكآبة، أي تكون الكآبة حينئذ مقنعة ولا تبدو للفرد إلا من وراء حجاب.

### نظريات وآراء في تفسير الكآبة:

هناك عدة نظريات وآراء في تفسير وتحليل ماهية الكآبة في أوساط المدارس النفسية، وأهم ما ذكر في هذا المجال هو:

### 1. نظرية التحليل النفسي:

أول نظرية في مجال تفسير ظاهرة الكآبة على مستوى التحليل النفسي هي ما أبداه «فرويد» من وجود المشابهة بين الكآبة وبين مظاهر الحزن التي يبديها الناس عند فقد الأحبة، فكانت هذه المشابهة، نقطة

البدء في هذا التحليل لأن كلا الموردين يشتركان في  
علائم وعوارض بدنية ونفسية من قبيل فقدان الشهية،  
الأرق، فقدان اللذة والتمتع بمظاهر الحياة، الانزواء  
والعزلة، الخمول وامثال ذلك.

ويرى «فرويد» واتباعه في مدرسة التحليل النفسي  
أن وفاة أحد الاعزاء أو فقدان الاتصال به يمسّ أحد  
أبعاد اللاشعور في الإنسان:

في المرحلة الاولى وبسبب العجز عن تحمل هذه  
المصيبة وعدم قبولها يحاول المصاب تقمص شخصية  
المفقود والاتحاد مع هويته، بحيث يمكنه حينئذ تكذيب  
الواقعة المؤلمة على اساس حضور المفقود نفسه في  
المحتوى الداخلي للمصاب، أي أن الشخص المصاب ومن  
أجل إرجاع المفقود يقوم بتحويل مشاعره واحساساته  
تجاه المحبوب إلى داخل ذاته، فتكون بمثابة احساسات  
عاطفية تجاه نفسه.

وفي الثانية يؤدي هذا التحويل لاحساسات من  
الموضوع الخارجي إلى المحتوى النفسي إلى نشوب نزاع  
بين الدوافع، ووقوع التعارض بين ركنين من اركان  
الشخصية: الأنا، والأنا الأعلى، فينعكس التأثير والالم  
الناشيء من فقد المحبوب على شكل تأثير وحقد الأنا  
الأعلى بالنسبة للأنا. وعلى مستوى السلوك والعمل  
يحاول الشخص المصاب ابراز حزنه بأشكال مختلفة سعياً  
منه لاستعادة العشق المفقود. ومن جهة أخرى يمكن  
القول أن الصراع النفسي المذكور يؤدي إلى أن يشعر  
الفرد المصاب تجاه نفسه بالكراهية والمقت، وهذا  
الاحساس هو الذي يفضي فيما بعد إلى سوء الخلق والميل  
إلى الانزواء، وبالتالي إلى الكآبة المزمنة.

ورغم أن مثل هذه الحالات يصاب بها جميع الناس في  
حالات العزاء إلا أنها في الغالب تكون عارضة عليهم  
بصورة مؤقتة، فبعد فترة يستعيدون هويتهم وشخصيتهم

الطبيعية وتعود روابطهم الاجتماعية كما في السابق، ولكن بعض الافراد يتأثرون بالمصيبة أشد من الآخرين بحيث يكون ردّ فعلهم تجاه المصيبة شديداً جداً ويشعرون بالخواء الروحي وكأنهم فقودوا كل شيء يتعلّق بشخصيتهم فيفضلون الانزواء ويقتصر تفكيرهم بالخسارة التي حلّت بهم من دون أمل بالتعويض.

ومثل هذا الاحساس النفسي وإن كان في الاصل تجاه فقد الأحبة من الوالدين والاطفال والصديق الحميم وامثال ذلك، إلا أن فقد المحبوب البشري بإمكانه أن يستبدل إلى محبوب انتزاعي مثل: الوطن، الحرية، العقيدة .. فتظهر على من فقد مثل هذه العناوين الاعتبارية مثل تلك الحالات النفسية.

ومن هنا يستنتج فرويد واتباعه في مدرسة التحليل النفسي أن «العزاء» في صورته الاصلية هو ظاهرة طبيعية ولا يحتوي على أية عوارض سلبية للمصاب من حيث تفوق الفرد بعد فترة على المصيبة واستعادة حالته السابقة، به إلا أنه في حالة «الكآبة» يتحد موضوع العشق المفقود مع المحتوى الداخلي للإنسان، فتنتظم حياة على أساس من اتحاد موضوع العشق مع الذات، وبالنتيجة يكون للفرد موقفان تجاه موضوع واحد: أحدهما يكون متعلق العشق، والآخر يكون موضوعاً للكراهية والمقت، وكلاهما ضمن الذات الفردية. فالفرد المصاب بالكآبة يواجه الموضوع الداخلي من موقف الكراهية بأن يمقت نفسه ويثمها بالتقصير «من قبل **الأننا الأعلى**»، وهذه من عوارض الكآبة، وبتبع ذلك سقوط شخصية الفرد عن الاعتبار والاحترام في نظر نفس الشخص المصاب، وهذا هو ما يميّز الحزن الطبيعي من الكآبة. وهذا الكلام لا يختص فيما لو فقد الشخص أحد الأعداء، فلا شك أن الاصابة بالكآبة لا تتحد في دائرة الاصابة بهذا المورد، ولذا فان «فرويد» يستوحي من

أشكال الحزن والكآبة في هذا المورد ليعممها على سائر الموارد الأخرى بالاستفادة من الرمزية والصورة الخيالية، فمن فقد وظيفته أو شغله فتفسيره في عالم اللاشعور هو فقدان زوجته للعلاقة الوطيدة بين العمل والمال من جهة، وبقاء الزوجة من جهة أخرى، وسقوط الطالب الأعدادي في الامتحان بمثابة خسارته لوالديه، لأن علاقتهم به وحبهم له مرتبط إلى درجة كبيرة بموفقيته في الدرس والامتحان.

ولا يخفى أن مدرسة التحليل النفسي ترى أن اختلاف الأفراد في الإصابة بالكآبة تابع الأسلوب التربوية في المراحل الأولى من حياة الطفل وموقف الوالدين تجاهه، فالاطفال الذين لم يشبعوا في هذه المرحلة من الحنان والحب واللعب وسائر الحاجات البدنية والنفسية الأخرى هم أكثر الأفراد عرضة لمرض الكآبة في المستقبل من حيث إحساسهم بالضعف وأنهم لا يستحقون الحب والاحترام من الآخرين. وكذلك الحال في الإفراط في إرضاء ميول الطفل واشباع حاجاته هو الآخر يؤدي إلى النتيجة نفسها، حيث يبقى الفرد في مرحلة الطفولة نفسياً ويقاوم عملية صعوده إلى المراحل العليا، وبالتالي فإن مثل هذا الشخص يفقد القدرة على المقاومة وينهار لأدنى مصيبة.

## 2. نظرية السلوك الطبيعي للأحياء:

بالرغم من أن «الكآبة» حالة نفسية من حالات الإنسان، إلا أن سلوكيات مماثلة لسلوكيات الإنسان شوهدت في الحيوانات من النوع الذي يتمتع بغريزة الوالدية عندما يتم قطع الارتباط بين الأم وطفلها، وأحياناً بين الذكر والانثى بعد ارتباطهما بعلاقة الزوجية.

المشاهدات العديدة على الكلاب دلت على أنها لا تتحمل فراق أصحابها، وأنها في حالة وقوع الفراق تظهر عليها علامات الكآبة الشديدة من قبيل الخمود واللامبالاة وحتى فقدان الشهية الذي يفضي في أكثر الأحيان إلى الهزال والضعف البدني الشديد، وقد يؤدي أحياناً إلى الموت، وأحياناً تظهر على سلوكيات هذا الحيوان بوادر العصيان والتوحش والتهرب. ومثل هذه العلائم والسلوكيات شوهدت أيضاً على الكلاب بعد موت أطفالهن.

المشاهدات الأخرى التي قام بها «لورنز» على أنواع من البط الوحشي دلت على وجود مظاهر الكآبة على سلوكياتها بعد وقوع فراق بين الزوجين وعلى شكل ردود فعل عنيفة. وأول ما يقوم به أحدهما بعد فقدان صاحبه هو البحث عنه بأية صورة وبشكل مستمر صباحاً ومساءً في الأماكن التي يحتمل تواجده فيها ويتزامن البحث مع مناداته بأصوات خاصة، وفي حالة من العجلة والهيجان، ثم يتوسع في البحث عنه في دائرة أوسع، وبعد اليأس من العثور عليه يلتزم جانب الصمت المطبق والخمول بحيث لا يدافع عن نفسه في مقابل تحرشات واعتداءات أفراد نوعه، بل يفضل الهرب حتى أمام أضعف الأفراد، وبهذا تسقط شخصيته بين طائفة البط إلى أدنى المستويات. وحتى البط الأهلي أيضاً يتجنب الاقتراب من الإنسان للحصول على الغذاء في مثل هذه الموارد، وهذه السلوكيات تشبه إلى حد كبير سلوكيات الإنسان في حالة الاكتئاب.

«ديغلي» - 1960 - بدوره قام بمشاهدات مماثلة على الببغاء الأفريقي من حيث سلوكها بعد فقدان زوجها، فالبيبغاء برغم ابتلائه بالكآبة بعد فقدان قرينه، إلا أنه يستطيع تحمل هذه الصدمة، ولكن فيما لو رأى

زوجين من البغاء يمارسان العلاقة الزوجية والعشق المتقابل فانه يموت بعد فترة .

أما المشاهدات التي أجراها «هارلو» - 1972 - على القردة فتوضع لنا هذه الحالة من الكآبة فيها بعد وقوع فراق بين الام واطفالها، وقد عمل «هارلو» على فصل الاطفال بعد ولادتهم مباشرة من أمهاتهم واسكانهم مع لعبة من القماش تشبه الام، وبعد مدة ورغم النمو الجسماني للقردة بشكل طبيعي إلا أن عجزهم عن القيام بالمهام التي يقوم بها الكبار بدا واضحاً على سلوكياتهم ..

وبشكل عام فأمثال هذه المشاهدات والتجارب على مستوى سلوكيات الحيوانات تدلّ على حقيقة هامة، وهي أن حاجة الحيوان إلى التماس البدني مع أفراد نوعه أشد من حاجته إلى الغذاء. وعدم ارضاء هذه الحاجة من شأنه أن يورث الحيوان حالة من عدم الأمن والاستقرار، وبالتالي ظهور أعراض الكآبة عليها.

وقد أخذ «بالبي» - 1978 بنظر الاعتبار هذه المشاهدات وأخذ في البحث عن تأثيرات انقطاع الطفل عن امّه وما يورثه هذا الحرمان من سلوك انفعالي واعتراض وحزن وما إلى ذلك. وباكتشاف صور مشابهة لهذا السلوك على المرضى الكبار ذهب بالبي إلى الحاجة إلى التماس مع الآخرين والتعلق بهم يمثل أول غريزة اجتماعية لدى الطفل من حين ولادته. ولا بد في التعرف على نظرية بالبي في السلوك الطبيعي من معرفة مفهوم «التعلق» والذي يعتبر الأصل لمرض الكآبة وذلك من خلال عدة خصوصيات مهمة:

- السلوك المنبعث من غريزة التعلق يشمل كل اشكال السلوك الذي يهدف إلى حفظ أو تحصيل التماس والمجاورة مع الفرد الآخر المنظور، وأهمية هذا الهدف

لا تقل عن أهمية السلوك بدافع الحاجة إلى الغذاء أو الجنس.

– إن مثل هذا السلوك والذي يكون في بدايته لحفظ مجاورة الطفل لوالديه يظهر على الكبار من خلال رشد هذا الدافع وتحوله التدريجي لضمان بقاء الروابط العاطفية فيما بينهم. وعلى هذا فان دافع التعلق والسلوك المنبعث منه لا ينحصر بمرحلة الطفولة بل يستوعب جميع مراحل الحياة في الإنسان، وعليه فان السلوك المرضى الذي يشاهد على الكبار قد لا يعود إلى عدم اشباع الغرائز في مرحلة الطفولة كما رأينا في نظرية التحليل النفسي.

– إن مثل هذا السلوك يشترك فيه بعض الحيوانات أيضاً، وبما أن هذا السلوك يهدف إلى حفظ مجاورة الصغار للكبار وكذلك الكبار فيما بينهم لتقليل الاخطار المحتملة، فانه ضروري لبقاء النوع.

– إن القسم الاعظم من الانفعالات يرتبط بشكل مباشر مع تشكيل، حفظ، قطع، تجديد رابطة التعلق، وبما أن الانفعالات تعكس عادة الحالات العاطفية الفرد، يتبين أن سيكولوجية الانفعال لدى الفرد بمثابة سيكولوجية الحالات العاطفية المنبعثة من حالة «التعلق».

وعلى هذا الاساس يمكننا أن ندرك جيداً الرابطة بين مفهوم التعلق وبين حالات قطع التعلق. فهدف السلوك المنبعث من التعلق هو حفظ الرابطة العاطفية للفرد مع المتعلق بهم. وفي كل مورد تعرضت هذه الرابطة للخطر فان سلوكاً معيناً يصدر من الفرد لحفظه والابقاء عليه. وكلما اشتد خطر فقدانه تنوعت سلوكيات الفرد واشتدت تجاهه على مستوى البكاء والصراخ والاعتراض وامثال ذلك، فان أدت هذه السلوكيات إلى نتيجة وعاد التعلق كما في السابق، فسوف تنتهي تلك السلوكيات الانفعالية، وتهدأ حالة الاضطراب في الفرد، وإلا فسوف

تضعف تدريجياً وتتوقف بشكل مؤقت، ولكن من الممكن بروزها من جديد بحصول بعض الظروف المساعدة، وبهذا يفترق الحزن عن الكآبة من حيث إن الحزن هو انفعال سليم في مقابل فقدان أو توقع فقدان المحبوب للفرد، بخلاف الكآبة.

ويرى «بالبي» أن الفرد ما دام يرتبط مع العالم الخارجي على مستوى الفكر أو الممارسة وكانت هناك عواطف متبادلة من الأمل، الخوف، الضعف، الارضاء، الاخفاق وأي نحو من انحاء التفاعل الاجتماعي فان حالة الفرد السلبية لا يمكن أن تدخل في اطار الكآبة، ولكن إذا انقطعت المبادلة أو التفاعل الاجتماعي فان الكآبة هي المتوقعة حينئذ إلى حين عودة المبادلة بنحو آخر بين الفرد والمجتمع. والشخص الذي يمكنه تحمل الحالة الانفعالية الشديدة الحاصلة من قطع مبادلة معينة أو تعلق معين وبعد مدة غير طويلة يعمل على تنظيم تعامل جديد من خلال نسق جديد من الافكار والاحساسات يمكن اعتباره سليماً من الناحية النفسية، والتوفيق في هذا السبيل يعتمد بالدرجة الاولى على شعور الفرد بقيمته الذاتية وعزته الشخصية.

### 3. التبيين المعرفي والتفكير السلبي:

ويرى بعض علماء النفس أن الكآبة مردّها إلى تصورات الشخص السلبية عن نفسه والمجتمع والعالم. فالوقائع الخارجية لا تملك قيمة واعتباراً من الخير والشر خارج ذهن الإنسان، ولكن تصورات الإنسان وانطباعه الذهني عن الواقع هو الذي يعيّن حالة الشخص النفسية على مستوى السلامة والمرض. فاذا كان نظره سلبياً عن افراد المجتمع وعن نفسه ولا يرى إلا نقاط الضعف والحوادث المرّة والعيوب والنواقص ولا ينظر إلى المستقبل الا من زاوية مظلمة ومتشائمة، فمن شأن هذا

الشخص أن يصاب بالكآبة. أي أن الفكر السلبي هو الذي يولّد مرض الكآبة لا أنه معلول لها ومترتب عليها، وعلى هذا الأساس لابد أن يتم العلاج من حيث إزالة هذه التصورات والافكار السلبية.

وعلى هذا الأساس لا تكون العوامل الخارجية سوى مؤثرات ومعدّات لقبول المرض، وعلى سبيل المثال فقداننا للمنصب أو للثروة لا يعدّ من عوامل الاصابة بالكآبة إلاّ حينما نشعر معها بخسارة مماثلة في كياننا وعزّتنا وشخصيتنا، وبالتالي نشعر بفقدان الشيء العزيز والمحبوب أننا فقدنا جزءاً من كياننا، وفيما لو توالى مثل هذه الاحداث السلبية لم يبق في محتوانا الداخلي شيئاً نعتزّ به وبامكانه أن يقيم أود شخصيتنا ولذلك نشعر معه بخواء روحي وفراغ معنوي يستحيل بعدها إلى كآبة مزمنة.

أما كيف يمكن تفسير الربط بين الواقع الخارجي والمحتوى الداخلي بذلك الارتباط الوثيق؟ ولماذا صارت الاشياء الخارجية بمثابة دعائم لشخصيتنا وكياننا؟ ولماذا يقوم الذهن بمثل هذه التفاسير السلبية عن الواقع الخارجي والمستقبل؟

الحقيقة أن الشخص المصاب الكآبة أو من له القابلية على الاصابة بهذا المرض كان يعيش قبل ذلك في أجواء وهمية، وقد بنى شخصيته بعناوين خيالية واعتبارية ليس لها في سوق الواقع نصيب، وبذلك لم يتحرك في سبيل بناء الشخصية على قاعدة معرفية وعقائدية صحيحة، ولم يعمل على إرضاء قواه النفسية وحاجاته الروحية وتغذيتها بالغذاء الحقيقي والاشباع المعنوي، بل اكتفى بالعناوين الخاوية في تشكيل شخصيته. وبما أن العناوين مرتبطة باعتبار الآخرين لها، فهذا يعني أن شخصية الفرد لم يتم صياغتها من قبل الشخص نفسه، بل من قبل الآخرين، ولذا فهو دائم

السعي وراء المدح والثناء والتظاهر والتحسين والتمجيد، وهذه الحالة تمدّ جذورها نحو الماضي ومرحلة الطفولة. فالطفل يبدأ حياته بالتحرك على مستوى ارضاء حوائجه الشخصية واشباع غرائزه البدنية كالحاجة إلى الغذاء مثلاً، وبعد مدة يدرك أنه محتاج إلى والديه في هذا الامر وأنه لا يتمكن من ادامة حياته على انفراد، فيشعر بالضعف والفقر وعدم الاعتبار لذاته، لأن حياته بيد غيره وأن بقاءه متوقف على مساعدتهم، ومساعدتهم بدورها متوقفه على حبهم له. فاذا كان له نصيب من حبهم وحنانهم فانه يطمئن إلى مساعدتهم اكثر من أي وقت آخر.

وعليه، فالحاجة إلى العشق والمحبة والحنان متقدمة على الحاجة إلى الغذاء. وفي البداية يتوفر له الحب والحنان من دون مقابل، ولكن ما أن تمضي مدة حتى يطلب منه الوالدان بعض الأعمال وينهونه عن أخرى، فيدرك الطفل أنه يعيش في دائرة الواجبات والممنوعات وأن رضا والديه متوقف على الامتثال لطلباتهما، وإلا فقد حبهما الذي يعتبره رمز بقاءه وحياته.

بعض الافراد - إن لم نقل الاكثر - يتحركون في سلوكهم وحياتهم من هذا المنطلق، ويرون أن تأييد الناس ومحبتهم لهم تتوقف على السعي الدائب في الاستجابة لمطالبهم وإرضاءهم، ومثل هذا الهدف قد يحصل عليه الفرد، إلا أنه غير مستقر ولا يمكن الاعتماد عليه كقاعدة سليمة واساس متين في بناء شخصية الفرد. فبدلاً من الاحساس بالراحة عند نيل هذا الهدف، يظل الفرد يعيش في خوف وقلق من زوال هذا الحب لأدنى خلل يحدث في سلوكه تجاه الآخرين، أو أقل توقف عن القيام بخدمتهم، لأن التوقف يعني فقدان كل شيء، وهذا هو معنى أن شخصيتنا واعتبارنا بيد الآخرين وأسرهم، وبالتالي فاننا نسعى دوماً في سبيل إرضاء الغير

ونصرف من قدراتنا وطاقاتنا الذاتية لا لطلب الكمال الواقعي بل لإرضاء الآخرين وسماع ثنائهم وتمجيدهم، فلو حدث أن فقدنا هذا الحب والقبول من الآخرين ولم نحقق هذا الهدف - كما هو المتوقع - وقد صرفنا جلّ عمرنا وطاقاتنا في سبيله، فمن الطبيعي أن نشعر بالكآبة والخواء المعنوي ونفقد الأمل بالحياة والمستقبل..

وعلى سبيل المثال، فإننا قد نهتم بتحصيل المال والثروة لزيادة اعتبارنا وتقوية شخصيتنا في أنظار الآخرين. وقد نقضي جلّ شبابنا في تحصيل المقام العلمي أو المنصب السياسي من أجل ذلك الهدف بالذات، وهو كسب الاحترام وتثبيت شخصيتنا وعزتنا لدى الغير، فإذا لم نحقق هذا الهدف، فمن المتوقع أن نشعر بالاحباط واليأس والكآبة، وبما أن مثل هذه الشخصية مبنية على الرمل ولا تقوم على قاعدة متماسكة من الشعور بالعزة الذاتية والكرامة المعنوية، فهي شخصية متزلزلة كما تقدم، ولكن المشكلة هي أن رضا الناس هدف لا يدرك، وهو أشبه بالسراب منه إلى الحقيقة، وكلما سعى الفرد في سبيل تحصيله بالطرق المذكورة آنفاً وجد نفسه أنه أبعد ما يكون عنه، فإذا ازدادت ثروته كثر الناقمون عليه والمتوقعون منه، وإذا ارتقى مقامه السياسي أو العلمي كثر حاسدوه ومخالفوه.. وهكذا، فهو في الوقت الذي يكدح جاهداً في سبيل تحقق ذلك الهدف الاصل لتوقف شخصيته على تحصيله يجد نفسه بعيداً عنه أكثر كمن يشرب ماء البحر فيزداد عطشاً، فيستمر في سعيه ويزيد من جهده أكثر حتى تضعف قواه ويدب اليأس إلى نفسه، فيصاب بالكآبة.

#### 4. العوامل الفسيولوجية:

وقد لاقت هذه النظرية رواجاً في الآونة الاخيرة لدى علماء النفس لأسباب عديدة:

**منها:** أن بعض موارد الاصابة بالكآبة حصلت بدون وجود عامل نفسي مؤثر، وكذلك عودة هذا المرض بشكل منتظم دون تحقق شرائط وظروف مساعدة، مما قوى احتمال وجود خلل فسيولوجي في الذهن والاعصاب.

**ومنها:** وجود تشابه في موارد حدوث الكآبة في الصغير والكبير والمرأة والرجل من جميع الشعوب والمجتمعات بغض النظر عن العرق والثقافة.

**ومنها:** بروز بعض موارد الاصابة بالكآبة حين الاصابة ببعض الأمراض البدنية (مثل أمراض الغدد الصم) أو حدوث خلل في عمل خلايا الدماغ، أو استعمال بعض الادوية (كالتى تستعمل لعلاج ضغط الدم)، وفي كل هذه الموارد يمكن ارجاع مرض الكآبة إلى ارباك فسيولوجي في أجهزة البدن.

**ومنها:** تأثير الأدوية المستعملة ضد مرض الكآبة مما يقوى احتمال نشوء الكآبة من فعاليات الجهاز العصبي وخلايا وانسجة الدماغ. وأيضاً تزامن الكآبة مع بروز تغييرات فسيولوجية لدى المرأة قبيل العادة الشهرية، وبعد تولد الجنين، والاعوام التي تسبق بلوغ سنّ اليأس وامثال ذلك.

وجاءت المشاهدات والتجارب في الإنسان والحيوان لتؤيد هذه الفرضية وتثبت وجود رابطة خاصة بين بعض المواد الكيمياوية المؤثرة إلى الاعصاب أو على افرازات الغدد الصمّ ومقدار الهرمونات وبروز بعض حالات الكآبة. كما أن بعض التحقيقات دلّت على وجود علاقة بين الكآبة في أبناء المعتادين اكثر من غيرهم.

## 5. عوامل اجتماعية:

فالطفل الذي نشأ من اسرة متصدعة ويكثر فيها الشجار والخلاف، أو ينشأ يتيماً، هو أقرب إلى الاصابة بالكآبة من غيره، وكذلك في محيط المدرسة أو العمل إذا فقد الفرد فيه الأمن والاحترام وارضاء حاجاته الاولية البدنية والروحية. ومن هذه العوامل ما نشاهده في مجتمعاتنا الإسلامية من استبداد وجور الحكام وكبت للحريات ومصادرة للحقوق والحروب وآثارها النفسية والاجتماعية المخربة، كل هذه الامور تعدّ من العوامل المهمة في الاصابة بالكآبة.

**ومنها:** أيضاً عامل «الهجرة» عن الاوطان طلباً للرزق أو فراراً من الظلم، حيث يتعرض المهاجر إلى الوان من الحرمان والغربة والفراغ الروحي نتيجة تبدل المحيط الاجتماعي والثقافي والديني مما يجعله مستعداً للاصابة بالقلق والكآبة وغيرهما من الامراض النفسية.

**الخلاصة:** إن النظريات في سبب الكآبة متنوعة ومتكثرة، ولعل من الخطأ الاقتصار في سبب الكآبة على تفسير واحد، فالغالب أن تشترك أسباب متعددة في حالة نفسية من هذا القبيل وخاصة إذا علمنا بوجود عدة اشكال من الكآبة كما تقدم، فهناك عوامل نفسية وعضوية واجتماعية وفكرية تتظافر فيما بينها لايجاد هذا المرض ويمكن تلخيصها فيما يلي:

**1 -** إن سبب الكآبة هو الصراع الدائر بين «الأنا الأعلى» الذي يمثل تراكمات القيم الاخلاقية والاصول والتقاليد والاعراف الاجتماعية بدرجة شديدة وقاسية من جهة، والدوافع والحاجات الأهلية في الفرد.

**2 -** سبب الكآبة هو الحرمان من الحب والحنان في مرحلة الطفولة.

**3 -** الكآبة هي نتيجة الشعور بالاثم تجاه الاخرين والوجدان والدين والمثل العليا. وبعبارة أخرى، هي

ألم النفس وما يتعرض له الإنسان من تقريع الوجدان وتوبيخ العقل حيال تقصيره في القيام بوظيفته.

**4 -** وقد يكون العكس هو الصحيح، أي أن مصدر الكآبة هو الألم الناشئ من عدم الاستجابة لطلبات النفس الامارة، أي حزن النفس الامارة على منافاتها من لذائذ غير مشروعة، فتحاول الانتقام من صاحبها بهذا الشكل.

**5 -** الأسباب المتقدمة كانت تبحث عن مصادر الكآبة الضاربة في أعماق النفس، ولكن قد تكون هناك أسباب مباشرة لهذا المرض من قبيل: وفيات الاحبة، أو الفراق الطويل. أو الغربة في بلاد المهجر وخاصة للمسلمين المجبرين على الهجرة عن بلادهم الإسلامية إلى بلاد الكفر طمعاً في الكسب أو فراراً من الظلم.

وكذلك هجرة القروي إلى المدينة، وكل غربة شديدة ومتواصلة قد تكون سبباً للكآبة حتى لو كان الشخص يعيش في وطنه وبين أهله وأقربائه، إلا أنه قد يشكو الغربة الشديدة لاختلاف مستوى عقله وثقافته عنهم مما يتسبب في عدم إدراك الآخرين له، وقد يتهمون بالارتداد والجنون وأمثال ذلك كما يحدثنا التاريخ عن بعض الفلاسفة والانبياء وغيرهم من المصلحين.

### حكاية مهاجر:

«أبو عامر» مهاجر عراقي مقيم في استراليا هو وعائلة ومصاب بالكآبة المزمنة منذ ثلاث سنين، ينام إلى قبيل الظهر، ثم يخرج من البيت ويجلس لوحده على قارعة الطريق، أو في حديقة على مقربة من بيته عدة ساعات ليس له إلا التدخين والنظر إلى السيارات والمارة، لا يهتم لنظافة ملابسه ولا يرغب في الحديث مع أحد من الناس، وعندما يعود إلى البيت يجلس الساعات الطوال امام جهاز التلفاز يستمع لنشرة الاخبار والبرامج الاخرى دون أن يفهم شيئاً منها، فهو لا يجيد

الانجليزية وليست له رغبة لتعلمها حتى يحين وقت العشاء، فيتناول شيئاً قليلاً ويذهب إلى فراشه من دون أن ينبس بكلمة، وكلما حاولت زوجته الحديث معه ودفعه إلى الكلام أو دعوة رفاقة إلى البيت ليأنس بهم ويخرج عن حالته واطراقه لم ينفع شيئاً، وكأن زوجها يعيش مع ذاته وفي عالم آخر. وتقول زوجته إنه ترك صلاته وصومه والتزامه الديني منذ أكثر من سنة، ويعيش هو وعائلة المكونة من زوجته وابنه وابنته بما تعطيهم الحكومة من راتب شهري من مخصصات المهاجرين، ويقول عنه صديقه المقيم في إيران:

– جاء ابو عامر مهاجراً من العراق إلى الجمهورية الإسلامية بعد حرب الخليج الثانية (بين العراق وبين امريكا وحلفائها) مع من جاء من اللاجئين وسكنوا سنوات عديدة في المخيم. وكان ابو عامر شديد التعلق بالجمهورية الإسلامية في بداية الأمر حتى أنه كان يراها دولة مثالية في كل شيء، ويرى الشعب الإيراني بمثابة الملائكة على الأرض، وأن إيران هي الجنة الموعودة للمؤمنين. وكان شديد التدين والالتزام الديني إلى درجة الوسوسة، فكان وضوؤه يستغرق نصف ساعة، والغسل ساعة أو أكثر، ويهتم بالمستحبات والمكروهات أيضاً إلى جانب التزامه بالواجبات الدينية، فينهض مبكراً ويصلي صلاة الصبح ويجلس للدعاء والتعقيبات وقراءة القرآن إلى طلوع الشمس ولا تفوته صلاة الجمعة، أما يوم الجمعة فينشغل بالأدعية والأعمال المأثورة من الصباح إلى وقت الظهر ولم تفارق المسبحة يده، وحتى بالنسبة إلى بيت الخلاء فقد كان ملتزماً بالأذكار الواردة والمستحبات المذكورة لقضاء الحاجة من تقديم الرجل اليسرى عند الدخول والرجل اليمنى عند الخروج وتغطية الرأس وما إلى ذلك، وقد تطوع فور وصوله إلى إيران للجهاد مع

المجاهدين العراقيين لتحرير العراق من الحكومة الجائرة وإقامة الدولة الإسلامية في العراق. ولكن تدريجياً ضاقت عليه الأمور في المخيم من الناحية الدينية والثقافية والمادية وخاصة بعد زواجه من بنت أحد رفاقه في الفيلق. فبينما كان ينفق راتبه الشهري من الفيلق للمحتاجين ومن يريد الزواج أو شراء بيت سواء على شكل قرض أو هبة ولم يكن يشعر للاموال قيمة في قبال حاجه رفاقه المجاهدين، ولم يدخر ليوم حاجته شيئاً من المال، وإذا به يواجه عوزاً شديداً في زواجه وعند مرض ابنته، وما من أحد يمد له يد العون إلا النزر اليسير، وبعد أن خرج من المخيم بصعوبة استأجر بيتاً صغيراً في مدينة قريبة للمخيم، ولما كانت أجرة البيوت باهظة وتكاد تأتي على أكثر من نصف راتبه الشهري، قرر العمل في السوق في فترات الاجازة إلى جانب أحد رفاقه في دكان صغير.

واحياناً يأخذ اجازة طويلة ليكتسب في السوق، ولكن مضايقات الحكومة لعمل الأجانب في إيران من جهة، ومشاكل المسؤولين في الفيلق من جهة أخرى، والخلافات بين الفئات الجهادية والتيارات الدينية على مستوى رجال الدين الإيرانيين أو العراقيين جعلته متبرماً ناقماً على الحالة التي تردت فيه الثورة الإسلامية. فبعد أن كان يرى في علماء الدين أنهم ورثة الانبياء بل أفضل من أنبياء بني اسرائيل كما تقول الروايات، وإذا بهم تركوا الثورة وانشغلوا بالصراعات الحزبية وجمع حطام الدنيا والتحرك ضد الآخر من موقع الاتهام والسبّ والشتم، فكيف يجتمع هذا الحال مع ما كان يتصوره عن الحكومة الإسلامية ورجال الدين؟ ولماذا هذا الخلاف والشقاق والعدو واحد، والدين واحد، والبلد واحد؟!

وكان آخر أمره أن قرر شراء بيت للتخلص من الاجار. ولما لم يكن لديه المال الكافي أوصاه صاحب مكتب العقارات الذي طرح عليه أبو عامر الأمر بعد أن رأى محاسنه البيضاء وأخلاقه الجميلة - بأن يشتري أرضاً في البداية ثم يبنيها تدريجياً، وذهب معه وأشار إلى قطعة أرض في ضواحي المدينة وطلب منه دفع القيمة حالاً على أساس أن يقوم هو فيما بعد بتنظيم السند ونقله باسمه، ولما كان أبو عامر متديناً وساذجاً بعض الشيء، فقد صدق بهذا الرجل وأعطاه كل ما معه من النقود وما استقرضه من الآخرين وما باعه من ذهب زوجته على أن يأتي غداً إلى المكتب ليستلم السند. فلما جاءه في الغد لم يجده وكانت قد انتهت اجازته فالتحق بالفيلق، وبعد مضي أسبوعين أو أكثر عاد إليه وظل صاحب المكتب يماطله حتى شكّ به أبو عامر، فشكاه إلى المحكمة فانكر صاحب المكتب أن يكون قد رآه قبل ذلك أو استلم منه شيئاً من المال، ولما لم يكن لدى أبي عامر شواهد وأدلة على مدّعاة أعطى القاضي الحق لصاحب المكتب وأبطل دعوى أبي عامر، فخرج من المحكمة صفر اليدين وقد اظلمت الدنيا في عينيه، وعزم على الهجرة من إيران بعد أن لم يبق له شيء وبعد أن كان يعتقد بحرمة هذا العمل وأنه من قبيل التعرب بعد الهجرة، فباع ما يقدر على بيعه وأعانه بعض أصدقائه بالمال بعد أن سمعوا بقصته فاشترى جوازاً من السوق السوداء وألحق به عائلته وسافر إلى استراليا ووصل إليها بعد جهد جهيد خائر النفس منهك القوى محطّم الأعصاب، وقد كان في الأشهر الأولى سيء الخلق مع أهله سريع الغضب كثير التفكير في مصيره وعقيدته ودينه ومصير أطفاله، وبعد مدة جاءه انذار من البوليس بلزوم مراعاة قوانين البلد وعدم الاعتداء على الزوجة والاطفال، وإلا سيتم إرجاعه من حيث أتى، وقد كانت ابنته قد اشتكت

من سوء أخلاق أبيها لدى ادارة المدرسة بعد أن رأوا اضطرابها وتشوش فكرها فعرضوها على الطبيب النفساني المختص فشرحت لهم سلوك أبيها تجاهها وتجاه أمها، فأبلغت ادارة المدرسة البوليس بهذا الشأن، فلما سمع أبو عامر بهذه الشكاية والانذار لزم الصمت، غرق في وجوم عميق، ومنذ ذلك الحين بدأ بالتدخين والانزواء وظهرت عليه بوادر الكآبة الشديدة.

وهكذا نرى تراكم عدة عوامل وأسباب في اصابة هذا المهاجر بالكآبة، وليس من السليم حصر العامل في أحدها، فمن جهة المعتقد كان ابو عامر يرى كل شيء من منظار الدين وأن الجمهورية الإسلامية هي حكومة الله على الأرض، فلما رأى ما ينقض هذه العقيدة وخاصة فيما يتعلق بسلوك المسؤولين تجاه العراقيين المهاجرين، والتبعيض من أهل البلد والمهاجرين المسلمين على مستوى القوانين الحكومية ونزاعات رجال الدين في الدائرة الإيرانية والعراقية، تملكته حالة من الاحباط الشديد وشعر بأنه يتحرك في سلوكه الديني السياسي باتجاه مظلم وطريق مشكوك. وكان هذا العامل الثقافي لوحده كافياً لاصابة بالكآبة لشدة تعقله وحرارة ايمانه بالدولة الإسلامية، ومن جهة أخرى كان يرى في الجمهورية الإسلامية كل الإسلام والدين كما كان رجال الدين والمبلغون يركّزون على هذا المفهوم للناس وأن غاية الدين وهدف الانبياء هو الحكومة الدينية. ومن جهة ثالثة وجد احترام الإنسان والاعتراف بحقوقه في بلد الكفر أفضل منها في بلد الإسلام من دون تمييز في الدين والمذهب والوطن، وحتى عندما جاءه انذار البوليس الاسترالي اعترف في نفسه بأنه هو المقصر والحق معهم، ولكن كيف يتسنى له قبول هذا المعنى وثقافته الأصلية مبنية على أن الرجل له القيمومية

الكاملة والحرية المطلقة في اتخاذ ما يراه صالحاً لتأديب أهله وأطفاله؟! ولا يخفى تدخل العامل الفسيولوجي أيضاً في الإصابة بالمرض بعد أن رأينا ضعف أعصابه وإرادته وابتلائه بالوسوسة في امور النظافة والعبادة. وأخيراً عامل الغربة والتعب النفسي وشدة الضغوط الاقتصادية والنفسية تجمعت لتدفع بهذا الإنسان إلى حافة الانهيار واليأس.

## الحالة (2):

ونقرأ في هذا الصدد أيضاً ما ذكره الدكتور عبدالستار ابراهيم حيث قال: قدم إليّ شاب في الثانية والثلاثين من العمر، حسن المظهر، يعدّ للماجستير في علم النفس، ويعمل مرشداً نفسياً في إحدى المدارس المحلية، ذكر لي وهو يكاد يبكي - وبصوت خفيض منكسر - أنّه يعاني بشدة من الاكتئاب الشديد، ولأنه كان متخصصاً في العلوم النفسية، فقد كان له من الاستبصار والفهم ما جعله يستنتج أن حالة الاكتئاب هذه تملكه بعد معاناة شديدة من الفشل الاجتماعي والقلق، وذكر أن القلق يملكه بشدة في المواقف الاجتماعية التي تتطلب منه تفاعلاً مع الآخرين، ولأنه كان في نفس الوقت يعمل مديراً لحدى المدارس المحلية، فقد تعددت المناسبات الاجتماعية التي تتطلب منه مواجهة واحتكاكاً بالآخرين، أو إلقاء كلمة في حفل عام، فما أضاف إليه كثيراً من المعاناة، وأضاف أنه أيضاً تزوج مرتين خلال السنوات الخمس الماضية، وكلتاها انتهت بالطلاق، وهو يعتقد أن الطلاق في الحالتين كان بسبب عيوب فيه، وضعف في شخصيته، ونظراً لأنه مقدم على الزواج للمرة الثالثة، فهو يخشى أن تنتهي حياته إلى نفس المصير السابق عند ما تكتشف زوجته الثالثة ما

هو عليه من ضعف، ولهذا جاء إليّ في هذه المرحلة الحاسمة من حياته لأنه لا يريد مزيداً من الفشل والعجز، وفي حديثه عن أسباب هذا الاضطراب والظروف التي أحاطت بتكون أعراضه المرضية، ذكر أنّه على هذا الغرار منذ الطفولة، فهو قد نشأ في أسرة تشرف في النقد، وأن والدته توفيت وهو طفل صغير، وأن والده كان شديد القسوة والغلظة، وهو لا يتذكر من خبرات الطفولة إلا ما هو شيء، فهو يتذكر أنه تعرض للاعتداء الجنسي وهو في الخامسة من العمر من شاب يجاوره في المسكن، وأن والده عندما علم بذلك كان ينتقده بشدة، وأن زوجة أبيه كانت أيضاً تسرف في معايرته وتشبهه بالانثى، ويقول إنّه يتذكر هذه الأشياء دائماً وأنها لا تغيب عن ذاكرته، وأنها تساهم في تفاقم مشكلاته الراهنة، فهو يخاف الفشل الجنسي دائماً بالرغم من أنه لا يعاني من مشكلات عضوية، وأنه يخاف من المواقف الاجتماعية التي تتطلب منه التعبير عن نفسه وتأكيد ذاته، واعترف بأنه زار أحد الاطباء النفسيين بنفس المستشفى، ولكنه يستفيد إلا ببضع وصفات طبية لبعض المهدئات والعنابير المضادة للاكتئاب التي ساعدته أحياناً في النوم الجيد.<sup>(40)</sup>

## العلاج:

يعتمد علاج الكآبة بالدرجة الاولى على اعادة ثقة المريض بنفسه وفتح آفاق المستقبل أمامه وإزالة التشاؤم والافكار السلبية من ذهنه، وهذا بدوره يعتمد على حلّ الصراعات النفسية التي يعانيها المريض، وأهم ما يكون المريض بحاجة إليه هو الإسناد المعنوي من ذويه أو الطبيب المعالج بأن يشعر بأنه ليس وحيداً

وأنّ هناك من يشاركه في آلامه وأحزانه بما يعطيه الثقة في النفس ويزرع في قلبه الأمل في الحياة الممتعة، وما نشاهده من أساليب التسلية عند وفاة الأحبة من المشاركة في التشجيع ومجالس الترحيم في المجتمعات الإسلامية ومواساة المصاب لها الدور المهم في التخفيف من حدّة الحزن والجزع ومنع تحوله إلى كآبة مزمنة، وتدخل ضمن العلاج النفسي أيضاً بصورة غير مباشرة وغير متعمدة.

ومن العلاج النفسي ما يكون مرتبطاً بسلوك المريض وطريقة تفكيره ومدى ارتباطه بالغيب، فإنّ من الواضح أنّ الإيمان بالله والتوكل عليه والرضا بقضائه إذا ترسبت في قلب الإنسان وفكره كان لها أكبر الأثر في إيجاد الأمل بالحياة وإزالة كابوس الكآبة عن قلب المصاب، وفي ذلك قول الرسول الأكرم (صلى الله عليه وآله وسلم):

**«إنّ الله بحكمته وفضله جعل الروح والفرح في اليقين والرضا، وجعل الهم والحزن في الشك والسخط»<sup>(41)</sup>.**

وإذا كانت أسباب الكآبة لها جذور مادية ودنيوية، فعلى المصاب أن يفكر في تفاهة هذه الدنيا وفنائها السريع، وأنّ ما في يده من النعم الإلهية أكثر بكثير مما فاته منها، ولا يقيس نفسه على من هو أعلى منه ثراءً ومنصباً دنيوياً، بل ينظر إلى من دونه، فإذا كان فقيراً، فليفكر فيمن هو أفقر منه، وإذا كان مبتلياً ببليّة من سجن أو مرض أو زوجة مشاكسة أو حاكم جائر وأمثال ذلك فليرى أنّها جميعاً بعين الله ورعايته، وربّ بليّة أعقبت خيراً كثيراً:

**(فعسى أن تكرهوا شيئاً ويجعل الله فيه خيراً كثيراً).<sup>(42)</sup>**

41 – بحار الأنوار، ج 77، ص 61.

42 – سورة النساء، الآية 19.

وفي ذلك يقول أمير المؤمنين (عليه السلام):  
«أما بعد، فإن المرء قد يسره درك ما لم يكن  
سيفوته، ويسوؤه فوت ما لم يكن ليدركه، فليكن سرورك  
بما نلت من آخرتك، وليكن أسفك على ما فات منها، وما  
نلت من دنياك فلا تكثرن به فرحاً، وما فاتك منها فلا  
تأس عليه جزعاً، وليكن همك فيما بعد الموت،  
والسلام»<sup>(43)</sup>.

ولذا، فإن علماء الأخلاق يؤكدون على إرشاد المريض  
إلى هذا الجانب الوهمي من المرض، وهو حزن المريض  
على ما فاتته من الأمور الدنيوية، يقول الملائ النراقي  
(رحمه الله) في جامع السعادات:  
«وسبب الحزن شدة الرغبة في المشتهيات الطبيعية،  
والميل إلى مقتضيات قوتي الغضب والشهوة، وتوقع  
البقاء للأموال الجسمانية، وعلاجه: أن يعلم أنّ ما في  
عالم الكون والفساد من الحيوان والنبات والجماد  
والعروض والأموال في معرض الفناء والزوال، وليس فيها  
ما يقبل البقاء، وما يبقى ويدوم هو الامور العقلية  
والكمالات النفسية المتعالية عن حيطة الزمان وحوزة  
المكان وتصرف الأضداد وتطرّق الفساد، وإذا تيقن بذلك  
زالت عن نفسه الخيالات الفاسدة، والأمانى الباطلة، فلا  
يتعلق قلبه بالأسباب الدنيوية...»<sup>(44)</sup>.

ومن العلاجات الناجعة وخاصة في حالات الكآبة  
الخفيفة هو وسائل التسلية والترفيه من الإنطلاق إلى  
الطبيعة والابتعاد عن زحمة المشاكل وضوضاء المدن، أو  
الجلسات المحببة للنفس مع الأصدقاء للترويح والتسلية  
المشروعة، وليحذر كل الحذر من وسائل الترفيه  
والتسلية المحرمة كاللجوء إلى المخدرات والمشروبات  
الكحولية ورفاق السوء واللذات الرخيصة، فانها قد

43 - بحار الأنوار، ج 78، ص 30.

44 - جامع السعادات، ج 3، ص 114.

تعمل على نسيان الفرد لواقعه ومعاناته بصورة مؤقتة، إلا أنها ذات آثار سلبية خطيرة على المدى البعيد كما لا يخفى، وفي الحقيقة أنّ دورها يتمثل في خنق الضمير والنفس الحقيقية وكبت الوازع الديني والأخلاقي في الفرد وأسر عقله وإطلاق اليد للنفس الأمارّة التي هي سبب الكآبة لتعبث بقدرات الإنسان وملكاته الإيجابية ودوافعه الخيرة مما يزيد في كآبته يوماً بعد آخر، ومع الأسف إنّ هذا الأسلوب في العلاج هو الأكثر رواجاً في أوساط الناس.

وعلى أية حال فإن من الضروري في دائرة العلاج أن يختار المعالج أو أقرباء المريض بعض الهوايات والفعاليات المفرحة واقتراحها على المصاب بالكآبة ضمن برنامج يومي أو اسبوعي والاشتراك في جلسات الاصدقاء والاقرباء مما يبعث على تقوية السلوكيات الايجابية لدى المصاب، وترك السلوكيات السلبية تدريجياً من قبيل الوجود والشكوى والتشاؤم والعزلة وأمثال ذلك. أي يقوم المهتمون بالمصاب بعملية استبدال السلوكيات السلبية والمخرّبة بسلوكيات ونشاطات مفرحة ولذيذة.

أما على نظرية مدرسة التحليل النفسي، فالعلاج يقوم على أساس حلّ الصراع النفسي لدى المصاب، وهذا بدوره يعتمد على إخراج العناصر والحوادث المكبوتة في اللا شعور إلى عالم الوعي والشعور عن طريق التنويم المغناطيسي أو التداعي الحر بأن يستلقي المصاب على أريكه ويبدأ بالتحدث الحرّ عن الماضي والمنامات وغير ذلك، وبذلك يعمل على تفريغ ما في عالم اللا شعور من نقاط مكبوتة والطبيب يقوم بتفسير بعض الغوامض من احساساته له وتقييمه من جديد، وبذلك يستطيع المريض من خلال التداعي الحر تذكّر التجربة الاولى أو الحوادث الماضية المنسيّة التي تشكل البناء

التحتاني لهذا المرض، وبالتالي يساعده على فك رموز الصراع النفسي الذي يعاني منه.

هذا ولكن هذا الاسلوب من العلاج لم يثبت جدواه إلا في بعض الموارد الخفيفة من حيث عجز المصاب غالباً من التحدث الحر والانطلاق في الكلام لشدة المرض وضغط الغموم والهموم، ولذا قد يترك جلسات العلاج التي تستغرق عادة من 6 - 25 جلسة (جلسة واحدة في كل اسبوع)، وهذا بدورة مما يزيد في يأس المصاب من الشفاء وتعميق روح التشاؤم فيه.

أما على مستوى العلاج الفكري في نظرية الافكار الذهنية المخزبة فيقوم على أساس تصفية ذهن المصاب من التصورات المحورية التي تورث الكآبة في الفرد. فالمصاب لديه تصورات وأفكار على شكل قواعد واصول موضوعة لا تقبل النقاش من قبيل: «أنا ينبغي أن أكون محبوباً ومحترماً دائماً من الجميع»، أو «يجب أن أكون متفوقاً على الجميع» أو «أنا لا أصلح لشيء»، وهذه الاصول والقواعد ضمنية وكامنة في اللاوعي، وتمثل الدوافع الحقيقية لسلوك مثل هذا الشخص ونظرته إلى نفسه وإلى الناس، وهي السبب في مظاهر التردد واليأس الحزن والشعور بالضعف والدونية وغيرها من علائم الكآبة. والعلاج هنا يتركز في إزالة هذه الاوهام المخزبة من ذهن المصاب واستبدالها باصول وقواعد معقولة وواقعية.

وبذلك يتسنى للمعالج التخفيف من حدة الكآبة للمصاب ومساعدته في مواجهة المشاكل الفردية والاجتماعية من موقع الفهم السليم والصحيح للواقع المعاش.

وهذا الاسلوب من العلاج وإن كان أفضل من سابقه، إلا أنه يقتصر على موارد خاصة من الكآبة، وهي الكآبة الذهنية المنشأ، ولكن هناك عوامل نفسية واجتماعية

للكآبة من قبيل الخجل المفرط والحساسية الشديدة تجاه توقعات الآخرين والغربة والظلم والجور الذي قد يتعرض له الفرد من الحكومة والمجتمع، كل هذه تتطلب علاجات من نوع آخر تقوم على اساس نفسي وتهدف إلى اعادة ثقة الفرد بنفسه والحدّ من هيمنة المؤثرات الخارجية عليه.

### حكاية السيدة (س...):

وكنموذج على تأثير العوامل النفسية ما نراه في بعض موارد الاصابة بالكآبة بسبب ضعف الشخصية والخجل المفرط، فالسيدة (س ..) التي لها من العمر 42 سنة ابتليت بنوع من الكآبة الشديدة بسبب حالة الخجل وهيمنة إرادة الآخرين عليها. فقد تعلمت منذ بداية حياتها أن الدفاع عن الذات واطهار عقيدة مخالفة للآخرين لا سيما الكبار هو نوع من الوقاحة وسوء الأدب. ولذلك كانت تتعرض احياناً للتمسخر والاستهزاء من قبل رفيقاتها عندما كانت في المدرسة، إلا أنها تغض النظر وتسكت حيال ذلك، وحتى بعد زواجها كانت مسلوبة الإرادة تجاه اختيار شكل اللباس واسلوب المعيشة ونمط البيت، فكل هذه الأمور فوّضتها إلى زوجها ووالدته، فكان زوجها هو الذي يختار لها اللباس الذي تلبسه، ولم تكن تتجرأ على ابداء رأيها تجاه أي شيء حتى فيما لو كانت رغبتها بخلاف رأي الآخرين وذوقهم، بل كانت تفضل السكوت أو اظهار أنها موافقة تماماً خوفاً من ازعاج الآخرين أو طمعاً في كسب رضاهم. وقد تعرضت لمشاكل جمّة بسبب هذه الحالة إلا أنّها لم تجد في نفسها القدرة على الخلاص منها إلى أن خارت قواها تماماً. وعلى سبيل المثال جاءت في أحد الأيام والدة زوجها إلى بيتها وحلّت ضيفاً عندها وأرادت أن تساعد في جمع بعض الخضروات من حديقة البيت لطعام الغداء.

ورغم أن السيدة «س..س» كانت تعلم بأن أم زوجها كانت مصابة بعفونة في الرئة، ومن المحتمل أن تتلوث الخضروات حين عطاسها أو سعالها، إلا أنها لم تجد في نفسها القدرة على ردّ طلبها، وأخيراً تناولت الأم الأناء منها وتوجّهت إلى الحديقة وشرعت بقطف الخضرة، وكما توقعت السيدة «س..س» فان والددة زوجها سعلت عدة مرات في حال العمل، ولكن صاحبة البيت لم تتجرأ حتى إلى الطلب من والددة زوجها أن تضع يدها أو منديلها على فمها حين السعال خوفاً من انزعاج والددة زوجها منها، وقد سبب لها ذلك القلق على صحتها وصحة اطفالها حتى إنّها لم تستطع النوم في تلك الليلة.

وهكذا يتضح أن علاج مثل هذه الحالات لا بدّ أن يمر من قناة التلقين والايحاء وأدوات العلاج النفسي الذي قد يستغرق وقتاً أطول من المعتاد كيما تستعيد هذه المصابة حالتها الطبيعية.

وقد يكون من النافع للتخفيف من حدّة المرض استعمال بعض الادوية والعقاقير التي يوصي بها الاطباء لمثل هذه الحالات رغم أن بعضها لا يخلو من عوارض سلبية كثيرة. ومن خصوصيات هذه الأدوية والأقراص الخاصة بحالات الكآبة أنّها بطيئة المفعول فلا يظهر أثرها إلا بعد 4 - 6 أسابيع، ولكن لحسن الحظ أنّها لا تورث الاعتياد عليها.

ومن التوصيات النافعة في مثل هذه الحالات المداومة على النظافة وغسل الرأس والاستحمام لما لها من آثار نفسية مريحة، ولذا ورد في الحديث الشريف:

«من وجد همّاً فلا يدري ما هو فليغسل رأسه»<sup>(45)</sup>.

«غسل الثياب يذهب بالهم والحزن»<sup>(46)</sup>.

ومن التوصيات النافعة كذلك ما ورد من الاستعانة  
بالأذكار كقول الرسول الاكرم (صلى الله عليه وآله):  
«قول لا حول ولا قوة إلا بالله فيه شفاء من تسعة  
وتسعين داء أدناها الهم»<sup>(47)</sup>.  
وقول الامام الصادق (عليه السلام):  
«إذا تولت الهموم فعليك بلا حول ولا قوة إلا  
بالله»<sup>(48)</sup>.

\* \* \*

### 3 - «الوسواس» أو «التسلط القهري»

الوسواس، أو «مرض التسلط القهري» هو أن تتسلط فكرة أو شعور نفسي مفاجي أو رغبة ملحة لدى الفرد يرى أنها دخيلة عليه ولا إرادية، بل غير مرغوب فيها ولا يجد لها مبرراً معقولاً سوى أنه مجبر على ذلك السلوك المعين الذي تفرضه عليه تلك الفكرة اللا شعورية .

ولا يقتصر هذا المرض على نوع واحد أو شكل معين لدى الناس كافة، وإنما يختلف الوسواس باختلاف الأفراد وثقافتهم وطبيعتهم المزاجية، فالمتدين قد يصاب بالوسواس في الأفعال العبادية من الوضوء والغسل وألفاظ الصلاة .

وبعض الناس تراوده أفكار عدوانية تجاه الآخرين فمثلاً يرى في نفسه رغبة ملحة في صفع كل شخص بدين، أو يرى الناس في الشارع عراة في خياله، أو تملكه فكرة السرقة من الصاغة، فما أن يقع نظره على لمعان الذهب إلا ودار في خلدته سرقة والهرب به بالرغم من أنه لا يرغب في ذلك بتاتاً، أو عندما يرى ذوي المكانة والمنصب من الناس تصور أنه يقوم برميهم بالرصاص بدون أن تكون له أدنى رغبة واعية في ذلك، أو أن يقفز إلى ذهنه في كل وجبة غذاء أنه يأكل أحذية، أو يصيبه الوسواس في خيانة زوجته له مع علمه التام ببراءتها وأمانتها إلا أنه لا يجد لهذه الفكرة مبرراً ولا دافعاً لها عن ذهنه، أو تطراً على ذهنه عند جلوسه مع النساء أنه يقوم بتقبيلهن، أو يتصور المناطق الجنسية منهن ويشعر بأنه مرغم على ذلك.

ومنهم من تصيبه الوسوسة في العقائد، فيشكك في وجود الله، أو في صدق النبوة بالرغم من إيمانه والتزامه، أو لا تفارقه الصورة التجسدية للإله مع اعتقاده بالتجريد، وغير ذلك.

مما ذكرنا من الأمثلة يظهر أنّ هذا المرض كثير الشيعاء، وقد لا نجد واحداً منّا لم تعتره أفكار تسلطية من هذا القبيل مرة أو أكثر في حياته.

ثم إنّ هذا المرض منه ما يقتصر على الأفكار كالوسوسة في العقائد أو العدوان، ومنه ما يتعدى إلى السلوك العملي كالوسوسة في النظافة والصحة والأعمال العبادية، ويطلق على الأول «الفكر التسلطي» وعلى الثاني «الأعمال التسلطية».

ولا يخفى ما للأفكار والأعمال التسلطية من آثار سلبية في حياة الفرد، وما تسبّب له من إحراج ومشقة وإيلام وخوف من سلامة عقله وأعصابه، وقد يؤدي الكثير منها إلى مرض القلق أو الكآبة أو ردود فعل نفسية شديدة قد تؤثر على سلامة روابطه مع أهله وزملائه.

ولا بأس بأيراد بعض النماذج لهذا المرض لاستجلاء أسبابه ودوافعه وبالتالي تسليط مزيد من الضوء على جوانبه المظلمة طمعاً في رفعه وعلاجه..

## الحالة رقم (1):

وعلى سبيل المثال ما ذكره «رولان دالبيير» من أن السيدة «ف. .» ذات الخامسة والأربعين من العمر تقريباً. تبدو عليها ملامح القلق والاشمئزاز معاً، فشفتها العليا مرفوعة، والثنية الأنفية الخديّة بارزة جداً.

ولقد كانت هذه السيدة قلقة دوماً. وشكت مرّات كثيرة من حوادث متنوعة، إن خوفها من التسمم بغاز الاضاءة حملها على إزالة كل أقنية الغاز من بيتها،

ثم إنَّ خوفها من التسمم بالغازات المنتشرة من مدفأتها تحملها على القيام في الليل عدة مرّات للتأكد من أنّ جريان الهواء يتم بصورة جيدة، أضف إلى ذلك أنها معذّبة بالقلق على أنّها لا تزور قبر زوجها بالدرجة الكافية.

ولكن الشيء البارز الآن في حالتها، وسواس القرف من كل القذارات التي تخرج من جسم الإنسان: كاللعاب، والبول، والبراز، ودم الحيض، إن مثل هذه الوساخات هي التي تخشاها على وجه الحصر، مع أنّها لا تبالي إطلاقاً بالغبار والجراثيم والقذارات المتنوعة الأخرى، وهي تخاف من القذارات التي تخرج من جسمها كما تخاف من القذارات التي تخرج من الآخرين. إنّها تخشى باستمرار أن يكون الشيء الذي تستعمله قد اتّسخ بصورة ما: كأدوات الاناقة، والفرشاة، والامشاط، والمناديل، والثياب الداخلية، وأزرار الابواب، والمفاتيح، الخ.. وهي تقاوم هذا الرهاب بالغسل المتكرر، فهي تغسل يديها مئة مرة في اليوم فيما لو مسّت شيئاً مشبوهاً، وعندما تنظف يديها ووجهها فانها تخشى أن يكون قد بقي في الطشت بعض اللعاب الناشيء عن فرك أسنانها، فهي تغسل هذا الطشت عشرين مرّة قبل أن تستخدمه.

وعندما تذهب لقضاء حاجتها، فانها تغسل يديها غسلاً لا نهاية له، وإذا جاءها الحيض فان رعبها كبير من أن يسيل الدم هنا وهناك.

وهي لا تغسل يديها فحسب، بل تغسل كل الأشياء التي يمكن أن تتسخ وتراها تنضّف كل يوم فراشها وأمشاطها وتلقي إلى الغسيل كل يوم بعشرين منديلاً، وكل غلالة تغسل بالصابون كلما وضعتها مرّة على وجهها لإزالة اللعاب الذي قد يكون خرج من فمها، وإذا عادت من النزهة امّرت البنزين على قفازها والأقسام الدنيا من

ثيابها التي قد تكون مسّت أرض الرصيف القذر بما فيه من بصاق، وبول، وبراز.

وأخيراً فإنها ترغم من حولها على الخضوع لاسلوبها في النظافة، وعلى خادمتها أن يغسلن أيديهن كلّما مسسن شيئاً سيمسّها، وتراقبهن عندما يذهبن إلى الغائط وتأمرنهن بغسل أيديهن عدة مرّات. أما عشيقها فعليه أن يترك حذاءه في الممر مخافة أن يحمل إلى غرفتها قذارة الشارع.

وتعيش هذه المرأة باستمرار في هذا الوسواس الذي يلاحقها في كل عمل من أعمالها، وعندما تشعر بخوف واضح من أنها اتسخت تغمرها عندئذ نوبة من الجنون والكرب، فتغسل مرات لا نهاية لها من دون أن تستطيع رفع رأسها من طشتها ومن دون أن تشعر بالاطمئنان والهدوء، وفي الوقت نفسه فإنها تشعر بأنها ستبصق هي نفسها على الأشياء التي حولها، فيمتليء فمها باللعبا ويبدو أنه يفيض ويسيل على ما حولها.

ولكن ما قصة هذا الوسواس؟ ولماذا أصيبت هذه المرأة بكل هذا العناء والمرض؟

من خلال التحليل النفسي ودراسة اسباب هذه الحالة الكامنة في جذور الحوادث الماضية تبين ما يلي:  
عندما فقدت هذه المرأة زوجها منذ عشر سنوات كانت هذه المريضة تذهب إلى المقبرة كل اسبوع. وكان هذا العمل الهادف إلى إحياء ذكرى زوجها مما ينبغي في رأيها أن يحاط بعناية خاصة، كانت تريد أن تقوم بهذه الحجّة إلى دار الميت وهي أنقى ما يكون من الوجهة الاخلاقية، وتحاول أن تنشيء في ذاتها وضعاً خاصاً من الخشوع والندم، وشيئاً فشيئاً اتسع هذا الحرص على النقاء الاخلاقي فشمل المجال المادي، فأمنعت في تأنّقها وزادت من صور العناية بالنظافة، كان يجب عليها أن تقترب من قبر زوجها بجسم طاهر كنفسها.

ودام هذا الوضع مع الزيارات الاسبوعية للمقبرة مدة ثماني سنوات في مثل هذه الشروط بلا تغيير، ولكن المريضة مرّت بأزمة عاطفية عنيفة منذ سنتين حطمت أعصابها، ذلك أن عشيقها الذي كانت تعبده بدأ يهرب منها، فقد أوشكت أن تنتزعه منها صديقة لها، فناضلت بعنف ودافعت عن حظّها، وأخيراً انتصرت لكنها تحطمت، وعندئذ ازدادت عصبيتها وقلقها وأصبحت الزيارات إلى المقبرة عملاً يحتفل له أكثر فاكثراً.

وإذا زاد خوفها إلاّ تكون من النقاء بالدرجة الكافية للقيام بتلك الحجّة. وخشيت أكثر فاكثراً أن تتسخ لدى الاقتراب من القبر وأن توسّخه بلامستها له، وكانت تخاف بصورة خاصة من أن تبصق على الأكاليل، وهكذا شيئاً فشيئاً تملكها الاهتمام المستمر بالنظافة والخوف من الأقدار، وجاء الهوس أو الوسواس فأقام، وله من السمات ما ذكرنا.

وقد حاولت في البداية أن تكافح هذه الرهبات، وأن تقاوم حاجتها إلى الغسل والاختسال وجربت أن تتسلّى وأن تقوم برحلات، لكن ذلك لم ينجح معها.

ويقول «رولان دالبيير» بعد استعراض قصة هذه السيدة: لنتخيل الآن أن محلاً نفسياً قرأ ملاحظة هذه المرأة العصابية، فكيف سيرى هذه الحالة؟ انه سيرى أن للخوف من التسمم بغاز الاضائة وبغازات المدفأة سبباً مشتركاً هو الخوف من الموت. ولما كان يعرف من جهة أخرى أن القلق من الموت كثيراً ما ينشأ عن وجدان آثم، فانه طبعاً سيفكر - ولكن من دون أن يؤكد شيئاً بطبيعة الحال - بوجود صراع من نوع أخلاقي..

ويضيف «رولان دالبيير»: الحقيقة أن السيدة ف.. تتألم من عذاب ضمير آسر، أما هوسها في الغسل والاختسال الغريب في الظاهر، فانه ليس إلاّ البديل الخداع لعاطفة لها ما يسوّغها تماماً. إن السيدة ف..

تتخبط في صراع نفسي مشتبك الحلقات: فهي من جهة تشعر بحب جارف لعشيقها، وهي من جهة أخرى وبحكم تربيتها الاخلاقية وحكم ذكرى زوجها، تشعر بأنها في موقف غير سليم ومخجل، إنها لا تملك القدرة على قطع علاقتها مع العشيق، وهي كذلك لا تملك القدرة على اسكات صوت ضميرها.

وهكذا فانها تلجأ إلى حلّ وسط: فالطهارة الخارجية والرمزية تقوم لديها مقام الطهارة الخلقية التي لا تملك الشجاعة على ممارستها.<sup>(49)</sup>

المهم في عصاب الوسواس هو «آلية الابدال» بأن تنتقل العاطفة من جهة إلى جهة أخرى في التصور، بخلاف «القلق» حيث تنقلب العاطفة إلى كآبة وكرب، أو ما سيأتي في عصاب «الهستيريا» من تحول العاطفة أو الانفعال النفسي إلى ظاهرة جسدية كالشلل أو العمى المؤقت. فهذه الحالات الثلاث تشترك في كونها صراعاً نفسياً مكبوتاً وان اختلف مصير الانفعال فيها. وبهذا نعرف جيداً الحالة الانفعالية الغير معقولة للوسواسي وأنها حدثت من قناة الانتقال ولم تكن كذلك في الأصل، أي أنها في الاصل كانت معقولة وكان هناك تناسباً كاملاً بين التصور وبين الانفعال النفسي. ولكن بعد دخول الشخص دائرة الصراع النفسي بين الدوافع المختلفة يحدث الانفصال بين الصورة وبين الانفعال، ويتم كبت التصور، فيبقى الانفعال الرمزي على قوته بعد أن يتشبه بتصورات أخرى غير منسجمة معه.

## الحالة (2):

ولنذكر حكاية أخرى للابتلاء بهذا المرض: «فقد كانت جان فتاة في العشرين من عمرها من مستوى عقلي متوسط

---

49 - رولان دالبيير - طريقة التحليل النفسي والعقيدة الفرويدية - ترجمة د. حافظ الجمالي - ص 277 - 281.

وثقافة ممتازة، وهي انفعالية بالبيئة ومصابة بالوسواس حيث تشكو منذ سنتين فكرة آسرة اندفاعية هي فكرة قتل أمها. وكانت جان عاطلة عن العمل وكسول، مترددة، ضعيفة الإرادة وغير قادرة على التلاؤم في فكرها وسلوكها مع الواقع القائم، وتنتابها أزمات اضطراب عقيم يخالطها الهرب من البيت، وتتناوب مع أزمات انخفاض معنوي من التعاسة المصحوبة بالبكاء والتوجع.. إن جان العاجزة عن الاستمرار في القيام بأعمالها وعن التحكم والسيطرة على نفسها تظل واعية للصفة المرضية لوضعها، وللوسواس الآسرة التي ترهقها. فهي تلوم نفسها على عواطفها السيئة وعلى الكراهية التي تحملها لأمها والتي تدفعها دفعاً إلى خنقها أو ذبحها بالرغم منها - على ما تقول - ذلك أنها في الحقيقة تعبدها، فالسخر الصباني لمثل هذا التضاد بين المظاهر المتعارضة والموجودة معاً للعاطفة الابنوية، واضطراب المريضة المتشئت، واستمرار الشعور والوعي بالرغم من كل هذه الفوضى النفسية، كل هذه ميزات أو خصائص حالة انفعالية ومرضية ذات شكل قلق مصحوبة بهوس مرهق وردود فعل ذاتية وموضوعية...

ويتابع الطبيب: دوبري وتريبات الحديث فيقولان: إن من المهم الآن أن نبحث لماذا تصبح جان، في أزمته الحاضرة اسيرة الخوف من أن تضرب وتقتل أمها؟ وعبثاً حاولنا البحث عن حلّ لهذه المشكلة دون جدوى.. ودلت بعض التدايعات المتسلسلة أن جان تكنّ ضغينة لأمها وأنها لن تسامحها أبداً على ما عملته بها، ثم إن المريضة تقصّ علينا الحادث التالي بعد كثير من التمتع:

- كانت جان يوم عيد الفصح في الكنيسة بجانب أمها، وكانت قد قامت بالمناولة في الصباح دون وسواس كثير وكانت سعيدة وهادئة، وكان يوجد أمامها شاب لم

تكن تعرفه إلا بصورة غامضة، وسرّها أن تتأمل وتعجب بسلوكه المستقيم وورعه وخشوعه، وكذلك فقد أغرتها هيئة ابن الرعية الشاب، فشعرت مباشرة بهيجان عميق وقطعت الصلاة ولم تملك أن ترفع نظرها وفكرها عن جارها النقي، وكانت خلال القداس كلّه تشعر بأن جسمها قد ارتفعت حرارته وأن نفسها غمرت بفرح غير معهود. وعندما خرجت من الكنيسة قالت لامّها:

- لئن تزوجت يوماً ما فلن أتزوج إلا السيد س.. .  
فأجابتها الام: انك لحمقاء واني لامنعك منعاً باتاً من أن تفكري بهذا الشاب واريده ألا تتكلّمي عنه أبداً.  
ولقد نسيت أمها في ما بعد هذا الحديث نسياناً كان من القوة بحيث انها أجابت عن كل الاسئلة التي وجهناها اليها بهذا الشأن، بلهجة قاطعة: أن ابنتها لم تتقبل غزل أحد، ولا مرّة ببالها في أي يوم أي خاطر عن الزواج، وكانت تقول لنا: إن ابنتي باعتبارها بنتاً أحسن تأديبها ستتزوج الشاب الذي نقدمه لها، ولكن الحقيقة هي أن جان لم تقبل هذا الجواب السلبي المفاجيء والحاسم، من غير أن تهتاج لذلك هيجاناً كثيراً، ولما كانت كثيرة الاحترام لإرادة أمها إلى درجة الوسوسة، فقد أرادت أن تطرد من عقلها صورة ذلك الشاب، وكان النضال عنيفاً خلال عدة أشهر، وعندما كانت تعاودها رغبة عيد الفصح كانت تلوم نفسها وتستبعد الرغبة غير أن الكبت قد ترك كمية من العواطف ذات طاقة عظيمة، وتولّى الانتقال أمر هذه الطاقة، فردّها إلى صورة مختلفة ترمز إلى الصورة الاولى» (50).

## أسباب المرض:

المدارس النفسية تختلف فيما بينها في تشخيص السبب لمرض الوسواس أو التسلط القهري، ومن بين الآراء المطروحة في تبين هذه الحالة النفسية اثنان: **أحدهما:** ما ذهب فرويد ومدرسته في التحليل النفسي من أن الوسوسة تمتد إلى عالم اللاشعور في الفرد وتستقي قوتها من التناقض الموجود في الدوافع المكبوتة، فالمريض يعاني من انقسام في عواطفه وتضاد في دوافعه. فمن جهة نرى أن القيم الاخلاقية المغروسة فيه من خلال التربية وايحاء المجتمع تنمي فيه روح الخوف والهلع من القذارات الاخلاقية والمحرمات الدينية، ولكن من جهة أخرى فان الميول الغريزية والدوافع الفردية المضادة بطبيعتها للاخلاق والتقاليد الاجتماعية تحمله على شق عصا المجتمع والتمرد على الاخلاق، وهكذا يتولد هذا العصاب الآسر من هذا الصراع النفسي، وأول ما يتولد من هذا الصراع هو حالة الوهن العصبي وضعف الارادة بسبب تصادم قوتين تتحرك كل منهما في الاتجاه المعاكس.

**ثانيهما:** ما ذهب اليه العالم الفرنسي «بييرجانيه» من دور العوامل الوراثية والبيولوجية في تكوين هذا المرض من خلال الوهن العصبي في الفرد، فمن كان ضعيف الاعصاب يحتمل في حقه الاصابة بهذا المرض، فالمرض مترتب على ضعف الاعصاب لا أن ضعف الاعصاب هو نتيجة المرض كما رأينا في النظرية السابقة.

ويترتب على هذا الاختلاف في تشخيص العلة جملة من النتائج أهمها: صعوبة العلاج على القول بدور العوامل الوراثية في نشوء المرض بخلافه في النظرية الاخرى التي تولي الصراع النفسي في اللا شعور الدور الاساس في نشوء المرض واشتداده، من حيث وجود تفاؤل بإمكانية العلاج برفع ذلك التضاد والصراع. ولكل من

وجهتي النظر هاتين مؤيدات على مستوى الواقع النفسي للأفراد، فالكثير من المشاهدات في دائرة الوسواس تتناسب بشكل خاص مع تفسير «جانبيه»، فهناك سمة خاصة في هؤلاء المرضى أنهم يشكون من ضعف الاعصاب أو يعانون خللاً في الذكاء أو الارادة. وهناك ملاحظات أخرى تؤيد نشوء هذا المرض نتيجة الصراع النفسي كما يراه فرويد.

وإذا أردنا توضيح الفرق بين هاتين النظريتين من خلال المثال فيمكن تشبيه الشخص المريض حسب نظرية جانبيه بالقطار الكهربائي يعاني من ضعف القوة الكهربائية، وبالتالي تظهر عليه آثاره من السير أو التوقف، وأما على مقولة التحليل النفسي فتوقف القطار ليس ناشئاً من ضعف التيار الكهربائي، بل لاصطدامه بقطار آخر يماثله في القوة.

وهناك من يرى أن الوسواس يعود بالدرجة الاولى إلى خلل في القوى العقلية، أي ارجاع المرض النفسي هذا إلى نوع من الذهان، ولكن بالرغم من اختلاف هذه النظريات على مستوى النظرية وطرق العلاج لا نجد بأساً من الأخذ بجميعها بأن يكون ضعف الارادة هو المحور والقاسم المشترك بينهما، ولا يخفى أن ضعف الارادة ليس معلولاً لعلّة واحدة، فقد يكون وراثياً، وقد ينشأ من تصادم ارادات كثيرة متضادة فيما بينها كما قررناه في مبحث «الارادة» في الحلقة الثانية من دراستنا هذه، وقد يكون وليد الضعف الذهني وامثال ذلك.

**والخلاصة:** يمكن القول في بيان أسباب الوسواس القهري بأن هناك نظريات وافتراضات عديدة لتفسير هذا المرض منها:

## **1 . التفسير البيولوجي:** ويرى أنّ الوسواس صفة أو حالة

مزاجية يتصف بها كل من كان له القابلية التكوينية

عليها، فهو نمط من انماط الشخصية التي تتجمع فيها عدّة سمات معينة يكون الوسواس لازماً طبيعياً لها، ولذا نجد أنّ شخصية الوسواس تتسم عادة بالإنضباط والدقة والمثابرة على العمل والتنظيم والنظافة والشك والتردد في حصول النتيجة، والعناد، والمثالية، والجدية في المعاملة، والإلتزام بالقانون، وأمثال ذلك، فمن كانت له هذه السمات فهو مستعد نفسياً لتقبّل الوسواس.

## 2 . التفسير النفسي: لهذا المرض، وهو أنّ الوسوسة تخدم

غرضاً نفسياً في نفس الفرد، وتعتبر وسيلة دفاعية للتخلص من بعض الضغوط وألوان القلق التي تصيب الإنسان بدوافع دينية أو اجتماعية أو ذاتية، فدور المرض التسلطي كدور القلق والكآبة في دفع خطر خارجي محتمل أو ضغوط نفسية مكبوتة في نفس المريض، فيجد أنه بحاجة للتخلص من ذلك الضغط إلى التشبّث بالوسائل المتاحة لديه ومنها الأفكار والأعمال التسلطية، فإذا جرّب ذلك مرّة أو مرتين وأحسّ بالارتياح من تلك الضغوط القاهرة، فسوف يعتاد على ذلك التصرف أو السلوك، فتبرز بشكل لا إرادي إلى منصة الظهور بين الحين والآخر، فبالرغم من أنه لا يرغب في الوسوسة ظاهراً ويمقتها ويريد التخلص منها، إلاّ أنّها أخف عليه وطأة من الصراع النفسي الذي يعانيه بدونها، ولذلك يخف القلق والصراع النفسي بعد التعلق بأذيال الوسوسة، فتكون الوسوسة وسيلة للحفاظ على كيان الشخصية من أخطار الصراعات النفسية.

3 – التفسير الذي يتلاءم من وجهة نظر إسلامية ويذهب إليه بعض علماء النفس، وهو أنّ الوسواس نوع من إيذاء النفس، أي المازوخية، حيث ترغب النفس أحياناً في توجيه الألم إلى ذاتها بعد أن منعت من تفرّغ العدوان

على الغير، فترتد القوة العدوانية إلى صاحبها، وهو العدوان المرتد، كما في الشعور بالإثم ومعاقبة النفس، إلا أن عقاب النفس المذكور هو حالة واعية وشعورية ومطلوبة لصاحبها، بينما الوسواس غير إرادي وغير مرغوب فيه، فيبقى التفسير المشار إليه في المتون الإسلامية، وهو كون النفس الأمارة في حالة غيظ من صاحبها وتريد الانتقام منه وإيذائه لمخالفته لها بسبب بعض الأمور الدينية والأخلاقية، فتوسوس له في صدره ما يؤذيه ويسبب له المتاعب، كما ورد في الحديث الشريف في رواية حمران عن الإمام الباقر (عليه السلام) أنه قال لمريض بالوسواس العقائدي والأفكار التسلطية بالنسبة إلى وجود الله تعالى:

**«إنّ الشيطان أتاكم من قبل الأعمال، فلم يقو عليكم، فآتاكم من هذا الوجه لكي يستزلكم، فإذا كان كذلك فليذكر أحدكم الله وحده»** (51).

والشيطان شفع النفس الأمارة، ولا يأتي إلى الإنسان إلا عن طريقها، وليس من الضرورة قيام النفس الأمارة بإيذاء صاحبها لأنه متدين، بل توجد هذه الحالة لسائر الناس؛ لأنّ كل إنسان لا مناص له في مخالفة نفسه الأمارة في جهة من الجهات الاجتماعية والأخلاقية، وبما أنّ طبيعة النفس الأمارة هي الإيذاء والعدوان، فإذا لم تجد فسحاً من المجال لتنفيس العدوان إلى الخارج توجه العدوان إلى الدخل فيظهر على شكل وساوس وأفكار وأعمال تسلطية.

4 - وهناك تفسير آخر وارد في المتون الإسلامية أيضاً وخاصة في الأعمال التسلطية مثل الوسواس في النظافة البدنية والطهارة العبادية واستعمال الأدوية ونوعية الغذاء وأمثال ذلك، وهو أنّ هذه الأعمال إنّما تكون في بدايتها طبيعية، ثم تزداد وتشتد بحكم العادة، فمثلاً،

كلّ مريض يستعمل الدواء يبقى في ذهنه احتمال ولو ضئيل بعدم كفاية ما تناوله من الدواء للعلاج، أو المصلي إذا أراد الوضوء أو الغسل للصلاة فمن الطبيعي أن يحتمل ولو احتمالاً قليلاً جداً بعدم كفاية المرة والمرتين في تحقق الغسل وأداء التكليف، فإذا مضى ولم يهتم بهذا الاحتمال لم يقع أسير الوسواس، أما لو اعتنى بشكّه وأضاف إليها ثالثة، فسوف يعتاد على الثلاث، ولكن الاحتمال ما يلبث أن يظهر من جديد فيزيله بالغسلة الرابعة وهكذا، فيتظافر حكم العادة ونشوب الاحتمال في ترسيب المرض في النفس، وفي ذلك يقول الإمام الصادق (عليه السلام) في جوابه لزرارة وأبي بصير عندما سألاه عن الرجل يكثر في الشك في صلاته:

«لا تعوّدوا الخبيث من أنفسكم بنقض الصلاة فتطمعوه، فإنّ الشيطان خبيث يعتاد لما عوّد، فليمض أحدكم في الوهم، ولا يكثرنّ من نقض الصلاة، فإنه إذا فعل ذلك مرّات لم يعد إليه الشك»<sup>(52)</sup>.

\* \* \*

## علاج الوسواس

لم يثبت العلاج النفسي جدواه في علاج الأفكار التسلطية، وما تقدم به علماء النفس من توصيات في تشجيع المريض على إبداء عواطفه ومشاعره حول ما يدور في خلدّه من وساوس للتخفيف منها لم تكن سوى علاج مؤقت لا يمتد إلى الجذور ولا يقتلع المرض من أصله، فما يوصى به المريض من تجنّب المواقف المثيرة للوسواس والإبتعاد عن الأماكن والظروف المساعدة على بروز الأفكار التسلطية عسى ولعلّها تزول تلقائياً قد ينفع

في إيقاف المرض عند حدّه أو التخفيف منه. ولكن إذا علمنا أن العلة الأساسية هي ضعف الإرادة فما علينا إلا مكافحة هذا المرض من هذه الجهة بالخصوص، أي التحرك على مستوى تقوية الإرادة في المريض ويقتصر دور الطبيب النفساني بالإيحاء إلى المريض بما يقوي فيه هذا الجانب المرهق من النفس كما يقول «فورسال»: «إن على المريض عندئذ أن يكافح هو نفسه ضد مرضه، وكل ما يستطيع الطبيب أن يفعله هو أن يقدم له بعض التوجيهات العامة، والمبدأ الذي لا يجوز ابداً للمهوس أن يفارقه هو أن عليه دوماً أن يقاوم الهوس. ثم يتابع الدكتور «فورسال» بقول: «وهناك مبدأ آخر ليس هو في الحقيقة إلا نتيجة للمبدأ الأول، يقوم على أن يتصرّف المرء في جميع ظروف الحياة كما لو أن الهوس لم يكن موجوداً»<sup>(53)</sup>.

أمّا العلاج الكهربائي والعقاقير الطبية والعلاجات السلوكية فلم تثمر نتيجة لحدّ الآن، وقد يكون المصاب بالوسواس ضعيف الثقة بالنفس أو مصاباً بالكآبة الخفيفة فحينئذ قد تنفع معه معالجة هذه الأسباب للتوصل إلى حلّ للمشكلة.

في الروايات المتقدمة نجد حلولاً صريحة في معالجة الوسواس تتبنى محاربة الأسباب من الجذور، وقد تقدم الحديث في الوسواس في الصلاة آنفاً، وطريقة علاجه بترك الشك وعدم الإصرار على تحصيل اليقين في صحة الصلاة أو الوضوء.

وبالنسبة للوسوسة في العقائد فقد ورد عدم الاعتناء بها، بل إنَّها من علائم الإيمان، حيث إنَّ ناساً من الصحابة أتوا رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) فشكوا إليه ما يعانونه من الوسوسة في العقيدة فقال (صلى الله عليه وآله وسلم):

«أقد وجدتم ذلك؟ قالوا: نعم، قال (صلى الله عليه وآله وسلم): ذلك صريح الإيمان إنّ الشيطان يريد العبد فيما دون ذلك، فإذا عصم العبد منه وقع فيما هناك» (54).

ومعلوم ما في هذا الحديث الشريف من إيجاد الثقة بالنفس واطمئنان في صحة المسار والتوجهات العقائدية، فإنّ من شأن هذه الأفكار التسلطية تدمير الجانب العقائدي وزلزلة الجوازم الدينية لدى الفرد وبالتالي تصدّع الشخصية فيما لو كانت شخصية ملتزمة دينياً.

الطريقة المستعملة لدى علماء الأخلاق تعتمد على مبدأين: **علمي وعملي**.

أما العلاج العلمي، فلو كانت الإصابة بالمرض ناشئة من شك وشبهة في صحة الأعمال، فمن الضروري حلّ تلك الشبهة نظرياً، فتبقى الوسوسة مجرد عادة تنتهي بتركها الفوري أو التدريجي، فمثلاً بالنسبة إلى الشك في صحة الصلاة الوضوء يقول الإمام الخميني (رحمه الله) بعد التأكيد على صحة العمل مع عدم الاعتناء وذلك بإجماع الفقهاء، وبطلانه الحتمي مع تسليم الفرد للوسوسة:

«كيف لا يجد الشخص الوسواسي ضرورة إلى الاحتياط والوسواس في الأمور التي يستحسن فيها الإحتياط؟ فهل وجدتم أحداً من هؤلاء الوسواسيين يشكون يوماً في صحة الزكاة والخمس ويؤدّون زكاتهم أو خمسهم عدة مرات بدل مرّة واحدة، أو يحجون عدّة مرّات بدل مرة واحدة أو أنهم يتجنبون الطعام المشتبه؟ فلماذا تجري هنا أصالة الحلية بالتأكيد، ولا تجري أصالة الطهارة في موارد الوسواس» (55).

54 - كنز العمال، ج 1715.

55 - الأربعون حديثاً، الإمام الخميني، ص 402.

ويقول أيضاً في علاج الوسواس النظري والعملي بعد التحذير من العاقبة السيئة التي تنتظر المصّرّين على التسليم لأعمال التسلطية في العبادات:

«إنّ الإنسان المصاب يجب أولاً أن يعترف بأنه مريض، ثم ينبري إلى العلاج .. أما الطريق العلمي فلا بدّ أن تكون أفعاله مطابقة للشرع وفتاوى الفقهاء، وهل أنّ هذه الأعمال والتصرفات مرضية لله تعالى؟.. وبعد أن يلتفت إلى مرضه، يأتي دور العمل، والعمدة في مقام العمل عدم الإعتناء بوساوس الشيطان والخيالات التي يلقيها في النفس ... فعن الكافي باسناده عن أبي جعفر (عليه السلام)، قال: **«إذا كثر عليك السهو، فامض في صلاتك، فإنه يوشك أن يدعك، إنّما هو من الشيطان»** (56).

هذا ولو أخذنا مرض الوسواس من بعده النفساني وأن الغاية منه العمل على تخفيف الاضطراب اللاشعوري لدى المصاب والتحرك باتجاه التأقلم والتوافق مع المحيط الاجتماعي، فحينئذ يكون البحث في جذور هذه الحالة وكشف العلل المولدة للاضطراب النفسي يقع بالدرجة الأولى من الأهمية في مقام العلاج، فما لم يعرف الوسواس الدوافع النفسية لهذه الحالة يكون من العسير معالجة مرضه أو التخفيف من معاناته، ولا تخفى أهمية الوسواس الفكري أو العملي على مستوى التوافق الاجتماعي ولكنه حل مؤقت وسطحي، ولا يمكنه انقاذ الشخص من الاضطراب بصورة تامة مضافاً إلى ما يترتب عليه من سلبيات نفسية وأخلاقية كثيرة، فمثلاً نرى أن ربّة بيت قد تصاب بوسواس النظافة، فلا تستطيع تحمل وجود ذرة من الغبار على الاثاث والأواني في البيت، والنتيجة أنها تكون مشغولة دائماً بالغسل والتنظيف وترتيب الاثاث وما إلى ذلك بحيث يؤثر ذلك على أخلاقها وعلاقتها مع الآخرين، فلا تحب أن يأتي أحد لزيارتها أو

يمسّ وسائلها الشخصية حذراً من تلوثها، وهناك من يحاول الغلبة على الاضطراب اللاشعوري من خلال ايجاد النظم الدقيق في أعماله وأوقاته، ولدى حدوث أدنى خلل في نظم أموره يتعرض إلى حالة من التشويش الذهني والقلقة النفس. وهذه الدقة في النظم قد تؤدي بهذا الشخص إلى التقليل من ارتباطه بالآخرين وبالتالي تشجع فيه الميل إلى العزلة والانطواء، وعندها يسأل مثل هذا الشخص عن سبب ميله إلى العزلة يقول في مقام الجواب: إنني مشغول جداً بأعمالي الكثيرة بحيث لا أجد فرصة أو فراغاً في أوقاتي للارتباط بالآخرين ومجالسة الاصدقاء. والحال أن المسألة معكوسة في واقع الأمر، فالارتباط مع الآخرين قد يكون هو السبب الخفي الكامن وراء الوسواس من حيث كونه مولداً للاضطراب النفسي، أي أنه سبب لا نتيجة، ولذا يجد هذا الشخص نفسه مجبوراً على التدقيق في جزئيات الأمور والدخول في التفاصيل بما يملأ عليه وقته ويستوعب جميع اهتماماته، فلا تبقى لديه فرصة للعلاقات الاجتماعية. وقد يكون هذا الاضطراب وعدم التعادل في الشخصية ناشئاً من أسلوب التربية في مرحلة الطفولة، بأن يكون انعكاساً للروابط المضطربة بين الوالدين مما يثير في نفس الطفل الخوف والقلق من المستقبل المظلم، أو أنّ الوالدين يتحركون على مستوى العلاقة مع الطفل من موقع التأديب والتقريع والتوقع المستمر بحيث لا يكونا مستعدين لإظهار الحب له إلا بعد أداء الواجبات والتكاليف المطلوبة منه مما يفقد الطفل قوة الابداع في الفكر والسلامة في النفس ويجعله أقرب ما يكون إلى الإصابة بالوسواس في المستقبل.

وعلى أية حال، فالالتفات لكوامن الحالة النفسية المذكورة والتعرف على جذور الدوافع للسلوكيات الشاذة بإمكانه أن يسهل في حل رموز الشفرة المرضية والمساعدة على إعادة السلامة للمصاب.

\*

\*

\*

#### 4 - «الهستيريا»

**الهستيريا:** مرض نفسي قديم وشائع وبأشكال كثيرة، وقد كان الظن لدى قدماء الأطباء أمثال «بقراط» و«جالينوس» أنّ هذا المرض نسوي ويرتبط بحيوان الرحم الذي تأخر عليه الطفل في النساء العوانس، لأنّ أعراض هذا المرض كانت تظهر على العوانس اللاتي فاتهن الحظ في الزواج.

وفي أوروبا العصور الوسطى كان الاعتقاد بوجود الشياطين والجن في جسم المصاب سائداً، ولذا كان المريض يعامل معاملة وحشية بحجة طرد الشياطين والأرواح الخبيثة من جسده.

**الهستيريا:** مرض نفساني يشعر المريض فيه بحاجة إلى شيء عسير المنال من الطريق الطبيعي، فتظهر أعراض المرض عليه من صراخ وبكاء أو ضحك غير طبيعي أو فقدان الشعور الموقت والعدوان على النفس أو على الأثاث دون قصد وكثير وعي لنيل ما فات نيله من محبة وتقدير وعناية وغير ذلك.

تكوينياً يختلف المصاب بهذا المرض عن الأسوياء، فالشخصية الهستيرية تغلب عليها طابع الأنانية وتأمل الذات، والرغبة في الحصول على أكبر قدر ممكن من المحبة والتقدير، مضافاً إلى حب الظهور، وضعف الشخصية، وعدم تحمل المسؤولية وعدم النضج العاطفي، وسرعة التأثر بآراء الآخرين وأعمالهم وأقوالهم.

وبما أنّ النساء أكثر اتصافاً بهذه الصفات، وأكثر احتياجاً للمحبة والتقدير، فلذا كان هذا المرض أكثر شيوعاً في النساء، والإصابة في العوانس أكثر من

المتزوجات، وليست المسألة جنسية فحسب – كما يظن  
فرويد في تحليله لعوامل الهستيريا – بل لشدة احتياج  
المرأة إلى تكوين الأسرة وأن تكون مرتبطة بعلاقة  
زوجية مع رجل يشبع فيها هذه الحاجات النفسية قبل  
الغريزية، ولذا لا يقتصر الأمر على العوانس، بل تصاب  
المتزوجات أيضاً بحالات هستيرية فيما لو لم يكن  
الزواج موفقاً.

\* \* \*

## أعراض المرض

هناك مظاهر كثيرة تدخل في نطاق مرض الهستيريا،  
فبعضها بدنية وأخرى عقلية، أمّا ما كان من المظاهر  
والأعراض البدنية لهذا المرض، فيكون عادة تشنج في  
العضلات وإرتعاش في المفاصل وفقدان التوازن في  
الحركات من المشي والوقوف والكلام وسائر أشكال  
النشاط البدني، وتارة يؤدي إلى الشلل العضوي، أي أنّ  
هذا النوع من الشلل وهو الشلل الهستيريا لا يشمل جميع  
الأعضاء، بل بعضها بصفة خاصة، كأن يشمل طرفاً دون  
آخر، أو بعض العضلات أو بعض الحواس كأن يحدث خدر في  
الحاسة اللمسة أو العمى الموقت وغير ذلك.

ومن الأعراض البدنية ما يكون باطنياً مثل التقيؤ  
وفقدان الشهية والسعال والإسهال أو الإمساك وسرعة  
التنفس وضربان القلب والصداع وجفاف الحلق وتعذر بلع  
الطعام وأمثال ذلك.

أمّا الأعراض النفسية والعقلية، فإنّها أكثر ما  
تكون على شكل هياج شديد وصراخ أو ضحك بلا معنى  
وهذيان في النطق، وقد يحدث العكس من ذلك، فتظهر هذه  
الاعراض على شكل جمود ووجوم مطبق أو فقدان الذاكرة  
النسبي أو المطلق، والتبدّل في الفكر إلى درجة  
طفولية وغير ذلك.

وذروة الهستيريا هي النوبة الهستيرية التي تكون أشبه بالصرع والإغماء النصف واعي، أي أنه يعلم ما يدور حوله ويسمع الكلام في حالة الصرع هذه. ويختلف عن الصرع العادي بأنه لا يحدث إلا في حضور الغير وتسببه بعض المثيرات والمهيجات. أمّا الصرع فإنه قد يحدث إذا كان الشخص منفرداً أو مع الناس، ثم إنّ الهستيريا أكثر ما تصيب النساء، بخلاف الصرع الذي يعمّ أفراد الناس كافة صغيرهم وكبيرهم، ويكثر في الأطفال والأحداث خاصة، أمّا ما نحن فيه فإنه يصيب الكبار عادة، مضافاً إلى أن الهستيريا لها دوافع نفسية تؤمن للفرد إشباع بعض الحاجات، أي أنّها هادفة. أمّا في حالات الصرع فإنه لا يكون ذا فائدة للمريض، وأيضاً تقدم أنّ المصروع في الهستيريا لا يفقد وعيه تماماً، فيعلم ما يجري حوله، ولذا فهو يحاذر في إلحاق الأذى ببدنه كأن يرمي ببدنه في النار أو من شاهق أو في حالة قيادة السيارة، أمّا في الصرع فلا يعرف له وقت ولا يدرك الفرد فيه المحذورات المتقدمة وكثيراً ما يكون الخطر في الصرع متوجهاً إلى الفرد المريض من هذه الناحية.

\* \* \*

## أسباب المرض

رأينا أنّ الغرض الخفي من الهستيريا هو تعويض ما فقده أو ما يحتاج إليه الفرد من المحبة والرعاية من الطريق الشاذ، ومن ذلك ندرك أنّ أحد الأسباب المهمة للهستيريا هو الحرمان من المحبة والتقدير والعطف وخاصة في النساء، سواء المتزوجات منهم أو العوانس، وقد تكون له أسباب جنسية، إلا أنها ليست مؤثرة بنحو تام.

ويرى بعض علماء النفس أنّ سبب الهستيريا هو الإيحاء، ولذا يكون شفاؤه بالإيحاء نظراً لقابلية المريض الشديدة على تقبل الإيحاء والتأثيرات الخارجية.

ثم إنّ سبب المرض لا يقتصر على ما ذكر، فقد يكون الباعث على الإصابة بهذا المرض هو تجنب مواقف صعبة لا تتحملها قدرة الفرد، وينهار عند مواجهتها، كما نرى في بعض حالات الامتحان وخاصة امتحان البكلوريا، أو التجنيد الاجباري أو في خطوط المواجهة مع العدو سيما إذا استمر القتال أياماً متواصلة، أو بعض حالات الزواج إذا كان غير مرضي من قبل البنت، أو لدى فقد عزيز وخاصة موت الزوج الشاب والطفل الصغير، فالكثير من النسوة لا يتحملن ضغط هذه البلايا والأزمات فتكون الإصابة بالهستيريا محتملة جداً.

أما آراء ونظريات علماء النفس في بيان الجذور النفسية لهذا المرض فلا تتفق على صياغة واحدة، وأهم ما ذكر في ذلك هو:

## 1 . نظرية التحليل النفسي: حيث يرى «فرويد» أن حالات مرض

الهستيريا ليست سوى انطباعات قاسية في واقع المريض اللا شعوري تخدم غرض التعويض حذراً من عودة تلك الانطباعات والتجارب القاسية المنسية إلى وعي المريض، حيث يكون في تذكرها إيذاءً شديداً للمريض، أي أن أعراض الهستيريا وسيلة للتعبير عن رغبة غير واعية للنفس.

وأول دراسة علمية قام بها فرويد في هذا المجال هي ما أورده فرويد مع زميله «بروير» في رسالتهما المشتركة عام 1890، وفيها ذكرا تحقيقاً حول فتاة مصابة بالهستيريا حيث قاما بتنويمها بالهيبنوتيزم «التنويم المغناطيسي» واثناء النوم استعادت الفتاة

حادثة سابقة كانت في زاوية النسيان مع اقتران هذا التذكر بانفعالات شديدة، ولكنها رجعت إلى حالتها الطبيعية بعد الاستيقاظ من النوم وقد عوفيت من هذا المرض. وقد استنتج فرويد من هذه الواقعة نتائج مهمة كانت بمثابة الركائز الأولى التي قامت عليها مدرسة التحليل النفسي، منها: كشف عالم اللا شعور ودوره في صياغة سلوك الفرد ورسم شخصيته، ومنها: أن الاختلالات السلوكية في مرض الهستيريا هي عبارة عن علائم جسدية للصراع العاطفي الذي يعاني منه الفرد في أعماق النفس. وهذا الصراع يمدّ جذوره إلى مرحلة الطفولة ويحكي عن صدمة وحادث سلبي يرتبط بغريزة الجنس وعقدة «الكترا» في البنات، حيث تشعر البنات بميل جنسي شديد نحو الأب ونفور من الأم لوجود التنافس الضمني للاستئثار بالأب، وعكس ذلك تماماً يحدث في الأبناء تجاه الوالدين. ولكن الموانع الثقافية والكوابح الاجتماعية تعمل على كبت هذه الميول الجنسية، وهذا لا يعني زوال هذه الميول من دائرة النفس وانحلالها، بل إن ذلك سيولد التعارض والتصارع في أعماق النفس والذي من شأنه أن يبقى مدى العمر، وفي هذه الصورة كلما أثرت الغريزة الجنسية في الفرد البالغ لأسباب مختلفة، وجد هذا الفرد ميلاً شديداً في لا شعوره لكبتها وإخفائها عن نفسه وعن الآخرين، ويرى فرويد أن أحد الطرق لإخفاء هذا الميل الجنسي في النساء بصورة خاصة هو تبديله اللا شعوري إلى أغراض ومظاهر جسمانية (هستيريا التبديل). مضافاً إلى أن فرويد يعتقد بأن هذه الأعراض الهستيرية ترتبط بدرجة رشد ونمو «الأنا» تجاه الدوافع الجنسية الغير مقبولة من اللا شعور. وهذا الأمر يفضي بدوره إلى ردود فعل عنيفة على المستوى البدني للمصاب، أي أن «الأنا» إذا لم تتحوّل بموازاة نمو الفرد ونضجه العاطفي إلى «أنا» بالغة،

فان الدوافع المكبوتة سوف تجد الطريق لإرضائها  
بسلوكيات ناشزة وعصابية من دون أن تكون الأنا قادرة  
على كبحها أو تنظيمها بشكل مقبول.

ورغم أن اتباع مدرسة التحليل النفسي لا يتفقون  
عادة مع فرويد في ارجاع جميع العوارض والحالات  
الهستيرية إلى عقد جنسية مكبوتة، لوجود مشاهدات  
كثيرة على نقض هذه الفرضية، إلا أنهم يرون في  
السلوكيات الهستيرية فوائد على مستوى تفريغ الصراع  
المكبوت والتخفيف من شعور المصاب بالضغط النفسي.  
وتتجلى هذه الفوائد في أمرين:

1 - إن الحالة الهستيرية تعمل على حفظ الصراع  
النفسي خارج دائرة الوعي والشعور، وبذلك تخفف من  
حدّة الاضطراب. وهذه هي الوظيفة الاساسية والفائدة  
الاولية.

2 - الفائدة الثانوية هي تحرير الفرد من ثقل  
المسؤولية وجذب عطف وتوجّه الاخرين نحوه. ويرى هؤلاء  
العلماء أن الفائدة الاولى بمثابة الدافع الاساس  
لظهور عوارض المرض، والثانية نتيجة لها ومرتبة  
عليها.

## 2 . نظرية الارتباط مع الاخرين: يرى بعض العلماء أن الخلل

الهستيري هو نحو من انحاء ارتباط المصاب مع الاخرين  
لبيان ما يعانيه من هيجانات وانفعالات، وعلى هذا  
فتبديل الانفعالات النفسية إلى عوارض جسمية وإن كان  
مقبولاً لدى هؤلاء العلماء، إلا أنه ليس بالضرورة أن  
يكون هذا التبديل كوسيلة دفاعية ضد الاضطراب والصراع  
النفسي، بل هو نظام ارتباطي غير كلامي يقوم به بعض  
الأفراد لبيان انفعالاتهم السلبية من قبيل الحسد،  
الغضب، الخوف، الكآبة وأمثالها بلغة جسمانية. وهؤلاء  
الباحثون يرون أن الافراد الذين يعجزون عن بيان

انفعالاتهم الباطنية للآخرين ولا يستطيعون قبولها واستيعابها هم اكثر الأفراد عرضة لهذا المرض، حيث يتحركون على مستوى تعاملهم مع الاخرين بلغة العوارض الجسدية ولعب دور المريض للتخفيف من معاناتهم الروحية ونقلها إلى الآخرين.

وبشكل عام فان هذه النظرية تتميز بعدة خصائص:

أ - إن هناك انفعالات أخرى غير الاضطراب بإمكانها توليد الهستيريا.

ب - إن العمدة في ماهية الهستيريا بيان معاناة المصاب بلغة غير كلامية للآخرين.

ج - إن الأنا بالمرض يلعب دوراً أساسياً في تفعيل حالات وعوارض الهستيريا لدى الفرد.

### **3 . النظرية السلوكية:** يرى السلوكيون أن المريض

بالهستيريا يرى في سلوكياته المرضية بمثابة الاستجابة للمؤثر من حيث إن مثل هذه السلوكيات الشاذة تخرج المصاب عن تحمل ثقل المسؤولية من جهة، وتستدر لطف الآخرين وعطفهم على المصاب من جهة أخرى، وهذا هو ما ذكرناه آنفاً من الفائدة الثانوية لعوارض الهستيريا في نظرية التحليل النفسي، ولكن السلوكيون الذي لا يعيرون اهتماماً ملحوظاً للدوافع والصراعات النفسية يرون في هذه الفوائد الثانوية عاملاً أساسياً للاصابة بالمرض.

### **4 . نظرية الارادة المرضية:** ويرى أصحاب هذه النظرية أن

شخصية المصاب بالهستيريا هي شخصية غير طبيعية على مستوى تقييم الذات ومعقولية الرغبات، حيث يرى المريض أنه بحاجة إلى أن يظهر، في نظر الناس أو في نظره هو، أعلى مما يستحقه وما هو عليه في الواقع، وأن له الحق في أن يحصل على منافع أكثر من قدرة

واستحقاقه، وعلى هذه الاساس فان للمصاب إرادة لا شعورية تدفعه إلى استبدال الحياة الطبيعية الغير الملائمة له بحياة اصطناعية خارج اطار المألوف، وفي مثل هذه الحياة فقط يتسنى لهذا الشخص اشباع رغباته الخاصة، والتي لا يمكن اشباعها الا بالهرب من الواقع واللجوء إلى المرض.

هذه أهم ما قيل في الجذور الاساسية للهستيريا، وهي على اختلافها تشترك في أن المصاب بالهستيريا يتميز عن الاخرين بأنه:

- 1 - أناني ومحب لذاته.
  - 2 - غير واقعي في تصوراتهِ ورغباتهِ.
  - 3 - يسعى إلى الظهور فوق مستواه ونيل ما يزيد على استحقاقهِ (من الاحترام والمحبة والمقام ..).
  - 4 - سريع التقبل للايحاء.
  - 5 - يأنس بالمرض ويجد فيه تفرغاً لما يعانیه من ضغوط نفسية، واستجابة لما يرغب في تحقيقه.
- هذا والشواهد المختلفة للاصابة بهذا المرض لا تتفق في تأييد واحدة من هذه النظريات والآراء، فمنها ما يسترشد من جذور جنسية مكبوته، ومنها ما هو وليد الخوف والقلق، ومنها ما يؤيد مقولة الارادة المرضية.. وهكذا. ولا بأس بذكر نماذج وحالات لبعض المصابين بالهستيريا اكماً للفائدة، وتطبيقاً لهذه النظريات على مستوى الواقع:

## الحالة (1):

تشكو «جانيت» - وهي في الرابعة والثلاثين من عمرها - من نوبات عصبية تتميز بآلام في الشقيقة واحساسات الاختناق وتقفح الورك، وهي متبوعة كلها بفقدان الوعي، أما التفجعات فلها اساس عضوي، وقد اجريت لها عمليات جراحية مرات عديدة. ولما لم تجد

الجراحة كثير فائدة اشتبه بأنه قد يكون هناك بنية فوقية نفسية، فيجرب على المريضة اسلوب التنويم المغناطيسي فلا يستطيع الطبيب تنويمها، وبعد هذا الاخفاق تستدعي الأسرة الجراحين من جديد وتُخدّر المريضة خمس مرات، ولما لم ينجح ذلك كله أخذ الجراحون يتحدثون عن أن الحالة هستيرية، وعاد العلاج بالتنويم المغناطيسي مرة ثانية واستطاع طبيب الاعصاب الذي يقوم به أن يحسّن حالة جانيت، وتقضى جانيت سنة خارج البلاد، فاذا بالأزمات تعود ويقرر الاطباء القيام بمحاولة تحليل نفسي لها.

وقد أدت تحليلات مجموعة من أحلام متنوعة – هي في ذاتها مثار جدل لا ينتهي – إلى الكشف عن صدمة خطيرة كانت منسية تماماً منذ سنين كثيرة، كانت جانيت في السابعة من عمرها تلهو وحدها على شاطي قليل الرّواد، فاذا برجل كان على الارجح يستحم في البحر يقترب منها ويمسكها من معصمها ويلقيها على الارض ويتمدد فوقها، فتحس هي كما لو أنها تختنق من خصرها، اذ لم تعد تشعر أن لها شيئاً غير رأسها.

إن هذه الصدمة التي لم تخطر على بال أحد من الاسرة فسّرت السبب في أن جانيت في عمر السابعة وخلال اقامة مؤقتة قريباً من البحر قد اصبحت بحمى قوية مصحوبة بالهذيان من غير أن يستطيع الطبيب أن يكتشف لذلك سبباً، ولم تكن بأقل ايضاحاً لأعراض النوبات الهستيرية: احساس بالاختناق وتقفّع الورك وقد قضى التحليل نهائياً على أزمات جانيت وتحسنت حالتها كثيراً بعد ذلك.<sup>(57)</sup>

## الحالة (2):

في عام 1917 اصيب العسكرى س.. الذي كان قد وضع خلال شهر كامل في موقع خطر بشكل خاص، اصيب بعصاب وتم نقله إلى الخلف، وكانت تبدو عليه الاعراض التالية: شلل تشنجي في الساقين والذراع الأيمن، وتشنجات في اللسان مع صعوبة النطق.

وأخفق التنويم المغناطيسي، ومع ذلك فان الشلل كان يتحسن تدريجياً لتحل محله الآم الرأس والأرق، وفي عام 1923 يظهر فجأة ما يسمى بمعص الكتاب: **Crampes des revains**، فيعالج بالحركات الرياضية، وإعادة تدريب العضلات، والكهرباء، ولكن حالته تظل على ما هي عليه، وفي عام 1925 تولى الطبيب النفساني «ستوداشر» أمر علاجه، فتنحسن حاله بعد ستة أشهر من المعالجة بالتنويم المغناطيسي، ويقضي شهراً في سويسرا، ويعود بأحسن حالة. ولكن معص الكتاب الذي كان قد زال اثر التنويم المغناطيسي عاد أقوى مما كان.

ولما أدرك ستوداشر اخفاق العلاج بالتنويم المغناطيسي عزم على القيام بتحليل يركّزه بالدرجة الاولى على أحداث الحرب، مستنداً في ذلك إلى رأي يونغ القائل: إن الحوادث الحديثة تتقدم في الاهمية على احداث الطفولة في العصابات، ولكن اكثرية الاحلام لم تقدم شيئاً ذا جدوى، غير أن المريض بعد شهر كامل (قضاه في التحليل) حلم في منامه أن قاطرة تدهسه، وتذكر بهذه المناسبة حلاً آخر كثيراً ما عاده في طفولته وكان يخيفه دوماً، وهذا هو الحلم: يظهر له شبح مربوط بخيوط تحيط بساقيه وذراعيه، بوجه أغبر مظلم، فيدخل من النافذة ويدلف إلى السرير، ويذكره هذا الحلم بذكرى تعود إلى السنة الرابعة من عمره، كان ذات يوم في سريرته مع اخيه الاكبر منه بسنتين، ويقول المريض: كنا نتضارب بالمسند، وفي لحظة ما، يضع أخي المسند على وجهي ويجلس فوقه، وعبثاً أحاول

التخلص منه، فلم استيقظ بعد ذلك إلا لأراني ممدداً فوق طاولة، ويبدو أن أهلي وقد سمعوا صراخي جاءوا ووجدوني مختنقاً، وأعادوني إلى الحياة بالتنفس الاصطناعي، ومع هذه الذكرى لم يعد لمعص الكتاب وجود. (58)

من هذه الواقعة يتبين أن عامل الكبت الجنسي ليس هو الدافع الوحيد لظهور أعراض الهستيريا كما يدعي اتباع مدرسة التحليل، رغم أنها تعزز مقولة التحليل النفسي من جهة أخرى، وهي دور أحداث الطفولة المنسية للابتلاء بالعصاب.

### الحالة (3):

تقدم أن من جملة أعراض الهستيريا الاصابة بالشلل الهستيرى لبعض الاعضاء وقد يكون لمدة محدودة، والابتلاء بهذه العارضة لا يختص بعضلات الاطراف، بل يتسع ليشمل كل جارحة وقوة وحاسة في الإنسان. فالدكتور علي كمال يذكر في كتابه «النفس» أن سيدة في السابعة والعشرين ظهر عند الفحص بأنها نسيت كل ما حدث لها خلال العام الاخير من حياتها، وقد تبين أن السيدة المذكورة قد فقدت ابنها قبل عام تماماً، وكان يوم فقدانها الذاكرة هو يوم الذكرى لمرور سنة واحدة على وفاته، وأفادت في صبيحة ذلك اليوم وقد زالت من ذاكرتها كل حوادث السنة السابقة منذ قبيل وفاة ابنها، وعلى ذلك فقد كانت تتكلم وتتصرف كأنما ابنها المتوفي ما زال موجوداً، وفي هذه الواقعة ما يدل على أن السيدة المذكورة انتزعت ذاكرة وفاة ابنها، وكانت

مناسبة الذكرى صدمة نفسية كافية لمثل هذا النسيان (59).

ومن هذا القبيل حالة الشاب «رونالد»، في الثانية والعشرين من العمر، جيد الذكاء وأنيق المظهر كان يتعلم الغناء في أحد مدن أمريكا، ولكنه كان يشكو من وجع الحنجرة بشكل دائم، وقد بدأ في تعلّم الغناء في سنّ السابعة عشر، وكان معلموه يشجعونه على ذلك ويأملون أن يصبح في المستقبل من كبار المغنّين، وكانت والدته تعتقد بذلك أيضاً. ولعل مظهره الأنيق كان يوحي بذلك، ومضافاً إلى تعلّم الموسيقى فقد وجد رونالد عملاً مؤقتاً أيضاً لتأمين بعض احتياجاته المادية والمعيشية.

ولكن تغييراً جزئياً سبب في تأخره عن الاستمرار في تعلم الغناء ومع ذلك فقد بقي معتقداً بلياقته الغنية وقابليته الذاتية، ففي ذلك الوقت أصيب رونالد بزكام خفيف تسبب في ترك التدريب على الغناء لعدّة أيام. وعندما زالت عوارض المرض نهائياً بقي منه وجع الحنجرة، وعندما كان يتحدث إلى الآخرين لم تتغير نبرات صوته، ولكنه ما أن يشرع في الغناء يبدأ الاحساس بوجع الحنجرة، وعلى أثر ذلك أرسله معلمه إلى طبيب اخصائي، ثم إلى آخر، ولكن جميع المحاولات العلاجية لم تؤثر شيئاً في تحسّن حالته الصحية.

الطبيب الثالث شخص مرض رونالد على أنّه مرض «عصبي» وكتب له نظاماً غذائياً وأوصاه بالاستراحة وترك الغناء مدّة معينة، وفي هذه الاثناء ذهب رونالد إلى طبيب نفسي، وبعد أن ألمّ الطبيب بمجريات الأمور ذكر أن العلة الحقيقية لوجع الحنجرة يعود إلى حالة هستيرية خفيفة تهدف إلى التوافق مع الواقع. فمع

الأخذ بنظر الاعتبار رغبة رونالد الشديدة لكي يصبح فناناً شهيراً امضافاً إلى توقعات معلّمة ووالدته ومعارفه في نجاحه في هذا الأمر ولكن مرضه الأخير وتأخره في التعليم والتمرين الذي أعاقه عن بلوغه ما يتمناه في أن يكون فناناً كبيراً، هو السبب في وجع الحنجرة .

وأضاف الطبيب النفساني أنّه من جهة كان يتوقع مع رولاند أن يصبح مغنياً كبيراً، ولكن من جهة أخرى كان رونالد يشعر في قرارة نفسه بأن نشاطه في هذا السبيل لم يحقق تقدماً ملحوظاً، ولم يكن رونالد رقيقاً ليبيح له بسرّه ويطلعه على واقع الأمر، وقد سبق وأن جرب رونالد أنّه في حالة المرض سيحاط بعناية وحب من قبل الآخرين، وقد أدرك الطبيب النفساني أن رونالد كان يقع مورد اهتمام وعناية من قبل والدته حال مرضه، فليس من البعيد اطلاقاً بأن تحل مسألة توافقه مع المحيط الاجتماعي باصابته بمرض جسماني مما يكفل له خلاصه من هذه الورطة ويكون له مبرراً معقولاً لترك الغناء، فوجع الحنجرة البدائي كان بسبب اصابته بالزكام، ولكن بما أن هذا الوجع الناشيء من الزكام قد أثر في التقليل من اضطرابه النفسي، ومن جهة أخرى لم يكن الاعتراف بعدم التقدم في الدرس ميسوراً له، فيمكن القول بأن إدراكه اللاشعوري بالموضوع تدخل في ايجاد الحل، فكانت هذه العارضة الهستيرية علامة على ذلك بحيث كانت مبرراً منطقياً له تجاه والدته والمجتمع في عدم قدرته على الغناء بسبب وجع حنجرته . وفي سبيل علاج هذه الظاهرة يجب على رونالد اتخاذ أسلوب دفاعي جديد بأن يخرج من ذهنه الأمل في أن يصبح مطرباً شهيراً ويترك احتراف عمل الغناء ويتخذ له هدفاً آخر في الحياة ليتسنى له الخلاص من هذه المشكلة، أي

يحقق الانسجام بين قابلياته وبين الواقع الاجتماعي من طريق آخر.<sup>(60)</sup>

ولعل ما ورد في النصوص من ابتلاء يعقوب بالعمى الموقت هو من هذا القبيل، وذلك لشدة الصدمة التي أحدثها فقدان «بنيامين» ابنه بعد أن كان أمله الوحيد بعد أخيه يوسف. ولذلك لا عبرة لما يقال أنه أصيب بالعمى لكثرة بكائه على يوسف مما لا يدخل في دائرة المعقول ولم يسبقه أو يلحقه أحد في شدة الحزن رغم أنه يعلم بأن ولده حي يرزق، بل قد يكون مثل هذا الحزن والبكاء منافياً لشأن النبوة والكمال الانساني ومقام الرضا الذي يتمتع به الانبياء والاولياء، أما العمى الهستيرى بسبب شدة الصدمة فمعقول جداً وليس فيه ما تقدم من المحاذير، والشاهد على ذلك هو رجوع بصره اليه بمجرد وصول البشارة إليه واستشمام رائحة ولده يوسف. وفي الآية الكريمة اشارة إلى هذا المعنى وأن يعقوب قد اصيب بالعمى بعد الحادثة الثانية، أي بعد أن أخبروه بالقبض على بنيامين من قبل عزيز مصر بتهمة السرقة، فتقول الآية:

**(وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسْفَى عَلَى يُوسُفَ وَأَبْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنْ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ) (61).**

فالعمى كان من شدة الحزن لا من كثرة البكاء، ونعلم أن حزن يعقوب قد تضاعف بعد فقدده لابنه الثاني وبلغ من الشدة ما يكفي للاصابة بالشلل أو العمى المؤقت.

#### الحالة (4):

في بعض موارد الهستيريا الشديدة تكون النوبة الهستيرية على شكل تصدع في الوعي والشخصية، ويتسبب

60 . د . علي بور مقدر - روانشناسي سازكاري - ص 56 - ط 2.

61 - سورة يوسف: الآية 84.

في انشطار الشخصية إلى شخصيتين متميزتين، وهو ما يسمى بازدواجية الشخصية، ويختلف المقصود بالازدواجية هنا عن معناه المتعارف والذي سوف يأتي في فصل الامراض الاخلاقية من مرض النفاق. فالمقصود بالازدواجية هنا أن الشخص المصاب يتلبس بشخصيتين مختلفتين على التوالي بحيث إذا تلبس بأحدهما تكون الثانية مغمورة تماماً ويتصرف الشخص على اساس أنه هو الشخص الآخر دون أن يكون له علم بوجود الشخصية الأخرى، لأنه يفقد الذاكرة تماماً بتداعياتها وتصرفاتها.

وهناك قصص وحكايات مثيرة عن هذا النوع من انواع الاصابة بالهستيريا كما نرى في فيلم «الخال نابليون» حيث يحكي عن المعلم الذي كان يتصور نفسه نابليون وأن الانجليز يخططون للاطاحة، به فما كان عليه إلا أن يتظاهر بالتدريس في مدرسة ابتدائية للابتعاد عن عيون الانجليز وجواسيسهم انتظاراً لفرصة لاستعادة التاج الفرنسي.

وكذلك ما ورد من حالات الآنسة كريستين عندما كانت طالبة في كلية رادكلف في امريكا عندما بدأ مرضها سنة 1898، وقد قام بعلاجها ودراسة مرضها الدكتور «مورتن برنس» وقضى ست سنوات في تتبع حالاتها المرضية، وقد ظهر أن لكريستن عدة شخصيات تظهر عليها في أوقات مختلفة، فكان لها شخصية «القديسة» وفي هذه الحالة كانت ترى أن الأنانية والخشونة واخفاء الحقيقة هي ذنوب يجب التكفير عنها بالصلاة والصوم، والشخصية الثانية كانت شخصية «الشيطان» وكانت شخصية طفولة رعناء، والثالثة شخصية «المرأة» واتصفت بالطموح والاهتمام الشديد بالذات، وقد كان برنس على علم بشخصية «القديسة» وشخصية «المرأة» ولكنه اكتشف الشخصية الثالثة «الشيطانة» تحت تأثير التنويم المغناطيسي، وقد سمّت كريستين هذه الشخصية الثالثة

باسم «سالي»، وكانت سالي «الشيطانة» على علم بما تقوم به شخصية القديسة، ولكن هذه الشخصية الاخيرة لم تكن تعلم بوجود سالي. وبنتيجة المعالجة الطويلة استطاع برنس أن يعيد تصدع الشخصية إلى حالة التكامل الطبيعية.

وينقل الدكتور علي كمال هذه الواقعة: «فتاة طالبة في التاسعة عشرة من عمرها راجعتني في المرة الاولى مصحوبة بأهلها وهي تعاني من نوبة هستيرية على أثر انفعال في ظروف مثيرة عاطفياً، وبعد ذلك جاءت الفتاة وحدها عدة مرّات، وقد لاحظت مع تعدد الزيارات أن مظاهر الشخصية وانفعالاتها لا تتشابه في بعض الزيارات، كما لاحظت أنها في بعض الاحيان لا تتذكر شيئاً عما قالته أو قلته في زيارة سابقة، وفي أحد الأيام جاءت الفتاة المريضة وهي تقول: لم أرد المجيء.. ولما سألتها: لماذا؟ أجابت: لأنها قالت لي أن لا آتي، قلت: ومن هي؟. فأشارت إلى صدرها وأوضحت بعد ذلك أن هنالك فتاة أخرى في داخلها تظهر فجأة في حياتها وتأمرها بما تعمل وتنهاها عما لا تريد، وتطيعها المريضة في ذلك إلى حدّ يتلاشى فيه وجودها الشخصي وتصبح تحت سيطرة الفتاة الاخرى. وفي هذه المرّة قالت المريضة بأنها تحدّت الفتاة الاخرى وأصرّت على المجيء. ولما سألتها لماذا أمرتها الثانية بأن لا تأتي؟ قالت: لأنها تغار منّي، وفي الزيارات التي تلت هذه الزيارة كنت أحرص أن أسأل المريضة منذ ابتداء المقابلة، أي الاثنين هي اليوم؟! (62)

ومن خلال ما تقدم في أسباب المرض يتضح أن مثل هذه الحالات النفسية من تصدّع الوعي وانشطار الشخصية هي حالات غير إرادية يتحرك فيها المريض بدوافع لاشعورية للتخلص من التجارب المؤذية والاحداث المؤلمة التي لا

يستطيع الإنسان تحمّلها، أو لغرض عزل العلاقة الطبيعية بين الذهن والشخصية الفعلية الغير المرغوب فيها، وفي هذا العزل راحة للمريض من الواقع المؤلم الذي يعيشه.

**5 -** بعض حالات الهستيريا تكون على شكل تراجع فكري وعاطفي للمريض إلى الوراء، أي إلى سنين الشباب أو الطفولة، وتدعي هذه الحالة بالنكوص أو التقهقر (**Rejression**) وذلك للهرب من هذه الفترة الزمنية الفعلية إلى فترة سابقة كان فيها المريض يتمتع بامتيازات عاطفية من الحب والعناية أو عدم المسؤولية وأمثال ذلك:

«فتاة في السابعة عشرة لم تنجح في الدخول إلى امتحانات البكلوريا، واصيبت على أثر ذلك بانفعال نفسي ظهرت أعراضه بتغيير مظاهر شخصيتها إلى مظاهر شخصية طفولية لا تزيد على 4 - 6 سنوات، فعندما تمشي مع امها تمسك بيدها كما يمكس الاطفال. وتدفع برأسها إلى صدر امها كأنما تتوارى خجلة خائفة عن النظر، وتغيّر صوتها وطريقة كلامها فأصبح كصوت الاطفال في نبراتة وفي اسلوبه، وبدى عليها وهي تمشي التعثر والارتباك الذي يبدو على الاطفال أمام الغرباء.

وقد بدت ردودها العاطفية وملكاتة العقلية وهي تناسب هذا السنّ الطفولي تماماً»<sup>(63)</sup>

\* \* \*

## العلاج:

بما أن المريض لا يحصل على مبتغاه ورغباته اللاواعية إلا من الطريق الهستيري الشاذ، فلا بد أن يكون العلاج النفسي قائماً على هذا الأساس، أي إشباع

تلك الرغبات اللا شعورية عن طريق الإيحاء والتلقين، وكل طبيب معالج له هذه القوة الإيحائية في نفس المريض، وحتى الدواء والعقاقير والحقن الطبية لها هذا العامل النفسي المؤثر في تخفيف المرض والقضاء عليه.

إلا أنّ المشكلة في أنّ الاهتمام بالمريض والعناية به قد يؤدي إلى تأثير معكوس على صحة المصاب، لأنه يجد إرضاءً لحاجاته الخفية في المرض، فلا يتركه ويتمائل للشفاء خوفاً من فقدان الرعاية والاهتمام، ويجد في المرض ملاذاً يلوذ به كلما ألحّت عليه رغبته اللاواعية في نيل التقدير والاهتمام، ولذا ينبغي الاقتصار على الحد الأدنى للرعاية والعناية العائلية، وترك الباقي للطبيب المعالج.

وكذلك ينبغي إزالة المثيرات التي تواجه المصاب، ومنعه عن التعرض لكل ما يثير في نفسه هذه الحالة الهستيرية، فإذا كان الخوف من القتل في الجندي هو الباعث على إصابته بالمرض، فلا يصح تواجده في الخطوط الأمامية، ولا حتى الخطوط الخلفية في انتظار نوبته ليتوجه إلى القتال، لأنّ التفكير المدام وحالة الانتظار هذه قد تكون أشد عليه من القتال نفسه، بل يجب وضعه في توابع وملحقات الجيش من المطبخ أو القلم والبريد أو التضميد وأمثال ذلك.

وإن كانت امرأة قد بلغت من العمر ما تخاف معه أن يفوت نصيبها من الزواج، فينبغي لها أن تتزوج، وعلاجها الوحيد في الزواج وإن أظهرت التمانع وعدم الرضا ظاهراً.

ومن كان السبب في تعرضه للمرض هو تعب المسؤولية والإرهاق في تحمل شدائد الحياة، فينبغي إعفاؤه من كل مسؤولية متعبة للأعصاب، فإدارة البيت مع كثرة الأطفال المشاكسين قد تعرّض الأم لهذا المرض سيما إذا كان

الزوج سي الخلق، وكذلك إدارة شركة واسعة أو مصنعاً، وقيادة السيارة وخاصة للنساء، مضافاً إلى القيام بعملية إرضاء لحاجاته اللاواعية بالاسلوب السوي، والسعي إلى بناء شخصيته وإعادة ترميمها بما لا يجعله بحاجة إلى المعاودة للمرض.

وأما في حالات الهستيريا المزمنة والمترسبة في نفس المريض، فالطبيب أولى من غيره في علاج هذه الحالات، ولعل ذلك ناشئ من تحويل العواطف في المريض باتجاه الطبيب، ولذا قد تحدث علاقة وطيدة بين المريض سيما إذا كان انثى - وبين الطبيب، فيجد المريض مبتغاه من الرعاية والاهتمام في رؤية الطبيب والتحدث إليه مما قد يؤدي إلى سلبيات ثانوية، فالفتاة العانس تجد في الطبيب المعالج فتى أحلامها وأباها وزوجها ومصدر كل ما فقدته من الحب والرعاية والتقدير.

المهم في هذا المرض هو وقاية المريض من المثيرات ومعالجته قبل استفحال المرض، فقد يكون الزواج هو العلاج، وقد يكون الطلاق هو الآخر علاجاً حتمياً لحالات عدم التوافق الشديد بين الزوجين، وقد يكون الاستقالة من الوظيفة أو تبديلها إلى وظيفة هادئة أو تبديل المحيط والسكن في مدينة أخرى هو الحل المناسب.

وعلى أية حال، فالسرعة في إنهاء أعراض المرض ضرورية جداً للقضاء عليه، وإلا فمن شأن التأخير أن يجعل المريض متشبثاً بمرضه لما يجد من عناية واهتمام من المحيطين به، وبذلك يعمل على إرضاء دوافعه وحاجاته المكبوتة، فلا يرغب في التماثل للشفاء خوفاً من خسارة هذه المنفعة التي هيأها له المرض.

الاطباء النفسانيون يتبعون طرقاً متنوعة لعلاج الهستيريا من قبيل: التنبيه، التلقين، التقوية، المقابلة.

«التنبيه» هو الاسلوب الراج لدى مدرسة التحليل النفسي حيث يساعد المريض في الكشف عن التعارض النفسي الذي يعاني منه المريض في لا شعوره ويسبب له الاضطراب والنوبات الهستيرية. وهذا الانتباه إلى مصدر الخطر يفيد المصاب في تعديل سلوكيات وأن لا يستفيد من السلوكياته الشاذة والمؤذية لإخفاء اضطرابه، وأن يحاول إرضاء حاجاته المكبوتة بوسائل طبيعية.

«التلقين» اما بصورة مباشرة، أو بوسيلة التنويم المغناطيسي، هو الاسلوب الآخر من اساليب علاج الهستيريا نظراً لسرعة تقبل المريض للايحاء، وبذلك يتمكن المعالج من الايحاء للمريض بأن هذه الاعراض المرضية في طريقها إلى الزوال وأنه يتمثل للشفاء وأن الواقع الذي يعاني منه هو الافضل، وقد يستعين ببعض الادوية مثل «صوديوم آميتال» أو يقوم بعملية التلقين تحت تأثير «آمفيتامين» الذي يتم تزريقه للمريض من طريق الوريد.

«التقوية» وفيه يسعى المعالج إلى تقوية الدوافع والسلوكيات الايجابية في المريض وحذف وإلغاء السلوكيات الشاذة والمريضة، وهذا الاسلوب هو المتبع لدى اتباع المدرسة السلوكية. وقد يستعان بالادوية أيضاً لتهدئة حالة المريض والقضاء على مظاهر الهستيريا أيضاً. وينفع هذا الاسلوب في العلاج في مورد الاصابة المزمنة بحيث يتحول فيها سلوك المريض الشاذ إلى عادة هستيرية.

«المقابلة» وهي أن يقوم المعالج بمكاشفة المريض بالواقع بصورة مباشرة وإفهامه بأن علائم مرضه ليس لها أي علة بدنية، ومن الافضل له ترك الدور الغير طبيعى الذي يلعبه في علاقاته مع الآخرين.

\* \* \*

## 5 - «ضعف الشخصية»

أو

### « عقدة الحقارة »

يكاد يكون هذا المرض النفسي من أهم الامراض النفسية وأكثرها شيوعاً في مجتمعاتنا النامية، ولعله يأتي بالدرجة الثانية بعد مرض النفاق من حيث الخطورة على المجتمع لا سيما أننا نعيش صراع حضاري مع الدول الإستكبارية التي تحاول تحقيق الشعوب المستضعفة وإذلالها وغرس روح التبعية فيها حتى لا تقوم لها قائمة، وأفضل وسيلة لديهم هي العثور على الأفراد من ضعاف الشخصية لاستلام الحكم في الدول النامية، وإشاعة الثقافة الأجنبية فيها لتكريس التغريب الثقافي والاستلاب الحضاري الغربي، وما أكثر هؤلاء في مجتمعاتنا الإسلامية.

فنحن نشكو من هذه الظاهرة على الصعيد الفردي والاجتماعي، ولا بدّ من دراسات موسعة في هذا المجال لمعالجة هذه الظاهرة النفسية، فإنها من أمهات المشاكل والأمراض النفسية الاجتماعية.

ونحن في هذا البحث الموجز سنقتصر في دراسة هذه الظاهرة من جهة اعراضها وأسبابها ومراتبها وطرق علاجها بالمقدار الممكن.

### الحقارة وحقيقتها

في البداية لابدّ من إعطاء صورة واضحة لهذا النقص في شخصيته، فإن نفوس عامة الناس لا تخلو من بعض النقص والإحساس بالحقارة امام حوادث الحياة وتعقيدات

المجتمع، لأن الإنسان ذاتاً خلق ضعيفاً كما يخبرنا القرآن عن ذلك<sup>(64)</sup> ونلاحظه بالوجدان، فالحياة مليئة بالصعاب ومواجهة المتغيرات الطبيعية والاجتماعية، فمن جهة يشعر الفرد بأنه ضعيف أمام قوى الطبيعة، بل أضعف المخلوقات على الإطلاق...

ومن جهة أخرى يعيش الفرد ضعفاً آخر في مقابل الآخرين، أي الضعف الاجتماعي، وهو محلّ البحث في حالات الشخصية، فالإنسان يجد نفسه أحياناً أقل من الآخرين وخاصة في مرحلة الطفولة، وبعبارة أخرى: أنه عندما يقارن نفسه مع الآخرين يجد فيهم مميزات لا توجد فيه لأنهم أكبر سناً وأكثر تجربة، ويشعر في قرارة نفسه بالتهديد المبطن من هؤلاء، لأن وضعهم المتفوق يوحي إليه بأنه أقل شأناً منهم، فيحاول أن يدرأ عن نفسه هذا التهديد للشخصية، لأن الرغبة في التفوق متأصلة في ذات الإنسان، وعندما يدرك تفوق الآخرين وقصور نفسه تنعكس فيه حالة الخلل النفسي وعدم التوازن بين ما هو فعلاً، وبين ما يطمح أن يكون، وكلما اشتد فيه هذا الشعور تطلّب منه السعي الجاد لإعادة التوازن باكتساب امتيازات جديدة في التنمية النفسية. فكما أن البدن ينمو ويكبر، فكذلك النفس، والفرق أن نمو البدن اجباري، وليس كذلك نمو النفس، فالإنسان مختار في ذلك بين أن يسلك بها طريق النمو والتكامل، أو السقوط والتسافل.

والبداية تحصل من هذا الشعور بالنقص ومحاولة سدّ الخلل وجبران النقص، وكلما تمكن من تكميل جانب من النقص النفسي ظهرت له جوانب أخرى تدعوه لاشباعها وإعادة التوازن إلى النفس. وهكذا.

## عقدة الحقارة

إلى الآن كان الأمر طبيعياً. ولا يشكل ظاهرة سلبية ومرضية في الفرد، فطبيعي أن يكون الإنسان أضعف من المحيط الخارجي بما فيه من قوى طبيعية واجتماعية، وطبيعي أن يحاول التغلب على ما يواجهه من مشاكل وقوى مضادة بدافع التكامل الذاتي وغريزة التفوق أو استعادة التوازن النفسي والغلبة على الخلل الناشء من طموحات الفرد وقابلياته الفعلية...  
إنّ قانون التوازن الذي يحكم عالم الطبيعية كما في قوله تعالى:

«وَوَضَعَ الْمِيزَانَ أَلَّا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانِ»<sup>(65)</sup>.

هو الذي يدعو الإنسان ويدفعه إلى تطبيق دوافعه الذاتية مع المحيط. كما أن لكل فرد دوافع نفسية كثيرة. فهناك قوى خارجية كثيرة تصده عن ارضاء دوافعه هذه بالكامل في عملية التطبيع الاجتماعية والتنشئة الثقافية، فالوالدان، ومن ثم المدرسة، والمحيط الاجتماعي بمثابة القوى الضاغطة والمعدلة والمقومة لرغبات الطفل وميوله حتى يتم ترويضه وتهيئته للحياة الاجتماعية.

إن وجود الميول والدوافع المتنوعة في ذات الإنسان من جهة، ووجود العوائق والكوابح الطبيعية والاجتماعية في الخارج لا يشكل سبباً للاصابة بعقدة الحقارة حيث تشكل هذه الدوافع والعوائق حالة طبيعية في حركة الحياة البشرية، ولكن إذا زادت القوى الخارجية من ضغطها على الفرد، وشعر بالعجز عن مواجهتها والتوافق معها، وأن هذه القوى تشكل سداً منيعاً يقف امام تكامل شخصيته وتوسعة دائرة ذاته، فمثل هذا الاحساس قد يشكل النواة الاولى للاحساس بالذلة والحقارة، وفي حالة الاستمرار على هذا الحال وتراكم هذا الاحساس فانه يتحول إلى «عقدة الحقارة».

وهكذا نجد أن المسؤول الحقيقي للاصابة بهذا المرض ليس هو الدوافع وحب الإنسان للتعالي والتكامل، وليس هو وجود العوائق الخارجية من قبل الوالدين أو المجتمع أو الاخلاق والدين كما يتوهم بعض علماء النفس، بل وجود «الأنا» ورغبتها في التفوق على الآخرين، أو الظهور بمظهر جميل ومقبول لدى الآخرين، وعند اليأس من تحقيق هذه الغاية يشعر الفرد بالاحباط والضعف، وبالتالي قد يصاب بعقدة الحقارة.

ومن ذلك نفهم أن هناك نوعين من الشعور بالحقارة:

1 - الشعور الطبيعي بالحقارة، وهو الكامن في ذات الإنسان بالنسبة إلى خالقه وقوى الطبيعة والكمالات الانسانية العليا، وبما أن هذا الشعور يتطابق مع الواقع فلا يشكل ظاهرة مرضية في الفرد، ولا يكون مثل هذا الشعور مؤلماً للنفس.

2 - الشعور العصابي بالحقارة في مقابل الآخرين، بأن يرى الشخص أنه أقل شأناً منهم وأنه وضع وناقص وحقير، ولا يتمتع بالصفات الايجابية التي تعينه لاقامة علاقات طبيعية مع الاخرين من موقع الكرامة واحترام الذات، ويتزامن هذا الشعور مع ادراك الشخص بأن الطرف المقابل يدرك هذا النقص في وجوده. ولذلك نجد الشخص المصاب بالحقارة يسعى جاهداً إلى ستر عيوبه ونواقصه مهما أمكن، ويتحرك دائماً على مستوى الظهور بالمظهر اللائق امام الغير، ويكون حساساً جداً تجاه النقد أو النصيحة ولو أنه التفت إلى واقع الامر، وأن حاله حال جميع أفراد البشر من كونهم فاقدين للكثير من صفات الكمال، وأن عليه تقبل هذه الحقيقة اولاً، والسعي إلى كسب الكمالات الحقيقية من دون الاخذ بنظر الاعتبار تقييم الناس ورضاهم عنه، لما وجد الاحساس بالحقارة والدونية من النوع الثاني إلى نفسه سبيلاً. ولكن الأنا هي التي تتخذ نظر الاخرين ورضاهم

واحترامهم معياراً للكمال وتقييم الذات، ومع وجود هذا المعيار الخاطيء في تقييم الذات لدى الفرد فإنه يكون عرضة حتماً للإصابة بعقدة الحقارة وضعف الشخصية، لأنه يرى نفسه دائماً من منظور الآخرين عنه وتقييمهم له. أما الشخص السوي فالمعيار لديه في التقييم هو ذاته وصفاته الحقيقية، فلا تكون النقاط السلبية في شخصيته بمثابة عناصر مثيرة للاحساس بالنقص والدونية تجاه الآخرين، بل يقبلها ويتحرك نحو ازالتها وتقوية جوانب القوة في شخصية من موقع الرؤية الواقعية للكمالات البشرية، فلا يكون سلوكه مفروضاً عليه من الخارج وبهدف كسب رضا الناس واحترامهم.

فتحصل أن الإنسان بطبيعته لا يعادي المحيط الاجتماعي، بل يرغب في المصالحة معه و تطبيق ميوله ورغباته وفق متطلبات المجتمع. ولكن المحيط أحياناً يقسو على الفرد، ويحطم كل آليات التوافق مع الفرد ويكسر شخصيته، ولا يقدر الفرد على استيعاب الصدمة ومحاولة اصلاح الخلل بالوسائل الطبيعية، فتقلب رغبة الفرد في التوافق مع المحيط إلى عجز وكرهية وتمزق في المحتوى الداخلي النفسي للفرد وبالتالي ضعف الشخصية وعقدة الحقارة.

وأحياناً أخرى لا يتمكن الفرد من التوافق مع المحيط الاجتماعي لا لقساوة المحيط، بل لجهل الفرد باشكالية التوافق وضياع الميزان الفطري في أعماقه، مما يؤدي به إلى الوقوع في هاوية الحقارة وضعف الشخصية.

ولابد من الإشارة إلى أن كل من الشعور بالحقارة وضعف الشخصية رغم أنهما يشتركان في أصل الإحساس النفسي، إلا أن العلاقة بينهما هو أن ضعف الشخصية متولد من الشعور بالحقارة كما لا يخفى.

أمّا آثار هذا المرض النفسي على الفرد والمجتمع، فهو مضافاً إلى أنّه إحساس مؤلم جداً ومستديم، أي أنه يصاحب الإنسان حتى لو كان وحده مما يزيد في علته ومرضه. فإن هذا الشعور السلبي قد يطغى في كثير من الاحايين ليلحق اضراراً فادحة بالمجتمع، وخاصة إذا تفشى وأضحى سمّة عامّة لمجتمع من المجتمعات، وأوّل آثاره الاجتماعية أنه يكرس حالة التبعية للأجنبي، ويؤكد روح التغريب الحضاري لدى الناس ويفصلهم عن تراثهم وثقافتهم الأصلية، فتتولد من ذلك حالة ازدواج الشخصية وتزلزل القيم الأخلاقية والتقاليد الاجتماعية. ضعف الشخصية يعيق الفرد عن استغلال طاقاته وقابلياته في تنمية شخصية وترشيدها بما فيه صلاح مستقبله ومستقبل امته، وذلك لأن المصاب بهذا المرض يصرف جلّ طاقاته في سبيل التغلّب على هذا المرض والتخلص من الألم النفسي في عملية جبران الخلل وتعويض النقص، وغالباً ما يؤدي سعيه هذا إلى زيادة المرض وتراكم الشعور بالضعف وتضخم عقدة الحقدارة، والقليل من الأفراد من يحالفهم الحظ في جبران النقص وتلافي الازمة، أي أن النفس تتصدى لهذا النقص لا على مستوى ازالته والتخلص منه، بل بخلق نقاط ايجابية حقيقية أو وهمية لايجاد التعادل في منظومة النقص والكمال في الفرد، فالجبران النفسي بمثابة وضع ثقل في الكفة الاخرى من الميزان لايجاد التعادل، لا رفع ما هو موجود في الكفة الاولى.

## اشكال الجبران

رأينا أن النفس ولدفع ألم النقص الذاتي أو المكتسب تقوم بمحاولات عديدة لدفع هذا الألم وجبران ذلك النقص، وهذا الجبران تارة يكون حقيقياً، وهو في ما لو سعى الفرد لحيازة الصفات الأخلاقية الإيجابية

وأجهد نفسه في طلب الكمالات المعنوية والعلوم المفيدة والنشاطات المثمرة، ممّا يسبب تغيير نظرتة عن نفسه ونظرة المجتمع نحوه كذلك ويوجب له الإحترام والتقدير والمحبة بين الناس.

وتارةً أخرى يتخذ الفرد أساليب وهمية لجبران النقص وهذا هو الغالب مع الأسف، مما يزيد في العلة ويعمق المرض وإن كان نافعاً لتسكين الألم بشكل مؤقت، وهذا هو ما يصطلح عليه فرويد بالحيل الدفاعية، وهو الغالب في مرحلة الطفولة والمراهقة، حيث تحاول النفس استغلال الفرص والقابليات في الإنسان في أعمال وهمية من أجل لفت الأنظار وكسب اعجاب الآخرين والحصول على عناوين وسمات وهميته تغطي على النقص الحقيقي كالتظاهر بكثرة الاكل، أو التفنن في الحديث أو اختراع القصص البطولية الكاذبة عن نفسه. وإن لم تكن فيه منقبة يتحدث عنها، فإنه يستعويض عن ذلك بالتحدث عن مناقب أبيه أو عشيرته أو من يعتبره مثلاً في حياته. فيحيطه بهالة من القدسية والعناوين البراقة وينسب نفسه إليه.

ومن ذلك أيضاً، الشخص الامي الذي يحث ولده على دخول الجامعة ونيل شهادة الدكتوراة ليتفاخر بذلك. أمّا إذا كان حياً في العلم وخدمة المجتمع فهو من الجبران الحقيقي ومثله من يرسل ولده ليتدرب على الملاكمة أو الكاراتيه ليحبر ضعف بدنه هو، لا حياً للرياضية البدنية بذاتها.

ومن الجبران الوهمي التكاثر في الأموال والأولاد، أو التكبر والاستعلاء واحتقار الآخرين ولا سيما من هو أضعف منه، أو أقل منه علماً، وفي الحديث الشريف عن الإمام الصادق(عليه السلام):

«وما من رجل تكبر أو تجبر إلا لذلة وجدها في نفسه» (66)

وما نراه من ولع في تربية الكلاب والقطط لدى الغربيين يدخل في هذا الباب أيضاً، فالاب الذي لم يجد وفاءً من أبنه، والاخ من أخيه، والصديق من صديقه يضطر لجبران حاجته إلى الوفاء والأنس والمحبة بتربية هذه الحيوانات، ولعل أحد أسباب اعتبار الكلب نجساً في الشريعة الإسلامية هو أيجاد هذا الباب من الجبران كيما لا يستبدل المسلمون العلاقات العائلية والروابط الاجتماعية بالعلاقة مع الكلب، ويبقى باب الإستفادة منه في مجال الصيد والحراسة مفتوحاً.

ومن الجبران مانراه في المرأة العاقر من إتخاذ الدمى والعناية بها للتعويض عن الأطفال، أو تعمل في دور الحضانة لإرضاء دوافع الامومة لديها، وهذا الأخير من الجبران الحقيقي الإيجابي.

وقد تكون كثيراً من حالات العدوان على الغير جبراناً لنقص نفسي أو أراضاء لعقدة الحقدارة كما هو الحال في اغلبية الجانحين والمجرمين ورجال الشرطة في الحكومات الجائرة.

وبالامكان ترتيب اشكال الجبران كما يلي:

1 - الجبران الكتماني: وفيه يسعى الفرد إلى كتمان نفسه وستره باخفائه بالسكوت أو بشي آخر، فيوفر بذلك على نفسه عدم اثاره هذا الشعور المؤلم. وعلى سبيل المثال فالشخص الجبان إذا اتفق وأن سار لوحده في مكان موحش تحدث مع نفسه بصوت عال أو تلهى بالصفير لاختفاء ما يعانيه من خوف ولاظهار نفسه بمظهر الشجاع، وكثيراً ما يتم اخفاء المعاييب بالكذب بأن يتحدث الامي أو الفقير عن شغله ودرجة تحصيله العلمي ومقامه

الاجتماعي بخلاف الواقع لاختفاء جهله وفقره، أو لظهار نفسه بصورة أفضل مما هي عليه في الواقع.

ومن ذلك السعي إلى اقتناء سيارة انيقة وقصر مشيد والظهور بمظهر الترف والثراء لا لشيء إلا لأن هذه المظاهر البراقة تغطي على ما يشعر به من ضعة في قرارة نفسه وفي مقابل الآخرين، أي أنه يشكو من فقر معنوي شديد في ذاته وشخصيته، ولا يجد في صفاته الذاتية شيء ايجابي وصفة حميدة يمكن الاعتماد عليها، فيضطر إلى اكتساب صفات وعناوين من خارج ذاته ويضيفها إلى نفسه على أساس أنها صفات ذاتية وحقيقية ويتظاهر بها امام الآخرين. أو يعمل على اظهار قوة عضلاته وقدرته البدنية بمناسبة وغير مناسبة، أو يحفظ القصائد المطولة أو يقرأ بعض النظريات العلمية والمقولات الفلسفية بهدف المراة واطهار نفسه امام الآخرين على مستوى الأديب والعالم لاختفاء نقصه وحقارته وقد يتوسل إلى ذلك بحفظ القرآن وتأليف الكتب أو تعلم العلوم الغريبة من السحر وقراءة الكف والضرب بالرمل واحضار الارواح وغير ذلك.

ولا يقتصر هذا النمط من الجبران الكتmani على الفراد. بل نجد الكثير من الحكومات المستبدة تعمل على اظهار قوتها وسيطرتها امام الشعب لاختفاء ضعفها، فحيط القائد أو الزعيم نفسه بهالة من القداسة واللقاب الطنانة والحرس والشرطة ولا تجد ادارة حكومية أو شارعاً أو ميداناً إلا وصور القائد الضرورة وتمثيل الزعيم الأوحد قد أخذت مكانها الطبيعي منه، والأعلام الرسمي من الراديو والتلفزيون والصحف لا شأن لها إلا التمجيد بالقيادة الفذة وإخبار الناس يومياً عن لقاءات القائد وحركاته وسكناته وكلماته وخطبه. كل ذلك لشعور هذه القيادة بالضعف وفقدان مصدر القوة الا وهو تأييد الناس وتعاطفهم معها. وإلآلقائد الذي

يعلم بتأييد الناس له لا يجد نفسه بحاجة إلى مثل هذه الاساليب لاثبات وجوده وحضوره بين أفراد الشعب، كما نرى هذا الفرق واضحاً في اسلوب القيادة في الحكومات الديمقراطية والمستبدة .

2 - اللجوء إلى «احلام اليقظة»، والتفكير بالماضي أو المستقبل هرباً من واقعه الفعلي. فلا يفكر بالماضي إلا بالذكريات الجميلة والحوادث التي استطاع أن يحقق فيها بطولات وهمية. وحتى لو كانت ناقصة أو لم تكن بالمستوى المطلوب من الإخراج الفني، فإن النفس تقوم باكمالها وعرضها على شاشة التفكير من جديد، ولا يكتفي بعرض هذا الفلم عشرات المرات، بل قد يستغل أي فرصة للتحديث به امام الآخرين وإظهار وجوده السابق على أساس أنه الواقع الفعلي، طبعاً مع حذف النقائص واصلاح الخلل الفني. وعلى كل حال، فهو يعيش دائماً في عالم الخيال ويحاول أن يكسب منه وجوده وشخصيته وكماله بما يجبر به ضعفه ونقصه الحالي. والحكاية الشعبية عن بائعة اللبن والمشهورة لدى ثقافات مختلفة في العالم تجسد هذا اللون من الجبران. فقد حملت هذه القروية قعب اللبن على رأسها بهدف بيعه في سوق المدينة، وفي الطريق ولشدة ما تعانيه من فقر وحرمان أخذت تفكر في ما تحصل عليه من مال كئمن لهذا اللبن، ثم تشتري به شاة صغيرة، ثم يزداد ما لديها من الغنم والشياه والبقر، فتبيعها وتشتري قصراً فخماً في المدينة حيث يحيط بها الخدم والحشم، والويل لمن يخالف أمرها حيث تنهال عليه بالضرب المبرح بالعصا. ولما وصلت إلى هذا المقطع من التفكير رفعت عصاها لتضرب الخادم المتمرد، فأصابت العصا إناء اللبن على رأسها وسقط إلى الارض وانتهى كل شيء .

ومن هذا القبيل ما نجده في حكايات كثيرة تتحدث عن العثور على كنز أو علاء الدين والفانوس السحري

والجن والغيلان والسوبرمان وغير ذلك من الحكايات التي تحكي عن خيالات وأحلام لدى الكثير من الناس الذين يطمنون أن تكون لهم قدرات غريبة لتحقيق آمالهم الوهمية.

3 - اللجوء إلى اتهام الآخرين بالنقص، وهذا هو ما يسمى به «الاسقاط» لدى علماء النفس، أي أنه يلقي نقائصه على شخص آخر للتخلص منها، أو صرف الاذهان إلى الطرف المقابل، أو يريد أن يقول انني لست وحيداً في هذا النقص، فالآخرين أيضاً لديهم نواقص مماثلة، فيشعر في قرارة نفسه بارتياح خفي، لأن النقص كثيراً ما يكون نسبياً، فإذا كان الآخرون كذلك، فلا نقص أساساً، كالأعمى بين عميان.

وهذا من قبيل الواعظ الفاسق ينصح الناس بالتقوى، والاب الفاشل يقسو على أبنه في الدراسة، وامرأة العزيز عندما اتهمت يوسف بأنه يريد بها سوءاً: **«قالت ماجزاء من أراد بأهلك سوءاً إلا أن يسجن أو عذاب أليم».** (67)

وبهذا يستطيع الفرد من تخفيف الضغط النفسي من جراء الشعور بالحقارة والنقص.

4 - «التقمص» وتقليد شخصيات العظماء لجبران حقارته، كما نرى في الطفل يقلد أباه، والبنات تقلد أمها في لعبها مع رفيقاتها أو مع لعبتها، وهذا التقليد وإن كان نافعاً للطفل في تنشئته الاجتماعية، إلا أنه إذا زاد عن حدّه واستمر الحال في سنوات الرشد. فإنه يعبر عن مرض نفسي وأن هذا الشخص لا يحب شخصيته الفعلية ويشعر معها بالدونية والحقارة، فلذلك يريد التخلص منها. ومن ذلك تقمص شخصية أبطال الافلام بالنسبة للمراهقين والناشئة على الخصوص، ومحاكاة الغربيين في لباسهم وعاداتهم وتقاليدهم

بالنسبة لشبابنا المتغرب الذين يشعرون بالحقارة لشركيتهم وتخلف مجتمعاتهم. وكذلك في تقمص شخصية الداوريش والصوفية. أو ما نلاحظه لدى البعض من الفقراء من التظاهر بالغنى وتدخين أغلى انواع السجائر واستعمال أغلى العطور واحتقاره للفقراء وغيرها من الأساليب التي يسعى فيها الفرد إلى انكار طبقته الاجتماعية والدخول في طبقة ارقى، ولو في الظاهر.

5 - جبران الشعور بالحقارة بطلب الرئاسة والسلطنة، وهو ما نجده في كثير من الحكام وأعوانهم حيث تتيح لهم السلطة عنواناً كبيراً تخضع له الرقاب، وتبيح لهم اشكال من العدوان على من يستنقصهم، أو توقف الآخرين عند حدهم. بل قد يجد من خضوع الآخرين له وتملقهم إليه من اللذة النفسية ما لا يجده في سائر ملذات الدنيا، وذلك أن هذا السلوك من الغير يروي فيه ظمأ العزة والرفعة والتفوق على الناس. ويعوّض فيه ما يشعر من النقص والحقارة.

الأمر الذي يدفع الفرد إلى هذا السلوك العدواني والميل إلى تحقير الآخرين هو أن الشعور بالحقارة يخلق في ذهن الفرد «أنا» مثالية خالية من أي نقص وضعف. ولما كان البون شاسعاً بين الأنا الفعلية والأنا المثالية وبحاجة إلى جهود كثيرة وزمن طويل، فالانسان المصاب بالحقارة يفترض أنه قد حقق في نفسه ذلك الطموح البعيد وأنه فعلاً لا نقص فيه، بدليل مقامه وسلطته وانقياد الناس له، فيتخذ المقام والسلطة دليلاً لاقتناع نفسه بأنه شخصية فذة وعظيمة واقعاً، وكلما شعر في قرارة نفسه بالحقارة اكثر شعر بالحاجة إلى جبران ذلك بالتسلط والقسوة والتحكم على الآخرين اكثر.

وتتفرع على ذلك الحاجة الشديدة إلى الشهرة لتسكين شعوره بالحقارة، حيث يجد في تمجيد الناس له وثنائهم عليه دليلاً قاطعاً على عدم حقارته وقوة شخصيته، لأن المعيار لدى هذا الشخص هو المقبولية لدى الناس لا الكمال الواقعي وقوة الشخصية في عالم الذات وواقع الأمر، ولكن بما أن تمجيد الناس وثنائهم لا يكون اعتبارياً، وهو فارغ من الكمالات التي تستحق الثناء والتقدير، فيجد نفسه مضطراً إلى استخدام القوة والارهاب في كسب هذا التمجيد والثناء. ولذلك نرى أن مثل هذا الإنسان متعطش دائماً إلى خداع الناس واستثمارهم وتخويفهم، وتدرجياً تموت في نفسه العواطف الانسانية والخصال الحميدة والمحبة والرحمة وامثال ذلك، فلا يرى في العلاقات والروابط مع الآخرين إلا بما يحقق له هذه الرغبة، فالزواج في نظره اسلوب من اساليب اظهار القدرة والتفوق على الزوجة والاطفال واشباع العطش إلى القدرة والسلطة من هذا الطريق. والثروة بدورها تحقق له قدرة لتسخير الناس واستذلالهم واثبات تفوقه عليهم.

وبما أن مثل هذا الشخص يفترض نفسه قد بلغ الكمال الأعلى وأنه شخصية ممتازة ومتفوقة - ولو ظاهراً - فنراه شديد الغضب من كل ما يחדش في شخصيته وغروره، ويعاقب على التوافه بأشد أنواع العقوبات، ويتوقع من الآخرين كل شيء وفي نفس الوقت لا يرى لهم الحق في التوقع منه، ويغلب على اسلوبه في الحديث مع الآخرين طابع السخرية والاستهزاء والتقريع اللاذع دون أن يكون لهم حق الاعتراض على ذلك أو مقابله بالمثل. وفي البيت يجب أن تكون جميع الامور وفق مراده لا مراد الزوجة والاطفال، وإذا أراد اصطحابهم في سفره فهو الذي يعين المقصد والوسيلة والمدة وأين يحلون وماذا يأكلون ومتى يعودون، والمصيبة أنه يرى في سلوكه هذا

أنه يعمل لصالحهم ومنفعتهم وعليهم أن يشكروه على هذه العناية الفائقة والاهتمام الكبير بهم!!

6 - ومن الجبران ما يتخذ اسلوباً معاكساً لما تقدم بأن يندفع المصاب بشكل لا إرادي إلى التفاني في خدمة الآخرين وقضاء حوائجهم ومطالباته. ويتخذ من هذا السلوك الانساني قناعاً على شخصيته للظهور أمام الآخرين بمظهر جميل ومقبول.

وقد تقدم أن «الأنا» في هذا الشخص تسعى إلى كسب عناوين جميلة لتتقن بها من أجل اخفاء الصورة المشوّهة الحقيقية لها، وبما أن الايثار وخدمة النوع والتعاون وقضاء حوائج الغير تدخل تحت عناوين إنسانية شريفة، فالشخص الذي يشكو من ضعف الشخصية يكثر من هذه السلوكيات حرصاً منه على كسب هذه العناوين وهو يظن أنه مندفع في هذا السلوك بدوافع إنسانية وإلهية والحال أن الدافع الحقيقي وراء ذلك هو الشعور بالحقارة وجبران هذا النقص امام الغير فحسب: (الَّذِينَ ضَلَّ سَعِيَّهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا) (68).

وآية ذلك أن هذا الشخص يجد نفسه مضطراً إلى اتخاذ هذا السلوك والاستجابة لمطالبات الغير وإن تطلب منه بذل جهد كبير أو توريث الأهل كذلك، فلو جاءه ضيف من أقربائه أو اصدقائه فانه يبذل كل جهد لاستضافتهم بأفضل ما يكون، ويشدد النكير على زوجته بأن تهتم غاية الاهتمام بطعام ضيوفه، وما اكثر المشاحنات والخلافات العائلية التي تنشأ من هذا السلوك الجبراني تجاه الآخرين. في حين أن السلوك الاخلاقي ينبع بالدرجة الاولى من اختيار الإنسان، ولا يجد الشخص نفسه مجبراً على التحرك في هذا الاتجاه، مضافاً إلى أن

السلوك الاخلاقي والانساني لا يتوافق مع اجبار الأهل على سلوك معين أو الاضرار بالغير.

وخلافاً لجبران التسلط المذكور آنفاً، والذي يسعى فيه المصاب إلى اظهار تفوقه على الغير، فان هذا الجبران الاخير يسعى فيه الشخص إلى بذل غاية التواضع والطاعة وعدم اظهار فضله امام الآخرين خوفاً من إزعاجهم، ويتحاشى كلمات الثناء عليه من قبل الغير، لأن ذلك يعني أنه متفوق عليهم، ولذلك فهو دائم الثناء والتمجيد بالغير - طبعاً إذا كان حاضراً - لأنه يشعر أن ذلك يرضيهم ويفرحهم. ومثل هذا الشخص دائم الاحساس بالإثم والتقصير تجاه الآخرين في الظاهر، ولكنه في الواقع دائم الاتهام لهم بالظلم له والتقصير في حقه وعدم ردّهم لإحسانه ومقابلته بالمثل. وتدرجياً يورثه هذا السلوك أن يكون ذا وجهين وذا لسانين يطري أخاه حاضراً ويشتمه غائباً كما جاء ذلك في الروايات.

وبما أن رضا الناس غاية لا تدرك فان صاحبنا هذا دائم القلق والخوف من التقصير في حق الآخرين مهما سعى لكسب ودّهم ورضاهم. والمؤسف أن الآخرين لا يقدرّون فيه هذا الشعور تجاههم ولا يتعاطفون معه، بل يزدادون توقعاً منه وكأن لهم الحق عليه، أو أنه خادم لهم مما يزيد في علّته، فلا تجده يلتذ بشيء من حياته، بل يضغط على نفسه وعلى أهله ويحرمهم كل اشكال الراحة والسعادة من أجل راحة الآخرين وسعادتهم، وفي نفس الوقت لا يجد لهذا السلوك تجاه الآخرين رضا وراحة في نفسه، ولو كان هذا السلوك صادراً عن دوافع الخير في نفسه ووجدانه لكان مثل هذا الشخص من أسعد الناس.

7 - ومن الجبران السلبي للشعور بالحقارة «العزلة» والانطواء على الذات وتحاشي الاختلاط بالناس خوفاً من صدور بعض الاخطاء والاشتباهات منه مما يتسبب في تثوير

الشعور بالحقارة المؤلم، فالشخص الذي يشعر بضعف الشخصية يتحاشى الاضواء ويقتصر في روابطه الاجتماعية على صديق واحد أو اثنين ممن يتفهمونه ولا يعيبون عليه سلوكياته.

والانزواء حيلة أخرى من حيل النفس في مواجهة نقصها وحقارتها وتحاشي نظر الآخرين وتوبيخهم وانتقاداتهم. ولكنه في نفس الوقت يعود على الفرد بخسارة كبيرة في دائرة تنمية الشخصية وترشيد القابليات والملكات الكامنة في النفس، فالانطواء على الذات أو الانزواء يحرم الفرد من تنمية ملكاته الاخلاقية وتقوية جوانبه المعنوية المتولدة من تفاعله الاجتماعي وتجاربه العملية في ساحة الروابط والعلاقات الاجتماعية.

صحيح أن الفرد في هذا السلوك الجبراني يحسّ بالاطمئنان والراحة النفسية والهدوء الروحي بما لا يجده في سلوك آخر، وقد يستشهد لتأييد سلوكه هذا بجملة من النصوص الدينية وسيرة بعض العظماء من أفراد البشر الذين فضلوا العزلة على الاختلاط، إلا أن ذلك لا ينبغي أن يوقعنا في ورطة الخلط بين السلوك الجبراني والسلوك الإنساني في دائرة العزلة. ولذلك نحن نصطلح على الاول بالانزواء، وعلى الثاني بالعزلة. وفرق شاسع بينهما، فالاول يمثل ردّة فعل للاحساس بالحقارة والنقص، فهو يرفض الاختلاط بالناس ويتحاشى اقامة الروابط الاجتماعية طمعاً في الهدوء النفسي أو خوفاً من وقوعه في أخطار مخزية، أو احتقاراً للناس وعدم مراعاة مشاعرهم والازراء بعواطفهم، وكل هذه الدوافع النفسية غير موجودة في سلوك العزلة للاسوياء من الناس، فتارة يكون الدافع لهم هو تربية نفوسهم وتهذيب أخلاقهم وتقوية معنوياتهم من خلال العبادة والتفكير ورياضة النفس كما ورد في سيرة النبي قبل

البعثة من لجوئه بين الحين والآخر إلى غار حراء، وكذلك سيرة الكثير من العلماء والصلحاء وخاصة العرفاء في اطار العزلة الايجابية. وقد يكون الباعث على العزلة هو رفض المجتمع لهم وعدم قبول الناس نصيحتهم كما هو الحال في الانبياء مع أقوامهم في آخر المطاف، أي تكون العزلة مفروضة عليهم من الخارج. وفي ذلك يقول ابراهيم (عليه السلام):

(واعتزلكم وما تدعون من دون الله...) (69).

واين هذه العزلة الايجابية أو المفروضة من ذلك الانزواء والانطواء على الذات للشخصية العصابية؟. وأحد الآثار والنتائج للانزواء أو العزلة العصابية أن الفرد يقف معها من حركة الحياة والمجتمع موقف المتفرج وكأن الحياة في المجتمع شيء لا يخصه ولا يتعلق به. والحال أن الحياة في بعدها الاجتماعي تشكل بعداً من أبعاد شخصية الفرد وركنا من أركان النفس الانسانية. وأحد الآثار المخربة لهذا الموقف للشخصية العصابية هو فقدان أي سعي جاد لتنمية النفس وترشيد الملكات والطاقات الايجابية في معراج التكامل المعنوي، بل لا يرى في نفسه حاجة وطموحاً نحو الرقى والتكامل، ولا يرى في الحياة هدفاً يستحق أن يتعب نفسه من أجله، ولذلك يعيش من دون هدف مشخص وغاية معينة في دائرة المستقبل المادي والمعنوي، ولا يجد في نفسه استعداداً للتقدم بخطوة ايجابية في حركة الحياة.

8 – ومن اشكال الجبران هو «الجبران الانتقامي» بأن يتحرك المصاب بدافع العيوب والشعور بالدونية من موقع الانتقام من الآخرين، فتارة يكون الانتقام على شكل إقدام الشخص العصابي على الانتحار، ويكثر هذا

الاسلوب لدى الشبان والمراهقين من الذكور والاناث، وقد يكون الباعث لهذا السلوك المحزن هو التخلص من ثقل المسؤولية والراحة من المعاناة أو من ازمة مالية أو فضيحة اجتماعية. فكل هذه الغايات لا تدخل في باب الجبران الانتقامي وان كانت تحكي عن وجود مرض نفسي خطير من قلق أو كآبة أو نوبة هستيرية وما شاكل ذلك، ولكن السلوك الجبراني في عملية الانتحار يقوم على أساس مضمون فكري في ذهن المصاب، وهو عبارة عن خطاب موجّه للمعنيّ بهم والمقصودين بالافهام فحواه «أنكم مقصّرون في حقّي وتعاملكم معي تعامل غير إنساني وغير منصف، ولذا فان انتحاري بمثابة عقوبة لكم على اسلوبكم الخشن واللا اخلاقي وعسى أن يثير فيكم الندم على ما فرّطتم في حقّي»

أو يكون الخطاب الذي يحمله الانتحار يهدف إلى تحقيق غاية عسيرة المنال ولا سبيل لنيلها إلا بهذه الصورة، وطبعاً فالغاية للشخص المصاب بضعف الشخصية والشعور بالدونية هي كسب محبة الآخرين وتعاطفهم مع المصاب، فيكون مضمون الانتحار بهذه الصورة: «ما دمت في قيد الحياة كنت مرفوضاً من الجميع فلم يكن أحد منكم يحبني أو يتعاطف معي، ولكن قد يتسبب انتحاري هذا في بعث الأسف والحزن في انفسكم وتجدون أنكم قد خسرتم ولدكم أو أخاكم الذي لم تقدرُوا وجوده حقّ قدره ولم تفيضوا عليه من حنانكم وعطفكم ولم تحيطوه بعطفكم، وبهذا تتحرك عوامل الحب والحنان في نفوسكم فتأتون إلى قبري مع باقات الورد وتذرفون من الدموع الحارة حزناً وأسفاً على مصابكم وتقيمون المآتم احياء لذكرى فقيدكم ولاظهار حبكم له، وهذا الحب رغم أنه سيكون بعد رحيلي من هذه الدنيا إلا أنه سيكون سلوتي وعزائي الوحيد على ما فقدته من الحب في حياتي..»

9 - أحياناً يكون الفرار من الشعور بالحقارة باظهار هذا الشعور بدل إخفائه، أي بأن يجاهر العصابي بنقاط ضعفه ونقائصه بل ويضيف عليها نقاطاً سلبية أخرى ويزيد الطين بلة بشكل يدعو للتعجب والرثاء، وقد يتساءل عن الغاية من هذا الاسلوب من الجبران، فكيف يستفيد الشخص المصاب بالحقارة من هذا الاسلوب في تعامله مع الآخرين؟

الحقيقة أن هذا الشخص عندما يرى أنه تافه في نظر الآخرين وأنهم يقابلون مشاعره وعواطفه تجاههم بكثير من اللا مبالاة وعدم الاهتمام، فإنه يجد في طريقة الشكوى من نقائصه واطهار العجز والضعف سبيلاً لالفت نظر الآخرين نحوه وتعاطفهم معه.

وعلى أية حال فالغرض وراء التظاهر بالعجز والنقص أمران:

أحدهما: أنه يبعث على الفات نظر الآخرين نحو الشخص ومواساتهم له والتعاطف معه بحيث يجد نفسه محور الحديث في الاسرة بعد أن لم يكن شيئاً مذكوراً.

ثانيهما: أن الشكوى وإظهار الضعف والنقص يتسبب في خلع سلاح الآخرين الموجه ضده من خلال انتقاداتهم وتوبيخهم للشخص، وكأنه يريد أن يقول لهم: ماذا تقولون؟ انني انا أذم نفسي وأجد فيها من النقص اكثر مما تظنون واني غير مرتاح لذلك واشكو مرضاً في نفسي، فعلام التوبيخ والنقد؟ وبذلك يجد مخلصاً ومنفذاً للتهرب من نقد الآخرين، بل إنه بهذا الاسلوب يضيف إلى نفسه نقطة قوة وصفة ايجابية، وهي أنه منصف ومتواضع وغير أناني ويقول الحق ولو كان على نفسه، ومعلوم أن مثل هذا السلوك لو كان صادراً من الاسوياء لكان كذلك، أي يعدّ نقطة ايجابية في سلوكهم الاخلاقي بخلاف ما لو كان صادراً من مثل هذا الشخص المصاب بداء الحقارة،

فالدافع له هو الجبران والدفاع عن الشخصية وكسب عنوان جميل للتقنّع به امام الغير لا اكثر.

10 - وهناك «الجبران المضاعف» وهو ما تقدّم من الجبران الايجابي الذي يقوم على أساس الرؤية الواقعية للنقص والسعي إلى تفادية وعلاجه بالاساليب المشروعة والمفيدة، كما في كثير من العظماء الذين كانوا يشكون من نقص جسدي أو اجتماعي، كأن يكونوا من طبقة دانية، أو من اسرة مغمورة، فيثير هذا الإحساس بالنقص في الإنسان دوافعه الإيجابية على تلافى هذا النقص بأن يجهد نفسه في العلم أو نشاطات اجتماعية وسياسية، ويستغل نقاط القوة فيه ليحبر بها نقاط الضعف، وما أكثر المخترعين والعلماء والفنانين المشهورين هم من هذا القبيل.

### أسباب المرض:

ترى مدرسة التحليل النفسي أن كل شعور من هذا القبيل يعود إلى جذور جنسية، فهي عند الذكور عبارة عن الخوف من الاخضاء و عدم القدرة على المقاربة الجنسية، وعند الأنثى تمتد جذور عقدة الحقارة إلى عدم امتلاك النساء لآلة الرجل والتي هي عنوان الاخصاب والنمو، وتسمى بـ «عقدة الكترا».

ولا يخفى ما في هذا التحليل من تحلل فكري وسطحية علمية.

بينما يرى «آدلر» - وهو شريك فرويد في مدرسته والمنشق عليه في نظرياته - أن السبب في عقدة الحقارة قد يكون بدنياً، كما إذا فقد الفرد عضواً عن اعضاءه أو حاسة من حواسه، أو كان دميم المنظر أو مشوه الخلقة وأمثال ذلك، فإن هذا النقص البدني من شأنه أن يولّد في نفس صاحبه الشعور بالحقارة والتفاهة ومن ثم ضعف الشخصية.

وقد يكون السبب إجتماعياً، كأن يكون من طبقة دانية، أو أسرة غير شريفة، أو أسود اللون. أو من قومية سافلة في نظر الناس وإن كان الواقع غير ذلك. فاليهود مثلاً يشعرون بهذا الشعور لآزدراء المجتمعات البشرية لهم واحتقار الناس لهم لمجرد أنهم يهود فعندما يقال لشخص «إنك يهودي» فهو بمثابة السبِّ والشتم له.

وقد يكون السبب هو تأثير التربية القاسية في مرحلة الطفولة واحتقار الطفل وتقريعه المستديم وتوبيخه، أو الإفراط في التدليل وإظهار المحبة حيث يعتاد الطفل على ذلك، فعندما يواجه المجتمع في المدرسة أو محيط العمل ويطلب منه أن يتحمل بعض المسؤوليات يفشل في ذلك لآتكائه التام على والديه. وبعبارة أخرى: إن التربية في جانب الإفراط والتفريط تؤدي بالطفل إلى عقدة الحقدارة في المستقبل.

ويمكن أن نضيف إلى ذلك ما تشير إليه الآيات الكريمة من سببية الحكومات الجائرة، في توكيد الشعور بالحقارة وضعف الشخصية، كما في قوله تعالى في شأن فرعون وقومه: **(واستخف قومه فاطاعوه)** (70).

فالفراعة وحكام الجور يستفيدون من أساليب التحقير واذلال الناس على ازالة الشعور بالكرامة والشرف لديهم، وحينئذ بالإمكان اطاعتهم العمياء لهم، كما نشاهد ذلك في أساليب التجنيد والنظام العسكري الحديث وخاصة في الدول المتخلفة والانظمة المستبدة، فإنهم يلجؤون إلى تحطيم شخصية الجندي من أوّل يوم لوروده معسكرات التدريب بحلق شعر رأسه وامتهانه بالآوامر الاعتباطية والتكبر عليه من قبل الضباط

لضمان اطاعته لهم، والنتيجة هي تخرج مئات الالوف من الشباب المحطم الشخصية والضعيف الإرادة، ولهذا نجد كثرة الإنحرافات الأخلاقية ونمو غريزة العدوان عند أفراد هذه الجيوش وضعف الشعور بالعزة والكرامة والشرف.

والأمر الآخر الذي يمكن استفادته من القرآن والأحاديث الشريفة هو تراكم الذنوب حيث يشعر الإنسان معها بأنه مذنب وآثم، ولكنه يحاول التغطية على ذنوبه أمام الآخرين، وهذا الشعور بالإثم يوجب أن يستنفذ الفرد طاقاته في التظاهر بالخير والصلاح، وتدرجياً يؤدي إلى انفصال الشخصية الحقيقية عن الظاهرية، فيعيش مع الناس بشخصية، ومع نفسه وواقعه بشخصية أخرى، ويؤدي هذا إلى استنزاف القوى النفسية وإلى النفاق، وقد ورد في كثير من الآيات الكريمة الإشارة إلى أن المنافقين يشكون دائماً من ضعف الشخصية ومن الجبن والأنهزامية، وسيأتي تفصيل ذلك في مرض النفاق.

وقد تسبب له هذه الذنوب فضيحة اجتماعية مما يزيد في علته ويتكسر في نفسه الشعور بالاحباط والحقارة لتحقير المجتمع له ولا سيما في المجتمع المتدين، فيسعى جاداً إلى الفرار من هذا المحيط واللجوء إلى بيئة فاسدة ليخفف من آثار وضغط المجتمع عليه. وهو من الجبران الوهمي والسلبى كما هو واضح.

## علاج المرض:

لا يصح أن نكتفي في علاج الشعور بالحقارة على توصية الوالدين أو المعلمين في تعديل أساليب التربية، ولذا يهتم الإسلام في أن يعالج الإنسان من هذا المرض الخبيث مع عدم الإستهانة بالأساليب التربوية والتعليم، إلا أنه كما رأينا أن أسباب المرض لا تقتصر

على التربية الخاطئة، ولكل من تلك الاسباب علاجات خاصة لدفع المرض أو التخفيف من حدّته وشدّته على الأقل.

وعندما نستعرض المفاهيم الإسلامية والتعليمات القرآنية نرى أن أغلب هذه الاسباب تتعلق بأفكار وهمية واعتقادات باطلة، كالشعور بالدونية بسبب العرق واللون والطبقة الاجتماعية والمهنة وأمثال ذلك. فحينما يصحح الإسلام هذه المفاهيم الخاطئة ويشجب هذه الأفكار الوهمية، ويؤكد أن الناس على اختلاف ألوانهم وقومياتهم وطبقاتهم إنّما هم أمام الله والقانون سواسية كأسنان المشط وأن (إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ) (71) تزول عند ذلك الكثير من أحاسيس الحقارة لدى الناس، وهذا الأسلوب يعتمد علاج الحقارة من جهتين:

1 - فهو من جهة يؤكد للفرد مهما كان نسبه حقيراً وشكله دميماً، ومهما كان يعاني من نقص بدني أنه عبدالله، له ما للآخرين من العزة والكرامة عندالله، وإن الله فضله على سائر المخلوقات للروح الإنسانية التي نفخها فيه وفي كل إنسان على اختلاف شعوبهم والوانهم وقومياتهم، أي أنه يعزّز ويزكي في الفرد الشعور بالكرامة لذلك.

2 - ومن جهة أخرى يوحى للمجتمع بأن لايتعامل مع الفرد على أساس هذه العناوين الظاهرية والمفاهيم الباطلة، بل على أساس مايقدمه الإنسان للمجتمع من علم ومعرفة وخدمة خالصة، ولهذا نجد أن المجتمع الإسلامي تقل فيه هذه المؤثرات السلبية إلى حدّ كبير، فلا اللون يعتبر امتيازاً للفرد، ولا الثروة، ولا الشرف العائلي ولا غير ذلك من الأمور الظاهرية التي تبتلي بها المجتمعات المادية الأخرى.

وبعد أن يحل الإسلام كثيراً من المشاكل الوهمية المؤثرة في الإحساس بالحقارة، يأتي إلى مجال التربية، ويؤكد للوالدين احترام الطفل حتى في اختيار الإسم، فإن من حق الولد على والده أن يحسن اسمه كما ورد في الأحاديث الشريفة، وكذلك أن لا يقسو في تأديبه ومعاملته بل يتركه يلعب لسبع سنين، ونحن نعلم أهمية هذه السنوات على المراحل البعيدة كما أكد على ذلك علماء النفس وبالغوا فيه، أي أنهم أكدوا على تأثيرها الحتمي على مستقبل الإنسان، بينما يرى الإسلام أهميتها ولكن لا على أساس الحتمية، بل أن الفرد بإمكانه اصلاح الخلل التربوي الذي تعرض له في الطفولة باتباع المنهاج القرآني في تعبيد النفس على الطاعات وتنقيتها من أدران الشهوات والاهواء الدنيوية ومحاربة أساليب الجبران الخاطئة والمنحرفة، والتوكيد على الجبران الإيجابي المثمر. وقد أوردت كتب التربية الإسلامية بحوث مفصلة في هذا المجال، يرجع إليها الباحث.

أما الحكومات الجائرة وأساليبها في ترويض الناس وتحقير الأفراد وإذلالهم، فالحل الوحيد هو التصدي لها بمختلف الأساليب، وأولها هو الإعتقاد بعدم مشروعيتها، وضرورة مواجهة الظالمين والدفاع عن المظلومين، لأن هذا الفهم يمثل القاعدة التحتانية لكافة البناء العلوي للثقافة الاجتماعية في الإسلام. ويضمن للفرد حصانة نفسية من التلوث بالمحيط المنحرف على الأقل. أما مسألة الذنوب ومدى أثرها في توكيد عقدة الحقارة، فقد اهتم الإسلام بمعالجتها واعتبارها مسألة محورية في كل إشكال الأمراض النفسية والأخلاقية، ولا علاج لها إلا بالتوبة وتعميق الإيمان بالله وبالآخرة، واشباع الغرائز بالطرق المشروعة وتجنب رفقاء السوء

وغيرها من الحلول المذكورة في أبواب متفرقة من هذا  
الكتاب.

\*

\*

\*

## 6 - السايكوباتية

مرض «السايكوباتية» في حقيقة نوع من حالة عدم التوافق في السلوك مع التقاليد والقيم الاجتماعية بحيث يتسم عادة بالعدوان وعدم الاحساس بالمسؤولية لدى الشخص المصاب. وهذا يعني أن الشخصية السايكوباتية تعاني من انحراف نفسي وأخلاقي في السلوك يشير إلى عدم النضج العاطفي والرشد العقلي لدى الفرد في دائرة التطبيع الاجتماعي.

فالسمة المتميزة للشخص السايكوباتي هي خروجه على العرف والقيم الدينية والاجتماعية وسلوكه العدواني المضاد للمجتمع مضافاً إلى الخصوصيات والدوافع المشتركة الأخرى بين الأفراد السايكوباتيين والتي تميزهم عن غيرهم من قبيل ضعف الالتزام الديني والوازع الاخلاقي وضعف الشخصية وعدم الاحساس بالإثم وعدم قدرة عجز الفرد عن إقامة علاقات سليمة ودائمة مع الآخرين، وضعف الاحساس العاطفي والشعور الوجداني بالنسبة لهموم الآخرين ومشاكلهم، والمهم من هذه الخصوصيات ضعف القدرة على التفكير المنطقي من حيث الأسباب والنتائج في دائرة السلوك الفردي والاجتماعي للفرد، ولهذا يتسم سلوك الشخص السايكوباتي بالرعونة غالباً والاندفاع الاهوج وغير العقلاني في سبيل تحقيق رغبة معينة واشباع نزوة عابرة، كما يتصف هذا الشخص بأنه سريع التأثر والانفعال وتغلب عليهم الأنانية والخطرة وعدم الاحترام للغير وعدم الالتزام بالواجبات في البيت أو المدرسة أو محيط العمل، والميل الشديد إلى المشاكسة والخروج على القانون،

ومن السمات الغالبة على الشخص السايكوباثي والتي تعتبر كنتيجة للسمات والخصوصيات المتقدّمة هي الميل الشديد نحو الانحراف والشذوذ الجنسي وتعاطي المخدرات والمشروبات الكحولية والقمار والانخراط في عصابات السرقة وأمثال ذلك.

### غريزة العدوان:

إنّ تاريخ البشرية مليء، بالحوادث الدامية والحروب الطاحنة التي تشهد على أن العدوان أو التوحش متأصل في ذات النوع البشري الي درجة تفوق ما هو المعروف في سائر الحيوانات والوحوش، والواقع أن التوحش والوحشية لا تجد لها مصداقاً حقيقياً إلا في الإنسان من حيث أن الحيوانات متحرّك في سلوكها العدواني بدافع غريزة الغذاء أو الدفاع عن النفس تجاه ما يهدد وجودها، أي أن سلوكها الوحشي له مبررات عقلية عادة، ومن القادر أن تسلك مثل هذا السلوك ضد أبناء نوعها، ولكن الإنسان يرتكب أفحش الجرائم ويسفك دماء بني نوعه لمجرد اشباع شهوات وهمية من رئاسة أو استيلاء على أرض أو نخوة فارغة أو عناوين جوفاء، ولذلك أكّدت الملائكة على هذا السلوك السلبي في الإنسان لنفي استحقاقه لمقام الخلافة كما تتحدث الآية الكريمة:

**(قالوا أتجعل فيها من يفسد فيها ويسفك الدماء**

**ونحن نسبح بحمدك ونقدس لك) (72).**

ولا يقتصر هذا المعنى على بعض أفراد البشر أو الغالبية منهم، بل إنّ الميل نحو السلوك الخشن والرغبة في العدوان يشكل احدى الغرائز التي تصاحب الإنسان منذ الطفولة حتى الممات، وليس بالضرورة أن تظهر على شكل اعتداء بدني أو مالي ضد الآخرين، بل

يمكن أن نجد لها مصاديق كثيرة ومتنوعة في سلوك الأفراد، فرؤية البحر الهائج أكثر جاذبية من منظر البحر الهادي، ورؤية الأفلام الحربية أو أفلام العصابات وسماع أخبار القتل والجرائم والانفجارات تجد في النفوس ارتياحاً وشوقاً أكثر من غيرها، وغالباً ما نجد الناس يهرعون لرؤية حادثة اصطدام سيارتين أو رؤية حريق أو اعدام مجرم وأمثال ذلك، بل إن بعض المسابقات الرياضية قائمة أساساً على العدوان من قبيل الملاكمة والمصارعة، أو ملازمة لحوادث قاسية ووحشية كما في سباق السيارات والدرجات بحيث لا تكون المسابقة جذابة حينما تتزامن مع حوادث مؤسفة ويقع بعض المتسابقين ضحية عنوان البطولة وحينذاك يبلغ الهياج مبلغه من المشاهدين. كل هذه النماذج الوحشية في السلون البشري تعكس عن وجود الرغبة المذكورة في طبيعة الإنسان ولكن مع ذلك لا تشكل حالة مرفوضة ومَرَضِيَّة في السلوك، ولذلك لا تكون مثل هذه الموارد مصداقاً للحالة السايكوباثية أو السلوك السايكوباثي محل البحث. فالجندي الذي يتحرك في سلوكه باتجاه قتل العدو قد لا يدخل في دائرة السلوك السايكوباثي رغم أن ماهية عمله هي العدوان والوحشية والقساوة، وكذلك المجرم الذي يقتل الآخر للحصول على ماله أو سيارته لا يعدّ من السلوك السايكوباثي لأنّ له ما يبرره عقلاً رغم أنّه مذموم أخلاقياً ومعاقب قانونياً.

### العوامل المؤثرة في تكوين السايكوباثية:

هناك نظريات متعددة في سبب بروز هذه الحالة لدى بعض الأفراد كما هو الحال في غيرها من الحالات النفسية المتقدمة رغم أن تنوع هذه النظريات واختلافها لا يمنع من اجتماعها أو صحتها جميعاً بوجه من الوجوه، أي قد يكون هناك أكثر من عامل لتكوين أو

تفعيل هذه الحالة العصابية في الفرد، وأهم ما ذكر من العوامل مايلي:

## 1. العامل النفسي:

تقدم أن فرويد يرى أن شخصية الفرد تقوم على ثلاثة أركان: «الهو - الأنا - الأنا الاعلى» والتعادل في الشخصية وحالة الإنسان النفسية ترتبط بكيفية التحكم بالصراع الذي يدور في أعماق الذات بين الدوافع من جهة، وقوى الدين والأخلاق والتقاليد التي تمثل الأنا الأعلى من جهة أخرى، وعلى أساس نظرية غريزة الموت وغريزة الحياة المتأخرة لفرويد فالصراع الأصيل يدور بين هاتين الغريزتين، فإذا سيطرت غريزة الحياة (الليبيدو) على غريزة الموت فالإنسان يميل في سلوكه الاجتماعي نحو العزلة والخجل المفرط، ولكن فيما لو تغلبت غريزة الموت على قوى الحياة تظهر على سلوك الفرد بوادر العدوان والسايكوباتية والتصرفات المخربة الوحشية بحيث يجد في تعذيب الآخرين وإيلاهم إرضاءً لميوله النفسية، وهذا السلوك أو الميل العدواني يمتد في الماضي من مرحلة الطفولة وأساليب التربية المفرطة في القساوة أو التدليل. ففي سنّ الرابعة أو الخامسة من العمر يحدث تغييراً مهماً في نفسية الطفل، حيث يشعر الطفل بميل شديد نحو أمه وعداء وغيره من الأب، وهذا العداء نحو الأب من شأنه إيجاد الخوف من الأب في نفس الطفل ويطلق فرويد على هذه الحالة «عقدة اوديب»، وبسبب الخوف من الأب يتصور الطفل نوعاً من الوحدة مع الأب ويقيم نفسه محل الأب في سلوكه وتصرفاته فيعمل على استيعاب أوامره وإرشاداته الأخلاقية وتحويلها في أعماق النفس لتكوين الأنا الأعلى فيما بعد، وبهذه الصورة يتكون الوجدان الأخلاقي في نفس الطفل وهو مراد فرويد من قوله «إن الأنا الأعلى هو الوارث لعقدة اوديب»، فلو تمّ هذا التحول والتغير

في نفس الطفل بصورة غير طبيعية ظهرت على سلوك الطفل  
علائم العصاب والسلوك السايكوباتي، ويمكن بيان  
تفاصيل هذه الحالة بمايلي:

أ - إذا كان الطفل يعاني من عدم التوازن بين  
الهو والأنا بسبب الظروف القاسية والضغوط الاجتماعية  
فإنه سيميل في المستقبل نحو الجنوح والجريمة حيث  
يحتمل في مرحلة الكبر أن لا يتمكن من إقامة علاقات  
سليمة مع الآخرين، ولذلك يجد في نفسه رغبة جامحة في  
تخريب وهدم النظم الاجتماعي بسلوكيات الشاذة لأنه غير  
قادر على تطبيع نفسه مع المحيط الاجتماعي وتلبية  
توقعات الآخرين. وبشكل عام فإن الفشل في ارضاء  
الغرائز وتحقيق الطموحات في حركة الحياة بإمكانه أن  
يكون أحد مصادر السلوك السايكوباتي للأفراد، وقد دلت  
التجارب التي أجريت على الحيوانات أن الفشل أو  
الحرمان من الثواب المتوقع يتسبب في ظهور سلوكيات  
مضادة، فقد تمّ تدريب عدة حمام على أنها متى ضربت  
بمنقارها على زر معين يقدم لها الطعام، وبعد أن  
تعلمت الطيور ذلك بشكل جيد امتنع المحققون فجأة من  
تقديم الطعام لها بعد نقرها على الزر، فشاهد أنه في  
حالة وجود طير واحد في المكان فإنه تظهر على حركاته  
علامات الاستغراب والارتباك، وأما حالة وجود طير آخر  
إلى جانبه، فالطير المحروم أو الفاشل يسلك تجاه  
الآخر سلوكاً عدوانياً.

ب - إذا كان «الأنا الأعلى» قوياً إلى درجة أن  
«الأنا» يمتنع عن ارضاء الكثير من رغباته وميوله من  
أجل مراعاة الأنا الأعلى، ففي مثل هذه الصورة يلجأ  
الأنا إلى ارضاء رغباته عن طريق الوهم والتسلي  
بالأفكار الزائفة للتغلب على صعوبة ترك اللذة كأن  
يسلي نفسه بالجنة والجزاء الآخروي عوضاً عن الحرمان  
الذي يعانيه في الدنيا، أو يتحرك نحو الاعتداد

بالنفس وتسفيه الآخرين من أهل الدنيا بأنهم فسقة وحيوانات يركضون وراء اللذات والشهوات وبذلك يتخذ منهم موقفاً معادياً ويفترض لنفسه شأناً ومنزلة أعلى من الآخرين، وتشتد هذه الحالة لدى المتدينين القشريين.

جـ حالة عدم النضج الكافي للأنا الأعلى، حيث يرى بعض علماء النفس أن ظهور علائم السلوك السايكوباثي لدى بعض الأفراد إنما هو نتيجة لضعف الوجدان الأخلاقي والوازع الديني فيهم، فمع علمهم بسوء تصرفاتهم وانحراف سلوكهم أنهم غير قادرين على احتواء هذه الميول الشريرة والسيطرة على سلوكياتهم السلبية، كما نسمع بين الحين والآخر أن أحد المسؤولين أو الوزراء المعروف بالأمانة والاحساس بالمسؤولية وقع تحت تأثير نوازع الشر وارتكب سرقة أو أخذ رشوة تافهة دون وجود مبرر لهذا التصرف، وهذا يدل على أن مثل هذا الشخص وبسبب التربية الخاطئة في الطفولة أو بسبب المؤثرات الاجتماعية يعاني من نقص في محتويات الوجدان أو قوى الأنا الأعلى رغم نمو سائر قواه الذهنية وعواطفه النفسية نمواً طبيعياً، ولذلك قد تصدر عنه بعض السلوكيات السايكوباثية من حيث لا يشعر إلا أنه يسارع إلى جبرانها بسلوكيات مضادة كأن يقوم بانفاق ما سرقه على الفقراء والمساكين مثلاً.

د - قد يعود السلوك السايكوباثي لنمو الأنا وبسبب بعض العناوين الوهمية على حساب الواقع الاجتماعي والقيم الأخلاقية، كأن يكون الشخص من أبناء الاشراف والأثرياء واصحاب المقامات السياسية والعسكرية فيحسب أن هذا العنوان يكفل له العلوّ والرفعة على أبناء نوعه ويسوّغ له بالتالي التكبر والاستهزاء بالغير على نمط حركات وسلوكيات أبناء الطبقة العليا ضد أفراد المجتمع من الطبقات المحرومة أو المتوسطة.

## 2 . العامل الوراثي والبايولوجي:

ذهب بعض علماء النفس ونتيجة للشواهد الكثيرة وخاصة ما ورد في تحقيقات «لمبروز» و «هانس آيزينج» وغيرهما أن العامل الوراثي والبايولوجي يلعب دوراً مهماً في الإصابة بالسايكوباتية، ويؤيد ذلك ظهور علائم السلوك السايكوباتي في التوائم بنسبة 77%، وقد تقدم «فورسمن» بتحقيق عن ارتباط الكروموسومات والجينات الوراثية بالجريمة، ومعلوم أن الحالة الطبيعية في الذكور هي امتلاكهم لكروموزوم X واحد مع كروموزوم Y واحد أيضاً، فكانت النتيجة أن الرجال الذين يمتلكون كروموزوم Y اضافي «XYY» تزداد نسبة حضورهم في المحاكم الجنائية والسجون ويتميزون بعدم التأثر القلبي من التصرف العدواني وقساة وسريعو الغضب ولديهم ميل شديد نحو الاعتداء الجنسي والخروج على القوانين والمقررات... والاعتقاد بوجود علاقة بين عناصر البدن وخلق الأفراد ومزاجهم يعود إلى أقدم النظريات الطبيعية والنفسية في مجال تشخيص الانحراف في السلوك كما هو المعروف عن تقسيم بقراط (460 – 375 ق.م) لعناصر البدن الاربعة (الدم، البلغم، الصفراء، السوداء) وعلى أساس هذه العناصر تتكون شخصية الأفراد، فالدموي المزاج صبيح الوجه وقوي البنية ومتفائل وفعال وجدّي، أما «البلغمي» فبيدين، اجتماعي مرح، قليل الفعالية والنشاط، غير ذكي، «الصفراوي» نحيف، يميل لونه إلى الزيتوني، عصبي المزاج، حسود محب للجاه، «السوداوي» طويل، غامق اللون، سريع الحركة، مضطرب، متشائم، دائم الحركة بدون استقامة. ثم إنّ السمات الأخلاقية بدورها قابلة للتوارث النفسية لدى الوالدين وخاصة موارد الاعتیاد على المخدرات والمشروبات الكحولية والاضطرابات الروحية

تترك أثرها بوضوح في سلوك الأبناء وتوفر ارضية مساعدة لظهور ملامح السلوك السايكوباثي.

### 3 . محيط الاسرة:

السلوك الخشن والتربية القاسية والتحقير والازدراء للطفل وكذلك النزاعات العائلية والتفكك والانحلال العائلي والطلاق كلها من العوامل المؤثرة في نمو السلوك السايكوباثي لدى الاطفال من قبيل الاتجاه نحو العدوان والايذاء وتحطيم الأشياء واتلافها والمشاكسة وعدم الاهتمام بنصائح الوالدين، وتدرجياً تظهر على الطفل في سن لاحقة بوادر الكذب واهمال النظافة والتعثرة في الدراسة، وتزداد الحالة سواء أ في مرحلة المراهقة حيث يميل المراهق إلى تعاطي التدخين والشرب والقمار والممارسات الجنسية الخاطئة والانتماء إلى فئات مشاكسة مستفيداً من نمو قواه الجسدية وتعاضم حالة الغرور والاعتداد بالنفس والميل إلى الاستقلال وتوكيد الذات على حساب ايذاء الآخرين وكأنه يريد في لا شعوره الانتقام من المحيط العائلي والثأر لنفسه من سوء ملاقاه من الوالدين من تربية قاسية واذلال أو اهمال في مرحلة الطفولة ومعلوم أن الحب والحنان والاحترام تعتبر من الحاجات النفسية الأساسية للطفل كما هو الحال في الغذاء والماء والهواء في دائرة الحاجات البدنية، وطبيعي أن من لم يرزق الحب والحنان في طفولته سوف لا يجد في نفسه حباً وحناناً وعاطفة نحو الآخرين لضمور عناصرها في قلبه وعدم نمو شخصيته نمواً سليماً في دائرة العواطف والقيم الأخلاقية والاحساس بالمسؤولية.

### 4 . العامل الاجتماعي:

بعض علماء النفس يرون أن العامل الاجتماعي من ثقافة متخلفة وظروف اقتصادية سيئة وحرمان من الحقوق الأولية هو السبب في اتخاذ السلوك السايكوباثي لدى بعض الأفراد، ويؤيد ذلك أن السلوك السايكوباثي أكثر وقوعاً في الطبقات المحرومة والدانية، وفي العوائل الكبيرة التي يعيش أفرادها اجواء غير ملائمة، وفي الشعوب التي تحكمها سلطة مستبدة وحكومات جائرة، وتزداد هذه الحالة السلبية من السلوك الشاذ لدى أفراد الجيش والشرطة وقوى القمع في مثل هذه الحكومات لما هو معروف من سلوكيات التنظيم العسكري الشديد والذي يتزامن عادة مع قساوة وغلظة واحتقار واذلال مستمر للجنود لغرض تحطيم شخصيتهم واذابة روح العزة واحترام الذات مقابل القيادة العسكرية و تطويعهم التام لتنفيذ جميع الأوامر الصادرة من المراتب العليا، وقد رأينا لعدة سنوات خلت ما صنع أفراد الجيش العراقي بالاكراد القاطنين في شمال العراق وباهالي الكويت وأهالي المدن الإيرانية الحدودية من فجائع وسلوكيات وحشية يندى لها جبين الإنسانية وكان آخرها قصف مدينة حلبجة الكردية بالقنابل الكيماوية وقتل الألوف من النساء والأطفال والشيوخ فيها، وهذا في الواقع يعكس حالة من الخلل في شخصية أفراد مثل هذه الشعوب تجعلها مستعدة لأن تتجه اتجاهاً سايكوباثياً خارجاً عن القانون الإنساني والقيم الأخلاقية نتيجة لممارسات تلك الحكومات المستبدة مع شعوبها كما هو الحال فيما تقدم من عامل الأسرة وأن الاطفال يكونون أقرب إلى الاصابة بالسايكوباثية فيما لو كان الأب متغرساً أو مدمناً على الخمر والمخدرات.

وعلى أية حال فكل من الثقافة ونوع الطبقة الاجتماعية والحرمان الاقتصادي والحكومة البوليسية

تلعب دوراً في تكوين أو تشديد السلوك السايكوباثي لدى الفرد.

ويدخل في العامل الاجتماعي أيضاً عنصر التشويق على السلوك العدواني للفرد كما قد يحدث مثل هذا التشويق تحت عنوان الشجاع أو الشهم مما يقوي في الفرد روح الساكويائية وامتهان حقوق الآخرين، فالطفل يرى في تأييد الآخرين معياراً لصحة سلوكه ومشروعيته وحافزاً له على تكرار ذلك السلوك، وهذا هو السبب في اشتداد الحالة السايكوباثية لدى أفراد العصابات، أي بعد انضمام الفرد إلى مجموعة خارجة على القانون والاخلاق لما يجد من تأييد وتشويق من قبل بقية أفراد المجموعة.

ومن هذا القبيل عنصر «القدوة» وتأثيرها في شخصية الفرد وسلوكه العدواني لا سيما اذا كانت القدوة الشريرة قد حققت بعض النجاحات في حركة الواقع الاجتماعي مثل هتلر ونابليون واستالين وأمثالهم. بل قد تكون القوة خيالية ومجرد عرض مسرحي أو فيلم سينمائي يظهر فيه بطل الفيلم في حالة من الوحشية والشراسة بحيث يؤثر في نفوس المشاهدين وخاصة الأطفال أثراً بالغاً وقد يستمر هذا التأثير لعدة شهور، وقد دلت الاحصائيات والتحقيقات على أن نسبة كبيرة من الجرائم التي تقع في أمريكا وفي صفوف الشباب والأحداث بالخصوص معلولة لأفلام العصابات والكابوي التي تنتجها هاليود وتعرض على شاشات السينما والتلفزيون، وكنموذج لهذه التحقيقات هو ما قام به أحد مراكز تأهيل الجانحين حيث قام هذا المركز بعرض أفلام هاليود على عدة من الجانحين ولمدة اسبوع واحد وفي نفس المدة عرضت مجموعة من الافلام الطبيعية الخالية من الشراسة والوحشية على مجموعة أخرى من الشباب. فشاهد أن تعامل الطائفة الأولى من الشباب

خلال ذلك الاسبوع والأيام اللاحقة أيضاً يتسم بالشراسة والعدوان تجاه الآخرين ممن هم في مثل أعمارهم بخلاف أفراد الفئة الثانية.

وبشكل عام، فهناك نظريتان في مجال كيفية تأثير الأفلام السينمائية والبرامج التلفزيونية في تقوية وترشيد السلوك السايكوباتي لدى الافراد: «الاولى» تأخذ بنظر الاعتبار عملية «التخلية والتفريغ» العاطفي والهيجاني المترتبة على رؤية أفلام الجريمة والشراسة حيث تؤدي إلى تصفية الروح وتفريغ الشحنات السلبية في النفس - ولكن في صورة عدم تحقق التصفية المذكورة قد تعطي نتائج عكسية. «الثانية» تؤكد على عامل «التقليد» وقدرة الايحاء السلبي والمخرب لمثل هذه الافلام، ولكل من هاتين النظريتين شواهد ومؤيدات رغم أن النظرية الثانية أكثر أتباعاً، وعلى أساس النظرية الاولى يرى بعض علماء النفس أن بث الافلام الحربية والبوليسية ونشر أخبار الجنايات بإمكانه معالجة الكثير من اشكال العصاب وحلّ العقد النفسية للمرضي النفسيين، لأن بعض الأشخاص الذين يعيشون ظروفًا قاهرة قد يجدون في الخشونة والعدوان وسيلة لجبران النقص والمحرومية التي يعانون منها ولكن رؤية مثل هذه الاعمال والسلوكيات في الأفلام أو في الصحف والمجلات كفيلة بارضاء هذا الشعور النفسي إلى حدّ ما وتؤدي إلى تفريغ الانفعالات السلبية وبالتالي تهدئة الاضطرابات النفسية في نفس الفرد، إلا أن ذلك لا يمنع من التأثير السلبي للأفلام الجنائية على روحية الاطفال واليافعين من حيث ايقاظها للدوافع المخربة والشريرة في نفوس هؤلاء الأحداث، وفي النتيجة تشكل عاملاً مهماً في عملية التخريب الأخلاقي والاعتدال النفسي للفرد وسوقه نحو السلوك العدواني السايكوباتي.

## أنواع السايكوباتية:

يقدم أن الشخصية السايكوباتية لها سمات عديدة ومتنوعة على مستوى المزاج والسلوك الخارجي إلا أن ذلك لا يعني تواجدها جميعاً في شخص واحد، ولذلك وجدت أنواع وأنماط متعددة من السايكوباتيات تشترك معظمها في سمات سلبية معينة من السلوك المنحرف والمضاد للمجتمع، فهناك الشقي، والاستغلالي، والخليع، والمستهتر، والمدمن، والطفيلي، والمتحایل و... أما أهم أنواع الشخصيات السايكوباتية فهي:

### 1. السايكوباتية الاجتماعية:

تقدم أن من أبرز سمات الشخصية السايكوباتية هو السلوك المضاد للمجتمع و عدم الالتزام بالاعراف و التقاليد الاجتماعية، و طبعاً فليس كل خروج على الاعراف والتقاليد السائدة في المجتمع هو نوع من السلوك السايكوباتي، فالأنبياء والمصلحين يتسم سلوكهم بصفة عامة بأنه خارج عن اطار المؤلف في سلوكهم بصفة عامة بأنه خارج عن اطار المؤلف في سلوكيات أقوامهم، ولكنه يتسم من جهة أخرى بأن الغاية منه إصلاح المجتمع وتطهيره من الخرافات والتقاليد الزائفة، بخلاف السلوك السايكوباتي الذي لا يكون الدافع فيه سوى الرغبة النفسية في كسر التقاليد الاجتماعية والخروج على القانون وتوكيد الذات وأمثال ذلك، وكأنّ مثل هذا الشخص يشعر برغبة جامحة في الانتقام من هذه الأطر القانونية والتقاليد الاجتماعية من حيث كونها سبباً في كبت الكثير من رغباته الشخصية وميوله الأنانية.

### 2. السايكوباتية العدوانية:

ويتجلى هذا النمط من السايكوباثية على سلوك الاشرار من الأفراد ويصطلح عليهم عادة بالشقاوات، حيث يتسم سلوكهم بالاعتداء على الآخرين والشراسة والعنف والقسوة في القول والفعل، وقد يتحدد هذا السلوك العدواني لدى البعض بفئة معينة من الناس أو يقتصر على اىذاء الزوجة والاطفال أو الحيوانات، وبما أن المصاب يفتقر نفسياً إلى وجدان أخلاقي وديني يردعه عن مثل هذه الممارسات الممنوعة فان من الصعب على الأولياء والمسؤولين إصلاح هذا الخلل النفسي في الفرد، بل قد يلجأ المصاب إلى اسباغ المشروعية على سلوكياته الشائنة بالانخراط في مجاميع تسوّغ له مثل هذه الممارسات كما هو الحال في بعض أفراد الشرطه وقوى الامن الداخلي في الحكومات المستبدة وخاصة في دول العالم الثالث، وبما أن الشخص السايكوباثي سليم العقل ولا يعتبر مريضاً نفسانياً رغم سلوكه المنحرف لذا يعدّ مسؤولاً عادة عن سلوكه الأخلاقي ويذم من قبل سائر أفراد المجتمع وقد يتعرض للعقوبة القانونية، وفي الآونة الاخيرة أعتبر السايكوبات في بعض البلدان المتقدمة مريضاً ولا بدّ من معاملته معاملة المرضى وإصلاحه ومعالجته كما هو الحال في القانون البريطاني، ولكن من العسير حينئذ تشخيص السلوك السايكوباثي عن سائر السلوكيات العدوانية المخالفة للقانون، فكل مجرم قد يصدق في حقه أنه مريض سايكوباثي يستحق الرحمة والعلاج بدل العقاب.

### 3. سايكوباثية الأهواء:

وصاحب هذه الشخصية يتسم سلوكه باتباع الشهوات والاهواء من دون وازع ديني أو رادع وجداني، فالمهم عنده تحقيق أكبر قدر من اللذة بأقل قدر من التعب والجهد، ولذلك لا يمتنع في هذا السبيل من الغش

والكذب والخداع والابتزاز حتى لو انتهى به الأمر إلى التكندي والسؤال من الأصدقاء وقد يحصل على المال بعنوان القرض وهو لا ينوي تسديده اطلاقاً ثم ينفق هذا المال على نزواته وملذاته ولا يأبه لنظرة المجتمع السلبية تجاه مثل هذه السلوكيات، لأنه لا يحترم نفسه أساساً، فلا يهتم بعد ذلك عدم احترام الآخرين له، فيعيش حالة من التواكل والاعتماد على الآخرين وكرهية العمل والتكسب الشريف، ويكثر مثل هذا النموذج من السايكوباتية في بطانة الاشراف وذوي المكانة الاجتماعية وفي البلدان الغنية خاصة، وعلى أية حال فهؤلاء الاشخاص يتحركون في اطار من الأنانية الضيقة ورؤية الذات فقط وكما يعبر القرآن الكريم: (...). **اتخذ إلهه هواه** (73) فالمهم لديه هو الركن وراء الملذات الدنيوية من ملاهي وخمور وانحرافات جنسية وجلسات البطالين وأمثال ذلك.

#### 4. السايكوباتية الخلاقة:

وهو ما يلاحظ في العباقرة والمخترعين من سلوكيات شاذة وتصرفات خارجة عن المألوف، وكأن العمل الابداعي يستلزم وجود روحية خاصة تتميز بالغرابة في التصرف والسلوك الاجتماعي، ولذا من النادر أن تجد شخصية اجتماعية ومبدعة في نفس الوقت. ومثل هذا النمط من السايكوباتية قد يعود على صاحبه بالضرر نتيجة لعدم نجاحه في عملية التفاعل الاجتماعي السليم مع الآخرين، إلا أنه في المقابل يعود بالنفع إلى المجتمع عادة كما هو المشهود في نتاجات المخترعين والفلاسفة والادباء وامثالهم ولذلك يغفر المجتمع لهذا النمط بالخصوص سلوكياته الشاذة.

وهنا نقف على نكتة مهمة في اطار سلوك الأنبياء مع أقوامهم حيث يمكن القول بأن أهم خصلة رائعة في الأنبياء هي أنهم في الوقت الذي بلغوا في معيار الإنسانية والأخلاقية والروح الابداعية حدّ الكمال إلا أنّ سلوكهم الاجتماعي لم يطرأ عليه أي خلل أو شذوذ رغم دخولهم في صميم العملية الاجتماعية والسياسية. فجميع أفراد المجتمع – كما تحدثنا كتب التاريخ – كانوا يشهدون بحسن سيرة نبيهم وكرم أخلاقه و معاشرته سواء من آمن به أو من لم يؤمن، وهذا لدى الدقة من أعجب ما يلاحظ على سيرة الأنبياء ويكاد يشبه المستحيل في صعوبته.

## العلاج:

بما أن بؤادر الحالة السايكوباثية تظهر في مرحلة الصبا فهذا يعني أهمية العناية باساليب التربية والتعليم في هذه المرحلة، ولكن – كما تقدم – فالعوامل المؤلدة للسلوك السايكوباثي لا تنحصر باسلوب التربية أو العامل الاجتماعي، بل العامل الوراثي والبايولوجي أيضاً، وهذا بحد ذاته يشكل عائقاً مهماً أمام علاج هذه الحالة لعدم خضوع العامل الوارثي أو البايولوجي لمؤثرات خارجية يمكن التحكم فيها. ولذلك تستمر حالة السايكوبات فترة طويلة من العمر غالباً ولكنها تتحسن عادة بانتهاء مرحلة الشباب ودخول الشخص مرحلة الكهولة وما يتزامن معه من رجاحة العقل ونضج العواطف وزوال حدّة الانفعالات التي تغطي على السلوك العقلاني في مرحلة الشباب، فبعد أن يتجاوز عمر الشخص الاربعين عاماً تهدأ فيه خلجات الاهواء وطموحات الأنا المثالية، وطبعاً فان هذا لا يعني أن يترك السايكوبات ليتحسن حاله بصورة طبيعية ببلوغه العقد الرابع من العمر، فالكثير من

هؤلاء لم تدعهم هذه الحالة ليصلوا إلى هذه المرحلة من العمر بسلام، فأما أن يبلغوا هذا السن وهم خلف قضبان السجن، أو يتورطوا في أعمال غير قانونية وسلوكيات لا اخلاقية تجعلهم مجبورين على إدامة هذه الاعمال والسلوكيات وتجهض كل محاولة للعودة إلى الحياة الطبيعية، لذا كان من الضروري الاهتمام بمعالجة هذه الحالة أو الحد من نموها واشتدادها على الاقل منذ تشخيص علائم ظهورها في مرحلة ما قبل البلوغ، وهذه العلائم يمكن للوالدين تشخيصها من خلال بعض التصرفات السلبية لدى الابن من قبيل الهروب المتكرر من البيت والمدرسة، وكثرة الكذب، والمشاكسة مع أولاد الحارة و أمثال ذلك، أما بعد البلوغ فيمكن رصد الحالة السايكوباثية من خلال الفشل في دائرة العمل والحياة الزوجية، وطبعاً ليس كل فشل في العمل أو الحياة الزوجية يعكس حالة سايكوباثية في صاحبه، فقد تكون عوامل أخرى دخيلة في هذه النتيجة كالعوامل الاقتصادية أو الحدة في المزاج أو الاضطراب النفسي أو الهستيريا وما شاكل ذلك وإن كان من العسير أحياناً التفريق بينها وبين السلوك السايكوباثي لاشتراكها في بعض انماط السلوك السلبي.

وكيف كان، فالمهم بالنسبة للوالدين هو معرفة وتمييز مظاهر السلوك الشاذ للناشيء بعد ظهور بوادره وتشخيص السلوك السايكوباثي عن غيره من السلوكيات العصابية، وذلك لتفادي العواقب السيئة لتلك الحالة أو الحد من استفحالها من خلال معرفة الدوافع اللاشعورية لذلك السلوك، ولكن بالرغم من أن مثل هذه المعرفة قد تثمر في تعديل سلوك الوالدين تجاه الأبناء، إلا أن ذلك لا يعني القدرة على تعديل سلوك الطفل السايكوبات بالضرورة، فقد تقدم أن دوافع السايكوبات مجهولة لدى المحققين والباحثين فلا هو

بالمريض ولا بالسليم. و من هذا تأتي الصعوبة في مسألة العلاج، فالمريض النفساني بالامكان معالجته بأحد طرق العلاج المذكورة لكل واحد من الامراض النفسية، وليست المسألة مسألة شهوات أو مصالح شخصية قد تتعارض مع التقاليد الاجتماعية والقيم الأخلاقية، فان مثل هذه الامور لا يخلو منها أي إنسان في حركة حياته الاجتماعية ولكنها تعتبر حالة طبيعية ولها مبررات معقولة أيضاً مع وجود حالات وسلوكيات ايجابية أخرى يسعى الفرد من خلالها لجبران الخلل الحاصل في علاقاته الاجتماعية، أما في السايكوبات فالحالة تمثل مزاج مستديم في الشخصية السايكوباثية، ولذلك من الضروري الاقتراب الروحي والعاطفي من السايكوبات وبالتالي معرفة كوامن مشاعره وأحاسيسه تجاه نفسه ومستقبله وتجاه الآخرين، وبعبارة أخرى: ينبغي إدراكه وتفهم رغباته الخفية ودوافعه اللاشعورية، وهذا لا يكون إلا من خلال إقامة علاقات ودية وعاطفية قوية بين الوالدين والابن السايكوباثي، ولذلك فان إصلاح الوضع العائلي يعدّ مقدمة أساسية في سياق العلاج، وقد ثبت أن مجرد توجيه النصائح أو التهديد أو استخدام الخشونة من دون اقامة روابط عاطفية مع المصاب لا يمكنها أن تؤثر شيئاً في عملية تطبيعته وتعديل سلوكه.

التربية الدينية بدورها تلعب دوراً حاسماً في قمع دوافع العدوان وترشيد قوى الخير والاحساس بالمسؤولية لدى الفرد، ولذا لا نجد ظواهر السلوك السايكوباثي لدى الفرد الملتزم بالدين سوى بعض انماط السلوكيات الشاذة غير المضرة لدى من يعاني من خلل في تكوينه البيولوجي كالفسيه والاحمق أو ما تقدم من سايكوباثية الابداع والعبقرية، والاساس في ذلك أن التربية الدينية باعتمادها أدوات الثواب والعقاب والجزاء الاخروي تحدّ كثيراً من روحية العدوان وتغرس

في نفس الفرد روح المسؤولية عن أفعاله وتصرفاته وخاصة ما يتعلق بحقوق الناس.

الاطباء النفسانيون ينصحون في البداية باستخدام السلوب متسامح مع الطفل وفسح المجال له في حركة الحياة العائلية بتوسيع دائرة المباحات والتقليل من دائرة الممنوعات مهما أمكن، لأن ذلك سيقبل من عامل الكبت الذي يعدّ سبباً رئيسياً في اضطراب السلوك لدى الطفل والناشئ، ولكن كما تقدم فإنّ الكبت والتربية القاسية تعدّ أحد عوامل الحالة السايكوباثية، فهناك الكثير من السايكوباثيين نشؤوا في احضان عوامل مترفة وعاشوا الدلال والوفرة كما في بعض أبناء الاشراف والنبلاء والطبقات العليا من المجتمع.

إنّ توجيه صدمة قوية بإمكانه أن يكون عاملاً مؤثراً في الحدّ من قوة السلوك السايكوباثي أو القضاء عليه نهائياً، ويتحقق هذا المعنى بالسجن الطويل المدة للسايكوبات أو تعرّضه لحادث اصطدام شديد يرقد على اثرة في المستشفى، أو يتعرض لخسارة مادية أو فضيحة اجتماعية وأمثال ذلك، فكل هذه الأمور بإمكانها توفير فرصة مناسبة ليعيد السايكوبات تفكيره في سلوكياته السابقة وما هو عليه من انحراف وشذوذ، وطبعاً فإن الصدمة تكون بعد اليأس من الاصلاح بالوسائل السابقة، وأيضاً لابدّ أن يفهم هذا الشخص أن هذه الصدمة كالسجن أو الرقود في المستشفى أو ما لحق به من الضرر و الخسارة إنما هو جزاء أعماله المخالفة وسلوكياته الشاذة، وهذا هو ما يعتمد القائلين بضرورة استخدام القسوة والشدة مع السايكوبات لاعادته إلى رشده وغرس عنصر التطبيع الاجتماعي في نفسه.

ومن الوسائل النافعة أيضاً في علاج السايكوباثية استعمال الادوية والعقاقير المهدئة كما هو الحال في سائر الأمراض النفسية المذكورة سابقاً، ومثل هذه

العقاقير تبعث على تنشيط الدماغ وخلق حالة من الانتباه من قبيل مادة الديكسدرين، ومن وسائل العلاج المتبعة أيضاً الاعتماد على عامل الثقافة والتنشئة الحضارية للفرد على أساس أن الفرد السايكوباثي يعيش حالة من الفردية والأنانية تستدعي توكيد الذات من خلال الخروج على العرف الاجتماعي والقيم الأخلاقية، ففي ما لو قمنا بفسح المجال له للمشاركة الاجتماعية وتلبية حاجته اللاشعورية في توكيد ذاته من خلال الدخول في صميم الأنساق الاجتماعية وتحمل بعض المسؤوليات المهمة لأمكن إصلاح السلوك الخاطيء لهذا الشخص واستبداله بأسلوب ايجابي في مسألة التعامل مع الآخرين، لأنه سيشعر بأن موقعيتهم الجديدة مهددة بالخطر في حال بقاءه على سلوكياته السابقة في حين أن الفرصة الجديدة تتيح له ارضاءً أوسع لحاجاته النفسية، فمثلاً عامل الزواج وخاصة إذا كان ارتباطه الزوجي مع عائلة شريفة وذات وجهة اجتماعية، بإمكانه أن يثير فيه حسّ المسؤولية والتفكير في عواقب التصرفات السلبية أكثر من السابق، ومثل هذا الأسلوب قد يستعمل في من اعتاد على الاسراف والتبذير في المال حيث يعطى له رأس مالاً للتجارة أو لانشاء شركة أو بقالية، فيجد هذا المبذر في نفسه حافزاً على الاقتصاد والحرص على انماء المال لتحقيق ربح أكبر وتأمين نجاحه في حركة الحياة.

\*

\*

\*

## الفصل الثالث

### الأمراض القلبية

#### «الاخلاقية»

■ 1 . النفاق

■ 2 . الحسد

■ 3 . حبّ الدنيا

■ 4 . العجب

■ 5 . التكبر



رأينا أنّ علماء الأخلاق يؤكدون على الأمراض النفسية من النوع الأخلاقي وهي التي يطلق عليها القرآن الكريم «أمراض القلب» أمثال: «الحسد» و«التكبر». و«الأنانية» و«النفاق»، وأمثال ذلك، وتقدم الفرق بينها وبين الأمراض النفسية الذي يوردها علماء النفس.

وفي هذا الفصل نورد بعض الأمراض القلبية ونضعها على طاولة البحث لأهميتها القصوى في الصحة النفسية، وقد تغافل عنها علماء النفس، ولم يروها أمراضاً للنفس بالمعنى السائد عندهم، لأنهم لا يرون القيم الأخلاقية ضرورية للإنسان، أو لا يرونها من منظار مقدس كما يراها علماء الأخلاق، لأنها أساساً لا تدخل في موضوع علم النفس الذي يبحث فيه عن النفس الانسانية بنظرة موضوعية لمكوناتها الذاتية والعرضية، بينما ينظر علماء الاخلاق إلى النفس الانسانية بنظرة معيارية لما ينبغي أن يتصف به الإنسان من مثل صفات في حركته التكاملية، أي دراسة الإنسان كما ينبغي أن يكون لا بما هو كائن فعلاً الذي هو موضوع علم النفس. فالإنسان في نظر علماء النفس ما هو إلا حيوان متطور، فلا معنى للاهتمام بما وراء الأمر الظاهر منه، وهو نفسه الأنانية، وما ذكر من الأمراض القلبية إنّما هي طبيعة النفس الأنانية في الإنسان، وكل ما هو طبيعي وذاتي للإنسان لا معنى لأن يعدّ مرضاً، ولذا تنقلب المقاييس بين علماء الأخلاق المسلمين وعلماء النفس الأرضيين، فيعدّ المرض القلبي مثل الأنانية وحبّ الذات وحبّ

الدنيا والعدوان .. من علامات الصحة النفسية لدى علماء النفس.

## أيُّهما الأصل: الصحة أم المرض؟

قبل الورود في تفصيل الأمراض القلبية لا بدّ من معرفة الأصل في الإنسان ما هو؟ هل أنّ الأصل فيه أن يكون سليماً من هذه الجهة كما هو الحال في الأمراض البدنية والنفسية ثم يطرأ عليه المرض بسوء أخلاقه وتردي سلوكه، أو على العكس، فالإنسان في الأصل مريض القلب، ثم يتحرك في سيرته التكاملية لاستجلاء موطن الداء وتشخيص مواضع النقص والخلل وسلوك طريق الصحة والسلامة القلبية عن طريق المجاهدة وتهذيب النفس؟ في هذا المورد يمكن القول بوجود اختلاف في النظر بين الفلاسفة ومن تابعهم من علماء الأخلاق، وبين العرفاء والمتصوفة كما هو الحال في الكثير من مباحث علم النفس في المدرسة الإسلامية.

الفلاسفة وخاصة من يذهب في الأخلاق مذهب ارسطو من وجود الفضائل الأربعة - العفة والشجاعة والحكمة والعدالة - ولكل فضيلة رذيلتان من جانب الإفراط والتفريط، والفضيلة هي عبارة عن الحد الوسط بين الإفراط والتفريط في جميع الأعمال والصفات الأخلاقية، أي الاعتدال في جميع الأمور، فمن الواضح أنهم يرون أنّ نفس الإنسان ميالة بطبعها إلى الاعتدال، وأن الأصل هو الصحة. كما في أمور البدن، فمن المحقق أنّ البدن يسير باتجاه التوازن والاعتدال بواسطة الهرمونات وافرازات الغدد، فبمجرد أن يقل وجود الماء في البدن تقوم الهرمونات بإداء وظيفتها فتظهر آثار العطش على لسانه وفمه فيشعر الإنسان بالعطش فيتوجه صوب الماء ليرتوي منه فتتعادل نسبة وجود الماء في الجسد.

وكما أنّ التعادل في البدن موجود في ذات الإنسان وطبيعته، فكذلك في أمراض النفس، فبمجرد أن يشعر الإنسان بالقلق وتوتر الأعصاب يبحث على مهرب وملاذ يزيل هذا المرض المؤلم عن نفسه لتعود إليه السلامة النفسية.

وهكذا الحال أيضاً في الأمراض القلبية، فالإنسان ميّال إلى التعادل فيها، ويؤلمه ما خرج عن حدّ التعادل أو الحد الوسط إلى الإفراط والتفريط، ولذا فهو يسعى بطبعه إلى العودة إلى الأصل فيه، وهو الصحة القلبية والتعادل في الصفات القلبية ما لم تجرّه المثيرات والمغريات إلى جهة الإفراط والتفريط.

أمّا ما نلحظه من كتابات العرفاء والمتصوفة فهو الثاني، أي أنّ الأصل في الإنسان المرض القلبي ما لم يجهد الإنسان في تصفية نفسه من شوائب الماديات وأدران الشهوات ويعمل على تهذيبها وتحليتها بالأخلاق الفاضلة، ومن ذلك يقول أبو حامد الغزالي:

«فمن عرف الله تعالى أحبه، وعلامة المحبة أن لا يؤثر عليه الدنيا ولا غيرها من المحبوبات، كما قال تعالى: **(قل إن كان آباؤكم وأبناؤكم وإخوانكم وأزواجكم) إلى قوله (أحبّ إليكم من الله ورسوله وجهاد في سبيله فتربصوا حتى يأتي الله بأمره)** (74) فمن عنده شيء أحبّ إليه من الله فقلبه مريض .. وبهذا يعرف أنّ القلوب كلّها مريضة إلّا ما شاء الله، إلّا أنّ من الأمراض ما لا يعرفها صاحبها، ومرض القلب مما لا يعرفه صاحبه، فلذلك يغفل عنه، وإن عرفه صعب عليه الصبر على مرارة دوائه فإنّ دواءه مخالفة الشهوات...» (75).

وبما أنّ النفس ميالة إلى الشهوات فالأصل في طبيعتها المرض لا الصحة، وهذا المعنى موافق لما ثبت

---

74 - سورة التوبة: الآية 24.

75 - الاحياء، المجلد الثالث، ص 8 - 14، كتاب رياضة النفس.

في محلّه من ماهية النفس الأمارّة (الأنّا)، وأنّ الروح الشريفة ترد على الإنسان بعد استوائه وبلوغه، فينشب الصراع بين القطب السالب الذي كان موجوداً في ذات الإنسان وبين هذا الوارد الجديد الذي يمثّل القطب الموجب فيه. وتشير إلى ذلك الكثير من الآيات والروايات الشريفة كقوله تعالى:

(بَلْ يُرِيدُ الْإِنْسَانُ لِيَفْجُرَ أَمَامَهُ ...) (76).

(وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا) (77).

(إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ، إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا

الصّالِحَاتِ) (78).

أمّا في الأحاديث الشريفة عن الإمام الصادق (عليه السلام) في قوله تعالى:

(إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ) (79) قال: «القلب السليم الذي يلقي ربّه وليس فيه أحد سواه، وكل قلب فيه شك أو شرك فهو ساقط» (80).

وفي تفسير آخر له (عليه السلام) عن القلب السليم: «هو القلب الذي سلم من حبّ الدنيا» (81).

ومعلوم أنّ حب الدنيا من طبيعة الإنسان، وكذلك الشك والشرك إلّا أن يقوم الإنسان بتهديب نفسه عن أدران وشوائب هذه التعلقات الوهمية. ولكن هل أنّ القرآن الكريم يوافق أحدهما، أم أنّ له رأياً ثالثاً في هذا الموضوع؟

\*

\*

\*

---

76 – سورة القيامة: الآية 5.

77 – سورة الأحزاب: الآية 72.

78 – سورة العصر: الآية 1 – 2.

79 – سورة الشعراء: الآية 89.

80 – بحار الأنوار، ج 70، ص 59.

81 – تفسير نور الثقلين، ج 4، ص 58.

## مرض القلب في القرآن الكريم

ورد التعبير بمرض القلب في موارد كثيرة من القرآن الكريم، وفي الغالب تكون مقترنة بالمنافقين، كقوله تعالى في حديثه عن صفات المنافقين: **(في قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ)**. (82)

وقد وردت هذه العبارة (13) مرة في القرآن الكريم، منها ما تكون مقترنة باسم المنافقين، كقوله تعالى: **(إِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ غَرَّ هَؤُلَاءِ دِينَهُمْ)**. (83)

ومنها ما تكون مقترنة مع الكافرين، وهي قوله تعالى: **(وَلِيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ وَالْكَافِرُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلًا)**. (84)

وتارة تأتي وحدها في الآية الشريفة كقوله تعالى: **(لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ)**. (85)

وبهذا الترتيب نفهم أنّ المراد بالذين في قلوبهم مرض في القرآن الكريم طائفة من الناس غير المنافقين والكافرين، وإن كان المنافقون وبعض الكافرين من أفراد الذين في قلوبهم مرض، أي أنّ جميع المنافقين في قلوبهم مرض بصريح الآية الأولى، وليس كذلك الكفار وإن كان بعضهم مريضاً قلباً، إلا أنّ الكفر لما كان خطأً في التفكير، فقد يتصور ما ليس بإله إله، وما لا يوافق عليه العقل معقولاً، إلا أنّ ذلك لا يعني أنه مريض القلب بالضرورة، ونجد مؤيدات لذلك في الآيات

82 – سورة البقرة: الآية 10.

83 – سورة الانفال: الآية 49.

84 – سورة المدثر: الآية 31.

85 – سورة الحج: الآية 53.

الكريمة، ففي سورة البقرة عندما يتحدث القرآن الكريم عن سمات الكافرين يقول:  
(خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةً) (86).

بينما يتحدث عن سمات المنافقين، ويصفهم بقوله:  
(صُمُّ بُكْمٌ عُمِّي فِهْمٌ لَا يَرْجِعُونَ) (87).  
فمن كانت على عينه غشاوة لا يعني بالضرورة أنه أعمى، بخلاف قوله «عُمِّي»، وكذلك الختم على القلب لا يعني أن المرض دخل في جوف القلب، بل محيط به وعليه، كما في قوله تعالى:

(بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ) (88).  
و«الرين» وهو الحجاب يكون على القلب، وهو التصورات والأعمال المنحرفة كعبادة الأوثان التي من شأنها إيجاد رين وحجاب وغشاوة على عين القلب فلا يبصر بعدها الحقائق، فلو أزيل هذا الحجاب والرين لأبصر الحق، أما في المنافقين فقد تسرب المرض إلى أعماق قلوبهم وأعمى قلوبهم وأماتها.  
من هنا نستعرض طائفة من المفردات القرآنية التي لها مدلولات متقاربة لمعرفة المراد منها، والتميز بين الحالة المرضية عن غيرها، فقد استخدم القرآن الكريم عدّة مفردات للإشارة إلى هذه المعاني، منها:  
الرين<sup>(89)</sup>، والطبع<sup>(90)</sup>، والختم<sup>(91)</sup> والحجاب<sup>(92)</sup>، والزيغ<sup>(93)</sup>، والقسوة<sup>(94)</sup>، والمرض<sup>(95)</sup>.

86 – سورة البقرة: الآية 7.

87 – سورة البقرة: الآية 18.

88 – سورة المطففين: الآية 14.

89 – «كلّ بل ران على قلوبهم ما كانوا يكسبون»، سورة المطففين: الآية 14.

90 – «كذلك يطبع الله على قلب كل متكبر جبار»، سورة غافر: الآية 35.

فالأربعة الأوائل وهي: الرين والطبع والختم والحجاب، لا تعني بالضرورة مرض القلب كما هو ظاهر الآيات الكريمة، أما الثلاثة الباقية وهي: الزيغ والقسوة والمرض فتعني ذلك المعنى السلبي الذي يصيب القلب بالذات، فالزيغ يعني الانحراف والميل إلى غير الحق، والقساوة تعني جفاف العواطف الإنسانية في القلب، وكلاهما من أمراض القلب.

من مجمل ما ورد من الآيات الشريفة، ومن اقتران مرضى القلوب مع المنافقين تارة، ومع الكفار تارة أخرى، يتضح أنهم طائفة ثالثة، وهذا يعني أنّ الأصل في الإنسان ليس هو المرض القلبي، كما ذهب إليه أهل التصوف والعرفان.

ومن الكتاب المسلمين<sup>(96)</sup> من جعل الكفر والنفاق مرضاً فكرياً، وليس كذلك، فالخطأ في الفكر لا يعتبر في نظر القرآن مرضاً، وخاصة وأنه ينسب المرض إلى القلب لا إلى الدماغ، والقلب محل العواطف والرغبات والميول، فمريض القلب هو المنحرف في ميوله وعواطفه لا أفكاره.

السيد الطباطبائي بدوره يرى بأنّ مرض القلب الوارد في الآيات القرآنية يقصد به الشك والريب في العقيدة وضعف الإيمان، حيث يقول في «الميزان»:

---

91 – «أفرايت من اتخذ إلهه هواه، وأضله الله على علم وختم على سمعه وقلبه»، سورة الجاثية: الآية 23.

92 – «جعلنا بينك وبين الذين لا يؤمنون بالآخرة حجاباً مستوراً»، سورة الاسراء: الآية 45.

93 – «فأما الذين في قلوبهم زيغ فيتبعون ما تشابه منه»، سورة آل عمران: الآية 6.

94 – «ثم قست قلوبكم فهي كالحجارة أو أشد قسوة»، سورة البقرة: الآية 74.

95 – «في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضاً»، سورة البقرة: الآية 10.

96 – انظر، الإسلام وعلم النفس، الدكتور البستاني.

«فالظاهر أنّ مرض القلب في عرف القرآن هو الشك والريب المستولي على إدراك الإنسان فيما يتعلق بالله وآياته، وعدم تمكّن القلب من العقد على عقيدة دينية، فالذين في قلوبهم مرض بحسب طبع المعنى هم ضعفاء الإيمان، الذين يصغون إلى كل ناعق، ويميلون مع كل ريح، دون المنافقين الذين أظهروا الإيمان واستبطنوا الكفر رعاية لمصالحهم الدنيوية ليستدروا المؤمنين بظاهر إيمانهم والكفار بباطن كفرهم»<sup>(97)</sup>.

هذا ولكن الظاهر أنّ الشك والريب وضعف الإيمان من مسببات المرض القلب لا أنّها بذاتها عين المرض، فالكثير من ضعف الإيمان أو من يتلبّس بهم الشك بسبب جديد عهدهم بالإسلام، أو لشبهة من الشبهات ليسوا بمصابين بمرض القلب كما هو واضح، وإنّما الشك والريب مترتب على حبّ الدنيا واستيلاء الأهواء والشهوات على القلب وتكبيّلها لعناصر الخير في وجدان الإنسان، وهذا يعني أن استيلاء الأهواء على القلب وتوجّه الفرد نحو مصالحه المادية ومنافعه الأنانية في سلوكياته يتسبب في مرض القلب الذي يكون من شأنه إفراز حالة الشك والريب، فكل من الأهواء (كسبب) والشك والريب (كمسبب) ليست هي المرض القلبي ذاته، بل حالات نفسية خاصة تقع على طرفي المرض القلبي في دائرة الأسباب والنتائج، وما كان من قبيل: التكبر، والحسد، النفاق، فهو المقصود بالمرض.

وعلى كلّ حال، فإنّ معطيات الآيات الشريفة ترشدنا إلى أنّ بعض الميول إذا ترسبت في النفس أفرزت مرض القلب، ومن ذلك حبّ الشهوات من دون الأخذ بنظر الاعتبار الشرع والتقاليد والقيم الأخلاقية، وذلك في قوله تعالى:

---

97 - العلامة الطباطبائي: الميزان - ج5 - ص278، ذيل تفسير الآية (53) من سورة المائدة.

(فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ). (98)

ومعلوم من هذه الكريمة أنّ الشهوة الجنسية بحدّ ذاتها لا تعتبر مرضاً في الفرد، بل لأنّ هؤلاء طمعوا جنسياً في زوجات الآخرين، وهو نوع من العدوان أي أنهم يتبعون الشهوات من دون وازع ديني ولا رادع أخلاقي. ومن موارد المرض القلبي هو حبّ الفتنة وإيجاد الخلخلة في عقائد الناس وزرع الشبهات، لقوله تعالى: (فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ). (99)

والمورد الثالث استعماله في النفاق: (في قلوبهم - أي المنافقين - مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا). (100)

والنفاق - كما سيأتي - هو ازدواجية الشخصية والأنانية البغيضة، وأن يكون الإنسان ذا وجهين وذا لسانين، ويظهر للناس الخير والصلاح، ويبطن الشر والفساد.

ومن هذه الموارد المذكورة تتفرع سائر أمراض القلب من الحسد والعجب والتكبر وباقي الرذائل الأخلاقية، وتشترك جميعها في حبّ الدنيا، كما ورد في الحديث الشريف عن الإمام زين العابدين (عليه السلام) أنّه قال:

«.. فتتشعب من ذلك حبّ النساء وحبّ الدنيا وحبّ الرئاسة وحبّ الراحة وحبّ الكلام وحبّ العلو وحبّ الثروة، فصرن سبع خصال، فاجتمعن كلّهن في حب الدنيا» (101).

98 - سورة الاحزاب: الآية 32.

99 - سورة آل عمران: الآية 7.

100 - سورة البقرة: الآية 10.

101 - الوسائل، الباب 61، ح 2، جهاد النفس.

وحبّ الدنيا لا يعني حب الحياة في الدنيا كما يفهمه العوام من الناس، بل تعلق الإنسان بالماديات وحبّه للشهوات والملذات الرخيصة بحيث يغفل عما وراءها.

ونستفيد أيضاً من الآيات الكريمة أنّ مجرد الميل الموقت نحو الممنوعات لا يعتبر مرضاً قلبياً إلا إذا صار ذلك ملكة في قلبه وديناً في سلوكه، كما في الأمراض الجسدية حيث تطغى عوارض المرض على عوارض الصحة وتتغلب عليها ويشعر الإنسان معها في كل لحظة أنه مريض، فكذا مرض القلب، فالحسود، أو المتكبر، أو المنافق يشعر بهذه الدوافع السلبية باستمرار بحيث أصبحت إتجاهاً له وسمة من سمات شخصيته، وإلا فكل إنسان تنتابه هذه الدوافع والميول السلبية بين حين وآخر تبعاً للمثيرات الداخلية والخارجية، ولكنه لا يسمى مريض القلب بالإصطلاح القرآني إلا إذا استسلم لها وطغت على فكره وسلوكه وتصرفاته.

### التفصيل بين النفس المجازية والحقيقية:

ونخلص إلى هذه النتيجة، وهي أنّ النفس الواقعية في الإنسان تتولد تدريجياً من حصيلة الصراع بين النفس المجازية والحقيقية، أو بين الأنا والروح الإلهية، وعلى شكل تراكمات للسلوك الاخلاقي للفرد، فاذا تحرك الإنسان من موقع الأنانية وإشباع رغباته الدنيوية فقط فإنه سيكون في معرض الإصابة بالمرض القلبي قطعاً، وهو عبارة عن الخلل والارباك الناشئ من عدم ارضاء قوى الروح وعناصر الخير في النفس، وأما لو تحرك في سلوكه الاخلاقي من موقف عقلي وإنساني وسعى إلى تفعيل جوانب الخير وإرضاء الغرائز البدنية والنفسية بطرق مشروعة وبوحي من العقل والدين، فسوف يبتعد تدريجياً عن مناطق الخطر ويرتدى لباس السلامة القلبية. وما

ذكر في ماهية مرض القلب نجد له مصداقاً في المنافق وهو حبّ الدنيا، وليس كذلك في الكافر، فإنه قد يقدر شيئاً ويضحى من أجله كالوطن والوطن والعقائد الباطلة، أمّا المنافق ففي كل هذه الحالات يفضل منفعه الشخصية ويدور حول محور الأنا الفردية، ولذا فحبّ الدنيا من سماته المميزة، بل هو الباعث له على النفاق.

وعندما نستعرض الأمراض التي يذكرها علماء الأخلاق ونطبقها على هذا المعيار القرآني لا نجد مطابقة تماماً له، فمثلاً عندما يذكرون أمراض القلب وأنها عبارة عن رذيلتين مع كل فضيلة من الفضائل الأربع، فتكون محصل الرذائل الأخلاقية ثمان رذائل، لا نجد من جملتها ما يعده القرآن من الرذائل الخلقية والأمراض القلبية، فلا نجد بين هذه الثمان إسماءً للنفاق أو قساوة القلب، أو حبّ الذات، أو حبّ الدنيا وأمثال ذلك، لا في الرذائل الثمان الأصل، ولا في فروعها. ثم إنّ كل رذيلة لا تعدّ مرضاً في المنظور القرآني وإن كانت عدولاً عن الحد الوسط، فليس كل عدول عن الحد الوسط يسمى مرضاً ما لم يترسب في النفس ويغدو ملكة وسمّة للشخصية.

وبعد ذكر هذه المقدمة، نستعرض أهم الأمراض القلبية، وأسبابها وطرق معالجتها.

\*

\*

\*

## الأول: النفاق

أورد علماء الأخلاق في تعريف النفاق أنه: «مخالفة السر للعلن، سواء كان في الإيمان، أو في الطاعات، أو في المعاشرة مع الناس»<sup>(102)</sup>، ولكن هناك موارد كثيرة يشملها هذا التعريف ولا تعتبر من النفاق كالتقية ومداراة الناس، فقد يظهر الإنسان المحبّة لشخص ولكنه يبغضه في نفسه خوفاً من بطشه أو لمجرد المداراة وحسن المعاشرة.

فالأولى في التعريف أن يضاف إلى التعريف المذكور عبارة: «في غير مرضاة الله» فيكون النفاق عبارة عن: «مخالفة السر للعلن في غير مرضاة الله»، وبذلك ينحصر في أنواع النفاق المذموم، فالتقية والمداراة مورد موافقة العقل والشرع.

ولا شك في أنّ النفاق من أسوأ الأمراض القلبية، ومن أقبح الصفات البشرية، وقد وردت الآيات والروايات الكثيرة في ذمّه، وتحذير المسلمين من الإبتلاء به وتهديد المتصفين به بأشد أنواع العذاب في الدنيا والآخرة كقوله تعالى:

(إِنَّ الْمُنَافِقِينَ فِي الدَّرَكِ الْأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ).<sup>(103)</sup>

وفي الحديث القدسي إنّ الله تعالى قال لعيسى: «يا عيسى ليكن لسانك في السرّ والعلانية لساناً واحداً، وكذلك قلبك، اني أحذرك نفسك وكفى بك خبيراً،

102 – جامع السعادات، ج 2، ص 411.

103 – سورة النساء: الآية 145.

لا يصلح لسانان في فم واحد، ولا سيفان في غمد واحد،  
ولا قلبان في صدر واحد، وكذلك الأذهان». (104)

وعن الإمام الباقر (عليه السلام) انه قال:  
«بئس العبد عبد يكون ذا وجهين وذا لسانين يطري  
أخاه شاهداً ويأكله غائباً، إن أُعطي حسده، وإن ابتلي  
خذه». (105)

والأحاديث في ذمّه وبيان خطره كثيرة.

\* \* \*

## مراتب النفاق

للنفاق مراتب ودرجات كثيرة، منها ما ذكر في  
التعريف من المراتب الثلاث للنفاق:

1 – النفاق في الإيمان، بأن يظهر الإسلام والإيمان  
ويبطن الكفر.

2 – النفاق في الطاعات، بأن يكون مؤمناً، ولكنه  
غير ملتزم بالواجبات ولا تاركاً للمحرمات، بل يتظاهر  
بها أمام الآخرين، كأن يكون تاركاً للصلاة ولكنه  
يتظاهر بها أمام الغير.

3 – النفاق في المعاشرة: وهو مدلول الحديث  
المتقدم بأن يكون المرء ذا وجهين ولسانين، فيظهر  
البشاشة والملق ويضمّر العداوة والشر من دون عذر  
شرعي، بل لسوء سريره، أو طمعاً في منفعة شخصية، أو  
مكراً وخديعة.

ويذكر الإمام الخميني (رحمه الله) للنفاق أربع مراتب  
فيقول:

«ويختلف النفاق بحسب المتعلق في شدة فساده، لأنه  
تارة يكون في دين الله، وأخرى في الملكات الحسنة

104 – بحار الانوار: ج 75، ص 204، ح 9.

105 – بحار الانوار: ج 75، ص 202، ح 1.

وفضائل الأخلاق، وثالثة في الأعمال الصالحة والمناسك الإلهية، ورابعة في الأمور العادية والمتعارفات العرفية» (106).

ولو تصفحنا الآيات الكريمة في النفاق لأمكن ترتيب مراتب النفاق بشكل آخر. فمن الآيات الكريمة ما يدل على وجود مرتبة دانية وبسيطة من النفاق، وقد يطلق عليها القرآن **«من في قلبه مرض»** من حبّ الدنيا والثروات والنساء التي تعيق الإنسان عن الإلتزام الكامل بالتعاليم الإسلامية والتكاليف الشرعية من قبيل الأشخاص الذين تخلفوا عن الجهاد من أصحاب الثروة والطول:

**(أَسْتَأْذِنُكَ أَوْ لَوْ أَنَّ الطَّوْلَ مِنْهُمْ وَقَالُوا ذَرْنَا نَكُنْ مَعَ**

**القاعدين)** (107)

أو حينما نزلت آية الزكاة امتنع ثعلبة بن حاطب الأنصاري عن دفع الزكاة بخلًا وحرصاً على الدنيا، فكتب في المنافقين، وهذا هو النفاق الجلي، أو البسيط. وهناك مرتبة أخرى أشدّ إيغالاً في النفاق، وهو ما ذكره السيد الطباطبائي من بعض المنافقين الذين لا يبخلون بأموالهم وكل ما لديهم في سبيل اعلاء كلمة الإسلام ونصرة الدولة الإسلامية، إلا أن هدفهم من ذلك هو الدنيا، أي أنهم طلبوا الدنيا بعمل الآخرة كما قال عنهم أمير المؤمنين (عليه السلام) **«ومنهم من طلب الدنيا بالدين»**، وهؤلاء أخطر من الفئة السابقة، لأنه يصعب على عامة الناس تشخيصهم ومعرفتهم إلا لمن عاشرهم طويلاً وتكشفت له نياتهم. بخلاف أفراد الفئة السابقة من قبيل عبدالله بن أبي وثلعة والأشخاص الذين تخلفوا عن الجهاد بحجة الافتتان بالنساء وأمثالهم

---

106 – الأربعة حديثاً، الإمام الخميني، ص 157، الحديث التاسع.

107 – التوبة: 86.

فإنهم كانوا معروفين عند جميع المسلمين، والفئة الثانية هم الذين ذكرهم القرآن الكريم:

«..وَلَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ .  
وَلَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ ...»<sup>(108)</sup>

أي أنهم لا يعرفون بأعمالهم ولا بصريح أقوالهم، بل من لحن القول، فيدرك القائد المحنك نياتهم، ويمكن تسميته هذا اللون من النفاق بـ «النفاق المبطن»

و«الثالث» من مراتب النفاق ما لا يعلمه صاحبه أيضاً، وهو أخطر من سابقه كثيراً. والفرق بينه وبين الثاني أن النفاق المبطن يعلم صاحبه بأنه منافق، وقد يعلم أنه لا يؤمن بالله ولا باليوم الآخر، ولكن يرئى الناس ليكتسب وجهة ومكانة اجتماعية تعينه على هدفه في المستقبل. أما هذا القسم فصاحبه يعتقد بالإسلام حقاً، ويؤمن بالله واليوم الآخر، ويعمل في سبيل خدمة الإسلام والمسلمين وهو يتصور أنه مخلص في عمله، إلا أنه في الواقع يخدم نفسه و يعمل لمصلحته الشخصية، أي أنه لا ينطلق في سلوكه الديني والاجتماعي من موقف إنساني واخلاقي بل يتحرك بوحى أهوائه وميوله ومنافعه . وتصوير هذه الحالة أن مثل هذا الشخص قد التقت مصالحه مع مصالح الإسلام وتطابقت تماماً، ولكن الأمر لا يدوم على هذه الحال، فبعد فترة قد تدوم عدة أعوام ينفصل طريق الإسلام عن طريق الهوى، وسبيل الله عن سبيل النفس الأنانية، فينكشف له وللآخرين أنه لم يكن مخلصاً ومؤمناً حقيقياً، بل منافقاً، لأنه سيختار طريق النفس والهوى على طريق الله والإسلام كما صنع طلحة والزبير وكثير من المسلمين، وهذا هو المنافق بالقوة لا بالفعل،

فتحصل أن مراتب النفاق في القرآن ثلاث: 1 - النفاق الجلي، 2 - النفاق المبطن، 3 - النفاق بالقوة.

ونلاحظ من سياق الآيات الكريمة المتعلقة بالنفاق والمنافقين أنّ لسان التهديد والذم غالب عليها، أمّا الروايات الشريفة فالغالب فيها هو طابع النصح والإرشاد وأنه لا ينبغي للمرء أن يكون ذا وجهين ولسانين، وهذا الفرق الجوهرى يتمثل في اختلاف مراتب النفاق ودرجاته، فالمخاطب في الآيات الكريمة هم المنافقون الذين يبطنون الكفر ويظهرون الإيمان، لأنّ الظروف في عصر الرسالة الأولى كانت مشحونة بمثل هؤلاء المنافقين، ويشكلون الخطر الأشدّ على الإسلام والمسلمين، فما ورد من سمات المنافقين في القرآن الكريم وأفعالهم من حبّ الفتنة، والجبن والفرار من الجهاد في سبيل الله، وإيجاد الاختلاف والتصدع في صفوف المؤمنين وغير ذلك فإنها تحكي عن تلك المرتبة الشديدة من النفاق.

أمّا ما ورد في الروايات الشريفة، فنناظر إلى المرتبة الأدنى، وهي النفاق في المعاشرة أو التظاهر بالأعمال الصالحة والملكات الأخلاقية الحسنة وغير ذلك، وبما أنّ هذه المراتب قابلة للإصلاح والعلاج، فلذا نجد هذا التغيّر في لحن الخطاب.

## أعراض المرض

تختلف أعراض النفاق باختلاف مراتبه، فالسمات المذكورة في القرآن الكريم هي للمنافقين من الدرجة الأولى والمرتبة العليا، وهي على الإجمال: الخداع، والمكر، والجبن، والاستهزاء بالمؤمنين، وإثارة الفتنة، والكذب والرياء، وإظهار الكفر وإسرار الإيمان، والاعتقاد بأنهم على صواب والآخرين على خطأ، والأنانية، والمصلحية الذاتية، والعمى عن رؤية الصواب والحق، والخوض في الباطل، وما شاكل ذلك.

أمّا النفاق في المراتب المتأخرة فهي على العموم  
مذكورة في الروايات الشريفة على شكل علامات المنافق،  
وقد يشترك النفاق في الرتبة الأولى في الكثير منها  
أو كلّها، منها ما ورد في نهج البلاغة في قوله (عليه  
السلام) في وصف المنافقين:

«وأحدركم أهل النفاق، فإنهم الضالّون المضلّون،  
والزالّون المزلّون، يتلونون ألواناً .. قلوبهم دويّة،  
وصفاحهم نقيّة، يمشون الخفاء، ويدبّون الضراء، وصفهم  
دواء، وقولهم شفاء، وفعلهم الداء العياء، حسدة  
الرخاء، ومؤكّدوا البلاء، ومقنطوا الرجاء، لهم بكل  
طريق صريع، وإلى كل قلب شفيح .. قد أعدّوا لكل حقّ  
باطلاً، ولكل قائم مائلاً، ولكل حيّ قاتلاً، ولكل باب  
مفتاحاً .. يقولون فيشبهون... الخ»<sup>(109)</sup>.

ومنها ما ورد عن الإمام علي (عليه السلام) أيضاً في  
أوصاف المنافق في أحاديث كثيرة، والمحصل منها أنّ  
المنافق قلبه - أي عقله - وراء لسانه، وأنّ علمه في  
لسانه فقط لا في عمله، وأنه كثير الوفاق وكثير الخلاف  
والشقاق، وأنّ سريره تخالف علانيته، وخشوعه في الصلاة  
ظاهري، أي أنه خاشع الجسد ساهي القلب، ومن علاماته  
أيضاً أنه إذا حدّث كذب، وإذا وعد أخلف، وإذا ائتمن  
خان، لا يألّفون ولا يؤلّفون، وأنّ المنافق وقح غبي  
متملق شقي، وغير ذلك من سماته وعلاماته.

## أسباب النفاق

يقول السيد الطباطبائي (رحمه الله) في بيان أنّ علّة  
النفاق لا تنحصر في الخوف -، كما يذهب إليه من يرى  
أنّ النفاق حدث بالمدينة بعد هجرة الرسول (صلى الله  
عليه وآله وسلم) إليها -، بل هناك علل أخرى:

«فما القدرة والقوة المخالفة المهيبة ورجاء الخير بالفعل والاستدرار المعجل علّة منحصرة للنفاق حتى يحكم بانتفاء النفاق لانتفائها، فكثيراً ما نجد في المجتمعات رجالاً يتبعون كل داع، ويتجمعون إلى كل ناعق، ولا يعبؤون بمخالفة القوى المخالفة القاهرة الطاحنة، ويعيشون على خطر مصرّين على ذلك رجاء أن يوفقوا يوماً لاجراء مرامهم، ويتحكموا على الناس .. فمن الجائز عقلاً أن يكون بعض من آمن به يتبعه في ظاهر دينه طمعاً في البلوغ بذلك إلى أمنيته، وهي التقدم والرياسة والاستعلاء ..» (110).

ويورد النراقي أيضاً ثلاثة من أسباب النفاق في قوله:

«وعلى التقادير، إن كان باعته الجبن فهو من رذائل قوة الغضب من جانب التفريط، وإن كان باعته طلب الجاه فهو من رذائلها - أي قوة الغضب - من جانب الإفراط، وإن كان منشأ تحصيل مال أو منكح فهو من رداءة قوة الشهوة» (111).

ويذكر السيد الطباطبائي (رحمه الله) في مكان آخر من الميزان أربع علل للنفاق وهي: الخوف من خطر، والطمع في منفعة، والعصبية والحمية، واستقرار العادة (112).

أمّا تحقيق الحال في سبب النفاق فيمكن إرجاعه إلى مصدر واحد ومحور فارد، وهو المراد من قوله تعالى:

(أَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ). (113)

فعندما تكون الأنا محوراً لجميع ميول الإنسان ونشاطاته الفردية والاجتماعية، فلا بد أن يكون متقلباً مع الأهواء المتقلبة ذاتاً، ولا بد أن يعادي المجتمع

---

110 - تفسير الميزان، ج 19، ص 289.

111 - جامع السعادات، ج 2، ص 411.

112 - تفسير الميزان - ج 20 - ص 90.

113 - سورة الفرقان: الآية 43.

ويظهر خلاف ما يبطن، لأنّ الأنا الاجتماعية لا تتفق غالباً مع الأنا الفردية، حيث أنّها تمثّل مرحلة تكاملية، وعلى الفرد أن يغضّ النظر عن كثير من حاجاته الفردية ومصالحه الشخصية في سبيل الأنا الاجتماعية – والمنافق هو الذي بقي سجين الأنا الفردية، وفي الوقت نفسه ينظر إلى الحق من حيث الاستغراق في الجانب النفعي منه، فجميع السلبيات المذكورة للمنافق تكمن في هذه العلة، وهي أنه لا يرى غير مصالحه الشخصية، ولا يهتم إلاّ في خدمة الأنا الفردية، وما ذكر من الأسباب هي في الواقع نتائج لهذا المحور، فالجبن أمر طبيعي لمثل هذا الإنسان، وكذلك الطمع في الرئاسة، أو العصبية والحمية، وكذلك ما ذكر من علامات المنافق من الكذب والخيانة وحب الفتنة وإضرار الكفر وإظهار الإيمان كلّها تعتبر ادوات يستخدمها المنافق في عملية تغطية على تشوهات الأنا ليبقى قادراً على مواجهة التحديات التي يفرضها الواقع، فمن الطبيعي أن يكون المنافق كذاباً، لأنّه لا يرى من القيم الأخلاقية إلاّ ما يصبّ في نفعه الشخصي، فإذا أضرّ به الصدق، كان الكذب من الفضائل، لأنّ الميزان عنده هو ما ذكرناه، وكذلك يكون حال الخيانة والنميمة والاستهزاء وما شاكل ذلك.

أما ما ذكره النراقي في سبب النفاق، وهو حبّ الجاه، وأنه من رذائل قوة الغضب في جانب الإفراط، فهذا يتفق مع التقسيم الرباعي لقوى النفس الإنسانية وهي: القوة الشهوية والغضبية والعاقلة والعدالة، إلاّ أنّ في ذلك نظراً وتأملاً، فلماذا نحشر حبّ الجاه في القوة الغضبية؟

ولو أنّنا خرجنا عن دائرة التقسيم الارسطي للفضائل الأخلاقية الأربع، وقلنا بأنّ الإنسان كما يمتاز عن الحيوان بالعقل، كذلك يمتاز عنه بدوافع ورغبات خاصة من قبيل حبّ الجاه والرئاسة والمقام الاجتماعي، لأرحنا

واسترحنا من ذلك التصنيف المخل، لأنه لا ربط ولا علاقة  
لحبّ الجاه بالغضب ولا بالشهوة، بل هو قوة مستقلة  
خاصة بالإنسان لطلب الكمال، سواء كان كمالاً ظاهرياً،  
أم واقعياً.

ثم إنّه لا يخفى تأثير العوامل الوراثية والثقافة  
الاجتماعية في إيجاد الأرضية المساعدة للنفاق في  
الفرد، وقد تدفع الضغوط الخارجية الفرد على سلوك  
هذا المسلك، وبهذا نفهم أنّ النفاق لم يتولد في  
الإسلام، كما يظهر ذلك من بعض المفكرين والمفسرين، بل  
كان موجوداً في الجاهلية وفي جميع المجتمعات، غاية  
الأمر ظهر النفاق كتيار اجتماعي في الدولة الإسلامية  
الفتية، وشدّد القرآن الكريم عليه النكير لخطره، ولم  
تكن دولة في المجتمع العربي الجاهلي بالمعنى  
المتداول، ولا كان مجتمعاً متماسكاً يفرز النفاق في  
أوصاله سموم الخلل وعوامل الوهن، ولم تكن العقيدة  
الجاهلية تتنافى مع النفاق حتى يظهر بشكل منفصل عن  
بقية سمات الشخصية الجاهلية، وبذلك يمكن اعتبار  
مصطلح النفاق والمنافقين من المبتكرات القرآنية،  
ومن المفردات التي أفرزتها الدولة الإسلامية وأعطت  
معالمها وحدودها وموقفها منها.

إذن، فالضغوط الاجتماعية هي التي تدفع الفرد منذ  
الطفولة إلى سلوك النفاق في عملية امتصاص هذه  
الضغوط والتلاؤم مع المحيط الاجتماعي والتقليل من  
الاضرار الناجحة من عدم تطابق الميول والنوازع  
النفسية مع العرف والتقاليد الاجتماعية والدينية،  
فالطفل يجد في نفسه رغبة شديدة إلى ارتكاب بعض  
الممنوعات كاللعب بالتراب أو سرقة الحلوى أو تجنب  
النزاع مع الاطفال المشاكسين وترجيح الفرار على  
القرار. إلاّ أنه مع كل سلوك من هذه السلوكيات  
الموافقة لميولهم وغرائزه يكتسب صفة ذميمة ويجد أن

الآخرين كالوالدين لو علموا بذلك لو صموه بالوسخ أو السارق أو الجبان، وكل صفة وعنوان من هذه العناوين يحمل في طياته حالات التوبيخ والذم والتقريع والاستهزاء مما يورثه ألماً نفسياً شديداً، ولكنه بعد تكرر موارد التنافي بين الرغبات النفسية والعناوين الظاهرية يجد الطفل نفسه مضطراً إلى سلوك طريق النفاق والكذب والرياء، ففي حال الخلوة يرتكب ما تشتت في نفسه من الممنوعات، ويتظاهر بضدها في العلن ليرضي نفسه وغرائزه من جهة، ويحصل على عناوين جميلة ومقبولة لدى الآخرين من جهة أخرى.

إلى هنا قد يكون الأمر طبيعياً. فلا يخلو فرد من افراد البشر من سر وعلن، أو ظاهر وباطن، وكل فرد يجد في نفسه ميلاً شديداً إلى الظهور بالمظهر اللائق امام الآخرين ويسعى لتغطية ميوله السلبية ونقاط الضعف في شخصيته، أي كما يقول «كارل يونغ» من أن لكل فرد قناع يغطي به وجهه الحقيقي امام الناس فلا يظهر لهم إلا بذلك القناع. ولكن بمرور الزمان ونمو النفس الانسانية تفتح فيها دوافع جديدة من قبيل حب النوع والميل إلى التدين والتعاون ونكران الذات والايثار وامثال ذلك. وحينئذ لا يتوقف الصراع في شخصية الفرد بين الداخل والخارج، بل تتسرب العناصر الخارجية إلى داخل الذات، ويتحول الصراع بين الدوافع الأنانية والعناوين الوهمية من جهة، وبين هذه الدوافع الانسانية الخيرة في النفس، فاذا بقي الفرد مصراً على ترجيح جانب الأنا والمصالح الشخصية في سلوكه الفردي والاجتماعي على حساب الغاء دوافع الخير في نفسه، وكذلك بقي مصراً على استخدام القناع المذكور لكسب عناوين أصحاب الخير والانسانية والدين، فهو النفاق المذموم، وهو ما يورثه تمزق الشخصية وانهيار وحدتها، فالظاهر يختلف كلياً عن الباطن،

فيضحى ذو وجهين وذو لسانين كما ورد في الروايات الشريفة..

\* \* \*

## دعائم النفاق:

إن وأفضل وأدق ما ورد من النصوص في دعائم النفاق وأركانها هو قول أمير المؤمنين (عليه السلام) في تفصيل هذا الموضوع، حيث قال (عليه السلام):

**«النفاق على أربع دعائم: على الهوى والهويانا والحفيظة والطمع».**

ثم يفصل (عليه السلام) كل واحدة من هذه الدعائم والدوافع الأربعة للنفاق، والنتائج المترتبة عليها في تحليل نفسي وفلسفي عميق ورائع يحتاج إلى شرح مسهب ودراسة متأنية وتحقيقات واسعة لاستثمار هذا الكنز في علم النفس، لا سيما وأنه يتناول الإيمان والكفر أيضاً في تفصيل مماثل، وعسى أن يوفق العلماء في كشف أسرار هذا الهرم العلمي العجيب، فإن أيدينا أقصر من أن تنال هذا الشرف الرفيع، لذا نكتفي بسرد ما ورد في الحديث الشريف بالنسبة إلى النفاق؟ يقول (عليه السلام):

**«فالهوى على أربع شعب: على البغي والعدوان، والشهوة، والطغيان. فمن بغى كثرت غوائله وتخلّى منه وقصر عليه، ومن اعتدى لم يؤمن بوائقه، ولم يسلم قلبه، ولم يملك نفسه عن الشهوات، ومن لم يعدل نفسه في الشهوات خاض في الخبيثات، ومن طغى ضلّ على عمد بلا حجة».**

والهويانا على أربع شعب: على الغرّة، والأمل، والهيبة، والمماطلة، وذلك بأن الهيبة ترد عن الحق، والمماطلة تفرط في العمل حتى يقدم عليه الأجل، ولولا الأمل علم الإنسان حسب ما هو فيه، ولو علم حسب ما هو

فيه مات خفاتاً من الهول والوجل، والغرّة تقصّر بالمرء عن العمل.

والحفيظة على أربع شعب: على الكبر، والفخر، والحمية، والعصبية، فمن استكبر أدبر عن الحق، ومن فخر فجر، ومن حمى أصرّ على الذنوب، ومن أخذته العصبية جار، فبئس الأمر أمر بين إدبار وفجور وإصرار وجور على الصراط.

والطمع، على أربع شعب: الفرح، والمرح، واللجاجة، والتكاثر، فالفرح مكروه عند الله، والمرح خيلاء، واللجاجة بلاء لمن اضطرّته إلى حمل الآثام، والتكاثر لهو ولعب وشغل واستبدال الذي هو أدنى بالذي هو خير. فذلك النفاق ودعائمه وشعبه»<sup>(114)</sup>.

### علاج النفاق:

من خلال لحن الآيات الكريمة الشديد عن النفاق والمنافقين وتهديدهم بأشدّ العقوبات، يظهر أنّ هذه الحالة النفسية لا تقبل العلاج، وخاصة قوله تعالى:

(يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ ..).<sup>(115)</sup>

وبما أنّ التاريخ لا يحدثنا عن تطبيق عملي لهذه الآية الكريمة في حقّ المنافقين، كما هو الحال بالنسبة للكفار، حيث اقتصر جهاد النبي للكفار فحسب، فقد يقال بأنّ الغرض هو التهديد والتخويف، كما هو شأن الكثير من الآيات الشريفة الواردة في المنافقين، كقوله تعالى:

(لَئِن لَّمْ يَنْتَهِ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ لَّنُغَرِّقَنَّكَ بِهِمْ).<sup>(116)</sup>

---

114 - أصول الكافي، ج 2، ص 391 - 392، تحف العقول، ص 116 - 117 باختلاف يسير.

115 - سورة التوبة: الآية 73.

واستعمال هذا الاسلوب النفسي - وهو التهديد - لجهتين: «الأولى»: إنّ المنافقين من المرتبة الأولى قد ماتت أنفسهم الحقيقية فلا فائدة في العلاج بالطريقة الإنسانية، ويشير إلى هذا المعنى قوله تعالى في بيان سماتهم:

**(صمُّ بكمُ عمي فهُم لا يرجعون).** (117)

فقد تجاوز الداء بهم مرحلة المعالجة، فأصيبوا بالعمى التام والصمم المطبق.

«الثانية»: إنّ المنافقين يشكلون خطراً كبيراً على الأمة وسلامة المجتمع بأعمالهم الشيطانية ومكرهم وتخليهم وإلقاءهم الفتنة بين الناس بصورة ماهرة لا تجعل عليهم سبيلاً ولا تمكّن القضاء الإسلامي من إتخاذ إجراءات قانونية ضدهم، فهم يأترون بجميع الأوامر ويلتزمون بالقانون الإسلامي في طاعة حرفية مع نتائج المعصية، فلا يبقى حجة للحاكم الإسلامي في تأديبهم وعقابهم، فلا حيلة سوى الاستفادة من صفة الجبن والخوف فيهم وتحذيرهم باستمرار وتهديدهم بأشد العقوبات فيما لو صدر منهم ما يخالف مصالح الأمة والدين، مما يجعلهم يكفون عن التمادي في غيهم ويتجنبون إثارة شيء ضدهم، أي يكونون في موقف دفاع وقلق نفسي مزمن، فلا يفكرون في الوقوعة بالمسلمين أو التخطيط لكسب مواقع متقدمة في الدولة.

ولعلّ هذا التهديد والوعيد للمنافقين يتسبب في تجميدهم في نطاق الازعان بالأمر الواقع ويساهم في عملية تطبيعهم لمتطلبات الشريعة والحياة في اطار المجتمع الاسلامي الجديد، ومن جهة أخرى فان هذا الاسلوب الاعلامي ضد المنافقين يمكنه أن يؤسس لوعي عقائدي يحمي عقيدة المسلم من الذبول والتأثر

---

116 - سورة الأحزاب: الآية 60.

117 - سورة البقرة: الآية 18.

بدعايات المنافقين وممارساتهم العدوانية، كل ذلك يشكل ضغوطاً نفسية عليهم لتعديل مسارهم الفكري والعملية.

هذا وقد ذهب بعض المفسرين الى تأويل معنى الجهاد بأن يقال: إن النبي(صلى الله عليه وآله وسلم) أمر بجهاد الكفار والمنافقين على السواء، ولكن لا ضرورة في أن يكون جهاد المنافقين مشابهاً لجهاد الكفار – أي بالسيف – فالجهاد ذو أساليب وطرق مختلفة، ويمكن أن يكون جهاد النبي(صلى الله عليه وآله وسلم) للمنافقين بالطريقة التي تتلاءم وظروف المجتمع الإسلامي من التهديد والتخويف والمقابلة الاجتماعية وحرق مسجد ضرار وما شابه ذلك، وفي ذلك يقول الطباطبائي في تفسير هذا الآية والمراد من جهاد المنافقين فيها:

«وأما المنافقون فهم الذين لا يتظاهرون بكفر ولا يتجاهرون بخلاف. وانما يبطنون الكفر ويقلّبون الامور كيداً ومكراً، ولا معنى للجهاد معهم بمعنى قتالهم ومحاربتهم، ولذلك ربما يسبق إلى الذهن أن المراد بجهادهم مطلق ما تقتضيه المصلحة من بذل غاية الجهد في مقاومتهم، فان اقتضت المصلحة هجروا ولم يخالطوا ولم يعاشروا، وان اقتضت وعظوا باللسان، وان اقتضت أخرجوا وشرّدوا إلى غير الارض أو قتلوا إذا اخذ عليهم الردة أو غير ذلك.

وربما شهد لهذا المعنى أعني كون المراد بالجهاد في الآية مطلق بذل الجهد تعقيب قوله تعالى: **(جاهد الكفار والمنافقين)** بقوله: **(واغلظ عليهم)** أي شدّد عليهم وعاملهم بالخشونة.»<sup>(118)</sup>

أمّا ما نجده من وسائل علاجية للنفاق في الروايات الشريفة وكتب علماء الأخلاق، فبدون شك أنّ المقصود منها هو المراتب الدانية من النفاق والذي لم يصل المرض إلى مرتبة العقيدة.

ومن تلك الوسائل العلاجية «قراءة القرآن» حيث يقول الإمام أمير المؤمنين (عليه السلام) في ذلك: **«فاستشفوا من أدوائكم، واستعينوا به على لأوائكم فإنّ فيه - أي القرآن - شفاء من أكبر الداء: وهو الكفر والنفاق، والغي والضلال»**<sup>(119)</sup>.

ومنها: ما ورد في تأثير الصلاة على محمد وآله في علاج هذا المرض عن رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم): **«الصلاة عليّ وعلى أهل بيتي تذهب بالنفاق»**<sup>(120)</sup>.

وفي حديث آخر عنه (صلى الله عليه وآله وسلم): **«ارفعوا أصواتكم بالصلاة عليّ فانها تذهب بالنفاق»**<sup>(121)</sup>.

ولعلّ ذلك لأنّ النبي وأهل بيته (عليهم السلام) هم روح الإنسان الحقيقية، والصلاة عليهم والدعاء لهم يوجب تقوية النفس الحقيقية، والخروج من إطار النفس الفردية والأنا الوهمية، بحيث يفكّر الفرد بغير ذاته، ويتمنى لغيره الخير - وخاصة إذا كان ذلك الغير متصلاً ومتعلقاً بالله تعالى.

### علماء الاخلاق وعلاج النفاق:

ومن طرق العلاج الواردة في كتب الأخلاق ما ذكره الإمام الخميني (رحمه الله) في كتابه «الأربعون حديثاً» قال:

---

119 - نهج البلاغة، الخطبة 176، في فضل القرآن.

120 - الوسائل، ج 4، ص 1211.

121 - نفس المصدر.

«إعلم أنّ علاج هذه الخطيئة الكبيرة والنقص العظيم أمران: أحدهما التفكّر في المفساد المترتبة على هذه الرذيلة، سواء في هذه الدنيا فيما لو عرف الإنسان بهذه الصفة، حيث يوجب سقوطه من أعين الناس والفضيحة عند الخاصة والعامة، فتتلوث سمعته، ويترد عن المجالس ويعجز عن نيل الكمالات.. أو في العالم الآخر وهو عالم كشف الأسرار، فكل ما ستره عن أنظار الناس في هذا العالم لا يستطيع إخفاءه في ذلك العالم، ويحشر مشوّه الخلقة وذا لسانين من نار ويعذب مع المنافقين والشياطين.. والأخرى هي مرحلة العمل، وهي أن يواظب الإنسان في التدقيق في أعماله وحركاته وسكناته، ويقدم على مخالفة هوى نفسه ورغباتها ويجاهدها، ويصلح أعماله وأقواله في الظاهر والباطن، وليتجنب التظاهر والتدليس، ويطلب من الله تعالى في أثناء ذلك التوفيق للتسلط على النفس الأمارة وأهوائها، ويرافقه في هذا العمل والعلاج، فإذا استمر على ذلك مدة فيؤمل أن تطهر النفس من شوائب وكدر النفاق، وتزول عنه حالة ازدواج الشخصية وتنجلي مرآة قلبه من هذه الرذيلة»<sup>(122)</sup>.

### العلاج النفسي للنفاق:

وأفضل أساليب العلاج هو مايقوم على دراسة نفسية لدوافع النفاق وأسبابه، والسعي لازالتها وتطهير النفس منها ليزول معلولها تلقائياً، فما دامت الدوافع النفسية للنفاق موجودة، فلا كثير فائدة في التفكير في إضرار النفاق وعواقبه السلبية، غاية ما في الأمر أن هذا اللون من التفكير بإمكانه إيجاد دوافع جديدة، أو تفعيل دوافع مضادة كامنة لتأخذ على عاتقها محاربة دوافع النفاق، أما هذه الطريقة

النفسية فتعتمد على معرفة الأسباب والدوافع للنفاق وإجهاضها أو تضعيفها وتهميشها.

فمثلاً نلاحظ أن القرآن الكريم يذكر من أسباب النفاق هو «البخل» و«نقض العهود» ويقول:

«وَمِنْهُمْ مَنْ عَاهَدَ اللَّهُ لِنُؤْنِ آتَانَا مِنْ فَضْلِهِ لَنُصَدِّقَنَّ وَلَنَكُونَنَّ مِنَ الصَّالِحِينَ، فَلَمَّا آتَاهُمْ مِنْ فَضْلِهِ بَخِلُوا بِهِ وَتَوَلَّوْا وَهُمْ مُعْرِضُونَ، فَأَعْقَبَهُمْ نِفَاقًا فِي قُلُوبِهِمْ إِلَى يَوْمٍ يَلْقَوْنَهُ بِمَا أَخْلَفُوا اللَّهَ مَا وَعَدُوهُ وَبِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ»<sup>(123)</sup>.

فالباعث على نقض العهد وعدم دفع الزكاة هو البخل كما تقول الآية (بخلو به) وهذه الآية وإن كانت نازلة في ثعلبة بن حاطب الأنصاري كما يذكر المؤرخون والمفسرون، إلا أنه لا يخفى أنها بصدد بيان قانون عام لا يختص بثعلبة، وكما يقول الفقهاء (خصوصية المورد لا تخصص الحكم).

وسوف نتطرق إلى مرض البخل وعلاجه لاحقاً - إن شاء الله.

السبب الآخر الذي يذكره القرآن النفاق هو (الجبين)، تقول الآية:

«وَإِذَا أَنْزَلَتْ سُورَةٌ أَنْ آمَنُوا بِاللَّهِ وَجَاهَدُوا مَعَ رَسُولِهِ اسْتَأْذَنَكَ أُولُوا الطَّوْلِ مِنْهُمْ وَقَالُوا ذَرْنَا نَكُنْ مَعَ الْقَاعِدِينَ، رَضُوا بِأَنْ يَكُونُوا مَعَ الْخَوَالِفِ وَطُبِعَ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَفْقَهُونَ»<sup>(124)</sup>

والطريف إن هذه الآية تشير إلى سبب الجبن أيضاً وهو أن يكون الإنسان من «أولوا الطول»، أي أن الثروة وجمع الأموال والترف من بواعث الجبن في الإنسان، ولذلك يصعب عليه فراق ما جمعه لعدة سنوات والتوجه إلى القتال والموت... وسيأتي أيضاً بحث حول مرض الجبن وأسبابه وعلاجه. ولا يقتصر الجبن على مورد

123 - التوبة 76 - 77.

124 - التوبة، 86، 87.

القتال والجهاد، بل كل خوف من الآخرين أو من الحكومة على النفس والمال والمكانة الاجتماعية للفرد، فكم نلاحظ من المدراء والضباط والمسؤولين ينافقون مع من هم أعلى مرتبة منهم لحفظ مركزيتهم ومقامهم الاجتماعي، بل نجد ذلك بوضوح في رؤساء وسلاطين هذا الزمان وكيف أنهم ينافقون مع شعوبهم خوفاً من الثورة عليهم في الحكومات المستبدة، وطمعاً في كسب آرائهم في البلدان الديمقراطية ويسمّون ذلك سياسة!! وهكذا نصل إلى السبب الثالث للنفاق وهو «الطمع» يقول تعالى:

«وَإِنَّ مِنْكُمْ لَمَنْ لَيَبْطِئَنَّ فَإِنْ أَصَابَتْكُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا قَدْ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيَّ إِذْ لَمْ أَكُنْ مَعَهُمْ شَهِيداً، وَلَئِنْ أَصَابَكُمْ فَضْلٌ مِنَ اللَّهِ لَيَقُولَنَّ كَأَنْ لَمْ تَكُنْ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُ مَوَدَّةً يَا لَيْتَنِي كُنْتُ مَعَهُمْ فَأَفُوزَ فَوْزاً عَظِيماً»<sup>(125)</sup>

وخلاصة القول: أنه لا بد من ملاحظة الدوافع في عملية العلاج النفسي، ولا سيما ضعف الشخصية والأنانية ومحورية الذات الفردية التي تعتبر الأساس التحتاني لظاهرة النفاق في الفرد.

\* \* \*

## الثاني: الحسد

قيل في تعريف الحسد انه: «تمني زوال نعم الله تعالى عن أخيك المسلم مما له فيه صلاح»<sup>(126)</sup>.

ويلاحظ على هذا التعريف أنه أخص من المراد، لتخصيصه بالأخ المسلم، مع أن الحسد منتشر في أفراد الأمم الأخرى، وكذلك لا داعي للذيل الوارد في التعريف (مما له فيه صلاح) فإن كل نعمة إلهية فيها صلاح للعبد.

ويمكن توجيه ذلك بأن الطرف المقابل قد يسي الاستفادة من هذه النعمة، فإذا تمنى الشخص زوالها لا يعد ذلك حسداً، لأنها أمست مضرّة له، كما إذا استغل ثروته أو قدرته ومنزلته الاجتماعية في تحقيق أهداف مذمومة ومنحرفة، وبذلك يخرج هذا الوجه عن إطار الحسد المذكور في التعريف.

والأفضل في التعريف أن يقال: إن الحسد عبارة عن: «شعور مؤلم يتمنى فيه الفرد زوال ما يظنّه نعمة عن الآخرين دون عذر شرعي».

وبهذا تخرج «الغبطة» المشروعة، لأنها تمنى أن يكون له مثل ما للطرف الآخر من نعمة، ولا يتمنى زوالها عنه، وهذا شأن المؤمن.

ثم إن النعمة لا تنحصر بالنعمة الحقيقية، بل كل ما يظنه الحاسد نعمة حتى وإن كان في الواقع نقمة، أو أمراً تافهاً، فأهل الفجور والفسوق كثيراً ما يحسدون رفاقهم وزملاءهم على كثرة فسوقهم وفجورهم، كأن يحسده على كثرة توجه النساء إليه، أو على

مكانته من السلطان الجائر، أو على قوة سحره إن كان من السحرة والمشعوذين، وغير ذلك.

وأخيراً، أن يكون تمنى زوال النعمة بدون عذر شرعي، بل لمجرد الدواعي الأنانية والدوافع الذميمة، أما لو تمنى زوال قدرة الظالم، أو ثروة الفاسق لأنه يستخدم هذه الأمور في ظلم العباد وإشاعة الفحشاء والمنكر، فلا يعتبر من الحسد.

وعلى أية حال، فالإنسان ومن أجل تشخيص قيمته وتقييم شخصيته ليس له إلاّ اختيار أحد طريقين: «أحدهما»: قياس نفسه مع الكمال الواقعي، «والآخر»: قياس نفسه مع الآخرين، والأول هو المعيار السليم لمعرفة الذات وتقييمها، ولكنه غير مرغوب عادة، لأنه يعطينا نتائج لا تتفق مع ما نحب ونرغب، فالفاصلة بين كمالنا الفعلي والكمال الواقعي شاسعة جداً، مما يثير فينا الاحساس بالنقص والدونية، ويستهلك منا جهداً كبيراً لنيل مراتب مقبولة في سلم الكمال الانساني الواقعي، ولكن الطريق الثاني أسهل بكثير ولا يثير فينا شعوراً مؤلماً بالنقص، بل على العكس، فاننا ولمعرفة قيمتنا وتثمين شخصيتنا نبحث عن نماذج أدنى من مستوانا وأقل شأناً في معيار الكمال الانساني لنقارن شخصيتنا بتلك النماذج، فنشعر بالراحة النفسية والرضا عن الذات.

وقد نتحرك في عملية المقارنة مع من هو أعلى منّا، فأمامنا طريقان: أما أن ننظر إلى القضية من موقع العقل والرغبة الصادقة في معالجة النواقص وسدّ الثغرات الموجودة في شخصيتنا للمعود بها إلى ذلك النموذج الاكمل، أو نتحرك على مستوى التنقيص والخصومة التي لا تطيق النظر للآخر للتقليل من الفاصلة الموجودة بيننا، وهذا هو الحسد، وبما أن الطريق الثاني لقياس الكمال هو المعمول به عادة -

أي قياس النفس مع الآخرين لا مع الكمال الواقعي،  
فقلّما ينجو أحد من الحسد الخفي أو الجلي.  
\* \* \*

## الآثار السلبية للحسد

لقد أوردت الأحاديث الشريفة وكلمات علماء الأخلاق الكثير من الآثار السلبية للحسد في الدنيا والآخرة، واعتبرته من الصفات الأخلاقية الذميمة والأمراض القلبية في الإنسان، فقد ورد في الروايات الشريفة:

«رَأْسُ الرَّذَائِلِ الْحَسَدُ»<sup>(127)</sup>.

«ثَمَرَةُ الْحَسَدِ شَقَاءُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ»<sup>(128)</sup>.

«الْحَاسِدُ يَفْرَحُ بِالشَّرِّ وَيَغْتَمُ بِالسَّرِّ»<sup>(129)</sup>.

«الْحَاسِدُ مُضِرٌّ بِنَفْسِهِ قَبْلَ أَنْ يَضُرَّ بِالْمَحْسُودِ، كِابِلِيسَ أَوْرَثَ بِحَسَدِهِ لِنَفْسِهِ اللَّعْنَةَ، وَلِآدَمَ (عَلَيْهِ السَّلَامُ) الْاجْتِبَاءَ ..»<sup>(130)</sup>.

«لَا رَاحَةَ لِحَسُودٍ»<sup>(131)</sup> «الحسود كثير الحسرات متضاعف السيئات»<sup>(132)</sup> «إِنَّ الحسد لِيَأْكُلَ الإِيمَانَ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الحطب»<sup>(133)</sup> «الحسد يذيب الجسد»<sup>(134)</sup>.

والأحاديث في ذلك كثيرة، ومن مجمل ما ورد من الآثار السلبية أنّ الحسد يورث المرض والنحول في البدن، والكآبة والحزن الدائم وزوال الراحة والدعة، ويوجب كراهية العدالة الإلهية والسخط على قضاء الله وقدره، لأنه غير راض على ما أنعم الله تعالى على

127 – غرر الحكم.

128 – غرر الحكم.

129 – غرر الحكم.

130 – بحار الأنوار، ج 73، ص 255.

131 – بحار الأنوار، ج 73، ص 252.

132 – غرر الحكم.

133 – بحار الأنوار، ج 73، ص 237.

134 – غرر الحكم.

الآخرين، وبذلك ينثلم إيمان المرء وتحبط حسناته وتتغير أخلاقه ويستوجب بذلك خسران الآخرة، فهذه جملة الآثار السلبية الدنيوية والأخروية للحسد.

يقول أبو حامد:

«إعلم أنّ الحسد من الأمراض العظيمة للقلوب، ولا تداوى أمراض القلوب إلاّ بالعلم والعمل، والعلم النافع لمرض الحسد، هو أن تعرف تحقيقاً أنّ الحسد ضرر عليك في الدنيا والدين، وأنه لا ضرر فيه على المحسود في الدنيا والدين، بل ينتفع به فيهما، ومهما عرفت هذا عن بصيرة ولم تكن عدو نفسك وصديق عدوك فارقت الحسد لا محالة.

أمّا كونه ضرراً عليك في الدين، فهو أنّك بالحسد أسخّطت قضاء الله تعالى، وكرهت نعمته التي قسمها بين عباده، وعدله الذي أقامه في ملكه وقد انضاف إلى ذلك أنّك غششت رجلاً من المؤمنين وتركت نصيحته، وفارقت أولياء الله وأنبياءه في حبهم الخير لعباده تعالى، وشاركت إبليس وسائر الكفار في محبتهم للمؤمنين البلياء وزوال النعم، وهذه خبائث القلب تاكل حسنات القلب كما تاكل النار الحطب.

وأما كونه ضرراً عليك في الدنيا، فهو أنّك تتألم بحسدك في الدنيا، أو تتعذب به ولا تزال في كمد وغم، إذ أعداؤك لا يخليهم الله تعالى عن نعم يفيضها عليهم، فلا تزال تتعذب بكل نعمة تراها، وتتألم بكل بلية تنصرف عنهم، فتبقى مغموماً محروماً متشعب القلب ضيق الصدر..» (135).

### مراتب الحسد:

ذكر علماء الأخلاق للحسد مراتب أربع:  
الأولى: أن يحبّ مجرد زوال النعمة عن الشخص الآخر.

الثانية: أن يحبّ زوال النعمة منه وانتقالها إليه، كالبيت الجميل والزوجة الحسنة والسيارة الفارهة إذا كان يحبها لنفسه.

الثالثة: أن يحبّ مثلها لنفسه أيضاً، فإذا عجز عن اقتنائها رغب في زوالها عن الطرف المقابل، وهذا ما يحصل غالباً في حالة التنافس.

الرابعة: أن يحبّ لنفسه مثلها، فإذا لم يوفق إلى ذلك، لا يتمنى زوالها عن رقيبها، إلا أنّها إذا زالت فرح لذلك وأحسّ بنشوة خفية تدغدغ عواطفه، من غير كراهة من نفسه لهذا الفرح الخفي، وهذه أضعف مراتب الحسد.

والغبطة تشترك مع المرتبة الرابعة من الحسد، إلا أنه إذا أحس بالفرح من زوالها عن الطرف المقابل نهر نفسه ومقتها وكره ذلك منها، وهذا المقدار هو الحسد المعفو عنه في الروايات الشريفة في قوله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«ثلاث لا ينفك المؤمن عنهنّ: الحسد، والظن، والغيرة... ثم قال (صلى الله عليه وآله وسلم): وله منهن المخرج، إذا حسدت فلا تبغ وكن كارهاً له، وإذا ظننت فلا تتحقق، وإذا تطيرت فامض».

وهناك الغبطة المحمودة، وهي أن يتمنى لنفسه مثلما لدى الآخرين من دون أن يتمنى زوالها، بل يدعو الله تعالى في دوامها لهم وزيادتها.

**والتحقيق:** إن ما ذكر من المراتب الأربع للحسد لا يخلو من مناقشة، فالأولى من هذه المراتب هي الحسد بعينه، ولكنه يختلف في الشدة والضعف،

أما الثانية: فهي صفة «الطمع» وأن الدافع النفسي هو الذي يحدد ماهية الحالات والصفات النفسانية، والحسد كما يقول الحكماء يكون بدافع القوة الغضبية أي بدافع عدواني، والطمع بدافع القوة الشهوية ولا

علاقة بين الإثنين، نعم قد يكون الدافع العدواني أو الحسد ملازماً للطمع ومتفرعاً عنه، وهذه الملازمة موجودة في جميع الصفات الشريفة، كما هو الحال في تلازم الصفات الإيجابية والخلال الحميدة.

أما الثالثة: فأن يحبّ لنفسه مثلها لا ربط له بالحسد من قريب أو بعيد، فكل إنسان يحب الخير لنفسه، وأما إذا عجز عن اقتناء مثلها، فحينئذ يحب زوالها، فهو الحسد المذكور في المرتبة الأولى دون فرق، فهذا القسم نصفه الأوّل طبيعي ولا يرتبط بالحسد والنصف الآخر مذكور سابقاً.

أما المرتبة الرابعة، فهو المرتبة الضعيفة من الحسد، وفرع للمرتبة الأولى كما ذكرنا. والصحيح أن مراتب الحسد تنقسم على أساس الشدة والضعف تارة، وكذلك على أساس الحكم الشرعي تارة أخرى...

فعلى الأساس الأوّل ينقسم الحسد إلى:

1 - الحسد الشديد: وهو الحالة المؤلمة والإنفعال السلبي الشديد تجاه خيرات الآخرين حيث يشعر الفرد في نفسه بالتحرق من رؤية الطرف الآخر في نعيم ويتمنى بشدة زوالها، وقد يسعى عملاً لازالتها مهما كلف الثمن، وإلا ارتدّ عليه هذا الدافع العدواني فلا يجعله يهنأ في معيشة ولا يدعه ينام في راحة.

2 - الحسد الضعيف: وهو مجرد تمنى زوال النعمة من دون أن يصحبه انفعال نفساني. وهذا بدوره ينقسم إلى قسمين من حيث الحلية والحرمة:

1 - الحسد المباح: وهو ما ذكر في الرواية آنفاً، وبعبارة أخرى: إن النفس الامارة لا تنفك عن الحسد، وهذا أمر غير اختياري، فإذا أحس به الإنسان و رأى في وجدانه وقلبه وعقله مقتاً ورفضاً لهذه الحالة في النفس فهو من الحسد المباح.

2 - الحسد الممنوع أو الحرام: وهو أن يشعر في نفسه بهذا الإنفعال السلبي والعدواني ولكنه لا يرفضه بقلبه، بل يجد في نفسه تأييداً له، فإذا تحقق مراده وزالت النعمة عن الطرف الآخر فإنه يسر لذلك ويشعر بنشوة النصر. وهذا بدوره على قسمين أيضاً، منه ما هو ممنوع ومحرم أخلاقياً، أي أنه يشكل نقصاً أخلاقياً في الفرد فحسب، دون أن تكون له حرمة تكليفية وهو ما إذا اقتصر على السرور والرضا القلبي ولم يظهر ذلك على جوارحه، ومنه ما هو محرم شرعاً، وهذا في صورة ما إذا أظهر الحسد على شكل عدوان وغيبة وتنقيص أو سرور في حالة زوال النعمة عن رقيبته، وهكذا الحال في المرتبة الشديدة منه، فهو حرام قطعاً.

### أسباب الحسد:

ذكر أبو حامد الغزالي - وتبعه في ذلك المجلسي في البحار والنراقي في جامع السعادات - للحسد أسباباً ودوافع سبعة:

1 - العداوة والبغضاء للمحسود، كأن يكون قد آذاه لسبب من الأسباب، فهو يبغضه، ويحب زوال النعمة عنه.

2 - التعرّز، وهو كراهية أن يترفع عليه بعض أقرانه بسبب النعمة.

3 - الكبر، فمن كان في طبعه التكبر والترفع على الآخرين، واستصغارهم، خاف من أن تكون لهم نعم وخيرات لا يستطيع معها استصغارهم، ويفوته أن يتكبر عليهم.

4 - التعجب: كما في تعجب الأمم السالفة من نيل أحدهم فضيلة النبوة وقولهم: (أبعث الله بشراً رسولاً) (136) (وما أنتم إلا بشر مثلنا) (137) فيعجبون من فوز أحدهم بمثل هذه الكرامة، ويتمنون زوالها.

136 - سورة الاسراء: الآية 94.

137 - سورة يس: الآية 15.

5 - الخوف من فوت المقاصد، ويكون هذا في المتزاحمين والمتنافسين، كالضرتين تحسد أحدهما الأخرى في فوزها حال بقلب الزوج، كما يكون بين المخترعين والمكتشفين أيضاً.

6 - حبّ الرياسة والجاه والتفرد بالعنوان، كما يكون ذلك بين آحاد العلماء أو الفنانين أو الكرماء إذا كانت غايتهم ثناء الناس والمنزلة والمكانة في قلوبهم، من دون أن يكون هناك عداًء، أو تعزز، أو تكبر، أو خوف من فوت مقصود.

7 - حبّ النفس وسوء سريرتها وشحّها بالخير على الآخرين.

وقد تجتمع هذه الأسباب كلّها، أو بعضها في الحاسد فيتراكم على قلبه الحسد ويتضاعف، فيظهر على شكل عداوة وصراع مرير وبغضاء منتنة.

ثم إنّ أبا حامد جمعها كلّها في العداوة وحبّ الدنيا، فقال:

«فأصل هذه المحاسدات العداوة، وأصل العداوة التزاحم بينها على غرض واحد.. ومنشأ جميع ذلك حبّ الدنيا، فإنّ الدنيا هي التي تضيق على المتزاحمين، أمّا الآخرة - أي حبّ الآخرة - فلا ضيق فيها، فلا جرم من يحبّ معرفة الله تعالى ومعرفة صفاته وملائكته وأنبيائه وملكوته سماواته وأرضه، لم يحسد غيره، إذا عرف ذلك..» (138).

وذكر الامام الخميني (رحمه الله) أنّ سبب الحسد يعود إلى عدم تطابق ما علمه الفرد بفكره مع ما اعتقده بقلبه، فقال:

«إنّ جميع المفاسد الأخلاقية يعود إلى أنّ القلب فارغ من الإيمان، ولم يصله ما أدركه الفرد بعقله بالبراهين العقلية أو أخبار الأنبياء (عليهم السلام)،

فكل من الفيلسوف والمتكلم وسائر الناس آمنوا بما جاءت به الشرايع الحقّة، وأنّ العالم خير محض وجميل على الإطلاق، وأنه قائم على العدل الإلهي، ولكن بما أنها لم تتجاوز حدّ القيل والقال، ولم تنفذ إلى القلب، فلذا نجد لسان الاعتراض مبسوطاً، فمن يحسد الآخرين على نعمتهم فقلبه لا يؤمن بأن الله تعالى عادل في حكمه وقسمته بخلاف ما يقرّه عقله، فالإيمان بالعدل ينافي الحسد..» (139).

إذن، فالجهل القلبي بالأمر هو السبب الباعث على الحسد في رأي الامام (رحمه الله)، كما أنّ العداوة في تحليل الغزالي هي الباعثة على الحسد، ولا تنافي بينهما، بل قد يجتمعان في بعض الأشخاص لتوليد الحسد المضاعف، وذلك قوله تعالى في أنّ الجهل والظلم أساس جميع الرذائل في الإنسان:

**(وحملها الإنسان انه كان ظلوماً جهولاً) (140).**

ومن تحليل ماهية النفس الأمارّة، يتضح لنا سبب الحسد بشكل واضح ومباشر، والنفس الإمارة هي الأنا في كل فرد، وتتكون من مجموع عناوين وصفات وهمية في نظر الآخرين، وهي: أنا العالم، أنا القوي، أنا الثري، أنا الجميل .. الخ، ولولا وجود هذه العناوين لما وجدت الأنا على الإطلاق، بل تبقى النفس الإنسانية وما يشعر به الإنسان من رغباتها ودوافعها الجسدية والروحية بدون نسبة بينه وبين الآخرين، ولمّا كانت الأنا تمثل مجموعة العناوين والصفات النسبية، فلا ريب أنها تريد التفاضل مع الأنت، أي مع الأنا في الآخرين، لأنّ بروز عنوان أقوى وأكمل مما لديّ في الآخرين، كأن يكون الشخص الآخر أعلم، أو أجمل، أو أقوى، فإنّ ذلك يسلبني عنواني، وهو أنا العالم، والجميل، والقوي،

---

139 – الأربعين حديثاً، الحديث الخامس، ص 112 باختصار.

140 – سورة الاحزاب: الآية 72.

لأنّ هذه العناوين نسبية كما نعلم، فإذا برز شخص أعلم مني فاني أكون جاهلاً حينئذ بالنسبة إليه، وهذا يعني أنه قد قتل في وجودي أحد مفردات الأنا ومصاديقها العنوانية، ولذلك أشعر بالألم، لأنه جردني من عنوان طالما سعيت إلى نيّله واكتسابه والتفاخر به أمام الناس، وهذا هو سبب الحسد في التحليل النفسي، وإليه أشار أبو حامد بقوله:

«وهنا دقيقة غامضة، وهو أنه إذا أيس من أن ينال مثل تلك النعمة، وهو يكره تخلفه ونقصانه، فلا محالة يحبّ زوال النقصان، وإنّما يزول النقصان - أي نقصان نفسه - إما بأن ينال مثل ذلك، أو بأن تزول نعمة المحسود، فإذا انسد أحد الطريقتين، فيكاد القلب لا ينفك عن شهوة الطريق الآخر.. ومهما كان محرّكه خوف التفاوت وظهور نقصانه عن غيره جرّه ذلك إلى الحسد المذموم، وإلى ميل الطبع إلى زوال النعمة عن أخيه.. ولذلك ترى العالم يحسد العالم دون العابد، ويحسد الرجل أخاه وابن عمه أكثر مما يحسد الأجانب، والمرأة تحسد ضرّتها وسرية زوجها أكثر مما تحسد أم الزوج وابنته، وكذلك الشجاع يحسد الشجاع ولا يحسد العالم، لأنّ مقصده أن يذكر بالشجاعة ويشتهر بها، وينفرد بهذه الخصلة، ولا يزاحمه العالم لهذا الغرض..» (141).

\* \* \*

## علاج الحسد

يتلخص علاج الحسد في ثلاثة محاور: العلمي والعملية والنفسي.

أمّا العلاج العلمي فهو أن يتفكّر الإنسان فيما تقدم من مفسدات الحسد الدنيوية والأخروية وأنّه الخاسر الأول

والأخير على كل الأحوال، سواء زالت النعمة عن المحسود، أم لا، وذلك لما ثبت بالتحليل النفسي أنّ النفس الحقيقية في الإنسان تمثل كل أفراد المجتمع على السوية، وليس فيها أنا وأنت، فكل نعمة على أي فرد من أفراد المجتمع إنّما هي نعمة على الشخص بالذات، وهذا المعنى وإن كان عسير الفهم وصعب الإدراك، إلا أنه مما قامت عليه الأدلة العقلية والنقلية كقوله تعالى:

(مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا) (142) أو قوله تعالى:  
(إِنَّ إِبْرَاهِيمَ كَانَ أُمَّةً) (143).

فإذا تخلّص المرء من الأنا الفردية ونفسه الأمارة، أدرك هذا المعنى بوضوح، فحينئذ يشكر الله تعالى على كل نعمة أنعمها على أحد من خلقه وكأنها نعمة عليه، وإليه الإشارة في قوله تعالى حكاية عن يوسف (عليه السلام):

(مَا كَانَ لَنَا أَنْ نُشْرِكَ بِاللَّهِ مِنْ شَيْءٍ ذَلِكَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ عَلَيْنَا وَعَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ) (144).

فجعل النعمة عليه بنفسها نعمة على الناس كافة، فحسد أخوة يوسف له لم يكن في محله، لأنهم قد حسدوا نعمة أنعمها الله عليهم، ولكنهم لا يعلمون، فالحاسد إنما يحسد نفسه الحقيقية، ويتمنى زوال النعمة عنها، وإذا تمناها لنفسه تضاعفت جريمته، لأنه إنما يأخذ من نفسه الحقيقية ليضيفها إلى نفسه الفردية ويقويها، ويزيدها عنواناً من العناوين، ولدّة وهمية من اللذات، فيتضخم الحجاب على قلبه وتترسب الصفات الذميمة في نفسه، وفي الوقت نفسه تضعف نفسه الحقيقية.

---

142 – سورة المائدة: الآية 32.

143 – سورة النحل: الآية 120.

144 – سورة يوسف: الآية 38.

وبعد الإمعان في التفكير في مساوئ الحسد المذكورة، والتهيؤ النفسي إلى نبذ هذه الخصلة الذميمة ينتقل إلى المحور الثاني في العلاج، وهو «العلاج العملي» للحسد، وذلك بأن يداوي هذه الرغبات المنحرفة بضدّها، فإذا كان يتمنى زوال ثروته بادر إلى الدعاء له بزيادتها ووفور البركة فيها ولو كان على رغم أنفه، وإذا دعت نفسه للكيد بالمحسود والتشهير به وإتهامه وتسقيطه، بادر إلى مخالفة نفسه وذلك بمدحه والثناء عليه أمام الآخرين وإجلاله واحترامه عند حضوره في المجالس، وإذا كان من التجار والكسبة بادر إلى تقديم النصح والدعاية له وتعريف الناس به، ويستمر على هذا الحال ويكرّر هذا العمل عدّة مرّات حتى تخف في قلبه حدة الحسد، وتحلّ محلّها المودّة والألفة والمحبة.

ومن العلاج العملي الدعاء والتوسل إلى الله تعالى بانقاذه من هذه الصفة المشؤومة، والنذر إلى أولياء الله، وقراءة القرآن الذي فيه شفاء لما في الصدور من حبّ الدنيا والعداوة والحسد وغيرها من الرذائل الأخلاقية.

والحقيقة أنّ كل هذه الأشكال من العلاج العملي تهدف إلى تقوية النفس الحقيقية والروح الإلهية في الإنسان، فإذا قويت ونشطت فسوف تتكفل هي إزالة الأوساخ والأدران المعنوية من بيتها وهو قلب الإنسان.

والمحور الثالث من العلاج هو «العلاج النفسي»، ويتركز في اكتشاف ومعرفة الباعث على الحسد وأسبابه، وقلعه من الجذور، فما دام سبب الحسد موجوداً من حبّ الدنيا والجاه والعداوة، فلا أمل في رفع الحسد، وفي ذلك يقول أبو حامد:

«فأما الدواء المفصل، فهو تتبع أسباب الحسد، من الكبر وغيره، وعزّة النفس وشدة الحرص على ما لا يعني،

فانها مواد هذا المرض، ولا ينقمع المرض إلا بقمع المادة، فان لم تقمع المادة لم يحصل بما ذكرناه إلا تسكين وتطفئة، فانه ما دام محباً للجاه، فلا بد وأن يحسد من استأثر بالجاه والمنزلة في قلوب الناس دونه...» (145).

الملاحظة المهمة في دائرة علاج الحسد والتخفيف من آثاره السلبية هي أن يتحرك الوالدان على مستوى تربية الاطفال من موقع النظر إلى الكمال الواقعي لا النسبي، فلا ينبغي تشويق الطفل على الاخلاق الحسنة وآثاره مشاعر الخير في نفسه من خلال الضرب على وتر المنافسة والمقارنة مع اطفال الجيران أو الاقرباء بأن يقول الاب أو الام للطفل: إن فلان أحسن منك أو أشجع أو أذكى، فان ذلك من شأنه أن يثير دوافع الحسد ومكامن الحقد على الطرف الآخر، في حين أن الوالدين يقصدان من ذلك تحريك القوى الايجابية في الطفل وتنشيط نقاط القوة فيه، ولا أقل من شعور الطفل بالحزن والكآبة والدونية من جراء هذا التقرير المبطن، فلكل طفل ظروفه الخاصة به من تدخل عوامل الوراثة والتربية والمحيط الاجتماعي في صياغة شخصيته وتوجيه سلوكه. والمفروض أن نأخذ كل هذه الظروف والعوامل التي لا يشاركه فيها غيره من الاطفال بنظر الاعتبار، ونسعى في افهامه بضرورة التحلي بالاخلاق والآداب والقيم الاجتماعية من دون مقايسته مع الاطفال الآخرين، وبالتالي نأمن من إثارة عنصر الحسد في نفسه، وأساساً فان الطفل في حالة المقارنة بينه وبين الاطفال الآخرين يمكنه أن يختار من هو أدنى منه في الفضل والصفات الايجابية، وبذلك يفقد هذا الاسلوب التربوي قوة التحريك للطفل، أي بإمكان الطفل أن يقول لامه: صحيح أن ابن خالتي أفضل مني في نظافته

ودروسه ، ولكن انظري لفلان وفلان من ابناء الأقارب  
والجيران أو من زملائي في المدرسة ، فإنّي أفضل منهم  
بكثير، فلماذا يتم القياس مع من هو أفضل مني دون  
العكس؟ ومن الطبيعي أن يسلك الطفل مثل هذا السلوك  
الملائم لرغباته وميوله، فينطلق في قضية المقارنة من  
موقع تحقير كمالات الطرف الآخر واستصغارها وتعظيم  
المعايب ونقاط الضعف فيهم ليشعر بالراحة من ألم  
التوتر الذي يفرضه الصراع النفسي بين الأنا الفعلية  
والأنا المثالية الموجودة لدى الآخرين.

\* \* \*

### الثالث: حبّ الدنيا

وهو الداء القاتل، وأصل كل شرّ وخطيئة، وأساس كل مرض نفسي وقلبي، وقد تواترت الآيات والروايات الشريفة في ذمّه والتحذير منه، وتضافرت كلمات الحكماء وعلماء الأخلاق على بيان مخاطره وأضراره، بل إنّ أهم أهداف الأنبياء (عليهم السلام) هو إرشاد الناس إلى الإقلاع عن حبّ الدنيا وتوجيههم لآخرة، لأنّ الناس بصورة عامة مؤمنون بالله تعالى، إلا أنّ حبّ الدنيا أعماهم وأصمّهم عن اتباع الحق، والكلام في ذلك كثير، ولكن نكتفي بذكر بعض الآيات والروايات الدالة على هذا المعنى، أمّا القرآن الكريم فمشحون بالتعريض بالحياة الدنيا والتعلّق بها:

(إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ) (146).

(فَاعْرِضْ عَمَّن تَوَلَّىٰ عَن ذِكْرِنَا وَلَمْ يَرِدْ إِلَّا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ذَلِكَ مَبْلَغُهُم مِّنَ الْعِلْمِ) (147).

(فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغُرُورُ) (148).

(زَيِّنْ لِلَّذِينَ كَفَرُوا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا) (149).

(إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأَنَّنُوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ، أُولَٰئِكَ مَاوَاهُم النَّارُ ..) (150).

146 – سورة الحديد: الآية 20.

147 – سورة النجم: الآية 29.

148 – سورة لقمان: الآية 33.

149 – البقرة: 212.

150 – سورة يونس: الآية 7.

(فَأَمَّا مَنْ طَغَى وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا، فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ  
الْمَأْوَى) (151).

إلى غير ذلك من الآيات الكريمة، أمّا الأحاديث  
الشريفة فنكتفي بواحد منها في هذا الخصوص، فعن  
الإمام الصادق (عليه السلام) انه قال:  
«ما من عمل بعد معرفة الله جلّ وعزّ ومعرفة رسوله  
أفضل من بغض الدنيا .. فتشعب من ذلك حبّ النساء، وحبّ  
الرئاسة، وحبّ الراحة، وحبّ الكلام، وحبّ العلو  
والثروة، فصرن سبعة خصال، فاجتمعن كلّهم في حبّ  
الدنيا، فقال الأنبياء والعلماء بعد معرفة ذلك: حبّ  
الدنيا رأس كل خطيئة» (152).

وفي ما نحن فيه من الأمراض النفسية والقلبية نجد  
أنّ محور هذه الأمراض يدور حول حبّ الدنيا، ولولا حبّ  
الدنيا لم يكن داع للنفاق ولا للتحاسد ولا للتكبر على  
الآخرين، وإذا سلم الإنسان من أمراض القلب، فبطريق  
أولى يسلم من أمراض النفس لأنّ مرض القلب هو الأصل  
فيها والباعث على زيادتها، فلولا حبّ الدنيا لما كان  
هناك مبرر للقلق والكآبة المزمنة والهستيريا وغير  
ذلك، بل قد يؤدي حب الدنيا إلى الانتحار بعد اليأس  
من الحصول على مراده منها من ثروة ينالها، أو امرأة  
يصيبها، أو مقام يحرزه، أو يكون الانتحار بعد فقد  
هذه الأمور واليأس من عودها.

وبالرغم من أنّ هذا الداء الوبيل أصل الأمراض وأس  
الرزائل والانحرافات، إلّا أنّه غامض لدى الأذهان، دقيق  
في المسار، مشتبه في السلوك بين السلبي منه  
والإيجابي، وأبحاث حكماء الإسلام قاصرة في دراسته  
والكشف عن آثاره وعوراته، ذلك لأنّه لا يدخل في سلك

151 – سورة النازعات: الآية 38.

152 – الكافي، ج 2، ص 130.

الردائل الثماني المعروفة في الأخلاق الأرسطية، ولذا لم يذكره على الإطلاق في كتبهم الفلسفية والأخلاقية. أمّا علماء الأخلاق، فقد ذكره الغزالي بتفصيل جيّد، وتبعه على ذلك سائر من جاء بعده في كتبهم ولم يزيّدوا عليه شيئاً ذا بال، مع تقادم القرون والأعوام، أي ما يقرب من ثمانية قرون، واكتفوا بالتأكيد على ذمّ حبّ الدنيا بما جاء في الآيات والروايات الشريفة، ولعلّ ذلك بسبب غموض المطلب ووضوحه في آن واحد، واهتمام علماء الأخلاق بتوجيه النصح إلى الناس أكثر من اهتمامهم بالتحليل النفسي والفلسفي للمفاهيم المطروحة في مؤامدهم المعنوية، وعنايتهم بالسلوك العملي أكد من عنايتهم بالجانب النظري. ولا نجد في دراسات علماء النفس الأرضيين محلاً من الإعراب في مسألة حبّ الدنيا، لأنّ هذا الميل أساساً من أصول الصحة النفسية بعد إنكار الآخرة وكل ما يرتبط بالغيب وما وراء الطبيعة.

\* \* \*

## المراد من حبّ الدنيا

في البداية لابدّ من معرفة المراد من حبّ الدنيا، وهل أنه أمر ذاتي للنفس، أو عرضي وزائد على الدوافع الأصلية في الإنسان؟ وكذلك الفرق بين المذموم منه والمباح، والتميز بين حبّ الحياة في الدنيا وحبّ الدنيا.

يذكر علماء الأخلاق في هذا المجال بأنّ للدنيا ماهية في نفسها، وماهية في حق الشخص، أمّا ما كان من حقيقتها بذاتها، فهي الأعيان والموضوعات التي تشبع في الفرد حاجاته الدنيوية من قبيل المطعومات والمشروبات والمنكوحات والبيوت والأموال والسيارات

والمناصب والرئاسات وسائر التمتعَات والملاذات  
المادية، وقد جمعت في قوله تعالى:

(زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ  
وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ  
وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا) (153).

فبعض هذه التمتعَات تكون بدوافع قوة الشهوة كالأكل  
والشرب والجنس، وبعضها الآخر من نتائج قوة الغضب  
كالرئاسة وحبّ الجاه.

أمّا الدنيا التي في حقّ الشخص فعبارة عن جميع  
ماله قبل الموت، وأمّا بعد الموت فهو الآخرة، فالدنيا  
هي اللذائذ العاجلة قبل الموت.

العرفاء يذهبون إلى أن الدنيا عبارة عن حقيقة  
واحدة، وهي تعلّق الإنسان بالمتع المادية الزائلة  
وتكالبه على الملاذات، فالأعيان الخارجية الدنيوية  
بحدّ ذاتها ليست من الدنيا المذمومة، بل هي زينة لها  
كما قال تعالى:

(إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَهَا). (154)

وهذا يشمل كل ما على الأرض من قصور ومعادن ثمينة  
ونساء وأولاد وجمال الطبيعة وغير ذلك، فإذا أراد  
الإنسان أن يجعله زينة له وقع في شباك الدنيا  
المذمومة، أمّا زينة المرء الحقيقية هي الإيمان، كما  
قال تعالى:

(وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْإِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ). (155)

والقول بأنّ الدنيا بالنسبة إلى الإنسان هي كل ما  
له من متع وحظوظ قبل الموت، والآخرة تعني ما بعد  
الموت، فبحاجة إلى تأمل ودقة وتفصيل، فليس كل لذة  
قبل الموت هي لذة دنيوية، فالمؤمن كثيراً ما يلتذ

---

153 – سورة آل عمران: الآية 14.

154 – الكهف: 7.

155 – الحجرات: 7.

بالعبادة أو بخدمة الناس والإحسان إليهم مع أنها من أعمال الآخرة، كما ورد هذا المعنى في الحديث الشريف عن ابن أبي يعفور أنه قال: قلت لأبي عبدالله (عليه السلام): **«إِنَّا لَنَحِبُّ الدُّنْيَا، فَقَالَ لِي:**

**«تَصْنَعُ بِهَا مَاذَا»؟**

قلت: أتزوج منها وأحجّ وأنفق على عيالي وأنيل اخواني وأتصدق.

قال لي: **«ليس هذا من الدنيا، هذا من الآخرة»** (156).

أمّا تعلق الإنسان بالموضوعات الدنيوية، فهو أيضاً لا يخلو من تأمل، فهل أن تعلق الإنسان بأمه وأرحامه وأصدقائه المؤمنين والدولة الإسلامية يعتبر من التعلق بالدنيا؟ لا أظن أن أحداً يقول بذلك، إذاً فلا بدّ من تحديد الموضوع للدنيا المذمومة بدقة، وتمييزه عن المشروع منها.

### معيّار الغزالي لحب الدنيا:

يقول الامام الغزالي في بيان حقيقة الدنيا المذمومة:

**«اعلم أن معرفة الدنيا لا تكفيك ما لم تعرف الدنيا المذمومة ما هي. وما الذي ينبغي أن يجتنب منها وما الذي لا يجتنب، فلا بد وأن نبيّن الدنيا المذمومة الأمور باجتناّبها لكونها عدوة قاطعة لطريق الله ما هي فنقول: دنياك وآخرتك عبارة عن حالتين من أحوال قلبك، فالقريب الداني منها يسمى دنيا، وهو كل ما قبل الموت. والمتراخي المتأخر يسمى آخرة، وهو ما بعد الموت، فكل مالك فيه حظ ونصيب وحرص وشهوة ولذة عاجل الحياة قبل الوفاة فهي الدنيا في حقك، إلا أن جميع مالك اليه ميل وفيه نصيب وحظ فليس بمذموم، بل هو ثلاثة أقسام:**

القسم الاول: ما يصحبك في الآخرة وتبقى معك ثمرته بعد الموت، وهو شيئان: العلم والعمل فقط، واعنى بالعلم العلم بالله وصفاته وأفعاله وملائكته وكتبه ورسله وملكوت أرضه وسمائه والعلم بشريعة نبيه، وأعني بالعمل العبادة الخالصة لوجه الله تعالى..

القسم الثاني: وهو المقابل له على الطرف الاقصى، كل ما فيه حظ عاجل ولا ثمرة له في الآخرة أصلاً، كالتلذذ بالمعاصي كلها، والتنعم بالمباحات الزائدة على قدر الحاجات والضرورات الداخلة في جملة الرفاهية والرعونات، كالتنعم بالقناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسومة والانعام والحرث والغلمان والجواري... .

القسم الثالث: وهو متوسط بين الطرفين، كل حظ في العاجل معين على أعمال الآخرة كقدر القوت من الطعام، والصميم الواحد الخشن، وكل ما لا بد منه ليتأتى للإنسان لبقاء والصحة، التي بها يتوصل إلى العلم والعمل، وهذا ليس من الدنيا كالقسم الاول، لأنه معين على القسم الاول ووسيلة اليه، فمهما تناوله العبد عن قصد الاستعانة به على العلم والعمل لم يكن متناولاً للدنيا، ولم يصير به من أبناء الدنيا. وان كان باعته الحظ العاجل دون الاستعانة على التقوى، التحق بالقسم الثاني وصار من جملة الدنيا» (157).

### معيار العلامة المجلسي:

يقوم العلامة المجلسي في بيان حبّ الدنيا: «اعلم أن الدنيا تطلق على معان: الاول حياة الدنيا، وهي ليست بمذمومة على الاصلاق، وليست مما يجب بغضه وتركه، بل المذموم منها أن يحبّ البقاء في الدنيا للمعاصي والامور الباطلة، أو يطوّل الامل فيها

ويعتمد عليها، فبذلك يسوّف التوبة والطاعات وينسى الموت، ويبادر بالمعاصي والملاهي اعتماداً على أنه يتوب في آخر عمره عند مشيبه، ولذلك يجمع الاموال الكثيرة. ويبني الابنية الرفيعة، ويكره الموت لتعلّقه بالأموال وحبّه للازواج والاولاد، ويكره الجهاد والقتل في سبيل الله لحبّه البقاء.

أو يترك الصوم وقيام الليل وأمثال ذلك لئلا يصير سبباً لنقص عمره.

والحاصل أن من يحب العيش والبقاء والعمر للأغراض الباطلة فهو مذموم. ومن يحبه للطاعات وكسب الكمالات وتحصيل السعادات فهو ممدوح وهو عين الآخرة. «(158) وهذه النظريات على اختلافها، إلا أنها متقاربة من بعض الجهات، وكلّها تجمع على أنّ نفس حبّ الحياة في الدنيا غير مذموم، بل هو أمر غريزي وممدوح إذا توصل به الإنسان إلى الغرض المراد منه، وسعى في إعداد نفسه وتهذيبها للنشئة الثانية.

### تحقيق المطلب:

ومن خلال ما استعرضناه من الآيات الكريمة في حبّ الدنيا، وكذلك ما ورد في الروايات الشريفة في هذا الباب يمكن تسجيل عدّة نقاط لتنقيح الموضوع:

1 - يراد من حبّ الدنيا المذموم هو اتباع الشهوات، ونيل الملذات البدنية والنفسية، بأن يكون الهدف في الحياة هو التلذذ المشروع وغير المشروع، كما في قوله تعالى:

(واتبعوا الشهوات فسوف يلقوه غيًّا) (159).

(أذهبتم طيباتكم في الحياة الدنيا واستمتعتم

بها) (160).

2 - المورد الثاني من حب الدنيا المذموم هو الركون إلى هذه الحياة والاطمئنان بها والغفلة عن وجود حياة أخرى، وهو المستفاد من قوله تعالى:  
(إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا  
وَاطْمَأَنُّوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ) (161).

فمجرد الغفلة عن الآخرة ولقاء الله تعالى والاطمئنان بالدنيا هو المذموم، سواء سعى إلى الشهوات، أم لا.  
3 - والمصداق الثالث للحياة الدنيا المذموم هو تعلق الإنسان بالموضوعات المادية، ووجود العلاقة العاطفية بين الإنسان وسائر الموضوعات الخارجية، كالبيت، والثروة، واللباس والمقام .. فكلّ تعلق بالأمور الدنيوية الزائلة مهما كان يسيراً ينافي محبة الله تعالى ورسله وأوليائه، فلو أحبّ عصفوراً أو مسبحة أو خاتماً كان ذلك نقصاً في إيمانه، كما ورد أنّ رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«يكون الستر على باب بيته فتكون فيه التصاوير، فيقول: يافلانة - لإحدى أزواجه - غيبه عني، فاني إذا نظرت إليه ذكرت الدنيا وزخارفها» (162).

وهذه هي الدرجة الدانية من حبّ الدنيا حيث تجتمع مع الإيمان بالآخرة، أي أنها تكون في المؤمن أيضاً، إلاّ أنّها تعتبر نقصاً في إيمانه بالنسبة إلى العارفين، فقد ذكر عن أحد العرفاء أنه كان قلقاً في أواخر عمره لأنّه كان يحبّ أحد أولاده كثيراً، وبعد ما أتعب نفسه بالرياضات النفسية والبدنية استطاع التخلص من هذا الحبّ والعلاقة الشديدة، فكان عند وفاته مسروراً ومطمئناً، وبهذا يتبين أنّ كلّ علاقة عاطفية وحبّ لأحد

---

160 - سورة الاحقاف: الآية 20.

161 - سورة يونس: الآية 7.

162 - شرح نهج البلاغة، ج 9، ص 229.

الأُمور الدنيوية يعني نقصاً في حبّ الآخرة والأُمور المعنوية.

وبهذا التصنيف لموارد حبّ الدنيا يظهر أنّ الأول والثاني يختصان بغير المؤمنين ويعتبران من سماتهم، وهما اتباع الشهوات، والركون إلى الحياة الدنيا والاطمئنان إليها، فهاتان ليستا من صفات المؤمن، ولذا شدّد القرآن الكريم عليهما وعلى المتصفين بهما وأوعد عليهما النار، أمّا المرتبة الثالثة فلا نجد ذلك التهديد الشديد لمن تعلّق قلبه بشيء من حطام الدنيا، لأنّه أمر طبيعي ما دام في حدود المتعارف ولا يتجاوز هذا الحد، والحدّ المتعارف له أن لا يزيد على حبّ الله ولقائه وحبّ العقيدة والدين، وإلاّ فيدخل في الموردين السابقين ويتسلّل المرض إلى قلبه، وفي ذلك يقول تعالى:

( قُلْ إِنْ كَانَ ءَابَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِينٌ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ، فَتَرْبِصُوا ) (163).

فهذه موافقة ضمنية على جواز محبة غير الله وما يتعلق به من الأُمور المقدسة بشرط أن لا تغلب على ذلك الأصل المقدس، ولا يعني هذا أنه ليس من حبّ الدنيا، بل هو من موارد التي يتسامح الشارع فيها طمعاً في تهذيب الإنسان نفسه بصورة تدريجية، والتخلص منه نهائياً في المراحل البعيدة.

أمّا الدنيا الممدوحة، فلا تعتبر من موارد حبّ الدنيا أساساً إلاّ على سبيل التجوز، فلذا لا يخلو تقسيم حب الدنيا إلى مذموم وممدوح من مسامحة، فإنّ الدنيا الممدوحة في الروايات ليست من حب الدنيا بالمرّة، ويذكر من مواردها التكبّب وطلب المال الحلال

والزوجة المؤمنة وحبّ الأموال للتصدق بها وصرّفها في سبيل الله والأخلاء المؤمنين وأمثال ذلك، وعلى الإجمال أن يحبّ الحياة في الدنيا ليستزيد منها لآخرته وتهذيب نفسه والترقي بها في معارج الكمال، ولا ريب في سلامة هذا الميل وصحّة هذا الوازع، وقد ورد في الروايات الشريفة ما يؤكد ذلك كثيراً كقول رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«لا تسبوا الدّنيا، فنعمت مطية المؤمن، فعليها يبلغ الخير، وبها ينجو من الشرّ، انه إذا قال العبد: لعن الله الدنيا، قالت الدنيا: لعن الله أعصانا لربّه»<sup>(164)</sup>.  
وقول أمير المؤمنين (عليه السلام):

«إنّ الدّنيا دار صدق لمن صدّقها، ودار عافية لمن فهم عنها، ودار غنى لمن تزوّد منها ..»<sup>(165)</sup>.

أمّا مع وجود هذه الموارد الثلاثة لحبّ الدنيا، فما الوجه في سلبيتها وانحرافها عن الفطرة البشرية، ولماذا تعتبر هذه الموارد مرضاً خطيراً يهدّد حياة الإنسان بالضياع والتسافل؟ وهذا ما نريد معرفته باستعراض هذه الموارد بالترتيب:

## 1. اتباع الشهوات

وهو المظهر الجلي لحبّ الدنيا، أمّا ما المقصود من الشهوات؟ وما المراد من اتباعها المذموم؟ وأخيراً لماذا صار اتباع الشهوات مرضاً قلبياً أو مؤدياً إلى المرض القلبي، وهو حبّ الدنيا؟

الشهوات كما هو ظاهر الكلمة عبارة عن اللذات، أي تلك الأمور التي تصاحبها لذة جسدية مثل الأكل والراحة والجنس، أو نفسية مثل المنصب والمنزلة الاجتماعية والاحترام والتقدير، وإن كانت الشهوات في اللذات

164 – بحار الأنوار، ج 77، ص 178.

165 – بحار الأنوار، ج 77، ص 418.

الجسدية أظهر وأقوى، ولعلها هي المرادة من الآيات الكريمة بما أنّها المصداق البارز للشهوات بقول مطلق ولكن ورد ما يدل على شمولها للملذات النفسية، كما في قوله تعالى في بيان مصاديق الشهوات:

(زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا) (166).

والتملك وحبّ الثروة من الملذات النفسية كما هو واضح والتي يتوصل بها الإنسان إلى سائر التمتعَات الجسدية والنفسية.

أمّا حبّ الشهوات أو اتباع الشهوات الواردة في الآيات الكريمة فهو المذموم، ويعني أنّ الإنسان يحبّ اللذة لذاتها ويتبعها، أي يتبع مواردها، من دون الأخذ بنظر الاعتبار أنّها مشروعة أو غير مشروعة، ولعلّ غير المشروعة تستولي على قلبه أكثر، لأنّها ألدّ للنفس الأمانة من اللذات المشروعة، والمرء حريص على ما منع.

إذا اقتصر الفرد على اللذات المشروعة فلا يصدق عليه أنه يتبع الشهوات، بل يتبع العقل والقانون والشرع حتى وإن حصل على لذات جسدية أو نفسية من مواردها المباحة، لأنّ الهدف والغاية من اللذة هو ترغيب الإنسان ودفعه باتجاه استثمار طاقاته وقدراته في ما خلق من أجله، فلولا اللذة في الجنس لانعدم التناسل، ولما وجدت رجلاً يتحمل مسؤولية انشاء أسرة أو امرأة تتحمل آلام المخاض والرضاع والحضانة للأطفال، ولهذا كانت الحاجة إلى الجنس شديدة وملحة، واللذة الناشئة منها أكثر من غيرها، وهي في المرأة أشد من الرجل تعويضاً لآلامها وأتاعها.

فإذا نال المرء من اللذة وفقاً للهدف الطبيعي منها، أي جعلها وسيلة لتحقيق أهداف الخلقة منها، فلا يدخل في اتباع اللذة المذموم، أمّا إذا جعلها غاية وهدفاً ولم يبال من أين جاءت، أو لم يعتن بقانون العقل والشرع وسارع إلى اللذة كيفما اتفق، فقد انسلخ من طور الإنسانية باتفاق جميع المذاهب الأرضية والسماوية، لأنّ القوانين الأرضية بدورها تقنن اللذة وتحصرها في مواردها المشروعة، فمثلاً العدوان على ثروات الآخرين وأعراضهم وتشخصهم الاجتماعي ممنوع في جميع القوانين وإن حصل الفرد على لذته وشهوته من هذا الطريق.

وأساساً، فإنّ التنشئة الاجتماعية للطفل تعتمد على هذا المبدأ، وهو حصر اللذة في المشروع منها، فالطفل يريد ويشتهي كل ما يقع عليه بصره من المطعومات والمشروبات ووسائل اللعب وغير ذلك، إلا أنّ مهمة الوالدين هو تعليمه وتربيته على أنّ هناك حدود وأطر معينة لنيل ما تشتهي النفس، وهكذا تستمر عملية التطبيع الاجتماعي على هذا المنوال حتى تنمو في أعماقه قوة قانونية باسم الوجدان أو الضمير أو الأنا الأعلى كما يسميها فرويد، وهذه القوة تقوم بدورها في تنظيم شهوات الإنسان وكبت الممنوع منها والاقتصار على المشروع والمباح من اللذة.

وبمعونة هذه القوة تتولد الأنا الاجتماعية التي تعتبر تكاملاً ضرورياً للأنا الفردية، وإلا بقي الإنسان على حالته الحيوانية، وانعدم الأمل في تكوين مجتمع بشري وحضارة إنسانية، وأمسى المجتمع البشري يسوده قانون الغاب، وهذه هي النتيجة الحتمية المسلّمة لدى جميع عقلاء البشر وجميع المذاهب البشرية، هذا **أولاً**.

**وثانياً:** إنّ من خصائص الشهوات حالة الشره إلى المزيد، وأنها تدفع الإنسان باتجاه الإشباع اللامحدود لها،

فكلّما أرضى الفرد شهوة من الشهوات انبرت له أخرى تطالبه بالإشباع، أو عاودته الأولى بصورة أشدّ وأقوى إلحاحاً من السابق، فمن حاول إشباع نهمه من لذّات الأطعمة المتنوعة، لا يمضي عليه مدّة إلاّ ويعتاد على ما في يده من الأطعمة ويفقد رغبته فيها ويشتهي غيرها، فإذا سار وراء ما تملي عليه نفسه لوصول إلى طريق مسدود، ووقع في ألم الحرمان وذاق مرارة الإحباط، لأنّ الموارد الطبيعية محدودة بموارد معينة من الأطعمة والألبسة والجنس من اللذات البدنية، والرئاسة والثروة والاحترام من اللذات النفسية، وبما أنّ من خصوصية هذه اللذات هو طلب المزيد باستمرار، ونهمها اللامحدود من جهة، وفي المقابل محدودية موارد اللذة في الطبيعة، فسوف يقع في النهاية في المحذور الذي حذّر منه علماء النفس، وهو الكبت أو الإحباط أو الحرمان، وسوف يرجع هذا الكبت أو الحرمان إلى الذات، فيتعدّب الإنسان منه وينقلب عليه دافع الشهوة إذا لم يجد منفذاً خارجياً لتصريفه فيكون في معرض الأمراض النفسية حتماً.

الشخص الذي يشعر بالرغبة في الاستيلاء وتمتلكه شهوة الرئاسة والتسلط إذا أراد إشباع هذه الرغبة، وإطفاء نهم هذا الدافع من خلال موارده الطبيعية والاجتماعية، فيتدرّج في هذا السبيل من مدير مدرسة إلى مدير دائرة إلى محافظ بلدة أو رئيس بلدية ثم يكون وزيراً ثم رئيساً أو سلطاناً، ثم ماذا؟

مثل هذا الشخص لا يلتدّ من مقامه الجديد إلاّ أياماً معدودات كما ذكر مسكويه في بداية البحث، ثم يكون ذلك أمراً عادياً بالنسبة له، فما تلبث تلك الرغبة أن تطلب المزيد، ولذا كان أشدّ الناس تعباً وأكثرهم هموماً هم الملوك والسلاطين، وكما يقول أمير المؤمنين (عليه السلام):

«صاحب الملك كراكب الأسد، الناس يغبطونه على مكانته، وهو أعلم بما فيه»<sup>(167)</sup> أي بالخطر الكامن له من هذا الوحش المفترس، وعندها لابد من تجرّع مرارة الحرمان، إذ لا مزيد، أو تخلل وإضطرابات في القوى النفسية وانعدام التعادل النفسي الشديد، في حين أنّه كان بإمكانه من أوّل الأمر تحديد الإشباع وتقليم أظافر الشهوة بالاقْتصار على الموارد المباحة حتى لا ينتهي به الأمر إلى هذه النهاية السوداء.

**وثالثاً:** إنّ من ركب الشهوات قصّر في إشباع دوافعه الإنسانية الأخرى مثل التوجه إلى المعنويات وطلب العلوم الشريفة وإشباع حاجات الروح التي لا يشعر الإنسان معها بلذّة في بداية الأمر كالعبادات الشرعية والدعاء والمناجات ومكارم الأخلاق، وإذا كان كذلك ظلّت هذه الدوافع تلخّ عليه بإرضائها بالغذاء الذي يناسبها وهو الغذاء الروحي والمعنوي، فلو لم يلتفت الإنسان إليها وتغافل عن إرضائها لتوجهه التام إلى الشهوات المادية والنفسية، فحينئذ تميل كفة الميزان ويفقد الإنسان توازنه الداخلي وتعادل قواه النفسية والروحية، ويضطره إلى كبت الدوافع الخيرة فيه.

وكما أنّ الدوافع النفسية في حالة كبتها لا تزول من خارطة النفس، بل تختفي في مرحلة اللا شعور تتحين الفرصة من جديد للظهور بشكل سلبي ومقنع، فكذلك في كبت الدوافع الخيرة، فإنها تختفي فترة في الضمير لتأثر لنفسها من صاحبها على شكل قلق وأمراض نفسية حادة وهواجس وغير ذلك.

والنتيجة هي المرض النفسي بالتأكيد إذا بقيت الدوافع الخيرة تقاوم وتصارع الشهوات، أو ينتهي بها الأمر إلى الموت وإخلاء الساحة إلى الأهواء والشهوات تلعب بالفرد كيف تشاء وتجرّه إلى حيث تحب، فتكون

النتيجة هي الكفر وموت العقل عن إدراك ما وراء الطبيعة، وذوبان الإيمان بالغيب من القلب، كما قال تعالى في سبب العقابة السيئة لبعض الأفراد:

(ثم كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ أَسَاءُوا السَّوَأَى أَنْ كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ وَكَانُوا بِهَا يَسْتَهْزِئُونَ) (168).

وقوله تعالى:

(مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ، قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ، وَلَمْ نَكُ نُطْعِمُ الْمِسْكِينَ، وَكُنَّا نَخُوضُ مَعَ الْخَائِضِينَ) (169).

\* \* \*

## 2. الاطمئنان بالحياة الدنيا

ويقترن معه نسيان الآخرة، أو الاعتقاد بعدم وجود عالم ما بعد الموت، ويترتب على ذلك شدة الحرص على الاستفادة القصوى من هذه الحياة، والخوف من الموت، أو كبت الشعور به، إلا أنه حقيقة لا تقبل الإنكار، وتتأبى على الكبت، فتظهر للمرء بين حين وآخر مع موت زميله، وتشيع جنازة أبيه وجدّه، ومروره على مقبرة المدينة، وإصابته بمرض خطير ورؤيته حوادث السيارات وسماعه أخبار الصحف والمجلات بحوادث الموت لسائر الناس، فهذه المسألة ليست كغيرها من المسائل التي لا تخلف أثرها في التغافل عنها، بل يجد الإنسان نفسه مسوقاً من حيث لا يشعر إلى الحرص والتكالب على الماديات والثروات وهو يرى عمره يتصرم وينقضي بسرعة، وتقبل عليه رياح الخريف لتحيل رأس شعره بياضاً، وقواه وهناً، ونشاطه ضعفاً، وشبابه مشيباً، ثم ماذا؟ لا شيء سوى عظام بالية، وقبر دارس، وعدم محض،

168 – سورة الروم: الآية 10.

169 – سورة المدثر: الآية 42.

كل هذه الأمور من بواعث القلق والاضطراب النفسي في اللا شعور.

ثم إنَّ الإنسان مهما سعى في الحياة لإرضاء دوافعه وحاجاته بقيت الكثير من طموحاته مترسبة في عالم الخيال، ولا تسمح لها الظروف الخارجية والواقع الاجتماعي بالظهور والتحقق، فمن الطبيعي أن يصاب الفرد بالكآبة المزمنة.

ثم إنَّ الركون إلى هذه الحياة مع تقلبها وتغييرها من حال إلى حال يثير في نفس الإنسان الخوف والقلق، أو عدم الاستعداد للظروف الطارئة والتقلبات الدائمة، فإذا اطمأن بثروته أو ركن إلى مقامه ومنصبه، أو إلى قوته، فاستمر به هذا الحال لسنوات قلائل حتى إذا اعتاد على هذا الحال قلبته ظهراً على عقب، فبين عشية وضحاها ينقلب الثري إلى فقير يلاحقه الدائنون، والرئيس المطاع إلى سجين محكوم عليه بالإعدام، أو بالأشغال الشاقة، ومن بطل في الملاكمة أو المصارعة إلى مريض خائر القوى في المستشفى لا يؤمل شفاؤه، فتري كيف يتسنى لهذا الشخص تطبيع نفسه مع هذا المحيط الجديد من دون أن يصاب بأزمة نفسية قاتلة؟

ولذا ورد التحذير الشديد في المتون المقدسة من الاغترار بهذه الحياة والسكون إلى حالها، ومن ذلك قول أمير المؤمنين (عليه السلام):

«مثل من اغتر بها كمثل قوم كانوا بمنزل خصيب فنبأ بهم إلى منزل جديد، فليس شيء أكره إليهم، ولا أقطع عندهم من مفارقة ما كانوا فيه إلى ما يهجمون عليه ويصيرون إليه»<sup>(170)</sup>.

وقال (عليه السلام) أيضاً:

«ألا وإنّ الدنيا دار خدّاعة، تنكح في كل يوم بعلاً،  
وتقتل في كل ليلة أهلاً، وتفرّق في كل ساعة شهلاً» (171).

ومن ذلك قوله (عليه السلام):

«كم من واثق بها قد فجّعته، وذو طمأنينة إليها قد  
صرّعته، وذو حذر قد خدّعتته» (172).

هذا، ولكن إذا ضم المرء إلى حياته في الدنيا  
الاعتقاد بالحياة الأخرى ولم يطمئن إلى هذه الحياة  
ولم يعتمد عليها، فإنه يجد الدواء الناجح لكل ما مرّ  
من تقلبات الدنيا، فمن جهة نجده مستعداً نفسياً لمثل  
هذه التقلبات ما دام لم يطمئن إليها، ومن كان  
متوقفاً لحدوث التغيير فسوف تكون الصدمة خفيفة وله  
قدرة على تحملها، بخلاف ما إذا كان غافلاً تماماً عنها.  
ومن جهة أخرى سوف يفكر ويعمل لحياته الثانية حتى  
إذا خسر شبابه بالهرم أو أصابته كارثة الفقر بعد  
الغنى، أو المرض المزمن غير المتوقع، أو السجن  
الطويل بعد العزّ والطول، كان له في ذلك أنساً وراحة  
وعزاء لما فقدته في هذه الدنيا، فيعطيه هذا الإيمان  
القدرة على التحمّل والسعي المتواصل لبناء حياته  
الثانية، فيجد لذلك لذّة وأنساً يعوضه ما فاتته من  
لذات عاجلة وشهوات دنيوية موقته.

\* \* \*

### 3. التعلّق النفسي بالماديات

وهو من أقسام حبّ الدنيا الطبيعي، وكلّ إنسان لا  
يخلو منه إطلاقاً، وهو أن يحبّ ما يتعلّق به من الأشياء  
المنسوبة إليه من أمّه وأبيه وعشيرته وبيته ودوابه  
وطنّه وأمواله بما أنها منسوبة إليه، ولا يصح أن

171 – بحار الأنوار، ج 77، ص 374.

172 – بحار الأنوار، ج 73، ص 97.

يكون في جميع أشكاله مذموماً، لأنه ذاتي للإنسان ومفطور عليه، كما ورد هذا المعنى في الحديث الشريف: **«الناس أبناء الدنيا، ولا يلام الرجل على حبِّ أمِّه»** (173).

وفي آخر «... والولد مطبوع على حبِّ أمِّه». وتقدم أنّ هذا المعنى وإن كان مسموحاً به لدى عامة الناس، إلاّ انه يعتبر مع ذلك نقيصة عند العارفين والأولياء، وإذا كانت هناك علاقة مع شيء من هذه الأشياء لدى العارفين والأولياء، فليست العلاقة هذه كما في بقية الناس، بل رابطة إلهية، أي أنها في الإنسان العادي تكون بينه وبين ذلك الموضوع الخارجي مباشرة بما أنها منسوبة إليه، وفي الأولياء بما أنها وسائط الفيض الإلهي، والرابط بينهما طرف ثالث وهو الله تعالى والنسبة إلى الله، ولذا تبرأ إبراهيم (عليه السلام) من أبيه بعد ما تبين له أنّه عدوّ الله: **(فلما تبين له انه عدو لله تبرأ منه ..)** (174).

وقبل ذلك كان على ارتباط عاطفي معه، إذ كان يؤمل أن يهتدي إلى الصراط السوي ووعده بأن يستغفر له الله تعالى.

أمّا كيف أصبح هذا المقدار من حبِّ الدنيا من الأمور الفطرية والذاتية في الإنسان كما تشير إليه الأحاديث الشريفة وتتظافر في توكيده كلمات علماء الأخلاق؟ الحقيقة أنّ ذلك لمكان وجود النفس الفردية في الفرد، فكما رأينا أنّ وجودها اعتباري ونسبي، أي تقتبس وجودها من وجود نسبتها إلى الأشياء، فأنا في مقابل أنت، ولولا وجود «أنت» و «هو» لما كانت الأنا موجودة، ولولا وجود هذه النسب الخارجية: هذا أبي،

---

173 – بحار الأنوار، ج 78، ص 14.

174 – سورة التوبة: الآية 114.

وبيتي، وبلدتي، وثيابي، و... لما شعرت بوجود الأنا في نفسي.

وبعبارة أخرى: إنَّ كل نسبة من هذه النسب تعتبر توكيداً لوجودي أنا، وحصّة من حصص وجودي، وكل مخلوق يحب وجوده، بل عاشق للوجود كما هو ثابت عند أهل المعرفة والكشف، وبما أنّ كل نسبة من هذه النسب تمثّل وجوداً، أو حصّة معينة من وجود «الأنا» فلا ريب في كون هذا القسم من حب الدنيا ذاتياً للنفس، ولكن أي نفس؟ إنّها النفس الفردية أو «الأنا»، ولذا يمكن للإنسان أن يتخلص من هذا اللون من العلاقة إذا تخلص من أنانيته وتسامى على ذاته الشخصية.

وعندما تقرّ الشريعة مثل هذا اللون من حبّ الدنيا في الإنسان، فإنها تدعوه إلى التخلص من هذه العلائق الوهمية تدريجياً واستبدالها بالعلاقة مع الله تعالى، ثم من خلاله ترسم العلاقات الخارجية بين الفرد وسائر المخلوقات، فإذا بالمؤمن العارف يحبّ جميع المخلوقات لا لأنها منسوبة إليه، بل لأنها مظاهر المعشوق وآياته ووسائط رحمته لعباده وظلّه الجميل على الإطلاق، وبذلك لا يخسر الإنسان شيئاً من الحبّ للأعيان الخارجية، بل إنه استطاع تحويل هذا الحبّ من نسبة الأشياء إلى نفسه وهي أشياء ضيقة محدودة إلى نسبتها إلى الله تعالى فيعم عشقه لجميع الأشياء بما في ذلك نفسه وذاته بما أنّه أحد مخلوقات الله.

ولا بأس هنا في التعرّض لمقولة الفلسفة الماركسية التي تنفي فطرية الملكية في الفرد، حيث وسعى الماركسيون بجدية إلى إزالة مصاديقها وموضوعها من الوجود الفردي أبان الحكم الماركسي، وقد ردّ عليهم الفلاسفة والعلماء بأنّ الملكية حاجة فطرية وأمر ذاتي في الإنسان كالحاجة إلى الغذاء والجنس إلّا أنّ نظرة الماركسية هذه إلى الملكية لا تخلو من صواب إذا

قصدوا من الإنسان نفسه الحقيقية، كما تؤيد هذه الحقيقة الكثير من الآيات والروايات الشريفة وأن المالك الحقيقي هو الله تعالى، وما في يد العبد إنما هو أمانة يظنها ملكاً له، وما للعبد والتملّك!! وهذا المعنى مورد اتفاق أهل المعرفة وعلماء الأخلاق.

ولكن الخطأ الذي وقعت فيه الماركسية ليس هو في النظرية، بل في التطبيق، أي أنهم سعوا إلى إزالة هذا الميل الذاتي في النفس الفردية في الإنسان بالقوة، ومن الخارج، بينما نجح الإسلام في تربية الإنسان الذي تخلص من هذه الحاجة النفسية والحبّ الوهمي بتهذيب نفسه ومعالجتها من الداخل وبالاقناع، فكان ديدن العرفاء والمتصوفة والصلحاء من الناس أنهم لا يرون لهم ملكاً لشيء حتى وإن بلغت ثروتهم كنوز قارون.

\* \* \*

## علاج حبّ الدنيا:

لكل مورد من موارد حبّ الدنيا سبب خاص، وهذا يعني أنّ لكل واحد منها علاجاً خاصاً يتعلق بإزالة ذلك السبب، أو التخفيف من حدة تأثيره وضغطه على النفس حيث إنّ الأسباب تشكل عوامل ضغط على النفس باتجاه تحقيق الغرض، فلا بدّ من تهيئة عوامل في الاتجاه المعاكس لتثبيط وإحباط تلك الأسباب.

أمّا المورد الأوّل وهو «حبّ الشهوات»، فسببه واضح، وهو نيل اللذة منها، وعلاجه في ثلاث وسائل:

1 - تحويل اللذة الدنيوية إلى لذة أخروية. 2-

الزهد. 3- الورع.

أمّا المورد الثاني من حب الدنيا، وهو «الركون والاطمئنان» بهذه الحياة، فسببه: إمّا انكار الآخرة،

أو الخوف من الموت، وعلاجه يكون بالايمان بالآخرة،  
وتعميق الشعور بها، ومواجهة المخاطر.  
والثالث من الموارد وهو «تعلق القلب بالموضوعات»  
المنسوبة إلى الشخص، فسببه حبّ الذات، ومنه يتفرع حبّ  
كل أمر يتعلق ويرتبط بها وينتسب إليها، وعلاجه يتلخص  
في تحويل حبّ الذات الوهمية إلى حبّ الذات الحقيقية،  
أو تحويل حبّ الذات إلى حبّ الغير إذا صحّ التعبير.  
وسنأتي على ذكر هذه الموارد بالتفصيل.

## 1 - علاج حبّ الشهوات

وبما أنّ سببه يكمن في ذاته وهو اللذة الجسدية  
والنفسية من موارده، فعلاجه بترك هذه اللذة، ولكن  
ليس من السهل على النفس ترك الملذات، فلا بدّ من  
استعمال طريقة الاقناع النفسي، وذلك يتم بعدة طرق:

### أ. الاستبدال:

وهو الاسلوب الذي استعمله القرآن الكريم بشكل  
واسع النطاق، ويتلخص في عملية استبدال هذه الملذات  
الزائلة والمؤقتة بلذات مضاعفة ودائمة في الآخرة،  
وجميع الآيات الواردة في النعيم الأخروي من الجنان  
التي تجري من تحتها الأنهار والحدور والقصور والفواكه  
وسائر التمتعات الخالدة ناظرة إلى هذا المعنى، وهو  
أن يترك الإنسان الملذات الدنيوية إلا بمقدار الضرورة  
من أجل الفوز بتلك الملذات الأخروية.

أمّا ما يقال من أنّ هذا الشخص لم يهذب نفسه حينئذ  
من الصفات الذميمة كالطمع وحبّ الشهوات، بل إنه زاد  
من طمعه، وترك القليل طمعاً في الكثير، فهو اعتراض  
معقول، ولكن لا محل له من الإعراب في موضوعنا هذا، لأنّ  
غرضنا هو الشفاء من هذا المرض القلبي وتبعاته  
الجسيمة، ولا شك أنّ الطمع الأخروي ليست له تلك الآثار

السلبية والعواقب الجسيمة لمن يتبع الشهوات الدنيوية ويتلهف على الملذات المادية المذكورة في ما سبق.

والأمر الآخر في الطمع الأخروي أنه يربط الإنسان بخالقه ويعمق فيه الشعور بقدرة الله ورحمته وعدله، وهو أسّ العلاجات الروحية والنفسية، بخلاف الملذات الدنيوية حيث لا يرتبط الإنسان من خلالها بالخالق جلّ وعلا، بل هي عملية ارتباط مباشر بين الفرد وتلك الشهوات.

وإجمالاً، فإنّ عملية الاستبدال هذه إحدى الطرق القرآنية لعلاج هذا المرض كما في قوله تعالى:

(وَلَا تَمُدَّنْ عَيْنِيَكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ) (175). وقوله تعالى:

(وَمَنْ يَرِدْ حَرْثَ الدُّنْيَا نُؤْتِهِ مِنْهَا وَمَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ نَصِيبٍ) (176).

## ب. الزهد:

وحقيقته: ترك الملذات الدنيوية مع التمكن منها استحقاراً لها.

فلو لم يكن متمكناً منها، لم يكن تركه لها زهداً، كأن يكون مريضاً أو مسجوناً أو مسناً.. لا يتمكن من تحصيل الكثير من الملذات، وكذلك لو تركه طمعاً في الثواب الأخروي، لأنه يدخل في البند الأول وهو الاستبدال، أو يقال بأنه الدرجة الدانية من الزهد. أمّا الزهد الحقيقي فهو أن يتركها لأنها في نظرة حقيرة ورذيلة كمن يرى جيفة منتنة، بغضّ النظر عن وجود ثواب أخروي، كما هو حال «ديوجانوس» ومدرسته

175 – سورة طه: الآية 13.

176 – سورة الشورى: الآية 20.

الكلبية في الإعراض عن متاع الدنيا وتربية النفس على الفضائل الأخلاقية المضادة للشهوات من العفة والإيثار والعفو والتواضع وأمثال ذلك، فإنّ الإنسان إذا لاحظ حياة الحيوانات، ورأى تكالبها على الشهوات، وأدرك أنه يخسر مع كل شهوة درجة تكاملية من نفسه الإنسانية، ويبعث على تقوية نفسه الأمانة، ويسبب له ما تقدم من الصراع النفسي والقلق، وأنّها لذات زائلة لا يبقى منها أثر سوى تدمير طاقاته وملكاته الإنسانية، أقول: إذا رأى الإنسان كل ذلك وتفكّر جيداً في عواقبه حصل على مرتبة الزهد هذه.

وإذا لم تقنع النفس بذلك تحت إلحاح الغريزة سعى إلى إرضائها بالطرق المشروعة والاكتفاء على القدر الضروري منها من الأكل والجنس والنوم واللهو واللعب، ويحاول أن يفتنم كل فرصة في الإقلال من الملذات مهما استطاع إلى ذلك سبيلاً، فإنّ أحدها يؤثر في الآخر، فإذا لم يستطع الصبر على الجنس، سعى إلى الإقلال من الأطعمة المشهية، أو إلى الصوم، أو ترك الماء البارد، أو ترك النوم على الفراش الوثير.

وإذا لم يتمكن من ترك لذّة الثرثرة حاول اعتزال الناس فترة، أو تلك المجالس التي يعلم بأنها تجرّه إلى الثرثرة والخوض في الباطل، ومنهم من كان يضع خاتماً أو حصاة في فمه تمنعه من الكلام الكثير.

ومن قويت فيه شهوة السلطة والرئاسة سعى في خدمة إخوانه وعمل في البيت على مساعدة أهله من الأعمال التي يترفع منها ويرى أنّها خلاف شأنه، ومن كان في قلبه حبّ الجاه والشهرة تجنب احترام الناس له وترك مصادقة المعجبين به، وهكذا.

ثم إنه يسعى إلى نيل الفضائل الأخلاقية بالزهد عن الشهوات الدنيوية، لأنّ ترك الشهوات يؤدي إلى زيادة شرفه وعزّته وقوة عزمته، وهذا ديدن الأنبياء

والأولياء (عليهم السلام). فأنهم ما وصلوا إلى ما وصلوا إليه من المكارم الأخلاقية والفضائل الإنسانية إلا بالزهد، وقد ورد في الأحاديث الشريفة من ثمرات الزهد «العلم» و«الحكمة» و«الاستهانة بمصيبات الدنيا» و«الترفع عن ذلّ السؤال» وطلب ما في أيدي الناس و«الراحة النفسية» من «الطمع»، يقول الرسول الكريم (صلى الله عليه وآله وسلم):

«الزهد في الدنيا يريح القلب والبدن، والرغبة فيها تتعب القلب والبدن»<sup>(177)</sup>.

«يا أبا ذر، ما زهد عبد في الدنيا إلا أنبت الله الحكمة في قلبه، وأنطق بها لسانه، ويبصره عيوب الدنيا وداءها ودواءها وأخرجه منها سالماً إلى دار السلام»<sup>(178)</sup>.

وقال رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) في ثمرات الزهد: «من زهد في الدنيا هانت عليه المصيبات»<sup>(179)</sup>. وقال أمير المؤمنين (عليه السلام): «مع الزهد تثمر الحكمة»<sup>(180)</sup>.

«أزهد في الدنيا تنزل عليك الرحمة»<sup>(181)</sup>.

«الزهد ثروة»<sup>(182)</sup>.

«إنّ من أعون الأخلاق على الدين الزهد في الدنيا»<sup>(183)</sup>.

والأحاديث الشريفة في هذا المجال كثيرة مذكورة في كتب الحديث والأخلاق.

---

177 - كنز العمال، ج 6060.

178 - بحار الأنوار، ج 77، ص 80.

179 - بحار الأنوار، ج 77، ص 94.

180 - مستدرک الوسائل، ج 2، ص 332.

181 - غرر الحكم.

182 - نهج البلاغة، حكم 2.

183 - بحار الأنوار، ج 73، ص 50.

لكن تجدر الإشارة إلى أنّ الأضرار التي حلت بالمسلمين بصورة عامة من جرّاء الفهم الخاطي للزهد أكثر بكثير من فوائد الزهد الشخصية، فالكثير من تخلف المسلمين الاقتصادي يعود إلى اكتفائهم بما يقضي حاجاتهم الشخصية من الزراعة والصناعة، فلم يحاول أرباب الصناعات من المؤمنين توسعة نطاق فعاليتهم الاقتصادية والعمل على الإبتكار وزيادة الانتاج لترسب هذا المفهوم الخاطي عن الزهد والاكتفاء بالحد الأدنى والرضا بقضاء الله وقدره

ومن هذا القبيل تجنّب علماء الدين وخاصة المتصوفة والعرفاء الدخول في الأمور السياسية وقيادة المجتمع الإسلامي بذريعة الزهد في حطام الدنيا والرئاسات الظاهرية، حتى أنّ بعض الثورات التي أجاج نيرانها وخاض أهوالها العلماء ضدّ المستعمرين والكفار والصليبيين وأحرزوا فيها النصر على الأعداء، إلاّ أنه لما وصل الأمر الى استلام السلطة تركوا الأمر زهداً فيه واستغل الفرصة من لا حريجة له في الدين، فكان أن رجع الكفار بأقنعة جديدة إلى بلاد المسلمين ليعيثوا فيها الفساد ويورثوهم التخلف والانحطاط.

ولذا كان تشكيل الدولة الإسلامية ضرورة ملحة جداً، فالمسلمين من أهل الإبتكار والخلاقية والقدرة على رفع المستوى الاقتصادي والسياسي والعسكري سيجدون أبواب الفرصة مفتوحة لتفعيل نشاطهم بعد جموده، لأنّه لولا وجود الدولة الإسلامية كان لهم الحق في تجميد طاقاتهم والزهد بذلك المعنى السلبي، لأنّ الدافع الاجتماعي مسلوب منه لا إرادياً، حيث يرى أنّه يعمل بإخلاص وتفان، إلاّ أنّ النتيجة بيد الحكومات المرتبطة بالأجنبي، وليس هناك أحد يشجعه على ذلك، وحال المجتمع من حيث الفسق والفجور كما نرى، فلماذا يتعب نفسه في خدمة مثل هذا المجتمع؟

أمّا مع وجود الدولة الإسلامية، ولا سيما مع عداة الدول المتقدمة لها وتشديدها الحصار عليها، تتظافر الدوافع الداخلية والخارجية على بذل المزيد من الطاقات والكثير من الجهود في التصدي لهذه المؤامرات، وترشيد الجانب الإقتصادي والعسكري والثقاني في المجتمع الإسلامي.

## ج: الورع

ويراد به «تجنّب ارتكاب ما لا يرضي الله»، أو «ملكة حفظ النفس عن الوقوع في المعصية»، وهو بهذا المعنى يرادف التقوى، وقد عرّفه الخواجة عبدالله الأنصاري بأنه: «توقّ مستقضى على حذر، أو تحرّج على تعظيم».

أي أنّ الورع عبارة عن حفظ النفس كاملاً وفي حذر تام من الوقوع في المعصية، أو أنه رياضة النفس على التعظيم لله تعالى وبذلك يدخل فيه جميع مراتب الورع. ولا ريب في أنّ التعريف الأوّل أوضح وأوجز ويشمل أيضاً مراتب الورع بالكامل، لأنّه لا يختص بالمحرمات، بل كل ما لا يرضي الله تعالى.

وهذا المعنى يختلف باختلاف الأشخاص ودرجاتهم وقربهم من الحق، فورع «عامّة الناس» تجنّب المحرمات، وهو أظهر المصايق للورع، ثم «ورع الخاصّة» وهو تجنّب الشبهات خوفاً من الوقوع في المحرمات، وورع الزهّاد، وهو تجنّب المباحات خوفاً من الحساب، و«ورع السالكين» ترك النظر إلى الدنيا للوصول إلى المقامات، و«ورع المجذوبين» ترك المقامات للوصول إلى لقاء الله ومشاهدة جمال الله، و«ورع الأولياء» تجنّب التوجه إلى الغايات.

وفي الحديث الشريف اقتصر على مراتبه الثلاث المهمة، وهو قول الإمام الصادق (عليه السلام):

«التقوى على ثلاثة أوجه: تقوى من خوف النار والعقاب وهو ترك الحرام، وهو تقوى العام، وتقوى من

الله، وهو ترك الشبهات فضلاً عن الحرام، وهو تقوى الخاص،  
وتقوى في الله، وهو ترك الحلال فضلاً عن الشبهة» (184).

والكلام في القسم الأول منه، فهو محل الإبتلاء عادة،  
فان لم ينفع مع النفس الترغيب بالثواب الاخروي لترك  
الشهوات، فعليك بالتخويف والتهديد كما هو اسلوب  
القرآن الكريم في تربية النفوس البشرية، فالخوف  
عامل مهم من عوامل التربية، وقد قيل:

**«من أمن العقوبة أساء الأدب».**

وهذا مبدأ عقلاني سائد في جميع المجتمعات  
البشرية، فلولا وجود السجون وطرق التأديب المختلفة  
لمن لا ينفع معهم الاسلوب الإنساني لما قام للمجتمع  
البشري عمود ولا اخضر له عود.

ثم إنَّ الورع يكون بتخويف النفس من أنَّ الإنهماك في  
الشهوات يجرَّ إلى الحرام، والحرام يجرَّ إلى النار  
وعذاب القبر، ونقصان العمر وتردي الصّحة وترتب  
الأمراض والأسقام البدنية الكثيرة، فبسبب شهوة البطن  
والتنوع في المطاعم تضعف قدرة البدن على مقاومة  
الأمراض وتنهك المعدة، وقد ورد أن:

**«المعدة بيت الداء، والحمية رأس كل دواء».**

وهذا المبدأ من مبادي الطب المسلمة في العصر  
الحديث، وكذلك شهوة الجنس إذا لم يبال المرء في  
إرضائها بالطرق المشروعة، فأمراض الزهري والسفلس  
وأخيراً مرض الأيدز كلّها تشير إلى عواقب هذا الانحراف  
في إطفاء الشهوة، مضافاً إلى حوادث الاغتصاب والقتل  
والإجهاض وغيرها من امتدادات الانحراف الجنسي وآثاره  
الدينيوية.

أمّا الشهوات النفسية كحسب الرئاسة مثلاً، فالحروب  
المدمرة وجرائم الاغتيال وتصفية الخصوم وسحق الحريات  
غالباً ما تكون نتيجة طبيعية لحب الرئاسة والتسلط،

فإذا فكر الإنسان في عواقب هذه الشهوات الدنيوية والأخروية، وعمل على تلقين نفسه والايحاء إلى قلبه بهذه العواقب، أمكن تحصيل ملكة الورع بالتدرج في ترك الشهوات، وبالاستعانة بالعقل والشرع في ذلك، وقد يستوجب زجر النفس بتأديبها عند ارتكابها للشهوات حتى ترتدع النفس من تكرار ذلك العمل.

وعلى كل حال، فالورع عن المحارم هو أصل الإيمان، والصبر عن الشهوات من أرقى درجات الصبر في الثواب والمردود المعنوي، والنفس ما لم يحصل عندها حالة الخوف من العقاب لا تعتنى بالملذات المؤجلة إلاً بنصيحة العقل. وفي ذلك قول رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«من اشتاق إلى الجنة سارع إلى الخيرات، ومن خاف من النار لهى عن الشهوات، ومن ترقب الموت ترك اللذات، ومن زهد في الدنيا هانت عليه المصيبات»<sup>(185)</sup>.

\* \* \*

## 2 - علاج الاطمئنان بالحياة الدنيا:

المورد الثاني من حبّ الدنيا هو الاطمئنان إليها والركون والدعة إلى متاعها، وبما أنّ سببه هو نسيان الآخرة، أو عدم الاعتقاد بها، أو الخوف من الموت، فعلاجه يكون بالاعتقاد بالآخرة وتذكر الموت على الدوام.

أما الاعتقاد بالآخرة، فقد تكفلت كتب العقائد وعلم الكلام والتفسير بيان ذلك بالأدلة العقلية والنقلية الكثيرة، والقرآن الكريم يشدّد على هذا المعنى بالذات في جلّ آياته، حتى أنّ علماء التفسير ذكروا أنّ ثلث القرآن وارد في إثبات الآخرة وأحداثها وما يجري على الإنسان بعد الموت.

أمّا بالنسبة إلى المؤمن فهو في غنى عن مراجعة هذه الكتب، لأنه معتقد بهذا الأصل، ولكنه بحاجة إلى تعميق الشعور بالآخرة، وترسيخ فكرة أنّ الدنيا زائلة ومتاعها موقت وسريع الزوال بالتفكير بالماضين وقراءة التاريخ وزيارة القبور والمستشفيات ودور العجزة والمسنين، وأنه واحد من الناس سوف يصيبه ما أصاب هؤلاء في يوم من الأيام، وبذلك تنقطع رغبته وتشبثه بهذه الحياة، وكما قيل: إنّ جميع أفراد الناس محكوم عليهم بالإعدام مع وقف التنفيذ، فإذا كان حاله حال المحكوم عليه بالإعدام ولا يعلم متى سينفذ الإعدام في حقّه، فكيف يطمئن إلى هذه الحياة، ويسعى إلى جمع الثروات وبناء القصور وترك الإنفاق في سبيل الله وعدم الاهتمام بما بعد الموت؟

\* \* \*

### 3 - علاج حبّ الذات:

وهذا هو المورد الثالث من حبّ الدنيا، أي حبّ كل شيء يرتبط بالإنسان من التعلقات القلبية للماديات والموضوعات الخارجية المنتسبة للفرد، وبما أنّ الأصل والباعث على هذه الرابطة القلبية والعاطفية هو حبّ الذات وكل ما ينتسب إليها، فمن اللازم تفصيل الكلام في حبّ الذات وعلاجه.

في البداية نوّد أن نذكّر بأن قاطبة علماء النفس، وعلماء الإسلام يرون في حبّ الذات محوراً أو أساساً لجميع الدوافع البشرية، فيحتاج إلى دقّة نظر وتعمّق في معنى الذات، فعلماء النفس لا يرون في هذه الذات سوى الأنا الفردية، وحبّ الذات يعني حبّ الأنا، ولكن تقدم أنّ الإنسان مع بلوغه سنّ الرشد واستواء نضجه العاطفي والعقلي يحدث تغيير جوهري في نفسه بحيث يشعر بقوة الوجدان الذي يصارع النفس ويضغط عليها

باتجاه الأخلاق والدين، ويعينه في ذلك العقل والمثل الاجتماعية مما يؤدي إلى انشطار النفس إلى قطبين: موجب وسالب، أو نفس لوامة ونفس أمارة، أو نفس إنسانية ونفس قشرية وهمية.

وحينئذ ماذا يعني حبّ الذات؟ هل يعني حبّ الذات القشرية، أي الأنا الفردية، أو حبّ تلك الذات الحقيقية التي تمثل القطب الموجب في الإنسان وتسمى بالوجدان أو اللوامة؟

لا شك ولا ريب في أنّ حبّ الذات في بداية حياة الإنسان وفي مراحلها الأولى يعني حبّ الأنا، أو الذات الفردية، ولكن بعد نضج العقل والعواطف في الإنسان لا يعني حبّ الأنا حينئذ سوى الأنانية البغيضة، ومثل هذا الشخص الأناني الذي لا يهتم سوى منفعة الشخصية مرفوض من جميع المذاهب الاجتماعية، فلا بدّ من السعي لتحويل حبّ الذات الفردية إلى حبّ الذات الحقيقية في الإنسان، ومن سمات الذات الحقيقية أنّها اجتماعية، أي أنّ على الإنسان أن يحبّ الغير كما يحبّ نفسه الفردية، وإلّا فسوف يبقى في المرحلة الدانية من التكامل البشري، ويتخلّف عن غرض الخلقة وينقلب عن ماهية الإنسانية، فأول شرط للتكامل أن يتخلص الإنسان تدريجياً من هذه العلائق والروابط بينه وبين الموضوعات المنسوبة إليه، فإنّ كل علاقة مهما كانت صغيرة تشكّل حجاباً على القلب يمنعه من رؤية الحقّ والحقيقة، يقول الإمام الخميني (رحمه الله) في هذا الصدد:

«إذن، فتعلّق القلب وإرتباطه بالدنيا هو الدنيا المذمومة، وكلّما كان تعلّقه بها أكثر. كان الحجاب بين الإنسان ودار الكرامة، والستار بين القلب وبين الحقّ أغلظ وأشدّ، وما ورد في الأحاديث الشريفة من أنّ بين العبد وخالقه سبعين ألف حجاب من نور وظلمة، فإنّ الحجب الظلمانية هي هذه التعلقات القلبية بالدنيا،

وكَلِّمَا ازدادات هذه التعلقات، ازدادت الحجب، وكلِّمَا كان التعلُّق شديداً، كان الحجاب أشد وأغلظ وخرقه وإزاحته أصعب» (186).

إذا اتضح هذا المعنى للإنسان، وأنَّ هذه التعلقات بمثابة حجب وعوائق في طريق تكامله، وأنَّ هذه الأنا الفردية هي المسؤولة عن إيجاد وتقوية هذه الحجب، فما عليه إلا أن يقطع هذه العلائق الواحدة تلو الأخرى، وينظر إلى أمِّها وهي الأنا أو الذات الفردية بنظر العدو، كما ورد في الحديث الشريف:

**«أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك».**

فإذا تعلَّق قلبه بالأموال فيجب أن يتخلص من هذه العلاقة بإنفاقه، أو على الأقل أداء الحقوق الشرعية من الزكاة والخمس وصلة الرحم وغير ذلك، وإذا وجد في قلبه حباً لخاتمه أو داره أو سيارته وجب قطع هذه العلاقة بالصورة الممكنة.

ثم إنَّه إذا فكَّر في قباحة نفسه الفردية وشناعة أفعالها وتذكَّر المعاصي والذنوب التي ارتكبها لأجلها وبتسويلها، لا جرم أنه سوف يحتقرها ويكرهها، بشرط أن لا يرى صفاته الحسنة وأعماله الصالحة منها، لأنَّ الحقيقة أنَّها من النفس الحقيقية، فهي القطب الموجب والقوة الخيرة في الإنسان، وهي غير هذه الأنا، لأنَّ تلك مفطورة على حبِّ الله تعالى وحبِّ القيم الأخلاقية، وتدعوه دوماً إلى الخير وتجنَّب الشر والإثم، والله تعالى ينظر بنظر الرحمة إلى هذه النفس الحقيقية، ويبغض تلك النفس الأنانية ولا ينظر إليها، فإذا عرف الإنسان ذلك وأخذ يعادي نفسه وذاته الأنانية، فهذا أوَّل الطريق ومفتاح السلوك، لا بأن يعاديها باللفظ ويلعنها باللسان وهو متيمُّ بها قلباً، ومطيع لها في حركاته وسكناته، بل ينبغي تحويل هذه العلائق الفردية إلى

علائق اجتماعية، ومن هنا يأتي دور الإخلاص في العمل، فكل عمل يكون الغاية منه حبّ الظهور والرياء وإظهار الأنا بالمظهر الجيد، فإنه يصب في صالح الأنا الفردية ويدفن الفطرة بما يتكّدس عليها من افرازات الشهوات. وإذا كره الإنسان نفسه الفردية استعاض بدلها حب الآخرين، فهناك رابطة عكسية بين النفس والآخرين، فكلّما أحبّ الإنسان نفسه الأنانية، كره الآخرين وأبغضهم وعاداهم، وكلّما أبغض الإنسان نفسه الفردية، ازداد حبّاً للآخرين وتفانياً في خدمتهم، وتوجيه ذلك أنّه إنّما يخدم نفسه الحقيقية بخدمته للناس، وعندما يحبّهم فهو يحبّ نفسه الحقيقية، لأنّهم مرآة لهذه النفس، أو أنها صورة مصغرة عن المجتمع، بخلاف الأنا الفردية التي تقدم أنها وهمية ونسبية ووليدة المحيط، فإذا أردت الخلاص من هذه الأنا فعليك بمعاداتها كما تعاديك هي وتقحمك في المحرمات. **هذا أولاً..**

**وثانياً:** عليك أن تحوّر هذا الحب الغريزي وهو حبّ الذات باتجاه ذاتك الحقيقية التي هي قبس من روح الله، ونفخة من روحه، بأن تسعى في التجرد من كل ما يعيقك عن الله تعالى من العلائق الدنيوية، وتقطع كل شيء يقطعك عنه تعالى، فبدلاً من حبّ الذات تحبّ إخوانك المؤمنين، وبدلاً من خدمة الذات والسعي وراء مصالحها الفردية، تخدم إخوانك المؤمنين وأهلك، وتسعى في مصالحهم وخيرهم حتى يصل بك الأمر إلى أن تنسى نفسك ولا تهتم لمنافعها ومصالحها، وحتى في الدعاء تدعو لآخوانك ثم لا تدعو لنفسك.

وأول مرتبة في هذا السبيل هي أن تحبّ لآخوانك ما تحبّ لنفسك، وتكره لهم ما تكره لها، ثم تعمل على ذلك مدة حتى لا تحبّ لنفسك شيئاً سوى ما فيه خير وصلاح إخوانك، وعند ذاك يكون حبّ الذات يساوي حبّ الغير.

وليس هذا كلاماً مثالياً وزيفاً يجانب الحقيقة، بل هو البداية في سلوك طريق الإنسانية، واللباس الذي لابد أن يرتديه كل من خلع عن قلبه لباس الأنانية البغيض، وعلى هذا الطريق سار أهل المعرفة وسلك من سبقت له من الله الحسنى.

\* \* \*

## إمتدادات حبّ الدنيا

حبّ الدنيا، كالشجرة الخبيثة في قلب المرء، لها فروع وأغصان وامتدادات في النفس، وقد ينمو بعض تلك الفروع والامتدادات ويشتد حتى يضحى شجرة قوية بمفرده، ومن تلك الفروع والامتدادات لحبّ الدنيا والتي قد تتحول إلى مرض قلبي مستقل: حبّ المال، الحرص، الطمع، البخل، الجبن، حبّ الجاه، وسنأتي على كل واحدة منها في استعراض سريع:

### 1. حبّ المال والثروة:

يعتبر المال وخاصة في العصر الحاضر عصب الحياة الاقتصادية في كل مجتمع بشري، وبالنسبة لكل فرد من أفراد المجتمع عنصر حيوي في عملية تفاعله الاجتماعي مع الآخرين، ودعامة رئيسية لاشباع حاجاته البدنية والنفسية، ولذا يعتبر بالنسبة للكثير من الناس كل شيء في الحياة، لأنّ له القدرة على إرضاء جميع الدوافع الشهوية والغضبية و الوهمية لدى الإنسان ما عدا السعادة، وهذه هي نقطة الضعف فيه.

وبما أنّ الإنسان بذاته يطلب السعادة دائماً، وأنّ الغرض النهائي لكل فعالياته ونشاطاته في الحياة هو نيل السعادة، ويتصور أنّ السعادة في إشباع تلك

الحاجات وإرضاء نهم تلك الدوافع، لذا فهو يحبّ المال حبّاً جمّاً: (وتحبّون المال حبّاً جمّاً) (187).

إلا أنّ الأمر لا ينتهي عند هذا الحدّ، فبالتدرّج يتخذ المال طابع الهدف بعد أن كان وسيلة لتحصيل السعادة، فينسى الإنسان الهدف منه، ويسعى لتحصيله وادخاره والفرح به بصورة مستقلة، وهذا مما يعبر عنه بالشرطية، والمثير الشرطي، فبعد أن كانت السعادة هي المثير الطبيعي، وإشباع الغرائز هو الدافع الأصلي في سلوك الفرد، أصبح جمع المال هو الدافع والمثير، وحلّ محلّ المثير الطبيعي، وهنا تتغير وجهة سير الإنسان وتصوراته وميوله وعواطفه باتجاه هذا الهدف الوهمي، فيصايق كل من أعانه في نيل المزيد من الثروة، ويعادي كل من تسوّّل له نفسه بالتحرش بها، وخاصة من الأرحام الفقراء الذي يترقون بابه على الدوام، وتدرّجياً تتحوّر جميع عواطفه الأخرى كحبّ الزوجة والأطفال والشعور الديني والأخلاقي لتصبّ في تيار حبّ المال الجارف، فيغلب على تفكيره وعواطفه ودنياه وآخرفته، فلا يرى شيئاً إلاّ من خلال قيمته المالية، ولا يقدم على عمل ولو كان فيه خدمة اجتماعية وثمرّة أخلاقية ومعنوية إلاّ بعد حساب مقدار الربح والخسارة المادية فيه.

وليس هذا كل ما في الأمر، بل يستمر به هذا المرض، وتشتد فيه عملية المسخ للشخصية حتى يُمسخ تماماً، فتسمي شخصيته تساوي مقدار ما لديه من مال وثروة، أي أنّه ينظر إلى نفسه أيضاً من خلال ما لديه من رصيد مصرفي وأوراق نقدية وعقارات هنا وهناك، فكل نقصان في ثروته يعني نقصان شخصيته، فلو اتفق وأن أصابته نكسة مالية أتت على جميع ثروته، فإنه يفضل الانتحار،

أو يصاب بالسكتة القلبية والجلطة الدماغية كما نسمع بذلك بين حين وآخر.

بل إنَّ هذه الشخصية الدولارية أو القارونية قد ماتت قبل أن ينتحر الشخص، فهو يموت أولاً ثم ينتحر، إذ لم يبق له شيء في الحياة سوى جسد متحرك بدون روح يتجرع مرارة موت شخصيته ويعاني من ألم السلخ بعد الموت، لأنَّ أنظار الناس وأقاربهم أشدَّ عليه من السلخ، لذا يفضّل الانتحار ليتسنى لهم سلخه وهو ميت، فذلك أهون عليه.

وقد حكى الشهيد دستغيب (رحمه الله) عن أحد تجار شيراز أنه أصابته نكسة مالية وأعلن إفلاسه، فجلس في بيته حزيناً متفكراً ماذا يصنع؟ هل يبيع أثاثه وبيته وما يملك من عقار وسيارة ويرتزق هو وعياله من ذلك؟ فأخذ يحسب أنه إذا استمر به الحال على هذا المنوال فإنَّ بإمكانه أن يعيش ثلاث سنوات، ولكنه أخذ يفكر فيما بعد الثلاث سنوات هل يقترض أو يستجدي الناس، أو ماذا؟ فلم يجد حلاً لهذه المشكلة سوى إنهاء حياته، وانتحر بالفعل.

أمَّا التحليل النفسي لتفاصيل هذه الحالة النفسية، هو أنَّ النفس المجازية متكونة بالذات من مجموعة عناوين اعتبارية يطلق عليها «أنا»، وكل عنوان يمثل مصداقاً وفرداً للأنا الكلي، فهناك «أنا القوي» و «أنا المدير» و «أنا الزوج» و «أنا الأب» و «أنا الثري» وهكذا، ثمَّ إنَّ هذه المفردات الصغيرة والكثيرة جداً تشهد صراعاً وتنافساً ذاتياً بينها في اكتساب المزيد من الإشباع، فكل واحدة تريد من الإنسان إرضاءها وإشباعها على حساب بقية العناوين، وتدعو الشخص إلى الاهتمام بها أكثر من غيرها، ويشير إلى ذلك قوله تعالى:

(ضَرَبَ اللهُ مَثَلًا رَجُلًا فِيهِ شُرَكَاءٌ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلًا سَلَمًا لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلًا) (188).

لاحظ كلمة «فيه» فانه من المحتمل جداً إنطباقها على ما نحن فيه من الصراع الداخلي في نفس الإنسان، وهذه العناوين هي الشركاء المتشاكسون فيه.

فإذا اتجه الشخص إلى الاهتمام بأحدها، مثل «أنا الرئيس» وسعى بكل جدية لتحقيق هذا الهدف وإرضاء هذا العنوان فيه، فسينتهي الأمر ببقية العناوين إلى الضمور والجمود، ويستفحل هذا العنوان حتى يستولي على كل طاقات الفرد وفكره وقواه، وبذلك تتجمع اللذات الصغيرة المتفرقة على العناوين في صقع النفس لترفد هذا العنوان، فتكون لذته في تحصيله مركزة وقوية جداً، ولذا نجد الرؤساء يلتذون من هذا العنوان أكثر من التذاذهم بأي شيء آخر، وكذلك تتضاعف إرادته بعد أن كانت مشتتة ومتفرقة على العناوين، فيكون ذا إرادة قوية جداً في سبيل تحقيق هدفه.

وهكذا الحال لو اتجه الإنسان لطلب العلم، فسوف تتضاعف لذته في تحصيل العلم حتى أنه لا يلتفت إلى سائر الملذات الأخرى، وفي الحقيقة إنَّ هذا العنوان قد امتصَّ اللذة والإرادة من العناوين الأخرى وأضافها إلى نفسه.

وفيما نحن فيه كذلك، فالثري المحبُّ لثروته سوف تضرر بقية العناوين فيه وتموت بعد أن تتنازل عن كل ما لديها من حياة ولذة وإرادة - وهي مكرهة طبعاً - إلى عنوان «أنا الثري»، وبذلك يجد هذا الشخص من اللذة في جمع الأموال وحساب مدخراته في البنوك وعقاراته ما لا يدانيها لذة أخرى، ويكون «أنا الثري» مظهر شخصيته وعماد كيانه الاجتماعي، فإذا انهار بناء الشخصية هذا، ومات هذا العنوان باعلان الإفلاس، فقد

ماتت شخصيته الوحيدة الباقية من تلكم العناوين، التي ماتت قبل ذلك بكثير، فلا يجد له «أنا» يستتر بها على واقعه المرّ، لأنّ الأنا عند كل شخص تمثّل قشرة وحجاباً على واقع الشخص ونفسه الحقيقية، فإذا لم يهتم بنفسه الحقيقية ولم يعمل على إشباعها وإرضائها، بل اهتم بالنفس العنوانية والقشرية، فسوف يأتي اليوم الذي تنكسر فيه هذه القشرة والفرخ لمّا يكتمل، والثمرة لمّا تنضج، وينكشف واقعه هذا لنفسه قبل غيره، فيرى أنّه لا شيء بعد كل هذه السنين من الكدح والتعب، ووجد الله عنده فوفاه حسابه.

### مساويء حبّ المال في نظر علماء الأخلاق

يذكر علماء الأخلاق موارد كثيرة من مساوي حبّ المال، بعد الإعراف بأن نفس المال والثروة من نعم الله تعالى على عباده ليتسنى لهم قضاء حوائجهم الدنيوية والأخروية بسببها، ولكن حبّ المال هو المذموم، وذلك لآثاره السلبية ومساوئه الدنيوية والدينية، وفي ذلك يقول النراقي (رحمه الله):

**«ولبيان ذلك نقول: إنّ غوائله إمّا دنيوية أو دينية:**

والدنيوية هي ما يقاسيه أرباب الأموال من الخوف، والحزن، والهم، والغم، وتفرّق خاطر، وسوء العيش، والتعب في كسب الأموال وحفظها، ودفع الحساد وكيد الظالمين، وغير ذلك.

والدينية ثلاثة أنواع:

أولها: أداؤه إلى المعصية، إذ المال من الوسائل إلى المعاصي، ونوع من القدرة المحركة لداعيتها، فإذا استشعر الإنسان من نفسه، انبعث الداعية، واقتحم في المعاصي، وارتكب أنواع الفجور..

وثانيها: في حالة عدم الأولى أداؤه إلى التمتع في المباحات، فإنّ الغالب أنّ صاحب المال يتنعم بالدنيا ويمرّن عليه نفسه، فيصير التمتع محبوباً عنده مألوفاً، بحيث لا يصبر عنه.

وثالثها: إذا لم يؤدّ إلى كلا الأمرين - وهو الذي لا ينفك منه أحد من أرباب الأموال، وهو أنّه يلهيه إصلاح ماله وحفظه عن ذكر الله تعالى، وكل ما يشغل العبد عن الله تعالى فهو خسران ووبال» (189).

### حبّ المال في المتون المقدسة

تعتبر بعض الآيات والروايات المال نعمة من الله على عباده، والواجب على الإنسان أن لا يأخذه ولا ينفقه إلاّ بالطرق المشروعة، وأما بالنسبة لمسألة حبّ المال، فلا نجد مورداً في المتون الإسلامية إلاّ ويذم هذه الحالة عند الإنسان، ويضرب القرآن الكريم المثل لذلك بقارون الذي أهلكته كنوزه وثرواته وصدّته عن الإيمان بموسى (عليه السلام) واتباعه مع أنّه كان ابن عمّه، يقول تعالى:

(انّ قارون كان من قوم موسى فبغى عليهم) (190).

ويعتبر القرآن الكريم أنّ أحد عوائق الإيمان بالرسالات السماوية هو الثراء الفاحش والترّف، بحيث أنّ المترفين هم السبب في ردع الناس عن الإيمان وأحد العوامل الرئيسية في نزول العذاب على الأمم الماضية: (وَإِذَا أَرَدْنَا أَنْ نُهْلِكَ قَرْيَةً أَمَرْنَا مُتْرَفِيهَا فَفَسَقُوا فِيهَا) (191).

وهكذا نجد أنّ أصحاب الثروات يقفون دوماً إلى جانب الحكومات الجائرة ضد الأنبياء ودعوتهم السماوية، وما

---

189 - جامع السعادات، ج 2، ص 50.

190 - سورة القصص: الآية 76.

191 - سورة الاسراء: الآية 16.

ذلك إلا للمحافظة على امتيازاتهم وعناوينهم ومكانتهم الاجتماعية، لأن الإيمان بالرسالة سوف يجردهم من هذه العناوين الوهمية، ويكون حالهم حال العبيد والطبقة الدنيا من الناس فهم في الدين شرع سواء، ولا فرق بين الناس لأجل هذه المظاهر الدنيوية، بل هو مطالب أن ينفق ثروته على الفقراء والمساكين وفي سبيل الله، ولذا من العسير أن تجد أحداً من أصحاب الثروات من آمن باخلاص وعن يقين.

أما حبّ المال في الأحاديث الشريفة فمذموم على الإطلاق، ومن ذلك قول الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم):  
«حب المال والشرف ينبتان النفاق، كما ينبت الماء البقل»<sup>(192)</sup>.

«شر أمتي الأغنياء»<sup>(193)</sup>.

«ما ذئبان ضاريان أرسلا في زريبة غنم بأكثر فساداً من حبّ المال والجاه في دين الرجل المسلم».  
وقال أمير المؤمنين (عليه السلام): «المال مادة الشهوات»<sup>(194)</sup>.

«المال وبال على صاحبه إلا ما قدّم منه»<sup>(195)</sup>.

«حبّ المال سبب الفتن»<sup>(196)</sup>.

«حبّ المال يقوي الآمال ويفسد الأعمال»<sup>(197)</sup>.

وعن الإمام الصادق (عليه السلام) أنه قال: «إنّ الشيطان يدبّر ابن آدم في كل شيء، فإذا أعياه جثم له عند المال فاخذ برقبتة»<sup>(198)</sup>.

---

192 - جامع السعادات - ج 2 - ص 46.

193 - المصدر نفسه.

194 - بحار الأنوار، ج 72، ص 67.

195 - غرر الحكم.

196 - غرر الحكم.

197 - غرر الحكم.

198 - بحار الأنوار، ج 73، ص 22.

وعنه (عليه السلام) أيضاً: «يقول إبليس لعنه الله: ما أعياني في ابن آدم فلن يُعييني منه واحدة من ثلاث: أخذ مال من غير حِلِّه، أو منعه من حقِّه، أو وضعه في غير وجهه»<sup>(199)</sup>.

\* \* \*

## 2. الحرص:

وهو الآخر من امتدادات وفروع حبِّ الدنيا، والمراد به: «الرغبة الملحة في جمع ما لا يحتاج إليه من الأموال من دون حدِّ يكتفي به».

فلو كانت له رغبة في الإدخار بشكل متعارف، فهو إنسان طبيعي، لأنَّه قد يحتاج إليها في وقت من الأوقات، ولكن إذا أفرط في الجمع والإدخار، أو كانت له رغبة ملحة في ذلك كان ذلك من الحرص المذموم وإن لم يكن له مال كثير، وليس في الحرص قسم ممدوح وآخر مذموم، بل هو صفة سلبية ومن أعراض حبِّ المال وآثاره، أو من نتائج ضعف الإيمان والركون إلى الدنيا.

إذن، فأسباب الحرص تختلف باختلاف الأشخاص ونفسياتهم، فمنهم من يكون الدافع له على الحرص حب المال والثروة.

ومنهم من يحرص على المال بدافع الشهوات، لأنَّ المال مادة الشهوات.

وثالث، يكون حرصه نابعاً من اعتماده على الأسباب الظاهرية في تحصيل القوت ولوازم المعيشة، وبما أنَّ الأسباب الظاهرية كالتجارة والمهن الحرّة والزراعة والصناعة أمور قلقة ومتزلزلة، ولا يمكن الاعتماد عليها دائماً في كفاية الإنسان ما يحتاج في معيشته،

لذا يصيبه الحرص والولع في الإدخار خوفاً من المستقبل.

والسبب الزّابح للحرص ما نجده في بعض الناس من منافسة الأغنياء واكتساب عنوان أغنى رجل، أو المليونير مثلاً كما هو السائد في ثقافة البلدان المتطورة.

وسبب خامس قد لا يشعر به المرء، وهو الرغبة في التعويض، وهو ما نلاحظه من حرص المسنين، وكأنما يريد تعويض ما فقدته من طاقات وحيوية الشباب، أو علامة على التشبث بالحياة التي آذنت شمسها بالمغيب، وقد ورد في الحديث عنه (صلى الله عليه وآله وسلم):

«يشيب ابن آدم وتشبّ فيه خصلتان: الحرص، وطول

الأمل» (200).

وقد يكون من أسبابه أيضاً المنع والحرمان في الطفولة من الماديات، وقد قيل: «المرء حريص على ما منع»، وهذا المعنى من الحرص عام يشمل المال وغيره. وهناك سبب أعمق من هذه الأسباب، بل هو الأصل فيها، وهو أنّ الإنسان بذاته حريص على كسب الكمالات، لأنّه ضعيف ذاتاً فيحرص على تحصيل القوة، وجاهل ذاتاً، فيحرص على فهم العلوم واكتشاف المجهول، وهذا المعنى من الحرص في اكتساب الفضائل جيد وضروري، إلاّ أنه غير متبادر من معنى الحرص والحريص في العرف، ولذا ورد الحرص في الروايات مطلقاً ويراد به الحرص المذموم.

### مساوي الحرص:

ويكفي في كونه سيئة أنّه علامة على ضعف اليقين والتوكل على الله تعالى في تقسيم الأرزاق بين العباد، واعتماد الإنسان على الأسباب الظاهرية في المعيشة، مع ما في ذلك من تعب ونصب وتلهّف على جمع الأموال،

والتحسّر على فوت الفرص المربحة، والقلق من المستقبل، وذلة السؤال والطلب في كثير من الحالات، فالحريص لا يتأبى من تعريض نفسه للمهانة والذلة فيما لو علم بوجود صفقة مربحة، وقد يجزّه الحرص إلى معاملات غير مشروعة، كالتهرّب من الضرائب، أو الربا، ومن كان هذا شأنه فسوف يجزّه الحرص إلى الاستهانة بكل القيم الأخلاقية والدينية في سبيل جمع المال وإدخاره، وقد ورد في الحديث الشريف عنه (صلى الله عليه وآله وسلم): «**منهومان لا يشبعان: طالب علم، وطالب مال**»<sup>(201)</sup>.

وقال الإمام الباقر (عليه السلام): «**مثل الحريص على الدنيا كمثّل دودة القز، كلّما ازدادت على نفسها لفاً كان أبعد منها من الخروج، حتى تموت غمّاً**»<sup>(202)</sup>.

## علاج الحرص

عندما يتصور الإنسان ما للحرص من مضار ومساوي، وأنه لا يقدم ولا يؤخر شيئاً عما قسم له من الرزق، ويتفهم أسبابه المتقدمة والأحاديث الشريفة التي تذم الحرص والحريص، ويرى سيرة الأنبياء (عليهم السلام) وليس فيهم إلا وتبرأ من الحرص ودعا الناس إلى تركه، ويكفي ما ورد في قوله تعالى:

(وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ، يَوْمَ يُحْمَى عَلَيْهَا فِي نَارِ جَهَنَّمَ فَتَكْوَى بِهَا جِبَاهُهُمْ وَجُنُوبُهُمْ وظُهُورُهُمْ هَذَا مَا كَنَزْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ)<sup>(203)</sup>.

وعندما يرى ما للقناعة - وهي ضد الحرص - من فوائد بدنية ونفسية، وراحة وكرامة وعزّ واحترام،

201 - بحار الأنوار، ج 73، ص 161.

202 - بحار الأنوار، ج 73، ص 23.

203 - سورة التوبة: الآية 34 و 35.

ويقرأ ما ورد في فضيلة القناعة من قوله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«أيها الناس، أجملوا في الطلب، فإنه ليس للعبد إلا ما كتب له في الدنيا، ولن يذهب عبد من الدنيا حتى يأتيه ما كتب له في الدنيا وهي راغمة»<sup>(204)</sup>.

وقال أمير المؤمنين (عليه السلام): «من قنع بما رزقه الله فهو من أغنى الناس»<sup>(205)</sup>.

وقال أمير المؤمنين (عليه السلام) أيضاً:  
«يا بن آدم، ان كنت تريد من الدنيا ما يكفيك، فإنّ أيسر ما فيها يكفيك، وإن كنت إنّما تريد ما لا يكفيك، فإنّ كل ما فيها لا يكفيك»<sup>(206)</sup>.

وغير ذلك من الأخبار الكثيرة الواردة في مدح القناعة وذم الحرص، فإذا تفكر في ذلك جيداً ورفض الحرص نظرياً في البداية، انتقل إلى المرحلة العملية لطرد هذه الصفة والرغبة من أعماق النفس وتطهير القلب منها، وذلك بعدة طرق:

منها: الاقتصاد في المعيشة وعدم الإسراف وشراء الأشياء غير الضرورية في الحياة من وسائل التجميل والتفاخر والزينة، فإنها تدفع بالإنسان إلى زيادة الحرص على تحصيل المال، والأخبار في ذلك كثيرة، قال الإمام الصادق (عليه السلام): «ضمنت لمن اقتصد ألاّ يفتقر»<sup>(207)</sup>.

والأمر الآخر هو تقوية حالة التوكل على الله تعالى، ويعتمد في المستقبل على فضله وكرمه ورحمته، لأنّه تعالى قد رزقه كل هذه السنين من عمره، فلا شك في أنّه سوف يرزقه فيما بقي منه، وقد قال تعالى:

---

204 – بحار الأنوار، ج 73، ص 23.

205 – بحار الأنوار – ج 69 – ص 399.

206 – الكافي ج 2 – ص 138.

207 – الكافي، ج 2، ص 138.

(وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا) (208) وقال  
تعالى:

(وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا، وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا  
يَحْتَسِبُ). (209)

ثم أنه يترك المنافسة للأغنياء ولأهل الدنيا في  
كثرة ما لديهم من الأموال والعقارات والثروات، فأنها  
عناوين وهمية، ولا ينظر إلى حياتهم ويقيس حياته مع  
حياتهم ومعيشتهم، بل ينظر في الامور المادية إلى من  
هو دونه فيزداد شكراً لخالقه ورضاً بما قسم له، ومن  
ذلك قول الامام الصادق (عليه السلام):

«انظر إلى من هو دونك، ولا تنظر إلى من هو فوقك  
في القدرة، فان ذلك أقنع لك بما قسم لك». (210)

\* \* \*

### 3. الطمع:

وهو: «تمني ملك الغير يكون له».

وهو ثالث امتداد لحب الدنيا ومن فروعه، وليس  
ضرره كسابقه: حب المال والحرص، فانه أمر طبيعي في  
نفس الإنسان إذا بقي في حدود المتعارف، ولكن مع ذلك  
ينبغي للمؤمن أن يطهر نفسه من هذا الميل النفساني  
لأضراره الكثيرة على شخصية الإنسان، حيث يوجب المهانة  
والذلة، لأن الرغبة الدنيوية بحد ذاتها تجر الإنسان  
إلى الدنيا، فكيف بالرغبة بما في أيدي الناس؟ فانها  
تعني توجه القلب إلى حظوظ الآخرين والغفلة عن حظ  
نفسه وما قسمه الله تعالى له، والغفلة عن طلب ذلك من الله  
تعالى سيما إذا اقترنت الرغبة هذه بالطلب وسؤال  
الناس ما في أيديهم، فانها توجب سقوط الشخص من أعين

208 – سورة هود: الآية 6.

209 – سورة الطلاق: الآية 2.

210 – بحار الانوار – ج 78 – ص 198.

الناس وانثلام عزّته وكرامته، وفي ذلك قال أمير المؤمنين (عليه السلام):

«استغن عمّن شئت تكن نظيره، وارغب إلى من شئت تكن أسيره، وأحسن إلى من شئت تكن أميره». (211)

وقال الإمام الباقر (عليه السلام): «بئس العبد عبد له طمع يقوده، وبئس العبد عبد له رغبة تذله». (212)

يقول النراقي (رحمه الله) في ضرر الطمع:

«والأخبار في ذمّ الطمع كثيرة، وكفى به ذمّاً أنّ كل طامع يكون ذليلاً مهيناً عند الناس، وأنّ وثوقه بالناس واعتماده عليهم أكثر من وثوقه بالله، إذ لو كان اعتماده على الله أكثر من اعتماده على الناس لم يكن نظره إليهم، بل لم يطمع من أحد شيئاً إلاّ من الله سبحانه» (213).

## علاج الطمع

في المرتبة الأولى لتطهير القلب من هذه الرذيلة لابدّ من التفكّر في سيئات الطمع المذكورة آنفاً، ويستنكر على نفسه تقبّل الذلّة والمهانة من أجل حطام الدنيا، ويزري عليها الرغبة بما في أيدي الناس، وقد قال تعالى: (ولا تمدنّ عينيك إلى ما متعنا به أزواجاً منهم زهرة الحياة الدنيا) (214).

وإذا أحسّ في نفسه المقت للطمع وعدم الرضا بهذه الصفة الخسيسة، فعليه أولاً أن يمزّن نفسه على عدم الاعتياد على شيء يوجب الطمع بما في أيدي الناس، فإذا اعتاد الفرد على التدخين مثلاً، واتفق أن نفذ ما عنده من التبغ ورأى شخصاً يدخن، طمع منه في لفافة،

211 - جامع السعادات - ج 2 - ص 106.

212 - بحار الانوار - ج 73 - ص 170.

213 - جامع السعادات، ج 2، ص 107.

214 - سورة طه: الآية 13.

وقد يذلّ نفسه ويسأله واحدة ممّا عنده، وهكذا إذا اعتاد على الملذات الأخرى التي لا تسمن ولا تغني من جوع، وأشدّ مصاديق الطمع ما يكون لدى أصحاب المخدرات.

ثم عليه أن يلاحظ ذلك من نفسه إذا طمع شخص فيما عنده، فماذا تكون ردود فعله سيما إذا كان ذلك الشيء محبوباً إلى نفسه؟ فكذلك الحال إذا طمع هو فيما عند الناس.

ثم يعالج الطمع بضده، وهو الاستغناء عمّا في أيدي الناس الذي يعتبر من الفضائل المحمودّة والخلال الجميلة في الإنسان، فقد روي عنه (صلى الله عليه وآله وسلم) أنّه قال:

«عليك باليأس عمّا في أيدي الناس فإنّه الغنى الحاضر»<sup>(215)</sup>.

وقال الإمام الصادق (عليه السلام):

«إذا أراد أحدكم ألاّ يسأل ربّه شيئاً إلاّ أعطاه، فلييأس من الناس كلّهم، ولا يكون له رجاء إلاّ عند الله، فإذا علم الله ذلك في قلبه، لم يسأل الله شيئاً إلاّ أعطاه»<sup>(216)</sup>.

\* \* \*

#### 4. البخل:

وهو «الإمساك حيث ينبغي البذل»، وهو من الرذائل الأخلاقية المشهورة، ولا يخلو أغلب الناس منه بشكل من الأشكال، وسببه حبّ المال والدنيا، ودناءة النفس وتعلقها بالمادة.

---

215 - جامع السعادات - ج 2 - ص 107 - عن الكافي والوسائل.

216 - المصدر نفسه.

وقد ورد ذم البخل كثيراً في الشريعة المقدسة وكتب علماء الأخلاق، منها قوله تعالى:

(وَلَا يَخْسِبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرٌ لَّهُمْ، بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ، سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخَلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ) (217).

وقال (صلى الله عليه وآله وسلم): «خصلتان لا تجتمعان في مؤمن: البخل وسوء الخلق» (218).

وقال (صلى الله عليه وآله وسلم): «الشح والإيمان لا يجتمعان في قلب واحد» (219).

والسبب في ذلك: أن الإيمان يدعو صاحبه إلى الإنفاق اتكالاً على ما عند الله تعالى وطمعاً في ثوابه، والبخل يدعو للإمساك اطمئناناً بالملك الحاضر وتشكيقاً بالوعد الإلهي، أو عدم المبالاة به.

وأما كون أغلب الناس بخلاء مع أننا لا نراهم كذلك في معاشراتهم الاجتماعية، فانما هو لأجل أن عطاءهم محفوف بالحسابات المادية ومقدار الربح والخسارة من هذا العطاء، فلا يبذل ما لديه إلا بعد أن يطمئن أن العائد في المستقبل أكثر، فعندما يقيم الموائد الحاتمية لا يعني أنه كريم، بل ليقول الناس عنه أنه كريم، فيكتسب عنواناً جميلاً أهم وأكثر فائدة من عنوان الثري، أو يبذل الأموال في بناء مدرسة أو مستشفى كذلك، أو يتصدق لحفظ نفسه من المرض والبلاء، أو يهدي شيئاً ثميناً إلى السلطان أو الوزير، وغير ذلك من العطاء المغشوش، فهذه النماذج كلها تجتمع مع البخل. أما «الكرم» الذي هو ضد البخل، فهو العطاء والبذل بدون مردود دنيوي للشخص الباذل، فالدافع له على ذلك هو مجرد حاجة الطرف الآخر، وهذا معنى

---

217 - سورة آل عمران: الآية 180.

218 - المصدر نفسه ص 111.

219 - المصدر نفسه - ص 111.

الإنسانية والخلق الكريم والجود الذي يعتبر من الفضائل لا كلّ عطاء وبذل.

**والسبب في البخل كما في سائر أخوته الأشرار هو، حبّ المال، وسوء الظن بالله تعالى وتقديره وكرمه، ونسيان الآخرة، والركون إلى الدنيا، وقد تمتد جذور البخل إلى زمن الطفولة أو إلى الوراثة، كما هو الملاحظ على كثير من الأطفال أنّهم إمّا بخلاء بطبعهم أو كرماء كذلك، وأحياناً يلعب المحيط والثقافة الاجتماعية دوراً هاماً في ترسيب وتوكيد مثل هذه الصفات، فالبدو يغلب عليهم طابع الكرم للظروف القاهرة التي تستدعي المزيد من التكاتف والتعاون، بخلاف محيط المدينة ولا سيّما في الثقافة المادية السائدة في الغرب حيث يعدّ من يتحمل عن أخيه وزميله وجبة عشاء في المطعم مجنوناً.**

**أمّا أضراره فكثيرة، منها أنّه يوجب استئثار الواجبات الدينية المتعلقة بالمال كالزكاة والخمس، ويدعوه إلى التفكير الجاد في حيلة شرعية للتخلص من الدفع، أو لا يدفع إطلاقاً، ويبعث على تنفّر الأخوان منه وابتعادهم عنه، والتضييق على العيال، وإشغال الفكر، وزيادة الحجب على القلب وموت العواطف الإنسانية وإنعدام الشفقة والرحمة على البؤساء والمساكين، وأخيراً يوجب البعد من الله تعالى، لأنّ الله كريم يحبّ الكرماء، وفي الآية المذكورة آنفاً تحذير وتهديد شديد للبخلاء بأن مصيرهم إلى النار.**

## علاج البخل:

أمّا علاجه فهو علمي وعملي كما في سائر الأمراض القلبية.

أمّا **العلمي والنظري** فإن يتفكّر في مساوي البخل وأعراضه السلبية التي مرّت آنفاً وخاصة المعنوية

والأخروية منها وأنه إذا أراد نيل القرب من الله تعالى عليه أن ينبذ هذه الصفة الذميمة ويزكي نفسه منها، وكذلك يتصور ما للسخاء والكرم من فضيلة وثواب ومراتب تكاملية في إنسانيته، وما فيه من كسر طوق الأنانية والتخلص من النفس الأمارة التي هي أعدى أعدائه، وما فيه من تقوية الجانب المعنوي والقطب الموجب فيه، وكذلك ما يجلب له من المحبة في قلوب الناس والاحترام والتقدير أكثر مما يجلب له عنوان «الثري»، مضافاً إلى الثواب الأخروي والدرجة السامية في الجنة، فقد ورد في الأحاديث الشريفة عنه (صلى الله عليه وآله وسلم):

«انّ السخي قريب من الله، قريب من الناس، قريب من الجنة، بعيد من النار»<sup>(220)</sup>. وقوله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«إنّ الله جواد يحبّ الجواد، ويحبّ معالي الأخلاق، ويكره سفاسفها»<sup>(221)</sup>.

وقال الصادق (عليه السلام) لبعض أصحابه: «ألا أخبرك بشيء تقرب به من الله وتقرب من الجنة، وتباعد من النار؟ فقال: بلى، فقال (عليه السلام): عليك بالسخاء، وقال: خياركم، سمحاؤكم، وإنّ البار بالاخوان ليحبّه الرحمن، وفي ذلك مرغمة للشيطان، وتزحزح عن النيران ودخول الجنان»<sup>(222)</sup>.

والأخبار في ذلك كثيرة ومتواترة. أمّا المرتبة العملية من العلاج فهو التدرج في البذل والتشبه بالكرماء، فانه ما تشبهه إنسان يقوم إلا كاد أن يكون منهم، وليستعمل في ذلك أسلوب الإيحاء الذاتي وإقناع النفس، فان أبت عليه، فدواؤه الإسراف

---

220 – بحار الأنوار، ج 73، ص 308.

221 – جامع السعادات – ج 2 – ص 113.

222 – جامع السعادات – ج 2 – ص 116.

وبذل جميع ماله بدون حساب حتى يصل إلى نقطة الصفر، فأنه ما دام يملك رصيماً مالياً وقد اعتاد لسنوات على حالة البخل وحسابات الربح والخسارة، فأنه يعسر عليه الإفلات من قبضة ذلك الرصيد والحالة النفسية المقارنة له، فالإسراف هنا ممدوح وضروري لعلاج هذه الحالة، وليعلم أنه إذا خسر رصيده وثروته في بذلها وانفاقها فإنه سيربح عوضاً عنها صفة إنسانية جليلة وهي الكرم والجود، وسيخلص من صفة قبيحة ورذيلة أخلاقية وهي البخل، مضافاً إلى أن الله تعالى سوف يعوّض خسارته المادية هذه في الدنيا، وينال درجة سامية في الآخرة. وبعد فترة من البذل والإسراف إذا وجد من نفسه أنه تخلّص من حبّ المال الشديد والبخل فليرجع إلى الحدّ الوسط بين البخل والإسراف، وهو أن يضع الأموال حيث أراد الله تعالى وفي مساعدة المحتاجين والمعسرين؛ لأنّ القرآن الكريم يقول في وصف المؤمنين والعارفين:

**(وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا).** (223)

ويقول النراقي (رحمه الله) في علاج البخل:

«ولو كان مرض البخل مزمناً غير مندفع بما مرّ، فمن معالجاته أن يخدع نفسه بحسن الإسم والإشتهار بالجود، فيبذل على قصد الرياء حتى تسمح نفسه بالبذل طمعاً في الإشتهار بصفة الجود، فيكون قد زال عن نفسه رذيلة البخل واكتسب خبث الرياء، ولكنه يتعطف بعد ذلك على الرياء ويزيله بعلاجه، ويكون طلب الشهرة والإسم كالتسلية للنفس عند فطامها عن المال، كما يسلي الصبي عند فطامه عن الثدي باللعب بالعصافير وغيرها لا لكون اللعب مطلوباً بذاته..» (224).

223 – سورة الفرقان: الآية 67.

224 – جامع السعادات: ج2، ص 120.

ولكن هذا الاسلوب في علاج البخل لا يخلو من تأمل، ويحتمل أن يكون ذلك من خداع النفس له وهو يتصور أنه خادعها، لأن النفس بعد أن تشعر بتبرّم صاحبها من البخل تخاف من إنفاقه في سبيل الله مما يؤدي إلى تقوية النفس الحقيقية ضدها، فتوحي إليه بهذا الأسلوب ليبقى الإنسان يدور في فلکها، ويخرج من سجن البخل ليقع في سجن الرياء كالمستجير من الرمضاء بالنار، ومعلوم أن الرياء أخطر من البخل لأنه شعبة من النفاق وخداع الناس، فيخسر بذلك ماله وثروته، ويبقى في أسر النفس الأمارة، وهذا غير ما ذكرنا من العلاج بصد البخل وهو الإسراف، لأن الإسراف ليس فيه نفاق أو خداع للناس، أي أن «الأناء» لا تنتفع منه شيئاً ولا ينقل الشخص معه من عنوان وهمي آخر أشد وهمية منه، فلا بدّ في العلاج من التخلص من قبضة النفس الأمارة وفخاخها العديدة من العناوين البراقة، لا أن يخرج من الباب ليدخل من الشباك كما يقول المثل.

ومن الأساليب النافعة في علاج البخل أن يصادق الكرماء ويستمع إلى حكاياتهم وقصص المشهورين بالكرم، فإنّ النفس تميل تدريجياً إلى محاكاتهم ومنافستهم، وهذه طريقة مجرّبة في كثير من أمراض القلب ورذائل الأخلاق.

ومن الأساليب العلاجية أيضاً، استبدال لذّة الإدخار وجمع الأموال بلذات دنيوية مشروعة ك شراء الأثاث والسيارة الفارهة والسفر مع الأهل أو الأصدقاء إلى أماكن للسياحة والاصطياف أو إلى البلدان الأخرى وأمثال ذلك، فإنّ النفس قد لا ترضى ببذل المال على الآخرين، ولكنها توافق بتعويضه بلذات من هذا القبيل فيتخلص الشخص من لذّة جمع الأموال التي هي أحد أسباب البخل المهمة.

وبما أنّ من أسبابه هو تخويف الشيطان للإنسان من الفقر (الشَّيْطَانُ يَعِدُّكُمْ الْفَقْرَ) <sup>(225)</sup>، فينبغي له أن يتهرب من هذه الوسوس ويستعيد بالله من الشيطان الرجيم كلّما مرّ في ذهنه مثل هذه الخواطر السوداء:  
(إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ). <sup>(226)</sup>

\* \* \*

## 5. الجبن:

وهو من فروع حب الدنيا والخوف من الموت والخوض في الشهوات ودناءة النفس، وقد ذكر علماء الاخلاق في تعريف الجبن بأنه: «سكون النفس عما يستحسن شرعاً وعقلاً من الحركة إلى الانتقام أو شيء آخر» <sup>(227)</sup>. ونقاط الضعف في هذا التعريف واضحة، فانه يشمل عدم الغيرة أيضاً، لأن سكون النفس مع عدم ذكر الدافع الكامن وراءه يستوعب مصاديق وافراداً كثيرة ومتباينة كما هو واضح. فقد يكون السبب هو الجهل أو عدم الغيره، أو الجبن، أو لغفلة، فإن في كل هذه الموارد تسكن النفس ولا تتأثر بالمؤثرات الشرعية والعقلية. ثم إن الجبن قد يكون مصحوباً بانفعال شديد وخوف وفزع، وهذه الحالات لا تتلاءم مع مفهوم سكون النفس، وكذلك استخدام كلمة «الانتقام» في التعريف غير مناسبة لما فيها من مفهوم رد الفعل المقارن للانفعال السلبي وبدافع من الحقد، وليست كل موارد الشجاعة تكون مصحوبة بهذه الحالة النفسية، وهكذا في استعمال كلمة «شيء آخر» التي لا تستخدم في التعاريف المنطقية اطلاقاً لغموضها وسعتها.

---

225 – سورة البقرة: الآية 278.

226 – سورة الاعراف: الآية 201.

227 – جامع السعادات، النراقي، ج1، ص 209.

فالا فضل أن نقول بأن الجبن عبارة من : «انفعال نفسي سلبي رادع للفرد لدى مواجهته تهديداً خارجياً» .  
فقولنا: انفعال نفسي يحكي عن الحالة النفسية للجبن وانها من مقولة الانفعال ورد الفعل، لا الفعل ابتداءً، أي أنه ناشيء عن مؤثرات خارجية .  
أمّا «السلبي» فلتمحض الجبن بالرديلة الأخلاقية في مقابل الخوف الذي قد يكون سلبياً كما في الجبن، وقد يكون إيجابياً كما في الخوف من الله أو من الخطر على الأمة أو الأهل وما شكل ذلك حيث يشكل الخوف دافعاً ايجابياً للفرد لإتخاذ التدابير اللازمة لمواجهة الخطر، وليس كذلك الجبن، و بعبارة أخرى: هو الخوف السلبي فقط، فلا يطلق على الخوف من الله مثلاً أنه جبن .  
أمّا أنّه «رادع للفرد» فلماهية الجبن وأنه قوة مثبّطة لا دافعة، وقوة رادعة لا محرّكة، لأن بعض الإنفعالات السلبية كالحسد مثلاً تدفع الإنسان إلى القيام بعمل مضاد وتحركه ضد الطرف المقابل، وليس كذلك الجبن، فإنه يعيق الفرد عن كل نشاط ويشلّه عن المحركة، فهو بمثابة الفراميل لقوة الغضب .  
هذا، والجبن يكون مسبقاً دائماً بمؤثر خارجي يهدد الشخص في حياته، أو كرامته، أو شخصيته الاجتماعية، أو متعلقاته .

### تأثيره في حياة الفرد والمجتمع

مما لا شك فيه أن الحياة بصورة عامّة، والحياة الاجتماعية بصورة خاصّة تتطلب مقداراً من الشجاعة والجرأة لممارسة النشاطات والفعاليات المختلفة لدرأ الضرر والخطر، وكذلك لجلب المنفعة وسلوك طريق التكامل المادي والمعنوي، وفي كل هذه الموارد يشكل الجبن عائقاً سلبياً يعيق الفرد عن كل نشاط إيجابي وفاعلية مفيدة له وللآخرين، فتارة يعيقه عن الترقى

في سلّم المراتب الاجتماعية، وأخرى يعيقه عن دفع الضرر الحتمي المتوجّه إليه، يقول «النراقي» في جامع السعادات، ج 2:

«ويلزمه - أي الجبن - من الإعراض الذميمة مهانة النفس والذلة، وسوء العيش. وطمع الناس فيما يملكه، وقلة ثباته في الأمور، والكسل وحب الراحة، ويوجب الحرمان عن السعادات بأسرها وتمكين الظالمين من الظلم عليه، وتحمله الفضاغ في نفسه وأهله...»  
فما أكثر الأشخاص الذين يتمتعون بذكاء وقابلية ومكانة اجتماعية، إلا أنهم لم ينفعوا بها في حياتهم الاجتماعية، ولم يحاولوا الترقى والتكامل في مجادلات الحياة المختلفة لإفتقادهم الجرأة والشجاعة اللازمة...

وما أكثر المجتمعات البشرية التي رضيت بالذل والهوان والاستعباد للاجنبي لأنها جبنّت عن مواجهة الأعداء وقتالهم، وافتقدت الرجال الشجعان الذين يدافعون عن حياضها وكرامة أفرادها... وقد نرى ما حلّ بالمجتمعات الإسلامية على الخصوص بسبب الجبن و الخوف من العدو الخارجي أو السلطان الجائر العميل للاجانب...

ورأينا أن جماعة من المسلمين قد انقلبوا إلى منافقين لمجرد أنهم تخاذلوا عن المشاركة في الجهاد وفضلوا أن يكونوا من الخوالف فطبع الله على قلوبهم كما أخبر القرآن الكريم بذلك...

ورأينا ونرى أن اغلبية الناس لم تستجب لدعوة الأنبياء (عليهم السلام) وفضلت البقاء على عبادة الأوثان والعقائد الخرافية الأخرى لمجرد أنهم افتقدوا الجرأة على مخالفة التقاليد الموروثة، وخافوا من سلطان الواقع المريض.

وفي مقابل ذلك نجد أن السمة البارزة للأنبياء والمصلحين وقادة الثورات الإنسانية والفكرية هي الشجاعة الفائقة في مواجهة الخطأ والزيغ وقوى الانحراف، بل إن هؤلاء لولا شجاعتهم لما استطاعوا أن يحققوا أي نجاح وموفقية، ولما كتب لهم أن يكونوا قادة وقدوة للمجتمعات البشرية...

### أسباب الجبن:

لا شك أن حب الدنيا هو الأساس والمحور لهذا النقص النفساني وأمثاله من الأمراض القلبية والأخلاقية، إلا أنه لا بد من التفصيل والتوغل في بعض التفريعات الضرورية وعدم الإكتفاء بالعلّة المذكورة على عمومها وشمولها، لا سيما وإن بعض مسوغات الانتحار الجبن، أي أن يجد الإنسان نفسه محاصراً بالأخطار والمشاكل المرهقة، فيفضل الانتحار على مواجهتها والتصدي لها لأنه لا يجد في نفسه الجرأة الكافية على المقاومة وتحمل الخطر، وهذا المعنى قد يتقاطع مع ما ذكرنا من محورية حب الدنيا لجميع هذه النواقص الاخلاقية والامراض القلبية.

أحياناً يكون **حب الدنيا** والخوف من الموت هو السبب في الجبن، كما رأينا في المنافقين الذين رضوا بأن يكونوا مع الخوالب خوفاً من الجهاد والقتل في سبيل الله.

وأحياناً أخرى يكون **للضعف النفسي** دوراً في تكريس حالة الجبن في الإنسان، وينشأ هذا الضعف النفسي أو ضعف الشخصية عادة من سوء التربية والشعور بالدونية والحقارة، وهذا الشعور السلبي يقتل في الفرد الشعور بالعزة والكرامة والشرف التي تترشح منها صفة الشجاعة والجرأة والرغبة في التأثير فتكون النتيجة أن يفضل هذا الشخص الخنوع والذل والحياة المهينة،

وبعبارة أخرى: أنه لا يجد في نفسه دافعاً نفسياً للتصدي للظلم والعدوان.

**وثالثة:** لا يكون سبب الجبن حب الحياة لنفسه، ولا ضعف الشخصية، بل للمتعلقات الدنيوية كالزوجة والاولاد والاموال وما شاكل ذلك، وقد ورد في النبوي الشريف: **«الولد مجبنة ومبخلة»**.

فكثيراً ما يكون الإنسان في حالة العزوبة أكثر شجاعة وجرأة بعد الزواج وتشكيل الاسرة، لأنه يحسب حينئذ حسابات جديدة وروابط اجتماعية وأخلاقية لا تتناغم مع مقولة الشجاعة.

القرآن الكريم يصرح بأن كثرة الأموال والثروة تؤدي إلى الجبن:

**«..(وإذا أنزلت سورة أن آمنوا بالله وجاهدوا مع رسوله . استأذنك أولوا الطول منهم وقالوا ذرنا نكن مع القاعدين)»** (228).

وهذه إشارة إلى أن علة الجبن وعدم المشاركة في القتال أنهم **«اولوا الطول»** والثروة.

**ورابعة:** تلعب الحكومات الجائرة وأساليبها اللانسانية دوراً كبيراً في زرع الجبن وأماتة روح الكرامة لدى الامة، كما قال تعالى عن فرعون: **(واستخف قومه فأطاعوه)** (229).

والحقيقة أن الدافع للحكومات المستبدة على الإستخفاف بالناس واحتقارهم هو تحقيق المزيد من الطاعة العمياء لها. لأن الشعب إذا شعر بالكرامة فقد يلجأ إلى الإعتراض وتدور في ذهنه استفهامات عن شرعية هذه الحكومة مما يشكل خطراً أكيداً على استمراراً حكومة الطاغوت. وبتحقيق موضوع الطاعة العمياء يتمكن الحاكم الجائر أن يستغل الجيش في تحقيق مآربه

العدوانية على الشعوب الضعيفة، فيكون الجيش آلة مسخرة بيده كما في الجيش النازي أو الجيش الأحمر وأمثالهما. وبعبارة أوضح: إن هذه الحكومات تريد أن تخلق صفة الشجاعة في أفراد الجيش من قناة الجبن ومن أسلوب تخويف الأفراد من القتل والإعدام في حالة الهرب وعدم تنفيذ الأوامر، وكما قلنا في الإنتحار أنه قد يكون معلولاً للجبن، فذلك قوى الجيوش المستكبرة والطاغوتية قد تكون وليدة الجبن.

وهذا المعنى قد يكون ذا فائدة في موارد خاصة وموقته، إلا أنه لا يمكن الاعتماد عليه على المدى البعيد، لأن مثل هذه الجيش القائم على أساس الإرهاب وخوف العقوبة قد يخيب الآمال في لحظات حرجة، وفي ساعات الأمن من العقاب، ويفضل الإستسلام في أقرب فرصة إلى العدو. كما وأن التاريخ يؤكد غلبة القلة المؤمنة دائماً على الكثرة الكاثرة لجيوش من هذا القبيل.

**والخامس:** من الأسباب التي تدعو الإنسان للجبن والتخاذل هو العوامل الوراثية، فقد اثبتت البحوث النفسانية أن الصفات الاخلاقية تنتقل من خلال الوراثة أيضاً كما هو الحال في الصفات البدنية، ويؤيد هذا ما ورد عن شجاعة بني هاشم مثلاً. وكذلك عندما طلب الإمام علي(عليه السلام) من أخيه عقيل أن يخطب له امرأة قد ولدتها الفحول العرب، وكان الهدف أن تلد له أبناء شجعان. مما يعزز مقولة أن الشجاعة من الصفات التي تنتقل بالوراثة، فذلك الجبن.

## العلاج:

بعد أن استعرضنا قبساً من أضرار الجبن في حياة الفرد والمجتمع، وتطرقنا إلى بيان أسبابه، تصل النوبة إلى علاجه بعد أن رأينا أنه خلّة سلبية فحسب،

وأنه من مقولة التفريط في قوة الغضب كما يقول الفلاسفة وعلماء الاخلاق... يقول الشيخ «النراقي» في «جامع السعادات»:

«وعلاجه بعد تنبيه نفسه على نقصانها وهلاكها، أن يحرك الدواعي الغضبية فيما يحصل به الجبن، فإنّ القوة الغضبية موجود في كل واحد، ولكنها تضعف وتنقص في بعض الناس فيحدث فيهم الجبن، وإذا حُرِكت وهُيِّجت على التواتر تقوى وتزيد، كما أن النار الضعيفة تتوقد وتلتهب بالتحريك المتواتر. وقد نقل عن الحكماء أنهم يلقون أنفسهم في المخاطر الشديدة والمخاوف العظيمة دفعاً لهذه الرذيلة، ومما ينفع من المعالجات أن يكلف نفسه على الخاصمة مع من يأمن غوائله تحريكاً لقوة الغضب، وإذا وجد من نفسه حصول ملكة الشجاعة فليحافظ نفسه لئلا يتجاوز ويقع في طرف الأفراط»<sup>(230)</sup> انتهى كلامه قدس سره.

ولكن هذا الكلام لا يخلو من تأمل ومناقشة، والأفضل في مقام العلاج ماتقدم من أن هذه الامراض القلبية لا بدّ لعلاجها من القضاء على أسبابها ومحاصرة عللها، وإلا فلا نفع في أي علاج ودواء من بقاء السبب.

أما قوله: أن يحرك الدواعي الغضبية... فنحن لا نظن أن الجبان تنقصه قوة الغضب، ولكن النقص والخلل في كيفية الاستفادة من قوة الغضب هذه، فمثلاً نجد الجبان في الغالب سريع الغضب وحاد المزاج مع زوجته وأطفاله أو مع من هو تحت سيطرته كالضابط بالنسبة إلى جنوده والمدير بالنسبة إلى موظفيه، بعكس الشجاع الذي يغلب عليه الحلم والصفح عن من هو أضعف منه.

مضافاً إلى أنه تقدم في تعريف الجبن أنه قوة رادعة للطاقات الإيجابية وبمثابة الفرامل والكوابح، فبمجرد رفع المانع وأزالة الكابح يتسنى لقوة الغضب

أن تفعل فعلها دون حاجة إلى إثارتها وتحريكها،  
وبعبارة أخرى: ليس منشأ الجبن أن القوة الغضبية قد  
تزيد وتنقص كما يدعي. بل إن النفس تقوم بتحويل قوة  
الغضب واستغلالها في غير مواردها الطبيعية.  
والصحيح في مقام العلاج كما ذكرنا مراجعة الأسباب  
وقلع المرض من جذوره، وهذا هو الوارد في الروايات  
الشريفة الإشارة إليه، فقد جاء في إحدى الروايات أن  
رجلاً سأل أباذر: لماذا تخشى من الموت؟ فاجابه: هل  
لديك مال؟ فقال: نعم، قال: فقدمه أمامك (أي تصدق  
به) يسبقك إلى الجنة، لأن الإنسان يخاف مغادرة  
العمران إلى الخراب، وقد عمرتم دنياكم واخرتكم  
آخرتكم،

وتقدم من أسباب وبواعث الجبن ضعف الشخصية  
والشعور بالحقارة والدونية، وقد تقدم الكلام في علاج  
هذه الظاهرة السلبية لدى الأفراد، فلا بد من السعي إلى  
إزالة هذا الشعور والإحساس وغرس الشعور بالكرامة  
والتشخص واحترام الذات مما يولد لدى الفرد انفعالاً  
قوياً لدى التعرض للاهانة يدفعه إلى تلافى هذا العدوان  
والتصدي له بالطرق المشروعة المتعارفة، وهذا المعنى  
لا يقتصر على المؤمنين فحسب فالشجاعة أمر مطلوب لكل  
إنسان والجبن مرفوض كذلك في جميع المذاهب السماوية  
والبشرية، ولذلك قد يكون المؤمن جباناً، والكافر  
شجاعاً، وبالعكس. إلا أن المؤمن يمكنه الاستفادة من  
إيمانه لإزالة مرض الجبن بأسرع صورة وأفضلها، أي  
الشجاعة الحكيمة، فبواسطة الإيمان والإلتزام بالشريعة  
المقدسة فإنه لا يستخدم شجاعته في غير محلها، بل  
يحاول تجميع الطاقات الشجاعة وصرفها في خدمة  
البشرية، بمعنى أنه يكظم غيظه ويعفو عن الآخرين في  
موارد العدوان على الذات وأهانته شخصياً، وحينئذ سوف  
تتضاعف شجاعته في مورد الدفاع عن الحق العام

ومظلومية الناس كما هو الحال في شجاعة الأنبياء والمصلحين.

بينما الشجاعة في غير المؤمن تقتصر على دفع الخطر الفردي، أو ما يتعلق بشخصية الفرد من أهله وأمواله ووطنه وأمثال ذلك، وقد يستخدم هذه الشجاعة في الدفاع عن الباطل من قبيل دفاع عبدة الأوثان عن عقيدتهم، أو أفراد الجيش المعتدي عن وطنه وقوميته. وعلى كل حال، فالمؤمن لا بد له من دفع رذيلة الجبن عن نفسه حتماً. لأنها لا تتلاءم مع الإيمان إطلاقاً، كما قال رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم):

«لا ينبغي للمؤمن أن يكون بخيلاً ولا جباناً»<sup>(231)</sup>

وليتفكر بدقة في أضرار الجبن وأنه بإمكانه أن يخرج من الدين لا سيما وأن الإسلام والقرآن والمجتمعات الإسلامية تتعرض في هذا العصر إلى أزمة تخاذل المسلمين وجمودهم في نطاق الاذعان بالواقع المتخلف المفروض عليهم من قبل الدول الإستكبارية. ثم إنه يتفكر في موارد الجبن فيرى أنها جميعاً وهم وخيال لا أكثر، فالجبن لا يدفع الأجل إطلاقاً، وكم من الجنباء ماتوا بسبب خوفهم وجبنهم، بينما بقي الشجعان أحياء بسبب شجاعتهم، فالأجل بيد الله تعالى، أما الخوف من الضرر وإصابته بالمكروهات فناشيء من تصور القدرة المستقلة للأشياء والأسباب، ولو تعمق في إيمانه لرأى أن كل سبب وقانون طبيعي لا يؤثر إلا باذن الله تعالى، فلماذا يخاف الآخريين ويخشاهم؟ وقد حكى لنا القرآن الكريم من سيرة الأنبياء (عليهم السلام) ما يثبت به قلوبنا على الإيمان، من قبيل تصدي ابراهيم (عليه السلام) لتحطيم الاوثان وتوقف النار عن فعلها الطبيعي وهو الاحراق، ونماذج كثيرة جداً من هذا القبيل تحكي كلها عن نصره الله تعالى للمظلومين

والمؤمنين الذين نزعوا عن قلوبهم سربال الجبن  
وتصدوا للظلم والظالمين بقلوب فولاذية مليئة الايمان  
والتوكل على الله تعالى.

\*

\*

\*

## الرابع: العجب

وهو الرابع من أمراض القلوب، قيل في تعريفه: «هو إعظام النعمة والركون إليها مع نسيان إضافتها إلى المنعم»<sup>(232)</sup>.

ولكن هذا التعريف يشمل العجب وغيره، أي ما كان للنفس وغيرها، فالأولى في التعريف أن يقال: «هو إنفعال نفسي مريح يحصل من رؤية ما يتصوره إمتيازاً له من الصفات والأفعال والمتعلقات».

وبهذا يختلف عن التكبر الذي يلزمه وجود شخص آخر يتكبر عليه، أما العجب فلا يحتاج إلى وجود الآخرين، بل حتى لو كان لوحده ورأى لنفسه من الصفات والأفعال الجميلة، وتصور أنها نابعة من ذاته، أي مع نسيان مصدر الخيرات وهو الله تعالى، فإنه تحصل لديه نشوة وغرور بجماله مثلاً، أو ذكائه، أو قوته وشبابه، أو كثرة أمواله، أو أعماله الصالحة من عبادات وخيرات ومبرات، أو بسلطانه وكثرة جنده وحاشيته وشوكته، وغير ذلك.

وكذلك لا يشمل الشخص الذي يرى لنفسه هذه الفضائل، ولكنه لا ينسى أنها من الله تعالى، ولولا توفيقه وتأييده لما تسنى له الحصول على واحدة منها، أي أنه لا يرى لنفسه شيئاً منها بدون التأييد والإمداد الإلهي له، وهذا شأن المؤمن العارف بنفسه.

والمصداق الخارجي لكلا النحويين من السلوك ما يحكيه القرآن الكريم عن شخصيتين أنعم الله عليهما،

أحدهما ابتلي بالعجب وتصور أنّ هذه النعمة منه بالاستقلال، وهو قارون:

(قَالَ إِنَّمَا أُوتِيْتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِنْدِي) (233).

والآخر سليمان (عليه السلام) الذي أوتي من الملك والسلطان ما لم يؤت أحد مثله، حيث قال لما سمع كلام النملة:

(فَتَبَسَّمْ ضَاحِكًا مِّنْ قَوْلِهَا، وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ ..) (234).

### مراتب العجب:

ومن خلال التعريف المذكور يتبين لنا أنّ العجب على مراتب: فمنه: العجب بالصفات الجميلة من جمال وقوة وذكاء وغير ذلك، أو ما يتصور أنه من الصفات الجميلة وليس كذلك في الواقع، كما في بعض الأشرار الذين يفخرون لشراستهم وقساوة قلوبهم.

ومنه: العجب بالأفعال الحميدة كالعبادة، والمهارة في عمل من الأعمال كجودة الخط والرسم والنحت والتأليف والسباحة وما شاكل ذلك، وهذا أيضاً لا يلزم أن تكون أفعاله حميدة في الواقع، بل في خلدّه وظنّه أنّها كذلك حتى وإن كانت من الرذائل في الواقع، كما في الكثير من المخادعين والمحتالين المغرورين بأعمالهم الشنيعة، وكذلك المهرجين والمغنين والمطربين والراقصات والسحرة والمشعوذين الذين يملكهم العجب بأعمالهم ويفخرون بها ويعتبرونها امتيازاً لهم، ولذا ورد في التعريف: «رؤية ما يتصوره امتيازاً له».

233 – سورة القصص: الآية 78.

234 – سورة النمل: الآية 19.

والثالث من مراتب العجب: هو العجب من متعلقات الإنسان، كالاftخار بالنسب والوطن والعرق وكثرة الأولاد وأمثال ذلك، فقد يصيب الإنسان العجب من شرفه العائلي وأنه من عائلة عريقة أو أنه ابن فلان الوزير أو العالم أو من العشيرة الفلانية، أو يكون العجب من كثرة أولاده، أو أنّ ابنه صار رئيساً أو عالماً وغير ذلك، فهذه الأمور ليست بصفات لنفس الإنسان ولا أعماله، بل متعلقاته، وهو أقبح أنواع العجب، ولذا قيل: ليس الفتى من قال كان أبي\*\*\* إنّ الفتى من قال ها أنذا

\* \* \*

### العجب من منظار علماء النفس

لم يرد العجب في أبحاث علماء النفس على أساس أنّه إنفعال سلبي أو مرض نفسي، بل بالعكس، فهو أمر مطلوب وضروري لتوكيد الذات والشعور بالتقدير لها، أي أنّ على الفرد السعي لاكتشاف إيجابياته من الصفات والأفعال والمتعلقات والتأكيد عليها وتقويتها لأنّ ذلك يبعث على الاعتماد على النفس، والاعتماد على النفس من الأصول النفسية الضرورية لنجاح الفرد في حياته الفردية والاجتماعية.

ويرى بعض الباحثين المسلمين أنّ هذا المعنى يتلاءم إلى حدّ كبير ما في التصور الإسلامي من عزّة المؤمن وكرامته والمنع من تعريضها للمهانة والإذلال، والقرآن الكريم يؤكّد هذه الحقيقة في قوله تعالى:

(وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ). (235)

ولكن بين التصور الأرضي والتصور الإسلامي لهذه المسألة فرقاً جوهرياً، بحيث أنّ الرؤية الإسلامية لا

تستلزم العجب ولا تبطل بمساوئه، بخلاف النظرة المادية في علم النفس، وهذا بحاجة إلى دقة وتفصيل للموضوع والبحث في حقيقة العجب من الناحية النفسية. والسبب الذي دعا الباحثين المسلمين إلى تأييد نظرية المدرسة الغربية في هذا المجال هو أنّ مقولة الاعتماد على النفس تكاد تكون من بديهيات علم النفس، ولذا سعوا في العثور على مؤيدات من المتون الإسلامية وكلمات العرفاء وعلماء الأخلاق المسلمين.

أمّا الاعتماد على النفس في كلمات علماء الإسلام، فلا نجد له عيناً ولا أثراً في كتبهم ودراساتهم، ولكن هذا لا يعني تخطئة هذا المبدأ من ناحية أصولية، فالجميع يقرّ هذه الحقيقة، وهي أنّ الاعتماد على الآخرين أو عدم الثقة بالنفس له مردود سلبي في حياة الإنسان، ويؤدي به أن يكون إتكالياً وأن يلقي كلّه على الناس.

وكذلك يفهم من كلماتهم مقبولية مبدأ الاعتماد على النفس إذا كان طولياً بعد الاعتماد على الله والتوكل عليه. أمّا الاعتماد على النفس من دون ذلك كما يراه علماء النفس الماديون الذين لا يؤمنون بالقوة الغيبية، فهو مذموم في التصور الإسلامي مطلقاً، وهذا هو الذي أشار إليه القرآن الكريم في قصة قارون حيث قال: **(قَالَ إِنَّمَا أُوتِيْتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِنْدِي)** (236). فاعتمد على نفسه وعلمه من دون ربطه بالقدرة السماوية، وقد ذمّه وشنّع عليه القرآن الكريم لذلك.

ونخلص من ذلك إلى أنّ رؤية الشخص لملكاته وصفاته الجيدة ومعرفة طاقاته وقدراته لا يستلزم العجب في الثقافة الإسلامية، بعكس النظرة الغربية المنقطعة عن السماء، وما ذكر في المتون المقدسة من الشرف والكرامة والعزة للمؤمن لا يعني أنّه يتيه بها ويصيبه الغرور والعجب من جزائها، لأنّ هذه السمات الجميلة

تكون للمؤمن بسبب إيمانه وارتباطه بالغيب، فإذا تملكه العجب ورأى لنفسه هذه المكرمات بالذات فقد خدع نفسه وليس له في حقيقة الإيمان محل من الإعراب، وبعبارة أخرى: إنّ العزّة والكرامة هي للنفس الحقيقية والروح المقدسة في الإنسان وهي متصلة ذاتاً بالحق جلّ وعلا، وليست هذه السمات الايجابية والصفات الكريمة هي للنفس الفردية في المؤمن حتى يصيبه العجب ويرى أنّها له ومن شأنه على نحو الاستقلال.

\* \* \*

### العجب بالنسبة للمؤمن:

يبتلي كافة الناس بالعجب بشكل من الأشكال، ولكن إبتلاء المؤمن أخطر وأدق، والسبب في ذلك أنّ الشيطان والنفس الأمارة لا يدعوان المؤمن إلى ترك الصلاة والفجور وشرب الخمر ولعب القمار والربا وأمثالها، لأنّ المؤمن لا ينقاد إلى هذه الأساليب المحرمة، وإيمانه يحجزه عن ذلك، فكيف يتسنى لعدو الإنسان الباطني أن يجزّه إلى الهاوية؟

إنّ أفضل طريق لذلك هو العجب، لأنّ المؤمن إذا أعجبه من نفسه شيء أو من أعماله وأخلاقه فسوف يكون ذلك بداية الانحراف وينسى نقائصه وذنوبه، ولا يعمل بجدية على تهذيب نفسه وتزكيتها ما دام راض عنها، وبذلك تحبب أعماله الصالحة أيضاً، لأنّه غفل عن مصدر الخيرات ونسبها لنفسه ورآها من نفسه.

والحقيقة أنّ الإنسان مرآة للجمال الإلهي، فكل ما فيه من إيجابيات وخصال حميدة فهي إنعكاس لذلك الجمال المطلق.

والسبب وراء العجب هذا هو الجهل فقط، لأنّه يرى الظل والسراب ويحسبه حقيقة لجهله بالواقع، ولذا تضافرت الآيات والروايات الشريفة على تذكير الإنسان

بحقيقته دائماً وأنه ضعيف وفقير ومن طين وأوله نطفة  
وآخره جيفة، وأمثال ذلك لكي لا ينسى حقيقته وأصله  
ويمتلكه العجب والغرور.

ولكن مع الأسف إنَّ النفس تتقنع بألف قناع لتخدع  
صاحبها المؤمن عن طريق العبادات والخيرات، فإذا  
داوم على العبادة مدة يسيرة تخيل أنه من أهل الجنة  
وأنه من المؤمنين، أو إذا جلس مع أهل الدنيا أصابه  
العجب من حيث لا يدري بأن يزري بهم ويتأسف قلبياً  
عليهم أنهم من أهل النار، ولا يدري أنه قد يسبقهم  
إليها وقد يمسون من أهل الجنة، فالمهم حسن العاقبة،  
والمؤمن لا يطمأن لذلك إلا بفضل الله تعالى.

وإذا درس وتعلّم شيئاً من العلوم الدينية كالتفسير  
والعقائد والفقهاء، أحبّ إظهار ذلك بالمحاورة  
والمناقشة بحجة تعليم الناس وأنّ زكاة العلم نشره  
وهو يقصد إظهار فضله وعلمه، وهذا أيضاً من العجب،  
لأنه رأى لنفسه فضيلة وأعجبه ذلك من نفسه، ولذا يريد  
إفهام الآخرين بها.

وإذا صلى صلاة الليل اسبوعاً واحداً حسب نفسه ممن  
تعنيهم الآية الشريفة: **(وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا  
وَقِيَامًا)** (237).

وإذا سلك طريق الرياضة وجهاد النفس وقرأ شيئاً عن  
العرفان والتصوف حسب نفسه منهم، فاذا جاء ذكر  
المتصوفين والعرفاء تأوّه حسرة على قلّة السالكين  
وفراق المعشوق، وترنّم ببعض الأبيات لابن الفارض، أو  
ابن عربي، أو الحلّاج.

وإذا أصابته بلية من مرض أو فقر أو فقد عزيزاً  
قال: المؤمن مبتلى، وأخذ ذلك علامة على إيمانه، وإذا  
أنعم الله تعالى عليه بولد صالح أو ثروة مالية أو وفقه  
لمقام ومكانة اجتماعية حدثته نفسه أنّ ذلك جزاء

أعمالك الصالحة ولأنك من الأخيار والصلحاء، أو أن ربحه التجاري نتيجة كونه متوكلاً على الله والقرآن يقول: (وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجاً وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ) (238). فيرى في نفسه أنه من المتوكلين على الله، والحال أن اعتماده على الأسباب الظاهرية أكثر. وعندما يقرر إقامة العزاء على سيد الشهداء كل عام، أو يزوره كل ليلة جمعة حسب نفسه من خدام الحسين (عليه السلام) وأنه حسيني، وأن الإمام الحسين (عليه السلام) ينتظره على باب الجنة بفارغ الصبر، إلى آخر المطاف.

\* \* \*

### مفاسد العجب:

أوردت الروايات الشريفة وكتب علماء الأخلاق الكثير من مفاسد العجب ومساويه، نذكرها على الإجمال:

«لا وحدة أوحش من العجب» (239).

«العجب يوجب العثار» (240).

«العجب يظهر النقيصة» (241).

«ثمرة العجب البغضاء» (242).

«العجب يفسد العقل» (243).

«الإعجاب يمنع من الإزدياد» (244).

«سيئة تسوءك خير عند الله من حسنة تعجبك» (245).

«رضا العبد عن نفسه مقرون بسخط ربّه» (246).

238 – سورة الطلاق: الآية 2 و3.

239 – نهج البلاغة، الحكمة 113.

240 – غرر الحكم.

241 – غرر الحكم.

242 – غرر الحكم.

243 – غرر الحكم.

244 – نهج البلاغة، الحكمة 167.

245 – نهج البلاغة، الحكمة 46.

والخلاصة في مردودات العجب السلبية كما اشارت اليها الروايات الشريفة، أنّ العجب يوجب الوحدة الموحشة والعتار، ويظهر النقائص والمعائب، ويؤدي إلى البغضاء، ويفسد العقل، ويمنع من الإزدياد، ويورث سخط الله تعالى، وغير ذلك.

أمّا علماء الأخلاق فقد ذكروا مساويه بشيء من التفصيل، وهي:

1 - إنّ المعجب بنفسه لا يهتم بإصلاح عيوبه، لأنه راض عن نفسه، ومن لم يستصغر ذنوبه وآثامه، بل لا يراها شيئاً مقابل فضائله وحسناته.

2 - إنّه يعتمد في حاجاته الدنيوية والأخروية على نفسه وخصاله من ذكاء أو نسب أو ثروة أو سلطنة ويتصور أنّه قد استغنى عن مصدر الخيرات.

3 - إنّه ينظر إلى الآخرين نظرة احتقار ولا يرى لهم من الفضل ما يراه لنفسه وهذا يؤدي به إلى سوء الأخلاق والعشرة، فالذي يرى نفسه أعلم من الآخرين فسوف لا يستشيرهم ولا يأخذ بنصائحهم، والزوجة الجميلة المعجبة بجمالها قد تسي التصرف مع زوجها وتقصّر في أداء واجباتها اعتماداً على جمالها، وهكذا.

4 - إنّه يجزّ الإنسان إلى رذائل أخلاقية أخرى كالتكبر والرياء والتطاول على الناس وإظهار فضائله واستنقاص الغير وأمثال ذلك.

5 - إنّه يوجب البعد من الله تعالى ومن أوليائه ويورث حبط الحسنات والأعمال الصالحة أيضاً، فقد ورد عن الإمام الصادق(عليه السلام):

«قال إبليس لجنوده: إذا استمكنت من ابن آدم في ثلاث لم أبال ما عمل فانه غير مقبول منه: إذا استكثر عمله، ونسي ذنبه، ودخله العجب»<sup>(247)</sup>.

\*

\*

\*

## علاج العجب

لا علاج للعجب أفضل من معرفة النفس، لأنّ الباعث على العجب هو الجهل، بأن يتصور لنفسه من الصفات الحسنة والأعمال الصالحة ما ليس له، في حين أنها تتوفر على كل منقصة، كالجهل والضعف والفقر والتكالب على الشهوات والدنائة وسائر الميول والرغبات الحيوانية، ولذا نقرأ في الأدعية الاعتراف بهذه الخصال للنفس، كقوله (عليه السلام):

«إلهي أنا الفقير في غناي فكيف لا أكون فقيراً في فقري، وأنا الجاهل في علمي فكيف لا أكون جهولاً في جهلي ..» (248).

«مني ما يليق بلؤمي ومنك ما يليق بكرمك» (249).

«شَرْنَا إِلَيْكَ صَاعِدَ وَخَيْرِكَ إِلَيْنَا نَازِلَ» (250).

ويكفي في ذلك قوله تعالى:

(مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنُ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ ..).

(251).

وهذه المعرفة الذهنية، ينبغي التصديق بها في القلب أيضاً، وتلقين النفس بها، ولذلك ورد عن الإمام الباقر (عليه السلام) أنه قال:

«سَدَّ سَبِيلَ الْعَجْبِ بِمَعْرِفَةِ النَّفْسِ» (252).

فإذا عرف الإنسان ذلك واستمر به العجب، فهو من الجهل المركّب.

248 – مفاتيح الجنان، دعاء عرفة.

249 – مفاتيح الجنان، دعاء شعبان.

250 – مفاتيح الجنان، دعاء أبي حمزة الثمالي.

251 – سورة النساء: الآية 79.

252 – بحار الأنوار، ج 78، ص 164.

أما العلاج التفصيلي للعجب فيختلف باختلاف الموارد، فمن كان معجباً بجماله - وخاصة في النساء - فعليه أن يتذكر حاله عند الهرم وتجاعيد وجهه وتهدل أنفه وشفتيه أو ما سيحول أمره بعد موته من بشاعة المنظر ونتين الرائحة وأن مصير هذا الجمال إلى التراب...

ومن كان معجباً بقوته وشبابه فليُنظر إلى المرضى في المستشفيات من الشباب وذوي القوة والقدرة كيف أنهم يعجزون حتى عن أكل طعامهم ولبس ثيابهم، وكأنه على وشك أن يكون واحداً منهم بأدنى سبب...

وإن كان معجباً بأعماله وحسناته فليعلم أنه لم يعملها إلا بتوفيق من الله وهدايته فلو نسبها إلى نفسه كان سرقة وخيانة ولعله لا يوفق بعدها إلى خير، وليتذكر دعاء الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم): «الهي

**لا تكلني إلى نفسي طرفة عين أبدأ».**

وإن كان معجباً بعلمه ومقامه الديني بين الناس، فليعلم بأنه ابتلاء من الله تعالى، ولا عجب ولا فخر في البلاء إلا إذا نجح في الإمتحان، وعجبه هذا أول علامات سقوطه في الامتحان، وليتفكر في سيرة الأولياء والعلماء إنهم ما كانوا يرون لأنفسهم فضيلة وامتيازاً، وقد سئل مرجع الطائفة المولى محمد باقر البهبهاني عن الخصال التي بلغت به ما بلغت من الفضل والشرف والعزة والمنزلة السامية فكتب في الجواب: «لا أعلم من نفسي شيئاً أستحق ذلك، إلا أنني لم أكن أحسب نفسي شيئاً أبدأ، ولا أجعلها في عداد الموجودين، ولم آل جهداً في تعظيم العلماء والمحمدة على أسمائهم، ولم أترك الاشتغال بتحصيل العلم مهما استطعت وقدمته على كل مرحلة أبدأ» (253).

ومن أعجبه سلطانه وملكه، فليعلم بأن الله تعالى أقدر منه وهو الذي أعطاه ذلك الملك، ولو شاء لذهب به، وليعتبر بمن كان قبله كيف زال عنهم سلطانهم حتى وصل إليه؟ وما حالهم الآن وهم عظام نخرة لا يستطيعون شيئاً ولا يملكون نقيراً قد زال ملكهم كسراب بقيعة أو رماد اشتدت به الريح، وبقي وزر أعمالهم عليهم وقد قال أمير المؤمنين (عليه السلام):

«إذا زاد عجبك بما أنت فيه من سلطانك، فحدثت فانظر إلى عظيم ملك الله وقدرته مما لا تقدر عليه من نفسك، فإن ذلك يلين من جناحك، ويكف من غربك، ويفي إليك ما غرب عنك من عقلك»<sup>(254)</sup>.

وإن كان عجبه بنسبه فهو في غاية الحماسة لأن افتخاره بغيره، وأن الله تعالى يقول:

(يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوباً وقبائل لتعارفوا إن أكرمكم عند الله أتقاكم)<sup>(255)</sup>.

وكذلك يتذكر نسبه وأصله القريب، فهو من نطفة قذرة خرجت من مجرى البول مرتين، مرة من أبيه ومرة من أمه، وآخره جيفة منتنة، كما قال أمير المؤمنين (عليه السلام):

«ما لابن آدم وللعجب، أوله نطفة مذرة، وآخره جيفة قذرة، وهو بين ذلك يحمل العذرة»<sup>(256)</sup>.

وإن كان إعجابه بسبب أمواله وثروته، فهو كذلك أمر خارج عن ذات الإنسان وفي معرض الزوال، وما أكثر من كان أغنى منه، فإذا به بين عشية وضحاها سجين داره لا يملك عشاء يومه له ولأطفاله وقد سدّ الدائنون

---

254 - غرر الحكم.

255 - سورة الحجرات: الآية 13.

256 - غرر الحكم.

عليه أبواب التفكير وسلبوه الاستقرار والأمن، وفي قارون له عبرة .

وأخيراً فمن كان إعجابه بفضائله النفسية من شجاعة وكرم وحصافة رأي وذكاء وتدبير وغير ذلك، فليعلم أنّها تعتبر فضائل ما لم يخلطها برذيلة العجب، وإلاّ فهو كمن يخلط العسل بالخل أو الملح، فإنّ ذلك يفسد عليه كل هذه النعم والمكرّمات، ولا ينبغي للعاقل إلاّ أن يكون حريصاً على بقاء فضائله والازدياد منها، لا أن يتلفها ويبتذلها ويستهيّن بها .

ثم إنّ هناك بعض العلاجات العملية الأخرى، كأن يعالج العجب بأضداده، فإن كان الجمال هو السبب، حلق رأسه ولم يهتم بإناقة لباسه ورتابة وجهه، وإن شعر بالغرور والعجب من قوته فعليه أن ينازل من هو أقوى منه لتتكسر نفسه أمام الآخرين، ومن أعجبه علمه فليجالس من هو أعلم منه، وليسأل من الآخرين ما لا يعلمه وهم يعرفونه حتى يتبيّن لهم جهله، ولا يسأل منهم ما يعرفه. وإن كان السبب في أمواله وثروته فعليه بالإنفاق والبذل، أو إقراضها للمحتاجين، وإن كان بسبب أعماله الصالحة وعبادته، فليقتصر على الواجبات ويترك النوافل و المستحبات إلى أن يخلص من هذا المرض، لأنّ العجب يبعده عن الله تعالى أكثر مما تقرّبه النوافل والخيرات، وقد ورد في الخبر:

«أوحى الله تعالى إلى داود (عليه السلام): .. انذر الصديقين أن لا يعجبوا بأعمالهم، فإنه ليس عبد يعجب بالحسنات إلاّ هلك»<sup>(257)</sup> .

\* \* \*

## الخامس : «الكبر والتكبر»

ورد في تعريف الكبر أنه : «رؤية النفس فوق الغير».

وهو تعريف مختصر ودقيق، وقال بعضهم : إنه عبارة عن «حالة نفسانية تقتضي أن يترفع الإنسان على الآخرين».

ثم إنه إذا ترفع فعلاً، أي أظهر هذه الحالة النفسية بقول أو فعل فهو التكبر، فالكبر مجرد وجود هذه الحالة في نفس الإنسان، والتكبر إظهارها إلى الخارج، ولا ملازمة بينهما، فقد يعتقد الشخص ذلك في نفسه إلا أنه يظهر التواضع في قوله وعمله، وهذه إحدى مراتب الكبر المذموم، وقد يكون العكس، كما في تكبر المؤمن على المتكبر، فهو تكبر عملي إلا أنه لا ينطوي على كبر نفسي.

ثم إن من موارد الكبر ما لا يكون في مقابله شخص آخر، وهو في ذلك يشبه العجب، كأن يرى الإنسان نفسه أعلى شأناً من القيام ببعض الأعمال الوضيعة، كأن يكون ذا مكانة اجتماعية، فيستحي أن يدخل السوق ويشتري طعاماً لأهله ويحمله بيده، أو لا يرى من شأنه أن يشتغل في التضميد وهو طبيب حاذق، أو يدرّس المراحل الابتدائية وهو عالم نحير، فهنا لا يوجد آخر حتى يرى أنه فوقه، بل هو ونفسه، وهذا لا شك أنه من التكبر، فلذا لابد من إضافة عبارة إلى التعريف المذكور تفيد

هذا المعنى بأن نقول: إنَّ الكبر: «رؤية النفس فوق الغير، أو فوق شأنها».

وربّما يتوهم أنّ من الكبر رؤية الشخص نفسه أفضل من الآخرين، لكن الصحيح أنّ ذلك ليس من الكبر، ولكن إذا ضمّ إليه أن يرى نفسه بسبب هذا الفضل فوق الآخرين كان من الكبر.

ففرق بين أن يرى نفسه أفضل من الآخرين، وأن يرى نفسه فوقهم، ولذا قد يرى العالم أنّ له امتيازاً وفضلاً بعلمه، والعلم خير من الجهل، وكذا الكريم بالنسبة إلى البخيل، والمؤمن بالنسبة إلى الكافر والفاسق، ومجرد الإمتياز والفضل لا يوجب التكبر إلاّ بأن يبعث هذا الامتياز في النفس حالة الترفع والفوقية كما في التعريف، فالأنبياء (عليهم السلام) كانوا يعتقدون أنّ النبوة فضل وامتياز حتماً، إلاّ أنّ هذا الامتياز العظيم لم يكن ليبعث في نفوسهم الشريفة حالة الفوقية والترفع، بل كانوا في منتهى التواضع وغاية الإنكسار النفسي.

وهناك مورد آخر قد يشتبه مع الكبر، وهو ما مرّ في العجب من عزة النفس للمؤمن، فالمؤمن يرى أنّه عزيز ويرى لنفسه العزة والعلوّ في مقابل الكافر، وهو صريح قوله تعالى:

**(وَلَا تَهْنُؤُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ) (258).**

والعلو صريح في معنى الفوقية، بأن يرى المؤمن أنه أعلى شأناً من الكافر والمشرک، ومع ذلك لا يستلزم الكبر المذموم، لأنّ العزة هنا والعلو ليس لنفس

المؤمن بالذات وبالاستقلال، بل بما أنه متصل بصاحب العزة والكبرياء والعلو الذاتي وهو الله عزوجل، ومن هنا لابد من إضافة كلمة أخرى للتعريف ليخرج هذا المعنى عن حدود الكبر والتكبر، وهو أن نقول: «الكبر هو رؤية النفس فوق الغير، أو فوق شأنها بالاستقلال». وبما أن الكبر من الحالات النفسية الغامضة والدقيقة، شأنه شأن سائر الحالات النفسية من العجب والنفاق والأنانية وغيرها، لذا لابد في توضيحه من بيان مراتبه ودرجاته ومصاديقه المختلفة لرفع الغموض والإبهام عن حقيقته.

\* \* \*

## مراتب الكبر

للكبر مراتب متعددة بحسب متعلقه، وتختلف المراتب بينها في شدة المرض في القلب ومقدار شناعته، فالمرتبة الأولى: والشديدة منه هو التكبر على الله تعالى كما في الطواغيت من السلاطين كفرعون ونمرود وسائر من دعي إلى الإيمان بالله تعالى وعبادته فاستنكف منها، وهو قوله تعالى:

(إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ

داخِرِينَ) (259).

وهذا المورد يختص بالتكبر فحسب دون الكبر، إذ لا معنى لأن يجد الفرد في نفسه معنى الفوقية - نعوذ بالله - على الذات المقدسة، بل إنه يترفع عن عبادته والقيام بواجباته تجاه خالقه، ولذا خصمه في الآية الكريمة «عن عبادتي». وأول من تكبر بهذا الشكل هو

إبليس الذي أبى عن السجود لآدم (عليه السلام) مدعياً أنه أفضل منه (خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ) (260).

وأيضاً لا يشمل هذا المورد جميع حالات الكفار كما ربما يتوهم ذلك، لأنّ الغالب فيهم الجهل وليس التكبر، فلا يعبدون الله تعالى، جهلاً وانشغالاً بالدنيا.

ومن هذا المورد ما نجده لدى بعض أهل الدنيا من استئثار الصلاة لما فيها من ركوع وسجود وذلة من هذه الحالات، أو استئثار لبس ثياب الإحرام في الحج والهرولة في السعي، وأمثال هذه الأعمال التي تورث في الإنسان الذلّ والصغار أمام خالقه.

**الثانية:** هي التكبر على الأنبياء والأولياء (عليهم السلام) كما في تكبر الأقبام السالفة والملل البائدة على أنبيائهم وعدم إنصياحهم لهم لمجرد أنهم بشر مثلهم:

(أَبْشَرًا مِنَّا وَاحِدًا نَتَّبِعُهُ) (261).

(فَقَالُوا أَتُؤْمِنُ لِبَشَرَيْنِ مِثْلِنَا) (262).

**الثالثة:** هي أن يتكبر على المؤمنين ويسخر بهم ويترفع عليهم، كما هو السائد في هذا العصر من قبل الماديين والمتغربين وأهل الفسق والفجور وأعوان الظالمين، كما في قول قوم نوح (عليه السلام) له:

(وَمَا نَرَاكَ اتَّبَعَكَ إِلَّا الَّذِينَ هُمْ أَرَادُوا بِادِّبَارِ

الرَّأْيِ) (263).

وقول نوح (عليه السلام) لهم:

---

260 – سورة الاعراف: الآية 12.

261 – سورة القمر: الآية 24.

262 – سورة المؤمنون: الآية 47.

263 – سورة هود: الآية 27.

(ولا أقول للذين تَزَدَرِي أَعْيُنُكُمْ لَنْ يُؤْتِيَهُمُ اللَّهُ خَيْرًا) (264).

**الرابعة:** تكبر المؤمن على أخيه المؤمن أو على من دونه من أهل الدنيا، فهو مذموم بكل أشكاله حتى التكبر على الفساق من الناس، فقد يكون ذا عاقبة حسنة، وقد يغفر الله تعالى له الكبائر لجهله ولا يغفر لهذا المؤمن الصغائر لعلمه، وعلى كل حال فالمؤمن قد ينهى عن المنكر ويزجر الفاسق وينصح المنحرف وقد يشدد عليه ويهينه لأجل ذلك، إلا أنه ليس له الحق في أن يرى نفسه فوقه ويتكبر عليه في قلبه، فإذا رأى من نفسه ذلك فهو أسوأ منه.

**الخامسة:** وهي أخفها، بأن يتعلق الكبر في الأعيان والأعمال والصناعات، فيرى نفسه أعلى شأناً من ذلك، كالزوج الذي تآبى نفسه عن مساعدة زوجته في شؤون البيت لهذا السبب، أو يفضل البطالة على الكسب لأنه لا يناسبه، أو ما تقدم من الأمثلة في هذا المجال. ويختلف الكبر في الشدة والضعف في القلب أيضاً، فالبعض يترسخ في قلبه المرض ويظهر على جوارحه بصورة فاحشة، كما هو الملاحظ في رجال الشرطة والملوك وأعوانهم والرؤساء وأزلامهم، والبعض أقل شدة في الكبر، بأن لا يظهر عليه دائماً إلا في بعض حالات الغضب، أو الجدل، أو المفاخرة وما شاكل ذلك، وهذا ما يبتلي به الكثير من أهل الإيمان من حيث لا يشعرون، فهو في الحالات العادية لا يجد في نفسه تكبراً ويظن أنه سليم قلبه من هذه الآفة، إلا أنه ساعة الغضب وخاصة على زوجته وتلامذته ومن هو أدون منه، فإنه يرد

الصاع صاعين، والكلمة بالضرب، وما ذلك إلا أنه يرى نفسه أعلى من هؤلاء، فإذا سمع من زوجته كلمة لا تليق به، أو كان احترامها له دون المطلوب، فعلى الإسلام السلام، وهذا النمط من التكبر هو السائد في عشائرننا العربية مع الأسف.

والقسم الثالث أهون من صاحبيه، وهو أن يشعر بحالة الكبر في نفسه إلا أنه لا يظهرها على سلوكه وأعماله وأقواله، أي أنه لا يتكبر وإن كان في قلبه كبر، وهذا في الشناعة القلبية لا يختلف عن غيره، إلا أن إثمه أقل.

والرابع: أن يشعر بالكبر في قلبه، إلا أنه غير راض عنه، بل يعمل على إزالته، كما مرّ في بعض أنواع الحسد المغفور، أو الرياء كذلك، وهو معفو عنه لأنه غير اختياري بشرط أن يسعى المؤمن لتطهير قلبه منه بالعلاجات المذكورة للكبر.

\* \* \*

## مفاسد الكبر

لم يرد في ذم وتقبيح أحد الصفات القلبية في المتون الإسلامية مثل ما ورد في ذم الكبر والتكبر وذكر مساويه ومفاسده بذاته أو بما يجزه معه من أخلاق ذميمة وصفات رذيلة أخرى لصاحبه، حتى أن القرآن الكريم يعدّه من أسباب الكفر ومن البواعث الأساسية للإنحراف في العقيدة والأخلاق والابتعاد عن الحق تعالى، يقول عزّوجلّ في ذم هذا المرض الخبيث:

(كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى كُلِّ قَلْبٍ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٍ) (265).

فَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُنْكَرَةٌ وَهُمْ مُسْتَكْبِرُونَ) (266).

ويقول الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم):  
«يحشر الجبارون المتكبرون يوم القيامة في صور  
الذرّ يطوهم الناس لهوانهم على الله تعالى» (267).

وقال أمير المؤمنين (عليه السلام) في بيان مفسد  
الكبر وآثاره السلبية:

«التكبر يظهر الرذيلة» (268)

«ليس لمتكبر صديق» (269)

«الكبر داع إلى التقحم في الذنوب» (270)

«من تكبر على الناس ذلّ» (271)

«لا يتعلم من يتكبر» (272).

مضافاً إلى كل ذلك، فإنه يستوجب حبط الأعمال كما  
مرّ في العجب، وفي ذلك يقول (عليه السلام) أيضاً:  
«فاعتبروا بما كان من فعل الله بإبليس، إذ أحبط  
عمله الطويل وجهده الجهد .. عن كبر ساعة واحدة،  
فمن ذا بعد إبليس يسلم على الله بمثل معصيته؟ ..  
فاحذروا عباد الله عدو الله أن يعديكم بدائه، وأن يستفزكم  
بندائه ..» (273).

وقال الإمام الباقر (عليه السلام):

---

266 – سورة النحل: الآية 22.

267 – المحجّة البيضاء، ج 6، ص 215.

268 – غرر الحكم، باب الكبر.

269 – المصدر السابق.

270 – المصدر السابق.

271 – بحار الانوار – ج 77 – ص 235.

272 – غرر الحكم – باب الكبر.

273 – نهج البلاغة، الخطبة 192.

«ما دخل قلب امرء شيء من الكبر إلا نقص من عقله  
مثل ما دخله من ذلك، قلّ ذلك، أو كثر»<sup>(274)</sup>.

\* \* \*

## أعراض المرض وأسبابه

لا تظهر أعراض مرض الكبر إلا في التكبر، وذلك إذا  
ظهر منه ما يدلّ على ترفعه عن الناس واستصغارهم  
واستحقارهم من أقواله وأفعاله وسلوكه، يقول النراقي  
(رحمه الله) في ذكر بعض الأعراض للتكبر:

«وهذه الأعمال الظاهرة التي هي ثمرات خلق الكبر  
أفعال وأقوال توجب تحقير الغير والإزراء به، كالترفع  
عن مواكلته ومجالسته والاستنكاف عن مرافقته  
ومصاحبته، وإبعاده عن نفسه، وإبائه الجلوس بجانبه،  
وإنتظاره أن يسلم عليه، وتوقعه أن يقوم ماثلاً بين  
يديه، والاستنكاف من قبول وعظه، وتعنيفه في إرشاده  
ونصحه، وتقدمه عليه في المحافل، والطرقات، وعدم  
الالتفات إليه في المحاورات، وتوقع التقديم عليه في  
كل ما يدلّ على التعظيم عرفاً، .. ومن جملتها الاختيال  
في المشي وجرّ الثياب»<sup>(275)</sup>.

أمّا أسبابه، فقد ذكر أبو حامد الغزالي عدّة أسباب  
له منها ما يتعلق بالشخص المتكبر وهو العجب، ومنها  
ما يتعلّق بالمتكبر عليه وهو الحقد والحسد، ومنها ما  
يتعلق بغيرهما وهو الرياء، فالبواعث على التكبر هي:  
العجب والحقد والحسد والرياء.

274 - بحار الأنوار، ج 78، ص 186.

275 - جامع السعادات - ج 1 - ص 344.

أمّا الوارد في الأحاديث الشريفة فالباعث عليه هو  
ذَلّ النفس وحقارتها، كما قال الصادق (عليه السلام):

«**ما من أحد يتيه إلا من ذلّة يجدها في نفسه**»<sup>(276)</sup>

وقول أمير المؤمنين (عليه السلام):

«**لا يتكبر إلا وضيع خامل**»<sup>(277)</sup>.

ويمكن أن تكون هذه العلة هي الأساس والمحور لبقية  
البواعث الأخرى كالعجب والحسد والرياء وغيرها، لأنّ من  
الواضح أنّ مجرد العجب لا يكفي في استصغار الناس  
وخاصة إذا كان حسن الأخلاق، فبضميمة شعوره بالحقارة  
والضعة وما تميل إليه النفس ذاتاً من جبران حقارتها  
وتعويض مهانتها قد يتخذ هذا التعويض شكل التكبر  
والاستعلاء، وهذا مطابق تماماً لتحليل النفسي الذي  
ذكره «آدلر» في تحليله لعقدة الحقارة، ولذا نشاهد  
أنّ جلّ المتكبرين حتى أصحاب المقامات العالية  
الدنيوية يعانون من عقدة الحقارة في الطفولة بسبب  
سوء التربية والإهانات المتلاحقة من أفراد الأسرة أو  
المدرسة أو محيط العمل وغير ذلك، فتشبّ في قلبه  
نيران حبّ الانتقام، وقد يكون ذلك دافعاً له على  
الدخول في سلك الجيش أو الشرطة أو أعوان السلطان  
لإشباع هذه الرغبة.

وقد يكون من أبناء الملوك والرؤساء، ولم يعان في  
طفولته ما يبعث على الذلّة والحقارة، ولكنه يرى في  
نفسه ومن خلال ميوله ورغباته الرخيصة أنه كسائر  
الناس، أو أقلّ منهم؛ لما يرى من الوزراء والعلماء  
والمدراء وكلّ له فضل في جانب معين من شخصيته، ويرى

---

276 – بحار الأنوار، ج 73، ص 225.

277 – غرر الحكم.

نفسه بالقياس إليهم صفاً، والمفروض كونه أكثر فضلاً وأعلى مقاماً منهم،

وبعبارة أخرى: يرى الهوة الواسعة بين نفسه بالفعل وبين ما ينبغي أن يكون، فيحاول تعويض هذه الفاصلة بالتكبر والاستعلاء على الآخرين وخاصة على من هم أفضل منه، لأنَّ الطريق الآخر وهو تحصيل الفضائل الحقيقية عسير المنال وبحاجة إلى جهد جهيد لا يطيقه إلا من تربى في وسط فقير ومحيط عسير، كما هو الحال في غالبية العلماء والمخترعين والأدباء في أيام صباهم.

ولو عدنا إلى ما ذكرناه من حقيقة النفس الأمانة، وجدنا أنَّ التكبر أمر ذاتي بالنسبة لها، لأنَّ الذلَّة والحقارة والدناءة أمور ذاتية لها، فالنفس الفردية تعلم بأنَّ عليها أنَّ تخلي مكانها إلى النفس الحقيقية التي تحبَّ الآخرين بالذات، فعندما تعادي النفس الأمانة الغير وتتكبر عليه ففي الواقع إنَّما تتكبر على النفس الحقيقية ومصاديقها الخارجية، فكل متكبر إنَّما يتكبر على نفسه من حيث لا يشعر، لأنه يتصور أنه محدود بحدود النفس الفردية، وهي في الحقيقة نسبة اعتبارية ومخلوقة من وجود الآخرين وتقوى وتشتد من ضعف الآخرين - أي نفوسهم الفردية - فهناك نسبة عكسية بين الأنا وبين الأنت، فكل ما يوجب تقوية الأنت - أي الغير - يوجب ضعف الأنا، لأنَّها عناوين اعتبارية وقشرية ونسبية كما مرَّ.

أمَّا نفوس الآخرين الحقيقية فلا نعلم عنها شيئاً، ولا ندركها إلا من خلال القشرة الظاهرية النسبية أيضاً، أي أننا لا ندركهم إلا من منظار الأنا، ولذا يختلف الحكم على الشخصيات التاريخية باختلاف نفسية الأفراد مع أنَّ

شخصيتهم واحدة، فما يراه ويدركه المؤمن من شخصية الانبياء (عليهم السلام) غير ما يدركه المنافق أو المشرك، وكذلك الحال في صورة الاصنام والطواغيب في نفوس المؤمنين والمشركين ولذا يقول تعالى حكاية عن المشركين يوم القيامة:

(ثم قيل لهم أين ما كنتم تشركون. من دون الله قالوا ضلّوا عنّا بل لم نك ندعوا من قبل شيئاً) (278).

ولا نخرج من الموضوع، وهو أن كلّ متكبر إنّما يتكبر على نفسه الحقيقية، وإلى ذلك أشار تعالى في موارد عديدة من كتابه الكريم:

(أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّمَا بَغْيِكُمْ عَلَىٰ أَنْفُسِكُمْ) (279).

ولا ريب أنّ التكبر من مصاديق البغي والعدوان على الآخرين.

\* \* \*

## علاج الكبر

ذكر علماء الأخلاق في علاج الكبر - كما مرّ في مثيلاته من أمراض القلب - أنّ لذلك طريقاً نظرياً والآخر عملي:

أمّا النظري، وهو الطريق العلمي أيضاً، فهو أن يتفكر الإنسان في مساوي الكبر وحقائقه الوهمية وما ذكرناه من أسبابه وبواعثه، ثم يستعرض ما أورده القرآن الكريم وما أخبر به النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) وأهل بيته الأطهار (عليهم السلام) في ذم الكبر والتكبر وعاقبته السيئة والوخيمة، ويتعظ بعاقبة

---

278 - سورة غافر: الآية 73 - 74.

279 - سورة يونس: الآية 23.

إبليس اللعين الذي أحبط أعماله واستوجب الخلود في العذاب لتكبر ساعة ورفضه السجود لآدم (عليه السلام)، والحال أن من الملائكة من هم أفضل منه قطعاً وأسمى درجة وأشرف أصلاً، لأنهم خلقوا من النور، وخلق هو من النار، إلا أنهم مع ذلك لم يتكبروا على أمر الله تعالى ولم يدعوا ما ادعى، كل ذلك لأنهم لا يرون لأنفسهم فضيلة بالاستقلال، فكل الفضائل من مصدر الفضائل والخيرات، والمخلوق مهما بلغ من شأنه ومرتبته فهو في حقيقته لا يزال صفراً من الفضائل ومحض الفقر والاحتياج والضعف والحقارة، فلماذا يتكبر بعد ذلك؟ لا سيما ما تقدم من حقيقة التكبر وأن المرء إنما يتكبر على نفسه الحقيقية، لأن الآخرين إنما هم مرآيا وصور ومصاديق لنفسه الحقيقية وروحه الإنسانية، وإذا لم يدرك هذا المعنى العرفاني العميق، فليتصور حاله في المنام والرؤيا كيف يشاهد الناس والأصدقاء والأقرباء ويتحدث معهم، وقد ينازعهم ويغضب عليهم، وهو إنما ينازع الصور في مخيلته وذهنه وجزء من نفسه، فكذلك حاله في اليقظة بالنسبة للواقع وعالم الآخرة، وقد ورد عن النبي الكريم (صلى الله عليه وآله وسلم) قوله: **«الناس نيام، فإذا ماتوا انتبهوا».**

فنحن في هذه الدنيا في هذه الدنيا نعيش مع صور الحقائق ومظاهر الأفراد لا حقائقهم، وإذا عرفنا وأدركنا حقائقهم لرأيانهم يسخرون من هذا المتكبر ويستصغرونه وهو لا يعلم، كما في الخبر:

**«المتكبر كالواقف على جبل، فهو يرى الناس صغار، ولا يعلم أنهم يرونه صغيراً كذلك».**

ويقول النراقي في ذلك:

«فينبغي أن يعلم أنّ الحكم بخيرية نفسه من الغير غاية الجهل والسفاهة، فلعل في الغير من خفايا الأخلاق الكريمة ما ينجيه، وفيه من الملكات الذميمة ما يهلكه ويرديه، وكيف يجتري صاحب البصيرة أن يرجح نفسه على الغير مع إبهام الخاتمة وخفاء الأخلاق الباطنة واشتراك الكل في الانتساب إلى الله تعالى .. والعارف بكون كل فرد من أفراد الموجودات أثراً من آثار ذاته ولمعة من لمعات أنوار صفاته، بل رشحة من رشحات فضله وجوده، وقطرة من قطرات تيار فيض وجوده، لا ينظر إلى أحد بنظر السوء والعداوة، بل يشاهد الكل بعين الخيرية والمحبة» (280).

أمّا العلاج العملي فقد ورد أنّ العبادات الشرعية فيها الكثير من أساليب العلاج لهذه النفس المريضة، ولذلك قال أمير المؤمنين في خطبته:

«.. وعن ذلك ما حرس الله عباده المؤمنين بالصلوات والزكاة ومجاهدة الصيام في الأيام المفروضات، تسكيناً لأطرافهم وتخشيعاً لأبصارهم، وتذليلاً لنفوسهم، وتخفيفاً لقلوبهم، وإذهاباً للخلاء عنهم .. انظروا إلى ما في هذه الأفعال من قمع نواجم الفخر، وقُدْع طوابع الكبر ..» (281).

وفي الشدائد والأسقام والبلايا ما فيه كسر شوكة النفس وغطرستها، وليس ذلك علاجاً اختيارياً وإرادياً، بل إنّ الله تعالى ينوّه به كي يكون عبرة للمتكبر بأن تكبره وترفعه على الغير لا يقوم على شيء، فإذا اعترضته حمى أو وقع صريع الأسقام فسوف يغدو في غاية الذلّة، وتطفح مسكنته على قسّمات وجهه وخافيت صوته،

280 – جامع السعادات، ج 1، ص 352.

281 – نهج البلاغة، الخطبة 192.

وإذا به يضرع إلى زوجته التي كان يتكبر عليها ويعنفها على كل شاردة وواردة بالأمس أن تأتي له بشربة من ماء أو قرص دواء، يقول أمير المؤمنين (عليه السلام) في هذا الصدد:

«ولكن الله يختبر عباده بأنواع الشدائد، ويتعبدهم بأنواع المجاهد، ويبتليهم بضروب المكاره، إخراجاً للتكبر من قلوبهم، وإسكاناً للتذلل في نفوسهم، وليجعل ذلك أبواباً فتحاً إلى فضله». (282)

ومن العلاج العملي هو الأخذ بضد الكبر، وهو سلوك سبيل التواضع مع الناس بعد أن يقرأ ما ورد من فضله ومنزلته في الآيات والروايات الشريفة، وهي كثيرة تطلب من كتب الحديث والأخلاق، وقد يصعب عليه أول الأمر التواضع وخاصة مع من هو أدنى منه في الظاهر كخادمه وتلميذه وزوجته، إلا أنه إذا أراد أن يعرف من نفسه الكبر أو التواضع فليجرب ذلك مع هؤلاء، سيما في حالة الغضب، أو إنعدام مورد الرياء، فإن التواضع كثيراً ما يكون بدافع الرياء وصاحبه لا يشعر بذلك، فيجلس دون المجلس، أو يحشر نفسه مع العوام ليثبت للناس تواضعه فيما لو كان ذا مقام اجتماعي مهم، أو يسلم على تلاميذه والأدنين من الناس ويتصور أنه عمل بسنة الرسول (صلى الله عليه وآله وسلم) أو أنه صار مثله في تواضعه، ولكي يقال عنه إنه متواضع.

والمائز بين هذا التواضع الشكلي والحقيقي هو أن الحقيقي يجلس دون مجلسه، أو يقوم احتراماً للأدنين، أو يسبقهم بالسلام وهو في كل هذه الحالات لا يرى نفسه أفضل منهم، بل يرى أن مكانه في المجلس هنا، وليس في

صدر المجلس، وعندما يخدم في البيت لا يدور في خلده أنه متواضع، بل أنّ ما يقوم به لا علاقة له بالتواضع، وشأنه أقلّ من ذلك.

أمّا التواضع المشبوه فهو إذا اعتقد بأنّ شأنه أعلى من ذلك، وهذه مسألة وجدانية، وإلاّ فإنّ التواضع في كل الحالات واحد في الظاهر.

ومن ذلك - أي من التواضع المحمود - إجابة دعوة العوام من الناس وخاصة إذا كان فقيراً، أو يحمل حاجاته بنفسه ولا يدع الآخرين يحملونها حتى إذا طلبوا ذلك منه، فيحمل حقيبته بنفسه، وإذا دخل المسجد، أو المجلس حمل حذاءه بنفسه، أو يقوم ببعض الأعمال الدانية بعيداً عن أضواء الرياء، كأن يصفّ أحذية الزوّار والمصلّين، أو يذلّ نفسه المتكبّرة بتنظيف المرافق الصحية العامة، أو حتى في بيته، أو يخدم من لا يعرفونه وكأنه خادم أو عبد، وقد كان الإمام علي بن الحسين (عليهما السلام) يجتمع مع من لا يعرفونه من قوافل الحجاج، ويخدمهم في عامة الطريق وهم يظنونه مكارياً أو خادماً.

ومرّة كان الإمام الرضا (عليه السلام) في الحمام وهو ولي عهد المأمون في الظاهر.. فدخل الحمام رجل وظنّ أنّ هذا الجالس أحد خدمة الحمام، فأمره بتدليك ظهره وصبّ الماء عليه، والإمام يمثّل لكلّ ما يأمره به إلى أن فرغ وخرج فرأى الجند والخدم والحشم في انتظار مولانا الرضا (عليه السلام)، فلما خرج الإمام (عليه السلام) ولبس ملابسه عرفه، فأكبّ عليه يقبل يده ويعتذر منه، فقال له الإمام (عليهم السلام): لم أصنع شيئاً مهماً، إنّما حق المؤمن على المؤمن أكثر من ذلك.

ثم إنَّ عليه أن يتصور كلَّما من شأنه إثارة الكبر في نفسه فيتركه، ويعمل بضده، مثلاً: من المثيرات للكبر هو قيام الناس إجلالاً له، أو مشيهم خلفه أو أن يزار ولا يزور، فيتجنب هذه الأمور، ويعمل بضدّها، كأن يجلس بسرعة قبل أن يقوم الناس له، أو ينهى عن المشي خلفه، فقد روي أنه:

«لا يزال العبد يزداد من الله بعداً ما مشي خلفه».

وأفضل من يقتدى به في ذلك رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم)، فقد كان من أبرز سماته التواضع مع رفيع منزلته وعلو درجته، يروي أبو سعيد الخدري: «انه (صلى الله عليه وآله وسلم) كان يعلف الناضح، ويعقل البعير، ويقم البيت، ويحلب الشاة، ويخفف النعل، ويرقع الثوب، ويأكل مع خادمه، ويطحن عنه إذا أعى، ويشترى الشيء من السوق، ولا يمنعه الحياء أن يعلقه بيده، أو يجعله في طرف ثوبه وينقلب إلى أهله، يصافح الغني والفقير، والصغير والكبير، ويسلم مبتدئاً على كل من استقبله من صغير أو كبير، أسود أو أحمر، حرّ أو عبد من أهل الصلاة، ليس له حلّة لمدخله، ولا حلّة لمخرجه، لا يستحي أن يجيب إذا دعي وإن كان أشعث أغبر، ولا يحقر ما دعي إليه وإن لم يجد إلا حشف الرقل، لا يرفع غداء لعشاء، ولا عشاء لغداء، هيّن المؤنة، لين الخلق، كريم الطبيعة، جميل المعاشرة، طلق الوجه، بساماً من غير ضحك، محزوناً من غير عبوس، شديداً في غير عنف، متواضعاً في غير مذلة، جواداً من غير سرف، رحيماً لكل ذي قربى، قريباً من كل ذمي ومسلم، رقيق القلب، دائم الاطراق لم يبسم قط من شبع، ولا يمدّ يده إلى طمع».

وقد آثرنا نقل هذه الرواية المباركة بطولها  
لتكون مسك الختام في هذا الكتاب، والحمد لله أولاً  
وآخراً.

\*

\*

\*

## مصادر الكتاب

- القرآن  
نهج البلاغة  
غرر الحكم  
بحار الانوار - للعلامة المجلسي  
جامع السعادات - محمد مهدي النراقي  
احياء العلوم - الامام الغزالي  
المحجة البيضاء - الفيض الكاشاني  
تهذيب الاخلاق - مسكوية  
سفينة البحار - الشيخ عباس القمي  
الإكتئاب - د، عبدالستار ابراهيم  
الخصال - الشيخ الصدوق  
اصول الكافي - الكليني  
الاربعين حديثاً - الامام الخميني  
مفاتيح الجنان - الشيخ عباس القمي  
النفس: امراضها - د . علي كمال  
تفسير الميزان - الطباطبائي  
وسائل الشيعة - العاملي  
هدية الاحباب - الشيخ عباس القمي  
كنز العمال - الهندي  
طريقة التحليل النفسي - رولان دالبير  
المصادر الاجنبية  
روانشناسي مرضي تحوّلي - د . پيرخ دادستان  
نكراني واضطراب - آندره لوغال.  
روانكاوي ودين - آريك فروم  
درون هاي نا آرام - د ، آلن فروم  
روانشناسي سازگاري - د، علي پور مقدس  
نابسامانيهاي رواني - د، علي پور مقدس  
تضادهاي دروني - كارن هرناي

## الفهرس

مقدمة : 5...

## الفصل الأول

- 9... ما المقصود بالصحة النفسية؟
- 10... المعيار لدى علماء النفس:
- 13... المعيار لدى الفلاسفة وعلماء الاخلاق:
- 15... المعيار لدى العرفاء:
- 16... المعيار الأوفق شرعاً وعقلاً:
- 18... تصوير المشكلة:
- 20... «النفس الواقعية»
- 22... مهمة الدين:
- 25... تحليل فرويد لماهية الصراع النفسي والدين
- 27... المناقشة:
- 30... الدين التقليدي والوجداني
- 34... ماهية الدين الوجداني
- 36... بين الأزمة النفسية والمرض النفسي
- 37... بين المرض النفسي والأخلاقي والعقلي
- 40... العوامل المساعدة على الاصابة بالأمراض النفسية:
- 1 - عوامل اجتماعية: 40...
- 2 - عوامل ذاتية: 41...
- 3 - عوامل جسدية: 41...
- 4 - عوامل وراثية: 42...
- 5 - عوامل وهمية: 42...
- دور التطور المادي والحضاري: 43...
- مبادئ الصحة النفسية: 44...
- المبدأ الأول: الوقاية من المرض 44...
- الثاني: تصحيح المفاهيم والافكار 46...
- الثالث: المجتمع الصالح والحكومة العادلة 48...
- الرابع: القدوة الصالحة 49...
- أنواع الأمراض النفسية والقلبية 54...

## الفصل الثاني

- 1 – القلق والاضطراب ...57
- أعراض المرض: ...59
- أهم النظريات في تصوير منشأ الاضطراب: ...60
- 1 – نظرية مدرسة التحليل النفسي: ...60
- 2 – نظرية المدرسة السلوكية: ...65
- 3 – نظرية صراع الدوافع: ...67
- 4 – نظرية العرفاء والمتصوفة: ...67
- 5 – نظرية علماء الأخلاق المسلمين: ...68
- علاج القلق ...69
- حقيقة العلاج القرآني: ...72
- 2 – الكآبة ...80
- تعريفها وعلائمها: ...80
- 1 – الاخلاق الكئيبة: ...82
- 2 – الحدة وسرعة الانفعال: ...82
- 3 – انعدام الميل نحو التمتع والالتذاذ: ...83
- 4 – فقدان الشهية والنحول: ...83
- 5 – الأرق: ...83
- 6 – وهن القوى الذهنية: ...84
- 7 – ضعف الميل الجنسي: ...84
- 8 – الشعور بالاثم وخواء الشخصية: ...84
- 9 – اليأس والتفكير بالانتحار: ...85
- 10 – الأعراض البدنية: ...85
- نظريات وآراء في تفسير الكآبة: ...87
- 1 – نظرية التحليل النفسي: ...87
- 2 – نظرية السلوك الطبيعي للاحياء: ...90
- 3 – التبيين المعرفي والتفكير السلبي: ...93
- 4 – العوامل الفسيولوجية: ...96
- 5 – عوامل اجتماعية: ...97
- حكاية مهاجر: ...99

- الحالة (2) : 103...  
العلاج : 104...  
حكاية السيدة (س...): 108...  
3 – «الوسواس» أو «التسلط القهري» 111...  
الحالة رقم (1) : 112...  
الحالة (2) : 116...  
أسباب المرض : 118...  
1 – التفسير البيولوجي : 120...  
2 – التفسير النفساني : 120...  
علاج الوسواس 123...  
4 – «الهستيريا» 127...  
أعراض المرض 128...  
أسباب المرض 129...  
1 – نظرية التحليل النفسي : 130...  
2 – نظرية الارتباط مع الآخرين : 132...  
3 – النظرية السلوكية : 133...  
4 – نظرية الارادة المرضية : 133...  
الحالة (1) : 134...  
الحالة (2) : 135...  
الحالة (3) : 136...  
الحالة (4) : 140...  
العلاج : 142...  
«التنبه» 144...  
«التلقين» 145...  
«التقوية» 145...  
«المقابلة» 145...  
5 – «ضعف الشخصية» أو « عقدة الحقارة » 146...  
الحقارة وحقيقتها 146...  
عقدة الحقارة 147...

- اشكال الجبران...151  
أسباب المرض: ...164  
علاج المرض: ...166  
6 – السايكوباثية ...169  
غريزة العدوان: ...170  
العوامل المؤثرة في تكوين السايكوباثية: ...171  
1 – العامل النفسي: ...172  
2 – العامل الوراثي والبيولوجي: ...174  
3 – محيط الاسرة: ...175  
4 – العامل الاجتماعي: ...176  
أنواع السايكوباثية: ...179  
1 – السايكوباثية الاجتماعية: ...179  
2 – السايكوباثية العدوانية: ...180  
3 – سايكوباثية الأهواء: ...181  
4 – السايكوباثية الخلقة: ...181  
العلاج: ...182

### الفصل الثالث

- أيّهما الأصل: الصحة أم المرض؟...190  
مرض القلب في القرآن الكريم ...192  
التفصيل بين النفس المجازية والحقيقية: ...197  
الأول: النفاق ...199  
مراتب النفاق ...200  
أعراض المرض ...203  
أسباب النفاق ...204  
دعائم النفاق: ...208  
علاج النفاق: ...209  
علماء الاخلاق وعلاج النفاق: ...212  
العلاج النفسي للنفاق: ...213

- الثاني: الحسد...215
- الآثار السلبية للحسد...217
- مراتب الحسد: ...218
- أسباب الحسد: ...221
- علاج الحسد...224
- الثالث: حبّ الدنيا...228
- المراد من حبّ الدنيا...230
- معيار الغزالي لحبّ الدنيا: ...232
- معيار العلامة المجلسي: ...233
- تحقيق المطلب: ...234
- 1 – اتباع الشهوات...237
- 2 – الاطمئنان بالحياة الدنيا...241
- 3 – التعلّق النفسي بالماديات...243
- علاج حبّ الدنيا: ...246
- 1 – علاج حبّ الشهوات...247
- أ – الاستبدال: ...247
- ب – الزهد: ...248
- ج: الورع...251
- 2 – علاج الاطمئنان بالحياة الدنيا: ...254
- 3 – علاج حبّ الذات: ...255
- إمتدادات حبّ الدنيا...258
- 1 – حبّ المال والثروة: ...258
- مساويء حبّ المال في نظر علماء الأخلاق...262
- حبّ المال في المتون المقدسة...263
- 2 – الحرص: ...264
- مساوي الحرص: ...266
- علاج الحرص...267
- 3 – الطمع: ...268
- علاج الطمع...269

- 4 – البخل: 271...  
علاج البخل: 272...  
5 – الجبن: 275...  
تأثيره في حياة الفرد والمجتمع 277...  
أسباب الجبن: 278...  
العلاج: 281...  
الرابع: العجب... 285...  
مراتب العجب: 286...  
العجب من منظار علماء النفس... 287...  
العجب بالنسبة للمؤمن: 289...  
مفاسد العجب: 291...  
علاج العجب 292...  
الخامس: «الكبر والتكبر» 297...  
مراتب الكبر 299...  
مفاسد الكبر 302...  
أعراض المرض وأسبابه 303...  
علاج الكبر 306...  
مصادر الكتاب 312...

\*

\*

\*