الفصل الثاني

مشكلات الذات الغير تكيفية

أولاً : الحسد والحقد والغيرة :

الحسد والحقد والغيرة عمليات نفسية تخرج من منبع واحد ، حيث أنها متشابهة فى مظهرها ولكنها تختلف فى مضمونها ، حتى أن الشخص الذى تتحرك لديه أى نزعة منهم لا يستطيع تميزها بالقدر الكافى ، فلا يدرى أهى حسد أم حقد أم غيرة ، وسوف نتعرض لكل شريحة من هذه العملية بالتفصيل

ولقد فضلت أن أبدأ بعملية الحسد داخل الشخصة لأنها عملية لا تستكين أبداً، تظل فى حالة نشاط كامل طالما كان الإنسان حياً ، فعملية الحسد ناشئة من كون الإنسان يتمنى أن يملك كل مافى الدنيا ويحوز على كل ما تراه عينه ، وبالتالى فهو دائماً يشعر أن الآخر مميز عنه فى شئ وتظل نفسه تطوق إلى هذا الشئ ، وقد أخبرنا معلمنا الكريم النبى المصطفى " لو أن لإبن آدم وادياً من ذهب لتمنى أن يكون له ثانى ، ولا يملئ عين ابن آدم إلا التراب " .

فعملية الحسد فى حد ذاتها هى اضطراب نفسى بسيط يصيب الفرد نتيجة ولعه بأشياء يراها ولا يستطيع إمتلاكها ، ولعل عملية الحسد من العمليات التى زاد اللغط حولها من قديم الأزل من حيث قوة تأثيرها على الآخرين ، وذلك يترجمه المثل القائل " العين كسرت الحجر " ، ولعل ذلك المثل له أصول قديمة لا نستطيع الجزم بحقيقتها حيث يروى أن النبى المصطفى صلوات الله عليه كان على المنبر فأخبره جبريل أن أحد الجالسين فى المسجد ينظر إليه نظرة حسد شديد ، فتحرك النبى من مكانه فإذا بحجر المسجد من خلف النبى وقد انفلق ، ومن هذه الرواية غير المؤكده خرج ذلك المثل

وأصبح موضوع الحسد موروث شعبى ، إلا أن هناك ما يؤيد ذلك من القرآن الكريم بنص الآية الشريفة " ومن شر حاسد إذا حسد " سورة الفلق . الآية ٥ ، وفى آية أخرى من سورة يوسف على لسان نبى الله يعقوب حينما قال لبنيه " وَقَالَ يَا بَنِيَّ لاَ تَدْخُلُواْ مِن بَابٍ وَاحِدٍ وَادْخُلُواْ مِنْ أَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنكُم مِّنَ اللّهِ مِن شَيْءٍ إِنِ الْحُكْمُ إِلاَّ لِلّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ * وَلَمَّا دَخَلُواْ مِنْ حَيْثُ أَمَرَهُمْ أَبُوهُم مَّا كَانَ يُغْنِي عَنْهُم مِّنَ اللّهِ مِن شَيْءٍ إِلاَّ حَاجَةً فِي نَفْسِ يَعْقُوبَ قَضَاهَا وَإِنَّهُ لَذُو عِلْمٍ لِّمَا عَلَّمْنَاهُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لاَ يَعْلَمُونَ " سورة يوسف . الآيتان ٦٧ ، ٦٨ ومن تفسيرات قوله تعالى حاجة فى نفس يعقوب كانت مسألة الخوف على أبنائه من الحسد إذا نظرت عليهم العيون وهم فوق العشر ويتميزون بالجمال والهيبة . وهنا يجب لنا من وقفه .. هل مسألة الحسد الذى أمرنا الله تعالى الإستعاذة منها هى مسألة معنوية فقط أم أن لها جانب تطبيقى بحيث أن عين الحسود لها قوة تأثير ضارة على الشخص المحسود ولا يرد هذا الضرر إلا أن يستفيد هذا المحسود بكلمات الله التى علمنا إياها فى كتابه العزيز .

وللوصول إلى إجابة مقنعة فى هذه المسألة نرجع الأمر إلى أحدث إرهاصات العلم التى أثبتت أن للعين البشرية إشعاعات خارجة منها كما أن لها إشعاعات داخلة إليها ، حيث أن الشعاع الداخل يعكس الصورة حتى يدركها المخ أما الشعاع الخارج ففيه مربط الفرس ، ولنا من حديث الرسول الكريم السند والبرهان حيث قال " العين تدخل الجمل الكدر وتدخل الرجل القبر" . فكيف يكون للعين مثل هذا التأثير إلا بنظرات خاصة تختلف عن أى نظر ، فقد يحسد الإنسان وهو لا يدرى أنه يحسد إذ تتحرك بداخله نوازع غير إرادية تنعكس على نظراته .

وفى هذا المجال فروق فردية كما هو الحال فى كل أمر حيث أن من البشر من لديه هذه النوازع بشكل فائر ومتأجج فيكون تأثير النظر لديه أشد وأعنف ، وقد أجريت تجربة علمية على تأثير قوة النظر عندما وضع شخص أمام آخر وكلاهما ينظر إلى الآخر نظرات حادة يستجمع فيها أحاسيس وأفكار عدائية للآخر فيشعر أحدهما بالإعياء والإرهاق الشديد ، وإن كانت هذه التجارب ليست موثقة بشكل كافى إلا أنها تدعم مارمى إليه القرآن الكريم وأشارات إليه السنة النبوية بأن الحسد له شق تطبيقى يصل إلى درجة تدمير الشخص والجماد كما وضحه الدكتور مصطفى محمود فى البرنامج التلفزيونى العلم والإيمان .

وإذا أردنا أن نقرب الصورة إلى الأذهان .. نقول إنه مع تقدم العلم تم اكتشاف أنواع عديدة من الأشعة ، منها أشعة الليزر التى تم إكتشافها فى السنوات الأخيرة ، وهى لها استخدامات علمية كبيرة ، وهى من أدق الوسائل للقياس ، بل إنها تستخدم فى العمليات الجراحية الدقيقة بحيث تتم العملية الجراحية بأشعة الليزر دون تدخل مشرط الجراح ودون نزول قطرة دم واحدة وهذه الأشعة تخترق أدق وأصعب الأشياء . مالذى يدريك أن عين الحاسد لا يخرج منها أشعة أشد فتكاً من أشعة الليزر ، تدخل إلى جسدك وتفعل فيه أشياء وأنت لا تدرى ، ألا يمكن أن تقرب إلينا مسألة أشعة الليزر هذه ما يحدث من عين الحاسد ، وتعطينا صورة من واقع محس تقرب إلى أذهاننا صورة من غيب لا يحس ولا ندرى به .

أما عن الحقد فهو لا يختلف كثيراً عن الحسد ولكنه يزيد عليه رغبة الحاقد الحقيقية والمؤكدة فى تدمير الآخرين دون أى وازع من تأنيب الضمير فالحقد أشبه

بجزوة نار تشتعل فى نفس الحاقد وإذا لم تنطفئ بأن يرى المصائب تنهال على الشخص المحقود عليه ، تحرك بشكل فعلى للمساهمة فى تدميره بنفسه بأى وسيلة متاحة .

أما الغيرة فهى الشريحة الثالثة من هذه العملية المعقدة ، فهى من نفس نسيج الحسد ، ولكنها تختلف فى رغبة التدمير بالشخص المحسود ، فهى عملية تجعل صاحبها متطلع دائماً لما يفعله الآخر ويتمنى أن يكون مكانه دون رغبة حقيقية فى تدمير هذا الآخر ، لأن الغيرة قد تكون بين الأشقاء أو الأصدقاء الذين تجمعهم المودة والألفة ، فلا يجتمع فى نفس واحدة المحبة والرغبة فى التدمير لذات نفس الشخص .

ولنا هنا وقفه مع مشهد قصصى فى القرآن الكريم حينما صور الله تعالى ما حدث بين نبى الله يوسف وأخوته حيث كان هناك مزيج من المشاعر النفسية بين الحسد والحقد والغيرة ، وهذا الاختلاف يأتى على اختلاف أخوة يوسف واختلاف طبائعهم ، فحينما أجمعوا أمرهم على التخلص من أخيهم كان لكلاً منهم رأى يعبر عما يجول فى نفسه ، فقال أحدهم " اقتلوا يوسف " وقال آخر " اطرحوه أرضاً " وقال ثالث " لا تقتلوا يوسف وألقوه فى غيابت الجب يلتقطه بعض السيارة " وهذا يصور لنا اختلاف النفوس وتباين درجات الحسد والحقد والغيرة ، فالقائل اقتلوا يوسف لديه درجة عالية من الحقد عليه حتى أنه تمنى تدميره جسدياً أما الثانى فقد اقترح أن يترك يوسف فى مكان خلاء لعله يموت وحده جوعاً وعطشاً ، وبذلك يحقق مآربه دون أن يكون له يد مباشرة فى قتله وهذا نوع من الحسد ، وأما الثالث فقد إقترح أن يلقى فى مكان آمن نوعاً ما بحيث يقع فى أيدى آخرين يأخذونه ويبتعد عنهم، فيكون يوسف فى مآمن وهم قد حققوا رغبتهم فى التخلص منه ومن هذا المشهد القرآنى الرائع تم تصوير عملية الحقد والحسد والغيرة فى إطار واحد من أنفس مختلفة ، وقد قال رب العزة عن هذه القصة الخالدة " نحن نقص

عليك أحسن القصص " سورة يوسف . الآية ٣ ، وبالتالى لن نجد أفضل من هذه القصة لنجمع بها مقاصد الحديث عن الحسد والحقد والغيرة .

وخلاصة القول أن البشر جميعاً مؤمنهم وملحدهم ، الخيرين منهم والأشرار ذاقت نفوسهم الحسد والحقد والغيرة فى أى مرحلة من حياتهم ، ولكن المؤكد أن المعيار يختلف بإختلاف طبيعة الشخصة ، فلنترك النفوس الوضيعة وننظر إلى النفوس الراقية ، فمما لا شك فيه أن عمر بن الخطاب كان يغار من مكانة أبى بكر فى الإسلام وقالها صراحة " ما من موقف أردت ان أسبق فيه إلا وسبقنى أبى بكر " ، والسيدة عائشة تغار من مكانة السيدة خديجة عند النبى وقالتها صراحة " ما يعجبك فى خديجة وقد تزوجتها ثيب وتزوجتنى بكراً " ، وفقهاء الصحابة يغارون من القادة والفاتحين والقادة يغارون من حفظة الحديث والعلماء ، فهذا هو حال صفوة البشر وإن كانت غيرتهم وحسدهم طمعاً فى المزيد من القرب لله ، كما قال النبى المعصوم صلوات ربى وسلامه عليه " لا حسد إلا فى إثنتين .. رجل أتاه الله المال فهو يتصدق به ورجل أتاه الله الحكمه فهو يعلمها " ، فما هو الحال كلما تدنينا فى نفوس البشر مما لا شك أن الحسد والغيرة يأخذ أشكالاً أكثر دونية ولا بد وقتها أن يتولد الحقد ، وليس هناك مجال لمن يدعى أن نفساً بشرية غير الأنبياء خالية تماماً من الحسد والحقد والغيرة ، وإذا أردنا تقويض هذه العملية بشرائحها الثلاث فالنوجه حسدنا وغيرتنا ممن يمتلكون علماً أو خلقاً أو سماحةً أو تقوى حتى نتبارى معهم فى هذا الإتجاه ونكون من الفائزين ، ونبتعد تماماً عن من يمتلكون أشياء لن تثمر المنافسة معهم إلا إلى يأس وإحباط وهلاك للنفس بلا داعى مثل المال والشهرة والسلطة.

وقبل أن نختم الحديث عن هذه العملية النفسية الدسمة ، لا بد أن نوضح أن الغيرة لها شقان ، غيرة من فلان وغيرة على فلان ، فالغيرة من آخر هى ماتحدثنا عنها سابقاً ، أما الغيرة على آخر فهى بعد مرتبط بالناحية العاطفية والإستئثار ، فمن يحب إمرأة أو من تحب رجل يتولد إليهما شعور جارف بالإستحواذ وعدم المساس للشخص موضع الغيرة ، فنجد الرجل لا يقبل أن تتحدث من يحبها عن غيره أو تكلم غيره أو تعجب بغيرة ، وكذلك المرأة ، وهذه الغيرة على الآخرين نراها بين الأطفال على والديهم ، فلا يقبل الطفل أن يرى أباه يدلل غيره ، وقد تكون بين الأصدقاء الأعزاء ، فكل صديق يريد أن يستحوذ على أسرار وصحبة صديقة دون منازع .

ولعل هذا الشق من الغيره غير ضار بل له العديد من المزايا ، فيعمل دائماً على توهج المشاعر بين صاحب الغيرة والمغار عليه ، مما يعطى المؤشر على إستمرار صلة العاطفة ، وكلما خفتت حدة الغيرة خفتت معها الصلة العاطفية فأصبحت ترمومتر نفسى لقياس مسألة لا يمكن قياسها إلا بهذه الطريقة .

ثانياً : الكبر و النرجسية :

الكبر مصطلح عام والنرجسية مصطلح نفسى يعني عشق الذات وكلاهما يحمل مضمون متقارب ، ومصطلح النرجسية مشتق من وصف إكلينيكى، وقد أختاره"بول ناكية" عام ١٨٨٩ ليشير به إلى اتجاه الشخص الذى يعامل جسده بنفس الطريقة التى يتم بها التعامل مع جسد الموضوع الجنسى، وهو الذى ينظر إلى جسده كما لو كان يلاطفه حتى يحصل على الإشباع الكامل من خلال هذا النشاط، وبوصول النرجسية إلى هذه الدرجة فإنها تتميز بالإنحراف الذى يتمثل فى استيعاب موضوع الحياة الجنسية كلها،

ويصبح الموضوع الجنس الوحيد هو جسد الشخص نفسه. ويصفها فرويد بأنها أنوية غريزة المحافظة على بقاء الذات وكتب عن ثلاثة أنواع للنرجسية فى مرحلة الرشد: النرجسية الطبيعية، الثانوية (المؤقتة) والمرضية، ويصف النرجسية الطبيعية بأنها " التكملة الليبرية للإنانية أو غريزة حفظ الذات"، وتختلف النرجسية الطبيعية عن النرجسية الأولية التى يحصر فيها الطفل توظيف طاقته الليبرية فى ذاته– فى الدرجة فقط، أما فى المواقف التى يركز فيها الفرد عن ذاته بسبب مرضه أو التعرض إلى ضغوط اخرى تنبثق النرجسية الثانوية والتى تعبر عن ارتداد الليبرو والمنسبح من عالم الموضوع إلى عالم الذات وأخيرا يطلق فرويد اسم النرجسية المرضية على الانسحاب الكامل الفصامى من عالم الموضوع .

ويميز فرويد بين مفهوم النرجسية ومفهوم الإنانية ، ويصف النرجسية بأنها التكملة الليبيرية للأنانية، وتدور الأنانية على ما ينفع الفرد، أما النرجسية فتتضمن بالإضافة إلى عنصر المنفعة السابق عنصرا آخر هو إشباع الحاجات الليبيرية . ويميز بين النرجسية الطبيعية والمرضية فيرى أن النرجسية الطبيعية تشير إلى اندماج تمثيلات الذات والموضوع ضعيف يصاحبه تمثيل ذاتى متضخم واضطراب حاد فى علاقات الموضوع . وتتبع الاضطرابات النرجسية من ثلاث أسباب رئيسية: أولا: احتياجات استثنائية للطفل ترجع إلى عوامل مثل استعداد وراثى، إعاقة جسدية أو صعوبات التعلم، ثانيا: علاقات متضاربة وغير متطابقة بين الطفل والولد، ثالثا: قصور خطير فى قدرة الوالد على القيام بوظيفة المرأة واستمثال موضوع الذات بسبب اضطرابه النفسى أو بسبب ظروف مفروضة عليه ظاهريا، ويعد هذا السبب من أكثر الأسباب التى تؤدى إلى نشأة الاضطراب النرجسى .

وسوف نتناول الحديث عن الكبر حيث أنه أعم وأشمل، فهناك خط فاصل بين الكبر والكبرياء ، ولكى يتضح المعنى من المفهوم الأول علينا أن نبين مدلول المفهوم الثانى ، فالكبرياء صفة سلوكية يتصف بها أصحاب النفوس العزيزة الذين يبتعدون عن مواطن الدنائة والخسة ، فحينما ينئى الشخص بنفسه عن مواقف تظهر القائمين بها بشئ من الوضاعة وإزلال النفس يقال هذا شخص لديه كبرياء لا يدنى نفسه لأحد، أما الكبر فهو كبرياء فى غير موضعه ، كأن يتعالى الشخص على من حوله بما لديه من نعم وقد يتعالى وليس عنده شئ فيصبح الكبر داء حتى لو كان الشخص معدم ، والشخص الموصوم بالكبر دائم السخرية من الآخرين ومستهين بما حققوه وينظر لما عنده وكأنه شئ ثمين لا يقدر بمال وبالتالى يصبح شخص منبوذ من الجماعة ، وغالباً ما يكون الشخص المتكبر مصدر سخرية ولإستهانة ممن حوله بسبب أفعاله وأقواله .

وأفضل ما يوضح الفرق بين الكبر والكبرياء هو عمر بن الخطاب رضى الله عنه، عندما تولى خلافة المسلمين ورأى الفتوحات الإسلامية تزداد وتنتشر والدولة الإسلامية تأخذ مكانة غير مسبوقة فى العالم ، شعر عمر أن هذا الوضع الجديد وهتفات المؤيدين يدفع أى زعيم للكبر والغطرسة مثلما رأينا على مر التاريخ من زعماء قادوا شعوبهم للهلاك ممن تناسوا قدرة الله عليهم ، فاتخذ عمر بن الخطاب خاتم مكتوب عليه " انك ميت ياعمر " حتى ينظر إليه ليلاً ونهاراً فيكسر أى نازع للكبر بداخله . وعلى الجانب الآخر من ذلك عندما دعاه أبو عبيدة عامر بن الجراح لتسلم مفاتيح بيت المقدس بصفته زعيم المسلمين وكبيرهم ، دخل القدس هو وخادمه وحماره الذى أتى بهما من المدينة ، وكان الخادم يركب الحمار وعمر يمشى بجواره على اعتبار أن هذا دور الخادم فى الركوب ، وعلى الفور ذهب إليه أبو عبيده طالباً منه أن يدخل القدس بموكب يليق

بقائد منتصر وخليفة للمسلمين لأن أهل هذه البلاد يهتمون بهذه المظاهر ، وهنا قال له عمر بن الخطاب بكبرياء المسلم " لو غيرك قالها يا أبا عبيده لجدعت أنفه .. نحن قوم أعزنا الله بالإسلام ولو إبتغينا العزة فى غيره لأزلنا الله " ، وهذا خير ما رأيت لتوضيح الفرق بين الكبر والكبرياء.

وهناك نوع من الكبر له منظور نفسى آخر يعد اضطراب سلوكى بسبب وجود الشخص فى مستوى يظن أنه لا يتلائم مع امكانياته أو نشأته فيحدث هناك صراع بين رغباته فى التطلع إلى مايراه وبين واقعه ، فيصبح دائماً مشدوهاً إلى ما يصبو إليه ولا يجد سبيل إلى ذلك إلا بتحقير من حوله وتصويرهم بصور ضئيلة حتى يعلو عليهم .

وقد قال رسول الله " لا يدخل الجنة من كان فى قلبه مثقال ذرة من كبر " وبهذا يتبين أن الكبر سلوك مكتسب تحت سيطرة الشخص ، لذلك يحاسبه الله عليه ، وفى القصص القرآنى صور لنا الله جل شأنه مشاهد الكبر فى صور متعددة أشهرها كبر فرعون والنمرود بالسلطة حيث قال فرعون " فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى " سورة النازعات . الآية ٢٤ ، وحوار النمرود مع نبى الله إبراهيم " أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِي حَآجَّ إِبْرَاهِيمَ فِي رِبِّهِ أَنْ آتَاهُ اللّهُ الْمُلْكَ إِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ رَبِّيَ الَّذِي يُحْيِي وَيُمِيتُ قَالَ أَنَا أُحْيِي وَأُمِيتُ قَالَ إِبْرَاهِيمُ فَإِنَّ اللّهَ يَأْتِي بِالشَّمْسِ مِنَ الْمَشْرِقِ فَأْتِ بِهَا مِنَ الْمَغْرِبِ فَبُهِتَ الَّذِي كَفَرَ وَاللّهُ لاَ يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ " سورة البقرة . الآية ٢٥٨ ، وكبر قارون بالمال " إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِن قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَةِ أُولِي الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ " سورة القصص . الآية ٧٦ وقول قارون " قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَى عِلْمٍ عِندِي أَوَلَمْ يَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ قَدْ أَهْلَكَ مِن قَبْلِهِ مِنَ الْقُرُونِ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ قُوَّةً وَأَكْثَرُ جَمْعًا وَلَا يُسْأَلُ عَن ذُنُوبِهِمُ الْمُجْرِمُونَ " سورة القصص . الآية ٧٨، وكبر أمية بن خلف وأبو لهب عن

الخضوع لله " يُرِيدُونَ أَن يُطْفِؤُواْ نُورَ اللّهِ بِأَفْوَاهِهِمْ وَيَأْبَى اللّهُ إِلاَّ أَن يُتِمَّ نُورَهُ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ " سورة التوبة . الآية ٣٢ ، وكبر السامرى بالعلم حينما جادل نبى الله موسى " قَالَ بَصُرْتُ بِمَا لَمْ يَبْصُرُوا بِهِ فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِّنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّلَتْ لِي نَفْسِي " سورة طه . الآية ٩٦.

وأدل مايميز أنواع الكبر المتعددة أنها تؤدى فى النهاية حتماً إلى الكفر بنعمة الله وتناسى قدرته سبحانه وتعالى على البشر ، ولكن إذا كان الكبر بلا عوامل تزيده وتدفعه كالمناصب والنفوذ كان أدعى لسخرية الناس من المتكبر بلا سند ، وهو ما يقال عنه ريش على ما فيش ، أما إذا كان من النوع الأول فحتماً سوف يستجلب سخط الله بدعاء المضارين منه ، والأمثلة لا تعد ولا تحصى فأكم من مسئول تجاهل المحتاجين وأضر بهم وأنف أن يحادثهم ، فكان الكبر فى هذه الحالة درجة سلم إلى الظلم الذى هو ظلمات يوم القيامة .

ولعلنا نسمع كثيراً عن أشخاص فى مجتمع قد فارقوه إما بالرحيل أو الوفاة ولكن ذكراهم قوية فى نفوس الناس ، فنسمع من يمدح ومن يثنى على أيامه التى لا تعوض ويحكى آخر عن أفعاله وأعماله التى لاتنسى من فرط كرم خلقه ودماثة طباعه ، ويحضرنا قول النبى الكريم " المؤمن آلف مآلوف ومن لم يؤلف ليس بمؤمن " ، فالمتكبر أبعد ما يكون عن الألفة النفسية وبالتالى أبعد ما يكون عن الإيمان .

ولنا فى الحياة أمثلة تقرب المعنى وتوضحة ، فكم من شخص يعلم بعض الكلمات عن الإنجليزية أو الفرنسية ونجده فى كل حوار يستعين ببعض منها ، وذلك لتكملة نقص فى تكوينه النفسى يشعر به داخلياً ، فى حين يطالعنا عالم جولوجيا عربي

مقيم فى أمريكا عشرات السنوات ، وعند حديثه باللغة العربية لا ينطق كلمة واحدة إنجليزية ، لأنه وصل إلى مكانة أصبح ليس للكبر فيها موضع .

وقد قابلت علماء كبار لهم صيت واسع الإنتشار ولهم مهابة وفخامة وعند تعاملى الشخصى معهم كان أهم ما يدهشنى التواضع والأدب والألفة ولين الجانب ، حتى أننى كنت أعقد مقارنات داخلية بينهم وبين أحد الموظفين البسطاء الذى يتكلم مع البشر وكأنه يأنف منهم ، وأنهم دونه مكانة وعزاً ، وكنت أتسائل أيهما أولى بالكبر من الآخر ؟ وهل يحتاج البسطاء من البشر إلى الكبر ليرفعهم فوق مكانتهم؟، ولهذا خرجت بنتيجة واحدة أن الكبر اضطراب نفسى لا محالة سواء أصيب به البسطاء أو من نشأوا فى بيئات متدنية أو أصحاب المراكز المطلوب منها الخدمات من الآخرين ، أو حالة أخرى .

ولذلك يجب أن ينظر إلى الشخص المتكبر على إنه شخص يفتقد إلى السوية الإجتماعية ، وتزداد مشكلته كلما زاد نفور الناس أو سخريتهم من طريقة تعامله ، وبالتالى تتطور شخصية المتكبر إلى العدوانية تجاه الآخرين بصورها المختلفة .

ولنا فى الرسول الكريم والمعلم العظيم الدواء الشافى من الكبر ، فبعد فتح مكة والإنتصار العظيم الذى حققه المسلمين على مشركى العرب ، ذاع صيت النبى على كل الألسنة ومن لم يراها يتخيله فى صورة الملك المتكبر الذى يصول ويجول ، فقد دخل عليه رجل يريد إعلان إسلامه فى مكة ، فدخل يرتعش ويرتعد ويكاد يغمى عليه من هول الموقف ، فهنا أدرك النبى أن الرجل يخاف منه ومن سلطانه ، فقال صلى الله عليه وسلم " لا تخف فأنا لست بملك ولا جبار وإنما أنا إبن إمرأة كانت تأكل القديد بمكة " ،

وهنا شعر الرجل أنه دخل على من هو أرحم عليه من أمه وأبيه ، وأن سلطانه إنما هو سلطان على القلوب والنفوس بالرحمة المهداه من رب العالمين .

وقد قدم الرسول لنا روشتة العلاج من الكبر والنرجسية فى قوله صلوات ربى وسلامه عليه " تذكروا هادم اللذات ومفرق الجماعات " ، فتذكر الموت دائماً يبث فى النفس الشعور بالصغر أمام رب العالمين ، وأن الحياة فى جملتها ضئيلة وقصيرة ولا تحتمل التعالى والغطرسة ، وإنما تحتاج لمزيد من التواضع والرحمة التى يسجل الإنسان بها لنفسه درجات ومراتب عند الله جل شأنة يستفيد منها عند تركه للحياة الدنيا .

ثالثاً : الأنانية والطمع والبخل :

السلوك الأنانى أن يبالغ الإنسان فى حبه لنفسه والإهتمام بالأنا دون مراعاة للواقع، وعلى حساب الآخرين ، ويرى بعض علماء الصحة النفسية أن مصطلح Egoistic الذى يترجم على أنه الأنانية مرادف فى اللغة الإنجليزية لمصطلح آخر وهو الغرور ، إلا أن مصطلح الأنانية نادراً ما يتضمن ذلك القدر من الغرور والإعجاب بالنفس الذى يتضمنه المصطلح Egoistic ، وقد يتباين سلوك الأنانية مع سلوك الطمع ، فكثيراً ما نرى شخص يملئ الجشع قلبه ويطمع فى كل شئ ولكنه غير أنانى ، بمعنى أنه قد يكون جواد على من حوله ، أما البخل فهو سلوك غير مرتبط بما يملكه الإنسان فقد لا يملك إلا الفتات وقد يكون من الثراء الفاحش ولكن صفة البخل تكون واحدة . ونعنى من ذلك أن هذه الشرائح الثلاثة وإن كانت متقاربة فى مفهومها إلا أنها ليست بالضرورة أن تجتمع فى شخص واحد .

ولكن هناك صفات حميدة فى الإنسان قد يراها البعض ذميمة وكل حسب تقديره للفعل ، وعلى سبيل المثال فإن الشخص الحريص على مصالحة المالية أو العلمية أو الإجتماعية ولا يقبل أن يؤثر عليها أى شئ قد يراه البعض أنانى ، والشخص الذى يسعى دائماً لزيادة دخله وتنمية مدخراته قد يراه البعض طماع ، والشخص الذى يدخر من ماله ويحافظ على ممتلكاته قد يراه البعض بخيلاً . فهل هناك تقدير متفق عليه لتحديد وصف أى شخص بأى شريحة من هذا السلوك الغير مقبول؟ ، فى مثل هذه الأمور الغير محددة يكون دائماً الحكم فيها للأغلبية العظمى ممن يتعاملون مع الشخص فى مواضع كثيرة ، ونادراً بل يكاد يكون مستحيلاً أن تجمع أغلبية من أفراد فى حكمهم على شخص ويكون حكمهم خاطئ

وهذا عين ما حدث للرسول صلى الله عليه وسلم عندما ذاع صيته فى أرض العرب وخارجها ، فكان من لا يعرفه يسأل عنه المؤمنين برسالته وغير المؤمنين ، وكان برغم أن هناك كثيرين من كفار قريش وهم أهل النبى وجيرانه وكانوا يتهمونه بالسحر والدجل إلا انهم أجمعوا أنه لم يسرق فى حياته ولم يخن أمانة أبداً ولم يكذب على أحد ولم يحضر أى مجلس للهو ولم يصاحب عاهرة أو بغى قط ولم يغش فى تجارة ، ومن هنا فإن إجماع معظم الآراء على صفات شخص نادراً جداً ما تخيب .

وإذا أردنا تحديد كل شريحة بشكل أفضل فعلينا أن نوضح أن السلوك الأنانى فى حد ذاته سلوك منبوذ يدفع الآخرين لتجنب الشخص الموصوم به، لأن القاعدة الإنسانية فى تعامل البشر جعلت الشخص الذى يستعفف عن ما فى أيدى الآخرين ويجود بما عنده من جهد وخدمات وأشيائه الخاصة أكثر إستفادة من الشخص الأنانى

الحريص على أشيائه ويغلق عليها ، لأن الكل فى هذه الحالة يطيب نفسه لإعطاء من أعطى والتقطير على من يمنع .

أما الطمع فهو لغوياً رغبة فى أخذ ما يزيد عن حقه كما فى قوله تعالى " ثُمَّ يَطْمَعُ أَنْ أَزِيدَ " سورة المدثر- الآية ١٥ ، والطمع سلوك لا يختلف عن السلوك الأنانى فى تعامل الشخص مع الآخرين المحيطين به ، فمن يطمع دائماً يخسر على المدى البعيد ، ومن يجود يكسب أيضاً على المدى البعيد ، أى المسألة تستلزم بعد النظر والفطنة.

وعن البخل كظاهرة يقول الله تعالى " هَاأَنتُمْ هَؤُلَاء تُدْعَوْنَ لِتُنفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنكُم مَّن يَبْخَلُ وَمَن يَبْخَلْ فَإِنَّمَا يَبْخَلُ عَن نَّفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَأَنتُمُ الْفُقَرَاء وَإِن تَتَوَلَّوْا يَسْتَبْدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ " سورة محمد . الآية ٣٨ ، فالبخل فى ظاهره الحرص على ما أملك دون أن يستفيد به غيرى ، ولكنه أيضاً عائد بالسلبية على فى حياتى ومن الطبيعى أن من يبخل على الله بالدعاء والعبادة لا محاله يبخل على الآخرين ، وقد قال الله تعالى " وَأَمَّا مَن بَخِلَ وَاسْتَغْنَى " سورة الليل . الاية ٨ ، أى أن الله يذكر بعض الناس أنهم بخلوا عن العطاء وإستغنوا بما عندهم ، وهم قاصرى النظر لأن ما عند الله أدوم وأبقى لأنه أغنى وأقدر .

ولعل هذه العملية النفسية بشرائحها الثلاثة الأنانية والطمع والبخل تندرج تحت مقولة على بن أبى طالب رضى الله عنه " أطلبوا الخير من بطون شبعت ثم جاعت فإن الخير باق فيهم ، ولا تطلبوا الخير من بطون جاعت ثم شبعت فإن الشح باق فيهم " ، أى أن المسألة ترجع للنشأة ، فهناك نشأة تجعل أصحابها يتمتعون بصفات حميدة وتظل هذه الصفات لصيقة بهم مهما جارت عليهم دائرة الأيام وتعرضوا لظروف صعبة ، والعكس صحيح حيث أن النشأة الجافة والحرمان الواضح فى الصغر من أساسيات

الحياة يجعل الشخص متمتعاً بصفات لا يستطيع التخلص منها مهما فتحت عليه الدنيا من خيرها وزاد ماله ، تجده دائماً يتصرف مع الآخرين بالتقطير والحساب الدقيق والمن بالنعمة .

فخلاصة القول أن عملية الأنانية والطمع والبخل من العمليات التى ترجع إلى النشأة فى التربية والظروف المجتمعية المحيطة بالشخص منذ صغرة ، والظروف المادية على وجه الخصوص سواء كانت بالإغداق فى الإنفاق أو بالتقطير ، فمع إختلاف الوجهين إلا أن النتيجة تكاد تكون واحدة وعلى أية حال فإن كانت هذه طباع النشأة فيمكن أن يحاول الإنسان تغيرها قدر المستطاع ، وقد ينجح نسبياً ولكن التجربة أثبتت عدم النجاح كلياً ، وذلك أن ما جبل علية الشخص لا ينمحى نهائياً من نفسه ، وبهذا يقول النبى الكريم " الناس معادن وخيركم فى الجاهلية خيركم فى الإسلام لو فقهوا " ، وقد كان ذلك بالفعل فالكريم والشجاع وصاحب المروءه من الكفار عندما أسلموا كان الإسلام تتويج لصفات قد نشأوا عليه بالفعل ، أما من كان دون ذلك فقد غيره الإسلام بصورة نسبية وليس بتغيير طباعه كليةً .

وهنا يتبادر إلى الذهن سؤال هام .. هل يمكن أن يغير الإيمان بالله من هذه الصفات التى يجبل الإنسان عليها كالأنانية والطمع والبخل؟ ، نعم وهذا عين ما حدث للعرب فى صدر الدعوة الإسلامية ، فقد كانوا قوماً لا يعرفون سوى الأنانية والطمع والإستحواذ وحب التملك ، ولكن ما حدث عند دخول النبى الكريم إلى المدينة وطلبه أن يتأخا أهل المدينة والمهاجرين ويتقاسموا مالديهم من متاع ودور وأموال ، ففعل أهل المدينة ذلك دون أى غضاضة فى النفس ، وقد شهد لهم الله تعالى فى القرآن الكريم

على ما فعلوه بدافع الإيمان بالله ، وهذا يثبت حقيقة هامة أن قوة الإيمان بالله تعالى يمكنها التغلب على قوى الشر ونزعات الأنانية والطمع داخل الشخصة .

رابعاً : السيكوباتية والرياء :

تعرف السيكوباتية بالمفهوم العربي الدارج النفاق، وهو إظهار قول أو فعل حسن بخلاف ما يقتنع به الفرد ، أما الرياء فهو التباهى والافتخار بصالح الأعمال التى ترضى الله بغرض كسب سمعة طيبة بين الناس ، وبالتالى فهناك عامل مشترك بين النفاق والرياء وهو الافصاح والتكلم بين الناس بأشياء يرضى الناس عنها . ولنبدأ بالنفاق حيث هو الأفة الكبرى التى يلجأ إليها الكثير ، وليكن هناك سؤال واضح، لماذا يلجأ الإنسان للنفاق ؟ ، وللأجابة على هذا السؤال يجب أن نوضح أن هناك نفاق أصيل فى نفس بعض الأفراد ومظهر آخر قد يلتبس على بعض الناس وهو ليس نفاق ، فهناك حدث عابر قد يلجأ إليه بعض الناس الذين هم أبعد ما يكون عن النفاق وصفات المنافقين، حيث يضطرون لمدح شخص لا يستحق المدح وهو فى نظرهم من أحط الناس شأناً لطباعه السيئة ، ولكن الظروف وضعته فى مكانة ما يحتاج الناس إليه لقضاء مصالحهم ، فيدخل عليه الشخص الفطن الواعى بحقائق الشخصة مادحاً حسن أداءه وعبقريته فى العمل حتى يقضى منه حاجته وينجز مصلحته فى حينها ، فهل هذا يعد نفاقاً ؟ فى رأى أنه أبعد ما يكون عن النفاق ولنا فى سيرة النبى الكريم السند والبرهان حيث دخل الإسلام بعض القبائل وهم ليسوا على رسوخ واعتقاد جازم بعقيدة المسلمين ، ومع ذلك تعامل معهم الرسول كما علمه ربه بشئ من الرفق واللين والعطاء المادى المتمثل فى غنائم الحرب حتى يكسبهم ويؤلف قلوبهم . وقد عرفهم القرآن الكريم بالمؤلفة قلوبهم . فى الوقت

الذى تعامل مع مسلمى الأنصار بصورة أخرى حيث حرمهم من بعض غنائم الحرب والامتيازات الدنيوية وأعطاها لغيرهم ، وهنا تسائل مسلمى الأنصار عن سبب هذه التفرقة فى المعاملة ، فعلمهم النبى هذه الحكمة البالغة أن بعض الناس من أصحاب النفوس الضعيفة تحتاج من حين لآخر لمدد دنيوى حتى تأخذ منها أحسن ما عندها ، أما أصحاب النفوس العظيمة الشامخة فيشبعها وعد النبى لهم بخيرى الدنيا والآخرة وهما وجود الرسول بينهم حتى موته وجنة الفردوس عند ربهم .

ونفس الموقف تكرر مع شخص أبو سفيان بن حرب ، وكان رجلاً ذو عنجهية يحب الفخر والرياء وكان سيد قومه ، ويعلم كل المسلمين عنه ذلك ، فعند فتح مكة اضطر أبو سفيان أن يخضع للرسول ، فقال العباس عم الرسول إن أبو سفيان رجلاً يحب الفخر أجعل له شئ يارسول الله ، وهنا أعلن النبى أن من دخل دار أبو سفيان كان آماناً، وذلك من باب تأليف قلبه للإسلام ودرأ أى خطر من ناحيته.

أما النفاق الأصيل فى النفس قال عنه رب العزة " فَأَعْقَبَهُمْ نِفَاقًا فِي قُلُوبِهِمْ إِلَى يَوْمِ يَلْقَوْنَهُ بِمَا أَخْلَفُواْ اللّهَ مَا وَعَدُوهُ وَبِمَا كَانُواْ يَكْذِبُونَ " سورة التوبة ـ آية ٧٧ ، وفصله النبى الكريم فى حديثه (أربع من كن فيه كان منافقا خالصا ومن كانت فيه خصلة منهن كانت فيه خصلة من النفاق حتى يدعها إذا حدث كذب وإذا ائتمن خان وإذا عاهد غدر وإذا خاصم فجر) فأخبر أنه من كانت فيه خصلة منهن كانت فيه خصلة من النفاق ، وذكر أحد الصحابة أن القلوب أربعة قلب أجرد فيه سراج يزهر فذلك قلب المؤمن وقلب أغلف فذاك قلب الكافر وقلب منكوس فذاك قلب المنافق وقلب فيه مادتان مادة تمده الإيمان ومادة تمده النفاق فأولئك قوم خطلوا عملا صالحا وآخر سيئا .

والأعجب من ذلك أن كل من يتسم بالنفاق ويمارسه يكون مفضوحاً من كل الناس ولا يستطيع ستر ما يفعله ، ويكون أكثر فضوحاً ودونية عندما يترك الشخص الذى ينافقه مكانه وتنتهى فائدته ، فينقلب المنافق رأساً على عقب وكأنه لا صلة له به . ويقول الله عز شأنه " وَمِمَّنْ حَوْلَكُم مِّنَ الأَعْرَابِ مُنَافِقُونَ وَمِنْ أَهْلِ الْمَدِينَةِ مَرَدُواْ عَلَى النِّفَاقِ لاَ تَعْلَمُهُمْ نَحْنُ نَعْلَمُهُمْ سَنُعَذِّبُهُم مَّرَّتَيْنِ ثُمَّ يُرَدُّونَ إِلَى عَذَابٍ عَظِيمٍ " سورة التوبة . الآية ١٠١ ، وهذا يعنى أن المنافقين نوعين الأول مفضوح بنفاقه مثل عبد الله بن أبى بن سلول الذى عرف فى التاريخ الإسلامى بزعيم المنافقين ، وكل من كان يعيش فى زمن النبى يعرف ذلك جيداً ، حتى أن إبنه الصحابى الجليل عبد الله بن عبد الله قالها للرسول صراحة إذا أردت رأس أبى فأمرنى أن أتيك بها فإنى لا أحب أن يقتله مسلم غيرى فتأخذنى الحمية على ذلك المسلم فأقتله فأكون قد قتلت مسلم بكافر ، ولكن النبى الكريم تركه كرامة لإبنه . والنوع الآخر من المنافقين لديه القدرة على كتم نفاقه والتعامل مع الناس بعكس ما يبطن ويتقن دوره فى التمثيل والخداع ، وهذا النوع هو ماتحدث عنه المولى فى الآية السابقة .

وأسلوب النفاق هذا ومن يمارسه من وجهة نظر علم النفس يعرف بالسيكوباتية ، وهو تعبير يقصد به انحراف السلوك بحيث يعتمد الفرد على الكذب فى الوقت الذى يكون الصدق فيه أفضل ، ولعل الشخص المنافق لو عرض سلوكه على معالج نفسى لما رأى هذا المعالج من وسائل وتقنيات فى الصحة النفسية تسطيع أن تقوم هذا السلوك على الوجه الذى قام به الإسلام عبر تعاليمه المختلفة ، حتى بلغ الأمر من أصحاب النفوس الراقية الطاهرة أنها كانت تظن بنفسها النفاق من فرط الشفافية ، فقد ذهب صحابى إلى أبو بكر الصديق يشكو إليه نفاق يشعر به ، وهذا النفاق متمثل فى أنه

يتأثر بكلام سيد المرسلين عند جلوسه معه وما إن ينصرف حتى تأخذه الدنيا بمتاعها ومشاغلها ويشعر بإنخفاض معدل الإيمان عنده ، فانزعج ابو بكر الصديق وقال للصحابى أنا أيضاً أشعر بنفس ما تشعر به فيجب أن نذكر ذلك للنبى حتى يرشدنا للتخلص من هذا النفاق ، وذكروا ذلك للرسول المعلم، فقال سيد الخلق " لو لم تفعلوا هذا لسلمت عليكم الملائكة فى الطرقات " .

أما الرياء فهو إعلان عن أفعال تمت بالفعل ولكن كيف يتم الإعلان عنها كثير من الناس يسعى لعمل الخير فى صورة واضحة مثلما يفعل البعض فى موائد إفطار الصائم ويعلن صراحة أن هذه مائدة فلان ، أو تبرع ضخم لمشروع خيرى يعرف باسمه ليقتطع جزء من الضرائب وينال السمعة الطيبة بين الناس ، كما قال الله تعالى " يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ لاَ تُبْطِلُواْ صَدَقَاتِكُم بِالْمَنِّ وَالأذَى كَالَّذِي يُنفِقُ مَالَهُ رِئَاء النَّاسِ وَلاَ يُؤْمِنُ بِاللّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ .... " سورة البقرة . الآية ٢٦٤ ، ما هى الطبيعة النفسية الحقيقية لهؤلاء الأفراد ؟ ، مثل هؤلاء الأفراد إما أن يكونوا أبعد ما يمكن عن الإيمان بالله والأمر لا يعدو عمل دنيوى صرف، أو أن يكونوا ممن خلطوا الإيمان الصافى بأطماع الدنيا ، أو أن يكونوا قد أسروا بالصدقة تارة وأعلنوا عنها تارة أخرى ، حتى يكون السر من أجل مرضاة الله وحدة والعلن من أجل أن تشيع روح الإيمان بين الناس ، وهذا ما يتضح فى قول الله تعالى " الَّذِينَ يُنفِقُونَ أَمْوَالَهُم بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ سِرًّا وَعَلاَنِيَةً فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلاَ خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ " سورة البقرة . الآية ٢٧٤ .

ولكن أثبتت التجربة القرآنية من خلال الآيات المتعددة أن أفضل طبائع الشخصة هى من تفعل الخير ولا ينتظر رده إلا من الله وحده ، وتأنف من الإعلان عنه خشية تفريغ مضمونه من التقرب لله ، ولذلك قال النبى الكريم " أن من يفعل الخير

ويسعى إلى إعلانه فما يزال بداخله ذرة من شر ، وأن من يفعل الشر ويخشى إعلانه فما يزال بداخله ذرة من خير " .

فلو تدارسنا هذا الحديث بعمق لوجدناه يشرح الشخصة تشريحاً دقيقاً ، حيث أن فعل الخير لا جدال أنه عمل مرغوب من الناس ومرغوب من الله ، ولكن النبى أثبت بما لا يدع مجال للشك أن إعلان الخير والتباهى به على الرغم أنه شئ مرغوب ومحبب للنفس إلا أنه يخفى خلفه بعض بذور للشر ، وبذور الشر هذه ليست بالمعنى الكبير للشر ، ولكن بذور الشر تتحدد فى إشراك الآخرين مع الله تعالى فى المكافأة ، فكأن لسان حال الشخص يقول " عايز الجزاء من ربنا وعايز الاحساس بالفخر والثناء من الناس " فهذه هى ذرة الشر المقصودة من الحديث الشريف ، أما من يفعل الشر ويحاول إخفاءه عن الناس فهو لا يزال يطمع فى صورة طيبة بين الناس ، وحرص الشخص على بقاء صورته نقية فى أعين الناس هى بذرة الخير التى قد تنمو يوماً فتجعل الشخص حرصاً على بقاء صورته نقية أما رب العالمين .

خامساً : عشق المال :

المال عصب الحياة وقوامها والمحرك الرئيسى للبشر على وجه الأرض ، فالناس تخرج من بيوتها كل يوم وتسافر من بلد لآخر وتتصارع وتتطاحن وتتقاتل من أجل المال سواء فى توزيع الميراث أو تقسيم أرباح التجارة أو اللهث وراء الأعمال الجالبة للمال ، وهذه حكمة من المولى أرادها لخلقه منذ أول تجمع بشرى على وجه الأرض .

وقد صور الله تعالى ذلك فى قوله تعالى " زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاء وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ

الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللّهُ عِندَهُ حُسْنُ الْمَآبِ " سورة آل عمران . الآية ١٤ ، والملاحظ من الآية الكريمة أن كل ما زين للناس يخضع لسلطان المال ، أى أن المال يجمع زينة الحياة الدنيا حتى أن الله تعالى قدمه على البنين فى قوله تعالى " الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا " سورة الكهف . الآية ٤٦ ، وحتى فى عصرنا الحالى فإن من يفقد نعمة الإنجاب الطبيعى يسعى بماله للتلقيح الصناعى والحقن المجهرى وقد يسافر لبلاد أخرى ويدفع الكثير من المال من أجل ذلك وقد لا ينجح فى ذلك ولكن بالمال يستنفذ المحاولات والتجارب وهذا عين ما ذكره الله تعالى " وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا " سورة الفجر . الآية ٢٠ .

فهل هناك أى مشكلة نفسية من ولع الإنسان الشديد بالمال ؟ ، الإجابة بالطبع نعم وليست مشكلة واحدة بل العديد من المشاكل النفسية الذى يسببها المال سواء كثرته أو قلته ، فإن ما ذكره الله تعالى فى محكم آياته هو تقرير لأمر واقع فى نفس الإنسان ، وقال المصطفى صلى الله عليه وسلم " منهومان لا يشبعان ، طالب علم وطالب مال " والمنهوم لا يقل فى ولعه وكثرة حركته من المدمن للمخدر فهو دائم الطلب له شديد الإقبال عليه ، وهنا يأتى السؤال الثانى .. إذا كان ولع الإنسان بالمال عملية نفسية لا تدفع للإستقرار والإطمئنان فكيف يتغلب الإنسان على هذا الولع الشديد ؟ .

والإجابة نذكرها من قول الله تعالى " لَّيْسَ الْبِرَّ أَن تُوَلُّواْ وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَالْمَلآئِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ .... " سورة البقرة . الآية ١٧٧ ، وبهذا وضع الله تعالى إنفاق جزء من المال فى سبيل الله سواء فى صورة الزكاة أو الصدقة أو التبرع فى منزلة الإيمان بوجود الله وبوجوب يوم القيامة والملائكة ، فإنفاق جزء من المال الذى هو

من أحب الأشياء لدى الإنسان علاج قوى لنزع الولع الشديد به، ثم يستقر بعد ذلك فى نفس الإنسان قوله تعالى " ... وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلاَ يُنفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللّهِ فَبَشِّرْهُم بِعَذَابٍ أَلِيمٍ " سورة التوبة . الآية ٣٤ .

وكثيراً ما يحدث الإنسان نفسه عن آخرين يزدادون مالاً يوم بعد يوم، ويسمع عن ثروات طائلة ضخمة حتى يكاد يشعر أنهم يعيشون فى كوكب آخر غير الأرض ، وينظر إلى حال آخرين وهم يتصارعون على الفتات بالنسبة لهم ، فيشعر وقتها بفتور الهمة والظلم والإحباط وقد يتعرض للإكتئاب وهذا حال الإنسان من قديم الأزل فقد كان صحابة رسول الله يسألون النبى كيف ينعم الكفار والمشركين بنعم طائلة ونحن عباد الله المؤمنين نعيش الكفاف فأنزل الله تعالى قرآن يتلى " لاَ يَغُرَّنَّكَ تَقَلُّبُ الَّذِينَ كَفَرُواْ فِي الْبِلاَدِ * مَتَاعٌ قَلِيلٌ ثُمَّ مَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمِهَادُ " سورة آل عمران . الآيات ١٩٦، ١٧٩ ، وعلى هذا النمط نرى فى عصرنا مطربين وراقصات وممثلين يحصلون على الملايين مقابل عدة شهور من عمل تغلب عليه المعصية والجهر بالذنب وارتكاب الموبقات علانية ، بل ويدافعون عن ذلك بإصرار تحت مسميات الإبداع والفن والحضارة ويحاربون بكل طاقاتهم من يتوب منهم ويحاول التخلص من ذلك الوباء ، ويحضرنى كلمة قالها ممثل شهير فى لقاء تلفزيونى عندما سأل عن المال ماذا يمثل له ؟ فأجاب ببساطة " أشعر أن مالى هذا كثير جداً عن طبيعة العمل الذى أقوم به ، فأنا أعمل شهور بسيطة وأتقاضا مالاً كثير ، ولذلك ليس فيه بركة فهو يصرف بشكل غير منطقى " ، وكثيراً غيرهم من رجال أعمال سرقوا ونهبوا وهربوا ثم يتجمعون فى خارج البلاد وينعمون بما أستولوا عليه دون النظر مطلقاً لله تعالى ، متناسين قدرته جل شأنه وأنه يمهل ولا يهمل .

فلكى يحدث الإنسان هذا التوازن بداخله بين رغبته فى المال لحفظ قوام حياته وتوفير الراحة له ولأهله وبين النهم الدافع للمعصية ، يسأل نفسه سؤال هام .. ماذا كان الحال منذ مائة عام وكيف يكون الحال بعد مائة عام؟ منذ مائة عام كان يعيش بشر نعتبرهم فى ذمة التاريخ منهم الجشع والنصاب والثرى بالباطل والمجاهرين بالمعاصى وكل الفئات التى نعيش معها الآن ، ولكنهم الآن تحت التراب وما خلفوه من مال ينعم به أولادهم وأحفادهم يسألون عنه ليل نهار فى قبورهم ويكتون بناره كما قال تعالى " يَحْسَبُ أَنَّ مَالَهُ أَخْلَدَهُ" سورة الهمزة . الآية ٣ ، وقوله تعالى " وَمَا يُغْنِي عَنْهُ مَالُهُ إِذَا تَرَدَّى " سورة الليل . الآية ١١ ، وقوله تعالى " مَا أَغْنَى عَنْهُ مَالُهُ وَمَا كَسَبَ " سورة المسد . الآية ٢، ثم تدور الدائرة وبعد مائة عام تعيد الأحداث نفسها ، فكل من يعيش حالياً و يجاهر بالمعصية باسم الفن وكل جشع ونصاب وجامع للمال من دم البشر وبسرقتهم علناً وسراً يكونون تحت التراب فى قبورهم يسألون ويكتون كما كان مع من سبقهم ، ولنا من قول الله تعالى فصل الخطاب " يَوْمَ لَا يَنفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ " سورة الشعراء . الآية ٨٨ .

ومن واقع الحياة فإن نظرة البشر عامة لصحاب المال مادام الناس لا يعرفون مصدر هذا المال فهى نظرة إعزاز وتقدير ، فنرى من يركب سيارة فارهة أو يسكن بيتاً فخماً أو يلبس ثياباً ثمينة يلفت النظر ويشد الانتباه ويجبر الآخرين على احترامه ظاهرياً ، وهذا كان حكم بنى إسرائيل فى قبل زمن نبى الله داود عنما أختار الله تعالى لهم ملك يحررهم حيث قال تعالى " وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ اللّهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوتَ مَلِكًا قَالُواْ أَنَّى يَكُونُ لَهُ الْمُلْكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ أَحَقُّ بِالْمُلْكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَعَةً مِّنَ الْمَالِ ... " سورة البقرة . الآية ٢٤٧ ، فكانت سعة المال أحد أسباب أحقية الملك فى نظرهم .

وهذا الأمر غالب على الطبيعة البشرية عموماً بحكم الخلقة ، فقد كان الإمام الشافعى صاحب نظرة ثاقبة فى نفوس البشر ، ومع ذلك حضر مجلسه رجل لا يعرفه عليه ثياباً فخمة ويظهر عليه الوقار والعز، فتحفظ الشافعى فى جلسته ، وكان يتحدث عن مواقيت الصلاة فقال الرجل الغريب كيف نصلى الصبح لو أن الشمس لم تشرق يوماً أو خرجت من مكان آخر فهنا تحرر الشافعى من جلسته وقال له ما معناه أنى تحفظت منك لمظهرك وأنا لا أعرفك ، فعندما تكلمت عرفتك أنك مظهر لا عقل له .

ونعنى بهذا أن المال على أهميته وقوته ليس المعيار الوحيد للحكم على البشر كما ذكرنا من الواقعة السابقة ، ولكن هناك النماذج التى جمعت الحسنيين المال ورجاحة العقل فكانت سنداً وعوناً ، ونذكر أبو بكر الصديق وعثمان بن عفان وعبد الرحمن بن عوف وغيرهم من أثرياء الصحابة الذين أنفقوا الكثير من المال فى سبيل الدعوة الإسلامية وتحرير العبيد ، فكان المال بأيديهم وفائدته لصالح الآخرين وفى سبيل الله .

ولهذه القوى المفرطة للمال فقد قرب أن يوازى الروح للإنسان ، حيث أمر الله تعالى بالجهاد بالنفس والجهاد بالمال ، فالروح شأن غالى وثمين والجهاد قد يفقدها عن صاحبها ، كذلك المال إنفاقه فى سبيل الله أمر ليس هين ومن يفعله فقد وازى الجهاد بالروح وإن قل قليلاً .

ولعل من الأمور النفسية المحيرة أن شخص مثل أسامة بن لادن مع ثرائه الفاحش من المفترض أن يحيا حياة أخرى كباقى الأثرياء فى الدنيا ، ولكنه آثر إنفاق ماله فى الجهاد من وجهة نظره وأصبح طريداً يعيش فى الجبال والكهوف ، فسواء كنا متفقين أو مختلفين مع منهجه فى الحياة إلا أنه أثبت حقيقة أن الجهاد بالمال قد يغير موازين القوى فى العالم فعن طريقه تحركت مليشيات كاملة بمعدات وأجهزة وأثرت فى

مجريات الأمور فى العالم فلولا المال لكان أسامة بن لادن مجرد شخص كآلاف غيره سافروا ليجاهدوا بأنفسهم الاستعمار الروسى بأفغانستان ، فالمال جندى من جنود الله قد يكون معك وقد يكون عليك.

ونختم كلامنا عن الولع الشديد بالمال بموقف ذك فى الأثر عن نبى الله جل شأنه عيسى عندما تمثل له إبليس فى صورة رجل فعرفه ، فقال له المسيح عيسى ماذا جاء بك يا عدو الله جل شأنه ، فقال إبليس جئت أنصحك فقال المسيح كذبت فأنت ليس بناصح ، فقال إبليس بل أنصحك ، فقال المسيح إذاً أستحلفك بالله أن تنصحنى ، فقال إبليس طالما إستحلفتنى بالله أنصحك ولا أكذبك أبداً ، فقال المسيح كيف غويت أمة نبى الله جل شأنه موسى ، فقال الملعون هيئت لهم عبادة العجل من دون الله جل شأنه فكفروا وصنعوا له تمثال وسجدوا له ، فقال المسيح وكيف تغوى أمة نبى الله محمد آخر الزمان ، فقال إبليس هيهات أن أجعلهم يعبدون أو يسجدون لأى شئ غير الله جل شأنه ولكن أجعل حديثهم عن الدينار والدرهم فى أفواههم أحلى من قول لا إله إلا الله ، محمد رسول الله .

وبهذا يتضح جلياً أن الولع الشديد بالمال وسيلة من وسائل سلخ النفس عن صلب عقيدتها ، وإحلال حلاوة جمع المال بدلاً من حلاوة الإيمان بالله ، وبالتالى تكون خطوة فى عبادة المال ذاته كما عبدت بنى إسرائيل العجل ، ولهذ قال الرسول الكريم " تعس عبد الدينار .. تعس عبد الدرهم " فالولع بالمال نوعاً من العبادة لغير الله جل شأنه فى العصر الحديث .

سادساً : السـادية والمازوشية :

السـادية تعبيـر مـن الصـحة النفسـية للدلالـه علـى القسـوة والعنـف والاسـتمتاع بتعذيب الآخرين وسماع صراخهم ورؤية آلامهم ، في حين مصطلح المازوشية يعني الاستمتاع بحب تعذيب النفس وايقاع الآلم بها.

ومصطلح السادية مأخوذ عن الماركيز دى ساد ذلك الأمير الذى أشتهر بتعذيب ضحايا والاستمتاع بتقطيع لحومهم وكيها بالنار ، وقد ذكر الله جل شأنه تعبير القسوة والعنف لدى بعض البشر كما فى قوله تعالى " ثم قست قلوبكم من بعد ذلك فهي كالحجارة أو أشد قسوة ... " سورة البقرة . آية٧٤ ، وقال تعالى " فبما نقضهم ميثاقهم لعناهم وجعلنا قلوبهم قاسية يحرفون الكلم عن مواضعه .... " سورة المائدة . آية ١٣ ، وقال تعالى " فَلَوْلا إِذْ جَاءهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُواْ وَلَـكِن قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُواْ يَعْمَلُون " سورة الانعام . آية ٤٣ ، وقال تعالى " أفمن شرح الله صدره للإسلام فهو على نور من ربه فويل للقاسية قلوبهم من ذكر الله أولئك في ضلال مبين " سورة الزمر . آية٢٢.

فمما لا شك فيه أن السادية من الأمراض النفسية التى لها جذور فى حياة الفرد ، فنحن نرى أن كثير من البشر يستمتعون بإيقاع الأذى بالآخرين، والأذى هنا ليس بمعناه الواسع كما نراه ونشاهده فى الحالات الفجة التى تؤدى للوفاة ، ولكن هناك آلاف الأنواع من الأذى المندرج تحت طائلة السادية ، نراه فى موظفى المصالح الحكومية فى التحكمات الفارغة ، ونراه من المسئولين الذين يصدرون القرارات التى تحمل كاهل الأفراد بمزيد من الهم والتكليفات الشاقة ، وهكذا سلسلة لا تنتهى فى كل مكان من ممارسة أنواع متعددة من السادية .

والسؤال الذى يطرح نفسه .. هل السادية من الأمراض النفسية المنتشرة بين الناس؟ ، الإجابة بالطبع نعم ، إذا نظرنا إليها بمفهومها الواسع بين الزوج وزوجته والأب والأولاده والرئيس ومرؤسيه والموظفين والمواطنين وكل من فى يده مصلحة يؤديها للآخر ، ولكن لماذا هذه الروح العجيبة ، لماذا روح التشفى والقهر والإزلال المنتشره بين الناس ، وهل هذا فى مجتمع دون غيره والرد على هذا من واقع التجارب الذات حيث أن التجربة الإنسانية أثبتت أن المجتمعات التى تعانى من فقر أو بطالة أو تعسر فى الحصول على المال هى شعوب أكثر سادية من الشعوب المرفهة نسبياً ، وقد يقول قائل إن شعوب أوروبا وأمريكا من أغنى شعوب العالم ومع ذلك تحتل وتدمر وتخرب وتمارس أشنع أنواع الجرائم فى البلدان التى تحتلها ، ولكن الفرق أن هذه الشعوب تسعى لمخطط سياسى لسحق الأضعف منها لتعلوا أكثر ، ومن عاش فى مثل هذه البلدان قد لا يشعر بروح السادية والانتقام بين أفراد الشعب كما يشعر بها فى الشعوب الأفقر ، وهذا يرجع للبيئة الغنية التى تساعد على النظام والانضباط .

أى أن شيوع روح السادية والرغبة فى تدمير الآخرين تنتشر بشكل أقوى فى البلدان الأقل حظاً من الرقى ، وأدل شئ على ذلك هو نبوغ عرب ومسلمين فى بلاد الغرب واحتلالهم مكانة عالية عن أبناء هذه الشعوب ووصولهم لجوائز كبيرة مثل نوبل ، فى حين أن نفس الأفراد يعانون أشد العناء فى بلادهم ، ويلاقون التعنت ويتعرضون لمحاولات القهر والسحق ممن يعلوهم وظيفياً أو من فى أيديهم مصالحهم.

ولكن هل يمكن أن يغير الإيمان بالله من روح القسوة والعنف والإنتقام لدى الشخصة ؟ ، من أهم علامات الإيمان بالله صفاء النفس وطمس كل نزعات الجاهلية المتمثلة فى صفات الإنتقام والعنف تجاه الآخرين ، ولنا المثل الصادق على ذلك فى

عفو الرسول صلوات ربى وسلامه عليه عن أهل مكة الذين أذاقوه كل صنوف العذاب والاضطهاد هو وأصحابه بعد أن فتح مكة وكانوا جميعاً فى قبضته .

وكذلك المثل فى الصحابى الجليل عمر بن الخطاب عندما قتل رجل أخوه زيد بن الخطاب فى معارك الردة ، ولكن ذلك الرجل أعلن إسلامه وجاء المدينة فى خلافة عمر ، وهنا وقف الإيمان بالله بين عمر والإنتقام لأخيه فقال للرجل لا أحب أن أرى وجهك لأنك تذكرنى بقتل أخى ، فقال الرجل وهل حبك أو كرهك لى يفقدنى حق من حقوقى كمسلم ، فقال عمر لا .. لك ما لنا وعليك ما علينا ، فقال الرجل الحب والكره من شأن النساء ، وبهذا حجم الإيمان بالله روح السادية والإنتقام وبل حفظ الحقوق ، ولم يترك للمشاعر الذات المجال للثأر .

وكذلك بعد كل ما فعله الصليبيين فى بلاد المسلمين من قتل ودمار وهلاك طوال سبع سنوات واحتلالهم للقدس ودهسهم للمدن العربية، كان إنتصار صلاح الدين الأيوبى الساحق عليهم وأسره لكل ملوك أوروبا وأمرائها وما يزيد عن مائة ألف من جنودهم ، ولكن روح الإيمان بالله تغلبت على روح الثأر والإنتقام وعفا عنهم جميعاً ورجعوا بلادهم سالمين.

سابعاً : الانحراف الجنسي :

لا يمكننا التحدث عن الشخصة بغير التعرض للرغبة الجنسية التى هى من دوافع ومحركات النفس لفعل العديد من العمليات النفسية الأخرى ، ولعل الرغبة الجنسية هى الرغبة التى يطلق عليها البعض الرغبة الحيوانية وذلك لإشتراك الإنسان والحيوان فيها، فى حين أن هناك رغبات وغرائز كثيرة يشترك المخلوقات فيها مثل الأكل والشرب

والأمومة والأبوة ، ولكن الجنس لطبيعة ممارسته تدفع البعض للتقزز من ذكره بما يتفق مع أهميته القصوى فى حياة البشر .

ويذكر علماء النفس أن الجنس هو ممارسة للحب ، وليس حركات ميكانيكية تؤدى، وبالتالى فالتداخل بينه وبين أرق المشاعر الإنسانية قائم طول الوقت (أو هكذا يجب أن يكون) ، وحين ينفصل عن هذه المشاعر تفقد العلاقة الجنسية أبعادها الوجدانية والروحية والإنسانية وحينئذ يأتى أحد الزوجين أو كليهما إلى العيادة النفسية يعانى، وقد تكون المعاناة صريحة أو متسترة خلف أشياء أخرى مثل أعراض قلق أو اكتئاب أو مشكلات اجتماعية ليست لها قيمة وفى الحقيقة يكون عدم التوافق الجنسى رابضا خلف كل هذا.

وكان فرويد يرى أنه لا شئ اسمه الحب وإنما هو الجنس ، وبالتالى حاول أن يمسح من تاريخ البشرية شيئاً اسمه الحب على اعتبار أنه وهم أو هو وسيلة فقط للوصول إلى الجنس وأن كل الغزل والأشعار والفنون ماهى إلا مقدمات للجنس ، أى أن الجنس هو الأصل والحب هو الفرع . وقد كان وراء هذا الرأى وغيره موجات من الإنفجار والإنحلال الجنسى بكل أنواعه ، فهل ياترى كان هذا الكلام صحيحاً ، وما مدى صحته بشكل خاص فى العلاقة الحميمة بين الزوجين ؟ ودون الدخول فى تنظيرات معقدة أو محاولات فلسفية نحاول ان نرى مساحة كل من الحب والجنس فى الوعى الانسانى وارتباطات كل منهما .

ففى وجود الحب الحقيقى وفى ظل العلاقة الزوجية المشروعه لا يصبح لعدد مرات الجماع أو التفنن فى تعدد أوضاعه أو طول مدته أو جمال المرأة أو قدرة الرجل الأهمية القصوى ، فهى أشياء ثانوية فى هذه الحالة ، أما حين يغيب الحب تبرز هذه

الأشياء كمشكلات ملحة يشكو منها الزوجان مر الشكوى ، أو يتفنن فيها ممارسى الجنس فيقرأون الكتب الجنسية، ويتصفحون المجلات ، ويشاهدون المواقع الجنسية بحثاً عن اللذة الجسدية الخالصة ، ومع ذلك فهم لا يرتوون ولا يشعرون بالرضا أو السعادة، لأن هذه المشاعر من صفات الروح ، وهم قد جردوا الجنس من روحه .

ولما للجنس من هذه المكانة فى الشخصة كان له عظيم الشأن فى القرأن الكريم ، حيث وضع الله ضوابطه فى الحياة الدنيا وجعله مكافأة وجائزة لمن دخل الجنة ، ففى وضع الضوابط المحكمة له قال تعالى " الزَّانِي لَا يَنكِحُ إِلَّا زَانِيَةً أَوْ مُشْرِكَةً وَالزَّانِيَةُ لَا يَنكِحُهَا إِلَّا زَانٍ أَوْ مُشْرِكٌ وَحُرِّمَ ذَلِكَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ " سورة النور . الآية ٣ ، وبذلك أخرج الله تعالى الرغبة الجنسية من حيز الحيوانية التى لا ضابط لها إلى وضع القانون الذى يحكمها

وأما المكافأة بالجنس فى الآخرة فى قوله تعالى " الَّذِينَ آمَنُواْ وَعَمِلُواْ الصَّالِحَاتِ سَنُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا لَّهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَنُدْخِلُهُمْ ظِلاًّ ظَلِيلاً " النساء . الآية ٥٧ وقوله تعالى " حُورٌ مَّقْصُورَاتٌ فِي الْخِيَامِ " سورة الرحمن . الآية ٧٢ .

وقد كان لرسول الله أحاديث كثيرة عن تفاصيل العلاقة الجنسية يشرح ويفصل ويعلم ويرد على أسئلة من أصحابه حتى جعل رواه الأحاديث باباً فى الصحيح عرف بباب النكاح ، وكان من الأمور الهامة فى الإسلام النهى التام عن الرهبانية التى من شأنها أن يبتعد الإنسان عن ممارسة الجنس بإرادته ، وكذلك حرم نهائياً الخصاء للذكور أى قطع الشهوة متعمداً .

ويبقى السؤال الأهم .. هل خلق الله تعالى الرغبة الجنسية بغرض التناسل أم بغرض الإستمتاع وكان التناسل تابعاً لها ؟ ، والإجابة من قوله تعالى " وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ " سورة الروم . الآية ٢١ ، وبذلك فالأصل من وجود الرغبة الجنسية هو الإستمتاع ويؤكد ذلك قوله تعالى " زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاء ... " سورة آل عمران . الآية ١٤، فكانت الرغبة الجنسية شهوة مستقلة تعد بمثابة لذة من لذائذ الحياة ، عليها من الضوابط والأحكام ما يفوق أى لذة أخرى ، ولذلك كان على الشخص عمل هذا التوازن داخله ، فعليه أن يتجنب نفسياً أى نزعة تخرجه عن نطاق الشرع المحدد فى ذلك، ومع ذلك يسعى جاهداً أن يستمتع بهذه الرغبة الجنسية كما يحلو له وكما يهيئ لنفسه فى نطاق ما أحل الله ، حتى يتشبع جسدياً ونفسياً ويقوى على أن يعف نفسه مما حرم الله .

ثامناً : الغضب :

الغضب سمه من سمات الإنسان وإنعدامه نهائياً يجعل الإنسان بليد الحس منعدم الشعور ، وكذلك زيادة حدة الغضب تخرج الشخص عن حدود العقل والتفكير ، فالغضب وسرعة الإنفعال من منظور الصحة النفسية يعتبر انفعال سيئ غير مريح ، يصاحب الرغبة فى الاعتداء والتدمير وإنزال الضرر بالآخرين أو بالذات أحياناً ، ويصاحب الغضب تغيرات فسيولوجية تستهدف تهيئة السم بالقوة والطاقة اللازمة للإعتداء وإشباع دافع الغضب كارتفاع السكر فى الدم (حتى يحترق مكونا الطاقة) وانفاع الدم إلى العضلات (حتى تقوى على إنجاز المطلوب منها فى حالة الاعتداء) وزيادة درجة

التجلط فى الدم (حتى إذا تعرض الفرد لجروح أثناء مقاومة اعتداءاته لا يستمر نزف دمه كثيراً حفاظاً على حياته) ، كما أن للغضب مظاهر خارجية أيضاً تظهر على ملامح الوجه وتغير لونه واهتزاز بعض أطراف الجسم وضعف السيطرة عليها.

فما من إنسان إشطاط غضباً إلا وفقد السيطرة على تفكيرة وتصرفاته وما من شخص مفكر ولا صاحب أفكار مثمرة إلا وقد راودته أفكاره فى لحظات الهدوء والتأنى .

ولذلك كانت الحمية التى هى من ظواهر الغضب صفة جاهلية كما فى قوله تعالى " إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ حَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةِ فَأَنزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ .. " سورة الفتح . الآية ٢٦ ، فقوة الغضب محلها القلب ، ومعناها غليان دم القلب وانتشاره فى العروق وارتفاعه إلى أعالى البدن كما ترتفع النار والماء الذى يغلى فى القدر ، فلذلك ينصب إلى الوجه فيحمر الوجه والعين .

وقد أوصى رسول الله صلى الله عليه وسلم بالوضوء إذا غضب الإنسان . فقال النبى المعلم " إذا غضبت فتوضأ " ، وذلك لما للوضوء من تأثير فسيولوجي إذ يساعد على استرخاء العضلات وتخفيف حدة التوتر البدني والنفسي .

ولكن الميزان الذى وضعه الله تعالى فى الشخصة جعل الإنسان يحتاج إلى الغضب فى بعض الأمور وبنسب محددة كما فى قوله تعالى " ولا تأخذكم بهما رأفة فى دين الله " سورة النور . الآية ٢ ، فقد حث الله تعالى المؤمنين على الغضب على كل من يتعدى حدود الله بالزنا أو بالسرقة أو بكل ما حرم الله ، ولكن الغضب هنا مقنن حيث لايتعدى ما أقره الله من عقوبة وعلى أن تكون بيد ولى الأمر .

ولكن ماذا يحدث لو إختل ميزان تطبيق الشريعة ؟ وما هو دور الغضب الواجب من الله تعالى ؟ ، فنحن نرى فى الوقت المعاصر أن حدود الله تنتهك ، فكم من أفلام

تعرض ليل نهار وفيها شرب لخمر ومقدمات للزنا وفحش ظاهر ، وينعكس ذلك فى البيئة فنرى ذلك دون تستر من البشر ، وفى المقابل نرى ولى الأمر المخول بتنفيذ شرع الله وقد ترك الأمر وكأنه لا يعنيه وأصبحت القوانين الوضعية تعتبر أن تعدى حدود الله من أمور الحرية الذات التى لا عقاب لها ، وبهذا يقف الشخص فى متاهة نفسية ولا يدرى كيف يصرف غضبه الذى شرعه الله له ، وهذا هو ما أخبرنا به رسول الله حيث قال " من رأى منكم منكراً فليغيره بيده ، فإن لم يستطع فبلسانه ، فإن لم يستطع فبقلبه وهذا أضعف الإيمان " ، وأضعف الإيمان هذا هو الغضب الداخلى لدى الشخص الذى أمره به الله إن عجز عن تصريف غضبه بالصوره التى رسمها الله تعالى لخلقه .

وعلى الشخص ضبط ميزان الغضب بداخله حسب مقتضيات الموقف فليس كل المواقف والأحداث تستلزم الغضب بصورة واحدة ، ولنا من رسول الله التربية الصحيحة حيث كان اليهود يمرون عليه ويقولون له " السام عليك يا محمد " أى بمعنى الهلاك لك ، فقال لهم النبى " وعليكم " فهبت السيدة عائشة غاضبة قائلة لهم " وعليكم السام واللعنة أبناء القردة والخناذير " ، فهدأها النبى وقال لها " لقد قلت لهم وعليكم " ، وبهذا تعامل الرسول مع الموقف بما يتناسب معه حيث رأها موقف لا يستلزم الغضب الشديد ، وكذلك عندما دخل عليه أعرابى يطلب منه بعض مال الغنائم قائلاً له " أعطنى من مال الله يا محمد فهو ليس مال أبيك " فهب عمر بن الخطاب يريد البطش بالأعرابى على تطاوله على النبى ، فقال الرسول المعلم له " لا ياعمر .. ولكن إنصحه بحسن الطلب " .

ومع الكفة الأخرى فى الميزان نرى موقف النبى فى صلح الحديبية عندما أرسل عثمان بن عفان للتفاوق مع قريش ، وتناقلت الأخبار عن مقتل عثمان ، فغضب الرسول

للخيانة والغدر وقال للمسلمين " من يعاهدنى على الموت " وصمم على حرب شاملة على قريش ولم يرده عن ذلك إلا بعودة عثمان بن عفان سالماً ، وبهذا يتضح أن كفة الغضب يجب أن تكون على مساواه مع كفة الموقف الذى يدفع للغضب .

ومما لاشك فيه أن سرعة الإنفعال مشتقة من الغضب ودائماً ما ينتج عنها إصدار كلمات أو قرارت غير صائبة ، لأنها لا أساس لها من العقلانية، ويحضرنا موقف دخل فيه رجل فقد عين من عينيه على عمر بن الخطاب وهو أمير للمؤمنين يشكو آخر قد تسبب فى ذلك ، فقال أحد الجالسين معه القصاص يا أمير المؤمنين ، فقال عمر أصبر .. لعل هذا الشخص قد فقئ للآخر عينيه الإثنين . وبذلك فلو تسرع عمر فى إنفعاله وحكم على الشخص الآخر دون أن يسمع له قد يظلمه ظلماً كبيراً .

وخلاصة القول أن الغضب فى ذاته أمر غير محبب ولكنه مطلوب فى بعض المواقف التى تستدعى حفز الهمم ، وهذه المواقف أيضاً نسبية فعندما تجرأت صحيفة دنماركية بالرسوم الكاريكاتيرية المسيئة لسيد المرسلين أشطاط المسلمين فى العالم غضباً، فمنهم من أراد قتل صاحب الجريدة ومنهم من أراد حرق سفارات الدنمارك فى بلدان المسلمين ومنهم من اراد المقاطعة للمنتجات الدنماركية وآخرين لم يعبؤا بالأمر كله وكأنه لا يعنيهم ، وهنا دور العقل فى وضع حدود للغضب لدفع الضرر النفسى الذى وقع على المسلمين من إساءة للرسول الكريم ، ودور العقل هو ضبط ميزان العاطفة حتى لا يندفع الإنسان فى تصرف يسبب ضرر أكبر من الضرر الواقع بالفعل .

تاسعاً : قلق المستقبل :

القلق حالة من الخوف والتوتر تصيب الفرد ، وقد وضع بعض علماء اللغة العربية تعبيراً عن القلق باسم الحصر وهو تعبير مستمد من قول الله تعالى فى القرآن الكريم (حَصِرَتْ صُدُورُهُمْ أَن يُقَاتِلُونَكُمْ أَوْ يُقَاتِلُواْ قَوْمَهُمْ ....) سورة النساء . الآية ٩٠ ، وبالبحث الدقيق وجد أن كلمة حصر هى التعبير عن كل المشاعر التى تحيط بمفهوم القلق وقد قسمت الصحة النفسية القلق إلى أنواع متعددة مثل قلق الانفصال وقلق الخصاء والقلق العصابى والقلق الواقعى وأنواع أخرى متعددة ، إلا أن كل هذه الأنواع تعتبر حالات غير شائعة ، ولكن القلق من المستقبل وكل ماهو غيبى يكاد يكون عامل مشترك لدى كافة البشر .

وقد تعرض فرويد فى كتاب القلق إلى المقارنة بين القلق الموضوعى والقلق العصابى ومحاولة فهم العلاقة بينهما ، وقد استطاع فرويد أن يجد هذه العلاقة فى اعتبار كل منهما رد فعل لحالة خطر ، فالقلق الموضوعى رد فعل لخطر خارجى معروف . أما القلق العصابى فهو رد فعل لخطر غريزى داخلى . ويلخص فرويد رأيه فى العلاقة بين القلق الموضوعى والقلق العصابى فى أن التقدم الذى أحرزناه هو أننا تجاوزنا حالات القلق إلى حالات الخطر التى تكمن وراءها . وإذا فعلنا نفس الشئ مع القلق الموضوعى لما وجدنا صعوبة فى حل المشكلة .

ويذكر ديل كارنيجى فى كتابه دع القلق وابدأ الحياة أن صديقاً له قد أسدى له نصيحة يتغلب بها على القلق حيث قال له " حين تجد لديك ليمونة اصنع منها شراباً حلواً " . هذا ما يفعله الرجل العاقل ، أما الأحمق فيفعل العكس ، إذا وهبته المقادير ليمونة مالحة ، تقاعس وتخاذل وقال " لقد قضى على بسؤ الطالع " ، ثم يروح يسخط على الناس والأقدار ويرثى لنفسه .

وقد عرف أحمد عكاشة قلق المستقبل على أنه شعور عام غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبى اللاارادى يأتى فى نوبات تتكرر فى نفس الفرد ، وذلك مثل الشعور بالفراغ فى فم المعدة أو السحبة فى الصدر أو ضيق فى التنفس أو الشعور بنبضات القلب أو الصداع أو كثرة الحركة .

ولخصه حامد زهران فى أن القلق حالة توتر شامل نتيجة توقع تهديد خطر فعلى أو رمزى قد يحدث ، ويصاحبها غامض وأعراض نفسية جسمية ويكون المريض وكأن لسان حالة يقول " شاعر بمصيبة قادمة " .

ويقر وليم جيمس عالم النفس الأمريكي إن أعظم علاج للقلق هو الإيمان ، فى حين يقول الله تعالى " الذين آمنوا ولم يلبسوا إيمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون " سورة الأنعام . الآية ٨٢ ، ويرى بريل المحلل النفسي أن المرء المتدين لا يعاني قط مرضاً نفسياً ، فى حين يقول الله تعالى " الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، ألا بذكر الله تطمئن القلوب " سورة الرعد . الآية ٢٨ . أى أن الهدوء الداخلى والسكينة لا يمكن أن تتولد إلا من نفس يحيط بها الجانب الإيمانى واللجوء إلى الله عز وجل .

ولعل مما سبق يتضح أن القلق من المستقبل أمر وارد لا محالة طالما أن الإنسان يحيى ويفكر ويحلم بحياة مرضية له ، وطالما أن هذا المستقبل غير معروف فقد يحمل أخباراً سارة أو أخبار غير سارة ، فلهذا يظل الإنسان يفكر بترقب عما ينتظره ، وهذا ببساطة ما يسمى قلق المسقبل . وقد نجد كثير من الناس يلجأون لمحاولات لكشف غموض الغيب ، وما يحمله المستقبل من أحداث وذلك بالتنجيم وتفسير الأحلام وما إلى ذلك ، ومن هنا فقد حدد الله تعالى فى كتابه أن الغيب صندوق مغلق لا يعلمه سواه جل

شأنه ولا حتى الملائكة المقربين حيث يقول تعالى " إِنَّ اللَّهَ عِندَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ " سورة لقمان . الآية ٣٤ .

ولنا فى أحاديث الرسول الكريم وقفة حيث كان النبى دائماً ما يخبر أصحابه على أمور سوف تقع مستقبلاً وذلك بوحى من الله حتى يبث فى نفوسهم روح الأمل وكانوا يتسائلون عن أمور غيبية لقلقهم هم أيضاً من المستقبل ، فالبشر بطبيعة خلقتهم يتمنون لو يطلعون على كل أيام عمرهم المقبلة حتى يحترسوا من أخطائها ويستعدوا لنكباتها ، ولكن جملة ما كان يخبر النبى به أصحابه عن وقائع مستقبلية كانت من باب تثبيت العقيدة ، كأن يخبرهم عن أحداث غزوة سوف تقع أو ما شابه ذلك.

ولكن القلق من المستقبل كما يخلف أعراضاً نفسية سيئة فإنه هو الدافع وراء النجاح والتقدم ، لأن أى نجاح فى أى موضوع لا بد ان يسبقه تجهيز وإعداد جيد ، والدافع الرئيسى لهذا التجهيز لا يأتى إلا من خلال قلق من الإخفاق أو الفشل .

فخلاصة القول أن القلق من المستقبل يساعد على التوتر وتنغيص العيش حيث يجعل المريض به قلقاً خائفاً من كل شئ ومن لا شئ فى نفس الوقت ، بل إنه يظل يبحث دون وعى منه عن شئ يبرر به خوفه أو يربطه به ، فيلتمس لانزعاجه أوهى الأسباب وأقلها مدعاة للخوف والقلق والانشغال . ويكون قلقه وخوفه وتوتره أقوى كثيراً مما يتطلبه الموقف ويؤدى به ذلك على سبيل المثال إلى تقلبه فى فراش النوم دون استغراق فيه طوال ليالى فترة الإمتحانات ، مع ضيق بالغ لعدم نومه هذا ، ورغبة شعورية جارفة للنوم حتى يستعيد طاقته ونشاطه وقدرته على أداء الامتحانات ومع ذلك فإن قلقه وانزعاجه يمنعانه من النوم . ولا تكاد تنقضى فترة الامتحانات حتى يبحث عن

سبب آخر لاستحضاره وتبريره ، وهكذا يظل المريض خائفاً متوتراً منشغلاً سواء لأسباب واقعية أم متوهمه ، أما النوع الآخر من القلق يدفع إلى النجاح والتقدم ، فلا بد لأى إنسان من نصيب من القلق الدافعى يكون محرك داخلى له ليتقدم دراسياً أو ينمو مالياً أو يزدهر إجتماعياً أو يعافى صحياً أو يحافظ على ممتلكاته فأمر القلق من المستقبل له خط فاصل إن تم تجاوزه أصبح عامل هدم وتدمير لحياته .

عاشراً : قلق الموت :

القلق من الموت أمر يختلف عن القلق من المستقبل وذلك بإختلاف طبيعة الموت عن المستقبل ، ولكنهما يتفقان فى أن الشخص يخشى من مجهول ينتظره سواء فى حياته أو فى آخرته . ولعل الموت أمر متفق عليه بين الملحد والمؤمن وذلك بحكم الطبيعة التى نراها على جميع البشر ، فكل إنسان على وجه الأرض حتماً يتعرض للموت مهما إختلفت الطريقة التى تنتهى حياته بها ، ومهما كانت طرق حمايته لصحته والمحافظة على كيانه البشرى حيث يقول الله تعالى " كُلُّ نَفْسٍ ذَآئِقَةُ الْمَوْتِ ... " سورة آل عمران . الآية ١٨٥ .

فلماذا جعل الله المخلوقات تموت وتفنى وتفترق ؟ سؤال لو تعرضنا له فلسفياً لتهاهت العقول وغصنا فى بحر مظلم من المتاهات ، كما غرق فيه الكثير والكثير ممن فكروا فيه ، ولكن لو تعرضنا له من منظور الإسلام العظيم لوضعنا النقط فوق الحروف .

يذكر فى الأثر أن الله تعالى عندما خلق الأرض قال للملائكة إنى خالقاً بشرا ، فقالت الملائكة يارب لن تسعهم الأرض ، فقال جل شأنه إنى جاعلاً موتا ، فقالت

الملائكة لن يهنئوا بالعيش ، فقال عز من قائل إنى خالقاً صبرا . ولعلنا يمكن أن نستقى من هذا أن الموت وظيفته إخلاء مكان لإجيال أخرى ، وعندما يقول الله تعالى " يُجَادِلُونَكَ فِي الْحَقِّ بَعْدَمَا تَبَيَّنَ كَأَنَّمَا يُسَاقُونَ إِلَى الْمَوْتِ وَهُمْ يَنظُرُونَ " سورة الأنفال . الآية ٦ ، نرى أن الله تعالى قد اتخذ الموت لضرب المثل حتى يمكن لكل إنسان أن يخضع أفعاله وأفعال من يراهم تحت طائلة الموت ويجعله الميزان الذى يمكن أن يزن به أمور الدنيا بشكلها الصحيح ، وفى هذا المجال يجدر بنا أن نذكر أول حالة موت فى الحياة وكيف تمت وما أسبابها ؟ .

فقد كان أول من تعرض للموت من البشر هابيل إبن أدم عليه السلام وكان ذلك بالقتل على يد أخيه قابيل عندما أراد الخلاص منه بسبب الغيرة التى إنتابته من أخية والحقد عليه ، فكان الإنسان على وجه الأرض عرضه للموت بسبب المهلكات سواء كانت من البشر أو الحيوانات المفترسة أو عوامل الطبيعة القاسية أو هلاك الجسد من الشيخوخة أو بدون أسباب على الإطلاق وهو ما يعرف حالياً بتوقف القلب المفاجئ ، وهذا ما يجب أن يدفع الإنسان إلى التفكير العميق فى شأن الموت الذى قد يأتى بمبرر أو بغير مبرر فيصبح كالزائر الغير مستأذن .

فالربط بين الحياة والموت يحد من غرور الإنسان وكبريائة فلا يتيح فرصة لتضخم الذات وخروجها عن نطاقها المحدود ، فتظن أنها بالعقل والعلم والإنجازات المتعددة قد ملكت زمام الأمور وسيطرت على كل شيء ، لذلك كان الحديث عن الموت مقرونا ببداية الحياة فى قصة الوجود الإنساني وذلك فى قوله تعالى " نحن خلقناكم فلولا تصدقون * أفرأيتم ما تمنون * أأنتم تخلقونه أم نحن الخالقون * نحن قدرنا بينكم الموت وما نحن بمسبوقين * على أن نبدل أمثالكم وننشئكم فيما لا تعلمون " سورة الواقعة . الايات

٥٧ . ٦١. فتقرير الموت هنا مقرون ببداية الحياة لكسر غرور الإنسان وتذكيرا للبشر بقانون القهر الإلهى الذى يجرى على الجميع ولا يستثنى أحداً لكن الإنسان قد ينسى أو يتغافل عن الموت ، لذلك كانت حاجته اليومية إلى النوم وهى حاجة لا يستطيع أن يدفعها عن نفسه ، فكأن النوم إنما هو تذكير للإنسان بالموت لأنه مظهر من مظاهر قانون القهر الإلهى الأكبر ، وما دام لا يستطيع الإنسان أن يدفع عن نفسه النوم ، فهو كذلك لا يستطيع أن يدفع عن نفسه الموت ، فالنوم تذكير بالموت واستحضار له وكبريائه، ونحن نمارسه كل ليلة ، والنوم يجرى على الصغير والكبير والغنى والفقير وهو يشكل ٣٣% من عمر أى إنسان على الأرض ، كما أنه آية من آيات الله فى الخلق ، ونعمة من النعم المهمة لتتداخل حياة الإنسان المادية بشكل سوى، وكما ينام الإنسان ويصحو ، يموت ويبعث مرة أخرى وكما يعجز الإنسان عن مقاومة النوم فكذلك يعجز عن حماية حياته من الموت حين يأتى الأجل المسمي .

ولكن السؤال الهام إذا كان الإنسان بشكل عام يشعر بالقلق من المستقبل ، فهل كل البشر يشعرون بالقلق من الموت ، بالطبع نعم ، ولكن بعض البشر فقط هم الذين يشعرون بالقلق لما بعد الموت وهذا أمر يجب تحديده .

فكل البشر والمخلوقات تتجنب الوقوع فى الموت وتبتعد عن موضع الخطر خوفاً من الفناء وهذا أمر غريزى ، ولكن البعض منهم هم الذين يتفكرون كثيراً فيما يحدث بعد الموت وخروج الروح وسؤال القبر والبعث والحشر والحساب ، وهذا حسب درجة الإيمان لديهم بالآخرة والإعتقاد الجازم بها .

ومن هنا يمكن أن نكون أكثر تحديداً فى الفرق بين القلق من الموت والقلق مما بعد الموت ، فالأمر الأول أمر عام وله درجاته التى إن زادت رأينا أشخاص يخافون

من ركوب الطائرات خشية السقوط ومن ركوب المراكب خشية الغرق ومن ركوب السيارة خشية الحوادث ومن الدخول فى عمليات جراحية خشية خطأ الأطباء ، فهم يخافون من الموت فى كل لحظة خشية الفناء ، أما الأمر الثانى فهو القلق لما بعد الموت وهو أمر يصيب المؤمنين، حيث يكون القلق متركز لا على حادثة الموت ولكن على ما قد ينتظر الشخص بعد الموت ، فترى من يشعر بالقلق بعد الموت كثير السؤال والتحرى فى الأحاديث وآيات القرآن التى تعطى إشارات عن الحياة البرزخية والبعث والحساب وسؤال الملكين فى القبر .

وإذا كان القلق فى الأمرين يدور حول الموت إلا أن الفرق بينهم كبير فالقلق الأول هو خوف من الفناء وهذا الخوف لا منجى منه حيث المسألة قدرية ومحتومة على الإنسان حين جاء أجله كما يقول الله تعالى " أَيْنَمَا تَكُونُواْ يُدْرِككُّمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشَيَّدَةٍ " سورة النساء . الآية ٧٨ ويقول تعالى " قُل لَّن يَنفَعَكُمُ الْفِرَارُ إِن فَرَرْتُم مِّنَ الْمَوْتِ أَوِ الْقَتْلِ وَإِذًا لَّا تُمَتَّعُونَ إِلَّا قَلِيلًا " سورة الأحزاب . الآية ١٦ ، أما القلق الثانى فليس له ما يدعمه من نظريات الصحة النفسية ، حيث أنه يدخل فى الباب الغيبيات ، وقد يراه بعض علماء مجال علم النفس اضطراب فى التفكير ، حيث أن القلق هنا من شئ لم يراه أحد ، أى يعد قلق من المجهول الذى يدخل تحت باب الهلاوس والأوهام ، وهذا منافى لعقيدة المؤمنين بالله وبالبعث والحشر والحساب وحياة القبر ، وفى القرآن الكريم الكثير والكثير من آياته التى ترصد ما يحدث بعد الموت كما يقول الله تعالى عن أن لا موت بعد الموته الأولى والمسأله بعدها نعيم أو جحيم كما فى قوله تعالى " يَتَجَرَّعُهُ وَلاَ يَكَادُ يُسِيغُهُ وَيَأْتِيهِ الْمَوْتُ مِن كُلِّ مَكَانٍ وَمَا هُوَ بِمَيِّتٍ وَمِن وَرَآئِهِ عَذَابٌ غَلِيظٌ " سورة ابراهيم .

الاية ١٧ ، وقوله تعالى " لَا يَذُوقُونَ فِيهَا الْمَوْتَ إِلَّا الْمَوْتَةَ الْأُولَى وَوَقَاهُمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ " سورة الدخان . الآية ٥٦ .

وكان رسول الله دائماً يذكر أصحابه بقوله " تذكروا هادم اللذات ومفرق الجماعات " ويعنى الموت ، ومقصد النبى أن يتذكر الشخص الموت لا من باب القلق منه ولكن من باب القلق لما يحدث بعده ، ولذلك قال الرسول صلوات ربى وسلامه عليه " قد نهيتكم عن زيارة القبور ألا فزوروها فإنها تذكركم بالآخرة " ، فالقلق مما بعد الموت يدفع إلى العمل الجاد والتزود بالتقوى لزيادة الرصيد من الحسنات الذى يؤهل للجنة فى الآخرة ، فتذكر ما يحدث بعد الموت بشكل دائم يبعث فى النفس شعور دائم بالرضا عما تجلبه الدنيا من أحداث حيث أن نهاية هذه الأحداث لا محالة واقعة ، فلا يبقى فى الدنيا فرح دائم ولا حزن دائم، علاوة على أن ذكر ما بعد الموت يرسخ فى النفس الشعور بالوقار والإلتزام والبعد عن الرعونة وتفاهات الأمور ، أى أن القلق مما بعد الموت من أهم دواعى الاستقرار النفسى وصفاء التفكير وبالتالى يساعد على تكوين صحة نفسية جيدة لدى الشخص .

الحادي عشر : الإكتئاب المزمن :

الاكتئاب كلمة شائعة بين الناس تعبر عن خيبة الأمل والاحساس بفقدان متع الحياة ، وقد يكون الإكتئاب عارض فى أوقات محددة وقد يكون مزمن وملازم للشخص ،

وسواء كان الإكتئاب عارض أو مزمن فإن له علامات وأمارات ، وقد عدد عبد العلى الجسمانى أعراض الإكتئاب على النحو التالى .

١. حالة من القنوط والتعاسة الظاهرة على الوجه .

٢. القلق الحاد وفقد وتفكك الذات .

٣. صعوبة التفكير وهبوط المعنويات النفسية .

٤. عدم القدرة على تحديد ما يريده المريض .

٥. كساد فى القوى الحيوية والحركية مع هبوط فى النشاط الوظيفى .

وقد ذكر أحمد عكاشة أن الإكتئاب يبدأ بأعراض بسيطة تتدرج فى الشدة ان لم تعالج فى بدء الأمر ، فيشكو المريض أولاً بفقد القدرة على التمتع بالمباهج السابقة ، مع انكسار النفس وهبوط الروح المعنوية، ثم يشعر بتغير لون الحياة وقيمتها ، ويبدأ فى التساؤل عن أهميتها ، ويعيش فى سحاب من اليأس والجزع وانقباض وهنا تبدأ نوبات متكررة من البكاء الهادئ ، أو الصراع الحزين ، ثم تزيد وطأة الاكتئاب ويحس بفقدان الأمل ويتخلله ماضيه وحاضره ومستقبلة الرعب والخوف والجزع والاكتئاب ، ويصيبه الارتباك الشديد، ويتساءل لماذا لا أستطيع التمتع وقد وهبنى الله كل المباهج؟ ماذا حدث لى ؟ كل الأنوار متألقة والحياة سوداء ، لماذا لا يأتى الموت .

فالكآبة ليست في حقيقتها مرضاً عضوياً ، إلا في حالات نادرة، ولكنها مرض نفسي فى المقام الأول ، فالبعض يظن ان المرض الخطير هو المرض العضوي الذي يؤدي الى الموت ، او شلل عضو معين ، أما ما يرتبط بالروح والنفس فليس خطيراً لانه غير ظاهر بينما يؤكد الخبراء على ان امراض النفس اكثر خطورة من امراض الجسد ، فالكآبة مثلاً تحوّل معيشة الشخص الى جحيم لا يطاق .

ولذلك قد قال رسول الله " روحوا القلوب ساعة بعد ساعة فان القلوب اذا كلّت عميت " ويقول أيضاً " من سرّ مؤمناً فقد سرّني . ومن سرّني فقد سرّ الله " ولعل من أهم عوامل ادخال السرور إلى النفس هى ذكر الطرائف والتمتّع بالدعابات سواء استماعها من الآخرين او قرائتها في بطون الكتب ، ولقيمتها الحضارية هذه فإن الطرائف تنتقل من جيل لجيل ، ويتوارثها الأبناء عن الأبناء عن الأباء ، لانها تعبر عن رغبة الناس في الترويح عن النفس ، وقد كان النبى الكريم وسط أعباء الرسالة المحمدية العظيمة ونزول الوحى بالقرآن الكريم والحروب والغزوات وتأسيس أكبر دولة عرفها التاريخ والصراعات الداخلية من المنافقين والحاقدين كان دائم البشر والإبتسامة وكان عليه الصلاة والسلام يداعب أصحابه وزوجاته ويداعب الأطفال ، ويقول الامام علي بن إبى طالب " اجمعوا هذه القلوب والتمسوا لها طرائف الحكم فإنها تمل كما تمل الأبدان، والنفس مؤثرة للهوى ، أخذة بالهوينى ، جانحة الى اللهو ، أمارة بالسوء ، مستوطنة للعجز ، طالبة للراحة ، نافرة عن العمل فان اكرهتها أضنيتها وان أهملتها أرديتها " . وما دامت النفوس تمل فهى تتطلب الترويح عنها ، فإذا لم نلتمس ذلك من الطرائف والدعابة فهي تبحث عنه في الموبقات ، ذلك ان تعقيدات الحياة تؤدى الى التوتر لا محالة ، والتوتر يؤدي الى العنف ان لم يتم التنفيس عنه بالدعابة والتحدث مع من يرتاح النفس لهم.

ولقد ثبت بالتجربة والدراسة ان افضل وسيلة للتنفيس عن التوتر هو المرح او النكتة ، ولان التوتر يؤدي الى خفض الانتاج فقد عكفت الشركات الكبرى على دراسة كيفية ازالة التوتر ، وتوصلت الى ان صمام الإمان هو الفكاهة ، ومن هنا اهتمت المؤسسات بالنكتة ، حيث تبين لها ان الشركات التي تشيع جواً من المرح بين موظفيها

زاد انتاجها بنسبة النصف أو أكثر فإن المداعبة جزء من حسن الخلق تماماً كما ان عكسها جزء من سوء الخلق ولذلك ورد في الحديث الشريف « ان الله يبغض المعبّس في وجه اخوانه » ، فالمؤمن . كما يقول الحديث الشريف . « هشٌ بشٌ » وليس بالمقطب.

ولقد كان العرب اذا مدحوا أحداً قالو عنه « هو ضحوك السن ، بسام الثنيات ، هشَّ الى الضيف » واذا ذموا احداً قالوا عنه « هو عبوس الوجه جهم المحيا كريه المنظر ، حامض الوجنة ، كانما نضّح وجهه بالخل ، او اسعط خيشومه بالخردل » ويخطأ من يظنّ ان معنى اخذ الحياة بجد ، هو ان تكون لنا وجوه قاطبة كالحة ، كأنها وجوه الشياطين ذلك ان ربنا حينما يذمّ شيئاً يقول عنه « طلعها كأنه رؤوس الشياطين » سورة الصافات . الآية ٦٥ . فحتى لو كانت احزاننا كثيرة وكبيرة فلابد ان تكون وجوهنا هشه بشه ، ولذلك يقول الرسول المعلم " المؤمن حزنه في قلبه وبشره في وجهه " ، وقد روى ان عيسى بن مريم عليه السلام لقى نبى الله يحيى بن زكريا عليه السلام فتبسم اليه يحيى فقال له عيسى أنك لتبتسم تبسم الآمن من حساب الله ، فقال له يحيى إنك لعبس عبوس القانط ، فقالا لا نبرح حتى ينزل علينا الوحى ، فأوحى الله الى عيسى أن الذي يفعل يحيى احبّ الى ، ثم قيل احبّكما اليّ الطلق البسَّام . ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم كثيراً ما يمزح مع اصحابه ، وهم بدورهم كانوا يمزحون معه ، وكان يقول " أني لأمزح ولا اقول إلا حقاً " ، واما اصحاب النبي صلى الله عليه وسلم فيما بينهم فكانوا يتمازحون كما كانوا يجاهدون حتى انه عندما كان يسأل عنهم وعن أحوالهم يقال" انهم كانوا يضحكون ويمزحون والايمان في قلوبهم مثل الجبال الرواسي".

ويقول الخبراء ان قدرة الانسان على الضحك مؤشر دال على صحته يوازى كل المؤشرات الاخرى التي يتفحصها الأطباء ، وحين نضحك تنشط عضلاتنا ، وإذ نمسك تسترخى ، وبما أن التوتر العضلي يعظم الوجه فان عدداً من المصابين بالتهاب المفاصل وامراض اخرى مؤلمة يفيدون كثيراً من جرعة الضحك . والابتسامة الواحدة كافية لأن تحرّك دورتك الدموية بعض الشيء ، وبذلك توقع في ذاتك شعوراً بالراحة والاسترخاء .

وقد عبر المولى عز وجل عن الشعور بالراحة والمتعة بالضحك حيث وصف المؤمنين عند فوزهم بالجنة بقوله تعالى " فَالْيَوْمَ الَّذِينَ آمَنُواْ مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ * عَلَى الْأَرَائِكِ يَنظُرُونَ * هَلْ ثُوِّبَ الْكُفَّارُ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ " سورة المطففين .الآية ٣٤ . ٣٦ . فالضحك باب الخروج من الإكتئاب وعلامة من علامات الفرج التى يحصل عليها الشخص وبها يعبر هذا الجسر المهلك نفسياً وجسدياً .

الثاني عشر : اليأس :

سؤال هام يطرح نفسه .. هل اليأس والإحباط عملية نفسية تختلف عن الإكتئاب أم إنها تؤدى حتماً إلى الإكتئاب ، ولكى تضح الصورة فإن الصحة النفسية ترى الإكتئاب على إنه مرض نفسى له أبعاد عضوية يمكن التدخل فى علاجه بإستخدام بعض العقاقير الطبية بجانب العلاجات النفسية وقد يصاب الإنسان بالإكتئاب بدون أسباب منطقية ملموسة ، أما اليأس والإحباط فهما عملية نفسية نتيجة تعرض الشخص لمواقف من البيئة والمجتمع تمر مع انقضاء السبب المؤدى لليأس والإحباط أو مع تعود الشخص على تقبل الأزمة التى يمر بها ، ولكى تتضح الأمور أكثر فعلينا أن نعرف معنى اليأس،

فاليأس كلمة تعنى إستحالة تحقيق أمر معين بأى صورة من الصور مثل محاولة إحياء شخص بعد الموت بأى أجهزة معقدة فى العالم، ولهذا يقول الله تعالى " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَوَلَّوْا قَوْمًا غَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ قَدْ يَئِسُوا مِنَ الْآخِرَةِ كَمَا يَئِسَ الْكُفَّارُ مِنْ أَصْحَابِ الْقُبُورِ " سورة الممتحنة . الآية ١٣، ومعنى اليأس هنا هو اعتقاد جازم بعدم وجود الحياة الآخرة كما يعتقد الكفار بأن من مات لا يمكن أن يحيى أبداً .

لذلك فإن اليأس كلمة لا تطلق إلا على مالا يمكن حدوثه بقدرة البشر كأن يرى الناس الجن كما يراهم الجن ، أو كأن يحيى الإنسان ولا يموت أبداً وأشياء كثيرة التى تعد مستحيلة بأيد البشر ، فهذا هو اليأس وماعداه يمكن حدوثه بالعلم والإرادة وقوة العزيمة والكفاح والمثابرة والصبر ، كأن يصل أصحاب العاهات إلى مراكز لا يستطيع الأصحاء الوصول إليها مثل طه حسين وأبو العلاء المعرى ، أو كأن يصبح معدم من أغنى أغنياء العالم مثل أوناسيس وغيرهم الكثير ، فهذه الأمثلة تثبت أنه ليس هناك يأس مع كل ما هو ممكن ولكن المسألة تحتاج إلى ترتيب وتجهيز و إرادة فلاذية وصبر سنوات طوال حتى يتم تحقيق الهدف الذى قد يراه الآخرون أن هذا شئ بعيد المنال ومستحيل بالنسبة لهم ، وهذه حكمة الله تعالى حتى يكافئ المجتهد الصبور ويفرقه عن الكسول المتخاذل

أما الإحباط فهو عرض سرعان ما يزول نتيجة عدم تحقيق هدف ما، وقد يتعرض الشخص لعشرات الإحباطات فى اليوم والليلة بنسب مختلفة حسب طبيعة الهدف الذى يبتغيه ، ولكن الإحباط الواحد يترك أكثر من أثر على عدة أفراد حسب طبيعة التكوين النفسى للشخص، فقد يفشل الفرد فى إختبار أو فى إجتياز مقابلة عمل فنرى من يمتص إحباطه ويتخطى الموقف ويعتبره شئ عابر فى حياته ، وآخر قد يبكى وينتحب

ويتحصر ألماً ومرارة وقد يشتم ويسب من كان سبباً فى ذلك ، وبين الطرفين درجات كثيرة، كلاً حسب تربيته النفسية على مواجهة الأزمات وتحمل الإحباطات .

ويذكر العالم الأمريكى نهرى لينك في كتابه العودة إلى الإيمان أن الذين يترددون على دور العبادة يتمتعون بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين لهم ، ولا يقومون بالعبادة ، وقد قال الله تعالى " من عمل صالحاً من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون" سورة النحل . الآية ٩٧ ، ويقول تعالى " ولو أن أهل القرى آمنوا واتقوا لفتحنا عليهم بركات من السماء والأرض " سورة الأعراف . الآية ٩٦ .

ومن هنا يظهر سؤال كيف عالج القرآن اليأس والإحباط ؟ ، نرى الله تعالى ينادى على عباده " قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ * وَأَنِيبُوا إِلَى رَبِّكُمْ وَأَسْلِمُوا لَهُ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنْصَرُونَ " سورةالزمر . الآيات ٥٣ – ٥٤ . ففي هذا النداء يأمر الله هؤلاء اليائسين بألا يفقدوا الأمل من رحمة الله تعالى ، ويخبرهم بأن الذنوب والفشل والمعاصي وكل أنواع الإسراف التي ارتكبوها فإن الله تعالى يمحوها بلمح البصر بشرط أن يرجع الإنسان وينيب إلى الله تعالى بقلب سليم ، ثم تأتي مرحلة التصور لنتائج الفعل السلبي من خلال آيات شديدة اللهجة تصور لنا احتمالات متعددة لنتائج سلبية مؤكدة الحدوث فيما لو لم نستجب للتغيير الإيجابي الذي يأمرنا القرآن به ، فيقول تعالى " أَنْ تَقُولَ نَفْسٌ يَا حَسْرَتَا عَلَى مَا فَرَّطْتُ فِي جَنْبِ اللَّهِ وَإِنْ كُنْتُ لَمِنَ السَّاخِرِينَ * أَوْ تَقُولَ لَوْ أَنَّ اللَّهَ هَدَانِي لَكُنْتُ مِنَ الْمُتَّقِينَ * أَوْ تَقُولَ حِينَ تَرَى الْعَذَابَ لَوْ أَنَّ لِي كَرَّةً فَأَكُونَ مِنَ الْمُحْسِنِينَ " سورة الزمر . الآيات ٥٦ . ٥٨ . ولكن ماذا يحدث لو استجبنا للبرمجة القرآنية

وطبقنا ما أمرنا الله تعالى به ، انظر إلى الآية التالية التي تصور لنا النتائج الإيجابية العظيمة " وَيُنَجِّي اللَّهُ الَّذِينَ اتَّقَوْا بِمَفَازَتِهِمْ لَا يَمَسُّهُمُ السُّوءُ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ" سورة الزمر . الآية٦١ .

إنه نصّ قرآنى واحد يحوى كل هذه العجائب فى العلاج النفسى، يبدأ أولاً بالتخفيف وإلقاء الهموم والأعباء حتى تصفو النفوس وتستريح ، ثم يعطى لسته بالممنوعات التى قد توقع فى نفس المشكلة وتعيد الكره بمتاعبها ، وفى النهاية يعطيك المكافأة إذا أنت حافظت وألتزمت على الجرعة العلاجية المقدمة لك .

ولعل المقولة الشهيرة التى رددها مصطفى كامل " لا معنى لليأس مع الحياة ولا معنى للحياة مع اليأس " من أقوى العبارات النفسية، حيث أنه قالها عن تجربة شخصية حية ، فقد إستطاع فى وقت قليل تحقيق العديد من الإنجازات التى يعجز عن فعلها الكثير، ومما لا شك فيه أن من يتحدى اليأس لا محالة فائز فى الدنيا مهما كان النتيجة التى سيحصل عليها قليلة أو كثيرة، المهم أن الشخص متحدى اليأس فائز .

وأعظم الأمثلة على تحدى اليأس هو الصحابى سلمان الفارسى، الذى ظل يسعى ويبحث عن صاحب الرسالة الخاتمة محمد صلى الله عليه وسلم الذى سمع عنه من الرهبان والأحبار ، وتنقل من فارس إلى العراق إلى الشام إلى يثرب ومن كنيسة إلى معبد يهودى ، حتى أصبح عبداً مقهوراً ، ودامت رحلته ٢٧ عاماً كاملاً لا هدف أمامه إلا البحث عن الدين الخاتم ، حتى هاجر النبى إلى المدينة وآمن به سلمان ، وقال الرسول عنه " سلمان منا آل البيت " وذلك تكريماً وتعظيماً لقوة إرادته وعلو همته ، وكان له فى الإسلام شأناً لا يستهان به ، وكان على رأس الجيش الذى فتح فارس ، وذلك كان فوزاً إستحقه لصبره وجلده وتحديه لليأس وعوامل الإحباط التى أحاطت به طوال ٢٧

عاماً من القهر والعبودية وذل الفقر والغربة عن الوطن ، فإن الله تعالى لا يضيع أجر الصابرين المكافحين فى الدنيا ولا فى الآخرة .

الثالث عشر : الطموح التدميري :

الطموح هو التطلع لتحقيق أمور ما فى المستقبل ، إما أن تكون تحقيق ثروة من المال أو حوزة أرض أو عقارات أو مكانة علمية ومهنية فائقة أو أشياء أخرى موجودة بالفعل فى الحياة الدنيا ، ولكن هل الطموح قاصر على بعض الناس ؟ بالطبع لا ، ولكن درجة الطموح هى التى تختلف من شخص لآخر ، فكل الناس لديها أفكار وتطلعات للمستقبل ، ولكن القليل من الناس هم من لديهم رغبات أكثر من عادية ، أى تستلزم مجهودات وتحركات وتحمل أعباء ومشقات لا يتحملها كل الناس ، وهذه الرغبات هى ما تعرف بالطموح الشديد الذى يتخطى مرحلة الطموح العادى لدى عامة البشر .

ولو أخذنا أمثلة من الطموح العادى لوجدناها كثيرة ، فالبنت تتمنى وتطمح فى زوج وأولاد ومسكن مريح وحياة زوجية سخية ، ثم يتدرج طموحها إلى مستقبل أفضل لأولادها ، وشاب يطمح فى إمتلاك سيارة وآخر فى عمل مشروع مربح ، وآخرون يطمحون فى أداء الحج والعمرة وآخر يطمح فى السفر للخارج للعمل أو الفسحة ، ومثل هذه الأمور كثيرة ومتعددة ومتنوعة وهى وإن كانت طموح ولكن لا توصف بين الناس بمسمى الطموح لأن العرف جرى على أن الطموح هو الحصول على أشياء يصعب على عامة الناس الوصول إليها لما فيها من مجهود مضنى ومشقة فى العمل وصبر ودأب ومثابرة .

والسؤال الهام هنا .. هل الطموح يستلزم ذكاء خارق ؟ الإجابة لا ، ويؤكد ذلك إحدى علماء الصحة النفسية عندما كانت فى بعثة لإنجلترا للحصول على درجة الدكتوراه وكان معها جنسيات مختلفة منهم باحثين يابانيين ، وكان الراسخ فى ذهنها أن هؤلاء اليابانيين هم أمهر الباحثين لما تراه من تقدم اليابان وعلو شأنها الغير عادى ، ولكن المفاجأة أنها لاحظت بوضوح أنهم أقل فهماً وإستيعاباً للمادة العلمية من جنسات أخرى حتى المصريين أنفسهم ، فدفعها الفضول لسؤال أحدهم عما كانت تتوقعه منهم من نبوغ وعبقرية ولكنها لم ترى ذلك ، فما هو السر الخفى وراء تمتع اليابان بهذه الشهرة العالمية فى كل شئ ووصولها لأعلى مراتب الدول المتقدمة ، فما كان من الباحث اليابانى إلا أن أجاب بكلمة واحدة وهو مبتسم إبتسامة الواثق قائلاً لها " المثابرة " ، وهذا يثبت عملياً أن المثابرة تفوق الذكاء وتدفع بالطموح لأعلى ، فلو تتدبرنا قصة الأطفال الشهيرة عن سباق الأرنب والسلحفاة لكانت خير مثال عما قلناه ، فقد دخل الأرنب فى تحدى مع سلحفاه مستهزءاً بضعف حركتها ، فقبلت السلحفاه التحدى وبدأ السباق ، فجلس الأرنب قائلاً لنفسه لو نمت ثم استيقظت لسبقت السلحفاه بقفزة واحدة ، فنام وظلت السلحفاه تمشى وتثابر حتى اقتربت من خط النهاية ، فما إن فاق الأرنب من غفلته وبدأ يقفز إلا والسلحفاه قد وصلت للنهاية ، فقد وصلت بالصبر والمثابرة وتحدى الصعاب . وهذا هو عين ما ذكره الله جل شأنه فى حديثه القدسى " وعزتى وجلالى لأرزقن من لا حيلة له حتى يحتار أصحاب الحيل".

والأمر الأهم من الناحية النفسية أن فعل بعض الأشخاص يعد طموحاً شديداً فى حين نفس الفعل من أشخاص آخرين يعد عملاً عادياً، وفى الحياة نماذج لذلك فإذا سمعت عن شخص يعمل معيداً بالجامعة ثم مدرس مساعد وحصل بعد ذلك على درجة

الدكتوراه أعتبر ذلك طموحاً عادياً غير لافت للآنتباه ، ولكن نفس الدرجة العلمية لو حصل عليها شخص آخر كان تعليمه متوسطاً ثم اجتهد وصبر حتى حصل على مؤهل عالى ثم قاوم ظروف مادية ومهنية ومحبطات كثيرة حتى واصل دراسته العليا مواجهاً كافة التحديات حتى إستطاع الحصول على درجة الدكتوراه كان ذلك طموحاً شديداً جدير بالانتباه ووصف صاحبه بكل صفات التحدى والعزيمة ، وكذلك الكثير فى الحياة على نفس النمط ، فالدافع النفسى للطموح الشديد وقوة العزيمة قد تكون منحة إلهية، لإن فى ظل نفس الظروف والأحوال على عدد من الأشخاص يخرج شخص لكسر القاعدة العامة لطموح العدد الأكبر ليحقق ما يعرف بالطموح الشديد الذى يعجز الآخرون نفسياً على الإتيان بمثله .

ومع الوصول لمرحلة الطموح الشديد مع بعض الأشخاص وتحقيقيهم لمكانة تلفت اللانتباه وتثير إعجاب وحسد الآخرين قد يخرج هذا الشخص عن دائرة الاتزان النفسى الذى من المفترض أن يكون حامداً الله تعالى على هذه المنحة وتلك النعمة ، ويحوله إلى مرحلة من الصلف والغرور بذاته لإنه قهر الظروف وأخضعها لإرادته ويتناسى تماماً أن الأمور تسير فى الكون وفق نظام وإرادة أعلى مهيمنة على كل الأوضاع من قبل الله جل شأنه ، ولذلك وضع الله تعالى التحذير لكل من يظن أن الدافعية للطموح الشديد وتحقيق المكانة العالية فى كل المجالات إنما هى من ذاتية الشخص وحده فقال تعالى " وَلاَ تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الأَرْضَ وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولاً" سورة الإسراء . الآية ٣٧ ولا ننسى طموح فرعون فى إدعائه الأولهية بسبب حكمه لمصر أكبر بلدان الدنيا وقتها وقد ذكره الله تعالى فى قوله " وَنَادَى فِرْعَوْنُ فِي

قَوْمِهِ قَالَ يَا قَوْمِ أَلَيْسَ لِي مُلْكُ مِصْرَ وَهَذِهِ الْأَنْهَارُ تَجْرِي مِن تَحْتِي أَفَلَا تُبْصِرُونَ " سورة الزخرف . الآية ٥١ ، وكثير غيره على مر التارخ الإنسانى .

وقد يتبادر إلى الذهن سؤال .. أليس من الممكن أن يتمتع الشخص بالطموح الشديد ولكن الظروف المحيطة به قد تعجزة وتدمر طموحه ؟ ، والإجابة من واقع الحياة أن التعجيز أمر جائز ومنتشر ، بل أن هناك أشخاص لا يستمتعون بشئ مثل تعجيز أصحاب الطموح الشديد ، ولكن لا يستطعون تدمير طموحهم نهائياً ، لأن أصحاب الطموح الشديد كلما تعرضوا لمطب أو محاولة لكسرهم دفعهم طموحهم لطريق آخر حتى يسلكوا إلى هدفهم من خلاله ، ويظلون هكذا مادامت الحياة فأفكارهم غير تقليدية ، وطرق السعى لهدفهم غير متراخية ، وعزمهم قد يفطر لفترة ولكن لا يلين ولا ينعدم .

ولعل شخصية مثل عباس محمود العقاد الذى لم يحصل إلا على الشهادة الإبتدائية ، ولكنه إستطاع أن يكون لنفسه جامعة فى عقله بمجهود الشخصى ، فأصدر مؤلفات لا مثيل لها فى الأدب والنقد والتحليل العميق حتى أطلقوا عليه عملاق الأدب العربى ، وحصل الكثير على رسائل الماجستير والدكتوراه فى هذه المؤلفات ، ولذلك يعتبر هذا الشخص نموذجاً فريداً للطموح وتحدى الظروف ، فمثل هؤلاء البشر يتمتعون بقوة نفسية خارقة وثبات عقلى كبير ، وهذه القوة النفسية والثبات العقلى خير تعريف للطموح الشديد .

الرابع عشر : تأنيب الضمير:

الضمير كلمة لها مدلول فى الصحة النفسية تعرف بالأنا الأعلى المسؤل عن القيم والأخلاق وحساب النفس على أخطائها ، والضمير يوجد بالفرد كمكون من مكونات

شخصيته أو كنسق يمثل المبادئ الخلقية ويدعو لانضباط السلوك وفق معاييرها ، وعدم الخروج على القواعد والأعراف والقيم الأخلاقية التى اتفق المجتمع عليها .

والضمير يثيب الذات بالراحة النفسية إن تصرفت وفق القواعد الأخلاقية ، ويعاقبها بوخز الضمير وتأنيبه إن خرقت تلك القواعد وتجاهلتها ، وفى بعض الأحيان يبلغ تأنيب الضمير حدا تستحيل معه متعة الحياة ، ويفضل عليها الموت فيلجأ الفرد إلى انهاء حياته أو إنزال عقاب قاس على نفسه يكفر به عما ارتكبه من آثام ، وكذلك الضمير يمارس نشاطه داخل الذات على المستويين الشعورى واللاشعورى .

وكذلك الضمير كلمة لها مدلول فى القرآن تعرف بالنفس اللوامة، أى أن الضمير ودوره فى حفظ الجانب الإنسانى لدى الإنسان أمر لا خلاف عليه ويكاد يكون الفارق بين الغرائز الإنسانية والغرائز الحيوانية . وهناك ما يعرف بتأنيب الضمير وهو الجانب الحيوى فى الضمير وهذا هو المحك الرئيسى فى مسألة الضمير كلها حيث أن هذا التأنيب ليس على درجة واحدة لدى جميع البشر فهو يعلو ويخفت حسب الطبيعة النفسية للشخص ، فنرى من البشر من نكاد نجزم أنه معدوم الضمير وذلك بإستباحتة كل شئ محرم وقدرته على الظلم والتدمير دون أى ندم، وعلى النقيض نرى من البشر أصحاب الضمير المرهف الذى إن لم يبتسم فى وجه شخص سهواً منه ظل يعاتب نفسه ويوبخها وقد يحرمه ذلك النوم وكثيراً ما يحاسب نفسه على كل فعل أو قول ، وذلك كما فى قوله تعالى " وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى " سورة النازعات . الآية ٤٠ ، وقوله تعالى " وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّيَ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ " سورة يوسف . الآية٥٣ .

والسؤال الآن .. هل الضمير شئ يولد مع الإنسان وينمو أم أنه يورث أم أنه يكتسب ؟ ، فقد ذكر علماء الأخلاق عن الضمير ما اتفق معهم فيه علماء الصحة النفسية أن الضمير هو قوة ذاتية فى الإنسان تأمره بالخير وتنهاه عن الشر ، وتثيبه إن أطاعها وتعاقبه إن عصاها ، وكان هناك ثلاثة آراء فى مسألة الضمير على النحو التالى . .

١. الضمير غريزة فطرية تولد مع الإنسان وبها يستطيع التمييز بين الخير والشر ، كما يستطيع التمييز بين الضوء والظلمة .
٢. الضمير مكتسب من البيئة والمجتمع والتربية ، وهذا الرأى نقيض الرأى الأول وعليه فالإنسان يولد وليس عنده شئ يسمى الضمير إطلاقاً.
٣. أما الرأى الثالث ينكر وجود قوة تسمى الضمير لا فطرية ولا مكتسبة ويقولون إن الضمير أكذوبة كبرى يجب القضاء عليها لأنها تعوق التقدم الإنسانى ، وهى خدعة من الضعفاء ليقيدوا بها سلطة الأقوياء .

وهنا يأتى دور القرآن لنتعرف منه عن ماهية الضمير ، يقول تعالى " وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ" سورة ق . الآية ١٦ ، وهذا يوضح لنا حكم القرآن فى مسألة الضمير حيث يرى أن الضمير استعداد فطرى لدى الإنسان ، فليس قوة فطرية غريزية يولد بها الإنسان ، وليس قوة مكتسبة بلا استعداد سابق وإنما هو استعداد فطرى يولد به الإنسان ويبلور هذا الاستعداد ويظهر أثره بالخير والتهذيب عن طريق البيئة والتربية .

والسؤال الذى يتبادر إلى الذهن أين مكان الضمير من الشخصة، هل فى العقل موضع التفكير أم فى المشاعر ؟ والأرجح أنه مكمنه فى المشاعر ، فإننا نجد كثير من

البشر لهم عقول متزنة واعية ويتمتعون بقدر كبير من الذكاء والدهاء ، ومع ذلك معدومى الضمير ويستبيحون كل شئ ، ولديهم الرغبة فى تدمير أى أحد ، فالضمير ولا شك مكمنه المشاعر ولعله هو ما عبر عنه القرآن الكريم فى قوله تعالى " وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ " سورة القيامة . الاية ٢ ، وهذا هو الدور الرئيسى للضمير ، حيث اللوم والعتاب المستمر على فعل يستشعر الشخص فيه تجاوز على حقوق وحدود الآخرين.

ولعل الأسلوب القرآنى فى الآيات هو ما يحرك دوافع الضمير للمؤمنين كما فى قوله تعالى " أَفَمَنْ يُلْقَى فِي النَّارِ خَيْرٌ أَمْ مَنْ يَأْتِي آمِنًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ " سورة فصلت.الآية٤٠ ، فيظل المؤمن فى هذا الصراع بين العذاب بالنار وبين الأمن ، وبالتالى بين الأعمال المؤدية للعذاب وبين الأعمال التى تهيئ للإحساس بالأمن ، وهذا فرع من الضمير العام للإنسان يعرف بالضمير الإيمانى لأن الإحساس بالذنب وتأنيب الضمير فيه يكون عائد على الإحساس بظلم الشخص لذاته أمام الله جل شأنه .

ووجود الضمير فى نفس الإنسان أمر قد يكون الهدف منه تنقية النفس بصورة دائمة من شوائب الوساوس وحديث النفس بعمل الباطل والمحرمات ، فهذا هو صنع الله فى خلقه وهو القائل " وَلَوْ شِئْنَا لَآتَيْنَا كُلَّ نَفْسٍ هُدَاهَا .... " سورة السجدة . الآية ١٣ ، ولعل قول النبى الكريم عن الله عز وجل فى الحديث القدسى يحسم مسألة تأنيب الضمير فى حياة الإنسان حيث يقول " لا أجمع على عبدى أمنين ولا أجمع علية خوفين ، فإن أمننى فى الدنيا أخفته يوم القيامة ، وإن خافنى فى الدنيا أمنته يوم القيامة " ، ومن هنا فإن الشخص الذى يتمتع بقدر كبير من تأنيب الضمير على أفعالة فهو فى مصاف الصالحين ، ومتى أطمئنت نفسه فى الدنيا على أفعاله فهو فى أول طريق الضلال ، ويؤكد هذا المعنى قول عمر بن الخطاب رضى الله عنه " حاسبوا أنفسكم قبل أن

تحاسبوا، وزنوا أعمالكم قبل أن توزن عليكم " ، ومن هنا فإن الإنسان يظل طوال حياته فى حساب مع نفسه على أفعال وأقوال قام بها .

وهذا الأمر وإن كان شاق على النفس ولكن له العديد من الفوائد الصحية النفسية حيث يرتقى بسلوك الأشخاص ويطهر سريرتهم ، وهو أمر فى مقدور كل إنسان حيث يقول تعالى ".. لاَ تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلاَّ وُسْعَهَا.." سورة البقرة . الآية ٢٣٣ ، وعلى كل حال فالنفس المطمئنة من تأنيب الضمير التى أخبرنا الله عنها فى قوله " يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ " سورة الفجر . الآية ٢٧ ، ليست فى الحياة الدنيا بأى حال من الأحوال ، وإنما هى فى مرحلة ما بعد الحياة .

ومما لا يدع مجالاً للشك أن الضمير وراء كل عمل ناجح سواء كان الهدف منه رضا الله أو رضا الناس ، فكثير من الناس الذين يتقنون أعمالهم ويحركهم الضمير المهنى لإخراج العمل فى أزهى صورة قد لا يلتفتون لمرضاه الله تعالى كما هو الحال البلدان الوثنية والعلمانية ، فنرى أن أعظم الصناعات فى العالم وأكثرها جودة وإتقان هى المنتجات اليابانية التى لا يدين أصحابها بأى شريعة سماوية ، فهؤلاء البشر تولد لديهم الضمير المهنى الذى دفعهم للرغبة فى الإتقان والجودة .

وعلى هذا فالضمير مجال كبير وأقسام متفرعة ، فهناك الضمير الإنسانى العادى الذى يأبى الظلم ويتأثر له وأحياناً نراه فى وسط إسرائيل من بعض اليهود الذين يستاءون لما يحدث بالفلسطينين ، وهناك الضمير المهنى كما ذكرنا فى حالات البلدان الملحدة والعلمانية ، وهناك الضمير الإيمانى الذى ينتشر فى البلدان الإسلامية ويكون أهم مظاهرة الخوف من غضب الله تعالى ، ولكننا نرى اشخاص لديهم ضمير إيمانى وليس لديهم ضمير مهنى ، أو لديهم ضمير مهنى وليس لديهم ضمير إنسانى .

وعلى كل الأحوال فالضمير لن يرتقى بالشخصة إلا إذا كان وحدة واحدة لا يتجزء تبعاً للظروف والأجواء ، ومن تحرك عنده الضمير فى جزء دون الآخر كان ولا شك ناقص الضمير غير مكتمل لإركانه ، وفى هذا قال الله تعالى " أَفَتُؤْمِنُونَ بِبَعْضِ الْكِتَابِ وَتَكْفُرُونَ بِبَعْضٍ فَمَا جَزَاء مَن يَفْعَلُ ذَلِكَ مِنكُمْ إِلاَّ خِزْيٌ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيَوْمَ الْقِيَامَةِ يُرَدُّونَ إِلَى أَشَدِّ الْعَذَابِ وَمَا اللّهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ " سورة البقرة . الآية ٨٥ .

الخامس عشر : اللامبالاه :

عملية البرود واللامبالاه التى يتصف بها بعض الناس تكون أشبه بالمخدر فى حالات سرعة الإنفعال ورد الفعل ، ولكن هل هذا هو ماوصى به النبى الكريم حينما قال " لا تغضب " ، وهل عدم الغضب هو البرود ؟ مفاهيم يجب أن تتضح فإذا كانت النفس السوية تحتاج لجزء من الغضب لحفظ الإتزان الداخلى لديها ، فهى ولا شك يجب أن تبتعد نهائياً عن البرود واللامبالاه ، فكما أوضحنا من قبل أن الغضب والانفعال له أوقاته التى إن مر بها الإنسان ولم يغضب وصم بالبرود واللامبالاه ، ولكن العكس ليس صحيحاً فكثيراً ما يتحامل الإنسان على نفسه ويصبر حتى ينجز ما يريد وفى الوقت ذاته يكون أبعد ما يكون عن البرود .

وقد ينظر البعض على أن البرود واللامبالاه نعمة تخرج الشخص من دائرة الأمراض العضوية التى تسببها الانفعالات ، ويرى كثير من المعالجين النفسيين الصبر على المكاره وتحمل البلاء بنفس راضية محتسبة ذلك عند الله هو البرود واللامبالاه ، وذلك لما يظهر من الشخص من تحمل أعباء نفسية تفوق الطاقة النفسية العادية ومع يذكر عبارات مثل الحمد لله على كل حال ، وقل لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا ، ومثل

ذلك مما يعتبره بعض علماء النفس تخاذل وسلبية ومواجهة المواقف الصعبة بالبرود والامبالاه ، على الرغم أن الإنسان الذى لا يتمتع بهذه الروح الإيمانية ينهار نفسياً وعصبياً لأنه يفتقد خط الدفاع الحصين ضد مصائب ومحبطات الحياة أى وهو التوكل على الله فى حل المشكلات التى يعجز الإنسان عن حلها .

وكان نبى الله موسى أكثر الأنبياء تحملاً لسخافات قومه وطلباتهم التى لا تنتهى ، وكان يصبر ويتحامل على أعصابه لمعرفته بطبيعة قومه النفسية ، ولكنه كان أبعد ما يكون عن البرود فى التصرفات واللامبالاه فى رد الفعل ، فمع صبره وجلده كان يغضب ويعنف إذا وصلت الأمور إلى الحد الذى يخرج القوم عن توحيد الله وبالتالى ينتهى أمر الدعوة ، وقد صور الله تعالى ذلك فى قوله " فَرَجَعَ مُوسَى إِلَى قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا قَالَ يَا قَوْمِ أَلَمْ يَعِدْكُمْ رَبُّكُمْ وَعْدًا حَسَنًا أَفَطَالَ عَلَيْكُمُ الْعَهْدُ أَمْ أَرَدتُّمْ أَن يَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبٌ مِّن رَّبِّكُمْ فَأَخْلَفْتُم مَّوْعِدِي " سورة طه . الآية ٨٦ .

وبهذا نرى ثلاثة أمور متضاربة البرود واللامبالاه وثانيها الصبر على المكاره والبلاء وثالثها الصبر لحدود والغضب إذا تجاوزت هذه الحدود ، وضبط هذه الأمور يستلزم ميزان العقل والعقيدة ودرجة الإيمان فقد طالعنا التاريخ الإنسانى على أشخاص كانت لهم تجارب حياتية نفسية يحتار فيه العقل مثل بلال بن رباح الذى أعلن إسلامه فى صدر الدعوة المحمدية وهو فى حالة من الضعف ، فتعرض لشتى أنواع العذاب وكان خلاصه الوحيد هو الإعتراف بالكفر ولو بلسانه ، ولكنه ظل على وتيرة واحدة متصلب الرأى فى إعلان التوحيد ، فى حين النبى قد أجاز لمن يتعرضون لهذا العذاب أن ينجو بأنفسهم بالتلفظ بالكفر باللسان فقط ، ولكن بلال إتخذ موقفاً يستلزم النظر فى تقديره نفسياً، هل موقفه هذا يعتبر برود ولامبالاه من تعذيب الجسد ؟ ، بالطبع لا ، لأنه

كان موضع تقدير من الرسول الكريم ، فكان موقفه صبر على المكاره بغية الثواب الأكبر من الله تعالى ، فهذا هو الفرق الواضح بين البرود والصبر ، فرق يستلزم حساب العقل ومنطق الإيمان .

أما البرود والامبالاه ومقارنتهم بالصبر حتى حافة الغضب فهو إتجاه آخر يستلزم حساب منطقى مختلف ، وبالمثال يتضح المقال .. فقد كان أبو بكر الصديق رجل صبور هادئ الطبع يعرف بلين الجانب ، وكان دائماً يأخذ الموقف اللين فى أى مسألة تظهر فى التاريخ الإسلامى مثلما كان رأيه فى عدم قتل أسرى بدر وقبول الفدية على خلاف الكثير من الصحابة ، وكذلك فى شتى الأمور حتى النبى قال عنه إن مثلك يا أبا بكر كمثل عيسى بن مريم حينما قال الله تعالى " إِن تُعَذِّبْهُمْ فَإِنَّهُمْ عِبَادُكَ وَإِن تَغْفِرْ لَهُمْ فَإِنَّكَ أَنتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ " سورة المائدة . الآية ١١٨ ، ولكن عندما تولى خلافة المسلمين وتكاتف أعداء الدين والمنافقين للقضاء على الإسلام رأى الكثير من الصحابة ومنهم الفاروق عمر بن الخطاب عدم التعرض لهؤلاء المرتدين ، ولكن ما حدث كان إنقلاباً نفسياً فى شخصية أبو بكر ، حيث تحول صبره وهدوءه إلى قوة عارمة وقراراً لا رجعة فيه بالقتال ووضع الأمور فى نصابها وعدم التهاون مع المتلاعبين بالإسلام ، وكان موقفاً جعل الصحابة يشعرون وكأن أبى بكر يتكلم بلسان الله تعالى فنصاع الجميع وعلى راسهم عمر بن الخطاب حيث قال عندما رأيت موقف أبى بكر شعرت وقتها أنه هو الصواب ولا صواب غيره.

فوضع أبو بكر الحد الفاصل فى تعريف الفرق بين البرود والامبالاه وبين الصبر والهوادة حتى حدود الحرمات التى إن إقترب منها أحد وجد أسداً يحمى ويمنع ، وخلاصة القول أن الشخص المصاب بالامبالاه ليس له عقيدة يصبر عليها وبلاء يتحمله

، وكذلك البرود والامبالاه لا يتفق مع الغضب والنخوة على إنتهاك الحرمات ، وسرعة الحركة تجاه ما يرضى الله تعالى .

السادس عشر : الهلاوس و أحلام اليقظة :

أحلام اليقظة فى الوضع الغالب تكون تحت سيطرة الإنسان حيث يعيش فيها الشخص بمحض إرادته حتى يكون لنفسه حياة خاصة ينعم بها ويحقق فيها كل ما يحلم ويتمنى فى مستقبله ، أما الهلاوس والأوهام فهى تكون رغم أنف صاحبها ، فيسمع ويرى ويتكلم ما لا يراه ولا يسمعه ولا يكلمه غيره .

ويذكر عبد العلى الجسمانى أن الهلوسات ما هى إلا إدركات حسية زائفة مصدرها التصور الخاطئ أو الخيال الواهم . وأن غرابتها الأساسية تكمن فى غياب الشئ الحقيقى المدرك بالعقل فقط والذى ليس له ما يقابلة فى دنيا الواقع ، كما تتمثل غرابته أيضاً فى انعدام المنبه الحقيقى الذى يمكن أن يستثير أعضاء الحس التى من شأنها فى الأحوال العادية أن تستقبل عادة مؤثرات التنبيه وتحللها ويطلق عليها المحللات . ومع ذلك فإن هذه الإدراكات الزائفة تبدو وكأنها حقيقية وتبدو أيضاً وكأن لها اسقاطاتها الخارجية فتتراءى للمريض أنها حقيقية لا يدانيها الشك ، فيجزم بأنه يراها ويسمعها .

وقد عدد أحمد عكاشة أنواع من الهلاوس فذكر منها الهلاوس السمعية والبصرية والشمية واللمسية ، فالهلاوس استجابات حسية واضحة دون وجود منبه . فالأوهام تختلف عن الهلاوس ، حيث أن الأوهام هو سؤ تفسير المريض للمنبه ، أى أنه يوجد منب ولكن المريض يستجيب له بطريقة مرضية، كأن يسمع الشخص طرق الباب فيظنه جرس تليفون أو أحد ينادى عليه .

ومن الهلاوس الشائعة عند عامة الناس ما يعرف " بوحم الحمل " فنرى المرأة الحامل تتوهم أنها تشم رائحة فاكهة أو طعام وهو لا وجود له وهذا ما يعرف بالهلاوس الشمية .

أما الأوهام فقد رأى عبد العلى الجسمانى أنها عبارة عن أفكار زائفة ، واعتقادات خاطئة ، وآراء فاعلة ، وكلها تكون ناشئة عن تشويه ، فهى إذن أوهام لا تتفق بحال من الأحوال مع واقع الأشياء ، ولذا لا يمكن تبديد غباشاتها بأى تأثير بغية التصحيح لتستقيم فى منطقها . إنها أوهام ما من أساس لها يدعمها . ومن أكثر التصنيفات تقبلاً لحقيقة الأوهام هو تقسيمها تبعاً إلى محتواها الرئيسى وعلى هذا الأساس فثمة أمران تم تمييزهما، هما .

١) أوهام حسية تتصف بكونها ملموسه ومحسوسه ، فهى أوهام تستمد مادتها من الحواس ومن الانطباعات .
٢) أوهام تفسيرية تستند على الأفكار المجردة وهى أوهام تقوم على أساس من الأوهام والخيال والتأمل ، ولا سند حسى لها .

ومن العرض العلمى السابق للهلاوس والأوهام نلاحظ أن أبعادها أكبر من مجرد التحليل العادى للأمور النفسية كونها تستند لعلاجات متخصصة وهى بالتالى ليس واسعة الإنتسار ، أما أحلام اليقظة فهو أمر واسع الإنتشار ويعيش فيها الكثير من الناس لإستجلاب متعة الحياة، فأحلام اليقظة هو تخيل لما يحب الشخص أن يعيش فيه مستقبلاً، ويحرك الشخص أحداثها فى مخيلته كما يود وبالصورة التى ترضيه .

ولكن إذا كانت الهلاوس والأوهام تعد مرضاً نفسياً معضلاً ، فإن أحلام اليقظة تعد عرضاً نفسياً لها العديد من العيوب إن كان الاستغراق فيها لأوقات طويلة ، والكثير من الفوائد إن كانت لأوقات محدودة .

فأكثر الناس إستغراقاً فى أحلام اليقظة هم المراهقين الذين يحلمون كثيراً بالوظائف المختلفة والشهرة والمال والجنس ، وقد يستغرق فيها الراشدون والرجال والنساء فى كل الأعمار ، فيجلس الشخص مع ذاته يفكر ويتخيل مواقف وأحداث ويبنى حوارات ويعيش فيه وينفعل بها ، بل ويتطور مع أحداثها لفترات طويلة وأوقات متقطعة حتى ينسلخ عن واقع الحياة ، والذى يدفعه لذلك أن الواقع دائماً ملئ بالمشكلات والمعوقات والمحبطات التى تجرر الأحلام وتعوقها ، أما أحلام اليقظة فهى مفتوحة الطريق وسهلة المراد وكأن الشخص يحرك القدر والظروف وأهواء البشر وفق مراده هو ، وهذا بطبيعة الحال يؤثر سلبياً على الأحداث الواقعية ويجعل الشخص حالم متمنى لا ينجز شئ ملموس ، فكل إنجازاته فى خياله ووفق أحلامه وحده .

ومع هذا فأحلام اليقظة لها العديد من الفوائد وأهمها تخيل الفكرة بكل أبعادها والعيش فيها حتى تتضح صورتها فى ذهنه ، ثم تخرج لحيز التنفيذ بصورة أقرب ما يكون من التخيل وإن إختلف بعض الشئ ، ولكن تخيلها والعيش فيها كان بمثابة الخطة المرسومة فى الذهن والجاهزة للتنفيذ ، فما من صاحب إختراع أو نظرية أو محقق لأى إنجاز سواء كان علمى أو مادى أو عسكرى إلا وقد حلم به فى يقظته وتخيله وعاش معه وبه وظل يحاوره ويتفكر فى أحداثه حتى إنتقل به من حيز الحلم والخيال إلى حيز الواقع الملموس .

وفى آيات كثيرة من القرآن الكريم أستخدم الله تعالى أحلام اليقظة المبنية على التخيل لإشياء لم يراها أحد لتوصيل الفكرة والهدف المراد ، كما يسرد الله لنا المثل عن الحياة بصورة تخيلية فى قوله تعالى " إِنَّمَا مَثَلُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاء أَنزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاء فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الأَرْضِ مِمَّا يَأْكُلُ النَّاسُ وَالأَنْعَامُ حَتَّىَ إِذَا أَخَذَتِ الأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ وَظَنَّ أَهْلُهَا أَنَّهُمْ قَادِرُونَ عَلَيْهَآ أَتَاهَا أَمْرُنَا لَيْلاً أَوْ نَهَارًا فَجَعَلْنَاهَا حَصِيدًا كَأَن لَّمْ تَغْنَ بِالأَمْسِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ " سورة يونس . الآية ٢٤ ، فالآية الكريمة كلها مبنية على التخيل فى اليقظة لإحداث وقعت وأحداث سوف تقع مستقبلاً .

ولولا أحلام اليقظة لما طمع الناس فى الجنة بنعيمها ولما خافوا من النار بعذابها ، فقد صورهما الله تعالى لنا وترك لنا حرية التخيل والعيش فى النعيم والتألم بالجحيم ، فترجمت هذه الإحلام إلى صراع مع المعاصى وخوف من الله تعالى حتى لا نعذب وحتى ننعم ، ومن أكثر الأمثلة القرآنية على أحلام اليقظة هو تشبيه الله تعالى لشئ لم نراه بشئ آخر لم نراه أيضاً حتى يترك لنا حرية الخيال وأحلام اليقظة كما فى قوله تعالى " طَلْعُهَا كَأَنَّهُ رُؤُوسُ الشَّيَاطِينِ " سورة الصافات . الأية ٦٥ ، فقد صور الله تعالى شجرة من شجر النار وشبه فروعها برؤوس الشياطين ، والبشر لم يروا الشجرة ولم يروا الشياطين ، فكانت المسألة برمتها إطلاق الزمام للأحلام اليقظة حتى يخرج كل إنسان بالصورة التى تهيئها له نفسه .

وكذلك الحال لو زادت حدة أحلام اليقظة فى المسائل الغيبية لظل الإنسان أسير المخاوف من الأهوال فلا يتحرك لدفعها عنه بالعمل الصالح وتطبيق الفرائض والنوافل وأوامر الله تعالى ، فحلم اليقظة هو المحرك الأول والدافع العام لكل عمل بشرط وضع الميزان النفسى بعدم الإفراط والتمادى فيه .

السابع عشر : الهستيريا :

الهستيريا مرض نفسى عصابى تتحول فيه الانفعالات الشديدة إلى أعراض جسمية ليس لها أساس عضوى بغرض هروب الفرد من الصراع النفسى أو من القلق أو من موقف مؤلم دون أن يدرك الدافع لذلك .

فالهستيريا مرض نفسى متشعب الأعراض والمظاهر ، بل ومتعدد الأنواع أيضاً ، ومن حسن الحظ أنه من أخف الأمراض النفسية وأقلها خطورة وأسرعها علاجاً ، ومن أمثلتها الهستيريا التحولية والإغماء الهستيرى والتجوال النومى والتجوال اللاشعورى .

والمريض الهستيرى قد يكابد أعراض نوع واحد أو أكثر من أنواع الهستيريا ، وعلى مستويات مختلفة من الشدة ، مضافاً إليها بعض الأعراض العامة للهستيريا مثل اضطراب الذاكرة أو شدة القابلية للإيحاء أو سرعة تقلب المزاج أو القلق أو اضطراب بعض الوظائف النفسية . ومن أشهر أنواع أعراض الهستيريا ما يعرف " بالشلل الهستيرى " وقد سماه فرويد بهذا الإسم بعد واقعة حدثت له عندما كان طبيباً يعالج مرضاه من أمراض الجسد ، فعرضت عليه حالة لبنت مصابة بالشلل ، وقد احتار الأطباء فى أمرها إذ أنها سليمة من الناحية العضوية ، فبدأ فرويد يجرى دراسة حالة عليها ، وعرف بالبحث أنها كانت مرتبطة عاطفياً بشاب طالب بكلية الطب ، وحاول هذا الشاب الزواج منها ولكن أبوها رفضه رفضاً قاطعاً فترك المدينة ورحل لغيرها فأصيبت البنت بالشلل ، فأدرك فرويد أن الشلل هو مجرد عرض هستيرى لعدم قدرة البنت على تحمل الصدمة ، فطلب من أبوها إحضار الشاب وموافقته على الارتباط بها ، ففعل الأب وبعد حضور الشاب مع البنت بدأت على الفور فى تحريك رجلها وزال أعراض

الشلل مع زوال العرض النفسى ، فعرف ذلك فى مجال الصحة النفسية بالشلل الهستيرى .

ويروى فى تاريخ الطب العربى أن طبيب هارون الرشيد وكان يدعى جبريل بن بختشيوع كان يعالج جارية من الشلل الهستيرى ، فتظاهر فجأة بأنه سيخلع عنها ملابسها أمام الناس فانتفضت الجارية لهذه الصدمة المفاجئة ومدت يدها لتمسك طرف ثوبها ، فشفيت مما كان بها من شلل هستيرى ، وهذا عين ما فعله فرويد وإن كان أسلوب العلاج مختلف حسب طبيعة الحالة، وقد ظهر فى مجال الصحة النفسية أمراض جسدية لها أسس نفسية كثيرة عرفت باسم الأمراض السيكوسوماتية .

وقد أخبرنا القرآن الكريم عن هذا المرض النفسى فى سورة من أعظم سور القرآن وهى سورة يوسف فى وصف الله تعالى لنبيه يعقوب عند فراق إبنه يوسف وحزنه الشديد عليه حيث قال جل شأنه " وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسَفَى عَلَى يُوسُفَ وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ " سورة يوسف . الآية ٨٤ ، فكان كف بصره نتيجه الحزن ورفضه الداخلى لعدم رؤية أبنه يوسف ، وهذا بمثابة عرض هستيرى للحالة النفسية ومع زوالها زال العرض كما فى قوله تعالى " فَلَمَّا أَن جَاء الْبَشِيرُ أَلْقَاهُ عَلَى وَجْهِهِ فَارْتَدَّ بَصِيرًا قَالَ أَلَمْ أَقُل لَّكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ مِنَ اللّهِ مَا لاَ تَعْلَمُونَ " سورة يوسف . الآية ٩٦ .

وهذا كان حال عثمان بن عفان عندما شعر أنه فجأة لا يرى وعلى بن ابى طالب عندما وقع الأرض وكأنه قد شلت رجله وهذا بعد سماع خبر وفاة النبى الكريم من أبى بكر الصديق ، فهول المفاجأة تحدث أعراض هستيرية تترك آثارها على الجسم ، تزول بتقبل الأمر الواقع بنفس هادئة أو بإنقضاء الحالة المسببة للعرض الهستيرى .

وقد ظهرت حالات كثيرة مشابهة لذلك فى العيادات النفسية ، وكان منها التاجر الذى كان يشكو من أمراض مؤلمة فى بطنه ، وحاول العلاج منها أكثر من مرة وفشل ، حتى اتجه للعلاج النفسى وقد كشف التحليل النفسى أنه رجل ورع يخشى الله تعالى ويخاف من أكل الحرام ، وقد أخبره بعض أصحابه أن التعامل مع البنوك بكل صوره حرام، فشعر أنه يأكل حرام، فأصابه ذلك بأمراض هستيرية فى معدته لا أساس لها ، ولم تزول عنه هذه الأحاسيس إلا بعد إقناعه بالحجة والدليل الشرعى أن تعامله مع البنوك فى حدود معينة ليس فيه شبه الحرام .

وهكذا الحال فى أمراض كثيرة مثل الصداع والتقئ وآلام المفاصل والظهر والعظام وزيادة سرعة ضربات القلب وفقدان الشهية للأكل واضطرابات النوم وعد القدرة على الضحك أو البكاء المستمر ، لا يمكن علاجها إلا بزوال الأثر النفسى المسبب الحقيقى لها.

الثامنة عشر : الوسواس القهرى :

الوسواس حديث داخلى فى النفس ، فى غالب الأحوال يكون حديث النفس لذاتها وهذا هو المتعارف عليه عند علماء الصحة النفسية، أما الوسواس الصادر عن الجن والشياطين فهو أمر غيبى ينكره علماء الغرب الملحدون والعلمانيون ولكننا نقره ونعتقد به نحن المسلمون وذلك بناءً على قول الله تعالى " مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ * الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ " سورة الناس . الآيات ٤ ، ٥ .

ولكن الوسواس الصادر عن الجن والشياطين له مجال آخر سوف نتحدث عنه فيه وما يعنينا الآن هو حديث النفس للنفس والذى يطلق عليه مجازاً تعبير الوسواس ،

وهذا الوسواس قد يصل لدرجة من الحدة والعنف مع النفس حتى تجعل الشخص فى حالة كرب وهم مستمر، وهذا ما نسميه الوسواس القهرى ويرى عبد العلى الجسمانى الوساوس القهرية على أنها أفكار تسلطية تستحوذ على الشخص فلا يستطيع الفكاك منها ولا تخليص ذاته من سيطرتها ولو جد فى ذلك الجد كله . لذك فهى تسمى أحياناً الاستحواذات لاستحواذها على الشخص المريض فتقلق شعوره وتفسد عليه حياته .

فالشخص السوى حينما تطرق ذهنه فكرة أن صنبور قنينة الغاز قد لا يكون مقفلاً مثلاً ، فإنه بمجرد التأكد من ذلك والتحقق من أنه مقفل تزايله الفكرة فلا يبقى يوسوس لنفسه أنه مفتوح حتى لو تأكد عشرات المرات ، وبعكس ما تكون عليه الشكوك لدى السوى وتزول بزوال فحص الفكرة ، فإن الشكوك هذه بالنسبة للشخص الاستحواذى تبقى آخذة بخناقه فتنغص عليه حياته .

ويرى أحمد عكاشة أن مرض الوسواس القهرى عادة فى الذات الوسواسية والتى تتميز بالصلابة وعدم المرونة ، وصعوبة التكيف والتأقلم للظواهر المختلفة مع حب النظام والروتين وضبط المواعيد ، والدقة فى كل الأعمال ، والاهتمام بالتفصيلات والثبات فى المواقف الشديدة ، أى أن هذه الذات عكس الذات الهيستيرية بسرعة تقلباتها وذبذباتها الانفعالية ، وقابليتها للإيحاء ، ولا شك أن الانسان الناجح يحتاج لبعض سمات الذات الوسواسية حتى يستطيع تنظيم ذاته ، وإذا زادت عن الحدود الطبيعية فدائماً ما تجعل هذه الذات معرضة للصدام مع الزملاء والرؤساء .

وعدد حامد زهران بعض أنماط الذات الوسواسية مثل .

١) الموظف الرويتينى المتزمت الذى يسرف فى المراجعة والتدقيق والتردد ، ويفزع من المرونة والتصرف ويتهرب من اتخاذ القرارات والبت السريع .

٢) ربة المنزل التى تعمل ليل نهار فى نظافة المنزل والأطفال والملابس والأوانى .
٣) العانس التى تسيطر عليها فكرة محددة تعتقد أنها سبب عنوستها وتقوم بأنماط سلوكية قهرية لعل فيها حلا لعقدتها .

وهناك أشكال عديدة للوسواس القهرى تتجه معظمها إلى محاولة كمال الشئ الذى يقوم به الفرد إلى أفضل صورة مرضية له ، مثلما يتوضأ الشخص عدة مرات قبل أن يشعر أنه قام به على الطريقة الصحيحة ، أو ربما يقضي الساعات في الحمام محاولا التأكد من مستوى الطهارة ، أو الإعتقاد بأنه لو لم يقم بطقوس معينة فلربما تسبب في موت أحد ، وكذلك قد يسمع السباب والشتائم في رأسه طوال اليوم ، أو ربما يكون من النوع الذي لابد أن يكرر مرات متعددة ليتأكد من قراءة القرآن في الصلاة حتى يضمن أنه قد قام بقراءة السورة بالشكل الصحيح.

ولكن حتى نفصل بين مرض الوسواس القهرى وبين المس من الجن ووساوس الشياطين فعلينا أن نعى جيداً أن كل ما يتعلق بالجن يزول بذكر الله تعالى وقراءة القرآن ، فلو حدث ذلك ومازال الوسواس متمكن من نفس الشخص كان ذلك نتيجة المرض ذاته ، ولقد أثبتت بعض التجارب والبحوث العلمية أن الوسواس مرض أصله فى المخ نتيجة التركيبة المضطربة فى مقدمة المخ ، والأغرب ما فى هذا المرض هو أنه يدافع عن نفسه وكأن له عقل خاص به .

وهذا المرض من الناحية العلمية له علاجات كثيرة وبطرق متعددة وقد رجع أصحابه إلى حياتهم الطبيعية الخالية من الوساوس والأفكار المتطفلة ومما لا شك فيه أن الذكر والقرآن لهما دور فعال فى الخفض من حدة هذا المرض والحد من شراسته .

ومن العرض السابق نستطيع الجزم العلمى أن للنفس حديث داخلى يعرف بالوسواس ، لا يخلو منه إنسان ، ولكن البعض يزيد حدة الوسواس داخلهم حتى يصبح قهرياً مؤلماً ، وقد أشار الله تعالى فى محكم آياته هذا الوسواس من النفس لذاتها فى قوله " وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ " سورة ق . الآية ١٦ .

التاسع عشر : البارانويـــا :

مصطلح البارانويا مشتق من كلمة إغريقية بمعنى الجنون ، وقد كانت البارانويا فى الماضى تعنى الهذيان المزمن . فى حين أن هذا المصطلح قد اتسع معناه فيما بعد ليشمل ما ينتاب المريض من أوهام تلاحقه ، ولكنها ليست أوهام كالتى ذكرناها مسبقاً ، ولكنها أوهام متعلقة بالإضطهاد من الآخرين ، وأنهم يكيدون له ويدبرون له المصائب ، وأن أشخاص يتربصون به، وأوهام أخرى متعلقة بالعظمة وأنه فوق البشر وأعظم منهم وأفضل مكانة، وكان من أشهر الشخصيات المصابين بالبارنويا هو فرعون موسى الذى وصل به جنون العظمة إلى إدعاء الألهية وذلك فى قوله تعالى " فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى " سورة النازعات . الآية ٢٤ .

ويعرف عبد العلى الجسمانى البارانويا على أنها حالة هوس مزمن لكنها حالة تتصف بتفكير آنى ظرفى طارئ ، وتتسم بجمود فى الحركة والنشاط الفكرى والحركى ، وتكون مصحوبة بأوهام ، وهذا ما يميزها عن الهوس الحقيقى . كما يتصف العرض البارانوى عن سواه ، فى أنه لا يتضمن هلوسات ، ولا غير ذلك من الإحساسات الزائفة . ولهذا السبب بالذات عدها بعض المختصين من قبل نوعاً من التوهم المزمن الملازم للمريض المصاب به .

أما فرويد فقد اعتبر البارانويا مرض عقلى يتميز بوجود نسق منظم من الأفكار الهاذية وسلسلة منطقية من النتائج المستنبطة من مقدمة خاطئة خطأ مطلق يؤمن بها المريض لإيماناً مطلقاً لا يمكن زعزعته أو تعديله أو التشكيك فيه ، ومن حيث المضمون نجد أن فكرة الاضطهاد والريبة من نوايا الغير وأفعالهم تقوم بدور رئيسى فى هذا المرض.

ومن أهم أعراض البارانويا أن يعتقد الشخص أنه عظيم أو حاكم أو زعيم أو قائد أو بطل أو مخترع أو نبى ، ويؤمن بأهميته وتفوقه وامتيازه وعظمته وخطورته ورفعته ، وقد يعتقد أن لديه قوى خارقة أو سحرية ، ويلاحظ عليه أيضاً تقلب المزاج وحدة الطبع والمناوأة والاستياء والغضب والعدوان ، والإخلال بنظام العمل ، وقد يصل الحال إلى البطالة .

ولعل شق البارانويا المتعلق بالاضطهاد قد يكون غير واسع الإعلان على الرغم من إنتشاره ، ولكن الشق المتعلق بهوس العظمة مسلط عليه الأضواء وذلك لتأثير الشخص المصاب به على الآخرين ، وقد صنف بعض علماء الصحة النفسية عدد من الزعماء فى العالم على أنهم مصابين بالبارنويا أو جنون العظمة مثل هتلر وموسيلينى وشاوشيسكو وهلاسيلاسى ، وذلك لما كانوا يفعلونه من تصرفات عنترية ويصدرون قرارات هوجاء تدمر شعوبهم .

وهذا الشق المرتبط بجنون العظمة قديم فى التاريخ الإنسانى وله شواهد كثيرة ، فقد سمعنا عن كثيرين قد أدعوا النبوة بعد نبى الله محمد عليه الصلاة والسلام حتى ينالوا شرف الرسالة وهم كاذبين ، وآخرين حالوا أن يكونوا زعماء بكل الطرق ليكسبوا هتافات وتأيد الشعوب .

وهناك أسباب عديدة للبارانويا منها الوراثية مثل وجود هذه الاضطرابات فى الأسرة، وكذلك من خلال التسلط الأسرى من جانب الأب أو الأم ، وهناك أيضاً الأسباب العضوية مثل تناول بعض عقاقير الهلوسة ، وإصابات الشخص بإعاقات بدنية أو حسية مثل كف البصر والصمم ، وأخيراً الأسباب النفسية مثل صدمة تعرض الشخص لأزمات شديدة أو فشل مروع .

ولكن من المؤكد أن نظام التربية الخاطئ يصبح من العوامل القوية المسببة للبارانويا ، وهناك وسائل عديدة للعلاج منها العلاج الطبى الذى يؤهل المريض لتقبل العلاج النفسى ، أما العلاج النفسى فوظيفته تخفيف حدة القلق لدى المريض وتجديد قدرته على الاتصال مع الآخرين لأن المصاب بالبارانويا عدوانى بطبعه تجاه الآخرين ، ودائماً إذا تعرض لموضوع يجهله تزداد لديه مشاعر العظمة ، وغالباً ما يستغرق التحليل النفسى لمريض البارانويا وقتاً طويلاً لأنه يستغرق فى التفصيلاتوالمواضيع الفرعية حتى أنه ينسى الموضوع الأصلى

وقد أقترح بعض علماء الدين الإسلامى الذين استوعبوا مرض البارانويا وفهموا ابعاده طريقة للعلاج فى حدود عشرة أيام يتم خلالها قراءة أنواع من الأذكار فى الصباح والمساء ودعاء التحصين ومجموعة التسبيح ومجموعة الاستغفار بعد كل صلاة وكذلك قراءة آيات قرآنية .

وسواء لقى هذا الرأى قبول من علماء الصحة النفسية أو رفض إلا أنه أمر واقع قد حقق نتائج طيبة مع بعض الأفراد المصابين بالبارانويا ، وهو ما يدخل فى نطاق الإرشاد الدينى الذى أقرته الصحة النفسية كأحد وسائل الإرشاد النفسى المعترف بها فى العالم .

العشرون : الشيزوفرينيا الفصام :

الفصام مرض عقلي أساسه نفسي ، كثير من الناس غير المتخصصين فى الصحة النفسية يطلقون عليه الشيزوفرينيا ، وإن كانت الشيزوفرينيا هي البداية النفسية للإصابه بهذا المرض العقلي ، ويعنى باللغة الإغريقية شق العقل ، وبالتالى يترتب عليه انقسام النفس .

وقد ذكر عبد العلى الجسمانى أن أهم ما يميز مرض الفصام هو العصبية العامة، وهو تراكم ضخم من أعراض الوهن والإنهاك يصيب الجهاز العصبى بالذات ، فيصبح المريض سريع الهيجان ، حاد المزاج ، نافذ الصبر، قليل الأناة سريع التعب ، ويكون كثير الشكوى من الضعف فى قواه البدنية . وقد لا يشكو أحياناً من سرعة التهيج ، بل على العكس من ذلك يصبح فاتر الهمة ، قليل المبالاة ، عديم الاكتراث باهتماماته العادية. فهذه الأعراض فى حد ذاتها تنطوى على ملامح خاصة تنم عن مرضى الفصام وتدل عليه بجلاء. وهذه الأعراض أيضاً لا تظهر منفردة وإنما تظهر مصاحبة لأمراض جسمية أو تكون مصحوبة بها .

وقد ذكر أحمد عكاشة أن ٣% من مجموع الشعب يصابون بالفصام أى أنه إذا كان تعداد بلد ما ١٠٠ مليون شخص يكون المصابين بالفصام ٣ مليون ، وهى نسبة خطيرة جداً ، خصوصاً إذا أخذنا فى الاعتبار أن هذا المرض يصيب الفرد فى سن الشباب والنضوج ، أى فترة العمل والدراسة والازدهار الفكرى مما يجعل الفصام ليس بظاهرة مرضية فقط بل ظاهرة تؤثر على الناحية الاقتصادية والاجتماعية ، حيث أنه

يؤثر على ساعات العمل وارتباط العائلة ، فضلاً عن تفكك الأسرة ، ويؤدى إلى الإنطواء وأحياناً إلى سلوك إجرامى مضاد للمجتمع .

وقد وجد أن الذين يهاجرون إلى بيئات وثقافات مختلفة اختلافاً كبيراً عن بيئاتهم وثقافتهم التى هاجروا منها يكونون أكثر عرضة للفصام. وينتشر الفصام فى الأماكن المزدحمة بالسكان حيث الفقر والجهل والمرض والجريمة والبطالة والانحرافات السلوكية الاجتماعية .

ويعرف فرويد الفصام على أنه حالة من الميل إلى الفصل أو التفرقة أو التقسيم أو التجزئة للنفس البشرية ، فإن زاد هذا التقسيم اشتد المرض ، ولا بد أن نعرف ما هى أسباب الفصام حتى نتبين من هذا المرض النفسى ملامحة ومظاهره ، ومن أول هذه الأسباب العوامل الكيميائية التى تؤدى إلى عدم توازن بكيمياء الجهاز العصبى ، فقد وجد أن مريض الفصام يعانى من حساسية مفرطة تجاه مادة كيميائية يفرزها المخ تسمى " دوبامين " ولذلك اتجهت الأدوية العصبية الحديثة إلى عمل تغذية مستمرة لثلاثة موصلات عصبية وهى الدوبامين والسيروتونين والنورادرينالين وكلها تعمل على حفظ التوازن العصبى لدى الإنسان .

وثانياً تعارض أعراض الفصام مع المناعة الذاتية والتى فيها يهاجم جهاز المناعة أنسجة الجسم نفسها وبالتالى يشعر الشخص وقتها بأعراض تتشابه مع أعراض الفصام ، فكلاهما غير موجود عند الولادة ولكنه يبدأ في الظهور في مرحلة البلوغ ، كما أن المريض يتواجد دائما بين حالات اشتداد المرض وحالات التراجع ، وحيث أن كلا المرضين لهما علاقة بالوراثة وبسبب هذا التشابه بين المرضين فان بعض العلماء يفضلون إدراج مرض الفصام ضمن قائمة أمراض المناعة الذاتية . كما يظن بعض

العلماء أن المرض ناتج من التهاب فيروسي يحدث في فترة الحمل حيث لوحظ أن كثيرا من مرضى الفصام قد تم ولادتهم في أواخر فصل الشتاء وأوائل الربيع، وهذا الوقت من العام يعني أن أمهاتهم قد أصبن بفيروس وبالتالي أطفالهن ليبدأ الفيروس في التأثير عندما يصل الطفل إلى سن البلوغ ، هذا مع وجود عامل وراثى وفى وجود هذا الفيروس يبدأ المرض في الظهور.

وثالثاً الاستعداد الوراثى فقد لاحظ علماء الوراثة وجود مرض الفصام في بعض العائلات بصورة متواصلة ، ولكن يوجد أيضا الكثير من المرضى بدون أن يكون لديهم تاريخ عائلى للفصام ، ولم يتوصل العلماء حتى الآن لجين معين مسئول عن حدوث مرض الفصام .

ورابعاً الأمراض المختلفة للجهاز العصبى فإصابة إصابة الجهاز العصبي ببعض الأمراض العضوية وظهور بعض الأعراض النفسية المصاحبة يجعل البعض يظن أن الأعراض قريبة الشبه بحالات الفصام ، وإذا لم يفحص المريض بعناية ودقة فمن المحتمل تشخيص الأعراض عن طريق الخطأ بأنها مرض الفصام والمثال على ذلك أورام الفص الصدغى والجبهى بالمخ وهبوط نسبة السكر بالدم والحمى المخية وزهرى الجهاز العصبي مما يدل على أن اضطراب الجهاز العصبي يؤدي إلى أعراض فصامية وأن الفصام ذاته من المحتمل أن يكون سببه اضطراب فسيولوجي في الجهاز العصبى .

وهناك أعراض عامة لمرضى الفصام مثل الأعراض الخفيفة التى تتصاعد في شدتها بحيث أن عائلة المريض قد لا يلاحظون بداية المرض وفي الغالب تبدأ الأعراض بتوتر عصبي و قلة بالتركيز والنوم مصاحبة بانطواء و ميل للعزلة عن

المجتمع . وبتقدم المرض تبدأ الأعراض في الظهور بصورة اشد فنجد أن المريض يسلك مسلكا خاصا فهو يبدأ في التحدث عن أشياء وهمية و بلا معني و يتلقى أحاسيس غير موجودة وهذه هي بداية الاضطراب العقلي ، و يستطيع الطبيب النفسي تشخيص المرض عند استمرار الأعراض لمدة اكثر من ٦ أشهر علي أن تستمر هذه الأعراض طوال فترة الاضطراب العقلي . ومثل الأمراض الأخرى فأن الفصام له علامات وأعراض، والأعراض ليست متطابقة من فرد لآخر ، البعض يعاني من نوبة مرضية واحدة خلال حياته والبعض الآخر يعاني من نوبات متكررة ، ولكن يكون ما بين النوبات طبيعيا وهناك آخرون يعانون من أعراض شديدة للمرض تظل طوال حياتهم .

والفصام ينقسم إلى عدة أنواع حسب تقديرات علماء الصحة النفسية وهى كالآتى :

- فصام الشباب . الأعراض المبكرة تكون عبارة عن ضعف التركيز وتقلب المزاج وخلط ذهني مع وجود أفكار غريبة ، أحيانا يشعر المريض أن هناك من يسحب الأفكار من عقله بأجهزة خاصة ، أو أن هناك من يسلط علي مخه أشعة ليدمره ويوقفه عن العمل، وعدم ترابط الكلام وعدم القدرة على الفهم و التركيز ، و عندما يتكلم لا يجد الكلمات التي تعبر عن المعنى وعندما يفكر يمزج الواقع بالخيال ، ووجود ضلالات ومعتقدات خاطئة والتبلد العاطفي أو عدم التناسق الانفعالي " مثل الضحك السخيف بدون سبب " أو عدم الحزن أو الفرح فى الأوقات التى تستدعى ذلك .

- الفصام البارانوى . يتميز بوجود ضلالات وهلاوس حول وجود اضطهاد تجاه المريض وهنا يشعر المريض أن أجهزة الأمن تطارده ، وفي بعض الحالات الأخرى قد يصل الأمر بالمريض إلى أن يخاف من زوجته فهو يعتقد أنها ستضع له السم في الطعام ، ولهذا ينزعج عندما يلاحظ أن مذاق الأكل مختلف ، وأحيانا يحس المريض بشعور زائد بالعظمة فهو يتوهم أشياء عجيبة فهو أذكى البشر ، وهو أعظم البشر ، وهو قادر علي اكتشاف ما في عقول الآخرين ، وهو مخترع جبار . ومع هذا الشعور بالعظمة يبدأ المريض بان يطالب بحقوقه في إدارة شئون الدولة. أما الأعراض الأخرى فعبارة عن قلق بدون سبب ظاهر مع وجود غضب وجدل مستمر وغيره ، وتسيطرالغيرة المرضية علي تفكير المريض ويتصور أن زوجته مثلا علي علاقة بأحد أصدقائه ، و قد يصل الأمر إلى أن ينكر نسب أولاده اليه ويدعي أنهم ليسوا منه .
- الفصام التخشيى . ويتميز هذا النوع بوجود غيبوبة تخشبية مع نقص واضح في الحركة والتفاعل أو عدم الكلام ، ويرفض تناول الطعام و الشراب أو حتى الذهاب إلى الحمام ، وكذلك عدم الحركة مع مقاومة أى أوامر ، أو اتخاذ وضع معين غير مناسب مدد طويلة جدا وفي هذه الحالة يصبح المريض مثل التمثال
- الفصام الغير متميز . أحيانا لا نستطيع وضع الأعراض الفصامية الرئيسية في نوع محدد من الفصام أو قد تكون الأعراض مشتركة مع اكثر من نوع من الأنواع ولذلك توضع تلك الأعراض تحت اسم الفصام غير المتميز .
- الفصام المتبقى . هذا الاسم يطلق على المرض عندما تحدث نوبة مرضية واحدة على الأقل ولكن لا توجد أعراض مرضية واضحة في الوقت الحالي وتكون

الإعراض الحالية والمستمرة عبارة عن انسحاب اجتماعي وتصرفات متطرفة وعدم تناسق عاطفي وتفكير غير منطقي .

- الفصام الوجدانى . في هذا النوع من الفصام نجد إلى جانب الأعراض الفصامية تغيرات واضحة في الحالة الوجدانية أو المزاجية حيث نجد أن المريض يمر بفترات من الاكتئاب أو فترات من المرح قد تصل إلى حد النشوة

ومن هذا العرض العلمى المتخصص نوعاً ما فى بواطن الصحة النفسية والذى قضت الضرورة عرضه بهذا الشكل حيث أن الفصام مرض نفسى غير معروف التفاصيل كباقى أعراض النفس الشائعة لدى عامة الناس يتبادر إلى الذهن سؤال ، هل اشار القرآن العظيم على هذا المرض؟، والإجابة نستطيع نستخرجها بسهولة إذا استوعبنا هذا المرض بكل تفاصيله فهو يشمل الأفكار الغريبة والشك والضلالات والإنطواء واللامبالاه والاندفاع وسرعة الغضب والشعور باللإضطهاد وغيرها من الأعراض التى كانت لها من القرآن وقفات تحددها ومن السنة تعليمات كى نتخطاها ولا نقع فيها ، أما إذا كان الأمر يخرج عن سيطرة العقل وتسير الأمور تحت ضغط العوامل الوراثية أو كيميائية المخ بالصورة التى لا يستطيع الشخص التحكم فيها وجب عليه قول الله تعالى " لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرَجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرَجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرَج... " سورة الفتح . الآية ١٧ .

الحادي والعشرون : الزهايمر :

الزهايمر المعروف بالنسيان وهو العنوان الرئيسى لحالات متعددة مثل الغفلة والسهو ، وما من بشر على وجهه الأرض إلا وتعرض لحالة النسيان ، ولكن ذلك بصور

متفاوته من شخص لآخر ، وأحياناً يصل النسيان بالشخص إلى حد مبالغ فيه فيوصف بالصورة المرضية المعروفة بالزهايمر .

ويفضل علماء الصحة النفسية مصطلح فقدان الذاكرة عن لفظ نسيان، ويرجع التحليل النفسى النسيان إلى أسباب لا شعورية ، فقد اهتم فرويد بالموقف النفسى الذى يقع فيه النسيان ومن ثم الدافع إليه والسبب الكافى أو العلة الكافية وهى علة نفسية لا شعورية غالباً .

ولنا مع النسيان وقفه من حديث سيد المرسلين " رفع عن أمتى الخطأ والنسيان وما أستكرهوا عليه " ومن هنا فإن النسيان خارج عن حدود التكليف أى بمعنى أنه فوق سيطرة الشخص على ذاته ، وهى نفس نظرة الصحة النفسية للنسيان حيث يقرر عبد العلى الجسمانى أن النسيان جزء من اضطرابات الذاكرة وقد يعتبر فقدان مؤقت للذاكرة ، وفى بعض الحالات يشمل النسيان جزءاً محدوداً جداً من حياة المريض، فيكون ذلك الجزء من ذاكرته بالغ التلف والإعطاب وأبسط مثل على ذلك هو أن يكون هناك فراغ فى الذاكرة للزمن مثلاً ، فلا يعود يعيه ولا يعرف ما الوقت ولا يدركه شعورياً، أى أن إدراكه للوقت يصبح إدراكاً لا شعورياً .

ولكن للقرآن الكريم نظرة أكبر وأعمق من ذلك حيث يقول الله تعالى " قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنسَانِيهُ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ وَاتَّخَذَ سَبِيلَهُ فِي الْبَحْرِ عَجَبًا " سورة الكهف . الآية ٦٣ ، فمختصر الواقعة التى يحدثنا عنها المولى جل شأنه أن نبى الله موسى ومعه مساعده الفتى الصغير يوشع بن نون الذى أصبح نبياً كانا يسيران ومعهما سمكه كبيرة يأكلان منها ، وهما يبحثان عن العبد الصالح الذى أرشده إليه الله تعالى فى هذا المكان ، وقد أخبره الله تعالى أن معجزة ما سوف تحدث يتعرف

من خلالها على مكان العبد الصالح ، فجاء موسى والفتى على شاطئ البحر فنام موسى متعباً ، فرأى الفتى السمكة التى يأكلون منها تخرج من متاعهم وهى حية وتزحف على الرمل حتى نزلت ماء البحر ، فدهش الفتى مما رأى ، ولكنه فضل أن يخبر موسى بعد أن يستيقظ من نومه ، فما إن أستيقظ موسى حتى سار هو والفتى للبحث عن العبد الصالح ونسيا الفتى نهائياً أن يخبر نبى الله، وعندما طلب موسى الطعام تذكر الفتى على الفور ما حدث وقرن نسيانه لهذا الحدث الكبير بالشيطان ، وما يؤيد كلام الفتى هو كلام رب العالمين حينما قال " إِلَّا أَن يَشَاء اللَّهُ وَاذْكُر رَّبَّكَ إِذَا نَسِيتَ وَقُلْ عَسَى أَن يَهْدِيَنِ رَبِّي لِأَقْرَبَ مِنْ هَذَا رَشَدًا " سورة الكهف . الآية ٢٤ فقد أمر الله بالإستعانه به عند النسيان حتى يتغلب على أى فعل للشيطان .

ومما لا شك فيه أن محاولة التذكر من النسيان أمر عصيب وهذا ما وضحه نبى الله موسى فى قول الله تعالى " قَالَ لَا تُؤَاخِذْنِي بِمَا نَسِيتُ وَلَا تُرْهِقْنِي مِنْ أَمْرِي عُسْرًا " سورة الكهف ، الآية . ٧٣ ، وهنا نتسائل .. هل النسيان مرض له أبعاد عصبية ونفسية أم إنه من فعل الشيطان وحده ؟ ، ولن نجيب على هذا السؤال إلا من الغوص فى آيات القرآن العظيم ، يقول الله تعالى عن نبيه يوسف " وقال للذي ظن انه ناج منهما اذكرني عند ربك فأنساه الشيطان ذكر ربه فلبث في السجن بضع سنين " سورة يوسف . الآية ٤٢ ، ومن هنا فإن النسيان مرتبط إلى حد كبير بنسيان ذكر الله تعالى واستحضار جلاله وعظمته فى النفوس .

ويمكن تقسيم النسيان إلى أربعة مراحل على النحو التالى . .

١) نسيان ذكر الله تعالى وهذا قد يؤدى إلى نتائج وخيمة فى الآخرة حيث يقول جل شأنه " قال رب لما حشرتني اعمى وقد كنت بصيرا * قال كذلك اتتك آياتنا فنسيتها وكذلك اليوم تنسى " سورة طه . الآيات ١٢٥ ، ١٢٦ .

٢) الغفلة وهى نوع من الاهمال نتيجة قلة التحفظ والتيقظ ، وفي اغلب الاوقات لايعلم الانسان ماذا حصل او ماذا فعل في وقت الغفلة ، والسبب في حدوث هذه الغفلة الشياطين ، وعلى الانسان ان يعلم أن الشيطان قد يتربص به لمدة شهر كامل ليصل به الى دقيقة غفلة ليسيطر عليه ، وغالبا ما يؤخذ في دقيقة الغفلة اكبر القرارات المصيرية ، او العصبية الشديدة التى تصل إلى حد الكفر بالله .

٣) السهو وله أحوال كثيرة مثل السهو عن الصلاة ، و السهو في الصلاة والسهو عن قراءة القرآن ، والسهو في قراءة القرآن ، والسهو عن الذكر والسهو في الذكر. ولكن السهو ليس مرضا حيث يقول تعالى " فويل للمصلين * الذين هم عن صلاتهم ساهون " سورة الماعون . الآيات ٤ ، ٥ ، والسهو هو نسيان الحاضر ولا يوجد له علاقة في نسيان الماضي لان نسيان الماضي يتعلق بالذاكرة .

٤) فقدان الذاكرة وهى متعددة فى خمسة أشكال ، فهناك الذاكرة البصرية والذاكرة السمعية والذاكرة الشمية والذاكرة الذوقية والذاكرة النطقية ، وهذه الأنواع الخمسة إذا فقد الإنسان منها شئ أثرت بشكل واضح على تعامله مع الآخرين ، أما إذا فقدها كلها يكون قد فقد الوعى الروحى ، فيكون صحيح البدن ولكنه أقرب إلى الجنون .

والواضح من العرض السابق أن الحالات الثلاثة الأولى للنسيان يمكن التغلب عليه بالتدخل القرآنى ، بخلاف الحالة الرابعة التى تحتاج للتدخل الطبى بجانب التدخل القرآنى.

والمقصود بالتدخل القرآنى ليس كما هو شائع عن العلاج بالقرآن وما حوله من جدل ، ولكن باستخدام آيات القرآن فى الذكر لعمل تنشيط للذاكرة ، وزيادة الحيوية الذهنية ، وقد ذكر بعض أهل العلم أن هناك سور تعمل لهذا الغرض مثل سورة يوسف وسورة الشمس وسورة الضحى والمعوذتين والعديد من الأدعية القرآنية والتسابيح .

الثاني والعشرون : الخيانة :

دائماً وأبداً ترتبط كلمة الخيانة بالأصدقاء والأهل ولا ترتبط بالأعداء ، لأن العداوة الظاهرة والمعلنة يأخذ فيها كل طرف حذره وإستعداداته ، أما المقربين من الأهل والأصدقاء فجرت العادة أن الشخص يتعامل معهم ويقص عليهم أوضاعه بكل بساطة ، ولذلك إذا جائه الضرر من أحد المقربين وصف العمل بالخيانة والغدر وليس بالعداء ، وبهذا كانت الخيانة أشد وأقصى من العداء

ولهذا يقول عمر بن الخطاب " اللهم أكفنى شر أصدقائى أما أعدائى فأنا كفيل بهم " لأن الخيانة هى العداوة الخفية ، ولهذا كانت الجواسيس من أبناء الوطن أشد خطراً وأعظم بلاءً .

ولعل الخيانة والغدر من الصفات النفسية التى تنمو مع الشخص منذ صغره نتيجة للتربية المضطربة والتى تغلفها الطمع والجشع، فيصدر الشخص خائن غدار يتمنى الإيقاع بكل من يعرفهم سواء كان مستفيداً أم لا، وبهذا يصبح شخص غير

مرغوب فيه من الجميع لخوفهم من غدره وخيانته التى توقيعهم فى الكثير من المشاكل ، وقد ذكر الله تعالى أن مثل هؤلاء الأشخاص المتصفون بالخيانة والغدر إنما يخونوا الله أولاً وذلك فى قوله تعالى " وَإِن يُرِيدُواْ خِيَانَتَكَ فَقَدْ خَانُواْ اللّهَ مِن قَبْلُ " سورة الإنفال . الآية ٧١ .

ومحال من الناحية النفسية أن يتصف الشخص بالخيانة والغدر ومع ذلك يؤدى عبادته مخلصاً لله ، فالعبادة أمانة تؤدى لله تعالى ، كما أن الودائع والأشياء التى يؤتمن عليها الشخص يجب أن تؤدى لأصحابها ، فالخيانة بحر واسع وطرق متعددة ، وقد أخبرنا عبد الله بن مسعود من علمه الذى تعلمه من النبى الكريم أنه " يؤتى يوم القيامة بصاحب الأمانة الذى خان فيها فيقال له . أد أمانتك ، فيقول . أنى يارب وقد ذهبت الدنيا؟ قال فتمثل له كهيئتها يوم أخذها فى قعر جهنم ، ثم يقال له إنزل إليها فأخرجها ، قال فينزل إليها فيحملها على عاتقه فهى عليه أثقل من جبال الدنيا ، حتى إذا ظن أنه ناج هوت وهوى فى أثرها أبد الأبدين ثم قال . الصلاة أمانة ، والوضوء أمانة ، والغسل أمانة، والوزن أمانة ، والكيل أمانة ، وأعظم ذلك الودائع " أخرجه البيهقى فى السنن (٢٨٨/٦)

ومما لا شك فيه أن الخيانة والغدر من الأمور المخيفة لأنها غير ظاهره ، فهى أشبه بلدغ الثعابين والعقارب التى تختبئ وتتستر ، وعلى العاقل الفطن أن يحطاط لها بل ويخافها ، ولهذا قال الله تعالى " وَإِمَّا تَخَافَنَّ مِن قَوْمٍ خِيَانَةً فَانبِذْ إِلَيْهِمْ عَلَى سَوَاء إِنَّ اللّهَ لاَ يُحِبُّ الخَائِنِينَ " سورة الأنفال . الآية ٥٨ .

وهناك نوع آخر من الخيانة المتعارف عليها بين الناس قد أوضحها الله تعالى بين الزوجه وزوجها غير الخيانة الزوجية وعدم صيانة الزوجه لعرضها أو إستمتاع الرجل

بإمرأة غير زوجته ، وهى خيانة الدين والعهد فقد ضرب الله بها مثلاً لزوجتان لنبيان من أنبياء الله هما نوح ولوط ، كفروا بأزواجهما ومما نزل عليهم من النبوة فقال تعالى " ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا لِّلَّذِينَ كَفَرُوا اِمْرَأَةَ نُوحٍ وَاِمْرَأَةَ لُوطٍ كَانَتَا تَحْتَ عَبْدَيْنِ مِنْ عِبَادِنَا صَالِحَيْنِ فَخَانَتَاهُمَا " سورة التحريم . الآية ١٠ .

فإذا كانت هذه هى الخيانة والغدر ، فهل هناك زلات يقع فى الإنسان أشبه بالخيانه وهى ليست كذلك ؟ ، الإجابة نعم ، وهى تعد أشياء عارضة فى حياة الإنسان ، فليس من طبعه أوجبلته التى جبل عليها صفة الخيانة والغدر ولكن قد يضعف نفسياً تحت ظروف تضغط عليه .

والدليل على ذلك أن صحابى من صحابة الرسول المشهود لهم بالتقوى والروع أرسل رسالة تحذير إلى كفار مكة يخبرهم بإستعداد المسلمين لحربهم ، فأخبر الله تعالى نبيه بالواقعة ، وأرسل النبى من أحضر الرسالة قبل ذهابها إلى مكة ، وهنا سأله النبى بإستهجان لماذا فعلت ذلك ؟ فأجاب الصحابى إن لى أهل فى مكة ، فخفت إن انتصر المشركين علينا أن يفتكوا بأهلى ، فأردت أن يكون لى جميل عليهم ، وهنا عنفه النبى وغضب منه على فعلته ، ولكنه منع الصحابة أن يقتلوه على الرغم أنها خيانة كبرى لأنها إتصال بالعدو فى وقت المعركة .

والشاهد هنا أن هذا الصحابى لم يخرج عن دائرة الإيمان والإسلام ، ولم يخن بغرض الخيانة أو رغبة فى الغدر ، وإنما وقع فريسة سهله لضعف نفسه ونفث الشيطان له بتهيئة الواقعة التى وقع فيها ، فهى بمثابة خيانة ظاهرية فقط غير متأصله فى النفس .

وهذا الأمر لا يمكن أن يتخذ على عمومه ، لأن بواطن النفس لا يعلمها إلا الله تعالى وهو الذى يخبر نبيه بها ، أما البشر فلا يمكن أن يحكموا على الأمور إلا بظاهرها، فالخيانة والغدر لها وجه واحد متى وقع فيها الشخص اتصف بها دون مبرر .

الثالث والعشرون : الظلم :

الظلم شعور نفسى بغيض يتعرض له الشخص إما بسلب حقه أو وضعه فى موطن إتهام هو منه برئ ، ولعل ما يستحق تسليط الضؤ عليه ليس كيفية وقوع الظلم ولكن كيفية تصرف الشخص الواقع علية الظلم وما يتعرض له من ضغوط نفسية تدفعه لتصرفات مختلفة حسب التركيبة النفسية له .

ومن أكبر الواقعات النفسية التى تعد ظلم شديد هى تعرض الشخص لرؤية من ينتهك عرضه سواء فى زوجته أو أحد محارمه وبالأخص الزوجة برضاها ، وهذه الواقعة الشديدة على نفس أى إنسان تضعه تحت ضغط ظلم شديد وهنا يقف الشخص فى موقف رد الفعل ، ويكون عليه إما أن يندفع بكل الوسائل المتاحة له لإنزال العقاب الشديد الذى يراه هو بالزوجه ومن معها حتى لو وصل الأمر للقتل ، أو أن يتريث ويفكر فى العواقب والقانون وما يستتبع ذلك من فضيحة وخلافه ، ولكن المحك هنا أن ما يريح الجانب النفسى قد يعرض الشخص لعقاب القانون وأن التفكير وحساب الأحداث قد يترك مستقبلاً آثار نفسية لا تنمحى أبداً من الذاكرة .

وعلى هذا النمط من الظلم باختلاف أنواعه نجد الشخص المظلوم دائماً بين شقى الرحا (الثأر لنفسه والخوف من وقوع ظلم أكبر عليه) ، وإذا كان هذا هو المنظور

النفسى للظلم فكيف أرشدنا الله تعالى عن الظلم والخلاص منه من منظور قرآنى ؟ ، أخرج لنا المفسرين للقرآن عدة مفاهيم للظلم ، فوضعوا الظلم فى ثلاثة صور وهى ظلم الإنسان لله ، وظلم الإنسان لنفسه ، وظلم الإنسان للناس وهنا تظهر أول معضلة فكيف يظلم الإنسان الضعيف الله عز وجل ، فكان هذا عن طريق تجاهل حق الله فى العبودية والطاعة وإقامة الحدود التى أقرها سبحانه وقد أوضح الله تعالى ذلك فى حديثه عن الكفار والمشركين فى قوله تعالى " وَاصْنَعِ الْفُلْكَ بِأَعْيُنِنَا وَوَحْيِنَا وَلاَ تُخَاطِبْنِي فِي الَّذِينَ ظَلَمُواْ إِنَّهُم مُّغْرَقُونَ " سورة هود . الآية ٣٧ .

أما ظلم الإنسان لنفسه يأتى عن طريق إبعادها بمحض إختياره عن الطريق الذى رسمه الله لعبادة المؤمنين كأن يترك الصلاة أو الصيام أو الزكاة أو يرتكب المنكرات والفواحش وهذه الفئة ذكرها الله تعالى فى قوله " مَثَلُ مَا يُنفِقُونَ فِي هِذِهِ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَثَلِ رِيحٍ فِيهَا صِرٌّ أَصَابَتْ حَرْثَ قَوْمٍ ظَلَمُواْ أَنفُسَهُمْ فَأَهْلَكَتْهُ وَمَا ظَلَمَهُمُ اللّهُ وَلَكِنْ أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ " سورة آل عمران . الآية ١١٧، وقوله تعالى " الَّذِينَ إِذَا فَعَلُواْ فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُواْ أَنْفُسَهُمْ " سورة آل عمران . الآية ١٣٥.

أما ظلم الإنسان للناس فهى متعددة ومجالاتها كثيرة ومنها الخيانة الزوجية التى ذكرناها فهى ظلم من الزوجه لزوجها أو العكس ومنها السرقة وشهادة الزور وإهدار الحقوق والإتهام بغير دليل وغيرها الكثير مما يحدث بين البشر حتى أن غش اللبن بالماء والعبوس فى وجه الناس أصبح ظلماً لهم وهذه الفئة قال عنها الله تعالى " قَالَ أَمَّا مَن ظَلَمَ فَسَوْفَ نُعَذِّبُهُ ثُمَّ يُرَدُّ إِلَى رَبِّهِ فَيُعَذِّبُهُ عَذَابًا نُّكْرًا " سورة الكهف . الآية ٨٧.

ولم يقف الأمر عند هذا الحد فى وصف طرق الظلم ، ولكن وصف الله تعالى كيفية الخلاص من هذا الظلم ، فكان ظلم الإنسان لله تعالى أيسر أنواع الظلم فى

الخلاص منه ، حيث أن الله جل شأنه أكتفى من عباده الجاحدين بإعلان التوبه وإظهار العبودية والطاعة له كما فى قوله تعالى " إِلَّا مَن ظَلَمَ ثُمَّ بَدَّلَ حُسْنًا بَعْدَ سُوءٍ فَإِنِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ " سورة النمل . الآية ١١ .

أما ظلم الإنسان لنفسه بترك العبادات فأمره أيضاً ميسور حيث ينتهى تماماً بدوام الشخص على عباداته فلا يجهر بمعصية الله عملاً أو قولاً وبالتالى لا يظلم نفسه بتعريضها للعذاب فى القبر والآخره وفى هذا يقول الله جلت رحمته " لاَّ يُحِبُّ اللّهُ الْجَهْرَ بِالسُّوَءِ مِنَ الْقَوْلِ إِلاَّ مَن ظُلِمَ وَكَانَ اللّهُ سَمِيعًا عَلِيمًا " سورة النساء . الآية ١٤٨ .

أما النوع الثالث من الظلم وهو ظلم الشخص للناس وفيه مربط الفرس حيث أنه النوع الوحيد من الأنواع السابقة التى لا تنتهى بمجرد التوبه أو إعلان الندم عنها ، فهى مرتبطة تماماً برفع الظلم عن الناس أو عفو الآخرين عن الشخص الظالم ، وبالتالى فكلما زاد ظلم الشخص للناس زادت أعباءه وثقلت وإن مات على ذلك وقع عليه قوله تعالى " الْيَوْمَ تُجْزَى كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ لَا ظُلْمَ الْيَوْمَ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ " سورة غافر. الآية ١٧ ، ولعل الشخص الظالم لغيره قد يتعرض هو الآخر لظلم من الآخرين ، فتصبح المسألة وكأنها حلقة لا تنتهى من الظلم بين العباد كما قال تعالى " وَكَذَلِكَ نُوَلِّي بَعْضَ الظَّالِمِينَ بَعْضًا بِمَا كَانُواْ يَكْسِبُونَ " سورة الأنعام . الآية ١٢٩ .

الرابع والعشرون : الذل والمهانة :

الذل كلمة تعنى وضع الشخص فى موقف تبدو عليه فيه آثار الخضوع والإستكانة، وهذا الموقف قد يكون إجباراً فيصبح رغم أنف الشخص ذاته ، وقد يكون إختياراً فيتمثله الشخص بمحض إرادته للوصول لهدف أكبر مثل الجنة ورضا الله ، كما

يقول الشخص فى الدعاء لله " اللهم أنت العزيز ونحن الأذلاء إليك " ، فيتلبس الشخص بلباس الذل رغبة منه فى إرضاء الله تعالى ، وقد يكون أمراً من الله فى بعض المواقف التى يستلزم فيها ذلك مثل قوله تعالى " وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا " سورة الإسراء . الآية ٢٤ ، وهو الخضوع للوالدين بذل الرحمة وليس ذل العبودية كما لله تعالى .

وهذه الأنواع من الذل هى التى يقبل عليها الشخص مختاراً فترتفع بها حالته المعنوية ويزداد عزة ، ومن هنا فإن الذل والعزة طرفى نقيض وعلى كفتى ميزان ، فلو ذل الشخص لله ولوالديه وللضعفاء والمحتاجين إزداد عزة ولو ذل الشخص نفسه بإرادته لغير هؤلاء من أصحاب المصالح والسلطة والمال والنفوذ لكان أبعد ما يكون عن العزة فى الدنيا والآخرة وأصبحت صورته فى أعين الناس حتى من يذل إليهم أنه شخص ذليل وضيع ، حتى من حاول أن يكتسب العزة والفخار بغير الطريق الذى رسمه لنا الله وقع فى نفس المشكلة من الذل على المدى الأبعد فى الدنيا وكذلك فى الآخرة ، وذلك عين ما قاله عمر بن الخطاب لأبى عبيدة بن الجراح عندما دخل القدس ليستلم مفاتيح أبواب بيت المقدس ، وطلب منه أبو عبيدة أن يدخلها فى موكب كما يفعل ملوك الفرس والروم ، فقال له عمر رضى الله عنه " لو غيرك قالها يا أبا عبيدة لجدعت أنفه ، نحن قوم أعزنا الله بالإسلام ولو إبتغينا العزة فى غيره لأذلنا الله " .

فالعزة الذى يراها البعض فى مظاهر ومواكب قد تجلب الذل والمهانة فى الحياة الدنيا ، وقد يظهر هذا بوضوح عند الملوك والرؤساء والقادة وأصحاب المناصب ، فنراهم يبالغون فى مظاهر الأبهة والفخامة ووضع الوسطاء وغلق الأبواب كل ذلك إبتغاء العزة .

والشاهد عندنا أن عمر بن الخطاب وهو أمير المؤمنين وكان ثوبه أقل من العادى ومنزله من أبسط ما يكون ولكن كانت له هيبة وعزة يراها كل من يقترب منه ، فلم تكن مستمدة من مظهر دنيوى ولكن كانت من مستمدة من نور الله ، ولذلك قيل قديماً إن درة عمر بن الخطاب أهيب عند الناس من سيف الحجاج بن يوسف الثقفى ، أى أن العصا الصغيرة قد يكون لها من التأثير الكبير ما لا يكون للسيف البتار وذلك بعزة الله .

أما الذل الذى يتعرض الشخص مرغماً هو مربط الفرس فى المشكلة النفسية التى تولد الإنتقام والكراهية و تخلق فى النفس شعوراً عاماً بالدونية والانحطاط ، ومن هنا عندما يخبرنا الله تعالى عن ذاته يؤكد لنا أنه جل شأنه ليس فوقه من يذله أو يتجبر عليه ، ولذلك إستحق الألوهية وحده دون شريك وذلك فى قوله تعالى " قُلِ الْحَمْدُ لِلّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَم يَكُن لَّهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَلَمْ يَكُن لَّهُ وَلِيٌّ مِّنَ الذُّلِّ وَكَبِّرْهُ تَكْبِيرًا " سورة الإسراء . الآية ١١١

والمفهوم الأشمل للذل غير مرتبط بالعقاب المباشر أو توجيه الإهانة الجسدية أو النفسية ، ولكن قد يكون التلويح أو الإشارة من بعيد هى ما تشيع روح الذل والإنكسار كما أخبرنا الله تعالى عن أهل النار وكيفية شعورهم بالذل لمجرد رؤيتهم من بعيد لجهنم كما فى قوله تعالى " تَرَاهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَاشِعِينَ مِنَ الذُّلِّ يَنظُرُونَ مِن طَرْفٍ خَفِيٍّ " سورة الشورى . الآية ٤٥

والمفهوم النفسى للذل قد لا يختلف كثيراً عن الشعور بالمهانة ، فهما مفهومان لإحساس نفسى واحد ، ولعل كلمة المهانة من الشئ الهين أى الضعيف أو السهل فى الإنقياض والتطويع كما فى قوله تعالى " قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَيَّ هَيِّنٌ وَقَدْ خَلَقْتُكَ

مِن قَبْلُ وَلَمْ تَكُ شَيْئًا " سورة مريم . الآية ٩، فالشعور بالذل والشعور بالمهانة قد يؤدى كلاً منهما إلى الآخر .

ومما لاشك فيه أن الذل أهم وسائل العقاب النفسى التى تمارس مع المسجونين ، فحبس الحرية وتقييد الحركة والحرمان من الحياة وسط عامة الناس كرهاً من أهم عوامل الذل النفسى ، وكذلك العزل المنفرد لشخص يعد بمثابة تأديب لما فيه من ذل زائد .

obeikan.com