

الفصل الأول

مفهوم اليأس والإحباط

وفيه أربعة مباحث:

المبحث الأول: تعريف اليأس والإحباط لغة واصطلاحًا.

المبحث الثاني: أقسام اليأس والإحباط.

المبحث الثالث: أسباب اليأس والإحباط.

المبحث الرابع: تصور عام لظواهر اليأس والإحباط وآثارهما السيئة.

المبحث الأول

تعريف اليأس والإحباط لغةً واصطلاحاً

وفيه ثلاثة مطالب:

- المطلب الأول: تعريف اليأس لغةً واصطلاحاً ومترادفاته.
- المطلب الثاني: تعريف الإحباط لغةً واصطلاحاً.
- المطلب الثالث: شرح التعريفات والتعليق عليها، والفرق بين اليأس والإحباط.

المطلب الأول

تعريف اليأس لغة واصطلاحاً ومترادفاته

أولاً: تعريف اليأس لغة:

اليأس لغة: القنوط، وقيل: اليأس: نقيض الرجاء^(١)، يقال: يئس الشخص من الشيء: إذا انقطع أمله منه وانتفى طمعه^(٢) قال تعالى: «أَلْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ» [المائدة: ٣]، كما يقال: يئست المرأة: إذا عقت، قال تعالى: «وَأَلْتَمِ يَسْنَ مِنْ الْمَحِيضِ مِنْ نِسَائِكُمْ» [الطلاق: ٤]، ومنه أيضاً: استيأس الشخص من الشيء: أي يئس وقطع الأمل منه، قال تعالى: «فَلَمَّا أَسْتَيْسُوا مِنْهُ حَلَصُوا نَجِيًّا» [يوسف: ٨٠]، ويقال: يئس فلان: إذا أصيب بحالة من اليأس^(٣).

ثانياً: مترادفات اليأس:

من الكلمات المترادفة لليأس ما يلي:

- القنوط، يقال: قنط فلان إذا يئس، قال تعالى: «لَا تَقْنُطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ» [الزمر: ٥٣] وقنطه: أي حملة على القنوط واليأس، وكذلك أقنطه: جعله ييأس، وأقنطه من المساعدة^(٤).

- الإيأس، يقال: أيس من الشيء يأيس إيأساً وإيأساً، بمعنى: يئس، وقد نزل القرآن بلغة من يقرأ أيس، فقد روى البزي^(٥) عن ابن كثير^(١) قراءة أيس محل يئس

(١) محمد بن مكرم بن منظور، لسان العرب، تصحيح: أمين عبد الوهاب، ومحمد الصادق العبيدي، بيروت- لبنان، دار إحياء التراث العربي، ط٢، ١٤١٨ هـ - ١٩٩٧ م، ج ١٥، ص: ٤٣١.

(٢) الطاهر أحمد الزاوي، ترتيب القاموس المحيط على طريقة المصباح المنير وأساس البلاغة، الدار العربية للكتاب، ط٣، ١٩٨٠ م، ج ١، ص: ٥٧٨.

(٣) أحمد العايد وآخرون، المعجم العربي الأساسي، تونس، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، بدون ط، ١٤٠٨ هـ، ١٩٨٨ م، ص: ١٣٣٩.

(٤) المرجع نفسه، ص: ١٠٠٩ - ١٠١٠.

(٥) البزي هو: أحمد بن محمد بن عبد الله بن القاسم بن نافع بن أبي بزة، الإمام أبو الحسن البزي المكي، مقرئ مكة ومؤذن المسجد الحرام، ولد سنة سبعين ومائة، وتوفي سنة خمسين ومائتين عن ثمانين سنة، وهو أحد الرواة عن ابن كثير، قرأ على عكرمة على إسماعيل وعلى شبل بن عباد على ابن كثير، انظر: محمد بن الجزري، غاية النهاية في طبقات القراء، مصر، مكتبة الخانجي، ط١، ١٣٥١ هـ، ١٩٣٢ م، ج ١، ص: ١١٩.

في حروف كثيرة من القرآن الكريم، لخصها الإمام الشاطبي^(٢) في قوله:

ويأس معاً واستيأس استيأسوا وتيبأسوا اقلب عن البزي بخلف وأبدلا^(٣)

ثالثاً: تعريف اليأس اصطلاحاً:

اليأس Despair

عُرِفَ اليأس بتعريفات متنوعة، وذلك في مختلف فنون العلم والمعرفة التي تعنتي بهتذيب النفوس وتزكيتها، أو التي تهتم بمعالجة الاضطرابات النفسية، فكلّ أهل فن تعريف يختلف عن تعريف أهل الفن الآخر.

ففي اصطلاح علماء الأخلاق والسلوك:

اليأس خلق ذميم ما استولى على أمة إلا أخلها، ولا خامر قلوب قوم إلا أضعفها،

(١) هو أبو معبد عبد الله بن كثير المكي، مولى عمرو بن علقمة الكناني، تابعي، أخذ القراءة عن عبد الله بن السائب المخزومي الصحابي، وعلى أبي، وعلى مجاهد بن جبر، ودرباس مولى ابن عباس، ولد بمكة سنة: ٤٥هـ، في أيام معاوية، وقد تصدر للإقراء بمكة حتى صار إماماً، وقرأ عليه خلق كثير، وكان من رواة الحديث النبوي إلى جانب إمامته في قراءة القرآن، توفي سنة: ١٢٠هـ، انظر: أبو القاسم علي بن عثمان البغدادي، سراج القارئ المبتدئ وتذكار المقرئ المنتهي، مصر، شركة مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي وأولاده، ص: ١٠.

(٢) هو القاسم بن فيره بن خلف بن أحمد الرعيني، نسبة إلى ذي رعين أحد أقيال اليمن، أبو محمد الشاطبي الأندلسي، إمام القراء، كان ضريراً، ولد بشاطبة، في الأندلس، وتوفي بمصر، وهو صاحب كتاب: حرز الأمانى ووجه التهاني، قصيدة مشهورة في القراءات السبع، تعرف بـ "الشاطبية"، وكان عالماً بالحديث والتفسير واللغة، قال ابن خلكان: كان إذا قرئ عليه صحيح البخاري ومسلم والموطأ، تصحح النسخ من حفظه، توفي في سنة: ٥٩٠ هـ، انظر: خير الدين الزركلي، الأعلام، قاموس تراجم لأشهر الرجال والنساء من العرب والمستعربين والمشتهرين، بيروت، دار العلم للملايين، ط٥، ١٩٨٠، ج٥، ص: ١٨٠.

(٣) الشاطبي، متن الشاطبية المسمى: حرز الأمانى ووجه التهاني في القراءات السبع، ضبطه: محمد تميم الزعبي، مكتبة دار الهدى للنشر والتوزيع، ط٣، ١٤١٧هـ، ١٩٩٦م، ص: ٦٢، يعني أن البزي قرأ كلمات: "يأس" الواردة في قوله تعالى: «إِنَّهُ لَا يَأْتِيَنَّكَ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ» [يوسف: ٨٧] وقوله: «أَفَلَمْ يَأْتِيَنَّ الَّذِينَ آمَنُوا أَنْ لَوْ يَشَاءُ اللَّهُ لَهْدَى النَّاسَ جَمِيعًا» [الرعد: ٣١]، و"استيأس" في قوله تعالى: «حَتَّىٰ إِذَا اسْتَيْسَسَ الرُّسُلُ وَظَلُّوا أَنَّهُمْ قَدْ كُذِبُوا جَاءَهُمْ نَصْرًا» [يوسف: ١١٠]، و"استيأسوا" في قوله تعالى: «فَلَمَّا اسْتَيْسَسُوا مِنْهُ خَلَصُوا نَجِيًّا» [يوسف: ٨٠]، و"تياأسوا" في قوله تعالى: «إِنَّهُ لَا يَأْتِيَنَّكَ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ» [يوسف: ٨٧]، قرأ هذه الكلمات كلها بقلب الياء همزة، ثم إبدال الهمزة ألفاً، فيقرأها هكذا (يائيس، استائيس، استيأسوا، وتايأسوا) بخلف عنه.

وهو أشدّ ألماً من مرض الأجسام، وشرّ أثراً من وقع الحسام^(١).

وفي اصطلاح المفسرين:

لم يختلف معنى اليأس عند المفسرين عن معناه اللغوي من أنه انقطاع الأمل والرجاء، إلا أنه روي عن جماعة من المفسرين أنهم فسروا اليأس الوارد في قوله تعالى: «أَفَلَمْ يَأْتِيسَ الَّذِينَ ءَامَنُوا أَن لَوْ يَشَاءُ اللَّهُ لَهْدَىٰ النَّاسَ جَمِيعًا» الرعد: ٣١، فسروا يئس هنا: بمعنى علم، أي: أو لم يعلم ويتبين الذين آمنوا أن لو يشاء الله هداية الناس لهداهم جميعاً^(٢) وقد وجّه بعض اللغويين هذا التفسير بأنه من تضمين اليأس بالمعنى المعروف معنى العلم، لأن مَنْ يئس من شيء علم أنه لا يكون^(٣). وفي اصطلاح الفلاسفة:

يرى الفلاسفة أن اليأس خطيئة دينية؛ لأنه كفر بنعمة الله، وخطيئة أخلاقية؛ لأنه اعتداء على النفس، وانتحار أدبي تدريجي، واليأس المطلق هو الموت^(٤).

وفي اصطلاح علماء النفس: عُرّف بتعريفات كثيرة منها ما يلي:

١. اليأس: حالة عاطفية حادة وغير سارة، ترتبط بالتخلّي من جانب المرء عن الأمل بالنسبة لبذل جهد بنجاح في سبيل التوصل إلى هدف أو إشباع رغبة^(٥).

٢. واليأس أيضاً: غياب الأمل، ويظهر في الاضطرابات الفصامية، وسببه الإحساس بالاغتراب، وثنائية المشاعر الاثنينية، والأمراض العصابية^(٦) وهو في

(١) مصطفى الغلاييني، عظة الناشئين، كتاب أخلاق وآداب واجتماع، صيدا - بيروت، المكتبة العصرية، ط ٣، ١٤١٠هـ، ١٩٩٠م، ص: ٢٠.

(٢) محمد بن جرير الطبري، جامع البيان عن تأويل آي القرآن، بيروت- لبنان، دار الكتب العلمية، الطبعة الأولى، ١٤١٢هـ / ١٩٩٢م، ج: ٧، ص: ٣٨٩، وأبو الفداء إسماعيل بن كثير القرشي، تفسير القرآن العظيم، المدينة المنورة والقاهرة، مكتبة العلوم والحكم ودار الحديث، ط ٦، ١٤١٣هـ - ١٩٩٣م: ج ٢، ص: ٤٩٦.

(٣) ابن منظور، مرجع سابق، ج ١٥، ص: ٤٣٢.

(٤) جميل صليبا، المعجم الفلسفي بالألفاظ العربية والفرنسية والإنكليزية واللاتينية، بيروت، دار الكتاب اللبناني، ط ١، ١٩٧١م: ج ٢، ص: ٥٨٧.

(٥) أسعد رزوق، موسوعة علم النفس، بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ط ٢، ١٩٧٩م، ص: ٣٣٨.

(٦) العصاب هو خلل وظيفي، نفسي المنشأ، يعتري الجهاز العصبي لدى المرء، ويعتبره علماء

حالة الأمراض العصبية اتجاه دفاعي هدفه خفض القلق^(١).

٣. اليأس: حال يشعر فيها الفرد بالإحباط الشديد الذي يفترض عليه فقدان الأمل في الإشباع أو تحقيق الحاجات، وتحدث هذه الحال للأفراد العاديين أو الأسوياء عندما يواجهون مواقف تفوق احتمالهم وقدرتهم على المواجهة، ولكنها تحدث كأحد الأعراض الأساسية عند مرض الفصام^(٢) كما تحدث عند العصبيين، وفي الحالتين الأخيرتين تكون بمثابة ميكانزم^(٣) دفاعي يهدف إلى تخفيض حدة القلق^(٤).

المطلب الثاني:

تعريف الإحباط لغة واصطلاحاً

أولاً: تعريف الإحباط في اللغة:

الإحباط في اللغة: من حبط، يقال: حبط يحبط حبطاً وحبوطاً، أي عمل عملاً ثم أفسده، وأحبط العمل، أي: أبطله وأفسده، وفي التنزيل: «أُولَئِكَ لَمْ يُوْمَرْهُمْ فَاَحْبَطَ

التحليل النفسي بمثابة ظاهرة من ظواهر الصراع الداخلي الذي ينطوي على إحباط إحدى الدوافع الغريزية الأساسية، كما أنهم يتحدثون عن عصاب فعلي، حيث يبدو أن هذا العصاب عضوي المنشأ، فالمصاب بهذا الخلل أو الاضطراب يعجز عن إدراك أسبابه الأصلية، وهناك عدة أعراض تظهر على العصابي، مثل القلق، والهواجس، والنسيان، وغيرها، والعصابي هو الشخص الذي يوحى سلوكه أو تصرفه بوجود خلل أو اضطراب عصبي على نطاق صغير وثانوي. أسعد رزوق، مرجع سابق، ص: ٢٠٧ - ٢٠٨.

(١) عبد المنعم الحفني، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة، الطبعة الرابعة، ص: ٢١٢.

(٢) الفصام: ضرب من الخلل العقلي يشمل ما كان يعرف سابقاً بالجنون المبكر Dementia Praecox أو (خبل الشباب)، ويتميز بالتفكك والتخلل لاسيما بين العمليات الفكرية والشعورية أو الانفعالية، حيث تعاني هذه الأخيرة درجة كبيرة من التشويش والاضطراب، وتوجد أربعة أنواع من هذا التخلل أو الانهيار، ١/ خبل البلوغ hebephrenia، والإغماء التخشبي Catatonia، وجنون الاضطهاد Paranoia، والبارافرنيا Paraphrenia، أسعد رزوق، مرجع سابق، ص: ٢٣٧.

(٣) ميكانزم: كلمة معربة، تعني: آلة أو محرك، فميكانزم دفاعي: أي آلة الدفاع. إلياس انطون إلياس وادوار ا. إلياس، قاموس إلياس العصري، إنجليزي - عربي، بيروت، دار الجيل، ١٩٨٢م، عند بيانه لمعنى كلمة: Mechanism.

(٤) جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كعافي، معجم علم النفس والطب النفسي، إنجليزي - عربي، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٩٠م، ج ٣، ص: ٩٢٩.

اللَّهُ أَعْمَلَهُمْ» الأحزاب: ١٩، أي: أفسدها^(١).

ويقال: أحبط مساعيه، أي حال دون نجاحها، وجعلها تفشل.

والإحباط مصدر أحبط، واسم المرة منه (إحباطة) وجمعها: إحباطات: إعاقة النشاط المتجه نحو هدف إما بإيقافه أو التهديد بإيقافه، أو الإيحاء بأن مآله إلى الهزيمة والخيبة^(٢) ولم ترد كلمة الإحباط في القرآن الكريم بهذا المعنى، ويرادف الإحباط بهذا المعنى: الخيبة.

ثانياً: تعريف الإحباط في الاصطلاح:

الإحباط Frustration عُرِّفَ الإحباط في الاصطلاح بتعريفات كثيرة أيضاً، وذلك حسب أهل الفنون الذين تناولوه وعرفوه.

ففي اصطلاح الفلاسفة:

- الإحباط: الحيلولة دون المرء وتحقيق رغبة من رغباته، سواء أكان لهذه الرغبة ما يبررها أم لا، ويصاحب ذلك ضرب من الحسرة وخيبة الأمل^(٣).

- الإحباط: حرمان المرء التمتع بنتائج عمله، أو صده عما يؤدي الحصول عليه أو يتوقعه، وقد انتشر استعمال هذا اللفظ في علم النفس وعلم الاجتماع حتى أطلق على كلٍّ توتر عاطفي ناشئ عن هذا الصدد^(٤).

وفي اصطلاح علماء الاجتماع:

- الإحباط: منع أو تعويق محاولات الفرد التي يبذلها من أجل إشباع حاجاته ورغباته.

- الإحباط: الحالة الانفعالية التي تتميز أساساً بالغضب والقلق^(٥).

وفي اصطلاح علماء النفس: عرّفه علماء النفس - وخاصة المهتمين بالصحة

(١) ابن منظور، مرجع سابق، ج ٣، ص: ٢٤.

(٢) أحمد العايد وآخرون، مرجع سابق، ص: ٢٨٧.

(٣) إبراهيم مذكور وآخرون، المعجم الفلسفي، جمهورية مصر العربية، الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية، مجمع اللغة العربية، ١٤٠٤هـ، ١٩٨٣م، ص: ٣.

(٤) جميل صليبا، مرجع سابق، ج ١، ص: ٤٠ - ٤١.

(٥) محمد عاطف غيث وآخرون، قاموس علم الاجتماع، الهيئة المصرية العامة للكتاب ١٩٧٩م، ص ١٩٥.

النفسية^(١) منهم - بتعريفات كثيرة من أهمها ما يأتي:

- الإحباط: إعاقة المرء عن بلوغ هدف ما، وسدّ الطريق التي يسلكها نحو الوصول إلى هدفه، سواء أكان السعي نحو الهدف سعياً واعياً أم غير واع، وتطلق لفظة الإحباط مجازاً على كلّ نوع من العراقيل التي تحول دون بلوغ الهدف المنشود والاقتراب منه، يمكن لهذه العرقلة أن تعاش على صورة إخفاق مباشر أو دون مشاركة من جانب الوعي، وتقتصر أبحاث السلوك في استخدامها لهذا الاصطلاح على عملية محددة تعوق الإنسان أو الحيوان عن إظهار استجابة معينة^(٢).

- الإحباط: حالة نفسية فيها التوتر والقلق والشعور بالخيبة، ويكون عليها المرء عندما يسعى نحو غاية ويجهد ليحقق هدفاً فيطيش مسعاه، وتسد الطرق في وجهه، ويحال بينه وما يصبو إليه.

قد يكون العائق شخصياً مثل انخفاض ذكائه، أو نفسياً كمشاعر الذنب التي يحسها المرء لسبب من الأسباب وتعرقل من مسيرته نحو هدفه وتحول بين كثير من الناس وبين التوجه إلى ما يريدون بنفوس راضية^(٣).

- الإحباط: عملية تتضمن إدراك الفرد لعائق يعوق إشباع حاجة له، أو توقّع حدوث هذا العائق في المستقبل^(٤).

- الإحباط: حالة يمرّ بها الإنسان يومياً منذ الطفولة حتى الشيخوخة، وهي تعبير عن الحالة التي يمرّ بها الفرد حين لا يتوافر له إشباع دافع يلحّ عليه ويُشعره بالحاجة^(٥).

(١) الصحة النفسية: حالة إيجابية توجد عند الفرد، وتكون في مستوى قيام وظائفه النفسية بمهامها كما يبدو ذلك في عدد من المظاهر، فإن كانت الوظائف النفسية تقوم بمهامها على شكل حسن ومتناسق ومتكامل ضمن وحدة الشخصية كانت الصحة النفسية سليمة وحسنة، وإن لم يكن الأمر كذلك كان من اللازم البحث عن أوجه الاضطراب فيها. انظر: نعيم الرفاعي، الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف، جامعة دمشق، ط٧، ١٩٨٧م، ص: ٦.

(٢) أسعد رزوق، مرجع سابق، ص: ١٢.

(٣) عبد المنعم الحفني، موسوعة الطب النفسي، القاهرة، مكتبة مدبولي، ط٢، ١٩٩٥م، ص: ١٤.

(٤) نعيم الرفاعي، مرجع سابق، ص: ١٦٩.

(٥) كامل محمد عويضة، الصحة في منظور علم النفس، بيروت - لبنان، دار الكتب العلمية، ط١،

- الإحباط: مواجهة الفرد لما يعوقه ويمنعه من إشباع دوافعه، وهو أيضا تلك الحالة الانفعالية والدافعية التي يشعر بها الفرد عندما يواجه ما يحول بينه وبين إشباع دوافعه. يقال: إن فردا أحبط إذا ما واجه عائقاً أو عقبة تحول بينه وبين إشباع دافع وتحقيق هدف يرغب في تحقيقه^(١).

المطلب الثالث

شرح التعريفات والتعليق عليها، والفرق بين اليأس والإحباط

أولاً: شرح التعريفات والتعليق عليها:

كلّ هذه التعريفات الاصطلاحية السابقة تشير إلى أن كلاً من اليأس والإحباط حالة نفسية غير جيدة، وأن هذه الحالة النفسية تحدث عندما يريد الإنسان تحقيق بعض أهدافه، أو إشباع إحدى رغباته التي يسعى إليها، وأن هذه الحالة يشوبها نوع من التعويق والعرقلة التي يصاب الإنسان بها، وتمنعه من نيل ما يرغبه، وتسد الطريق عن الوصول إلى مرامه.

ويلاحظ أن مصطلح اليأس والإحباط اعتني بهما في مختلف فنون العلم والمعرفة، فعلماء الأخلاق والسلوك ينظرون إلى اليأس بأنه انحراف في السلوك وخلق ذميم ينبغي اجتنابه، واستبدال ضده - الذي هو الرجاء والأمل - به. وفسر علماء الاجتماع الإحباط بأنه منع المرء والحيلولة بينه وبين حاجاته ورغباته، وأنه ينتج عن ذلك الغضب والحسرة والقلق وخيبة الأمل، وتناول الفلاسفة لفظة اليأس بالشرح والإيضاح بأنه خطيئة دينية وأخلاقية، وفسروا الإحباط بنحو ما فسر به علماء الاجتماع، وإن كان هناك اختلاف ضئيل إلا أنه ليس جوهرياً، واعتنى علماء النفس باليأس والإحباط لكن عنايتهم بالإحباط أكثر؛ لأنهم عدّوه تعويقاً للإنسان عن تحقيق أهدافه.

والجدير بالذكر أن الأهداف التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها تختلف باختلاف المقاصد، فهناك أهداف موافقة للشرع، مرضية للرب، وهناك أهداف أخرى يسعى إليها الإنسان ولا يجد من ورائها سوى نيل شهواته وملذاته، وهي في حد ذاتها غير

الفصل الأول

موافقة للشرع، بل هي مسخطة للرب، وعليه فالبحث في مشكلة اليأس والإحباط – على ضوء أهداف هذه الدراسة – يعني تقديم علاج لتحقيق أهداف سامية موافقة للشرع ومرضية للرب، وليست تلك الأهداف التي يكون الإنسان وراء تحقيقها عاصيا لمولاه عز وجل.

وتجدر الإشارة أيضا إلى أن معالجة اليأس والإحباط لا يعنى بذلك الدعوة إلى طول الأمل، لأن الله تعالى ذم ذلك في كتابه العزيز، ووصف به الكفار، فقال عز من قائل: «ذَرَهُمْ يَأْكُلُوا وَيَتَمَتَّعُوا وَيُلْهِمُ الْأَمَلُ» [الحجر: ٣] وإنما يعنى بها السعي إلى تحقيق الأهداف السامية، والحرص على حصول ما يعود على الإنسان المسلم والمجتمع الذي يعيش فيه بالمنفعة في الدنيا والآخرة، وبذل كل ما في الوسع لإدراك ذلك، طبقا لقول الرسول عليه الصلاة والسلام: "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ..." الحديث^(١).

فنظرنا إلى اليأس والإحباط تدل على أن كل واحد منهما آفة اجتماعية، وضرر نفسي، وفساد خلقي، يجب القضاء عليهما، ومعالجة ما يكمن فيهما من مرض يعود على الفرد والمجتمع المسلم بالسوء والوبال، وأفضل مستشفى يستحق أن نحط رحالنا فيه لمعالجة هذا المرض هو القرآن الكريم، إذ فيه شفاء لما في الصدور، وهو هدى ورحمة للمسلمين. قال تعالى: «يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» [يونس: ٥٧] وقال تعالى: «وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَى لِّلْمُسْلِمِينَ» [النحل، وقال تعالى: «وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا» [الإسراء: ٨٢]، وقال تعالى: «قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَلِلَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي ءَاذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى» [فصلت: ٤٤].

ثانيا: الفرق بين اليأس والإحباط:

(١) أخرجه مسلم عن أبي هريرة في صحيحه، مصدر سابق، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله، وتقويض المقادير لله، الحديث: ٢٦٦٤، ج ٤، ص: ٢٠٥٢.

من خلال ما سبق من التعريفات يظهر الفرق بين معنى اليأس ومعنى الإحباط، فاليأس هو تلك الحالة الأخيرة التي لا يستطيع الإنسان بعدها تقديم أي جهد لتحقيق هدف معين . أما الإحباط فهو حالة تبدأ بمجرد شعور الإنسان بما يحجزه عن تحقيق أهدافه أو إشباع رغباته، وقد تستمر الحالة إلى ما بعد قطع طمعه عن نيل مراده، وقد يحدث الإحباط أيضا بمجرد توقّع فشل عن نيل مأمول في المستقبل. وعلماء النفس ييؤبون – في أغلب الأحيان – للإحباط فقط دون اليأس، ولم أجد فيما اطلعت عليه من كتب الصحة النفسية وغيرها ذكرا للفظة اليأس إلا في الموسوعات النفسية، وقد ترد الكلمتان معًا في تعبيرهم فيقولون: اليأس والإحباط، وإذا قالوا ذلك فيعنون بهما بداية شعور الإنسان بما يعوقه عن تحقيق هدفه إلى نهاية قطع طمعه عن إدراكه، وكأنهما من الألفاظ التي إذا اجتمعت افترقت، وإذا افترقت اجتمعت.

ولعل الفرق يزداد وضوحا عند تعريف الجزع، وهو انفعال مشتق سببه الفشل لكنه لا يبلغ درجة اليأس^(١) فاليأس أكثر درجة من الجزع، واليأس مرحلة من مراحل الإحباط، كما أن الإحباط أعم من اليأس؛ لأنه يغطي الماضي والحاضر ويمتد إلى المستقبل.

(١) عبد المنعم الحفني، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مرجع سابق، ص: ٢١٢.

المبحث الثاني

أقسام اليأس والإحباط

وفيه مطلبان:

- المطلب الأول: أقسام اليأس.
- المطلب الثاني: أقسام الإحباط.

المطلب الأول

أقسام اليأس

سيبدأ الحديث في هذا المبحث عن أقسام اليأس وأنواعه، ثم التطرق إلى الحديث

عن (الإحباط) وأقسامه:

أقسام اليأس:

بما أن كلّ هدف شرعي يسعى الإنسان إلى تحقيقه، وكلّ رغبة يحاول إشباعها، لا تعدو إما أن تكون جلباً لمنفعة مما في قدرة الإنسان ووسعه أن يجلبها، أو دفعا لمضرة بإمكان الإنسان أن يدفعها، بناء على ذلك كلّ أن اليأس ينقسم إلى قسمين:

١. اليأس عن جلب المنفعة.

٢. اليأس عن دفع المضرة.

والياس عن جلب المنفعة ينقسم إلى ثلاثة أقسام:

أ. اليأس عن إدراك حاجة ما مهما كان مقدارها ونوعها، سواء أكبرت أم صغرت؛ فمن الناس من يرضون ويقتنعون بما هم فيه من حالات سيئة رضاء واقتناعاً تامين، وليست لديهم أي رغبة في تغيير حالاتهم إلى أخرى أو الارتقاء بها إلى حالات أحسن منها، مع أنهم بإمكانهم أن يتطوروا ويطوّروها لو قدّموا شيئاً من الجهد، ولكنهم لا يفعلون ذلك، وبأمثال هؤلاء لا ترقى الأمة، ولا تستيقظ من هجعتها بل تظل راكدة^(١).

ب. اليأس عن الفوز بالمطالب العالية، وهذا النوع من اليأس يكون في أناس كانت لديهم إمكانات هائلة، وطاقات واسعة، وقدرات عالية، لو استغلوها لحققوا بها أهدافاً منشودة، وأفادوا أمتهم إفادة كثيرة، لكن نظرتهم إلى الأهداف نظرة قصيرة، ومطامحهم نحو تحقيقها ضئيلة، فجرهم ذلك إلى الرضا بالدون^(٢).

ت. اليأس عن الإنجاز الأمثل، وهذا النوع كسابقه إلا أنه يختلف عنه اختلافاً

(١) مصطفى الغلاييني، مصدر سابق، ص: ٢١.

(٢) المصدر نفسه، والصفحة نفسها، وانظر أيضاً: عوض بن محمد القرني، حتى لا تكون كلاً، جدة، دار الأندلس الخضراء للنشر والتوزيع، ط٥، ١٤٢٠هـ، ١٩٩٩م، ص: ٢٣.

الفصل الأول

بسيطاً، إذ أنه يعني يأس الإنسان عما يبذله من كافة القدرات والإمكانات نحو ما يهدف إليه ويسعى إلى تحقيقه، ليقدمه إلى عالم الواقع في أكمل صورة، وأحسن حالة، أما السابق فهو يأس عن مجرد تبني السعي إلى الأهداف العالية، والفوز بالمطالب العالية سبب في الإنجاز الأمثل. فالطالب الجاد المجتهد، يأمل في الفوز بالحصول على القبول في مؤسسة علمية معينة لكي ينجز فيها إنجازاً أمثل، وكذلك السياسي المثالي يسعى إلى الفوز بالرئاسة لكي ينجز - إذا وصل إلى كرسي الحكم - إنجازاً أمثل، وهكذا. فاليأس عن الفوز بالمطلب الأعلى أو القنوط عن الإنجاز الأمثل إذا فاز الإنسان بمنصب معين كلّ ذلك ضرر يجب علاجه.

واليأس عن دفع المضرة ينقسم إلى أربعة أقسام:

أ. اليأس عن دفع أمر مكروه حلّ بالإنسان مهما كان مقدار هذا المكروه ونوعه، بغض النظر عن كثرته أو قلته، ويجد مثل هذا اليأس إلى ضعف النفوس سبيلاً، فهم لا يسعون إلى التغيير من وضع سيء إلى وضع آخر حسن، بل يستسلمون إلى الاقتناع بكلّ ما حلّ بهم من يؤس راكنين إلى القدر، لكنه في الحقيقة العجز والكسل، وعدم علوّ الهمة وصدق العزيمة، وبأمثال المتصفين بهذا النوع من اليأس لا يتحرّك ساكن، ولا يتطور أمر، وإن كانت الأمة يسودها ويتحكم في أمورها ويكثر فيها أمثال هؤلاء الناس فإنهم يتحولون إلى مجموعة من الأموات في ثوب الأحياء، نعوذ بالله من ذلك^(١).

ب. اليأس عن استدراك ما فات: مجرد شعور الإنسان بما يغيبه من أمر فائت - والذي بإمكانه أن يستدركه - يعدّ نوعاً من اليأس، وهنا تختلف الأحوال من شخص إلى آخر، فالذي ينظر إلى الأمور بالنظرة الشرعية والنظرة الكونية^(٢) يسعى بكلّ ما أوتي من بصيرة وحكمة إلى استدراك ما فات مما كان بوسع أن يستدركه، أما الذي

١- المصدر السابق، ص: ٢١ - ٢٢.

٢- الأمر الكوني هو ما كتبه الله في اللوح المحفوظ أنه يكون كذا وكذا، قال تعالى: «إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ، كُنْ فَيَكُونُ»^(٨٢) [يس] والأمر الشرعي هو أمر الله للعباد بأن يفعلوا كذا أو يتركوا كذا، قال تعالى: «إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ» [النحل: ٩٠] انظر: ابن أبي العز، شرح العقيدة الطحاوية، مؤسسة الرسالة، ط ٢، ١٤١٣ هـ - ١٩٩٣ م، ص: ٦٥٧.

أصيب بمرض التوكل، والعجز النفسي فإنه يستسلم للحالات السيئة التي هو فيها ولا يقدّم لتغييرها أي جهد، مثال ذلك: شخص كبير في السن وهو أمّي لم يتعلم في صغره، وبإمكانه أن يتعلم في مثل عمره ذلك، حتى يستطيع أن يقضي على الجهل، فإن كان عالي الهمّة فإنه يبذل كلّ ما وسعه لمحو أميته، وقد ينخرط في سلك الدراسات النظامية ويحصل على شهادة معتبرة، أما إذا كان ضعيفا، وتحكّم اليأس من نفسه، فلا يقتدر أن يعمل أي شيء في محاربة الأمية، بل يظل جاهلا كما ولد، ويعيش هكذا إلى أن يموت في جهل وبؤس^(١).

ت. اليأس من رحمة الله، وهذا النوع من اليأس من أسبابه كثرة الذنوب والمعاصي، والانهماك في الشهوات والملذات، وعدم الإيمان بالله واليوم الآخر، فتسول للعاصي نفسه أن لا مطمع له في رحمة الله، وأنه لا بد له أن يلقي عذاب الله، ولا يزال الشيطان يطلعه ويعدّه حتى يورده الموارد السيئة، وإن لم يتنبه إلى قول الحق سبحانه وتعالى: « قُلْ يَعْبادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ » الزمر: ٥٣ فإنه يتمادى في الغي وتعاطي كلّ أنواع المعاصي حتى يلقي مصرعه.

ث. اليأس من الحياة، كثيرا ما يدفع اليأس والقنوط بعض الناس إلى أن ينتحروا، ويفضلوا الموت على الحياة؛ لأجل البؤس والشقاء، والقلق والتوتر الذي حلّ، ويرون أن لا حلّ لهم، ولا علاج يشفيهم. وهذا النوع من اليأس كثيرا ما يبتلى به الكفار الذين لا يؤمنون بالله ولا باليوم الآخر، والذين همهم فقط مصالحهم الدنيوية المادية، حتى إذا تمّ لهم تحقيق أهدافهم المعيشية، وحصلوا على كلّ مطامحهم في الحياة، تحوّلوا إلى اليأس والقنوط، فهم لا يتمتعون بالراحة النفسية؛ لأن راحة الأرواح في تهذيب النفوس بالتدين لله عز وجل، وهم حرموا من هذه اللذة، ولذا يكثر الانتحار في المجتمعات التي لا قيمة للدين عند أفرادها في عالمنا المعاصر، وأغلب الذين يلقون بأنفسهم إلى ذلك من الطبقة العليا الذين توفرت لهم جميع الإمكانيات المادية^(٢).

ويمكن إضافة قسم آخر وهو:

(١) عوض محمد القرني، مرجع سابق، ص: ٢٢-٢٣.

(٢) حسن الشراوي، في الطب النفسي النبوي، إسكندرية، دار المطبوعات الجديدة، ص: ١٦٣.

الفصل الأول

ج. اليأس عن المحبوب، وهذا النوع من اليأس يصدر من العشاق الذين أصيبوا بالحب المرضى، لمعشوق لا سبيل لهم إلى الوصول إليه عن طريق شرعي أو غيره، فيوصى الذين ابتلوا بذلك أن ييأسوا عن ذلك المعشوق، ويقطعوا مطامعهم فيه، رجاء أن يخفف لهم ذلك آلامهم ويردهم إلى سواء السبيل. وكل الأنواع السابق ذكرها مذمومة، إلا هذا النوع فهو مطلوب ومرغوب فيه، إلا أنه ليس له علاقة بدراستنا هذه.

المطلب الثاني

أقسام الإحباط

ويمكن تصنيف الإحباط أولاً من ثلاث زوايا رئيسة كالآتي:

١/ الإحباط الأولي والإحباط الثانوي: Firstly & secondly Frustration

وهذا القسم من الإحباط يحصل من حيث وجود الدافع أو عدم وجوده، فإذا وجدت الحاجة لدى الشخص ولم يوجد ما يلبي غرضها، كان الإحباط أولياً، مثال ذلك: الشعور بالحاجة إلى الماء في الصحراء التي لا يوجد فيها ماء، وأما إذا توافرت الحاجة لدى الإنسان ووجد ما يلبي غرضها، ولكن حال دون ذلك عائق يمنع من تلبية الحاجة كان الإحباط ثانوياً، مثال ذلك: شعور الإنسان بالجوع وحاجته إلى الطعام ووجود الطعام بين يديه ولكن حال بينه وبين الطعام عائق منعه من الوصول إليه، وكالذي يشعر بحاجة إلى المنام ولكن الزوار الذين بين يديه حالوا بينه وبين الوصول إلى فراشه، فهذا ما يسمى إحباطاً ثانوياً^(١).

٢/ الإحباط السلبي والإحباط الإيجابي: Negative & Positive

Frustration.

الإحباط السلبي يكون عند وجود الحاجة إلى شيء ما، ووجود ما يعوق دون الحصول على إشباعها، ولكن دون أن يكون هنالك أي تهديد، مثال ذلك: طفل يشتهي تناول الحلويات الموجودة في حجرة أمه، وهذه الحلويات مخزونة في دولا ب زجاجي مغلق، ينظر إليها ولا يقدر على تناولها، أما الإحباط الإيجابي فهو يكون عند وجود

(١) نعيم الرفاعي، مرجع سابق، ص: ١٧٣، ومصطفى فهمي، الصحة النفسية، دراسات في سيكولوجية التكيف، القاهرة، مكتبة الخانجي، ص: ١٩٠.

الحاجة إلى الشيء، ووجود معوق دون الحصول عليه، مع إدراك خطر أو تهديد، مثال ذلك: الرجل الذي يريد الخروج من بيته لكن يمتنع من الخروج لمخافة أن تطلق عليه رصاصة من أعداء يتربصون به في الخارج^(١).

٣/ الإحباط الداخلي والإحباط الخارجي: Internal & External

Frustration

الإحباط الداخلي مرتبط بالتعويق من داخل الفرد مثل فقدان المُثل والقيم والإحساس بالندم...، أما الإحباط الخارجي فهو نتيجة للتعويق المرتبط بمواقف خارجة عن ذات الإنسان مثل عوامل البيئة الاقتصادية والسياسية والاجتماعية^(٢). وقد يكون الإحباط الداخلي نتيجة عوز أو حرمان أو تعويق، وكذلك الإحباط الخارجي، وعليه فيمكن تقسيم الإحباطات الداخلية والخارجية إلى الأقسام الآتية: الإحباط الداخلي:

- العوز الداخلي: (الحاجة)، وهو فقدان أصلي لما جُبِل عليه الإنسان، كفقدان السمع والبصر والعقل، وغير ذلك، وتعدّ هذه المظاهر من العوامل الإحباطية التي تؤثر في درجة إشباع حاجة المصابين بها، بعكس الأفراد العاديين.
 - الحرمان الداخلي، وهو فقدان مفاجئ لما جُبِل عليه الإنسان، كفقدان عضو من أعضاء الجسم كان الفرد يتمتع به في السابق، مثاله: فقدان أصابع اليد لأحد المشاهير في العزف على البيانو، يسبب له قلقاً وإحباطاً شديدين أكثر مما يحدث عند شخص مصاب بفقدان الأصابع منذ ولادته.
 - التعويق الداخلي: مثال ذلك: الرغبة في حضور اجتماعين حدد لهما وقت واحد، فحضور أحد الاجتماعين يترتب عليه عدم حضور الاجتماع الآخر.
- الإحباط الخارجي: ويمكن أن يقسم إلى:

- العوز الخارجي: (الحاجة)، قد يكون العوز الخارجي إما لنقص في موارد البيئة الخارجية المادية، كال فقر، أو عدم معرفة القراءة، أو لنقص في موارد البيئة الاجتماعية، كعدم وجود أب أو أخ، ويعاني الفرد الإحباط إذا تعرض للعوامل

(١) المصدران السابقان، ص: ١٧٣، وص: ١٩٠.

(٢) كامل محمد عويضة، مرجع سابق، ص: ٢١،

الاجتماعية أكثر من تعرضه للعوامل المادية.

- الحرمان الخارجي: والفرق بين هذا النوع وبين سابقه أن هذا النوع يتضمن فقدان الفرد لشيء خارجي كان يملكه من قبل، مثل فقدان عمل أو صديق أو سيارة كان يمتلكها، سواء كان هذا فقدان بالهلاك أو التفرقة، وعليه فهذا النوع يسبب إحباطا شديدا، لأن فقدان المفاجئ يتطلب إعادة تكيف الشخص مع بيئته، أما الحال في النوع الأول فيكون أخفّ نوعا ما لأنه جزء من واقع الشخص يستمر معه مدة طويلة، ويكون الشخص غالبا قد تعودّ عليه.

- الإعاقة الخارجية: هناك العوائق التي تتدخل بين الفرد وبين هدفه الذي يسعى إلى تحقيقه، فتعرقله عن تحقيقه، مثال ذلك: الأبواب المغلقة، والطرق المسدودة، والبعد في المسافة، وغير ذلك من العوائق المادية، وهناك أيضا العوائق الاجتماعية التي تحول بين الفرد وبين التقدم الاجتماعي وتحقيق أهدافه، وهذه تكون عموما أشدّ وطأة من العوائق المادية^(١).

تقسيم آخر للإحباط:

كما يمكن تقسيم الإحباط باعتبار كونه طبيعيا أو مرضيا إلى قسمين:

١/ الإحباط الطبيعي:

وهو الذي يصيب أي إنسان عند فقدانه لشيء عزيز عليه، وهو عملية مقاومة نفسية يستطيع من خلالها الإنسان تخطّي صعوبات عرضية، فالمؤمن الحقيقي لا يعرف من الإحباط النفسي إلا الإحباط الطبيعي الذي تبقى أعراضه بضعة أيام ثم تتلاشى وتضمحل، وتستمر حياته عادية.

من أمثال هذا النوع من الإحباط: حزن الرسول ﷺ على ابنه إبراهيم عند موته، كما جاء في الحديث أن الرسول ﷺ دخل على ابنه إبراهيم رضي الله عنه وهو يجود بنفسه، فجعلت عينا رسول الله تذرّفان، فقال له عبد الرحمن بن عوف: وأنت يا رسول الله؟ فقال: "يا ابن عوف إنها رحمة" ثم أتبعها بأخرى، فقال: "إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ"^(٢).

(١) نعيم الرفاعي، مرجع سابق، ص: ١٧٤، ومصطفى فهمي، مرجع سابق، ص: ١٩١-١٩٣.

(٢) أخرجه مسلم عن أنس بن مالك، في صحيحه، مصدر سابق، كتاب الفضائل، باب رحمته

ومن أمثلته أيضاً حزن سيدنا يعقوب عليه السلام على فراق ولده يوسف عليه السلام - وإن كان هذا الحزن قد طال مدته لدرجة أن أفقده بصره - فذلك لم يخرج من صورته الطبيعية، لأنه فوّض أمره إلى الله راجياً فرجه، ولم ييأس عن روحه، حين تولى عن أبنائه « وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَاسْفَى عَلَى يَوْسَفَ وَأَبْصَحْتَ عَيْنَاهُ مِنْ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ » (٨٤) قَالُوا تَاللَّهِ تَفْتَوْا تَذْكُرُ يَوْسَفَ حَتَّى تَكُونَ حَرَضًا أَوْ تَكُونَ مِنَ الْهَالِكِينَ (٨٥) قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِي وَحُرْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ (٨٦) [يوسف].

٢/ الإحباط المرضي، وهو على نوعين:

أ - الإحباط الذهاني: وهو حالة مرضية قد تصاحب أكثر الأمراض العقلية الذهانية... كاضطراب في عمل الخلايا العصبية الدماغية نتيجة زيادة أو فقدان بعض المواد الكيميائية التي تحكم عملها، وهذا النوع من الإحباط النفسي هو مرض عضوي، علاجه كبقية الأمراض العضوية بالأدوية، وهو بلاء من الله عند المؤمن، مصداقاً لقوله تعالى: «لَتُبْلَوُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيراً وَإِنْ نَصَرُوا وَتَفَقَّوْا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ » (١٨٦) [آل عمران: ١٨٦]، ويمكن التمثيل لهذا النوع بمصاب المرأة الصحابية التي أتت النبي صلى الله عليه وسلم فقالت إني أصرع وإني أتكشف فادع الله لي قال: "إِنْ شِئْتَ صَبَرْتَ وَلَكَ الْجَنَّةُ وَإِنْ شِئْتَ دَعَوْتُ اللَّهَ أَنْ يُعَافِيكَ" فقالت: أصبر، فقالت: إني أتكشف فادع الله أن لا أتكشف، فدعا لها^(١).

ب - الإحباط العصابي: وهو حالة مرضية أيضاً قد تصاحب مختلف أنواع الأمراض العصبية، كعصاب القلق النفسي، وعصاب الهستيريا، وعصاب الخوف، وعصاب الوسواس القهري، وغيرها^(٢).

والعيال وتواضعه وفضل ذلك، الحديث: ٢٣١٥، ج٤، ص: ١٨٠٧.

(١) أخرجه البخاري عن ابن عباس في صحيحه، مصدر سابق، في كتاب المرضى، باب فضل من يصرع من الريح، الحديث: ٥٣٢٨، ج٥، ص: ٢١٤٠.

(٢) عدنان الشريف، من علم النفس القرآني، بيروت - لبنان، دار العلم للملايين، ط١، ١٩٨٧م، بتصرف، ص: ١٨١-١٨٣.

obeyikan.com

المبحث الثالث

أسباب اليأس والإحباط ودوافعهما

وفيه أربعة مطالب:

- المطلب الأول: أسباب بيئية.
- المطلب الثاني: أسباب نفسية.
- المطلب الثالث: أسباب عملية بدنية.
- المطلب الرابع: أسباب بين الإنسان وخالفه.

أسباب اليأس والإحباط ودوافعهما

من الصعوبة بمكان تحديد أسباب اليأس والإحباط بالضبط، أو إحصاء دوافعهما، إذ إنهما من حيث الصدور قد يختلف مصدرهما، فتارة يصدر الإحباط بوساطة البيئة التي يعيش فيها الفرد، وأحيانا يصدر من حالة نفسية يعاني من ويلاتها الإنسان، وطورا يصدر من أعماله التي يعملها، وقد يكون السبب في اليأس والإحباط أيضا ما بين الإنسان وخالقه. وعليه فيرى الباحث إمكانية حصر أسباب اليأس والإحباط في أربعة أشياء، ويمكن توضيح هذه الأسباب في المطالب الأربعة الآتية:

المطلب الأول: أسباب بيئية

وهذه هي الأسباب التي يركز عليها علماء النفس المحدثون تماما ويعدون السبب الرئيس لليأس والإحباط. ذكر الدكتور عبد المنعم الحفني^(١) أسباب الإحباط بقوله: "...قد يكون الإحباط لسبب من البيئة، وربما يكون ماديا، كالمجاعات والحرائق والزلازل، أو اجتماعيا، كالمحظورات والنواهي والزواج وقواعد السلوك بعامه، وقد يترتب عليها تأخير إشباع الحاجات أو الدافع حتى تحين الفرص المناسبة..."^(٢). هنا ذكر السبب الرئيس من مسببات الإحباط وهو البيئة، ثم أرففه بما يندرج تحته من أسباب فرعية وذكر منها:

الأسباب المادية: كالمجاعات والحرائق والزلازل.

الأسباب الاجتماعية: كالمحظورات والنواهي والزواج وقواعد السلوك بصفة عامة، ويندرج تحت هذا الفرع أيضا ما ذكره من أن الحروب والأزمات الاقتصادية والمنافسة الشديدة، وعدم تكافؤ الفرص، والتعصب الديني والأجناسي، وعدم

(١) الدكتور عبد المنعم الحفني: عالم نفساني معاصر، له عدة مؤلفات في مجال علم النفس والفلسفة وغير ذلك، من مؤلفاته: ١/ موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ٢/ المعجم الموسوعي للتحليل النفسي، عربي - إنجليزي - فرنسي - ألماني، ٣/ موسوعة الفلسفة، ٤/ البراهين العقلية على وجود الله، ٥/ موسوعة الطب النفسي، انظر كتابه: الموسوعة النفسية، علم النفس في حياتنا اليومية، المرجع السابق، ص: ١ - ٤.

(٢) عبد المنعم الحفني، موسوعة الطب النفسي، موسوعة الطب النفسي، مرجع سابق، ص: ١٤.

الاستقرار الاجتماعي كلها عقبات تسبب الإحباط^(١).

وهذا المنحى هو عينه الذي انتحاه علماء الصحة النفسية في تقسيمهم للإحباط كما مرّ، إنهم جعلوا البيئة عاملاً رئيساً في التأثير والتأثر.

حقاً إن البيئة لها تأثيرها في الكائن الحي وليس لأحد أن ينكر ذلك، لقول النبي ﷺ: "كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ، أَوْ يُنَصِّرَانِهِ، أَوْ يُمَجِّسَانِهِ كَمَثَلِ الْبُهِيمَةِ تُنْتَجُ الْبُهِيمَةُ هَلْ تَرَى فِيهَا جَدْعَاءَ"^(٢). لكن لا ينبغي انصباب جميع الاهتمامات عليها فقط وترك الجوانب الأخرى؛ لأن الإنسان عندما يكبر ويصبح رشيداً، تتكون لديه قدرات في تغيير سلوكه من قرارة نفسه، وللدين أيضاً أثره في التأثير على الإنسان، وغير ذلك من الأشياء.

وعليه فيرى الباحث أن من أسباب اليأس والإحباط ودوافعهما أيضاً أسباباً أخرى غير صادرة من البيئة، إذ قد يصاب الشخص بالإحباط واليأس لأسباب كامنة في نفسه، أو ناتجة عن عمله، وقد ييأس الإنسان ويحبط باعتباره ما بينه وبين الله عز وجل، فمن أسباب اليأس والإحباط إذًا: أسباب نفسية، وأسباب عملية بدنية، وأسباب بين الإنسان وخالقه.

المطلب الثاني: أسباب نفسية

ومنها ما يلي:

١. الضعف النفسي:

يُعدّ من الضعف والعجز النفسي الاستسلام للمواقف الإحباطية، وعدم مواجهة الأمور الصعاب بالإقدام والحزم. إن شعور الإنسان بالضعف أو العجز عن القيام بأعمال يمكن أن يقوم بها غيره، أو حل مشكلة تواجهه، يعد مرضاً من الأمراض النفسية التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية، كما تؤدي إلى اليأس والإحباط، ومن ثم

(١) المرجع السابق، ص: ١٤.

(٢) متفق عليه، أخرجه البخاري - واللفظ له - عن أبي هريرة، انظر: فتح الباري بشرح صحيح البخاري للحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، كتاب الجنائز، باب ما قيل في أولاد المشركين، رقم الحديث: ١٣٨٥، ج ٣، ص: ٢٤٥-٢٤٦، ومسلم عنه أيضاً في صحيحه، مصدر سابق، كتاب القدر، باب معنى كل مولود يولد على الفطرة، الحديث: ٢٦٥٨، ج ٣، ص: ٢٠٤٧.

الفصل الأول

يفقد الإنسان سعادته، ولذا مدح الرسول ﷺ القوة النفسية في قوله: "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ..." الحديث^(١)، وقد قال الله تعالى في وصف أولي البر «وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ» [البقرة: ١٧٧] فهذه الأوصاف الحميدة من القوة والصبر عند الشدائد، من المبادئ التي ربي الإسلام الإنسان المسلم على أساسها، وبها ينجو من الأمراض والاضطرابات النفسية^(٢).

٢. الخوف من الفشل:

يوجد في المجتمعات كثير من الناس يتقاعسون عن النهوض إلى الأهداف السامية، مع أنهم يمتلكون من الإمكانيات ما يؤهلهم لتحقيقها، وهناك كثير منهم إذا همّوا بعمل مشروع علمي أو عملي، أو تجاري أو دعوي، أو أي شيء آخر فإن المخاوف من الفشل تعوقهم عن هذا العمل، وإذا سئلوا عن ذلك لا تكون إجابتهم إلا أن يقولوا: نخاف من الفشل، ولو أنهم حاولوا وقدموا كلّ ما في وسعهم، لكفاهم ذلك شرفاً، إذ أن من واجب الإنسان أن يقدم كلّ ما في وسعه، وأما النتيجة فأمرها إلى الله.

إن المخافة من الفشل تسبب للإنسان ضرراً من اليأس كثيرة، وتجره إلى الإحباطات، وما أشبه حال من كان الخوف من الفشل عذره عن تحقيق أهدافه بقول الشاعر:

وَعَاجِزُ الرَّأْيِ مِضْيَاعٌ لِفُرْصَتِهِ حَتَّى إِذَا فَاتَ أَمْرٌ عَاتَبَ الْقَدَرَا

إذا كان الخوف معتدلاً يحمل الإنسان على أن يدرس الجدوى، وأن يخطط للموضوع تخطيطاً سليماً، أو أن يستشير وأن لا يتعجل فهذا جيد، أما إذا كان خوفاً مرضياً، قلقاً عصابياً، يجعله لا يقدم على أي مشروع، ولا يقوم بأي عمل، فلا شك أنه حينئذ بحاجة إلى علاج^(٣).

٣. توقع حدوث مكروه والتأثر بالإرجاف:

(١) سبق تخريجه، راجع ص: ٣٠.

(٢) مقدار بالجن، طريق السعادة، القاهرة، دار الصحوة للنشر والتوزيع، ط٢، ١٤٠٨ هـ، ١٩٨٧ م، ص: ٣٤-٣٥.

(٣) سلمان العودة، مقال بموقع: الإسلام اليوم، بالإنترنت، بتاريخ: ١٤٢٤ هـ، ٢٠٠٤ م،

توقع حدوث مكروه أو زوال أمر محبوب مرض من الأمراض النفسية المعقدة التي تسبب اليأس والإحباط؛ لأنه ليس من الحكمة في شيء أن يكثر الإنسان من الشعور بالاستياء لمكروه يتوقع حدوثه، أو محبوب يتوقع زواله، دون أن يعطي للاحتمالات الإيجابية قدرًا من العناية، وقد قيل في المثل: لا تجعل سحب الغد تغطي شمس اليوم. وللخيالات والأوهام دور مهم في تسبب الأفكار الرديئة في بعض النفوس التي تسترسل لها، وتنقاد إليها، فهي تكدر ما صفا، وتنغص ما طاب من العيش، وقد يؤدي ذلك لبعض أصحاب هذه النفوس إلى الأمراض النفسية العصبية، فيذهبون إلى المستشفيات والحال أنه ليس هناك أي مرض يعانونه، إنما هو الوهم والخيال^(١).

أما التأثير بالإرجاف فضرره كامن في نفوس الذين يتأثرون بكل ما يقال إنه سيحدث، ويهالهم كل ما يذاع أنه سيقع، حتى يسبب لهم خوف وقوعه قلقا شديدا، وخوفا رهيبا أكثر مما لو وقع بالفعل ذلك الأمر المخوف، وقد يجرحهم التأثير بالأراجيف إلى الأمراض القلبية والبدنية التي منها اليأس والإحباط.

٤. التأثير بالنقد الهدام:

من العقبات التي تواجه المرء عند تحقيق أهدافه الانتقادات الموجهة إليه من غيره، لذا أمرنا الرسول ﷺ بإخفاء أمورنا إلى أن يتحقق النجاح المنشود، ولا نبوح بأسرارنا إلى كل أحد، قال عليه الصلاة والسلام: "إِسْتَعِينُوا عَلَى نَجَاحِ حَوَائِجِكُمْ بِالْكَيْمَانِ لَهَا، فَإِنَّ كُلَّ ذِي نِعْمَةٍ مَحْسُودٌ"^(٢)، لكن إذا فوجئ الإنسان بظهور أسرارهِ، ووجد من بعض الحاسدين انتقادات هدامة بقصد صرفه عن مقصده النبيل، فعليه حينئذ أن لا يستسلم لهذه الانتقادات الموجهة إليه، بل يكون رابط الجأش ثابت القلب، لأن التأثير بالنقد الهدام – أيا كان نوعه ومصدره – يُعدّ من أسباب اليأس والإحباط التي لا ينبغي للحازم الالتفات إليها.

إن من واجب الإنسان أن يفرق بين نوعين من النقد: البناء والهدام، فإذا كان النقد

(١) عبد الرحمن السعدي، الوسائل المفيدة للحياة السعيدة، دار ابن خزيمة، ١٤١٥هـ، ص: ٣٦-٣٧.

(٢) رواه البيهقي عن معاذ بن جبل، انظر: شعب الإيمان للبيهقي، تحقيق: أبي هاجر محمد السعيد بن بسيوني زغلول، بيروت – لبنان، دار الكتب العلمية، ط ١، ١٤١٠هـ، ١٩٩٠م، باب في الحث على ترك الغل والحسد، الحديث: ٦٦٥٥، ج ٥، ص: ٢٧٧.

الفصل الأول

يخلو من التجريح الشخصي، ويركز على جوانب النقص في العمل دون مبالغة، ويبين كيفية استكمالها فهو نقد بناء، فعليه أن يرحّب به، وينظر فيه بإمعان، ويسعى إلى تصويب الأخطاء التي أشار إليها الناقد، أما إذا كان النقد موجها لاستغلال النقص، والتجريح والتشفي، مع عدم الاهتمام بتصويب الأخطاء أو التنبّي لما فيه من كمال، فهو حينئذ نقد هدام يجب عدم الاشتغال به أو التأثر بمضمونه^(١).

٥. عدم تحديد الأهداف:

من أسباب النجاح في الحياة تحديد الأهداف التي يسعى الشخص إلى تحقيقها، وأن يكون في مقدوره القيام بها، فلا يسعى إلى ما لا طاقة له به، أو يخطط ما لا نتيج له إمكاناته تنفيذه، وقد قيل: "رحم الله امرأ عرف قدر نفسه فوقف عنده" وبالمقابل فعلى الإنسان الحذر من إهدار الطاقات، أو تجميد الإمكانيات المتاحة له، والانشغال بأهداف متواضعة جدا مع إمكان القيام بغيرها، فالتعلق بالأهداف الخيالية أو الانشغال بالأهداف المتواضعة كلاهما يجر الإنسان إلى إضاعة الوقت، وتضييع الفرصة، نتيجة عدم تحديد الأهداف ووضوحها، فيصبح الإنسان غير قادر على الوصول إلى ما يريد، فيركن إلى اليأس والقنوط^(٢) ويسبب ذلك له الإحباط، ورحم الله المتنبي^(٣) حيث يقول:

وَلَمْ أَرْ فِي عُيُوبِ النَّاسِ شَيْئًا كَنَقْصِ الْقَادِرِينَ عَلَى التَّمَامِ^(٤)

٦. التركيز على الجانب السلبي والتغافل عن الجانب الإيجابي:

مما يسعد الإنسان في حياته، تذكر الحالات التي مرّ بها من النصر والنجاح،

(١) عوض بن محمد القرني، مصدر سابق، ص: ٦٩-٧١.

(٢) المرجع نفسه، ص: ١٦-١٩.

(٣) هو أبو الطيب أحمد بن الحسين بن الحسن الجعفي، الكندي، المعروف بـ "المتنبي" ولد سنة: ٣٠٣هـ، بالكوفة، قال ابن خلكان رحمه الله تعالى فيه: "واشتغل بفنون الأدب ومهر فيها، وكان لا يسأل عن شيء إلا واستشهد فيه بكلام العرب من النظم والنثر"، وكان سيف الدولة يحبه كثيرا ويقدره عند مجالسه، وكان شاعرا ماهرا في الشعر، توفي رحمه الله عام: ٣٥٤هـ، انظر: أحمد بن محمد بن خلكان، وفيات الأعيان، وأنباء أبناء الزمان، تحقيق: يوسف علي طويل، ومريم قاسم طويل، بيروت - لبنان، دار الكتب العلمية، ط١، ١٤١٦هـ، ١٩٩٨م، ج ١، ص: ١٣٤.

(٤) أبو الطيب المتنبي، ديوان المتنبي، بيروت - لبنان، المكتبة الثقافية، ب ت، ب ط، ص: ٤٨٣.

والغبطة والسرور، ومقارنتها بما حل به من بؤس وشقاء، وهزيمة وبلاء، مع ترجي زوال المكاره والمضار، باتخاذ السبل الواقية، أما التركيز فقط على الجانب السلبي، وعدم تذكّار الجوانب الإيجابية الماضية، فإن ذلك يسبب له اليأس، ويلجئه إلى الإحباط، لذا عاتب الله سبحانه وتعالى أصحاب نبيه عليه الصلاة والسلام في غزوة أحد بقوله: «يَا أَصْبَحْتُمْ مُصِيبَةً قَدْ أَصَبْتُمْ مِثْلَهَا قُلْتُمْ أَنَّى هَذَا قُلْ هُوَ مِنْ أَنْفُسِكُمْ» آل عمران: ١٦٥.

المطلب الثالث: أسباب عملية بدنية

ومنها ما يلي:

١. السامة والملل:

مما يساعد الإنسان في حياته اختراع الأعمال المفيدة، وتنويع الأهداف المرجوة، وعدم السير في حياته على وتيرة واحدة؛ لأن الفراغ النفسي يؤدي إلى الملل، والملل يؤدي بدوره إلى الضجر الذي يملأ النفس بالقنوط، ومن ثم إلى التعاسة والشقاء في الدنيا والآخرة. وإذا تحقق للنفس كلّ ما ترغب فيه من حظوظ فإنها تسأم في آخر المطاف، وإذا شبعت ماتت، كما أن التقدير على النفس، وحرمانها من حقوقها من الطيبات والمباحات يعطبها ويحبطها.

إن كلّ شيء في هذا الكون يسير في توازن واعتدال بحكمة الحكيم العليم، بلا إفراط ولا تفريط، أو إسراف أو تقصير، وهكذا يجب أن تكون حال النفس الإنسانية^(١).

٢. التكاسل والتواني:

الكسل والعجز النفسي صنوان يجران إلى الرضا بالدون، إلا أن العجز والضعف النفسي من الأعمال النفسية الروحية، والكسل من الأعمال البدنية، لكأن العجز النفسي يوحى إلى البدن أن أطع ما أمرك به من لزوم الدعوة، وحب الكسل والهويناء، وإذا لبي نداء جره إلى اليأس والإحباط، وخسر خسرانا مبيّنا.

إن كبار النفوس لا يعرفون الكسل، ولا يلتفتون لنداء داعي التواني والعجز

(١) انظر: حسن الشرقاوي، مرجع سابق، ص: ١٠٦-١٠٩. بتصرف.

فيجيبيون، وإنما يواجهون الأمور بصدق عزيزة، وهمة عالية، وحزم وإقدام، كما قال الشاعر:

وَإِذَا كَانَتْ النُّفُوسُ كِبَارًا تَعَبَتْ فِي مُرَادِهَا الْأَجْسَامُ^(١)

وقال آخر:

أَلَا فِي سَبِيلِ الْمَجْدِ مَا أَنَا فَاعِلٌ عَفَافٌ وَإِقْدَامٌ وَحَزْمٌ وَنَائِلٌ^(٢)

٣. الفشل بعد تقديم كل ما في الوسع من القدرات:

الثقة بالنفس وعدم الشعور بالضعف والعجز تدفع الإنسان إلى مواجهة المواقف الإحباطية بالتفاؤل، وتوقع الخير دائماً، لكن ضعيف النفس الذي لا يثق بها إذا قدم محاولات عديدة، ولم ير ثمرات جهوده سرعان ما ينقلب عن أهدافه، وينصرف عن طموحه.

إن الأهداف المنشودة – ولو تباطأ تحقيق النجاح فيها – لا ينبغي للإنسان أن ييأس من تحقيقها، بل عليه إعادة المحاولة دائماً حتى يتم تحقيق النجاح المنشود، إلا إذا تحقق الإنسان أن إمكانياته لا تسمح له بتحقيقها، وأن فرصه لا تعينه على إكمالها فعليه حينئذ أن يصرف الاهتمام إلى تغيير أهداف أخرى ممكنة التحقق كما قال الشاعر:

إِذَا لَمْ تَسْتَطِعْ شَيْئًا فَدَعُهُ وَجَاوِزُهُ إِلَى مَا تَسْتَطِيعُ^(٣)

٤. انتهاج الفوضى وعدم التنظيم:

خلق الله الخلاق كلها على نظام دقيق لا محل فيه للفوضى ولا الاضطراب، قال تعالى: «وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ مَقْدَرًا» الفرقان، ومنح الإنسان قدراً من الحرية والاختيار ليستطيع من خلالها تنظيم حياته أو تركها فوضى، فإذا لم ينظم الإنسان حياته فيما أعطي له حق الاختيار فيه، ويرتق بها إلى نحو أفضل، فمصيره إلى الاضطراب والفوضى، ثم الإصابة باليأس والإحباط.

إن التنظيم في الحياة يسعى إلى استخدام الوسائل الممكنة لتحقيق الأهداف

(١) أبو الطيب المتنبي، مرجع سابق، ص: ٢٦١.

(٢) أبو العلاء المعري، سقط الزند، شرح: أحمد شمس الدين، بيروت – لبنان، دار الكتب العلمية، ط ١، ١٤١٠ هـ، ١٩٩٠ م، ص: ١٠٦.

(٣) هذا البيت لعمر بن معدي كرب الصحابي رضي الله عنه.

المنشودة من خلال خطة محكمة^(١) وتركه يسبب الفشل وحرمان الأمان.

٥. عدم التعامل اللائق مع مسببات الهم والحزن:

مسببات الهم والحزن كثيرة جداً، منها: المصائب التي تحل بالإنسان، وهي لدى المؤمن لها اعتبار خاص، فهي إما أن تكون كفارة لذنوبه، أو رفعة لدرجته، كما سيأتي ذلك مفصلاً إن شاء الله في الفصل القادم.

ومن هنا الأشغال الكثيرة، والعمل الدائم، والركض اللاهث وراء متاع الدنيا دون إعطاء العقل والنفس والجسد حقها من الراحة الضرورية^(٢).

ومن هنا العقبات التي تحول بين المرء وتحقيق أهدافه. فهذه المسببات إذا لم يتعامل معها الإنسان تعاملًا لائقًا اعترته الهموم والأحزان في حياته اليومية، وإذا تمكنت هذه الأحزان والهموم من قلب الإنسان، فإنه لا يرتاح إلى تنفيذ أي شيء مرغوب إلا إذا خفف وطأتها وسيطر على جنودها، وتقمص لباس الهدوء والسكينة. ومما يساعده على ذلك اللجوء إلى الله، فقد روي عن نبينا محمد ﷺ أنه كان يكثر من قول: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الهمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ"،^(٣) ويوصي الحكماء أيضاً أن يبادر الإنسان إلى النظر في سبب الغم الوارد عليه، فإن كان مما يمكن دفعه وإزالته جعل بدل الغم فكراً في الحيلة لدفع ذلك السبب وإزالته، وإن كان مما لا يمكن ذلك فيه أخذ على المكان في التلهي عنه والتناسي له، وعمل في محوه عن فكره وإخراجه عن نفسه؛ وذلك لأن الذي يدعوه إلى المقام على الغم في هذه الحالة هو الهوى لا العقل، إذ العقل لا يدعو إلا إلى ما جلب نفعا عاجلاً أو أجلاً^(٤).

٦. استعجال النتائج:

العمل مع استعجال النتائج الإيجابية يصيب المرء بالإحباط، ويقعده عن العمل؛

(١) عوض محمد قرني، مرجع سابق، ص: ٢٧-٢٨.

(٢) عدنان الشريف، مرجع سابق، ص: ١٨٣.

(٣) أخرجه البخاري عن أنس، انظر: فتح الباري، مصدر سابق، كتاب الدعوات، باب التعوذ من غلبة الرجال، ج ١١، ص: ١٧٣.

(٤) أبو بكر الرازي، رسائل فلسفية؛ كتاب الطب الروحاني، بيروت، دار الآفاق الجديدة، ط ٥، ١٤٠٢هـ، ١٩٨٢م، ص: ٦٩.

لأن الذي يسعى إلى تحقيق أهدافه، ويتوقع الحصول على نتائجها المرجوة بين عشية وضحاها، ولا يلتزم بالتأني والتريث، يجرّ نفسه إلى ما ليس في وسعها وما لا طاقة لها به، ويسبب لها اليأس عن تحقيق الغاية المنشودة، إنما الواجب على الإنسان أن يبذل الجهد مع التفاؤل بالنصر سواء أ طال الزمن أم قصر، وقد ورد في الحديث قوله ﷺ: "يُسْتَجَابُ لِأَحَدِكُمْ مَا لَمْ يَعْجَلْ يَقُولْ: دَعَوْتُ فَلَمْ يُسْتَجَبْ لِي"^(١).

المطلب الرابع

أسباب بين الإنسان وخالقه

ومنها ما يلي:

١. فقدان الإيمان بالمبادئ الروحية الثابتة:

إن الإيمان الحقيقي بالله سبحانه وتعالى، والأخذ بتعاليمه وإرشادات خاتم أنبيائه ورسله، يثمر في قلب الإنسان الطمأنينة والسكينة، ويفيض عليه الثبات والاستقرار وعدم التذبذب والشتات. أما الذي لا يتقيد بتعاليم السماء، ولا يلقي لأوامره تعالى وتوجيهات رسله أي بال - مهما بلغ من الرقي المادي - فإنه يتخبط تخبط العشواء، لا يستقر على حالة، ولذا وصف الله عز وجل حالته هذه بقوله: «وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيحٍ»^(٢) [الحج]. وعليه فإن فقدان الإيمان أو ضعفه يورثان الشك في قلب الإنسان، والشك بدوره يسبب القلق واليأس والإحباط^(٣).

٢. الشعور بالذنب:

الذنوب والمعاصي التي ارتكبتها الإنسان أو لا يزال مصرا عليها، أحيانا تحرمه من السعادة، والكثير من الناس إذا همّ أن يسعد أو ينال تراءت له ذنوبه ومعاصيه، فتتغير حاله ويشعر بالقلق، لذا على الإنسان أن يتعلم كيف يتعامل مع الأخطاء، وأن لا تتحول إلى سيف مسلط عليه، عليه أن يلجأ دائما إلى الاستغفار، ويدري أنه لن ينجي أحدا منا عمله، وإنما النجاة برحمة الله، قال تعالى: «وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَحْشَةً أَوْ ظَلَمُوا

(١) أخرجه البخاري عن أبي هريرة في صحيحه، مصدر سابق، كتاب الدعوات، باب: يستجاب للعبد ما لم يعجل، الحديث: ٥٩٨١، ج ٥، ص: ٢٣٣٥.

(٢) مقدار الجحيم، طريق السعادة، ص: ٢٩.

أَنْفُسَهُمْ ذَكَّرُوا اللَّهَ فَأَسْتَغْفِرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ اللَّهُ لَهُ لَا يَأْسُ لَهُ شَيْءٌ مِمَّا فَعَلُوا وَلَهُمْ يَوْمَئِذٍ أَجْرٌ عَظِيمٌ [آل عمران: ١٣٥] (١).

وإن الإحساس بالذنب يسبق أغلب الأمراض النفسية المعروفة، فهو السبب الدقيق للخلل وضعف الثقة بالنفس، وازدراء النفس، والشك، والتوجس، وتجسيم التوافه، والشعور بحقارة النفس، والنقص، والانتباه، والمخاوف بأنواعها، وهو السبب أيضا لليأس والإحباط (٢).

٣. الغفلة عن ذكر الله:

إن لزوم ذكر الله تعالى وصدق توجهه له يفتح للإنسان باب الأمل والسعادة الأبدية، في هذه الدار وفي تلك الدار، قال تعالى: «وَالَّذِينَ كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ» (٣٥)، كما أن الغفلة عن ذكره تعالى وعدم التسلح بأسلحة الأدعية والأذكار يفتح له باب اليأس والتعاسة، ويدع للشيطان الفرصة لافتراسه، قال تعالى: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا» [طه: ١٢٤]، وقال أيضا: «وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ» (٣٦).

(١) سلمان العودة، مقال بموقع: الإسلام اليوم، بالإنترنت، بتاريخ: ١٤٢٤هـ، ٢٠٠٤م،

HTTP://WWW/islamtoday.net.

(٢) مقداد يالجن، مرجع سابق، ص: ٢٧، على لسان فرويد، عالم نفساني معاصر.

المبحث الرابع

تصور عام لظواهر اليأس والإحباط وآثارهما السيئة

وفيه مطلبان:

- المطلب الأول: ظواهر اليأس لدى المسلمين اليوم وآثاره السيئة:
- المطلب الثاني: ظواهر الإحباط وآثاره السيئة:

في هذا المبحث سيحاول الباحث قدر الإمكان تصوير الظواهر والآثار لليأس والإحباط، وهو يتصور أن كثيرا من الناس مصابون بهذا الوباء، سواء أكانوا مسلمين أم غيرهم، كما يتصور أن هناك أشياء سببها اليأس للمسلمين فأصبحت آثارها سيئة يجب القضاء عليها، كما أن هناك أشياء سببها الإحباط لغير المسلمين، وإن كانت أيضا قد أصابت المسلمين لكن نسبة إصابتها إياهم ضعيفة بالمقارنة مع غيرهم، والقرآن كما هو معروف شفاء لأمرض الناس جميعا، كما قال تعالى: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْمُ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» [يونس: ٥٧].

المطلب الأول

ظواهر اليأس لدى المسلمين اليوم وآثاره السيئة

أما ظواهر اليأس التي يتصور الباحث أنها خلفت آثارا سيئة لدى المسلمين اليوم، فتنحصر أهمها في أربعة أشياء: التخلف، والضعف، والتقليد الأعمى، والرضا بالدون، وإنما بنى الباحث نظريته هذه بالرجوع إلى طبيعة هذا الدين واعتمد على أنه لم يرض بأي شيء من هذه الظواهر الأربعة، كيف وقد أنزل الله في غير ما آية من القرآن ما يدل أن هذه الأمة أفضل الأمم، «كُنتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ» آل عمران: ١١٠، ووصفها بأنها الأعلى، كما في قوله تعالى: «وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» [آل عمران: ١٣٩]، ونهاها الله تعالى عن أن تكون كبنى إسرائيل في عدم الجد في الدين، كما في قوله تعالى: «أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِن قَبْلَ فَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَكَثِيرٌ مِّنْهُمْ فَاسِقُونَ» [الحديد: ١٦]، وقد فسر معنى الآية بأنه نهى للمؤمنين أن يتشبهوا بالذين حملوا الكتاب من قبلهم من اليهود والنصارى، فإنهم لما تطاول عليهم الأمد بدلوا كتاب الله الذي بأيديهم، واشتروا به ثمنا قليلا، ونبذوه وراء ظهورهم، وأقبلوا على الآراء المختلفة، والأقوال المتفككة، وقلدوا الرجال في دين الله، واتخذوا أخبارهم ورهبانهم أربابا من دون الله، فقست قلوبهم، وصار من سجيبتهم تحريف الكلم عن مواضعه، ولهذا نهى المؤمنون أن يتشبهوا بهم في شيء من الأمور الأصلية

الفصل الأول

والفرعية^(١) ولكأن طول الأمد أنسى طبيعة هذا الدين فتفتشت هذه الظواهر والآثار السيئة، فأخذ المسلمون يتساءلون من أين جاءت هذه الأشياء وكيف جاءت؟ والجواب أنها جاءت من عند أنفسهم، وستتغير إذا تغيروا، وفي الأسطر التالية بيان لهذه الظواهر:

١/ التخلف:

إن الأمة الإسلامية التي كان رسولها محمدًا ﷺ أفضل الرسل قاطبة، وكان الكتاب المنزل عليها القرآن، خير الكتب المنزلة على الإطلاق، إن أمة كان هذا شأنها لجديرة بأن تقود زمام العالم، وتترعمه في كل الأمور، وهكذا أراد لها خالقها سبحانه وتعالى، ولكن للأسف أصابها تخلف في مجالات شتى: تخلف في مجال القيادة، وتخلف في مجال الاقتصاد والصناعة، وتخلف في مجال العلم والتقنية، وما جاءت هذه الأنواع من التخلف إلا لسبب اليأس الذي تطرق إلى القلوب وظهرت آثاره في الأعمال، ويمكن توضيح أنواع هذا التخلف فيما يلي:

أ: التخلف القيادي:

أما التخلف في القيادة والسياسة فهو أول بلاء ابتليت به هذه الأمة. جاء في الحديث الشريف: "لَتُنْقَضَنَّ عُرَى الْإِسْلَامِ ، عُرْوَةٌ عُرْوَةٌ، كُلَّمَا انْقَضَتْ عُرْوَةٌ، تَشَبَّثَ النَّاسُ بِأَلْتِي تَلِيهَا ، فَأَوَّلُهُنَّ نَقْضُ الْحُكْمِ، وَآخِرُهُنَّ الصَّلَاةُ"^(٢). لقد تخلى المسلمون عن الدور المنوط بهم في قيادة البشرية وتوجيهها وهدايتها، فتداعت عليهم الأمم والشعوب لكي يظفر كل بما يريد، وصاروا في تخلف وجمود ... وقد ظهر نقض عروة الحكم في هذا العصر الحديث حين بلغ المسلمون غاية التدهور، فقد كان الإسلام طوال القرون السابقة أعمق في النفوس من أن يستبدل به أي منهج آخر، وكانت الجاهلية أحقر من أن تطاوله أو تطمع في أبنائه^(٣).

(١) ابن كثير، مصدر سابق، ج ٤، ص: ٣١١.

(٢) أخرجه ابن حبان في صحيحه، انظر: صحيح ابن حبان، لمحمد بن حبان أبي حاتم البستي، تحقيق: شعيب الأرناؤوط، بيروت، مؤسسة الرسالة، ط ٢، ١٤١٤هـ/ ١٩٩٣م، الحديث: ٦٧١٥، ج: ١٥، ص: ١١١.

(٣) جميل عبد الله المصري، حاضر العالم الإسلامي وقضايا المعاصرة، مطابع الجامعة الإسلامية، بالمدينة المنورة، ط ٢، ١٤١٠هـ/ ١٩٨٩م، ج: ١، ص: ١٨١.

إن النظرة إلى أحوال الحكومات القيادية في العالم الإسلامي، توحى بالحيرة والشك، فإن الأخوة الإسلامية مهزومة في القضية الكبيرة، وانهزامنا ليس جديداً، فقد سبقته خيانات جسيمة في أحوال مشابهة، والواقع أن درجة الإسلام سياسياً وثقافياً، تمخّضت عن ارتداد ملحوظ في إعلان بعض الأحزاب عن "علمانيّتها"، وفي رفض حكومات شتى للانتماء الإسلامي. ولولا الوجل من علامات الحياة التي ينتفض بها الكيان الإسلامي بين الحين والحين لأعلنت بعض الحكومات العربية انسلاخها عن الإسلام جملة وتفصيلاً^(١).

لا شك أن مما جرّ إلى هذه الحالة الشعور باليأس في قلوب كثير من أبناء الأمة الإسلامية، وعدم السعي الحثيث وإعداد العدة لإعادة هوية الإسلام بين المسلمين لكي يسعد العالم بأكمله.

ب: التخلف الاقتصادي والصناعي:

إن التخلف الذي أصاب المسلمين في مجال الاقتصاد والصناعة هو أبشع تخلف؛ لأنه فتح باباً على مصراعيه للمستعمرين والمستشرقين ليتوغلوا إلى بلاد المسلمين، ويعيثوا فيها فساداً، ويفرضوا نظامهم الاقتصادي المبني على الربا والسحت.

لقد هبّ الله عز وجل للأمة الإسلامية كلّ ما تستغني به عن سواها في الاقتصاد، فجعلها في أهم البلاد موقعا، وأطيبها بقعة، وأخصبها أرضاً، وقد يستأنس من حكمة ذلك أن الله أراد لهذه الأمة أن تستغل ثروات أرضها، وتبني مجدها، وتستغني عن عداها، لتعبد الله في سكينه ووقار، لكن مع هذه النعمة التي أنعم الله بها على العالم الإسلامي لم تستغل الأمة هذه الفرصة للتقدم والرقى، فبدلاً من أن تكون دولها دولا صناعية فإذا بها دول مستهلكة، لا تقدر أن تصدر شيئاً يحتاج إليه العالم، وهذا التخلف لم يتوقف على نظام الأموال والعلاقات التجارية فحسب، بل تعدى إلى مجال الصناعات الحربية التي أمر الله الأمة بأن تعد كلّ ما استطاعت من قوة لمجابهة أعدائها^(٢)، فهذا لا شك من العجز الذي استعاذ منه النبي ﷺ^(١) وحرىّ بالأمة أن

(١) محمد الغزالي، سر تأخر العرب والمسلمين، القاهرة، نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع، ط ٤، ٢٠٠٠، ص: ١١٠.

(٢) وذلك في قوله تعالى: **وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ**

ج: التخلف العلمي والتقني:

المسلمون الأوائل أدركوا حكمة الباري جل وعلا من جعل أول ما نزل من القرآن الكريم «أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ» [العلق]، فعكفوا على العلوم الدينية والطبيعية إبداعا وإنتاجا، وأثروا حقول العلوم والمعارف بكل ما تحتاج إليه البشر أجمعون، أما في العلوم الشرعية الدينية فمؤلفاتهم المتوفرة التي لا يزال القراء يتداولونها جيلا بعد جيل أكبر دليل على ذلك. وأما في العلوم الطبيعية والتقنية فحتى الغربيون المنصفون أقرّوا ذلك بأنفسهم.

يقول غوستاف لوبون^(٣): "إن حضارة العرب المسلمين قد أدخلت الأمم الأوربية الوحشية في عالم الإنسانية، فلقد كان العرب أساتذتنا... وإن جامعات الغرب لم تعرف لها موردا علميا سوى مؤلفات العرب، فهم الذين مدّنوا أوربا مادة وعقلا وأخلاقا، والتاريخ لا يعرف أمة أنتجت ما أنتجوه...".

ويقول روم رولان^(٤): تفرد العلم الإسلامي بأنه لم ينفصل عن الدين قط، والواقع أن الدين كان ملهمه وقوته الدافعة الرئيسة، ففي الإسلام ظهر العلم لإقامة الدليل على الألوهية^(٥).

يُؤَدُّ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ ۖ فِي الْأَنْفَالِ: ٦٠.

(١) كما ورد في الحديث الذي سبق تخريجه: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ"، راجع، ص: ٤٩.

(٢) يوسف القرضاوي، أين الخلل، القاهرة، مكتبة وهبة، ط٦، ١٤١٧هـ/ ١٩٩٧م، ص: ١٥-١٧.
(٣) غوستاف لوبون: طبيب وعالم اجتماعي فرنسي، ولد سنة: ١٨٤١م، وتوفي سنة: ١٩٣١م، كان رائد علم الاجتماع، ودعا إلى تفسير السلوك الجماعي بالمقارنة بين نفسيات فردية. من كتبه: "نفسية الجماهير" و"علم النفس في الأزمنة الجديدة". انظر: فردينان توتل، المنجد في الأعلام، بيروت، دار المشرق، ط١٥، ١٩٨٧م، ص: ٤٩٥.

(٤) روم رولان أديب فرنسي، ولد سنة ١٨٦٦م، وتوفي سنة: ١٩٤٤م، دعا إلى نبذ العنف ونشر الحب بين الناس، من رواياته: "النفس المسحورة" و"جان كريستوف" جائزة نوبل ١٩١٥م، انظر: فردينان توتل، مرجع سابق، ص: ٢٧٠.

(٥) سلمان العودة، الإسلام والعلم المادي، مقال بموقع: الإسلام اليوم، بالإنترنت، بتاريخ:

٢٣/١٢/١٤٢٤هـ، ١٤/٢/٢٠٠٤م. [HTTP/WWW/islamtoday.net](http://www.islamtoday.net).

هكذا كان أسلاف الأمة الإسلامية بارعين في كل علم، والشيء المحزن أن الأمر تغير تماما بالمقارنة مع حاضر الأمة اليوم، فقد كَلَّتْ الهمم وأصبنا بالجذب العلمي، حتى بلغ الأمر ببعضنا أنهم كانوا يفرقون بين العلم الشرعي والعلم التقني، كأن لم تكن علاقة بينهما، والحاصل أنهما شيء واحد، أمر الله بطلب كل منهما ليحصل التكامل المطلوب.

والجدير بالذكر هنا أن التخلف العلمي والتقني الذي نعيشه مع التقدم الهائل عند الغرب له أثر سلبي عميق في نفوسنا وعزائمننا... حيث الشعور بالانهزامية، والاندحار الذاتي أمامهم، وشعورنا بأننا لا نستطيع أن نقدم شيئا، مما يولد حالة من الانهيار الأخلاقي والقيمي، وترسيم الغرب على أنهم هم المثل الذي يجب أن يحتذى به في كل شيء^(١) هذا أهم أنواع التخلف الذي تعاني منه الأمة اليوم.

٢/ الضعف:

أما الضعف فهو الظاهرة الثانية التي تفشت في هذه الأمة، وهو من ضمن المصائب التي أصيب بها المسلمون، لما تركوا تعاليم دينهم الحنيف، فصارت أحوالهم كما وصفها الرسول ﷺ في قوله: "تَدَّاعَى عَلَيْكُمُ الْأُمَمُ كَمَا تَدَّاعَى الْأَكَلَةُ إِلَى قَصْعَتِهَا، فَقَالَ قَائِلٌ: وَمَنْ قَلَّةٌ نَحْنُ يَوْمَئِذٍ؟ قَالَ: بَلْ أَنْتُمْ يَوْمِئِذٍ كَثِيرٌ، وَلَكِنَّكُمْ غُثَاءٌ كُغُثَاءِ السَّيْلِ، وَلَيَنْزِعَنَّ اللَّهُ مِنْ صُدُورِ عَدُوِّكُمْ الْمَهَابَةَ مِنْكُمْ، وَلَيَقْذِفَنَّ اللَّهُ فِي قُلُوبِكُمُ الْوَهْنَ، فَقَالَ قَائِلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَمَا الْوَهْنُ؟ قَالَ: حُبُّ الدُّنْيَا وَكَرَاهِيَّةُ الْمَوْتِ"^(٢).

إن في هذا الحديث الشريف لصورة واضحة، ومثالا واقعيا لما آل إليه أمر العالم الإسلامي في عصرنا الحاضر: ضعف، وعجز، ووهن، والعجب كل العجب أن هذا الضعف لم يكن منحصرا في زاوية واحدة معينة، بل شمل كل النواحي الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والعلمية، بل حتى من الناحية الدينية عمن الضعف، اللهم إلا ما استجد بعد الصحة الإسلامية، ويمكن حصر أهم أنواع ضعف العالم الإسلامي في

(١) المرجع نفسه.

(٢) أخرجه أبو داود السجستاني عن ثوبان، انظر: سنن أبي داود، تحقيق: محمد محي الدين عبد الحميد، بيروت، دار الفكر، بدون توط، كتاب الملاحم، باب في تداعي الأمم على الإسلام، رقم الحديث: ٤٢٩٧، ج: ٤، ص: ١١١.

النقاط التالية:

أ: ضعف الوعي:

إن عصرنا الحاضر عصر التقدم والتطور العلمي الهائل، عصر العولمة وصراع الحضارات، تتفجر فيه المعارف يوما بعد يوم، بل دقيقة بعد أخرى، كل الشعوب فيه تترقى اجتماعيا وسياسيا وحضاريا، لكن الأمة الإسلامية – للأسف – في سبات عميق، فأكثر دول العالم الإسلامي من ضمن الدول النامية التي تنظر إليها الدول الكبرى نظرة احتقار وازدراء، ومع ذلك – ولأجل الضعف في الوعي – لا تفكر الدول الإسلامية في إيجاد حل لهذه الأزمة، وإن فكرت لا تنزل تفكيرها في أرض الواقع، ولا تزال تلدغ من جحر واحد ألف مرة، ولا تعتبر بالحوادث والتجارب، كم عاملت شعوبنا العدو معاملة الصديق، والصديق معاملة العدو، وهي ضعيفة في الوعي الديني والوعي الاجتماعي، وأضعف في الوعي السياسي^(١).

"نحن أمة ذات رسالة يعرفها العالم جيدا، وسمونا بها حيناً من الدهر، وقد كان إخلاصنا لرسالتنا قديما مصدر عاطفة ملتهبة، وفكر يقظ، وإنتاج كثير، وجهد موصول، وتضحية عالية، ثم بدأت هذه الرسالة تضمحل في نفوسنا، وتبعها وهن في الروابط العامة التي تحشد قوى الأفراد لخدمتها، وذبول هذه الرسالة الجامعة كانطفاء الأمل في نفس الإنسان، لا يجز ورائه إلا الانكسار والقنوط والاستكانة"^(٢).

ب: ضعف القوة المعنوية:

الإيمان العميق بالله العليم الخبير، وتطبيق أوامره ونواهيه (سبحانه وتعالى) هما أساس نجاح الأمة الإسلامية، ويتحقق ذلك حتى ولو كانت قليلة العدد والعدة، ومصدق ذلك ما حدث للمسلمين من النصر العزيز، والفوز المبين يوم بدر، قال تعالى: «وَلَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ بِبَدْرِ وَأَنْتُمْ أَذِلَّةٌ فَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ»^(٣) آل عمران، ومن جانب آخر قد ضرب الله للمسلمين مثلا بالاغترار بالكثرة والقوة دون اللجوء إلى الأصل: الإيمان

(١) أبو الحسن الندوي، ماذا خسر العالم اليوم بانحطاط المسلمين، مصر، دار المعارف، ط٧، ١٤٠٧هـ/ ١٩٨٨م، ص: ٢٩٢.

(٢) محمد الغزالي، الإسلام والطاقت المعطلة، القاهرة، نهضة مصر، القاهرة، ١٩٩٨م، ص: ١٠٩-١١٠.

بالله والاستسلام له، وذلك في قوله عز وجل: «وَيَوْمَ حُبِّنَ إِذْ أَعَجَبْتُمْ كَثْرَتَكُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنْكُمْ شَيْئًا وَضَاقَتْ عَلَيْكُمْ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ ثُمَّ وَلَّيْتُمْ مُدْبِرِينَ ﴿٢٥﴾» التوبة.

إن القوة المعنوية الحقيقية للمسلمين – عبر التاريخ البشري – تتمثل في الإيمان بالله، وامتثال أوامره، واجتناب نواهيه، بذلك يعتززون، ومنه يهابون، وهذه حقيقة لن تتغير ولن تتبدل، سنة الله ولن تجد لسنة الله تبديلاً، ولن تجد لسنة الله تحويلاً.

وعلى ضوء هذه الحقيقة فإن الشعوب الإسلامية بحاجة ماسة إلى إعادة هذه القوة؛ لأنها ضعفت في النفوس، فعلى قادة العالم الإسلامي وجمعياته وهيئاته الدينية غرس الإيمان في قلوب المسلمين وإشعال العاطفة الدينية ليعود للأمة مجدها وعزها^(١).

ج: ضعف القوة الحسية:

القوة الحسية منبثقة من القوة المعنوية، فإذا كانت معنويات الأمة ونفسياتها قوية، فتأكد بأن حسياتها ومادياتها قوية، والعكس بالعكس، فإذا كان العالم الإسلامي – في الوضع الراهن – لا يرمي إلا لما تراه أوروبا من العرض القريب وحطام الدنيا، ولا يؤمن إلا بما تؤمن به أوروبا في المحسوسات والماديات، فإن أوروبا بقوتها المادية أحق بالانتصار والسيادة من العالم الإسلامي الذي يتخلف عنها في القوة المادية تخلفاً شائناً ولا يفوقها في القوة المعنوية^(٢).

إن ضعف قوتنا المادي ناتج عن ضعفنا المعنوي، فمتى قويت معنوياتنا، فإن مادياتنا ومحسوساتنا ستنتقوى، وستعود أحوالنا إلى ما كانت عليه من قبل، وما النصر إلا من عند الله.

٣/ التقليد الأعمى:

أصبح التقليد اليوم سمة من سمات المسلمين، وعلامة من علاماتهم، ولعلّ ذوبان العالم الإسلامي وانهيائه أمام تحديات الحضارة في عصر العولمة ناتج عن هذا التقليد الأعمى للغرب، فقد عادت حال الأمة كما وصفها رسولها ﷺ بقوله: "لَتَتَّبِعَنَّ سَنَنَ مَنْ قَبْلَكُمْ شِبْرًا بِشِبْرٍ وَذِرَاعًا بِذِرَاعٍ حَتَّىٰ لَوْ سَلَكَوا جُحْرَ ضَبٍّ لَسَلَكْتُمُوهُ، قلنا: يا رسول الله

(١) أبو الحسن الندوي، مرجع سابق، ص: ٢٧١.

(٢) المرجع نفسه، ص: ٢٧٠.

اليهود والنصارى؟ قال: فَمَنْ؟^(١).

أ: التقليد المحمود:

التقليد في حد ذاته ليس شيئاً مذموماً، ولا عاراً معيباً، وخاصة إذا كان في شئون الحياة المتطورة، فلا حرج فيه، ولا جناح على من فعله، والحكمة ضالة المؤمن أنى وجدها فهو أحق الناس بها، وقد حفر الرسول ﷺ خندقاً حول المدينة، ولم يكن ذلك مكيدة تعرفها العرب،... بل قيل: إن سلمان^(٢) رضي الله عنه أشار بها^(٣).

"وقد اتصل أسلافنا بثقافة الفرس والإغريق والهنود، فكان اتصالهم بها كاتصال الأستاذ النقاد بمعارف الآخرين، يقرّ منها ما يعرف ويضمه إلى ثروته، وينكر منها ما يستهجن، ويحذر من الأخذ به"^(٤).

ب: التقليد المذموم:

لكن التقليد المذموم هو ذلك التقليد الأعمى الذي يرسم فيه الغير المثال الذي يجب أن يحتذى به في كلّ شيء، إنه ممنوع منعاً باتاً للأمة الإسلامية أن تغدو مجرد ذيول تتبع ولا تتبّع، وتمضي خلف غيرها في كلّ شيء، وهذا النوع الممنوع هو الذي وقعت أمتنا فيه اليوم، فبدلاً من أن تقلد الغرب في التقدم العلمي والتقني، والكشوف المادية، فإذا بها أخذت تقلده في الأخلاق والاجتماعيات التي هو نفسه يعاني منها، ويشتكى من ويلاتها، أخذت أمتنا تبحث عما يشبع صغارها، ويوافق مزاجها الوضعي، وتبحث عن متعة عاجلة، أو مركبة فاهرة، أو آخر كشوف في عالم الأزياء والمساخر، إنها تحسب ذلك تقدماً، وما هو إلا مرض فوق مرض^(٥).

(١) أخرجه البخاري في صحيحه، مصدر سابق، كتاب الأنبياء، باب ما ذكر عن بني إسرائيل، رقم الحديث: ٣٢٦٩، ج: ٣، ص: ١٢٧٤.

(٢) سلمان الفارسي صحابي مشهور بالفضل، قال في حقه المصطفى ﷺ: "سلمان منا أهل البيت"، كان يلقب بالباحث عن الحقيقة، وقصته في طلب الدين مشهورة، توفي سنة: ٣٦هـ، انظر: عبد الحي بن العماد الحنبلي، شذرات الذهب في أخبار من ذهب، بيروت، دار الفكر، ١٤٠٩هـ/ ١٩٨٨م، ج: ١، ص: ٤٤.

(٣) يوسف القرضاوي، من فقه الدولة في الإسلام، دار الشروق، ط٢، ١٤١٩هـ، ١٩٩٩م، ص: ١٥٥.

(٤) محمد الغزالي، الإسلام والطاقت المعطلة، مرجع سابق، ص: ١٠٦.

(٥) المرجع السابق، ص: ١٠٦.

وقد بلغ بعض الكتاب المسلمين من الإغراق في التقليد منزلة رأى فيها الحضارة الغربية هي آخر ما وصل إليه العقل البشري، وأنه لا منزلة وراءها، ومنهم من دعا إلى تطبيق الحضارة الغربية برمتها وعلى علاتها في البلاد الإسلامية^(١). إن هذا هو التقليد الأعمى المذموم الذي ينبئ عن يأس وقنوط لما آلت إليه حال هؤلاء، وإنهم أوقعهم التقليد الأعمى درجة التسليم التامة لمن هم دونهم في الدرجة والمكانة الدينية، ليتنا - إبان ضعفنا هذا - نلتمس من ثقافة أولئك الغربيين ما يوائم ضعفنا، ونقتبس ما يورثنا عزاً ومنعة، ولكن لم يكن ذلك فظهر أثر سيئ آخر وهو الرضا بالدون.

٤/ الرضا بالدون:

ليس هناك دين دعا أهله إلى الاعتزاز بتعاليمه، والشعور بالكرامة والعز، وأنكر على أهله التذلل لمعانديهم أو الاستكانة لهم مثل ما فعل الإسلام، فقد أشار القرآن الكريم إلى هذا المبدأ الأصيل في آيات كثيرة، قال تعالى: «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ» المنافقون: ٨، وقال: «مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ» الفتح: ٢٩.

وأشار إلى ذلك أيضاً رسولنا الكريم ﷺ في أحاديثه، من ذلك أنه عليه الصلاة والسلام لما رأى في أصحابه تأخراً قال لهم: "تَقَدَّمُوا فَانْتَمُوا بِي وَلِيَأْتَمَّ بِكُمْ مَنْ بَعْدَكُمْ لَا يَزَالُ قَوْمٌ يَتَأَخَّرُونَ حَتَّى يُؤَخَّرَهُمُ اللَّهُ"^(٢). ومن ذلك أيضاً ما روي عن عائذ بن عمرو^(٣) أنه جاء يوم الفتح مع أبي سفيان بن حرب^(١)، فقال الصحابة: هذا أبو سفيان

(١) أبو الحسن الندوي، مرجع سابق، ص: ٢٧٤.

(٢) أخرجه مسلم في صحيحه، مصدر سابق، كتاب الصلاة، باب تسوية الصفوف وإقامتها وفضل الأول فالأول، الحديث: ٤٣٨، ج: ١، ص: ٣٢٥.

(٣) هو عائذ بن عمرو بن هلال بن عبيد بن يزيد المزني، أبو هبيرة، كان ممن بايع تحت الشجرة ثبت ذلك في صحيح البخاري، وكان من صالحى الصحابة، سكن البصرة، وابتنى بها داراً، وتوفي في إمارة عبيد الله بن زياد أيام يزيد بن معاوية، وعليه وأصحابه نزل قوله تعالى: ﴿مَا عَلَى الْمُحْسِنِينَ مِنْ سَبِيلٍ﴾ [سورة التوبة: ٩١]، انظر: أبو الفضل أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، الإصابة في تمييز الصحابة، القاهرة، مكتبة الكليات الأزهرية، ط١، ١٣٩٦هـ، ١٩٧٦م، ج٥، ص: ٣٠٨.

الفصل الأول

وعائذ بن عمرو، فقال رسول الله ﷺ: "هَذَا عَائِذُ بْنُ عَمْرِو وَأَبُو سُفْيَانَ الْإِسْلَامُ أَعَزُّ مِنْ ذَلِكَ الْإِسْلَامُ يَعْلُو وَلَا يُعْلَى" (١).

هذه النصوص وأشباهاها تدل دلالة قطعية على أن المسلم يلزمه أن يشعر بالعز دائما، وأن خلاف ذلك مرض يجب أن يداوى، وبالنظر إلى هذه النصوص والمقارنة بأحوال الأمة الإسلامية اليوم، يظهر عدم تطبيقها جليا، ذلك أن الاستسلام للحالة السيئة، والرضا بالدون، كان متفشيا بين الأمة.

إن اليهودي في أية قارة يرفع عقيرته بانتمائه الأثير لدينه، ويقول دون حذر أو خجل: أنا يهودي، حتى طوائف السيخ في هذه الأيام رأوا أن يكون لهم انتماؤهم الخاص بهم. فهل الانتماء الإسلامي وحده هو الذي يقال في خفوت؟ ويرسل في وجل؟ لماذا يُعامل الحق بهذه الخسة؟، وكيف نرضى الدنية في ديننا؟ (٢).

إن الرضا بالدون نوع من الضعف النفسي، والاقتناع بالوضع الخسيس الذي يعيشه الإنسان، وعدم السعي إلى تغييره، ليس من الإسلام في شيء، وقد أمرنا الله بالتسابق إلى الخيرات، في غير ما آية من كتابه العزيز، قال تعالى: «سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ» الحديد: ٢١، وقال: «وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنِمِّسُونَ» [المطففين] لكن الذي يرضى بالدون لا يجد من نفسه الضعيفة قابلية للمسابقة إلى الخيرات، وبالتالي يكون فريسة لليأس والإحباط.

المطلب الثاني

ظواهر الإحباط وآثاره السيئة

الحديث في هذه الفقرة منصب على الإحباط المرضي من حيث ظواهره وأعراضه وآثاره السيئة، وكما سبق في الفقرة السابقة أن هذا المرض يصاب به كثير

(١) هو أبو سفيان بن حرب والد معاوية رضي الله عنهما، وهو أموي، قيل: ذهبت عينا أبي سفيان في الجهاد، إحداهما يوم الطائف، والثانية يوم اليرموك، وكان يومئذ تحت راية ابنه يزيد، توفي سنة: ٣١، وقيل سنة: ٣٣ هـ، وهو ابن ثمان وثمانين سنة أو تسعين، وصلى عليه معاوية، وقيل: عثمان. انظر: عبد الحي بن العماد، شذرات الذهب، مرجع سابق، ج: ١، ص: ٣٧.

(٢) ذكره ابن حجر في الفتح، انظر: فتح الباري، مصدر سابق، ج: ٣، ص: ٢٢٠، وقال ابن حجر: في هذه القصة أن للمبدأ به في الذكر تأثيرا في الفضل لما يفيد من الاهتمام.

(٣) محمد الغزالي، سر تأخر العرب والمسلمين، مرجع سابق، ص: ١٢٥.

من الناس، وخاصة غير المسلمين، أما المسلمون فنسبة إصابتهم به ضئيلة جدا بالمقارنة مع غيرهم، ويمكن تصنيف ظواهر الإحباط الرئيسية وآثاره السيئة فيما يلي:

- الظواهر والآثار العملية.

- الظواهر والآثار النفسية.

- الظواهر والآثار الاجتماعية.

١/ الظواهر والآثار العملية:

للإحباط ظواهر وآثار عملية سيئة، وخطورة بيئة على المصابين، ولكن أهمها وأشدّها ضرراً، وأكثرها وقوعاً ما يلي:

أ: الانتحار:

والانتحار: قتل الإنسان نفسه إما خنقاً، أو هبوطاً من أعلى شاهق، أو بأي وسيلة من الوسائل الأخرى، فهو عملية إجرامية يرتكبها الذين لم يخالط الإيمان شغاف قلوبهم، وهذه الظاهرة قليلة الوجود، بل منعدمة تماماً عند المؤمنين الصادقين، فأهل الإيمان الصادق لديهم الاستعداد التام، للتعامل مع المصائب والبلايا التي تحل بهم في هذه الدنيا، أما أهل الكفر والفسوق والعصيان، فليس لديهم هذا الاستعداد، حتى ولو تجمعت لهم كلّ أسباب الغنى والترف والسلطة والجاه، بل "إن بعض الإحصائيات التي أجريت في إنجلترا على المنتحرين دلت على أن غالبية الذين أقدموا على الانتحار كانوا أثرياء، وكانت لهم أكثر من عشيقة عدا الزوجة، ولهم مراكز اجتماعية، ولم يكونوا يعانون مشاكل مالية أو جنسية أو طبقية"^(١).

ويذكر عن أحد المنتحرين الأثرياء أنه قام بشنق نفسه في فندق كبير بلندن، وبعد أن فتحوا الباب وجدوه معلقاً وقد فارق الحياة، ووجدوا قصاصة مكتوباً فيها: "لقد تحقق لي المال والجنس والمركز الاجتماعي، وما عاد لي في هذه الدنيا غاية، لماذا أعيش؟"

"هذا هو يأس الكافر، وإحباط الملحد، وقد جعل المال والجنس والجاه غاية له في هذه الدنيا، فلما ظن أنها تحققت، يئس وقنط، وضاعت عليه الدنيا. وهذا هو حال

(١) حسن الشرقاوي، مرجع سابق، ص: ١١٧.

المشركين والكافرين، يعيشون في هم دائم، وصراع مستمر... وهم في ضلال مبين"^(١).

وجاء في مجلة فرنسية^(٢) أن الانتحار يشكل عشرة في المائة من أسباب الوفيات بين سن العشرين والرابعة والعشرين، وأنه المسبب الثاني للوفيات بعد حوادث السير، وأن محاولة التخلص من الحياة بالانتحار هي بنسبة ٣ إلى ٥ أشخاص في الألف بين سن الخامسة عشرة والرابعة والعشرين، وهي بنسبة ١,٥ - ٣ في الألف بين سن الخامسة والعشرين والرابعة والأربعين. وفي إحصائيات فرنسية لعام ١٩٨٦م هناك سبعة عشر ألف حادثة انتحارية بين المراهقين فقط. بينما هناك إحصاءات أخرى رصينة تبين أن نسبة وجود الإحباط النفسي العصابي هي الأقل بين الأفراد والجماعات المؤمنة إيماناً صادقاً^(٣).

إن هذه دلالة واضحة على أن ظاهرة الانتحار السائدة في عصرنا الحاضر، والتي هي نتيجة من الإحباط النفسي إنما يسببها عدم الإيمان الصادق بالله، ولو وجد الإيمان الحقيقي لقلّ وقوعها أو انعدم بالكلية.

ب: الاستسلام للحالة السيئة:

الإنسان في الدنيا يعيش في صراع مع تكاليف الحياة، فهو دائماً يقع بين أمرين أحدهما محبوب والآخر مكروه، فتراه ساعياً إلى جلب المحاب والمنافع لنفسه، ودفع المكاره والمضار عنها، وأحياناً يُوفّق لمحابه، ويُدفع عنه مكارهه لأول وهلة، وأحياناً لا يُوفّق لذلك إلا بعد جهد جهيد، فعليه حينئذ أن يُعيد المحاولة، ويستمر دائباً في الطلب، إلى أن يحصل له ما يريد، أو يزول عنه ما يشين، وليس كلّ إنسان يُوفّق إلى هذا العمل الدؤوب لنيل المرام، بل هناك من إذا حاول وأعاد المحاولة ورأى عدم الموافقة لا يستمر في بذل الجهد، بل يقف فريسة للإحباط، ويستسلم للحالة السيئة.

إن الإحباط قد ينتهي بالإنسان إلى الاستسلام للواقع المرير، حين تكون آثاره شديدة، "وفي حالة الاستسلام يشعر الشخص أن المحاولات للتغلب على الصعوبات

(١) المرجع نفسه، ص: ١١٨.

(٢). (La revue du praticien No 21, November, 1982).

(٣) عدنان الشريف، مرجع سابق، ص: ١٧٧.

أصبحت غير مجدية، وأنه مقضي عليه بأن يتحمل الآثار، آثار الفشل، أو آثار الحياة القاسية، أو آثار الظروف المؤذية، ومع القنوط الذي ينتهي إليه هذا الحال، يغدو الشخص أقرب إلى إنكار لزوم المحاولات من دون أن يجرب من جديد أو يقبل التفكير في ذلك، ويبدو هذا الشخص أحياناً وقد تمكن منه موقف نمطي يغلب فيه الرفض والاكتئاب والانغلاق الذهني، هذا الحال يمكن أن يكون مقدمة لاضطراب نفسي قد يشتد^(١).

هذه الآثار الشديدة التي تبقى في نفس الإنسان حينما لا يوفق لمرامه، قليلة الوجود عند المؤمنين الصادقين أو منعدمة كلياً، ذلك لأنهم يعرفون جيداً، ويوقنون يقيناً تاماً، أن ما أصابهم لم يكن ليخطئهم، وما أخطأهم لم يكن ليصيبهم، وقد جاء في الحديث: "عَجَبًا لِلْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنَّ أَصَابَتُهُ سَرَاءً شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ"^(٢).

٢/ الظواهر والآثار النفسية:

الإحباط مرض ينبع من النفس الإنسانية، فيضرها ويؤذيها، ويترك فيها أثراً بالغ الضرر والأذية، وتتمثل أهم ظواهر الإحباط النفسية وآثارها السيئة فيما يلي:

أ: الشعور بالتشاؤم:

لظاهرة التشاؤم آثار بالغة الضرر في نفوس أصحابها، وهي أشد ضرراً في النفس من سائر الأمراض النفسية الأخرى، ذلك أن التشاؤم يؤدي صاحبه قبل مماته، ويحرمه الاستمتاع بحياته، وكان بعض رجال الفكر^(٣) يرون أن الحياة وهم أليم، وأن التشاؤم صيغة الوجود وجوهر الحياة، ورواد هذا الفكر يسيئون الظن بالخالق والمخلوق، ويسئون الظن بكل شيء، ويرون أن الحياة ظلام قاتم، وشر خالص لا خير فيها.

وقد وصف بعض علماء النفس من كان هذا حاله بأنه: "يتحمل بفعل اتجاهه التشاؤمي هذا متاعب هي أشد وقعاً على نفسه وأصابه من وقع الكوارث أو الملمات

(١) نعيم الرفاعي، مرجع سابق، ص: ١٨١.

(٢) أخرجه مسلم عن صهيب في صحيحه، مصدر سابق، كتاب الزهد والرقائق، باب المؤمن أمره كله خير، الحديث: ٢٩٩٩، ج ٤، ص: ٢٢٩٥.

(٣) أمثال شوبنهاور، انظر: مقدار يالجن، مرجع سابق، ص: ٣٦.

الفصل الأول

أو المآسي التي يتوقع حدوثها... ويستهلكه اتجاهه التشاؤمي من الطاقات عبثاً؛ لأنه لا يستطيع أن يتحكم في اتجاهه الخاطئ بأعمال قوة الإرادة؛ ذلك لأن بواعث التشاؤم هي أبعد وأعمق من أن تنالها الإرادة الواعية"^(١). وللرد على أصحاب هذه النظرية يقول الشاعر^(٢):

أَيَّهَذَا الشَّاكِي وَمَا بِكَ ذَاءً
إِنَّ شَرَّ الْجُنَاةِ فِي الْأَرْضِ نَفْسُ
وَتَرَى الشُّوْكَ فِي الْوُرُودِ وَتَعْمَى
هُوَ عِبَاءٌ عَلَى الْحَيَاةِ ثَقِيلٌ
وَالَّذِي نَفْسُهُ بِغَيْرِ جَمَالٍ
كَيْفَ تَعْدُو إِذَا غَدَوْتَ عَلِيلاً
تَتَوَقَّى قَبْلَ الرَّحِيلِ الرَّحِيلاً
أَنْ تَرَى فَوْقَهَا النَّدى إِكْلِيلاً
مَنْ يَظُنُّ الْحَيَاةَ عِبْئاً ثَقِيلاً
لَا يَرَى فِي الْوُجُودِ شَيْئاً جَمِيلاً^(٣)

وقال في موضع آخر:

قَالَ: السَّمَاءُ كُتَيْبَةٌ وَتَجْهَمَا
قَالَ: اللَّيَالِي جَرَّ عَنِّي عُلْقَمَا
فَلَعَلَّ غَيْرَكَ إِنْ رَأَى مُرْتَمَا
أَتَرَكَ تَغْنَمُ بِالتَّبَرُّمِ دِرْهَمَا
قَالَ: الْبَشَاشَةُ لَيْسَ تُسْعِدُ كَائِنَا
قُلْتُ: ابْتَسِمَ مَا دَامَ بَيْنَكَ وَالرَّدَى
قُلْتُ: ابْتَسِمَ يَكْفِي النَّجْمُ فِي السَّمَاءِ
قُلْتُ: ابْتَسِمَ وَلَيْنَ جَرَعْتَ الْعُلْقَمَا
طَرَحَ الْكَابَةَ جَانِبًا وَتَرْتَمَا
أَمْ أَنْتَ تَخْسَرُ بِالْبَشَاشَةِ مَغْنَمَا
يَأْتِي إِلَى الدُّنْيَا وَيَذْهَبُ مُرْغَمَا
شَبْرٌ، فَإِنَّكَ بَعْدُ لَنْ تَنْبَسِمَا^(٤)

وعليه فإن الاتجاه التشاؤمي، لا ينبغي أن يتبناه إنسان يسعى إلى السعادة، ولا من

(١) عزيز فريد، الأمراض النفسية العصابية، القاهرة، الشركة العربية للطباعة والنشر، بدون ت، ص: ٣٤٨.

(٢) هو إيليا أبو ماضي ١٨٨٩ - ١٩٤٧م شاعر عربي مشهور من أدباء المهجر، ولد في (لبنان) وعاش فترة في مصر، ثم هاجر إلى الولايات المتحدة، وبها توفي، وأول ديوان ظهر له (تذكار الماضي) عام ١٩١١م، وله ديوانان آخران، من (الموسوعة العربية الميسرة، ص: ٢٩، ط/ ١٩٦٥م.

(٣) شوقي ضيف، دراسات في الشعر العربي المعاصر، دار المعارف، ط٧، بدون ت، ص: ١٨٣.

(٤) شوقي ضيف، مرجع سابق، ص: ١٨٨.

يتمنى أن يحيا حياة سعيدة، بل الواجب عليه أن يبتعد عنه، ويطرده جانبا، وينتهج الاتجاه التفاؤلي السليم، ويسلك طريق المتفائلين.

ب: الشعور بالأمراض النفسية والعقلية:

الشخص الذي أصيب بالإحباط النفسي، لا يزال تظهر عليه أعراض مرضية، وآثار نفسية كئيبة، فتارة يصيبه قلق وحزن شديد، وطورا ينتابه يأس وعدم الثقة بنفسه وبغيره، وأحيانا أخرى يشعر بالخوف والذعر الشديدين، وقد حاول بعض علماء النفس حصر الأعراض النفسية والعقلية التي تظهر لدى المصابين بالإحباط النفسي، فجعلها كالآتي:

١. شعور دائم ومتقطع بالكآبة والحزن.
 ٢. شعور بالذنب واليأس والثورة، وعدم الثقة بالذات والغير.
 ٣. شعور بالقلق النفسي، والخوف والاضطراب والذعر، بدون أي مبرر، أو مجرد وجود مبرر طفيف.
 ٤. بكاء بدون أي سبب، وتفكر دائم في أخطاء الماضي والحاضر، وتضخيمها مع يأس وخوف من المستقبل.
 ٥. فقدان الاهتمام بالأشياء والطموح.
 ٦. أفكار انتحارية وتمني الموت^(١).
- هذه هي بعض النماذج للآثار السيئة، والأعراض المدمرة للمصابين بالإحباط النفسي.

٣/ الظواهر والآثار الجسمية:

هناك آثار وظواهر جسمية، تعتور الأشخاص المصابين بالإحباط النفسي، وتفوتهم الاستفادة من أجسامهم، وتضعف قواهم، وتعوّقهم عن القيام بما يفيد حياتهم، وتسلك بهم سبيل الضعفاء الهازلين، وأهم هذه الظواهر والآثار ما يلي:

أ: الفتور والخمول:

الفتور حالة مرضية، وعارض ينتاب الإنسان، "بحيث يسيطر على النفس

(١) عدنان الشريف، مرجع سابق، ص: ١٧٩ - ١٨٠.

الفصل الأول

التخاذل والكسل، مهما كان الجسم صحيحا، ويشد هذا الفتور حتى يجد الإنسان نفسه عاجزا عن أداء عمله، وكأنه مصاب بمرض مزمن في جسده، وليس فيه مرض إلا هذه النفسية الخاملة العاجزة، التي انعكس عجزها على تصرفاته وأفعاله، ولو شخّص الطبيب حالته لما وجد فيه أي مرض عضوي، وإنما هو العارض النفسي الذي هدّ قواه^(١).

وعلى ضوء ذلك يظهر جليا أن الفتور مرض سببه الأساسي التخاذل النفسي، إذ تتجلى آثاره على الجسم، وتمنعه من واجباته، وتثبطه عن القيام بمهامه. "وأما الخمول - وهو أثر من آثار اليأس - فقد يجعل المرء كالحيوان الأعمى، لا يعرف من هذه الحياة إلا ما تهدي إليه البهائم بالسوق الطبيعي: من التمتع بالمطاعم والمشارب والملذات"^(٢).

إن كلتا الظاهرتين - الفتور والخمول - مضرّة تظهر آثارهما السيئة على جسم الإنسان، فتحرمه القيام بالواجبات ودرك معالي الأمور، وتشغله بصغار الأمور وسفسافها^(٣) فمن الواجب الابتعاد عنهما، وعدم التخلق بهما في الطبيعة والسلوك. ب: ظهور الأمراض الجسمية:

إذا تعلّق الإحباط بالنفس الإنسانية، فإن أثره الإضرارى سوف يظهر في الأجسام، وتعم أمراضه جميع الأعضاء، فلا يكاد المصابون يخرجون من ضيق إلا ودخلوا في ضيق آخر، من اضطرابات، وأحاسيس، وأعراض سيئة، ويمكن حصر الأعراض الجسمية للإحباط النفسي - على ضوء ما ذكره علماء النفس المختصون - فيما يلي:

١. اضطراب في عملية النوم، وإحساس عام بالتعب.
٢. اضطراب في التنفس، وكثرة التبول، وفقدان الشهية، ونقص في الوزن.

(١) أنس أحمد كرزون، الهمة العالية في حياة المعلم، جدة، دار نور المكتبات، ط١، ١٤٢٥هـ، ٢٠٠٤م، ص: ١٩ - ٢٠.

(٢) مصطفى الغلاييني، مرجع سابق، ص: ٢٠.

(٣) كما قد ورد في الحديث قوله ﷺ: >إِنَّ اللَّهَ كَرِيمٌ يُحِبُّ الْكَرَمَ، وَيُحِبُّ مَعَالِيَ الْأَخْلَاقِ، وَيَكْرَهُ سُفْسَافَهَا>، أخرجه الحاكم في المستدرک عن سهل بن سعد الساعدي، انظر: المستدرک على الصحيحين، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، بيروت، دار الكتب العلمية، ط١، ١٤١١هـ/ ١٩٩٠م، الحديث: ١٥١، ج١، ص: ١١١.

٣. إحساس كاذب بالدوخة، واضطرابات وظيفية في الجهاز الهضمي.
٤. نقص في القوى والرغبة الجنسية أو فقدانها، واضطرابات في القلب والأوعية الدموية.
٥. آلام في الرأس، وإحساس بالتقيؤ، واضطرابات في الدورات الشهرية عند المرأة، وأحاسيس غير طبيعية في مختلف أعضاء الجسم^(١).

(١) عدنان الشريف، مرجع سابق، ص: ١٨٠.