

سنة محمد بن عبد الله بن محمد بن أبي

أثر السيولة الإسلامية
في علاج بعض أزمات النفس

د. أبو الوفاء الثقفان
نائب رئيس جامعة القاهرة لتوطين الدراسات العليا والأبحاث

(١) نحاول في هذه المحاضرة القاء الضوء على أنواع من السلوك واجه بها علماء الاخلاق والنفس بعض الازمات النفسية.

وقد عنى علماء الاسلام المتخصصون في هذا المجال عناية كبيرة بالنفس الانسانية من حيث ماهيتها وطبيعتها، ومن حيث امراضها، وكيفية علاجها، مستنديين في ذلك الى القرآن والسنة اساسا. وقد اشار الطوسي في «اللمع» الى اننا نجد لهم «تخصيصا في معرفة النفس وأماراتها ودقائق الرياء والشهوة الخفية والشرك الخفي، وكيفية الخلاص عن ذلك»(١).

وللنفس عندهم ثلاث مراتب بحسب تعلقها بالبدن، أشار اليها الامام الغزالي في قوله: «اذا سكنت النفس وزايلها الاضطراب بسبب الشهوات سميت نفسا مطمئنة، واذا اعترضت على الشهوات سميت نفسا لوامة، وإذا ادعنت لمقتضى الشهوات سميت نفسا اماراة بالسوء»(٢).

ويستند هذا التقسيم الثلاثي لمراتب النفس الانسانية الى اساس من القرآن الكريم، فقد وصف القرآن النفس بأنها اماراة بالسوء، فقال تعالى حاكيا عن يوسف وامرأة العزيز: ﴿وما أبرئ نفسي ان النفس لامارة بالسوء﴾(٣)، ووصفها تعالى مرة أخرى بكونها لوامة، فقال: ﴿ولا أقسم بالنفس اللوامة﴾(٤)، ثم وصفها بأنها قد تكون راضية مرضية، فقال: ﴿يا أيها النفس المطمئنة ارجعي الى ربك راضية مرضية﴾(٥).

(١) السراج الطوسي: اللمع، ليدن ١٩١٤، ص ١٤.

(٢) الغزالي: إحياء علوم الدين، القاهرة ١٢٢٤ هـ، ج ٢، ص ٤.

(٣) سورة يوسف، آية ٥٢.

(٤) سورة القيامة، آية ٢.

(٥) سورة الفجر، آية ٢٧ - ٣٠.

النفس الانسانية اذن من حيث طبيعتها وفطرتها تأمر بالسوء مصداقا لقوله تعالى : ﴿ان النفس لأمارة بالسوء﴾ (١) ولذلك وجب على الانسان ان يجاهدها، يقول تعالى: ﴿والذين جاهدوا فينا لنتهدى بهم سبلنا وان الله لمع المحسنين﴾ (٢)، ويقول تعالى: ﴿وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى فان الجنة هي المأوى﴾ (٣)، ويقول تعالى: ﴿قد أفلح من زكاهها وقد خاب من دسأها﴾ (٤)، ويقول القشيري في رسالته: «وانما أرادوا (اي علماء السلوك) بالنفس ما كان معلولا من اوصاف العبد ومذموما من أخلاقه وأفعاله». ثم ان المعلولات من اوصاف العبد على ضربين: احدهما يكون كسبا له كمعاصيه ومخالفاته، والثاني أخلاقه الدنيئة (الفطرية) فهي في انفسها مذمومة، فاذا عالجه العبد ونازلها تنتفي عنه بالمجاهدة تلك الاخلاق(٥).

وعلى ذلك فان مجاهدة النفس صراع نفسي اساسه مخالفة هواها على كل حال، يقول ابن عطاء الله السكندري في الحكم: «اذا التبس عليك امران فأنظر أثقلهما على النفس فاتبعه، فإنه لا يتقل عليها الا ما كان حقا(٦)، ويصور القشيري، في صورة جميلة، كيف تكون المجاهدة، فيقول: «اعلم ان اصل المجاهدة وملاكها فطم النفس عن المألوفات، وحملها على خلاف هواها في عموم الأوقات. وللنفس صفتان مانعتان لها من الخير: انهماك في الشهوات، وامتناع عن الطاعات، فاذا جمحت عند ركوب الهوى وجب كبحها بلجام التقوى، واذا حرنت عن القيام بالموافقات يجب سوقها على خلاف الهوى، واذا ثارت عند غضبها فمن الواجب مراعاة حالها، فما من منازلة أحسن عاقبة من غضب تكسر سلطانه بخلق حسن، وتخدم نيرانه برفق»(٧).

(١) سورة يوسف، آية ٥٢.

(٢) سورة العنكبوت، آية ٦٩.

(٣) سورة النازعات، آية ٤٠.

(٤) سورة الشمس، آية ١٠.

(٥) الرسالة القشيرية، دار الكتب العربية ١٢٢٠ هـ، ص ١٢٦.

(٦) شرح الرندي على الحكم، بولاق ١٢٧٨ هـ، ج ٢، ص ٣٥.

(٧) الرسالة القشيرية، ص ٤٩.

ويقول الكلاباذي في (التعرف): «فأول ما يلزمه «أي الانسان» علم آفات النفس (أي علم أمراض النفس»، ومعرفتها، ورياضتها، وتهذيب اخلاقها»(١).

فأنت ترى من كل هذه الشواهد الارتباط الوثيق بين الأخلاق وعلم النفس عند علماء الاسلام، وقد كان علم النفس عند المسلمين علما غائيا يهدف الى غاية اخلاقية هي تهذيب النفس بتعويدها الفضائل الأخلاقية على اختلافها، فلم يكن علم النفس عندهم اذن مستقلا او موضوعيا كما هو شأنه في العصر الحاضر.

وقد كان لعلماء السلوك في الاسلام مشاركة في ميدان علم النفس تتمثل في العديد من الحقائق التي توصلوا اليها والتي نقف امامها في العصر الحاضر موقف الاعجاب وحسبنا ان نشير فيمايلي الى بعض هذه الحقائق، على سبيل المثال لا الحصر.

(أ) فطن علماء السلوك الى ظاهرة القلق النفسي، والى علاجها وبصرف النظر عن تعريفات علماء النفس للقلق، وبالرجوع الى خبرتنا المباشرة، فإننا نستطيع ان نقول ان القلق هو الخوف من أمور يعلمها الانسان سواء من الماضي، أو من الحاضر، أو من الامور يجهلها ويتوقع حدوثها في المستقبل، ويهمنا في هذا المقام ان نستشهد بكلام الحارث المحاسبي عن اسباب الحزن أو القلق: «الحزن على وجوده: الحزن على فقد امر يحب الانسان وجوده، وحزن مخافة أمر مستقبل، وحزن لما أحب من الظفر بأمر فيتأخر عن مراده، وحزن يتذكر من نفسه مخالقات الحق، فيحزن له»(٢).

وواضح من كلام المحاسبي أنه يمكن تصنيف أسباب الحزن كما يلي :

(١) حزن ينشأ عن فقد الانسان لشيء يحب وجوده، كفقده لشخص عزيز عليه أو مالا، أو منصبا، أو جاهاً، أو فقده لصحته أو ما شابه ذلك.

(١) التعرف، القاهرة ١٩٦٠، ص ٨٧.

(٢) طبقات السلمي، نشر وتحقيق نور الدين شربية، القاهرة ١٩٦٩ ص ٥٩.

(٢) حزن ينشأ مخافة أمر مستقبل، وهذا يعني ان يتفكر الانسان في أمور قد تحدث في المستقبل يكرهها، وهذا على سبيل التخيل، فان المستقبل لانعلمه، وانما نتوقع فيه امورا قد تحدث وقد لا تحدث.

(٣) حزن ينشأ عن حب الانسان أن ينال شيئا فيتأخر حدوث هذا الشيء، كأن يتوقع الانسان شغل وظيفة فيتأخر شغله لها فيقلق لذلك.

(٤) حزن ينشأ عن تأنيب الضمير، وذلك عند وقوع معصية او مخالفة من الانسان فيؤنبه هذا الضمير على وقوعها.

(ب) وهذا عن القلق النفسي الذي يعرف سببه، واما عن القلق الذي لا يعرف له سبب، أو القلق الذي تكمن أسبابه في اللاشعور، فقد تحدث عنه السهروردي البغدادي في (عوارف المعارف) بقوله: «ان المرید متى انطوى ضميره على شيء لا يكشفه للشيخ، تصرّحاً او تعريضاً، يصير على باطنه منه عقدة في الطريق، وبالقول مع الشيخ تنحل العقدة وتزول»(١).

فطن السهروردي البغدادي اذن الى ما يكون في أعماق النفس البشرية من عقد في اللاشعور فهذا النص من كلام السهروردي البغدادي يشير اليه صراحة، فكلمة «انطوى ضميره» تشير الى ان العقدة قد تكون كامنة، ولا يدري عنها التلميذ شيئاً، وبالقول مع الشيخ، أي بالحديث مع الشيخ، تنحل العقدة وتزول.

ومن آداب العلاقة بين التلميذ واستاذة أيضا احساس التلميذ بأن شيخه قادر على ارشاده والأخذ بيده، وبذلك يسرى حال الشيخ الى حال التلميذ على أساس من المحبة له، والى ذلك يشير السهروردي البغدادي أيضا بقوله: «ومن الأدب ان لا يدخل في صحبة الشيخ الا بعد علمه بأن الشيخ قيم بتأديبه وتهذيبه، وانه اقوم بالتأديب من غيره، ومتى كان عند المرید تطلع الى شيخ آخر لا تصفو صحبته ولا ينفذ القول فيه، ولا يستعد باطنه لسراية حال الشيخ اليه،

(١) عوارف المعارف بهامش احياء علوم الدين، القاهرة ١٢٢٤ هـ، ج ٤، ص ٩٤.

فان المرید كلما أیقن تفرد الشیخ بالشیخة عرف فضله وقویته محبته، وعلى قدر قوة المحبة تكون سرایة الحال»(١).

وقد صور علماء الاسلام الشیخ بالطیب النفسی البارع، فهو یلجأ الى التحلیل النفسی لتعرف أحوال نفس تلمیذه، وتشخیص امراضها، ویعتمد على الإیحاء فی معالجة کثیر من الأمراض النفسیة.

والشیخ حین یعترف الى نفسیات تلامیذه یتستیع أن یرسم لكل واحد منهم طریقاً خاصاً به فی ریاضاته ومجاهداته، مراعیاً فی ذلك الفروق الفردیة، والى ذلك یشیر الغزالی فی (الاحیاء) بقوله : «والشیخ المتبوع الذی یطب نفس المریدین، ویعالج قلوب المرشدين ینبغی ألا یهجم علیهم بالریاضة والتکالیف فی فن مخصوص، وفی طریق مخصوص مالم یعرف أخلاقهم وأمراضهم. وكما ان الطیب لو عالج جمیع المرضى بعلاج واحد قتل أكثرهم، فكذلك الشیخ لو أشار على المریدین بنمط واحد ومن الریاضة أهلکهم. وأمات قلوبهم، بل ینبغی ان ینظر فی مرض المریض، وفی حاله وسنة ومزاجه، ویبني على ذلك ریاضته»(٢).

وریاضة النفس التي یشیر الیها الغزالی هنا هی تأمل باطني للنفس الانسانیة، لتعرف عیوبها وأفاتها، ثم علاج لهذه الآفات والعیوب علاجاً یقوم على أسس نفسیة وحبویة فی آن واحد، اذ أن من أصول المجاهدة والریاضة الجوع والسهر وكبت الغرائز وتواضع علماء السلوك على ان كل مجاهدة بدنیة لا بد وان تنشأ عنها أحوال نفسیة معینة، وهذا یوضح لنا تماماً أثر الظواهر الحیویة فی الظواهر النفسیة. وحیة المرشد عبارة عن كفاح مستمر وهذا الكفاح ینشأ عن الصراع بین المیول والعواطف والنزعات التي لا توافق المبادئ الأخلاقیة و بین القیم الروحیة السامیة التي یصبو الى تحقیقها.

وأساس المجاهدة النفسیة هو قمع هذه المیول والنزعات وهذا القمع ینشأ من قمعاً شعورياً ارادياً.

(١) عوارف المعارف، ج ٤، ص ٩٤ - ٩٥.

(٢) احیاء علوم الدین، ج ٢، ص ٥٣.

ومما هو جدير بالذكر ان سلوك الانسان في المجاهدة النفسية هو سلوك ارادي يتميز بالقدرة على الكف وتركيز الانتباه في اتجاه معين مرسوم يرى انه اسمى من غيره، ويبدو لي أن المجاهدة وسيلة من وسائل الاعلاء للغرائر الانسانية.

(ج) وهناك سؤال يلح علينا في هذا الصدد، وهو كيف يمكن أن نستفيد من مجاهدة النفس في واقع حياتنا المعاصرة باعتبارها علاجاً للقلق النفسي؟

اننا في واقع حياتنا المعاصرة محتاجون الى محاسبة نفوسنا على الفعل من الناحية الدينية ومحتاجون كذلك الى الاعلاء للغرائز الذي أشرنا اليه آنفاً، وهذا من أجل أن يتكامل الفرد اخلاقياً، ويكون عضواً صالحاً في مجتمعه. ولكن هنا في عصرنا الحاضر مذاهب فلسفية الحادية ومذاهب أخرى عبثية من شأنها ان تشيع القلق في مجتمعاتنا، وهو قلق مؤلم في بعض الأحيان، يعانیه الشباب خصوصاً كنتيجة لفقدان الايمان.

أن فقدان الايمان ظاهرة موجودة في عصرنا ولها صور متعددة فهناك الشك الذي يمر به الشاب او المراهق في بداية حياته حين يفكر في أمر هذا الكون او يفكر في نفسه، وهذا لا خوف منه ولا ضرر، لأن كل واحد منا تقريباً عانى من هذا الشك بالنسبة للايمان، وسرعان ما تجاوز ذلك.

وهناك في عصرنا مذاهب فلسفية بعضها مادي الحادي يرى ان المادة هي كل شيء وأنه ليس في العالم الا المادة وقوانين تطورها: بل ان هذه الفلسفة تنظر الى العقل في الانسان على انه اسمى نتاج للمادة وهي فلسفة لها انصارها في عالمنا العربي والاسلامي، وهذه الفلسفة شديدة الخطورة على المعتقدات الدينية وحياة التدين.

وهناك فلسفات عبثية تنتهي بالانسان أيضاً الى الالحاد لا ترى لحياة الانسان معنى ولا ترى له غاية، وتؤكد على ان الحياة مأساة ومن أسف أن هذه الفلسفات تشيع الان في الكتابات الأدبية الموجودة في اوربا، وهي فلسفات عبثية وتشاؤميتها وتسمى أيضاً بالفلسفات العدمية لأنها تنتهي بالانسان الى

خواء فكري، كالفلسفة الوجودية عند سارتر، وهناك فلسفات تعتد بالعلوم الطبيعية وحدها ومنهجها في البحث، وتجعل معيار الحقيقة الادراك الحسي وحده، وتنكر الغيبيات، واذا شاعت تلك الفلسفات في مجتمعاتنا فانها تحدث قلقاً مؤلماً في نفس الانسان، وهذا ما أثرت اليه من فقدان الايمان في هذه المجتمعات احياناً، فالوجودية مثلاً ترى أن الانتحار فعله وجودية ممتازة، وفي كتابات الوجوديين ما يشير الى ذلك صراحة.

والماركسي الذي يعيش تحت ظل الدولة الماركسية يعيش مطحوناً من الناحية النفسية فيستشعر القلق والحزن مهما بدا عليه في الظاهر من تكلف الرضا بالنظام أو بالفلسفة التي ينتمي اليها.

وعلاج هذا النوع من القلق الذي ينشأ عن معتقدات فاسدة وأيديولوجيات منحرفة هو بالرجوع الى الدين، والالتزام بالايمان الصحيح الذي دعا اليه الاسلام.

ان مواجهة المذاهب الوافدة اليها المادية والعبثية يكون بتصحيح الايمان فلا يعود الايمان ايماناً شكلياً، وعلينا بأسهل البراهين على وجود الله لنصح للشباب عقائده، وعلينا كذلك ان نحيب اليه الايمان عن طريق برامج مدروسة للتربية الدينية في المدارس، وأن توجد القدوة الحسنة الصالحة له على كل المستويات.

وعلينا كذلك أن نعود شبابنا على ضرورة تصحيح الباطن، فلا يكفي ان يعلن الشاب ايمانه بلسانه، وإنما لا بد له من عمل بمقتضى الشهادتين.

والذين ايمانهم شكلي أكثر مما نظن، وقليل الذي تخرج عبادته عن الشكلية والمهم هو ان يمتزج قلب الانسان بالعقيدة، فيندفع الى العمل بأحكام الشريعة.

والمهم أيضاً ان لا يتجه الانسان الى عبادة غير الله، وقد تكون عبادة غير الله عبادة المال أو الجاه أو السلطان أو الملذات أو الشهوات، والانسان من حيث هو انسان مفروض فيه أن يتجه بالعبادة الى الله وحده، وتأمل المعنى في قول الرسول ﷺ: «تعس عبدالدينار، تعس عبد الدرهم».

والقصد من العبادة هو توثيق الصلة بالله تعالى، فان هذا يعصم الانسان من القلق.

أما فقدان التخلق بأخلاق الدين، فيعني عدم الالتزام بقيم الاسلام وأخلاقياته، فاذا تجنب الانسان القيم الصحيحة شعر بالقلق، وما القلق في رأينا الا نوع من الصراع بين الدوافع والأهواء والعواطف الموجودة في نفس الانسان، وبين القيم الخلقية التي يراها محققة لانسانيته، أي القيم الخلقية التي ينبغي عليه كإنسان ان يلتزم بها سواء في معاملته لنفسه او معاملته لأسرته، أو معاملته لمجتمعه، وما تأنيب الضمير الا نوع من القلق المضني الذي يمر به الانسان الذي يؤمن بقيم الدين وأخلاقياته.

هناك اذن ثلاثة عوامل باعثة على القلق هي: فقدان الايمان، وعبادة غير الله، وعدم التخلق باخلاقيات الدين.

ويقننا ان التدين علاج لكل اولئك، وهو التدين الواعي الذي يرتبط فيه الانسان بخالقه برباط وثيق، والذي يراقب الانسان في نفسه باستمرار حتى يلزمها الصواب.

فالايمان الحقيقي هو ذلك الذي حدده الرسول ﷺ بقوله: «الايمان ما قر في القلب وصدقه العمل» وهو الايمان الذي يستشعر فيه الانسان من الناحية النفسية أنه مع الله في كل وقت وحين، وان شئت قلت: هو الايمان الذي يستشعر الانسان فيه بأنه مع الله فينتفي عنه الحزن، وتأمل المعنى في قوله تعالى :

﴿إِذْ أَخْرَجَ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِي اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا﴾ (١).

فالمعية مع الله ينتفي معها كل حزن.

وكل واحد منا يستطيع ان يعرف بهذا المقياس في أي موضع هو:

(١) التوبة ٤٠.

إذا فتشت قلبك فوجدت هما أو حزناً أو قلقاً أو ما الى ذلك فأنت لست مع الله، لأنك لو كنت مع الله، وكانت هذه المعية حقيقية، وكنت صادقاً في استشعارك انك معه، لم يعرف الحزن الى قلبك سبيلاً.

وهذا مقياس صادق، ولكن لما غلبت علينا المفاهيم المادية أو المفاهيم التي تتعلق بفلسفات أو قيم مستوردة، ابتعدنا عن هذا المقياس، أنظر الى قوله تعالى:

﴿ولا تهنوا ولا تحزنوا وأنتم الأعلون أن كنتم مؤمنين﴾ (١). فربط الله تعالى بين الايمان وعدم الاستشعار بالحزن أو القلق، لأن الحزن هنا علامة على ضعف الايمان، وإذا كنا مؤمنين حقاً لم نستشعر الحزن أو القلق.

(د) وهناك أمر آخر يتعلق بنظرة الانسان الى الحياة، فبعض الناس ينظر اليها على انها مغنم فقط، وعليه أن يستكثر من أسباب الدنيا، وهكذا يتعلق قلبه بغير الله، وهذا ينافي الايمان، لأن قلب الانسان يجب أن يتعلق بالله أساساً، ونحن لا نريد أن نقول للناس أتركوا الاشتغال بأسباب الدنيا، ولكن نقول لهم اشتغلوا بها ولكن اجعلوا قلوبكم معلقة بالله، بعبارة أخرى أخرجوا الدنيا من قلوبكم مع بقائها في أيديكم جاء رجل الى ابراهيم بن أدهم، وقال له أيهما أفضل: التاجر الصدوق او المتفرغ للعبادة؟ فقال ابراهيم بن أدهم: التاجر الصدوق أحب الي، يأتيه الشيطان كل لحظة من قبل المكيال والميزان فيجاهده. أما الذي عزل نفسه في جبل أو في مكان بعيد فمم يخشى على نفسه مادام بعيداً عن الناس؟ فليس المقصود هو ترك الأسباب والأعمال، وإنما المقصود أن يكون الانسان مع اشتغاله بأمور الدنيا مع الله، فالمعية مع الله سواء في حال العبادة، أو في حال الاشتغال بأسباب الدنيا مطلوبة لأن الاشتغال بأسباب الدنيا نفسه عبادة، والصناعات كما قال فقهاء الاسلام فروض كفاية، وكذلك الحرف والمهن المختلفة في المجتمع، وكذلك أي عمل حلال تتكسب منه،

(هـ) ومن أهم ما نبه اليه الاسلام رياضة النفس على الاخلاص في جميع الأحوال والأعمال. قال تعالى: ﴿ألا لله الدين الخالص﴾ (٢)، والاخلاص يقتضى

(١) يونس ٥٣.

(٢) الزمر، ٣.

تجريد النية أو الباعث على العمل عن جميع الشوائب، ولذلك قال ﷺ: «انما الأعمال بالنيات وانما لكل امرئ ما نوى»، ويقول ابن عطاء الله السكندري في (الحكم): (الأعمال صور قائمة وأرواحها وجود سر الاخلاص فيها)(١).

وهذا ميزان صادق لأعمال العبادات، أو أي عمل دنيوي، فالعقائد لا تصح الا بالاخلاص فيها والتوحيد الحقيقي هو أن لا يكون لغير الله في قلبك منزلة، وأن لا نتوجه بالعبادة الى غيره، فهذا الاخلاص في التوحيد، أما اذا أشركت الى جانب الله أصحاب الجاه أو أصحاب السلطان، أو شهواتك أو نزواتك، فهذا ليس توحيدا خالصا، فالتوحيد الخالص يقتضي تجريد قصد التقرب الى الله عن كل الشوائب.

إن أولئك الذين يتجهون بالعبادة الى غير الله لا بد لهم ان يستشعروا القلق حقا، لأن قلوبهم متعلقة بما هو فان.

(و) ولا بد من أن ترتاض النفس الانسانية على نوع من التوازن النفسي ذلك أن أهل الدنيا الذين تتعلق قلوبهم بها يفرحون بشدة حين تقبل عليهم الدنيا، ويحزنون بشدة حين تزول عنهم، هم بين تعاقب الفرح الشديد والحزن الشديد، يعانون عذابا نفسيا لا يطاق، وتأمل المعنى في قوله تعالى: ﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَافَاتِكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾ (٢) لترى أن هذا القول الكريم من شأنه ان يحدث لنا توازنا نفسيا، وقد عبر ابن عطاء الله السكندري عن هذا المعنى في (الحكم) بقوله: (ليقل ما تفرح به يقل ما تحزن عليه)(٣). لأنه اذا كان الفرح شديدا كان الحزن شديدا كذلك، والانسان لا ينبغي ان يفرح الا بما هو حقيقي فلا يتعلق قلبه بما هو فان وزائل، والفرح الحقيقي هو بما من الله علينا لقوله تعالى: ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (٤).

والانسان قد ينكسر نفسيا اذا صح هذا التعبير لتعاقب الفرح الشديد

(١) شرح الرندي على الحكم ج ١، ص ١٢.

(٢) الحديد : ٢٣.

(٣) شرح الرندي على الحكم، ج ٢، ص ٥٦.

(٤) يونس : ٥٨.

والحزن الشديد على نفسه، وهذه الفلسفة الايجابية التي اشار اليها علماء الاسلام تعصمه من الانهيار تماما كواقى السيارة (السوستة) الذي يمنع انكسارها اذا وقعت في احدى الحفر في الشارع.

ان علماء السلوك كانوا ينظرون الى الانسان نظرة نفسية عميقة ويعلمون بحق ضعف نفسه، ومن أجمل ما عبر به عن هذا المعنى أيضا ابن عطاء الله حين يقول لمريدة: (متى كنت اذا أعطيت بسطك العطاء، واذا منعت قبضك المنع، فاستدل على ثبوت طفوليتك وعدم صدقك في عبوديتك)(١).

وتشبيه الانسان بالطفل تشبيه جميل، لأن الطفل يفرح جدا بلعبته فاذا أخذناها منه حزن لذلك حزنا شديدا، وعانى نفسيا، فالانسان في العادة لتعلقه بالدنيا يعاني القلق الشديد على فقدانها، فاذا فقدوها لم يأمن على نفسه من الانهيار اذا كان فاقد الايمان أو كان إيمانه ضعيفاً.

(ز) وقد أشار علماء السلوك الى ما يعرف بحال الطمأنينة، ويقصدون به الحال الذي يتجاوز الانسان فيه القلق الى الاستقرار النفسي، كثمرة لمجاهدة النفس.

واذا كان جان بول سارتر في عصرنا يقول: (نحن قلق)(٢) فانه لم يتجاوز أبدا هذا القلق الى الايمان، وإنما رصد حالة القلق فقط وجعلها ملازمة للانسان، فكأنه نظر الى الانسان من زاوية القلق، وهذه نظرة غير طبيعية، لأن الانسان ليس قلقا فقط، وإنما عليه ان يتجاوز القلق، الى الايمان بشيء.

والطمأنينة التي يتحدثون عنها مذكورة في مواضع كثيرة من القرآن الكريم، كما في قوله تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (٣)، والاشارة في الآية الى أن ذكر الله باللسان والقلب،

(١) شرح الزندي على الحكم، ج ١، ص ١٢١.

(٢) SARTER : L'etre et le Néant p. 21.

(٣) الرعد : ٢٨.

واستشعار وجوده معنا في كل حال، كل أولئك أمور باعثة على اطمئنان النفس،
أو بلغة علم النفس باعثة على الاستقرار النفسي.

ومن الآيات الكريمة ذات الدلالة العميقة على الرياضات العملية التي
نمارسها من أجل استقرار النفس أو طمأنينتها قول الله تعالى: ﴿وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ
يَضِيقُ صَدْرَكَ بِمَا يَقُولُونَ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ وَاعْبُدْ رَبَّكَ
حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾ (١).

وهذه الآيات الكريمة تشير الى أهمية العبادة والاقبال على الله بالذكر
والتسبيح والتحميد والسجود وما إليها، وهي علاج أكيد لضيق الصدر، أو
القلق النفسي.

خلاصة القول أن طمأنينة النفس تعني سكون النفس وراحتها، وهي كما
قال الطوس في (اللمع) (حال رفيع ولا تكون الا لعبد رجع عقله، وقوى ايمانه،
ورسخ علسه، وصفا ذكره وثبتت حقيقته) (٢).

وهذا كله مستمد من أدب القرآن في قوله تعالى: ﴿وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا
هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (٣) ففي القرآن شفاء للنفس حين يمدّها بالعقائد
الصحيحة، ويدفعها الى الأعمال الصالحة والأخلاق الفاضلة، من أجل بلوغ
الكمال الأخلاقي الذي دعا اليه الاسلام.

(١) الحجر : ٩٧ - ٩٩.

(٢) اللمع : ص ٩٨.

(٣) الاسراء: ٨٢.