



مجلة تسلیم

Journal Homepage: <https://tasleem.alameedcenter.iq>
ISSN: 2413-9173 (Print) ISSN 2521-3954 (Online)



في التَّسْلِيمِ لِلْعِتْرَةِ الطَّاهِرَةِ:

الْخِطَابُ الْبَلَاغِيُّ

دِرَاسَةٌ فِي نَمَازِجٍ مِنْ أَقْوَالِ الْإِمَامِ عَلِيِّ (عَلَيْهِ السَّلَامُ) مِنْ مَنْظُورِ عِلْمِ النَّفْسِ الْإِيجَابِيِّ

خالد محمد عبدالغني^١

^١ جامعة بنها / كُليَّةُ الآداب / قسم علم النفس الأدبي، مصر؛

km036723@gmail.com

دكتوراه في اللغة العربية / مدرس

تاريخ النشر

٢٠٢٦/٣/٣١

تاريخ القبول

٢٠٢٦/٢/١٥

تاريخ التسليم

٢٠٢٥/١٢/٢٤

DOI:
10.55568/t.v25i37.61-84

المجلد (٢٥) العدد (٣٧)
شوال ١٤٤٧ هـ. آذار ٢٠٢٦ م



مُلَخَّصُ الْبَحْثِ:

عند قراءة أقوال الإمام عليّ (عليه السلام) ومن منطلق الدراسة النفسية لبعض ما ورد عن الإمام عليّ (عليه السلام) نجد فيها بعض أسس لمبادئ عميقة في علم النفس الإيجابي من خلال التركيز على معرفة الذات كأصل كل علم، وترويض النفس بالتقوى والخشية من الله عز وجل والتعريف عليه، واكتشاف المواهب لتعزيز الثقة بالنفس، وربط الفكر الإيجابي بالسلوك كالتسامح وطلب المعرفة والعلم دون كلل أو ملل، والتأكيد على الأمل بوصفه محرّكاً للنجاح وتجاوز الصعاب والصبر على المكاره، وهو ما يوازي مفاهيم مثل الامتنان والمرونة والسعي للمعنى التي يركّز عليها العلم الحديث. ومعرفة الذات: كقوله (عليه السلام): "من عرف نفسه فقد انتهى إلى غاية كل معرفة". وترويض النفس والفضائل كقوله (عليه السلام): "إنما هي نفسي أروّضها بالتقوى لتأتي آمنة يوم الخوف الأكبر". والفكر الإيجابي كقوله (عليه السلام): "الفكر مرآة صافية... الفكر في الخير يدعو إلى العمل به". وغيره في الكثير من الأقوال. ومن ثمّ فإنّ الدراسة الحاليّة تحاول الوصول إلى مبادئ وموضوعات علم النفس الإيجابي وهو التيار الأحدث في علم النفس عالمياً كما جاءت في العديد من حكم وأقوال الإمام عليّ (عليه السلام) بتوظيف منهج تحليل المضمون. الكلمات المفتاحية: الخطاب البلاغيّ العلويّ. علم النفس الإيجابي. أقوال الإمام عليّ (عليه السلام).

Rhetorical Discourse: Study on Selected Sayings of Imam Ali (P.B.U.H) from Perspective of Positive Psychology

Khaled Mohammed Abdelghani ¹

¹ Benha University / Faculty of Arts / Department of Literary Psychology, Egypt;
km036723@gmail.com

PhD. in Arabic Language/ Lecturer

Received:	Accepted:	Published:
24/12/2025	15/2/2026	31/3/2026

DOI:
10.55568/t.v25i37.61-84

Volume (25)
Issue (37)

Vol.25, Issue No. 37
Shawwal, 1447 AH / March, 2026 AD



Abstract:

When reading the sayings of Imam Ali (peace be upon him), and from a psychological perspective on some of his statements, it is found that some foundations pertain to profound principles of positive psychology. These principles emphasize self-knowledge as the origin of all knowledge, disciplining the soul through piety, fear of Allah and seeking His favor, discovering one's talents to enhance self-confidence, and connecting positive thinking to behavior such as tolerance and the tireless pursuit of knowledge. They also stress hope as a driving force for success, overcoming difficulties, and enduring hardships. Such comes equal to certain concepts: gratitude, resilience, and the search for meaning, which are emphasized in modern science.

Regarding self-knowledge, the imam (peace be upon him) said: "He who knows himself has reached the ultimate goal of all knowledge." He (peace be upon him) also said about disciplining the soul and cultivating virtues: "It is only my soul that I train with piety so that it may come forth secure on the Day of Greatest Fear." And regarding positive thinking, he (peace be upon him) said: "Thought is a clear

mirror... Thought of goodness calls for action." These are just some of the many points he (peace be upon him) emphasized in his sayings. Therefore, the current study attempts to reach the principles and topics of positive psychology, which is the latest wave in psychology globally, as mentioned in many of the sayings and aphorisms of Imam Ali, by employing the content analysis methodology.

Keywords: Rhetorical Discourse of Imam Ali , Positive Psychology, Sayings of Imam Ali .

علم النفس الإيجابي:

في مطلع الخمسينات من القرن العشرين ظهرت بوادر الاتجاه الإيجابي في علم النفس وبدأ الباحثون الخطى على طريق جديد حيث بدأ الاهتمام بدافعية الإنجاز والخصائص الإنسانية الإيجابية والأمن النفسي وتقدير الذات ثم تلا هذه المرحلة ما تم تناوله من موضوعات في الثلث الأخير من القرن الماضي وهي: الصلابة النفسية والمرونة ومقاومة الضغوط والتحدّي والصمود، ومع نهاية ذلك القرن تبلور علم النفس الإيجابي حيث كتب مارتين سليجمان وميهالي سيكزنتهالي مقالات في مجلة الأخصائي النفسي الأمريكي وأبرز ما كتبه السابقون حول الجانب السلبي على حساب الجانب الإيجابي في علم النفس. حتى صدرت مجلة علم النفس الإيجابي عام ٢٠٠٦ ويركز علم النفس الإيجابي على دراسة نقاط القوة البشرية والسعادة والرفاهية، وتشمل موضوعاته الرئيسية: المشاعر الإيجابية، المشاركة (الانغماس)، العلاقات الإيجابية، المعنى والهدف، والإنجاز، فضلاً عن دراسة التفاؤل، المرونة النفسية، الامتنان، الرضا عن الحياة، الرحمة الذاتية، والفضائل الإنسانية، واليقظة الذهنية، وتطوير الذات، ومهارات حلّ المشكلات بهدف مساعدة الأفراد والمجتمعات على الازدهار والعيش حياة أفضل، مع عدم إغفال الجوانب السلبية بل فهم كيفية التغلب عليها. ومن الموضوعات الأساسية التي يعنى بها هذا الفرع الجديد من علم النفس المشاعر الإيجابية: الفرح، الامتنان، الأمل، السلام، والحب. والمشاركة/ الانغماس حالات التدفق والانغماس في الأنشطة. والعلاقات الإيجابية: بناء روابط قوية ومجتمعات داعمة. والمعنى والهدف: إيجاد هدف أسمى في الحياة. والإنجاز تحقيق الأهداف والنجاح. كما يعنى بدراسة سمات ومهارات إيجابية في الشخصية الإنسانية مثل: نقاط القوة الشخصية: تحديد وتنمية نقاط القوة (مثل الشجاعة، اللطف، الحكمة، الإبداع). والتفاؤل والمرونة النفسية القدرة على التعافي من الصعاب. والامتنان والرحمة الذاتية تقدير النعم والتعامل بلطف مع الذات. وتقدير الذات والثقة بالنفس: الإيمان

بالقدرات الشخصية. واليقظة الذهنية التركيز على اللحظة الحالية. والذكاء الانفعالي وإدارة الذات: الوعي والتحكّم في المشاعر¹ ...

كما يهتمُّ علم النفس الإيجابيُّ بالعديد من الموضوعات الأخرى منها: المساندة الاجتماعية: مفهومها وآثارها ومجالاتها وأنواعها وكيفية توظيفها والنظريات المفسّرة لها وعلاقتها بحياة الإنسان. وتقدير الذات من حيث مفهومه ونظريّاته وعلاقته بعناصر علم النفس الإيجابيِّ. والصلابة النفسية ومكوّناتها. وجودة الحياة وأبعادها وعلاقتها بكلِّ من الحالة الاقتصادية والصحيّة والاجتماعيّة والنفسية والعمر والصحة النفسية: خصائصها وعلاقتها بالوجود الأفضل - السعادة أو الرفاهية النفسية - والتقدّم في العمر. والسعادة والتدوين وإشباع الحاجات الأساسية والانفعالات والزواج والعمل والصحة العامّة. ومفهوم وجهة الضبط - محلّ التبعة - وكيفية تنميته وسمات الشخصية ذات الضبط الداخليّ والخارجيّ علاقته بالتنشئة الأسريّة والجنس والطبقة الاجتماعيّة والعمر والتدوين والفعاليّة الذاتية. ومفهوم دافعيّة الإنجاز من حيث الدافعيّة المستثارة وعلاقته بوجهة الضبط. والحكمة وأهمّيّتها ومفهومها وأنواعها وعلاقتها بالتقدّم في السن، والإبداع والخبرة والتفاؤل والعلاقة المتبادلة بينهم².

وبشكل عام فإنّ علم النفس الإيجابيِّ يقوم على ثلاثة أعمدة: الأوّل هو دراسة الانفعالات الإيجابية، والثاني هو دراسة السمات الإيجابية وأهمّها جوانب القوّة والفضيلة وكذلك القدرات كالذكاء، والثالث هو دراسة المؤسّسات الإيجابية مثل الديمقراطية والأسر القويّة والبحث الحرّ، وكلّها مؤسّسات تدعم الفضيلة التي بدورها تدعم الانفعالات الإيجابية وتساندها³.

١ أبو حلاوة محمد السعيد والشربيني، عاطف مسعد. علم النفس الإيجابي: نشأته وتطوره، ونماذج من قضاياها (القاهرة: عالم الكتاب، ٢٠١٦)، ٢٥.

٢ أبو حلاوة، محمد السعيد. علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية (تونس: الشبكة العربية للعلوم النفسية، ٢٠١٤)، ٦٤-٦٦.

٣ مارتين سليجمان، السعادة الحقيقية "استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتبين ما لديك حياة أكثر إنجازاً"، ترجمة صفاء الأعسر وآخرون (القاهرة: دار العين، ٢٠٠٥)، ٤٣.

علم الإمام عليّ عليه السلام:

تتميّز أقوال الإمام عليّ عليه السلام ببلاغة فريدة، حيث يمزج بين الفصاحة والعمق المعنوي والروحي، مستعملاً الأساليب البلاغية كالتشبيهات والمجاز وتجلّي بلاغته في الحكمة والموعظة، وفي وصفه الدقيق للواقع، وفي استخدامه للتناصّ القرآنيّ لتعميق المعاني، مؤثراً في نفوس سامعيه، كما حظيت حياة الإمام عليّ عليه السلام بالكثير من الدراسات التاريخية والفقهية والنفسية والتربوية لدى عديد من الباحثين العرب والمسلمين والغربيين حتّى أصبح من العسير للإمام بكلّ هذا التراث الضخم، ومن تلك الدراسات ما قام به عليّ شاکر عبد الأئمة الفتلاويّ وحسن شاکر الفتلاويّ حيث قدّما دراسة لسّمات الشخصية المؤمنة وأنهاطها في فكر الإمام عليّ عليه السلام كما جاءت في كتاب أصول الكافي، وتوصّل الباحثان إلى وجود نظريّة المعرفة لديه من حيث (مصادرها وكيفية تحصيلها)، وبناء الذات وتنميتها (زكاة النفس، التربية، مكارم الأخلاق)، وفهم النفس الأمارة بالسوء والقلب كمركز للمعرفة والقرار، مع التركيز على دراسة أقواله في نهج البلاغة التي تسبق مفاهيم نفسية حديثة حول العلاقة بين العقل والقلب والحواس، وكيفية تهذيب النفس لتحقيق السمو الأخلاقي والاجتماعي. وتشير الدراسة إلى أنّ مصادر المعرفة: إذ استند الإمام عليّ عليه السلام إلى العقل والحواس والفطرة والقلب والوحي كمصادر للمعرفة، مع التأكيد على دور العقل في تمحيص ما تدركه الحواس. ودور القلب: إذ عدّ القلب مصدراً أساسياً للمعرفة وموجّهاً للعقل والحواس، ورصد تأثيره على السلوك والمشاعر، وهو ما يتوافق مع اكتشافات علم النفس المعاصر. والعلم المطبوع والمسموع: فقد قسم العلم إلى مطبوع (فطريّ) ومسموع (مكتسب)، مع اعتبار المطبوع أساساً للمسموع. ومعرفة النفس: لأنّه عدّها غاية المعرفة وأنفعها، وحثّ على معرفة المرء لنفسه. أمّا النفس الأمارة بالسوء: فقد حذّر من الاستسلام لها، مؤكّداً أنّ النفس

تحتاج إلى تربية وتدريب لتهدئتها من الأهواء. وحول التربية الروحية والسلوكية: دعا إلى تعويد النفس على الطاعة والعبادة والفضائل، واعتبر العمل الصالح زكاة للبدن ومحاربة للذلل.

تحليل مضمون أقوال الإمام عليٍّ (عليه السلام) من منظور علم النفس الإيجابي:

قال أمير المؤمنين عليٍّ (عليه السلام): "العينُ رائدُ الفتنِ قول الإمام عليٍّ (عليه السلام): "العين رائد الفتن" يعني أن البصر هو أول من يفتح باب الشرّ والفتنة للقلب، فهو ينقل الشهوات والمحرمات إليه، والعيون هي طلائع القلوب وجواسيسها، والنظرة الأولى قد تكون خطأ لكن تكرارها يكون عن عمد، ويؤدّي إلى الفتنة والهلاك إذا لم يتمّ غضّ البصر عن المحرمات، فالرائد: هو الذي يتقدّم القوم لاستكشاف الطريق، والعين هنا تقوم بنفس الدور، فهي تتقدّم لتستكشف ما في الخارج وتنقله إلى القلب. والفتن: تشمل الشهوات، المعاصي، الأمور التي تفتن الإنسان عن طريق الله عزّ وجلّ وذكره. والارتباط بالقلب: العين هي مدخل الشيطان وطلائع القلب، فما تراه العين يُحفظ في القلب ويُزرع فيه، وإذا لم يتمّ غضّ البصر، فإنّ الشهوات تنمو وتؤدّي إلى الفتنة. ويمكن أن تكون الفتنة في النظر إلى مفاتن المرأة وهنا تكون الدعوة إلى غضّ البصر، وقد تكون النظر إلى ما في أيدي الناس من خيرات أو نعم فتؤدّي إلى عدم الرضا عن الذات أو الحياة وبالتالي عدم الرضا عن الله عزّ وجلّ، ولقد نهى القرآن عن التطلّع لما عند الناس فمثلاً يقول تعالى: ﴿لَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَخَفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ﴾ (طه: ١٣١). وهنا يدعونا علم النفس إلى تزكية غضّ البصر في النفس حتّى لا يقع المرء في الشهوات والفتن والهلاك، فالنظاريّة وهي اشتقاق اللدّة من النظر إلى مفاتن المرأة تعدّ من خصائص الذكورة.^٦

٤ الفتلاوي علي شاکر عبد الأئمة والفتلاوي حسن شاکر، "سمات الشخصية المؤمنة وأنهاطها في فكر الإمام عليٍّ (عليه السلام) في كتاب أصول الكافي،" منشورة بموقع حديث نت، د.ت.، <https://hadith.net/post/6437>.

٥ الواسطي، علي بن محمد الليثي. عيون الحكم و المواعظ، ط ١ (قم - إيران، ١٤١٨ هـ)، ٣٣.

٦ مخيمر، صلاح. سيكولوجية الموضة (مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٣)، ٢٢.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "التَّكَبُّرُ يَضَعُ الرَّفِيعَ" قول الإمام عليّ (عليه السلام): "التَّكَبُّرُ يَضَعُ الرَّفِيعَ" يعني أنَّ التَّعَالِيَّ وَالغَطْرَسَةَ تَزِيلُ مَكَانَةَ الشَّخْصِ وَتُسْقِطُهُ مِنْ عَيُونِ النَّاسِ، حَتَّى لَوْ كَانَ فِي الْأَصْلِ ذَا شَأْنٍ عَظِيمٍ، فَالتَّكَبُّرُ يَجْعَلُهُ يَبْدُو صَغِيرًا وَمُهِينًا فِي قُلُوبِ الْآخَرِينَ، بَيْنَمَا التَّوَاضَعُ هُوَ مَا يَرْفَعُ الْإِنْسَانَ وَيَجْعَلُهُ مَحْبُوبًا وَمَوْقَرًا، وَقَدْ أَكَّدَتْ أَقْوَالُ أُخْرَى عَنِ النَّبِيِّ ﷺ وَأَلِهِ الْأَطْهَارِ (عليهم السلام) أَنَّ اللَّهَ ﷻ يَرْفَعُ مَنْ يَتَوَاضَعُ لَهُ وَيَضَعُ مَنْ يَتَكَبَّرُ. فَالتَّكَبُّرُ (الكبر والغرور): هُوَ شَعُورُ الْإِنْسَانِ بِالْعِظْمَةِ وَالْفَضْلِ عَلَى الْآخَرِينَ، وَالِاعْتِدَادُ بِالنَّفْسِ وَالتَّعَالِيَّ عَلَيْهِمْ. وَيَضَعُ (يُسْقِطُ، يُذِلُّ، يُهِينُ): فَعَلَ التَّكَبُّرُ يَسَبُّ سَقُوطَ الْإِنْسَانِ فِي نَظَرِ النَّاسِ. حَتَّى لَوْ كَانَ الْإِنْسَانُ رَفِيعًا فِي نَسَبِهِ أَوْ عِلْمِهِ أَوْ مَنَصِبِهِ، فَإِنَّ تَكَبُّرَهُ يَقْلِلُ مِنْ قِيَمَتِهِ. وَهَذَا التَّحْذِيرُ مِنْ مَغْبَةِ التَّكَبُّرِ الَّذِي يَمْنَحُ الشَّخْصِيَّةَ شَعُورًا عَالِيَا بِالنَّرْجَسِيَّةِ الَّتِي تُوَدِّي فِي النِّهْيَةِ إِلَى هَلَاكِ الْإِنْسَانِ إِمَّا مَادِيًّا أَوْ نَفْسِيًّا أَوْ اجْتِمَاعِيًّا. وَالدَّعْوَةُ لِلتَّحَلِّيِّ بِالتَّوَاضَعِ الَّذِي يَكْسِبُ الشَّخْصِيَّةَ قُوَّةَ وَمَهَابَةَ وَرَفْعَةَ فِي نَفُوسِ الْأَفْرَادِ وَالْمَجْتَمَعَاتِ إِذْ إِنَّ التَّوَاضَعُ يَتَّصِفُ بِالتَّعَاطُفِ مَعَ الْآخَرِينَ وَالْحَنُوِّ عَلَى الضَّعْفَاءِ وَالْمَسَاكِينِ.^٧

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "أَحْيَاوُ الْمَعْرُوفَ بِإِمَاتَتِهِ، فَإِنَّ الْمَنَّةَ تَهْدِمُ الصَّنِيعَةَ"^٨. فَأَفْضَلُ طَرِيقَةٌ لِإِحْيَاءِ عَمَلِ الْخَيْرِ وَإِدَامَتِهِ هِيَ أَنْ تَحْفِيهِ وَلَا تَمَنَّ بِهِ عَلَى فَاعِلِهِ؛ لِأَنَّ الْإِفْصَاحَ بِالْمَنَّةِ (التَّبَجُّحُ بِالنِّعْمَةِ) يُبْطِلُ أَثْرَ هَذَا الْخَيْرِ وَيُقْلِلُ مِنْ قِيَمَتِهِ، وَيَجْعَلُ الْمُعْطَى يَشْعُرُ بِالذَّلَّةِ، بَيْنَمَا الْإِخْفَاءُ يَحْفِظُ كِرَامَةَ الْإِنْسَانِ وَيَجْعَلُ الْمَعْرُوفَ يَبْقَى أَثْرُهُ طَيِّبًا خَالِدًا فِي نَفْسِ الْمُتَلَقِّيِّ. إِذْ إِنَّ الْمَقْصُودَ بِأَحْيَاوُ الْمَعْرُوفَ بِإِمَاتَتِهِ: هُوَ سِتْرُهُ وَإِخْفَاؤُهُ، كَأَنَّ تَجْعَلَ فَعَلَ الْخَيْرِ يَمُوتُ فِي الظَّاهِرِ فَلَا يَظْهَرُ وَلَا يَتَحَدَّثُ بِهِ، وَلَكِنْ هَذَا الْإِخْفَاءُ

٧ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٣٩.

٨ البحيري، عبدالرقيب. الشخصية النرجسية "دراسة في ضوء التحليل النفسي" (القاهرة: دار المعارف، ١٩٨٧)، ٢٥.

٩ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٩٠.

يحيي أثره في القلوب ويجعله خالصاً لله تعالى. فإنَّ المنة تهدم الصنعة: المنة هي أن تذكّر الشخص بالجميل وتثقل عليه عطاءك، وهذا يجعل الصنعة (الإحسان) تضع قيمتها ويُبطل أثرها، كما قال تعالى: ﴿لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى﴾ (البقرة: ٢٦٤). "وهنا يشدّد الإمام عليّ (عليه السلام) على أهميّة إخلاص النيّة في عمل المعروف، وأن يكون لله لا طلباً للرياء أو الشكر من الناس. وكذلك رفع من قيمة حفظ الكرامة: بإخفاء المعروف يحفظ كرامة الفقير والمحتاج، فلا يشعر أنّه مدين لأحد أو أنّه يمنّ عليه، بل يرى أنّ هذا عطاء إلهي عبر أخيه.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "الحليم؛ الذي لا يشقُّ عليه مؤونة الحلم" ١٠. قول أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): يعني أنّ الحليم هو الذي يتمتّع بالصبر والتحلّم (ضبط النفس وعدم الغضب) بشكل طبيعي ودون تكلف، فلا يجد صعوبة أو مشقّة في كظم غيظه أو التحلّي بالصفح حتّى عند تعرّضه للإساءة، وتُشير هذه المقولة إلى أنّ الحلم الحقيقي ليس مجرد فعل ظاهريّ، بل هو صفة راسخة في النفس تجعل الأمر سهلاً وميسوراً عليه. فالحليم: هو الشخص الذي يتّصف بالحلم وهو ضبط النفس عند الغضب وعدم التهوّر. أمّا لا يشقُّ عليه: أي لا يجد صعوبة أو مشقّة أو عناء في ذلك. ومؤونة الحلم: هي التكلفة أو المشقّة التي قد يتكبّدها الإنسان ليتحلّى بالصبر ويضبط أعصابه. والحلم والصفح والتسامح كلّها من فضائل الإنسان التي يهتمّ بتزكيتها علم النفس الإيجابي كما جاء فيما سبق ذكره. قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "الحازم من يؤخّر العقوبة في سلطان الغضب، ويُعجلُ مكافأة الإحسان اغتناماً لفُرصة الإمكان" ١١. هذه الحكمة تعني أنّ الشخص الحازم (العاقل) هو من يمتلك ضبط النفس فلا يعاقب وهو غاضب، بل يؤجّل العقوبة حتّى تهدأ نفسه، بينما يسارع إلى مكافأة المحسن فوراً، لأنّه يغتنم فرصة القدرة على الفعل قبل أن تزول،

١٠ الواسطي، ٤٧.

١١ الواسطي، ٦٧.

وهو يجمع بين ضبط النفس عند الغضب وحسن استغلال الفرص للخير" فالحازم من يؤخر العقوبة في سلطان الغضب": الشخص الحكيم هو الذي لا يتصرف بتهور عند الغضب، بل يسيطر على انفعالاته ويؤجل تطبيق العقوبة حتى يزول غضبه ويصبح قراره أكثر عدلاً وحكمة، إذ يكون العقل هو المسيطر، لا الغضب. ويعجل مكافأة الإحسان اغتناماً لفرصة الإمكان": وفي المقابل، يسارع إلى مكافأة من أحسن إليه، لأن هذه هي فرصة القدرة على الفعل والجزاء، ويغتنيها قبل أن تفوت، وهذا يدل على استغلاله الأمثل للوقت والقدرة. هذه الحكمة تُعدُّ من جوامع الكلم التي تدعو إلى التروي في الشر والمسارة في الخير. وتعدُّ الحكمة من أهمِّ قضايا علم النفس الإيجابي حيث القدرة على التحكم في النفس واتخاذ القرارات المناسبة المتوافقة مع الحال وترتبط الحكمة بالتقدم في العمر، ولقد أشار القرآن إلى أن الحكمة من الفضائل العظيمة^{١٢}. فقال تعالى: ﴿يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ﴾ (البقرة: ٢٦٩). وعليه فمن يتمتع بالحكمة لعظمتها فقد آتاه الله عز وجل الخير الكثير. كما يستفاد من هذا القول بالقدرة على التحكم في الغضب والتقليل من سورته فالغضب لا يمكن أن يتخذ من القرارات الصائبة شيئاً في حالة غضبه بل عليه الهدوء والتروي حتى يستجمع قدراته المعرفية والنفسية فيتخذ ما هو نافع من القرارات.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "العالم الذي لا يملُّ من تعلُّم العلم"^{١٣}. قول أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): يُبرز أهميَّة الاستمرار في طلب العلم وعدم الاكتفاء بما تمَّ الوصول إليه، وأنَّ العالم الحقيقي هو من يظلُّ شغوفاً بالمعرفة، فالشغف بالعلم هو صفة العالم الحقيقي. فالاستمرارية: يدلُّ على أنَّ التعلُّم ليس له نهاية، وأنَّ العالم الحقيقي

١٢ جبر، محمد جبر. مفهوم الحكمة ضمن كتاب علم النفس الإيجابي (طنطا: مكتبة عامر للطباعة والنشر والتوزيع، د.ت.، ١٣٥٠).

١٣ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٤٧.

لا يرى في العلم غاية يصل إليها، بل يراه بحرًا لا شاطئ له. وتواضع العالم: يشير إلى تواضع العالم الذي لا يدعي الكمال في العلم، بل يرى دائمًا ما لم يتعلمه. أما حب المعرفة: يعكس الشغف الدائم بالعلم كصفة أساسية للعالم، فهو لا يكمل ولا يمل من البحث والاستكشاف. وهنا تتضح صورة للعالم الحقيقي كشخص متواضع، مستمر في التعلم، يدرك شح المعرفة، ويواصل السعي نحوها دون توقّف. فالمرء في حاجة دائمة إلى التزوّد من المعرفة من مهده إلى لحدّه.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "العاقل من زهد في دنيّة فانيّة، ورغب في جنّة سنيّة خالدة عالية*" هذا القول المأثور لأمير المؤمنين عليّ (عليه السلام) يصف العاقل الحقيقيّ بأنّه من يدرك زوال الدنيا الفانية ويتركها (يزهد فيها)، ويُقبل على الآخرة الباقية الخالدة (يرغب في الجنّة العالية)، وهو دعوة للتركيز على ما يدوم بدلًا من الزائل، وتحقيق السعادة الأبدية، والعاقل: هو الإنسان ذو البصيرة والفهم الحقيقيّ لما ينفعه وما يضرّه. وزهد في دنيا فانية: أي ترك الدنيا ومباهجها الزائلة والحرص عليها، لأنّها زائلة لا محالة. أمّا من رغب في جنّة سنيّة خالدة عالية: أي أقبل على الآخرة وطلب الجنّة التي هي دار البقاء والنعيم الدائم. والزهد الإيجابي هنا يشتمل على العمل من أجل الآخرة ونعيمها فيدرك السعادة الحقيقية وتقوم على فكرتين أساسيتين هما: أنّ هناك سعادة حقيقية تختلف وتتجاوز السعادة اللحظية. وأنّ السعادة الحقيقية يمكن أن تنمو. وتشتمل السعادة على ست فضائل كبرى هي: الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والحبّ والانسانية، والعدل والاعتدال، الروحانيّة والتسامي. وهذه الفضائل تتجاوز الزمان والمكان وهي بهذا الشكل تعدّ مكونات السعادة بازدهارها تزدهر الإنسانية وباندحارها تندحر أيضًا، وهذه الصفات الست تمثّل في مجموعها فكرة الشخصية الجيدة أو الطيبة^{١٤}.

١٤ مارتن سليجمان، السعادة الحقيقية "استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتبين ما لديك لحياة أكثر إنجازًا"، ١٥٦.

* في الغرر ١٨٦٨: دنيا فانية دنية.

قال أمير المؤمنين عليّ عليه السلام: "السُّجُودُ النَّفْسَانِيّ: فَرَاغُ الْقَلْبِ مِنَ الْفَانِيَّاتِ، وَ الْإِقْبَالُ بِكُنْهِ الْهَمَّةِ عَلَى الْبَاقِيَّاتِ، وَخَلْعُ الْكِبْرِ وَالْحَمِيَّةِ، وَقَطْعُ الْعَلَائِقِ الدُّنْيَوِيَّةِ، وَالتَّحَلِّيُّ بِالْخَلَائِقِ النَّبَوِيَّةِ"^{١١} هذا القول الشريف يصف "السجود النفساني" بأنه حالة روحية عميقة تعني تفرغ القلب من كل ما هو فانٍ زائل (مثل الدنيا والشهوات)، والتوجه بكلّ الهمة والعزم نحو الباقيات (الآخرة والعبادة)، ونزع الكبر والحمية (العصبية والتعصب)، وقطع كلّ الارتباطات الدنيوية، واكتساب الأخلاق والصفات النبوية، وهو جوهر السجود الحقيقيّ وليس مجرد حركة جسديّة. ففراغ القلب من الفانيات: يعني أنّ القلب أصبح خالياً من التعلّق بالدنيا ومشاغلاً ومحبوباتها الزائلة. والإقبال بكنه الهمة على الباقيات: أي التوجه بكلّ التركيز والقوّة نحو الله والآخرة، والتركيز على ما يبقى. وخلع الكبر والحمية: التخلّص من الغرور والعجب بالنفس والتعصّبات الجاهليّة. وقطع العلائق الدنيوية: قطع كلّ الروابط والأوهام التي تشغل القلب عن الله عز وجل. والتحلّي بالخلائق النبوية: اتّخاذ صفات النبي محمّد صلى الله عليه وآله (مثل الصدق، الرحمة، التواضع) كأخلاق دائمة للمؤمن.

قال أمير المؤمنين عليّ عليه السلام: "الكَلَامُ بَيْنَ خَلْتَيْ سَوْءٍ هُمَا الْإِكْتَارُ وَ الْإِقْلَالُ، فَالْإِكْتَارُ هَذَرٌ وَ الْإِقْلَالُ عَيْ" ^{١٢} يدعو قول الإمام عليّ عليه السلام بأنّ الكلام بين الإكثار (هذر) والإقلال (عَيّ) يعني أنّ الاعتدال هو الأفضل، فالكثرة تؤدّي إلى اللغو والكلام الزائد، وقلّته (العَيّ) تعني عدم القدرة على التعبير عن المعنى بوضوح، والحكمة تكمن في الوسط، أي الكلام بمقدار الحاجة وبما هو نافع ومفهوم، يدعو الإمام عليّ عليه السلام هنا إلى الوسطية والتوازن في الكلام، فالكلام الكثير يهدر الوقت والجهد، والكلام القليل قد يوقع المتكلّم في الحرج أو سوء الفهم، والصواب هو الكلام الذي يكون مفيداً، واضحاً، ومختصراً في الوقت نفسه، وهو ما يسمّى

١٥ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٦٦.

١٦ الواسطي، ٥٥.

"الكلامُ البينُّ" أو "الكلامُ الحقُّ" الذي يخرج من القلب ويصل إلى القلب، كما قيل: "الكلامُ إذا خرج من القلب وقع في القلب، وإذا خرج من اللسان لم يجاوز الأذن، فالوسطية هنا هي كما يقال أن الفضيلة منزلة بين نقيضين فالوسط والاعتدال هو ضامن أكيد لنجاح الشخصية وتواصلها الجيد مع الآخرين فيمثل عنصر الاعتدال في الشخصية الماسك لبنائها النفسي الروحي، الموجه لحياتها النفسية الاجتماعية^{١٧}. قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "المؤمن دائم الفكر وكثير الذكر، على النعماء شاكراً، وفي البلاء صابراً"^{١٨}. "يصف أمير المؤمنين (عليه السلام) صفات المؤمن الحقيقي الذي يتميز بالديمومة في التفكير والذكر، ويكون شاكراً عند النعم، صابراً عند البلاء، وهي صفات تؤكد على ربط المؤمن بين عقله وقلبه وحياته اليومية، مشيراً إلى أن المؤمن يراقب تصرّفاته ويتذكر ربه في السراء والضراء. والتسليم والاستسلام والانقياد لله عز وجل وحده جلّ شأنه إقراراً و يقيناً بأنه وحده جلّ شأنه المدبّر الحكيم المتعال: وفي التسليم لله عز وجل عبودية وتقوى وإحساناً تحرير للذات من رقّ الخلاق والأغيار إعادة الاعتبار للذات في أنك شأنك شأن كل الناس زمام أمرك لله عز وجل وحده جلّ شأنه. والإخلاص للتوكل: كوحدة سلامة النية ونقاء القصد واستقامة المسلك؛ ذلك الإخلاص في السعي للإبحار في مدارج السالكين إلى الحقّ جلّ شأنه ابتغاء رضوانه فقط، ومن ابتغى رضوان الله عز وجل فقط خلصت له الدنيا من كل شوائبها واجتمع عليه الخلق من حيث لا يدري أنسابه وألفة معه وتواداً في جنب الله سبحانه. والرضا بالقدر: ويقصد به الرضا الإيجابي الذي يبعد الإنسان عن الجزع والسخط وفي الرضا عتق لذاتك من التهاوج في دوامات الانفعالات السلبية وتحرير لذاتك من الانهيار بل دفعاً لها في فضاء التماسك والثبات واليقين بأنّ في كل خير قد لا تعرفه هنا

١٧ عثمان، سيد أحمد. المسؤولية الاجتماعية (القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٢)، ٢١٠.

١٨ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٥٨.

والآن. والصبر للحكم: ويمثّل الصبر أحد تجلّيات الرضا ويقصد به ذلك الصبر الإيجابي الذي يبعدك عن التعجّل ويقيك من الولوج في دوامة القنوط بل يرميك بكلّ عزمه في فضاء الاستبشار والتفاؤل واليقين بأنّ ما عند الله عزّ وجلّ خير وأبقى، ولا يعني بالرضا المفعم بالصبر على هذا النحو افتقاد الهمة والاستسلام والعود بل عند تضييره بالاستسلام والانقياد لله جلّ شأنه ودججه بالتوكّل تستنهض الهمة ويصبح التوجّه لتصويب الذات والمسار والوجهة الخاصّة الجوهرية للعبودية الحقّة لله عزّ وجلّ^{١٩}. قال أمير المؤمنين عليّ عليه السلام: "أَقْبَلَ أَعْدَارَ النَّاسِ تَسْتَمْتِعُ بِإِخَائِهِمْ، وَ الْقَهْمُ بِالْبِشْرِ تُمْتُ أَضْغَانَهُمْ"^{٢٠}. يحث الإمام عليّ عليه السلام على التسامح وقبول أعداء الناس والتعامل معهم بالبشاشة، لأنّ ذلك يوطّد الأخوة ويقضي على الضغائن، ويساعد على الاستمتاع بالصدقات وإزالة مشاعر العداوة من القلوب، ويتمّ تعريف مفهوم التسامح على أنّه: مجموعة من التغيّرات المعرفيّة والوجدانيّة والسلوكيّة الإيجابيّة داخل الفرد نحو الشخص المسيء والتي تتمثّل في تناقص المدركات والانفعالات السلبيّة، وتناقض التجنّب والدافعيّة للانتقام وتزايد في النزعة لعمل الخير بصورة واضحة ويتكوّن مفهوم التسامح من ثلاثة أبعاد، هي

أولاً: استمرار الشعور بالاستياء: ويقصد به أنّ الفرد قد أخذ القرار بالتسامح عمّن أساء إليه، وسامح بالفعل عنه، ولكنه ما يزال يشعر ببعض الاستياء، ويحمل بعض المشاعر السلبيّة تجاه المسيء، أي أنّ هذا البعد يمثّل أوّل مراحل التسامح.

ثانياً: الحساسيّة للظروف: ويعني أنّ الفرد قد يسامح عمّن أساء إليه أو لا يسامح حسب الظروف المختلفة: كحجم الإساءة، ومدى الضرر النفسيّ أو المادّيّ الناجم عنها، وهل هذا الضرر يمكن أن تزول، واعتذار المسيء أو عدم اعتذاره، والظغوط المختلفة التي تمارس على الفرد من الأهل والأصدقاء وغيرهم لكي يعفو أو لا يعفو.

١٩ عثمان، أحمد. التنشئة الاجتماعية للشخصية المسلمة (القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٣)، ٢٦٥.

٢٠ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ٧٧.

ثالثاً: والرغبة في التسامح: أي أن الفرد يمثل سمة من سمات الشخصية لدى الذين أساءوا إليه في كلِّ المواقف والأزمنة، بصرف النظر عن أي اعتبار آخر وهذه المرحلة المثاليّة. وتبرز أهميّة التسامح في تحسين نوعية حياة الإنسان وتأثيره الإيجابي على صحّته النفسيّة والجسديّة، بوصفه أهمّ وسيلة في ترميم العلاقات المتصدّعة وإعادة الثقة المتبادلة بين الأطراف المتخاصمة أو المتناحرة ودفعها إلى مزيد من التفاهم والتناغم، فالتسامح صفة إنسانيّة عظيمة تُسهم في حلّ المشكلات القائمة وتمنع تطوّرها إلى مشكلات مستقبلية عويصة، وقد يعرف التسامح أيضًا بأنه الانصراف الذهني عن الأفكار السلبية كالغضب والغيظ والاستياء والرغبة في الثأر وإيقاع الأذى بالمسيء، لذلك فقد أكدوا ضرورة إنهاء الانفعالات والأفكار الإيجابية كالشفقة والمودّة والرحمة وتعزيز مشاعر الحب والعطف والسماحة تجاه الذات قبل التسامح مع الآخر. وقد لوحظ أن الذين اتّسمت حياتهم بالتسامح يتمتّعون بالصحة النفسيّة والجسميّة، وقد فسّر الباحثون ذلك بأنّ التسامح يحافظ على صحّة الإنسان من خلال تخفيض الاستثارة الزائدة للجهاز العصبيّ السمبثاويّ، وقد ارتبط التسامح بالصحة العامّة وانخفاض معدّل ضربات القلب وانخفاض ضغط الدم وزيادة كفاءة الأوعية الدمويّة، وقد أثبتت الدراسات أن للتسامح دورًا حيويًا وإيجابيًا لدى المسنّات والمسنّين بشكل عامّ فهو يحميهم من الإصابة بالزهايمر أو الاكتئاب ويخفّف من إحساسهم بالخزي للتغيير الذي طرأ علي ملامحهم بانحسار مرحلة الشباب ويعزّز من تقدير ذواتهم ويزيد من مشاعر التفاؤل لديهم، فالتسامح له قيمة عظيمة في حياة الإنسان في مختلف مراحل حياته، وقد ارتبط التسامح ارتباطًا وثيقًا بمشاعر التفاؤل بما له من قوّة حيويّة دافعة لتطوّر الأجيال فالأفكار الخاصّة بالتطوّر الاجتماعي والاقتصاديّ والمفاهيم الدينيّة والسياسيّة يمكن التنبؤ بها عن طريق التفاؤل والاتّجاه بإيجابية نحو المستقبل، وهو حجر الزاوية الذي يمكن

الأفراد والمجتمع من تصويب أهدافهم والتغلب على المحن والصعوبات^{٢١}. وفي الحديث السابق للإمام عليّ (عليه السلام) دعوة للتعامل الإنسانيّ الراقي. فقوله: "اقْبَلْ أَعْدَارَ النَّاسِ تَسْتَمْتِعْ بِإِخَائِهِمْ": يعني إذا تقبّلت اعتذارات الآخرين وكنت متسامحاً، فسوف تستمتع بصدقتهم وعلاقاتك بهم" وَالْقَهْمُ بِالْبِشْرِ تُمْتُ أَضْغَاءَهُمْ": أي قابلهم بوجه طلق وابتسامة (بالبشر)، وهذا يقضي على مشاعر الحقد والضغينة في قلوبهم تجاهك، ويجعل العلاقة أكثر صفاءً. وهكذا فإنّها دعوة لصفاء القلب، وتجاوز الزلّات، وتنمية المحبّة، والابتعاد عن الأحقاد، ممّا يعزز الروابط الاجتماعيّة ويجعل التعامل مع الناس أسهل وأكثر متعة. فعلم النفس الإيجابي يدعو إلى التجاوز عن الزلّات وعدم الإكثار من العتاب بل والتسامح مع أخطائهم.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى فَرَضَ عَلَيْكُمْ فَرَائِضَ فَلَا تُضَيِّعُوهَا، وَحَدَّ لَكُمْ حُدُودًا فَلَا تَعْتَدُوهَا، وَنَهَاكُمْ عَنْ أَشْيَاءَ فَلَا تَنْتَهِكُوهَا، وَسَكَتَ عَنْ أَشْيَاءَ وَلَمْ يَدَعْهَا نَسْيَانًا فَلَا تَتَكَلَّفُوهَا"^{٢٢}. "هذا من جوامع الكلم في التوجيه الإلهي، ومعناه أن الله عزّ وجلّ فرض علينا فرائض (كالصلوات) فلا نضيعها، وحدّ حدوداً (كالحلل والحرام) فلا نتجاوزها، نهى عن أشياء فلا تنتهكها (كالذنوب)، وسكت عن أشياء رحمة بنا، لا نسياناً، فلا نكلّف أنفسنا البحث عنها أو التعمّق فيها لأنّ الأصل فيها الإباحة، وهو ما يغطّي كلّ شؤون الدين والعبادة وحياة المسلم. والالتزام بما جاء في ما سبق يدعو إلى الراحة أمّا البحث الزائد عن هذه الأمور قد يؤدي إلى الوسوسة والتشدد، والأصل فيها الإباحة ما لم يرد نصّ بالتحريم. وعليه فالقول يدعو إلى الالتزام بالواجبات، والوقوف عند الحدود، والابتعاد عن المحرّمات، والاكتفاء بما جاء به الشرع، وترك ما سكت عنه الشارع دون تعمّق

٢١ مشيل إ. ماكلو كينث آ. بارجمنت، التسامح: النظرية والبحث والممارسة، ترجمة. عبير محمد أنور (القاهرة: المركز القومي للترجمة، ٢٠١٥)، ١٢٥-٢٨.

٢٢ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ١٥٦.

أو تكلف، وهو منهج وسطيّة واعتدال في الدين يريح المسلم ويضمن استقامته وديمومة تمسكه بتعاليم الدين.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "أَعْلَمُ النَّاسِ بِاللَّهِ أَكْثَرُهُمْ خَشِيَّةً لَهُ"^{٢٣}. وتعني هذه المقولة أن أعظم الناس معرفة بالله (عز وجل) وأقربهم إليه هو من يخشاه أكثر، وهذا يتفق مع قوله تعالى: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ (فاطر: ٢٨)، إذ إن العلم الحقيقي بالله (عز وجل) يقود إلى الخشية والخوف منه ممزوجاً بالرجاء والمحبة، والعلماء بحق هم المؤمنون الذين يدركون عظمة الله وقدرته ويخافون منه خوف تعظيم، وليس خوف جبن. فالأعلم بالله (عز وجل): ليس من يملك معلومات كثيرة عن الله (عز وجل)، بل من يدرك عظمته وقدرته ويتأثر بذلك في قلبه وسلوكه. والأكثر خشية: الخشية هنا ليست مجرد خوف، بل هي خوف مقرون بالتعظيم والمحبة، والخوف من عقابه والرجاء في رحمته، وهذا هو العلم الحقيقي بالله (عز وجل). والصلة: العلم بالله (عز وجل) يقود إلى الخشية، وكلما زادت معرفة الإنسان بربه، زاد تعظيمه له وخوفه منه، وهذا هو قمة العلم الإيماني. ويدرس علم النفس الإيجابي قضايا مثل "الرغبة والخشية والتقوى ومعرفة الله (عز وجل)" لتعيد حتمية التقاء المفاهيم الدينية الإيجابية للشخصية الإنسانية كأهم أدوات التغلب على هذا المازق الأخلاقي الحياتي الذي يعيشه الإنسان المعاصر.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "أَعْرِضُوا عَن كُلِّ عَمَلٍ بِكُمْ غِنَى عَنْهُ، وَاشْغَلُوا أَنْفُسَكُمْ مِنْ أَمْرِ الْآخِرَةِ بِمَا لَا بُدَّ لَكُمْ مِنْهُ"^{٢٤} "هذه المقولة المنسوبة إلى الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام) تدعو إلى تجنب الانشغال بكل ما هو غير ضروري أو زائد عن الحاجة في أمور الدنيا (ما لا غنى لكم عنه)، وتوجيه كل الجهد والوقت والتركيز نحو ما لا بد منه في الآخرة، مثل العبادة، والعمل الصالح، والاستعداد ليوم الحساب، مما يعني الزهد في الفضول والمهيات والتركيز على الأولويات الدينية والحياتية الأساسية.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "إِنَّ الدُّنْيَا دَارٌ صِدْقٍ لِمَنْ صَدَقَهَا، وَدَارٌ عَافِيَةٍ لِمَنْ فَهِمَ

٢٣ الواسطي، ١١١.

٢٤ الواسطي، ٩٢.

عَنْهَا، وَدَارُ غِنَاءٍ لِمَنْ تَزَوَّدَ مِنْهَا، وَدَارُ مَوْعِظَةٍ لِمَنْ اتَّعَظَ بِهَا، قَدْ أَذْنَتْ بَيْنَهَا وَنَادَتْ بِفِرَاقِهَا وَنَعَتْ نَفْسَهَا وَأَهْلَهَا، فَمَثَلَتْ لَهُمْ بِيَلَابِئِهَا الْبِلَاءَ وَشَوَقَتْهُمْ بِسُرُورِهَا إِلَى السُّرُورِ، رَاحَتْ بِعَافِيَةٍ وَابْتَكَّرَتْ بِفَجِيعَةٍ تَرْغِيباً وَتَرْهِيباً وَخَوْيفاً وَتَحْذِيرَافاً، فَذَمَّهَا رِجَالُ غَدَاةِ النَّدَامَةِ وَحَمْدَهَا آخَرُونَ، ذَكَرْتَهُمْ فَذَكَرُوا وَحَدَّثْتَهُمْ فَصَدَّقُوا وَوَعَّظْتَهُمْ فَاتَّعَظُوا مِنْهَا بِالْعَبْرِ وَالْغَيْرِ^{٢٥}. هذه المقولة الماثورة، التي تُنسب للإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام)، هي حكمة بليغة عن طبيعة الدنيا، تُصوِّرُها كدار للصدق لمن صدَّقها، والعافية لمن فهمها، والغنى لمن تزوَّد، والموعظة لمن اتَّعَظَ بِهَا، محذرةً من زوالها الدائم من خلال المصائب والمسرات التي تدعو للتفكُّر والاستعداد للآخرة، فهي ليست دار قرار بل دار عبور، ويجب أن تكون جسراً للآخرة لا مقراً.

قال أمير المؤمنين علي (عليه السلام): "الْحَيَاءُ مِنَ اللَّهِ يَمْحُو كَثِيرَ الْخَطَايَا"^{٢٦} هذا القول المأثور عن أمير المؤمنين علي (عليه السلام)، يعني أنَّ الاستحياء من الله تعالى، والتمثُّل في الخوف منه ومراقبته وترك المعاصي، يمحو أو يغفر ذنوباً كثيرة، وهو خلق عظيم يحمي صاحبه من الوقوع في الآثام ويجعله قريباً من الله عز وجل. فالحياء من الله: هو أن يستحي المؤمن من أن يراه الله عز وجل في مكان نهى عنه أو وقت لا يرضاه، وهو شعور بالخجل من التقصير في حقِّ الله عز وجل. ويمحو كثير الخطايا: هذا الحياء يمنع الإنسان من ارتكاب المعاصي، وإذا صدر منه تقصير، فإنَّ هذا الحياء يقود إلى التوبة والاستغفار، ممَّا يمحو الذنوب ويطهر القلب. والحياء والخجل معاً من الموضوعات المؤثرة في التفاعلات الاجتماعية بمختلف صورها في علاقاتنا المتعددة من صداقة وزمالة عمل وداخل الأسرة وخارجها كما يؤثر في التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد ويعرقل التواصل البناء بينهم إذا وصل الخجل إلى درجة مرتفعة تعوق الإنسان في تعبيره عن ذاته أمام الآخرين وتفقدته ثقته بنفسه. فمن منظور علم النفس الارتقائي ما الذي يجعل الأفراد خجولين؟ وإلى أي حدِّ

٢٥ الواسطي، ١٤٤.

٢٦ الواسطي، ٤٩.

تتفاعل العوامل الوراثية والبيئية معاً في تحديد درجة ما يعاينه الفرد من خجل؟ ومن منظور الشخصية هل الخجل يعدُّ سمة أساسية من سمات الشخصية؟ ومن منظور علم النفس الاجتماعي إلى أي مدى يوجد تشابه بين الخجل والارتباك، وذلك في إطار ظاهرة احمرار الوجه، التي ترتبط بهما. وهل الخجل والارتباك شكلان مختلفان من القلق؟ أم أنّهما انفعالات متميزان؟ وكيف يمكن فهم الوعي بالذات في الحالتين؟ والخجل من منظور علم النفس العيادي، في إطار المفهوم الواسع للقلق الاجتماعي. ويُعدُّ الخجل أحد سمات الشخصية وإن الخجولين يتشابهون في بعض الجوانب المعرفية وأهمها طبيعة الشعور بالذات والتقييم السلبي للذات، ومن المظاهر السلوكية للخجل الصمت وقلة الكلام وعدم التواصل بالعين، الخجل له علاقة بالكف السلوكي من منظور ارتقائي وفق الافتراض القائل بأنَّ الخجل ينتج عن الكف السلوكي الذي يعدُّ مزاجاً أساسياً لدى الطفل الذي يعاني من الخوف من الغرباء ولا يكون الكف السلوكي هكذا إلا إذا توفرت الشروط الأربعة التالية وهي: أن يظهر هذا السلوك في مرحلة مبكرة من حياة الفرد، وأن يظلَّ هذا السلوك ثابتاً عبر الزمن، وأن يكون قادراً على التنبؤ بسلوك الفرد، وأن يرتبط ببعض المؤشرات البيولوجية العصبية^{٢٧}. هذا من حيث ارتفاع درجة الحياء فتكون مرضية أمّا إذا كانت الدرجة في الحدود المتوسطة فهي حالة إيجابية تدعو إلى مراقبة الله عز وجل والابتعاد عن نواحيه والاقتراب من أوامره وطاعته.

قال أمير المؤمنين عليّ (عليه السلام): "إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدٍ خَيْرًا فَقَهَّهُ فِي الدِّينِ وَ أَهْمَهُ الْيَقِينَ"^{٢٨}. هذه العبارة هي جزء من حديث نبويّ شريف، وتُشير إلى أن إرادة الله عز وجل الخير لعبده تتجلى في تفهمه لأمر دينه وإلهامه اليقين والعمل الصالح، ممّا يجعله يتقرب إلى الله عز وجل، والفقهاء في الدين هو علامة الخير والفضل العظيم، ويدلُّ على أن المسلم إذا أراد الله عز وجل به خيراً، وفقّه للعبادات الصحيحة والعقائد السليمة، وفتح قلبه للإيمان

٢٧ راي كروزيير، الخجل، ترجمة معتز سيد عبدالله (المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، ٢٠٠٩)، ٨٧-٨٨.

٢٨ الواسطي، عيون الحكم والمواعظ، ١٣٢.

والعمل الصالح، وهذا هو أساس السعادة في الدنيا والآخرة. ففضل العلم الشرعيّ: يؤكّد الحديث أنّ العلم الشرعيّ والفقّه في الدين من أفضل ما يُعطى للعبد، وهو أشرف العلوم. وعلامة الخيريّة: الفقّه في الدين هو علامة واضحة على أنّ الله عزّ وجلّ يريد بالعبد خيراً، كما أنّ الإلهام باليقين دليل على ذلك. ودعوة للتعلّم والتفقّه: يحثّ النبي ﷺ المسلمين على التفقّه في دينهم وطلب العلم الشرعيّ. والاستعداد للآخرة: التفقّه في الدين والعمل بمقتضى اليقين هو الطريق للنجاة والسعادة في الآخرة".

الخاتمة:

بعد أن استعرضنا تعريف علم النفس الإيجابي بوصفه أحدث فروع علم النفس الحديثة وتحليل مضمون عدد من مقولات الإمام عليّ عليه السلام تبين أن تلك المقولات تتفق مع ما جاء به علم النفس الإيجابي من اهتمامه بتزكية الكثير من الفضائل في النفس الإنسانية، فقد توصلت الدراسة بعد إجراء تحليل عدد من مقولات الإمام عليّ عليه السلام إلى ضرورة تزكية غُضِّ البصر في النفس حتّى لا يقع المرء في الشهوات والفتن والهلاك، وكذلك الدعوة للتحمّل بالتواضع الذي يكسب الشخصية قوّة ومهابة ورفعة في نفوس الأفراد والمجتمعات والتأكيد على قيمة التعاطف مع الآخرين والحنوّ على الضعفاء ولين الجانب مع المساكين، واكتساب صفة الحلم بوصفه سمة راسخة في النفس تجعل الحليم يتمتّع بالصبر وضبط النفس وعدم الغضب دون تكلف أو مشقّة، وتزيد من قدرة المرء على كظم الغيظ والتحمّل بالصفح عند التعرّض للإساءة، وزيادة القدرة على التحكّم في الغضب والتقليل من سورته للوصول إلى القرارات الصائبة والهدوء والتروي. وكثرت دعوة الإمام عليّ عليه السلام إلى الزهد في الدنيا الفانية لأنّه -الزهد- ييسر للمرء الوصول إلى السعادة الأبدية التي يسعى إليها دائماً. وتوصلت الدراسة أيضًا إلى مفهوم جوهر السجود الحقيقيّ بوصفه ليس مجرد حركة جسديّة. بل هو حالة روحيّة عميقة تعني تفرغ القلب

من كلِّ ما هو فانٍ زائل. وأهميّة الاستمرار في طلب العلم وعدم الاكتفاء بما حصّله الإنسان من معارف، فالعالم الحقيقيُّ هو من يظلُّ شغوفاً بالمعرفة، فلا يرى في العلم غاية يصل إليها، بل يراه بحرًا لا شاطئ له. والدعوة إلى الوسطية بوصفها منزلة بين نقيضين فالوسط والاعتدال هو الضامن الأكيد لنجاح الشخصية وتواصلها الجيّد والفعّال مع الآخرين فيعد عنصر الاعتدال في الشخصية جوهرًا أساسيًا وموجّهًا لا غنى عنه للنجاح على المستوى النفسي والاجتماعي. وكذلك الحثُّ على ديمومة قيام المؤمن بالتفكير والذكر والتدبّر والشكر لله عند النعم، والصبر عند البلاء، فالمؤمن يراقب تصرّفاته ويتذكّر ربّه في السراء والضراء. وكذلك وجدت فضيلة التسامح مع أخطاء الآخرين وقبول أعذارهم عاملاً مساعداً في القضاء على مشاعر الحقد والضغينة في القلوب، ودورها فعّالاً في جعل العلاقة أكثر صفاءً، وأيضاً تبين أنّ التجاوز عن الزلّات وعدم الإكثار من العتاب ينمّي المحبّة ويساعد في الابتعاد عن الأحقاد، ممّا يعزّز الروابط الاجتماعية ويجعل التعامل مع الآخرين وأكثر متعة ويسراً. كما دعا الإمام علي (عليه السلام) إلى التمسك بالحياء بوصفه الخوف من الله عزّ وجلّ ومراقبته وترك المعاصي، فالحياء خلق عظيم يحمي صاحبه من الوقوع في الآثام ويجعله قريباً من الله عزّ وجلّ. وكذلك الدعوة إلى التفقّه في الدين وطلب العلم الشرعيّ. والاستعداد للأخرة فالتفقّه في الدين والعمل بمقتضى اليقين هو الطريق للنجاة والسعادة الحقيقيّة.

وهكذا نلاحظ أنّ هذه المفاهيم النفسية التي تحقّقت في مقولات الإمام علي (عليه السلام) تتفق مع المفاهيم التي ناقشها تيار علم النفس الإيجابي الحديث.

المصادر

القرآن الكريم

جبر، مُحَمَّد جبر. مفهوم الحكمة ضمن كتاب علم النفس الإيجابي. طنطا: مكتبة عامر للطباعة والنشر والتوزيع، د.ت.

راي كروزيير. الخجل. ترجمة معتر سيد عبدالله. المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، ٢٠٠٩.

أبو حلاوة، مُحَمَّد السعيد. علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية. تونس: الشبكة العربية للعلوم النفسية، ٢٠١٤.

عثمان، أحمد. التنشئة الاجتماعية للشخصية المسلمة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٣.

أبو حلاوة، مُحَمَّد السعيد، وعاطف مسعد الشريني. علم النفسي الإيجابي: نشأته وتطوره، ونماذج من قضاياها. القاهرة: عالم الكتاب، ٢٠١٦.

عثمان، سيد أحمد. المسؤولية الاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٢.

البحيري، عبدالرقيب. الشخصية النرجسية "دراسة في ضوء التحليل النفسي". القاهرة: دار المعارف، ١٩٨٧.

مارتن سليجمان. السعادة الحقيقية "استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتبين ما لديك حياة أكثر إنجازاً". ترجمة صفاء الأعرس وآخرون. القاهرة: دار العين، ٢٠٠٥.

الفتلاوي، علي شاکر عبد الأئمة، وحسن شاکر الفتلاوي. "سمات الشخصية المؤمنة وأنماطها في فكر الإمام عليؑ في كتاب أصول الكافي". منشورة بموقع حديث نت. د.ت. <https://hadith.net/post/6437>

مخيمر، صلاح. سيكولوجية الموضة. مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٣.

مشيل إ. ماكلو كينث آ. بارجننت. التسامح: النظرية والبحث والممارسة. ترجمة عبير مُحَمَّد أنور. القاهرة: المركز القومي للترجمة، ٢٠١٥.

الواسطي، علي بن مُحَمَّد الليثي. عيون الحكم والمواعظ. ط١. قم - إيران، ١٤١٨هـ.

References

The Glorious Qur'an

- Abū Ḥalāwah, M. S. (2014). 'Ilm al-Nafs al-Ījābī: Māhiyyatuh wa-Munṭalaqātuh al-Nazariyyah wa-Āfāquh al-Mustaqbaliyyah. Tunisia: al-Shabakah al-'Arabiyyah lil-'Ulūm al-Nafsiyyah.
- (2016). 'Ilm al-Nafs al-Ījābī: Nash'atuh wa-Taṭawwuruh, wa-Namādhij min Qaḍāyāh. Cairo: 'Ālam al-Kutub.
- Al-Baḥīrī, 'A. (1987). al-Shakhṣiyyah al-Narjisiyyah: Dirāsah fī Ḍaw' al-Taḥlīl al-Nafsī. Cairo: Dār al-Ma'ārif.
- Al-Fatlāwī, 'A. Sh., & al-Fatlāwī, Ḥ. Sh. (n.d.). Simāt al-Shakhṣiyyah al-Mu'minah wa-Anmāṭuhā fī Fikr al-Imām 'Alī (peace be upon him) fī Kitāb Uṣūl al-Kāfī. Hadith Net. <https://hadith.net/post/6437>.
- Al-Wāsiṭī, 'A. M. L. (1418 AH). 'Uyūn al-Ḥikam wa-al-Mawā'iz (1st ed.). Qom: Iran.
- Crozier, R. (2009). Al-Khajal (M. S. 'Abd Allāh, Trans.). Kuwait: al-Majlis al-Waṭanī lil-Thaqāfah wa-al-Funūn wa-al-Ādāb.
- Jabr, M. J. (n.d.). Mafhūm al-Ḥikmah ḍimna Kitāb 'Ilm al-Nafs al-Ījābī. Tanta: Maktabat 'Āmir.
- McCullough, M. E., & Pargament, K. I. (2015). al-Tasāmuḥ: al-Nazariyyah wa-al-Baḥṭh wa-al-Mumārasah ('A. M. Anwar, Trans.). Cairo: al-Markaz al-Qawmī lil-Tarjamah.
- Mukhaymar, Ṣ. (1983). Saykūlūjiyyat al-Mawḍah. Cairo: Maktabat al-Anjlū al-Miṣriyyah.
- 'Uthmān, A. (1983). al-Tanshi'ah al-Ijtimā'iyyah lil-Shakhṣiyyah al-Muslimah. Cairo: Maktabat al-Anjlū al-Miṣriyyah.

(1992). al-Mas'ūliyyah al-Ijtimā'iyyah. Cairo: Maktabat al-Anjlū al-Miṣriyyah.

Seligman, M. (2005). al-Sa'ādah al-Ḥaqīqiyyah: Istikhdām al-Ḥadīth fī 'Ilm al-Nafs al-Ījābī li-Tabayyun mā Ladayka li-Ḥayāh Akthar Injāzan (Ş. al-A'sar et al., Trans.). Cairo: Dār al-'Ayn.