

## الاستشارة الفلسفية والعلاج الذاتي حالة "جون بنيان"

د. أحمد الأنصاري

### المخلص

يقدم البحث عرضاً لتاريخ الاستشارة الفلسفية أهم فلسفاتها ومبادئها واتجاهاتها، والاختلاف بينها وبين العلاج النفسي. يفسر دور المستشار فلسفة الاستشارة ومنهجها وخطواتها وأهم النظريات المستخدمة. يعرض البحث أيضاً مناهج العلاج الذاتي التي يمكن بها للفرد أن يعالج ذاته. ينتقل الباحث بعد ذلك لعرض دراسة حالة يبين من خلالها كيف استطاع جون بنيان التخلص من الأوهام والانتصار عليها في النهاية بالتفكير والدراسة العقلية.

### الكلمات المفتاحية

### Summary

The research presents the history of philosophical counselling, its most important philosophers, goals, basic principles and approaches, and explains how it differs from psychotherapy. The role of the counsellor explains the philosophy, methods and steps of counselling, and the most important philosophical theories that he uses. The research also presents methods of self-treatment, whereby the individual can treat himself. Then the research discusses John Bunyan's book "Abundance of Blessings", where the stages of his treatment rid him of delusions and a sense of psychological comfort.

### مدخل

الاستشارة الفلسفية ليست جديدة في الفلسفة. والواقع أن وظيفة الفلسفة الأساسية تهدف إلى مساعدة الإنسان على إدراك الحقيقة، وتحقيق السعادة، ومعالجة المسائل المحيرة التي يواجهها الإنسان في حياته. فاهتم بمبحث الوجود بالإجابة على الأسئلة

المتعلقة بعلاقة الإنسان بالعالم والآخرين والآلهة. وتناول مبحث المعرفة كيف يعرف الإنسان وأدوات الإدراك، ومبحث القيم بمعاني الخير والحق والجمال. وظهرت الفلسفات الاجتماعية التي تحلل علاقة الإنسان بالآخر والمجتمع وكيف يحقق سعادته ورؤيته للعالم. وبهدف النظر عن تعدد المذاهب الفلسفية واختلافها في تناول المشكلات ومعالجتها، إلا أنها تصب كلها في محاولة مساعدة الإنسان على معالجة مشكلاته النفسية والاجتماعية، وتغيير نمط حياته الذي يدفعه للتقدم والتطور.

كانت الفلسفة تسجن نفسها في مجموعة من المصطلحات المعقدة الصعبة ولا تسمح بالاقتراب منها إلا لمن كان محبا للحكمة أو كما كتب "أفلاطون" على باب الأكاديمية، لا يدخل هنا إلا من كان رياضيا. بل لم يسمح "أفلاطون" نفسه بدخول معبد من معابد الفراعنة طلبا للعلم، ومطالبته بالحصول على مزيد من معرفة العالم قبل الدخول. بدأ الفلاسفة المعاصرون خاصة بعد الحرب العالمية الثانية الاتجاه نحو تبسيط الفلسفة، ومزجها بالأدب حتى يستطيع القارئ معرفة مبادئها وأسسها. خاصة بعد تشكك الإنسان في كل معتقداته ورؤيته للعالم والآلهة ودورها وعلاقته بالآخرين، وفقدانه الثقة في نظمه الدينية والفكرية ومعتقداته التي دفعت إلى هذه الحرب وما نتج عنها من دمار وتخريب. اتجهت الفلسفة لدراسة مشكلات الحياة اليومية، ونزلت من السماء إلى الأرض. تناولت الفلسفة الوجودية ما يشعر به الإنسان من قلق وخوف ومشكلة حريته وقدرته على الاختيار وما يترتب عليها من شعور بالمسئولية والندم. طالبت بحرية الإنسان فالوجود سابق الماهية، ويستطيع الإنسان اختيار هويته ومصيره وحريته ويتحول مسئولية اختياره. واتجهت البراجماتية لربط الحقيقة بالنتائج والنظر إلى المستقل والتشجيع على المغامرة، وعدم الحكم على التجربة إلا بعد رؤية نتائجها في الواقع. فالحقيقة فيما يأتي وليست فيما سبق. يقول "هيدجر" أن الإنسان موجود في العالم ويحيا في وحدة معه، وليس هناك إلا هذا العالم الذي نعيش فيه، ورفض ثنائية "أفلاطون وديكارت" فليس هناك إلا عالم واحد. وحلل رسل حياة الإنسان ووضح أسباب التعاسة وكيف يتخلص منها ويكتسب السعادة التي اعتبرها أهم أهداف الأديان والفلسفات والحياة الإنسانية<sup>(1)</sup>.

(1) د. أحمد الإنصاري: الأخلاق الاجتماعية عند برتراند رسل، فصل السعادة، مركز الكتاب القاهرة 2003، ص 86 وما بعدها.

كان الفلاسفة يقدمون رؤاهم للعالم، ويضعون الإجابات المختلفة التي قد نقبلها أو نرفضها بعد تحليلها أو تأويلها. كانت الناس تذهب للفلسفة كمعرفة كيفية الحصول على المعرفة والبحث عن الحقيقة. في العصر الحاضر بعد ظهور الاستشارة الفلسفية اتجه الفلاسفة لسماع وجهات نظر الإنسان ومعرفة رؤيته للعالم ومساعدته على حل مشكلاته النفسية والاجتماعية، أي حاول الفلاسفة تأويل رؤى الفرد للعالم ومساعدته على التفلسف.

بدأ الاتجاه لمحاولة العلاج بالفلسفة، ومساعدة الإنسان على التفكير المنطقي لعلاج مشكلاته. فأنشأ "جيرد أكنباخ" الفيلسوف الألماني أول مركز للاستشارة الفلسفية في ألمانيا عام 1981. ثم تبعه العديد من الفلاسفة المعاصرين في تكوين مراكز للاستشارة الفلسفية في إيطاليا وفرنسا وباقي الدول الأخرى. وتعددت طرق الاستشارة. ولا تعني الاستشارة واستبعاد علم النفس أو العلاج النفسي. فالعلم له مناهجه ومجالاته. وإما المقصود بها مساعدة الأفراد على الحصول على سعادتهم وأعمال التفكير الفلسفي، وتقديم إجابة على الأسئلة التي يعجز علم النفس التحليلي أو الفسيولوجي عن الإجابة عليها. كما أن الاستشارة تتعامل مع الأفراد العاديين الذين لم يصلوا بعد لمرحلة الأمراض النفسية التي يعالجها الطبيب النفسي. تهتم بالإجابة على الأسئلة المحيرة التي لا يعرف الإنسان إجابة لها. خاصة حين يتساءل عن جدوى الحياة، ولماذا يخاف الموت، وما معنى الخلاص الذي تنادي به الأديان، وما سبب وجود الشر في العالم رغم وصف الآلهة بالرحمة ومحبة الخير. وكيف يتخلص الإنسان من الرغبات الشريرة والغواية، فالرغبات رغم أهميتها في حياة الإنسان إلا أن بعضها لها نتائج مدمرة وخطرة.

#### أهدافها:

تهدف إلى علاج العميل، ومساعدته على إدراك مشكلاته والتخلص من مخاوفه وتحقيق سعادته في النهاية. تحاول تعزيز استقلالية العميل في التفكير، وتناقش أفكاره كما كان سقراط يناقش السوفسطائيين، وتعلمه التفكير الفلسفي، وتعرفه على بعض المذاهب الفلسفية التي تناقش مشكلاته، وتحاول تأويل رؤيته للعالم، وتعليمه التفكير النقدي والإبداعي الذي يعد من أهم عناصر الاستشارة.. والواقع أن الفلسفة ليست مجرد

مجموعة من الآراء المجردة أو الميتافيزيقية إنما في حقيقتها تساعد الإنسان على فهم حياته. قديماً قال "سقراط" أن الفلسفة تساعد الأفراد على إعادة التفكير في القيم والمعتقدات، ومنهج لحل الصراع الفكري والخلافات ويقول "بيرهادو" (Pierre Hadot) أن الفلسفة فن العيش، وتحقيق الوعي الذاتي للفرد، تخلصه من الأرق، تتيح له تكوين رؤية دقيقة للعالم، تحقق السلام الداخلي وتنمية الذات وتربيتها<sup>(1)</sup>. وتؤكد "مارثا نوسبان" (Martha Nussbanni) أن الفلسفة علاج للرغبة ويرى الأبيقوريون والشكاك أن الفلسفة طريقة لمواجهة الحياة، وليس مجرد تفكير تكتيكي، ويقول "ابياخ" أن الحياة تستدعي التفكير وليس التفكير الذي يستدعي الحياة. ويقول "لاهاف" الفلسفة كلها نظريات في رؤية العالم، والاستشارة – تأويل لرؤية العالم، وليست هذه الرؤية إلا تصور الفرد عن نفسه الآخرين العالم، وكيف شيد عالمه من خلال اعتبارات فلسفية، وأخيراً يرى – سارتر أن الفلسفة مهمة لمن يريد أن يصنع نفسه<sup>(2)</sup>.

#### مبادئها الأساسية ومناهجها:

يختلف العلاج الفلسفي عن العلاج السيكولوجي. يبحث علم النفس داخل الذات الإنسانية لإصلاحها. بينما تبحث الاستشارة عن رؤية العميل للعالم. ومع ذلك وبالرغم من الفارق الكبير بين الاستشارة ومناهج العلاج النفسي. إلا أن التحليل النفسي الفرويدي ومناهج العلاج النفسي معظمها فلسفية. كما أن طرق العلاج في الاستشارة تتم على غرار مناهج العلاج النفسي. تتمثل المبادئ الأساسية للاستشارة فيما يلي:

- 1- حصول المستشار على دراسات فلسفية عميقة.
- 2- قدرة العميل على إجراء بحث عقلائي، فالإنسان لديه نزوع داخلي للتفلسف.
- 3- وجود علاقة تعاونية بين العميل والمستشار.
- 4- قدرة المستشار على تكييف الفلسفة الأكاديمية الكلاسيكية للاستشارة.
- 5- جدول غير مقيد، ومنهج متعدد أو قدرة على تغيير المناهج<sup>(3)</sup>.

(1) بيتر راب: الاستشارة الفلسفية، ترجمة عادل مصطفى، رؤية للنشر، القاهرة 2021، ص53.

(2) المرجع السابق ص25 وما بعدها.

(3) المرجع السابق نفسه ص77-80.

اختلف المستشارون على تحديد منهج محدد للاستشارة. بل هناك من يعترض على تحديد منهج معين، ويقول بوجود منهج وراء المنهج. ويرى "جيرد أينباخ" إن المنهج ليس إلا خبرة مفتوحة، وترى "جونسبان" أن مهمة المستشار تحليل آراء العميل والبحث عن التناقضات في تفكيره، وكشف افتراضاته الخفية، وفتح طرق تفكير جديدة وتحفيزه على التأمل الذاتي<sup>(1)</sup>. ومع ذلك هناك بعض الخطوات المنهجية التي تم التوافق عليها ويقوم المستشار باتباعها:

- 1- فحص أقوال العميل وتبريرها.
  - 2- توضيح وتحليل وتعريف المصطلحات الهامة والمفاهيم.
  - 3- كشف الفروض الكامنة وراء أفكار العميل.
  - 4- تحديد النظريات الفلسفية والمذاهب التقليدية ومدى أهميتها للعميل.
  - 5- تحسين القدرات الفلسفية للعميل وصحته العقلية.
  - 6- تقديم إجابات منطقية مقنعة للعميل تخلصه من الأساطير والخرافة.
- ويستطيع المستشار بهذا المنهج المفتوح اختيار بعض الفلسفات أو المذاهب الفلسفية التي قد تساعده على سبر أغوار العميل ومساعدته على التفكير الفلسفي. ومن هذه المذاهب:

- 1- الفلسفة التحليلية حيث تساعد على تحليل المشكلة إلى أجزاء ذرية، وتحليل الأساس التصوري لأخلاق العميل وعلاقاته الاجتماعية، وعلاقته بزملائه في العمل ودوافعه. كما تساعد عملية تحليل اللغة إلى التخلص من الأفكار والمفاهيم التي ليس لها ما يقابلها في الواقع.
- 2- الهرمينوطيقا تساعد على إدراك معتقدات العميل وتأويلها وفهم مقاصده، ومناقشة الجانب الميتافيزيقي من هذه المعتقدات، خاصة المسائل المتعلقة بالعلاقة مع الإله واحتمالية وجوده، ومسألة وجود الشر في العالم وفكرة الخلاص.
- 3- المنهج السقراطي: يهدف إلى مناقشة العميل، وتغيير المنهج في جلسة وفق قناعة العميل، ومساعدته على كشف تناقض أفكاره، وتخليصه من الشك والتردد أو

(1) المرجع السابق ص 89.

الاعتماد على آراء الآخرين ومساعدته على الوصول إلى الحقيقة بنفسه وتوليد أفكاره الخاصة.

4- الفينومينولوجيا: مساعدة العميل على إدراك خبراته ومشكلاته وشواغله بصورة خالية من الفروض المسبقة، والتخلص من الانفعالات، والنظر إليها كما لو كان شخصاً محايداً ينظر لمشكلاته، وقطع الصلة بالعالم الخارجي قدر الإمكان أي وضع 'العالم بين الأقواس'، وقصد مشكلته بصورة مباشرة وإدراكها في الشعور.

### مراحل العلاج

1- المرحلة الطليقة أو مرحلة يتعرف فيها المستشار على العملي، ويحاول كل منهما التعرف على الآخر، ومدى إحساس كل منهما بالراحة تجاه الآخر. في هذه المرحلة يصغي المستشار للعميل، ويتركه يعبر عن إحساساته ومشكلاته ومخاوفه. ولا يستخدم المستشار الفلسفة أو المنهج الذي يتم اتباعه من جانبه، وإنما يتم خلق المناهج أي التفكير في المنهج المناسب لعلاج الحالة، والبحث عن النظريات الفلسفية التي يمكن الاعتماد عليها.

2- عادة ما يشعر الفرد بالحاجة لمن يساعده على حل مشكلاته، ويتساءل ماذا يفعل؟ وما الأصوب من الناحية الخلقية، ويشعر بأن الشيطان قد تحكّم في أفكاره ويرغب في استعادة علاقته الطيبة بالآله. وحين يستمع المستشار لمعاناته ومشكلته، يحاول استخدام إحدى الفلسفات التي تساعده على حل مشكلته، فيبدأ بالتحليلية التحليل المشكلة ثم الهرمينوطيقا لتأويل آراء العميل ومعرفة الفروض التي تتبني عليها، ثم الفينومينولوجيا لمحاولة عزل العميل عن كل ما هو خارج الذات، وقصد أفكاره مباشرة، وقد يسبق هذا كله اللجوء للمنهج السقراطي الذي يعتمد على طرح الأسئلة التي تنتهي في النهاية لإدراك العميل لمشكلته الحقيقية.

3- التعليم القصدي: حين يحاول المرء تنمية معارفه يمكن أن يتعلم في البداية التمييز بين الصواب والخطأ، ويعرف ما أخطأ فيه. في هذه المرحلة يحاول المستشار أن يحول العميل إلى أن يحيا حياة الفيلسوف. فيعلمه طرق الاستدلال كالقياس والاستقراء وعوامل الوقوع في الخطأ ومغالطة الاحتكام للسلطة، وعدم التأكد من

الحكم، والفلسفة تساعد الفرد على الشعور بالحرية والاستقلال. ومعرفة الأسباب العقلية للأحكام وتمييز الأسباب الصحيحة من الفاسدة واستخدام المماثلات والتصميم وتحديد الفروض، ومحاولة تبريرها. وإدراك التناقضات، والسعي إلى الاتساق والتوافق وكشف الغموض والالتباس والانفتاح على وجهات النظر المختلفة.

4- العلو والتجاوز: تسمى هذه المرحلة بمرحلة التنوير أو الخروج من حالة الكمون حيث يستخدم الفرد قدرته البشرية على توجيه نفسه والتعالي. ويرى جزئيات حياته في سياق أوسع كالسياق الاجتماعي والتاريخي والعالمي. يستغرق في العالم ورؤية الغابة ككل وليس الأشجار وكما يقول "هيدجر" يدرك العلاقة بين الغابة والأشجار. ويعني العلو تخطي الواقع المباشر لخبرتنا وتحوير الذات والانفتاح على الكون والموضوعية. وتخطي العقلانية والتفكير المنطقي والاتجاه للحدس والعاطفة كطريقة لرؤية العالم للمردة الأولى، فمنطقياً لن يسعى الفرد للزواج مثلاً لكثرة الأعباء المالية ولكن عاطفياً يمكن أن تزيد الرغبة في الزواج. يجب البحث عن الأساس الخلفي ليس عن ما يجب أن أفعل وإنما عن المبدأ الخلفي أو كما يقول كانط عن "مبدأ الواجب" حتى يتم حل إشكالية الصواب والخطأ، وتكوين نظرية في الحياة<sup>(1)</sup>.

### العلاج الذاتي:

المقصود بالعلاج الذاتي أن يقوم الفرد نفسه بعملية العلاج لمشكلاته بالتفكير المنطقي والغوص داخل ذاته للبحث عن إجابات لما يعاني منه. وهنا يقوم هو نفسه بدور المستشار الفلسفي لذاته، خاصة من كان يتمتع بثقافة واسعة وعلى دراية بالمذاهب الفلسفية المختلفة والرؤى المتعددة للعالم ومبرراتها. والمشكلات التي يعاني منها الفرد عديدة منها على سبيل المثال وليس الحصر ما يلي:

1- مشكلات دينية تتعلق بعلاقة الفرد بالإله، ونظرته لهذه العلاقة هل يراه أباً رحيماً أو قاضياً عادلاً أو محباً أو جلاداً، يحبه أم يخشاه. كيف ينظر للشيطان وهل يؤمن بتدخله في حياته أو يراه في رغباته الشريرة وذنائه، هل يدفعه إلى ارتكاب المعاصي والبعد عن الحياة الصالحة.

(1) المرجع السابق نفسه 239-272.

2- مشكلات اجتماعية تتمثل في علاقة الفرد بالآخرين. فالإنسان في حاجة للآخر لإدراك وجوده وأن له عقلاً وذاتاً تخصه<sup>(1)</sup>. وتمثل العلاقة مع الوالدين مشكلة كبيرة تتعلق بالفرق الحضاري والثقافي مع دعوة الأديان لطاعتها. والحقيقة أن العلاقة مع الآخرين متضاربة فهناك أقارب نحبهم ونأنس بهم وهناك من يرى أن الآخرين هم الجحيم.

3- مشكلات وجودية: تهتم بنظرة الفرد للعالم ورؤيته، هل يراه خيراً أم مصدراً للمصائب، وهل يراه مجرد كيان مادي كما يقول الماديون أم روحاني كما يقول المثاليون. كذلك هل يؤمن بفكرة التطور والبقاء للأصلح أم أن العالم كيان ثابت لا يتغير ويؤمن بفكرة الثبات. هل العالم مصيره الفناء أم التقدم والاستمرار الدائم<sup>(2)</sup>.

4- مشكلات اقتصادية. يتسببها الفقر، واتساع الهوة بين دخل الفرد وأعبائه الأسرية وإستهلاكه وعدم تحقيق الموازنة بين الأفراد والتفريغ، وكثرة الأماني وقلة الحيلة.

### خطوات التعافي

ليس هناك منهج محدد للعلاج سواء تم بواسطة المشتشار الفلسفي أو بقيام الفرد بعلاج نفسه أو ما تسميه بالعلاج الذاتي، ليس أمام الفرد إلا القيام بالتفكير المنطقي لحسم مسائل الشعور، وعدم تناقض المواقف العملية، والبحث عن المذاهب الفلسفية التي تبحث في الذات ومكوناتها، والوعي الذاتي ونقائضه ومكونات الشعور واللاشعور، وكيفية البحث في الذات. وتتمثل مراحل العلاج أو التعافي في الخطوات التالية والتي تعد مجرد مقترحات يمكن أن يتبعها الفرد المعاني من مشكلات نفسية، ولم يصل بعد لمرحلة المرض النفسي الذي يتطلب الطبيب:

1- مراقبة الذات، وإدراك ما يدور بها من مشاعر والانفعالات وأحاسيس والأوقات التي تتكرر بها بعض المخاوف أو الانفعالات. كذلك ملاحظة ردود فعل الناس تجاه تصرفاته ولا يتجاهلها، وإدراك السلوك غير السوي الذي لا يتفق مع عاداتهم وتقاليدهم، وما يلفت الانتباه تجاهه حيث يرى الآخرون ما لا يراه الفرد عن أفعاله التي تعد في الغالب تعبيرات عن أعماقه وعن ما يعانیه.

(1) د. أحمد الأنصاري: فلسفة الدين عند جوزابارويس، مركز الكتاب للنشر القاهرة 2004 ص376.

(2) f: Royce: The world and the Individual (1901) Dover-pub, New york p. 255.



2- محاولة معرفة أسباب السلوك غير السوي أو الأحلام المزعجة أو الهلاوس التي تلاحقه والوساوس الذي يهدده دائماً، ويواجه كل ذلك بالتفكير المنطقي والوعي والافتتاح أن كل ما يشعر به أمر يمكن التخلص منه أو السيطرة عليه أو التعايش معه وإدراك أن تلك الرؤى أو الهلاوس التي يعاني منها ليست حقيقية. يحاول معرفة أسباب تعاسته كالشعور بالذنب وهوس الاضطهاد والنجسية وداء العظمة والحسد والتشاؤم، ويحاول البحث عن مقدمات السعادة كالعمل والاستمتاع بالحياة وبوجود الآخرين وبالطبيعة والشعور بالحرية. محاولة معرفة خبرات الآخرين والاستفادة من تجاربهم وكيفية تخلصهم من المعاناة والمخاوف، والبحث عن الفلسفات التي تساعده على الإجابة على أسئلته الوجودية والنفسية فالإنسان بطبيعته كائن متسائل لا يقنع بما لديه.

3- التصالح مع الذات، وإدراك قيمتها واحترامها وعدم كراهيتها، فكراهية الذات الباب الذي تدخل منه معظم الأمراض النفسية: يجب أن يدرك الفرد أن كل ما يحدث له مسألة طبيعية ليس له دخل فيها ويمكن التغلب عليها. يقنع بما يقوله "هيدجر" أن الوجود مختلط بالعالم الذي نعيش فيه. ويقتنع بأن لحياته معنى وأن كان لا يدركه. وأن الإنسان يصنع نفسه. ولديه القدرة على تأويل العالم وإدراك قيمته، وعدم التوقف عند مظاهر الوجود ولا بد من البحث عن الحقيقة الكامنة وراء هذه المظاهر. لا بد من القناعة أن الماضي قد مضى ولا وجود لمستقبل لم يحن بعد، وليس هناك إلا اللحظة الحاضر التي تضم كل الزمان، فيتخلص من الشعور بالندم والشعور بالذنب والخوف من المستقبل الذي لا يعلم عنه شيئاً.



## حالة جون بنيان (John Bunyan) 1688 - 1628

دائماً ما يصاب المرء بمشاعر مرضية وعملياً تصيب الوعي والشعور والإرادة. وليس كل ما يصيب المرء يعد مرضاً نفسياً أو هوساً أو جنوناً. ويستطيع المرء بالدراسة العقلية الواعية وملاحظة حالات مشاعره التخلص من بعض الحالات التي لا تصل لمرحلة المرض النفسي. وتمثل دراسة حالة "جون بنيان" نموذجاً لشعور المرء بحالات عقلية مرضية ومشاعر مؤذية وهولوس ومخاوف لا معنى لها، وكيف أمكن التخلص منها والانتصار عليها في النهاية بالتفكير والدراسة العقلية لها. شرح بنيان في كتبه تجربته مع وزر لا ذنب له تحمله بشكل بطولي وتحكم فيه في النهاية بنوع من النظام الذاتي الصارم. كانت طفولته مملوءة بالعذاب والصراع مع عدو عصبي، ويصعب القول أن مرضه كان له سبب معين<sup>(1)</sup>.

والحقيقة أن هناك العديد من الكتاب والشعراء والفلاسفة من كتبوا عن حياتهم وطفولتهم أو عن حياة الآخرين مثلما كتب "أفلاطون" عن حياة "سقراط" ومعاناته. وكتب "أوغسطين" اعترافاته، وكذلك جان جاك "روسو" و"شيجال" و"طه حسين" في الأيام وكثيرون غيرهم. إلا أن ما دفع لتناول حالة "جون بنيان" إنه في عرضه لسيرة حياته في كتابه "وفرة النعمة" قد بين الحالات النفسية والوساوس التي كان يعاني منها في مراحل حياته، وكيف تخلص منها على مراحل ثلاث من عمره وانتصر عليها. الأمر الذي يجعل دراسة هذه الأمراض وكيفية تغلبه عليها بالتفكير والمنطق والإصرار والعزيمة نموذجاً للقدرة الذاتية للفرد للتغلب على تلك الهلوس والرغبات الشريرة التي تنتابه دون الحاجة للاستعانة بالطبيب النفسي أو المستشار الفلسفي.

(1) John Bunyan: Grace Abounding, Clarendence

ولد "بنيان" في 30 نوفمبر 1628 وتوفي 1688 عاش في قرية صغيرة بالقرب من "بدفورد". كان يحيا حياة فاسدة تحدث عنها في "وفرة النعم" حياة شهوانية. استدعى للخدمة العسكرية، تزوج في العشرين، عمل سمكري متجول، وعاش حياة فقيرة. أنجب فتاة عمياء وأخرى، والتحق بالكنيسة عام 1654 وعمل مبشراً دون تصريح، وسجن لاتهامه بأنه مبشر غير شرعي، وأطلق سراحه عام 1672 وكتب "رحلة الحجيج" وأعماله صعبة الفهم<sup>(1)</sup>.

تعرض للإصابة بمرض السل 1653، وشعر بضعف شديد في بنيته، واعتقد إنه لن يحيا طويلاً. يقول لقد هاجمتني "الغواية"، وشعرت بضعف الروح حين تقترب من القبر، وحينئذ سنحت الفرصة للشيطان. كان ذا قامة طويلة، بنية قوية يميل للحمرة، عيناه لامعتان، شعر أحمر، أنف مدبب، جبهة عريضة، عادات متواضعة طبع حسن، يتمتع بالذكاء والظنونة، يقول عن طفولته "إنه كان مجدفاً وكذاباً، وآمنت أن الله يعاقبني على ذلك، بدأت أرى في نومي الشياطين والأرواح الشريرة، وتثير هذه المخاوف انزعاجي في النهار، وفي الليل تترك أفكاري عن يوم الحساب وروحي تجعلني أشعر بالعزلة. لم أستطع التخلص من عيوبي، كنت في سن العاشرة، وأتمنى عدم وجود الجحيم، وأن أكون من المعذبين بدلاً من تعذيب نفسي".

جاء زمن الرذيلة، ولم تشمل الرذائل السكر أو عدم العفة. وكان يخترع الأكاذيب، وعانى في زواجه من الفقر، وواظب على الذهاب للكنيسة يقول "مازلت أحيأ حياة شريرة، وأشعر بالشك بالنسبة لمسألة الخلاص. وأنه حين خرج للعب في أحد الأيام، جاء أثناء اللعب صوت من السماء، يقول له ألا ترغب في البعد عن الرذائل، وتدخل الجنة أم تحيا في الرذائل وتذهب إلى جهنم. شعرت بالحيرة والارتباك، وتوقفت عن اللعب. وشعرت أن الوقت متأخراً عن التوبة، وطالما أرتكب رذائل عديدة، ليس أمامه إلا العودة إلى الرذيلة، وظللت أمارسها<sup>(2)</sup>".

(1) John Brown, ededition, London, 1886. Pp. 27-31.

(2) Ibid p. p. 254, venales p. 151.

حاول تنظيم الرؤية، وكانت منبعاً لقدراته الفنية، وكتب كتاب "رحلة الحجيج". فلم تكن نوعاً من الهلوسة. بدأ محاولة الإصلاح بعد أن سمع نقداً من جيرانه، واستغرق سنة في مراجعة ذاته ونقدها ثم بدأت يتخلى عن اللغة الرديئة. يقول "كنت في طفولتي أستمتع بطرق الجرس بدأت أفكر ماذا لو سقط الجرس على رأسي أو من فوق البرج، ثم بدأت أبعد وأجري بعيداً عن الكنيسة". سببت مخاوف الطفولة حالة من الرعب في مرحلة الشباب، ودفعته للقيام بأعمال طائشة. ظهرت مسائل ملحة مثل تأنيب الضمير، وخوف مكبوت من صوت الأجراس وأحسن أن إيمانه لم يصل لمرحلة معرفة معنى الحياة الروحية.

بدأ المرحلة الثانية من تحوله، والتأمل في الحياة الدينية العليا، وتمكن عقله من التركيز على الأبدية، ورفض الانتقال من السماء إلى الأرض، ومارس الجدل اللاهوتي مع أصدقائه، والاهتمام بسر الإيمان الحقيقي. واطب على قراءة الإنجيل الذي بدا له مجموعة من النصوص المنفصلة. أثارت قراءة النصوص المخاوف في رأسه، بدأت تؤذي روحه وترعبها. فبدأ يبحث عن أصل الكلمات ومعانيها والحادثة التي قيلت فيها، ثم يفتش في آرائه عن المعاني التي لها صلة بهذه الكلمات. قارن بين النصوص، ووضع كل كلمة أمام الكلمة المرادفة لها، وحدد النصوص الأكثر تأثيراً في روحه. وطور نوعاً من الجدل الباطني الذي يستطيع به أن يقيم كل نص، وقدم تحليلاً عقلياً لكل كلمة، والقرار الأخير للجدل العقلي نفسه. وأخيراً تظهر كلمة واحدة محددة في عقله، وتتسلل إلى روحه في شكل مجموعة من الهلوسات، وتقوم هذه الكلمة بالقضاء على كل الكلمات الأخرى. ثم بدأ يقرأ كتاب "الحاج" في رسائل "بولس". وفكر في نفسه بضرورة القيام بمعجزة مثل معجزة "بولس". وطلب من الحفر المملوءة بالمطر أن تجف". ثم رأيت أن أصلي لله تحت شجرة حتى تتحقق قدرتي. ثم فكرت ماذا لو عدت إلى الرذيلة. حينئذ توقفت عن تنفيذ الفكرة ورفضتها"<sup>(1)</sup>.

بدأت مرحلة جديدة توصلت بها المرحلة الأولى والثانية وتكونت خبرة مرضية ضارة. كانت الأولى مصحوبة بالمخاوف والمحرمات، والثانية مملوءة بحالات انفعالية كثيرة،

(1) ibid: p. 47.

وشكوك حول مسألة الإيمان والاختيار، ومصحوبة بشعور بالضعف نتج عن هذه المرحلة البعد عن الله بدلاً من البحث عنه. عاش فوضى الرغبات الشريرة والغرور، وأهمل قلبه الروح والجنة.. يتخلى عن التزاماته ويقول: "أشعر من الاقتراب من الجحيم. إعتقدت أن المسيح لم يجيء على الإطلاق، ولا أستطيع سماعه أو رؤيته، أو الشعور بوجوده أو بوجود الأشياء الخاصة به. كنت تواقاً لفعل الرذيلة، وضميري حزين، وأشعر أنني أحيأ بمستمتع من الوحل".

أدركت المعنى الحقيقي لكلمتين وردتا في الكتاب المقدس وهما "حي" و"حبيبي" بدأت أرددهما والتدقيق في معناهما. ثم ظهرت عبارتان، "أنت حبيبي" "أنت حي" ولا شيء يفصلني عن حبيبي. بات قلبي مملوء بالأمل والسلوى، وأشعر برحمة الله ومحبه التي لم يعرف كيف يعبر عنها. شعرت بعدم الاستقرار وفقدت ملذات الحياة. بدأت الشعور بالشیطان وأسمعه يناديني، ويرغب أن أنضم إليه فأسمع صوته، وألتفت ورائي بحثاً عنه وكأن رجلاً يناديني بصوت مرتفع لا يتوقف. فاشتدت حدة المرض، ومررت بحالات كثيرة وهلوسات وظهرت الرغبات الملحة<sup>(1)</sup>.

تساءل عن هذا الاعتلال العقلي وهل سببه اعتلال جسدي أم المعاناة من عدم قدرته على توفير الحياة الرغدة لأسرته؟. مشكلات روحانية شديدة وفقر شديد. بدأ يحاول التخلص من اللغة الرديئة، والألفاظ السيئة التي يتحسرها عن الآله، وكانت الغواية تقدم له فقرات "الإنجيل" التي تصيبه بالعذاب. وبدأ تدريجياً يحاول إستبعاد الهلوسات، ولكنه يبقى على الزائفة منها، ويشعر في الوقت نفسه بالانزعاج من الغواية، أدرك المسائل الواضحة في إيمانه، ولم يشعر بمرض معين، واتخذ سلوكاً نقدياً تجاه حالته وفق ما يسمح به أي إنسان عاقل، وقدم اعتراضاً رائعاً لحالته<sup>(2)</sup>.

رأى بعض المفكرين أن ما قدمه مجرد خبرة دينية لعبقري غير مثقف، ولكن إعتلال 'بنيان' يقوم بعرضه بعقل منظم، يعرض بصورة درامية أفكاره، أي عقل يقوم بكل وظائفه. وهناك من رأى أن هذه الشكوك كانت بسبب الرغبة في معرفة الحقيقة من

(1) Grace Abounding, Claredon press p. 375.

(2) Josiah Royce: Studies of Good and Evil (1898) Archon Books, connecticut, 1964 p. 57  
ibid: p. 56.

وجهة نظر مفكر القرن التاسع عشر. حيث لا يستطيع أي إنسان عاقل وأمين أن ينظر للعالم، ويراه كما هو قائم وموجود بالفعل دون أن يتساءل حول ما إذا كان هناك إله يحكمه على الإطلاق.

السؤال الذي يفرض نفسه ما سبب ظهور 'رغبة' معينة لدى إنسان معين في ظرف معين؟. ليست الرغبات الملحة مرضاً. فحياتنا تعتمد على الرغبات الملحة كالرغبة في التنفس وفي الطعام. والرغبات الملحة علامة على الصحة، ونتألم عندما لا نشبعها. ومع ذلك هناك بعض الرغبات الملحة المرضية، يكون هدفها عدم تحقيق الانسجام والتكامل بين المرء وبيئته. ويتم التعبير عنها بالإحساس بالخوف أو بأي مجموعة من الرغبات الأخرى المعارضة لوجود علاقة ملائمة بين المرء وبيئته. ولا يوجد في العقل شيء ضروري يمكن أن يحكم به على تلك الحالات المرضية. وما يقف ضد خططنا دائماً يكون من قبل المدركات والعلاقات والارتباطات، ولكن المشكلة أنه لن يكون لدينا دون هذه المدركات وتلك العلاقات مادة كافية لعملية الانتقاء العقلي أو الاختيار، إذ تقدم المدركات الخطط للعقل. وليس هناك تحديد معين لما يريده المرء دائماً كما يقول "هوبز" (Hobbes)، وقد تظهر الرغبات في أي لحظة في الحياة الباطنية للفرد، لذلك يعد التعارض بين الرغبات المفاجئة خبرة طبيعية<sup>(1)</sup>.

بدا الشعور بحالات اليأس، وظهور الرغبات الملحة القديمة. ثم الشعور بنخر الجسد قطعة قطعة، وظهرت الأفكار التكفيرية التي شكلت فيضانا من الأسئلة التجديفية حول وجود الله وابنه المحبوب، وما إذا كان إلهاً أم مسيحاً؟ وماذا يحدث إذا كانت قصصاً أسطورية زائفة لها علاقة بكلمة الآلهة؟ فماذا يحدث إذا كان لدى الأتراك نص مقدس يقول أن الرسول هو المخلص كما نقول عن المسيح؟ وهل هناك المئات من الدول تعيش دون معرفة الطريق الصحيح للجنة؟، وهل نحن فقد من يحصل على البركة والخلاص؟ يعتقد كل إنسان أن ديانته هي الأصوب وهناك اليهود والمورة والوثنيون. ألا قد يكون إيماننا ومسيحنا وإنجيلنا مجرد اعتقاد بأننا على صواب؟ كان خبيراً بالحوار الباطني، وحاول استخدام طريقة "بولس" في التغلب على الغواية، ولكن ألا يكون "بولس" نفسه مخدوعاً؟

(1) Ibid: p. 58.

كان يثق في قدرته على التغلب على الشكوك، وأحس باستمرار الغواية لأنه مازال يتحدث بسوء عن الآله. "أحسست أن الروح التي تمتلك أبلّيس تمتلكني" وصور له عقله أن الخطيئة ضد الروح المقدسة تعد جريمة من بين جرائم أخرى يميل عند الصلاة للتجديف على الإله، وتحركه الغواية تجاه عبارة "إنحني وأعبدني". يعتقد أنه يرى الشيطان، يجذبه من ملابسه، غليظ القلب ولا يبكي. تمنعه الغواية من القيام بأي نشاط يحبه، ويحيا بضمير متناقض ومعكوس، يعارض بشدة النية الطيبة. كانت أفكاره مشتتة وقت الصلاة، ويرى صورة "مكنسة وثور". استمرت معاناته لمدة عام، وأخيراً إتجه للاهتمام بالجدل، والاهتمام بدراسة أخطاء جماعة السلام المسيحية التي أسسها "جور فوكر" وكتب كتاباً عنهم.

تواجه الإرادة دائماً الرغبة الشاذة التي يفترض المرء أنها معارضة لخطئه المختارة للتكيف مع البيئة، وتحاول الإرادة إضعاف قوة هذا الدخيل. ولكن ربما يكون الدخيل مفاجئاً. وتكون هذه الرغبة جزءاً من العادات المحرمة أو مدعومة بمجموعة من الدوافع اللاشعورية. وربما تشكل هذه الرغبة الدخيلة جانبا عقليا لمتعة عصبية تنتشر بسرعة فوق كل وظائف العقل وتتغلب عليها. فمتى يشعر الإنسان بالفشل في مقاومة الرغبة الدخيلة، ويتولد لديه نوع من الشعور بالمرارة واليأس؟

يظهر الفشل في "التكيف" من الناحية الموضوعية كحالة من التردد، أو تكرار فعل لا فائدة منه أو سلوك غريب شاذ غير مدروس أو حالة من الكسل، وأعراض مرضية مثل الإنغلاق على الذات. ولدراسة هذه الحالة، يجب أن يكون المصاب صاحب خطط فكرية منظمة، وذكية، ومراقب لذاته، يشعر بالصراع داخله، ويظهر كل شيء أمامه كنشاط أو كنوع من الانقسام الداخلي، فيؤدي إيجاد الميل للفوضى مع مقاومة العقلية الواعية إلى حدوث نوع من التماسك لدى المصاب. ويعد هذا الاتحاد والإلاح الضاغط المكون الرئيسي الذي يشكل الملاحظة الذكية للرغبة الملحة. وترتبط حالة الشك دائماً بشخصية الفرد ووضعه الثقافي. فإن كان فيلسوفاً، وتساءل حول وجود الله أو شكك في وجوده، وتشكلت الرغبة الملحة في المعرفة، فإن ذلك يدفعه لبناء نسق فكري كامل، ويصبح شكه جزءاً من خطط عامة ومسائل فكرية أخرى. ولكن إذا كان



الشاك أو السائل لنفس السؤال من المؤمنين بأن الشك نوع من "التجديف" فإنه يشعر بالرعب الشديد بالرغم من مقاومته لهذه الرغبة الملحة في التساؤل.

كان "بنيان" مملوء بالشك والخوف والتجديف والتساؤل. يصلي للشيطان، ويفعل ما يغضب الضمير ويحرمه.. وغالباً ما تخدع فترات الراحة الشخص المريض، وتعد محاولة الخروج من متاهة المرض والحزن والكآبة محاولة خادعة. ويظل المريض يعيش في حلقات مفرغة للشك والخداع النفسي والفشل واللوم الذاتي واليأس. كان حسن طالع "بنيان" الهروب من الغواية. ويحاول اكتساب وظائف عقلية جديدة للهروب. لنفرض أن مريضاً ظهرت لديه رغبة ملحة جديدة، يؤدي استجابته لها لدخوله في علاقات جديدة مع البيئة. ولنفترض أن حياة جديدة قد فرضت عليه نتيجة خضوعه لهذه الرغبة الملحة الجديدة. فإنه ربما يستطيع تجنب المسائل القديمة والغوايات التي كان يعاني منها، بسبب الخبرات الجديدة التي جاءت من بيئته الجديدة. فإذا كان شخصاً قوياً يتحمل التناقض والآلام العصبية الناتجة من هذه الحياة الجديدة فربما تنتهي هذه الآلام، ويصبح المريض رجلاً آخرًا حين يحاول العدو القديم مهاجمته من جديد، ولديه القدرة على إبطال المخاوف القديمة ومواجهتها.

"يقول بنيان" بعد أن نجاني السيد، وتحررت من الغواية المحزنة جاءتني الغواية مرة أخرى، وبصورة أشد وأقوى. وابتعدت عن المسيح. وبعته، واستبدلته بأشياء معنوية وأفكار غريبة". نلاحظ الفرق هنا في هذه العبارة، حيث تختفي عبارات التجديف". يقول ظهرت رغبة جديدة للتخلي عن المسيح وإنه خضع للغواية وبيع المسيح. ويضيف "لقد تحكمت الغواية في كل فكرة، ولم أستطع تناول الطعام أو مسك القلم، وتخاطبه الغواية: عليك ببيع المسيح، ببعه، ببيعة" حاول طرد الأفكار الشريرة بالقدرة العقلية. قال في نفسه "لن أبيع، لن أبيع، كلا ليس مقابل الآلاف من العالم" تطور التحسن ولكن دون جدوى، وظهرت بعض الشكوك المحرمة مرة أخرى، وتوحدت الرغبة المحرمة الملحة مع الشعور بالإحباط الكريه والمخاوف القديمة الشريرة<sup>(1)</sup>.

(1) Ibid: p. 60.

يقول "بنيان" تتكرر الرغبة المحرمة أثناء نومي، وأتعرض للغواية وتتردد الفكرة الشريرة، "بيعه"، "لن أبيع" حوالي عشرين مرة. يحاول عقلي رفضها، ولن أقبلها مقابلاً الآلاف. بدأت الفكرة تنتقل من عقلي إلى قلبي، وبات ضميري راضياً، وذهبت للتطهر في الحقل بقلب مثقل، فلقد كنت إنساناً محروماً من الحياة<sup>(1)</sup>.

بدأت المرحلة الثالثة بشعور مملوء بالانقباض والغم والحزن. قد ارتكبت الرذيلة ولا مجال للتوبة الآن. سكون كامل للرغبات الملحة. أصبحت فقرات الإنجيل واضحة وتأني بتلقائية. تبدل الموقف العقلي لحد كبير. يقول "شعرت بانتفاخ وسخونة في أمعائي، ومازلت أفكر في طريقة للهروب من الدمار، وشعور بالإحباط، ويغفران الخطايا، لقد بدأ يتخلص من الغواية التي حفرت قبرها. ونجح بسبب إنشغاله بالعمليات الفكرية الجدلية، ويعد ذلك دليلاً على التعافي، فلقد أصبح السلوك مرتبطاً بالقدرة على التفكير الهادئ والنشاط الكثيف للعقل.

يقول "ادجاربو" الشاعر عن الشعور باليأس أثناء التعافي بسبب المقارنة بين حالته الحاضرة وحالته السابقة، في قصيدة من "أجل آني" إنسان ضائع لا ينقذه شيء إلا الرحمة الأبوية". وأقتنع أخيراً أن يترك كل شيء للقدر ويرقد حثة في هدوء. سعيد أن الحمة المسماة بالحياة قد انتهت إلى الأبد<sup>(2)</sup>. يقول "بنيان" لقد أدركت أن الله والمسيح موجودان دائماً أمام عيني، والتجربة مؤلمة ويقابل المرء قاضيه. شعرت بخبرة مصاحبة للهدوء، وبتوبة غريبة داخل روحي، ونور داخلي يأمر كل شيء بالصمت. حدث تحول مفاجئ في مزاجي، وشعرت بالفضل الإلهي.

د. أحمد الأنصاري

القاهرة

2022/12/11

(1) Abouden of Grace p. 350.

(2) Studies of Good and Evil, pp. 70-75.