

شعر وقصيدة



المناجاة المنسوبة

لأمير المؤمنين عليه السلام

لك الحمد يا ذا الجُود والمجد والغلى
 تباركتْ تُعطي من تشاء وتمنّع
 إلهي وخلّقي وجرّزي وموئلي
 إليك لدى الأسرار واليسر أفرّع
 إلهي لئن جَلّت وجفّت حَطيّنتي
 فعفوك عن ذنبي أجلّ وأوسّع
 إلهي لئن أعطيت نفسي سؤلها
 فها أنا في روض التّدامة ارتّع
 إلهي ترى حالي وفقري وفاقتي
 وأنت مناجاتي الخفيّة تسمّع
 إلهي فلا تقطّع رجائي ولا تُزع
 فؤادي فلي في سبب جودك مطمّع
 إلهي أجرني من عذابك إنني
 أسير ذليل خائف لك أخضع
 إلهي فأسنني بتلقين حجتني
 إذا كان لي في القبر مؤثى ومضجّع
 إلهي أذقني طعم عقوك يوم
 بنون ولا مال هناك ينفّع
 إلهي دنوبي بذّت الطّور واعتلت
 وصفحك عن ذنبي أجلّ وأرفّع
 إلهي ألقني عثرتي وامح خوبيتي
 فإني مقرّ خائف مُتضرّع
 إلهي أنلني منك روحاً وراحة
 فليست سوى أبواب فضلك أقرّع
 إلهي لئن أقصيتني أو أهنتني
 فما حيلتي يا ربّ أم كيف أصنّع
 إلهي فإن تعفّ فعفوك مُنقّذي
 ولا فبالذنب المُدْمَر أصرّع
 إلهي فأنشروني على دين أحمد
 منيباً تقياً قانتاً لك أخضع
 وصل عليه ما دعاك موحد
 وناجاك أخياراً ببابك رُكّع

نصيحة نفسية



■ حين تطمئن القلوب بوعد الله
 لا تُعقّد أمراً ما دام بيد الله. ففي لحظة واحدة، قد تتغير الموازين؛ يضيّق ما كان واسعاً فينسع، وينجبر ما انكسر، ويتحوّل الإرهاق إلى سكونية. إذا شاء الله أمراً قال له: كن، فيكون. فلا تحاصر قلبك بظنون أقل من رحمة ربك، ولا تجعل خوفك أكبر من ثقّتك بأن الله لا يخذل عباده. أحسن الظن باللطيف الخبير؛

فما تأخر عنك شيء إلا وفي تأخيرهِ خير، وما أغلق باب إلا ليُفتح أمامك باب أرحب وأجمل. اغرس اليقين في داخلك، واسقه بالدعاء، وانتظر الفرج بقلب ثابت لا تهزه العواصف. إن الله على كل شيء قدير.



نرحب بأراء القراء الأعزاء
عبر البريد الالكتروني التالي

Alafaq1446
@gmail.com

■ حوار / القسم الثاني والأخير

لماذا يلحد البعض؟ قراءة في الإلحاد الإنفعالي وأسبابه الخفية

■ الآفاق في حوار مع سماحة السيد عبد العزيز الصافي



مشاعرنا وانفعالاتنا، تأتي إلى جعل فكرة عدم معياريّتها هي الفكرة المستحوذة؛ لأنّه في مقام العمل يستحوذ علينا الشعور بمعياريّتها، ونمضي على وفقها إلى الحكم الانفعاليّ

الملائم والمنسجم مع تلك

المشاعر التلقائيّة.

٤- استحضار البديل المضاد:

جلب أفكار تضاد الفكرة

المستحوذة الخاطئة. مثلاً،

عند التفكير في "عبيّة الكون"

بسبب الشرور، يجب تعويد

النفس على التأمل في "نظام

الكون ودقة التدبير فيه" لتوليد

مشاعر الرضا والطمأنينة، مما

يقود إلى قبول فكرة الإيمان

بالتدبير الإلهي الحكيم. مثلاً،

عندما يصرخ ملحد: "أين الله،

لماذا هذه الشرور؟"، العلاج هنا

ليس فقط فكراً، بل من خلال

محاولة جلب الأفكار المضادّة

والمناوئة للفكرة المستحوذة

بعد معرفة خطئها، وهذا لا

يتحقق إلا بعد كثرة تكرار

المراقبة لمشاعرك والمراجعة

لمواقفك وتقييماتك الانفعالية

المستحوذة. لأن مثل ذلك

تلك المراقبة ستقودك شيئاً

فشيئاً إلى تعويد نفسك على

تخيل الأشياء والأفكار المنافية

والمضادّة لأحكام الانفعالية،

ومثل هذا التعويد سيساعدنا

على جعل المضمون الصحيح

والمناسب لأحكام العقل

والغاية الإنسانيّة هو المستحوذ

بدلا عنها. وهذا ما يقودنا أيضاً

إلى انفعالات مستحوذة بديلة

تبعاً لتلك التقييمات الجديدة

بعد أن نتخلص من استحواد

الانفعالات والمشاعر التلقائيّة

المقضية إلى الأحكام الانفعاليّة

الخاطئة. وبذلك تتحقّق

الدُرّة على كميّة التعامل

مع الانفعالات والمشاعر

المستحوذة بمعالجة مناشئها.

يروّج الفكرة الخاطئة بعد أن

اتّضح خطؤها، أو عدم ضمان

صوابها من خطئها، ويتمّ

ذلك من خلال عدم استنارتها

بالابتعاد عن المثيرات المحفّزة

لها؛ حتّى نقلل من شدة الشعور

الناشئ عنها، وهذا ما يدخل

في معالجة وتقليل استحوادها

٢- استذكار التجارب

الشخصية:

استذكّارك لأمثلة متكرّرة

ومتعددة لبعض مواقفك

وأحكامك، التي اعتمدت فيها

على مشاركتك المستحوذة

ومقتضياتها؛ ليُتضح لديك أنّها

غالباً ما تقودك تلقائياً إلى ما

هو خاطئ وغير ملائم للواقع،

أو منافي لغايتك في الحياة

وسعادتك الحقيقية

٣- المراقبة اللحظية: ويتحقّق

من خلال تكرار مراجعة

وفحص مناشئ أحكامك

الانفعالية، لكشف خطئها من

صوابها في كلّ مرّة.

إن تكرار هذا السؤال يخلق

"مناعة فكرية" ضد الانسياق

الأعمى وراء أحكامك

الانفعالية؛ لأنّه سيُجعل لديك

القدرة على مراقبة تلك المشاعر

التلقائيّة فعليّاً حينما تعرض

لك، بأن تصبح - حينما تنشأ

هذه المشاعر - ملتفتاً مباشرة

إلى مبادئها ومناشئها الخاطئة،

أو غير مضمونة الصواب، فإذا

تكرّر استحضارك لهذه القضية

عند كلّ انفعال، فسنبشأ

في خيالك اقتراءً راسخ

بين حدوث تلك الانفعالات

والمشاعر والانفتات إلى عدم

موثوقيتها، كما هو الحال في

كلّ أمر يأنس خيالنا بمقارنته

بأمور أخرى. وهذا ما سيُقود

إلى التخلص من استحواد

نظرتنا المعياريّة لمشاعرنا، أي:

جُعل الحكم بعدم معياريّتها

هو المستحوذ، فبعد أن التفتنا

وننتهنا إلى خطأ فكرة معياريّة

والمربين، وهي الأهم والأقل

كلفة، مصداقاً للمثل: "درهم

وقاية خير من قنطار علاج".

وقد أمرنا الله تعالى بها بقوله:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ

وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقَوُّهَا لِلنَّاسِ

وَالْجَارَةِ﴾.

أما العلاج، فهو مسؤوليّة

"الذات"، وتكاليفه النفسية

والفكرية باهظة وقد لا تكون

نتائج علاجه مضمونة ١٠٠٪.

يقول تعالى: ﴿لِلْإِنْسَانِ

عَلٰى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ وَلَوْ أَلْقَى

مَعَاذِيرَهُ﴾. فالشخص هو المدرك

لحقيقة ألمه ودوافعه، وهو

المطالب ببذل الجهد للخروج

من أزمته.

كما أن علاج الإلحاد الانفعالي

يختلف تماماً عن علاج الإلحاد

الفكري. لماذا؟ لأن المشكلة هنا

"نفسية" وليست "عقلية"،

هو لديه جروح وعقد نفسية،

فإنّ علاجها هو علاج نفسي

وتربوي بالدرجة الأساس

لتلك الجروح والعقد وليس

علاج فكري واستدلالي.

فالعلاج يجب أن يكون "نفسياً"

وتربوياً" قبل أن يكون عقلياً

أو "جدلياً". وبعبارة أخرى:

جوهر عمليّة علاج الأحكام

الانفعاليّة الخاصّة بالإلحاد

لا يمكن تحقيقه من خلال

تحطّئتها ونقدها بشكل مباشر

كما في علاج الإلحاد الفكري؛

لأنّ مثل هذه الأحكام الانفعالية

المتسببة بالإلحاد منشؤها

شعورٌ مستحوذٌ قد استند

إلى تقييم وفهم مستحوذٍ

أيضاً، ولذا فإن الحل الأنجح

هو إن معالجتها تنطلق من

فكرة علاج مناشئها النفسية.

وكمثال لا يمكن أن تقنع شخصاً

ساخط من قضاء الله بسبب

مصيبة أصابته بمجرد الحجج

الفلسفية الجافة. هذه تأتي

ثانياً لا بد في البداية من تحييد

مشاعره وانفعالاته، يجب

احتواء مشاعره، وتفريغ غضبه،

ثم مناقشة الشبهة الفكرية

برفق. فالعلاج الحقيقي يبدأ

من "الجزور النفسية"، ويمر

بخطوتين عمليّتين:

الخطوة الأولى: تفكيك

"قدسية المشاعر": يجب

إدراك أنّ المشاعر ليست

مرجعاً معرفياً للحكم على

الواقع. المشاعر نتاج أفكارنا

وتصوراتنا، وليست نتاج الواقع

أسست عليها عقيدته البرهانية،

لأنّ الأشياء تعرف بأصدادها

كما يقال. وهذه العقيدة

المبرهنة عقلياً يمكن اكتسابها

كما يمكن تعزيزها وترسيخها

من خلال اعتماد التربية

الفطرية والتعليم البرهاني. هذا

بالنسبة إلى الوقاية.

■ الآفاق: وماذا عن "العلاج"

لنن وقع بالفعل في شباك هذا

الإلحاد؟

الصافي: بداية لا بد أن

نعرف أن هناك فرقاً شاسعاً

بين الوقاية والعلاج. الوقاية

هي مسؤوليّة "المجتمع"

وهشاشته. لهذا يقول أحد

أساتذتنا: (إن الإلحاد ضعيف

المضمون ولكنه يستخدم

أساليب إعلاميّة مؤثرة وفعالة

في النفوس).

وبسبب ذلك الضعف نجد

الملاحدة دائماً يعملون على

استثارة الانفعالات والجانب

النزوعي لا العقلي في الإنسان،

خصوصاً في الإلحاد المعاصر؛

يظهرون لك صورة التشوهات

الخلقية للأطفال. يقولون لك:

"أين الله؟" فهم يستندون

على المشاعر، أو يستندون

على قول الكبراء والخبراء

في غير مجال تخصصهم؛ لأنّ

الإنسان بطبيعته النفسية يتأثر

بأقوال الكبراء والخبراء من

العلماء فيأخذ أقوالهم بشكل

كامل حتّى في غير مجال

اختصاصهم؛ أو قد يعتمد

الملاحدة على الأعراف السائدة

في عصرنا التي منشؤها التأثير

بالحضارة المادية المتأثرة

بمجال العلم التجريبي

الحسي واكتشاف القوانين

الطبيعيّة والمادية. أو قد

يستند الملاحدة إلى الاعراف

الاجتماعيّة (المشهورات

العصرية)، مثلاً التسليم بفكرة

"أنا لدي الحرية الشخصية

فيما أفعل وفيما أعتقد"، أو

من الأعراف العصرية الأخرى،

"أنا الإنسان حرّ في أيّ

تصرف فيما يملك." كل هذه

الانفعالات الاجتماعيّة المعاصرة

ونتيجة

لاشتهارها وذيوعها بين الناس،

هو لا يبحث عن صدقها

ومدى منطقيّتها؛ بل يؤمن بها

من دون مراجعة. ومشكلة

بعض الأعراف الاجتماعيّة

(المشهورات) كالأمثلة السابقة

أنها متناسبة مع بعض الرؤى

الإلحادية، هم يستندون عليها

في تبرير إلحادهم.

الأمر الثاني: امتلاك عقيدة

مبرهنة عقلياً:

إن امتلاك عقيدة مبتنية

على تلك الأحكام الصالحة؛ أي