

نظرات في ميكانزمات الدفاع النفسية

(مع أضواء الآيات القرآنية)

د | حمدي علي الفرماوي^(٥)

ملخص البحث

تهدف الورقة الحالية إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ١- هل يمكن النظر إلى آليات الدفاع النفسية من منظور التوازن بين قوى المادة في الإنسان وقوة الروح فيه؟
- ٢- هل يمكن النظر إلى آليات الدفاع النفسية من بعد الإيجابية أو السلبية في تأثيرها علي حياة الإنسان وتشكيل جوانب الشخصية فيه؟
- ٣- ما موقع النفاق من آليات الدفاع؟
- ٤- هل يمكن إلقاء الضوء علي بعض آليات الدفاع من إشارات قرآنية كريمة ارتباطا بهويتنا وتعميقا لعقيدتنا؟
- ٥- ولقد حاول البحث مناقشة أسئلته في ضوء منظور الباحث الحالي لركائز البناء النفسي في الإنسان (دراسة من فيض القرآن الكريم) الذي نشر عام ١٩٩٧م وتم صياغة هذه المناقشة في خلاصة من سبع نقاط عرضها الباحث في ختام تقرير البحث الحالي.

(٥) أستاذ مشارك بكلية التربية - جامعة المنوفية - مصر.

مقدمة:

اختلف الإنسان في خلقه وتكوينه عن سائر المخلوقات، لذلك فإن طبيعته البشرية قد اتفقت مع متطلبات رسالته، وعبر تاريخ العلوم المختلفة فقد تعددت الفلسفات واختلفت وجهات النظر حول طبيعة الإنسان، وكان هذا التعدد وذلك الاختلاف يعود دوماً إلى اختلاف المذاهب العقائدية، أو إلى سيادة نمط حضارى دون آخر، ونحن لسنا بصدد عرض جوانب الطبيعة الإنسانية في الفلسفات المختلفة لكن يمكن القول كما يشير محروس مرسى (١٩٨٨: ١٠)^(١) "أنه إذا كان الفكر الغربي قد حاول جاهداً أن يحتوي الطبيعة الإنسانية بجوانبها المختلفة فإن الفكر الإسلامى المنبثق من القرآن الكريم والسنة النبوية واجتهادات المفكرين والفلاسفة قد استطاع أن يقدم فهما واعياً حكيماً للطبيعة الإنسانية في جوانبها المختلفة بالصورة التي خلقت عليها وبالشكل الذي ينبغي أن تكون عليه".

مشكلة البحث:

يذكر عبد الحليم حفني (١٩٨٥ م: ٤٤) "أن الإنسان تكوين عجيب من آثار قدرة الله القدير، بعضه حيواني لا يختلف فيه عن أي دابة من دواب الأرض، وبعضه ملائكي يسمو فيه إلى طبيعة الملائكة، وبعضه شيطاني ينزل به إلى حضيض الشياطين، وبعضه خاص به هو، وهذا البعض الخاص به في صورته العملية يتركز في شيئين: أحدهما العقل بطبيعة البشرى، والآخر هو الإرادة التي توجه سلوكه وتتحكم في قيادته. وفي كل الأحوال فالإنسان واقع تحت تأثير عوامل عديدة متنوعة بعضها عقلى وبعضها مادي؛ أي: نابع من ماديات الإنسان في تكوينه وبعضها من المشاعر والانفعالات".

(١) يوجد بين القوسين العام الذي نشر فيه المرجع. يليه الرقم أو الأرقام للصفحات المقتبس منها النص.

نظرات في ميكانيزمات الدفاع النفسية ... "المحور التربوي والنفسي" (٧٤٧)

إن الفهم الصحيح إذن لتكوين الإنسان وطبيعته البشرية يجعلنا نفهم سلوكه ونتنبأ به ونتحكم فيه من منطلق صحيح وأساس سليم؛ لذا كانت الدراسة التي خرج بها الباحث الحالي ونشرت عام ١٩٩٧ م في كتاب بعنوان " ركائز البناء النفسي في الإنسان (دراسة من فيض القرآن الكريم) والتي أوضح فيها أربع ركائز للبناء النفسي في الإنسان تبرز الطبيعة الإنسانية وتفسر سلوك الإنسان علي أساس تكاملي. وهذه الركائز هي:

- ١- قوى الذات في الإنسان (قوة الروح - قوة العقل - قابليات الفطرة)
- ٢- النفس وقواها.
- ٣- التكامل والتوازن بين قوى الذات
- ٤- الثلاثة للإنسان

وبهذه الركائز سار الباحث في دراسته عام ١٩٩٧م عبر محددات الشخصية والبنية العقلية والبنية الدافعية للإنسان، بل والبنية المجتمعية محاولاً أن يفسر بها الجوانب المختلفة لبنية الإنسان النفسية ويرد بها علي نظريات علم النفس المعاصرة. أما البحث الحالي فيأتي في إطار هذه المحاولات، ذلك من خلال إجابته عن الأسئلة الآتية:

- هل يمكن النظر إلى آليات الدفاع النفسية من منظور التوازن بين قوى المادة في الإنسان والقوة الروحية داخله؟
- هل يمكن النظر إلى آليات الدفاع النفسية من بعد الإيجابية أو السلبية في تأثيرها علي حياة الإنسان وتشكيل جوانب الشخصية فيه؟
- ما موقع النفاق من آليات الدفاع؟
- هل يمكن إلقاء الضوء علي بعض أبعاد آليات الدفاع من إشارات قرآنية كريمة ارتباطاً بهويتنا وتعميقاً لعقيدتنا؟

مناقشة أسئلة البحث

إن الإجابة عن أسئلة البحث الحالي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمنظور ركائز البنية النفسية للباحث؛ لذلك لا بد من تمهيد مختصر نعرض فيه بعض أبعاد هذا المنظور، في دراسة الباحث الحالي حول ركائز البناء النفسي في الإنسان (١٩٩٧م) فقد توصل إلى أن هناك قوى أساسية تشكل الذات في الإنسان، وأهم هذه القوى قوة الروح، وقوة العقل، أيضاً توصل إلى أن الصراع الذي يدور في النفس وينتهي إلى سلوك علي نحو ما هو صراع بين نزعتين متضادتين متكاملتين، هما: نزعة مادية تسود فيها قوى الذات الدونية والتي تطبع الفعل أو السلوك الناتج عنها في تطرفه بالشهوة. ونزعة روحية تسمو بالإنسان فتؤهله للحياة الأخرى وتشعره بوجوده وقيمه في الحياة الدنيا؛ لذا فإن الصراع في الإنسان ليس بين غرائز الليبدو وغرائز العدوان، أو التدمير كما تقر بذلك مدرسة التحليل النفسي. بل الصراع هو بين حاجات الإنسان المادية وحاجاته الروحية.

يقول رب العزة سبحانه وتعالى: «وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» الآية ٧٧ من سورة القصص. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْرَمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ» * وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ» الآيتان ٨٧، ٨٨ من سورة المائدة. «وَلَقَدْ مَكَّنَّاكُمْ فِي الْأَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِيهَا مَعَايِشَ» الآية ١٠ من سورة الأعراف.

من هنا نقول إن إشباع الإنسان لدوافعه وحاجاته المادية مطلوب، لكن في حدود ما أحل الله، والإشباع الروحي مطلوب دون طغيان علي المادية المثلثة لجانب مهم من مسيرة الإنسان علي الأرض وخلافته عن الله سبحانه وتعالى فيها. وفي محاولة الإنسان الوصول إلى التوازن بين المادية والروحية ليستقيم مع الفطرة كان في جهاد مستمر مع النفس في سبيل الحصول علي الاعتدال في إشباع دوافعه.

نظرات في ميكانزمات الدفاع النفسية... "المحور التربوي والنفسي" (٧٤٩)

أيضا. توصل الباحث الحالي إلى أن النفس هي القوة المتشكلة أو المتخلفة من قوى الذات في الإنسان، وهي الوعاء الجامع لهذا التفاعل، ومن ثم تطبع الإنسان بطابع معين علي النحو المحدد للشخصية فيه يقول تعالى:

﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾ الآيتان ٧، ٨ من سورة الشمس.

﴿إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا﴾ الآية ٣ من سورة الإنسان.

ومن ثم فالنفس في الإنسان ليست هي الروح فقط أو العقل فقط علي وجه التحديد، لكن يمكن القول (والله أعلى وأعلم) إن النفس هي القوة الحيوية في الإنسان والتي تشمل قوة الإرادة كما تشمل قوة الغريزة، وتعمل بطريقة واعية كما تعمل بطريقة غير واعية؛ لذا فهي تأتي في الآيات القرآنية الكريمة مرادفة للقوة التي تلهم الفجور أو التقوى. من جهة أخرى يمكن القول: إن النفس هي الكياني الإنساني الذي صار به الإنسان إنسانا فأصبح جديرا بأن يخاطب عن طريق النفس، أو بمعنى آخر يخاطب فيه النفس لأنها هي الجانب الذي يعقل ويعي فيه.

يقول تعالى: ﴿عَلِمَتْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ وَأَخَّرَتْ﴾ الآية ٥ من سورة الإنفطار.

﴿بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾ الآية ١٤ من سورة القيامة.

إن للنفس قوى عديدة أهمها الإرادة، بالإضافة إلى قوى أخرى تدافع بها عن توازنها عند اختلال هذا التوازن، وهذه القوى هي ما تسمى بآليات الدفاع النفسية ماذا يمكن قوله إذن بالنسبة لآليات الدفاع من هذا المنظور للبنية النفسية، وبما يتطابق مع أهداف البحث الحالي؟

آليات الدفاع النفسية:

إذا كانت بعض الدوافع في الإنسان تنتمي إلى القوة الروحية بينما البعض الأخر ينتمي إلى المكون المادي، فإن صحة الإنسان النفسية ولاشك تقوم علي أساس وصول

الإنسان إلى حالة التوازن والاعتدال في الإشباع بين حاجات ودوافع هاتين القوتين. والإرادة قوة كبرى من قوى النفس تلعب دورا كبيرا في مسيرة الإنسان الحياتية، يضاف إلى هذه القوى قوى أخرى تساهم في تحقيق التوازن وخفض التوتر ولو إلى حين، وقد تناول علماء النفس بعض هذه القوى فيما سمي بآليات الدفاع أو الحيل العقلية، وعبر عنها علماء التحليل النفسي بأنها تشكل أنماطا سلوكية لدفاع "الأنا" عن نفسها في سبيل إعادة التوازن للشخصية، حين يختل هذا التوازن الذي يمكن أن يصل بالإنسان إلى الإحباط والقلق والصراع أو اضطرابات نفسية وعقلية أكثر أثرا.

وكانت أهم خاصية لهذه الآليات - كما تناولها أصحاب مدرسة التحليل النفسي - أنها تحدث علي المستوى اللاشعوري، أي: أن الإنسان لا يعي السبب وراء السلوك المتسبب عن آلية ما من هذه الآليات أو الحيل العقلية. ومن أهم هذه الحيل: الكبت Repression والتكوص Regression والتكوين العكسي Reaction formation والإسقاط Projection والتقمص أو التوحد Identification والتبرير Rationalization والإعلاء Sublimation.

ولا ينكر منظور ركائز البنية النفسية للباحث وجود هذه الدفاعات التي بها تدافع النفس وتجاهد في سبيل إعادة توازنها، بل يمكن تشبيه هذه الآليات بالمناعة الطبيعية في الجسم البشري. فكما أن هناك مقاومة طبيعية علي مستوي ما في جسم الإنسان تقوم بها أجهزة مناعة حيوية تقي الجسم من الميكروبات والجراثيم التي يتعرض لها تلقائيا، فإن النفس لديها أيضا مقاومة تلقائية نفسية مضادة لاختلال التوازن الذي يتعرض له الإنسان في حياته اليومية. من هنا يمكن أن نطلق عليها "أساليب المقاومة النفسية" ونعتبرها قوى مهمة من قوى النفس تجاهد بها في سبيل الحصول علي التوازن.

لكن هناك بعض الاعتبارات التي يجب النظر من خلالها إلى هذه الآليات. وهي:

- ١- إن هذه القوى أو الأساليب التي تتخذها النفس دفاعا عن التوازن إذا كان علماء النفس قد نظروا إليها علي أنها لا شعورية فهناك آليات أو أساليب أخرى شعورية. بل يستمتع الإنسان السوي بإدراكها وهي أساليب تحقق التكامل بين حاجات المادة والروح في الإنسان، منها: كظم الغيظ والصبر. والتوبة، فضلا عن الإعلاء.
- ٢- إن هذه الأساليب أو الآليات الشعورية ليست حيلاً بل تعتبر مظاهر وظيفية للقوة الروحية في الإنسان لأحداث التوازن، وهي علاج للضعف في النفس ليعتدل السلوك وتستقيم الفطرة ويتغلب بها الإنسان علي إغراءات الحياة والنواز المتطرفة في الجانب المادي.
- ٣- إن إفراط الإنسان في استخدام هذه الأساليب الشعورية الروحية ليس مرضاً، لكن الإفراط في الحيل أو الأساليب و الآليات اللاشعورية يعد مرضاً أو عرضاً لمرض.

في ضوء هذه الاعتبارات نتناول فيما يلي آليات الدفاع ممثلة في نوعين:

النوع الأول: يتضمن الأساليب العفوية غير المدركة من جانب الإنسان والتي حين يبالغ فيها تؤدي به إلى مزيد من الاضطراب، وتكرار استخدامها دلالة علي مرض؛ لذا نطلق عليها (آليات دفاع سلبية).

أما النوع الثاني: فيمثل أساليب مجاهدة النفس والتي في استخدامها علي المستوى البسيط أو المفرط يؤدي إلى صحة نفسية؛ لذا نطلق عليها آليات دفاع موجبه. وكلا النوعين يشير إليهما القرآن الكريم.

أولاً: أساليب المقاومة السلبية:

يضم هذا النوع عديدا من الأساليب التي تتخذها النفس للدفاع عن توازنها وهي في اتخاذ الإنسان لها علي المستوى البسيط أو غير المزمّن تعد مفيدة، حيث تتواصل الحياة بأقل قدر من عدم التوازن، أما الإفراط في استخدام مثل هذه الآليات إنما يدل علي اضطراب الإنسان نفسياً أو عقلياً، كما سبق الإشارة إليه من قبل.

ومما أشار إليه القرآن الكريم من هذه الأساليب: الإسقاط والتكوين العكسي والتبرير. (والله أعلى وأعلم).

١- الإسقاط:

يعنى الإسقاط محاولة الإنسان أن يسقط ما بداخله من فشل أو مشاعر مؤلمة أو نوازع سلبية علي الغير، و الإسقاط بهذا المعنى يمر بمرحلتين عند الإنسان الأولى شعور الإنسان بالإخفاق أو الإحباط في إشباع دافع أو تحقيق حاجة، أو شعوره بعجز ما أو عيب معين، أما الثانية: فهي محاولته إلصاق أي من هذه النواقص بالغير، ومحصلة ذلك تتمركز في محاولة النفس إعادة اتزانها بعد أن تسبب الشعور المؤلم بالنقص في هدم هذا الاتزان. وكلما استطاع الإنسان أن يجد ما يسقطه علي غيره أو استطاع أن يقنع غيره بمثل حالته كلما قل اضطرابه وحصل علي الاتزان المطلوب، أما حين يفشل الإسقاط فإن ذلك يزيد من اضطراب الإنسان.

ولكن زيادة استخدام الإنسان لهذا الأسلوب يزيد من اضطرابه في البيئة التي يعيش فيها فيحدث سوء توافق مع غيره وتسوء صحته النفسية ومن أجل محاولة نجاح الإسقاط (والنجاح هنا سلبي أيضا) يكثر الإنسان المسقط من تحقير الآخرين أو التقليل من شأنهم مما يزيد من نفورهم منه ويسوء توافقه أو تكيّفه معهم.

وقد أشار القرآن الكريم إلى حالة المنافقين الذين يبطنون العدا لل مسلمين في الوقت الذي ينسبون للمسلمين البطش بهم والعداء لهم. يقول تعالى: ﴿وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ كَأَنْهُمْ خُشْبٌ مِّنْ سِنْدَةٍ يَحْسَبُونَ كُلَّ صِحْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ قَاتَلَهُمُ اللَّهُ أَنَّى يُؤْفَكُونَ﴾ الآية ٤ من سورة المنافقون.

يقول "الفخر الرازي" في تفسير هذه الآية الكريمة، أن هؤلاء القوم الذين شبههم القرآن الكريم بالخشب المسندة يقولون إنك لرسول الله وتسمع لقولهم، وهم يتصفون

بالجبن فلا تؤمنهم يا رسول الله علي السر ولا تلتفت إلى ظاهرم فإنهم الكاملون في العداوة بالنسبة إلى غيرهم، فإذا نادى مناد في العسكر وانتقلت دابة مثلاً ظنوا أنهم يرادون بذلك لما في قلوبهم من الرعب، فهم يتوقعون الإيقاع بهم وكشف سترهم.

٢- التكوين العكسي:

معنى التكوين العكسي أن يحاول الإنسان تبني اتجاه ما أو رأي معين في مسألة أو قضية مطروحة، ولكن هذا الاتجاه أو الرأي يخالف ما يضره من آراء أو اتجاهات تلك التي تسبب له ضيقاً أو قلقاً أو شعوراً بالذنب.

وإذا تأملنا في هذه الحالة نجد أن الإنسان يحاول تكوين مقاومة مضادة يحاول من خلالها أن يخفف من وطأة مشاعره المرتبطة بما يضره من اتجاه أو آراء مضادة لما يعلنه؛ ولذلك أطلق البعض علي هذا الأسلوب "تكوين المقاومة".

وهناك مظاهر سلوكية كثيرة تبدو علي الناس في استخدمها لهذا الأسلوب، فقد يبالح إنسان في إظهار مشاعر الحب لآخر وليس في داخله لهذا الأخر سوى البغض والكراهية، وقد يتشدد رئيس عمل في اتباع اللوائح وتطبيقها في الوقت الذي لا ينتمي لها من داخله، فقد يرضى ذلك لديه حب السلطة أو التسلط. دون أن يكون علي وعي بذلك الاتجاه، بل يعتمد استنكار هذا الاتجاه.

وقد نجد في الآيات الكريمات الآتيات الإشارة إلى هذه الأسلوب. فهي تصف حالة المنافقين الذين يحسنون الكلام للمسلمين في الوقت الذي يضمرون فيه العدا والكراهية لهم. يقول تعالى: ﴿إِذَا جَاءَكَ الْمُتَافِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُتَافِقِينَ لَكَاذِبُونَ﴾ الآية ١ من سورة المنافقون. ﴿وَيَحْذِفُونَ بِاللَّهِ إِنْهُمْ لِمِنْكُمْ وَمَا هُمْ مِنْكُمْ وَلَكِنَّهُمْ قَوْمٌ يَفْرَقُونَ﴾ الآية ٥٦ من سورة التوبة. ﴿وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهَدُ اللَّهُ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ﴾ الآية ٢٠٤

من سورة البقرة. «يَقُولُونَ يَا فَوَاهِهِمْ مَا لَيْسَ فِي قُلُوبِهِمْ وَاللَّهُ أَعْلَمُ بِمَا يَكْتُمُونَ» الآية ١٦٧ من سورة آل عمران.

٣- التبرير:

هناك فرق بين تبرير الإنسان لشيء أو عمل أو رأى قائم علي منطق. والتبرير بغير منطق أو بما لم يؤمن به الإنسان أصلا، التبرير من النوع الثاني هو المقصود بالأسلوب الدفاعي اللاشعوري الذي نحن بصدده، فمثلا فشل الطالب أو رسوبه في الامتحان ينسبه الطالب إلى معلم مستبد، أو إلى العشوائية في تصحيح أوراق الإجابة.

وهذا التبرير يؤدي إلى الراحة المؤقتة السلبية للإنسان، فبدلا من أن يبحث الإنسان عن السبب الحقيقي الذي به يستفيد في خطواته المستقبلية فهو يختلق سببا غير منطقي أو ليس له وجود في الواقع، محاولا إخفاء أو تجاهل الحقيقة التي قد تؤلمه. وهذا الأسلوب يؤدي إلى الهروب بدلا من المواجهة، وعندما يتكرر عند الإنسان يكون مصدرا مهما من مصادر ضغوطه النفسية، التي قد تنتهي به إلى اضطرابات مؤثرة (أنظر فونتانا: ١٩٩٤).

والتبرير بذلك المعنى يعد كذبا مبالغاً فيه، ولكنه كذب غير مدرك المصدر من قبل الإنسان. يقول رب العزة: «وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ * أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لَا يَشْعُرُونَ» الآيتان ١١، ١٢ من سورة البقرة. «فَكَيْفَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ يَمَّا قَدَّمْت أَيْدِيَهُمْ ثُمَّ جَاءُوكَ يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنْ أَرَدْنَا إِلَّا إِحْسَانًا وَتَوْفِيقًا» الآية ٦٢ من سورة النساء.

ثانيا: أساليب المقاومة الإيجابية:

يضم هذا النوع من الأساليب عدیدا من الإيجابيات التي تقوم النفس بمقتضاها بالحفاظ علي التوازن. ولعل أهم خاصية لهذه الأساليب أنها تساير الفطرة الإنسانية لذا

تعد أكثر فعالية وديمومة لتوازن الإنسان. ومن هذه الأساليب: الإعلاء - كظم الغيظ - الصبر - والتوبة.

١- الإعلاء:

لقد ساق علماء النفس هذا الأسلوب ضمن الأساليب التي سبق استعراضها والتي أطلقنا عليها "بالسلبية" فرغم أنه يمكن حدوثة علي المستوى اللاشعوري، إلا أنه إيجابي، علي النحو الذي لا يضر بالإنسان حين الإفراط فيه، فضلا عن أن تكرار استخدامه يدل علي غلبة القوة الروحية في الإنسان ومجاهدة للنفس في سبيل علو شأنها، والوصول إلى الطمأنينة.

فيرى علماء النفس أنه حين يصعب علي الإنسان التعبير عن مكبوتاته أو الحاجات المراد تحقيقها فإنه يلجأ لا شعوريا إلى السمو أو الإعلاء بهذه المكبوتات أو تلك الحاجات ويفرغها في سلوك يتوافق مع قيم المجتمع أو الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه.

ويعتقد فرويد - كما يشير إلى ذلك عبد الرحمن العيسوي (١٩٨٦: ١٤٥) أن الدوافع الجنسية في الإنسان يتم التسامى بها عن طريق مناشط فنية أو جمالية. وبذلك تتحول الطاقة في شكلها البدائي القبيح إلى ميدان آخر أكثر قبولاً.

وعموماً فإن نظرية التحليل النفسي التي يتزعمها "فرويد" ترى في الإعلاء إطلاقاً لسراح الطاقة اللبديدية وتصريفها في مجالات متسعة. وإذا كان هذا يمثل نظرة التحليليين للإعلاء. فإننا نراه وفقاً لعقيدة القرآن الكريم أحد وسائل مجاهدة النفس وهي مجاهدة قائمة علي أساس من القوة الروحية في الإنسان وسبيلها ليس دالا علي مرض، بل يصل بالإنسان إلى إنسانيته فيحدث التوازن المطلوب بين النزعة المادية والنزعة الروحية التي ترتبط بتقوى الله والطمع في ثوابه، وحيث لا تطفئ إحداها علي الأخرى.

وبهذا المعنى لا يصبح الإعلاء أو السمو لا شعوريا بل يدركه الإنسان ويستمتع بإدراكه، فيعيش شعورا روحانيا بتفضيل الفضيلة علي غيرها من السلوكيات التي تفقده ذاته.

وتوجيهات القرآن الكريم للإنسان تنصب علي مجاهدته لنفسه حتى يصل إلى استقرار الإيمان والوصول إلى التوازن في إشباع حاجاته. أما إذا صعبت المسألة علي الإنسان فميله إلى الإعلاء والسمو أظهر للنفس.

فنزعة الإنسان للإيثار بدلا من البخل والشح والتراخي عن مساعدة الآخرين يعد علاجا للنفس. يقول تعالى: ﴿وَيُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ الآية ٩ من سورة الحشر. ﴿فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَأَسْمِعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا لَّأَنفُسِكُمْ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ الآية ١٦ من سورة التغابن.

ولمعرفة الله سبحانه وتعالى بميل الإنسان إلى الشهوات من النساء، فقد قال تعالى موجها الإنسان إلى السمو والرقى في إشباع هذا الدافع: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ الآية ٢١ من سورة الروم.

حتى إذا لم يجد الإنسان من المال أو الوسيلة ما يستطيع به النكاح. فليصل بدافعه هذا إلى السمو والإعلاء بالعفة التي تقوى الإرادة وتطهر النفس من أهوائها. يقول تعالى: ﴿وَلَيْسَتَعْتَفُفَ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ﴾ الآية ٣٣ من سورة النور.

وفي توجيه عام يلائم فطرة الإنسان التي تقيم له حياته الطاهرة وتزوده بالوقاية قبل إن يقع في الخطيئة... يقول تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ * وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا﴾ الآيتان ٣٠، ٣١ من سورة النور.

الإعلاء إذن طهر النفس، ومجاهدة لها في سبيل تقوى الله والعمل الصالح واستقامة الفطرة.

٢- كظم الغيظ:

أشرنا سابقا إلى الكبت باعتباره أسلوبا من الأساليب التي تتبعها الأنا في الدفاع عن نفسها - كما يرى أصحاب التحليل النفسي - ومن ثم فإن الكبت يتم علي المستوى اللاشعوري، إذ يحاول به الإنسان أن يتخلص من رغبة أو شهوة شعور مرفوض من الأنا أولا يتلاءم مع قيم المجتمع، وبذلك تطرد من مجال وعي الإنسان وشعوره، وشيئا فشيئا يتعامل الإنسان مع الحياة وكأن هذه الرغبات أو المشاعر ليس لها وجود، فقد تم خزنها في اللاشعور.

ويرى أصحاب التحليل النفسي أن الكبت وسيلة تنبع من خوف داخلي في الإنسان، حين تهدده هذه الرغبات أو المشاعر أو الشهوات بالخروج أو التعبير عن نفسها في الواقع، في الوقت الذي ترفض الأنا ظهورها.

وقد أردنا بذلك التوضيح لميكانيزم الكبت أن نحدد موضع كظم الغيظ منه، فإذا اعتبرنا كظم الغيظ كبتا أو قمعا فهو كبت إيجابي وأسلوب يدل علي نضج الإنسان، أما الكبت السلبي فلا يدل علي وصول الإنسان لمرحلة النضج التي بها يستطيع مواجهة مشاعره ورغباته ويكون علي وعي بماهيتها وتأثيرها ومن ثم تصريفها علي النحو اللائق.

ويمكن القول إذن إن كظم الغيظ وسيلة إيجابية سامية من وسائل النفس في الدفاع عن ذاتها واتزانها ولا تشير إلى حالة مرضية كتلك التي يكون عليها الإنسان الكبات (المكبوت) بالمعنى الذي أوردناه من وجهة نظر التحليل النفسي، بل في كظم الغيظ نضج انفعالي للإنسان، واستقرار إيماني، وعقلانية في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة.

وكظم الغيظ هو وسبيل النفس المطمئنة، حيث لا تتأثر بألوان الأذى والعدوان فلا تنزع للانتقام أو كبت مشاعر وإضرار عدوان، بل تحيل هذا كله إلى عفو وتسامح. فهو كظم المؤمنين والعافين الذين يتصفون بالتقوى والإحسان.

يقول تعالى: ﴿وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ الآية
١٣٤ من سورة آل عمران.

ويوصينا رب العزة بالصفح والعتو فإن ذلك متبوع بمغفرة منه ورضوانه.
﴿فَاصْفَحْ الصَّغْحَ الْجَمِيلَ﴾ الآية ٨٥ من سورة الحجر. ﴿فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا﴾ الآية ١٠٩
من سورة البقرة. ﴿وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ﴾ الآية ٢٣٧ من سورة
البقرة. ﴿وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ﴾ الآية ٢٢ من سورة النور.
من هنا يكون كظم الغيظ دفاعا واعيا ناضجا للنفس في سبيل الحصول علي
التوازن، ويتم ذلك بتحويل طاقة العداوة والبغضاء إلى صفح وتسامح، وفي ذلك تلعب
الإرادة في النفس دورها.

وسبيل النفس في تحويل طاقة البغض والعداوة إلى طاقة حب وصفح وتسامح هو
مبادرتها بالخير والدفع والإحسان للطرف الآخر يقول تعالى: ﴿وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا
السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ الآية ٣٤ من
سورة فصلت.

وقد يقترن باتخاذ كظم الغيظ سبيلا نوع من الحزن، فهذا هو يعقوب عليه السلام
يحزن ويكظم غيظه علي فقد ابنه يوسف عليه السلام حتى أصبح حرضا أي مشرفا علي
الهلاك. يقول تعالى: ﴿وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسْفَىٰ عَلَىٰ يَوْسُفَ وَأَبْيَضْتُ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ
فَهُوَ كَظِيمٌ * قَالُوا تَاللَّهِ تَفْتَأُ تَذُكُرُ يَوْسُفَ حَتَّىٰ تَكُونَ حَرَضًا أَوْ تَكُونَ مِنَ
الْهَالِكِينَ﴾ الآيتان ٨٤، ٨٥ من سورة يوسف.

ولكنه عليه السلام يقرر بأن شكواه إنما هي لله، وهذا دليل الثقة بالخالق فحزنه
ليس ياسا أو قنوطا. يقول تعالى: ﴿قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا
لَا تَعْلَمُونَ﴾ الآية ٨٦ من سورة يوسف.

نظرات في ميكانيزمات الدفاع النفسية... "المحور التربوي والنفسي" (٧٥٩)

وإذا اعتبرنا أن كظم الغيظ درجة عالية من درجات الصمت، أو أن الصمت مظهر لكظم الغيظ فالصمت الإيجابي بعد للنفس عن شهوة الكلام، ووقاية للإنسان من النميمة والغيبة. وقد ورد في القرآن الكريم الإشارة إلى الصمت لحكمة وغاية. ﴿قَالَ رَبِّ اجْعَلْ لِي آيَةً قَالَ آيَتُكَ أَلَّا تُكَلِّمَ النَّاسَ ثَلَاثَ لَيَالٍ سَوِيًّا﴾ الآية ١٠ من سورة مريم. وذلك هو صمت الحكماء وصمت الأنبياء.

٣- الصبر:

يشير معنى الصبر إلى تحمل الإنسان للمصائب والفاجعات كاختبارات من الله سبحانه وتعالى، فلا ييأس ولا يصل إلى قنوط، واثقا في رحمة الله، ويثق في أن بعد العسر يسرا. ويشير حسن الشرقاوي (١٩٨٤: ٣٥٩) إلى أن الصابر علي الفاجعات قد سمي صابرا لأنه قد حبس نفسه عن الجزع.

وإذا كان الكبت في مدرسة التحليل النفسي يعني إزاحة الإنسان لما هو مؤلم من منطقة الشعور أو الوعي إلى منطقة اللاشعور أو اللاوعي، فإن الصبر ليس كبتا؛ ذلك لأنه يتم علي مستوى الشعور، ويقوم به العقل بنزعة روحية تصل بالإنسان إلى التوازن.

إذا كان كظم الغيظ هو قمة في الصبر فإنه يعني عدم التعبير عن انفعالات الإنسان عدوانا وانتقاما أو كراهية، بل سموا بهذه الانفعالات صفحا وتسامحا وإحسانا أما الصبر فمجاهدة للنفس حتى لا تستسلم للجزع أو تزل إلى هوى، بل إن الصابر يرى غايته في تحقيق السمو بحزنه ويزيده هذا إيمانا وثقة في نفسه. يقول تعالى: ﴿وَلَئِنْ صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ لِلصَّابِرِينَ﴾ الآية ١٢٦ من سورة النحل. ﴿وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ﴾ الآية ٣٥ من سورة فصلت.

والصبر يقوى العزيمة ويبعد الإنسان عن الخوف ويصقل الشخصية، فيصبح الإنسان قويا مع الله وبالله. يقول تعالى: ﴿إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا﴾ الآية ٦٥ من سورة الأنفال.

﴿وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ﴾ الآية ١٧٧ من سورة البقرة. ﴿إِنَّهُ مَنْ يَتَّقِ وَيَصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ﴾ الآية ٩٠ من سورة يوسف. لذا يوصينا الحق جل وعلا بالصبر لما له من فوائد كثيرة: يقول تعالى: ﴿وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾ الآية ٣ من سورة العصر. ﴿وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ﴾ الآية ١٧ من سورة البلد. ﴿فَاصْبِرْ صَبْرًا جَبِيلًا * إِنَّهُمْ يَرَوْنَهُ بَعِيدًا * وَتَرَاهُ قَرِيبًا﴾ الآيات ٥ - ٧ من سورة المعارج.

والصبر بكل هذه المعاني ليس خضوعاً أو استكانة أو استسلاماً أو انسحاباً كما يمكن أن يقال علي كل من الكبت والنكوص بالمعنى الذي تسوقه مدرسة التحليل النفسي، بل في الصبر مثابرة وإصرار علي تحقيق الإيجابية وبلوغ الغاية النبيلة بالطرق السوية التي لا تسبب اضطراباً أو نداماً، ففي الصبر تأن وروية لا اندفاع وهمجية.

٤- التوبة:

التوبة علاج ناجح لشعور الإنسان بالذنب والقلق والندم، فإذا تراكمت هذه الاحساسات والمشاعر لدى إنسان أدت به إلى اضطرابات نفسية يتسبب عنها اختلال في توازنه النفسي ومن ثم سلوكه اليومي، وهنا قد تلعب نزعتة إلى الإثابة والبعد عن العقاب دورها، فيعود إلى الطريق الذي يتفق مع إنسانيته، وتكون توبته طريقاً للعلاج.

فإذا أخلص الإنسان في التوبة قبلها منه ربه وغفر له ذنوبه وزاده استبصاراً بأموره، وأصبح في الوضع الذي يتقبل فيه ذاته. فقد أصبح مع الله وفي طريق الحق: يقول تعالى: ﴿وَصَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا﴾ الآية ١١٨ من سورة التوبة.

﴿إِنَّمَا التَّوْبَةُ عَلَى اللَّهِ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ يَتُوبُونَ مِنْ قَرِيبٍ فَأُولَئِكَ يَتُوبُ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا﴾ الآية ١٧ من سورة النساء.

نظرات في ميكانيزمات الدفاع النفسية ... "المحور التربوي والنفسي" (٧٦١)

﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ الآية ٥٣ من سورة الزمر. ﴿وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِن بَعْدِهَا وَأَمَنُوا إِنَّ رَّبَّكَ مِن بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ الآية ١٥٣ من سورة الأعراف.

﴿أَنَّهُ مَن عَمِلَ مِنكُمْ سُوءًا بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِن بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ الآية ٥٤ من سورة الأنعام. ﴿فَتَلَقَىٰ آدَمَ مِن رَّبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ﴾ الآية ٣٧ من سورة البقرة. ﴿وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِّمَن تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَىٰ﴾ الآية ٨٢ من سورة طه.

وفي التوبة إعادة لتشكيل الشخصية في الإنسان، ونجد صدى ذلك في التفسير النفسي للتوبة لدى مصطفى فهمي (١٩٧٨ م: ٣٨٧) حيث يعدد الجوانب النفسية للتوبة في الآتي:

- ❖ التوبة تفتح أمام الإنسان الأمل في تصفية حسابه مع ربه، بعد أن أرهقه عبء الذنوب والآثام فيجعله ذلك يشعر بالراحة النفسية مصحوبة بنظرة مختلفة للحياة يسود فيها التفاؤل بعد الخوف والتشاؤم.
- ❖ تؤدي التوبة بالإنسان إلى احترام ذاته، ويقوى ذلك في نفسه احساسا بالذات ليقبلها ويسير في طريق تأكيدها.
- ❖ تفتح التوبة أمام الإنسان مجالات أرحب للنجاح بعد أن زال الخوف المرتبط بأفعال غير سوية، سببت عوائق أمام نجاحه في مجالات حياته المختلفة.

ومن هنا نرى أن التوبة طريق للعلاج النفسي للإنسان، فبالتوبة يعاد تشكيل الشخصية ويستقيم البناء النفسي للإنسان، والتوبة سبيل الإنسان إلى الاطمئنان والشعور بالأمن واستقامة الفطرة.

وهناك بعد آخر يختص بآليات الدفاع ككل والاليات السلبية بوجه خاص. هذا البعد يتعلق بالنفاق " كظاهرة نفسية مجتمعية، فلماذا لا ندرس هذه السمة من واقع آليات الدفاع؟، ولتوضيح هذه الرؤية علينا أن نتعرف أولاً علي ابعاد هذه السمة.

طبيعة النفاق:

من الظواهر النفسية الناتجة عن محاولات الإنسان الحصول علي تكيف ما مع المجتمع هو النفاق أو الرياء، فيقال رياء مرءاة مثل راعيته مراعاة، والرياء هو أن يرائي الإنسان بسلوكه إنسانا آخر أو فئة من المجتمع، ويطلق علي ذلك الإنسان منافقا لإظهاره غير ما يضمّر تشبيها باليربوع له حجر يقال له النافقاء وآخر يقال له القاصعاء وذلك أنه يخرق الأرض حتى إذا كاد يبلغ ظاهر الأرض أرق التراب، فإذا رابه أمر دفع ذلك التراب برأسه فخرج، فظاهر حجره تراب وباطنه حفر، ولذلك فإن المنافق ظاهره إيمان وباطنه كفر.

والرياء أو النفاق يعبر عن سوء تكيف، فالإنسان بالنفاق يحاول أن يضحى بالتوافق (تكيف شخصي) في سبيل تكيف مع الآخرين (تكيف اجتماعي).

ويعتبر النفاق مرضا نفسيا خطيرا. فانتشاره في المجتمع يمنع الحكم الموضوعي بين الناس، فتضيع الحقوق، ويسيطر الظلم، وتختفى الحقيقة، ويفقد المخلصون في المجتمع دافعيتهم علي الإنجاز والابتكار.

ومن هنا فإن مسيرة المجتمع في ظل النفاق تنحرف نحو اللاموضوعية، ليتفشى الضلال، ويسيطر الصغار ذوى القدرات الضحلة والقلوب الميتة والعقول السطحية والنفوس المريضة.

فالمنافق يسارع في تأييد الأحكام الباطلة ليرضى الحاكم أو رئيس العمل ويسارع في التقرب إلى من يعلوه ليفقد الموضوعيون حقهم والمدافعون عن الحق سلاحهم ولتسود مكانته هو ووسوسته الشيطانية للمسؤول.

وبهذا يحل المنافق محل إبليس بل هو أخطر منه فهو شيطان إنسى يحسن القبيح ويقبح الحسن، والمنافق أو المرائي يخفى ما في صدره ويظهر غير ذلك، فيؤيد وهو معارض، ويكذب وهو يعرف الحق، فيخادع ويتردد، وقد لا يظهر له اتجاه محدد.

نظرات في ميكانزمات الدفاع النفسية ... "المحور التربوي والنفسي" (٧٦٣)

يقول تعالى: ﴿وَتَصِفُ أَلْسِنَتُهُمُ الْكُذِبَ أَنَّ لَهُمُ الْحُسْنَى﴾ الآية ٦٢ من سورة النحل. ﴿يَقُولُونَ بِأَلْسِنَتِهِمْ مَا لَيْسَ فِي قُلُوبِهِمْ﴾ الآية ١١ من سورة الفتح. ﴿إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا * مُدْبِدِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَلَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَمَنْ يُضِلِلْ اللَّهُ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ سَبِيلًا﴾ الآيات ١٤٢، ١٤٣ من سورة النساء.

﴿فَتَرَى الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ يُسَارِعُونَ فِيهِمْ يَقُولُونَ نَخْشَى أَنْ تُصِيبَنَا دَائِرَةٌ فَعَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَ بِالْفَتْحِ أَوْ أَمْرٍ مِنْ عِنْدِهِ فَيُصِيحُوا عَلَى مَا أُسِّرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ نَادِينَ﴾ الآية ٥٢ من سورة المائدة.

ويقول "الرزاي" في تفسير الآية الكريمة الأخيرة أن المراد بقوله تعالى (الذين في قلوبهم مرض) أي المنافقون مثل عبد الله بن أبي وأصحابه، وقوله: (يسارعون فيهم) أي يسارعون في مودة اليهود ونصارى نجران. لأنهم كانوا أهل ثروة وكانوا يعينونهم علي مهامهم ويقرضونهم، فيقول المنافقون إنما نخالطهم لأننا نخشى أن تصيبنا دائرة، أي نخشى ألا يتم الأمر لمحمد صلي الله عليه وسلم فيدور الأمر كما كان قبل ذلك

ويعبر القرآن الكريم بلفظ (يثنون الصدر) ليدل علي النفاق، فالنفاق يطوى الحقيقة في صدره ويظهر الوجه الآخر الذي يريد به تكييفا، تحقيقا لهدف في نفسه. يقول تعالى: ﴿أَلَا إِنَّهُمْ يَثْنُونَ صُدُورَهُمْ لِيَسْتَخْفُوا مِنْهُ أَلَا حِينٍ يَسْتَعْشُونَ ثِيَابَهُمْ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ﴾ الآية ٥ من سورة هود.

وتأتي سلوكيات المنافق وأدائه خلاف ما يؤمن وما يضممر، مثل الذين ينفقون أموالهم نفاقا ورياءا ويريدون بذلك إيهام الناس بأنهم ينفقون في سبيل الله.

يقول تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ﴾ الآية ٢٦٤ من سورة البقرة.

سبيل النفاق أو الرياء إذن لا يحقق لصاحبه تكييفا حسنا، لكنه علي الأقل يكون في حالة صراع داخلي بين ما تحدثه به الفطرة النقية وما تحدثه به نفسه فيما يجب أن يفعل نفاقا وخداعا للمجتمع، وهنا يحدث تمزيق للنفس بدلا من الثبات النفسى الذي عبر عنه القرآن الكريم في الآية الآتية:

يقول تعالى: ﴿وَمَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ ابْتِغَاءَ مَرْضَاةِ اللَّهِ وَتَثْبِيْتًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ كَمَثَلِ جَنَّةٍ بِرَبْوَةٍ أَصَابَهَا وَابِلٌ فَآتَتْ أُكُلَهَا ضِعْفَيْنِ فَإِن لَّمْ يُصِبْهَا وَابِلٌ فَطَلَّ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ الآية ٢٦٥ من سورة البقرة.

وثبات النفس هو قمة في التكيف والصحة النفسية. فالإسلام يرى كما يذكر "الرازي" فى تفسير هذه الآية: أن ثبات النفس فى موقف العبودية لا يأتى إلا إذا صارت النفس مقهورة بالمجاهدة، وهنا ثبات القلب الذى لا يحدث إلا بذكر الله ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ الآية ٢٨ من سورة الرعد.

ويحدث تثبيت للنفس من خلال مجاهدة فى إحداث التوازن بين مطالب المادة ومطالب الروح، ويكون تكرار فعل الخيرات وتغلب عوامل التوازن سبيلا لأن يصبح فعل الخير والنزوع إلى الحق عادة (عقلية) أى فيها الجانب المعرفى العقلي متوفر وحب الإنسان لهذه العادة يعبر عن الجانب الانفعالى، وأما الجانب النزوعي فيتمثل فى أداء الفعل الطيب وتنفيذه.

يقول تعالى: ﴿يُثْبِتُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ وَيُضِلُّ اللَّهُ الظَّالِمِينَ وَيَفْعَلُ اللَّهُ مَا يَشَاءُ﴾ الآية ٢٧ من سورة إبراهيم. ونأتى إلى سؤالنا الذى طرحناه بشأن "النفاق" ومدى علاقته بآليات الدفاع.

يرى الباحث أن النفاق سمة شخصية تنبع عبر ضغوط اجتماعية يتصور المنافق بها أنه يحافظ علي ذاته أو كيانه وصولا إلى طموحات أو أهداف مختلفة.. ولكنه آية

نظرات في ميكانيزمات الدفاع النفسية... "المحور التربوي والنفسي" (٧٦٥)

خادعة سلبية إلى أبعد الحدود تسد علي الإنسان طرق التفكير الأصح والأكثر فائدة بل تسلب الإنسان إمكاناته الموجبه التي في توظيفها يمكن أن يعيش بكينونته أكثر إيجابية وأكثر توافقا مع ذاته.

ومن هنا فان الباحث يرى أن هذه السمة تبدأ عند الفرد كآلية دفاع لها عدة صور دفاعية سلبية مثل: الكبت، والإسقاط، والتكوين العكس وأن كثرة اتباع الإنسان لهذه الآليات في مواقف متواترة متكررة مع رؤساء العمل أو مع من بيدهم القرار تصل إلى حد أن تكون سمة ملتصقة بشخصية الإنسان حتى يطلق عليه منافق أو مرأسي، ويصبح شيطانا إنسيا يقبح الحسن ويحسن القبيح ليرضى حاكما أو رئيس عمل أو ذو سلطان، وغالبا ما ينتهي به ذلك إلى اضطرابات نفسية وعقلية ذلك حين يسد عليه المجتمع تحقيق أهدافه أو طموحاته التي لا تتناسب مع إمكاناته.

خلاصة البحث:

- حاول البحث الحالي أن يجيب علي أسئلته المنوط بها والسابق توضيحها ووصولاً إلى استكمال هذا الهدف يصل إلى الخلاصة الآتية:
- ١- آليات الدفاع هي قوى النفس التي تجاهد بها مع قوى أخرى في سبيل الحصول علي التوازن في إشباع الإنسان لحاجاته المادية وحاجاته الروحية.
 - ٢- إذا كانت هناك آليات لا شعورية فهناك آليات أخرى شعورية يدركها الإنسان ويمارسها بنضج، ووعي وتحقق للذات الإنسانية توازناً أكثر إيجابية مثل: الإعلاء - كظم الغيظ - الصبر - التوبة.
 - ٣- تعتبر الآليات اللاشعورية حيل سلبية لأنها مؤقتة والإفراط فيها يعد مرضاً يزيد الإنسان اضطراباً، أما الآليات الشعورية فهي إيجابية والإفراط فيها تحقيق لإنسانية الإنسان.
 - ٤- الآليات الإيجابية الشعورية هي الفعالة في تشكيل شخصية الإنسان، وهي سبيل تدريب الإنسان علي السلوك الناضج والتماسك وتثبيت النفس.
 - ٥- النفاق مرض نفسي يصاحبه أنماط سلوكية تهدف إلى تكيف شخصي أو اجتماعي سالب، فقد يحصل به النفاق علي مستوى ما من تكيف اجتماعي محدود، لكنه ضد توافقه الشخصي، فنتيجته تمزيق للنفس وهدم للمجتمع.
 - ٦- يمكن دراسة "النفاق" علي انه سمة محورية تطبع الشخصية بطابع غير سوى فسلكيات المرائي تأخذ صوراً عديدة لأبعاد دفاعية نفسية: مثل الكبت الإسقاط التكوين العكسي - التبرير.

نظرات في ميكانيزمات الدفاع النفسية... "المحور التربوي والنفسي" (٧٦٧)

٧- إن الدراسات النفسية والتربوية في البيئة العربية يجب أن تنطلق من أبعاد الطبيعية الإنسانية كما نصت أو دللت عليها إشارات قرآنية كريمة والفكر الإسلامي المعطاء ارتباطا بهويتنا وترسيخا لعقيدتنا التي أصبحنا في حالة ماسة لتدعيمها والعمل وفق أبعادها مواجهة لتيارات العولمة والعلمنة تلك التي تهدف إلى ذوبان الذات العربية والإسلامية وتمزيقها..

والله الموفق

المراجع

- ١- القرآن الكريم.
- ٢- الفخر الرازي (١٩٨٥) تفسير الفخر الرازي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٣- حسن الشرقاوي (١٩٨٤) نحو علم نفسى إسلامي الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
- ٤- حمدى الفرماوى (١٩٩٧) البناء النفسى فى الإنسان (دراسة من فىض القرآن الكريم). القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- ٥- عبد الحلیم حنفى (١٩٨٥) أسلوب المحاوره فى القرآن الكريم. القاهرة: الهيئة العامة للكتاب.
- ٦- عبد الرحمن العيسوى (١٩٨٦) الإسلام والعلاج النفسى الإسكندرية: دار الفكر الجامعى.
- ٧- فونتانا (١٩٩٤) الضغوط النفسية، تغلب عليها وابدأ الحياة (ترجمة حمدى الفرماوى ورضا عبد الله). القاهرة: الانجلو المصرية.
- ٨- محروس مرسى (١٩٨٨) التربية والطبيعة الإنسانية. القاهرة: دار المعارف.
- ٩- مصطفى فهمى (١٩٧٨) الدوافع النفسية. القاهرة: مكتبة مصر.